

Proceedings of International Educators Conference

Hosted online from Rome, Italy.

Date: 25th August, 2023

ISSN: 2835-396X

Website: econferenceseries.com

VIKTOR FRANKLNING HAYOT VA IJOD YO'LI VA LOGOTERAPIYANING MOHIYATI

Jalolova Shaxnoza Zakirovna

Osiyo xalqaro universiteti 1 – kurs Pedagogika va
psixologiya mutaxassisligi magistranti

Psixoterapiyada ilmiy asoslangan maktablardan biri - logoterapiya hisoblanib, asli kelib chiqishi lotinchadan "logos" - ma'no so'zidan bo'lib, psixologiya va psixiatriyadagi boshqa yondashuvlar orasida insonni davolashda o'zining ma'naviy resurslaridan foydalanadigan yo'nalishdir. Logoterapiya inson hayot ma'no-mazmuniga yo'naltirilgan yo'nalish bo'lib, uchinchi Vena psixoterapiya maktabi bo'lib, Viktor Emil Frankl tomonidan asos solingan. Frankl Freydning zavqlanish tamoyili ya'ni dastlabki yo'nalish va Adlarning ustunlikka intilishi, noto'liqlik kompleksini qoplashga qaratilgan o'zini o'zi tasdiqlashga qarama-qarshi qo'ygan.

Dastlab logoterapiya Freydning chuqur psixologiya konsepsiyasiga javoban balandlik psixologiyasi deb nomlangan. Chuqurlik psixologiyasi inson ichidagi tabiiy va ongsiz jarayonlarning tushunchalariga e'tibor qaratdi, ammo balandlik psixologiyasi odamlar bu tabiiy jarayonlardan oshib ketishi mumkin degan g'oyani ilgari surdi [2]. Chuqurlik psixologiyasi - bu ongsizlikni hisobga oladigan psixoanalitik psixoterapiyada qo'llaniladigan atama hisoblandi. U psixikaning ongli qatlami ostida tasavvurga kirib boradi va psixologik bezovtalik manbasini ochib beradigan asosiy motivlarni o'rganishga intiladi. Logoterapiya ongsizlik holatlarini o'rganadi, lekin Viktor Frankl psixikaning yashirin qatlamlarini o'rganish o'rniga ruhiyatdagi bo'shliqning yashirin yuqori qatlamlarini o'rganadi. Shu sababli, Frankl chuqurlik psixologiyasi o'rniga logoterapiyaga balandlik psixologiyasi deb murojaat qilishni yaxshi ko'rardi.

1933-1937 yillarda Frankl Vena klinikasida o'z joniga qasd qilishning oldini olish bo'limni boshqargan. Franklning bemorlari o'z joniga qasd qilish xavfi ostida bo'lgan o'ttiz mingdan ortiq ayol edi. Biroq, 1938 yilda natsistlarning kuchayishi bilan Frankl o'zining yahudiy merosi tufayli oriy bemorlarini davolashni taqiqladi. Frankl xususiy amaliyotga o'tdi va 1940 yilda Rotshild kasalxonasida nevrologiya bo'limi mudiri bo'ldi va u erda neyroxirurg bo'lib ishladi. O'sha paytda bu yahudiylar qabul qilinadigan yagona shifoxona edi. Franklning sa'y-harakatlari tufayli bir nechta bemorlar natsistlarning evtanaziya dasturi bo'yicha yo'q

Proceedings of International Educators Conference

Hosted online from Rome, Italy.

Date: 25th August, 2023

ISSN: 2835-396X

Website: econferenceseries.com

qilishdan qutqarildi. 1941 yilda Frankl Tilli Grosserga uylandi. 1942 yil 25 sentyabrda Frankl, uning rafiqasi va ota-onasi Teresyenshtadt kontslageriga surgun qilindi. Lagerda Frankl doktor Karl Fleishman bilan uchrashdi, u o'sha paytda yangi kelgan mahbuslar uchun psixologik yordam tashkilotini yaratish rejasini tuzayotgan edi. U sobiq psixiatr Viktor Franklga ushbu vazifani bajarishni tashkil qilishni buyurdi.

Frankl konslagerdagi butun vaqtini tibbiy amaliyotga bag'ishladi, u tabiiy ravishda bu ishlarini SSdan sir tutadi. Markaziy Yevropaning turli burchaklaridan kelgan boshqa psixiatrlar va ijtimoiy ishchilar bilan birgalikda u mahbuslarga maxsus yordam ko'rsatdi. Xizmatning vazifasi dastlabki zarbani yengish va qolishning dastlabki bosqichida yordam ko'rsatish edi.

Ayniqsa, xavf ostida bo'lgan odamlarga: epileptiklar, aqliy zaif odamlar, "asosial" va bundan tashqari, barcha qariyalar va nogironlar alohida e'tibor qaratildi. Bunday sharoitda maxsus chora-tadbirlar ko'rish va maxsus tayyorgarlikni o'tkazish kerak edi. Shifokorlar bu odamlardagi ruhiy bo'shliqni yo'q qilishga harakat qilishdi, buni bir keksa ayolning so'zlari bilan ta'riflash mumkin: "Kechqurun uxlardim, kunduzi esa azob chekardim". Berlinlik psixiatr Doktor Volf o'z bemorlarini davolashda Schulzning "avutogen mashqlar" (yun. autogenes – o'zi bajaradigan), autotrening – ichki a'zolar funksiyasi, harakat faoliyati buzilganda o'z-o'zini ishontirish va o'z-o'zini boshqarish orqali shu holatdan forig' bo'lishga olib keladigan psixoterapiya - ruhiy davolash.) usulidan foydalangan holda, ayniqsa faol rol o'ynadi. Doktor Volf o'pka silidan vafot etdi. Uning texnikasining ma'nosini relaksatsiya yoki gipnoz trans holatida o'z-o'zini gipnoz qilish usuli sifatida ta'riflash mumkin. Autogen mashg'ulot usulining o'zi lagerda bajarish uchun juda murakkab edi, lekin baribir bu asosiy vazifani bajardi: uning yordami bilan odam o'zini yashash joyidan aqliy ravishda olib tashlashga muvaffaq bo'lindi. Franklning o'zi ko'pincha bu usulni atrofdagi azob-uqubatlardan ob'ektivlashtirish orqali uzoqlashtirish uchun ishlatgan.

“Shunday qilib, bir kuni ertalab lagerdan ketayotganimni eslayman, ochlikka, sovuqqa va oyog'im og'rig'iga dosh berolmay, tomchilar, muzlash va yiringlashdan shishib ketdim. Mening pozitsiyam menga umidsiz bo'lib tuyuldi. Shunda men o'zimni katta, chiroyli, iliq va yorug' ma'ruza zalida minbar ortida turib, qiziqqan auditoriya qarshisida “Konslagerdagi guruh psixoterapiyasi tajribalari” mavzusida ma'ruza o'qiyotganimni va boshidan o'tgan barcha voqealar haqida gapirayotganimni tasavvur qildim. Ishoning, o'sha paytda men



Proceedings of International Educators Conference

Hosted online from Rome, Italy.

Date: 25th August, 2023

ISSN: 2835-396X

Website: econferenceseries.com

shunday ma'ruza o'qish imkoniyatiga ega bo'ladigan kun kelishiga umid qila olmasdim. Shuningdek, eng muhimi, ularning psixologik yordam guruhi o'z joniga qasd qilishning oldini oldi: Frankl axborot xizmatini yo'lga qo'ydi va har kim o'z joniga qasd qilish fikrini bildirsa yoki haqiqiy o'z joniga qasd qilish niyatini ko'rsatsa, u darhol bu haqda xabardor qilingan.

"Nima qilish kerak edi? Biz yashashga, mavjud bo'lishni davom ettirishga, qamoqdan omon qolishga irodani uyg'otishimiz kerak edi. Lekin har bir holatda yashash uchun jasorat yoki hayotdan charchash faqat insonning hayot mazmuniga ishonishiga bog'liq edi. Uning hayotida Nitssening so'zlari kontslagerda olib borilgan barcha psixoterapevtik ishlarning shiori bo'lib xizmat qilishi mumkin: "Yashash nima uchun" ni bilgan kishi deyarli har qanday "qanday qilib" degan savolni ni yengib chiqadi".

Frankl o'zining psixoterapevtik yordam usulini - logoterapiyani yaratishda xuddi shu asosdan foydalangan. Franklning fikricha, insonda nafaqat zavq olish istagi yoki hokimiyatga bo'lgan xohish, balki ma'noga intilish ham ko'rish mumkin. Lagerdagi psixoterapiya natijasi borliqning ma'nosiga murojaat qilishdan bog'liq edi. Ekstremal, chegara holatidagi lagerdagi odam uchun bu ma'no so'zsiz ma'noga ega bo'lishi kerak edi, bu nafaqat hayotning ma'nosini, balki azob va o'limning ma'nosini ham o'z ichiga oladi. Mahbuslarning ko'pchiligining tashvishi "Biz lagerda omon qolamizmi?" Degan savol bilan ifodalanishi mumkin edi. Viktor Franklga berilgan yana bir savol: "Bu azob-uqubatlar, o'limning ma'nosi bormi?" Agar birinchi savolga salbiy javob ko'pchilik uchun azob-uqubat va qamoqdan omon qolishga urinishni ma'nosiz qilgan bo'lsa, ikkinchi savolga salbiy javob omon qolishning o'zini ma'nosiz qildi.

Frankl boshdan kechirgan azob-uqubatlarga ob'ektiv qarash omon qolishga yordam beradi, deb hisoblardi. U va uning sheriklari, jumladan Leo Bek va Regina Jonas mahbuslarga umidsizlikni yengish va o'z joniga qasd qilishning oldini olish uchun qo'llaridan kelganini qildilar. Frankl kasallar va yashash istagini yo'qotganlar uchun psixogigiyena xizmatini yaratdi. U uyqu buzilishi, ong va tana, ruhni tibbiy yordam, alpinizm psixologiyasi va shimoliy Alp tog'lari, asab tizimining salomatligi, psixoterapiya va ijtimoiy psixoterapiyadagi ekzistensial muammolar bo'yicha ma'ruzalar o'qigan. 1943 yil 29 iyulda Frankl ilmiy jamiyatning yopiq majlisini tashkil qildi. 1944 yil 19 oktyabrda Frankl Osventsim konslageriga ko'chirildi, u yerda bir necha kun bo'ldi va keyin Dachau tizimidagi lagerlardan biri Turkxaymga yuborildi va u yerga 1944 yil 25 oktyabrda keldi. Bu



Proceedings of International Educators Conference

Hosted online from Rome, Italy.

Date: 25th August, 2023

ISSN: 2835-396X

Website: econferenceseries.com

yerda u keyingi olti oyni ishchi bo'lib o'tkazdi. Uning rafiqasi Bergen-Belsen konslageriga o'tkazilgan va u yerda vafot etgan. Franklning otasi Teresyenshtadtda o'pka shishidan vafot etgan, onasi Osventsimda o'ldirilgan. 1945 yil 27 aprelda Frankl Amerika qo'shinlari tomonidan ozod qilindi. Frankl oilasi a'zolaridan faqat Avstraliyaga ko'chgan opa-singil tirik qoldi.

Frankl o'zining muhim asarida [4] "Odamning ma'no izlashi" (1959 yilda "O'lim lageridan ekzistensializmga" nomi bilan nashr etilgan), Frankl omon qolishning shaxsiy tajribasini tasvirlaydi. U kontsentratsion lager va hayotning barcha ko'rinishlarida, hatto eng dahshatlisida ham ma'no topishning psixoterapevtik usulini belgilaydi va shu bilan hayotni davom ettirish uchun rag'bat yaratadi. Frankl ekzistensial terapiyaning asosiy asoschilaridan biri edi, uning asarlari gumanistik psixologiya vakillari uchun ilhom manbai bo'lib xizmat qildi.

Franklning terapevtik usuli ekzistensial terapiya sifatida tasniflanadi. Faoliyatini ekzistensial yondashuvni o'rganishga bag'ishlagan Frankl ma'noning yo'qligi inson uchun asosiy stressdir, degan xulosaga keldi. Frankl ekzistensial nevrozni hayotning ma'nosizligi inqirozi bilan aniqladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati.

1. Frankl V.E. Psychiatry and man's quest for meaning // Journal of Religion and Health. 1962. № 2. P. 93-103.
2. Frankl V. Logos, paradox and the search for meaning // Cognition and psychotherapy /M.J. Mahoney, A.Freeman (Eds.). New York: Plenum, 1985. P. 259-275.
3. Diener, E. va C. Diener: 1996, 'Most people are happy' Psychological Science 7, pp. 181.
4. Frankl V. E. The Doctor and the soul. N. Y., Knopf, 1955.

