**Viktor E. Frankl**

„Přestal jsem poslouchat své učitele a začal jsem naslouchat svým pacientům, učil jsem se od nich.“

„Člověk může přijít o všechno kromě jediného: nikdo mu nemůže vzít poslední lidskou svobodu - vybrat si za jakýchkoliv okolností svůj vlastní přístup, svou vlastní cestu.“

**život**  
narozen 26. března 1905 ve Vídni  
  
Na střední škole – destruktivita nihilismu a moc filosofických myšlenek – spolužák spáchal sebevraždu po četbě Nietzscheho  
  
Vídeňská univerzita - specializace na neurologii a psychiatrii  
 Prošel v psychologii od Freuda k Adlerovi – přesto nespokojen

- před válkou: Rakousko zachváceno krizí – objev u nezaměstnaných + poradny pro mládež – sebevraždy – chybí smysl, pro co žít

1937 – zakládá si soukromou praxi

1938 – zákaz léčení “árijských“ pacientů, odmítl vycestovat ze země kvůli rodičům  
  
1940 – Rothschild Hospital vedoucí neurologie  
  
1941 – svatba s Tilly Grosser, sestra na jeho klinice  
  
1942 - odvelen do koncentračního tábora, mezní životní podmínky, první myšlenky logoterapie, tajná setkání se spoluvězni – nabádání k naději –tyto zážitky základem celé jeho teorie osobnosti  
  
1945 - po válce zjistil, že rodina obětí holocaustu – přežila jen sestra napsal knihu A přesto říci životu ano

1947 – druhý sňatek s Eleonorou Katharinou Schwindt  
  
1955 – titul profesora neurologie a psychiatrie   
  
1961 – hostující profesor na Harvardově univerzitě  
  
publikoval 39 knih (přeloženy do 40 jazyků)  
  
zemřel na srdeční selhání 2. září 1997

**„O otázce, 'Jaký má život smysl?', se domnívám, že je špatně položena a že správně zní: 'Jaký smysl chci dát svému životu?'“**

**Logoterapie** – z řeckého *logos* = smysl  
  
- má kořeny v existencialismu (fenomenologii a holismu), patří mezi tkz. humanistické psychoterapie  
  
proti Nietzscheho nihilismu, Freudově “vůli ke slasti“ i Adlerově “vůli k moci“   
  
- někdy nazývána třetí školou vídeňské psychoterapie a úzce se v ní spojuje psychologie a filosofie  
  
vznikala v koncentračních táborech, kde byla také poprvé aplikována (kniha *A přesto říci životu ano*)  
  
- najít alternativu ke ztracené existenciální hodnotě a nový životní cíl (smysl života)  
  
- na rozdíl od psychoanalýzy léčí hlubokou duchovní dimenzi

**Pojmy logoterapie**:

* nedělní neuróza – rutinní práce v týdnu dává zapomenout na prázdnotu, o víkendu je čas přemýšlet = uvědomění nesmyslnosti
* existenciální vakuum – prázdnota, člověk postrádá smysl v životě, převažující příčina sebevražd
* vychází z tezí: instinkty jsou ochuzeny (neříkají, co musí člověk dělat), ztrácejí se tradice (člověk neví, co má dělat, je tedy konformní a podléhá vůdcům)
* osobní povolání – každý má povolání vykonat v životě nějaký úkol (úkol každého je jedinečný), všechny krátkodobé a přechodné způsoby naplnění smyslu by měly vést k dlouhodobému životnímu smyslu (osobní povolání)
* paradoxní intence – léčení strachu strachem (fóbie), pacient se paradoxně přeje to, čeho se bojí (například léčba nespavosti)

**Podle Frankla je:**osobnost – nedělitelné, jednotné individuum, každá osoba je absolutní novum - duchovní existence je nepřenosná, nerozmnožitelná (z rodiče na dítě)  
je tělesně-duševně-duchovní jednotou   
je dynamická - existovat znamená vystupovat sama ze sebe a proti sobě samému

**Úryvek z knihy „A přece říci životu ano“**

*Teď tedy byl transport do šetřícího tábora sestavován podruhé.*

*Teď už přirozeně nikdo nevěděl: byla to jen finta, byl to jen*

*trik, jak z nemocných vymačkat poslední zbytek pracovní síly, i*

*když jen na čtrnáct dní. Anebo se jde do plynu nebo snad skutečně*

*do šetřícího tábora?*

*Vrchnímu lékaři jsem nebyl nesympatický. Ve tři čtvrti na deset*

*večer mi tajně řekl: Řekl jsem v pisárně, že se smíš odhlásit,*

*máš možnost do deseti hodin! Dávám mu na srozuměnou, že mi to*

*nesedí, že jsem se spíše naučil chodit rovnými cestami, anebo,*

*chcete-li, dát osudu volný průchod. Nu, já už teď zůstanu u*

*svých marodů, říkám mu. Z jeho očí mne zasáhne soucitný pohled,*

*jako by tušil ... Beze slova mi podává ruku, jako by nešlo*

*o rozloučení natrvalo, nýbrž jako by šlo o můj život ... Jdu.*

*Pomalu kráčím zpět do svého baráku. Na mém místě smutně sedí*

*jeden dobrý přítel. Ty skutečně chceš jet? ptá se mne. Ano,*

*jedu...*

*Dej pozor, Otto: jestliže se nevrátím domů, ke své ženě, jestliže*

*se ty s ní shledáš ... pak jí řekneš - dávej pozor: Předně, že*

*jsme o ní mluvili denně, ba hodinu co hodinu, vzpomínáš si? Za*

*druhé: Nikdy jsem nemiloval nikoho více než ji. Za třetí: ta*

*krátká doba našeho společného manželství, to štěstí vyvážilo*

*všechno, i to, co jsme museli prožít zde ...!*

*Otto, kde jsi teď? Žiješ ještě? Co se s tebou od té oné poslední*

*hodiny stalo? Našel jsi opět svou ženu? Vzpomínáš si ještě na to,*

*jak jsem tě tehdy přes tvůj dětský pláč nutil naučit se nazpaměť,*

*slovo za slovem, mou závěť?*

*Druhý den ráno jsem odjel s transportem. Tentokrát nešlo ani*

*o fintu ani o trik. Tenhle transport opravdu nešel do plynu,*

*nýbrž do šetřícího tábora.*