

**VIKTOR FRANKLINING HAYOT VA IJOD YO'LI:
LOGOTERAPIYANING YARATILISH TARIXI**

G'afurova Mehrigul Rajabovna

Ijtimoiy fanlar va texnika" fakulteti,

"Pedagogika va psixologiya" mutaxassisligi 2- bosqich magistranti

Annotatsiya. *Ushbu maqolada Viktor Emil Franklin hayoti hamda u tomonidan asos solingan logoterapiya konsepsiyasining yaratilish tarixi haqida so'z boradi. Shuningdek buning asosida konsentratsion lagerda yashab qolish uchun kurashishi va asosiy motivatsion kuchi uning hayot ma'no-mazmuniga intilishida yotishi, har qanday vaziyat, sharoitda anashu ma'noga intilishi va o'z mavjudligini oqlashga harakat qilishi yoritishga harakat qilingan.*

Kalit so'zlar: *konslager, autogen mashqlar, relaksatsiya vs gipnoz trans holati, autotrening, Sokratik usul, logoterapiya.*

Аннотация. *В статье освещается жизнь Виктора Эмиля Франклина и история создания основанной им концепции логотерапии, основанной на его борьбе за выживание в концентрационном лагере, а его основная мотивация заключается в поиске смысла жизни, его стремлении к одно и то же значение в любой ситуации и обстоятельствах, и предпринимались попытки оправдать его существование.*

Ключевые слова: *Виктор Эмиль Франкл, Конслager, аутогенные упражнения, релаксация и состояние гипнотического транса, аутотренинг, сократический метод, логотерапия.*

Annotation. *The article covers the life of Victor Emil Franklin and the history of the creation of the logotherapy concept founded by him, based on his struggle to survive in a concentration camp and his main motivation lies in his pursuit of the meaning of life, his pursuit of the same meaning in any situation and circumstances, and attempts to justify its existence have been tried to illuminate.*

Key words: *Viktor Emil Frankl, Concentration camp, autogenic exercises,*

Kirish. Viktor Emil Frankl (1905-1997) — avstriyalik psixiatr, psixolog, faylasuf va nevrolog, natsistlar konslagerining sobiq asiri. Yoshligida u psixologiyaga qiziqishini ko'rsatdi. U o'z nomzodlik dissertatsiyasini gimnaziyada falsafiy tafakkur psixologiyasiga bag'ishlagan. 1923 yilda gimnaziyani tugatgach, u Vena universitetida tibbiyot fakultetida tahsil oldi, keyinchalik u nevrologiya va psixiatriya bo'yicha mutaxassislikni tanladi (MD, 1930). U ayniqsa depressiya va o'z joniga qasd qilish psixologiyasini chuqur o'rgangan. Franklning dastlabki tajribasiga Zigmund Freyd va Alfred Adler ta'sir ko'rsatdi, ammo keyinchalik Frankl ularning qarashlaridan uzoqlashdi. Frankl Sotsialistik ishchilar yoshlari safiga qo'shildi va 1924 yilda Avstriya Sotsial-demokratik partiyasining Avstriya sotsialistik talabalar ittifoqi prezidenti etib saylandi. Bu lavozimda Frankl bitiruv davrida talabalar uchun maxsus yordam dasturini yaratdi. Frankl bu rolda bo'lgan davrda venalik talabalar orasida o'z joniga qasd qilish holatlari qayd etilmagan. Dasturning muvaffaqiyati Vilgelm Reyxning e'tiborini tortdi, u Franklni Berlinga taklif qildi. 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 qilishdan qutqarildi. 1941 yilda Frankl Tilli Grosserga uylandi. 1942 yil 25 sentyabrda Frankl, uning rafiqasi va ota-onasi Teresyenshtadt konslageriga 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, "asotsial" 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 kekxa ayolning so'zlari bilan ta'riflash mumkin: "Kechqurun uxlardim, kunduzi esa azob chekardim". Berlinlik psixiatr Doktor Volf o'z bemorlarini davolashda Schulzning "autogen 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 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.

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. 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 hamda 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 shuningdek 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. Bu 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. Ikki yil-u yetti oy konsentratsion lagerlarda bo'lganidan so'ng, Frankl Venaga qaytib keldi. 1945-yilda u o'zining dunyoga mashhur "Hayotga ha deng: konslagerdagi psixolog" kitobini tugatdi. Kitobda mahkumning tajribasi psixiatr nuqtai nazaridan tasvirlangan. 1948 yilda Frankl Vena universitetida fan nomzodi ilmiy darajasini oldi. O'zining "Ongostidagi Xudo: Psixoterapiya va din" nomli dissertatsiyasida u psixologiya va din o'rtasidagi munosabatlarni o'rganadi va bemorni ruhiy ongsizligi bilan aloqa qilish uchun o'zini o'zi bilish jarayonida Sokratik usuldan foydalanishni yoqlaydi. 1955 yilda Frankl Vena universitetida nevrologiya va psixiatriya professori bo'ldi va Garvard universitetida ma'ruza qildi. Urushdan keyingi yillarda Frankl o'ttiz ikkitadan ortiq kitoblarni nashr etdi, ularning aksariyati chet tillariga tarjima qilindi. Frankl, shuningdek, ma'ruzalar va seminarlar bilan ko'plab mamlakatlarga tashrif buyurdi va yigirma to'qqizta faxriy doktor unvoniga sazovor bo'ldi. Viktor Frankl 1997 yil 2 sentyabrda yurak yetishmovchiligidan vafot etdi.

Viktor Emil Frankl nazariyasining dolzarbligi sababi bu uning murakkab ruhiy holatlarini yengib o'tganligi va yengib o'tish usullarini atrofdagi insonlarda samarali qo'llanilishi yana uning ilmiy-nazariy asoslanganligi hisoblanadi. Frankl boshdan kechirgan azob-uqubatlarga ob'ektiv qarash omon qolishga yordam beradi, deb hisoblardi.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. *Viktor Frankl Recollections: An Autobiography.*; Basic Books, Cambridge, MA 2000. ISBN 978-0738203553 .
2. Aaron J. Ungersma. *The Search for Meaning: A New Approach to Paychoterapy and Pastoral Psychology*, Foreword by Victor E. Frankl, The Westminster Press. Philadelphia, 1961.

3. Avezov. O.R. Ubaydullayeva N.F Logotherapy:how psychotherapy helps a person to find meaning in life.4/2022 ISSN 2181-0842
4. Avezov O.R.. Ubaydullayeva N.F. Frankl logoterapiyasi va uning inson hayotida tutgan o'rni. Science and education scientific journal.4/2022.ISSN 2181-0842
5. Frankl V. E. The Doctor and the soul. N. Y., Knopf, 1955
6. Frankl V. E. Psychotherapy and existentialism. N.Y.: Simon and Schuster, 1967, p. 63.
7. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник / Пер. с англ. и нем. Д.А.Леонтьева, М.П.Папуша, Е.В.Эйдмана.— М.:Прогресс, 1990.— 368 с.: ил.— ISBN 5-01-001606-0 .
8. *Man's Search for Ultimate Meaning*. (A revised and extended edition of *The Unconscious God*; with a foreword by Swanee Hunt). Paperback edition: Perseus Book Group; New York, 2000; ISBN 0738203548