

Može li se Franklova logoterapija smatrati dijelom procesa liječenja bolesnika u palijativnoj skrbi?

Can Frankl's Logotherapy be considered a Part of the Palliative Care Treatment of Patients?

Pranjić Kozlek Zrinka¹, Brdarević Marija²

¹Specijalna bolnica za kronične bolesti dječje dobi Gornja Bistra, Zdravstveno veleučilište Zagreb, Mlinarska cesta 38., Republika Hrvatska

¹Special Hospital for Chronic Diseases for Children Gornja Bistra, Health Studies, Mlinarska cesta 38., 10000 Zagreb, Croatia

²Zdravstveno veleučilište u Zagrebu, Mlinarska cesta 38, 10000 Zagreb, Republika Hrvatska

²Health Studies, 10000 Zagreb, Mlinarska cesta 38., 10000 Zagreb, Croatia

Sažetak

Viktor Frankl utemeljitelj je logoterapije. Logoterapija se definira kao liječenje smislom. Liječenje smislom na prvi pogled djeluje neprimjenjivo kada je u pitanju proces primjene tradicionalnih metoda liječenja, pogotovo kada su u pitanju komplicirani dugotrajni medicinski zahvati. Međutim, u sklopu psihološke ili psihijatrijske pomoći oboljelom može se smatrati dijelom liječenja. Psihijatrijski postupci, osim liječenja medikamentima, odnose se i na grupne i individualne terapije kojima je cilj osnažiti bolesnika u osvještavanju i prihvaćanju problema. Logoterapijski pristup može zatvoriti ovaj krug pomažući oboljelom ne samo da prepozna i prihvati problem, nego i da ponovno pronađe smisao života. Gubitak smisla i perspektive Frankl spominje kao uzrok mnogih današnjih bolesti. Besciljnost, očaj i bezvoljnost glavne su emocije s kojima se susreću bolesnici suočeni s teškim dijagnozama. Svaki je bolesnik osoba biološke, socijalne, duhovne i psihičke dimenzije. Cjeloviti pristup liječenju trebao bi uključivati djelovanje na sve osobne aspekte. Prije nego što bolesnik razvije psihološki sindrom uzrokovani suočavanjem s teškim bolestima ili neminovnim ishodima, kada mu je potrebno stručno medicinsko psihijatrijsko liječenje, potrebno je pružiti mu pomoć na svim dimenzijama života. U tome smjeru treba pripremati i medicinsko osoblje koje je u stalnom kontaktu s oboljelim, jer su upravo oni prvi i posljednji u interakciji s bolesnikom te se na njih prenosi najveća odgovornost u cjelovitom pristupu bolesniku kao osobi.

Glavne riječi: antropologija • bolesnik • logoterapija • osoba • psihologija • smisao

Kratki naslov: Franklova logoterapija i proces liječenja bolesnika u palijativnoj skrbi

Abstract

Victor Frankl is the founder of logotherapy. Logotherapy is defined as a treatment by meaning. Treatment by meaning at first glance is not applicable when it comes to traditional methods of treatment, especially complex and long lasting medical procedures. However, in the context of psychological or psychiatric help, it can be considered a part of the treatment. Psychiatric methods, apart from the medications, apply group and individual therapy aimed at empowering patients in accepting the problem. Logotherapy can close this circle by helping the sufferer not only to recognize and accept the problem, but also to find the meaning of life and living. Frankl noted that the loss of sense and perspective is the cause of many of today's illnesses. Intolerance, despair and absurdity are the main emotions faced by patients with severe diagnoses. Each patient is a person of a biological, social, spiritual and psychic dimension. A comprehensive approach should include all aspects of a person. Before a patient develops a psychological syndrome caused by confronting severe illness or inevitable outcomes, when he needs professional medical psychiatric treatment, he should be provided with assistance in all aspects of life. Medical staff, which is in constant contact with the illness, should also be prepared, since they are the first and the last in interaction with the patient, and their biggest responsibility is in the holistic approach of the patient.

Key words: anthropology • patient • logotherapeutic • person • psychology • meaning

Running head: Frankl's Logotherapy and the Treatment Process of Patients in Palliative Care

Received August 26th 2019;

Accepted November 5th 2019;

Autor za korespondenciju/Corresponding author: Zrinka Pranjić Kozlek, mag.educ.phil; Kumrovecčka 115, Pušća • GSM: 098 9818 584 • E-mail: zkozlek@gmail.com

Logoterapija Viktora Frankla i umirući bolesnik

O Viktoru Franklu i o logoterapiji danas se ne zna dovoljno, premda je shvaćanje važnosti interdisciplinarnog pristupa problemima u svim znanstvenim poljima jedna od vodećih ideja. Možda i više nego u svim ostalima, kad je riječ o ljudskome životu u njegovima najranjivijim etapama takav

je pristup najpotrebniji. Upravo u situacijama suočavanja s životnim pitanjima, kvalitetom života, a s njom često povezanom vrijednošću života, logoterapija bi trebala imati svoje mjesto.

Ideja liječenja smislom koju razvija Viktor Frank počiva na tri glavna načela: voljnost za smisao, smislu života i slobodi volje. Pristup u liječenju neuroza koji on zastupa jest prihvaćanje:

„Nije moguće rješavati problem bolesti i poboljšavanja jednog takvog doba kao što je naše, problem besmisla, dehumanizacije i dehumanizacije, ako u pojam čovjeka nije uključena ljudska dimenzija, dimenzija ljudskog fenomena koja se neophodno provlači svakim oblikom psihoterapije, bio on na svjesnoj ili pak na nesvjesnoj razini.“ [1]

Kako je ovom radu cilj razmotriti holistički pristup palijativnim bolesnicima, onda iz prethodnoga možemo zaključiti da tema ima svoju opravdanost. Palijativnim bolesnikom smatramo osobu koji je suočena s neizbježnom i teškom spoznajom o kraju vlastitog života, koji najčešće završava u boli i patnji. Osim što osoba treba prihvatiti neizbježan kraj, mora prihvatiti patnju koja će mu prethoditi. U takvoj situaciji lijekovi će biti presudni za ublažavanje fizičke boli. Kvalitetna i pravodobna zdravstvena skrb mora osigurati pomoć u obavljanju svakodnevnih osnovnih ljudskih potreba, poput hranjenja, presvlačenja i sličnog. O osiguravanju kvalitetnog i dostojanstvenog života možemo govoriti samo ako su uz ove osnovne potrebe ispunjene i duhovne, psihičke i socijalne potrebe. U ovakvim trenucima javlja se osjećaj praznine, samoće i gubitka smisla. Prema Viktoru Franklu, osobe koje trebaju logoterapiju svakako bi bile osobe u terminalnoj životnoj fazi. Svjetska zdravstvena organizacija definira palijativnu skrb ovako:

“ Palijativna skrb je pristup koji poboljšava kvalitetu života pacijenata i njihovih obitelji koji se suočavaju s problemom povezanim s bolestima opasnim za život, kroz prevenciju i ublažavanje patnje putem rane identifikacije, besprijeorne procjene i liječenja boli i drugih problema, psihičkih, psihosocijalnih i duhovnih.“ [2]

Sam Frankl tvrdi da logoterapija nije univerzalni lijek. Ona djeluje u suradnji s drugim zdravstvenim pristupima i psihoterapijskim metodama. Ono što on uvjerljivo predlaže jest da se uz druge pristupe nikako ne isključi logoterapijski. Frankl je zanimljiv psihoterapeutima, neurolozima, psihijatrima i filozofima. Razlog tomu je njegov cjeloviti pristup čovjeku. On promatra čovjeka iz antropološko-filozofsko-teoloških vidova kao višedimenzionalno biće čije su sve dimenzije jednakovrijedne. Jednako takav treba biti pristup liječenju. Pravilnim pristupom koji će zadovoljiti duhovnu dimenziju i popuniti duhovnu prazninu i u najtežim uvjetima čovjek može biti sretniji nego u blagostanju. Štoviše, u djelu *Nečujan vapaj za smislom* govori o slučajevima u kojima su ljudi svjedočili o sreći, miru i zadovoljstvu u trenucima iščekivanja smrti ili u zatvoru. Ovdje treba svakako dodati da Frankl tvrdi kako je dimenzija ljudskosti ili noološka dimenzija iznad psihološke, odnosno, da tek ispunjenjem noološke dimenzije mogu biti zaokružene druge, tzv. niže dimenzije. „...vapaj za smislom predstavlja osebnju oznaku ljudskosti“. [1] Ono što je specifično ljudsko jest traženje smisla. Tako se može dogoditi da psihoterapeut može riješiti uzrok neuroze, a da pritom nisu uklonjeni osjećaji praznine, odnosno, da se vraćanjem smisla može pomoći u slučaju neuroze čak ako joj uzrok nije u gubitku smisla ili osjećaju praznine. [1]

Jedan od trenutno najpoznatijih svjetskih kliničkih psihologa J. B. Peterson u svom djelu *12 pravila za život - protuotrov kaosu*, posvećuje 7. pravilo smislu – Težite za onim što je smisljeno, a ne za onim što je probitačno. Prva rečenica poglavlja/pravila glasi: „Život je patnja. To je jasno. To je temeljna, neosporna istina.“ [3] Jedan od termina koje Frankl uvodi u logoterapiju, a smatra ga temeljnim, jest pojam samotranscendencije. On označava osobinu stalne usmjerenosti na nešto, koja govori o razlozima zašto nešto jest, zašto nešto činimo ili u konačnici zašto postojimo. Imati smisao znači samotranscendenciju. U sklopu pružanja skrbi umirućima ili onima koji trpe, to znači dati razlog za život. Osobe koje će znati zašto, odnosno zbog čega/koga, ispunit će svoju ljudsku potrebu usmjerenosti, a to, antropološki gledano, jest dati smisao.

„Bit onoga što sam vam želio priopćiti jest tajna bezuvjetnog smisla života, što znači da se smisao može naći čak i u patnji i u smrti...i dalje vrijedi činjenica da je smisao dostupan pod bilo kojim uvjetima, čak i pod najgorim zamislivim.“ [1]

Logoterapijska metoda paradoksnе intencije

Kako sam Frankl navodi, paradokсна intencija (obratna nakana) je u primjeni od 1929. godine. Tek je poslije objašnjena i opisana te je postala dio logoterapijskog sustava. Riječ je o tzv. *strahu od straha*. Pacijent koji se boji posljedica događaja, boli, psihičkog sloma i slično, bojeći se pojačava fobiju, koja onda pojačava simptome situacije od koje strahujemo i onaj početni strah postaje opravdan jer se upravo događa ono čega smo se pribojavali. Stoga je tipična reakcija bijeg od problema, tj. bijeg od onoga čega se pribojavamo. Posljedično se javlja tjeskoba. Paradokсна intencija ili obrnuta nakana uči nas da se suočavamo s problemom.

Kada se govori o dijagnozama fobije, opsesivno-kompulzivne neuroze i psihoze kao posljedicama straha od straha, onda je primjena paradoksnе intencije rješenje, i to na način da se „...pacijenta potiče da učini ili da zaželi da se dogodi upravo ono čega se zapravo boji“ [1]. Jasno je da govorimo o psihoterapeutskoj metodi koja u svojim opisima ponajprije uzima u obzir psihološka oboljenja i pacijente koji pate od raznih fobija, opsesivno-kompulzivnih poremećaja i psihoza. Međutim, ako pretpostavimo da bolesnici koji boluju od organskih oštećenja, teških fizičkih oboljenja, i nalaze se u situaciji iščekivanja trenutka smrti, osjećaju strah, prazninu, očaj, onda možemo o ovoj metodi razmišljati kao o savjetu za bolesnike. Primjenivo u slučaju bolesnika u završnoj fazi života, možemo reći da sugestijom prihvaćanja svoga stanja pomažemo bolesniku da pobijedi strah od neminovnog kraja.

Jedan od savjeta koji se daju u primjeni paradoksnе intencije jest smijeh. Uključiti humor kao nešto jedinstveno ljudsko u terapiju čini se neozbiljno. Međutim, Frankl smijehu i terapiji smijehom pristupa vrlo ozbiljno i uvodi je kao jednu od metoda logoterapije. Smatra je sposobnošću samoodvajanja koja je uz samotranscendenciju „temeljna antropološka činjenica“. [1]

Zaključak/Conclusion

Postojala je misao o mogućnosti primjene logoterapijskih metoda i pristupa u liječenju bolesnika u terminalnoj fazi bolesti i bolesnika koji trpe bol i patnju. Grana psihologije V. Frankla nazivana se „psihologija visina“, onda njezina primjena nije ograničena na jedan segment liječenja, jednu skupinu bolesnika ili jednu grupu dijagnoza. Korisnost poznavanja psiholoških mehanizama i tipično ljudskih osobina i reakcija nije potrebno naglašavati. U govoru o paliativnoj skrbi naglasak je na sveobuhvatnoj pomoći, psihološkoj, socijalnoj i duhovnoj. Psihoterapeutska metoda koja je u godinama svoje primjene pokazala rezultate zaslužuje svoje mjesto u cjelovitom pristupu liječenju najtežih bolesnika u kojih je izlječenje nemoguće.

Nastavno na rečeno, ponukan trogodišnjim iskustvom Auschwitzta i Dachaua, Frankl govori ovako: „ Istina je da, postoji li išta što je čovjeka moglo podržati u takvoj krajnjoj situaciji (...) onda je to svijest da život ima smisao koji treba ispuniti. (...) No, smisao i svrha bili su samo neophodan uvjet za opstanak - ne i dovoljan. (...) Vjerovanje im nije moglo spasiti živote, ali im je dalo snage da smrt dočekaju visoko uzdignute glave“ [1].

Nema sukoba interesa

Authors declare no conflict of interest

Literatura/References

- [1] Frankl Viktor, Nečujan vapaj za smislom, Biblioteka Psiha, Zagreb, 1981.
- [2] World Health Organization. Available at: <https://www.who.int/cancer/palliative/definition/en> - Retrieved et. 02.05.2019.
- [3] Peterson Jordan B. 12 pravila za život: protuotrov kaosu, Verbum, Split, 2018.