

معنادرمانی

معنا درمانی نوعی از روان درمانی است که اساس روان آزرده‌گی را تقلائی معنوی می‌بیند. در عمل روان درمانی و معنا درمانی جدایی ناپذیرند، زیرا ابعاد روان شناختی، فلسفی یا معنوی آدمی را نمی‌توان از هم جدا کرد. روان درمانی جنبه‌های روان شناختی یک جهان بینی را آشکار می‌سازد. حال آنکه معنا درمانی نقایص مربوط به پایه‌های غیر متعارف چشم انداز بیمار نسبت به جهان را نمایان می‌سازد.

هدف معنا درمانی توانا ساختن بیمار برای کشف معنای منحصر بفرد خودشان می‌باشد. معنا درمانی می‌کوشد تا حدود اختیارها و آزادی‌های بیمار را ترسیم کند. معنا درمانی در شکستن چرخه‌های معیوب روان آزرده‌گی مؤثر است.

مشاور و درمانگر معتقد به معنا درمانی می‌کوشند تا به مراجع کمک شود که در زندگی خود هدف و منظوری را جستجو کند، هدف و منظوری که متناسب وجود و هستی وی بوده برای او معنا داشته باشد.

مشاور کمک می‌کند تا مراجع به عالی‌ترین فعالیت حیاتی ممکن دسترسی پیدا کند. به مراجع کمک می‌شود تا نه تنها به تجربه هستی بپردازد و کوشش پیگیری در بالفعل کردن ساختن ارزش‌ها از خود نشان دهد، بلکه او را متعهد انجام کاری می‌کند که مسئولیتی را بپذیرد و تکلیف معینی را عهده دار شود.

روان کوی فریود کوشش می‌کند تا انسان را نسبت به تجربه‌ها و کشش‌های سرکوب شده‌اش به آگاهی رساند.

روان شناسی آدلر انسان را موجودی می‌شناسد که مسؤول رفتار خود بوده و ناگزیر است که به قبول مسئولیت‌های خود گردن نهد. هر دو نظریه یک جانبه به انسان می‌نگرند، در حالی که هر دو دیدگاه مکمل یکدیگرند.

اساس دیدگاه فرانکل این است که انسان موجودی است آگاه و موجودی است مسؤول. معنا درمانی فراسوی هر دو بعد وجود انسان رفته و بر این باور است که باید قلمرو دیگری را به آن افزود و آن همانا جنبه روحی و معنویت انسانیت. مسئولیت به آگاهی مربوط است و آگاهی از وجدان سرچشمه می‌گیرد.

لوکاس چهار فن معنا درمان بخش عمده را مطرح می‌کند:

- **قصد متناقض:** در اینجا سعی می‌شود تا درمانجو از علامت فاصله گرفته و خود را از شر روان آزرده‌گی رها کند، بنابراین اگر بیمار از علائم فرار نکند و به استقبال آنها برود شاهد از بین رفتن علائم خواهیم بود.

- **بازتاب زدایی:** در این فن از درمانجو خواسته می‌شود تا به مسائل خود دوباره توجه کند و جنبه‌های هرچه مثبت تر زندگی خود را در نظر بگیرد.

به طور کلی گام نخست برای کم به درمانجو این است که بین خودش و علائم فاصله ایجاد کند، سپس توان مبارزه جویی روح انسان برای متعالی کردن شرایط فعلی فرا خوانده می‌شود و درمانجو به سوی فعالیتهای مثبت انگیزه می‌شود، این کار باعث کاهش علائم می‌گردد.

- **تصحیح نگرش‌ها:** این فن بر تغییر مجدد چارچوب نگرش‌ها از منفی به مثبت تأکید می‌کند.

- **فنون فراخوانی:** سه فن معنا درمان بخش پیشین وقتی مؤثرتر خواهند بود که درمانگر قدرت مبارزه جویی روح انسان را به کمک می‌طلبد. درمانگر در این فن قدرت تلقین را مورد استفاده قرار می‌دهد و به شکل مستقیم از درمانجو می‌خواهد که برای تغییر مثبت شرایط فعلی و وضعیت جسمانی-هیجانی‌اش به خود تکانی بدهد. درمانگر اعتماد به شکوه، آزادی، مسئولیت، جهت‌گزی معنایی و توان تغییر مثبت را به درمانجو گوشزد می‌کند.

با اینکه فرانکل ادعا می‌کند که معنا درمانی نه آموزش است نه نصیحت کردن. معنا درمانی استدلال منطقی نیست و از توصیه اخلاقی فاصله زیاد دارد. با این فن فراخوانی، اغلب اتخاذ موضع قهرمانانه در برابر رنج بردن را توصیه می‌کند.

از سوی دیگر شولای ذیل عنوان ابزار معنا درمانی، گفتگوی سقراطی را وسیله اصلی معنا درمانی می‌داند.

ولترمی نویسد: پرسش‌های سقراطی نیاز به بکارگیری تفکر درمانجو دارد. این کار مستلزم این است که به دقت سخنان درمانجو را گوش دهیم تا حدود تفکر او را مشخص نماییم.

@moshaverearshad

www.moshaverearshad.ir

۰۹۳۰۲۹۷۳۷۰۹

گفتگوی سقراطی زمانی استفاده می شود که درمانگر و درمانجو با هم تلاش می کنند که معنایی را در زندگی درمانجو کشف نمایند. نکته مهم این است که این معنا تعیین شده نیست بلکه باید از زندگی فرد استخراج شود. برای همین درمانگر تفکر درمانجو را به مبارزه می طلبد. نکته مهم اینجا است که نیاستی پرسشگری به انتلاف درمانی لطمه بزند. شولای فرایند گفتگوی سقراطی را به شرح زیر مرحله بندی می کند:

۱- ابتدا درمانجو می فهمد که قربانی شرایط نیست. هرچند ممکن است علانی را نشان دهد.

۲- درمانگر به درمانجو کمک می کند تا درون مثلث معنا، معنای خود را پیدا کند.

۳- درمانگر باید استقلال و تمامیت درمانجو را به رسمیت بشناسد. این کار را از رهگذر کمک کردن به درمانجو برای یافتن راهنمای درونی اش انجام می دهد.

اگر انسان این دستورالعمل را سر مشق رفتار خود قرار دهد که: همواره چنان رفتار کن که گویی بار دومی است که زندگی می کنی و طوری عمل کن که به نظر آوری بار اول که در آن مورد عمل کردی، بسیار غلط عمل کرده بودی. "احساس مسوولیت شگرفی احساس خواهد کرد.

نقد و ارزیابی معنادرمانی

مانند هر مکتب روان درمانی دیگر، معنا درمانی نیز دارای نقاط مثبت و منفی است:

ارزشمند ترین سهم معنادرمانی این است که مردم را مسوول زندگی خودشان می داند. معنادرمانی دیدگاه فلسفی آسانی از نوع بشر ارائه می دهد. پترسون ارزش معنا درمانی را در همین صراحت و سادگی آن می داند و بر خلاف سایر رویکردهای وجودگرا، معنا درمانی رویکردی خوش بینانه و سازنده از وجود آدمی ارائه می دهد و تنها مکتبی است که فنون خاص خود دارد و پشتوانه پژوهش معنا درمانی در مقایسه با سایر مکاتب روان درمانی به ویژه در قلمرو وجودی مناسب است. معنا درمانی روشی مؤثر برای واژگون کردن تجربه افراد از افسردگی در جامعه معاصر است این پیام معنا درمانی می گوید تحت هر شرایطی با پذیرش مسوولیت زندگی و تحقق معنایی می توان مفهومی از کنترل و لیاقت را بدست آورد که در نوع خود بی نظیر است.

از سویی دیگر برخی رویکرد معنا درمانی را بیش از حد سلطه جویانه می دانند. معنا درمانی بیش از حد بر زندگی شخصی فرانکل استوار است به طوریکه تیمبلین یکی از پایه های نظری فرانکل را زندگی نامه و تجربه های شخصی اش می داند. رویکرد معنادرمانی هرچند پشتوانه پژوهشی مقبولی دارد ولی مبهم بودن، چند تعریف داشتن برخی مفاهیم و حتی غیر قابل تعریف بودن برخی از آنها در درون خود با محدودیت های پژوهشی روبرو است.

انتقاد دیگر از سویی کاردن مطرح شده است: فرانکل در آثار خود از کتاب مقدس وامگیری می کند ولی در اکثر موارد منابع وامگیری خود را پنهان می کند. کاردن به برخی تناقض ها در گفته های فرانکل اشاره می کند: اینکه فرانکل می گوید زندگی در هر شرایطی معنادار است یک جمله غیر سقراطی است.

معنا درمانی هرچند یک نظام روان درمانی معنوی است اما هرگز خدای مذهبی خاص، عقاید فرقه ای و امثال آن را القا نمی کند. نکته مهم دیگر این است که معنا درمانی بطور مستقیم با علائم روبرو نمی شود بلکه می کوشد نگرش را عوض کند. واژگونی نگرش شخصی نسبت به علائم در واقع، معنادرمانی را تبدیل به یک روان درمانی شخصی نگر کرده است.

اختلاف دیدگاه فرانکل با دیگران

اختلاف با فروید

فروید روان نژندی را حاصل سرکوبی کشش های غریزی می داند که توسط ناخودآگاه به «من» تحمیل شده است. در حالی که فرانکل این را کافی نمی داند و تعارضات روانی را تنها دلیل روان نژندی نمی شمارد.

اختلاف با آدلر

آدلر روان‌نژندی را نتیجه محدودیت «من» در برابر حس مسئولیت بیان می‌کند. روان‌شناسی فردی آدلر از انگیزه «تلاش برای برتری» سخن می‌گوید. اما فرانکل انسان بودن را «آگاه بودن» و «مسئول بودن» و در جست‌وجوی معنایی برای زندگی بودن می‌داند و درواقع دو مکتب فرویدی و آدلری را مکمل هم می‌شمارد.

اختلاف با رفتار درمان‌گران

فرانکل اعتقاد دارد چون رفتار درمان‌گران آدمی را مانند حیوانات و به صورت ماشین فیزیولوژیک تحلیل می‌کنند آزادی اراده و انتخاب را در انسان نادیده می‌گیرند اما در لوگوتراپی به بعد معنوی انسان اهمیت داده می‌شود

مراحل تحلیل وجودی در روان درمانی فرانکل

تحلیل وجودی یا لوگوتراپی، (معنا درمانی) روشی از روان درمانی است، زیرا می‌خواهد انسان، بویژه انسان روان نژند را به مسئولیت خودآگاه کند. انسان در تحلیل وجودی یا لوگوتراپی بر معنویت یا وجودی بودن (existentiality) آگاه می‌شود.

زیرا، به عقیده فرانکل، تنها از منظر معنویت یا وجودی بودن است که می‌توان انسان را براساس مسئولیت توصیف کرد. بنابراین، در تحلیل وجودی یا لوگوتراپی نه سائقه یا غریزه، نه سائقه‌های نهادی و نه سائقه‌های «من» (ego)، بلکه «خود» (self) است که به آگاهی درمی‌آید. در اینجا «من» نیست که بر نهاد (id) آگاه می‌شود، بلکه «خود» است که برخورد آگاه می‌شود. به عقیده فرانکل، روان‌کاوی با برداشتی مکانیستی از انسان، در نهایت او را ماشین واره‌ای دارای دستگاه روان می‌پندارد. ولی تحلیل وجودی در مقام لوگوتراپی مفهوم متفاوتی از انسان را در برابر برداشت روان‌کاوانه از انسان قرار می‌دهد.

این مفهوم نه به ماشین واره‌ای با دستگاه روان، بلکه به خودگردانی وجود معنوی توجه دارد. با ذکر این مقدمه، یادآور می‌شویم که تحلیل وجودی یا لوگوتراپی ۳ مرحله دارد.

۱) نقطه آغازین، این واقعیت پدیدار شناختی بنیادین است که انسان بودن در خودآگاهی و پاسخگو بودن است و در ترکیبی از این هر دو، یعنی انسان در آگاهی از مسئولیت به اوج می‌رسد.

۲) در دومین مرحله، تحلیل وجودی پا به وادی معنویت ناخودآگاه می‌گذارد.

۳) تحلیل وجودی در مرحله سوم به دینداری ناخودآگاه در درون ناخودآگاه معنوی دست می‌یابد.

۱) تحلیل وجودی در مرحله اول بر آزادی اراده و مسئولیتی که از پس آن می‌آید، تأکید می‌کند و از این رو، مبنایی اگزیستانسیالیستی دارد. در واقع، آزادی انتخاب یکی از ابعاد هستی انسان است. عوامل غیرمعنوی، یعنی غریزه، توارث یا اوضاع و احوال محیط، چیزی را برای ما تعیین نمی‌کنند.

فرانکل بر این باور است که اگر بخواهیم سلامت روان داشته باشیم، آزادی انتخاب رفتار خود را داریم و باید این آزادی را به کار ببریم. کسانی که این آزادی را تجربه نمی‌کنند متعصبانه یا به جبر باور دارند یا بشدت روان نژند هستند. روان نژند ها راه تحقق استعدادها و در نتیجه رشد و پرورش کامل انسانی خویش را می‌بندند. البته کافی نیست که احساس کنیم که آزادی انتخاب داریم، بلکه باید مسئولیت انتخابمان را هم بپذیریم. از آنجا که پذیرش مسئولیت به طور قاطع و الزام آوری در لوگوتراپی مستتر است، روش درمانی آن بر این استوار است. «چنان بزی که گویی بار دومی است که زندگی می‌کنی و در بار اول همان خطا را کرده‌ای که اینک در حال انجام آئی.» تلاش لوگوتراپی این است که بیمار را از وظیفه مسئولیت پذیری خودآگاه کند. ولی باید او را آزاد بگذارد که خود را در هر مورد مسئول هرکس و هر چیزی که می‌خواهد بکند.

لوگوتراپی انسان را بیش از هر چیز بر مبنای مسئولیتش تعریف می‌کند. اما انسان پاسخگو کیست؟ لوگوتراپی نمی‌تواند به این پرسش پاسخ دهد. بیماران خود باید پاسخ‌ها را بیابند. لوگوتراپی تنها می‌تواند آگاهی بیمار را نسبت به مسئولیتش ارتقا بخشد و این مسئولیت شامل پاسخگویی به تفسیر زندگی نیز هست.

لوگوتراپی را می‌توان آموزش مسئولیت دانست. تأکید لوگوتراپی بر مسئولیت نه تنها آگاهی روزافزون بیمار را نسبت به مسئولیت خودش برمی‌انگیزد، بلکه مانع از موعظه درمانگر هم می‌شود. هم از این روست که فرانکل می‌گوید: «لوگوتراپی به بیمار هدف

نمی دهد. اگر چنین کند دیگر لوگو تراپی نیست.» مسئولیت پذیرش این نکته است که زندگی ما نتیجه انتخاب هایی است که در گذشته کرده ایم و آینده هم با تصمیماتی شکل می گیرد که امروز گرفته ایم.

۲) در مرحله دوم، تحلیل وجودی یا به عرصه معنویت ناخودآگاه می گذارد و با کشف ناخودآگاه معنوی، شناخت ناخودآگاه آشکار می شود. به باور فرانکل، در این ژرفناهای معنوی ناخودآگاه، انتخاب های وجودی بزرگی انجام می شود. نتیجه آنکه، پاسخگو بودن انسان به سطح ناخودآگاه می رسد؛ بدین سان انسان، افزون بر پاسخگویی آگاهانه باید پاسخگوی ناخودآگاه نیز باشد. برای تقرب به فهم مراد فرانکل از این ادعا، به توضیح دو نوع ناخودآگاه می پردازیم که وی از آنها سخن می گوید به اعتقاد فرانکل، نه تنها ناخودآگاه غریزی، بلکه ناخودآگاه وجودی یا معنوی نیز وجود دارد. پس، از نظر وی، محتوای ناخودآگاه به غریزه ناخودآگاه و معنویت ناخودآگاه تمایز می یابد. وی تذکر می دهد که فروید، تنها غریزه ناخودآگاه را می دید و از آن به صورت «نهاد» سخن می گفت؛ نزد فروید ناخودآگاه، نخست و پیش از هر چیز، مخزن غرایز سرکوب شده است، حال آن که، معنویت نیز می تواند ناخودآگاه باشد.

به رأی فرانکل، هستی انسان، هستی معنوی است. با ابتدا بر هستی معنوی، شخصی و وجودی است که انسان بودن یکپارچه می شود: بدین سان، هسته معنوی و فقط هسته معنوی است که یگانگی و تمامیت انسان را تشکیل داده و تضمین می کند تمامیت در این بافت به معنای یکپارچگی تنی، روانی و معنوی است. به اعتقاد فرانکل، این تمامیت ۳ گانه انسان بودن انسان را کامل می کند. «به هیچ روی نمی توان سخن گفتن از انسان را به عنوان صرفاً «کل روان- تنی» توجیه کرد. تن و روان می تواند وحدتی ایجاد کند، یعنی وحدت روانی- فیزیکی، اما این وحدت نماینده تمام انسانیت نیست.

این تمامیت، بدون معنویت، که زمینه اساسی آن است، نمی تواند وجود داشته باشد. تا زمانی که از تن و روان سخن بگویم، تمامیت ما رخت بر بسته است.» فرانکل بر آن است که تحلیل وجودی یا لوگو تراپی با کشف ناخودآگاه معنوی، از بلایی که روان کاوی به آن مبتلا شده بود، یعنی از نهادی کردن ناخودآگاه مصون مانده است.

۳) تحلیل وجودی در مرحله سوم، به کشف دینداری ناخودآگاه در درون ناخودآگاه معنوی نایل می شود. فرانکل می گوید: این دینداری ناخودآگاه را، که با تحلیل پدیدارشناختی نشان داده ام، باید در ربط و نسبتی نهان با تعالی فطری انسان فهمید. چنانچه کسی ترجیح دهد، می تواند این ربط و نسبت را بر حسب ارتباط میان خود متدانی (The immanent self) و یک توی متعالی (Transcendentthou) فهم کند.

هر قدر خواهان طرح ریزی و تدوین این رابطه به عنوان جزئی یگانه از ناخودآگاه باشیم، باز هم با چیزی مواجه هستیم که من آن را «ناخودآگاه متعالی» اصطلاح کرده ام. این مفهوم به این معناست که انسان همیشه- حتی در سطح ناخودآگاه- در ارتباطی آگاهانه با تعالی قرار دارد.

اگر شخص اشارتگر آگاهانه یک چنین ارتباطی را خدا بنامد، شایسته است که از یک خدای ناخودآگاه، سخن براند این سخن به این معناست که خدا برای انسان و همچنین رابطه انسان با خدا می تواند ناخودآگاه باشد. شاید مهمترین وظیفه درمانگر، یاری رساندن به مراجعه کننده در کشف دوباره دینداری نهانی باشد که در همه ما وجود دارد. فرانکل بر این نکته تأکید بسیار می نهد که رابطه ناخودآگاه انسان با خدا عمیقاً شخصی است. «خدای ناخودآگاه» را نمی توان به نادرست همچون نیروی غیرشخصی که در انسان فعال می شود، پنداشت.

به اعتقاد او این برداشت غلط همان اشتباه بزرگی است که یونگ اسیر آن شد. اعتبار کشف عناصر مشخصاً دینی را باید به یونگ داد. با این حال، به اعتقاد فرانکل، یونگ جای صحیح این دینداری ناخودآگاه انسان را نیافت و نتوانست خدای ناخودآگاه را در حوزه شخصی و وجودی قرار دهد. در عوض، آن را به حوزه غرایز و سوانق نسبت داد که در آنجا دینداری ناخودآگاه دیگر موضوعی اختیاری نبود.

فرانکل می گوید: به اعتقاد یونگ، در درون انسان چیزی دینی وجود دارد، اما در این صورت دیگر انسان دینی نیست. چیزی در درون انسان او را به سوی خدا می راند، اما او انتخاب نمی کند و پاسخگو نیست. نزد یونگ دینداری ناخودآگاه مقید به سر نمون های دینی متعلق به ناخودآگاه جمعی است. یونگ بر آن است که دینداری ناخودآگاه چندان ربطی به تصمیم شخصی ندارد، بلکه فرآیندی اساساً غیرشخصی، جمعی و سر نمونی است که در انسان روی می دهد، اما فرانکل بر این باور است که دینداری دقیقاً از آن رو نمی تواند در اصل از ناخودآگاه جمعی برآمده باشد که دین متضمن شخصی ترین تصمیمات انسان است، هر چند که فقط در سطح ناخودآگاه باشد. از دیدگاه او زندگی جاده پرپیچ و خمی است، پشت هر پیچ داستانی قرار دارد.

داستانی نیمه نوشته که اگر چه برخی از قسمت‌های آن بر ما تحمیل می‌شود اما در نهایت این ما هستیم که با زاویه دید خود به این قسمت‌ها شکل می‌دهیم، دیگر قسمت‌های آن را می‌سازیم. همه‌ی ما در زندگی گرفتار شرایطی می‌شویم که خود به وجود آورنده آن نبودیم، بیماری، مرگ عزیزی یا درست است که در به وجود آمدن آن‌ها آزاد نبودیم اما قادریم در مقابل مصیبت، خود تصمیم بگیریم که تسلیم شویم یا در مقابل آن قد علم کنیم. از دیدگاه فرانکل در هر مصیبتی معنایی نهفته است، اگر بپذیریم که جهانی که ما در آن زندگی می‌کنیم جهان مفاهیم و نشانه‌هاست، هر رویدادی پیامی است برای انسان هوشیار تا آن را خوب ببیند و پیام نهفته‌اش را درک کند. افراد با راهنمای روانشناسان میدان دید خود را وسعت دهند تا معنا و ارزش نهفته شده در آن مصیبت را ببینند آن گاه قادر خواهند بود شجاعانه آن را بپذیرند و با آن مبارزه کنند و وقتی به پذیرش برسند می‌توانند به وظایف و مسئولیت‌های خود رسیدگی کنند. انسان باید دریابد غم‌ها و مرگ است که واقعیت بودن و زندگی را توجیه می‌کند و وجود انسان را شکوفا می‌سازد و او را به تعالی می‌رساند پس باید این‌ها را از دریچه دیگری نگاه کرد. این همان نقطه‌ای است که هر جامعه به آن نیاز دارد. افراد در اجتماع نیاز دارند برای زندگی خود معنایی را پیدا کنند، اگر نتوانند این معنا را پیدا کنند دچار خلاء وجودی می‌شوند که منشاء اغلب ملالت‌ها و بی‌حوصلگی‌هاست که روزگار ما به شدت از این خلاء رنج می‌کشد و ما آن را به شکل افسردگی‌ها و وابستگی به داروهای روان‌گردان و خشم می‌بینیم. افراد یک اجتماع برای امرار معاش، گذران زندگی یا طی مسیر عمر فعالیت‌های مختلفی را انجام می‌دهد اگر این فعالیت‌ها هدفمند نباشد بعد از مدتی حتی در اوج موفقیت دچار سرخوردگی و افول می‌شود. این بی‌انگیزگی و سرخوردگی ناشی از فعالیت اشتباه نیست بلکه از نبودن هدفی مشخص که در راستای معنایی کلی و نگاه عمیق به زیستن است ناشی می‌شود. آیا تا به حال به معنای زندگی خود فکر کرده‌اید؟! بدون شک در دنیای امروز ما که پر از فراز و نشیب‌های متفاوت است ما به این معنا احتیاج داریم. هر یک از ما باید معنایی برای زندگی خود پیدا کنیم. معنا زندگی هر کس خاص و ویژه خود اوست زیرا برداشت هر کس از زندگی متفاوت است. شخصیت هر فرد مجموعه‌ای است از استعدادها بالقوه‌ای که در جودش قرار دارد، آنچه از کودکی در نحوه تربیت و تعلیم او در خانواده آموخته و آنچه جامعه به او می‌دهد مجموعه‌ای است از باورها، نگرش‌ها و باید و نبایدهایی که هنجارهای یک جامعه است. پس هر فرد متناسب با آنچه که از گذشته به همراه دارد معنایی خاص خود را برای زندگی متصور می‌شود.

به عقیده فرانکل معنای جویی حقیقتی انکارناپذیر در زندگی انسان است و ماهیت اصلی بشریت همین حقیقت است که الهام‌بخش وجود انسان می‌گردد. این معنا دارای نیروی شفابخشی است که می‌تواند به زندگی جهت دهد و فرد را برای رسیدن به هدفش یاری کند. اگر چه انسان قادر به جبران گذشته نیست اما با پیدا کردن راه آینده می‌تواند گذشته را آن گونه که دوست دارد جبران کند و راه خودشکوفایی استعدادهایش را پیدا کند. گذشته هر فرد هر قدر هم با شکست و ناکامی توأم باشد می‌تواند با نگاهی صحیح و عمیق راه موفقیت آینده را فراهم آورد. بسیاری اوقات کاستی‌ها همچون چراغ هشدار برای کسب موفقیت و تکامل در آینده عمل می‌کند.

امروزه از روش لوگوتراپی برای کمک به معنا دادن به زندگی افراد افسرده، افرادی که قصد خودکشی دارند، افرادی که بیماری صعب‌العلاج دارند، افرادی که با سوگ مواجه می‌شوند و ... استفاده می‌شود. به آنان کمک می‌کنند معنای آن حادثه را دریابند و با عینک جدید به آن اتفاق نگاه کنند و این راز فرانکل بود. مردی که پس از جنگ سرافرازانه به وطنش بازگشت و با روش جدید درمان به کمک همنوعانش شتافت. او به همنوعانش آموخت که گرد و غبار عینک خود را بزدایند و بدانند که به جای امکانات، می‌توانند واقعیت را در اختیار گیرند.

واقعیتی که محتوی آن تنها کارهای انجام داده شده نیست، بلکه عشق و محبتی است که به دردها و رنج‌هایی می‌ورزد که آن را شجاعانه به دوش می‌کشد.