



# Komunikacja w logoterapii jako przykład fenomenologicznego podejścia w poznaniu drugiego człowieka

Communication in logotherapy as an example of phenomenological approach in cognition of another human being

Kasper Sipowicz<sup>a</sup>, Marlena Podlecka<sup>b</sup>, Tadeusz Pietras<sup>c</sup>

<sup>a</sup> Dr Kasper Sipowicz, <https://orcid.org/0000-0001-7384-2899>, Katedra Interdyscyplinarnych Studiów nad Niepełnosprawnością, Akademia Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie

<sup>b</sup> Mrg Marlena Podlecka, <https://orcid.org/0000-0002-2213-374X>, Klinika Nerwic, Zaburzeń Osobowości i Odżywiania, Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie

<sup>c</sup> Dr hab. n. med. prof. ucz. Tadeusz Pietras, <https://orcid.org/0000-0003-1771-3819>, II Klinika Psychiatryczna, Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie

**Abstrakt:** Celem niniejszego artykułu jest zarysowanie problematyki komunikacji w logoterapii na gruncie komunikacji egzystencjalnej, której fundamentem jest fenomenologiczne nastawienie w poznawaniu drugiego człowieka. Podstawowe założenia logoterapii przedstawione zostały w kontekście problematyki umiejscowienia psychoterapii wobec pytania o jej istotę, a zarazem zasadniczy katalizator zmiany terapeutycznej – techniki wypracowane w oparciu o dowody empiryczne czy też relacja terapeutyczna. W kolejnej części artykułu zarysowany został kształt komunikacji egzystencjalnej wg Karla Jaspersa w kontekście fenomenologicznego poznania drugiego człowieka. Na gruncie logoterapii pełne autentycznej akceptacji i pozbawione gotowych wzorców interpretacyjnych spotkanie Ja i Ty pozwala odkryć wolność "ku", będącą przestrzenią autentycznego wybierania i urzeczywistniania wartości, przyjmowania odpowiedzialności za własną egzystencję, a co za tym idzie – doświadczania sensu.

**Słowa kluczowe:** logoterapia, sens życia, wartości, komunikacja egzystencjalna, fenomenologia

**Abstract:** The aim of this paper is to outline the issue of communication in logotherapy based on existential communication, the foundation of which is phenomenological cognition of another human being. The basic assumptions of logotherapy have been presented in the context of the issue of the location of psychotherapy in relation to the question of its essence, and at the same time the basic catalyst for therapeutic change – the techniques developed on the basis of empirical evidence, or a therapeutic relationship. The next part of the article outlines the form of existential communication according to Karl Jaspers in the context of phenomenological cognition of another human being. On the background of logotherapy, the meeting of Me and You, full of authentic acceptance and devoid of ready-made interpretative patterns, allows us to discover the freedom "to", which provides a space for authentic selection and implementation of values, taking responsibility for one's own existence, and consequently – experiencing the meaning of life.

**Keywords:** logotherapy, meaning of life, values, existential communication, phenomenology

## Wstęp

Jednym z najbardziej fundamentalnych pytań współczesnej psychoterapii jest kwestia rozumienia jej jako sztuki albo techniki. Wraz z pojawieniem się koncepcji EBP (evidence-based psychotherapy) w latach 90 XX w. (Chrzastowski, 2019) wyznaczone zostały pewne standardy, kierujące wiedzę, jaką operuje owa dziedzina od pseudonaukowych koncepcji wspieranych indywidualną intuicją i doświadczeniem terapeuty ku twierdzeniom zweryfikowanym empirycznie i konstruowaniu procedur i technik

o wymiernej skuteczności (Cook, Schwartz, Kaslow, 2017). Tym samym uwaga skierowana została na pytanie o to, co tak naprawdę leczy pacjenta w toku terapii. Zdaniem wielu współczesnych autorów osoba terapeuty i relacja terapeutyczna stanowi podstawowy czynnik leczący bez względu na nurt terapii (Norcross, 2010; Wachtel 2012). Jednak nadmierne postrzeganie psychoterapii jako rodzaju sztuki skutkować może osuwaniem się owej dziedziny w obszar szarlatanerii, gdzie rugowana jest wiedza empiryczna.

Zdaniem Viktora E. Frankla (2019), twórcy podstawowych założeń logoterapii, psychoterapia jest zarówno sztuką, jak i techniką, a każda skrajność stanowi czysty artefakt, jako zjawisko samoistnie wykluczające się w praktyce. Continuum sytuacji terapeutycznych otwierające się między ekstremami obfituje w zróżnicowane możliwości, wśród których zarówno egzystencjalne spotkanie człowieka z człowiekiem, jakim jest relacja terapeutyczna, jak i każda technika oraz metoda w określonym kontekście sytuacyjnym mają swoją wartość. Jak konstatuje Frankl (2017), psychoterapii rozumianej jako sztuka najbliższej jest do autentycznego egzystencjalnego spotkania, a zatem "egzystencjalnej komunikacji" w rozumieniu Karla Jaspersa (1998, 2009).

Frankłowska logoterapia, nazywana też psychoterapią skoncentrowaną na sensie, wykorzystuje bogaty repertuar właściwych sobie technik (Marshall, Marshall, 2012; Dhezelic, Ghanoum, 2015), dla których podstawowym medium jest komunikacja (Lukas, 1998; Lukas, 1999). Komunikacja w logoterapii nie ogranicza się jednak do przekazu językowego. Stanowi fenomen interpersonalny, w którego mocy leży wydobyć człowieka spośród pustki egzystencjalnej poprzez poszukiwanie znaczeń, sensów i wartości. Techniki wykorzystywane w logoterapii nie wyznaczają sztywnych ram postępowania, nie zakładają także wiernego realizowania "przepisu" na terapię – wykorzystywane są w sposób płynny dla nadania toku procesowi komunikacji, której sednem jest fenomenologiczne poznanie drugiego człowieka.

Celem niniejszego artykułu jest zarysowanie procesu logoterapeutycznego w kontekście fenomenologicznie ukierunkowanego spotkania, jakim jest szeroko rozumiana komunikacja między pacjentem a terapeutą.

## 1. Relacja terapeutyczna w aspekcie podstawowych założeń logoterapii

Proces komunikacji osadzony jest zawsze w specyfice relacji, jaka łączy komunikujące się ze sobą osoby (Wachtel, 2012). Zasadniczo wszystkie nurty psychoterapii zgodnie upatrują w relacji terapeutycznej warunku koniecznego (choć niewystarczającego) dla zaistnienia

procesu psychoterapii (Aleksandrowicz, 2000) i jednego z ważniejszych czynników leczących (Czabała, 2006). Różnicę stanowi definiowanie kształtu owego związku terapeutycznego i jego roli w procesie zmiany. Odwołując się bowiem do opisanego wcześniej rozdziału między psychoterapią rozumianą jako sztuka lub technika należy podkreślić, iż w niektórych ujęciach relacje te stanowią same w sobie fundamentalny nośnik pomocy psychoterapeutycznej, przy czym techniki terapeutyczne uznawane są zaledwie za pretekst dla nawiązania i podtrzymywania komunikacji między pacjentem a psychoterapeutą. Na drugim zaś krańcu odnaleźć można stanowisko, zgodnie z którym technika opracowana w oparciu o dowody naukowe skuteczna jest bez względu na osobę terapeuty i więź między terapeutą a pacjentem (Trzebińska, 2005).

Na tle przedstawionych rozważań logoterapia jawi się jako myśl w pewien sposób eklektyczna. Opiera się bowiem z jednej strony na ukierunkowanym fenomenologicznie byciu z drugim człowiekiem, z drugiej zaś na poruszaniu się w obrębie nie tyle specyficznych technik, co praktycznych implikacji frankłowskiej filozofii i antropologii. Sama relacja okazałaby się tym samym niewystarczająca dla osiągnięcia zmiany, jednak materiał filozoficzno-antropologiczny (logoteoria) i techniki, jakimi operuje logoterapia, również nie mogą obyć się bez egzystencjalnego spotkania terapeuty z pacjentem podkreślającego podmiotowość i godność człowieka. W logoterapii nauka i mądrość jest bowiem niczym bez odrobiny człowieczeństwa (Frankl, 2018). Jak podkreśla Frankl (2017), logoterapia jest zarówno sztuką, jak i techniką – dynamicznym punktem na kontinuum, którego aktualne położenie jest wypadkową wielu indywidualnych czynników. Psychoterapia frankłowska jest czymś znacznie więcej niż "inżynierią terapeutyczną" ukierunkowaną na określoną zmianę – opiera się na zbliżeniu dwóch istot ludzkich, spośród których każda reprezentuje swój własny sens istnienia (Leontiev, 2016).

Z pewnością osobowość terapeuty i nawiązywana za jej pomocą relacja terapeutyczna stanowi fundament w procesie logoterapii. Nasuwa się zatem pytanie o to, jaki jest kształt i specyfika komunikacji logoterapeutycznej.

Przyglądając się polskiej i światowej literaturze logoterapeutycznej zauważyć można, iż obfituje ona przede wszystkim w dociekania natury filozoficznej i antropologicznej. Niewiele jest publikacji dotyczących specyficznych dla owego nurtu technik, a procedury posługiwania się nimi mają raczej charakter ogólnych założeń i inspiracji ukierunkowujących komunikację niż konkretnych wytycznych. Stosunek ten stanowi doskonałą ilustrację istoty procesu logoterapeutycznego, który rozumieć można jako „uzdawianie poprzez sens” (Fabry, 1968). Kwestia stosunków między logoterapeutą a pacjentem i właściwej komunikacji zwykle nie jest akcentowana. Wyłania się jednak w sposób pośredni na drodze analizy podstawowych założeń logoterapii – właśnie w aspekcie filozoficzno-antropologicznym. Trudno jest wyobrazić sobie psychoterapię nie zakorzenioną we właściwej sobie teorii człowieka (Frankl, 2018), jednak dla logoterapii fundament ten w sposób szczególny stanowi istotę samego procesu. Jak bowiem wskazuje M.S. Dezelic oraz G. Ghanoum (2015), logoterapia jest nie tylko psychoterapią, ale także filozofią życia i antropologią człowieka. Proces terapeutyczny stanowi zatem niejako zatapianie się w proponowanym przez logoterapię obrazie człowieka i świata.

Logoterapia (łac. *logos* – sens), określana też mianem psychoterapii skoncentrowanej na sensie, charakteryzuje się określoną wizją postrzegania człowieka i jego miejsca w świecie, a w szczególności interesuje się zagadnieniem metamotywacji egzystencji człowieka – oscyluje bowiem wokół pytania o sens życia i możliwość doświadczania szczęścia w obliczu kolei losu (Lukas, 1998). Logoterapia opiera się na trzech fundamentalnych koncepcjach: wolnej woli, woli sensu i sensie życia (Frankl, 2019).

Wolność w ujęciu franklowskim stanowi antidotum na determinizm psychofizycznego wymiaru egzystencji. Wolność ta bowiem nie jest wszechmocą w rozumieniu niezależności od jakichkolwiek uwarunkowań (biologicznych, psychicznych czy też społecznych), ale swobodą ku wybraniu odpowiedzialności za własną postawę wobec owych uwarunkowań (Leontiev, 2016). Człowiek dociera do prawdziwego człowieczeństwa wznosząc się w wymiar wolności, co możliwe jest poprzez samotranscendencję (Frankl, 2017). Fenomen ów odzwierciedla zdolność czło-

wieka do przekroczenia samego siebie w wymiarze psychofizycznym i osiągnięcie wymiaru noetycznego (duchowego), a zatem przyjęcie postawy względem samego siebie – psychicznych i somatycznych możliwości i trudności, a w tym także symptomów chorób i zaburzeń oraz własnego cierpienia. Noetyczny wymiar egzystencji jest przestrzenią kształtowania własnego charakteru i przyjmowania odpowiedzialności za to, kim się stajemy. Człowiek dociera do obszaru noetycznego, „ilekroć oddaje się refleksji na swój temat lub, jeśli zachodzi taka potrzeba, kiedy odrzuca samego siebie, czyni z siebie obiekt lub kwestionuje sam siebie, okazuje, że posiada świadomość samego siebie albo że ma sumienie” (Frankl, 2018, s. 30). To właśnie w noetycznym wymiarze egzystencji człowiek odczuwa pragnienie sensu i dysponuje wolnością do odnalezienia i wypełnienia go.

Wola sensu stanowi odpowiedź na stwierdzenie G.F. Allporta (1960), zgodnie z którym w każdym momencie umysłem człowieka nieprzerwanie kieruje jakaś intencja. Zdaniem Frankla (2017) nadrzędną motywacją egzystencji człowieka jest pragnienie sensu – zarówno w wymiarze uniwersalnym (sens życia, *nadsens*), jak i częściowym (sens poszczególnych sytuacji). Sens jest zawsze implikowanym znaczeniem i chociaż ukryty jest w sytuacjach i okolicznościach życiowych w sposób immanentny i obiektywny, to odkrywanie go przez człowieka odbywa się na drodze subiektywnej interpretacji i obarczonych wieloma błędami poszukiwań. Logoterapeuta nie jest więc depozytariuszem żadnej prawdy absolutnej i poszukuje znaczeń, myląc się i korygując prawdy względne na równi z pacjentem (Frankl, 1984). Człowiek wypełnia swoje sensy poprzez urzeczywistnianie wartości, co może zostać zrealizowane w następujący sposób:

1. Poprzez działanie i kształtowanie świata,
2. Poprzez doświadczanie i przeżywanie świata,
3. Poprzez znoszenie losu, a w szczególności cierpienia (Frankl, 2019).

Istotą logoterapii jest zatem odkrywanie znaczeń, urzeczywistnianie wartości, a w efekcie doświadczanie sensowności poszczególnych okoliczności życiowych i własnej egzystencji w ogóle, natomiast rolą logoterapeuty – w szczególny sposób towarzy-

żyć pacjentowi w tym procesie i współtworzyć go. Cóż jednak oznacza owo towarzyszenie i współtworzenie? Jak wspomniano wcześniej, publikacje z zakresu logoterapii nie dostarczają wprost odpowiedzi na to pytanie. Rozwiązania tego problemu należy poszukiwać implicytnie.

## 2. Logoterapia jako fenomenologiczne poznanie noetycznego wymiaru egzystencji

Kwestią kluczową dla postawionego wcześniej pytania okazuje się fenomenologia, rozumiana jako pozbawiona supozycji optyka postrzegania. Na gruncie logoterapeutycznym będzie to poznawanie egzystencji poza wzorcami interpretacyjnymi i wyjaśnieniami oferowanymi przez chociażby hipotezy psychodynamiczne czy też socjoekonomiczne. Człowiek postrzegany jest jako pełen godności podmiot dysponujący wolnością osiąganą poprzez transcendencję w wymiarze noetycznym oraz gotowością do przyjmowania odpowiedzialności za swoją egzystencję. Optyka fenomenologiczna uwalnia człowieka od bycia bezradnym przedmiotem – ofiarą uwarunkowań biologicznych, psychicznych społecznych czy też ścierających się popędów (Frankl, 2018).

Nastawienie fenomenologiczne stosowane w logoterapii odnosi się bezpośrednio do komunikacji egzystencjalnej i stanowi niejako jej ukoronowanie. Należy bowiem rozumieć, iż komunikacja może być rozumiana na różnych poziomach, a z perspektywy psychoterapii obejmuje zarówno wymianę informacji, jak i aspekt relacyjny. K. Jaspers (1998) nadaje komunikacji szczególne znaczenie, pojmując ją jako awers samotności, a przede wszystkim najwyższą formę bycia sobą i przeżywania w pełni własnej tożsamości poprzez bycie razem. Jak konstatuje M.

Żelazny (2011), człowiek w wymiarze egzystencjalnym objawić się może zarówno sobie, jak i światu dopiero w dialogu z drugim człowiekiem.

Wymiary komunikowania się w ujęciu Jaspersa (2009) obejmują obszar *Dasein I* (bycie tu oto), a zatem istnienie empiryczne oraz obszar egzystencjalny. Człowiek decyduje o sobie w ramach możliwości (potencjalności) wpisanych w *Dasein* (czyli jego specyfikę bytowania). Egzystencji nie da się wprost zgłębić, jednakowoż można ją rozjaśnić, a zatem wydobyć z ciemności to, kim człowiek jest. Jedną z możliwych dróg owego rozjaśnienia jest komunikacja, będąca odkrywaniem człowieczeństwa partnera oraz własnego poprzez bycie w relacji. Jaspers (1998, 2009) podkreśla, że człowiekiem można być tylko we wspólnocie, a Ja istnieje zawsze w odniesieniu do Ty. To właśnie akt zbliżenia z drugą osobą konstytuuje istnienie egzystencjalne, a zarazem pozwala go doświadczyć. Człowiek może stać się sobą w sposób autentyczny tylko dzięki drugiemu, bo bycie z drugim wyprzedza bycie sobą. Nie jest tak, że początkowo istnieć można jako wyizolowana osoba, aby potem wejść w relacje interpersonalne. Jedynie akt zbliżenia do kogoś innego sprawia, że człowiek może powiedzieć o sobie „jestem”.

Człowiek składa się z wielu przenikających się wymiarów, istnieje zatem wiele poziomów komunikacji. Empiryczne bycie tu oto (*Dasein*) dąży do zaspokojenia doraźnych potrzeb – komunikacja na tym poziomie jest zatem wymianą informacji służącą przetrwaniu. Zdaniem Jaspersa (1991) jedynymi celami człowieka w wymiarze *Dasein* jest własne szczęście, przetrwanie i pomnażanie. Interakcja na poziomie *empirycznym* okazuje się niewystarczająca wraz z uświadomieniem sobie, że wybrzmiało już wszystko, co wiadome z perspektywy psychologii, biologii, chemii, fizyki itp.

Komunikowanie się na poziomie *Dasein* analogicznie przyrównać można na gruncie franklowskiej ontologii dymensjonalnej<sup>2</sup> (2018) do relacji z drugim człowiekiem wyłącznie na poziomie fizycznym

1 M. Żelazny (2011) proponuje tłumaczyć *Dasein* w ujęciu K. Jaspersa jako “bycie tu oto”. Wyrażenie to zawiera w sobie poznawalność (dostępność poznawczą) oraz temporalny charakter. *Dasein* wyraża zatem człowieka istniejącego tu i teraz, w określonym kontekście sytuacyjnym, poznawalnego z wykorzystaniem metodologii nauk biologicznych, psychologicznych i społecznych.

2 Aby przybliżyć rozumienie człowieka w wymiarze biologicznym (najniższym), psychicznym i noetycznym (najwyższym), Frankl (1984, 2017, 2018) wprowadza ontologię dymensjonalną, będącą rodzajem geometrycznej metafory ilustrującej złożoność istnienia człowieka jako bytu zarazem biologicznego, psychicznego i noetycznego. Pierwsze prawo ontologii dymensjonalnej wskazuje, iż rzut jednego przedmiotu na inne, niższe wymiary skutkuje rozbieżnościami. Drugie prawo głosi z kolei, iż rzuty różnych przedmiotów na jeden, niższy wymiar skutkują izomorfizmem.

i psychicznym z pominięciem wymiaru noetycznego. Tego rodzaju więź wydaje się jałowa i odarta jest z czegoś znacznie wyższego, co wypełnia i ożywia dialog (wykreślić). Istota człowieczeństwa wykracza bowiem “poza wszystko, co może o sobie wiedzieć” człowiek (Jaspers, 1998, s. 43). Autentyczne spotkanie Ja i Ty możliwe jest dzięki zdolności człowieka do samotranscendencji, a zatem przekraczania swojej psychofizyczności (analogicznie do *Dasein*) dla ujrzenia na poziomie noetycznym drugiej osoby i uniwersum istniejących dla niej sensów.

Tak rozumiana komunikacja egzystencjalna jest wyrazem fenomenologicznego poznania drugiego człowieka. Będąc fundamentem spotkania logoterapeutycznego nie osadza pacjenta w roli przedmiotu, kształtowanego wedle wzorca definiującego zdrowie psychiczne. Opiera się na pełnej akceptacji i otwartości na egzystencję pacjenta, spojrzeniu kwestionującym własne przekonania i supozycje. Logoterapia jest czymś znacznie więcej niż inżynierią psychologiczną, opiera się bowiem na zbliżeniu dwóch istot ludzkich, a każda z nich reprezentuje własny sens istnienia (Frankl, 2018).

Istotą logoterapii jest “uzdrawianie poprzez sens” (Fabry, 1968), a zatem poszukiwanie znaczeń i sensów partykularnych oraz nadsensu poprzez rozpoznawanie i urzeczywistnianie wartości. Rolą logoterapeuty jest towarzyszyć pacjentowi w tym procesie poprzez afirmowanie jego godności i podmiotowości. Z pozoru błahe i niemal oczywiste stwierdzenie odsłania de facto fundamenty oddziaływań logoterapeutycznych. Jak konstatuje J. Fabry (1981, s. 11), “kiedy traktujemy człowieka jak zwierzę, które można tresować lub maszynę, którą można programować czynimy człowieka niczym więcej jak tylko zwierzęciem lub maszyną.” Jeśli zaś uświadomimy mu pełnię jego człowieczeństwa objawiającą się w noetycznym wymiarze istnienia, wspieramy go tym samym w osiągnięciu owego człowieczeństwa.

Logoterapeuta odkrywa wraz z pacjentem nie-uświadomioną często wolność “ku”. Wolność tkwiąca w noetycznym wymiarze egzystencji pozwala wyjść poza uwarunkowania i ograniczenia psychofizycznego bytu, które “popychają” człowieka do automatycznych odpowiedzi na pytania stawiane przez życie. Owa wolność jest przestrzenią autentycznego wy-

bierania i urzeczywistniania wartości, przyjmowania odpowiedzialności za własną egzystencję, a co za tym idzie—doświadczenia sensu.

Logoterapii daleko jednak do podejścia moralistycznego (Popielski, 2018). Terapeuta zbliża się do pacjenta z ontologiczną pokorą i akceptacją, uznając jego prawo do kształtowania swojego życia zgodnie z własnym sumieniem. Owo sumienie stanowi pojęcie kluczowe i rozumiane jest na gruncie logoteorii jako intuicyjna zdolność do odnajdywania sensu konkretnych sytuacji. Żywe i czułe sumienie jest kompasem aksjologicznym, który chroni przed doświadczaniem pustki egzystencjalnej. Logoterapeuta nie może narzucać pacjentowi swojego systemu wartości i dostrzeganych przez siebie sensów. Jego rolą jest stworzenie pacjentowi możliwości wsłuchania się w głos własnego sumienia.

Nasuwa się tym samym pytanie o zarysowującą się w ten sposób różnorodność aksjologiczną i wyłaniający się relatywizm. Jeśli bowiem komunikacja egzystencjalna i fenomenologiczne poznanie zakłada wsłuchanie się w człowieka na poziomie noetycznym z pełną akceptacją, to czy wiąże się to z pewnego rodzaju aksjologicznym permissywyzmem i chaosem, a co za tym idzie jałowością?

Należy rozumieć, iż człowiek nie kreuje własnego sensu, a jedynie odkrywa sens ukryty w tym, co go spotyka. W każdej sytuacji tkwi wyłącznie jeden prawdziwy sens, którego istnienie ma charakter stały i obiektywny. Jednak odkrywanie to ma posmak intuicyjnych poszukiwań i interpretacji, a zatem obarczone jest błędem (Frankl, 2018). Wynika z tego, iż zarówno pacjent, jak i logoterapeuta nigdy nie mogą być pewni prawdziwości sensów, którymi są oddani.

Logoterapeuta nie poucza pacjenta, a jedynie uwalnia jego sumienie, a także wskazuje wolność i odpowiedzialność drżące w godności bycia człowiekiem. Towarzyszy odkrywaniu, klaryfikacji i urzeczywistnianiu wartości—tego, co można przeżyć i doświadczyć, stworzyć i dać z siebie. Wskazuje, że egzystencjalny wybór zawsze jest możliwy, chociażby pod postacią przyjęcia postawy wobec tego, co nieuchronne, wspierając pacjenta w świadomym przyjmowaniu odpowiedzialności za to, kim jest. Logoterapeuta odsuwa na bok wszelkie wzorce interpretacyjne i przygląda się pacjentowi w sposób

pełen akceptacji, dostrzegając w nim niepowtarzalną istotę ludzką o przyrodzonej godności. Określa go fenomenologiczna ciekawość w obliczu egzystencjalnego spotkania z drugim człowiekiem i noetycznym wymiarem jego osobowości. Bowiem z komunikacji na poziomie egzystencjalnym "(...) wypływają najjaśniejsze momenty, a ich bogactwo składa się na wagę życia" (Jaspers, 2009, s. 221).

## Bibliografia

- Aleksandrowicz, J. (2000). *Psychoterapia. Podręcznik dla studentów, lekarzy i psychologów*. Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL.
- Allport, G.F. (1960). *Personality and social encounter*. Boston: Beacon Press.
- Chrzastowski, S. (2019). Praktyka psychoterapeutyczna oparta na danych naukowych – za i przeciw. *Psychoterapia*, 2(189), 45-57.
- Cook, S.C., Schwartz, A.C., Kaslow, N.J. (2017). Evidence-Based Psychotherapy: Advantages and Challenges. *Neurotherapeutics*, 14, 537-545.
- Czabała, J.C. (2006). *Czynniki leczące w psychoterapii*. Warszawa: Wydawnictwo PWN.
- Dezelic, M.S., Ghanoum, G. (2015). *Meaning-centered therapy manual. Logotherapy & existential analysis brief therapy protocol for group & individual sessions*. Miami: Presence Press International.
- Fabry, J.B. (1968). *The pursuit of meaning: logotherapy applied to life*. Boston: Beacon Press.
- Fabry, J. (1981). The frontiers of logotherapy. *The International Forum for Logotherapy*, 4, 3-11.
- Frankl, V. (1984). *Homo Patiens. Logoterapia i jej kliniczne zastosowanie. Pluralizm nauk a jedność człowieka. Człowiek wolny*. Warszawa: Instytut Wydawniczy Pax.
- Frankl, V. (2017). *Lekarz i dusza. Wprowadzenie do logoterapii i analizy egzystencjalnej*. Warszawa: Czarna Owca.
- Frankl, V. (2018). *Wola sensu. Założenia i zastosowanie logoterapii*. Warszawa: Czarna Owca.
- Frankl, V. (2019). *Człowiek w poszukiwaniu sensu*. Warszawa: Czarna Owca.
- Jaspers, K. (1991). *Rozum i egzystencja. Nietzsche a chrześcijaństwo*. Warszawa: PWN.

## Podsumowanie

Fenomenologiczne poznanie drugiego człowieka stanowi zasadniczy fundament logoterapii, jest bowiem czystym spojrzeniem, które mierzy prosto w prawdziwe człowieczeństwo istoty ludzkiej. Zbliżenie terapeuty i pacjenta na drodze komunikacji egzystencjalnej eksponuje noetyczny wymiar istnienia i pozwala dostrzegać wolność, odpowiedzialność i sumienie pacjenta ponad uwarunkowaniami biopsychosocjalnym.

- Jaspers, K. (1998). *Wprowadzenie do filozofii*. Warszawa: Wydawnictwo Siedmioróg.
- Jaspers, K. (2009). Filozofia. Wprowadzenie do filozofii. *Filozofia*, 9(9), 223-268.
- Leontiev, D. (2016). Logotherapy beyond psychotherapy: dealing with the spiritual dimension. In: A. Batthyany (ed.), *Logotherapy and existential analysis. Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna*. Volume 1. Wiedeń: Springer.
- Lukas, E. (1998). *Logotherapy textbook*. Toronto: Liberty Press.
- Lukas, E. (1999). "Key Words" as a guarantee against the imposition of values by the therapist. *The IFL*, 22(1), 1-7.
- Marshall, M., Marshall, E. (2012). *Logotherapy revisited. Review of the tenets of Viktor E. Frankl's logotherapy*. Ottawa, Ontario: Ottawa Institute of Logotherapy.
- Norcross, J.C. (2010). The therapeutic relationship. In: B.L. Duncan, S.D. Miller, B.E. Wampold, M.A. Humble (eds.), *The heart and soul of change: Delivering what works in therapy*. Washington: American Psychological Association.
- Popielski, K. (2018). *Noetyczny wymiar osobowości. Psychologiczna analiza sensu życia*. Lublin: Institute of Biofeedback and Noo-psycho-somatic.
- Schulenberg, S.E., Nassif, C., Hutzell, R.R., Rogina, J.M. (2008). Logotherapy for clinical practice. *Psychotherapy Theory, Research, Practice, Training*, 45(4), 447-463.
- Trzebińska, E. (2005). Kontakt. W: L. Grzesiuk (red.), *Psychoterapia. Teoria. Podręcznik akademicki*. Warszawa: Eneteia.
- Wachtel, P.L. (2012). *Komunikacja terapeutyczna*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Żelazny, M. (2011). *Filozofia i psychologia egzystencjalna*. Toruń: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika.