

## logotherapy

kodrat manusia → 3 tiang

- menentang kondisi manusia  
kebebasan sebagai sesuatu yang  
kemauan ditentukan oleh insting  
biologis, konflik masa kanak2,  
kekuatan eksternal; kita  
bebas memilih reaksi kita thd  
kondisi2 ini
- (2)(3) kebutuhan manusia utk  
kemauan terus mencari arti untuk  
akan arti memberi maksud pada  
eksistenso
- arti kehidupan

logos: arti/meaning

## noogenic neurosis

noogenic neurosis: kurang arti dalam  
kehidupan

keadaan tanpa arti, tujuan atau maksud;  
hampa

hidup tidak bergairah → ada dalam  
kekosongan eksistensial

ada dalam banyak kebudayaan

solusi: menemukan kembali pengertian/arti  
kehidupan

## cara logoterapi memberi makna hidup

memberi kepada dunia lewat penciptaan

sesuatu yang kita ambil dari dunia dalam  
pengalaman

sikap yang diambil thd penderitaan

## kodrat eksistensi manusia sehat

hakikat eksistensi manusia: spiritualitas,  
kebebasan, tanggung jawab

spiritual- roh/jiwa  
itas:

kebebasan: tidak didikte faktor non-sp-  
iritual (insting, lingkungan);  
harus memilih bagaimana  
berperilaku

## kodrat eksistensi manusia sehat (cont)

tanggung bebas memilih & harus  
jawab: bertanggung jawab

## dorongan kepribadian sehat

kemauan akan arti → dorongan paling  
fundamentla

mencari arti → tegangan batin  
membingungkan, dilihat frankl sbg  
menantang, prasyarat  
menambah tegangan kesehatan  
batin batin psikologis

kehidupan tanpa tersiksa dalam  
tegangan → stabilitas noogenic  
& keseimbangan neurosis  
tegangan batin

kepribadian sehat mengandung tingkat  
tegangan tertentu → antara apa yang telah  
dicapai & yang harusnya dicapai

tidak berusaha mencari arti hidup → sebab  
kekosongan eksistensial

## sistem nilai fundamental

3 sistem nilai fundamental yg berhubungan  
dgn 3 cara beri arti hidup

nilai daya	nilai	nilai sikap
cipta	pengalaman	
terkait	penerimaan	nilai yg
pemberian	dari dunia;	meresponi
kpd dunia;	bisa beri arti	2 nilai
diwujudkan	banyak (ex;	sebelumnya
dgn aktivitas	kreativitas)	
kreatif		
produktif		

## transendensi diri

Orang yang menemukan arti dalam hidup,  
mencapai keadaan transendensi diri,  
keadaan yang terakhir untuk kepribadian  
sehat.

## kodrat org yg mengatasi diri

dorongan utama hidup → mencari makna  
hidup

semakin berjuang utk kesenangan →  
kesenangan semakin tidak ditemukan

kebahagiaan & kenikmatan bukan tujuan  
hidup

frankl membandingkan kualitas transe-  
ndensi diri dgn kemampuan mata manusia  
utk melihat dunia diluar dirinya yg langsung  
dihubungkan dgn ketidakmampuan mata  
melihat sesuatu dalam diri

**aktualisasi berlawanan dgn transe-  
ndensi diri & bisa dicapai hanya sbg  
akibat sekunder penemuan arti hidup**

pandangan frankl ini bertentangan dgn  
pendapat ahli lain dimana *tujuan manusia:*  
*aktualisasi diri*

## sifat kepribadian sehat

bebas memilih tindakan sendiri

secara pribadi bertanggung jawab thd  
tingkah laku

tidak dipengaruhi kekuatan eksternal

telah menemukan arti hidup yg sesuai  
degannya

mengontrol hidup scr sadar

mampu mengungkapkan daya cipta, nilai  
pengalaman, nilai sikap

telah mengatasi perhatian atas diri



By nasyidazahr