**Análisis del libro: El hombre en busca de sentido de Viktor Frankl**

Freddy Patricio Marcillo Rivadeneira

La definición del sentido de la vida varía a lo largo del campo, que van desde la coherencia de la propia vida [1,2] las metas interesantes o intencionalidad (por ejemplo, *“La significación ontológica de la vida desde el punto de vista de la persona experimentar")* [3]. Otros en cambio ofrecen definiciones semánticas: *"¿Qué significa mi vida?"*. [4,5] Del mismo modo, hay diversidad en perspectivas sobre ¿Cómo lograr un sentido a la vida? Debido a que no hay la existencia de un significado universal que pueda prácticamente caber la vida de todos [6], cada persona debe crear significado en su propia vida [7], ya sea a través de la búsqueda de objetivos importantes [8] o incluso de la manera el desarrollo de una narrativa coherente vida [9,10]. Baumeister (1991) manifestó que una sensación de significado puede ser alcanzado a través de la reunión de las necesidades de valor, el objetivo de la eficacia, y la autoestima. En cambio, la otra parte ha señalado la importancia de la toma de decisiones y la acción cotidiana [11] o de autotrascendencia en la creación de lo que significa. [12.13] No cabe duda, incluso a pesar de estas diferencias en las definiciones mostradas anteriormente, aquellos teóricos consideran uniformemente significado como crucial. La significativa de la vida se ha equiparado directamente con la vida auténtica [9], y en las teorías eudaimónica de bienestar, que tienden a centrarse en el crecimiento personal y fortalezas psicológicas más allá del efecto agradable, es el significado he ahí su importancia, ya sea como un componente crítico [14]. Frankl (1963) argumenta que los seres humanos se caracterizan por una "*voluntad de sentido*", un impulso innato de encontrar el sentido y significado en sus vidas, y que el fracaso para lograr resultados de significado en la angustia psicológica, pero las investigaciones han apoyado este proyecto de enlace entre la falta de significado y los trastornos psicológicos a raíz de la maximización de la propio afecto, el sentido es importante, ya sea como un componente crítico.

Tener menos significado en la vida tiene ha asociado con una mayor necesidad de tratamiento [1], la depresión y la ansiedad [15] y la ideación suicida y el abuso de sustancias (por ejemplo, Harlow, Newcomb, y Bentler, 1986), de acuerdo a la literatura [16], así como otras formas de angustia. Tener más significado ha sido positivamente relacionado con el disfrute del trabajo, satisfacción con la vida, y la felicidad [15, 17,18], entre otras medidas de funcionamiento saludable psicológico.

El famoso psicólogo, Viktor Frankl E, en su libro: “*El hombre en busca de sentido*” argumenta que, incluso durante el estrés y el sufrimiento extremo, el hombre puede estar a la altura y demostrar en sí mucho carácter. En los campos de concentración nazis, en las condiciones perversamente inhumanas, la única libertad humana que quedaba era la capacidad de poder elegir su propia actitud en un determinado conjunto de circunstancias, inclusive algunos presos habían demostrado su capacidad para estar a la altura, en cambio la otra parte se derrumbaba. Aquellas personas que sobrevivieron fueron claramente los que encontraron significado incluso en todo su sufrimiento. En la experiencias en un campo de concentración, Frankl de similar forma relata las experiencias de los prisioneros en los campos de concentración en tres fases, cuando se ha perdido el sentido de la vida, es posible reencontrarlo, de ahí la primera el período de entrada en el campo, la segunda el período durante el cual el preso está muy arraigado en la rutina del campamento, y la tercera el período posterior a la liberación y la liberación. Durante la primera fase, los prisioneros sufrieron choques emocionales. En la segunda fase, los prisioneros desarrollaron apatía. Se volvieron insensibles a los golpes diarios y horarios, y desarrollaron un caparazón protector. La apatía se convirtió en un mecanismo necesario de autodefensa. Debido a la desnutrición severa, el deseo por la comida fue el principal instinto primitivo en torno al cual la vida mental centrada. Con la mayoría de los prisioneros, el esfuerzo de tener que concentrarse sólo en el ahorro de la piel de uno llevó a un total desprecio de todo lo que no sirve ese propósito. Después de la liberación, se inició la tercera fase. Además de la conmoción resultante de la liberación repentina de la presión mental, la amargura y la desilusión amenazaron con dañar el carácter de los prisioneros liberados cuando regresaron a su antigua vida. A su regreso, se encontraron con que en muchos lugares se encontraron sólo con un encogimiento de hombros. Se convirtieron en amargo y comenzó a preguntarse por qué se habían pasado por todo lo que tenían. Al oír las mismas frases en casi todas partes - "*Nosotros no sabíamos nada*", y "*Nosotros también hemos sufrido*", fue naturalmente frustrante [19]. La desilusión vino porque el destino en sí parecía tan cruel. Un hombre que durante años había pensado que había llegado al límite absoluto de lo posible el sufrimiento que ahora se encuentra que el sufrimiento no tiene límites, y que podría sufrir aún más intensamente. La importancia del amor, Frankl hace hincapié en que el amor es la última y la meta más alta a la que puede aspirar el hombre. La salvación del hombre es a través del amor y en el amor. Un hombre que no tiene nada en este mundo puede aún saber dicha, aunque sólo sea por un breve momento, en la contemplación de su amada. En una posición de total desolación, cuando su único logro puede consistir en soportar su sufrimiento en el camino correcto, el hombre puede lograr la plenitud llenando a sí mismo con los pensamientos y las imágenes de la derecha. El amor va más allá de lo físico. Se encuentra su significado más profundo en el ser espiritual del hombre, su ser interior. Sea o no está realmente presente, o aún con vida en absoluto, deja de tener importancia. Algunos de los prisioneros encontraron un refugio contra el vacío, la desolación y la pobreza espiritual de su existencia, al escapar hacia el pasado. Su imaginación juega con eventos pasados, queridos a menudo no importantes, pero los acontecimientos de menor importancia y las cosas insignificantes. Su recuerdo nostálgico ellos glorificado y que asumió un carácter extraño. En su mente, el autor tomó viajes en autobús, abrió la puerta de su apartamento, respondió las llamadas telefónicas y encendió la luz. A pesar de la apatía muchos prisioneros de los campos, tendían a congelar, vencido por las condiciones difíciles. Ellos tenían miedo de tomar decisiones y de adoptar cualquier iniciativa que sea, convencidos de que el destino era uno de maestría. ¿Por qué tratar de influir en él, sino que deja que siga su curso? Además, había una gran apatía. A veces, las decisiones relámpago había que hacer, las decisiones que escriben de vida o muerte. El prisionero hubiera preferido dejar que el destino tome la decisión por él. Este escape de compromiso fue más evidente cuando un preso tenía que decidir si debe o no hacer un intento de fuga. Además de su papel como mecanismo defensivo, la apatía fue también el resultado de otros factores como el hambre y la falta de sueño, que también contribuyó a la irritabilidad general de los prisioneros. La falta de sueño se debió en parte a la falta general de higiene y saneamiento, y la no disponibilidad de café y cigarrillos. Ahora bien muchos presos también sufrieron de complejo de inferioridad, prácticamente ellos habían sido personas importantes antes de entrar en el campamento, pero hora eran tratados como entidades no completas. Sin pensar conscientemente en ello, el preso común se sentía totalmente degradado por esto. Pero realmente no todo está perdido, las condiciones en el campo eran verdaderamente hostil, la falta de sueño era un factor, la comida insuficiente y el estrés mental. Pero incluso en esas circunstancias deprimentes, no todo estaba perdido. De hecho Frankl enfatiza, las experiencias de vida en el campo demuestran que el hombre tiene una opción de la acción, la apatía puede ser superada y suprimida la irritabilidad. El hombre puede conservar un vestigio de libertad espiritual, de independencia mental, incluso en condiciones tan terribles de estrés psíquico y físico, incluso cada día, cada hora, se ofrece la oportunidad de tomar una decisión, que determina si uno o no se comprometieron a proteger a uno mismo, la libertad interior, ya sea uno podría sucumbir a las circunstancias y renunciar a la dignidad. En el análisis final, se hizo evidente que el tipo de persona que el prisionero se convirtió fue el resultado de una decisión interna y no el resultado de la influencia del campo solo. Fundamentalmente, cualquier hombre podía, incluso en tales circunstancias, decidir qué sería de él de manera mental y espiritual, pero así se pudo conservar su dignidad humana incluso en un campo de concentración. El optimismo fuera de lugar puede ser peligroso, ya que en el caso del prisionero que perdía la fe en el futuro estaba condenado, pero por lo general, esto sucedió de repente, en la forma de una crisis, los síntomas eran muy familiares a los internos del campo con experiencia, ahora con frecuencia comienza cuando el preso se niega una mañana para vestirse y lavarse o para salir a la plaza de armas, súplicas, golpes, y amenazas no tuvieron ninguna clase de efecto. Él sólo estaba allí, casi sin mover, simplemente se rindió y se quedó, tendido en su excreta. Nada le molestaba más. Pero bueno el optimismo es bueno hasta cierto punto, pero el optimismo fuera de lugar puede ser peligroso. La necesidad de un cambio de actitud la experiencia de los campos de prisioneros que se logra transmitir, indicaría que lo que realmente se necesita es un cambio fundamental en la actitud hacia la vida, la respuesta suena sencilla pero está en la acción correcta y en la conducta correcta. La vida en última instancia, significa tomar la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a sus problemas y poder suplir mediante las tareas que se propone continuamente para cada individuo, pero hablando de tareas de vida son muy reales y concretas, ya que ellas forman el destino del propio hombre, que es diferente y único para cada individuo, porque ningún hombre ni destino se pueden comparar con ningún otro hombre o cualquier otro destino, más aún ninguna situación se repite, y cada situación requiere una respuesta diferente, pero suele a veces la situación en la que un hombre se encuentra puede exigirle a dar forma a su propio destino por acción, pero obvia razones hay algunas ocasiones en que es más ventajoso para él para hacer uso de la oportunidad para la contemplación. A veces el hombre puede ser necesaria simplemente para aceptar el destino, a que llevase la cruz, cada situación vale la pena se distingue por su carácter sui generis, y siempre hay una sola respuesta correcta al problema que plantea la situación actual, pero cuando un hombre descubre que su destino es sufrir, tendrá que aceptar su sufrimiento como su tarea. Él tendrá que reconocer el hecho de que, incluso en el sufrimiento que él es único y solo en el universo, nadie puede aliviar su sufrimiento o sufrir en su lugar, he de ahí nuestra naturaleza, su única oportunidad reside en la forma en que lleva su carga, o esa cruz que a veces tiende a ser pesada, en el peor de los casos, una vez que el sentido del sufrimiento se ha revelado a hacia nosotros, somos si no menos susceptibles en poder albergar falsas ilusiones o y peor aún en querer entretener a un optimismo artificial. El sufrimiento se convierte en una tarea en la que no queremos dar la espalda, pero la forma en que un hombre acepta su destino y todo el sufrimiento que conlleva, le da una gran oportunidad para añadir un sentido más profundo a su vida. Pero a pesar de todo él puede seguir siendo valiente, digno y generoso, incluso en las circunstancias más difíciles, como puede ser en la lucha amarga de autoconservación, solo él puede olvidar su dignidad humana y convertirse en no más que un animal, es aquí cuando yace la oportunidad para que el hombre haga uso de las oportunidades de consecución de los valores morales que una situación difícil ya que solo él puede permitirse, y esto decide si es digno de sus no sufrimientos o sufrimientos.

Logoterapia, el espíritu humano es referido en varios de los supuestos de la logoterapia, pero el uso del término espíritu no es "*espiritual*" o "*religioso*". En opinión de Frankl, el espíritu es la voluntad del ser humano, aquel énfasis, por lo tanto, está en la búsqueda de sentido, que no es necesariamente la búsqueda de Dios o cualquier otro ser sobrenatural. [20] Frankl también tomó nota de las barreras a la búsqueda de la humanidad para el sentido de la vida. Advierte contra "... la riqueza, el hedonismo, el materialismo..." en la búsqueda de sentido. [21], se centra en el futuro, intenta romper ese egocentrismo típico del neurótico, más aún la logoterapia el paciente se enfrenta y reorientó hacia el sentido de su vida. El hombre en busca significado puede suscitar tensión interna en lugar de equilibrio interno, a tal tensión es deseable para una buena salud mental. No hay nada en el mundo, por lo que puede ayudar eficazmente a uno sobrevivir incluso en las peores condiciones que el conocimiento de que hay un sentido en la vida de uno, la salud mental se basa en un cierto grado de tensión, la tensión entre lo que ya se ha logrado y lo que aún se debe llevar a cabo, o la brecha entre lo que se es y lo que uno debe ser [19], dicha tensión es indispensable para el bienestar mental. El hombre no debe tener dudas acerca de desafiarse a sí mismo con un significado potencial para que él satisfaga, sólo entonces podrá evocar su voluntad de sentido a partir de su estado de latencia, que es periodo de incubación de una enfermedad, En lugar de evitar la tensión por completo, el hombre debe esforzarse y luchar por una meta que vale la pena, yo creo que necesita no es solo la descarga de la tensión a toda costa, pero la llamada de un significado realmente potencial que espera ser cumplida por él, solo él.

La voluntad del hombre para el significado también puede verse frustrado. Logoterapia habla del término "*existencial*" se puede utilizar de tres maneras: para referirse a (I) la existencia misma, es decir, el modo específicamente humano de ser, (II) el significado de la existencia, y (III) la "*frustración existencial*", el afán de encontrar un significado concreto en la existencia personal , es decir , la voluntad de sentido [19].

El vacío existencial es un fenómeno generalizado del siglo XX. Frankl lo atribuye a un proceso histórico de evolución desde la llegada del ser humano. Al comienzo de la historia humana, el hombre perdió algunos de los instintos animales básicos en los que el comportamiento de un animal está inserta y por el que se asegura. Sin embargo, el hombre ha sufrido otra pérdida en su más reciente desarrollo. Las tradiciones que reforzó su comportamiento están disminuyendo rápidamente. No instinto le dice lo que tiene que hacer, y no hay tradición le dice lo que debe hacer, raramente ni siquiera sabe lo que quiere hacer; pero en cambio, él tampoco desea hacer lo que otras personas hacen, el llamado conformismo o hace lo que otras personas quieren que haga y llegar a un totalitarismo.

De acuerdo con la logoterapia, podemos descubrir lo que significa de tres maneras diferentes: *(I)* mediante la creación de una obra o de hacer una escritura, *(II)* al experimentar algo o encontrar a alguien, o sea encontrar el significado de que se puede encontrar no sólo en el trabajo sino también en amamos, y *(III)* por la actitud que tomamos hacia el sufrimiento inevitable; inclusive la victima indefensa en una situación sin salida , frente a un destino que no puede cambiar , puede elevarse por encima de sí mismo, y al hacerlo, cambiar a sí mismo, de tal forma se puede convertir una tragedia personal en un triunfo.

Un punto crucial de Frankl hace que una intención forzada sea imposible lo que uno quiere a la fuerza, en otras palabras cuanto más un hombre trata de demostrar su potencia sexual o una mujer de su capacidad de experimentar el orgasmo, como ejemplo, menos son capaces de tener éxito, porque el placer es un efecto secundario o subproducto, y es destruido y arruinado hasta el grado en que se hizo un objetivo en sí mismo.

Del mismo modo, el miedo de los resultados de insomnio en la ansiedad para conciliar el sueño, lo que, a su vez, dificulta el sueño, es mejor avisar por lo general el paciente no trata de dormir, pero en lugar de tratar de hacer todo lo contrario, es decir, el objetivo en sí, era permanecer despierto el mayor tiempo posible, en otras palabras, el fuerte placer de conciliar el sueño, que surge de la ansiedad de no poder hacerlo, debe ser reemplazado por la intención un tanto paradójica de no dormirse, que a lo posterior será seguido por el sueño.

Una cadena de acontecimientos similares, se puede observar en los casos obsesivo- compulsivo en el que el paciente combate las ideas que lo atormentan, sin embargo, aumenta su poder de perturbarlo. El síntoma sólo se refuerza, por otro lado, tan pronto como el paciente deja de luchar contra sus obsesiones y en su lugar trata de ridiculizarlos por tratar con ellos de una manera irónica mediante la aplicación de la intención paradójica, el círculo vicioso se tiende corta, pero con él, el síntoma disminuye y finalmente se atrofia.

Una vida activa le da al hombre la oportunidad de realizar el valor en el trabajo creativo, mientras que una vida pasiva de goce le brinda la oportunidad de obtener satisfacción en la experiencia de la belleza, estas palabras son sinfonía, el arte o la naturaleza. Pero también hay un propósito en la vida que no admite sino una posibilidad de alto comportamiento moral, es decir, en la actitud del hombre hacia su existencia, una existencia que estará restringida por fuerzas externas, pero una vida creativa y una vida de disfrute se le niega a él, hay que tomar en cuenta que no sólo la creatividad y el disfrute son significativos. Si hay un sentido en la vida en absoluto, entonces debe haber un significado en el sufrimiento, se llegar a la maravillosa conclusión que el sufrimiento es una parte imborrable de la vida, así como el destino y la muerte.

Logoterapia es muy diferente de psicoanálisis. En el psicoanálisis, los pacientes se les pide que diga cosas que no les gusta que contar, en cambio en la logoterapia, los pacientes deben saber lo que es desagradable para ellos, suena contradictorio, pero es así, la logoterapia se centra en los significados que deben cumplir los pacientes en un futuro. Los pacientes se enfrentan y reorientarse a los significados de sus propias vidas, es entonces que podemos darnos cuenta que la logoterapia se centra en el significado de la existencia humana, así como en la búsqueda del hombre de un significado, ella es considera desde un punto de vista humano, en la principal preocupación del hombre en el cumplimiento de un sentido y no en la mera gratificación y satisfacción de impulsos e instintos, o simplemente para conciliar los objetivos contrapuestos de id, ego y superego o en la mera adaptación o ajuste a la sociedad y el medio ambiente.

La logoterapia intenta hacer que los pacientes plenamente conscientes de sus propias responsabilidades. A ella no impone juicios de valor sobre los pacientes, la logoterapia no es predicar. El papel de un logoterapeuta es similar a la de los oftalmólogos, por poner el símil, no solo pintores, que pintan una imagen del mundo como ellos lo ven. El verdadero significado de la vida es para ser descubierto en el mundo en lugar de dentro del hombre o de su propia psique, como si se tratara de un sistema cerrado y aislado a la vez. Frankl lo llama la autotrascendencia de la existencia humana, simple a veces, cuanto más uno se olvida de sí mismo y uno mismo da a una causa de servir o de otra persona con el amor.

La persona que ataca los problemas de la vida lo que conlleva a reflexionar con orgullo y la alegría de toda la vida que ya ha vivido al máximo, la vejez no es de tanta importancia, esto trae que tendrá nada que envidiar a los jóvenes que él ve, o simplemente una nostálgica sobre su propia juventud perdida. Él no va a envidiar a una persona joven por las posibilidades que tenemos por delante. "*No, gracias*", se podría pensar. En lugar de posibilidades, las realidades de un pasado, no sólo la realidad del trabajo hecho y del amor, sino de los sufrimientos obtenidos con valentía, estos mismos sufrimientos son aún las cosas de las que se debe estar más orgulloso, aunque estas son cosas que no pueden inspirar a la misma envidia.

Por último, teniendo en cuenta que el trabajo de Frankl (1963), *“El hombre en busca de sentido”*, se le ha dado crédito por la aparición es decir, como una variable importante [22], es sorprende que la búsqueda del sentido de la vida ha sido casi descuidado, por otra parte Maddi (1970) también sostuvo que la búsqueda de sentido es una motivación humana fundamental [11], por otro lado Crumbaugh (1977) diseñó el Búsqueda de Objetivos Escala Noéticas para evaluar la *"voluntad de sentido"* como se detalla [23], pero la crítica de que la medida ha sido grave (por ejemplo, Dyck, 1987; Moreland, 1985), y se ha ido casi completamente sin usar [24,25]. El hombre en su última instancia, la autodeterminación, es lo que se hace en los límites de la dotación y el medio ambiente que hace de sí mismo, ahora en los campos de concentración, algunos camaradas o compañeros se comportaban como realmente animales, mientras que otros se comportaban como santos. El hombre tiene el potencial para ser a la vez, un gran dependiente de sus propias decisiones, no unicamente en las condiciones externas.

No puede haber optimismo incluso en un rostro de la tragedia y en vista del potencial humano, que en su mejor momento siempre permite, tres cosas *(I)* que el sufrimiento se pueda convertir en un logro humano y de realización, *(II)* en que se deriven de la culpa; la oportunidad de cambiar a uno mismo para encontrar la mejor versión de uno mismo, cambiar para ser mejor y *(III)* , sin dudad en que se deriven de la transitoriedad de la vida en nada más que un incentivo para tomar medidas responsables. La felicidad no puede ser en si perseguida, mas creo yo que se debe sobrevenir. Uno debe tener un motivo para *" ser feliz".* Una vez encontrado dicho argumento, o más bien motivo, uno se vuelve feliz automáticamente, como ley de vida. En lugar de tratar de buscar la felicidad, hay que buscar una razón para ser feliz, el significado potencial inherente y latente en una situación dada. En contraste, la falta de sentido se produce cuando las personas tienen suficientes motivos para vivir, pero nada por lo que vivir, no tienen los medios, pero no tiene sentido, suena triste.

Frankl señala al síndrome neurótico tan dominante en la generación joven: hay una amplia evidencia empírica de que las tres facetas de este síndrome la depresión, la agresión, la adicción, se deben al *"vacío existencial"*, un sentimiento de vacío y el sin sentido [6]. Posiblemente las agresiones disminuirán sólo cuando los jóvenes se dedican a un propósito en colectivo. Cuando se perdido totalmente sentido a la vida es posible reencontrarlo, ya visto anteriormente, la aceptación, la adaptación, y la liberación, en la aceptación el hombre puede acostumbrase a todo, porque es así su naturaleza, los escaso placeres de la vida, son una representación de la alegría, pero no de manera tan significativa, el ser humano es un ser, y es un ser completamente indeterminado dependiente de su entorno, y esto nos trae que se nos puede arrebatar todo, pero la libertad que llevamos todos en nuestro interior, prácticamente conlleva adoptar un propio camino, es ahí que la adaptación, que si nosotros nos despejamos de todo, existe con seguridad el poder tener el sabor dulce que llamamos felicidad, y es justamente que guardamos esa libertad, para la toma de decisión simple, que queremos ser, y a eso llegamos a la responsabilidad que es directamente proporcional a las decisiones que tomamos; y en aquellas decisiones que por motivos de la propia vida son difíciles, se las debe considerar plenamente como oportunidades de crecimiento espiritual, más aún si tenemos una meta o propósito a futuro, hay que tomarlo como ese objetivo concreto, que sea el principal protagonista, y a eso me refiero de sentido a la vida. Debemos darle un sentido digno y significativo a nuestros actos, es ese valor agregado o bonus, para dar un sentido pleno a nuestra vida. Sin dejar a lado que aquella vuelta o variación de sufrimiento a la felicidad, es igual a una sensación maravillosa, sin embargo cuando se da la perdida de manera inexplicable en la vida, de lo que llamamos alegría tenemos que volver a aprenderla, pero hemos hablado de la vida, pero acaso *¿Qué es vivir?* Llanamente es la significación de la responsabilidad para buscar la respuesta a las innumerables cuestiones o incertidumbres, que la propia existencia nos plantea.

Pero el hombre a que aspira, que, a encontrar su última meta y más alta, claro aún que me refiero al amor. A pesar de lo último que podemos apreciar en este libro, la logoterapia tiene plenamente una mirada al futuro, a los valores y sobre todo al sentido, en que el paciente o la persona, quiera realizar en el futuro, si se la puede considera como una psicoterapia en que plenamente está centrada en el sentido. Y con la psicoterapia, el luchar por los deseos del nuestro corazón de manera objetiva damos sentido a la vida.

**Referencia Bibliográfica**

1. Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry*, 36, 409–427.
2. Reker, G. T., & Wong. P. T. P. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengston (Eds.), *Emergent theories of aging* (pp. 214–246). New York: Springer.
3. Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl’s concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, 200–207.
4. Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life. New York*: Guilford Press.
5. Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.
6. Frankl, V. E. (1965). *The doctor and the soul: From psychotherapy tologotherapy*. New York: Vintage Books.
7. Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry*, 36, 409–427.
8. Klinger, E. (1977). *Meaning and void. Minneapolis*: University of Minnesota Press.
9. Kenyon, G. M. (2000). Philosophical foundations of existential meaning. In G. T. Reker & K. Chamberlain (Eds.), *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span* (pp. 7–22). Thousand Oaks, CA: Sage.
10. McAdams, D. P. (1993). *The stories we live by: Personal myths and the making of the self*. New York: Morrow.
11. Maddi, S. R. (1970). The search for meaning. In M. Page (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (pp. 137–186). Lincoln: University of Nebraska Press.
12. Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
13. Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness*. New York: Free Press.
14. Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1–28.
15. Debats, D. L., van der Lubbe, P. M., & Wezeman, F. R. A. (1993). On the psychometric properties of the Life Regard Index (LRI): A measure of meaningful life. *Personality and Individual Differences*, 14, 337–345.
16. Harlow, L. L., Newcomb, M. D., & Bentler, P. M. (1986). Depression, self-derogation, substance use, and suicide ideation: Lack of purpose in life as a mediational factor. *Journal of Clinical Psychology*, 42, 5–21.
17. Bonebright, C. A., Clay, D. L., & Ankenmann, R. D. (2000). The relationship of workaholism with work life conflict, life satisfaction, and purpose in life. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 469–477.
18. Chamberlain, K., & Zika, S. (1988b). Religiosity, life meaning, and wellbeing: Some relationships in a sample of women. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27, 411–420.
19. Frankl, V. E. (1963). *Man’s search for meaning: An introduction to logotherapy*. New York: Washington Square Press.
20. Marshall, M. & Marshall, E.. (2012). *Logotherapy Revisited: Review of the Tenets of Viktor E. Frankl's Logotherapy*. Ottawa: Maria Marshall and Edward Marshall.
21. Graber, A. V. (2004). *Viktor Frankl's Logotherapy: Method of Choice in Ecumenical Pastoral Psychology*. Lima, Ohio: Wyndham Hall Press.
22. Wong, P. T. P., & Fry, P. S. (1998). *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical application*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
23. Crumbaugh, J. C. (1977). The Seeking of Noetic Goals Test (SONG): A complementary scale to the Purpose in Life Test (PIL). *Journal of Clinical Psychology*, 33, 900–907.
24. Dyck, M. J. (1987). Assessing logotherapeutic constructs: Conceptual and psychometric status of the Purpose in Life and Seeking of Noetic Goals Tests. *Clinical Psychology Review*, 7, 439–447.
25. Moreland, K. L. (1985). Review of Seeking of Noetic Goals Test. In J. V. Mitchell Jr. (Ed.), *The ninth mental measurements yearbook* (pp. 1339–1340). Lincoln: University of Nebraska Press.