

PENDEKATAN LOGOTERAPI VIKTOR FRANKL DALAM KONSELING KELUARGA DI MASA KRISIS

Felix Trisuko Nugroho

PSDKU Bimbingan dan Konseling, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya,
Indonesia

felixnugroho4@gmail.com

Abstract

Viktor E. Frankl believes that the key for a person to survive and live in times of crisis is to find and have a good meaning in life. However, when squeezed by difficult conditions such as the loss of a family member due effect of broken home, not everyone can find the right meaning in life, so they need professional help from a counselor to be able to find meaningful meaning in life. Therefore, this paper aims to describe Viktor E. Frankl's counseling approach regarding the meaning of life and its relevance in the current crisis. Using the literature review method on various sources (articles and scientific books) related to the topic of discussion. This research found that to help troubled individuals (depressed, anxious, useless) due to loss of meaning in life during the current crisis, a counselor can use individual counseling with the Viktor E. Frankl logotherapy approach with the help of several techniques such as paradoxical intention, dereflection, questions Socrates.

Keywords: existentialism; Viktor Frankl; crisis period.

Abstrak

Viktor E. Frankl meyakini bahwa kunci seseorang bisa bertahan dan menjalani hidup di masa krisis ialah mampu menemukan dan memiliki makna hidup yang baik. Akan tetapi, ketika terhimpit oleh kondisi sulit seperti hilangnya anggota keluarga akibat perceraian keluarga, tidak semua orang bisa menemukan makna hidupnya secara tepat sehingga ia perlu dibantu secara profesional oleh seorang konselor agar mampu menemukan makna hidup yang berarti. Karenanya, tulisan ini bertujuan untuk mendeskripsikan pendekatan konseling Viktor E. Frankl terkait makna hidup dan relevansinya di masa krisis saat ini. Menggunakan metode literature review pada berbagai sumber (artikel dan buku ilmiah) yang berkaitan dengan topik bahasan. Penelitian ini menemukan bahwa untuk membantu individu bermasalah (depresi, cemas, tidak berguna) akibat kehilangan makna hidup selama krisis, seorang konselor dapat menggunakan konseling individu dengan pendekatan logoterapi Viktor E. Frankl dengan bantuan beberapa teknik seperti intensi paradoks, derefleksi, pertanyaan Socrates.

Kata Kunci: eksistensialisme; Viktor Frankl; masa krisis

PENDAHULUAN

Di dalam kehidupan seseorang seringkali tidak dapat dihindari terjadinya berbagai peristiwa tragis yang menimpa dirinya, keluarga dan lingkungan, sekalipun usaha pencegahan telah dilakukan secara serius dan upaya penanggulangannya pun telah

dilakukan secara maksimal mungkin. Di antara peristiwa-peristiwa tragis itu adalah kegagalan dalam mencapai tujuan yang diharapkan, kehilangan orang-orang yang disayangi, berpisah dengan orang yang dicintai, mengalami kecelakaan, menderita cacat kekal, mengidap penyakit yang sulit disembuhkan, kehilangan job, kehamilan yang tidak diinginkan, mengalami keguguran kandungan, terkurung di penjara, kebangkrutan usaha, menunggu saat-saat kematian, perceraian, kemiskinan dan beragam lagi musibah yang lainnya.

Orang-orang yang mengalami gangguan yang telah digambarkan di atas, banyak yang tidak mampu mengatasi kesulitan-kesulitan yang menimpa dirinya. Tetapi tidak sedikit juga di antara mereka yang mampu dan berhasil untuk mengatasi kesulitan-kesulitan dan perasaan-perasaan tidak menyenangkan akibat gangguan tersebut. Mereka yang mampu untuk merubah kondisi penghayatan dirinya dari penghayatan hidup tidak bermakna (*meaningless*) menjadi bermakna (*meaningful*). Bahkan di antara mereka yang berjaya mencapai prestasi tinggi, yaitu dengan menemukan hikmah di sebalik penderitaannya itu (*meaning in suffering*) dan ganjaran (*reward*) dari hidup yang bermakna adalah kebahagiaan (*happiness*) (Kartikowati, 2016).

Kebermaknaan hidup sering dikaitkan dengan suatu keadaan yang di mana seseorang itu dapat menjalani kehidupannya dengan aman, damai dan bahagia. Disisi lain, kebermaknaan hidup dapat diwujudkan dalam sebuah keinginan sehingga menjadikan seseorang itu berguna untuk orang lain dan keinginan untuk bebas dari dibelengku oleh masalah merupakan usaha untuk memperoleh kehidupan yang bahagia. Namun tidak banyak yang beranggapan bahwa kebahagiaan itu juga dapat ditemukan walaupun didalam keadaan yang kurang baik. Apabila keinginan itu tidak dapat dipenuhi, maka seseorang itu akan berasa dirinya tidak bermakna dan kurang percaya diri (Bastaman, 2007)

Proses pencarian makna telah dialami oleh Viktor E. Frankl, seorang pemuka psikiater di Eropa. Melalui pengalaman yang dialaminya di kamp-kamp Nazi sewaktu berlakunya perang dunia II. Viktor E. Frankl adalah salah satu dari ribuan tawanan tentera Nazi. Selama ia menjadi tawanan itulah, Frankl dapat pembuktian bahwa suatu makna dapat ditemukan baik dalam bahagia atau derita. Di kamp itulah, Frankl mengalami dan menyaksikan para tahanan disiksa, diteror dan dibunuh secara kejam. Frankl berusaha turut meringankan penderitaan sesama tahanan dengan membesarkan hati mereka yang putus asa dan membantu menunjukkan hikmah dan arti hidup, walaupun dalam keadaan menderita. Frankl melihat bahwa tahanan yang tetap menunjukkan sikap tabah dan mampu bertahan itu adalah mereka yang berhasil mengembangkan dalam diri mereka tentang harapan akan kebebasan. Harapan bertemu kembali dengan keluarganya, serta meyakini akan pertolongan Tuhan dengan berbuat kebajikan, berhasil menemukan dan mengembangkan makna dari penderitaan mereka (*meaning in suffering*). Frankl banyak belajar tentang makna hidup, dan lebih spesifik lagi makna penderitaan (Tomy, 2014).

Hasrat hidup bermakna merupakan motivator utama dalam kehidupan ini. Manusia memiliki kebebasan dalam upaya menemukan makna hidup, yakni melalui karya-karya yang diciptakannya, hal-hal yang diambil dalam sesuatu keadaan dan penderitaan yang tidak mungkin terelakkan. Manusia dihadapkan dan diorientasikan kembali kepada makna, tujuan dan kewajiban didalam hidupnya. Kehidupan tidak selalu memberikan kesenangan dan ketenteraman, tetapi senantiasa mewujudkan sesuatu yang harus dijalani.. Tujuan hidup bukanlah untuk mencapai keseimbangan tanpa tegangan, melainkan sering dalam kondisi tegangan antara yang dihayati saat ini hingga pada masa depan (Kartono, 2002).

Konseling logoterapi memandang manusia dalam hakikat kemanusiaanya adalah bagian dari tujuan pendidikan agar setiap individu menjadi pribadi yang mulia mencakup pengetahuan, perasaan, tingkah laku baik jasmani maupun rohaninya (Suyadi, 2012). Logoterapi merupakan terapi yang mengusahakan agar kehidupan senantiasa berguna bagi diri sendiri, keluarga, masyarakat dan agama.

METODE PENELITIAN

Kajian dari penelitian ini menggunakan kajian literatur yang mana literatur yang diambil sesuai dengan pokok pembahasan dan di analisis secara mendalam sehingga dapat diambil kesimpulan dan temuan dalam penelitian. Literatur yang diambil baik dari buku, artikel jurnal baik nasional maupun internasional dan literatur lainnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Dasar Logoterapi

Logoterapi memandang manusia sebagai makhluk bebas yang berusaha untuk merubah kehidupannya berdasarkan keinginan untuk mewujudkan makna yang dimilikinya menjadi kenyataan. Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang. Makna hidup terkait dengan alasan dan tujuan dari kehidupan itu sendiri. (Bastaman, 2007).

Menurut Frankl (Koeswara, 1992), makna hidup bersifat objektif dan berada di luar diri manusia. Makna hidup bukanlah sesuatu yang merupakan hasil dari pemikiran idealistik dan hasrat-hasrat atau naluri dari manusia. Makna hidup bersifat objektif dan berada di luar manusia karena ia menantang manusia untuk meraihnya.

Logoterapi memiliki tiga pilar yang menjadi landasan filosofisnya, yaitu pertama, kebebasan berkeinginan merujuk pada manusia memiliki kebebasan yang luas, tetapi sifatnya terbatas, karena manusia adalah makhluk yang serba terbatas; kedua, keinginan akan makna sebagai upaya manusia untuk mencari makna hidup merupakan motivator utama hidupnya; dan ketiga, makna hidup sebagai kesadaran akan adanya suatu kesempatan atau kemungkinan yang dilatar belakangi oleh realitas atau dalam kalimat yang sederhana menyadari apa yang bisa dilakukan di dalam situasi tertentu (Kadek, Maulida, & Marina, 2019).

Konsep Kunci dan Tujuan Logoterapi

Logoterapi mengajarkan bahwa setiap kehidupan individu mempunyai maksud, tujuan, makna yang harus diupayakan untuk ditemukan dan dipenuhi. Hidup kita tidak lagi kosong jika kita menemukan suatu sebab dan sesuatu yang dapat mendedikasikan eksistensi kita (Tomy, 2014). Makna hidup yang dipopulerkan Viktor E. Frankl hadir selepas ia melihat penderitaan maupun kebahagiaan tidak serta-merta menjadikan seseorang menjadi putus asa ataupun bahagia secara signifikan.

Baginya makna hidup sendiri mendeskripsikan apa seseorang tersebut harapkan, inginkan maupun cari sehingga timbul perilaku optimis, bahagia, depresi, murung ataupun pesimis dalam memandang kehidupan. Lebih jauh, makna hidup merupakan beberapa perihal yang dipandang benar, penting maupun didambakan, memberi nilai khusus dan bisa dijadikan tujuan hidup individu. Jika berhasil ditemukan maupun dipenuhi, maka kehidupannya menjadi berarti serta memunculkan rasa bahagia (Utari & Rifai, 2020). Walaupun tidak ada makna hidup universal yang berlaku untuk semua orang karena selain bersifat tunggal makna juga bersifat situasional. Karena sifatnya yang demikian, maka tiap-tiap individu menurut Frankl berperan mewujudkan makna hidupnya masing-masing sesuai kondisinya. Salah satunya seperti individu/keluarga yang terdampak akibat perceraian keluarga, keluarga menengah ke bawah, dan keluarga miskin sekarang ini (Samiye et al., 2022).

Prinsip utama logoterapi ialah kehidupan tetap mempunyai makna pada tiap situasi bahkan pada kepedihan maupun penderitaan. Bila makna hidup berhasil ditemukan, maka hidup menjadi mempunyai arti serta disertai dengan rasa bahagia. Seseorang yang bisa memperoleh makna hidup akan terhindarkan dari rasa putus asa serta berani menghadapi beragam tantangan hidup. Oleh sebab itu, proses menemukan makna hidup merupakan tanggung jawab tiap individu, dikarenakan ia sendiri yang akan merasakan ketika mengalami kebermaknaan pada kehidupannya (Wardani et al., 2020). Ditambah memiliki kesehatan mental yang bagus tentu saja akan membawa banyak dampak positif bagi individu/keluarga, di mana sehat secara mental akan menunjang pada tingkat kekebalan tubuh individu dan mencegah dampak destruktif dari akibat masa krisis seperti perceraian keluarga, keluarga menengah ke bawah, dan keluarga miskin. Karenanya, penanganan krisis dari sisi psikologis seperti mendorong konseli untuk memiliki makna hidup dirasa penting menjadi perhatian ahli kesehatan psikologis, utamanya konselor untuk menjaga kestabilan mental masyarakat secara umum (Rozzaqyah, 2020).

Relevansi Logoterapi di Masa Krisis

Hal mendasar dari logoterapi adalah pemikiran bahwa individu memiliki kebebasan untuk membuat pilihan dan memilih di berbagai keadaan dengan adanya tanggung jawab (Armstrong, 2016). Dalam teori Logoterapi dan Analisis Eksistensial, memaparkan studi ilmiah tentang bagaimana kepedulian yang dialami setiap individu merupakan hakikat

manusia yang sebenarnya. Kepedulian ini bermanfaat untuk psikoterapi, konseling, konsultasi, dan intervensi krisis (Längle & Sykes, 2006). Salah satu kontribusi Frankl yang utama yakni tentang bagaimana mengajarkan orang lain tentang berpikir dengan baik dan hidup dalam keberanian (Kovacs, 1985). Hal ini tentunya sangat berkaitan bagaimana individu menghadapi krisis. Dalam kondisi krisis saat ini, pemikiran tentang makna hidup Viktor E. Frankl amatlah relevan.

Berpijak pada hal tersebut konselor dapat melakukan konseling dengan individu bermasalah yang kehilangan makna hidup dengan tahapan berikut: pembinaan hubungan, asesmen masalah, menentukan tujuan, memilih strategi dari ketiga strategi yang ada dengan menyesuaikan permasalahannya dari konseli, menerapkan strategi, *follow up*, dan terminasi. Sebagai gambaran, melalui konseling individu pendekatan logoterapi dalam menangani siswa yang kehilangan makna hidup akibat dampak pandemi, peneliti jabarkan ke dalam poin-poin berikut:

1. Intensi Paradoksal merupakan kegiatan dalam logoterapi yang memungkinkan individu/keluarga dapat meminimalisasi pada sesuatu yang ditakuti selama menghadapi masa krisis. Intensi paradoksal mengarahkan humor pada permasalahannya, biasanya digunakan pada individu yang memiliki sebuah fobia dengan mengganti ketakutannya pada suatu hal “paradoksal” (Costello, 2019).
2. Derefleksi merupakan kegiatan membantu individu untuk mengabaikan permasalahan yang dialaminya, bentuk pengalihan pada diri dan mengarahkannya pada orang lain (Costello, 2019). Konselor bisa membantu konseling untuk mencari kesibukan dan kegiatan menyenangkan dan positif agar individu/keluarga tidak larut dalam kesedihan akibat terkena dampak perceraian keluarga.
3. Pertanyaan Sokrates merupakan metode dalam logoterapi untuk memfasilitasi permasalahan yang dialami individu baru kemudian direfleksikan agar muncul. Pertanyaan Sokrates merupakan serangkaian yang menggunakan kata yang berbanding terbalik dengan permasalahan yang dihadapi (Costello, 2019). Konselor dapat memanfaatkan teknik ini dalam membantu siswa untuk berpikir ulang secara kritis terkait kehidupannya, bahwa dalam kondisi sulit saat ini masih banyak hal yang bisa dijalani secara positif dan mudah ditemukan termasuk dalam hal-hal sederhana di sekitar siswa.

Menurut Frankl (Huitt, 2009) penyebab utama gangguan mental yang diderita seseorang adalah kegagalan manusia modern memperoleh arti kehidupan. Kehidupan modern telah mengabaikan keinginan manusia untuk mencari arti atau dasar hidup yang sesungguhnya. Upaya manusia untuk mencari makna hidup bisa menimbulkan ketegangan batin, bukan keseimbangan batin. Tetapi ketegangan seperti itu justru merupakan prasyarat yang sangat dibutuhkan bagi tercapainya kesehatan mental. Frankl percaya bahwa tidak ada sesuatu pun di dunia ini yang bisa lebih efektif membantu seseorang untuk bertahan hidup, bahkan dalam kondisi terburuk sekalipun, selain kesadaran bahwa hidupnya memiliki makna (Tomy, 2014).

Beberapa riset terkait implementasi teknik logoterapi dalam konseling juga memperlihatkan hasil yang baik, di mana teknik logoterapi mampu membantu individu/keluarga korban perceraian untuk memiliki kebiasaan baru positif, penerimaan diri, dan memaknai hidupnya secara lebih sadar dan lebih baik dari sebelumnya (Lelyemin 2019; Hayati and Aminah 2020; Herlina 2020). Dengan berpijak pada hal tersebut, tentunya pemikiran Viktor E. Frankl (logoterapi) dapat dijadikan salah satu solusi alternatif dalam konseling individu di masa krisis sekarang. Harapannya ketika konselor menerapkan teknik tersebut para siswa yang bermasalah akibat kehilangan makna hidup kembali menemukan makna hidupnya dan mampu menyelesaikan permasalahannya sebagaimana apa yang diyakini Viktor E. Frankl ketika mengembangkan logoterapi (Wong, 2011).

Tujuan konseling logoterapi lainnya adalah mengembangkan kehidupan dengan mental yang sehat (*mental health*), sedangkan tujuan akhir agama adalah mengembangkan keimanan (*faith*) dan penyelamatan rohani (*spiritual salvation*). Walaupun keduanya mempunyai tujuan yang berbeda, yang satu berdimensi psikologis dan yang lain berdimensi spiritual, tetapi keduanya mungkin berkaitan dalam hal akibat sampingnya. Seorang beriman belum tentu sehat mentalnya, dan orang yang sehat mentalnya belum tentu beriman (Monks and Hadiono, 2006).

Frankl (Marshall, 2011 memberi tanggapan bahwa kesenangan sama sekali bukan tujuan, melainkan “akibat samping” (*by product*) dari tercapainya suatu tujuan. Kekuasaan adalah sarana atau alat untuk mencapai tujuan dan bukan tujuan itu sendiri. Frankl sengaja menyebut “*the will to meaning*” dan bukan “*the drive to meaning*”, karena makna dan nilai-nilai hidup tidak mendorong (*to push, to drive*), tetapi seakan-akan menarik (*to pull*) dan menawarkan (*to offer*) kepada manusia untuk memenuhinya. Karena sifatnya menarik itu maka individu termotivasi untuk memenuhinya agar ia menjadi individu yang bermakna dengan berbagai kegiatan yang sarat dengan makna.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nauli (2011) menunjukkan bahwa konseling eksistensial dengan teknik logoterapi dapat mengurangi depresi dan meningkatkan kemampuan remaja dalam memaknai hidup. Selanjutnya, hasil penelitian yang dilakukan Sarfika (2012) menunjukkan bahwa tingkat kecemburuan siswa yang awalnya memiliki tingkat kecemburuan yang tinggi menurun menjadi tingkat kecemburuan yang rendah. Sementara hasil penelitian yang dilakukan oleh Erlangga (2017) menemukan bahwa terapi kelompok dengan teknik logoterapi efektif untuk meningkatkan penerimaan anak broken home. Dari hasil penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa pendekatan ini berfokus pada sifat dari kondisi manusia yang mencakup kesanggupan untuk menyadari diri, bebas memilih untuk menentukan nasib sendiri, kebebasan dan tanggung jawab, kecemasan sebagai suatu unsur dasar, pencarian makna yang unik di dalam dunia yang tak bermakna, dan kecenderungan mengaktualkan diri. Pendekatan ini memberikan kontribusi yang besar dalam bidang

psikologi, yakni tentang penekanannya terhadap kualitas manusia terhadap manusia yang lain dalam proses konseling.

Logoterapi mengajarkan bahwa setiap kehidupan individu mempunyai maksud, tujuan, makna yang harus diupayakan untuk ditemukan dan dipenuhi. Hidup kita tidak lagi kosong jika kita menemukan suatu sebab dan sesuatu yang dapat mendedikasikan eksistensi kita (Morgan, 2012).

KESIMPULAN

Konseling Logoterapi Viktor E. Frankl dapat dijadikan salah satu alternatif dalam membantu individu/keluarga yang kehilangan makna hidup akibat perceraian keluarga maupun masa krisis. Melalui serangkaian teknik yang ada, individu/keluarga diajak untuk merefleksikan segala pengalaman pahitnya menjadi lebih bermakna, serta ia tetap berharga dan masih memiliki harapan untuk mampu menjalani kehidupan yang semakin baik lagi. Lebih lanjut, agar hasil analisa ini semakin kukuh maka para peneliti maupun konselor dapat menguji model pendekatan beserta teknik konseling logoterapi Viktor E. Frankl dalam sebuah intervensi konseling individu dengan memanfaatkan instrumen psikologi pada siswa yang terindikasi kehilangan/kesulitan menemukan makna hidup.

DAFTAR PUSTAKA

- Armstrong, L. L. (2016). R.E.A.L. Therapy: Rational Emotive Attachment–Based Logotherapy for Families. *Family Journal* 24(2):164–73. <https://doi:10.1177/1066480716628626>
- Bastaman, H. (2007). *Logoterapi : Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: PT. Grafindo Persada.
- Corey, G. (2007). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Alih Bahasa: Endang Koeswara. Bandung: PT Refika Aditama.
- Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Enhanced. Cengage Learning.
- Costello, S. J. (2019). *Applied Logotherapy: Viktor Frankl's Philosophical Psychology*. Cambridge Scholars Publishing.
- Erlangga, E. (2017). Terapi Kelompok Dengan Teknik Logoterapi Untuk Meningkatkan Penerimaan Anak Broken Home. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia (JPPI)* Vol. 2, No. 1.
- Hayati, S. A., & Aminah, A. (2020). Konseling Logoterapi Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Anak Broken Home. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia* 6(1), 1–6.
- Herlina, R. (2020). Pendekatan Logotherapy dalam Perilaku Penyimpangan Anak (Studi Kasus Korban Perceraian Orang Tua di Desa Kolelet, Kec Picung, Kab Pandeglang, Banten).
- Huitt, W. (2009). *Self-concept and Self-esteem, Educational Psychology Interactive*. Valdosta: Valdosta State University.

- Kadek, P.P., Maulida, K., & Marina, D. (2019). Eksistensial Humanistik “Panduan Singkat Penerapan Role Playing dalam Konseling Kelompok”. *Modul Ajar. Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha*.
- Kartikowati, E. dan Zubaedi. (2016). *Psikologi Agama & Psikologi Islami*. Jakarta: Kencana Prenada Group
- Kartono, K. 2002. *Psikologi Sosial 2 Kenakalan Remaja*. Jakarta: PT Grafindo Raja Persada.
- Koeswara, E. (1992). *Logoterapi: Psikoterapi Viktor Frankl*. Yogyakarta: Kanisius
- Koeswara, E. (1998). *Logoterapi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Lelyemin, R. P. (2019). Pelaksanaan Konseling Logoterapi dalam Menangani Kasus Ketidakmampuan Penyesuaian Diri pada Dua Siswa yang Mengalami Perceraian Orang Tua di SMK ‘SMJ.’ *Psiko Edukasi*, 17(1), 80–98.
- Marshall, M. (2011). *Prism of Meaning: Guide to the Fundamental Principles of Viktor E. Frankl’s Logoterapi*. Logotherapy.co.
- Monks, F. & Haditono, S. (2006). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Morgan, J.H. (2012). Geriatric Logotherapy: Exploring the Psychotherapeutics of Memory in Treating the Elderly. *Clinical Cases and Studies*. Psychological Thought. PsychOpen.
- Nauli, F. A. (2011). Pengaruh Logoterapi Terhadap Depresi Dan Kemampuan Remaja Dalam Memaknai Hidup Di Kelurahan Katulampa. *Tesis. Pascasarjana*. Universitas Indonesia.
- Sarfika. R. (2012). Pengaruh Teknik Logoterapi Dalam Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Tingkat Kecemburuan Dalam Pergaulan Siswa Di SMA Negeri 4 Jakarta. *Tesis. Pascasarjana*. Universitas Negeri Semarang.
- Suyadi. (2012). Logoterapi, Sebuah Upaya Pengembangan Spiritual Dan Makna Hidup Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam, *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol 1 No 2 hal 267-287.
- Tomy, A. (2014). Logoterapy: A Means of Finding meaning to Life. *Journal of Psychiatric Nursing*. 3(1): 1-40.
- Wong, P.T.P. (2011). *From Logotherapy to Meaning-Centered Counseling and Therapy*. Trent University.