

תכונות הקשורות למימד של הרוח האנושית

- מודעות למוות
- חמלה (להיות נוכח עם האדם; נתינה)
- אמפאטיה (היכולת לחוש מישהו אחר)
- היכולת לסלוח
- אהבה (מעבר לסיפוק המיידי; היכולת לוותר למען הטווח הארוך, או למען מישהו אחר)
- היכולת להינתק מעצמנו (להסתכל על עצמנו מבחוץ)
- כוח ההתרסה של הרוח האנושית (היכולת לקרוא תיגר על... הכוחות הפנימיים שהאדם מגייס בתוך עצמו כדי לפעול למרות... "היכולת הרוחנית של האדם להתנגד ולבחור באמצעות החופש הפנימי שלו בעמדה ספציפית, בכל מצב נתון." פראנקל - פסיכותראפיה ואקזיסטנציאליזם (The defiant power of the Human Spirit)
- היכולת להתעלות עצמית (היכולת לצאת מתוך עצמנו כלפי מישהו או משהו)
- השאיפה למשמעות
- ערכים
- רעיונות ואידיאלים
- דמיון
- יכולת הפשטה
- הומור
- יצירתיות
- מודעות עצמית (מודעות לייחודיות; ביסוס ערך עצמי; גילוי של "אמת", או ערך)
- נטילת אחריות
- התמסרות לתפקיד
- מחויבות למשימות
- אמונה
- תקווה

2) באמצעות הדרכים למציאת משמעות שעיקרן הן: היפתחות להתבוננות ולחוות חוויה, לנקיטת עמדה כלפי מה שקורה, ולעשייה.

השבילים על-פי ג'וזף פאברי	הגשמת ערכים על-פי ויקטור פראנקל
<p>תגלית עצמית (הארה ותובנה, כתוצאה מהתנסות או חוויה אמוציונלית ההופכת למשהו קוגניטיבי המוביל לצמיחה והתעלות)</p> <p>ייחודיות (תחושה של מיוחדות ושל ייחודיות. ההרגשה שאין אף אחד כמוני ושיש דברים שרק אני יכול לעשות, בדרך המיוחדת לי)</p> <p>ברירות, אלטרנטיבות ובחירה (יש לנו ברירות ואלטרנטיבות. בכל תנאי ובכל מצב יש במה לבחור)</p> <p>אחריות והענות (נטילת אחריות למעשינו ולתוצאותיהם)</p> <p>התעלות עצמית (יציאה מעצמנו כלפי מישהו או משהו)</p>	<p>התנסות בחוויה (מפגש עם רגע מיוחד המשפיע עלינו עמוקות - מה אנו לוקחים מהעולם)</p> <p>נקיטת עמדה (היכולת להגיב ולתת מענה לרגע; העמדה בה אנו נוקטים כלפי מציאות קיימת)</p> <p>עשייה (עשיית מעשה, יצירה - מה אנו נותנים לעולם)</p>

3) באמצעות בניית "אופטימיות טראגית" - למרות מצבי החיים המשתנים, טיפוח מערכת ערכים מקבילים (קראטוציוויל), קביעת מטרות משמעותיות (GROW), ונטילת אחריות על מה שאנחנו כן יכולים.



כל זאת, בהתחשב בתרמילים התרבותיים המגוונים המאפיינים את האנשים החיים סביבנו.



יש דברים שאותם נוכל לשנות, או להשפיע עליהם באמצעות נקיטת עמדה ועשייה תוך בחירה ונטילת אחריות, אבל לא בטוח שנוכל לשנות את כל מה שקורה מסביב לנו, ואולי גם את הקורה לנו, וקרוב לוודאי, שלגבי אירועים רבים תהיה לנו השפעה מועטה.

כאן, אולם, הלוגותראפיה מציעה לנו הזדמנות מיוחדת להשתמש בכלים ובעקרונות שלה כדי לשפר את יכולותינו להתמודד אל מול המציאות האופפת אותנו ועם מה שקורה לנו במעגלי החיים שלנו והקשורים אלינו; וכך, להפוך מקורבן החיים לקברניט החיים שלנו, באמצעות ההתייחסות שבה אנו נבחר להתייחס אל מה שקורה לנו - בחירה הנתונה בידינו בלבד.

ישראל זקוקה לבניית החוסן האנושי שלה, והלוגותראפיה יכולה לסייע לכך באופן משמעותי. מי שיעשה זאת, יהיו בעיקר האנשים שיעשו שימוש בעקרונותיה ובכליה, תוך שילובם בתחומי עיסוקם ופעילותם.