

Ob zaključku 10. mednarodnega logoterapevtskega simpozija, ki je 14. in 15. marca 2025 potekal v organizaciji Slovenskega društva za logoterapijo – Logos v Celju, smo udeleženci sprejeli izjavo z naslovom:

SMISEL ŽIVLJENJA JE TEMELJ DUŠEVNEGA ZDRAVJA.

V sodobnem svetu postaja vprašanje duševnega zdravja vse pomembnejše. Logoterapija, katere začetnik in utemeljitelj je dunajski psihiater in nevrolog dr. Viktor Frankl, poudarja, da je prepoznavanje življenjskega smisla temelj duševne trdnosti in stabilnosti, kar omogoča in spodbuja razvoj posameznikove notranje trdnosti in odpornosti. Ključni aksiomi logoterapije poudarjajo, da lahko vsakdo najde smisel, ne glede na okoliščine, v katerih se znajde, kajti iskanje smisla je v moči človekove osebne odgovornosti in avtonomije osebna naloga vsakega posameznika. Odkrivanje življenjskega smisla omogoča premagovanje osebnih stisk in vzpostavitve dolgoročnega osebnega ravnovesja in duševne blaginje.

Slovenija se, podobno kot mnogo drugih držav, srečuje z naraščanjem duševnih motenj, kot so depresija, anksioznost, stres in bivanjska praznota. Na simpoziju smo skozi prizmo logoterapije izpostavili štiri ključne pristope za krepitev duševnega zdravja posameznikov in prebivalstva v Republiki Sloveniji:

1. **Iskanje smisla skozi ustvarjalnost, samopreseganje, pristno doživljanje in zavzemanje stališča.**
2. **Razvijanje človekove duhovne dimenzije.**
3. **Krepitev medgeneracijskih vezi v skupnosti.**
4. **Udejanjanje logoterapevtskih metod in vaje čustvene odpornosti.**

Udeleženci 10. mednarodnega logoterapevtskega simpozija predlagamo tri konkretna priporočila za izboljšanje duševnega zdravja v Sloveniji:

1. **Vlada Republike Slovenije naj predlaga Državnemu zboru, da sprejme tak Zakon o psihoterapiji, ki bo čim širšemu krogu državljanov Republike Slovenije omogočal brezplačen dostop do kakovostnih psihoterapevtskih storitev, ki dokazano krepijo duševno zdravje posameznikov in družbe.**
2. **Odgovorne ustanove naj v šolske kurikule uvedejo programe čustvenega in duhovnega opismenjevanja v smislu logoterapije in logopedagogike.**
3. **Odgovorne ustanove naj na vseh ravneh podprejo različne oblike prostovoljstva in programe medgeneracijske povezanosti in solidarnosti.**

Smisel življenja je temeljni steber duševnega zdravja. Vsak posameznik nosi odgovornost za njegovo iskanje, hkrati pa so institucionalni in družbeni ukrepi ključni za podporo pri tem procesu. Družba, ki spodbuja smiselnost, duhovno rast, uresničevanje smiselnih nalog in medsebojno podporo, ustvarja razmere za dolgoročno duševno zdravje svojih članov.

Iskanje smisla ni le iskanje odgovora, temveč pot, ki vodi do notranje moči in trajne duševne stabilnosti.



Celje, 15. marec 2025

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Martin Lisec".

Mag. Martin Lisec
predsednik Društva LOGOS