

»DRUŽBA NI ZDRAVA,  
JE PA OZDRAVLJIVA«  
(Viktor E. Frančl)

Zbornik 8. mednarodnega  
logoterapevtskega  
simpozija

Celje,  
17. in 18. marca  
2023

# STORI PRVI KORAK

Uporabnost logoterapije na različnih  
področjih življenja

STORI PRVI KORAK –  
UPORABNOST LOGOTERAPIJE NA RAZLIČNIH ŽIVLJENJSKIH PODROČJIH  
Zbornik predavanj 8. mednarodnega logoterapevskega simpozija

Uredili: MARTIN LISEC, MIRKO NIDORFER, BARBARA ŽNIDERŠIČ

Grafično oblikoval: ANDREJ FERŠ

Izdalo: SLOVENSKO DRUŠTVO ZA LOGOTERAPIJO – LOGOS

Naklada: 100 IZVODOV

Tisk: GRAFIKA GRACER

© Slovensko društvo za Logoterapijo — LOGOS, 2023  
Ameriška 3, Ljubljana.

CIP - Kataložni zapis o publikaciji  
Univerzitetna knjižnica Maribor

615.852:124.2(082)

MEDNARODNI logoterapevski simpozij (8 ; 2023 ; Celje)

Stori prvi korak : uporabnost logoterapije na različnih življenjskih  
področjih : [zbornik predavanj 8. mednarodnega logoterapevskega  
simpozija, Celje, Dom. sv. Jožef, 17. in 18. marca 2023] / [uredili Martin  
Lisec, Mirko Nidorfer, Barbara Žnideršič]. - Ljubljana : Slovensko društvo  
za logoterapijo - Logos, 2023

ISBN 978-961-94737-3-3  
COBISS.SI-ID 144540419



# DRAGI PRIJATELJI LOGOTERAPIJE!

Na 7. mednarodnem logoterapevskem simpoziju, ki je potekal maja 2022 v spomin na učiteljico logoterapije in ustanoviteljico društva Logos, dr. Cvijeto Pahljina, je prof. dr. Alexander Batthyány, direktor Inštituta Viktorja Frankla z Dunaja, v svojem predavanju nagovoril udeležence: »Pred nami je veliko dela, zavihati moramo rokave ter postati veliko bolj proaktivni. Ne trkajmo na vrata teh, ki bodo naši novi somišljeniki, ampak tistih, ki nas potrebujejo.« Njegovo povabilo in nedavno prevedena knjiga avtorice Elisabeth Lukas z naslovom Stori prvi korak sta navdihnili naslov letošnjega simpozija, ki se glasi: **Stori prvi korak. Uporabnost logoterapije na različnih področjih življenja.**

Zdravilni utrip notranje svobode duha lahko kljub vsem pogojenostim ozaveščeno postaja temeljno motivacijsko gibalno pri delu z ljudmi tako na področju vzgoje, zdravstva, izobraževanja, humanitarnega dela in sociale kakor tudi na področju umetnosti, znanosti in športa. Tako lahko notranja svoboda pomembno sooblikuje kakovost odnosov med ljudmi, krepi njihovo duševno zdravje in notranjo trdnost ter plemeniti družbene procese. S temi predpostavkami lahko logoterapija ponudi učinkovito pomoč in oporo uporabnikom različnih storitev in tudi izvajalcem teh storitev, saj lahko z uporabo logoterapevskih načel pri svojem delu lažje prepoznavajo osebni smisel, ki se razkriva v uresničevanju enkratne naloge, ki jim je zaupana.

»Stori prvi korak« je torej naše vabilo, ki vsakogar nagovarja drugače. Vsakdo je v svojem odgovoru edinstven, kar bomo odkrivali skupaj z uglednimi predavatelji, ki bodo sodelovali na **8. mednarodnem logoterapevskem simpoziju.**

Mag. Martin Lisec  
Predsednik Društva LOGOS

Opravičilo in odpuščanje sta »par«, ki bi se moral po človeškem kraljestvu ves čas sprehajati z roko v roki. Na žalost ga včasih ločujejo »kamniti zidovi«. S tem ne izgubita pomirjujoče moči, vendar potrebujejo ljudi, ki se morajo zadovoljiti le z eno »polovico parčka«, neprimerljivo več moči, da obdržijo svojo etično raven in preprečijo, da bi zaradi »zidov« okameneli.

Elisabeth Lukas

**\*KAZALO**

<b>UVOD</b>	1 .
<b>PROGRAM</b>	4 .
<b>POVZETKI</b>	6 .
<b>PRISPEVKOV</b>	
<b>IN PREDSTAVITEV</b>	
<b>AVTORJEV</b>	

# PROGRAM 8. MEDNARODNEGA LOGOTERAPEVTSKEGA SIMPOZIJA

## PETEK, 17. MAREC 2023

15.00	Registracija udeležencev
16.00	Glasbeni utrinek in pozdravni nagovori: <b>mag. Martin Lisec</b> , predsednik Društva Logos; <b>dr. Romana Kress</b> , predsednica Slovenske krovne zveze za psihoterapijo; predstavnik častne pokroviteljice, Mestne občine Celje
16.15	„Vse se uglesi in izpolni. Vprašanje smisla v starajoči se družbi“ <b>Dr. Jože Ramovš</b> , izr. prof., logoterapevt
17.30	Odmor za kavo
18.00	<b>Logoterapija v praksi</b> (sklop petih kratkih predavanj)

18.00 – predavanje, 1. izvedba;	18.00 – predavanje, 1. izvedba;	18.00 – predavanje, 1. izvedba;	18.00 – predavanje, 1. izvedba;	18.00 – predavanje, 1. izvedba;
18.35 – predavanje, 2. izvedba	18.35 – predavanje, 2. izvedba	18.35 – predavanje, 2. izvedba	18.35 – predavanje, 2. izvedba	18.35 – predavanje, 2. izvedba
Darja Kalamar Frece, logoterapevtka	Mag. Martin Lisec, logoterapevt	Polona Teršek, prof. defektologije, logoterapevtka	Tamara Andrašič, logoterapevtka	Vida Ozis, logoterapevtka
Zakaj obiskati logoterapevta, če sem tik pred razhodom oziroma ločitvijo?	Logoterapija in menedžment. Training na smislu utemeljenega vodenja	Uporaba in učinki logoterapevtskih tehnik pri delu z mladostniki	Uporaba logoterapije pri podpori onkoloških bolnikov	Logoterapevtska komunikacija pri medicinski pedikuri

19.15 **Dr. Tanja Rebula** (besedilo), **Kristian Koželj** (izvedba), *Devet dni in devet noči* (monodrama)

20.00 Pogostitev za vse udeležence simpozija

21.00 *Neformalno druženje in mreženje udeležencev simpozija*

## SOBOTA, 18. MAREC 2023

8.15	Registracija udeležencev
9.00	Glasbeni utrinek in pozdravni nagovor: <b>mag. Martin Lisec</b> , predsednik Društva Logos
9.15	<b>Logopedagogika: logoterapevtska načela pri vzgoji otrok, mladostnikov in staršev</b> <b>Dr. Zdenka Zalokar Divjak</b> , red. prof., logoterapevtka
10.15	Odmor za kavo
10.45	<b>Prvi koraki – pri svetovanju za pare</b> <b>Dr. phil. Heidi Schönfeld</b> , direktorica Arhiva Elisabeth Lukas, logoterapevtka
11.45	Odmor za skupno pogostitev, nakup knjig in obisk stojnic
13.15	<b>Logoterapija kot terapevtska pomoč na življenjskih križpotjih</b> (sklop petih delavnic z razpravo)

Alenka Lin Vrbančič Simonič, univ. dipl. ped. in fil., specialistka pomoči z umetnostjo, logoterapevtka in plesno-gibalna psihoterapevtka (R-PGP ZPGPS/EADMT)	Dr. Karel Gržan  Koraki iz hipnotičnega stanja k ozaveščanju posameznika in družbe	Janez Slabe, dipl. slik., edukant logoterapije;  Povezava različnih področij življenja s pomočjo likovne umetnosti in logoterapije.	Mirko Nidorfer, logoterapevt, in člani Bralnega kluba Logos  Branje kot zdravilne kapljice s ščepcem biblioterapije in pomen biblioterapije v logoterapiji. Pomen bralnih klubov med logoterapevti in predstavitev Cvijetine bralne značke.	Slobodan Vujasinovič, dr. med., spec. dermatologije, logoterapevt; mag. Anja Ključevšek, biopsihologinja; Anja Klemenc, študentka medicine  Uporaba logoterapije v vsakdanji medicinski praksi ali Kako mi je logoterapija pomagala pri boju z neozdravljivo krvno boleznijo (Waldenstromova makroglobulinemija)
---	--	---	---	--

14.30 **Sklepna okrogla miza: „Izzivi časa skozi prizmo logoterapije Viktorja Frankla“**

Sodelujejo: **izr. prof. dr. Jože Ramovš**, red. prof. **dr. Zdenka Zalokar Divjak**, **Slobodan Vujasinovič**, dr. med., dermatolog, **mag. Martin Lisec**

Moderira: **Saška T. Ocvirk**

16.00 **Plenarni sklep simpozija**

## PROF. DR. JOŽE RAMOVŠ

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje, Ljubljana

### O AVTORJU:

Izredni profesor doktor Jože Ramovš je doktor antropologije in socialni delavec, v Nemčiji je opravil specializacijo iz Franklove logoterapije (ima Evropsko diplomu iz psihoterapije) in partnerske komunikacije. Dela kot raziskovalec, predavatelj in v praksi zlasti na področjih: sožitje med ljudmi in staranje, zasvojenosti in omamljanje. V teoriji se posveča celostni podobi človeka v njegovi telesni, duševni, duhovni, socialni, razvojni in bivanjski razsežnosti. Razvija programe za kakovostno življenje in sožitje med ljudmi na osnovi vsakdanjih sredstev (antropohigiena). Njegova bibliografija šteje nad tisoč enot (znanstvene, strokovne in poljudne knjige, članki, prispevki na kongresih, radiu, televiziji in spletu, mentorstva pri diplomah, magisterijih in doktoratih).



### VSE SE UGLASI IN IZPOLNI – vprašanja o smislu v starajoči se družbi

### KLJUČNE BESEDE:

logoteorija, logoterapija, antropohigiena, gerontologija, sožitje

### POVZETEK:

Predavanje izhaja iz skoraj štiridesetletnih izkušenj avtorja na področju razvoja logoterapije, od njegove specializacije pri dr. Elisabeth Lukas in osebnega sodelovanja z Viktorjem Franklom, ustanovitve Inštituta Antona Trstenjaka leta 1992, ki se je v začetku imenoval »Inštitut za psihologijo, logoterapijo in antropohigieno«, vodenja sistematičnega prevajanja klasične logoterapevtske literature v slovenščino, vse do razvoja številnih programov za kakovostno sožitje, staranje in druga področja, ki se opirajo tudi na logoteorijo.

Osrednje vprašanje predavanja je: Kaj lahko logoteorija, logoterapija in preventivna antropohigiena prispevajo k reševanju današnjih nalog osebnega staranja in staranja prebivalstva? Njihov specifični prispevek so spoznanja o volji do smisla kot najtrdnější notranji motivaciji za razvoj tistih zmožnosti, ki se lahko razvijajo v starosti. Že klasična logoterapija, ki jo je razvijala Lukasova, je bila pozorna za preventivne in terapevtske možnosti pri pomoči starejšim ljudem – naslov tega predavanja je naslov njene knjige, ki je posvečena tej temi. Pri nas pa že več desetletij razvijamo metodo skupinskega socialnega učenja, ki se dobro obnese pri programih za kakovostno staranje, dobre izkušnje pa imamo tudi s posebnimi tečaji gerontološke logoterapije. Logoterapevtska in antropohigienska spoznanja torej teoretično in v praksi odgovarjajo na današnje slabo odgovorjeno vprašanje, katere človekove zmožnosti se v starosti lahko razvijajo in kako jih razvijati, da življenje doseže tudi zadnjo stopnjo razvoja: integracijo, zrelost ali – povedano s starim pojmom – življenjsko modrost.

Možnost logoteorije in logoterapije v 21. stoletju je večja vključitev spoznanj o človekovem razvoju in o sožitju v osnovno logoteorijo. Naš celostni antropohigienski pogled na človeka upošteva sožitno in razvojno razsežnost enako kakor telesno, duševno in duhovno. Gerontološka logoterapija temelji na spoznanjih o razvoju v starosti. Sožitje – krepitev »nove solidarnosti med generacijami« pa je v 21. stoletju ob staranju prebivalstva preživetvena potreba vseh kultur. Pogoj za vzgojo vseh generacij za mir, varovanje narave ter za lepše sožitje in boljše sodelovanje v družini, službi in družbi je zavesten razvoj empatije skozi vse življenje. Glavne možnosti za to so sočutna oskrba otrok, bolnih in starostno onemoglih ljudi, razvoj metod za uspešno komuniciranje v današnjih življenjskih razmerah, za sprejemanje in kakovostno opravljanje smiselnih vlog ter za ustvarjanje lepega vzdušja v družini, skupinah in skupnostih. Delček tega je razvoj metod za smiselno reševanje sporov – geslo tega simpozija je naslov temeljne logoterapevtske monografije o sporih, ki jo je na temelju svojih inovativnih izkušenj napisala Elisabeth Lukas.

Sklepni del predavanja je razmislek o pogojih, da bomo logoterapevti dali za današnjo slovensko družbo sprejemljiv prispevek k reševanju nalog za kakovostno osebno staranje in razvoj starajočega se slovenskega

naroda. Rešitev te naloge se steka v besedah dobro sodelovati in biti stvaren, to je ne zapadati v fundamentalizem cenenege ponavljanja osnovnih logoterapevtskih tez iz prejšnjega stoletja, ampak biti v njih zdravo zakoreninjen pri ustvarjanju odgovorov na današnja vprašanja.

## RED. PROF., DR. ZDENKA ZALOKAR DIVJAK

univ. dipl. psih., mag. soc. psihiatrije, spec. logoterapije



### LOGOPEDAGOGIKA: logoterapevtska načela pri vzgoji otrok, mladostnikov in staršev

>>>Volja do smisla

Preden se lotimo podrobne razlage, bomo navedli drugi temeljni aksiom, ki ga je Frankl postavil zaradi lažjega razumevanja celote o smislu. Ta aksiom pravi, da je stvarnost smiselna celota. Gre za aksiom, kar pomeni, da gre za zakonitost, ki se ne dokazuje. Pa vendar, če se želimo vprašati, zakaj smo tukaj, nam razum na to ne da odgovora, ker enostavno smo in življenje samo ima svoj smisel. Smisel življenja je torej v življenju samem, človek pa se tega zaveda in je lahko hvaležen, da živi.

Ob tem pa se takoj postavi vprašanje, v koliki meri se tega zavedajo danes mladi, ko se v tako velikem številu ubijajo in je njihovo osnovno sporočilo, kako je vse "brez veze". Kdo in kako naj bi jim te osnovne vrednote posredoval? O vsem tem bomo razmišljali in, upajmo, doprinesli k reševanju tako pomembnih vprašanj, kot je vzgoja otrok in mladine. Tu pa se že dotaknemo tretjega logoterapevtskega aksioma, ki pravi, da je človekova temeljna potreba potreba po smiselnosti. V naši objektivni danosti je torej ena od možnosti za človeka kot posameznika najbolj prikladna in to je njegova naloga ali smisel. Vsak človek je edinstven in enkrat in živi v enkratnem zgodovinskem kontekstu in ima zato tudi posebne možnosti in zahteve, ki so namenjene ravno njemu.

V tem smislu je vsakdo kot posameznik nenadomestljiv za opravljanje določene naloge. Tudi možnost, da nekaj storimo v zvezi z določeno situacijo, je edinstvena. Če je ne izkoristimo za osmišljanje življenja, jo izgubimo za vedno. Prav tako smisel ni dosežen enkrat za vselej, temveč se neprestano spreminja, v skladu s situacijo. Ne moremo ga podeljevati stvarjem po lastni izbiri ali si ga izmisliti, temveč ga lahko le najdemo.

Frankl pravi, da človek uspeva le, če odkriva svoje življenjske naloge, propada pa, če si postavlja cilje samovoljno in ločeno od celotne resničnosti. Resničnost postavlja pred človeka naloge in je zanj izziv, medtem ko ima njegovo življenje značaj spoznavanja nalog in ustvarjalnih odgovorov. Pojasnili smo že, da so za konkretnimi nalogami vrednote, ki vlečejo same s svojo objektivno vrednostjo, zato je človekova energija po naravi usmerjena navzven, ne sama nase. Človek je bitje, ki ni usmerjeno samo nase, na svoje ravnotežje, ampak na opravljanje nalog v celoti.

Frankl svobodno področje razdeli v tri veje, kjer se človek lahko osebno uresničuje ali pa zavrača vrednote v svojem življenju; prve so ustvarjalne vrednote, druge so doživljajske vrednote in tretje so vrednote stališč.

>>>Doživljajske vrednote

Z doživljajskimi vrednotami lahko človek uresničuje življenje tako, da z doživljanjem bogati zavest, ko doživlja radost nad lepoto, medčloveški odnos, upanje v prihodnost in tisoč drugih čudovitih reči.

Doživljajsko področje je tisto, ki bi mu morali v družini, vrtcih in šolah posvetiti veliko pozornosti zaradi razvoja otrokove osebnosti. Kajti vedno stojimo pred vprašanjem, kako bi delali z otroki, kakšne vsebine bi jih učili, da bi iz njih postali zadovoljni, samozavestni, uspešni posamezniki?

Pri delu z otroki bi morali delati na doživljajskih vrednotah kot indirektnem usmerjevalcu k življenjskemu smislu. Če namreč otroku že zelo zgodaj uspemo pričarati lepoto in skrivnost sveta, če se otrok zaljubi v življenje,

je to gotovo najboljša podlaga, iz katere bo črpal tudi vse druge smiselne vsebine in negoval vrednote, kot so ljubezen, lepota, resnicoljubnost, itd. Otrok se mora dokopati do stališča, da se izplača živeti, ker je življenje samo po sebi vrednota, ki nosi v sebi veliko lepega, skrivnostnega in dobrega.

Vzgoja se prav tako ne bi smela zadovoljiti le s prenosom znanja in tradicij, temveč bi morala izkoristiti človekove potenciale za enkratne smisle.

Najboljše vadišče za trdnost, varnost, altruizem posameznika je družina. Poznamo veliko definicij o družini. Lukasova govori o družini, ki pomeni kraj največje zemeljske varnosti, kar jih imamo, pomeni zavetje za življenje in zavetje za človeka vredno umiranja. Družina je lahko nebo ali pekel, vir veselja in trpljenja, pač glede na to, kaj posamezni člani iz nje napravijo.

Kar počnemo v ljubezni do drugega, se vrne k nam. Družina je prizanašanje mladosti in upoštevanje starosti. Družina pomeni torej vedeti, da imamo na tem svetu prostor, ki ga ne moremo izgubiti, mesto, kjer smo vedno dobrodošli.

Otrok se lahko v družini uči, kaj pomeni biti tukaj za nekaj, kaj pomeni biti tu za nekoga in kaj pomeni biti tu drug za drugega.

Prav tako se mnogi starši ne zavedajo, da je bistvena funkcija družine individualizacija otrok. Ta nezavednost pa ima v veliki meri vzrok v starševskem narcizmu. Narcistični starši niso sposobni videti drugih, tudi lastnih otrok ne, kot bitij, ki so na svoj način tudi ločena od njih. Ni torej naloga staršev samo poskrbeti za otroke v čustvenem in materialnem smislu, temveč tudi dojeti, kdo v resnici so.

## DR. PHIL. HEIDI SCHÖNFELD

*Direktorica Arhiva Elisabeth Lukas, logoterapevtka*

### O AVTORICI:

Dr. Heidi Schönfeld je logoterapevtka, ki je študirala in zaključila logoterapijo pri dr. Elisabeth Lukas, edini trenutno še živeči briljantni učenki Viktorja Frankla. Je akreditirana članica Mednarodnega združenja za logoterapijo in eksistencialno analizo Inštituta Viktorja Frankla na Dunaju. Vodi Arhiv Elisabeth Lukas v Bambergu v Nemčiji (<https://www.elisabeth-lukas-archiv.de/>), kjer poučuje logoterapijo, vodi supervizije in izvaja izobraževanja s področja Logoterapevtsko vodeni pogovor. Je vodja Akademije za logoterapijo, poleg tega pa kot logoterapevtka dela še v zasebni ordinaciji. Skupaj z Alexandrom Veselyjem vodi tudi »Logoterapijo na spletu«. To izobraževanje iz logoterapije se začne marca in poteka v nemščini, tekom leta pa tudi v angleščini (<https://logotherapie-online.com/>). Skupaj z Elisabeth Lukas je izdala nekaj knjig, kot so: *K smislu usmerjena psihoterapija. Logoterapija Viktorja Frankla v teoriji in praksi. Psihoterapija v dostojanstvu. Konkretna Logoterapija*. [na voljo tudi v hrvaščini: *Konkretna logoterapija. Psihoterapija u Dostojanstvu*]. Vsled pristnega prijateljstva z dr. Cvijeto Pahljina imamo tudi kratko spletno stran v slovenščini in hrvaščini.



## PRVI KORAKI – pri svetovanju za pare

### POVZETEK:

V današnjem času se mnogi pari razidejo. Če želi logoterapija ohraniti družine, se vsekakor sooči z vprašanjem: Kako motivirati ljudi, da naredijo prvi korak k medsebojni povezanosti? Predstavila vam bom nekaj misli iz prakse.

Za ohranitev družin je »prvi korak« potreben vedno znova. Toda v skoraj vsakem terapevtskem pogovoru potrebujemo tudi misli o obvladovanju oziroma reševanju konfliktov. Medosebni konflikti morda niso glavna težava, s katero ljudje pridejo k nam, vendar spremljajo večino terapevtskih srečanj. Pogosto predstavljajo problematično podlago, na kateri se duševne motnje poslabšajo. Konflikti so tudi posledica tega, da so ljudje psihično nestabilni in njihovo vedenje postane težavno za okolico. Zato se v naših zasebnih praksah pravzaprav

dnevno soočamo z vprašanji: Kaj nam lahko pomaga, da bi dobro ravnali drug z drugim tudi takrat, ko situacije postanejo težke?

Logoterapija ponuja temeljne ideje o tem, kako lahko svobodo in odgovornost konkretno oživimo v vsakdanjem življenju: da ohranimo družine in naredimo našo skupnost sprejemljivo za življenje. Človek kot duhovna oseba odloča – in ne konflikt.



## SKLEPNA OKROGLA MIZA: IZZIVI ČASA SKOZI PRIZMO LOGOTERAPIJE VIKTORJA FRANKLA

### SODELUJOČI:

**IZR. PROF. DR. JOŽE RAMOVŠ**

**RED. PROF. DR. ZDENKA ZALOKAR DIVJAK**

**SLOBODAN VUJASINOVIĆ, DR. MED.**

**MAG. MARTIN LISEC**

### MODERIRANJE: SAŠKA OCVRK

### POVZETEK:

Logoterapija v svojem bistvu odgovarja na temeljna človekova bivanjska vprašanja. Sodobna družba pa se zaradi tehnoloških dejavnikov spreminja hitreje kot kadar koli v preteklosti. Zato posamezniku smisel osebnega ravnanja, bivanja in poslanstva morda še pogosteje uide. Kot pogosto rečemo, družba ni zdrava – ampak saj nikoli v zgodovini ni bila. Je pa ozdravljiva. Kakšno je torej stanje na področju vzgoje in izobraževanja, kakšni so izzivi starajoče družbe, kako bomo rehumanizirali medicino in druga področja ter vzgojili voditelje za prihodnost? Glavno vprašanje pa je, katere kamne na tej dolgi poti lahko položimo logoterapevti?

## DARJA KALAMAR FRECE

*mag. psihosoc. pom., logoterapevtka*

### O AVTORICI:

Darja Kalamar Frece je med drugim zaključila logoterapevtsko smer magistrskega študijskega programa Psihosocialno svetovanje na Fakulteti za uporabne družbene študije v Novi Gorici. Ob delu v lastni praksi je opravljala specializacijo iz logoterapije pri logoterapevtki dr. Cvijeti Pahljina, dr. med., spec. psih. Kot terapevtka v zasebni praksi (SREČANJE, psihosocialno svetovanje) na psihosocialno svetovanje sprejema različne sogovornike z različnimi osebnostnimi stiskami oz. težavami ter deluje kot predavateljica različnim ciljnim skupinam. Verjame, da je težke življenjske situacije potrebno ovrednoti, nato pa, kar je še pomembnejše, začeti iskati rešitve. Doživlja, da velikokrat že zgolj prava beseda ljudem pri tem veliko pomaga. Od strokovnega dela se rada umakne v svet potovanj. Svojo strast je odkrila tudi v branju, ki jo ponese v različne svetove in čase. Če je ob dobri knjigi še v družbi dobre kave, je tisti trenutek zanjo neprecenljiv.



## ZAKAJ OBISKATI LOGOTERAPEVTA, ČE SEM TIK PRED RAZHODOM OZIROMA LOČITVIJO?

### KLJUČNE BESEDE:

razhod, ločitev, odločitev, iskanje rešitev, iskanje smisla, logoterapija

### POVZETEK:

Sodobni čas je v družbo prinesel veliko različnih razumevanj, kaj pomeni sobivati v partnerskem in zakonskem odnosu. Temu področju je veliko pozornosti posvetila logoterapevtka, učenka Viktorja Franka, dr. Elizabeta Lukas. V prispevku avtorica obravnava, kakšne pasti čakajo človeka, ko razmišlja oz. se odloča za razhod oz. ločitev od sozakonca (z otroki ali brez) in kakšne posledice lahko nastanejo. Vzroki in njihovo iskanje, zakaj je odnos prišel tako daleč, je odvisno od konkretne situacije. Vedno pa je ključno, da partnerja izkoristita vse možnosti, da si dasta vsaj še eno priložnost, da poskusita rešiti odnos in družino. Ob taki prelomni odločitvi je ena izmed pomembnih možnosti poiskati strokovno pomoč, pomoč logoterapevta. Skozi proces terapije se mora najprej vzpostaviti zaupen odnos med terapevtom in sogovornikom. V prvih korakih mora vsaj eden izmed sogovornikov (ponovno) odkriti smisel njunega odnosa. Zato je zelo pomembno zavedati se oz. zaznati »smisel v živeti za nekaj ali za nekoga« (Lukas, Družina in smisel). Največkrat odkrijemo razlog, zakaj je odnos dosegel dno, v tem, da je eden ali pa sta oba prišla do točke, ko sta izgubila osmišljenost svojega življenja. V danih situacijah namreč nista več prepoznala nalog in možnosti, ki so jima bile dane, in nista več videla smisla v odnosu, družini. Lukasova v knjigi Družina in smisel predstavi model k smislu osredotočene družinske terapije s poudarkom na poteku takšne terapije. Logoterapija ubere svojstveno pot. V takih primerih se razlikuje npr. od sistemske družinske terapije po obratu od funkcije k sebi. Sistemska terapija zdravi celo družino, ne posameznika. V družinski terapiji, osredotočeni k smislu, pa je vsak posameznik odgovorna in svobodna oseba, ki je poklicana, da se sama odloči, kaj bo prispevala k družinskemu dogajanju. V nadaljevanju pa je pomembno, da si vsi odgovorijo na vprašanje, kako graditi in poglobljati odnos(e).

## MAG. MARTIN LISEC

mag. teol., psihoterapevt, coach, mediator, predavatelj, predsednik Društva Logos

### O AVTORJU:

Mag. Martin Liseč je logoterapevt, predavatelj, mediator, coach in urednik. Je ustanovitelj in direktor Inštituta Stopinje ter strokovni vodja izobraževalnih programov Inštituta Stopinje. V preteklosti je ustanovil in kot direktor vodil projekt Skala, ki še danes velja za pionirski projekt uličnega dela v Sloveniji. Bil je tudi soustanovitelj in direktor Inštituta za mediacijo Concordia, ki je med prvimi v Sloveniji ponudil kakovostna izobraževanja za družinske, šolske in gospodarske mediatorje. Izkušnje je nabiral tudi v gospodarstvu kot direktor slovenske izpostave Celovške Mohorjeve družbe. Več let je bil zaposlen tudi v vladni službi. Vseskozi posveča del svojega časa tudi prostovoljnemu delu.

Študij logoterapije je zaključil leta 2015 pri dr. Cvijeti Pahljina. Psihoterapevtsko svetovanje izvaja od leta 2012. Vključen je v supervizijsko skupino pri prof. dr. Borutu Škodlarju. Leta 2022 je pridobil Evropsko diplomu iz psihoterapije. Je akreditirani član Inštituta Viktorja Frankla na Dunaju in predsednik Slovenskega društva za logoterapijo – Logos ter podpredsednik in član Upravnega odbora Slovenske krovne zveze za psihoterapijo.

Čenjen in iskan je kot terapevt, predavatelj, coach in osebni svetovalec v podjetjih in javnih ustanovah. Njegova predavanja temeljijo na dolgoletnih, praktičnih izkušnjah pri delu z ljudmi. Zapletene in kompleksne vsebine podaja na enostaven, sproščen in udeležencem prijazen način s ciljem, da se nova znanja lahko čim prej in čim bolj učinkovito uporabijo v praksi.



## VODENJE, VREDNOTE IN SMISEL

### KLJUČNE BESEDE:

vodenje, vrednote, vodenje s smislom, osebno in poslovno ravnovesje.

### POVZETEK:

Krizni časi so poseben izziv za menedžerje in druge voditelje. Ne le zaradi težavne in odgovorne naloge, kako uspešno krmariti podjetje mimo čeri in pasti časa, ampak tudi zato, ker krizni časi razgalijo strokovnost in etičnost menedžerjev.

>>>Vodenje temelji na etičnosti

Kriza sodobnega časa izvira v veliki meri iz krize vodenja. Pri tem imam v mislih tako strokovne in upravljalne kompetence voditeljev kot tudi – ali predvsem – njihovo etično držo pri vodenju in njihov notranji odnos do vodenja. Kaj je večji problem, je na prvi pogled težko oceniti. Toda zdi se, da je prav nekompetentnost in nedoraslost voditeljskim nalogam na področju etike tisto – seveda ne vedno –, kar pogosto od znotraj načne tako posameznika kot podjetje.

Prvo, izhodiščno etično dejanje na področju vodenja je odločitev, če in pod kakšnimi pogoji vodstveno vlogo sploh sprejeti. Če človek resno dvomi vase, da bo vodstveno nalogo sposoben kompetentno opravljati zaradi strokovne nedoraslosti, ali če ve, da iz kakršnega kolirazloga ni primeren za določen vodstveni položaj v gospodarstvu (ali v politiki, bančništvuid.), je to najprej vprašanje lastne etične držbe in doslednosti: ni namreč etično sprejeti nalogo, ki te prerašča v smislu strokovnega znanja in kompetenc ali za katero posameznik ve, da zaradi določenih osebnih zadržkov, ki so lahko nenazadnje poznani samo njemu, konkretne vodstvene naloge v svoje dobro in v dobro podjetja ne bi smel sprejeti. Goli karierizem ne prinaša dolgoročnega uspeha niti osebnega zadovoljstva.

Da je prav vprašanje etičnosti vodenja ključno vprašanje (dolgoročnega) uspeha podjetij in da tako opevana uspešnost dejansko temelji na etiki, dokazujejo številne zgodbe iz slovenske in svetovne realnosti. Ključ za trajnostni razvoj in dolgoročni uspeh je torej – vsem navideznim bližnjicam navkljub – še vedno etika, vrednote: če in ko le-te v konkretnih odločitvah vodilnih premaga zgolj in izključno kapital, je rakava pot razkroja neizbežna. Etika na področju gospodarstva torej ni samo nekaj, o čemer je lepo in oportuno govoriti, ampak tvori samo jedro, srčiko uspešnosti. Empirično nam je bilo dokazano, da je uspešnost brez etike votla – torej zgolj navidezna uspešnost, samo lupina brez jedra. Uspešnost podjetja je rezultat številnih dejavnikov, pot do uspeha pa vedno pelje preko vrednot. Ko v podjetju udejanjimo vrednote, je uspeh navržen.

Pomanjkanje ali odsotnost etike v poslu (lahko) pripelje ne le do razkroja gospodarskih sistemov, temveč tudi do osebnostnega razkroja posameznikov na vodilnih mestih. Barantanje z etiko je zato tudi z osebnega vidika nevarno in tvegano početje. Človeka lahko pripelje do tega, da izgubi vse – dobro ime, ugled, družino, denar – in na koncu tudi samega sebe.

>>>Vodenje odpira vprašanje smisla

Vsako rušenje sistemov, ki so vedno tudi posledica napačnega ali neetičnega vodenja, pripelje tako družbo in posledično posameznike prej ali slej v absurde, nesmiselne situacije. Vprašanje načina, kompetenc in etičnosti vodenja zato navsezadnje vedno odpira tudi vprašanja smisla.

Kaj je pravzaprav smisel? Dr. Anton Trstenjak in dr. Jože Ramovš pravita, da je smisel »notranja strukturna povezanost stvarnosti v ekološko celoto«. Z drugimi besedami, struktura stvarnosti je smiselna, če in ko vsebuje neko pametno zamisel (za-misel – smisel) in je vredna. Vrednote so torej imanentni del smisla. Izraz »notranja« hkrati nakazuje, da je smisel vedno utemeljen v posamezniku: individuum je tisti, ki povezuje svojo notranjo in zunanjo (objektivno) stvarnost v celoto.

Uspešno in učinkovito vodenje je sad velikih in majhnih pametnih odločitev, utemeljenih na vrednotah. Samo

tako postaja vodenje smiselno v najširšem pomenu besede. Na tak način smisel(nost) odločitev, ki so jih vodilni kadri v podjetju poklicani in dolžni izvajati, še zdaleč ne sega samo na poslovno in finančno področje, ampak se razprostira tudi na odnos do zaposlenih, na etičnost odločitev in nenazadnje na osebno življenje. Odsotnost pamet(n)i(h) odločitev ali odsotnost vrednot prej ali slej pripelje podjetje v polje nesmisla. Enako velja seveda tudi za vsa druga področja človekovega družbenega in nenazadnje tudi osebnega življenja.

V človeški družbi in v človekovem življenju se vse veriži. Svobodi podaja roko odgovornost. Svoboda ni brezmejna, je zakoličena z etiko, z odgovornostjo, z občutkom za skupnost, z občutjem bližnjega, skupnosti. Smisel ni zgolj individualen, ampak mora – če hoče biti smisel – postajati smisel za vse. Prav to spoznanje odpira prostor novim razmislekem o tem, kako pripravljati in usposablјati vodilne kadre na način, da bodo lahko celostno odgovarjali na izzive sodobnega vodenja. Prihodnost gospodarstva bodo tlakovali ljudje, ki bodo razumeli imanentno povezanost med kapitalom, procesi in vrednotami ter imeli pri tem tako srčno moč, da bodo te tri stebre ohranjali v ravnovesju.

Na Treningih za krepitev pripadnosti in na smislu utemeljenega vodenja odpiramo skozi perspektivo logoterapije teme etike, smisla, komunikacije, vrednot, svobode, odgovornosti, pripadnosti, kakovostne komunikacije, veččin vodenja ter ohranjanja življenjskega ravnovesja.

---

## POLONCA TERŠEK

*prof. defektologije, logoterapevtka*

### O AVTORICI:

Polonca Teršek je po poklicu profesorica defektologije. Takoj po končanem študiju je opravljala poklic razredne učiteljice na osnovni šoli z nižjim izobrazbenim standardom. Od maja 2000 je zaposlena na Centru za socialno delo Celje – enota Laško kot vodja enote, kjer opravlja tudi strokovno delo na področju varstva otrok in družine. Slednje zajema: delo z visoko konfliktnimi odnosi – razvezami in razpadi družin ter svetovanje družinam, otrokom in mladostnikom ter posameznikom v stiski. V okviru preventivnega programa 17 let izvaja program Skupine za starše, kjer se starši v delavnicah srečajo z različno vzgojno, partnersko in starševsko tematiko.

Pri delu ji je v pomoč znanje iz družinske mediacije ter logoterapije. Od septembra 2021 izvaja logoterapijo za družine, otroke in mladostnike ter pare v okviru svoje Družinske svetovalnice Dotik, prej pod mentorstvom dr. Cvijete Pahljina, od junija 2022 pa samostojno.



## UČINKI LOGOTERAPIJE PRI DELU Z MLADOSTNIKI

### KLJUČNE BESEDE:

uporaba logoterapevtskih metod pri delu z mladostniki, učinki logoterapevtskih tehnik pri delu z mladostniki

### POVZETEK:

V današnjem času so pred otroke in mladostnike postavljene različne preizkušnje. Z motilci, ki so jih dnevno deležni v obliki mobilnikov in socialnih omrežij, je pridobivanje njihovih izkušenj o svetu ter ustvarjanje lastne podobe o sebi v družini in okolju, kjer se udejanja, pravi resnični izziv. Samo pubertetno obdobje je zaradi hitrih sprememb v njihovi telesni in duševni dimenziji ter nekoliko kasneje tudi duhovni dimenziji, eno najtežjih življenjskih obdobj. Njihova telesna dimenzija se izraža v hitri rasti, spremembi sekundarnih spolnih znakov in hormonskem nihanju, kar posledično vpliva na duševno dimenzijo in se izraža v pretiranem čustvenem odzivanju na posamezne preizkušnje in interakcije v okolju.

Nevroznanost je skozi raziskave in slikanje možganov uspela dognati, da pristop staršev do otrok v posameznih obdobjih ključno vpliva na njihov razvoj. Pomembno se je zavedati, da se v možganih tistih otrok, ki v tem zelo zgodnjem razvojnem obdobju od staršev ne doživijo dovolj čustvenega odzivanja v situacijah, ne

razvijejo povezave, ki bi jim kasneje omogočale učinkovito obvladovanje stresnih okoliščin. Posledično tak otrok v odraslem obdobju ne razvije višjih sposobnosti za pozornost do drugih ali za razmišljanje o svojih občutjih na objektivnejši način, ima nizek frustracijski nivo, je slabše prilagojen in ne nosi v sebi kljubovalne moči duha.

Zaradi vseh opisanih dejstev o razvoju telesne in duševne dimenzije mladostnikov je evidentno, da so v zelo ranljivem razvojnem obdobju. Pri delu z njimi je ključnega pomena, da imajo v svojem življenju vsaj eno osebo, ki ji lahko zaupajo in je nujno, da ta oseba vanje verjame. Zaradi »nezrelih možganskih struktur« in nezadostnih pozitivnih vzpodbud iz družinskega okolja so manj odporni na življenjske preizkušnje, zato se pri njih zelo hitro pokažejo spremembe na njihovem osebnostnem, čustvenem in vedenjskem področju. Ključni korak je prepoznavanje njihovih težav in možnost vključitve v kontinuirano obravnavo. S samo vključitvijo mladostnika smo šele pri prvem koraku, za njihovo sodelovanje z nami je potrebno mnogo več. Njihovo zaznavanje odraslega sveta je odvisno od našega sprejemanja njih, ki mora biti celostno, iskreno, sočutno, doživeto in predano v naši in njihovi polnosti. V odnosu pričakujejo iskrenost in popolno sprejemanje njihove resničnosti – to so naša vrata v njihov varni prostor. Če izkoristimo svoj položaj in zlorabimo njihovo stisko, nam vstop ne bo več dovoljen.

Ko je naš prostor za mladostnika dovolj VAREN, se lahko začne proces njegovega spreminjanja. Nerealno je pričakovati, da se bo vse takoj spremenilo in uredilo, velikokrat se je potrebno vrniti nazaj na začetek in začeti s ponovno gradnjo zaupanja. Ravno zaupanje je tisto, ki o nas samih pove, koliko smo bili kot otroci objeti, varni in sprejeti, toliko je v nas prazaupanja v svet.

Pri delu z mladostniki sem prišla do spoznanja, katere logoterapevtske metode delujejo. V kratkem predavanju želim predstaviti posamezna krizna obdobja mladostnikov, naše odzive nanje in učinkovitost logoterapevtskih metod na konkretnih primerih.

---

## TAMARA ANDRAŠIČ

*org. soc mreže, logoterapevtka*

### O AVTORICI:

Tamara Andrašič je psihoterapevtka z logoterapevtskim pristopom delovanja. Je avtorica knjige Zaupaj življenju. Dela v zasebni praksi v Kopru, že več let deluje kot članica različnih društev za psihoterapijo in psihosocialno pomoč. Zaposlena je bila v Društvu za pomoč odvisnikom od nedovoljenih drog. Je tudi članica skupine strokovnjakov za duševno zdravje, partnerka programa za obvladovanje osebnostnih motenj in duševnih stisk ter tajnica v Slovenskem društvu za logoterapijo – Logos. Področje njenega delovanja obsega partnersko in individualno terapijo, pri kateri pomaga preseči problematiko vzorcev, navad, anksiozna stanja, stiske, depresije, strahove, travme, škodljiva prepričanja in različne oblike zasvojenosti. Zadnja tri leta intenzivno sodeluje kot predavateljica in terapevtka z več podjetji in društvi, kot so Telekom, Društvo pljučnih bolnikov in medicinsko pedikuro An.nika, na področju ozaveščanja in odpravljanja stresa na delovnem mestu ter izboljšanja komunikacije. Pomaga pri iskanju rešitev in pri odločitvah v težavnejših življenjskih in poslovnih obdobjih. Skupaj s Centrom za psihoterapijo in psihosocialno pomoč Koper in v sodelovanju z Mestno občino Koper sodeluje s kriznim in mladinskim centrom v Kopru, kjer izvaja individualne terapije in delavnice za otroke ter mladostnike na osnovnih in srednjih šolah. V letu 2022 je prevzela strokovno vodenje podporno terapevtske skupine onkoloških bolnikov v ZD Koper, imenovane Skupina za samopomoč bolnikov z rakom Koper v okviru Društva onkoloških bolnikov Slovenije.



## UPORABA LOGOTERAPIJE PRI PODPORI ONKOLOŠKIH BOLNIKOV

### KLJUČNE BESEDE:

logoterapija, zdravje, podpora, rak – bolezen duše, smisel trpljenja, strah, zaupanje



## POVZETEK:

Z osebno zgodbo Tamara Andrašič predstavi potek zdravljenja raka slinavke s pomočjo logoterapije. Soočala se je z večletnim zdravljenjem telesa in duše zaradi diagnosticiranega karcinoma na žlezi slinavki, prestala je tri operativne posege v kratkem obdobju in prav njena osebna zgodba govori o tem, kako pomembno je zaupanje v času, ko ne poznaš rezultata. Kako sprejeti in preseči stanje strahu v trenutkih, ko je glavno vprašanje v tvojih mislih eksistenca. Strah je prisoten, zlasti strah pred bolečino, nevarnostjo in pred smrtjo. Kako in zakaj zmora človek zaupati in zakaj (za)upanje in vera zdravita? Kako doseči pomemben notranji mir in se samopresegati kljub trpljenju? Naše trpljenje ima smisel in v brezizhodnih situacijah, kjer nimamo možnosti vplivanja se naučimo predvsem spustiti kontrolo in nadzor. Kdo pa sem jaz, da vem bolje kakor Bog, kaj je zame najbolje? Zakaj je življenje polno, lepo in zadovoljno, kljub 25 letni spremljavi kronične bolezni in dejstvu, da v telesu nimaš več kot treh organov. Človek je veliko več kot diagnoza. Je večdimenzionalno bitje in je zmožen mnogo več kot predpostavlja sam.

Skupina za samopomoč bolnikov z rakom Koper je skupina, kjer se srečujejo različne starostne skupine oseb z izkušnjo raka. Kjer si enak med enakimi. Skupina Pot k okrevanju Koper je pisana skupina, v kateri se takoj čutijo povezanost, sprejemanje in domačnost. S pomočjo pogovora dobimo lastne uvide in razumevanje, zato nam je lažje sprejeti vsakdan. Kljub včasih težkim in žalostnim trenutkom se čuti močna pripadnost in predavanje govori o vplivu ter smislu logoterapevtske podpore bolnikom z izkušnjo raka.

V pogovor vpletamo tudi kreativnost. Delamo z različnimi terapevtskimi kartami, likovno in glasbeno ustvarjamo, za podporno obliko pa smo izbrali tudi terapevtsko pisanje in branje. Podpora je izjemno pomemben element v življenju človeka in če je ta hkrati še zabavna, verjamem, da je smiselna in predstavlja še večji doprinos k lepšemu življenju.

## VIDA OZIS

*diplomirana logoterapevtka*

### O AVTORICI:

Vida Ozis je direktorica podjetja AN.NIKA, inovatorica medicinske sponke an.nika za slovenski in evropski trg, specialistka za reševanje vraščene nohta, logoterapevtka, mama in babica. Je ustanoviteljica prve slovenske franšize v medicinski pedikuri, danes so v Sloveniji že štiri: v Celju, Mariboru, Krškem in Novi Gorici. Je tudi avtorica operativnega priročnika, v katerega je vključila tudi psihoterapevtski logoterapevtski pristop do stranke. Razvila je tudi lastne metode dela, ki so se v praksi pri samem delu pedikure pokazale za zelo učinkovite. Vida Ozis je veliko časa namenila raziskovanju problematiki stopal pri nas in v tujini na podoloških klinikah in v UKC LJ pri prof. dr. Vilmi Urbančič, dr. med. Zadnja leta pa Vida Ozis svoje znanje uspešno in nesebično predaja mlajšim pedikerjem, franšiznim partnerjem, prav tako pa skupaj s hčerjo Niko nenehno dela na razvoju novih izdelkov za nego stopal.



## UPORABA LOGOTERAPIJE PRI DELU V MEDICINSKI PEDIKURI

### KLJUČNE BESEDE:

logoterapevtski pristop, zaupanje, vera

### POVZETEK:

Vida Ozis izhaja iz preproste kmečke družine, kjer so bili pomembni delo, spoštovanje in ljubezen. Vrednotam, ki jih je poznala od doma, je dodala še znanje. Nenehno se je izobraževala v tujini, kjer je pridobiva znanje s področja medicinske pedikure, osebne rasti in znanje s področja logoterapije. Logoterapijo uporablja vsak dan pri svojem delu, zato je lahko še toliko bolj uspešna pri reševanju težav s stopali. Morda se sliši nenavadno,

pa vendar je res.

Vida Ozis navdihujoče pove: »Verjela in zaupala sem, da mi bo uspelo. Moja duša je osvobodjena, ni me strah in moji cilji niso cilji, marveč je pot tista, ki me vsakokrat opozarja, da živim, ljubim, spoštujem in zaupam.«

Zaupanje, vera, trdo delo, padci in ponovni vzponi so lahko vzroki, ki nam omogočajo, da nam lahko uspe. Pomembno je, da v težkih situacijah zaupamo sebi, da smo strpni in da nase gledamo kot na ljubečega človeka. Človek je ustvarjalno bitje, ki živi svoje vrednote, prav tako pa zavzema trenutna stališča, ki so mu na voljo. Trpeči človek ima možnost, da se osvobodi lastnega strahu in obsojanj, če verjame vase. Pomembno je, da poišče zdravo komponento, ki je izhodišče in na kateri gradi drugačen, še boljši jaz.

Vida Ozis se skoraj dnevno srečuje s situacijo, kjer pristopi do stranke z logoterapevtskim pristopom, na primer, kjer je prisoten strah pred bolečino, strah pred neznanim, strah pred krvjo in nezaupanjem ali se bo njena situacija izboljšala. Časovno je težko napovedati točen čas izboljšanja (vraščeni noht, boleče in vnete kurje oko ali rana pri diabetičnemu stopalu), saj je človek individuum. Lahko se napove približen čas izboljšanja, vse skupaj pa je odvisno od tega, koliko je oseba pripravljena sodelovati in upoštevati navodila. Na izboljšanje pa vsekakor vplivajo tudi okolje, v katerem živi oseba, prehrana in medsebojni odnosi v družini. Zato je uporaba logoterapije pri delu v medicinski pedikuri izjemno pomembna.

## ALENKA LIN VRBANČIČ SIMONIČ

*univ. dipl. ped. in fil., specialistka pomoči z umetnostjo, logoterapevtka in plesno-gibalna psihoterapevtka (R-PGP ZPGPS/EADMT)*

**\*DELAVNICE Z  
RAZPRAVO**

### O AVTORICI:

Alenka Lin Vrbančič Simonič ima 25 let delovnih izkušenj s preventivnim, svetovalnim in terapevtskim delom z različnimi ciljnim skupinami na področjih socialnega varstva, vzgoje in izobraževanja, duševnega zdravja in psihosocialne rehabilitacije. V okviru javne službe deluje kot učiteljica, izvajalka dodatne specialno in socialno pedagoške pomoči ter svetovalna delavka, na področju duševnega zdravja tudi kot strokovna sodelavka v različnih socialno- varstvenih programih. Je ustanoviteljica in strokovna vodja Inštituta IZIS, kjer pod krovnim konceptom »Štirje časi« ustvarja, razvija in izvaja preventivne, podporne in terapevtske programe za posameznike, pare, skupine in skupnosti. Logoterapijo in plesno-gibalno psihoterapijo izvaja z otroki in mladostniki ter njihovimi družinami, prav tako z odraslimi posamezniki in skupinami. Je članica Strokovnega sveta in Upravnega odbora SKZP, predsednica ZPGPS in delegatka v EADMT. Je tudi avtorica več strokovnih člankov. Njen moto je »Diham, Živim, Plešem, Ljubim«, kar je tudi slogan Inštituta IZIS.



## LOGOTERAPIJA S PRVINAMI PLESNO-GIBALNE PSIHOTERAPIJE V PROCESU SOOČANJA Z IZGUBAMI, KRIZO IN ŽALOVANJEM

### KLJUČNE BESEDE:

logoterapija, žalovanje, plesno-gibalna psihoterapija, gibanje, razvojna perspektiva

### POVZETEK:

Logoterapija posamezniku omogoča, da na poseben, sebi lasten in enkratni način vedno znova odkriva, kako lahko presega to, kar je usodnega in kako lahko vsak dan znova odkrije svoj trenutni smisel. K usodi spada v logoterapiji predvsem vsa preteklost, kot tudi vsa fizična, biološka, psihična, socialna in zgodovinska dejstva, v katerih se človek v določenem trenutku nahaja. V procesu soočanja s trpljenjem, izgubami in žalovanjem je še posebej pomembno, da prepoznamo tudi tisto, kar je v usodnem pozitivnega. Tisto, kar ostaja vredno, kljub temu, da je minulo, saj je pomembno povezano s tem, kar je in kar bo. To je nekaj, od česar se lahko človek odrine, da doseže svoj smisel tukaj in sedaj ter ga s tem ustvarja tudi za prihodnost.

Kako lahko posameznik, soočen s težko boleznijo, hudo izgubo, krizo, žalovanjem zavzame »zdravilno«

držo, ki mu omogoča, da se zbere, odrine, postavi na noge, naredi prvi korak k zmanjšanju trpljenja in lažje prenaša to, kar je neizogibno? Kakšno vlogo imajo v tem procesu položaj, težišče, telesna drža, različni vzgibi, ritem? Kako se razvija fokus in spreminja perspektiva? Kako se razkriva in odkriva smisel, poraja nova drža, odločitev in sprememba – novo življenje? Na delavnici bomo skupaj raziskovali razvojni pomen in vlogo gibanja kot potencialne logoterapevtske prvine. Raziskovali bomo težnost, odnos do teže in ravnotežje v odnosu do človeške svobode in odgovornosti.

## DR. KAREL GRŽAN

### O AVTORJU:

Karel Gržan se je rodil leta 1958 v Celju. Po končani Srednji gradbeni tehniški šoli je vstopil v red bratov kapucinov. Diplomiral je na Teološki fakulteti v Ljubljani (1984) in bil leta 1985 posvečen v duhovnika. Dve leti zatem je opravil magistrski študij. Leta 2003 je bil na Filozofski fakulteti v Ljubljani promoviran v doktorja znanosti s področja literarnih ved. Poleg opravljanja svojega poklica in pisanja se je ukvarjal tudi s problematiko zasvojenosti. Leta 1997 je na Razborju pod Lisco ustanovil Don Pierinovo komuno za dekleta, prvo in edino tovrstno dekliško skupnost v Sloveniji. Kmalu za tem je dal pobudo za ustanovitev društva, ki povezuje zdravljene odvisnike s končanim programom v pomoč tistim, ki so še zasvojeni. V letu 2004 je vodil pripravo za odprtje prve skupnosti za pomoč odvisnikom v Pomurju. Zanimajo ga različna področja, med drugim tudi zgodovina. Poleg pisanja o problemskih tematikah in stiskah sodobnega človeka piše knjige za otroke, mladino in odrasle. Izšlo je več kot deset del za otroke in mladino, za odrasle pa do sedaj okoli 30 del.



## ZGODBA O TRNULJČICI – OBUDITEV IZ HIPNOTIČNEGA STANJA ZAVESTI

### KLJUČNE BESEDE:

svobodna volja, človekovo dostojanstvo, ustvarjalno razmišljanje, odtujitev

### POVZETEK:

Pravijo, da se v stvarstvu človek odlikuje po razumu in svobodni volji. Ko opazujem sebe in bližnje, pa se sprašujem ali nas niso odtujili od temeljnega dostojanstva – do uporabe lastne glave. Postalo je namreč samoumevno, da namesto nas mislijo drugi, da mi samo »pravilno« ponovimo. S predajo lastne presoje pa seveda nismo več svobodni. Ob tem se zastavlja vprašanje: Kako – s čim so nas odtujili od dostojanstva osebnega kreativnega razmišljanja in presojanja?

## JANEZ SLABE

*dipl. slik., edukant logoterapije*

### O AVTORJU:

Janez Slabe je ustvarjalec na področju likovne umetnosti, glasbe in poezije. Svojo umetniško pot je začel kot otrok z opazovanjem strica, slikarja, ki je slikal plein air, na prostem. Veliko kasneje se je vključil v skupino ljubiteljskih akvarelistov na Vrhniki in začel skupinsko razstavljal kot član Društva likovnikov Logatec. Risanja in slikanja se je učil pri različnih akademskih slikarjih, ki so delovali v Javnem skladu za kulturne dejavnosti in na Šoli za risanje in slikanje, kjer je diplomiral iz slikarstva pod mentorstvom dr. Kiki Klimt. Na pobudo dr. Cvijete Pahljina je izvajal likovne delavnice na duhovnih taborih v Žički kartuziji, vključil pa se je tudi v študij logoterapije.



## »Povezava različnih področij življenja s pomočjo likovne umetnosti in logoterapije«

### KLJUČNE BESEDE:

umetnost, zaznavanje, doživljanje, ustvarjanje, slikarstvo, del in celota, logoterapija

### POVZETEK:

V umetniški delavnici bodo udeleženci skozi zaznavanje, doživljanje in ustvarjanje povezali različna področja življenja. Lahko se bodo izrazili tako verbalno kot neverbalno – skozi slikanje v tehniki akvarela. Ob zaključku bodo udeleženci svoje slike povezali v celoto.

Bralni klub Logos (ustanovljen 18. marca 2022)

## MIRKO NIDORFER – vodja skupine

*prof. slov., bibl. spec., logoterapevt*

### O AVTORJU:

Mirko Nidorfer je po osnovni izobrazbi profesor slovenščine, 35 let je delal v različnih tipih knjižnic kot bibliotekar. V vojaški knjižnici, kjer je bil nazadnje zaposlen, je osem let organiziral bralno značko za odrasle. V srednji šoli je organiziral bralne čajanke za učitelje. Sodeloval je v projektu Nacionalni mesec skupnega branja z različnimi bralnimi projekti v okviru Slovenske vojske, npr. projekt knjigobežnica v sodelovanju z VDC Polž Maribor in Izobraževalnim centrom Piramida Maribor. Kar nekaj let je sodeloval pri projektu Festival Brati gore (11. december svetovni dan gora). Je član Bralne značke Slovenije in Bralnega kluba Slovenije. Med leti 1996-2019 je pripravil štiri zloženske seznamov knjig za branje za terapevtske namene za osebno rast, za zakonce, družine, zloženko seznama knjig za žalovanje leta 2002 za namene hospica. Pripravljala je biblioterapevtske delavnice za knjižničarje na bibšoli, biblioterapevtske delavnice v klubu anonimnih alkoholikov. Leta 2021 je diplomiral iz specialističnega študija logoterapije pri dr. Cvijeti Pahljina, dr. med., spec. psihiatrije, logoterapevtki z naslovom diplome: Pomen branja v dvoje v partnerski terapiji in vseživljenjskem učenju sožitja v dvoje – logoterapevtski pogled na uporabo biblioterapije. V zadnjem času vodi bralni klub diplomantov logoterapije in pripravljamo bralno značko logoterapevtov. Leta 2022 je zaključil štiri stopnje izobraževanj za moderatorja bralnih klubov.



## BRANJE KOT ZDRAVILNE KAPLJICE S ŠČEPCEM BIBLIOTERAPIJE (Ustanavljanje bralnih klubov in pomen biblioterapije v Logoterapiji)

### KLJUČNE BESEDE:

bralni klubi, biblioterapija, intuitivna biblioterapija, terapevtsko branje, terapevtsko pisanje, pisanje dnevnika, metode dela z bralno skupino, branje v dvoje v partnerski terapiji

### POVZETEK:

V delavnici bomo na kratko predstavili nekaj teoretskih izhodišč glede branja v terapevtske/zdravilne odredbo namene in motivirali udeležence za ustanavljanje bralnih klubov znotraj Društva Logos, tako študentov logoterapije in logoterapevtov. Bralni klub ni supervizija, ima pa lahko svoje zdravilne učinke za udeležence ter njihovo osebno delo z drugimi na področju logoterapije. Na delavnici vam bomo približali različne metode dela v bralnem klubu, izbor literature s strokovnega logoterapevtskega področja, književnosti (romani, poezija), ki imajo tudi svoje zdravilne učinke, poudarili pomen skupinskega branja iste knjige in pogovora o njej, ki skupino povezuje v neko zdravilno navezo/povezanost in pomen partnerskega/zakonskega branja v dvoje v preventivne

in terapevtske namene. Prikazali bomo tudi pomen pisanja ob branju, igranja z besedami in poustvarjalnosti ob branju ter pomen pisanja dnevnika kot preventivnega in terapevtskega pomena.

Lukasova poudari, da je »glavna skrb za plodno pomoč in nasvet torej lahko zgolj prizadevanje pokazati na vsakokratno vrednoto, ki je ogrožena, s tem da se od nje odmikamo in spoznanje tistega odseva smisla, ki prodre v vsak še tako odročeni delček našega zemeljskega bivanja, v veselje in bolečino, v vsa polarna protislovja življenja vse tja do najtemnejših koticov človeških brezen ... – ko vedno znova oznanja logos (v začetku je bila Beseda – Logos), priča o Enem (Jaz sem, ki sem), poleg katerega ni nič. Kajti vse, kar je, stoji pod njim. In vendar: vse, kar se obrne k Njemu, bo rešeno propada in sprejeto v njegovo milost« (Lukas: Izviri, ki napajajo življenje s smislom, 2015, str. 11).

V središču logoterapije je torej vodilo, kako človeku pomagati v njegovi stiski pri aktiviranju njegovih osebnih duhovnih zmožnosti, da bi z njimi odkrival in udeležil konkretne možnosti za uresničitev smisla v svojem konkretnem življenjskem položaju. In seveda je poudarjeno, da samo pomaga najti smisel in ni sistem, ki bi dajal smisel. Torej človek se mora sam zavestno in odgovorno odpraviti na pot odkrivanja smisla.

Tako je branje, ki je v osnovi povezano z logosom – smislom, lahko eden izmed zelo koristnim pripomočkov za mobiliziranje duhovnih moči v človeku.

Ideja, da lahko branje deluje kot oblika zdravljenja, ni nova: njegov terapevtski potencial so prepoznali že v stari Grčiji, kjer so knjižnice dojemali kot sveti prostor s posebnimi, zdravilnimi močmi. Pojem biblioterapija se je pojavil na začetku 19. stoletja, ko so jo zdravniki, kot sta Benjamin Rush in Minson Galt II, začeli uporabljati pri rehabilitaciji in zdravljenju duševnih težav.

Lukasova o tej zdravilni moči branja pravi, da »določenega besedila, ki je lahko še tako modro, ne moremo predpisati kot zdravilo in graditi na njegovem delovanju. Njegova zdravilna moč bo prišla do izraza, če bo oseba, ki je za to besedilo odprta, prišla v stik z njim v za to primernih trenutkih. Takrat se lahko zgodi ognjemet, eksplozija.«

Na tem mestu Lukasova navaja tudi Franklovo ugotovitev, da je »prava knjiga ob pravem času mnoge obvarovala pred samomorom. V tem smislu nudi knjiga resnično pomoč za življenje – in tudi za umiranje.«

Bralni klubi so namenjeni pogovorom o knjigah in literaturi, ne pa o njegovih članih. Bralna skupina je lahko terapevtska samo toliko, kolikor zahvaljujoč interakciji z drugimi kaj opazimo pri samih sebi. Torej: če se že s kom ukvarjamo, se ukvarjamo sami s sabo, in ne z drugimi, saj se nimamo pravice vtikati v življenje drugih ljudi. Literatura ima lahko terapevtski učinek na dveh ravneh: na individualni ravni kot intimni akt branja in na kolektivni skozi množično branje literature, predvsem pa skozi pogovor o knjigi.

Branje literature dejansko deluje kot neke vrste kolektivna psihoterapija (kolektivna zato, ker isto knjigo prebere več ljudi). Za razliko od običajne psihoterapije, ki poteka v obliki pogovora med pacientom in psihoterapevtom, se branje odvija kot intimno dejanje med bralcem in knjigo. Akt branja uspešno poteka samo v bralski osami. Med branjem se »pogovarjamo« z literarnim besedilom in v tem procesu prihajamo do spoznanj, uvidov o sebi in o svetu, neredko pa tudi do katarzičnega očiščenja.

Pisanje dnevnika lahko uporabimo kot zelo primerno terapijo za posameznika.

Za pisanje dnevnika si moramo predvsem vzeti čas in naj nam ne bo v breme ali obveznost. Pisanje je namreč odličen pripomoček za izražanje negativnih občutij. Če o neki težavi razmišljaš, jo zapišeš in analiziraš, te to lahko vodi do rešitve ali odgovora ali ti odleže, ker si težavo nekemu povedal in breme podelil z nekom. Zapisujete pa lahko tudi afirmacije. Ponavljanje jih namreč vtisne globoko v podzavest, da se laže uresniči.

S pisanjem dnevnika si lahko odgovorimo na marsikatero vprašanje o nas samih ter z njegovo pomočjo rastemo in se razvijamo. V njem lahko izrazimo svoja čustva in potrebe, postavljamo retorična vprašanja, izražamo hvaležnost za lepe dogodke, zapišemo želje in odkrivamo modrosti o sebi in svetu. Vsako življenje je zgodba zase. Z zapisi o svojem življenju ujamemo drobce razmišljanj in doživljanj ter jih shranimo zase ali za potomce. V njem se spominjamo zmag in dosežkov, tudi spodrseljajev, analiziramo napake, da se ne bi ponovile. V resnici ni pomembno, kako dolgi so zapisi, če pišemo vsak dan ali ob večjih prelomnicah.

## SLOBODAN VUJASINOVIĆ

dr. med., specialist za kožne in spolne bolezni, logoterapevt, predstojnik dermatologije, Medical Group Fabjan Celje

### O AVTORJU:

Slobodan Vujasinović je leta 1980 diplomiral na Medicinski fakulteti v Zagrebu, dve leti kasneje pa opravil strokovni izpit. v Ljubljani. Kot splošni zdravnik je služboval v Radečah, Rimskih Toplicah in Laškem. Dermatovenerologijo je specializiral na Kliniki za kožne in spolne bolezni v Zagrebu. Strokovno se je izpopolnjeval v Parizu, na Dunaju, v Münchnu, na Nizozemskem (psihodermatologija), v Avstraliji, Kanadi, ZDA, Braziliji, v nemškem klimatskem dermatološkem zdravilišču in v Izraelu ob Mrtvem morju. Doma in na tujem je objavil več strokovnih člankov, je soavtor nekaj strokovnih knjig, več let predaval na Srednji zdravstveni šoli Celje različne strokovne predmete, večkrat organiziral preventivna predavanja v različnih krajih Slovenije, deset let je bil športni zdravnik KK Pivovarna Laško. Študij logoterapije je končal leta 2016, trenutno dela kot predstojnik dermatologije v Medical Group Fabjan Celje. V svoji vsakodnevni praksi redno uporablja logoterapijo kot dopolnitev klasičnega dermatološkega zdravljenja in zagovarja celostni, holistični pristop do človeka – pacienta. Na kongresih dermatologov in logoterapevtov doma in v tujini si s svojimi prijaznimi sodelavkami vedno prizadeva za aktivno udeležbo.

### ANJA KLJUČEVŠEK

mag. psih., specializantka klinične psihologije, edukantka vedenjsko kognitivne terapije

### ANJA KLEMENC

študentka četrtega letnika medicine na Medicinski fakulteti v Ljubljani



## Uporaba logoterapije v vsakdanji medicinski praksi ali Kako mi je logoterapija pomagala pri boju z neozdravljivo krvno boleznijo (Waldenstromova makroglobulinemija)

### KLJUČNE BESEDE:

logoterapija, duhovnost, holističen pristop, bolezen

### POVZETEK:

V delavnici bomo s pomočjo primerov iz vsakdanje prakse prikazali, kako je logoterapija lahko uspešna kot glavno ali podporno zdravljenje različnih bolezenskih stanj. Takšen pristop k zdravljenju je holističen (=celosten) in upošteva medsebojno učinkovanje telesnih, duševnih in družbenih dejavnikov. Žal zanj v današnjem slovenskem sistemu zdravstvene oskrbe velikokrat primanjkuje tako časa kot tudi znanja.

Človek je po logoterapevtski definiciji tridimenzionalno bitje s telesno, psihično in duhovno platjo. Slednja je pri večini bolezenskih stanj ohranjena in zdrava. Zato je prav ta, duhovna dimenzija, ključnega pomena pri zdravljenju, še posebej boleznih s težjim in kroničnim potekom. To seveda ne pomeni, da druge veje psihoterapije niso potrebne ali zaželeni pri procesu zdravljenja.

Primarni logoterapevtski moto, ki smo ga pri zdravljenju medicinskih stanj upoštevali, je bil: »Človek je bistveno, bistveno več, kot le medicinska diagnoza«. Zgornje trditve bomo poskušali prikazati skozi konkretne izkušnje iz naše prakse.

**Besedilo:**

**DR. TANJA REBULA**

prof. slov. in prim. knjiž., dipl. teol., logoterapevtka

**O AVTORICI:**


Po maturi na slovenskem Klasičnem liceju v rojstnem mestu Trstu je diplomirala na Filozofski v fakulteti v Ljubljani iz slovenistike in primerjalne književnosti (1982), ob delu pa na Teološki fakulteti v Ljubljani (1991). Vsa leta je poučevala slovenščino na slovenskih srednjih šolah v Trstu. V zadnjih letih je ob delu dokončala študij propedeutike iz psihoterapije pri Slovenski krovni zvezi za psihoterapijo (2009), nato pa štiriletni študij logoterapije (2015) pri ustanovi Zavod Žički tabor za duhovno rast, ki ga je v povezavi z izvorno ustanovo Viktor Frankl Institut na Dunaju vodila psihiatrinja dr. Cvijeta Pahljina. Dr. Tanja Rebula je leta 2021 doktorirala iz literarnih ved na oddelku za klasične filologije na Filozofski fakulteti Univerze v Ljubljani. Naslov njene doktorske dizertacije je bil Levinas in antika. V poletnem času sodeluje pri delavnicah Žičkega tabora za duhovno rast. Avtorica monodrame Devet dni in devet noči predstavlja logoterapijo Viktorja Frankla. Doslej je napisala več radijskih iger, črtic in novel s pretežno bivanjsko tematiko, ki jih je predvajala slovenska radijska postaja Radio Trst A.

**IGRALEC:**

**KRISTIAN KOŽELJ**

**O IZVAJALCU:**

Pedagog na področju literature in gledališča, pesnik, igralec in knjižničar. V Celju deluje kot mentor srednješolskim gledališčnikom in pesnikom. Je član Igralskega studia bratov Vajevec in Združenja dramskih umetnikov Slovenije. Poezijo in eseje je objavil v številnih literarnih revijah doma in v tujini. Za svoje delo je prejel nekaj vidnih nagrad in priznanj, med drugim nagrado revije Sodobnost za najboljši slovenski esej 2018 in naziv vitez poezij leta 2021. Je umetniški vodja mednarodnega pesniškega festivala Izrekanja. Zaposlen je v Osrednji knjižnici Celje.

 **GLASBENI NASTOP**


**MATEJA KUNSTEK**

**GLASBENI PROGRAM:**

Edelweis (Beli cvet)  
Zapel sem iz mraka svetlobe išoč  
Swing Low, Sweet Chariot (gospel)  
Somewhere Over the Rainbow

**O IZVAJALKI:**

Mateja Kunstek je absolventka študija: slovenski jezik in latinski jezik. Obiskovala je zasebne ure solopetja. Pela v APZ Tone Tomšič, komornem zboru RTV Ljubljana, Komornem zboru Ljubljanski madrigalisti, SNG Opera in balet Ljubljana in SNG Opera in balet MARIBOR. 25 let je pela v zboru Slovenske filharmonije. Leta 1999 je posnela zgoščenko klavirsko spremljavo (pod imenom in priimkom je dostopno na kanalu Youtube). Prepevala je tudi na številnih otvoritvah umetniških razstav in drugih javnih prireditvah. Igra starodavni

 **GLASBENI NASTOP**

**SLAVICA TESOVIK**

**O IZVAJALKI:**

Je slikarka, pesnica in izvajalka uglasbene poezije ob spremljavi kitare. Kulturno umetniško delovanje in delo v dopisništvu in dokumentarni fotografiji sta jo vedno soočala s človekom in družbo. Stike z javnostjo in delo z ljudmi, tudi skozi pisano besedo, trenutno še kot absolventka v malem nadgrajuje z znanjem logoterapije.

Tukaj, sedaj  
Čas tisočerih obrazov,  
s paleto nešteti odtenkov,  
življenje z veliko vprašaji ...  
... Duh časa dvomljivih izrazov.  
Skupine sorodno mislečih,  
klani pomembnih ljudi,  
ljudje z bolečino v srcu ...  
... svoboda duhovne zvrsti.  
Refren:  
Stori prvi korak,  
pristopi, naj se smisel zbistri,  
kot sonce na tirnici duše  
edinstven zdaj človek živi.

Vsi smo soustvarjalci življenja,  
v odgovorih pestrost živi,  
oblikujmo človeške odnose ...  
... v trdne plemenite vezi.

Besedilo in glasba: Slavica Tesovnik



## ZAHVALA DONATORJEM 8. MEDNARODNEGA LOGOTERAPEVTSKEGA SIMPOZIJA

Slovensko društvo za logoterapijo – Logos in logoterapevtska skupnost se iskreno zahvaljuje donatorjem 8. logoterapevtskega simpozija, ki ste podprli izvedbo simpozija v letu 2023.

### Častni pokrovitelj



MESTNA  
OBČINA  
CELJE



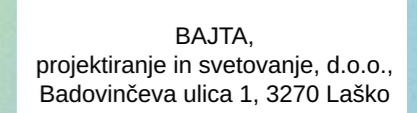
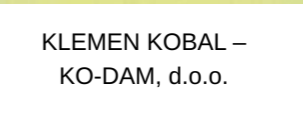
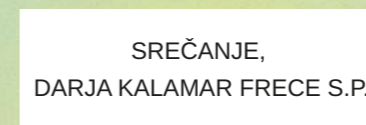
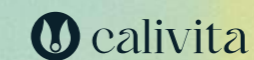
Občina Slovenske Konjice



Občina  
Žalec



an·nika  
medicinska  
pedikura





STORI

PRVI

KORAK

2023