

Logoterapia mielenterveystyössä

Logoterapia määriteltiin 1900-luvulla kolmanneksi wieniläiseksi psykoterapian koulukunnaksi Freudin psykoanalyysin ja Adlerin individuaalipsykologian rinnalla. Psykoterapian tavoitteena on inhimillisen kärsimyksen poistaminen tai vähentäminen erityisesti, kun kärsimys liittyy psyykkisiin häiriöihin. Se siis hoitaa pääosin psyykkisellä tasolla. Myös logoterapian tavoite on kärsimyksen poistaminen tai vähentäminen, mutta erityisesti kun kärsimys liittyy henkisen tason ongelmiin, esimerkiksi arvon menettämiseen, olemassaolon turhautumiseen, omantunnon ristiriitoihin ja muihin eksistentiaalsiin kysymyksiin. Logoterapia työskentelee ihmisen henkisellä tasolla. Logoterapiassa on myös menetelmiä, joita käytetään pelko- ja pakkoneuroosien sekä psyykkisistä syistä johtuvien masennuksien auttamisessa. Logoterapian suurin anti tänä aikana on vastata käypänä hoitona ihmisten henkisiin ongelmiin ja pahoinvointiin, jotka hoitamattomana tai puutteellisesti hoidettuna voivat johtaa psyykkisiin häiriöihin.

Logoterapeuttikoulutus ei siis anna psykoterapeutin pätevyyttä, vaan jokainen logoterapiaohjaaja ja logoterapeutti käyttää sitä erikoisosaamisalueenaan omassa ammatissaan. Siten mm. psykoterapeutti saa siitä psykoterapeuttikoulutustaan täydentävän terapian käyttöönsä. Psykoterapeutin soveltamana se tuo arvokkaan lisän tarkoituksellisilla painotuksillaan. Logoterapia lisää voimavaroja myös työntekijälle.