Filozofski savjetnik
ČASOPIS ZA FILOZOFSKU PRAKSU · HRVATSKO UDRUŽENJE ZA FILOZOFSKU PRAKSU
SVEZAK Vol. 1 BROJ Br. 3 GODINA 2026 NAKLADNIK HUFP, Zagreb

FILOZOFIJA · EGZISTENCIJALIZAM · STRUČNI RAD

Zaštita mentalnog zdravlja u zajednici – filozofski osvrt

Luka Janeš · *Fakultet filozofije i religijskih studija, Sveučilište u Zagrebu, Zagreb*

Primljeno: 12.5. 2026 · Prihvaćeno: 6. 6. 2026

Koncept mentalnog zdravlja u zajednici sve se češće i sve intenzivnije ukazuje kao nezaobilazna tema, odnosno model koji predstavlja zadovoljavajuću formu skrbi i zaštite mentalnog zdravlja osoba u budućnosti, ali i sadašnjici. No, što bi ta privlačna forma semantički trebala pokrivati, a da zaista ispuni svoju svrhovitost i ciljeve? U ovom eseju nastojat će se propedeutički elaborirati elemente, naslovno postavljenog rakursa, uz fokus na temeljne pojmove koji sačinjavaju konceptualnu formulu „zaštite mentalnog zdravlja u zajednici".

Prije svega, pokoju rečenicu valja posvetiti pojmu zajednice – fizičkom i duhovnom prostoru u kojemu se ljudski životi razvijaju na pojedinačnoj i općoj razini, tlu nastajanja i nestajanja mentalnih dobrobiti i mentalnih tegoba osoba. Postavljamo hipotezu da je čovjek bez zajednice naprosto suhoparna jednadžba koja ne odgovara kriterijima prosudbe ljudskog bića kakvog poznajemo i izučavamo već tisućama godina, te kojim se znanstveno bavimo putem raznih motrišta mnogobrojnih pojedinaca i disciplina. U rasponu od medicine, filozofije, sociologije, antropologije, psihologije, prava, povijesti i raznovrsnih kulturoloških perspektiva. Od kad biva rođena, čovječja jedinka ponajprije je član obiteljske zajednice koja se rastom i sazrijevanjem rasprostire širokim horizontom kulture odškrinute n-civilizacijskim domenama. Unutar tog složenog, višeslojnog prostora zajednice zanimljivom se nameće etimologija riječi koja ukazuje na za-jednicu, dakle na svojevrsnu opću vrijednost kojoj težimo unatoč našim pojedinačnim razlikama, podrijetlima, podlogama, interesima i ostalim determinantama. U ovom eseju to jedno, to opće kojemu težimo kao vrijednosti što nas kao kakvim životnim ljepilom integrativno drži na životnoj karti svijeta i povijesti, uzmimo težnju za zdravljem. Težnju za zdravljem, koje je usko vezano uz smisao i kvalitetu života te ispunjavanje vlastitih, ali i općih društvenih potencijala te koje ukazuje na ravnotežu između raznih parametara.

Unutar enciklopedije Leksikografskog zavoda Miroslava Krleže stoji da je zdravlje „stanje u kojem se nalaze živa bića kada svi njihovi organi nesmetano rade i harmonično sudjeluju u održavanju cjelovitosti i sposobnosti da produže život u potomstvu; poremećaj takva stanja dovodi do bolesti". Prema Ustavu Svjetske zdravstvene organizacije (SZO) iz 1948., zdravlje je stanje potpunoga tjelesnoga, duševnog i društvenog blagostanja, a ne samo odsutnost bolesti i nemoći; ono je osnovno ljudsko pravo, a postizanje najviše razine zdravlja najvažniji je svjetski društveni cilj. Povelja o unaprjeđenju zdravlja, donesena u Ottawi 1986., zdravlje je definirala kao stupanj na kojem su pojedinac ili skupina sposobni prepoznati i zadovoljiti svoje potrebe, a unaprjeđenje zdravlja proces je koji omogućuje ljudima veću kontrolu nad stanjem svojega zdravlja ili bolesti. Zdravlje je dinamičan proces, a postoje mnogobrojna stanja između potpunoga (pozitivnoga) zdravlja i bolesti. Na zdravlje dakle kao što već spomenusmo, utječu mnogobrojni čimbenici i parametri.

Kako bismo izbjegli ulaženje u višekartičnu analizu bioloških, okolišnih i kulturoloških elemenata koji tvore tu složenu dinamiku „plesa ravnoteže zdravog života", u raspravu uvedimo slikovitu metaforu koja na apstraktan, najzad intuitivan način prikazuje dotičnu ravnotežu. Naime – metaforu glazbe – glazbe koja predstavlja sklop raznih nota, melodija, ritmova, dinamika, harmonija, zvukova i šumova što ispunjavaju određeni životni prostor. Te koja nadasve predstavlja energiju zvukovne prostornosti što poziva na kretanje, susret, cjelovitost, sunositost i povezivanje s ostalim zvukovnim elementima u životnom prostoru. Dotična muzikalnost fenomena zdravlja posebice je očita u kontekstu mentalnog, odnosno psihičkog zdravlja pojedinaca, ali također i društva. Sve dok smo cjelovito „ugođeni" po gabaritima vlastitog smisla, svrhe, težnji i očekivanja, naša ravnoteža omogućava ispunjavanje vlastitih potencijala ostvarenih unutar prostora društvene zajednice. Vezano uz ostvarivanje potencijala osoba, spomenimo i definiciju mentalnog zdravlja Svjetske zdravstvene organizacije, kroz koju se ono definira kao „stanje dobrobiti u kojem pojedinac ostvaruje svoje potencijale, može se nositi s normalnim životnim stresom, može raditi produktivno i plodno te je sposoban pridonositi zajednici (WHO; 2001)". Vrijedno je pripomenuti da je prema definiciji Svjetske zdravstvene organizacije duševno zdravlje dio općeg zdravlja, a ne samo odsutnost bolesti.

Dakako da se ovim definicijama prije svega nastoji formalno obujmiti nepregledna širina i slojevitost čimbenika koji tvore koncept zdravlja, no kao i sve ostale definicije – i ove dvije su samo pokušaj pojmovne orijentacije i suglasnosti vezano uz određeni pojam, koncept i sl. Kao argumentacijski putokaz koristeći dvije navedene definicije, rezimirajmo i zdravlje uzmimo kao temeljno dobro, kao temeljnu vrijednost koja omogućava razvoj svih ostalih vrijednosti, vještina i

dosega, a metafori na mikro-razini pojedinca dodajmo i makro-dimenziju zajednice kroz koju jasno uočavamo da zbir harmoničnih, zdravih pojedinaca tvori harmoničnu cjelinu zdravog društva. U ovom radu namjerno se usmjeravamo na zdravlja, slijedeći paradigmu salutogeneze, za razliku od onih iatrogeneze. Koje je u svojim radovim tijekom druge polovice dvadesetog stoljeća, s naglaskom na knjigu Medicinska nemeza, tako vješto istražio, dijagnosticirao i lucidno kritizirao američki filozofijski erudit hrvatskih korijena Ivan Illich.

Nadalje, zdravlje podrazumijeva evolucijski razvijen osjećaj empatije, bioetičkim senzibilitetom obojen poriv za skrb, brigu i pomaganje ostalim članovima zajednice. Elementi čega su upisani u tkivo Hipokritove zakletve, također i u načelo supsidijarnosti, a za koje možemo ustvrditi da predstavljaju i intencionalni temelj interdisciplinarnog povezivanja raznih perspektiva i disciplina u vidu sveobuhvatnog koncepta zaštite mentalnog zdravlja u zajednici naznačenog u naslovu ovog eseja, o čemu intenzivnije raspravljamo u kasnijem dijelu ovog eseja. Bolest u naznačenom tonusu nipošto ne smijemo promatrati kao osuđujuću presudu, kao stigmu, već kao poziv zajednici ka osvještavanju dužnosti da osobe u stanju bolesti vratimo u domenu zdravlja, da im pružimo ruku u nevolji i zbrinemo ih na najbolji mogući način. To je temeljna poruka koju osobi u stanju bolesti možemo poručiti kao zdravo, odgovornošću nabijeno društvo. Ona omogućava povjerenje, a ujedno je indikator zrele, sofisticirane društvene zajednice.

Na ovom mjestu čitatelj bi se mogao zapitati – a što kada je određena osoba rođena s određenom bolešću ili poremećajem, ili što kada se radi o neizlječivoj bolesti? I u tim slučajevima, smatram, društvo itekako može pružiti pomoć i podršku, te osobi ukazati da i najteža, naizgled bezizlazna stanja itekako mogu biti epicentar buđenja smisla. Jedna od psihoterapijskih metoda iskoristiva u tu svrhu jest logoterapija, praktično usidrena teorijskim temeljima egzistencijalne analize, razvijene od strane Viktora Frankla, bečkog psihijatra, psihoterapeuta i filozofa egzistencije. U njegovom fundamentalnom djelu Artliche Seelsorge, u nas prevedena sa Liječnik i duša, Frankl znakovito napominje:

„Ako želimo u smislu egzistencijske analize i u službi logoterapije dovesti bolesnika do najveće moguće koncentriranosti njegova života, trebamo mu samo kako život svakog čovjeka ima jedinstven cilj prema kojem vodi jedan jedini put. Čovjek na njemu nalikuje zrakoplovcu koga u noćnoj magli u letu naslijepo sprovode na aerodrom. Samo zacrtani put vodi pilota do njegova cilja. Tako i svaki čovjek ima u svim životnim situacijama zacrtan jedinstven i neponovljiv put po kome može doći do ostvarenja vlastitih mogućnosti. I kad nam se neki bolesnik požali da ne zna za smisao svog života, da

su mu zatvorene jedinstvene mogućnosti njegove egzistencije, možemo samo uzvratiti da je njegova najprječa zadaća baš u tome da pronađe put do prave zadaće i prodre do smisla života u njegovoj jedinstvenosti i neponovljivosti.“ (str. 76)

Mogućnostima široke logoterapijske primjene pri orijentacije na putu traženja smisla unutar domene zaštite mentalnog zdravlja valja se posvetiti u jednom od budućih osvrta, a sada se vratimo smislu i cilju ovog eseja – odgovoru na složenost fenomena zapodjenutog u naslovu – zaštiti mentalnog zdravlja u zajednici.

Vezano uz nerazdvojni odnos zdravlja i bolesti, a usmjereno k dominaciji zdravlja (dakle života nasuprot smrti) najmoćnijom varijantom smatram onu da do bolesti uopće ne dođe, a za što se najefikasnijom metodom ukazuje model prevencije. Odnosno – praktično provođenje mjera prevencije na mnogim poljima društvene zajednice. Prevenciju postavimo u semantičku vezu s konceptom zaštite, pritom zaštitu ne promatrajmo kao kakav štit, kao kakvu utvrdu ili bedem koji podižemo oko pojedinca i zajednice. Naprotiv – zaštitu promatrajmo kao ekspanziju znanja, volje i panela mogućnosti u što širi horizont društvenih institucija, iznjedrenu suradnjom ponajprije resora zaduženih za (javno) zdravstvo, obrazovanje i socijalni rad. Sličan model primjenjuje se u Islandu od 2016. u kontekstu reforme sustava zdravstva dotične države, a koji je u manje od dvije godine od začetaka provedbe iznjedrio sjajne rezultate, prije svega one vezane uz ekonomski rast. O navedenom modelu autor ovih redaka imao je prilike slušati iz prve ruke tijekom međunarodne manifestacije 3. EU Compass Forum for Mental Health and Well-being, održane 2018. u Luksemburgu. U sklopu koje je kroz izlaganje „Mental health and wellbeing in Icelandic policies: a basis for social and economic sustainability” dotični modul predstavila Dóra Guðrún Guðmundsdóttir, voditeljica Odjela za zdravlje i blagostanje Uprave za zdravlje Islanda (Head of Division, Determinants of Health and Wellbeing, Directorate of Health, Iceland).

Dakle, kompleksna višeslojna konstelacija ljudske društvene zajednice, ali i psiho-fizičke strukture osoba koje sačinjavaju određenu zajednicu, analogna je kompleksnosti pristupa i perspektiva vezanih uz zdravlje pojedinaca s obzirom na njihove različitosti, bile one organske, psihološke, sociološke, kulturaloške itd. Stoga u ovom eseju postavljamo tezu da je za adekvatno tretiranje mentalnog zdravlja u zajednici u institucionalni okvir potrebno uključiti razne perspektive, u rasponu od psihijatrije, psihologije, antropologije, filozofije, sociologije, socijalnog rada, sestrinstva, prava pa do brojnih drugih.

Prvo navedena psihijatrija, dakako, nosi društvenu jurisdikciju nad psihopatološkom analizom i tretmanom pacijenata, no s obzirom na širinu socijalnih i kulturalnih uzroka poremećaja te brojne epigenetske značajke, ali i sve ubrzaniju izmjenu društvenih obrazaca i normi, psihijatriji bi dobro došla pomoć ostalih disciplina kako bi adekvatno ispunila svoju društvenu zadaću. Unutar horizonta medicine svakako specijaliste javnog zdravstva ili obiteljske medicine. U horizontu društvenog i humanističkog područja, primjerice, psihologa da pripomogne na bihevioristićkom, etiološkom ili emocionalnom planu zbrinjavanja osoba s psihičkim poteškoćama i izmijenjenim stanjima svijesti. Sociologa da pridonese postavljanjem društvenih gabarita vezanih uz mentalno zdravlje, da statističkim analizama i ostalim vrijednim metodama ukaže na slojevitost društva, uz naglasak na razrješavanje problematike stigme kao ponajvećeg problema s kojim se uobičajeno susreću osobe s psihičkim teškoćama i izmijenjenim stanjima svijesti. Socijalnog radnika da izvrši zadaću bivanja svojevrsnim mostom između prelaska osobe iz stanja nesigurnosti i društvene nesamostalnosti u domenu osjećaja društvene korisnosti pri mogućnosti zapošljavanja i rada, a koje vodi osjećaju autonomije i svrhovitosti unutar društvene pozicioniranosti. Pravnika u kontekstu naglašavanja prava pacijenata i načelno ljudskih prava, religiologa pri pomoći migrantima koji iz svojih matičnih zemalja osim muke i nade u bolje sutra nose i razne duhovne religijske biljege, a koji pri susretu sa stranim kulturama nose mnoge reperkusije po mentalno zdravlje. Filozofa u kontekstu određivanja fenomenološke strukture određenog stanja, bolesti i/ili poremećaja, ali i određivanja te realiziranja životnog smisla koji osoba s mentalnim poteškoćama uobičajeno teško postiže. Također i u kontekstu postavljanja etičkog okvira, odnosno temelja unutar domene provođenja mentalnog zdravlja u zajednici. Ovdje su nabrojane samo neke discipline, a broj onih koje je potrebno uključiti raste proporcionalno konkretnim slučajevima i društvenim izazovima koje oni sa sobom eminentno nose. Osim znanstveno disciplinarnih stručnjaka (specijalista), u procesu prevencije, oporavka i orijentacije svakako mogu pomoći i osobe s osobnim iskustvima psihijatrijskog tretmana, takozvani „peer (vršnjački) stručnjaci“, koji su u mnogim zemljama Europe sastavni dijelovi interdiciplinarnih mobilnih timova zaštite mentalnog zdravlja.

Postavimo tezu da navedeno uključivanje stručnjaka iz raznih disciplina i domena iziskuje jasno razrađen institucionalan plan provedbe, a što, između ostalog, podrazumijeva pokretanje interdisciplinarnih studija na diplomskoj i poslijediplomskoj razini. Studija koji bi povezivali stručnjake iz raznih domena sa svrhom školovanja kadra specijaliziranog za odgovaranje na sve intenzivnije izazove vezane uz mentalno zdravlje. Ali također sa svrhom pokretanja raznih društvenih inicijativa i

projekata u budućnosti. Jedan takav studij upravo je u fazi konceptualizacije i pokretanja – interdisciplinarni specijalistički studij „Zaštita mentalnog zdravlja u zajednici".

Ideja za pokretanjem ovog studija potaknuta je općom društvenom potrebom za osnaživanjem i proširivanjem djelokruga sustava zaštite mentalnog zdravlja građana. Napose u kontekstu donošenja nacionalnog strateškog okvira za mentalno zdravlje i očekivanog porasta problema mentalnog zdravlja povezanih s posljedicama pandemije COVID 19. U skladu sa suvremenim EU preporukama vezanim za zaštitu mentalnog zdravlja uodnošenih spram prevencije, liječenja i rehabilitacije na temelju kojih se osniva i Hrvatski strateški okvir za mentalno zdravlje u kojemu potrebe građana imaju centralno mjesto, a sustav zaštite mentalnog zdravlja temelji se na uslugama u zajednici. Naime, hrvatski sustav zaštite mentalnog zdravlja u novim će okolnostima pomaka prema zaštiti mentalnog zdravlja u zajednici doživjeti transformaciju prema pružanju usluga u zajednici. Ono na praktičnoj razini uključuje implementaciju modela mentalnog zdravlja u zajednici na raznim predmetnim i institucionalnim razinama djelovanja. Prije svega u kontekstu odgojno-obrazovnih institucija, različitih novih psihosocijalnih usluga poput mobilnih timova pomoći, psihoterapijskih postupaka niskog intenziteta u obiteljskoj medicini, peer (vršnjačke) pomoći, pružanje usluga psihosocijalne podrške u okviru psihijatrijskih i socijalnih usluga kao i usluga koje pružaju udruge, specifičnosti usluga u kriznim situacijama, uslugama koje povećavaju otpornost građana na stres i mnogih drugih.

Dakle, praktični je cilj omogućavanje specijalističkog poslijediplomskog obrazovanja i obučavanje stručnjaka specijaliziranih za: rad s odgojno-obrazovnim osobljem (predškolske, školske i akademske obrazovne institucije), rad u mobilnim timovima pomoći, djelovanje u domeni socijalnog rada (pružanja psihosocijalnih usluga u zajednici uključujući i stanovanje), domeni zapošljavanja pružanjem podrške u zapošljavanju, području osnaživanja probacijskog sustava, osposobljavanjem za provođenje psihosocijalnih postupaka kao i u raznim područjima javnog zdravstva, vezanih za prevenciju ovisnosti, borbu protiv stigme i diskriminacije, rano otkrivanje mentalnih poremećaja i snažno povezivanje cijelog sustava mentalnog zdravlja koji omogućava dobru zaštitu mentalnog zdravlja građana RH. Transdisciplinarno povezivanje stručnjaka raznih profila i znanstvenih usmjerenja osigurat će optimalnu kvalitetu zaštite mentalnog zdravlja u RH kao i poštivanje ljudskih prava osoba s mentalnim poteškoćama u skladu s Konvencijom UN-a o pravima osoba s invaliditetom i drugim internacionalnim zakonima i nacionalnim zakonodavstvom.

Puteva i metoda za adekvatno ostvarivanje modela zaštite mentalnog zdravlja u zajednici je pregršt, no nadajmo se da će ovaj studij potaknuti na pokretanje i provođenje raznih sličnih inicijativa

u RH. I naposljetku – zašto paradigma zapodjenuta u RH ne bi bila putokaz za ostale zemlje u okolici, ali također i u mnogo širem – globalnom radijusu? Smatram da je takav vid inicijativa, usmjeren na dijalog između raznih perspektiva i disciplina, veliki društveni izazov, ali također i svojevrsna kulturalna nužnost. Nužnost koja na interdisciplinarni i transdisciplinarni metodološki način istinski omogućuje dostatno zahvaćanje i razumijevanje koncepta za-jednice. Odnosno – institucionalno strukturiranog skupa osoba usmjerenih na vlastito razumijevanje te pomaganje i ojačavanje slabijih, a kako bismo svi skupa ojačali kao društvo. Na taj način pokazujući civilizacijski plemeniti iskorak i doseg, dokazujući da kao vrsta fizički i duhovno evoluiramo u bića odgovornosti, razumijevanja, skrbi, empatije i poštivanja. Da evoluiramo u vrstu spremnu odgovoriti na razne mentalne, fizičke i duhovne izazove koje nam ubrzano tehnološko društvo svakog dana raskriva i nepovratno nudi. Stoga koncept zaštite mentalnog zdravlja u zajednici ne promatrajmo kao kakvu ekskluzivnu novokomponiranu postmodernu konceptualizaciju, nego kao jasan znak razvoja naše vrste u smjeru integrativnosti, razumijevanja, empatije i napretka. Filozofija pritom može odigrati ulogu temelja na koje se elegantno sabiru, ugrađuju i šire horizonti transdisciplinarnosti koja je, kao što smo postavili, metodološka nužnost za suočavanje s izazovima zaštite mentalnog zdravlja u zajednici. A u kontekstu povijesti i razvoja znanosti, razmatranje zdravlja i psihe vraća se u svoje jasle, zapodjenute u doba antičkih filozofa i njihove bezvremene mudrosti.