



# „Jestem Cecilia McGough. Mam schizofrenię i nie jestem potworem”

*o Studentach z Psychozą w Ameryce*

**Brak psychoedukacji spowodował, że studenci z USA, którzy doświadczyli epizodu psychotycznego lub chorują na schizofrenię wzięli sprawę w swoje ręce. Walczą ze stigmatyzacją i wspierają się wzajemnie w stowarzyszeniu Studentów z Psychozą. Nie jest to grupa zamknięta. Dołączyć mogą przyjaciele, członkowie rodziny. 45% zarejestrowanych użytkowników pochodzi spoza USA.**

Epizod psychotyczny to stan utraty właściwego kontaktu z otaczającą rzeczywistością, w trakcie którego mogą występować urojenia, omamy, halucynacje. Nie każdy epizod psychotyczny oznacza schizofrenię, choć każdy należy traktować poważnie. Może on bowiem stanowić symptom tej przewlekłej choroby psychicznej.

Pierwsze objawy schizofrenii pojawiają się zazwyczaj w okresie wczesnej młodości, a konkretnie między 18. a 25. rokiem życia. Jest to okres wchodzenia w dorosłość, podejmowania studiów, rozpoczynania pracy. Wydawać by się mogło, że osoby w tym wieku powinny być w szczególnym centrum zainteresowania programów psychoedukacyjnych. Programy takie mogłyby powstawać na uniwersytetach oraz w ostatnich klasach szkół średnich. Mogłyby zajmować się **przekazywaniem rzetelnej wiedzy o zdrowiu psychicznym**. Mogłyby łączyć i integrować osoby z doświadczeniem psychozy. Z takiej grupy mogłyby wyłonić się liderzy, samorzecznicy, którzy opowiadając swoje historie, pracowaliby na rzecz destygmatyzacji osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego.

Takie mniej więcej myśli mogła mieć Cecilia McGough, amerykańska aktywistka i rzeczniczka osób żyjących z doświadczeniem psychozy, chorująca na schizofrenię, będąca jednocześnie w spektrum autyzmu oraz identyfikująca się ze społecznością LGBTQ+. Jej słynne wystąpienie na konferencji TED z 2017 roku zrobiło furorę w Internecie. Główne **hasło wystąpienia „Jestem Cecilia McGough, mam schizofrenię i nie jestem potworem”, stało się hitem**, jednym z nielicznych w tak stigmatyzowanym i ciężkim dla Internetu obszarze, jakim jest schizofrenia.

Jeszcze w trakcie studiów w 2016 roku zorganizowała koło studenckie „Studentów ze Schizofrenią”, które potem zmieniło nazwę na obowiązującą do dziś „Studentów z Psychozą”. McGough przeprowadziła się z Pensylwanii do Nowego Jorku, żeby nadać sprawie szerszy zasięg. Z koła studenckiego powstała organizacja pozarządowa, w której władzach zasiada dziś 15 osób żyjących z psychozą, a które wcześniej uczestniczyły w programach realizowanych przez organizację. Do końca czerwca 2022 roku zebrali prawie 130 tysięcy dolarów, dzięki którym organizują spotkania – wirtualne oraz stacjonarne – by dotrzeć do kolejnych osób oraz promują swoją misję w mediach. Szacuje się, że wszystkie materiały opublikowane w sieci dotarły do 30 milionów odbiorców. Działania organizacji najkrócej określić można jako **budowanie relacji między ludźmi** połączone z psychoedukacją oraz samorzecznictwem. Ich głównym celem jest zdjęcie stygmy z osób z diagnozą schizofrenii, tak aby w żadnym miejscu świata nie było wstydem powiedzieć „Mam schizofrenię”.

Uczniowie, studenci, mogą włączyć się do sieci i utrzymywać kontakt z innymi osobami o podobnym doświadczeniu, **wspierać się wzajemnie**. Uczestnictwo jest bezpłatne dla studentów z doświadczeniem psychozy oraz samorzeczników. Opłaty obowiązują przyjaciół oraz członków rodzin, ekspertów z obszaru zdrowia psychicznego, którzy chcieliby dowiedzieć się więcej o przeżyciu psychozy. Można uczestniczyć w określonych wewnętrznych spotkaniach, warsztatach, czatach oraz – w miarę możliwości – spotkaniach stacjonarnych, które odbywają się w większych miastach USA. Aktywny jest profil na Facebooku @studentswithpsychosis, na którym konkretne osoby przedstawiają swoje historie, podążając za hasłem „Mam schizofrenię, nie jestem potworem”.

**Jeśli chcesz dołączyć do sieci Studentów z Psychozą po prostu wypełnij i wyślij internetowy formularz dostępny na stronie [www.sws.ngo](http://www.sws.ngo)**

**Jakub Tercz – doktor nauk humanistycznych, prezes Fundacji Otwarte Seminarium Filozoficzno-Psychiatryczne, specjalista ds. partnerstw lokalnych w Mokotowskim Centrum Zdrowia Psychicznego przy Instytucie Psychiatrii i Neurologii.**

[www.zobaczczlowieka.pl](http://www.zobaczczlowieka.pl)