

Krzywdza stygmatyzacji

Lęk i obawa nie tylko przed chorobą, ale też przed utratą pracy, relacji, samotnością – takimi problemami zmagają się osoby doświadczające kryzysów psychicznych. Za wszystkim stoją pielęgnowane przez wieki stereotypy na temat chorób psychicznych i powszechna w społeczeństwie stygmatyzacja osób w kryzysie.

Jeden z pacjentów wysłał do mnie maila, w którym opisał swoje obawy związane z perspektywą pobytu w szpitalu psychiatrycznym. Chory dostał od lekarza skierowanie na oddział leczenia nerwic i zaburzeń osobowości. Jego lęk potęgował fakt, że ani rodzina ani przyjaciele nie wiedzieli, że leczy się psychiatrycznie – miał nienajlepsze wyobrażenie o tym, jak zareagują. Z obawy przed stygmatyzacją chciał zrezygnować z leczenia.

W kilku zdaniach pacjent zawarł niemal wszystkie negatywne stereotypy, krążące w społeczeństwie, krzywdzące ludzi z doświadczeniem kryzysu psychicznego. Dyskryminacja chorych jest wielopoziomowa i dotyczy wszystkich sfer życia: rodzinnej, społecznej i zawodowej. Pacjenci odsuwani są przez swoje rodziny na boczny tor, stając się „wstydliwą” tajemnicą. Społeczeństwo etykietuje, szufladkuje, wyśmiewa. Pracodawcy boją się zatrudnić albo też zwalniali pracowników z problemami psychicznymi.

Osoby chore były przez wieki traktowane, z jednej strony jako obdarzone „nadprzyrodzonymi zdolnościami”, a z drugiej jako szaleńcy, których trzymano w lochach, przykuwając łańcuchami do ściany. Dziś już nikt nie postrzega ich jako posiadających „boskie moce”. Miejsce to zastąpiła dyskryminacja, która rozwija się w nas już od najmłodszych lat. Dzieci przejmują wzorce postępowania od osób dorosłych, obserwują ich reakcje i postępują tak samo. W edukacji szkolnej tematyka zdrowia psychicznego jest pominięta, tylko w części polskich szkół pracują psycholodzy. Podręczniki milczą na temat chorób psychicznych, do których należy tak powszechna choroba, jak depresja.



Pomimo wielu działań prospołecznych, mających na celu podnoszenie wiedzy z zakresu zdrowia psychicznego, wciąż fakty przegrywają ze stereotypami. Twórcy filmów pokazują osoby z chorobami psychicznymi w roli negatywnych bohaterów, kreując w ten sposób wizerunek chorego zagrażającego innym. W głowach widzów powstaje obraz osoby chorej psychicznie, głównie jako jednostki niebezpiecznej.

Niepokojąca jest również sytuacja prawna pacjentów. Małżeństwo z osobą chorą psychicznie można unieważnić. Podważyć można jej testament. Ograniczyć jej prawo do samostanowienia. Odebrać prawa rodzicielskie. To tylko niektóre z przykładów. Opinią publiczną wstrząsnęła niedawno historia piosenkarki Britney Spears, którą sąd ubezwłasnowolnił z powodu choroby afektywnej dwubiegunowej. Prawo do decydowania o jej losie przekazał ojcu piosenkarki. Po ponad 10 latach batalii sądowych, udało jej się odzyskać „wolność” przy ogromnym wsparciu opinii publicznej, organizacji prospołecznych oraz nagłaśnianiu jej historii w mediach społecznościowych.

Osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego boją się pracodawcy. Chorego pracownika łatwiej zwolnić niż wspierać. Niektórzy pracodawcy zaczęli wprowadzać

programy dbania o zdrowie psychiczne. Inni wprowadzają możliwość półrocznej lub rocznej przerwy w pracy, pod warunkiem obniżenia wynagrodzenia.

Stygmatyzowanie osób z chorobami psychicznymi budzi w nich procesy auto-stygmatyzacyjne, powodujące wycofanie z życia społecznego, zawodowego, a często też rodzinnego. Lęk przed reakcją rodziny powoduje, że pacjent żyje w tajemnicy, w samotności zmagając się z chorobą. Nie tylko nie wspiera to procesu zdrowienia, ale powoduje, że proces leczenia nie jest podejmowany lub jest przerywany, w obawie, że „inni” dowiedzą się o naszych problemach. Obawa reakcji pracodawcy, rodziny, otoczenia to doskonały przykład lęku przed stereotypowym postrzeganiem pacjentów. Choć każdego z nas może dotknąć kryzys psychiczny, tak długo jak możemy, mamy oczy szeroko zamknięte. Udajemy, że problemu nie ma, wierząc, że nas to nie spotka.

Sylwia Hille-Jarząbek – psycholog z dyplomem SWPS, terapeutka w Środzkowopomorskim Centrum Zdrowia Psychicznego MEDiSON.

www.zobaczczlowieka.pl