

Υπηρεσίες επαγγελματικής συμβουλευτικής για νέους με προβλήματα ψυχικής υγείας

Διακρίσεις και στίγμα

Δρ Νίκος Δρόσος



This license lets you (or other party) share, remix, transform, and build upon this material non-commercially, as long as you credit the Work4Psy project partners and license your new creations under identical terms.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Στ ί γμα

Η έννοια του στιγματισμού περιγράφει την αρνητική κοινωνική στάση απέναντι σε μια συγκεκριμένη ομάδα ανθρώπων λόγω ορισμένων χαρακτηριστικών που διαθέτουν τα μέλη της. Ο στιγματισμός αυτής της ομάδας ανθρώπων εκδηλώνεται με αρνητικές, συναφείς και επικαλυπτόμενες στάσεις που παρουσιάζονται από άλλους. Μεταξύ αυτών μπορούν να διακριθούν:

- ✓ αποστασιοποίηση (απροθυμία συμμετοχής σε ανεπίσημες αλληλεπιδράσεις),
- ✓ υποτίμηση και στερεότυπα (διάδοση αρνητικών, απλουστευμένων και επιβλαβών στερεοτύπων) και
- ✓ απονομιμοποίηση (νομικός περιορισμός της δραστηριότητας σε μια συγκεκριμένη σφαίρα)

Στ ί γμα

Οι στάσεις αυτές με τη σειρά τους αποτελούνται από τρία στοιχεία:

- ✓ γνωστικό – η οποία αποτελείται από κρίσεις και απόψεις,
- ✓ συναισθηματικό – που προκύπτει από συναισθήματα, και
- ✓ συμπεριφορικό – εκφράζεται με σκόπιμη συμπεριφορά.

Στ ί γμα

Μια στιγματίζουσα στάση αποτελείται από τέσσερα συστατικά:

- ✓ απομόνωση της διαφοράς, π.χ. ενός σωματικού ελαττώματος, και επισήμανση του προσώπου ή των προσώπων στα οποία παρατηρήθηκε αυτή η διαφορά,
- ✓ απόδοση ανεπιθύμητων χαρακτηριστικών σε άτομα που έχουν χαρακτηριστεί με ετικέτες, αντανακλώντας τα στερεότυπα που είχαν διαμορφωθεί προηγουμένως,
- ✓ διαχωρισμός της ομάδας των ανθρώπων που χαρακτηρίζονται ("αυτοί") από τη δική μας ομάδα ("εμείς"),
- ✓ Βίωση των διακρίσεων που υφίστανται τα χαρακτηρισμένα πρόσωπα, π.χ. στέρηση του δικαιώματος στην απασχόληση, στην ιατρική περίθαλψη κ.λπ.

Στίγμα στην ψυχική υγεία

A

Ο ψυχικά
ασθενής
είναι
επικίνδυνος

B

Ο ψυχικά
ασθενής είναι
εν μέρει
υπεύθυνος για
την
κατάστασή
του

C

Ο ψυχικά
ασθενής
πάσχει από
μια ασθένεια
που είναι
χρόνια και
δύσκολα
θεραπεύσιμη

D

Το ψυχικά
άρρωστο άτομο
είναι
απρόβλεπτο και
δεν μπορεί να
εκπληρώσει
σωστά τους
κοινωνικούς
ρόλους.

Το στερεότυπο στην ψυχική υγεία βασίζεται κυρίως σε αυτές τις τέσσερις δηλώσεις.



Έχει σοβαρό αντίκτυπο σε

- Αυτοεκτίμηση
- Αυτοαποτελεσματικότητα
- Κοινωνική ένταξη

Στιγματισμός :

Αποτρέπει τους λήπτες υπηρεσιών ψυχικής υγείας από το να αναλαμβάνουν

- Οικογενειακούς ρόλους
- Επαγγελματικούς ρόλους

Τρόποι καταπολέμησης του στίγματος

A

Κατανόηση
/
αναγνώριση

B

Αποδοχή

C

Παροχή
βοήθειας

D

Αλλαγή
της
στάσης
των
κοινωνιών



Αναγνώριση

Λόγω του στίγματος, πολύ συχνά, οι νέοι με προβλήματα ψυχικής υγείας πιστεύουν ότι:

- Δεν είναι πλέον σε θέση να βρουν εργασία ή να επιστρέψουν στην εκπαίδευση
- Είναι αδύναμοι, λόγω της κατάστασης της ψυχικής τους





Αναγνώριση

Είναι ζωτικής σημασίας να:

- Κατανοήσουμε την κατάστασή
- Γίνει αποδοχή
- Αναπτυχθεί υψηλότερη αυτοεκτίμηση
- Πετάξουμε το στίγμα

Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μέσω εκπαιδευτικών και θεραπευτικών δραστηριοτήτων για τους νέους και τις οικογένειές τους.





Κύριος σκοπός αυτών των δραστηριοτήτων είναι να πείσουν τους νέους ότι μπορούν να λειτουργήσουν κανονικά στην οικογενειακή και επαγγελματική ζωή:

"Είναι εντάξει να μην είσαι εντάξει και μπορείς να μιλήσεις γι' αυτό"



Αποδοχή

Οι στάσεις διαμορφώνονται κυρίως στο πρωτογενές περιβάλλον (οικογένεια, σχολείο) ως μέρος της διαδικασίας κοινωνικοποίησης.

Ως αποτέλεσμα, οι συμπεριφορές είναι πιο δύσκολο να αλλάξουν αργότερα στη ζωή.

Τα στερεότυπα για τις ψυχικές ασθένειες μεταδίδονται στη νέα γενιά και το στίγμα ενισχύεται από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης.



Αποδοχή

- Η εκπαίδευση της νέας γενιάς όσο το δυνατόν νωρίτερα αποτελεί σημαντική πτυχή της καταπολέμησης του στιγματισμού.
- Είναι σημαντικό να αποτραπούν οι διακρίσεις κατά των παιδιών που πάσχουν από ψυχικές διαταραχές από τους συνομηλίκους τους.
- Η εκπαίδευση είναι σημαντική για να βοηθηθούν οι νέοι (αν χρειαστεί) να ανακάμψουν γρήγορα από τις καταστάσεις ψυχικής υγείας.



Βοήθεια

Φαίνεται σαν μια φυσική παραδοχή ότι το ιατρικό προσωπικό, οι θεραπευτές και οι ειδικοί που ασχολούνται με τη βοήθεια των ατόμων με ψυχικές διαταραχές θα πρέπει να έχουν πλήρη επίγνωση των δυσκολιών των ατόμων με ψυχικές διαταραχές.

Αλλά είναι αυτή η αλήθεια;;;
Οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας
έχουν στίγμα;



Βοήθεια

Σύμφωνα με έρευνες σε ευρωπαϊκές χώρες, οι στάσεις και οι γνώσεις των επαγγελματιών ψυχικής υγείας δείχνουν πολύ συχνά ένα υψηλό επίπεδο στιγματισμού και παρανόησης των προβλημάτων ψυχικής υγείας.



Βοήθεια

Όσον αφορά την ένταξη των νέων με προβλήματα ψυχικής υγείας στην εργασία/εκπαίδευση, οι χαμηλές προσδοκίες των επαγγελματιών ψυχικής υγείας είναι ένα σημαντικό ζήτημα.

Συχνά αναφέρεται ότι οι ανάγκες τους για ένταξη στην εργασία αγνοούνται από τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας ή μερικές φορές ακόμη και αποθαρρύνονται.

Το να ακούν από τους "ειδικούς" ότι είναι πολύ απίθανο να ξαναδουλέψουν μπορεί να αποτρέψει τους λήπτες από το να αναζητήσουν υπηρεσίες επαγγελματικής αποκατάστασης και επηρεάζει σημαντικά τις πεποιθήσεις τους για την αυτοαποτελεσματικότητά τους.



Βοήθεια

Στο σχεδιασμό εκστρατειών και εκπαιδευτικών προγραμμάτων σχετικά με το στίγμα και το στίγμα, δεν πρέπει να απευθύνονται μόνο στα παιδιά και τους εφήβους, αλλά και σε διάφορες κατηγορίες επαγγελματιών υγείας!!!



Αλλαγή των στάσεων της κοινωνίας

Η εμπειρία από τις ευρωπαϊκές χώρες δείχνει ότι μια ολοκληρωμένη εκστρατεία εκπαίδευσης και ενημέρωσης (για παράδειγμα, η πρωτοβουλία “SEE ME” ή “TIME TO CHANGE”) μπορεί να αλλάξει τη στάση της κοινωνίας απέναντι στα άτομα που πάσχουν από ψυχικές διαταραχές.

Αλλά οι πρωτοβουλίες αυτές πρέπει να είναι μόνιμες και όχι σποραδικές.

π.χ.: "Open the Doors", WPA (1996)





Δραστηριότητα

Παρακαλώ, εφαρμόστε τη δραστηριότητα αριθ. 31 από την εργαλειοθήκη WORK4PSY, μέρος Γ (Δημιουργία ενός χάρτη των δυνατών και αδύνατων σημείων μου).

Σας ευχαριστώ
για
την προσοχή.
Ερωτήσεις;