ZDROWIE PSYCHICZNE W PRAKTYCE

(podsumowanie lekcji)

kurs „Zdrowie psychiczne”

Szkoła Medycyny Naturalnej

Marta Pyrchała-Zarzycka

ASTRO SALUS EDUCATION LTD

SPOSOBY ZROZUMIENIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO

Temat zdrowia psychicznego jest bardzo złożony, dlatego ważne jest, aby znać modele rozumienia zdrowia psychicznego.

Opieka zdrowotna jest zwykle postrzegana, jako opieka medyczna, a za opiekę medyczną zwykle uważamy:

- zadanie zwalczania i leczenia chorób,
- skupienie się raczej na chorobie, a nie na osobie,
- zastanawianie się nad tym, co jest normalne, a co nie oraz osądzanie, jaka jest granica między tymi dwoma pojęciami,
- racjonalna aktywność oparta na dowodach naukowych i długoletniej praktyce.

Model biomedyczny jest najbardziej popularnym modelem rozumienia zdrowia, w tym zdrowia psychicznego, gdyż na tym polu dominującą dyscypliną jest psychiatria. Psychiatrzy są przeszkoleni w dziedzinie medycyny, stąd zwykle mają postawę typu: diagnoza-leczenie.

Model socjologiczny charakteryzuje się następującymi cechami kluczowymi:

- bazuje na zrozumieniu złożoności ludzkiego zdrowia i dobrego samopoczucia,
- podkreśla interakcje pomiędzy czynnikami socjologicznymi, a biologicznymi – w tym mikrobiologicznymi – w tworzeniu ludzkiego zdrowia lub wywoływaniu choroby,
- odwołuje się do zewnętrznych i wewnętrznych światów jednostek, grup i społeczeństw,
- obejmuje wsparcie i doświadczenia osób wrażliwych i podatnych na zranienie,
- współpracuje z instytucjami promując interesy jednostek i grup oraz krytykując przedsięwzięcia, które działają na ich szkodę,

- podkreśla wspólną wiedzę z innymi dyscyplinami nauki i usługami oferowanymi ogółowi społeczeństwa,
- akcentuje upodmiotowienie, równouprawnienie i budowanie potencjału, dlatego też szanuje różnice międzyludzkie,
- wspiera dokonywanie ekspertyz działalności opiekunów i innych usługodawców, jak również kwestionuje działania destrukcyjne, gnębicielskie czy despotyczne.

STYGMATYZACJA I DYSKRYMINACJA W PRZYPADKU PROBLEMÓW PSYCHICZNYCH

Osoby, które cierpią na zaburzenia psychiczne często są stygmatyzowane i dyskryminowane. Problemy psychiczne uznawane są przez wielu za rodzaj hańby i wstydu. Problemy emocjonalne bywają uważane za rodzaj wady, osobistej słabości czy czyjejś porażki.

Sondaż przeprowadzony przez **See me Scotland** (2004) ujawnił, że **43% osób cierpiących na jakichś rodzaj zaburzeń psychicznych zrezygnowało z aplikowania o pracę z powodu strachu przed negatywnym postrzeganiem**. Pozostała część ankietowanych, czyli aż 57% osób ukryło przed przyszłym pracodawcą swoje problemy psychiczne obecne, czy zaszłe w przeszłości.

Według innego zaś badania, które zostało przeprowadzone przez N**ational Schizofrenia Fellowship Scotland** około **15% osób w ogóle doznało jakiejś formy nękania**, to w grupie samych ludzi, którzy mają problemy psychiczne takich osób było aż 41% (See Me Scotland, 2004).

Piętnowanie powoduje, że osoby z tego typu problemami uważają, że muszą je utrzymywać w tajemnicy. To negatywnie wpływa zaś na wszystkich, gdyż niemal każda osoba w jakiejś fazie swojego życia doświadcza jakiegoś typu zaburzenia psychicznego – choćby depresji po stracie bliskiej osoby.

Według badania przeprowadzonego przez Scottish Executive postawy wobec zdrowia psychicznego:

- ponad 2/3 osób stwierdziło, że jakaś osoba z ich rodziny czy znajomych cierpiała na zaburzenie psychiczne; najczęstszą diagnozą była depresja,
- ponad ¼ z pytanych sama miała zdiagnozowane jakieś zaburzenie psychiczne,
- co trzecia z osób zdiagnozowanych doświadczyła negatywnego nastawienia innych osób z tego powodu,
- połowa osób ankietowanych stwierdziła, że w razie zapadnięcia na jakiś problem psychiczny, nie chciałaby, aby ktokolwiek się o nim dowiedział.

Scottish Research Executive Social Researches, 2002.

Wiele innych badań również potwierdza, że dyskryminacja osób z problemami psychicznymi to poważny problem. Na przykład badania przeprowadzone przez See Me Scotland w 2002 roku ujawniły, że aż **16% osób mających problemy psychiczne doświadczyło nawet nadużyć fizycznych** ze strony innych ludzi albo zastraszania w pracy, a 21% było obrzucanych obelgami. W większości przypadków czynów tych dopuszczali się kierownicy. **30% zaś zostało odrzuconych przez potencjalnych pracodawców tylko z powodu problemów psychicznych.**

Marta Pyrchała-Zarzycka
Astro Salus Education Ltd
Naturalnie do zdrowia, mądrze do rozwoju

kursy@astrosalus.pl

STRONY INTERNETOWE	BLOGI
www.astrosalus.pl	http://astrosalus.pl/medycyna-naturalna/
www.astrosalus.com	http://astrosalus.pl/reiki/
http://kosmetyka-fitness.pl	http://kosmetyka-fitness.pl/ona/
www.magia-zycia.com.pl	http://magia-zycia.com.pl/duchowosc/
www.sukces-biznes.pl	http://sukces-biznes.pl/sukces/
www.edukacja-domowa.pl	www.edukacja-domowa.pl/rozwoj-dzieci