

## **Fellépést indítványozott a Lancet Bizottság a stigmatizáció ellen**

„Itt az ideje, hogy véget vessünk a mentális egészségügyi problémákkal küzdő emberek megbélyegzésének és megkülönböztetésük minden formájának. Ennek kettős veszélye is fenyeget: elsődlegesen az állapotra gyakorolt hatása, másrészt a megbélyegzés súlyos társadalmi következményei. Valójában sokan úgy írják le a megbélyegzést, mint ami rosszabb, mint maga az állapot.” Ezzel a kijelentéssel kezdeményezett intézkedéseket a világ legmeghatározóbb orvosi szaklapjának szakértői csoportja. A mentális egészséggel kapcsolatos megbélyegzés és diszkrimináció felszámolásával foglalkozó Lancet Bizottság munkájának összefoglalása rengeteg kutatáson és szakértői tapasztalaton, szakmai alapokon indította útjára a cselekvési felhívást: **a mentális egészség az emberi lét része – cselekedjünk MOST a megbélyegzés ellen!**

A pszichoszociális fogyatékosággal élőkről készült jelentés globális felmérések eredménye, amelyben 45 országban közel 300 válaszadó több mint 90%-a egyetértett azzal, hogy ugyanúgy kell kezelni, mint a fizikai betegségben szenvedőket és, hogy a megbélyegzés és a diszkrimináció negatívan érinti a legtöbb mentális betegségben szenvedő embert és, hogy a média fontos szerepet játszhat a megbélyegzés és a megkülönböztetés ártalmainak csökkentésében. Talán ez volt a legfontosabb megállapítása annak a mérföldkőnek számító jelentésnek, amelyet a Lancet Bizottság tett közzé. Ebben ugyanis a stigmatizációt egyszerre összegzi szakmai kutatások és személyes tapasztalatok közös elemzésével, ami világszerte több mint 50 kiemelkedő szakember együttműködésének eredménye. Összegyűjti a megbélyegzés és a diszkrimináció hatásának bizonyítékait és tapasztalatait, valamint a megbélyegzés csökkentését célzó sikeres beavatkozásokat. Olyan anyagokat tartalmaz, amelyek hallatják a mentális problémákkal élő emberek hangját. Mert maximálisan egyetértenek azzal a felfogással, hogy semmit rólunk, nélkülünk! Ami minden területen közös: a stigma sérti az alapvető emberi jogokat.

Ezt igazolja minden kutatás, ahogy a jelentésben összefoglalt bizonyítékok is azt mutatják, hogy a megbélyegzés csökkentése kulcsfontosságú. Ezt a jelentést olyan emberek készítették, akiknek van ilyen átélt tapasztalatuk és mások is, akiknek nincs.

A mentális egészséggel kapcsolatos megbélyegzés és diszkrimináció felszámolásával foglalkozó Lancet Bizottság hat pont mentén véli a megoldást elérni. A megbélyegzés hagyományos definícióiból négy fő összetevőt emeltek ki; az önmegbélyegzést (vagy internalizált megbélyegzést), amely akkor fordul elő, amikor a mentális egészségi állapotú emberek tudatában vannak mások negatív sztereotípiáinak, egyetértenek velük, és önmagukkal szembefordulnak, az asszociáción alapuló megbélyegzést, amely a családtagok (pl. szülők, házastársak vagy testvérek) vagy a mentálhigiénés személyzet elleni negatív sztereotípiák és diszkrimináció meglétére utal, a nyilvános és az interperszonális megbélyegzést, amely a sztereotípiák formáira, a negatív attitűdökre (előítéletekre) és a társadalom tagjai által a mentális betegségben szenvedőkkel szemben tanúsított negatív magatartására (diszkrimináció) utal; és a strukturális (szisztémás vagy intézményi) megbélyegzésre.

**A Lancet Bizottság célja a megbélyegzés és a diszkrimináció felszámolása a mentális egészségben, így a következőket kéri az érintettektől:**

- Határozzák meg a megbélyegzést és a diszkriminációt, és határozzák meg, hogy milyen szinteken fordulnak elő,
- Foglалják össze a bizonyítékokat arra vonatkozóan, hogy a mentális egészségi állapotokkal kapcsolatosan megélt tapasztalatokkal rendelkező emberek, világszerte hogyan tapasztalják meg a

megbélyegzés és a diszkrimináció formáit, valamint ezek hatásait, kezdve a közösséggel és a szolgáltatásokkal való kapcsolattartástól (a segítségkeresés akadályai) az ellátásig (a szolgáltató eltérő magatartása a mentális és fizikai állapotú emberekkel szemben) és a társadalmi kirekesztés formáig (pl. házasság, munkahely és oktatási környezet),

- Készítsenek irodalmi áttekintést a mentális egészség területén a megbélyegzés és a diszkrimináció csökkentését célzó beavatkozások hatékonyságáról,
- Értékeljék a megbélyegzés leküzdésére irányuló nagyszabású programok tapasztalatait és vonják le, foglalják össze a tanulságokat,
- Meg kell vizsgálni, hogy a hagyományos és az újabb média csatornák hogyan járulhatnak hozzá a mentális egészséggel kapcsolatos megbélyegzéshez, és hogyan képes ellensúlyozni azt,
- Határozzák meg, milyen politikákra, erőforrásokra, kezdeményezésekre, kulturálisan releváns és megfelelő narratívákra és beavatkozásokra van szükség, a mentális egészséggel kapcsolatos megbélyegzés és diszkrimináció felszámolásához, valamint a szükséges rendszerszintű jogi, pénzügyi, társadalmi, egészségügyi és környezeti változások előmozdításához.

### **A történelmi jelentőségű felhívás kulcsüzenetei:**

- A megbélyegzés és a diszkrimináció sérti az alapvető emberi jogokat, és súlyos, mérgező hatást gyakorol a mentális problémával élő emberekre, ami súlyosbítja a marginalizálódást és a társadalmi kirekesztődést, például azáltal, hogy csökkenti a mentális és fizikális egészségügyi ellátáshoz való egyenlő hozzáférést, valamint az oktatási és foglalkoztatási lehetőségeket,
- A 216 szisztematikus áttekintést tartalmazó összefoglaló áttekintés azt mutatja, hogy a társadalmi érintkezés elvén (akár személyesen, akár virtuálisan, akár közvetetten) alapuló -a különböző kontextusokhoz és kultúrákhoz megfelelően adaptált- beavatkozások világszerte a leghatékonyabb módjai a megbélyegzés csökkentésének,
- Tíz nagyszabású stigmaellenes program értékelése azt találta, hogy ezek akkor a leghatékonyabbak, ha a mentális egészségi problémákat már megélt, tapasztalattal rendelkező embereket bevonják, amikor a célcsoportokkal konzultálnak a fejlesztésről. A program tartalma és eljuttatása, valamint a programok hosszú távú fenntartása kérdésében különösen,
- A média jelentős szerepet játszik a megbélyegzés növelésében, amikor megerősíti a mentális egészségi állapotokhoz kapcsolódó sztereotípiákat, például a kiszámíthatatlanságot, vagy a veszélyességet, illetve csökkenti a megbélyegzést, amikor megfelelő üzeneteket közvetít, figyel a szakmai irányelvekre, például az öngyilkosságról adott hírközlésekben (PC kommunikáció),
- A globális, többnyelvű felmérésben 391 ember válaszolt, 45 országból. A legtöbb (≥70%) résztvevő egyetértett abban, hogy a mentális problémát egyenrangúként kell kezelni a fizikális egészségi állapottal, hogy a megbélyegzés és a diszkrimináció negatívan érinti a legtöbb klienst, a média fontos tényező a megbélyegzés és a diszkrimináció súlyosbodásában; a média döntő szerepet játszhat a megbélyegzés és a megkülönböztetés csökkentésében; a megbélyegzés és a diszkrimináció pedig rosszabb lehet, mint magának a rossz mentális egészségi állapotnak a hatása,
- A Lancet Bizottság megállapításai azt mutatják, hogy mentális kliensek kulcsszerepet játszanak a stigmacsökkentés változásában, és erős támogatásra van szükség a társadalmi érintkezést teljesen, vagy legalább részben befolyásoló beavatkozásokhoz.

Nyolc kulcsfontosságú javaslatot tesznek a nemzetközi szervezetek, kormányok, munkaadók, az egészségügyi és szociális szektor, a média, az érintettek, a helyi közösségek és a civil társadalom számára, mindegyiket konkrét céllal és mutatókkal, amelyek felhasználhatók a fejlesztésre. Mindennek pedig kulcsa az elszámoltathatóság és a nyomon követés, hogy legyen visszacsatolás mindezek hatékonyságáról.

**A megbélyegzés erőteljesen és hátrányosan érinti az egyéneket, a családokat, a közösségeket és a társadalmat.**

**Kun Viktória**