

Jogi védelem és a stigmák lebontása

Ismét két új tag mutatkozott be a Mental Health Europe webináriumán. A Pro Mentē Austria és a Human Foundation Poland, vagyis osztrák és lengyel érdekvédő szervezetek (saját országukban a legnagyobbak), tevékenységébe nyerhettünk betekintést. Mindketten elsősorban azon dolgoznak, akárcsak a PÉF, hogy ne csupán egyéni ügyekben nyújtsanak segítséget, hanem társadalmi szinten is segítsék a szemléletváltást: küzdenek az érintettek jogiért és kirekesztésük, stigmatizációja ellen.

Maria Maunz-Ranacher, Ausztria kilenc tartományának ernyőszervezete, a Pro Mentē Austria szövetségi titkára mutatta be munkájukat és céljaikat, pontokba szedve. Ezek: a mentális problémákkal küzdők alapvető jogainak védelme, az ENSZ Emberi Jogi Egyezménye és a CRPD szerint, a korszerű kezelés, a rehabilitáció és az önálló életvitel finanszírozásának védelme, a pszichoszociális ellátás struktúrájának fejlesztése, javítása a pszichiátriai problémákkal küzdők szükségleteinek megfelelően. A pszichiátriai betegségekben szenvedők számára a legkorszerűbb tudományon alapuló gyógykezelés és rehabilitáció. Külön kiemelte a sztereotípiák, előítéletek, diszkrimináció elleni fellépést, a lelki problémákkal küzdő emberekkel kapcsolatban, illetve a tudományos kutatásokon alapuló életszínvonal megteremtését a mentális egészségügyi problémákkal küzdő emberek számára, a közösségekben. Hogy ennek mik a legfőbb útjai? Tapasztalatcsere, a tagszervezetek koordinációja, közös tevékenysége, együttműködés hazai és nemzetközi szervezetekkel a pszichoszociális spektrumból, a vonatkozó törvények és rendeletek befolyásolása tartományi és szövetségi szinten, új szabványok megvitatása és kidolgozása, a munka, oktatás, önkéntesség, pénzügy, általános gazdálkodás, a PR-munka és a minőségi szabványok témakörében. Hangsúlyt fektetnek arra is, hogy tudásukat, szemléletüket továbbadják, így nemzeti oktatási programokon keresztül valósul meg egy közös PR-munka, amely információkat nyújt a pszichés betegségekről és a pszichiátriai problémák diszkrimináció-ellenességével kapcsolatban.

Mateusz Biernat 2015-ben megalapította a Human Foundationt, hogy támogassa mindazokat, akik – mint ahogy ő is korábban – küzdenek azért, hogy visszakerüljenek a társadalomba, miután mentális egészségügyi válságot éltek át. „A Human Foundation egy olyan szervezet, amely a „lelki betegségük” miatt kirekesztett és megbélyegzett emberekért kíván fellépni. Elsősorban azokhoz a rendkívül gazdag belső potenciállal rendelkező személyekhez kívánunk közelíteni, akiket társadalmunk többsége sajnos sztereotípiák tükrében lát, és különleges betegként (értsd: veszélyes, agresszív) kezel, nem gyógyíthatóként. Az Alapítvány célja, hogy segítse őket, bővítse lehetőségeiket az aktív és méltó társadalmi élethez társadalmi szerepek betöltéséhez, tanuláshoz és munkához. A mentális egészségügyi válságot átélt személyek megítélésének megváltoztatása hosszú folyamat, amely tudatos döntéseket és cselekvéseket, valamint közös erőfeszítéseket igényel – mindezek nélkül nem számíthatunk változásra. A válságot átélt emberek gyakran elhagyatottnak, kirekesztettnek és értéktelennek érzik magukat, így elvesztik motivációjukat életük megváltoztatására, és nem fejlesztik belső potenciáljukat. Alapítványunk küldetése az ilyen személyek fejlődésének lehetővé tétele” - mondta az alapító, aki bemutatta a Covid19 idején kifejlesztett programjukat, ami a MapaWsparcia.Pl. „Ez 2020 végén jött létre, amikor az egészségügyi korlátozások és a járvány őszi hulláma miatti lezárás meglehetősen kemények voltak. A helyzet sürgős megoldásainak kidolgozása volt az akkori Európai Parlamentben szervezett szeminárium fő következtetése. Egy világjárvány idején világossá válik, hogy a mentális válságban

szenvedők támogatási rendszerének, a különböző csoportok együttműködésén és kölcsönösségén alapuló hálózattá kell válnia. Össze kell kötnie a szakembereket és a felhasználókat. Ennek a hálózatnak a létrehozásához szükség van egy erőforrástérképre, amely elérhető a segítséget kérőknek, de azoknak is, akik tudnak (akarnak) segíteni. A térkép nem csak segítséget nyújt, hanem megbeszéléseket, párbeszédet is lehetővé tesz az adott intézmények állapotáról, a támogatás minőségéről. Nyitott, közös teret hozunk létre a weben, ahol mindenki, különösen a beteg, támogatást kérhet mind egyéni intézményekben, mind intézményen kívüli, helyi közösségekben. Nagyon fontos, hogy a gyógyulásról, a saját életünkhöz, társadalmi szerepeinkhez való visszatérésről beszéljünk egy lelki válság után. Az információhoz való hozzáférés, az érthető, megbízható kommunikáció alapvető emberi jog. Az első lépés ennek megszerzéséhez a támogatási térképünk volt. Eszközünk kezdetben megmutatta a régiók és a fehér foltok közötti különbségek skáláját Lengyelországban. Olyan helyeket is megmutatott, ahol jól szervezett a segítségnyújtás, vannak közösségi segélyközpontok, működnek aktív alapítványok, önszegélyező egyesületek. Azt is megmutatta a szakembereknek, hol keressenek jó modelleket, amelyeket saját telephelyükön szervezhetnek” - sorolta a friss megoldásukat az alapító. „Tevékenységünk fő üzenete a paradigma, az egészségünkről való gondolkodásmód megváltoztatásának szükségessége. Ez elengedhetetlen ahhoz, hogy a mentálhigiénés rendszer hatékony legyen, és a krízishelyzetben lévőket és hozzátartozóikat szolgálja. A lényeg az, hogy a válság ne okozzon betegséget, esetleg gyógyíthatatlant vagy krónikust, hanem az egyéni fejlődés lehetőségévé váljon. Ahhoz, hogy ez lehetséges legyen, ki kell lépünk a megbélyegzés béklyójából és meg kell tanulnunk úgy megélni bánatunkat, félelmeinket és egyéb érzelmeinket, hogy helyet találjunk magunknak. Sokkal könnyebben felhívom a szakembert és kérek segítséget, ha tudom, hogy a tapasztalt probléma nem veszélyezteti életem eredményeit, terveimet. Jelenleg – a kutatások szerint – az öngyilkossági gondolatok számának növekedésével állunk szemben, ezért kiemelt feladat a betegek szerepének megváltoztatása, erősítése, szavazati joga, döntési joga. Célunk a tudatos társadalom fejlődésének elősegítése, a fogyatékossgal élők, krónikus betegek, idősek és más -a társadalmi kirekesztéssel veszélyeztetett- személyek teljes körű társadalmi részvételét célzó attitűdök kezdeményezése, fejlesztése és felhatalmazása a mindennapi életben, az oktatásban, a szakmai és társadalmi aktivizálásban, a kultúra és a művészetek elérhetőségében. Információs és oktatási tevékenységek a társadalmi integrációval és reintegrációval kapcsolatos ismeretek fejlesztésére (idősek, fogyatékossgal élők, krónikus betegek és kirekesztéssel veszélyeztetett személyek befogadása). Információk megosztása a fogyatékossg okairól, betegségekről, különösen a civilizációs és társadalmi változások okozta betegségekről – és ezek lehetséges megelőzéséről” -tette még hozzá Mateusz Biernat.

Kun Viktória