

Mental Health Europe General Assembly and Capacity Building – 2018. április, Ljubjana

A PÉF részt vett a kétnapos, április 19-21. között megrendezett, nemzetközi MHE (Mental Health Europe) éves közgyűlésén. Az első nap egyik fő témája a szlovén mentális egészség ügye és jelenlegi helyzete volt, amelyet a Szlovén Szociális Ügyekért Felelős Miniszter prezentált. A témában megnyilatkozott a helyi Egészségügyi Miniszter, valamint a Mental Health Europe leköszönő elnöke Nigel Henderson is. Megtudhattuk, hogy Szlovéniában – hazánkhoz hasonlóan – a mai napig stigmatizáció övezi a mentális problémával élőket különösen a munkahelyeken. A WHO „akciótervnek” a részét képezi a kitagolás; a fokozatos váltás a biomedicinális modelltől a közösségi gondozás irányába, ennek ellenére a helyi, 10 évre szóló (2008-ban bevezetett) mentális egészség stratégia jelenleg is kórház és ágyszám fókuszú, valamint az öngyilkossági statisztikák terén is aggasztó a helyzet; Szlovénia a 8. az európai palettán. Az előadásokhoz kapcsolódó hozzászólásokra adott válaszok között, megfogalmazásra került, hogy túl kevesen vannak (ezt tetézi, hogy alulfizetettek) az országban a pszichiáterek, a klinikai pszichológusok, és a pszichiátriai ápolók. A betegszabadságok hátterében pedig gyakran mentális betegség, ill. daganatos megbetegedés szerepel.

Ezt követték az E-Mentális Egészség, magyarul a kompjüterizált világ és a mesterséges intelligencia pszichénkre gyakorolt hatásai, valamint az online tanácsadás témában tartott előadások. Sissela Nutley (Svédország, KarolinskaInstitutet /Olivecrona itt operálta Karinthyt/) prezentációjából például megtudhattuk, hogy az emberi agy, a legfrissebb kutatások szerint is mindössze 25 éves korig fejlődik; mindazonáltal kiaknázandó lehetőség és egyúttal esély a neuronális plaszticitás. A végrehajtó működések (tervezés, szervezés), remekül tréningezhetőek kompjüterizált alkalmazásokkal és ez növeli az idegsejtek közötti szinapszisok számát. Ugyanennek a jelenségnek az árnyoldala, hogy a fiatalok körében mind elterjedtebb közösségi média használat következtében egyre több gyereknél jelentkeznek a szociális szorongás tünetei, kevesebbet sportolnak és kevesebb offline emberi kapcsolattal rendelkeznek. Liat Libling (Makshivim Net, <https://www.makshivim.net/en/company-profile.html>) az online coaching és online tanácsadás előnyeiről beszélt. Izraelben 0-24 órában elérhető, „segítő” chat alkalmazások segítségével támogatják a rászorulókat. Azonnal reagáló chat robot is elérhető a szorongó, ill. emocionális problémával küzdő személyek számára. Valamint fontos alkalmazás az ARcontact, mely lehetővé teszi a kliens mesterséges (pl. orvos) és természetes segítői (barátok, családtagok) számára, hogy nyomon kövessék a kliens környezetének adatait, anélkül, hogy bármilyen

személyes információhoz jutnának hozzá. A nap zárásaként – helyi idegenvezetéssel - kellemes sétát tettünk Ljubjana festői belvárosában.

A második napon az MHE vezetőségének tagjai ismertették a 2018-as budget helyzetét, a tagdíjváltozásokat és a 2018. évre tervezett tevékenységeket. Ezután a következő négy éves ciklusra szavazással választottuk meg a tanácsadó testület tagjait (board members).

A jövő évi Mental Health Europe események fő tematikáját előreláthatólag a kortárs segítségnyújtás, a transzparencia, a promóció – prevenció -reziliencia területei fogják alkotni. Valamint a jövő évben sor kerül majd két empowerment szemináriumra, amelyek helyszínei egyelőre még nem teljesen tisztázottak (az egyik Franciaországban lesz). A másik lehetett volna hazánkban is, de a tavalyi évvel szemben, amikor kértük, de nem kaptuk meg, az idén nem tudjuk vállalni. Talán jövőre...

Bajnai Nóra