

**ΨΥΧΙΚΗ ΑΣΘΕΝΕΙΑ:
Στερεότυπα,
προκαταλήψεις και
κοινωνικό στίγμα**



«Όσο για μένα, δε θα έλεγα ότι θα επέλεγα την τρέλα εάν είχα επιλογή. Αυτό που με παρηγορεί είναι ότι αρχίζω να θεωρώ την τρέλα σαν μια αρρώστια όπως όλες τις άλλες και έτσι να την αποδέχομαι»

Vincent Van Gogh, 1889

Η «τρέλα» ανέκαθεν αποτελούσε ατομικό και κοινωνικό φόβητρο, παραπέμποντας στο χάος, την ανατροπή, τον κίνδυνο, προκαλώντας συγχρόνως την πανανθρώπινη ανάγκη για την κατανόηση και την αποδοχή της. Η σύγχρονη θεώρηση της τρέλας ως ασθένειας των ψυχικών λειτουργιών, της ψυχικής ασθένειας, αποτελεί μια πρόκληση για επιστημονικό και κοινωνικό διάλογο και ανοίγει ταυτόχρονα το δρόμο για τη σφαιρική αντιμετώπισή της.

Ψυχική ασθένεια είναι ένας όρος που χρησιμοποιείται για να εκφράσει ένα ευρύ φάσμα συμπτωμάτων και εμπειριών που προκαλούν προβλήματα στη σκέψη, το συναίσθημα και τη συμπεριφορά του ανθρώπου αλλά και στην επικοινωνία του με τους άλλους. Η ψυχική ασθένεια μπορεί να προσβάλει άτομα κάθε ηλικίας, παιδιά, εφήβους, ενήλικες και ηλικιωμένους και μπορεί να παρουσιαστεί σε κάθε οικογένεια. Μπορεί να αναφέρεται σε καταστάσεις πολύ διαφορετικές μεταξύ τους, από την κατάθλιψη και τις αγχώδεις διαταραχές ή τις φοβίες, μέχρι την πιο σοβαρή που είναι η σχιζοφρένεια. Δυστυχώς, παρόλη την επιστημονική πρόοδο και εξέλιξη στις μεθόδους αντιμετώπισης και θεραπείας, ακόμα και σήμερα η ψυχική ασθένεια, εξακολουθεί να είναι συνώνυμη με την «τρέλα», το ανεξήγητο και μυστηριώδες, ή το τρομακτικό και βίαιο και να συνοδεύεται από πολλές λαθεμένες απόψεις, προκαταλήψεις, δοξασίες και φόβους που της προσδίδουν το χαρακτήρα του μύθου και το στοιχείο του στίγματος. Ιδιαίτερα ο όρος «σχιζοφρένεια» κάτω από το βάρος της ετυμολογίας του αλλά και από τη φύση των συμπτωμάτων της νόσου είναι ένας όρος αρνητικά φορτισμένος, αφού περιγράφει τη νόσο εκείνη που διαταράσσει «τα φρένας» του ατόμου

και επηρεάζει όλες τις πτυχές της ψυχοσυναισθηματικής του ζωής και της συμπεριφοράς του.

Κοινωνικό Στίγμα: Διαχρονική και Σύγχρονη Πρόκληση

Το στίγμα που συνδέεται με την ψυχική ασθένεια και ειδικότερα με τη σχιζοφρένεια έχει ρίζες που εισδύουν στο βάθος του χρόνου.

Στην ελληνική γλώσσα στίγμα είναι ένα σημάδι ανεξίτηλο σε κάποιον που η κοινωνία επιθυμεί να ξεχωρίζει, υποδηλώνοντας αρνητικές και απαξιωτικές ιδιότητες σ' αυτόν. Στο Μεσαίωνα στιγματίζαν με πυρακτωμένο σίδερο για να διαπομπεύσουν τους «παρεκκλίνοντες» ώστε να καταστεί ευδιάκριτη η «μιαρή» συμπεριφορά τους. Με το πέρασμα των αιώνων η σημασία του στίγματος διαφοροποιήθηκε και κατέληξε να είναι συνώνυμη με δυσμενείς διακρίσεις σε ανθρώπους «διαφορετικούς».

Το στίγμα ως φαινόμενο καταγράφηκε θεωρητικά και εμπειρικά για πρώτη φορά από τον Goffman (1963), ο οποίος μιλά για την «κατεστραμμένη ταυτότητα» του ατόμου και την απώλεια της κοινωνικής του υπόστασης. Πιο συγκεκριμένα, αναφέρεται στη σχέση του ατόμου που φέρει ένα ανεπιθύμητο κοινωνικά χαρακτηριστικό με το κοινωνικό του περιβάλλον, που το διαφοροποιεί από την υπόλοιπη κοινωνία και το οδηγεί στο να χάνει σχεδόν την ανθρωπινή του οντότητα και να ταυτίζεται με το ανεπιθύμητο χαρακτηριστικό. Πρόκειται εντέλει για μια «ανεπιθύμητη, δυσφημιστική ιδιότητα που αποδίδεται στο άτομο και του στερεί το δικαίωμα της πλήρους κοινωνικής αποδοχής ενώ ταυτόχρονα το αναγκάζει να κρύβει την αιτία που προκαλεί αυτή

την αρνητική κοινωνική αντιμετώπιση». Ανάμεσα στις αιτίες, εκτός από ειδικές συμπεριφορές και καταστάσεις, κατατάσσονται και νοσολογικές οντότητες στις οποίες αποδίδονται ιδιαίτερα αρνητικοί χαρακτηρισμοί. «Στιγματίζονταν», έτσι, διαταραχές με «ορατά σημάδια», όπως η λέπρα και η σύφιλη στο παρελθόν, που έδωσαν αργότερα τη θέση τους σε πιο σύγχρονες «μάστιγες» όπως ο καρκίνος και το AIDS. Έτσι, τα τελευταία χρόνια, η λέξη «στίγμα» χρησιμοποιείται για να καταδείξει ότι ορισμένες ασθένειες εγείρουν προκαταλήψεις σε βάρος των ατόμων που πάσχουν από αυτές. Αναμφίβολα, οι πλέον στιγματισμένες νοσολογικές οντότητες είναι ακόμη και σήμερα οι ψυχικές ασθένειες.

Έτσι οι ψυχικά ασθενείς έχουν να αντιμετωπίσουν -εκτός από την ίδια τη νόσο- το κοινωνικό στίγμα, την προκατάληψη και το φόβο της κοινωνίας για το «άλλο» της πρόσωπο. Ας μην ξεχνάμε, άλλωστε, ότι ο φόβος της ψυχικής νόσου, ο φόβος της τρέλας, μαζί με το φόβο του θανάτου, αποτελούν τους αρχετυπικούς φόβους του ανθρώπου. Και οι δύο αυτοί φόβοι συνδέονται με το στοιχείο της απώλειας, φόβο για την απώλεια της λογικής στη μία περίπτωση και φόβο για την απώλεια της ζωής στην άλλη. Φόβο, σε τελική ανάλυση, για την απώλεια της ουσίας της ίδιας της ανθρώπινης ύπαρξης.

Ο ψυχικά ασθενής υποβάλλεται σε διάφορες μορφές κοινωνικού στιγματισμού και του αποδίδονται συνήθως χαρακτηριστικά τα οποία συνδέονται με τα παραδοσιακά στερεότυπα στα οποία ο άνθρωπος μυείται από πολύ νωρίς στην παιδική του ηλικία. Με βάση αυτά τα στερεότυπα ο ψυχικά άρρωστος είναι ο «τρελός», ο κακός, ο επικίνδυνος, ή ο δαιμονισμένος. Πέρα όμως από αυτόν τον άτυπο

κοινωνικό στιγματισμό, στη διαμόρφωση του κοινωνικού στίγματος στη σύγχρονη κοινωνία σημαντικό ρόλο παίζουν τα Μέσα Μαζικής Επικοινωνίας ως βασικοί φορείς ενημέρωσης του κοινού. Είναι αυτά που καλλιεργούν τη δημόσια εικόνα της τρέλας και προμηθεύουν τα στοιχεία εκείνα που συγκροτούν τα στερεότυπα, τα αναπαράγουν και τα διαιωίζουν.

Επιπτώσεις του Στίγματος

Το στίγμα της ψυχικής ασθένειας έχει δυσμενείς επιπτώσεις στο άτομο. Ακόμα και αν τα συμπτώματα υποχωρήσουν, ακόμα και αν το άτομο εκπληρώνει τον κοινωνικό του ρόλο, εργάζεται και έχει μια κανονική κοινωνική ζωή, η δυσπιστία, ο φόβος, η αποφυγή, η απόρριψη και οι διακρίσεις το ακολουθούν.

Όμως, οι επιπτώσεις του στίγματος δεν περιορίζονται μόνο στο άτομο που πάσχει. Το στίγμα της ψυχικής ασθένειας επεκτείνεται και σε όλους αυτούς με τους οποίους το άτομο σχετίζεται: την οικογένεια του πάσχοντα, τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας, τα ψυχιατρικά ιδρύματα, τους θεσμούς παροχής ψυχιατρικών και ψυχολογικών υπηρεσιών και τις μεθόδους θεραπείας.

Το κοινωνικό στίγμα που συνοδεύει την ψυχική ασθένεια σήμερα είναι ένα από τα κύρια εμπόδια, τόσο στην αναζήτηση και παροχή ουσιαστικής φροντίδας για τους ψυχικά ασθενείς, όσο και στη βελτίωση της ποιότητας ζωής τους.

Δυστυχώς, δεν είναι μόνο η ίδια η φύση της ασθένειας που «απομακρύνει» τον ψυχικά ασθενή από τη θεραπεία. Οι αρνητικοί συνειρμοί και τα στε-

ρεότυπα, που αποτελούν παρελκόμενα της ψυχικής ασθένειας, η «ταμπέλα» του ψυχικά ασθενή που συνοδεύει τη διάγνωση (ειδικά όταν αυτή απαιτεί και σχετική φαρμακευτική αγωγή), συχνά αποθαρρύνουν το άτομο να αναζητήσει θεραπεία. Τα στερεότυπα και οι αρνητικές αντιλήψεις γύρω από τη φαρμακευτική αγωγή (τα φάρμακα θεωρούνται εθιστικά ή «εργαλεία» καταστολής) δεν υιοθετούνται μόνο από το γενικό πληθυσμό αλλά και από τα ίδια τα άτομα που καλούνται να την ακολουθήσουν. Αυτή η μη «συναίνεση» με τη φαρμακευτική αγωγή έχει ιδιαίτερη σημασία, επειδή τα περιστατικά ανάρμοστης ή βίαιης συμπεριφορά των ατόμων με ψυχική ασθένεια αποτελούν φαινόμενα τα οποία εκδηλώνονται κυρίως στις περιπτώσεις που δεν ακολουθείται η κατάλληλη θεραπεία.

Κατά συνέπεια, δημιουργείται ένας φαύλος κύκλος, όπου ο ασθενής, προσπαθώντας εν μέρει να αποφύγει το στιγματισμό, απορρίπτει τη φαρμακευτική αγωγή και αυτή η μη «συναίνεση» συνδέεται με την εμφάνιση εκείνων των συμπεριφορών που οδηγούν στην επιβεβαίωση του στιγματιστικού στερεοτύπου που εμφανίζει τον ψυχικά ασθενή ως ανισόρροπο, βίαιο και επικίνδυνο.

Ο φαύλος κύκλος του στίγματος διαιωνίζεται, καθώς η φτωχή έκβαση της ασθένειας, με τις παράπλευρες συνέπειες της βίας και της αντικοινωνικής συμπεριφοράς, παγιώνει στις προσλήψεις της κοινής γνώμης το αρνητικά χρωματισμένο πλαίσιο στο οποίο τοποθετείται η ψυχική ασθένεια.

Η σοβαρότητα του φαινομένου και οι καθοριστικές επιπτώσεις που έχει στην ατομική ανάπτυξη, στην κοινωνική συνοχή και στην πολιτισμική διάσταση της κοινωνίας, καθιστά την ανάγκη καταπολέμησής του επιτακτική. Πέρα από αυτό, όμως, ο

στιγματισμός της ψυχικής ασθένειας συνιστά πάνω από όλα ένα φαινόμενο κοινωνικής αδικίας και, ταυτόχρονα, μια πρόκληση στα ιδανικά μιας κοινωνίας που θέλει να ονομάζεται δίκαιη, ανθρωπιστική και ευνομούμενη, συνιστά μια πρόκληση για αλλαγή.

Γι' αυτό το λόγο, η καταπολέμηση του στίγματος αναδεικνύεται σε κομβικής σημασίας παράμετρο για τη σύγχρονη, ολοκληρωμένη και πολυδιάστατη αντιμετώπιση της ψυχικής νόσου και του ψυχικά ασθενή, ενώ, ταυτόχρονα, αποτελεί και παγκόσμιο ζητούμενο.

Τα παγκόσμια προβλήματα χρειάζονται παγκόσμιες λύσεις

Το 1997 η Παγκόσμια Ψυχιατρική Εταιρεία (ΠΨΕ) απαντώντας στην πρόκληση για τον αποστιγματισμό της ψυχικής διαταραχής ξεκίνησε ένα διεθνές πρόγραμμα για την καταπολέμηση του στίγματος της σχιζοφρένειας, με βασικούς στόχους:

- ☺ την ευαισθητοποίηση και ενημέρωση της κοινής γνώμης
- ☺ τη βελτίωση των αντιλήψεων και στάσεων του κοινού
- ☺ την ανάπτυξη δράσεων για τη μείωση των προκαταλήψεων και των διακρίσεων σε βάρος των ασθενών

Ο βασικός λόγος για τον οποίο η Παγκόσμια Ψυχιατρική Εταιρεία αποφάσισε το Πρόγραμμα για την καταπολέμηση του στίγματος να επικεντρωθεί στη σχιζοφρένεια είναι το γεγονός ότι η σχιζοφρένεια είναι η πιο σοβαρή αλλά ταυτόχρονα και η πιο έντονα στιγματισμένη ψυχική νόσος και συμπαρα-

σύρει τις υπόλοιπες ψυχικές διαταραχές, στο «μονόδρομο» του στιγματισμού. Με εφελτήριο το δεδομένο αυτό, η μείωση του στίγματος που σχετίζεται με τη σχιζοφρένεια μπορεί να ανοίξει το δρόμο για την καταπολέμηση του στίγματος που συνοδεύει γενικότερα τις ψυχικές διαταραχές.

Κεντρικό μήνυμα της διεθνούς αυτής πρωτοβουλίας είναι το μήνυμα "Open the doors", το οποίο θεωρείται ότι αντιστρατεύεται τη λογική που θέλει τους ασθενείς «εκτός των τειχών» και σηματοδοτεί το άνοιγμα στην κοινωνία, αλλά και από την κοινωνία. Είναι ένα μήνυμα με διαπολιτισμική αξία, αφού η «εικόνα» της πόρτας είναι ένας πανανθρώπινος συμβολισμός για την πρόσβαση και την αποδοχή.

Το Ελληνικό Πρόγραμμα κατά του Στίγματος της Ψυχικής Ασθένειας

Η Παγκόσμια Ψυχιατρική Εταιρεία ανέθεσε στο Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής (Ε.Π.Ι.Ψ.Υ.) τη διαμόρφωση, ανάπτυξη και υλοποίηση του Ελληνικού Προγράμματος κατά του Στίγματος της Σχιζοφρένειας με επικεφαλής τον καθηγητή και ακαδημαϊκό Κώστα Στεφανή. Η επιλογή της χώρας μας σε αυτή την προσπάθεια ήταν πολύ σημαντική γιατί δόθηκε η ευκαιρία να έρθει στην επιφάνεια ένα θέμα που μέχρι τώρα καλυπτόταν και στην ελληνική κοινωνία από ένα «πέπλο μυστηρίου» ενδεδυμένου με πολλούς μύθους, δοξασίες και προκαταλήψεις. Παράλληλα, ήταν μια μοναδική ευκαιρία να αξιοποιηθεί η διεθνής εμπειρία και να προσαρμοστεί στις ελληνικές συνθήκες, έτσι ώστε να οργανωθεί και στη χώρα μας μια αποτελε-

σμαντική εκστρατεία για την καταπολέμηση του στίγματος.

Σήμερα, με στόχο την καταπολέμηση του στίγματος που περιβάλλει όχι μόνο τη σχιζοφρένεια αλλά τις ψυχικές ασθένειες γενικά, το Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής υλοποιεί ένα ευρύτερο πρόγραμμα, το Πρόγραμμα κατά του Στίγματος της Ψυχικής Ασθένειας που δραστηριοποιείται πολυεπίπεδα στους τομείς της έρευνας, της εκπαίδευσης, της επικοινωνίας και της συνηγορίας.

Στο πλαίσιο της επικοινωνίας εντάσσεται και η έκδοση αυτού του οδηγού, ως μια προσπάθεια να τεθούν τα θεμέλια για τη συνεργασία των ειδικών της ψυχικής υγείας με τους λειτουργούς των ΜΜΕ στην κατεύθυνση του αποστιγματισμού της ψυχικής ασθένειας.