

LIETUVA – EUROPOS VALSTYBĖ, SU PSICHIKOS SVEIKATOS STIGMA KOVOJANTI REMDAMASI MOKSLU GRĮSTOMIS INTERVENCIJOMIS IR PAMATUOJAMAI RODIKLIAIS



Lietuvos Respublikos Vyriausybė 2021 m. kovo 10 d. nutarimu Nr. 155 „Dėl Aštuonioliktosios Lietuvos Respublikos Vyriausybės programos nuostatų įgyvendinimo plano patvirtinimo“ įsipareigojo skirti daugiau dėmesio Lietuvos gyventojų psichikos sveikatai. Siekdama šio tikslo Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija ir Higienos institutas sukūrė visos Lietuvos psichikos sveikatai skirtą prekės ženklą „Žvelk giliau“.

„Žvelk giliau“ tikslas – didinti gyventojų žinias apie psichikos sveikatą, siekiant ugdyti tolerantišką Lietuvos visuomenę, ir iki 2030 m. sumažinti neigiamas žmonių nuostatas į psichikos sveikatą nuo 61,7 iki 56,7 proc., o tai yra daugiau nei 140 tūkst. Lietuvos gyventojų.

2022 m. Higienos instituto Psichikos sveikatos centro iniciatyva atliktas tyrimas, kurio tikslas – įvertinti stigmatizuojančias Lietuvos gyventojų nuostatas psichikos sveikatos srityje. Gauti duomenys atskleidė, kad didelės dalies Lietuvos gyventojų turimos žinios apie psichikos sveikatą yra tinkamos (65 proc.), jų tolerantiškas požiūris (apie 50 proc.). Vis dėlto nepakanka, kad ir elgesys psichikos sveikatos sunkumų turinčių žmonių atžvilgiu būtų palankus. Net 44 proc. gyventojų nėra apsisprendę arba neturi nuomonės, ar ateityje sutiktų gyventi, dirbti su psichikos sveikatos sutrikimų turinčiu asmeniu ar tiesiog bendrauti su artimu bičiuliu, kuriam išsivystė psichikos sveikatos sutrikimas. Net 26,9 proc. šalies gyventojų nenorėtų gyventi kaimynystėje su psichikos sveikatos sutrikimų turinčiu asmeniu.

Užsienio tyrimai rodo, kad asmeninė patirtis bendraujant su asmeniu, turėjusiu psichikos sveikatos sunkumų patirtį, laikoma apsauginiu veiksniu, mažinančiu stigmatizuojančių nuostatų raišką. Tai gi sprendžiant, kaip pasiekti, kad Lietuvoje didėtų pozityvias nuostatas turinčių ir tokiu elgesiu pasižyminčių žmonių skaičius, buvo pasiremta daugiau

nei 10 metų trukusia ir pamatuotais pokyčiais grįsta Jungtinės Karalystės kampanija, skirta stigmai mažinti. Remiantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2023 m. vasario 9 d. įsakymu Nr. V-199 „Dėl Psichikos sveikatos ambasadorių iniciatyvos 2023 metų atrankos konkurso organizavimo nuostatų patvirtinimo“, 2023 m. visoje Lietuvoje pradėta įgyvendinti „Žvelk giliau“ Psichikos sveikatos ambasadorių iniciatyva.

Psichikos sveikatos ambasadorius – tai atranką įveikęs ir specialius mokymus baigęs žmogus, kuris viešai dalijasi savo patirtimi apie psichikos sveikatos sunkumus. Tokiu viešu dalijimusi siekiama, kad kuo daugiau žmonių, nesusedusių su psichikos sveikatos iššūkiais, suprastų, jog šiems žmonėms nebūdingas mitais ir stereotipais apipintas elgesys ar statusas, o ir patiriant šių iššūkių, kaip ir bet kokių kitų, laiku gavus pagalbą įmanoma toliau dirbti ir gyventi visavertį gyvenimą.

2023 m. „Žvelk giliau“ Psichikos sveikatos ambasadorių iniciatyva viršijo visus išsikeltus tikslus: apmokyta 130 psichikos sveikatos ambasadorių, kurie savo patirtimi pasidalijo net 129-iuose renginiuose visoje Lietuvoje. Vienas Psichikos sveikatos ambasadorių iniciatyvos esminių elementų – individualus pokalbis su kitu žmogumi apie psichikos sveikatos sunkumų patirtį, kuris ir prisideda prie pozityvių nuostatų formavimosi, įvyko net 2 730 kartų.

Džiaugiamės, kad, remiantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2024 m. vasario 14 d. įsakymu Nr. V-201, „Žvelk giliau“ Psichikos sveikatos ambasadorių iniciatyva toliau vyks ir 2024 m. Daugiau informacijos ir naujienų galite rasti <https://zvelkgiliau.lt>.

Lina Adomavičiūtė
Higienos instituto
Psichikos sveikatos centras