

Iris Jerončić Tomić

Medicinski fakultet Sveučilišta u Splitu

iris.jeroncic@mefst.hr

Stigma – mitovi i predrasude depresivnog poremećaja – uloga videa kao medija u psihoedukaciji (Boli me – video za promociju mentalnog zdravlja)

Sažetak

SZO navodi depresiju kao četvrti zdravstveni problem. Godine 2020. bit će drugi i najveći uzrok radno-socijalnog nefunkcioniranja.

Stigmatizacija je negativno obilježavanje, marginaliziranje. Negativna je, znak srama i diskreditacije. Uobičajeno je uvjerenje kako su osobe s mentalnim smetnjama nasilne, nepredvidljive i agresivne.

Kratki filmovi, videa jasnih poruka s malo riječi i bogatstvom neverbalnih znakova izvrstan su izbor za psihoedukaciju mladih. Neverbalna komunikacija složena je od pokreta i poza, izraza lica, položaja tijela do tona glasa, koristimo je za izražavanje emocija, stavova i osobina ličnosti. U oglednom videu posebna pažnja usmjerena je prenošenje poruke izrazom lica. Manjak osobnosti izbjegnuto je time što je prenose medijski prepoznatljive osobe s mogućnošću identifikacije.

Želja nam je naglasiti važnost primijenjenog medija u promociji zdravlja i promjeni stavova kod mladih ljudi.

Ključne riječi: *mentalno zdravlje, depresivni poremećaji, stigmatizacija, psihoedukacija, film i video.*

Gledajući filmove zamišljamo ili doživljenim iskustvom promatramo „drugačije” ljude oko nas, one koji se bore s unutarnjim silama, nečim teško opisivim – onim što su ljudi nekad objašnjavali „urocima” ili „namjernom slabosti duha”. Na temelju različitih iskustava sredine u kojoj odrastamo i živimo stekli smo sliku o duševnoj bolesti i ljudima s mentalnim smetnjama. Često su te slike obilježavajuće, stigmatizirajuće, kao u filmskim klasicima „Let iznad kukavičjeg gnijezda” Miloša Formana ili „Psiho” Alfreda Hitchcocka. Današnja filmska ostvarenja otklanjaju neznanje i strah u ljudi različitih sredina glede mentalnih bolesti. Oslikavaju nam kako izgleda život iz perspektive osoba s autizmom ili mentalnom retardacijom – „Kišni čovjek” Barryja Levinsona i „Forrest Gump” Roberta Zemeckisa, kako se iza halucinatornih doživljavanja shizofrenih bolesnika mogu skrivati visoki intelektualni kapaciteti – „Genijalni um”, film Rona Howarda o nobelovcu Johnu Nashu. U filmu „Još uvijek Alisa” Richarda Glatzera utjelovljen je lik osobe oboljele od Alzheimerove bolesti, kojoj se zbog demografskog starenja stanovništva i s tim povezane učestalosti te bolesti u suvremenom društvu posvećuje posebna znanstvena i preventivna pažnja (1).

Svjetska zdravstvena organizacija imenuje depresiju kao četvrti najveći zdravstveni problem s učestalosti od 3,6-6,8 % u općoj populaciji. Procjenjuje se kako će depresija oko 2020. biti drugi svjetski zdravstveni problem i najveći uzrok radno-socijalnog nefunkcioniranja obitelji (2,3). U Hrvatskoj ima 200.000 osoba s različitim oblicima depresivnog poremećaja (4). Broj osoba s depresivnim poremećajima kontinuirano se povećava. U Hrvatskoj su psihički poremećaji vodeća grupa poremećaja prema danima bolničkog liječenja, a po broju hospitalizacija u radno aktivnoj dobi su na drugom mjestu. Od svih psihičkih poremećaja, depresivni poremećaji su po broju hospitalizacija i po broju dana provedenih na bolničkom liječenju na trećem mjestu. Na suicid kao na moguće rješenje svoga teškog stanja pomišlja 75 % depresivnih bolesnika, 10-15 % i provede taj čin (5). Epidemiološki podatci ukazuju na važnost prepoznavanja i što ranijeg liječenja mentalnih poremećaja, naročito depresije. Posebnu pažnju treba usmjeriti prema mladim osobama kako bi se bolest na vrijeme prepoznala, adekvatno liječila i spriječilo njeno ponovno javljanje. Pred mladim ljudima je aktivni radni vijek i čitav život sa svim svojim zadacima. Očuvanje i osnaživanje psihološkog potencijala za nošenje sa svim iskušenjima važno je za pojedinca i njegovu kvalitetu života kao i za čitavu zajednicu (6).

Stigmatizacija osoba koje boluju od psihičkih bolesti je negativno obilježavanje, marginaliziranje, klasificiranje kao manje vrijednih i izbjegavanje zbog te bolesti (7). Danas stigma ima negativno značenje i predstavlja znak srama i diskreditacije osobe. Stigma je društveni, medicinski i etički problem. Stigmatizacija je sveprisutna i uobičajeno je uvjerenje da su psihički oboljele osobe nasilne, nepredvidljive i agresivne. Komponente stigmatizacije su: etiketiranje, stereotipiziranje, separacija, emocionalne reakcije, gubitak statusa i diskriminacija (7). Stigma zatvara krug diskriminacije i socijalne isključenosti osoba s mentalnom bolešću. Većina bolesnika liječi se u zajednici i negativni stavovi zajednice ostavljaju znatne posljedice na bolesne i njihove obitelji (8). Posljedice stigme su nezaposlenost, često neriješeno stambeno pitanje, manjak samopouzdanja i slaba socijalna podrška.

Te su posljedice prepreka u liječenju i oporavku bolesnika (7,8). Stigma negativno utječe i na odnose unutar obitelji bolesnika te umanjuje socijalne interakcije pokušajem skrivanja bolesti od drugih. Velik broj ljudi sa smetnjama, iz straha od stigmatizacije, ne odlazi liječniku, oporavak je zbog toga dulji, klinička slika složenija, recidivi učestaliji, terapijska suradljivost slabija (9). Giorgianni (10) navodi kako se i danas, u razvijenim i nerazvijenim zemljama, stigmatizirane osobe osjećaju zarobljene između osjećaja srama i neodobravanja društva, što znatno umanjuje njihovu kvalitetu života i mogućnost oporavka.

Metode borbe protiv stigme su: psihoedukacija s pružanjem točnih informacija o bolesti, kontakt s oboljelima kako bi se stekla iskustva koja mogu mijenjati negativne stavove te suprotstavljanje nepravednim postupcima prema duševnim bolesnicima i prema njihovoj diskriminaciji (11).

Film predstavlja moćan alat u psihološkom radu koji se sve češće koristi u psihoedukaciji. Sve što se događa oko nas i čemu su naša osjetila izložena ostavlja tragove na našoj svijesti i mijenja ju. Za vrijeme gledanja filma u mozgu se odvijaju različiti procesi zahvaljujući njegovoj neuroplastičnosti. To potvrđuju filmovi na koje većina gledatelja reagira istim, snažnim emocijama. Gledanje pobuđuje potrebu za komentiranjem, dijeljenjem iskustva s drugim gledateljima i ponovnim gledanjem (12). Video posjeduje izuzetnu komponentu postavljanja osobe u centar zbivanja. Zbog dostupnosti i jeftinoće izvedbe video može biti uključen u svaki segment edukacije te vrlo snažno djelovati u korekciji uočenih pogrešaka na snimljenom materijalu (12). U masovnoj komunikaciji nam pomaže prilikom prijenosa informacija, u rušenju uvriježenih stavova i formiranju novih. Kratki filmovi, videa jasnih poruka s malo riječi i bogatstvom neverbalnih znakova prihvatljiv su izbor za psihoedukaciju mladih. Prenošenjem jednostavne poruke u masovnoj komunikaciji uporabom neverbalne komunikacije djelujemo na nesvjesno kod gledatelja.

Sustav neverbalne komunikacije složen je od pokreta i poza, od izraza lica, položaja tijela u prostoru do tona glasa (13). Neverbalnu komunikaciju koristimo svakodnevno za izražavanje emocija, pokazivanje stavova i ocrtavanje osobina ličnosti. Tri navedene funkcije potenciraju poruku oslikanu u uratku. Na ovaj kratak način izbjegnuta je zamka pretjeranog, neoblikovanog izlivanja podataka te uspješno prenesena poruka koja je nakon gledanog videa svima jasna. U ogleđnom videu posebna pažnja usmjerena je prenošenje poruke izrazom lica. Ljudsko izražavanje emocija je univerzalno i svi ljudi na isti način izražavaju i tumače emocije za šest glavnih emocionalnih ekspresija: srdžbu, iznenađenje, strah, gađenje, sreću i tugu (14). Na ovaj svima razumljiv način izraženim emocijama je potaknut snažan doživljaj kod gledatelja.

Manjak osobnosti izbjegnuta je time što poruku prenose medijski prepoznatljive osobe s mogućnošću identifikacije. Time je stvorena mogućnost identifikacije, izbjegnuta ekskluzivnost i naglašena poruka kako se bolest može pojaviti u svačijem životu, kao što Forrest Gump (1) navodi majčine riječi: „Život je kao bombonijera. Nikada ne znaš što ćeš dobiti.”

Video, kao i film, često koristimo poput sredstva za ilustraciju edukativnih sadržaja. Iako kratak, nema manju važnost u suvremenoj edukaciji u odnosu na tridesete godine dvadesetog stoljeća i rane filmske uratke Foto filmskog laboratorija Škole narodnog zdravlja „Andrija Štampar”. Želja nam je da na primjeru videa „Boli me” udruge studenata Medicinskog fakulteta u Zagrebu CRO MSIC za promociju mentalnog zdravlja naglasimo važnost ovog medija u promociji zdravlja i promjeni stavova glede mentalnih bolesti kod mladih ljudi.

Literatura:

- Mentalno zdravlje na filmu – Hommage Oscaru <http://www.stampar.hr/hr/mentalno-zdravlje-na-filmu-hommage-oscaru> Pristup: 30. 12. 2016.
- Gruber EN. Prihvatimo različitosti, odbacimo predrasude – živjeti s duševnom bolešću. Popovača: Udruga za unapređenje duševnog zdravlja i kvalitete života duševnog bolesnika i njegove obitelji «Sretna obitelj»; 2007., str. 22-4.
- Thornicroft G, Rose D, Kassam A, Sartorius N. Stigma: ignorance, prejudice or discrimination. Br J Psychiatry. 2007.; 190:192-3.
- Nacrt prijedloga nacionalne strategije razvoja zdravstva 2012. - 2020. www.hrt.hr/fileadmin/video/49._-1.pdf Pristup: 30. 12. 2016.
- Milačić-Vidojević I, Dragojević N. Stigma i diskriminacija prema osobama s mentalnom bolešću i članovima njihovih porodica. Specijalna edukacija i rehabilitacija. 2011.; 10(2):319-37.
- Wahl OF, Harman CR. Family views of stigma. Schizophr Bull 1989.; 15:131-9.
- Crisp AH, Gelder MG, Rix S, Meltzer HI, Rowlands OJ. Stigmatisation of people with mental illnesses. Br J Psychiatry 2000.; 177:4-7.
- Depresija i distimija - Mentalno zdravlje <http://www.mentalnozdravlje.ba/uimages/pdf/depresija.pdf> Pristup: 30. 12. 2016.
- Mikkonen, J., & Raphael, D. (2010). Social Determinants of Health: The Canadian Facts. Toronto: York University School of Health Policy and Management. <http://www.thecanadianfacts.org/> Pristup: 30. 12. 2016.
- Vukušić Rukavina, Tea (2011) Razvoj mjernog instrumenta za procjenu stigmatizacije duševnih smetnji u tiskanim medijima. Doktorska disertacija, Sveučilište u Zagrebu. http://medlib.mef.hr/1470/1/Vukusic-Rukavina_T_disertacija_rep_1470.pdf Pristup: 30. 12. 2016.
- Brajković Ksenija (2015) Stigmatizacija psihijatrijskih bolesnika od strane učenika medicinskih škola. Diplomski rad, Sveučilište u Zagrebu. <https://repozitorij.mef.unizg.hr/islandora/object/mef%3A660/datastream/PDF/view> Pristup: 30. 12. 2016.

- Odnos filma i gledatelja - Djeca medija www.djecamedija.org/?p=2653 Pristup: 30. 12. 2016.
- Neverbalna komunikacija www.pfst.unist.hr/~mila/autorizirana_pred/.../predavanje3.ppt
Pristup: 30. 12. 2016.
- Medijska kultura https://issuu.com/skafetin/docs/medijska_kultura_lekcije Pristup: 30. 12. 2016.

Stigma: The Role of Video in Psycho-education (“It Hurts Me” - Video for the Promotion of Mental Health)

Abstract

The WHO appointed depression as the fourth major health problem. In 2020, will be the second largest world health problem and the biggest cause of labor and social non-functioning. Stigmatization, classification as a less valuable person isolates individuals. Stigma is a sign of shame and discredit with a negative connotation. It is common belief that people with mental disabilities are violent, unpredictable, and aggressive.

Short films, videos, a clear message in a few words and a wealth of non-verbal cues are an excellent choice for psycho-education for young people. Non-verbal communication is a complex set of movements and poses, facial expressions, body postures. These non-verbal cues also include the tone of voice and voice expressed emotion, attitudes, and personality traits. In the experimental video special attention is on transmission of messages from the human face. From the study, the lack of personality was avoided by transferring the message to the youth by a recognized figure in the media and then the participants emphasized the possibility of identification.

We hope to emphasize the importance of applied media in health promotion and change attitudes among young people.

Key words: *mental health, depressive disorders, stigmatization, psychoeducation, film and video.*