

Poti iz labirintov

WWW.OMRA.SI

Nalezljivost stigme: stigma po asociaciji ali povezavi

Ljudje s težavami v duševnem zdravju so bili **od nekdaj izpostavljeni predsodkom in diskriminaciji**. To je tudi eden pogostejših razlogov, da v Evropi **približno polovica ljudi, ki se sooča s težavami v duševnem zdravju, ne išče nikakršne strokovne pomoči**.

Tudi ljudje, ki sami **nimajo težav v duševnem zdravju, so lahko podvrženi družbenemu razvrednotenju**, zato ker živijo, delajo ali imajo druge odnose in povezave s človekom ali skupino ljudi, ki se s tovrstnimi težavami sooča. V takih primerih družbene bližine se zdi, kot da je **stigma nalezljiva oz. kužna, ljudje pa se vedejo, kot da so z njo okuženi**. O taki stigmi najpogosteje poročajo **tesni sorodniki in sorodnice** človeka, ki ima težave v duševnem zdravju. Prav tako ni malo opažanj, da so v hierarhiji medicinskega ugleda **psihiatrinje in psihiatri deležni stigmatiziranih odzivov od drugega zdravstvenega osebja**. Tudi finančna sredstva, ki so namenjena reševanju težav na področju duševnega zdravja, so nizka v primerjavi z obsegom razširjenosti tovrstnih težav. Ker je pripadnost skupini, ki je v kakršni koli povezavi (sorodstveni, poklicni, delovni, podporni, itd.) s človekom s težavami v duševnem zdravju pogosto prostovoljna, nekateri **stigma po asociaciji opredeljujejo kot prostovoljno prevzeto ali sprejeto stigma**.

Več zanimivosti o stigmi, povezani s težavami v duševnem zdravju si lahko preberete na [tej povezavi](#).

Najbolj pogosta vprašanja in odgovori o osebnostnih motnjah

- Kaj so osebnostne motnje in kako pogoste so?
- Ali se osebnostne motnje da ozdraviti?
- Kako prepričati nekoga z osebnostno motnjo v zdravljenje/terapijo?
- Kakšna je razlika med psihopati in sociopati?
- Kaj storiti, če nadrejena z menoj manipulira in me spravlja v položaje brez izhoda?
- Moj partner se obnaša čudno in nepredvidljivo. Običajno je do mene spoštljiv in

Ijubezniv, na trenutke pa velja povsem obratno: išče prepire, nadira me, včasih celo ponižuje. Takrat se mi zdi, kot da bi se rad razšel. Kaj naj storim?

Odgovore na ta in še druga pogosta vprašanja o osebnostnih motnjah, ki jih ljudje zastavljajo strokovnjakom, najdete na [tej povezavi](#).

Prisluhnite oddajam o težavah v duševnem zdravju

Skupina OMRA v sodelovanju z radiom Agora od leta 2019 **vsak tretji ponedeljek v mesecu** pripravlja serijo oddaj pod naslovom Poti iz labirintov: rešitev vedno obstaja. V njih novinarka Jasmina Godec s številnimi strokovnjaki in strokovnjakinjami ter osebami s težavami v duševnem zdravju in njihovimi svojci odpira **aktualna vprašanja o izvoru duševnih motenj, njihovem poteku, okrevanju in kako se v času porasta teh izviti iz labirinta brezizhodnosti**. Arhiv oddaj se nahaja na [tej povezavi](#), kjer lahko izbirate med zanimivimi prispevki, med drugim: *Knjiga kot izvrstno terapevtsko sredstvo; Mejna osebnostna motnja – tiha ubijalka medosebnih odnosov?; Epidemija Covid 19 vs epidemija tesnobe; Stres „priročen obešalnik“ ali „prosti pad“ v ... ; S pomočjo psihoterapije ponovno najti svoj notranji glas; “Ko je navzven vse idealno, pa te vseeno položi!”; Bipolarna motnja - bolezen dveh obrazov; Stigma - prva reakcija: nihče noče biti nor!*

Naročite se na naš e-novičnik in poskrbeli bomo, da boste prejeli sveže informacije in izobraževalna gradiva programa OMRA!

Aktualne dogodke, poročila z delavnic, odzive s terena in druge zanimivosti iz področja duševnega zdravja redno objavljamo tudi na družbenih omrežjih. Spremljajte [@ProgramOmra](#) na [Facebooku](#) in [Twitterju](#).

Partnerji programa





REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Program OMRA, vse pravice pridržane.