

Co czwarty z nas - przeciwdziałaj dyskryminacji osób z zaburzeniami psychicznymi

Powiat Inowrocławski włączył się w ogólnopolską kampanię społeczną „Co czwarty z nas”, organizowaną przez Ministerstwo Zdrowia. Celem kampanii jest przeciwdziałanie dyskryminacji i stygmatyzacji osób cierpiących na zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania oraz przeciwstawienie się stereotypowemu, negatywnemu wizerunkowi tych osób. Tytuł kampanii zwraca uwagę na fakt, że problemy natury psychicznej dotyczą w różnym okresie życia aż 25% ogółu populacji i choć są powszechną bolączką współczesnego świata, wiele z nich można przezwyciężyć.

Mity i fakty o zaburzeniach psychicznych

Błędne wyobrażenia o zaburzeniach psychicznych są bardzo rozpowszechnione.

Mit: Zaburzenia psychiczne mnie nie dotyczą.

Fakt: Zaburzenia psychiczne są zaskakująco powszechne. Występują częściej niż nowotwory, cukrzyca czy choroby serca. Zaburzenia psychiczne mogą dotknąć każdego.

Mit: Na zaburzenia psychiczne zapadają osoby o „słabym charakterze”.

Fakt: Zaburzenia psychiczne mają złożone podłoże. Składają się na nie: genetyka, biologia i doświadczenia życiowe. Utrata ukochanej osoby lub pracy również może przyczynić się do rozwoju problemów ze zdrowiem psychicznym.

Mit: Osoby z zaburzeniami psychicznymi nie mogą pracować. Nie są w stanie wykonywać powierzonych im obowiązków, nie wytrzymują presji czasu i stresu.

Fakt: Nawet co czwarta osoba może być dotknięta problemami zdrowia psychicznego. Prawdopodobnie pracujesz z kimś cierpiącym na zaburzenia psychiczne. Każda praca jest stresująca. Każdy z nas jest bardziej efektywny, gdy relacje między współpracownikami i warunki pracy są lepsze, niezależnie od tego, czy ma się problemy ze zdrowiem psychicznym, czy nie.

Możliwość głośnego mówienia o zaburzeniach psychicznych pomaga przełamać tabu. Dyskusja oswaja strach. Wiedza prowadzi do rozumienia.

Zaburzenia psychiczne mogą być skutecznie leczone, a dotknięte nimi osoby cieszyć się pełnią życia.

Wsparcie bliskich, akceptacja społeczna, szansa na zatrudnienie pomagają pokonać przeciwności.

Nie bój się, zaakceptuj.

Źródło: Ministerstwo Zdrowia: ulotka „Co czwarty z nas”