

Медико-социальный проект «Сказать не могу молчать»

To Say or Not to Say: Medical and Social Project

doi: 10.17650/2712-7672-2020-1-2-72-76

Информация

Liana N. Abramova, Ekaterina V. Shakhova

*Mental-health clinic No. 1 named after N.A. Alexeev, Moscow,
Russia*

Лиана Н. Абрамова, Екатерина В. Шахова

*Психиатрическая клиническая больница № 1
им. Н.А. Алексеева, Москва, Россия*

ABSTRACT

Mental health and psychological education activities are being carried out in Moscow (the Russian Federation), along with measures aimed at prevention of social stigma in mental health care. The medical, social and educational project To Say or Not to Say has been developed by a group of experts from the Mental-health clinic No. 1 named after N.A. Alexeev, for Moscow residents. The title chosen for the project urges participants to make a choice: continue living with their problems or take a step towards solving them. A new educational activity format has been created and tested in the course of the project, and this format provides an opportunity to largely overcome the stigmatizing barriers that prevent people from seeking psychological and psychiatric help in Moscow. Sixteen events involving over 7,000 citizens have been held, and the psychiatrists engaged in the project have spent 2,280 man-hours in this volunteering activity. We believe that this educational activity could help to overcome social stigma in psychiatry, further research is needed to measure the effect of our educational project on social stigma associated with mental health.

АННОТАЦИЯ

В Москве (Российская Федерация) ведется работа в области психопрофилактики и психопросвещения, а также проходят мероприятия по дестигматизации в психиатрии. Группа специалистов ГБУЗ «Психиатрическая клиническая больница №1 им. Н.А. Алексеева ДЗМ» для реализации в городе разработала просветительский медико-социальный проект «Сказать не могу молчать». Смысл этого словосочетания-амфиболии состоит в том, где поставить запятую, оно побуждает участников сделать свой выбор – продолжать жить с проблемой или шагнуть навстречу к ее решению. В ходе проекта разработан и опробован новый формат просветительских мероприятий, позволяющий в значительной мере преодолеть стигматизирующие барьеры перед обращением за психолого-психиатрической помощью к специалистам у населения на примере города Москвы. Проведено 16 мероприятий, в которых приняли участие более 7000 горожан, 2280 человеко-часов было затрачено специалистами-психиатрами на волонтерской основе. Мы предполагаем, что описанная психопросветительская работа может помочь дестигматизации психиатрии. Влияние нашего психопросветительского проекта на преодоление стигмы психических расстройств необходимо оценить в рамках исследовательского проекта.

Keywords: *education; stigma; prevention of social stigma; mental disorder; psychiatry*

Ключевые слова: *просвещение; стигма; дестигматизация; психическое расстройство; психиатрия*

В современном мире толерантность как норма гражданского общества, провозглашенная в Декларации принципов толерантности на Генеральной конференции ЮНЕСКО 16 ноября 1955 года, приобретает статус

морального императива. Это общепризнанный факт. В общем понимании термин «толерантность» обозначает терпимость к иному мировоззрению, образу жизни, поведению и обычаям. При этом существенным

для понимания этого термина является то, что толерантность не равносильна безразличию.

Больные с психическими расстройствами и расстройствами поведения часто подвергаются социальной стигматизации. По данным Всемирной организации здравоохранения, нарушения элементарных свобод и ограничения в предоставлении лицам с психическими расстройствами гражданских, политических, экономических, социальных и культурных прав характерны для многих стран мира и происходят как внутри медицинских учреждений, так и за их пределами.

Социальная стигматизация затрагивает не только самих пациентов, но и их семьи. Факт наличия психического заболевания у члена семьи, по сути, дезадаптирует окружение больного. В связи с этим родственники пытаются скрыть данный факт, тем самым воздвигая барьеры между больным человеком и доступом к своевременной профессиональной медицинской помощи. Люди, нуждающиеся в психиатрической помощи, своевременно не обращаются к специалистам из-за сформировавшихся психологических установок и социальных стереотипов. Это вызывает сильные внутренние переживания по поводу собственной несостоятельности в сравнении с окружающими, ухудшает социальную адаптацию, препятствуя общественной жизни, вызывая чувство вины. У таких людей часто формируется самостигматизация — разного рода реакции на заболевание, направленные на самого себя.

Формирование толерантного отношения к людям с психическими расстройствами возможно, прежде всего, через дестигматизацию — комплекс мероприятий, направленных на постепенное смягчение стигматизирующих представлений о психически больном. В связи с этим важно просвещать население о сформированных социальных предубеждениях, мотивировать общество к пониманию психических особенностей человека, а также к осознанию рисков, ведущих к появлению психических болезней.

В Москве усилиями Департамента здравоохранения, Департамента труда и социальной защиты населения, Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России) ведется работа в области профилактики психических расстройств и расстройств поведения и развития системы охраны психического здоровья населения. Организована «Московская служба психологической помощи» с круглосуточной горячей линией психологической поддержки. Центр экстренной психологической помощи МЧС России оказывает психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, а также людям, попавшим в сложные жизненные условия. Психиатрической службой города Москвы организуются различные мероприятия, конференции и форумы, в том числе по вопросам профилактики и просвещения населения.



Главный психиатр Москвы профессор Г.П. Костюк (слева) и президент межрегиональной общественной организации «Клуб психиатров» кандидат медицинских наук А.Л. Шмилович (справа) на мероприятии проекта «Сказать не могу молчать» в галерее Зураба Церетели (22 ноября 2018 года). Фото А.Ю. Щапина.



Групповой психологический тренинг на проекте «Сказать не могу молчать» в галерее Зураба Церетели (22 ноября 2018 года). Фото А.Ю. Щапина.

Учитывая необходимость реального продвижения в области психопрофилактики и психопросвещения, а также проведения мероприятий по дестигматизации в психиатрии, группа специалистов ГБУЗ «Психиатрическая клиническая больница №1 им. Н.А. Алексеева ДЗМ» под руководством главного психиатра города Москвы профессора Г.П. Костюка



Индивидуальное консультирование на проекте «Сказать не могу молчать» в галерее Зураба Церетели (22 ноября 2018 года). Фото А.Ю. Щапина.



Индивидуальное консультирование на проекте «Сказать не могу молчать» в Доме на Брестской (13 октября 2018 года). Фото А.Ю. Щапина.

разработала для реализации в городе просветительский медико-социальный проект «Сказать не могу молчать». Это словосочетание-амфиболия, смысл которого состоит в том, где поставить запятую, побуждает участников сделать свой выбор — продолжать жить с проблемой или шагнуть навстречу к ее решению.

Учитывая нюансы такой непростой темы, как широкая стигматизация больных с психическими расстройствами в обществе, авторский коллектив придал проекту современный и уникальный образ, который меньше всего ассоциируется с классическим представлением о психиатрии, психических расстройствах и дефектах психики человека. Мероприятие ориентировано на широкую аудиторию: молодежь и студентов, людей среднего и старшего возраста, семьи с детьми, а также на родственников людей с особенностями психического развития и их ближайшее окружение.

В основу коммуникационной стратегии проекта легла идея об «открытой психиатрии», так как в сознании общества психиатрия чаще всего представляет собой закрытую, резко негативную больничную область медицины, сопровождаемую множеством мифов. В попытке развенчать эти предубеждения было решено сделать шаг за пределы социальных стереотипов. Организационной составляющей стратегии стало создание поддерживаемой системы эффективного диалога между профессионалами медицинской отрасли и населением вне больничного пространства.

Проект «Сказать не могу молчать» является многокомпонентным, в котором каждая встреча рассчитана на 5–6 часов. Программа включает



Мастер-класс Андрея Бильжо на проекте «Сказать не могу молчать» в центре «Благосфера» (27 января 2019 года).
Фото А.Ю. Шапина.



Мастер-класс Зураба Церетели на проекте «Сказать не могу молчать» в галерее Зураба Церетели (22 ноября 2018 года).
Фото А.Ю. Шапина.

медико-терапевтическую составляющую (психолого-психиатрическая консультативная помощь, психодиагностика и тестирование, мастер-классы по арт-терапии), информационно-просветительскую (научно-популярные лекции по психиатрии, интерактивные познавательные семинары и др.) и творческую (музыкально-поэтические и театральные этюды инклюзивных коллективов, выставки картин художников с психиатрическим опытом и др.).

Особенностью данного проекта является неформальность обстановки и общая доверительная атмосфера, которая дает участникам понимание того, что они не одни «такие», у кого есть потребность получить помощь и поддержку, снять напряжение и тот самый барьер. Ядром каждой акции в рамках проекта становится лекция по проблеме в области психического здоровья, которая одновременно является и темой всей встречи. Программа встречи составляется таким образом, чтобы каждый посетитель имел возможность принять участие

в большинстве активностей в зависимости от своих интересов. В качестве консультантов, ведущих мастер-классов, лекторов на волонтерской основе были задействованы сотрудники всех специализированных медицинских клиник, оказывающих помощь по профилю «психиатрия»: врачи-психиатры, врачи-психотерапевты, клинические психологи, специалисты по социальной работе, а также административный персонал.

Проект функционирует с января 2018 года, ежемесячно в выходной день для москвичей на площадках общественных и культурных пространств Москвы проводятся просветительские офлайн-акции (без использования интернет-технологий), в ходе которых участникам максимально полно представляются возможности и достижения столичной психиатрической службы. Всего в рамках проекта в 2018 году для москвичей было проведено 9 акций, в 2019 году — 7 акций. Общая численность аудитории проекта за 2 года составила более 7000 участников.

Во все периоды проведения проекта самую многочисленную категорию участников составляла молодежь от 19 до 25 лет, то есть та возрастная группа, на которую в основном и были сфокусированы усилия авторов проекта. В то же время мероприятие пользовалось вниманием и популярностью среди других возрастных категорий участников, что, безусловно, демонстрирует его универсальность.

Обращает на себя внимание большое число посетителей проекта всех возрастных групп в октябре и ноябре 2018–2019 гг. В эти месяцы проект проводился в формате масштабной общегородской акции и был приурочен к Всемирному дню психического здоровья и Дню психолога соответственно. Это также способствовало его популяризации и активному вовлечению новых участников.

К проекту также подключаются и социально-ориентированные некоммерческие организации, средства массовой информации, общественные деятели.

Предложив москвичам положительный опыт комплексной психопросветительской работы, проект продемонстрировал социальную значимость и эффективность, широко охватил уязвимую группу населения — людей с психическими расстройствами и пограничными состояниями, а также испытывающих психологический дискомфорт и нуждающихся в консультативной поддержке, но еще не готовых обратиться за психолого-психиатрической помощью в лечебные учреждения.

В рамках проводимой работы были выполнены следующие задачи:

1. Привлечено внимание широкой аудитории к необходимости общественного обсуждения темы психического здоровья населения с учетом постоянно изменяющегося темпа жизни в современном социуме и появления новых стресс-факторов;
2. Выстроена платформа доверительного диалога, в особенности среди молодого поколения, по вопросам, связанным с областью психического здоровья человека, и предприняты меры по преодолению ситуации, когда между получателем психолого-психиатрической помощи и специалистом, ее оказывающим, зачастую лежит непреодолимая пропасть;

3. Сформировано доверительное отношение к специалистам психотерапевта, психиатра и психолога путем оказания регулярной специализированной консультативной помощи и совместного поиска решений и путей преодоления возникающих жизненных проблем;
4. Расширены рамки понимания о жизни людей с психиатрическим опытом путем демонстрации их творческих возможностей;
5. В определенной степени в освещение проекта вовлечены различные средства массовой информации с упором на создание и выработку в этой области современного языка медиа-пространства и уважительной риторики к теме психиатрии.

В данный момент проект является действующим, и в условиях пандемии COVID-19 основные усилия по психопросветительской деятельности в рамках проекта переводятся в режим онлайн.

Благодарности: Авторы выражают благодарность главному психиатру Москвы профессору Г.П. Костюку, президенту межрегиональной общественной организации «Клуб психиатров (Психиатрия: Нить Ариадны)» А.Л. Шмиловичу, зав. кабинетом медицинской статистики ГБУЗ «ПКБ №1 ДЗМ» А.А. Авраменко, специалисту по социальной работе дневного стационара ГБУЗ «ПКБ №1 ДЗМ» И.Ш. Мансуровой, всем специалистам и волонтерам, принимавшим участие в организации и проведении мероприятий проекта «Сказать не могу молчать».

Конфликт интересов: Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Финансирование: Исследование проведено без спонсорской поддержки.

Для корреспонденции:

Лиана Н. Абрамова
amonafe@yandex.ru

Цитировать:

Абрамова Л.Н., Шахова Е.В. Медико-социальный проект «Сказать не могу молчать» // Consortium Psychiatricum. 2023. Т.1, №2. CP2712-7672-2020-1-2-72-76. doi:10.17650/2712-7672-2020-1-2-72-76