

Oltre le porte

E' più facile spezzare un atomo che un pregiudizio.
Albert Einstein

Questa pubblicazione vuole continuare le iniziative di lotta allo stigma e al pregiudizio nei confronti delle malattie mentali, iniziate in modo sistematico a partire dal 2004. La parola "stigma" è attualmente usata per indicare che, nello specifico, la diagnosi di malattia mentale e i comportamenti che la accompagnano, risvegliano nelle persone atteggiamenti negativi senza che ne vengano considerate le eventuali giustificazioni. Lo stigma che accompagna la malattia mentale, crea un circolo vizioso di alienazione e discriminazione, intesa come privazione di diritti e benefici, per la persona malata, la sua famiglia e tutto l'ambiente ad essi circostante, diventando spesso la fonte principale di un grave isolamento sociale, dell'incapacità a trovare una casa o un lavoro, di comportamenti di abuso di alcool e di sostanze, di fenomeni di emarginazione e di una protratta marginalizzazione.

Nella pratica psichiatrica gli interventi che mirano a contrastare questi atteggiamenti hanno assunto un ruolo sempre più rilevante proprio perché la persona che soffre di una malattia mentale si trova a dover combattere su due fronti: da un lato l'esperienza di malattia, con tutto ciò che questo comporta in termini di sofferenza, menomazioni e disabilità e, dall'altro, con le reazioni dell'ambiente sociale e lo stigma che circonda il disturbo mentale e che, in particolare nel caso della schizofrenia, rappresenta una vera e propria "seconda malattia" (Finzen, 1996).

Le condizioni di vita soggettive e oggettive delle persone con malattia mentale non dipendono quindi solo dalla gravità della malattia, ma anche dal grado di accettazione all'interno della famiglia e nella società in generale. Pericolosità, inguaribilità, incomprendibilità, improduttività e irresponsabilità sono i pregiudizi che l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha individuato come condizioni diffuse che impediscono in tutti i paesi l'accesso ottimale ai processi terapeutici ed emancipativi di queste persone ed ha invitato tutti i governi a fare tutto quanto in loro potere per fronteggiare la condizione di stigmatizzazione e, di fatto, di debolezza del diritto delle persone affette da disturbo mentale e delle loro famiglie.

Va anche detto che l'Associazione Mondiale di Psichiatria (WPA) dal 1996 ha definito un programma globale di lotta alla discriminazione nei confronti delle persone che soffrono di disturbi mentali, con il contributo di associazioni di pazienti e famiglie, esperti di pubbliche relazioni e politici che ha lo scopo di diffondere informazioni sulla malattia e sulle più efficaci forme di trattamento attualmente disponibili, migliorare l'atteggiamento pubblico nei confronti delle persone affette da malattia mentale e dei loro familiari e promuovere e sostenere misure concrete per contrastare lo stigma e la discriminazione a livello globale.

Per quanto ci riguarda, nel pianificare azioni ed interventi ci siamo serviti delle indicazioni contenute nel programma globale della WPA, ma ci siamo anche resi conto che è indispensabile gestire l'intervento su un doppio livello contemporaneamente: quello che viene definito "stigma pubblico" e quindi atteggiamenti, opinioni e false credenze, reazioni emotive negative e risposte comportamentali di evitamento e rifiuto assunti dalla popolazione e, allo stesso tempo, lavorare con le persone che vivono l'esperienza della malattia mentale per superare quello che viene chiamato "self stigma" e cioè l'opinione negativa di se stessi, convinzioni o reazioni emotive negative come per esempio bassa autostima, oppure risposte comportamentali al pregiudizio, come la rinuncia a cercare un lavoro, ecc...

Sul versante dello stigma pubblico ci siamo focalizzati su tre tipologie di intervento:

1. raccogliere informazioni circa le conoscenze e gli atteggiamenti della popolazione nei confronti della malattia mentale attraverso la somministrazione di un questionario, questo per pianificare interventi più mirati e rispondenti ai bisogni;

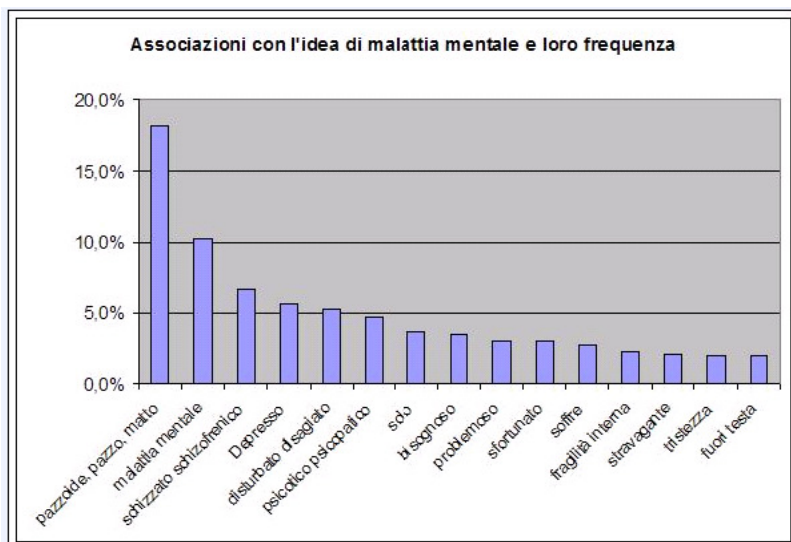
2. sensibilizzare e coinvolgere le scuole nella tematica attraverso un concorso "cercasi idee Libera_mente" e favorire l'avvicinamento esperienziale e relazionale con persone che hanno una malattia mentale attraverso l'esperienza "Centri Diurni Aperti", questo perché è indispensabile informare e sensibilizzare i ragazzi il più precocemente possibile e perché uno dei modi più efficaci per superare il pregiudizio passa attraverso la conoscenza diretta;
3. produzione di materiale informativo: "malattie mentali in pillole" distribuite in modo capillare nel territorio, si tratta di opuscoli che forniscono informazioni essenziali su alcuni disturbi e colmare il debito informativo, infatti, deve essere uno degli obiettivi prioritari di un programma di lotta allo stigma.

Per quanto riguarda il lavoro sulla dimensione di "self stigma", a partire dalla richiesta di qualche utente, si è costituito un gruppo che attraverso un percorso di consapevolezza e informazione sulla malattia si è posto un duplice obiettivo: da un lato, a partire dalla propria esperienza di stigma, individuare e realizzare iniziative che possano avere un impatto nel contrastarlo, e dall'altro costituire una vera e propria associazione di utenti della salute mentale. Al momento il gruppo si è dato un nome ed ha individuato un logo in cui riconoscersi, in questo modo nei prossimi mesi provvederà a fare pubblicità dell'iniziativa per coinvolgere un numero sempre maggiore di persone.

Infine, questa pubblicazione che potremo definire una via di mezzo tra un catalogo e un magazine, vuole essere un ulteriore strumento per superare lo stigma pubblico, essa è stata realizzata utilizzando sia la mostra fotografica "Oltre le Porte" sia alcuni risultati emersi dai questionari somministrati al momento dell'avvio del progetto. La mostra fotografica, è stata la prima iniziativa pensata e realizzata dal gruppo di utenti, come un possibile modo per contrastare il pregiudizio nei confronti dei servizi, in particolare del servizio psichiatrico diagnosi e cura. Il gruppo ha ritenuto importante informare la popolazione su che cosa c'è oltre quelle porte chiuse, mostrare che ci sono momenti di quotidianità, ci sono relazioni e ci sono persone che tentano di uscire da una situazione di crisi, quindi sfatare le paure e incoraggiare chi ha bisogno di aiuto. La mostra nella sua prima versione, propone una riflessione sulla tematica del pregiudizio, del diverso e della sofferenza, con l'aiuto anche di testi selezionati, ed è stata collocata su supporti mobili per renderla itinerante nel territorio, per creare situazioni di confronto e discussione a quanti accetteranno di ospitarla: amministrazioni comunali, scuole e associazioni del territorio.

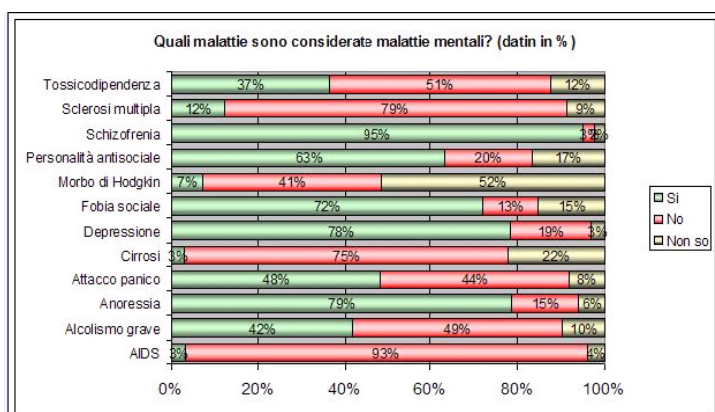
Dopo aver parlato in termini generali di stigma e pregiudizio, abbiamo ritenuto che poteva essere interessante fornire alcuni risultati ottenuti dai 2120 questionari somministrati in un periodo di 4 mesi. Il questionario somministrato è stato predisposto dal Ministero della Salute e riguarda la rilevazione di conoscenze e atteggiamenti nei confronti delle malattie mentali, per analizzare, con riferimento ad un campione di popolazione afferente al territorio dell'Azienda Sanitaria ULSS 7: l'immagine associata al concetto di malattia mentale; le conoscenze effettive relative alle malattie mentali; gli atteggiamenti, i pregiudizi, le false credenze e le opinioni; le informazioni possedute e le esigenze informative sui disturbi mentali; le esperienze dirette e la vicinanza a questi temi. Per la somministrazione ci siamo serviti di: urne di raccolta presso le sedi ospedaliere, il servizio psichiatrico diagnosi e cura, i centri di salute mentale; è stato proposto a tutti gli studenti di scuole secondarie di secondo grado; ai docenti delle scuole di ogni ordine e grado; ad alcune associazioni presenti nel territorio con le quali abbiamo avuto modo di entrare in contatto; a tutti i dipendenti dell'azienda Sanitaria.

Il questionario ha tentato di indagare l'immaginario collettivo e i principali concetti, immagini e sensazioni associate ai disturbi mentali attraverso la seguente richiesta: *"Qual è la tua idea di una persona affetta da disturbi mentali? me la puoi descrivere? Scrivi almeno 3 aggettivi che secondo te possono descrivere una persona con disturbi mentali"*



Dall'analisi delle risposte è emerso che l'associazione all'idea di malato mentale avviene, da un lato attraverso una considerazione della malattia stessa, nelle sue principali caratteristiche: matto, pazzo, folle, schizzato, schizofrenico, dall'altro è molto frequente la considerazione della condizione emotiva personale legata alla malattia mentale. Frequenti, infatti, sono le definizioni inerenti la sfera emotiva e il rapporto con gli altri: isolato, solo, bisognoso di aiuto, depresso, sfortunato, sofferente, fragile, triste, insicuro, ecc... tutti termini che denotano un atteggiamento di disponibilità e solidarietà da parte delle persone. Questo è forse un aspetto molto interessante da valutare: dopo l'enunciazione al primo posto di (forse ovvi) aggettivi riferiti alla percezione esterna e con termini di uso comune associati alla definizione di malato mentale, si esprime il coinvolgimento emotivo sulle relazioni sociali (isolamento) e sulla necessità di aiuto di queste persone.

Altro quesito che ci sembra molto importante ai fini del nostro programma riguarda la capacità di riconoscere, in base alle proprie conoscenze, tra una lista di malattie, quali sono malattie mentali. Il grafico che segue illustra la percentuale di risposte ("sì", "no", "non so") date in corrispondenza di ciascun item (dati in %).

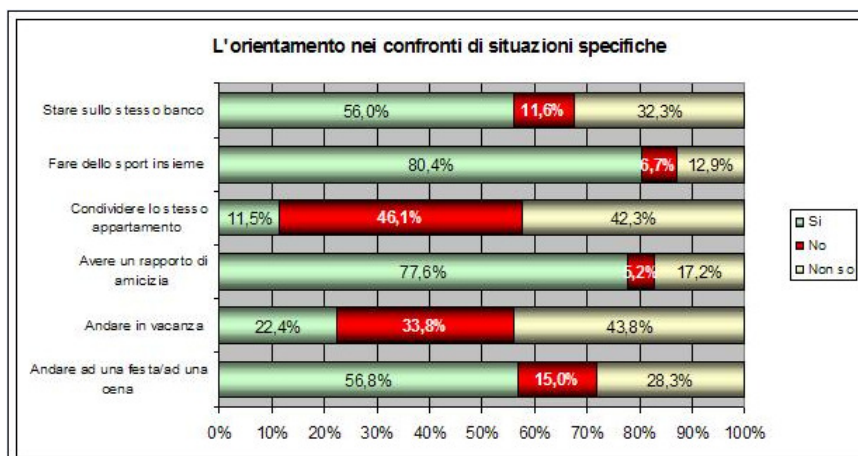


Si può notare come le più riconosciute, tra le malattie mentali, siano: schizofrenia (**1776**) e depressione (**1430**) e anoressia nervosa (**1419**).

Ci sono persone che considerano, **in modo errato**, una malattia mentale anche la sclerosi multipla e in numero minore il morbo di Hodgkin o l'AIDS; d'altra parte ci sono persone che non considerano malattie mentali la tossicodipendenza e l'alcolismo grave: rispettivamente **905** soggetti per la tossicodipendenza e **854** per l'alcolismo, mentre nell'insieme **391** dichiarano di non sapere se siano malattie mentali. Solo il 10% dei rispondenti riconosce correttamente tutte le malattie

mentali. Questo ci permette di rilevare che esiste un'ara informativa su cui è necessario intervenire.

Infine ci sembra importante rendere visibile graficamente le risposte al quesito che andava ad indagare l'orientamento rispetto a una serie di situazioni specifiche come stare nello stesso banco a scuola, andare ad una festa/cena, condividere lo stesso appartamento, avere un rapporto di amicizia, fare dello sport, andare in vacanza.



Condividere l'appartamento" o "andare in vacanza" con una persona che ha una malattia mentale appaiono le situazioni più difficili e accettate solo dal 11,5 % nel primo caso e dal 22,4% per quanto riguarda la vacanza. Molto maggiore è la disponibilità per fare dello sport, avere un'amicizia, andare ad una festa.

Prima di lasciarvi iniziare il viaggio "Oltre le Porte", vogliamo ricordarvi che, al di là della qualità della fotografia, le immagini possono dire poco ad un osservatore disinteressato e distratto, esse parlano solo a chi, prendendosi tutto il tempo necessario, è veramente disponibile all'ascolto.

Istruzioni per l'uso del catalogo

Le foto: si tratta di foto realizzate nell'ambito dei servizi del Dipartimento di Salute Mentale con la collaborazione di testimonial, di operatori e di alcuni pazienti e familiari i cui volti sono stati resi non identificabili per rispetto della privacy.

Il testo su sfondo verde dove vengono riportate esperienze, vissuti, ricordi, testimonianze di persone che utilizzano i servizi del dipartimento di salute mentale.

Il testo su sfondo rosa riporta citazioni letterarie che possono favorire un percorso di riflessione nella speranza di toccare la sensibilità delle persone rispetto alla tematica della sofferenza psicologica.

Il testo su sfondo azzurro è uno spazio dedicato all'informazione in particolare sugli aspetti meno noti della malattia mentale così come emerso dai risultati dell'indagine conoscitiva.

