

## Zaburzenia psychiczne – co powinniśmy wiedzieć?

Z raportu „Zdrowie i ochrona zdrowia w 2011r.” Głównego Urzędu Statystycznego wynika, że w Polsce jest blisko 1 404 148 osób zarejestrowanych w poradniach dla osób z zaburzeniami psychicznymi. Czasem jednak można od specjalistów usłyszeć, że zaburzenia mamy wszyscy, tylko nie wszyscy mamy postawioną diagnozę.

W tym artykule chcielibyśmy się skupić na przybliżeniu kilku pojęć związanych z obszarem zaburzeń psychicznych, z jakimi ograniczeniami musi sobie radzić osoba z zaburzeniami psychicznymi oraz jak wygląda ich sytuacja na rynku pracy.

Na wstępie wyjaśnijmy, czemu używamy terminu zaburzenia psychiczne a nie choroby psychiczne. Choroba nie jest pojęciem całkowicie błędnym, gdyż obydwie terminy były używane zamiennie aż do końca lat 80. XX w. Przełomu dokonał badacz David Rosenhan, który przeprowadził swój słynny eksperyment, wysyłając do szpitala psychiatrycznego 10 całkowicie zdrowych osób. Nadmienił im, żeby w etapie diagnostycznym informowali o występujących u nich halucynacjach słuchowych, czyli tzw. głosach. W szpitalu dziewięciu osobom postawiono diagnozę schizofrenii a jednej zaburzeń maniakalno-depresyjnych. Podczas pobytu na oddziale nie wykazywali oni żadnych odstępstw od normy zachowania. Jednak na podstawie decyzji lekarzy przebywali oni od 3 do maksymalnie 52 dni. Po opublikowaniu badań Rosenhana w 1972 roku pojawiło się wiele kontrowersji odnośnie zasadności restrykcyjnych norm przy stawianiu diagnoz o podłożu psychicznym. To nie był koniec jego badań. Otóż kilka lat później Rosenhan w porozumieniu z innym szpitalem psychiatrycznym, którego lekarze zarzekali się, że nie ma możliwości popełnienia przez nich pomyłki diagnostycznej, umówił się, że wyśle do nich na przestrzeni kilku miesięcy „swoich wysłanników” – pseudopacjentów. Psychiatrzy stwierdzili, że na przestrzeni roku trafiło do nich 41 osób wysłanych przez Rosenhana, z kolei Rosenhan twierdzi, że nie wysłał do nich ani jednej osoby (za: Rosenhan). Świadczy to o niebywalej płynności między zdrowiem a chorobą, normą a zaburzeniem, wobec czego zaczęto odchodzić od pojęcia „choroba psychiczna” na rzecz pojęcia „zaburzenie”.

Przez chwilę skupmy się na tym terminie. Nie jest ono łatwe do zdefiniowania. Według Międzynarodowej Statystycznej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych ICD-10 (2000, s. 13) w rozdziale „Zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania” pojęcie zaburzenie jest stosowane w celu określenia istniejących objawów lub zachowań, które dla danej osoby wiążą się z jej cierpieniem lub nieadekwatnością funkcjonowania w oczach

społeczeństwa. Aby być pewnym danej diagnozy warto dodać, czym w takim razie jest norma. Wg Sowy (1984, za: Strelau) normalność jest tożsama z powszechnością, częstością występowania w danej populacji. Ważnym jej aspektem jest zgodność z oczekiwaniami, wzorami zachowań i normami właściwymi dla określonej grupy. Wszystko co „odbiega” od normalności można określić pewną formą zaburzenia.

Specyfika zaburzeń psychicznych polega na czasowym występowaniu pogorszenia stanu zdrowia z okresami dobrego funkcjonowania tzw. remisji. Osoby ze schorzeniami o podłożu psychicznymi muszą się mierzyć z różnymi trudnościami. Związane są one z zaburzeniem świadomości do której należą: dezorientacja, utrudnienia w toku myślenia, problemy z pamięcią, przymglenia świadomości, senność, półśpiączka, a także z zaburzeniami spostrzegania jak: złudzenia, omamy (inaczej halucynacje), problemy z określeniem procesu czasu, przestrzeni, schematu ciała. Ponadto cierpią na trudności z koncentracją uwagi czy zaburzenia myślenia, do których należą spowolnienie lub przyspieszenie toku myślenia, persewacje (czyli uporczywe powtarzanie treści słownych), rozkojarzenie, obsesje oraz szeroko opisane urojenia (Rajewski, Robakowski, 1999). Wiele tych objawów powoduje, że osoby z zaburzeniami psychicznymi mają skłonność do izolowania się, pojawia się u nich lęk przed kontaktami społecznymi, niskie poczucie wartości, problemy w zakresie komunikacji i interpretacji sytuacji społecznych. Wiąże się to z ograniczeniami w postaci trudności adaptacyjnych, spowolnieniem psychoruchowym, wysoką podatnością na stres i upośledzeniem czynności życia codziennego.

Nie da się ukryć, że praca jest ważnym elementem życia każdego człowieka. Nie inaczej jest w przypadku osób z zaburzeniami psychicznymi. Dobrze wybrana praca daje poczucie sprawstwa, bycia potrzebnym i wartościowym. Podnosi satysfakcję życiową poprzez samorealizację. Ponadto jest ważna z punktu czysto ekonomicznego – zarówno finansowego, jak i ochrony przed pustką czy biernością. Dzięki pracy realizowana jest także potrzeba samodzielności, niezależności oraz potrzeba kontaktów społecznych. Wg. Kaszyńskiego (2006) istnieją cztery podstawowe przyczyny wykluczenia osób z zaburzeniami psychicznymi na rynku pracy: niedostateczna liczba miejsc pracy; zjawisko stygmatyzacji i dyskryminacji; długotrwała zależność od pasywnych form pomocy społecznej oraz zależność od własnych rodziców.

Od czego zatem zależy podjęcie pracy przez osobę z zaburzeniami psychicznymi? Na pewno zależy od odpowiedniego poziomu wykształcenia (zdobyty w szkole, czy na różnych kursach kwalifikacyjnych), umiejętności, zainteresowań, ale przede wszystkim od obecnego

stanu zdrowia. Nie wskazane jest, żeby osoby z zaburzeniami wykonywały prace stresujące, obciążające fizycznie lub zaburzające rytm dnia.

W ciągu ostatnich kilku lat, żeby ułatwić osobom chorym psychicznie powrót na rynek pracy zaczęto tworzyć różnorodne programy lub projekty opierające się na podstawowym pojęciu „ochrona zdrowia psychicznego”. Wg Ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego, pojęcie „ochrony zdrowia psychicznego” jest związane z promowaniem zdrowia psychicznego, zapobieganiem zaburzeniom, zapewnieniem osobom z zaburzeniami psychicznymi opieki zdrowotnej oraz innych form pomocy, zarówno w otoczeniu urodziny, jak i w relacjach społecznych. Ważne jest również aby wśród ludzi kształtować postawy tolerancji, zrozumienia, życzliwości wobec osób z zaburzeniami oraz zmniejszenie dyskryminacji.

W naszym województwie powyższe cele są realizowane poprzez Wojewódzki Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2011 – 2015 Województwa Warmińsko-Mazurskiego. Wojewódzki Urząd Pracy w Olsztynie jest koordynatorem działań realizowanych w ramach jednego z celów Programu, t.j.: „Aktywizacja zawodowa osób z zaburzeniami psychicznymi”. W roku 2013 nasz Urząd zorganizował wiele przedsięwzięć służących promocji ochrony zdrowia psychicznego, kształtowaniu tolerancji i zrozumienia oraz ograniczeniu obaw i lęków związanych z zatrudnieniem osoby z zaburzeniami psychicznymi. W kwietniu b.r. zorganizowaliśmy spotkanie dla pracodawców a w maju dla agencji zatrudnienia. Podczas spotkań psycholog z Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Olsztynie wyjaśniał definicje zaburzeń psychicznych, wyjaśniał wątpliwości i obawy związane z zatrudnianiem osób zaburzonych oraz podpowiadał w jaki sposób można zadbać o swoje zdrowie psychiczne. Zorganizowaliśmy spotkanie informacyjne dla Wolontariuszy Olsztyńskiego Telefonu Zaufania „Anonimowy Przyjaciel” na temat form aktywizacji zawodowej. Przygotowaliśmy również kadrę doradców zawodowych zatrudnionych w powiatowych urzędach pracy oraz strukturze OHP do pracy z osobami z zaburzeniami psychicznymi. Zorganizowaliśmy naradę szkoleniową, podczas której psycholog omówił rodzaje zaburzeń, sposoby postępowania z osobami zaburzonymi oraz wskazał w jaki sposób można chronić swoje zdrowie psychiczne. Zorganizowaliśmy również szkolenie pod nazwą: „Praca z osobą z zaburzeniami psychopatologicznymi”, w którym udział wzięło 34 doradców zawodowych. Doradcy zawodowi i psychologowie z CiPKZ w Olsztynie opracowali program zajęć aktywizacji zawodowej dla osób z deficytami chorób psychicznych będących w stanie remisji, skierowanych przez poradnię zdrowia psychicznego. Program jest realizowany w CiPKZ

w Olsztynie wobec grup osób będących w trakcie terapii uzależnień. W roku 2014 i następnym będziemy organizować kolejne przedsięwzięcia służące realizacji przyjętych w Programie celów. Działania prowadzące do przygotowania osób z zaburzeniami psychicznymi do poszukiwania, podjęcia i utrzymania pracy, a także edukowanie pracodawców w zakresie dopasowania odpowiedniej pracy do możliwości pracowników z zaburzeniami psychicznymi są w dzisiejszych czasach działaniami niezbędnymi do zrealizowania. Praca dla takich osób ma wyjątkowe działanie terapeutyczne. Kontakt ludzi zdrowych z ludźmi niepełnosprawnymi o różnym podłożu na nowo integruje społeczeństwo, uczy komunikacji z drugim człowiekiem i poszanowaniem godności każdej osoby ludzkiej.

Opracowanie:

Karolina Cieślak i Bożena Piątek – Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej w Olsztynie