ВСЕОСВІТА©
vseosvita.ua

Erasmus+

NEMIS –
Non-formal Education Against Mental Illness Stigma

Стигматизація осіб з психічними розладами в освітньому середовищі: способи запобігання та подолання

Ірина Губеладзе

доктор психологічний наук,
завідувач лабораторії психології мас і спільнот
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України

Лабораторія психології мас і спільнот

Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України

- Практичний посібник

«Підтримка стигматизовуваних меншин: соціально-психологічні технології» (за наук.ред. Л.М. Коробки). 2022

https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2021/12/psm_spt-2022.pdf

- Методичні рекомендації

«Соціально-психологічні засоби підвищення толерантності до інакшості і різноманіття в освітньому середовищі»
(за наук.ред. Л.М. Коробки). 2021

https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2021/12/spzptdiirvos-2021.pdf

ВСЕОСВІТА©
vseosvita.ua

Стигма

(грец. — *тавро, клеймо*)

- певна ознака індивіда, яку негативно оцінює суспільство; вона визначає його принизливий статус та поведінку оточення щодо нього

ВСЕОСВІТА©
vseosvita.ua

Стигматизація

— негативне виділення суспільством індивіда (або соціальної групи) за якоюсь ознакою з відповідним стереотипним набором соціальних реакцій на цього індивіда (або представників соціальної групи)

Людина сприймається через призму хибних стереотипних уявлень або упередженість (слабкість, невихованість, нездатність боротися)

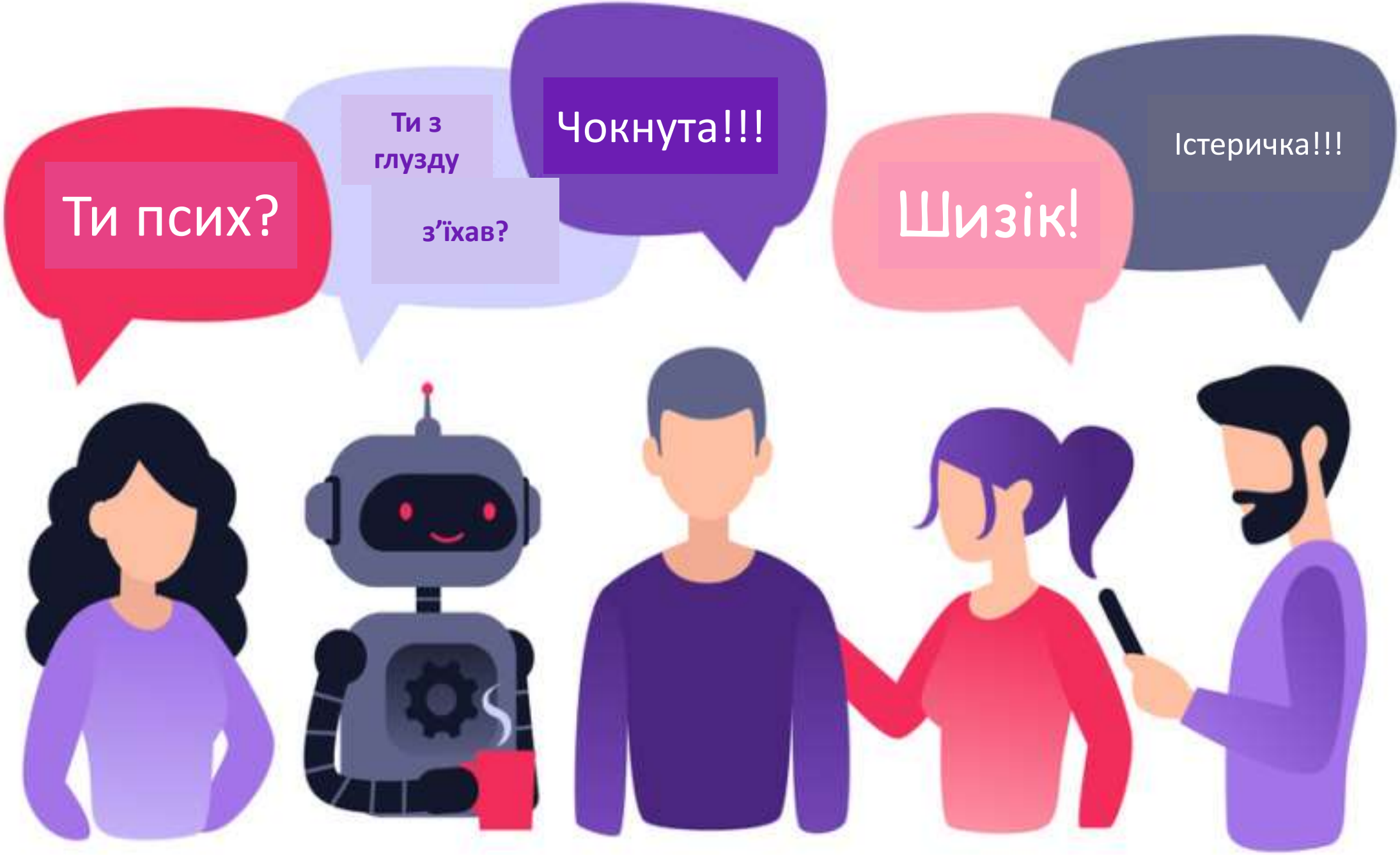
ВСЕОСВІТА©
vseosvita.ua

Дискримінація

Негативні вчинки щодо стигматизовуваних осіб, які спричиняють їхню принижену позицію

Булінг

це агресивна і вкрай неприємна поведінка однієї особи або групи осіб по відношенню до іншої особи, що супроводжується постійним фізичним і психологічним впливом


Ти псих?
Ти з глузду з'їхав?
Чокнута!!!
Шизік!
Істеричка!!!

ВСЕОСВІТА©
vseosvita.ua

За якими ознаками найчастіше відбувається стигматизація і дискримінація?

ВСЕОСВІТА©
vseosvita.ua

Типи стигми

1. Тілесні вади
2. Риси характеру
3. Вроджена стигма

- Зовнішня стигма
- Внутрішня стигма (самостигматизація)

ВСЕОСВІТА©
vseosvita.ua

ПСИХІЧНІ РОЗЛАДИ

- Порушення аутичного спектру
- Когнітивні порушення (даун, олігофрен, імбіцил)
- Шизофренія
    - Панічні атаки
    - Депресія
    - Генералізований тривожний розлад
    - ПТСР – посттравматичний стресовий розлад

ВСЕОСВІТА©
vseosvita.ua

З якими проявами стигматизації осіб з психічними розладами ви зустрічалися?

ВСЕОСВІТА©
vseosvita.ua

Сфери прояву стигматизації і дискримінації

- Сім’я
- Особисте життя
- Робоче і навчальне середовище
- Медіа
- Надання медичних і соціальних послуг

Особи, які мають слабкі прояви психічних розладів, від прояву стигматизації **страждають сильніше**, ніж від самої хвороби

ВСЕОСВІТА©
vseosvita.ua

СПОСОБИ ЗАПОБІГАННЯ СТИГМАТИЗАЦІЇ

- Увага до свого психічного здоров’я (підвищення дратівливості, порушення сну, апатія, порушення харчової поведінки)
- Надання об’єктивної інформації щодо психічних розладів
- Розвінчування міфів і суспільних стереотипів
- Демонстрація толерантного та емпатійного ставлення
- Поступове залучення осіб з психічними розладами до спільної діяльності з опорою на їхні сильні сторони

Боротьба зі стигматизацією осіб з психічними розладами входить в число пріоритетів Всесвітньої організації охорони здоров’я (ВООЗ) та Всесвітньої психіатричної асоціації

ВСЕОСВІТА©
vseosvita.ua

ТЕХНІКИ ПОДОЛАННЯ СТИГМАТИЗАЦІЇ

- **Техінка «Змініть свої окуляри»** - *учасники виходять на вулицю та досліджують місцевість, реальність з точки зору іншої особи*
- **Рольова гра**
- **Техніка «Жива книга»** - запрошуються гості, які мають чи мали досвід психічних розладів і учасники мають змогу ставити будь-які питання
- **Вправа «Однакові можливості»** - Усі учасники шикуються в одну лінію. Вони отримують листочки, на яких написано ролі, з позиції яких вони будуть оцінювати наступну ситуацію. Всі учасники стоять в одній лінії і на кожну ситуацію, яку зачитує ведучий вони можуть зробити тільки один крок вперед,

ВСЕОСВІТА©
vseosvita.ua

Людина завжди набагато більша свого симптому або діагнозу

Жак Лакан

французький психоаналітик, психіатр та філософ

Список корисної літератури

Губеладзе, І.Г. (2022). Підвищення здатності до асертивної поведінки осіб, які зазнають стигматизації і булінгу через майнову нерівність. Л.М. Коробка (Ред.). *Підтримка стигматизовуваних меншини: соціально-психологічні технології. Практичний посібник.* НАПН України, Ін-т соц. та політ. психології. (с.31.-41). Київ.

Губеладзе, І.Г. (2022). Запобігання поширенню стигматизації через майнову нерівність в освітньому середовищі. .М. Коробка (Ред.). *Підтримка стигматизовуваних меншини: соціально-психологічні технології. Практичний посібник.* НАПН України, Ін-т соц. та політ. психології. (с.77-85). Київ.

Підтримка стигматизовуваних меншини: соціально-психологічні технології. Практичний посібник. За ред. Л.М. Коробки. 2022. К.

Губеладзе, І.Г. (2021). Психологічні засоби попередження і протидії стигматизації і булінгу через майнову нерівність в освітньому середовищі. *Габітус,* 24, 2, 135-139. doi: 10.32843/2663- 5208.2021.24.2.24.

Коробка, Л.М. (2020). Соціально-психологічна підтримка стигматизовуваних меншин: технологічний підхід. Наукові студії соціальної та політичної психології. 45(48). 100-109.

Контактна інформація:

Ірина Губеладзе

Facebook

https://www.facebook.com/psy.irynahubeladze/?modal=admin_todo_tour

https://www.facebook.com/guramovna

Tel. +380662521962

E-mail: irynagubeladze@gmail.com