

## **Стигма (клеймо).**

Каждый день нашей жизни мы чувствуем себя заклеяменными. Когда в кругу друзей кто-то что-то забывает, делает что-то не так, высказывает неприемлемую точку зрения или просто не понимает, о чем идет речь, как мы реагируем? Мы отвечаем на это шутками, которые высмеивают такое поведение. Мы говорим, смеясь: "Скоро у тебя совсем крыша поедет". Анализировали ли вы когда-нибудь, почему мы это делаем? Делаем ли мы это из-за того, чтобы скрыть наше смущение, которое возникает в ответ на происходящие события, воспринимаемые нами как неправильное, ненормальное поведение. И почему наши ожидания должны совпадать с тем, что все остальные относят к "нормальным" явлениям. Когда мы так смеемся над нашими друзьями, это является своеобразной формой извинения их поступков, формой поведения, направленной на то, чтобы уменьшить их смущение от того, что они сказали или сделали что-то не так. Однако, то над чем все мы должны работать - это воспитание в себе терпимости к ошибкам, которые все мы в большей или меньшей степени совершаем, поощряющей благосклонности и толерантности во всех сферах нашей повседневной жизни.

Ни для кого не секрет, что люди, которым выпало несчастье заболеть психическим заболеванием, сталкиваются с огромным набором шуток и комментариев, подобных той, о которой мы уже говорили, которые часто очень их ранят и свидетельствуют об отсутствии доброжелательности и о равнодушии. Таким уязвимым людям очень трудно выносить высмеивание.

Поэтому нечего удивляться тому факту, что люди, страдающие психическими заболеваниями часто склонны к отрицанию, или попыткам игнорировать свой диагноз, особенно если учесть тот факт, что они часто подвергаются словесному насилию, насмешкам, гнусному обращению со стороны общества. Подобное отрицание охватывает и группы лиц, страдающих психическими заболеваниями, и в свою очередь выражающих резкое недовольство теми профессионалами, которые лечат психическое заболевание как любое другое медицинское состояние. Для этих людей имеет значение то, что они заклеямены, а не то, что следует признать психическое заболевание обычным медицинским состоянием, не испытывая при этом чувства вины или стыда. Отношение к психическим расстройствам как к обычным медицинским состояниям с их этиологией и определенными симптомами положит начало пониманию, а со временем и состраданию. Но отношение изменить очень трудно, и в первую очередь нужно меняться нам самим. Давайте станем терпимыми в нашей повседневной жизни. Давайте будем меньше злиться, меньше критиковать, меньше обвинять, давайте будем больше учиться, больше слушать и станем более благосклонными.

**WSF Newsletter, 1995, N3, P.4.**

Перевод Э.Г. Рытик

---