

# Potrebno je destigmatizirati psihičke bolesnike

Organiziranjem različitih događanja Ludruga pomaže ponajviše ljudima s psihičkim poteškoćama, a projekcijom filma 24. svibnja Daniela Macklera «Uzmi ova slomljena krila», ukazat će na shizofreniju i načine mogućeg kontroliranja bolesti



/NAPISALA/ ANA MALBAŠA / aktual@aktual.hr  
/SNIMIO/ SAŠA ZINAJA

**S**vibanj je mjesec psihičkog zdravlja, zdravlja kojem ljudi često daju manji značaj nego onom fizičkom. Brig-a i o jednom i o drugom jednako je bitna i treba se provoditi za života, iz mjeseca u mjesec. U udruzi Ludruga, mjestu za uzajamnu izvaninstitucionalnu pomoć ljudima s psihičkim poteškoćama, posebno se brinu da ljudi postanu toga svjesni. Organiziranjem raznih događanja ljudi u potrebi pomažu ljudima u potrebi, tj. nama svima. Povodom obilježavanja Međunarodnog dana shizofrenije 24. svibnja, održat će projekciju filma Daniela Macklera «Uzmi ova slomljena krila» koji govori o ozdravljenju dviju žena koje su bolovale od shizofrenije. Projekciji će prethoditi prezentacija Nacrta Zakona o zaštiti prava osoba s duševnim smetnjama pod vodstvom njegova koautora Kristijana Grđana.

## MJESTO UZAJAMNE POMOĆI

Ludruga su u kolovozu 2012. osnovala dva sručnjaka po naobrazbi, odnosno psihijatra, četiri stručnjaka po iskustvu, odnosno osobe s dijagnozama psihičkih bolesti i iskustvom liječenja u psihijatrijskim bolnicama, te dvije osobe zainteresirane za područje psihičkog zdravlja. Organizirali su se po principu peer to peer, odnosno "isti istima" Willa Halla, američkog psihoterapeuta koji i sam ima dijagnozu shizofrenije, a uspješno se nosi s njom bez uporabe psihofarmaka. Jedna od osnivačica Ludruga, sociologinja Vlatka Ročić-Petak, uspješno se oporavila od povratnog depresivnog poremećaja, te svoje iskustvo oporavka rado dijeli s drugima. Osim nje, detalje o Ludruzi otkrili su nam njeni članovi: medicinski tehničar i grupni psihoterapeut u zagrebačkoj Psihijatrijskoj bolnici «Sveti Ivan», Alen Orešković, psihijatar Hrvoje Handl zaposlen u istoj bolnici, arhitektica Ksenija Kapelj, te Ivana Klement koja vodi antistres vježbe u Centru za kulturu Trešnjevka, gdje je Ludruga trenutačno smještena.

Do osnivanja udruge došlo je, otkrivaju, zbog potrebe osoba s psihičkim poteškoćama za vlastitom afirmacijom, odnosno potrebom prestanka patronizirajućeg odnosa okoline i struke. «Naši ciljevi, misija i vizija promicanje je psihičke raznolikosti i novih modela brige o psihosocijalnom zdravlju unutar zajednice», kažu. Neki od tih modela su, primjerice, izraziti osjećaje, mišljenja, životne teorije i prakse, odnositi se na temelju jednakosti, priključiti se u grupe uzajamne podrške. Projekt 'grupe uzajamne podrške' Ludruga u Zagrebu provodi od listopada 2012.

«Grupa je sigurno, zaštićeno mjesto gdje se može, ako se želi, podijeliti s drugima svoja

proživljavanja, aktivno slušati te nja taj način biti podrška ostalim članovima. Nema psihološkog savjetovanja, nego osobe jedni s drugima dijele slična životna iskustva. Uloga facilitatora je u grupnom procesu stvoriti sigurno i tolerantno okruženje u kojem će sudionici imati podjednak prostor i vrijeme za izražavanje», otkrivaju po čemu se takve grupe razlikuju od psihoterapeutskih. Po uzoru na zagrebačke, pokrenute su grupe podrške i u Zadru i Splitu. Osim grupa podrške, 30-ak članova Ludruga u svojem radu nude i brojne druge aktivnosti. U sklopu projekta «Psihičko zdravlje u zajednici - terapija po mjeri čovjeka» prikazuju dokumentarne filmove u tri-ma i navedenim gradovima. U četiri filma već spomenutog autora Daniela Macklera prikazuju se za nas novi, a u svijetu već prokušani i uspješni modeli brige o psihičkom zdravlju unutar zdravstvenih sustava: «Uzmi ova slomljena krila», «Otvoreni dijalog», «Iscjeljujući domovi», «Psihofarmaci: iskustva i dileme». Prikazuju i film dr. Rufusa Mayo «Liječnica koja čuje glasove», a uskoro i «4. Majmun», film domaćeg autora Hrvoja Mabića.

«Tijekom sljedeće dvije godine planiramo održati projekcije u gradovima diljem Hrvatske, pa doći i do otoka. U sklopu svake projekcije predviđeno je i gostovanje stručnjaka s područja zaštite psihičkog zdravlja koji bi u interakciji s publikom otvorili javni dijalog te doprinijeli senzibilizaciji šire javnosti», otkrivaju nam svoje buduće planove. Jedan od njih je i predstava koja bi trebala smanjiti predrasude prema psihičkim bolesnicima, a završna je prezentacija istoimenog skupa radionica «Pol-a sata u tuđim cipelama».

## USKORO I PREDSTAVA

«Ideja je da se zamjenom uloga, odnosno hodom u tuđim cipelama na samo pola sata istraže vlastite predrasude i da se suoči s njima, nauče nove tehnike samoizražavanja i komunikacije koristeći glumačke tehnike forum teatra pod stručnim vodstvom Alena Oreškovića i Hrvoja Handla. U kratkim forum-scenama sudjeluju i glumci i gledatelji koji su pozvani da zamijene protagoniste kako bi pronašli rješenja ili alternacije za potlačeni lik na sceni. Ne traži se "pravo" ili "idealno" rješenje, već je cilj istražiti što više mogućnosti», kažu iz Ludruga o predstavi koja će se premijerno izvesti u prosincu u kazališnoj dvorani Centra za kulturu Trešnjevka, njihovu partneru na ovom i drugim projektima koje smišljaju i provode svi članovi u cilju destigmatizacije, detabuizacije i senzibilizacije javnosti za probleme s kojima se suočavaju osobe obilježene dijagnozama psihičkih bolesti. ■