

RECENZIO „A MENTÁLIS BETEGSÉG BÉLYEGE” CÍMŰ KÖNYVRŐL

A recenzió szerzője:

Godó Katalin
Debreceni Egyetem (Magyarország)

Első szerző e-mail címe:

katalin1en@gmail.com

Lektorok:

Ceglédi Tímea (PhD)
Debreceni Egyetem (Magyarország)

Iványi Zsuzsanna (PhD)
Debreceni Egyetem (Magyarország)

Godó Katalin (2021). Recenzió „A mentális betegség bélyege” című könyvről. Recenzió. *Különleges Bánásmód*, 7. (2). 129-131. DOI [10.18458/KB.2021.2.129](https://doi.org/10.18458/KB.2021.2.129)



Jelen recenzió alapjául szolgáló mű bibliográfiája:

Sztancsik Veronika (2019): A mentális betegség bélyege.[Stamp of Mental Illness.] Oriold és Társai Kiadó, Debrecen. ISBN: 978-615-5981-01-2

Kép forrása: E-ötös.com (URL: <https://e-otvos.com/a-mentalis-betegseg-belyege>.
Letöltés ideje: 2021. 05. 12.)

Kulcsszavak: előítéletek, megbélyegzés, mentális stigmatizáció

Diszciplína: pszichológia, gyógypedagógia

Keywords: prejudices, stigmatization, mental stigmatization

Disciplines: psychology, special-needs education

Bevezetés

Sztancsik Veronika *A mentális betegség bélyege* (2019) című kötete mintegy tükröt tart az olvasónak a mentális betegek megbélyegzésével kapcsolatos problémákról, mely a jelenlegi COVID-19 pandémia okozta bezártság és az ennek következtében kialakuló mentális problémák idején még inkább aktuális és releváns lehet. A mű átfogó, komplex képet ad a témáról, tartalma rendszerező, összegző szemléletet mutat. A szöveg számos szakirodalomra hivatkozik, mely a szerző témában való jártasságát igazolja az olvasó számára.

Első benyomás

A könyv címe érzékletesen vetíti elő a könyv tartalmának fókuszát, s egyúttal azt a kijelentést is

involválja, miszerint a mentális betegség egyben egyfajta „bélyeg” a hordozója számára, s egyidejű velejárója a címkézés aspektusa. A kötet borítóján egy tömeget láthatunk, mely rámutat arra, hogy a diszkrimináció alapvetően társas környezetben nyer értelmet, ugyanakkor a képen szereplő tömeg a mentális betegségek „láthatatlanságára” is rámutat, az említett bélyeg vagy stigma ugyanis csak közelebről válik láthatóvá. Ezek a stigmák azonban nemcsak kívülről érkehetnek, hanem belsővé is válhatnak: a külső megítélés tehát a belső megítélés, az önstigma alapja is lesz, s így a személy önértékelését, énképét is megkérdőjelezheti. A mentális betegségek továbbá a megbélyegzés következtében egyfajta ördögi körré, önmagát gerjesztő negatív spirállá is válhatnak, hiszen az egyén

kezdeti betegsége a betegséggel járó nonkonform viselkedés következtében stigmatizációt válthat ki a társadalomból, mely az izoláció által tovább erősítheti a meglévő tüneteket. Így aztán a mentális betegek az elmagányosodás veszélyének kitett célcsoporttá válnak, ugyanis a környezet negatív reakciója elősegíti a „mi” és az „ő” különválasztását, differenciálását. A másik ledegradálása, lekicsinylése, megalázása a másik oldalon a pozitív érzést (az „én jobb vagyok” érzését), a hatalmat konstruálja meg, s bizonyos esetekben növeli ezzel a csoportkohéziót.

A mentális betegségek bélyegének első, bevezető fejezetében a Szerző rendkívül személyes hangot üt meg, mely segít közelebb hozni egy igen komoly és nehéz témát az olvasóhoz. Sztancsik Veronika ebben a fejezetben őszintén vall magáról, s bizonyos élethelyzeteibe is betekintést enged, így mutatva meg az olvasónak a könyv megírása mögött meghúzódó motivációt. A mű vállalásának célja nem kevesebb, mint lerántani a leplet a mindennapi élet mentális betegeivel szemben tanúsított ellenséges bánásmódról, amely sok esetben tudattalanul, látens formában, a társadalom gördülékeny működésének részeként van jelen. Jól illusztrálja ezt a szerző példájában említett orvos-páciens kapcsolatban a jóváhagyja kifejezés is, amikor úgy vélik, hogy az egyén helyett mások dönthetnek, mert ő maga nem képes kontrollálni életét.

A könyv négy nagyobb egységre tagolódik, a szöveg jól strukturált, jól megtervezett, egyenes út mentén vezet végig az olvasót a téma egyes kérdéskörein. A bevezetést A mentális állapotok betegség-szemlélete c. fejezet követi, melyben fogalmi tisztázásra kerül sor, illetve a mentális betegségek orvosi kezelésének és értelmezésének történetébe nyerhetünk betekintést. A második Mi a megbélyegzés? című fejezetben a megbélyegzés jellemzői, fajtái, folyamata, a mögöttes okok és magyarázatok kerülnek bemutatásra. A mentális betegségek megbélyegzésének ártalmait viselő fejezet a stigmatizáló attitűdök kapcsolatokra, személyiségre,

közösségekre és a szakemberek attitűdjeire mutat rá. Végül a könyv utolsó részében (Hogyan csökkenthető a megbélyegzés és káros hatása?) a megoldási lehetőségek kerülnek fókuszba, így az olvasmány végére eszközt kaphatunk arra vonatkozóan, hogy hogyan tehetünk mi magunk a stigmatizáció ellen.

A Szerző érzékenyen közelít témájához, a szövegből a szolidaritás és együttérzés hangján szól olvasóihoz. Kifinomult fogalomhasználata is erre utal, ugyanis a Szerző részletesen tárgyalja az egyes kifejezések árnyaltságát (mint például sztereotípiák, előítélet, diszkrimináció, címkézés stb.), világos és pontos definíciók meghatározására törekszik, melyek tisztázása különösen fontos egy ilyen érzékeny téma taglalásakor.

Az egyes fejezetek részletes bemutatása

A könyv első részében a betegség definíciós kísérlete történik meg, utalva ugyanakkor ennek a problematikusságára, a külső környezet megítélésétől való függésére. Tehát a mikroközösség mellett a makroközösség, vagyis a kultúra befolyása is jelentős lehet. A fejezet során kronologikus sorrendben halad végig a szerző a különféle korok betegségszlelésén azokat egymáshoz hasonlítva, míg végül bemutatja a betegség fogalma körüli jelenlegi álláspontokat, a mentális betegségek körüli sztereotipikus tartalmakat. Szó esik a pszichiátria és a pszichológia eltérő módszereiről, eltérő gyakorlatáról. A könyv alcíméhez híven (A pszichológia gyakorlata) a Szerző pszichológiai megközelítésben mutatja be a mentális betegségek értelmezési módjait és kereteit, s elhatárolódik a pszichiátria szigorúan medikális szemléletétől. A fejezetben szó esik a testi és lelki tünetek kölcsönhatásáról is, mely szerint a testi tünetek a lelki állapotokra adott válaszreakcióként is értelmezhetők, ugyanakkor az is fontos, hogy minden ember egyedi, s ezért minden probléma egyben sajátos színezetet is kap. A könyvet ezeknek az egyedi történeteknek a kihangosításaként is értelmezhetjük, hiszen mindvégig

érezhető a Szerző azon törekvése, hogy változtatást érjen el, és rámutasson a mentális betegséggel élőket érintő stigmatizáció okozta károkra. A fejezet gyengeségeként tekinthetünk arra, hogy a problémakör konkrét bemutatására kizárólag a skizofrénián keresztül kerül sor, így a gazdag élményanyag ellenére hiányérzet maradhat az olvasóban, aki arra számított, hogy a skizofrénián túl más betegségről is szó esik majd a mentális betegségek témakörén belül.

A második fejezetben a megbélyegzés válfajairól, hatásairól, a diszkrimináció, előítélet, stigmatizáció jelenségéről tudhatunk meg többet. A szöveg szemléletesen mutatja be a stigmatizáció okait, mögöttes motívumait. A mentális betegséggel élők megbélyegzése a többség szempontjából többféle „hasszonnal” is járhat: a probléma individualizációja lehetővé teszi, hogy ne kelljen felülvizsgálni azokat a társadalmi, kulturális normákat, melyek mentális betegségekhez vezethetnek, az ezekkel küzdők izolációja pedig megvédheti a többséget, hiszen ezeket a személyeket gyakran veszélyesként azonosítják.

A harmadik fejezetben a fókusz a megbélyegzett személyekre kerül, az ő nézőpontjukat látatja. Előkerülnek a laikus ember alkotta címkék, bélyegek, mellyel szembesül egy mentális betegséggel küzdő egyén, valamint ezek az egyén énképére, önértékelésére gyakorolt negatív hatásairól is szó esik. A könyv szerint a stigmatizáció hatására a személy társas kapcsolatai is sérülnek, illetve a társadalmi beilleszkedését is megnehezíti ez a folyamat.

Fontos rész az utolsó fejezet, ahol közösségi megoldási javaslatokat sorakoztat fel a szerző, külföldi mintákat is alapul véve. Mindemellett azonban kiderül az is, hogy ezidáig kevés az olyan hazai kezdeményezés, ami illeszkedik a nemzetközi jó gyakorlatok sorába. Mind a szakemberek, mind az egészségügyi rendszer szemléletmódja megreformálásra szorul, ezek ugyanis nemhogy gátolnák a sztereotípiák lebontását, sok esetben rejtetten fokozzák azt.

Lezárás

A könyv nyelvezete tudományos, ugyanakkor érthető, követhető, a stílusa pedig – az egyszerűs munkák előnyeként – egyenletes. A laikusok számára ismeretlen szakkifejezések többségében tisztázásra kerülnek (pl. reziduális, prognózis, remisszió, inkoherens beszéd, interperszonális kapcsolatok, epigenetikai kutatások, stb.) A precizitás, a sokfelől szerzett tudás egy anyagba való rendszerezése jól tükröződik a mű egészén.

A könyv alkalmas arra, hogy elősegítse a mentális betegségekkel élők iránti érzékenységet, azonban címe alapján célközönségét tekintve többségében feltehetően szakemberek, s a tárgyalt témakörökre érzékenyebb laikusok forgatják majd. Így kérdés, hogy valóban eljut-e azokhoz, akiknek a leginkább szüksége lenne az érzékenyítésre. A kötet szélesebb körökben való terjesztése hozzájárulhatna a stigmák lebontásához, így érdemes lehet azt például egyetemi kurzusok kötelező/ajánlott olvasmányává tenni.