

***kosmetyki
społecznego
wpływu***

Stop dezinformacji

na temat zdrowia psychicznego

***Co dalej? Język, media
i odpowiedzialność
społeczna***



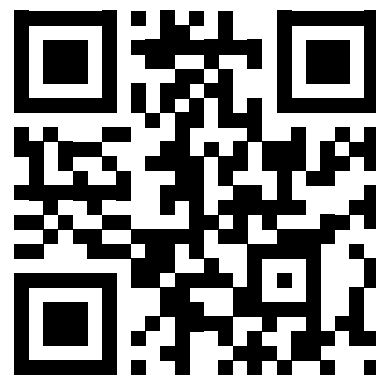
Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

fundacja 
wielogłosu

Sedistress[®] **FORTE**

Katowice 2025

fundacja 
wielogłosu



***Wesprzyj
Fundację
Wielogłosu***

i pozwól zatrzymać
dezinformację na temat
zdrowia psychicznego!

Jak czytać ten e-book

o dezinformacji
w zdrowiu psychicznym

Niniejsza publikacja została zaprojektowana w formie modułowej. Oznacza to, że można czytać ją w całości lub sięgać po wybrane części – w zależności od potrzeb.

Każdy z mitów dotyczących zdrowia psychicznego stanowi odrębny, zamknięty moduł, który można czytać niezależnie od pozostałych.

Na końcu e-booka znajduje się wspólny wykaz literatury i źródeł, do których odwołują się wszystkie części publikacji.

E-book opiera się na badaniu społecznym przeprowadzonym na zlecenie Fundacji Wielogłosu w maju 2025 roku oraz na aktualnej wiedzy naukowej.

Co dalej?

Język, media i odpowiedzialność społeczna

W świadomości społecznej prawda na temat zdrowia psychicznego miesza się w różnych proporcjach z półprawdami i kłamstwami. W niektórych aspektach – jak np. rola psychoterapii, istota depresji – możemy mówić o dość silnym upowszechnieniu rzeczowej wiedzy na ten temat; w innych nadal spotykamy mocno zakorzenione fałszywe lub nie w pełni prawdziwe przekonania (np. kwestia działania leków psychiatrycznych, problem agresji w schizofrenii). Być może tę ostatnią tendencję tłumaczy fakt, że są to zagadnienia wymagające większej wiedzy specjalistycznej, bardziej zatem podatne na uproszczenia i przekłamania w społecznym odbiorze.

Na koniec jeszcze dwie istotne kwestie – językowa (kilukrotnie już tu poruszana) i medialna.

W esejach *Choroba jako metafora* oraz *AIDS i jego metafory* Susan Sontag analizowała mocno zakorzenioną w naszej kulturze skłonność do obciążania pacjentów odpowiedzialnością za chorobę, przejawiającą się m.in. w „militarnym” języku opisującym chorych (np. „walka z rakiem”, „przegrała z chorobą”). Píše o tym w kontekście chorób nowotworowych i AIDS, ale wydaje się, że obserwację tę można odnieść także do zaburzeń psychicznych – w niektórych zaprezentowanych tu mitach ujawnia się takie nieuświadomione założenie (np. *Problemy psychiczne wynikają z braku silnej woli lub charakteru, Psychoterapia to strata czasu – lepiej radzić sobie samemu*). Z tego powodu stereotypy te stają się dodatkowo krzywdzące i utrudniają leczenie, wyzwalając w osobach z trudnościami psychicznymi poczucie wstydu i tendencje do obwiniania się, odwracając ich uwagę i nadwyżężone siły od istoty problemu.

Nie wolno pominąć też roli mediów – z jednej strony coraz częściej edukują one na temat zdrowia psychicznego, z drugiej, jak piszą autorki książki *Stygmatyzacja społeczna chorych psychicznie i jej determinanty*:



Podejście do osób z zaburzeniami psychicznymi kształtują także media, kreujące strach i negatywny obraz takich osób. W serialach telewizyjnych prezentowane są np. jako osoby stosujące przemoc dziecięciokrotnie częściej niż osoby zdrowe. Objawy choroby psychicznej pokazywane są jako główny i zasadniczy rys osobowości, a zaburzenie psychiczne stanowi nadrzędną cechę postaci. Często osoba chora to wyrzutek, osoba pozbawiona społecznej biografii i cech ludzkich.

Mimo wielu negatywnych zjawisk wydaje się jednak, że poziom świadomości społecznej w obszarze zdrowia psychicznego stopniowo wzrasta, a zmniejsza się udział myślenia potocznego, niezwerifikowanego, „magicznego”.

Literatura

- Basińska B., Piech M., *Lęk i agresja u pacjentek onkologicznych leczonych napromieniowaniem*, „Psychoonkologia” 1998, nr 1(2).
- Bauman Z., *Retrotopia. Jak rządzi nami przeszłość*, przeł. Karolina Lebek, Warszawa 2018.
- Budziszewska B., *Stres a depresja*, „Wszechświat” 2016, nr 1–3.
- Cybula-Fujiwara A, Merecz-Kot D, Walusiak-Skorupa J, Marcinkiewicz A, Wiszniewska M., *Pracownik z chorobą psychiczną – możliwości i bariery w pracy zawodowej*, „Med Pr Work Health Saf” 2015, nr 66(1), <https://doi:10.13075/mp.5893.00173>.
- Czopek J., *Fake newsy i dezinformacja jako wyzwanie dla nowoczesnej edukacji medialnej*, „Journal of Modern Science” 58, 2024, nr 4, <https://doi.org/10.13166/jms/191693>.
- dezinformacja* [hasło], *Słownik języka polskiego PWN*, <https://sjp.pwn.pl/sjp/dezinformacja;2554971.html> (dostęp: 30.05.2025).
- dezinformacja* [hasło], *Wielki słownik języka polskiego PAN*, <https://wsjp.pl/haslo/podglad/60959/dezinformacja> (dostęp: 30.05.2025).
-

Grzywa A., Makara-Studzińska M., Grzywa-Celińska A., *Zaburzenia psychiczne a choroby somatyczne*, „Curr Probl Psychiatrii” 2011, nr 12(1), s. 67–72.

Gulla B., *Gniew, agresja i przemoc w wybranych zaburzeniach psychopatologicznych*, Kraków 2020.

Januszko-Szakiel A., *Dezinformacja jako narzędzie medialnej manipulacji świadomością*, [w:] *Manipulacja: pedagogiczno-społeczne aspekty*, Kraków 2020, <https://ruj.uj.edu.pl/server/api/core/bitstreams/7b448f7c-77c7-49e3-9da8-56c4154c0db7/content> (dostęp: 30.05.2025).

Jarząbek-Cudo A., *Wpływ leków przeciwpsychotycznych na objawy wrogości i agresji w schizofrenii*, „Psychiatria” 2015, nr 8.

Kubacka-Jasiecka, *Agresja i autodestrukcja z perspektywy obronno-adaptacyjnych dążeń JA*, Kraków 2006.

List do Redakcji. Stanowisko Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego w sprawie stosowania pochodnych benzodiazepiny i leków o podobnym mechanizmie działania w leczeniu zaburzeń psychicznych, „Psychiatria Polska” 2023, nr 4(57), <https://doi.org/10.12740/PP/169894>.

Monika o zdrowiu psychicznym. Część 3, Fundacja Wielogłosu, <https://www.youtube.com/watch?v=BCpHHPBkKms> (dostęp: 04.06.2025).

Mateusz o zdrowiu psychicznym. Część 3, <https://www.youtube.com/watch?v=yPcEK6g5W-M> (dostęp: 04.06.2025).

Matusiak F., Józefik B. *Wokół psychoterapii, w tym psychoterapii dzieci i młodzieży: pytania, wyzwania, kontrowersje*, „Psychoterapia” 2019, nr 3(190), s. 5–16.

Murawiec S., Litwin D.M., Seroka N., Kudlik A., Sterna W., Matuszczyk M., *Nastawienie lekarzy psychiatrów wobec psychoterapii jako formy leczenia zaburzeń psychicznych – ponowne badanie w 2018 roku*, „Psychiatria” 2019, nr 1(16).

Musiał A., *Depresja – rys historyczny*, „Psychiatria i Psychologia Kliniczna” 2007, nr 7(1), s. 42–46.

Olszewski B.H., *Wrażliwość na słowa – o kształtowaniu dyskursu publicznego i stereotypów wobec osób z zaburzeniami psychicznymi – perspektywa asystentów zdrowienia*, „Forum Pedagogiczne” 2024, nr 14, <http://dx.doi.org/10.21697/fp.2024.2.1.12>.

Psychiatria, red. naukowa M. Jarema, J. Rabe-Jabłońska, Warszawa 2011. *Rozpoznawanie nieprawdziwych informacji*, <https://www.gov.pl/web/baza-wiedzy/roznawanie-nieprawdziwych-informacji> (dostęp: 30.05.2025).

Stępnik A., *Agresja – dwa ujęcia biologiczne*, „IDO – Ruch dla Kultury” 2009, nr 9.

Susan Sontag, *Choroba jako metafora. AIDS i jego metafory*, przeł. J. Anders, Kraków 2016.

Spielman R.M., Jenkins W.J., Lovett M.D. et al., *Psychologia*, Warszawa 2020, <https://openstax.org/books/psychologia-polska/pages/1-wprowadzenie>.

Talarowska M.E., Gromniak-Haniecka E., Rawska J., Gałęcki P., *Depresja mężczyzny – przyczyny, objawy, diagnoza*, „Neuropsychiatria i Neuropsychologia” 2018, nr 13(3), <https://doi.org/10.5114/nan.2018.81250>.

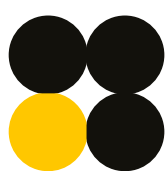
Targońska K., Kowalewska B., Kułak-Bejda A., *Stygmatyzacja społeczna chorych psychicznie i jej determinanty*, Białystok 2023.

Tsirigotis K., Gruszczyński W., *Doznania psychotyczne a agresja u chorych na schizofrenię*, „Psychiatria i Psychologia Kliniczna” 2013, nr 13(4), s. 225–231.

Wasilewko I., Majkiewicz M., Zdun-Ryżewska A., *Związek stylu przywiązania z poziomem emocji negatywnych u osób chorych onkologicznie*, „Psychoonkologia” 2014, nr 1.

Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży. Przyczyny kryzysu, <https://www.gov.pl/web/cyfryzacja-badania-i-projektowanie/zdrowie-psychiczne-dzieci-i-mlodziezy>.

Ziemowit o kryzysie psychicznym, Fundacja Wielogłosu, <https://www.youtube.com/watch?v=AIDRf-VuZEY> (dostęp: 04.06.2025).



kosmetyki społecznego wpływu

Kosmetyki Społecznego Wpływu to kampania społeczna. Bo dezinformacja może zniszczyć komuś życie. Być może komuś bardzo bliskiemu.

Projekt „Kosmetyki Społecznego Wpływu. Stop dezinformacji na temat zdrowia psychicznego” jest realizowany dzięki dofinansowaniu ze środków PFRON w ramach zadania Wspieramy aktywność.

