



სტუდენტების დამოკიდებულებისა და სტიგმის როლის შესწავლა ფსიქიკური
ჯანმრთელობის სერვისების მიღებასთან დაკავშირებით

Exploring stigma associated with mental health services among college students

<https://doi.org/10.52340/healthecosoc.2024.08.01.02>

ლიკა გაბუნია^{1a}, თენგიზ ვერულავა^{2b}

Lika Gabunia^{1a}, Tengiz Verulava^{2b}

¹ ჰუმანიტარულ და სოციალურ მეცნიერებათა სკოლა, კავკასიის უნივერსიტეტი, თბილისი, საქართველო

² ბიზნესის სკოლა, კავკასიის უნივერსიტეტი, თბილისი, საქართველო

¹ School of Humanities and Social Sciences, Caucasus University, Tbilisi, Georgia

² School of Business, Caucasus University, Tbilisi, Georgia

აბსტრაქტი

შესავალი: მენტალურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემები დღეს მსოფლიოში ძალიან გავრცელებულია. ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებზე წვდომა მნიშვნელოვანია იმისთვის, რომ ადამიანებმა დაძლიონ ფსიქიკური პრობლემები, თუმცა, ხშირად ისინი უარს ამბობენ ან ვერ იღებენ პროფესიონალური დახმარებას. ერთ-ერთი მთავარი ფაქტორი, რაც ადამიანს აკავებს პროფესიონალური დახმარების მიღებისგან არის საზოგადოებაში დამკვიდრებული სტიგმა. სოციალური სტიგმა გულისხმობს საზოგადოების მხრიდან ნეგატიურ დამოკიდებულებას იმ ადამიანების მიმართ, რომელთაც ფსიქიკურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემები აქვთ. კვლევის მიზანია შეისწავლოს საქართველოში სტუდენტების დამოკიდებულება და სტიგმის როლი ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღებასთან დაკავშირებით. **მეთოდოლოგია:** კვლევაში გამოყენებულია თვისებრივი კვლევის მეთოდები. ჩატარდა სიღრმისეული ინტერვიუები კავკასიის უნივერსიტეტის სტუდენტებთან. **შედეგები:** ფსიქიკური ჯანმრთელობა სტუდენტებისათვის დიდ მნიშვნელობას ატარებს, მათ აქვს ზოგადი წარმოდგენა ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესახებ. თუმცა, სტუდენტებს არ აქვთ საჭირო ინფორმაცია ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების შესახებ. სტუდენტებს მიაჩნიათ, რომ ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღება მნიშვნელოვანია, მაგრამ ხშირად ეს შეუძლებელი ხდება სხვადასხვა ბარიერებიდან გამომდინარე. სტუდენტებში ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისის მიღების უმთავრესი ბარიერებია საზოგადოებაში დამკვიდრებული სტიგმა, თვითსტიგმა და სერვისების სიძვირე. სტუდენტებს მიაჩნიათ, რომ სტიგმა ფსიქიკურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებით მათ თაობაში შედარებით ნაკლებად არის გამოხატული, ვიდრე უფროს თაობაში.

საკვანძო სიტყვები: ფსიქიკური ჯანმრთელობა, ფსიქოლოგიური სერვისები, სტიგმა.

ციტატა: ლიკა გაბუნია თენგიზ ვერულავა. სტუდენტების დამოკიდებულებისა და სტიგმის როლის შესწავლა ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღებასთან დაკავშირებით. ჯანდაცვის პოლიტიკა, ეკონომიკა და სოციოლოგია, 2024; 8 (1)

^a lgabunia@cu.edu.ge <https://orcid.org/0009-0004-5269-1656>

^b tverulava@cu.edu.ge <https://orcid.org/0000-0001-8110-5485>

Abstract

Introduction: Mental health problems are very common in the world today. Access to mental health services is important for people to overcome mental health problems, however, they often refuse or fail to seek professional help. One of the main factors that prevent people from seeking professional help is stigma in society. Social stigma refers to the negative attitude of society towards people who have mental health problems. The purpose of the research is to study the attitude of students in Georgia and the role of stigma in relation to receiving mental health services. **Methods:** Qualitative research methods are used in the research. In-depth interviews were conducted with students of Caucasus University. **Results:** Mental health is very important for students; they have a general idea about mental health. However, students lack the information about mental health services. Students believe that receiving mental health services is essential, but often this is not possible due to various barriers. According to the research, the main barriers to receiving mental health services among students are the stigma established in the society, self-stigma and the high cost of the services. Students believe that stigma related to mental health is less pronounced in their generation than in the older generation.

Key words: mental health, psychological services, mental health services, stigma, self-stigma.

Quote: Lika Gabunia, Tengiz Verulava. Exploring stigma associated with mental health services among college students. Health Policy, Economics and Sociology, 2024; 8 (1)

შესავალი

ჯანდაცვის მსოფლიო ორგანიზაციის განმარტებით, ფსიქიკური ჯანმრთელობა გულისხმობს ინდივიდის ისეთ მდგომარეობას, როდესაც ის აანალიზებს საკუთარ შესაძლებლობებს, შეუძლია იმუშაოს ნაყოფიერად, გაუმკლავდეს ცხოვრებისეულ სტრესებს და თავისი წვლილი შეიტანოს საზოგადოების კეთილდღეობაში. (WHO, 2022) ფსიქიკური ჯანმრთელობა ყოველი ადამიანის კეთილდღეობისთვის ისევე მნიშვნელოვანია, როგორც ფიზიკური ჯანმრთელობა. ის უდიდეს გავლენას ახდენს ადამიანის ემოციურ, ფსიქოლოგიურ და სოციალურ მდგომარეობაზე. (CDC, 2023)

ფსიქიკური დაავადებების დასაძლევად ხვადასხვა ფსიქოლოგიური სერვისის არსებობს. ერთ-ერთი ყველაზე ეფექტური საშუალება არის ფსიქოთერაპია. ხშირად ადამიანები არ ან ვერ იღებენ ფსიქოლოგიურ სერვისებს. ფსიქოლოგიური სერვისების მიღების ერთ-ერთი უმთავრესი ბარიერია სტიგმა.

სტუდენტები განსაკუთრებულად დაუცველი ჯგუფია ფსიქიკური ჯანმრთელობის მხრივ. კვლევების თანახმად, ფსიქიკურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემების მქონე სტუდენტების რაოდენობა იზრდება. (Ochnik, et al., 2021) ამიტომ, მათი დამოკიდებულების შესწავლა ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების კუთხით უმნიშვნელოვანესია.

კვლევის პრობლემას წარმოადგენს ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღებასთან დაკავშირებული ბარიერები, რაც ხელს უშლით სტუდენტებს პროფესიონალური დახმარების მიღებაში. ფსიქიკური ჯანმრთელობის კუთხით სტუდენტები ერთ-ერთი ყველაზე მოწყვლადი ჯგუფია. (Bryant & Welding, 2023) კვლევა კონცენტრირდება სტიგმაზე, როგორც ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისის ერთ-ერთ უმთავრეს ბარიერზე და შეისწავლის სტიგმის როლს სტუდენტების დამოკიდებულებაში.

ფსიქიკურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული საკითხები მუდამ აქტუალურია, რადგან ის უმნიშვნელოვანეს როლს თამაშობს თითოეული ადამიანის ცხოვრებაში. მიუხედავად ამისა, საქართველოში ამ თემაზე კვლევების სიმწირე შეიმჩნევა, განსაკუთრებით კი სტუდენტებში. სწორედ ამიტომ ამ ჯგუფის მეცნიერულ დონეზე შესწავლა ძალიან მნიშვნელოვანია. აღნიშნული კვლევის ინოვაციურობა მდგომარეობს იმაში, რომ ის სიღრმისეული ინტერვიუების საფუძველზე შეისწავლის სტუდენტების დამოკიდებულებას ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიმართ და კონცენტრირდება კონკრეტულად სტიგმის როლზე ამ საკითხში. ასევე, აღსანიშნავია, რომ მოცემული კვლევა შეისწავლის კონკრეტულად კავკასიის უნივერსიტეტის სტუდენტების დამოკიდებულებას.

კვლევის მიზანია სტუდენტების დამოკიდებულების და სტიგმის როლის შესწავლა ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღებასთან დაკავშირებით.

კვლევის ძირითადი ამოცანებია:

- სტუდენტების რწმენა-წარმოდგენების დადგენა ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებთან დაკავშირებით
- სტუდენტების დამოკიდებულების დადგენა ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებისადმი
- ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღებასთან დაკავშირებით სტუდენტებში არსებული ბარიერების გამოვლენა და სტიგმის როლის დადგენა.

მეთოდოლოგია

კვლევაში გამოყენებულ იქნა თვისებრივი მეთოდი. კვლევის სამიზნე სემინტად განისაზღვრა კავკასიის უნივერსიტეტის ბაკალავრიატის სტუდენტები. რესპონდენტების შერჩა ხელმისაწვდომობის პრინციპით. ნაშრომში წარმოდგენილია სამაგიდე კვლევა, რომელიც ეფუძნება უცხოურ და ქართულ პირველად და მეორეულ წყაროებს.

ნაშრომისთვის მონაცემების შეგროვება მოხდა სიღრმისეული ინტერვიუების მეშვეობით. სიღრმისეული ინტერვიუ ჩატარდა 12 რესპონდენტთან. დაცული იყო გენდერული ბალანსი. ინტერვიუების ხანგრძლივობა შეადგენდა 20-25 წუთს.

კვლევაში მონაწილეობა იყო ნებაყოფლობითი. მონაწილეები ინფორმირებულები იყვნენ, რომ დაცული იქნებოდა მათი კონფიდენციალობა. ასევე, ჰქონდათ ინფორმაცია, რომ მათ მიერ კითხვებზე გაცემული პასუხები გამოყენებული იქნებოდა კვლევის ანალიზისთვის.

ლიტერატურის მიმოხილვა

ფსიქიკური ჯანმრთელობა სტუდენტებში

მენტალური ჯანმრთელობის პრობლემა მსოფლიოში უამრავ ადამიანს აწუხებს. კვლევები ადასტურებენ, რომ ამერიკის შეერთებულ შტატებში ზრდასრულთა 21%-ს (დაახლოებით 50 მილიონი ადამიანი) სულ მცირე 1 ფსიქიკური დაავადება აწუხებს (CDC, 023). განსაკუთრებით საყურადღებოა ის ფაქტი, რომ წლების განმავლობაში ფსიქიკური პრობლემის მქონე ადამიანთა რიცხვი იზრდება, ხოლო, ფსიქოლოგიური სერვისებისადმი ხელმისაწვდომობა რთულდება. ამავ კვლევის მიხედვით, ფსიქიკური დაავადების მქონე ადამიანთა 55%-ს არ მიუღია არანაირი მკურნალობა ანუ ფსიქოლოგიური სერვისი. (Warren, 2023)

ცნობილია, რომ სტუდენტები ფსიქიკური ჯანმრთელობის კუთხით ერთ-ერთი ყველაზე მოწყვლადი ჯგუფია. სტუდენტობა ადამიანის ცხოვრებაში გარდამავალი პერიოდია, რაც უამრავ სირთულესთან და გამოწვევასთან არის დაკავშირებული. 2022 წელს ამერიკის შეერთებულ შტატებში გამოკითხული 54000-ზე მეტი სტუდენტიდან 77% მიიჩნევს, რომ ფსიქიკური პრობლემა აქვს. გამოკითხულ სტუდენტებში ყველაზე გავრცელებული პრობლემა შფოთვითი აშლილობა და დეპრესიაა, რომელთაც პოსტ-ტრავმატული აშლილობა მოსდევს. კვლევის თანახმად, სტუდენტებში ფსიქიკურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემების სხვადასხვა გამომწვევი მიზეზი არსებობს. პირველ მიზეზად სახელდება ის, რომ სტუდენტები განიცდიან აკადემიურ ზეწოლას, ვერ უმკლავდებიან აკადემიურ მოთხოვნებს. ასევე, ხშირად ისინი თავს გრძნობენ იზოლირებულად და მარტოდ. გარდა ამისა, ხშირად სტუდენტები აწყდებიან დისკრიმინაციას და ხდებიან სხვადასხვა სახის შევიწროვების მსხვერპლნი. (Bryant & Welding, 2023)

გაეროს ბავშვთა ფონდის მიერ 2023 წელს წარდგენილი კვლევის მიხედვით, რომლის ფარგლებშიც გამოიკითხა საქართველოს 7 სახელმწიფო უნივერსიტეტის 18-24 წლის სტუდენტები, დასტურდება, რომ ფსიქიკური ჯანმრთელობა საქართველოს ახალგაზრდებშიც ძალიან მნიშვნელოვანი და საყურადღებო პრობლემაა. ზემოთხსენებულ კვლევაში მონაწილე ფსიქიკური ჯანმრთელობის ექსპერტებისა და სპეციალისტების აზრით, საქართველოში იშვიათად ტარდება ისეთი კვლევები, რომლებიც ზუსტად ასახავს იმ რეალობას, რაც სტუდენტების ფსიქიკური მდგომარეობის და მათი ამ საკითხში ინფორმირებულობის ზუსტი შეფასების საშუალებას მოგვცემს. გამოკითხული სტუდენტების 72% აღნიშნავს, რომ ფსიქიკურ

ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემები ყოველდღიურ ცხოვრებაში და ურთიერთობებში უშლით ხელს. სტუდენტებში ყველაზე მეტად გავრცელებული ფსიქიკური დაავადებებია შფოთვითი აშლილობა და დეპრესია. ასევე, სტუდენტების დიდ ნაწილს ხშირად აქვს პანიკური შეტევები. აუცილებლად უნდა აღინიშნოს ახალგაზრდებში ნივთიერებებზე დამოკიდებულების პრობლემა, რომელიც სხვადასხვა ფსიქიკურ აშლილობებს იწვევს. ახალგაზრდებში ნივთიერებების ავად მოხმარების მაღალ მაჩვენებელს სხვადასხვა გამომწვევი მიზეზი აქვს. ეს შეიძლება იყოს სოციალური კონფლიქტი, შფოთვა, დეპრესია. გარდა ამისა, ხშირად ახალგაზრდები ამ გზით ცდილობენ თანატოლებში თვითდამკვიდრებას. (UNICEF, 2023)

ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისები და მათ მიღებასთან დაკავშირებული ბარიერები

ფსიქიკური ჯანმრთელობის სპეციალისტები და სხვადასხვა ექსპერტები საზოგადოებას მოუწოდებენ, რომ ნებისმიერი ფსიქიკური პრობლემის შემთხვევაში აუცილებლად მიმართონ ფსიქოლოგიურ სერვისებს, რომელთა მიღება ყველაზე ოპტიმალური და გამართლებული გზაა ფსიქიკური ჯანმრთელობის დაცვისთვის. აშშ-ის ჯანმრთელობისა და ადამიანური სერვისების დეპარტამენტი ფსიქიკურ ჯანმრთელობის სერვისებს განმარტავს, როგორც „სასარგებლო საქმიანობა, რომელიც მიმართულია ისეთი ემოციური პრობლემების დაძლევაზე, რომელიც უარყოფითად მოქმედებს ადამიანის სოციალიზაციაზე, სწავლაზე ან განვითარებაზე. ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისები ჩვეულებრივ უზრუნველყოფილია ფსიქიკური ჯანმრთელობის სახელმწიფო ან კერძო სააგენტოების მიერ”. (Hobson, 2008) ამერიკის ფსიქოლოგიური ასოციაციის განმარტებით კი მენტალური ჯანმრთელობის სერვისები, იგივე ფსიქოლოგიური სერვისები გულისხმობს “ნებისმიერი ინტერვენციას (შეფასება, დიაგნოსტიკა, სხვა) ან კონსულტაციას, რომელიც ხორციელდება კერძო, საჯარო, სტაციონარული ან ამბულატორიულ გარემოში ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესანარჩუნებლად ან გასაუმჯობესებლად ან ფსიქიკური/ქცევითი აშლილობების სამკურნალოდ ინდივიდუალურ და ჯგუფურ კონტექსტში”. (APA, n.d.)

ფსიქოლოგიური სერვისების მიღებასთან დაკავშირებით უამრავი სხვადასხვა ბარიერი და გამოწვევა არსებობს. ამ ბარიერებს წლების განმავლობაში ჩატარებული სხვადასხვა კვლევა წარმოაჩენს. 2023 წელს “Mental Health America”-ს მიერ ჩატარებული კვლევის მიხედვით, გამოკითხული ფსიქიკური პრობლემის მქონე ადამიანების მხოლოდ 28%-მა მოახერხა მიეღო ფსიქოლოგიური დახმარება, დანარჩენები კი დახმარების ვერ მიღების მიზეზებად ასახელებენ: ფინანსურ ბარიერს, ინფორმაციის ნაკლებობას ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების ცენტრების შესახებ, დროის უქონლობას და სხვა. (Warren, 2023)

2022 წელს ჩატარებული კვლევის მიხედვით, არახელმისაწვდომობის გარდა ფსიქოლოგიური სერვისების სხვა მნიშვნელოვანი ბარიერებია: ემოციურად გახსნის შიში, წარსული ტრავმების გახსენების შიში და სტიგმა, რომელიც დაკავშირებულია ფსიქიკური ჯანმრთელობის გარშემო არსებულ სტერეოტიპებთან. (Pfeiffer, 2022)

“Cohens Veterans Network”-ის მიერ ვაშინგტონში ჩატარებული კვლევა ამბობს, რომ ფსიქოლოგიურ სერვისების მოთხოვნა ნელ-ნელა იზრდება, რადგან ფსიქიკური ჯანმრთელობის მიმართ სოციალური ცნობიერება იხვეწება. თუმცა, ფსიქოლოგიური სერვისები მაინც ხელმიუწვდომელი რჩება მათთვის, ვისაც მათი მიღება სჭირდებათ. ამერიკელები თვლიან, რომ ფსიქიკური ჯანმრთელობის მომსახურების მიღება ძვირია და ამავდროულად ქვეყანაში ამ კუთხით არ არსებობს ეფექტური სადაზღვეო სისტემა. ასევე, ისინი ხაზს უსვამენ ფაქტს, რომ მსგავსი სერვისები ძალიან ლიმიტირებული რაოდენობისაა. დახმარების მისაღებად ზოგს ძალიან დიდ რიგში უხდება ყოფნა (რომელიც ძირითადად ერთ კვირაზე დიდხანს გრძელდება), ზოგს კი კონკრეტულ დაწესებულებამდე მისასვლელად ერთ საათიანი და მეტი გზის გავლა უწევს. ეს ყველაფერი დისკომფორტს ქმნის, ადამიანების გადატვირთული ცხოვრების ტემპიდან გამომდინარე. გარდა ამისა, ისინი საუბრობენ სოციალურ სტიგმაზე, როგორც ფსიქიკური ჯანმრთელობის მომსახურების მიღებისგან მნიშვნელოვან ხელისშემშლელ ფაქტორზე. სტიგმა გამოიხატება განსაკუთრებით ახალ თაობაში, რომლებსაც ფსიქოლოგიური დახმარების მიღებისთვის სოციალური მხრიდან განსჯის შიში აქვთ. ისინი საზოგადოებაში

არსებული სტიგმის გამო ან მალავენ ან საერთოდ უარს ამბობენ ფსიქოლოგიური დახმარების მიღებაზე. (TNC, n.d.)

გაეროს ბავშვთა ფონდის მიერ გამოკითხულ საქართველოს სტუდენტებში ფსიქოლოგიური სერვისებით სარგებლობის უმთავრეს ბარიერად ახალგაზრდებში სახელდება ინფორმაციის ნაკლებობა ზოგადად ფსიქიკური ჯანმრთელობის და ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების შესახებ. ასევე, ფსიქოლოგიური სერვისის მიღების ერთ-ერთ ბარიერი სტუდენტებში დაკავშირებულია მაღალ ფასებთან, როგორც სპეციალისტთან ვიზიტის, ასევე მედიკამენტების კუთხით. სტიგმა და სტერეოტიპები სტუდენტებისთვის კიდევ ერთი უმნიშვნელოვანესი ბარიერია, რომელიც აკავებთ პროფესიონალური დახმარების მიღებისგან. გამოკითხული სტუდენტები მიიჩნევენ, რომ ახალგაზრდების უმრავლესობაში ფსიქიკურული ჯანმრთელობის მქონე ადამიანების მიმართ არსებობს სტიგმა. მაგალითად, ისინი თვლიან, რომ “ახალგაზრდების უმრავლესობა არ დაუმეგობრდებოდა ფსიქიკური პრობლემების მქონე პიროვნებას ისე, როგორც სხვებს”, არ ენდობიან მას და არ მიიჩნევენ საიმედო ადამიანად. გარდა ამისა, ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებზე უარის თქმის სხვა ფაქტორებია: უნდობლობა სპეციალისტების მიმართ და უნდობლობა კონფიდენციალურობის დაცვის კუთხით. ახალგაზრდები მიიჩნევენ, რომ ფსიქიკური ჯანმრთელობის სპეციალისტებს არ აქვთ საკმარისი კომპეტენცია. ასევე, არ აქვთ გარანტია იმისა, რომ მათი ანონიმურობა იქნება დაცული. (UNICEF, 2023)

სტიგმა, როგორც ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღებასთან დაკავშირებული ბარიერი

XX საუკუნის ერთ-ერთი ყველაზე გავლენიანი სოციოლოგი და თეორიტიკოსი ირვინგ გოფმანი წიგნში “The Presentation of Self in Everyday Life and Stigma: Notes the Management of Spoiled Identity” ძალიან კარგად ხსნის სტიგმის მნიშვნელობას. გოფმანის მიხედვით, სტიგმა ეს არის ინდივიდის მდგომარეობა, როდესაც რაიმე კონკრეტული ნიშნიდან გამომდინარე ის საზოგადოებაში ბოლომდე მიღებული არ არის. (Goffman, 2022) გოფმანი გამოყოფს სამი სახის სტიგმას:

- სტიგმა ადამიანის სხეულთან დაკავშირებით ანუ სხეულის უმსგავსოებები - გულისხმობს, როდესაც ხდება ადამიანის სტიგმატიზაცია მისი ფიზიკური მახასიათებლებიდან გამომდინარე;
- თემში გავრცელებული სტიგმა - გულისხმობს ისეთ მახასიათებლებს, რომელიც თაობიდან თაობებს გადაეცემა, მაგალითად, ეთნიკური მიკუთვნებულობა;
- ინდივიდუალური ხასიათის მახასიათებლებთან დაკავშირებული სტიგმა - ეხება ადამიანის სოციალურ იდენტობას, მაგალითად, პატიმრობა, ნარკომანობა, ჰომოსექსუალობა. სწორედ ამავე ჯგუფში განაკუთვნებს გოფმანი ფსიქიკურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებულ სტიგმას. (Goffman, 2022)

გოფმანი ამბობს, რომ სამივე სახის სტიგმას საერთო მახასიათებელი აქვს. როდესაც გარშემომყოფები ინდივიდში ხედავენ განსხვავებულს, იქნება ეს კანის ფერი, ფიზიკური მახასიათებელი, ფსიქიკური დაავადება, ისინი მის მიმართ მაშინვე აყალიბებენ სტერეოტიპულ დამოკიდებულებას, რაც გაცნობიერებულად თუ გაუცნობიერებლად გამოიხატება მათ ქმედებებშიც. ეს ყველაფერი კი რათქმაუნდა ცუდად მოქმედებს სტიგმატიზირებული ინდივიდის ცხოვრების ხარისხზე. (Goffman, 2022)

სამწუხაროდ ფსიქიკური დაავადებების მქონე ადამიანების სტიგმატიზაცია საზოგადოებაში ძალიან ხშირია. ჯანდაცვის მსოფლიო ორგანიზაციის მიერ ჩატარებული კვლევა აჩვენებს, რომ სტიგმა მართლაც ძლიერია მენტალური ჯანმრთელობის და მასთან დაკავშირებული სერვისების მიმართ. პიტსბურგის უნივერსიტეტის მიერ ჩატარებული კვლევის ფარგლებში გამოკითხულთა 20% ამბობს, რომ არ ისურვებდა ფსიქიკური ჯანმრთელობის პრობლემის მქონე ადამიანთან ცხოვრებას, ხოლო, 30% ამბობს, რომ არ ისურვებდა ასეთ ადამიანთან ერთად მუშაობას. (Katz, 2023)

სწორედ სტიგმა არის ერთ-ერთი ყველაზე გავრცელებული მიზეზი, რის გამოც ადამიანები უარს ამბობენ ფსიქოლოგიური სერვისების მიღებაზე. ამ გზით ისინი ცდილობენ თავიდან

აიცილონ იარლიყები. მაგალითად, 2022 წლის კვლევის თანახმად, სტიგმა ყველაზე ხშირად სახელდება ფსიქოთერაპიაზე უარის თქმის მიზეზად. (Pfeiffer, 2022)

UNICEF-ის კვლევაში მონაწილე ფსიქიკური ჯანმრთელობის სპეციალისტების თანახმად საქართველოში ახალგაზრდები სერვისების მიღებისგან თავს ხშირად სწორედ საზოგადოებაში არსებული სტიგმების და სტერეოტიპების გამო იკავებენ. აღნიშნული კვლევა ადასტურებს, რომ სტიგმა საქართველოში დღესაც წარმოადგენს ფსიქიკური ჯანმრთელობის მომსახურების მიღების ბარიერს. (UNICEF, 2023)

თეორიული ჩარჩო: სოციალურ-კოგნიტური დასწავლის თეორია

ალბერტ ბანდურას სოციალურ-კოგნიტური დასწავლის თეორია პიროვნების ფსიქოლოგიაში ერთ-ერთი ყველაზე ფართოდ გამოყენებადი და ცნობილი თეორიაა. გარდა ამისა, ბოლო პერიოდში ის კლინიკურ ფსიქოლოგიაშიც დიდი პოპულარობით სარგებლობს. ბანდურას თეორია ეხება ადამიანის ქცევის, პიროვნებისა და გარემოს ურთიერთქმედებას. სწორედ, სოციალურ-კოგნიტური თეორიით შესაძლოა აიხსნას თუ როგორ მოქმედებს და რა გავლენას ახდენს სოციალური სტიგმა ადამიანზე.

სოციალურ-კოგნიტური დასწავლის თეორია ფოკუსირდება ინდივიდის ქცევის სოციალურ მიზეზებზე და ქცევის პროცესში უდიდეს მნიშვნელობას ანიჭებს ინდივიდსა და მის ირგვლივ არსებულ გარემოს შორის ურთიერთქმედებას. ბანდურას სოციალურ-კოგნიტური თეორია არ არის მკაცრად ბიჰევიორისტული ან ჰუმანისტური, ის ორივე მიდგომის ელემენტებს შეიცავს. (ხეჩუაშვილი, 2013)

ალბერტ ბანდურა თვლის, რომ პიროვნების ჩამოყალიბებაში და მის ქცევაში უდიდეს როლს თამაშობს როგორც ადამიანის ინდივიდუალური მახასიათებლები, ასევე გარემო და სოციუმი. (CSS, 2016) ბანდურა ასევე საუბრობს თვითრეგულაციაზე, პიროვნების მახასიათებელზე, რომელიც ადამიანის ქცევაზე მოქმედებს. თვითრეგულაციის ერთ-ერთი გარეგანი ფაქტორია სტანდარტები, რომელიც ადამიანს პირველ რიგში სოციუმისგან მიეწოდება, შემდეგ კი თავისივე გამოცდილებით იღებს მათ. (ხეჩუაშვილი, 2013)

კორიგანი და მისი კოლეგები საინტერესოდ უკავშირებენ სოციალურ-კოგნიტურ თეორიასა და ადამიანში თვითსტიგმის ჩამოყალიბებას. მათი მოდელის მიხედვით, როდესაც ინდივიდი ცხოვრებაში ფსიქიკური დაავადებების შესახებ სოციალურ სტერეოტიპებს აწყდება, უმეტეს შემთხვევაში ამ სტერეოტიპებს ნაწილობრივ მაინც თავადაც ეთანხმება და ხშირად საკუთარ თავზეც ავრცელებს, ეს კი ადამიანში იწვევს საკუთარი თავის არასწორ რწმენას, რაც შემგომ უკვე თვითსტიგატიზაციაში გამოიხატება. (Catalano et al., 2021)

ამგვარად, შესაძლოა ადამიანმა, რომელსაც აქვს მიმდებლობა ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიმართ, მოისმინოს ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესახებ სტერეოტიპული დიალოგი, ან ფრაზა და ნაწილობრივ დაეთანხმოს ამ სტერეოტიპებს, საკუთარ თავზე განავრცოს და ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიმართ მიმდებლობა შეუსუსტდეს ან სრულიად გაუქრეს. სწორედ ეს არის პროფესიონალური ფსიქოლოგიური სერვისების მიღების ერთ-ერთი ყველაზე დიდი ბარიერი ინდივიდებში.

აღნიშნული თეორია იქნება გამოყენებული კვლევის შედეგების ასახსნელად.

კვლევის შედეგები

სტუდენტთა რწმენა-წარმოდგენები ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების შესახებ

იმისათვის, რომ ადამიანს ჰქონდეს სწორი წარმოდგენა ფსიქიკურ ჯანმრთელობაზე პირველ რიგში საჭიროა, რომ იცოდეს მისი განმარტება, თუმცა, ხშირად ტერმინი ფსიქიკური ჯანმრთელობა ადამიანებს სხვადასხვანაირად ესმით. ასევე, მნიშვნელოვანია იმის ცოდნაც თუ რა შემთხვევაში უნდა მიმართოს ადამიანმა ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისს. გარდა ამისა, პროფესიონალური დახმარების მიღებისთვის ინდივიდს უნდა ჰქონდეს გარკვეული ცოდნა კონკრეტულ სერვისებთან დაკავშირებით ან ესახებოდეს სანდო წყარო, საიდანაც მიიღებს ამ ინფორმაციას.

გამოკითხული სტუდენტების უმეტესობას ზუსტად ესმის ფსიქიკური ჯანმრთელობის მნიშვნელობა და აბსოლუტური უმრავლესობა თანხმდება იმაზე, რომ ფსიქიკურ ჯანმრთელობას უმნიშვნელოვანესი როლი უჭირავს ადამიანის ცხოვრებაში. რესპონდენტების

აზრით, ფსიქიკური ჯანმრთელობა ეს არის ემოციური/ფსიქოლოგიური სტაბილურობა, მდგომარეობა, როდესაც ადამიანს შეუძლია საკუთარი ცხოვრების წარმატებულად წარმართვა, ყოველდღიურ აქტივობებთან გამკლავება, რეალობის ადეკვატურად აღქმა, სხვა ადამიანებთან კომუნიკაცია და ა.შ. შეიძლება ითქვას, რომ სტუდენტებს სწორი წარმოდგენა აქვთ ფსიქიკური ჯანმრთელობის მნიშვნელობაზე, თუმცა, მიუხედავად ამისა, ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებზე არც თუ ისე დიდ ინფორმაციას ფლობენ. რესპონდენტების უმრავლესობა ვერ ასახელებს კონკრეტულ სახელმწიფო/კერძო პროგრამებს, რომლებიც ფსიქიკურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებულ მომსახურებას შესთავაზებს. გამოკითხულ სტუდენტებს სმენიათ მხოლოდ კერძო ფსიქოლოგების შესახებ, ყველაზე ხშირად ასახელებენ სკოლის ფსიქოლოგებს.

სტუდენტები აგრეთვე საუბრობენ იმაზე თუ რა შემთხვევაში უნდა მიიღოს ადამიანმა ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისი. გამოკითხულთა ნაწილი მიიჩნევს, რომ ადამიანმა ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისს მხოლოდ უკიდურეს შემთხვევაში უნდა მიმართოს მაგალითად, მაშინ, როდესაც აქვს დეპრესია, ან იაზრებს, რომ საკუთარ თავს თვითონ ვეღარ უმკლავდება. ხოლო, გამოკითხულთა ნაწილი ფიქრობს, რომ ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისის მიღება აუცილებელია მაშინვე, როდესაც ადამიანს თუნდაც პატარა ემოციური კრიზისი ექნება. აღსანიშნავია ისიც, რომ გამოკითხულთა მხოლოდ ძალიან მცირე რაოდენობა მიიჩნევს, რომ პროფესიონალური სერვისის მიღებას არ სჭირდება კონკრეტული შემთხვევა და ეს რეგულარული პროცესი უნდა იყოს ადამიანის ცხოვრებაში.

“კონკრეტული შემთხვევა არ ჭირდება, რაღაც სიხშირე უნდა ქონდეს, ყოველდღიურმა სტრესებმა და მცირე აღშფოთებებმა შეიძლება მძიმე დაზიანება განაპირობოს ამიტომ სისტემატიურად უნდა მიმართოს.”

რესპონდენტი 1

იმისთვის, რომ ადამიანს კონკრეტულ საკითხზე რწმენა/წარმოდგენა შეექმნას აუცილებელია მას ამ თემაზე გარკვეული ინფორმაცია ჰქონდეს. ინფორმაციის მიღების სხვადასხვა გზები არსებობს: მედია, იქნება ეს ტრადიციული თუ სოციალური, სამეცნიერო ლიტერატურა, ოჯახი, მეგობრები, საზოგადოება და ა.შ. საინტერესოა, საიდან იღებენ სტუდენტები ინფორმაციას ფსიქიკურ ჯანმრთელობაზე და ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებზე.

გამოკითხული სტუდენტების მნიშვნელოვანი ნაწილი ინფორმაციას ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესახებ სოციალური მედიიდან იღებს, მაგალითად გამოწერილი აქვთ ცნობილი ფსიქოლოგების გვერდები და ბლოგები. რესპონდენტების ძალიან მცირე ნაწილი აღნიშნავს, რომ ინფორმაციას იღებენ სამეცნიერო ლიტერატურიდან. რაც შეეხება ინფორმაციას ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებზე, გამოკითხულ სტუდენტებს ძირითადად არ ფლობენ ინფორმაციას, თუმცა მიღების წყაროთ ესახებათ ისევ სოციალური ქსელები.

გამოკითხული სტუდენტები მიიჩნევენ, რომ ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღებას ბევრი დადებითი მხარე შეიძლება ქონდეს. პირველ რიგში, ეს ადამიანს ეხმარება ფსიქიკურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემების დაძლევაში. ასევე, ფსიქიკური ჯანმრთელობის სპეციალისტებთან ვიზიტი ადამიანს ხელს უწყობს ცხოვრების სწორად წარმართვაში, საკუთარი თავის გამოხატვასა და კეთილდღეობის მიღწევაში.

რაც შეეხება უარყოფით მხარეებს, რაც შესაძლოა თან ახლდეს სპეციალისტთან ვიზიტს, სტუდენტები ძირითადად ასახელებენ არაპროფესიონალთან მოხვედრის ალბათობას, რამაც შესაძლოა უარესი შედეგი გამოიღოს.

“გააჩნია რამდენად პროფესიონალია, შეიძლება ცუდი მიმართულება მოგცეს, პირიქით დეპრესიაში ჩაგაგდოს, ჩემს მეგობარს ქონდა მსგავსი შემთხვევა, როდესაც ფსიქოლოგთან ვიზიტის შემგომ უფრო ჩაიკეტა საკუთარ თავში.”

რესპონდენტი 2

ასევე, ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისის მიღების უარყოფით მხარედ სახელდება შესაძლებლობა იმისა, რომ არ იყოს ინდივიდის ანონიმურობა დაცული და ზოგიერთ შემთხვევაში თუ კი საჭიროა მედიკამენტების მიღება, ამას შესაძლოა თან ახლდეს გვერდითი მოვლენები. გარდა ამისა, პროფესიონალური დახმარების მიღების ერთ-ერთი ნეგატიურ მხარედ

სტუდენტები მიიჩნევენ საზოგადოების მხრიდან სტერეოტიპულ დამოკიდებულებას, რამაც შესაძლოა დამხარების საჭიროების მქონე ადამიანს თავი უფრო ჩაკეტილად და გარიყულად აგრძნობინოს.

“საქართველოში სტერეოტიპები გამჯდარია და ყველაფერი რთულად მოდის. როცა ფსიქოლოგთან მისვლა ჭირდება ადამიანს, ვიღაც ეტყვის, რომ ეკლესიაში მივიდეს, ფსიქოლოგის როლს ასრულებს ეკლესია.”

რესპონდენტი 3

სტუდენტთა დამოკიდებულება ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიმართ და სტიგმის როლი

სხვადასხვა საკითხებთან დაკავშირებით თაობებს შორის ხშირად განსხვავებული დამოკიდებულება არსებობს. ამ კუთხით არც ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებია გამოწვეული. გამოკითხული სტუდენტების აზრით, ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებთან მიმართებაში დამოკიდებულება განსხვავდება თაობებს შორის. ზოგადად, უფროს თაობაში უფრო ნეგატიური და სტერეოტიპული დამოკიდებულება არსებობს ამ კუთხით, ვიდრე ახალ თაობაში.

სტუდენტები საზოგადოებაში დამკვიდრებულ სტიგმას განათლების პრობლემას და ინფორმაციის ნაკლებობას უკავშირებენ. მათი აზრით, არც სკოლებში, არც ტელევიზიაში საჭირო დრო არ ეთმობა ფსიქიკურ ჯანმრთელობაზე საუბარს, ამიტომ, სოციალურ მიმდებლობა ნაკლებია.

სტუდენტები იხსენებენ კონკრეტულ შემთხვევებს, როდესაც უფროს თაობაში ნეგატიური დამოკიდებულება შეამჩნიეს მსგავსი სერვისების მიმართ.

“ახლობელს უთხრა მასწავლებელმა ბავშვზე, რომ წაეყვანა ფსიქოლოგთან და მშობელმა უპასუხა რომ ფსიქოლოგთან შენ წადიო, შეურაცხყოფად მიიღო”

რესპონდენტი 2

“დედების და ბებიების თაობა უფრო მძაფრად განიცდის ფსიქოლოგს, ფსიქიატრს. მეზობლის ბავშვს ჰქონდა აშლილობა, ექიმმა ურჩია მშობლებს, რომ უკვე გაიზარდა და იქნებ ფსიქოლოგს აჩვენოთ და სერიოზული ტრაორი იყო სახლში, რომ ეგ როგორ მითხრა.”

რესპონდენტი 4

ხოლო, რაც შეეხება ახალი თაობის, კერძოდ კი სტუდენტების, დამოკიდებულებას ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებისადმი, გამოკითხულთა აზრით, ახალგაზრდები უფრო ლოიალურები არიან და მეტი მიმდებლობა აქვთ. რამოდენიმე რესპონდენტი ამბობს, რომ მათ გარშემო საერთოდ არ არსებობს სტიგმა ფსიქიკური ჯანმრთელობის მიმართ, მაგრამ, ნაწილი თვლის, რომ რაღაც დონეზე ფსიქიკური ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემების მქონე ადამიანების სტიგმატიზაცია მაინც ხდება.

“ჩემს თაობაში შედარებით გაუმჯობესებულია მდგომარეობა. უფრო მეტ ინფორმაციას ვიღებთ სოც. მედით, ბლოგებით, ძალიან ბევრმა კარგმა ფსიქოლოგმა დაიწყო სოც. მედია კამპანიები. ამ თაობაშიც არის პრობლემები, მაგრამ გაუმჯობესებულია წინა თაობებთან შედარებით.”

რესპონდენტი 5

“თანატოლებში რაღაც დონით იარსებებს სტიგმა. ბოლო დროს დაინტერესდა ხალხი ფსიქოლოგიით, განსაკუთრებით ახალგაზრდა გოგონები. ბიჭებს უფრო უჭირთ სიახლეების მიღება, უფრო ჩაკეტილები არიან.”

რესპონდენტი 6

საინტერესოა როგორი იქნებოდა სტუდენტების ქცევა კონკრეტულ შემთხვევებში, მაგალითად, თუ კი შეამჩნევდნენ, რომ მათ მეგობარს ან თავად აქვთ ფსიქიკური ჯანმრთელობასთან დაკავსირებული პრობლემა. ამ საკითხთან დაკავშირებით აზრი ორად იყოფა. გამოკითხულთა ნაწილი ამბობს, რომ პირველ რიგში, თავად ეცდებოდნენ დახმარება აღმოეჩინათ მეგობრისთვის და საკუთარი თავის შემთხვევაშიც თავად ეცდებოდნენ პრობლემის მოგვარებას. ხოლო, ნაწილი თვლის, რომ ასეთ შემთხვევაში საჭიროა პირდაპირ პროფესიონალური სერვისის მიღება, რადგან თვითნებურმა ჩარევამ შესაძლოა უარესი შედეგი გამოიღოს. გამოკითხულთა მცირე ნაწილი ამბობს, რომ მიუხედავად იმისა, რომ მეგობარს

ურჩევდა ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისის მიღებას, თვითონ არ მიიღებდა მსგავს დახმარებას. მსგავსი პასუხი მხოლოდ მამრობითი სქესის სტუდენტებში ფიქსირდება.

გამოკითხულ რესპონდენტების ნაწილი მიიჩნევს, რომ მათ კურსელებში შესაძლოა იყოს სტერეოტიპული დამოკიდებულება იმ ადამიანის მიმართ, რომელიც სარგებლობს ფსიქიატრის ან ფსიქოლოგის მომსახურებით.

“როცა ადამიანი ფსიქოლოგთან ან ფსიქიატრთან დადის შეიძლება ემოციურად არასტაბილური იყოს, თუმცა, ეს არ ნიშნავს რომ ის აუცილებლად უპასუხისმგებლო იქნება. არ გამოვრიცხავ, რომ ვიღაცებმა პირდაპირ ეს მიზეზი არ დაასახელონ, მაგრამ უარი თქვან მასთან ერთად პრეზენტაციის მომზადებაზე და პრიორიტეტად მაღალი ნიშანი აირჩიონ.”

რესპონდენტი 6

“არა, არ უნდა მოვახდინოთ დისკრიმინაცია, მაგრამ შეიძლება სხვებს გაუჩნდეთ ეს გრძნობა რომ ფსიქიატრთან რა უნდა გიქნია? ფსიქიატრი და ფსიქოლოგი განსხვავდება ერთმანეთისგან, მაგრამ ბევრმა არ იცის მათ შორის რა განსხვავებაა.”

რესპონდენტი 3

როგორც აღმოჩნდა სტუდენტების ნაწილს არ აქვთ ზუსტი წარმოდგენა თუ რა განსხვავებაა ფსიქოლოგსა და ფსიქიატრს შორის, ხოლო, დამოკიდებულება ფსიქიატრის მიმართ უფრო ნეგატიურია, ვიდრე ფსიქოლოგის.

“ფსიქოლოგისა და ფსიქიატრის მიმართ დამოკიდებულებას შორის არის მცირე განსხვავება, თუმცა ეს ასე არ უნდა იყოს, ამის შესაცვლელად ცნობიერების ამაღლებაზე მუშაობა არის საჭირო და განათლების სისტემის დახვეწა.”

რესპონდენტი 1

ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებთან დაკავშირებული ბარიერები სტუდენტებში და სტიგმის როლი

იმისათვის, რომ ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიმართ სტუდენტებში მიმდებლობა გაიზარდოს და მსგავსი მომსახურებით სარგებლობა მათთვის უფრო ხელმისაწვდომი გახდეს საჭიროა სტუდენტების აზრის დადგენა ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების ბარიერებთან დაკავშირებით. საინტერესოა, რა არის ის ხელისშემშლელი ფაქტორები, რაც სტუდენტებს ხელს უშლით დამხმარების მიღებაში.

ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღებისგან გამოკითხული სტუდენტების აზრით, მთავარი შემაკავებელი ბარიერი არის საზოგადოებაში დამკვიდრებული სტიგმა, ანუ სოციალური სტიგმა. გამოკითხული სტუდენტების აზრით, სტიგმები და სტერეოტიპები კეტავს ადამიანს და აფერხებს დახმარების მიღებისგან. სტუდენტები ამბობენ, რომ შესაძლოა სოციუმის მხრიდან დაცინვა და დისკრიმინაცია წამოვიდეს იმ ადამიანის მიმართ, ვინც იღებს პროფესიონალურ დახმარებას.

“არსებობს ფონდები და უფასო შეკრებები, სადაც შეგიძლია მიხვიდე და მიიღო დახმარება, მაგრამ უფრო ადამიანებს ინდივიდუალურად და ანონიმურად უნდათ ამის გაკეთება ისევ სტიგმებიდან გამომდინარე.”

რესპონდენტი 1

სტუდენტები ასევე სუაბრობენ ინტერნალიზებულ ანუ თვითსტიგმაზე, რაც ძალიან ხშირად ხელს უშლის ადამიანს მიიღოს ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისი და უმეტეს შემთხვევაში სწორედ ეს არის მთავარი ბარიერი.

“ადამიანებს, რომლებსაც სტიგმები და სტერეოტიპები გააჩნიათ, ამ სერვისების მიღება ნეგატიურ ჭრილში გაყავთ და შენთან, როგორც ფსიქიკურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული პრობლემის მქონე ინდივიდთან დამოკიდებულებაში განსხვავებული მიდგომა შეიძლება ქონდეთ, ამან შეიძლება ძალიან უარყოფითი გავლენა იქონიოს შენზე.”

რესპონდენტი 7

ამგვარი სტერეოტიპული მიდგომა ადამიანს აფიქრებინებს, რომ მასში ნამდვილად არის პრობლემა, თვითშეფასება უქვეითდება და საკუთარ თავზე არასწორ წარმოდგენები ექმნება, რადგან ასეთ დროს ადამიანი ნაწილობრივ ეთანხმება სხვების აზრს. სწორედ ამას ამბობს ბანდურას სოციალურ-კოგნიტური დასწავლის თეორია. ბანდურას მიხედვით, პიროვნების

ქცევის ჩამოყალიბებაზე უდიდეს გავლენას ახდენს, როგორც ინდივიდუალური მახასიათებლები, ასევე სოციუმი და გარემო. (CSS, 2016)

როგორც კორიგანი და მისი კოლეგები ამბობენ, ინდივიდები საკუთარ თავზე ავრცობენ იმ სტერეოტიპებს, რასაც საზოგადოებაში აწყდებიან ფსიქიკური ჯანმრთელობის მიმართ და სწორედ ეს განაპირობებს თვითსტიგმატიზაციას. სწორედ ეს იდეა გამოიკვეთა კვლევის ფარგლებში გამოკითხული სტუდენტების პასუხებში. (Catalano et al., 2021)

“პირველი ბარიერია, როდესაც რაღაც ისეთს აკეთებ, რაც საზოგადოების მხრიდან არ არის მოწონებული, ესეთ ქცევას ზოგადად თავს არიდებ. ადამიანი მიდრეკილია ისეთი რაღაცეების კეთებისკენ რაც საზოგადოებას, ოჯახის წევრებს, მეგობრებს მოსწონს.”

რესპონდენტი 6

“ჩვენ ტვინებში ჩაბეჭდილი არის რომ ფსიქოლოგთან თუ მიდიხარ რაღაც გჭირს, რადგან ასე გვაქვს ნასწავლი, ასე გვესმის გარშემომყოფებისგან. შეიძლება ამბობდე, რომ არაფერი არ უდგას წინ დახმარების მიღებას, მაგრამ მენ რომ დაგჭირდეს უკვე გაგიჭირდეს ამის აღიარება.”

რესპონდენტი 8

აქედან გამომდინარე, თამამად შეიძლება ითქვას, რომ ფსიქიკური სერვისების მიღების ბარიერი სტუდენტებში სოციალურ სტიგმასთან ერთად თვითსტიგმაცაა, ხოლო ეს ორი ერთმანეთთან ძალიან მჭიდრო კავშირშია.

სტიგმის გარდა, გამოკითხულ სტუდენტთა აბსოლუტური უმრავლესობა ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების ერთ-ერთ მნიშვნელოვან ბარიერად ასახელებს ამ სერვისების სიძვირეს. იმის გათვალისწინებით, რომ დღეს სტუდენტებს ძირითადად არ აქვთ მაღალი შემოსავალი ფინანსური ბარიერი ძალიან დიდ როლს თამაშობს ამ საკითხში.

“სტუდენტს თავისი გასჭირვებია. 100-150 ლარი ძვირია თითო ვიზიტში, თან ერთი და ორი ვიზიტით არაფერი არ ხდება, რეგულარული სიარულია საჭირო. სტუდენტს ისედაც ათასი ხარჯი და საფიქრალი აქვს და თან როცა ოჯახს აწევს კისერზე, ეს საკმაოდ კოლოსალური თანხაა.”

რესპონდენტი 2

“ყველა სტუდენტს არ აქვს მატერიალური ხელმისაწვდომობა, თუნდაც კონსულტაცია რომ გაიარონ, კონსულტაციაც კი 100 ლარი ღირს ყველა ნორმალურ ფსიქოლოგთან.”

რესპონდენტი 10

ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღებასთან დაკავშირებული ბარიერების გადაჭრის გზები

სტუდენტებში ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღების შემაფერხებელ ბარიერებს კვლევაში მონაწილე რესპონდენტები სხვადასხვა გადაჭრის გზას უძებნიან სახელმწიფოსა და უნივერსიტეტების დონეზე. მათი აზრით, პირველ რიგში, საჭიროა ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესახებ საზოგადოების ცნობიერების ამაღლება ეს კი განათლების სისტემის პრეროგატივაა. სტუდენტები თვლიან, რომ სახელმწიფომ უნდა იზრუნოს ზოგადი განათლების სისტემის დახვეწაზე, რაც აუცილებლად დადებითად აისახება სოციუმის წარმოდგენებსა და დამოკიდებულებაზე ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებისადმი. გარდა ამისა, რესპონდენტების აზრით უნივერსიტეტებში უნდა გახსნას სპეციალური წრეები, უფრო ხშირად მოეწიოს მენტალური ჯანმრთელობის დღეები და ა.შ. ეს ყველაფერი სტუდენტებში გაზრდის მიმდებლობას პროფესიონალური სერვისებისადმი. ასევე, გამოკითხული სტუდენტები მიიჩნევენ, რომ საჭიროა ფსიქიკური ჯანმრთელობის პროფესიების უფრო მეტად დაფასება საზოგადოებისა და სახელმწიფოს მხრიდან, რათა უფრო მეტმა ადამიანმა ჩააბაროს ფსიქოლოგიაზე და გავიდეს ბაზარზე. ამგვარად, მიწოდება იქნება მოთხოვნის შესაბამისი, სერვისების ფასები დაიკლებს და უფრო მეტი ადამიანი შეძლებს პროფესიონალური დახმარების მიღებას.

„ეკონომიკური გაუმჯობესება თუ იქნება ზოგადად ქვეყანაში ეს სტუდენტის ჯიბეზეც იმოქმედებს და მან შეიძლება მისცეს იმ ფინანსური ხარჯების გაწევის საშუალება, რაც საჭიროა სერვისების მიზალბად“

რესპონდენტი 1

კვლევაში მონაწილე სტუდენტების მნიშვნელოვანი ნაწილი მიიჩნევს, რომ საჭიროა სახელმწიფოს მხრიდან მოხდეს ფსიქიკური ჯანმრთელობის დაზღვევის შეთავაზება სტუდენტებისთვის. აგრეთვე შესაძლოა დაფინანსდეს სპეციალისტთან კონსულტაცია, რათა ადამიანმა მიიღოს სწორი მიმართულება და გაიგოს როგორ გაიკვილოს გზა. თუმცა, უნდა აღინიშნოს, რომ ბარიერების გადაჭრის ყველაზე გრძელვადიან, მაგრამ რეალურ გზად სტუდენტებს საზოგადოებაში ცნობიერების ამაღლება და ქვეყანაში ეკონომიკური მდგომარეობის გაუმჯობესება ესახებათ.

დისკუსია

ნაშრომში განხილული ლიტერატურისა და მოცემული კვლევის შედეგებზე დაყრდნობით, შეიძლება ითქვას, რომ მენტალური ჯანმრთელობა ადამიანებისთვის ძალიან მნიშვნელოვანია. ამ კუთხით არც სტუდენტები არიან გამონაკლისნი, პირიქით, ეს არის ჯგუფი, რომელსაც განსაკუთრებული ყურადღება სჭირდება ფსიქიკური ჯანმრთელობის მხრივ. აღნიშნულ კვლევაში მონაწილე სტუდენტების უმრავლესობას საკმაოდ სწორი წარმოდგენა აქვთ ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესახებ და გაცნობიერებული აქვთ მისი როლი ადამიანის ცხოვრებაში. მოცემულ კვლევაში მონაწილე სტუდენტების ნაწილს მიაჩნია, რომ ადამიანმა პროფესიონალურ დახმარებას მხოლოდ უკიდურეს შემთხვევაში უნდა მიმართოს, ნაწილი თვლის, რომ ნებისმიერი ფსიქიკური ჯანმრთელობის გამოვლინების დროს დაუყოვნებლივ პროფესიონალური ჩარევა აუცილებელია, ხოლო, ნაწილი თანხმდება აზრზე, რომ ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისის მიღება აუცილებელი მაშინაც კი, როდესაც ინდივიდს არაფერი აწუხებს. ზავშვთა ფონდის მიერ 2023 წელს ჩატარებული კვლევის მიხედვითაც, სტუდენტების საშუალოზე მეტი რაოდენობა ფლობს გარკვეული ცოდნას ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესახებ. მიუხედავად ამისა, გაეროს კვლევაც და აღნიშნული კვლევაც გვიჩვენებს, რომ სტუდენტების დიდ ნაწილს არ აქვს ინფორმაცია ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების შესახებ. ისინი ძირითადად ვერ ასახელებენ კონკრეტულ პროგრამებსა და პროექტებს. რაც შეეხება ინფორმაციის მოძიების გზებს, ორივე კვლევის თანახმად ყველაზე ხშირად სტუდენტები ფსიქიკური ჯანმრთელობისა და სერვისების შესახებ ინფორმაციის მოსაძიებლად მიმართავენ ინტერნეტსა და სოციალურ ქსელებს. (UNICEF, 2023)

ნაშრომში განხილულ ლიტერატურასა და მოცემული კვლევის შედეგებზე დაყრდნობით, სტუდენტებში ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების უმთავრესი ბარიერებია: საზოგადოებაში დამკვიდრებული სტიგმა, თვითსტიგმა და სერვისების არახელმისაწვდომობა ფინანსური კუთხით. დღეს საქართველოში არსებული ეკონომიკური მდგომარეობა არ იძლევა საშუალებას, რომ ყველა სტუდენტმა მიიღოს ფსიქიკური ჯანმრთელობის მხრივ დახმარება. ფსიქიკური ჯანმრთელობის სპეციალისტების თანახმად, რომელთაც გაეროს კვლევაში მიიღეს მონაწილეობა, საზოგადოებაში არსებული სტიგმა ხშირად ხდება სტუდენტებისთვის სერვისების მიღების შემაკავებელი მიზეზი. (UNICEF, 2023) სწორედ იგივე დასტურდება მოცემული კვლევით, რომლის შედეგების თანახმადაც, ხშირად სტუდენტებს დამხმარების მიღებისგან საზოგადოებაში დამკვიდრებული სტიგმა და სტერეოტიპები აკავებთ. რაც შეეხება თვითსტიგმას, როგორც ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღების ბარიერს, კვლევის შედეგებისა და ალბერტ ბანდურას თეორიის გაანალიზების შემდგომ, შეიძლება ითქვას, რომ თვითსტიგმასა და სოციალურ-კოგნიტური დასწავლის თეორიას შორის ნამდვილად არის კავშირი. როგორც კორიგანი აკავშირებს ბანდურას თეორიასა და ფსიქიკური ჯანმრთელობის სტერეოტიპებთან, სწორედ ამგვარი კორელაცია შეინიშნება კვლევის შედეგებშიც. კორიგანის მიხედვით, როდესაც ადამიანი სოციუმში ხვდება სტერეოტიპულ დამოკიდებულებას ფსიქიკური ჯანმრთელობის მიმართ ის ახდენს საკუთარი თავის სტიგამიტიზაციას, ანუ უყალიბდება თვითსტიგმა, რაც აიხსნება ბანდურას სოციალურ-კოგნიტური თეორიით, რომლის მიხედვითაც ადამიანის ქცევებს აყალიბებს როგორც პირადი მახასიათებლები, ასევე სოციუმი და გარემო. (Catalano et al., 2021) კვლევაში მონაწილე სტუდენტები ამბობენ სწორედ იმას, რომ საზოგადოებაში არსებული სტერეოტიპები თავისთავად ჯდება მათ ქვეცნობიერში, რაც უჩენთ თვითსტიგმას, ხოლო თვითსტიგმა კი ხდება ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიღების ერთ-ერთი სერიოზული ბარიერი.

დასკვნა

საბოლოო ჯამში, დასკვნის სახით უნდა ითქვას, რომ სტუდენტებისთვის ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისები არც თუ ისე ხელმისაწვდომია. მიუხედავად იმისა, რომ სტუდენტები საკმაოდ დიდ მნიშვნელობას ანიჭებენ ადამიანის ცხოვრებასი ფსიქიკურ ჯანმრთელობას და ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისებს, მათ პროფესიონალური დახმარების მიღებაში ხელს სხვადასხვა ბარიერები უშლით. უმთავრესი ბარიერი სტუდენტებში არის სოციალური სტიგმა და თვითსტიგმა. ეს ორი ერთმანეთთან მჭიდრო კავშირშია. სტუდენტები თვლიან, რომ ახალ თაობაში ფსიქიკური ჯანმრთელობის მიმართ სტიგმა და სტერეოტიპები მაინც არსებობს, მაგრამ არა ისე მძაფრად, როგორც უფროს თაობებში. გარდა ამისა, ფსიქიკური ჯანმრთელობის მიღებისგან სტუდენტებს ფინანსური ბარიერიც აფერხებთ. რაც შეეხება ფსიქიკური ჯანმრთელობისა და სერვისების შესახებ ცნობების მოპოვებას, სტუდენტები ძირითადად ამას ინტერნეტისა და სოციალური მედიის საშუალებით აკეთებენ.

მოცემული კვლევის შედეგებისა და განხილული ლიტერატურის ანალიზის საფუძველზე შესაძლოა რეკომენდაციების შეთავაზება ძირითადად სახელმწიფო და საუნივერსიტეტო დონეზე. იმისათვის, რომ ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიმართ სტუდენტებში მიმდებლობა გაიზარდოს, პირველ რიგში საჭიროა ცნობიერების ამაღლება ფსიქიკური ჯანმრთელობის შესახებ, რაც შესაძლოა მოხდეს სხვადასხვა პროექტებისა და პროგრამების საშუალებით. ეს აუცილებელია იმისთვის, რომ საზოგადოებაში დამკვიდრებული არასწორი სტერეოტიპები და სტიგმა შეიცვალოს დადებითი დამოკიდებულებითა და მიმდებლობით ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების მიმართ. გარდა ამისა, სახელმწიფომ და უნივერსიტეტებმა უნდა იზრუნონ სტუდენტებისთვის ფსიქიკური ჯანმრთელობის სერვისების ხელმისაწვდომობის გაზრდაზე. შესაძლოა სახელმწიფომ შექმნას სადაზღვეო სისტემა სტუდენტებისთვის, ან წამოიწყოს უფასო პროგრამები, რომლებიც სტუდენტებს პროფესიონალთან თუნდაც უფასო კონსულტაციას შესთავაზებს. რაც შეეხება უნივერსიტეტებს, მათ შესაძლოა შექმნან ფსიქიკური ჯანმრთელობის პროექტები, რომლებიც სტუდენტებს მისცემს ფსიქიკურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებით თავიანთი გამოცდილებების დაცულ სივრცეში გაზიარების საშუალებას, საშუალების შემთხვევაში კი სპეციალისტთან კონსულტაციის შესაძლებლობას.

გამოყენებული ლიტერატურა

1. ხეჩუაშვილი, ლ. (2013). პიროვნება - შესავალი პიროვნების ფსიქოლოგიაში. თბილისი
2. UNICEF. (2023). უნივერსიტეტის სტუდენტებს შორის ფსიქიკური ჯანმრთელობისა და სერვისებზე ხელმისაწვდომობის კვლევა. თბილისი: UNICEF.
3. APA. (n.d.). APA Dictionary of Psychology. Retrieved from [dictionary.apa.org: https://dictionary.apa.org/mental-health-services](https://dictionary.apa.org/mental-health-services)
4. Bryant, J., & Welding, L. (2023, February 15). College Student Mental Health Statistics. Retrieved from [bestcolleges.com: https://www.bestcolleges.com/research/college-student-mental-health-statistics/#how-many-college-students-experience-mental-health-conditions](https://www.bestcolleges.com/research/college-student-mental-health-statistics/#how-many-college-students-experience-mental-health-conditions)
5. Catalano, Brown, Lucksted, Hack, & Drapalski. (2021). Support for the social-cognitive model of internalized stigma in serious mental illness,. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022395621000819>.
6. CDC. (2023, აპრილი 25). mental health. Retrieved from [cdc.gov: https://www.cdc.gov/mentalhealth/learn/index.htm](https://www.cdc.gov/mentalhealth/learn/index.htm)
7. CSS. (2016). Socia-cognitive Learning Theory. Retrieved from [dictionary.css: https://dictionary.css.ge/content/socia-cognitive-learning-theory](https://dictionary.css.ge/content/socia-cognitive-learning-theory)
8. Darice Warren. (2023). The State of Mental Health in America 2023: Adult Prevalence and Access to Care. Retrieved from [nssbehavioralhealth.com: https://www.nssbehavioralhealth.com/nss-blog-the-state-of-mental-health-in-america-2023-adult-prevalence-and-access-to-care/](https://www.nssbehavioralhealth.com/nss-blog-the-state-of-mental-health-in-america-2023-adult-prevalence-and-access-to-care/)
9. Goffman, E. (2022). Stigma - Notes on the managment of spoiled identity. Penguin Classics.

10. Hobson. (2008). THE EFFECTS OF MENTAL HEALTH EDUCATION ON REDUCING STIGMA AND INCREASING POSITIVE ATTITUDES TOWARD SEEKING THERAPY. Humboldt State University.
11. Katz, J. M. (2023). Challenge case on mental health. Universitu of Pittsburgh.
12. Ochnik, D., Rogowska, A., & Kuśnierz, C. (2021). Mental health prevalence and predictors among university students in nine countries during the COVID-19 pandemic: a cross-national study. Nature.com.
13. Pfeiffer. (2022). Barriers to Seeking Psychotherapy for Mental Health Problems in Adolescents: a mixed method study. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02364-4>.
14. Rebecca Long, Marley Hall. (2023, თებერვალი 15). College Student Mental Health Statistics. Retrieved from bestcolleges.com: <https://www.bestcolleges.com/research/college-student-mental-health-statistics/#how-many-college-students-experience-mental-health-conditions>
15. TNC. (n.d.). Study Reveals Lack of Access as Root Cause for Mental Health Crisis in America. Retrieved from thenationalcouncil.org: <https://www.thenationalcouncil.org/news/lack-of-access-root-cause-mental-health-crisis-in-america/>
16. Warren, D. (2023). The State of Mental Health in America 2023: Adult Prevalence and Access to Care. Retrieved from nssbehavioralhealth.com/: <https://www.nssbehavioralhealth.com/nss-blog-the-state-of-mental-health-in-america-2023-adult-prevalence-and-access-to-care/>
17. WHO. (2022, ივნისი 17). Retrieved from WHO.int: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>