

Milí priatelia,

je mi veľkým potešením, smieť Vás po 15 rokoch znova pozvať do Bratislavy, aby sme sa na tejto konferencii venovali výzvam súvisiacim s duševným zdravím, ktoré vznikajú v dôsledku významných zmien neustále sa transformujúcej spoločnosti. Stretneme sa pri príležitosti 15. výročia vzniku Národného programu duševného zdravia Slovenskej republiky (ďalej NPDZ), ktorý prispel okrem iného aj k zmene v povedomí spoločnosti o duševnom zdraví. Napríklad tým, že aj v tejto oblasti dochádza k prekonávaniu povestného nedemokratického „o nás bez nás“.

NPDZ sa totiž opiera o Konceptiu Svetovej zdravotníckej organizácie (ďalej WHO) z roku 2002 o podpore a prevencii duševného zdravia. Podľa nej sú za jeho podporu zodpovední predovšetkým tí, ktorí majú vytvárať vhodné podmienky pre zdravý vývoj občanov, čiže spoločnosť, rodina a vzdelávací systém. Od tejto podpory sa odvíjajú nasledujúce tri stupne prevencie: primárna, sekundárna a terciárna. Primárna prevencia sa zameriava na ochranu jednotlivcov pred ochorením, zraňovaním a zneužívaním; sekundárna predstavuje ich liečbu a terciárna sa zameriava na ich rehabilitáciu.

Východiskom tejto koncepcie už nie sú poruchy alebo choroby, ako je to charakteristické pre bio-medicínsky model. Je ním celistvý človek, ktorý je ako bio-psycho-sociálna bytosť schopný nielen prijať poruchy a choroby ako integralnu súčasť života, ale sa od nich aj oslobodiť.

To je aj v súlade s ďalšou požiadavkou WHO, podľa ktorej by sa každému mala poskytnúť spravodlivá šanca využiť svoj zdravý potenciál tak, aby sa prekonali všetky odvrátiteľné prekážky k jeho

naplneniu. Inak povedané, ide o to, aby na rozvoj ľudského potenciálu boli vytvorené také podmienky, ktoré zohľadňujú prirodzené potreby človeka žiť svoj život tak, ako ho chcú žiť aj druhí. Názorným príkladom je hnutie ľudí so schizofréniou „Recovery“, postavené na potenciáli uzdravenia, ktorý im umožňuje dosiahnuť otočenie sa od krízy k šanci.

Aj keď dnes už môžeme stavať na takýchto priaznivých okolnostiach, sme vystavovaní stále novým výzvam a otázkam, ktoré chceme spoločne zodpovedať: Ak spoločnosť otvára možnosti integrácie pre všetkých jej členov, aké nové problémy vznikajú? Neprispejú zároveň k väčšiemu pochopeniu, k nájdeniu rozvážnejších spôsobov kooperácie, a tým aj k lepšiemu vývoju?

Nevyžaduje si takýto vývoj opakujúci sa proces reflexií a modifikácií?

Je potrebné znovu zvážiť, kde sa nachádzame dnes s ohľadom na podporu duševného zdravia vo svojich rôznych formách. Zahŕňa to úctu ku každému človeku, zníženie stresu v školách a na pracoviskách, kultivované medziľudské vzťahy, ale aj otázky výživy, pohybu, oddychu, spánku, konzumácie alkoholu a fajčenia atď. Naviac by sme mali mať na zreteli jasnú súvislosť medzi podporou zdravia a schopnosťou viesť zmysluplný život. Svoj rozvíjajúci sa ľudský potenciál rozlišovania medzi tým, čo je viac a čo menej dôležité, tak môžeme vyváženejšie integrovať do svojho spôsobu žitia.

Takisto by sme sa mali zamyslieť nad primárnou prevenciou. Nezahŕňa naše právo predchádzať sebaapretáženiu alebo vyhoreniu vo svojich najrôznejších formách, počnúc raným detstvom? Tiež by nám prospelo učiť sa vzájomne z rôznych smerodajných

praktických príkladov plodnej spolupráce v rámci podpory a prevencie, ktoré jednotlivcov chránia pred zraňovaním a znevažovaním. S tým úzko súvisí zabezpečenie uzdravovania a integrácie do spoločnosti predovšetkým pre tých, ktorí to najviac potrebujú.

V týchto časoch rýchlych zmien je vhodná doba na zastavenie sa a prehodnotenie, aby sme nepremárnili dnes sa nám vynárajúce príležitosti.

V Bratislave si chceme navzájom ozrejmiť, aké praktické implikácie sú potrebné. Spolupráca na vzajomné prejednanie týchto otázok začína práve tu a teraz.

Vítajte na križovatke Bratislava.

Pětr Nawka, predseda Integrity