

WYLECZENIE I WYZDROWIENIE JEST REALNE

My, którzy wyzdrowieliśmy z choroby psychicznej wiemy z własnego doświadczenia, że powrót do pełni zdrowia jest realny. Wiemy również, że wyzdrowienie jest czymś więcej niż tylko remisją choroby ukrytą w naszych duszach. Myśmy doświadczyli wyleczenia i jesteśmy scaleni, tak jak byliśmy rozbici. Jesteśmy teraz często konfrontowani z nie przekonanymi profesjonalistami pytającymi: „Jak Pan mógł wyjść z tak beznadziejnej sytuacji?” Gdy przedstawiamy im swe świadectwa powiadają, że jesteśmy wyjątkami. Nazywają nas „pseudoconsumers” - pseudopacjentami. Mówią, że nasze doświadczenie nie ma związku z ich poważnie i biologicznie chorymi w szpitalach psychiatrycznych.

Niedawno doświadczyłem ponownie negatywnej postawy odnośnie mego uleczenia. Znajoma podczas dyskusji na kursie psychologii powiedziała, że zna kogoś, kto miał schizofrenię, wyzdrowiał i został psychiatrą. „Musiał być źle zdiagnozowany” - powiedział profesor. Razem przyjrzelśmy się moim wczesnym symptomom z lat 1969-1974. Wzięliśmy pod uwagę kryteria schizofrenii w myśl DSM IV z tego okresu. Gdy potem przedstawiła historię mojej choroby profesorowi, zrewidował swą postawę i stwierdził, że początkowa diagnoza była w porządku. Wątpił jednak, że wyzdrowiałem i powiedział: „możemy mówić w tym wypadku o tzw. defekcie poschizofrenicznym”. Czy po tym jak otrzymałem dyplom psychiatry, pracowałem 11 lat jako dyrektor medyczny centrum zdrowia psychicznego, a teraz od trzech lat prowadzę „National Empowerment Center”, można mówić u mnie o „defekcie poschizofrenicznym”? Ten epizod wyjawiał głębię negatywnych postaw jakich uczy się studentów. Ponadto choroba psychiczna jest postrzegana jako nieuleczalna do końca życia. Dlatego każdy kto dziś wydaje się uzdrowiony wcale pewnie nie chorował. To pozostawia wielu z nas z pytaniami jak pomóc i jak nie urazić tych, którzy z powodu swego stanu nie mogą teraz wypowiedzieć się sami.

Przykład ten ilustruje dylemat wielu, którzy wyzdrowieli z choroby psychicznej. Może łatwiej byłoby - patrząc krótkowzrocznie - zapomnieć i nie mówić innym o swych doświadczeniach. Ale u wielu z nas korzyści z mówienia o tym przeważają nad ryzykiem. Dzięki opowiadaniu o tym otwieramy szersze możliwości pomocy jako już uzdrowieni, kontynuujemy nasze zdrowienie oraz pomagamy w redukowaniu stygmatyzacji innych. Teraz, gdy nasza opowieść została zlekceważona, mimo że zaryzykowaliśmy swą pozycją społeczną, pracą czy ubezpieczeniem dając to świadectwo, mamy wrażenie, że zaatakowano naszą prawość.

Podobny pesymizm istnieje we wspólnocie lekarskiej, a dotyczy prognoz uleczalności chorób manifestujących się fizycznie takich jak choroby serca czy rak (mimo ewidentnych faktów uzdrowienia z tych chorób) zobacz „Healing and the Mind” (Leczenie i umysł) Bill'a Moyers'a. Zgadzam się z dr Andrew Weipem, który konkluduje w swej książce „Spontaneous Heilig” (Spontaniczne leczenie), że „medyczny pesymizm rośnie, gdyż praktyka medyczna utrzymuje iluzję kontroli nad życiem i śmiercią (oraz zdrowiem).... W każdym przypadku, gdy pacjent po

kuracji nie czuje się lepiej lub umiera, lekarze konfrontowani są z faktem iluzoryczności tej kontroli". Zgadzam się również z jego tezą, że my wszyscy budujemy w sobie system samoleczenia. Jest to podstawą myślenia naszego N.E.C. polegającą na postawie samokontroli nad swym zdrowiem.

By lepiej zrozumieć wagę uzdrawiania z choroby psychicznej N.E.C. planuje szerokie badania przypadków uzdrowień i wyleczeń. Mamy zamiar zarejestrować różne czynniki prowadzące nas do ponownego odgrywania znaczących ról społecznych. Może odkryłeś jakieś powtarzalne strategie (terapię)? Może pomogły ci dobre relacje zawodowe czy osobiste? Może zaważyły jakieś materiały edukacyjne lub warsztaty (kursy)? Powitamy twoją historię uzdrowienia z radością. Szczególnie chętnie wyczekujemy na historie młodych ludzi oraz przedstawicieli innych ras, gdyż są oni mniej reprezentowani w grupach pacjentów uratowanych. Nie przyrzekamy jednak, że je wszystkie opublikujemy.

Opowiadając swą historię pomagasz zredukować straszne brzemie pesymizmu i stygmatyzacji. Czyniąc to za każdym razem dajesz nową nadzieję innym poszukującym motywacji duchowej oraz czynisz ten świat bezpieczniejszym by inni chętniej chcieli do niego powrócić.