http://timarit.is/view_page_init.jsp?issId=200930&pageId=3029323&lang=is&q=Ge%F0hj%E1lp

DV-MYNDIR GVA

Krossfarinn

Sigursteinn Másson hefur breytt viðhorfi samfélagsins til geðsjúkra. Hann ræðir í viðtali um fordómana, baráttuna, fyrirgefninguna og afleiðingar Englanna.

Það vakti gríðarlega athygli þegar Sigursteinn Másson steig inn í kastljósið fyrir tveimur árum og sagði frá reynslu sinni af geðhvarfasýki. Sigursteinn hafði þá skapað sér gott orð fyrir fréttamennsku á Stöð 2 auk þess sem hann hafði gert mest umtöluðu heimildarmyndaröð íslenskrar fjölmiðlasögu, Aðför að lögum, þar sem hann tók fyrir Guðmundar- og Geirfinnsmál. Gerð þáttanna átti eftir að breyta lífi hans og í kjölfar þeirra beindi hann kröftum sínum í nýjan farveg.

Misnotað traust

Ekki er nema ár síðan Sigursteinn tók við formennsku í Geðhjálp eftir miklar deilur innan félagsins um grundvallaratriði í starfsemi þess. Hefðu flestir talið ólíklegt að á einu ári tækist nýrri stjórn að skapa sér það traust sem þurfti til að vinna stuðning þjóðarinnar á jafn ótvíræðan hátt og kom fram í landssöfnun Geðhjálpar sem er nýlokið.

„Það er í raun ótrúlega stutt síðan þessi átök voru miðað við stöðu okkar í dag," segir Sigursteinn. „Á þessum tíma var gerð gróf aðför að félaginu af hópi fólks sem hafði eitthvað allt annað í hyggju en ég og sú stjórn sem nú situr. Ég er kjörinn til tveggja ára og er ekki á förum en aðalfundur Geðhjálpar verður haldinn í lok mánaðarins. Það eru stór verkefni fram undan. Við þurfum að verja þeim fjármunum sem söfnuðust til að byggja upp nýja meðferð og ný störf. Við þurfum að átta okkur á því hvort hið opinbera sé tilbúið að fara þessa vegferð með okkur og þjóðinni, þeim sem lögðu okkur lið. Þá kemur í ljós hvort menn sjá þá gríðarlegu möguleika sem í þessu felast. Tapaðar vinnustundir, lyfja- og lækniskostnaður vegna geðsjúkdóma kosta þjóðina þrjátíu milljarða á ári. Nú er að sjá hvort forsætisráðherra og heilbrigðisráðherra standa við stóru orðin úr þinginu; eru menn tilbúnir til að breyta orðum í efndir, fara nýjar leiðir þar sem notendasjónarmiðin haldast í hendur við þau faglegu? Ef menn eru tilbúnir til þess er mikið hægt að gera. Ef stuðningur hins opinbera kemur ekki til getum við sjálf gert ýmislegt; við ætlum ekki að láta þessa peninga gufa upp í einhverjum rekstri. Almenningur mun fá að fylgjast með hvernig fjármunirnir verða nýttir. Það er gríðarlega mikilvægt nú þegar fólk upplifir siðferðisbresti og dómgreindarskort í samfélaginu. Það skiptir öllu máli fyrir lítið félag eins og Geðhjálp, sem þó er fulltrúi 70 þúsund manna, að við stöndum undir væntingum og því trausti sem fólk ber til okkar. Það er líka mjög mikilvægt að þeir sem þurfa á þjónustu okkar að halda viti hvar hún er og geti nálgast hana."

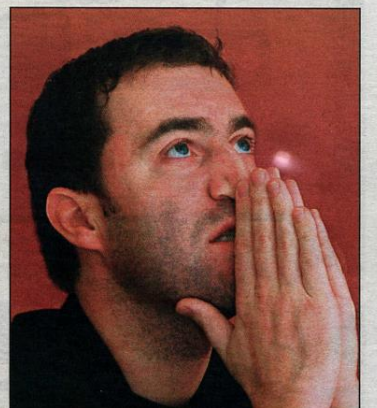
Sigursteinn segir að í fréttamálum síðustu mánaða, Árna-málinu, Landssíma-málinu og Þjóðmenningarhúss-málinu megi sjá hliðstæðu þess sem félagar Geðhjálpar upplifðu fyrir réttu ári.

„Starfsfólk Geðhjálpar og á annan tug manna misnotaði aðstöðu sína og traust skjólstæðinga Geðhjálpar, skaraði eld að sinni köku, sinnti ekki störfum sínum og braut þannig grundvallarmannréttindi mjög geðsjúks fólks sem gat engum treyst nema þessum starfsmönnum. Og það var ekki nokkur leið að þetta starfsfólk og geðlæknirinn sem fór fyrir því gæti horfst í augu við að það sem það gerði var rangt; það vildi halda áfram á sömu braut."

Viðhorfsbreytingin hefði nægt

Umræðan um geðheilbrigði var mjög áberandi í kringum söfnunina og segir Sigursteinn að félagið hafi fengið mikil viðbrögð og mun fleiri leiti sér aðstoðar og upplýsinga hjá Geðhjálp eftir að umræðan hófst.

„Við finnum að margir virðast tilbúnir til að taka á sínum málum og laga stöðu sína. Og þótt ekki hefði safnast króna hefði þessi viðhorfsbreyting verið sigur í sjálfu sér og það hefði nægt mér," segir Sigursteinn sem fyrir tveimur árum tók þátt í því að stofna sjálfshjálparhópa innan Geðhjálpar þar sem fólk sem á við svipuð vandamál að stríða kemur saman og deilir reynslu sinni. Hann segir að allar flokkanir séu erfiðar og að á næstunni muni þær eflaust breytast og meira verði horft á hvern einstakling fyrir sig. „Því miður hefur vegna fordómanna sem ríkt hafa gegn geðsjúkdómum viðgengist handarbakavinna í geðheilbrigðiskerfi veraldarinnar. Það hefur einkennst af rangri lyfjagjöf, ónákvæmum og flaustурslegum sjúkdómsgreiningum sem oft hafa valdið miklu tjóni. Það þarf að skoða þessi mál upp á nýtt. Virk eftirmeðferð þarf að taka við af hinni eiginlegu lyfjameðferð inni á deild til að hægt sé að gera stórum hluta fólks kleift að lifa venjulegu lífi og leggja sitt af mörkum í stað þess að vera byrði á þjóðfélaginu. Alþjóða heilbrigðisstofnunin telur að ef geðheilbrigðismál verði ekki tekin til endurskoðunar munum við standa frammi fyrir risavöxnu vandamáli og það einnig í efnahagslegu tilliti."



Á valdi djöfulsins

„Það er engin spurning að geðraskanir og geðsjúkdómar eru nátengdir áföllum og sérstökum upplifunum fólks. Á tímabili vildu geðlæknar meina að svo væri sjaldnast heldur væri meginvandinn af erfðafræðilegum toga. Fáir halda því þó fram í dag. Þegar við veltum því fyrir okkur hvers vegna geðsjúkdómar hafi færst í vöxt verðum við að hafa nokkra hluti í huga. Í fyrsta lagi er umræðan nýkomin upp á yfirborðið, í öðru lagi er alkóhólismi og þunglyndi nátengt og í flestum tilfellum óaðskiljanlegt. Alkóhólismi er geðsjúkdómur og í gegnum tíðina höfum við glímt við mikið áfengisvandamál og það unga fólk sem leiðist út í mikla áfengisneyslu og neyslu eiturlyfja verður í 50% tilvika geðsjúkt á einhvern hátt.

Á miðöldum var fólk brennt á báli og voru það fyrst og fremst geðsjúkir sem urðu logunum að bráð því þeir voru taldir göldróttir og á valdi djöfulsins. Enn eru til kirkjulegir söfnuðir hér á landi þar sem jafnvel prestar halda því fram að þunglynt fólk sé andsetið.

Aukning geðsjúkdóma er að hluta til vegna þess að fólk kemur út úr skápnum og leitar sér hjálpar. Að hluta er það samfélagsleg eðlis. Fjölskyldurnar eru veikari en áður, meiri hraði og losarabragur yfir samfélaginu og barátta fyrir lífsgæðunum er hörð þannig að það hlýtur eitthvað að gerast. Náin mannleg samskipti minnka og það hefur áhrif á geð okkar."

Afleiðingar Englanna

Í gegnum tíðina hafa list og geðsjúkdómar stundum verið tengd. Frægir listamenn hafa þjáðst af geðsjúkdómum og einnig hafa margir listamenn reynt að setja sig inn í hugarheim geðsjúkra. Sumir mundir standa yfir sýningar á myndinni A Beautiful Mind þar sem Russell Crowe fer með hlutverk Johns Nash, vísindamanns sem átti við geðræn vandamál að stríða. Ekki er langt síðan myndin Englar alheimsins eftir Friðrik Þór Friðriksson var sýnd. Sigursteinn segir að skammtímaáhrifin af slíkum myndum séu ekki jákvæð.

„Eftir sýningu Engla alheimsins kom sjálfsvígsbylgja en tíðni sjálfsvíga hefur aukist stöðugt síðustu árin. Ég hef reyndar alltaf haft efasemdir um að það sé ástæða til að líta svo á að umfjöllun um sjálfsvíg auki tíðni þeirra. Skammtímaáhrif mynda eins og Engla alheimsins geta verið neikvæð en til lengri tíma litið eru áhrifin jákvæð. Það er ákveðinn galli á myndum eins og Englum alheimsins að Kleppur skuli vera sýndur með þeim hætti sem raunin er því sú mynd er engan veginn rétt. Staðreyndin er reyndar sú að um 1980 var unnið miklu betra starf á geðdeildum en í dag. Þá var ekki jafn mikið fjárskveiti.

A Beautiful Mind er að mörgu leyti fín mynd en það vill brenna við að í kvikmyndum sé í gildi ákveðin steríótýpuhugmynd um geðsjúkling sem verður oft líkari þroskaheftum einstaklingi en geðsjúkum. Ég hef ekki enn séð trúverðuga kvikmynd um geðsjúka einstaklinga."

Skelfilegur vítahringur

Enginn er búinn undir það að verða geðsjúkur. Hvernig skyldi manni líða á því augnabliki þegar í fyrsta sinn er horft í augu við sjúkdóminn?

„Skömm, sjálfsfyrirlitning, niðurlæging, afneitun; það er svo margt sem brýst um í kollinum á manni á þessum tíma. Það eykur enn á þunglyndið og tilgangsleysið, maður hafnar sjálfum sér og gefur sér að aðrir hafni manni líka. Allt verður vonlaust og ástæðulaust að fara fram úr á morgnana, hvað þá að fara til vinnu. Þunglyndistímabilið sem tugþúsundir eiga í, og á þessu augnabliki mörg þúsund, er alveg skelfilegt því það lýtur engum rökum, engri skynsemi. Þessi sterka tilfinning er bara þarna og grefur um sig; mann langar að svipta sig lífi og því miður gera það margir. Oft er talað um geðklofa sem erfiðan sjúkdóm en þunglyndi er að mörgu leyti alvarlegasti sjúkdómurinn. Alvarlegu þunglyndi fylgir framtaksleysi, sjálfsfyrirlitning og það að maður missir alla trú á sjálfum sér og framtíðinni. Maður missir tökin á veröldinni og öllum sem eru í kringum mann: heimurinn er ekki lengur tækifæri heldur kvöl. Því miður eru alltof fá úrræði fyrir þetta fólk. Við þurfum að fá opinbera aðila í lið með okkur til að berjast af alefli gegn þunglyndinu. Þetta snýst ekki bara um lyf; það verður að virkja fólk og veita því sjálfsvirðinguna að nýju og til þess þurfum við nýjar aðferðir. Það verður að rífa fólk upp í stað þess að láta það kveljast mánuðum saman. Það mætir í vinnu og setur upp ákveðna grímu en þjáist af einbeitingarleysi og gerir því ranga hluti. Það er mikið frá vinnu vegna veikinda og missir vinnuna. Þetta er skelfilegur vítahringur.

Ég upplifði sem betur fer ekki alvarlegt þunglyndi en hugsaði samt um að tilvera mín væri á enda. Í þrjú ár átti ég jafnoft í veikindum þar til ég ákvað að ég myndi ekki bara vinna í minum málum heldur málum annarra sem væru á sama báti. Sú leið sem ég fór var nákvæmlega sú rétta fyrir mig. Ég held að við séum fædd á þessa jörð til að bæta umhverfi okkar. Flestir eignast börn og stærsta verkefni þeirra er að búa þeim góða umgjörð og gera þau að góðum manneskjum. Ég er ekki í þeirri stöðu þannig að ég geri eitthvað annað. Ég hef alltaf haft gríðarlega þörf til að hafa áhrif á umhverfi mitt sem sést vel á því að ég var næstum búinn að drepa mig vegna þess hversu langt ég fór með Guðmundar- og Geirfinnsmálin. Ég trúi því að sú þáttagerð hafi haft áhrif því að 90% þjóðarinnar taldi dómana ranga eftir sýningu þáttanna.

Það starf sem ég hef unnið fyrir Geðhjálp er kannski meira drifið áfram af sjálfselsku en þörf til að þjóna fólki. Ég upplifi þetta sem eitthvað sem ég verði að gera. Geðhjálp er núna sterkt félag og öflugra en áður. Uppbyggingarferlið er komið vel af stað eftir niðurrifstilraunina sem var gerð fyrir ári. Möguleikarnir eru gríðarlegir og þjóðin er með okkur og skilur þörfina."

Ríkari af reynslunni

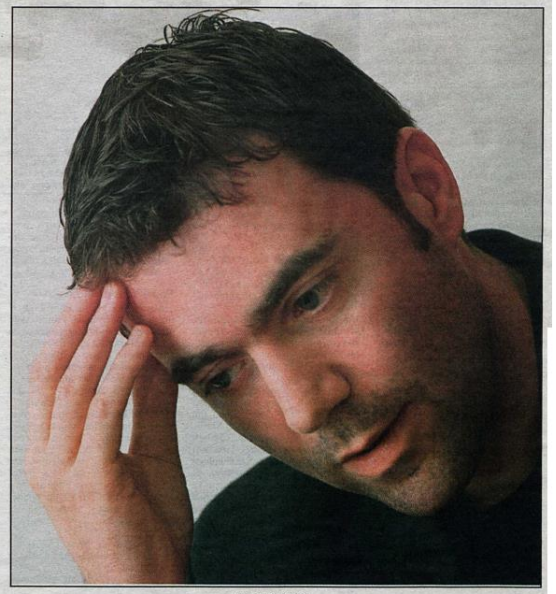
Það hlýtur að vera stórt skref fyrir þekktan fjölmiðlamann að segja frá geðsjúkdómi sínum en Sigursteinn segist ekki hafa fundið fyrir neinum breytingum á því hvernig fólk leit á hann.

„Auðvitað eru einstaka púkar og siðblindingjar í þessu samfélagi sem reyna að nýta sér sjúkdóm minn og gera mig tortryggilegan og draga hæfni mína í efa. Það gerðist til dæmis í kringum brottför mína frá Skjá einum. En það skiptir mig ekki nokkru máli. Þetta eru fáir menn og einmana sem eru illa farnir á sálinni og ég vorkenni þeim meira en svo að ég geti hatast út í þá. Eini stóri minnihlutahópurinn sem ég tilheyri ekki eru nýbúar af asískum kynþætti eða blökkumanna: ég er samkynhneigður og með geðsjúkdóm. Og það er það sem ég er og ef menn vilja draga hæfni mína í efa út af öðru hvoru, þá verði þeim að góðu. Þangað til ég vakna upp sem blökkumaður þá hef ég engar áhyggjur.

Sama samfélagsins hefur þá kosti að fólk er fljótt að átta sig, þorri landsmanna hefur ríka réttlætis- og siðferðiskennd og lætur ekki segja sér hvað sem er. Ég er auðvitað heppinn að því leyti að starf mitt í fjölmiðlum gerir það erfiðara að koma einhverjum skít á mig eins og að ég sé óstarhæfur vegna geðhvarfasýki. Það er hins vegar fullt af fólki sem ég veit um sem hefur verið rekið eftir að hafa farið í meðferð og það er andstyggilegt. Hjá opinbera aðilanum er erfiðara með að segja fólki upp og þar er fólk frekar flutt til í starfi í von um að það flosni upp og hætti. Þetta gerist og lögfræðingur okkar vinnur í slíkum málum. Oft er hins vegar litið hægt að gera því ekki þarf að gefa upp ástæðu fyrir brottrekstri. Því miður eru margir vinnuveitendur svínslegir í þessu tilliti og sýna litinn skilning.

Ég hef verið heppinn í lífinu öllu og vildi síst vera annar en ég er. Eftir á að hyggja var reynslan af því að fá geðsjúkdóm nokkuð sem ég vildi ekki missa af. Ég tel að mér hafi verið ætlað að fá þennan sjúkdóm. Ef ég hefði ekki orðið geðsjúkur held ég að ég væri mun fátækari en ég er þegar upp er staðið." -sm

„Ég hef verið heppinn í lífinu öllu og vildi síst vera annar en ég er. Eftir á að hyggja var reynslan af því að fá geðsjúkdóm nokkuð sem ég vildi ekki missa af. Ég tel að mér hafi verið ætlað að fá þennan sjúkdóm. Ef ég hefði ekki orðið geðsjúkur held ég að ég væri mun fátækari en ég er þegar upp er staðið."



Tilgangur lífsins

„Ég held að við séum fædd á þessa jörð til að bæta umhverfi okkar. Flestir eignast börn og stærsta verkefni þeirra er að búa þeim góða umgjörð og gera þau að góðum manneskjum. Ég er ekki í þeirri stöðu þannig að ég geri eitthvað annað. Ég hef alltaf haft gríðarlega þörf til að hafa áhrif á umhverfi mitt sem sést vel á því að ég var næstum búinn að drepa mig vegna þess hversu langt ég fór með Guðmundar- og Geirfinnsmálin. Ég trúi því að sú þáttagerð hafi haft áhrif því að 90% þjóðarinnar taldi dómana ranga eftir sýningu þáttanna."

Geðsjúkir brenndir á báli

„Á miðöldum var fólk brennt á báli og voru það fyrst og fremst geðsjúkir sem urðu logunum að bráð því þeir voru taldir göldróttir og á valdi djöfulsins. Enn eru til kirkjulegir söfnuðir hér á landi þar sem jafnvel prestar halda því fram að þunglynt fólk sé andsetið."

Maður í minnihluta

„Eini stóri minnihlutahópurinn sem ég tilheyri ekki eru nýbúar af asískum kynþætti eða blökkumanna: ég er samkynhneigður og með geðsjúkdóm. Og það er það sem ég er og ef menn vilja draga hæfni mína í efa út af öðru hvoru, þá verði þeim að góðu. Þangað til ég vakna upp sem blökkumaður þá hef ég engar áhyggjur."