

Ljubljana, 9. oktober 2020

## ŽIVLJENJE Z IZKUŠNJO OSEBNOSTNE MOTNJE: KAKO RAZPLETATI VOZLE ZAPLETENIH ODNOSOV? (sporočilo za javnost o dogodkih ob svetovnem dnevu duševnega zdravja 2020)

Ob obeleženju letošnjega svetovnega dneva duševnega zdravja 10. oktobra smo v okviru programa OMRA (kratica za: Opismenjevanje o motnjah razpoloženja in osebnostnih motnjah) pripravili vrsto prireditev, ki so v prizadevanju za zajezitev širjenja koronavirusnih obolenj potekale na spletu. Z njimi smo med drugim opozorili na izkušnjo osebnostne motnje, ki se v različnih oblikah izraža pri okoli 10 odstotkih ljudi. Kot velja za večino težav v duševnem zdravju, je tudi v tem primeru iskanje strokovne pomoči še vedno zelo (samo)stigmatizirano.

Prireditve, ki smo jih pripravili partnerji programa OMRA (Druženomedicinski inštitut ZRC SAZU v sodelovanju z Inštitutom Karakter in društvoma Altra ter Projekt Človek), so se zvrstile med 7. in 9. oktobrom pod skupnim naslovom »Življenje z izkušnjo osebnostne motnje: kako razpletati vozle zapletenih odnosov?«.

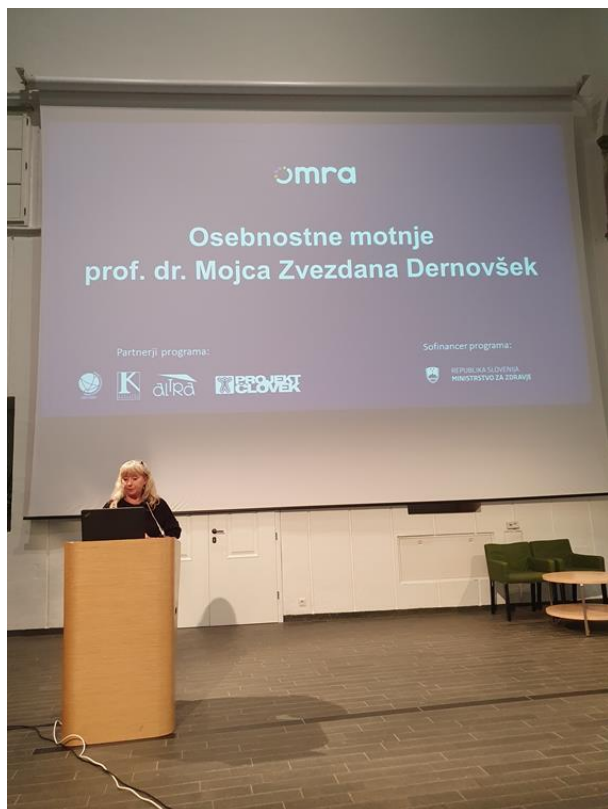


Na spletu je zaživela **virtualna razstava** likovnih del, ki so jih ustvarili uporabnice in uporabniki društev Projekt Človek in Altre. Ogledate si jo lahko na tej [povezavi](#).



Na platformi Zoom je bila organizirana **okrogla miza** z naslovom »*Duševno zdravje in književnost*«. Pisanje je lahko terapevtsko, vendar tako pisanje še ne more biti literatura, so se strinjali sodelujoči: pisateljica in pesnica Stanka Hrastelj, ki je bila za roman o shizofreniji *Igranje* nagrajena z modro ptico; pisateljica in prevajalka Jedrt Lapuh Maležič, ki je v literarnem prvencu *Težkomentarci* razkrila svojo izkušnjo zdravljenja bipolarni motnje ter psihoterapevt in pisatelj dr. Matjaž Lunaček. V pogovoru, ki ga je povezovala

dr. Tina Košir, so se dotaknili še kopice drugih tem, recimo biblioterapije, medikamentoznega zdravljenja in izkušnje psihoterapije z vidika uporabnika in terapevta. Posnetek okrogle mize si lahko ogledate na tej [povezavi](#).



Na [spletni strani](#) je objavljena tudi serija predavanj o osebnostnih motnjah, njihovih značilnostih in okrevanju. Predavatelji, dr. Mojca Zvezdana Dernovšek, spec. psihiatr. (Inštitut Karakter), dr. Suzana Oreški, univ. dipl. soc. del. (Društvo ALTRA - Odbor za novosti v duševnem zdravju) in Luka Agrež, mag. soc. del., psihoterapevt (Projekt Človek), so s pomočjo praktičnih prikazov spregovorili tudi o zasvojenosti in drugih pridruženih motnjah, s katerimi se pogosto sopojavljajo osebnostne motnje. Prav tako so povedali, katere vrste strokovne pomoči so v sistemu zdravstvenih in socialnih storitev na razpolago uporabnicam in uporabnikom ter njihovim svojcem, če se odločijo podati na pot razpletanja zapletenih medosebnih odnosov. Izkušnja osebnostne motnje ne prizadane le posameznice ali posameznika, ki se z njo spopada, temveč tudi njegovo okolico.