

КИНУТИ ВИКЛИК УПЕРЕДЖЕННЯМ ТА СТИГМИ, ПОВ'ЯЗАНИМ ІЗ COVID-19

Як зупинити ксенофобію, яка поширюється разом із коронавірусом? Як не спалити хату сусіду, який заразив інших? Як поставитися із розумінням та протягнути руку допомоги інфікованому другу? Як не стати заручником стереотипів? За останні тижні ми бачили в новинах розбиті вікна автобусів, погрози фізичної розправи та спроби підпалів будинків людей, які мали підозру або захворіли на коронавірусну хворобу. Ми можемо зробити все, щоб мінімізувати ризики захворіти, але ніхто з нас не захищений на 100%. Часто люди, які захворіли та поширювали вірус або не мали виражених симптомів, або мали недостатнє розуміння наслідків своїх дій, втім це не може бути підставою аби звинувачувати їх, стигматизувати та погрожувати.

Світлана Чуніхіна [Svetlana Chunikhina](#) переклала матеріали Американської психологічної асоціації, які присвячені запобіганню стигматизації пацієнтів з covid-2019. Читаємо, думаємо та поширюємо. Ми варті того, щоб жити у світі взаємної поваги.

Історія свідчить, що епідемії та пандемії, як правило, провокують ксенофобію та стигматизацію. Це стосувалося таких захворювань, як Ебола та MERS, це стосується зараз COVID-19. З поширенням нового коронавірусу все більше новин документують випадки стереотипизації, переслідувань та знущань з людей азіатського походження або схожих на них.

Хоча походження вірусу пов'язане з певним регіоном Китаю, жодна расова або етнічна група не піддається більшому ризику зараження або поширення. Асоціювання коронавірусу з Китаєм або його окремими регіонами – наприклад, через застосування словосполучень «китайський вірус» або «уханський вірус» – сприяє поширенню упереджень та ксенофобії. Ось чому Всесвітня організація охорони здоров'я наполегливо рекомендує не пов'язувати інфекційні захворювання з конкретними географічними регіонами та рекомендує всім урядам утримуватися від використання таких словосполучень.

Чому протидіяти стигмі так важливо?

Багаторічні дослідження показують, що дискримінація пов'язана із погіршенням фізичного та психічного здоров'я представників ЛГБТК+, азіатських американців, афроамериканців, американців Індії, корінного населення Аляски, мусульманських американців та латиноамериканців. Стигматизовані групи є особливо вразливими під час епідемій та

пандемій – і це може наражати їх та інших людей на більшу небезпеку. Зокрема тому, що стигма може змушувати людей приховувати симптоми хвороби, щоб уникнути дискримінації. Вони можуть не звертатися по медичну допомогу, коли це потрібно, або можуть ще більше ізолювати себе, спричиняючи додаткові ризики для власного здоров'я.

Крім того, стигматизовані групи, швидше за все, недостатньо або зовсім не застраховані, і тому вони мають труднощі з доступом до належного догляду та стикаються з упередженим ставленням з боку працівників медичних закладів. Все це кінець кінцем ускладнює завдання щодо стримування епідемії.

Що ми можемо зробити?

Всесвітня організація охорони здоров'я рекомендує урядам, громадянам, засобам масової інформації, лідерам громадської думки та громадам вживати заходів щодо протидії поширенню упередженості та стигми так само наполегливо, як ми разом працюємо над стримуванням епідемії. Ці кроки включають:

Поширювати достовірну інформацію

Люди більше піддаються упередженням та стереотипам, коли їм не вистачає точної інформації. Чітка, лаконічна та чутлива до розмаїття комунікація – у різних формах та різними мовами – сприятиме охопленню широких верств населення з особливою увагою до маргіналізованих громад.

Залучайте лідерів громадської думки

Релігійні лідери, бізнесмені, народні обранці та знаменитості можуть бути дуже ефективними у моделюванні відповідної комунікації, яка б нейтралізувала намагання прив'язати епідемію до конкретних географічних районів або груп населення. Особливо ефективними є наочні приклади позитивної взаємодії знаменитостей із представниками стигматизованих груп.

Нехай висловлюються люди, які пережили досвід коронавірусу

Більшість людей, які заразилися вірусом, одужують, і знайомство з їх досвідом може заспокоїти громадськість, особливо коли ці люди втілюють розмаїття наших громад. Аналогічно, поважне ставлення з боку лікарів, які працюють на передовій боротьби з епідемією, може зменшити стигму щодо цих груп.

Представляйте різні групи в публічних інформаційних матеріалах

Зображення різних людей, які працюють разом, щоб зменшити загрозу, можуть слугувати зворушливим прикладом солідарності та спільного виконання зобов'язань щодо здоров'я та добробуту. Однак окремий

фокус на азіатських американцях у випадку COVID-19 може завдати шкоди, тому важливо утриматися від цього.

Пропагуйте етичну журналістику

ЗМІ, які зосереджуються на поведінці та “відповідальності” інфікованих людей за наявність та поширення вірусу, можуть стигматизувати цих людей. Споживачі новин мають наполягати на відповідальних повідомленнях у ЗМІ, які акцентували б увагу на профілактичних заходах та виявленні симптомів, які мають стати приводом звернутися по допомогу.

Спростуйте міфи, чутки та стереотипи та кидайте виклик тим, хто культивує упередженість.

Усі ми несемо відповідальність щодо спростування міфів та викорінення дискримінації. Жоден народний обранець не повинен використовувати словосполучення, які пов'язують будь-яку епідемію з певним народом чи географічним регіоном, а оскарження такої словесної дискримінації є громадянською відповідальністю. В епоху, коли люди не довіряють джерелам інформації, так само важливим є відокремлення фактів від чуток.

Упередженість, стигма та дискримінація загрожують громадському здоров'ю. Вони також завдають шкоди фізичному та психічному здоров'ю та добробуту стигматизованих груп. Вони ускладнюють завдання щодо стримування поточної та майбутніх епідемій. Ми всі несемо відповідальність за належну реалізацію заходів з охорони здоров'я. Так само, як ми звикли мити руки та дотримуватися соціальної дистанції, ми маємо практикувати гарну поведінку, коли йдеться про сприйняття та шанування різних народів та громад.

Джерело https://www.apa.org/news/press/releases/2020/03/destigmatizing-coronavirus?fbclid=IwAR18HNwIvi00RgtrdWO6IkX9ow-r9p3_q50OAF4iD4tub9JEsoYNp35QyCQ
[#stopcovid2019](#) [#helpmenpa](#)