Diskors tal-E.T. George Vella, President ta' Malta waqt it-tnedija tal-Kampanja Nazzjonali dwar il-Psikożi, 28 ta' Settembru, 2020

Nibda billi nirringrazzja lir-Richmond Foundation u Hearing Voices tal-impenn tagħhom biex jippromwovu s-saħħa mentali u ta' din l-inizjattiva biex tiġi varata kampanja nazzjonali ta' għarfien dwar il-psikożi. Ninsab ċert li permezz ta' din il-kampanja ser titqajjem kuxjenza aħjar dwar l-isfidi li jħabbtu wiċċhom magħhom n-nies li jsofru minn psikożi u anki l-familjari tagħhom.

Kemm fid-diskors tal-ħatra tiegħi u kemm fil-Konferenza Nazzjonali dwar is-Saħħa mentali li saret il-Palazz tal-Verdala f'Settembru 2019, tkellimt dwar il-bżonn ta' djalogu aktar miftuħ biex tiġi miġġielda l-**istigma** assoċjata ma' dan il-mard.

Mhux biss il-pazjent jiġi mgħoti l-kura biex joħroġ minn din il-kundizzjoni, imma fl-istess ħin irridu nirriabilitaw lill-pazjent biex jirritorna għall-ħajja normali – u aktar minn hekk, nippreparaw u nedukaw lis-soċjetà biex twarrab kull stigma soċjali li sfortunatament sal-lum għad hawn fostna.

Ferħan li din l-istigma naqset ħafna. Imma għad fadlilna ħafna x'nibbdlu.

Mhux biss, iżda nemmen li s-saħħa mentali għandha **tiġi indirizzata** b'aktar empatija u li jkun hemm **għarfien aħjar** ta' xi tfisser li tgħix b'dan il-mard u kif bħala komunita' nistgħu naħdmu flimkien għal soċjeta' aktar ġusta. Fuq kollox dejjem sħaqt fuq il-bżonn li ngħarfu li l-problemi ta' saħħa, inkluż dawk ta' saħħa mentali, **mhumiex xi ħaġa tal-mistħija jew li jolqtu lil xi faxxa speċjali tas-soċjeta'**, iżda **jaffettwaw lil kulħadd** f'perjodi differenti tal-ħajja. U għalkemm mhux kulħadd jesperjenza episodji ta' psikożi, importanti li nispjegaw li din il-marda, għalkemm tippreżenta sfidi differenti, u aktar gravi minn dawk relatati mad-

dipressjoni u l-ansjeta’, ma tnaqqas xejn **mid-dritt għas-saħħa, għal privatezza u d-dinijta’ tal-persuna.**

Nieħu pjaċir nosserva li **l-għanijiet prinċipali** ta’ din il-kampanja; (a) Jiżdied l-**għarfien** u l-**edukazzjoni** fuq il-psikożi; u (b) **Titnaqqas l-istigma** billi nagħtu attenzjoni għal termini li nużaw meta nitkelllmu fuq din il-marda u nies li jsofru minnha, huma projpu mibnija fuq l-importanza tal-**edukazzjoni, d-djalogu u l-użu tal-lingwa** bħala sisien b’saħħithom biex **min għaddejj minn dawn id-diffikultajiet isib għajnuna u appoġġ,** mhux biss mil-kamp mediku u dak tal-psikjatrija, iżda wkoll minn kull wieħed u waħda minnha.

Ilkoll kemm aħna xi darba jew oħra smajna minn juża’ termini dispreġattivi u kattivi fil-konfront ta’ min ikun għaddej minn xi episodju mhux daqshekk feliċi. Dawn kollha tabelli jew tikketti li nwaħħlu fuq persuni li b’xi mod jew ieħor ikunu qed juru sintomi relatati mal-psikożi. Dawn it-tabelli joħolqu sitwazzjoni ta’ ‘aħna (bla mard)’ kontra ‘huma (bil-mard)’ u li ħafna drabi tiġi riflessa fil-mod ta’ kif aħna naġixxu fil-konfront ta’ dawn in-nies u anka kif nitkellmu fuqhom fil-komunita’.

Kienu termini li kienu nibtu meta x-xjenza medika kient taf ħafna anqas dwar dawn il-kundizzjonijiet. Bdew fi żminijiet oħra u żgur li ma għadx hemm lok għalihom fi kliemna llum. Sirna nafu ħafna aktar fuq dawn il-kundizzjonijiet u għall-grazzja ta’ Alla għandna ħafna mediċini li kapaċi jagħtu fejqan lil min ikun affettwat. Illum nafu ħafna aktar fuq dan il-mard u m’għandniex inqiesuh differenti minn mard ieħor.

Ninsew li dawn in-nies **bħalna** għandhom rwoli oħra fil-ħajja, bħal ngħidu aħna l-irwol ta’ ġenitur, jew dak relatat mal-professjoni tagħhom. Mhux biss, iżda dawn in-nies **għandhom talenti u aspirazzjonijiet bħal kulħadd**, inkluż ix-xewqa li wieħed **jirnexxi fil-ħajja, isib l-imħabba u jifforma familja**. It-tikketta li nkunu qed nagħtu lil dawn in-nies meta nużaw

ċertu lingwaġġ toħloq dell li jiżboq it-talenti l-oħra kollha u jħalli lil persuna bi ftit opportunita' biex tħares lejha nnifisha mingħajr il-marda.

Bi kliemna nkunu aħna stess li nweġġħu lill-pazjent. Nistgħu nwasslu messaġġi negattivi dwar dak li jkun. Nagħtuh x'jifhem li aħna narawh bħala 'inferjuri', 'marid', 'mhux tajjeb' u b'hekk ma ngħinuh xejn isib mill-ġdid *self respect* u *self confidence* li trid biex tfiq.

L-umanita' u l-empatija huma ċ-ċavetta biex bħala poplu nadottaw politika nazzjonali li tħares lil dawk l-aktar vulnerabbli u tkun konxja u tikkoreġi prattiċi li flok joħolqu ambjent inklussiv u li jwassal għal ġid komuni, ikunu qed joħolqu diskriminazzjoni u jkattru kultura ta' esklużjoni

Nagħlaq billi nawgura lir-Richmond Foundation and Hearing Voices Malta kull suċċess biex din il-kampanja tinfirex mal-pajjiż kollu u tasal għand kulħadd. Nemmen li din il-kampanja ser tkun qed toħloq diskussjoni u tagħti lok biex inkunu aktar kritiċi ta' kif qed naġixxu ma' persuni li għaddejin minn dawn l-isfidi u noħolqu sistemi li jagħtu dinjita' u vuċi lil kulħadd.

Niftaħru ħafna li l-livell ta' edukazzjoni f'pajjiżna għola u għola ħafna f'dawn l-aħħar deċenni.

Ħafna ħrejjef, anka dawk dwar is-saħħa inġenerali u s-saħħa mentali in partikolari kienu frott in-nuqqas ta' għarfien fil-kamp mediku

Illum nafu ħafna aktar dwar l-oqsma kollha tal-mediċina

Dan jgħodd għall-għarfien dwar saħħa mentali.

Għalhekk ma hemm ebda raġuni jew ġustifikazzjoni għaliex għandna nħarsu lejn mard mentali, inkluża l-psikożi, b'mod differenti minn kif inħarsu lejn kull mard ieħor.

Dan hu l-messaġġ li din il-kampanja trid twassal.