

Formen von Stigmatisierung und die Bedeutung der Anti-Stigma-Arbeit

Das Wort Stigma (griechisch στίγμα für *Stich, Wundmal*) steht für eine unerwünschte Andersheit gegenüber dem, was wir erwartet hätten. Ein Stigma ist eine Verallgemeinerung einer spezifischen Handlung oder Eigenheit einer Person auf deren Gesamtcharakter. Dabei bewirkt das Stigma einen Status der Person, der gegenüber ihren übrigen Eigenschaften hervorsticht. Menschen mit einer psychischen Erkrankung werden häufig mit einem negativen Vorurteil oder Stereotyp behaftet. In Teilen unserer Gesellschaft gelten sie beispielsweise immer noch als aggressiv, gefährlich, faul, arbeitsscheu oder ohne Disziplin und Selbstkontrolle. In der Fachsprache nennt man diesen Prozess Stigmatisierung. Die Wahrnehmung bestimmter vorhandener Merkmale eines Menschen wird dabei negativ definiert und mit weiteren negativen Eigenschaften verknüpft.

Häufig erleben Betroffene, wie sich bspw. Kolleg*innen, Nachbar*innen oder Verwandte aufgrund ihrer psychischen Erkrankung von ihnen abwenden und sie ausgegrenzt werden. Auch in den Medien werden leider immer wieder Stigmata über psychische Erkrankungen geäußert und somit verbreitet. Die aus Vorurteilen und negativen Bewertungen resultierenden Verhaltensreaktionen werden als Diskriminierung bezeichnet. Ablehnung und Benachteiligung können sich gleichfalls gegen Angehörige also auch gegen die Kinder von Betroffenen richten.

Hierbei unterscheidet man drei Formen von Stigmata:

1. Öffentliche Stigmatisierung: Negative Meinung über eine Gruppe von Menschen verbunden mit negativen Reaktionen auf emotionaler und Verhaltensebene (z. B. in Benachteiligung bei Jobvergabe)
2. Selbststigmatisierung: Auseinandersetzung mit der eigenen psychischen Krankheit und negative Bewertung dieser und Selbstdiskriminierung (z. B. sozialer Rückzug)
3. Strukturelle Diskriminierung: diskriminierende Strukturen und Regeln (z. B. Ungleichstellung mit Menschen mit einer körperlichen Erkrankung)

Folgen von Stigmatisierung für die Betroffenen:

- Erleben des Stigmas kann das Selbstwertgefühl beeinträchtigen und zu einem verringerten Selbstwirksamkeitserleben führen ("Ich bin nichts wert.", "Ich kann nichts erreichen.")
- Vermeidung von Kontakten zu Anderen, sozialer Rückzug, Geheimhaltung der psychischen Erkrankung
- Stigma als Hindernis bei der Inanspruchnahme von Hilfen, z. B., um den "Stempel" durch eine Diagnose zu umgehen oder aus Scham
- Auswirkungen auf Angehörige durch Prozesse der öffentlichen Stigmatisierung (Schuldzuweisungen), Selbststigmatisierung und Mittragen des Leids durch Stigmatisierung des erkrankten Angehörigen
- Stigmatisierung der psychiatrischen Behandlungseinrichtungen (z. B. "Irrenanstalten") führt zur Vermeidung, diese aufzusuchen und wirkt als Hürde bei der Etablierung von gemeindepsychiatrischen Angeboten

Ideen für Interventionsmöglichkeiten

- Interventionen zur Reduzierung öffentlichen Stigmas: wichtige Elemente sind hierbei Aufklärung, Erfahrung durch Kontakte, Glaubwürdigkeit, Kontinuität und die Aktivität durch Betroffene selbst oder auch durch prominente Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens (z. B. Öffentlichkeitskampagnen; Veröffentlichungen von Biografien etc.).

- Interventionen zur Reduzierung strukturellen Stigmas: Veränderung von Strukturen durch Regulation, Gesetze, Handlungsleitfäden etc. (z. B. Medienleitfäden für eine nicht-stigmatisierende Berichterstattung, integrative Schulen).
- Interventionen zur Reduzierung von Selbststigmatisierung: Wirksam haben sich Interventionen erwiesen, die Peer-Support, Empowerment und eine reflektierte Offenlegung der eigenen Erkrankung beinhalten (z. B. Programm "In Würde zu sich stehen" als manualisierte deutschsprachige Version).

Stigmatisierung von bestimmten Personengruppen kann wie oben beschrieben zu Ausgrenzung und Diskriminierung führen. Neben den Menschen, die an einer psychischen und/oder Suchterkrankungen leiden sind auch weitere Personengruppen von der sogenannten sozialen Stigmatisierung betroffen, wie bspw. Menschen mit einer geistigen Behinderung oder Menschen, die an einer Erkrankung wie zum Beispiel HIV/AIDS leiden. Aber auch die sexuelle Orientierung oder die Zugehörigkeit zu einer bestimmten Religion, Nationalität oder Volksgruppe spielen bei den Stigmatisierungs- und Ausgrenzungsprozessen leider immer noch eine Rolle in unserer Gesellschaft.