

A dramatic photograph of a massive ocean wave, likely a barrel wave, with a surfer riding inside the tunnel. The water is a deep, dark blue, and the wave's crest is white with foam. The sky is a lighter, hazy blue. The overall mood is powerful and somewhat somber, fitting the theme of the text.

# Das Stigma psychischer Erkrankung

Impulshaus Engen

EX-IN BW 2023

Pit Pfaff

Manchmal ist das Stigma, dem Menschen mit psychischer Erkrankung begegnen, schlimmer als die Krankheit selbst! Auf spannende Weise beleuchtet Nicolas Rüschi die Themen öffentliches Stigma, Selbststigma und strukturelle Diskriminierung mit allen ihren Facetten. Das betrifft die Arbeitswelt und das Gesundheitswesen genauso wie die Medien und das Rechtssystem. Viele Menschen ziehen sich daher aus Scham zurück und vermeiden Behandlung. <sup>Hr.Rüschi</sup>

# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier

Stigma (altgriechisch στίγμα, Mehrzahl Stigmata) bedeutet wörtlich „Stich-, Punkt-, Wund- oder Brandmal“ und steht im Allgemeinen für

ein auffälliges, mitunter negativ bewertetes Merkmal, siehe Zeichen (Mal) bzw. Makel (Schandfleck)  
eine pathologisch typische körperliche Erscheinung oder Ausprägung (z. B. Leberhautzeichen)

im Besonderen für:

eine Nachbildung der Wundmale Jesu Christi am Körper eines Menschen, siehe Stigmatisation  
ein Auffälligkeitsmerkmal als Ausdruck einer Stigmatisierung („soziales Stigma“, historisch auch:  
Schandmal)

Stigma (Psychoanalyse), ein psychosomatisches Symptom, das während der Behandlung auftreten kann

Stigma (Psychiatrie), ein psychiatrisches Phänomen, das bestimmte Störungen anzeigen kann

in der Antike bei Griechen und Römern ein den Sklaven aufgebranntes Mal

## Haupt-Komponenten von Stigma

(Link & Phelan 2001) **Unterscheidung** von Gruppen und **Etikettierung**

- Stereotypen** Allgemein bekannte Aussagen über gesellschaftliche Gruppen  
Beispiel: „Schizophrene sind gefährlich!“
- Vorurteile** Zustimmung zum Stereotyp + emotionale Reaktion  
Beispiel: „Ja, das stimmt, die sind gefährlich und machen mir angst!“
- Diskriminierung** Verhalten als Folge des Vorurteils  
Beispiel: „Sie ist schizophren, ich werde sie entlassen.“
- Machtposition** der stigmatisierenden Gruppe

# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier

## Formen von Stigma

Öffentliche Stigmatisierung

Selbststigma

Strukturelle Diskriminierung

## Definition

Diskriminierung durch ‚normale‘ Bevölkerungsmehrheit wegen psychischer Erkrankung

=> Kündigung Job/Wohnung

Zustimmung der stigmatisierten Person zu negativen Vorurteilen

und Anwendung auf sich selbst

→ Verringeretes Selbstwertgefühl

Regeln / Abläufe, die Menschen mit psychischen Erkrankungen benachteiligen

## Drei Grundformen von Stigma

(Pat Corrigan 2005)

„Ja, das stimmt, ich bin irre und ein hoffnungsloser Fall!“

Kostenverteilung im Gesundheitswesen; Versicherungstarife

# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier



Experten durch Erfahrung<sup>®</sup>  
in der Psychiatrie



# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier

## Interpersonelle Stigmatisierung

Stigmatisierung kann sich in den direkten zwischenmenschlichen Beziehungen mit anderen Menschen zeigen – zum Beispiel in Form von Ausgrenzung, Mobbing oder persönlichen Angriffen. So kann es sein, dass abfällig über den Betroffenen gesprochen wird, dass sich Freunde und Bekannte vor ihm zurückziehen oder dass fremde Menschen den Kontakt von vorneherein vermeiden. Andere Reaktionen können Unverständnis und offene oder versteckte Ablehnung sein

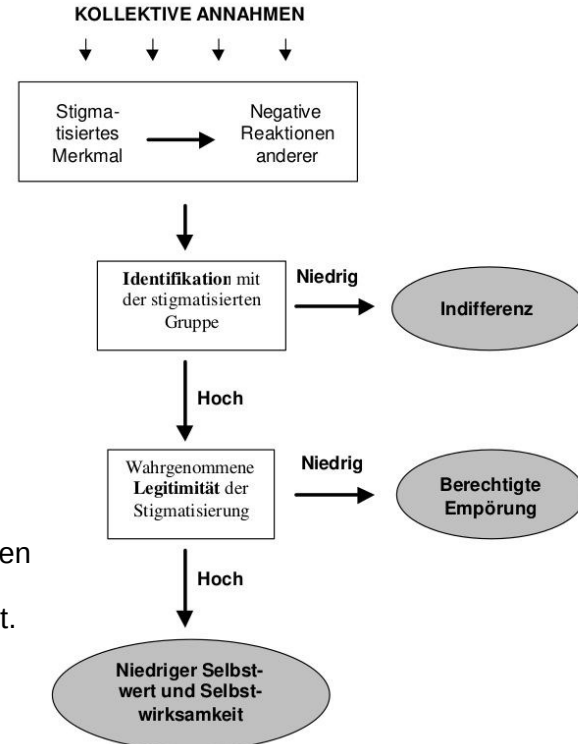
## Öffentliche Stigmatisierung

Bei der öffentlichen Stigmatisierung wird der Betroffene im öffentlichen Leben, zum Beispiel am Arbeitsplatz oder bei der Wohnungssuche benachteiligt. Zur öffentlichen Stigmatisierung gehört auch eine falsche, übertriebene und diskriminierende Darstellung psychischer Erkrankungen in den Medien.

## Strukturelle Diskriminierung

Unter struktureller Diskriminierung versteht man die Benachteiligung psychisch Erkrankter durch öffentliche oder private Einrichtungen – etwa durch die Politik, Versicherungen oder Ämter. Das ist zum Beispiel der Fall, wenn psychisch Kranke bei der Vergabe von Leistungen gegenüber körperlich Kranken benachteiligt werden oder wenn sich die Genehmigung von Medikamenten oder Reha-Maßnahmen für psychisch Kranke besonders schwierig gestaltet. Strukturelle Diskriminierung kann die Behandlungsmöglichkeiten und Heilungschancen der Betroffenen verringern und auch andere Chancen – etwa im Berufsleben oder bei der Teilnahme am gesellschaftlichen Leben – verschlechtern. [www.therapie.de](http://www.therapie.de)

Abbildung 2. Modell persönlicher Reaktion auf das Stigma psychischer Erkrankung (nach Corrigan und Watson, 2002)



# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier

Tabelle 1. Zwei-Faktoren-Theorie von Stigma: Stigma-Fokus (öffentlich/selbst) und sozial-kognitive Komponente (Stereotypen, Vorurteile, Diskriminierung)

<b>Öffentliche Stigmatisierung (public stigma)</b>	<b>Selbststigmatisierung (self-stigma)</b>
<p>Stereotypen: Negative Meinungen über eine Gruppe, z.B. Charakterschwäche, Inkompetenz, Gefährlichkeit</p> <p>Vorurteile: Zustimmung zu dem Stereotyp und/oder negative emotionale Reaktion, z.B. Ärger, Furcht</p> <p>Diskriminierung: Verhaltensreaktion auf das Vorurteil, z.B. Benachteiligung bei Vermietung oder Arbeitsplatzvergabe, Vorenthalten von Hilfe</p>	<p>Selbst-Stereotypen: Negative Meinung über sich selbst, z.B. Charakterschwäche, Inkompetenz</p> <p>Selbst-Vorurteile: Zustimmung zu dem Stereotyp und/oder negative emotionale Reaktion z.B. niedriger Selbstwert, niedrige Selbstwirksamkeit</p> <p>Selbst-Diskriminierung: Verhaltensreaktion auf das Vorurteil, z.B. Aufgabe der Suche nach Arbeit oder Wohnung</p>



Experten durch Erfahrung<sup>®</sup>  
in der Psychiatrie





## Selbststigmatisierung

zum Teil übernehmen die Betroffenen die Vorstellungen und die Vorurteile anderer Menschen selbst. Sie sehen sich dann zum Beispiel als inkompetent, willensschwach oder „nicht normal“ an. Einige entwickeln auch Schuldgefühle und glauben, selbst an ihrer Erkrankung schuld zu sein. Ebenso wie die Stigmatisierung durch andere kann sich Selbststigmatisierung negativ auf den Verlauf der Erkrankung auswirken. Sie kann auch dazu führen, dass die Betroffenen ihr Verhalten ändern und zum Beispiel gar nicht mehr versuchen, mit anderen in Kontakt zu kommen oder eine Arbeit zu suchen.

Selbststigmatisierung kommt vor allem bei Menschen vor, die dauerhaft auf psychotherapeutische oder psychiatrische Hilfe angewiesen sind. Oft führen bei ihnen Verunsicherung und Resignation dazu, sich selbst zu stigmatisieren.

# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier

## Möglichkeiten

1. Stigmatisierung als Krankheits- und Therapiefolge zu erkennen und einzuordnen.
2. sich gezielt mit den Gefühlen Scham, Schuld und Minderwertigkeit auseinander zu setzen und
3. Hilfestellungen für den Alltagsumgang mit diesen Empfindungen anzuwenden.
4. Stigmatisierung und deren Einfluss auf Genesungsprozesse
5. Scham, Schuld und Minderwertigkeit
6. Freundliche Grundhaltung sich selbst gegenüber
7. Selbsthilfegruppe
8. Psychoedukation
9. Kognitive Therapie
10. Photovoice
11. IWS

# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier



Experten durch Erfahrung<sup>®</sup>  
in der Psychiatrie



Auf den Weg machen.  
Das tut auch gut!



Experten durch Erfahrung<sup>®</sup>  
in der Psychiatrie



# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier



Experten durch Erfahrung<sup>®</sup>  
in der Psychiatrie



# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier

IWS  
In Würde zu sich stehen  
[www.iwsprogramm.org](http://www.iwsprogramm.org)  
ab Juli 2023



# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier

Das Seminar In Würde zu sich stehen (IWS) ist ein Gruppenprogramm für Menschen mit psychischen Erkrankungen, um sie bei Offenlegungsentscheidungen zu unterstützen.

Gleichzeitig entfaltet die Durchführung dieses Programmes eine hohe Wirksamkeit in der Überwindung der Stigmatisierung psychischer Erkrankungen in unserer Gesellschaft.

Das Programm In Würde zu sich stehen beruht auf Arbeiten von Patrick W. Corrigan und Kolleg:innen und wurde von Nicolas Rüsçh und Kolleg:innen (Univ.-Ulm) ins Deutsche übertragen. Seine Wirksamkeit wurde wissenschaftlich nachgewiesen (Buch: Das Stigma psychischer Erkrankung).



Experten durch Erfahrung<sup>®</sup>  
in der Psychiatrie



# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier

## Quellen:

Hindernisse für die Inanspruchnahme von Hilfe für psychische Erkrankungen, Nicolas Rüschi Abteilung Soziale Psychiatrie, Zürich

Rüschi N, Berger M, Finzen A, Angermeyer MC (2004).

In: Berger M (Hrsg.) Psychische Erkrankungen - Klinik und Therapie, elektronisches Zusatzkapitel Stigma

Nicolas Rüschi, Das Stigma psychischer Erkrankung, Strategien gegen Ausgrenzung und Diskriminierung. ELSEVIER, Urban&Fischer (2021)



# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier

<http://www.iwspprogramm.org>

## Nicolas Rüsch: Das Stigma psychischer Erkrankung

ISBN-10 : 3437235206

ISBN-13 : 978-3437235207



# Stigmatisierung ... und täglich grüßt das Murmeltier



[www.annegret-schrempf.de](http://www.annegret-schrempf.de)



Experten durch Erfahrung<sup>®</sup>  
in der Psychiatrie





...und irgendwann grüßt auch das Murmeltier zum letzten Mal !