

Wie Stigma entsteht und wieder aufgelöst werden kann

Dr. med. Hans Kurt

*Präsident Schweizerische Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie und
Aktionsbündnis Psychische Gesundheit Schweiz*

Was ist ein Stigma?

Stigma und Diskriminierung lassen sich in jeder Gesellschaft finden. Andersartigkeit, sei es aufgrund zum Beispiel der Herkunft oder als Folge einer Krankheit, fällt auf. Wird diese **Andersartigkeit negativ bewertet**, wird ein Stigmatisierungsprozess in Gang gesetzt. Viele psychische Erkrankungen führen so durch ihre Krankheitszeichen zu einem Stigmatisierungsprozess. Aber wir dürfen nicht vergessen: Stigmatisierung geschieht nicht einfach, sondern es sind stets Menschen, die andere Menschen stigmatisieren. Psychische Erkrankungen sind mit Vorurteilen, mangelnden Kenntnissen und Desinformationen belastet. Dies führt zu Unsicherheit und Angst beim gesunden Gegenüber und damit zur sozialen Isolation des psychisch kranken Menschen. Folgen davon sind eine massiv reduzierte Lebensqualität und die Verhinderung einer adäquaten Behandlung. Gerade diese Faktoren führen jedoch zu einer Verschlimmerung des psychischen Leidens und damit erneut zu Diskriminierung und Ausgrenzung – ein Teufelskreis.

Persönliche Kontakte fördern

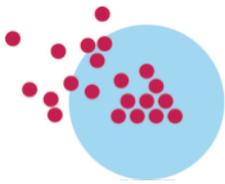
Stigmatisierung von psychisch kranken Menschen kann mit **Protest** bekämpft werden, mit **Aufklärung** über psychische Erkrankungen oder aber – und wahrscheinlich am effektivsten – durch **persönliche Kontakte** zu Menschen, die psychisch erkrankt sind und zu deren Angehörigen. Von grosser Bedeutung ist aber auch, dass psychisch kranke Menschen und ihre Angehörigen den Mut finden, Scham und Schuld beiseite zu legen, dass sie das Risiko eingehen, ihre Isolation zu durchbrechen und über ihr Leiden zu sprechen beginnen. In diesem Vorhaben können professionelle Helfer, aber auch Medien und die Öffentlichkeit Unterstützung anbieten.

Entstigmatisierung fördert Heilung

Die **Entstigmatisierung** psychischer Erkrankungen wird möglich, wenn Vorurteile und Fehlannahmen abgebaut werden, die sich negativ auf die direkt und indirekt Betroffenen auswirken. Fehlendes Wissen und weit verbreitete Vorurteile über Menschen mit einer psychischen Erkrankung haben bis heute dazu geführt, dass wir alle Themen rund um die psychische Gesundheit und Krankheit verdrängen. So werden psychische Erkrankungen nicht oder zu spät behandelt, und Betroffene und ihre Angehörigen sind zusätzlichen Belastungen ausgesetzt, was den Heilungsprozess behindert und die Auswirkungen der Erkrankung verstärkt. So kann Stigma zum erheblichen Stressor für Betroffene werden und könnte quasi als zweite Folgekrankheit der eigentlichen psychischen Krankheit bezeichnet werden.

Information tut not

Psychische Erkrankungen nehmen gerade in den industrialisierten Ländern massiv zu und sind von einer grossen volkswirtschaftlichen Bedeutung. Wenn es uns also gelingt, psychische Krankheiten zu entstigmatisieren, unterstützen wir nicht nur die Betroffenen und ihre Angehörigen, sondern die Gesundheit und das Wohlergehen unserer ganzen Gesellschaft.



Breit abgestützte **Informations- und Aufklärungskampagnen** – wie wir es uns bei somatischen Erkrankungen wie etwa AIDS oder der Schweinegrippe durchaus gewohnt sind – helfen, Wissen zu verbreiten und Verständnis für das psychische Anderssein hervorzurufen.

Die wichtige Rolle der Medien

Die **Medien** können dazu beitragen, dass neutral und vorurteilslos über psychisch Kranke berichtet wird, d.h. psychisch Kranke nicht vorwiegend in Zusammenhang mit Skandalen und Straftaten erwähnt werden, sondern durch die Darstellung, dass psychische Erkrankungen in den Bereich der Medizin gehören. Anders als bei der körperlichen heisst psychische Gesundheit, den gesellschaftlichen Normen zu entsprechen und sich dementsprechend zu verhalten. Psychisch krank hingegen wird gleichgesetzt mit „gestört“, „sozial auffällig“, „urteilsunfähig“, „willenlos“ oder „potentiell gefährlich“. Gefordert ist darum eine sachliche Berichterstattung, die zu mehr Akzeptanz von psychisch kranken Menschen in der Bevölkerung führen soll. Anstatt sensationsheischender Berichte über Auffälligkeiten psychisch kranker Menschen, sollen Ausführungen über die respektablen wissenschaftliche Erkenntnisse und Behandlungserfolge im Bereich psychischer Erkrankungen im Mittelpunkt stehen. Damit eine solche Veränderung im Bewusstsein unserer Gesellschaft überhaupt möglich wird, müssen Betroffene und ihre Angehörigen die Möglichkeiten erhalten, sich auszudrücken, über sich und ihre Leiden zu berichten und Kontaktmöglichkeiten nutzen zu können. So wird ein Perspektivenwechsel möglich: Dann wird die an Depression erkrankte Arbeitskollegin nicht mehr als faul erlebt, sondern man weiss, dass sie eine Zeit lang nicht mehr in der Lage ist zu arbeiten, aber auch dass eine Heilung der Krankheit möglich ist. Erst wenn die Betroffenen von sich berichten können, wenn sie an die Öffentlichkeit treten und wahrgenommen werden, erst dann können sie vom „kranken Typ dort drüben“ zum „Menschen so wie ich“.

Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen gelingt dann, wenn wir uns alle bewusst werden, dass Stigmaabbau eine dauernde gesellschaftliche Aufgabe ist, an der sich alle beteiligen müssen: Professionelle gemeinsam mit Erkrankten und ihren Angehörigen, aber auch die Öffentlichkeit – von der Politik bis hin zu den Medien.

Solothurn 23. Februar 2011

Pressekontakt:

Dr. med. Hans Kurt
Bielstrasse 109
4500 Solothurn
kurt@solnet.ch

032 623 72 16
079 689 18 39

www.psychiatrie.ch
www.aktionsbuendnis.ch