

Vorwort	9
Psychose und Stigma – die Herausforderung	11
»Wer gesundet, kann nicht schizophran gewesen sein«	13
»Die Gedanken werden handgreiflich«	14
Identifikation – mit wem?	15
Krankheit und soziales Leid	17
Die »verrufene« Krankheit	19
Schizophrenie, die unverständene Krankheit	20
Schizophrenie als Metapher	22
Der Schrecken des Wortes	24
Urteile, Vorurteile, Diskriminierung: Vorstufen der Stigmatisierung	26
Formen von Vorurteilen	27
Diskriminierung und Privilegierung	30
Urteile und Vorurteile	32
Krankheitsbedingte Einschränkungen	33
Kontinuität und Eskalation: die Allport-Skala	34
Stigma und Stigmatisierung	36
Wortbedeutungen	36
Traditionen der Stigmatisierung	40
Wurzeln der Stigmatisierung	41
Der Prozess der Stigmatisierung – Stigmatypen	43
Das angeborene Stigma 44 Stigma durch Krankheit 44	
Das Stigma der Minderheitenzugehörigkeit 45	
Psychisch Kranke: diskreditiert und diskreditierbar	46

Stigmatisierung, Ausgrenzung und sozialer Zusammenhalt	48
Soziale Repräsentationen und Vorurteile	50
Stigma by Courtesy: Sippenhaft	52
Worum geht es?	52
Bewältigungsversuche	54
Verhalten in Krisen und Selbsthilfe	55
Die psychiatrisch Tätigen	57
»Selbststigmatisierung«: bei psychischer Krankheit ein tauglicher Begriff?	60
Zur Soziologie der Selbststigmatisierung	61
Zur Bedeutung von Selbststigmatisierung in der Psychiatrie	63
Unterschiede zwischen Stigma und Selbststigma?	66
Selbststigmatisierer oder Stigmaopfer?	67
»Lohnt es sich denn, damit zu leben?«	70
Nicht mehr leben wollen	72
Suizid als Bilanz einer unerträglichen Lebenssituation?	73
Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung	74
Krankheits- und behandlungsbedingte Suizidgründe	75
Schwindende Kraft	76
Aspekte der Hoffnung	77
Nicht mehr leben sollen: das Unwert-Vorurteil	78
Unberechenbar und gefährlich?	81
Auswirkungen der Attentate	82
Verminderte Toleranz, zunehmende Vorurteile	83
»Gewalttaten Geistesgestörter«	85

Psychische Krankheit und Gewalt	87
Prävention ist möglich	89
Gemeindenaher Versorgung braucht eine Gemeinde, die sich sorgt	91
Psychisch Kranke, die Medien und die öffentliche Meinung	93
Die öffentliche Meinung	95
Kluge Fachleute – dumme Öffentlichkeit?	97
Keine pädagogischen Anstalten	100
Vorurteile von heute sind Lehrmeinungen von gestern	104
Allgemeine Verunsicherung	105
Die sozialpsychologische Wende psychiatrischen Denkens	106
Die Erfindung der »schizophrenen Mutter«	107
Die Achtundsechziger, die englische Antipsychiatrie und die Folgen	110
Das zähe Leben eines Mythos: die Macht eines Wortes	111
Alles Schnee von gestern?	113
Mit klarem Kopf gegen die Stigmatisierung	115
Was haben wir falsch gemacht?	115
Unbekannte Ursachen – erhöhte Verletzlichkeit	117
Soziale und kulturelle Aspekte	119
Lange Vorlaufzeit	120
Der erste Schock	121
Begrenzte Kompetenz der Fachleute	124
Informationen sind wichtig	126
Veränderungen beginnen im Kopf	128
Die Rechte der Angehörigen	129

Selbsthilfe stärkt gegen Diffamierung	132
Als Gast bei der National Schizophrenia Fellowship	133
Freispruch der Familie	135
Angehörige als Experten	137
Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfe	138
Psychoinformation	140
Stigmabewältigung und »Entstigmatisierung«	142
Stigma-Management	142
Die Psychiatrie	144
Die Kranken	146
Die Angehörigen	147
»Antistigma-Arbeit von unten«	148
Antistigma-Kompetenz lehren	151
Mit der zweiten Krankheit umgehen lernen	153
Perspektiven	157
Der Rahmen: Stigmatisierung in Kultur und Gesellschaft	159
Vom moralischen Rigorismus zur Liberalität und wieder zurück	160
Mechanismen der Ausgrenzung	162
Vorurteile im Wandel der Zeiten	166
Literatur	171

Vorwort

Psychische Krankheiten sind immer noch ein Tabu. Nach wie vor leiden Menschen mit psychischen Störungen unter Vorurteilen und Schuldzuweisungen, unter Diskriminierung und Stigmatisierung. Weniger vielleicht, wenn sie von Depressionen und Ängsten geplagt werden; mehr allerdings, wenn sie als »psychotisch« oder »persönlichkeitsgestört« gelten. Das Leiden am Stigma kann so ausgeprägt sein, dass es wie eine zweite Krankheit wirkt. Es beschädigt das Selbstwertgefühl, es macht hoffnungslos und resignativ. »Why try?«, also: »Warum soll ich es überhaupt versuchen?«, ist in der angelsächsischen Antistigma-Debatte zum geflügelten Wort geworden. Die Recovery-Bewegung hat in den letzten Jahren zwar den Slogan »Hoffnung macht Sinn« dagegen gesetzt; doch wer psychisch krank ist, wer psychisch kranke Menschen behandelt und wer als Angehöriger mit ihnen zu tun hat, wird immer wieder mit Vorurteilen konfrontiert, nicht zuletzt weil es an positiven Vorbildern noch fehlt.

Es hat in der ganzen Welt vielfältige Ansätze zur Antistigma-Arbeit gegeben. Die meisten hatten das Ziel, die Stellung der Betroffenen durch Aufklärung der Öffentlichkeit zu stärken. Man kann sich vorstellen, wie mühsam solche Versuche sind, nimmt man sich doch nichts weniger vor, als die Einstellung und Haltung der ganzen Bevölkerung zu ändern. Weniger anspruchsvoll, dafür aber wirksamer ist es, Teile der Gesellschaft direkt und gezielt anzusprechen, etwa politische Verantwortungsträger auf allen Ebenen, Schüler und Lehrer, Polizisten, Nachbarschaften von psychosozialen Einrichtungen, Betriebe – aber auch psychiatrisch Tätige. Der Hamburger Psychologe Thomas Bock hat dafür den Begriff der »Antistigma-Kampagne von unten« geprägt.

Heute arbeiten alle diese Initiativen mit psychiatriee erfahrenen Menschen und ihren Angehörigen zusammen. Ermutigende Vorbilder kommen zudem aus der Selbsthilfe. Sie versuchen Neu-Erkrankte dafür zu sensibilisieren, was Vorurteile und Stigmatisierung jenseits der Krankheit und ihrer Symptome mit ihnen machen. Sie unterstützen sie dabei, das Unrecht zu erkennen, das ihnen zugefügt wird, und sich

dagegen zu wehren. Und sie helfen ihnen, mit wiedererlangtem Selbstwertgefühl neue Wege im Umgang mit ihrem Leiden zu gehen und sich vielleicht sogar selbst in Betrieben, Schulen und auch in psychiatrischen Ausbildungen und Fortbildungen zu zeigen und ihrerseits zu Vorbildern zu werden. Nicht nur Genies wie John Nash (*A Beautiful Mind*) können lernen, mit psychischen Erkrankungen zu leben.

Dieses Buch ist keine Handreichung. Es will die Hintergründe von Vorurteilsbildung, Diskriminierung und Stigmatisierung ausleuchten und Ansätze der Antistigma-Arbeit vorstellen. Es will Betroffenen und Mitbetroffenen, den in der Psychiatrie Tätigen und zugewandten Teilen der Öffentlichkeit zeigen, wo und wie Strategien zum Umgang mit der Stigmatisierung ansetzen müssen und können.

Asmus Finzen

Berlin, im Sommer 2013