

Anti-Stigma-Arbeit – was wirkt?

Von Susanne Jaeger

► Diskriminierung und Stigma im Zusammenhang mit psychischer Erkrankung sind weltweite, facettenreiche Probleme, die die Lebenschancen der davon betroffenen Menschen in ganz erheblichem Maße beeinträchtigen. Diese reichen vom erschwerten Zugang zu angemessener Gesundheitsversorgung bis zu erhöhtem Armutrisiko und reduzierter Lebenserwartung. Viele Betroffene beschreiben, dass die Folgen von Stigmatisierung für sie im Grunde schlimmer sind als die Erfahrungen mit der psychischen Erkrankung selbst. Was lässt sich dagegen tun?

Eine Gruppe Londoner Forscherinnen und Forscher hat den Forschungsstand zu Anti-Stigma-Interventionen gesichtet und die Ergebnisse der seit 2012 publizierten systematischen Überblicksarbeiten zusammengefasst. Tatsächlich lassen sich laut Petra Gronholm und Kollegen sowohl bei Anti-Stigma-Kampagnen in den Massenmedien als auch bei Interventionen für bestimmte Zielgruppen fast immer kleine bis mäßig positive Effekte auf stigmabezogenes Wissen, Einstellungen und Verhaltensabsichten (z.B. die Verringerung des Wunsches nach Distanz) nachweisen – zumindest kurzfristig. Generell fehlen aussagekräftige Studien über die Nachhaltigkeit solcher Maßnahmen.

Was gilt es zu beachten?

Als zwei erfolgreiche Kernstrategien fast aller Anti-Stigma-Programme identifizieren die Forschenden einerseits Bildung, d.h. die Veränderung von Einstellungen durch erweitertes Wissen, andererseits Kontakt, also das Kennenlernen von Betroffenen als Möglichkeit, Vorurteile abzubauen. Eine weitere Strategie ist Protest, etwa das aktive Angehen gegen stigmatisierende Darstellungen psychischer Erkrankungen und gegen diskriminierende Einstellungen. Ob diese allerdings zu strukturellen Veränderungen gesellschaftlicher Prozesse führen, dazu liegen keine systematischen Forschungsergebnisse vor.

Früher setzte man in der Anti-Stigma-Arbeit überwiegend auf Bildung. Heute liegt der Fokus eher auf der Vermittlung von Kontakten, ob nun Face-to-Face oder indirekt, z.B. über Filme oder Veranstaltungen. Eine Analyse von auf Kontakten beruhenden Anti-Stigma-Programmen für Mitarbeitende im Gesundheitswesen förderte folgende Schlüsselemente zutage, die eine Einstellungsänderung begünstigten:

- Sozialer Kontakt in der Form, dass ein hierfür geschulter Experte mit Psychiatrieerfahrung über sein Leben und seine persönlichen Erfahrungen spricht
- Verschiedenste Anknüpfungspunkte für soziale Kontakte (z.B. Expertenvortrag + Filmvorführung + Gelegenheit zum Austausch)
- Verhaltensänderung durch die Vermittlung von konkreten, anwendungsbezogenen Fertigkeiten, z.B.: Was könnte man sagen? Was könnte man tun?
- Aktiv mit Mythen aufräumen
- Eine engagierte Veranstaltungsleitung, die mit ihrer empathischen personenzentrierten Haltung den Ton der Veranstaltung prägt
- Beispiele für Recoverywege als zentrale Botschaft des Programms

Die Forschergruppe um Gronholm sieht dabei eine große Ähnlichkeit zu den förderlichen Rahmenbedingungen, die der Sozialpsychologe Gordon Allport bereits in den 1950er-Jahren für den Abbau von Vorurteilen formuliert hat. Danach trägt Kontakt zwischen den Mitgliedern verschiedener Gruppen zum Abbau von Vorurteilen bei, wenn die Gruppenmitglieder

- in der Begegnungssituation den gleichen Status haben (Begegnung auf Augenhöhe);
- ein gemeinsames Ziel verfolgen;
- hierfür zusammenarbeiten müssen und sich aufeinander verlassen können, und wenn
- der Kontakt durch eine gemeinsam anerkannte Autorität, durch Gesetze oder Bräuche unterstützt wird.

Studien zufolge funktionieren auf Begegnung beruhende Strategien in erster Linie dadurch, dass sie den Teilnehmenden neue positive Eindrücke ermöglichen und so bestehende Vorurteile entkräften. Diese Erfahrungen nehmen ihnen die Angst vor Kontakten mit Mitgliedern der anderen Gruppe und fördern die Fähigkeit, sich in die anderen hineinzuzusetzen. Angst und das Gefühl der Bedrohung hingegen führen dazu, dass Kontakte mit Mitgliedern der anderen Gruppe vermieden und Vorurteile aufrechterhalten oder sogar verstärkt werden. Um die Wahrscheinlichkeit positiver Erfahrungen zu erhöhen, ist es daher wichtig, den Kontakt vorher gut und zielgruppenspezifisch vorzubereiten.

Strukturelle Diskriminierung im Blick behalten

Die Wirksamkeit von Anti-Stigma-Programmen darf aber nicht darüber hinwegtäuschen, dass die Diskriminierung aufgrund ungünstiger politischer und gesellschaftlicher Strukturen nach wie vor besteht. Die Autorinnen und Autoren vermuten, dass der Staat und seine Fördereinrichtungen eher bereit sind, die Kosten zur Verringerung von Stigmatisierung auf einer interpersonellen Ebene zu tragen als die Kosten für eine Veränderung struktureller Diskriminierung. Alleine auf persönliche Begegnung und Bildung zu setzen und hierbei Erfolge zu feiern, könne den Blick dafür verstellen, dass es ganz generell auch eines fundamentalen strukturellen Wandels bedarf, um die Lebenschancen von Menschen mit psychischen Erkrankungen zu verbessern. ◀

Dr. Susanne Jaeger ist wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Versorgungsforschung am Standort Weissenau des ZfP Südwürttemberg mit Schwerpunkt auf den Themen Lebensqualität und Patientenautonomie.

Zum Nachlesen: Gronholm, P.C.; Henderson, C.; Deb, T.; Thornicroft, G. (2017): Interventions to reduce discrimination and stigma: the state of the art. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 52: 249–258