

Lena Freimüller ■ Wolfgang Wölwer

# Antistigma-Kompetenz

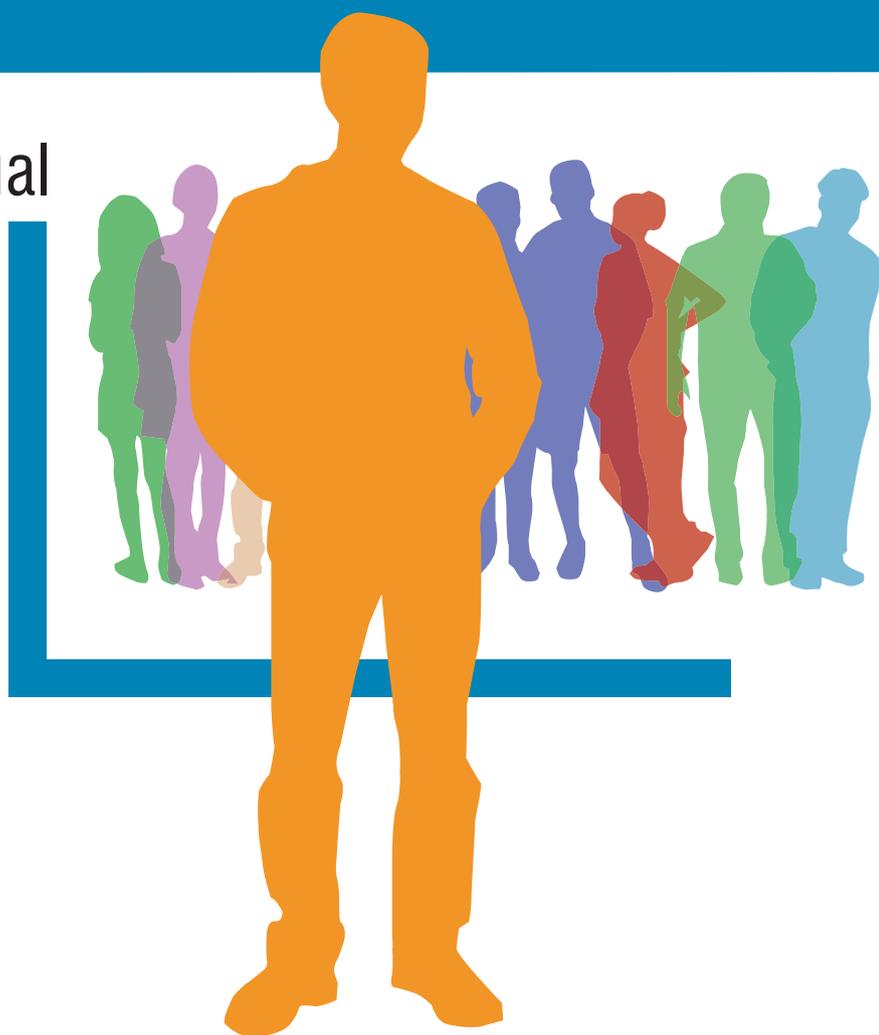
in der psychiatrisch-psychotherapeutischen  
und psychosozialen Praxis

## Das Trainingsmanual

  
Kompetenznetz  
Schizophrenie

Schriftenreihe  
Kompetenznetz  
Schizophrenie

Herausgegeben von  
W. Gaebel, H.-J. Möller,  
G. Buchkremer, H. Häfner,  
J. Klosterkötter,  
W. Maier, W. Wölwer



Zusätzlich online:  
Arbeitsmaterialien  
zum Ausdrucken

 Schattauer

L. Freimüller ▪ W. Wölwer

## Antistigma-Kompetenz in der psychiatrisch-psychotherapeutischen und psychosozialen Praxis

---

Das Trainingsmanual

W. Gaebel, H.-J. Möller, G. Buchkremer, H. Häfner, J. Klosterkötter, W. Maier, W. Wölwer  
(Reihenherausgeber)

Schriftenreihe Kompetenznetz Schizophrenie



# Schriftenreihe Kompetenznetz Schizophrenie

---

## **Reihenherausgeber**

Wolfgang Gaebel  
Hans-Jürgen Möller  
Gerhard Buchkremer  
Heinz Häfner  
Joachim Klosterkötter  
Wolfgang Maier  
Wolfgang Wölwer

Lena Freimüller ■ Wolfgang Wölwer

# Antistigma-Kompetenz in der psychiatrisch-psychotherapeutischen und psychosozialen Praxis

---

## Das Trainingsmanual

Unter Mitarbeit von  
Katharina Horn, Frank Huelsewig,  
Bärbel Lorenz und Harald Zäske

Mit 31 Abbildungen und 3 Tabellen

Zusätzlich unter  
[www.schattauer.de/2861.html](http://www.schattauer.de/2861.html)  
alle Arbeitsmaterialien zum Ausdrucken

**Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

**Besonderer Hinweis:**

Die Medizin unterliegt einem fortwährenden Entwicklungsprozess, sodass alle Angaben, insbesondere zu diagnostischen und therapeutischen Verfahren, immer nur dem Wissensstand zum Zeitpunkt der Drucklegung des Buches entsprechen können. Hinsichtlich der angegebenen Empfehlungen zur Therapie und der Auswahl sowie Dosierung von Medikamenten wurde die größtmögliche Sorgfalt beachtet. Gleichwohl werden die Benutzer aufgefordert, die Beipackzettel und Fachinformationen der Hersteller zur Kontrolle heranzuziehen und im Zweifelsfall einen Spezialisten zu konsultieren. Fragliche Unstimmigkeiten sollten bitte im allgemeinen Interesse dem Verlag mitgeteilt werden. Der Benutzer selbst bleibt verantwortlich für jede diagnostische oder therapeutische Applikation, Medikation und Dosierung. In diesem Buch sind eingetragene Warenzeichen (geschützte Warennamen) nicht besonders kenntlich gemacht. Es kann also aus dem Fehlen eines entsprechenden Hinweises nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Das Werk mit allen seinen Teilen ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert werden.

© 2012 by Schattauer GmbH,  
Hölderlinstraße 3, 70174 Stuttgart, Germany  
E-Mail: [info@schattauer.de](mailto:info@schattauer.de)  
Internet: [www.schattauer.de](http://www.schattauer.de)  
Printed in Germany

Lektorat: Dipl.-Psych. Mihrican Özdem, Landau  
Umschlagabbildung: © sk\_design - Fotolia.com  
Satz: Satzpunkt Ursula Ewert GmbH, 95444 Bayreuth  
Druck und Einband: AZ Druck und Datentechnik GmbH,  
Kempten/Allgäu

ISBN 978-3-7945-2861-5

# Zur Schriftenreihe des Kompetenznetzes Schizophrenie

Das Kompetenznetz Schizophrenie (KNS) ist ein bundesweiter Forschungsverbund mit den Zielen,

- Expertise im Bereich der Erforschung und Behandlung von Schizophrenie zu vernetzen und gemeinsam innovative Forschung zu betreiben,
- die Lebensqualität von Menschen mit der Diagnose Schizophrenie zu verbessern,
- wissenschaftliche Erkenntnisse zeitnah in die Versorgung zu transferieren und
- das Wissen über Schizophrenie in der Öffentlichkeit zu steigern und der Stigmatisierung psychischer Erkrankungen entgegenzuwirken.

Das Kompetenznetz Schizophrenie besteht seit 1999 und war eines der ersten Kompetenznetze in der Medizin, die vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert wurden. Mit seiner Schriftenreihe möchte das KNS Ergebnisse seiner Arbeit einer breiten Leserschaft zugänglich machen. Die Herausgeber der Schriftenreihe sind seit der Gründung des KNS dessen Vorstandsmitglieder.

Internet: [www.kompetenznetz-schizophrenie.de](http://www.kompetenznetz-schizophrenie.de)  
Kontakt: [info@kompetenznetz-schizophrenie.de](mailto:info@kompetenznetz-schizophrenie.de)

Bisher in dieser Schriftenreihe erschienen:

H. Häfner, A. Bechdorf, J. Klosterkötter, K. Maurer  
**Psychosen – Früherkennung und Frühintervention**  
**Der Praxisleitfaden**

Schattauer Verlag, ISBN 978-3-7945-2704-5

## Danksagung

Das vorliegende Trainingsmanual wurde im Rahmen einer Förderung des Kompetenznetzes Schizophrenie durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung (Förderkennzeichen 01GI0532) erarbeitet.

---

This page intentionally left blank

## Vorwort

Psychische Erkrankungen sind in unserer Gesellschaft noch immer mit Diskriminierung und Stigmatisierung verbunden, die für die betroffenen Menschen und ihr Umfeld eine große Belastung darstellen. Aus Scham und Angst vor Ablehnung, Abwertung und Spott werden psychische Erkrankungen oft geheim gehalten, therapeutische Hilfe wird nicht oder erst spät in Anspruch genommen; Betroffene ziehen sich aus ihrem sozialen Umfeld zurück und potentiell unterstützende therapeutische und soziale Ressourcen werden nicht genutzt. Diskriminierung und Stigmatisierung bzw. die Angst davor beeinträchtigen auch das Selbstwertgefühl, verschlechtern den Krankheitsverlauf und reduzieren die Lebensqualität. Die Belastung, die der Stempel bzw. das Stigma „psychisch krank“ somit auslöst und die der Beeinträchtigung durch die eigentliche Erkrankung oft gleich kommt, sollte daher nicht länger im Verborgenen bleiben, sondern muss aktiv gesellschaftlich thematisiert werden. International wird daher die Bekämpfung von Stigmatisierung und Diskriminierung auch als ein zentrales Ziel in der Versorgung und Behandlung von Menschen mit psychischen Erkrankungen angesehen.

Eine der bedeutendsten Zielgruppen für Interventionen zur Destigmatisierung psychischer Erkrankungen sind Menschen, die im psychiatrisch-psychotherapeutischen und/oder psychosozialen Kontext tätig sind: Einerseits werden sie von Betroffenen nicht selten ebenfalls als stigmatisierend erlebt, andererseits sind sie häufig selbst Ziel von Stigmatisierung. Besonders bedeutend ist aber, dass sie als gesellschaftliche Multiplikatoren für Wissen und Haltungen rund um psychische Erkrankungen wirken und durch ihr konkretes Verhalten wesentlich zur Destigmatisierung beitragen können. Es erscheint daher besonders wichtig, Beschäftigte im Bereich der psychiatrisch-therapeutischen und psychosozialen Versorgung für das Thema zu sensibilisieren und Möglichkeiten aufzuzeigen, um potentiell stigmatisierende Situationen im (Arbeits-)Alltag zu erkennen und zu vermeiden.

Vor diesem Hintergrund hat das Kompetenznetz Schizophrenie in den letzten Jahren – zum Teil auf Basis eigener Stigmaforschung – den Workshop „Antistigma-Kompetenz für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in psychiatrisch-psy-

chotherapeutischen und psychosozialen Einrichtungen“ entwickelt. Der Workshop richtet sich an alle in diesem Bereich beschäftigten Berufsgruppen wie ärztliches und weiteres therapeutisches Personal, Sozialarbeiter und Pflegekräfte, unabhängig davon, ob diese schon langjährig tätig sind oder sich erst in der Ausbildung befinden. Um der Stigmatisierung psychischer Erkrankungen nachhaltig entgegenzuwirken, bedarf es einer Zusammenarbeit aller betroffenen und beteiligten Gruppen. Gemeinsam soll Bewusstsein geschaffen, Wissen vermittelt und konkrete Kompetenz zur Verhinderung von Stigmatisierung aufgebaut werden. Das vorliegende Manual umfasst daher neben kürzeren Beschreibungen zum theoretischen Hintergrund und zu Ergebnissen der Stigmaforschung insbesondere ausführliche Darstellungen von konkreten Übungen, um diese Zielsetzungen zu erreichen.

An der Entwicklung des Workshops waren eine Reihe von Kolleginnen und Kollegen aus der Zielgruppe des Workshops sowie Menschen, die selbst erfahren in psychischen Erkrankungen sind, beteiligt. All diesen Personen gebührt an dieser Stelle besonderer Dank, selbst wenn nicht alle als Mitwirkende namentlich genannt werden konnten. Dank gilt auch allen Mitarbeitern des Schattauer-Verlags, stellvertretend Herrn Dr. Bertram, Frau Dr. Thurow und Frau Özdem, die das Manual über die Zeit der Entstehung stets geduldig und verständnisvoll unterstützt haben. Teile der Arbeit sind im Zuge der Dissertation von Lena Freimüller am Institut für Interventionsforschung und Kulturelle Nachhaltigkeit an der Alpe-Adria-Universität Klagenfurt, Österreich, entstanden.

Wir hoffen, dass mit diesem Buch im deutschsprachigen Raum nun ein häufig vermisster Zugang zur Antistigma-Arbeit geschaffen wird, der sowohl einen Einblick in die Forschung und die internationalen Bemühungen gegen Stigma gibt, als auch ganz praktische Anregungen bietet, um Stigma im Alltag zum Thema zu machen und so gemeinsam gegen die Diskriminierung psychischer Erkrankungen wirksam zu werden.

Wien und Düsseldorf

im Sommer 2011 **Lena Freimüller und Wolfgang Wölwer**

---

This page intentionally left blank

# Anschriften der Reihenherausgeber und Autoren

## Reihenherausgeber

### Univ.-Prof. Dr. med. Wolfgang Gaebel

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Heinrich-Heine-Universität  
LVR-Klinikum Düsseldorf  
Bergische Landstraße 2  
40629 Düsseldorf  
wolfgang.gaebel@uni-duesseldorf.de

### Univ.-Prof. Dr. med. Dr. h.c. mult. Hans-Jürgen Möller

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie  
Klinikum der Ludwig-Maximilians-Universität München  
Nußbaumstraße 7  
80336 München  
Hans-Juergen.Moeller@med.uni-muenchen.de

### Univ.-Prof. Dr. med. Gerhard Buchkremer

Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Calwerstraße 14  
72076 Tübingen  
gerhard.buchkremer@med.uni-tuebingen.de

### Univ.-Prof. em. Dr. med. Dr. h.c. mult. Heinz Häfner

Zentralinstitut für Seelische Gesundheit  
J5  
68159 Mannheim  
heinz.haefner@zi-mannheim.de

### Univ.-Prof. Dr. med. Joachim Klosterkötter

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Klinikum der Universität zu Köln  
Kerpener Straße 62  
50924 Köln  
joachim.klosterkoetter@uk-koeln.de

### Univ.-Prof. Dr. med. Wolfgang Maier

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Universitätsklinikum Bonn  
Sigmund-Freud-Straße 25  
53105 Bonn  
Wolfgang.Maier@ukb.uni-bonn.de

### Univ.-Prof. Dr. phil. Wolfgang Wölwer

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Heinrich-Heine-Universität  
LVR-Klinikum Düsseldorf  
Bergische Landstraße 2  
40629 Düsseldorf  
woelwer@uni-duesseldorf.de

## Autoren

### Lena Freimüller Mag.<sup>a</sup>, M.A.

si.sozialintervention  
bildung.forschung.kulturgestaltung  
Wien, Österreich  
www.sozialintervention.net  
lena.freimueller@sozialintervention.net

### Univ.-Prof. Dr. phil. Wolfgang Wölwer

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Heinrich-Heine-Universität  
LVR-Klinikum Düsseldorf  
Bergische Landstraße 2  
40629 Düsseldorf  
woelwer@uni-duesseldorf.de

---

This page intentionally left blank

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Einführung</b> .....	1	<b>4</b>	<b>Workshop „Antistigma-Kompetenz für die psychiatrisch-psychotherapeutische und psychosoziale Praxis“</b> .....	11
	Reden statt schweigen über den „Psycho-Stempel“ .....	1	<b>4.1</b>	<b>Workshopteam</b> .....	11
	Stigma zum Thema machen – Zielgruppen und Gebrauch des Buches .....	2	<b>4.2</b>	<b>Didaktisches Konzept</b> .....	11
	Betroffene geben den Ton an – Sprache in der Antistigma-Arbeit .....	3	<b>4.3</b>	<b>Inhaltlicher Aufbau</b> .....	13
	Lesen, Lernen und Lehren – zum Aufbau des Buches .....	3	<b>4.4</b>	<b>Zeitplan, Agenda, Organisation</b> .....	13
<b>2</b>	<b>Stigma, psychische Erkrankung und Bewältigungskompetenzen</b> .....	4	<b>5</b>	<b>Gemeinsamer Qualifizierungsprozess</b> .....	16
	Psychische Erkrankung und Gesellschaft .....	4		Vorbereitung und Erweiterung eigener Kompetenzen .....	16
	Forschung und Stigma .....	4		Vor- und Nachbereitung im Trainingsteam .....	16
	Interventionen gegen Stigma .....	5		Spezielle Herausforderungen psychiatri- erfahrener Trainer .....	17
	Partizipation in der Antistigma-Arbeit .....	5	<b>6</b>	<b>Modul I – Stigma, Diskriminierung und Bewältigungskompetenzen</b> .....	18
	Prioritäten Psychiatrieerfahrener in der Antistigma-Arbeit .....	6	<b>6.1</b>	<b>Übungseinheit Ia: Aufwärmen – direkter Einstieg ins Thema</b> .....	18
<b>3</b>	<b>Theoriebildung und Interventionsforschung</b> .....	7		Durchführung .....	18
<b>3.1</b>	<b>Antistigma-Kompetenz – ein neuer Begriff</b> ..	7		Potential .....	18
<b>3.2</b>	<b>Stigma als gesellschaftlicher Konflikt</b> .....	7	<b>6.2</b>	<b>Übungseinheit Ib: Kennenlernen</b> .....	19
<b>3.3</b>	<b>Interventionsforschung</b> .....	9		Durchführung .....	19
				Potential .....	19
			<b>6.3</b>	<b>Übungseinheit Ic: Vorstellung des Workshops</b>	20
				Durchführung .....	20

<b>6.4 Übungseinheit Id: Begriffsklärung – Stigma, Diskriminierung und Bewältigungs-kompetenzen</b> . . . . .	20	<b>7.3 Übungseinheit IIc: Stigma-Szenarien – Erarbeitung eigener Erfahrungen mit Stigma</b> . . . . .	41
Durchführung . . . . .	20	Durchführung . . . . .	41
Hintergrundwissen: Theoriebildung und Forschung . . . . .	21	Potential. . . . .	43
<b>6.5 Übungseinheit Ie: Personalisiertes Antistigma-Kompetenzprofil</b> . . . . .	25	Hintergrundwissen: Ergebnisse aus der Interventionsforschung zu den Erfahrungen psychiatrischer Profis . . . . .	43
Durchführung . . . . .	25	<b>7.4 Übungseinheit IIId: Wunderfrage</b> . . . . .	44
Potential. . . . .	25	Durchführung . . . . .	44
<b>6.6 Übungseinheit If: Antidiskriminierungs-spiel „Gleiche Chancen für alle?“</b> . . . . .	25	Potential. . . . .	45
Durchführung . . . . .	26	<b>8 Modul III – Perspektiven von Expertinnen durch Erfahrung</b> . . . . .	46
Potential. . . . .	26	Partnerschaftliche Gestaltung des Modul III. . . . .	46
<b>6.7 Übungseinheit Ig: Stigmaforschung</b> . . . . .	27	Exkurs: von der Betroffenheit und Erfahrung zur Bewältigung und Expertise . . . . .	46
Durchführung . . . . .	27	<b>8.1 Übungseinheit IIIa: Willkommen Wunder</b> . . . . .	49
Hintergrundwissen: Stigmaforschung . . . . .	27	Durchführung . . . . .	49
<b>7 Modul II – Rollen, Strategien und Herausforderungen in der Antistigma-Arbeit</b> . . . . .	33	Potential. . . . .	49
<b>7.1 Übungseinheit IIa: Akteurinnen und Rollen rund um das Stigma psychischer Erkrankungen.</b> . . . . .	33	Hintergrundwissen: Beispiele für Wunder aus der Interventionsforschung . . . . .	50
Durchführung . . . . .	33	<b>8.2 Übungseinheit IIIb: Wiederholung von Modul I und II</b> . . . . .	50
Potential. . . . .	35	Durchführung . . . . .	51
Hintergrundwissen: Ergebnisse aus der Interventionsforschung zur Rollenverteilung in Stigmaprozessen. . . . .	35	Potential. . . . .	51
Psychiatrische Profis: Multiplikatorinnen mit gesellschaftlicher Verantwortung. . . . .	37	<b>8.3 Übungseinheit IIIc: Stigma und Psychiatrie – gestern, heute, morgen</b> . . . . .	51
<b>7.2 Übungseinheit IIb: Antistigma-Initiativen</b> . . . . .	39	Durchführung . . . . .	51
Durchführung . . . . .	39	<b>8.4 Übungseinheit IIId: Stigma-Erleben aus Sicht von Expertinnen durch Erfahrung</b> . . . . .	51
Potential. . . . .	40	Variante 1: psychiatrische Profis stellen Fragen an Psychiatrieerfahrene. . . . .	51

Variante 2: Psychiatrieerfahrene berichten anhand von vorgegebenen Leitfragen zur Antistigma-Kompetenz . . . . .	54	9.4 Übungseinheit IVd: Brief an mich selbst . . . . .	66
Variante 3: ein freier Erfahrungsbericht der Psychiatrieerfahrenen . . . . .	56	Durchführung . . . . .	66
		Potential . . . . .	66
<b>9 Modul IV – gemeinsam gegen Stigma und Diskriminierung</b> . . . . .	59	<b>9.5 Übungseinheit IVe: Evaluation</b> . . . . .	66
<b>9.1 Übungseinheit IVa: Lösungs- und Handlungsmöglichkeiten in Stigma-Szenarien</b> . . . . .	59	Durchführung . . . . .	66
Vorbereitung . . . . .	59	Potential . . . . .	67
Durchführung . . . . .	60	<b>10 Kurzversionen des Workshops</b> . . . . .	68
Potential . . . . .	61	<b>11 Reflexionen eines Experten durch Erfahrung zum Workshop</b> . . . . .	70
Hintergrundwissen: Ergebnisse aus der Interventionsforschung zu stigmavermeidenden Lösungen . . . . .	61	<b>12 Evaluationsergebnisse zum Workshop</b> . . . . .	72
<b>9.2 Übungseinheit IVb: Widersprüche und Spannungsfelder in der psychiatrisch-psychotherapeutischen und psychosozialen Arbeit erkennen</b> . . . . .	62	<b>13 Ausblick</b> . . . . .	74
Durchführung . . . . .	62	<b>Literatur</b> . . . . .	76
Potential . . . . .	62	<b>Anhang</b> . . . . .	81
Hintergrundwissen: grundlegende Widerspruchsfelder in der psychiatrisch-psychotherapeutischen und psychosozialen Arbeit . . . . .	62	<b>Sachverzeichnis</b> . . . . .	117
<b>9.3 Übungseinheit IVc: Teilnehmende als Multiplikatorinnen für Antistigma-Kompetenz</b> . . . . .	64		
Durchführung . . . . .	65		
Potential . . . . .	66		