

Příručka



stigmatizace

stigmatizace

**a její
dopad na
společnost**

**Linda Klára
Nagyová Kaliničová**

O čem tato příručka pojednává?

ÚVOD

Máš něco co tě trápí, ale stydíš se o tom mluvit, protože ti přijde nevhodné nebo nebezpečné to s někým řešit? Se stigmatizací se setkáváme všude. Na rodiných oslavách, ve veřejné dopravě nebo i v institucích jako je škola nebo práce. Tato příručka se ti pokusí tento termín vysvětlit a případně poradit, jak se s ní vypořádat. Doufáme, že bude užitečná.

Žiješ v neustálém strachu z odhalení?
Zažíváš pocity studu, méněcennosti a beznaděje?
Připadáš si často přehlížen, vylučován či odsuzován ostatními?

Co je to Stigma

DEFINICE

O stigmatizaci se dá mluvit jako o **procesu označování, kdy stigmatizovaný jedinec či skupina je sociálně vylučována a odmítána ostatními nebo kdy sami stigmatizovaní pocít'ují strach a stud.**

Dříve se stigma oběvovalo ve starověkém Řecku při označování otroků, zločinců či zrádců (branding). Označovaný dostal vyřezáním či vypálením tělesný znak (mark), který měl informovat ostatní ¹.

Později toto slovo převzalo křesťanství. Slovem stigma metaforicky odkazovalo na rány podobné těm co měl Ježíš při svém ukřižování. S tímto se začalo slovo používat i v lékařství, kde poukazovalo na tělesné znaky fyzické poruchy.

Dnešní sociologicko-psychologické stigma odkazuje spíše na řeckou definici a dá se definovat jako následující: „*Stigma je znamení domnělé méněcennosti, vedoucí k odmítání jeho nositele druhými lidmi. Zdrojem stigmatu může být viditelná vlastnost (např. deformita těla), nebo okolnost neviditelná (např. příslušnost k určité skupině lidí)*“ ^{2,3}.

Lidé, kteří se potýkají se stigmatizací jsou často oběťmi

- **STEREOTYPIZACE**
- **PŘEDSUDKŮ**
- **DISKRIMINACE**
- **EXKLUZE**

Stigma v rámci mentálních nemocí:

Duševní onemocnění samo o sobě zásadně zasahuje do každodenního života člověka. I ty nejbanálnější úkony se stávají obtížnými překážkami a dříve pevné sociální vazby se pod tlakem nemoci rozpadají. Do tohoto křehkého stavu vstupuje stigmatizace – proces, při němž je člověk okolím, ale často i sebou samým, znevýhodňován či odsuzován na základě své diagnózy. Stigma je pak nezřídka vnímáno jako vážnější problém než choroba samotná. Dostává nemocného do situace, která může bránit včasnému vyhledání pomoci a uvrhá nemocného do hluboké sociální izolace ³.

V bodech si to tedy můžeme shrnout takto:

- **NÁLEPKOVÁNÍ (Labeling):**

Používání diagnózy jako pojmenování

(„On je schizofrenik“ místo „Má schizofrenii“).

Labeling jako takový tak vede k vnímání závažných diagnóz s menší vahou.



- **DÉMONIZUJÍCÍ NEBO DEHUMANIZUJÍCÍ VÝRAZY:**

Používání slov jako „blázen“, „šílenec“, „nepředvídatelný“ nebo „nebezpečný“.

Tyto nálepky jsou spojovány s negativními vlastnostmi („duševně nemocný = nebezpečný“) a jedná se o tzv. **Stereotypizaci**.

Stereotypizace pak dále vede k **oddělování (seperation)**

díky čemuž pak vzniká pomyslná hranice mezi námi“

(normálními) a „jimi“ (stigmatizovanými))

- **ZLEHČOVÁNÍ:**

Používání diagnóz jako metafor pro běžné nálady

(„Dneska mám depku“ , „Ty jsi takovej autista“) ⁴.

Stigmatizaci v rámci mentálních onemocnění lze tedy definovat jako set negativních vlastností a hodnot, které motivují individua ke strachu, odmítnutí, vyhýbání a diskriminaci ostatních lidí s mentální nemocí.

(Corrigan a Penn, 1999)

Typy stigmat

1. VEŘEJNÉ STIGMA

= fenomén, kde stereotypy a negativní přesvědčení společnosti vedou k diskriminaci proti jedinci s mentální nemocí ⁵.

2. SEBE-STIGMATIZACE

= hluboký lidský, ale zraňující psychologický proces, jenž lze definovat jako moment, kdy člověk vezme negativní předsudky, mýty a stereotypy z okolního světa, uvěří jim a začne je aplikovat sám na sebe ⁶.

3. STRUKTURÁLNÍ STIGMA

= vzniká ze zásad institucí a společnosti, které systematicky limitují příležitosti a práva lidí s mentální nemocí (např. při hledání zaměstnání) ⁵.

Bias (předpojatost) je nevědomý vnitřní filtr, který zkresluje naše vnímání a rozhodování.

Zatímco stigmatizace je vnější proces společenského nálepkování, bias funguje jako **zkratka v mysli**, která tyto předsudky realizuje. Jde o automatický mechanismus, kvůli kterému nevnímáme realitu objektivně, ale skrze optiku zažitých stereotypů ⁷.

Cyklus stigmatizace ⁸

Stigmatizace je dynamický proces, který začíná **označením (labelingem)** odlišnosti, již si okolí následně interpretuje skrze **stereotypy**. Tím vzniká **stigma** – negativní sociální nálepka, která vede k **diskriminaci** a odpírání rovných příležitostí.

Opakovaná zkušenost s odmítáním postupně oslabuje **odpor jedince**, který nálepku přijímá za část své identity, což provází ztráta sebedůvěry a sociální stažení. Tento **uzavřený kruh** je dále posilován dalším přepisováním negativních významů a rozpadem sociálních rolí. Model ukazuje, že stigma není jednorázový akt, ale proces neustále udržovaný interakcí mezi člověkem a jeho okolím.



Stigma indikátor ⁹

- ☐ JEDINEC S (MENTÁLNÍM) POSTIŽENÍM MÁ PROBLÉM NAJÍT SI NEBO PŘÍPADNĚ UDRŽET PRÁCI
- ☐ JEDINEC MÁ STRACH Z ODHALENÍ JEHO POSTIŽENÍ OSTATNÍMI
- ☐ MENTÁLNÍ POSTIŽENÍ ZPŮSOBUJE JEDINCI STUD
- ☐ MENTÁLNÍ POSTIŽENÍ STĚŽUJE JEDINCI NAJÍT SI NEBO UDRŽET VZTAH/MANŽELSTVÍ
- ☐ OSTATNÍ SE JEDINCI S POSTIŽENÍM VYHÝBAJÍ

Jak můžeme proti stigmatizaci bojovat?

U nás v Česku proti stigmatizaci bojuje **Inciativa Na rovinu**, kterou zajišťuje Národní ústav pro zdraví. Dále také stránky **Stopstigma**, které mají za cíl informovat a otevřeně mluvit o potížích stigmatizovaných ^{10,11}.

Co ale můžeme udělat všichni je následující:

Destigmatizace ¹²

- ☐ OTEVŘENĚ MLUVIT O DUŠEVNÍM ZDRAVÍ A NEMOCECH
- ☐ BÝT OBEZŘETNÍ O ZPŮSOBU, JAKÝM O DUŠEVNÍCH NEMOCECH MLUVÍME
- ☐ SEBEVZDĚLÁVAT SE O DUŠEVNÍM ZDRAVÍ
- ☐ PŘISTUPOVAT KE VŠEM PRVNĚ JAKO K LIDEM S DIAGNÓZOU, NÉ OBRÁCENĚ
- ☐ MYSLET KRITICKY A OVĚŘOVAT SI FAKTA

Prostor pro poznámky:

Reference

1. Iniciativa Na rovinu. (n.d.). Stop stigmatu. <https://narovinu.net/stop-stigmatu/>
2. Karel Chromý. Sociologie v psychiatrii, in: Psychiatrie, ed. Cyril Höschl-Jan Libiger-Jaromír Švestka, Praha: TIGIS, 2002: 219–220
3. ŠKODA, Miroslav. Předsudky, diskriminace a stigmatizace jako závažné etické problémy spojené s léčbou psychicky nemocných. Psychiatrie pro praxi. 2016, 17(e2), e14–e18. ISSN 1803-5272. Kompletní údaje a odkaz na PDF naleznete na webu Psychiatrie pro praxi.
4. Bruce G. Link, Jo C. Phelan. 2001. Conceptualizing Stigma. Annual Review Sociology. 27:363-385. <https://doi.org/10.1146/annurev.soc.27.1.363><https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12365575/>
5. Stárková, L. (2013). Stigmatizace v pedopsychiatrii. Psychiatrie pro praxi, 14(1), 10–12. <https://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2016/89/05.pdf>
6. de Oliveira-Filho, A. J. S., Lyra Junior, L. C., de Oliveira, J. S., de Oliveira, A. L., de Araujo, S. S., de Carvalho, M. G., & de Lyra Junior, D. P. (2024). Pharmaceutical care in the treatment of leprosy: A systematic review. Revista da Sociedade Brasileira de Medicina Tropical, 57, e00624-2024. doi.org
7. McLeod, S.A. (2023, 24. října). What Is Cognitive Bias? Types & Examples. Simply Psychology. <https://www.simplypsychology.org/cognitive-bias.html>
8. Sartorius N, Schulze H (2005) Reducing the stigma of mental illness: a report from the global programme of the World Psychiatric Association. Cambridge University Press, Cambridge, UK
9. Van Brakel, W. H. (2017). 5-Question stigma indicator. InfoNTD. <https://www.infontd.org/media/661/download>
10. Iniciativa Na rovinu. (n.d.). Na rovinu. <https://narovinu.net/>
11. Centrum pro rozvoj duševního zdraví. (n.d.). Stopstigma: Úvod. <https://www.cmhcd.cz/stopstigma/uvod/>
12. Fokus Liberec. (n.d.). Stigma duševního onemocnění. Fokus Liberec.

Vytvořeno v rámci projektu



SINAPSIS

Institut aplikovaných
psychosociálních studií