

WORKSHOP STARTER

In deze activiteit worden enkele kernbegrippen rondom stigma geïntroduceerd. Met deze informatie voorzie je je publiek van basiskennis over stigmatisering bij psychische aandoeningen.

We raden je aan om aan het begin van elke workshop opnieuw de context te creëren voor de activiteiten en groepsdiscussies. Dit kan met onderstaand format. Ook kun je gebruik maken van de dia's uit de PowerPoint presentatie.

**BEYOND
THE
LABEL**

1 INTRODUCTIE EN OVERZICHT PRESENTATIE

Je verwelkomt de deelnemers en introduceert jezelf, waarbij je iets vertelt over je achtergrond, ervaring en betrokkenheid bij dit onderwerp. Afhankelijk van de grootte van de groep, kun je de deelnemers zichzelf kort laten voorstellen en hen iets laten zeggen over hun motivatie om deze presentatie bij te wonen. Daarna geef je kort een overzicht van de presentatie zodat het duidelijk is voor deelnemers wat zij kunnen verwachten.

2 BASISREGELS

Neem de basisregels door. Hierbij kun je gebruik maken van de PowerPoint. Je kunt er ook voor kiezen om de groep zelf basisregels te laten opstellen.

3 STIGMA ERVAREN

Om de toon te zetten voor de discussies, begin je met een korte visualisatie oefening.

Voor de gespreksleider: Vraag de deelnemers er even goed voor zitten en hun ogen te sluiten. Lees als het helemaal stil is en iedereen zich concentreert, de onderstaande tekst voor. Gebruik je eigen haarkleur in het voorbeeld (bijv. roodharig, brunette, blondines):

"In onze doodgewone straten staat er een ramp te gebeuren. Er bevindt zich een groep mensen onder ons die een bedreiging vormen voor hun burens en de hele samenleving. Het gebeurt maar al te vaak dat hun potentieel gevaarlijke gedrag

wordt genegeerd tot het te laat is. Het publiek is woedend over het alarmerende aantal incidenten waarbij **blondines** onschuldige mensen verwonden of vermoorden. Er gaat bijna geen dag voorbij zonder een nieuwsbericht over een moord of aanval door een **blondine**. Dit roept de vraag op waarom ze zich vrij mogen bewegen in onze omgeving. Zelfs als het zo is, wat critici beweren, dat de problemen worden veroorzaakt door een kleine minderheid, is het niet altijd mogelijk te weten welke **blondines** gevaarlijk zijn. We moeten de veiligheid van de samenleving vooropstellen en **blondines** in gesloten, maar humane instellingen vastzetten. Dat is voor iedereen het beste.”

(Letterlijk overgenomen uit de film van K. Mattison [Producer] & N. Platt [Director]. [1998]. *Myths about Madness: Challenging Stigma and Changing Attitudes*. Princeton, NJ: Mental Health Media.)

Na het lezen van dit tekstfragment vraag je de deelnemers om hun ogen weer te openen en stel je de volgende vragen:

Stel je voor dat je dit negatieve stereotype beeld had gevormd van mensen **met blond haar**. Hoe zou je dan op mij hebben gereageerd toen je hier binnenkwam? (Laat een stilte vallen of start een discussie.)

Het lijkt misschien gek, maar we moeten onszelf de vraag stellen: “Is het eerlijk om een groep mensen te veroordelen op basis van het gedrag van een minderheid?” (Stilte.) Dit is hoe mensen met psychische aandoeningen vaak worden neergezet.

Laten we, voordat we onze discussie over stigmatisering en discriminatie voortzetten, even kijken naar de definities van deze begrippen.

4 DEFINITIE VAN STIGMA

Leg uit wat stigma is. Gebruik eventueel de DIA's “Wat is stigma” en “Wat is discriminatie” uit de PowerPoint.

5 DE GELAAGDHEID VAN STIGMATISERING

Het stigma dat aan psychische aandoeningen kleef is geen simpel $1 + 1 = 2$ optelsommetje. Sommige mensen ervaren deze stigmatisering als een extra barrière voor hun deelname aan het maatschappelijk leven en een dagelijkse bron van zorg, omdat ze al last kunnen hebben van andere negatieve stereotypen. Immers er zijn in de samenleving vaak meerdere labels/etiketten die mensen worden opgeplakt. Maak waar nodig gebruik van de DIA in de PowerPoint.

Benadruk dat de gelaagdheid of stapeling van stigma enorme drempels voor mensen kan opwerpen om passende hulp te zoeken of zich te laten behandelen; een zeer belangrijke reden voor het werken aan destigmatisering!

**BEYOND
THE
LABEL**

6 DE GEVOLGEN VAN STIGMATISERING

Vraag aan de deelnemers: "Wat zouden de gevolgen van stigmatisering kunnen zijn?" Bespreek daarna een aantal gevolgen, die genoemd staan op een DIA in de PowerPoint. Daarnaast kun je ook de volgende punten benoemen:

Fatsoenlijke, betaalbare huisvesting

Als verhuurders erachter komen dat een potentiële huurder een achtergrond met psychische problemen heeft, zijn ze als gevolg van negatieve stereotypen, minder snel geneigd om aan die persoon te verhuren.

Werk

Als iemand een achtergrond heeft met psychische problemen zijn werkgevers en collega's meer op hun hoede en houden ze in de gaten of de persoon een misstap begaat. Een gat in iemands CV als gevolg van gezondheidsproblemen is bovendien moeilijk uit te leggen, zonder in detail te treden.

Medische zorg

Op de Spoedeisende Hulp worden mensen met psychische problemen vaak niet als "urgente" gevallen behandeld en kan het gebeuren dat ze uren aan hun lot worden overgelaten. Ook worden ze vaak geconfronteerd met een "het is je eigen schuld" houding.

**BEYOND
THE
LABEL**