

**Zeitschrift:** SuchtMagazin  
**Herausgeber:** Infodrog  
**Band:** 49 (2023)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Wege aus dem Stigma  
**Autor:** Kostrzewa, Regina  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1046369>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 15.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Wege aus dem Stigma

2023-1  
Jg. 49  
S. 34 - 36

Um eine stigmafreie Haltung gegenüber Suchterkrankungen in der Gesellschaft voranzutreiben, werden insbesondere Strategien in den Bereichen der Kommunikation, Empowerment und Forschung vorgestellt. Darüber hinaus werden die Erkenntnisse der psychologischen Forschung bzw. die Elemente Kontakt, Edukation und Protest miteinbezogen, um einen möglichen Weg aus der Stigmatisierung aufzuzeigen. Dabei stellt sich eine ganzheitliche Verhaltensprävention, die auf eine Gesundheitskompetenz abzielt, als genauso geeignet dar wie eine professionell gestaltete Öffentlichkeitsarbeit, die z. B. durch den Medienleitfaden FairMediaSucht erreicht werden kann.

## REGINA KOSTRZEWA

Prof. Dr. Professorin für Soziale Arbeit an der Internationalen Hochschule (IU), Universitätsallee 18, D-28359 Bremen, regina.kostrzewa@iu.org

### Eine stigmafreie Grundhaltung in sozialen Berufen ist eine Notwendigkeit

Die Stigmatisierung suchtkranker Menschen kennt in unserer Gesellschaft keine Grenzen. Nicht nur die Allgemeinbevölkerung, sondern u. a. auch Fachkräfte des Gesundheitswesens von Pflegenden bis zur Ärzteschaft sind involviert (siehe den Beitrag von Stephanie Buschner-Fehr et al. in dieser Ausgabe). Letztere können als ein Problemfeld der strukturellen Stigmatisierung angesehen werden, da Ärzt:innen als Gatekeeper eine zentrale Funktion in der Identifizierung, Frühintervention sowie der Verweisung Suchtkrankter haben. So lässt sich insbesondere im Gesundheitswesen eine Stigmatisierung von Menschen mit einer Suchterkrankung feststellen (Speerforck & Schomerus 2022). Im Lübecker Memorandum (2017) wird die Gatekeeper-Funktion von Haus-, Fach- und Allgemeinkrankenhausärzt:innen als besonders hilfreich benannt, um beispielsweise Menschen mit Alkoholkonsumstörungen eine störungsspezifische Behandlung zu vermitteln oder eine Frühintervention anzustossen (Rumpf et al. 2017). Demzufolge zeigt sich die Empfehlung im Memorandum «Das Stigma von Suchterkrankungen verstehen und überwinden» (Schomerus et al. 2017) zum Stigma-Abbau im Hilfesystem bzw. zu «qualitativen Verbesserungen im Hilfesystem» als besonders relevant. «Anti-Stigma-Kompetenz muss im Studium bzw.

in der Ausbildung zu allen Gesundheitsberufen vermittelt werden» (ebd.: 10). Ziel sollte sein, eine stigmafreie Grundhaltung zu entwickeln und sich frühzeitig Wissen über negative Stigmafolgen anzueignen. Insofern sollte unter anderem der Teufelskreis der Stigmatisierung und die darin hervorgehende Diagnose als Teil des Stigmatisierungsprozesses benannt werden (Kostrzewa 2018: 2). Die Erkenntnis, dass die Diagnose Sucht zum sozialen Rückzug des/der Betroffenen führt und zugleich aufgrund des Bewusstseins der gesellschaftlichen Ächtung einen Selbstverurteilungsprozess auslöst, ist ein wichtiges Element zur Aneignung einer positiven Haltung gegenüber Menschen mit Suchterkrankungen. Eine stigmafreie Grundhaltung ist allerdings nicht nur in Gesundheitsberufen erforderlich, sondern in allen sozialen Berufen wie z. B. bei Erzieher:innen, Lehrkräften und Sozialarbeiter:innen. Auch hier sollte in den Lehrplänen das Thema Suchterkrankungen mit Fokus auf die Entstigmatisierung einbezogen werden.

### Kommunikation ist zentral

Über diese Empfehlung aus dem Memorandum hinaus werden folgende Bereiche zum Stigma-Abbau als notwendig ermittelt: Kommunikation, Empowerment, konzeptionelle und rechtliche Weiterentwicklungen sowie Forschung. Das Thema Kommunikation zeigt sich als be-

sonders zentral, da der benannte Rückzug bei einer Suchterkrankung das gesamte Familiensystem des Betroffenen betrifft und damit auch zur sozialen Ausgrenzung aller Familienmitglieder führt. Kinder aus suchtbelasteten Familien erleben häufiger soziale Ausgrenzung und Stigmatisierungen durch die Gesellschaft als andere Kinder. Erfahrungen sozialer Ausgrenzung durch Gleichaltrige untergraben das Selbstwertgefühl betroffener Kinder und Jugendlicher und erhöhen deren Depressivität (Wild & Müller 2015: 266). Insofern betrifft die soziale Ausgrenzung die Kinder im Alltag zum einen unmittelbar, zum anderen durch die Stigmatisierung ihres suchtkranken Elternteils und die Auswirkungen auf das Familiensystem. Stigmatisierung ist ein wechselseitiger Prozess, der nur durch Ansprache durchbrochen werden kann (Kostrzewa 2022: 176). «Es war schrecklich, jahrelang wurden wir ausgegrenzt, für meinen Bruder war es besonders schlimm, weil ihm niemand unsere Geschichten glaubte. Ich hatte nur eine wirkliche Freundin, der ich mich dann endlich – so mit 15 – anvertraute. Geahnt hatte sie es schon lange, weil ich sie nie mit zu uns nach Hause nahm, sondern immer am Wochenende bei ihr schlief. Aber ich musste es ihr einfach erzählen, weil so was Schlimmes passiert war, danach wurde es besser...es war irgendwie durchbrochen, ich weiss auch nicht genau, aber ich war dann anders, offener irgendwie, und dann

waren auch die anderen offener zu mir, was konnte ich dafür, dass mein Stiefvater Alkoholiker war...». Elli, Stieftochter eines Alkoholikers und mittlerweile erwachsene Suchtexpertin, beschreibt den Veränderungsprozess, der aufgrund von Ansprache ihrerseits entstand. Die soziale Ausgrenzung löste sich nach ihrem Empfinden für sie dadurch auf, dass sie selbst offener mit der Situation umging und die anderen ihr dann offener begegneten. Allerdings führt Offenlegung vonseiten des Betroffenen nicht immer zu Verständnis bei anderen, sondern ist abhängig von der Qualität des Kontaktes. Erfolgt die Offenlegung in Form einer «un glaublichen Geschichte», die übertrieben wirkt, kann es zu weiterer Stigmatisierung führen (Kostrzewa 2022: 177). Die soziale Ausgrenzung von suchtbelasteten Familien kann abgebaut werden, wenn Sucht als psychische Erkrankung in der Gesellschaft akzeptiert wird und nicht das Vorurteil von «der ist doch selbst schuld an seiner Erkrankung» gefällt wird (ebd.). Der Kontakt, explizit das Reden mit den Betroffenen, nicht über die Betroffenen kann helfen, Stigmatisierungen entgegenzuwirken (Kostrzewa 2018: 6).

### Die Suchtprävention muss sich mit Stigmatisierungseffekten auseinandersetzen

Auch im suchtpreventiven Bereich steht die Qualität der Kommunikation im Vordergrund, um einen Stigma-Abbau zu erzielen (siehe dazu auch den Beitrag von Christa Berger in dieser Ausgabe). Wicki et al. (2000) zeigten anhand einer Literaturrecherche, dass bei 25 % der Jugendlichen sekundärpräventive Projekte eine Zunahme von Substanzmissbrauch bewirkten, weil eine Etikettierung der Zielgruppe als Risikojugendliche zu einem verstärkten «deviant talk» führte. «Sobald Präventionsfachkräfte im Rahmen der Risikobewertung Zusammenhänge konstruieren und Werturteile fällen, greifen soziale Stigmata und Gefährdungsannahmen unreflektiert ineinander» (Kostrzewa 2018: 3). Suchtprävention muss sich mit solchen Stigmatisierungseffekten auseinandersetzen, wie es auch in der Stigma-Checkliste der Stadt Zürich erfolgt (Berger: 2017). Eine qualitative Studie zur Entstigmatisierung der Suchtprävention zeigt, dass auch in diesem Bereich eine stigmafreie

Kommunikation noch «ganz am Anfang steht» und eine Strategieentwicklung dringend erforderlich ist. Die Ergebnisse der Expert:inneninterviews machen deutlich, dass Ressourcenorientierung und Resilienzförderung denkbare Strategien zum Stigmaabbau sind «...es würde der Suchtprävention sicherlich gut tun, den Fokus auf Resilienzförderung zu verschieben» (Kostrzewa 2018: 6). Beinhaltet Prävention abschreckende, stereotypisierende Elemente und verfolgt eine defizitorientierte Sichtweise, können dadurch konsumierende Zielgruppen ausgegrenzt und abgewertet werden. Ziel suchtpreventiver Massnahmen sollte hingegen Partizipation und Empowerment sein, wie auch im Memorandum benannt. Insofern sollte Suchtprävention auf die Herausbildung einer Konsumkompetenz ausgerichtet sein, die in ihren Facetten alle Zielgruppen erreicht. Die Unterteilung der Konsumkompetenz erfolgt in vollständige Abstinenz, genussorientierten Konsum und kontrollierten Risikokonsum, wobei Letzterer die Risiko- und Rauschkompetenz beinhaltet (Kostrzewa 2018; 2019: 283). Gelingt es, die Zielgruppen entsprechend ihren Lebenswelten und ihres Konsumverhaltens akzeptierend anzusprechen, können Ressourcen aktiviert werden, die problematischen Konsumpraktiken entgegenwirken. Beispielsweise bedeutet eine Risikokompetenz bei riskantkonsumierenden Zielgruppen vor riskanten Konsumententscheidungen die persönliche Befindlichkeit und das soziale Setting zu analysieren (Sucht Akademie 2013: 12). Peer-Group Education ermöglicht dabei die Schaffung von Lernräumen zum Einüben von Konsumlernen und Risikohandeln. «Der Konsumkompetenzansatz entspricht der Überzeugung des demokratisch-emanzipatorischen Menschenbildes, dass die überwiegende Mehrzahl von Menschen autonom richtige Entscheidungen treffen werden, wenn man sie unterstützt, Lebenskompetenz zu entwickeln und mit Risiken verantwortungsvoll umzugehen» (Kostrzewa 2018/2019: 283). Die Entwicklung von Konsumkompetenz sollte im Kontext von biopsychosozialen Voraussetzungen des Einzelnen und den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen betrachtet werden sowie die kollektive Mitverantwortung gegenüber vulnerablen Gruppen einbeziehen. Dabei sollten die legalen Rahmenbedingungen des Sucht-

mittelkonsums kontinuierlich auf stigmatisierende Effekte überprüft werden und eine Entkriminalisierung des Konsums anstreben (Schomerus et al. 2017: 11).

### Stigma-Abbau durch Entkriminalisierung des Suchtmittelkonsums

In der europäischen Suchtpolitik zeichnet sich in der Vergangenheit ein Umdenken ab, das sich an Schlagworten wie «Harm-Reduction», «Therapie statt Strafe» oder «Cannabis als Medizin» zeigt, da die primär repressiv orientierte Suchtpolitik keine grossen Erfolge, sondern eher erhebliche Probleme erzeugt hat. Eine Entkriminalisierung des Suchtmittelkonsums, wie es derzeit z. B. in Deutschland durch die Legalisierung von Cannabis angestrebt wird, würde zum Stigma-Abbau beitragen. Das Memorandum geht im Punkt der konzeptionellen und rechtlichen Weiterentwicklungen noch weiter und schlägt die Entwicklung eines neuen Krankheitskonzeptes von Suchterkrankungen vor «das Barrieren verringert, eine nicht-stigmatisierende Frühintervention erlaubt, das Kontinuum der Konsummenge berücksichtigt und gleichzeitig den Schutz einer Diagnose bietet» (ebd.). Dabei könnten Strategien zur Steigerung der Akzeptanz von Früherkennung hilfreich sein, die eine stigmafreie Terminologie für frühe Formen problematischen Suchtmittelkonsums erfordert und die Einbettung von suchtspezifischen Frühinterventionen in eine ganzheitliche Verhaltensprävention bezüglich verschiedener Gesundheits- und Risikoverhaltensweisen einbezieht. Dieser Gedanke der übergreifenden Verhaltensprävention empfiehlt sich entsprechend dem Memorandum auch um eine Separierung der Hilfesysteme zu überwinden. «Das Ziel sollte dabei sein, die bestehenden Strukturen zu einer gemeinsamen Hilfe für körperliche und psychische Krankheiten unter Einschluss von Suchtproblemen zusammenzuführen» (ebd.). So könnte die bestehende strukturelle Diskriminierung z. B. bei der Bereitstellung von Psychotherapieplätzen ebenfalls abgebaut werden.

### Eduktion bzw. Förderung der Gesundheitskompetenz bei Jugendlichen

Eine ganzheitliche Verhaltensprävention im Sinne eines stigmafreien Umgangs mit

Suchtkrankheiten könnte entsprechend den Erkenntnissen der psychologischen Forschung auch durch das Element der Edukation angestrebt werden. Eine Metaanalyse basierend auf den Ergebnissen von 72 Studien mit über 38 000 einbezogenen Personen zeigte, dass Edukation sowie direkter Kontakt mit Betroffenen Diskriminierungstendenzen positiv beeinflussen können, die Wirksamkeit allerdings mit dem Lebensalter korreliert. Während bei Erwachsenen der Kontakt einen grösseren Effekt als Edukation hat, verhält es sich bei Jugendlichen genau andersherum (Corrigan et. al. 2012). Demzufolge wäre eine frühzeitige kontinuierliche Förderung der Gesundheitskompetenz ab dem Elementarbereich in einem spezifischen Schulfach wie Gesundheitserziehung, das die Entstigmatisierung von Sucht und anderen Erkrankungen einbezieht, eine denkbare Strategie für alle Länder, in deren Schulsystem dieses relevante Thema bislang nur fachübergreifend einfließen soll. Ein systematisches Review fand moderate Hinweise, dass schulbasierte Interventionen zur Verringerung der Stigmatisierung psychischer Störungen und Verbesserung der psychischen Gesundheitskompetenz beitragen können (Ma et. al. 2022).

### Fair Media Sucht – der Medienleitfaden

Über die Edukation und den Kontakt hinaus wurde durch die psychologische Forschung der Protest gegen Diskriminierung durch Meinungsmacher ermittelt (Schomerus et.al. 2013). Politische Entscheidungsträger:innen können im Rahmen von Öffentlichkeitsarbeit die Entstigmatisierung des Themas Sucht in der Gesellschaft vorantreiben. Entsprechend den Empfehlungen des Memorandums ist eine konsistente, professionell gestaltete Öffentlichkeitsarbeit notwendig, die auch den professionellen Einsatz sozialer Medien integriert. Darüber hinaus wurde die Entwicklung eines Presseleitfadens für eine stigmafremde Berichterstattung über Suchtkrankheiten empfohlen, die durch den partizipativ erstellten Medienleitfaden Fair Media Sucht schon im Jahr 2022 umgesetzt wurde. Dieser gibt Medienschaffenden konkrete und praktisch umsetzbare Hinweise, wie Menschen

mit Abhängigkeitserkrankungen in den Medien dargestellt werden können, um Stigmatisierung abzubauen. Bei der partizipativen Entwicklung wurden Betroffene, Angehörige, Expert:innen aus der Suchtforschung und Medienschaffende genauso wie der Gendergedanke einbezogen, indem z. B. die Fokusgruppen in der Zusammensetzung im Gender-Gleichgewicht angestrebt wurden (BMG 2022). Grundsätzlich sollten in den Massnahmen und Angeboten spezifische Stigmafolgen bei Frauen und anderen benachteiligten Gruppen wie z. B. LGBTiQ+-Communities bedacht und deren Reduktion verfolgt werden. Bei suchterkrankten Mitgliedern dieser Gruppe liegt eine doppelte Stigmatisierung vor, die eine Überwindung besonders erschwert, weshalb spezifische Interventionen entwickelt werden sollten. «Bei der Entwicklung der Angebote ist die partizipative Beteiligung homosexueller Peers einzubeziehen, um den integrativen Gedanken von vornherein aufzunehmen und nicht Gefahr zu laufen, «ausgrenzende Angebote» zu schaffen, die die Akzeptanz der Zielgruppe verfehlen und ggf. die Diskriminierung auslösen bzw. verstärken» (Kostrzewska 2016).

### Die partizipative Theaterarbeit – eine interaktive Methode

Eine interaktive Methode, die die genannten Strategien der psychologischen Forschung zum Stigma-Abbau wie Protest, Edukation und Kontakt integriert, ist die partizipative Theaterarbeit. Sie ermöglicht im Spiel die Teilhabe und Interaktion von Betroffenen in der Gesellschaft, um die Dekonstruktion des Stigmaalltags zu erzielen. «Integration und Offenheit im Alltag werden ermöglicht, um am Abbau des Vorurteils «Der Süchtige ist selbst schuld» mitzuwirken und so den Teufelskreis von Stigmatisierung und Selbststigmatisierung zu durchbrechen bzw. aufzulösen» (Kostrzewska 2018: 7).

Die Vielzahl der Möglichkeiten entstigmatisierender Strategien stellen sich als zeitgemäss und notwendig dar, um ein gesamtgesellschaftliches Umdenken voranzutreiben und eine stigmafremde Haltung gegenüber Suchterkrankungen in der Gesellschaft auszubauen.

### Literatur

- Berger, C. (2017): Stigmatisierung trotz guter Absicht – zum Umgang mit einem konstitutiven Dilemma in der Suchtprävention. *Verhaltenstherapie und psychosoziale Praxis* 49(2): 335-345.
- BMG – Bundesministerium für Gesundheit (2022): FairMediaSUCHT: Ein Leitfaden zur stigmafremden Mediendarstellung von Menschen mit Suchtkrankheiten. <https://t1p.de/bcmr>, Zugriff 04.01.23.
- Corrigan, P.W./Morris, S.B./Michaels, P.J./Rafacz, J.D./Rüsch, N. et al. (2012): Challenging the public stigma of mental illness: A meta-analysis of outcome studies. *Psychiatric Services* 63: 963-973.
- Kostrzewska, R. (2022): Alkohol und Drogen in der Familie. Präventionsmassnahmen für Eltern und pädagogische Fachkräfte. Stuttgart: Kohlhammer Verlag.
- Kostrzewska, R. (2018): Stigmatisierung, Selbststigmatisierung und Entstigmatisierung der Suchtarbeit. Konturen.
- Kostrzewska, R. (2018/2019): Von gendersensibler und diversity orientierter Suchtprävention bis Resilienzförderung und Kompetenzorientierung. Zum Themenschwerpunkt: Integrative Sucht- und Drogenhilfe – Entwicklungen, Herausforderungen und Perspektiven. *Rausch – Wiener Zeitschrift für Suchttherapie* 7/8(4/1).
- Kostrzewska, R. (2016): Jung, homosexuell, diskriminiert – suchtgefährdet? Ein komplexes Phänomen mit geringer Beachtung. <https://t1p.de/ckues>, Zugriff 04.01.23.
- Ma, K.K.Y./Anderson, J.K./Burn, A. (2022): Review: School based interventions to improve mental health literacy and reduce mental health stigma- a systematic review. *Child and Adolescent Mental Health*. doi: 10.1111/camh.12543
- Rumpf, H.-J./Bischof, G./Bischof, A./Hoch, E. (2017): Lübecker Memorandum zur Zukunft der Suchtkrankenversorgung. *Sucht-Zeitschrift Für Wissenschaft und Praxis* 63(63): 169-174. Doi: 10.1055/s-0037
- Schomerus, G./Bauch, A./Elger, B. et al. (2017): Das Stigma von Suchterkrankungen verstehen und überwinden. *Sucht* 63: 253-259. doi:10.1024/0939-5911/a000501
- Schomerus, G./Matschinger, H./Angermeyer, M. (2013): Continuum beliefs and stigmatizing attitudes towards persons with schizophrenia, depression and alcohol dependence. *Psychiatric Research* 209(3): 665-669.
- Speerforck, S./Schomerus, G. (2022): Reducing substance use stigma in health care. S. 232-225 in: G. Schomerus/P.W. Corrigan (Hrsg.), *the stigma of substance use disorders* Cambridge: Cambridge University Press.
- Sucht Akademie (Hrsg.) (2013): *Konsumkompetenz zwischen individueller und kollektiver Verantwortung*. Bern.
- Wicki, W. et al. (2000): Präventionsforschung bei Jugendlichen im Suchtbereich. Erkenntnisse für die Praxis. Bundesamt für Gesundheit BAG: Suchtforschung des BAG 1996 – 1998. Band 2/4: Prävention: 2- 13.
- Wild, E./Müller, J. (Hrsg.) (2015): *Pädagogische Psychologie*. Berlin, Heidelberg: Springer Verlag.

