

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO

DIPLOMSKA NALOGA

REGULACIJA STIGME

Mentor: doc. dr. Srečo Dragoš

Klinar Maja

Ljubljana 2012

PODATKI O DIPLOMSKI NALOGI

Ime in priimek: Maja Klinar

Naslov naloge: Regulacija stigme

Kraj: Ljubljana

Leto: 2012

Število strani: 79

Število tabel: 23

Število prilog: 3

Mentor: doc. dr. Srečo Dragoš

Deskriptorji: stigmatizacija, vrste stigme, ravnanje s stigmo, učinki stigme na življenje, preživetje

Povzetek:

Naloga prikazuje teoretične osnove, ki so nam v pomoč pri razumevanju koncepta stigme in načinov soočanja z njo. Stigmatizacija je vedno prisoten pojav, s katerim se že desetletja ukvarjajo tako strokovnjaki, kot tudi ljudje, ki postanejo njena žrtev. Teorija pravi, da je lahko vsaka lastnost stigmatizirajoča, odvisno je od okolja in družbe, v kateri posameznik živi. Vseh odgovorov ni mogoče dobiti v teoretičnih zapisih raziskovalcev. Zaradi tega sem poiskala posameznike, ki se srečujejo z različnimi vrstami stigme. Skušala sem ugotoviti, kaj je vplivalo na nastanek stigme, kako je to zaznamovalo njihova življenja v preteklosti ter s kakšnimi posledicami se srečujejo še danes.

Title:

Descriptors: stigmatization, types of stigma, dealing with stigma, impacts of stigma on life, survival

Abstract:

The thesis shows the theoretical foundations, that help us to understand the concept of stigma and the way people deal with it. Stigmatization is a widely present phenomenon, with which so the researchers, as the people that become its victims are dealing for decades. The theory says, that every characteristic can be stigmatised, depending on the environment and society a person lives in. Because the theory can not give us all the answers, I decided, to look for people dealing with different types of stigma. I wanted to find out which factors or events have had an effect on the appearance of stigma in their lives, how did they organise their lives in the past and what consequences are they facing today.

*Nalogo posvečam vsem,
ki so mi tako v življenju kot pri pisanju
te naloge nudili brezpogojno pomoč-
mami, očetu, bratu in fantu. Brez njih mi ne bi uspelo.*

PREDGOVOR

Stigmatizacija je prisotna, odkar obstaja človeštvo. Zmeraj se je našel vodilni človek oziroma vodilna skupina, ki je odredila življenje podrejenim. V začetku je šlo predvsem za razlikovanje po spolu, kar je še danes prisotno, kasneje pa so se pojavile še druge označujoče razlike, ki jih je dominantni del človeštva označil za nesprejemljive.

S stigmatizacijo sem se v mnogih primerih srečala tudi sama. Šlo je za različne vrste izločanja s strani vrstnikov in odraslih. Prav zato se mi je ta tema zdela še posebej zanimiva, saj sem želela ugotoviti, kako lahko teoretični zapisi različnih strokovnjakov pripomorejo k razumevanju, zakaj pa se je to dogajalo prav meni. Menim, da se s tem vprašanjem sreča vsak, ki je kadarkoli v stigmatizirajočem položaju.

Ker vem, da obstaja veliko različnih vrst stigem, sem se potrudila in našla različne posameznike in obdelala življenjske zgodbe, ki imajo mnogo podobnih sestavin in tudi mnogo povsem drugačnih. Namen naloge je bil preučiti neke vrste »kvazi« teorijo o učinkih stigme na življenje posameznikov in ravnanju z njo. Vse ugotovitve sem pridobila s pomočjo šestih intervjuvancev in s kvalitativnim raziskovanjem. Zavedam se, da pridobljenih rezultatov ne morem posploševati na celotno populacijo, vendar menim, da sem kljub temu prišla do realnih in resničnih rezultatov, s katerimi bi se veliko stigmatiziranih lahko poenotilo.

Zahvala gre vsem osebam, ki so mi dovolile vpogled v njihovo zasebnost in življenje in s tem pripomogle k realiziranju zastavljene naloge. Brez njih tudi te diplomske naloge ne bi bilo.

Prav tako se zahvaljujem mentorju, doc. dr. Sreču Dragošu, za usmerjanju skozi celoten proces nastajanja diplomske naloge.

KAZALO VSEBINE

1	TEORETIČNI UVOD.....	7
1.1	Zgodovina in izvor stigme.....	7
1.2	Opredelitev pojma stigma.....	8
1.3	Koncept stigmatizacije.....	10
1.3.1	Strah in stigma.....	10
1.3.2	Stereotipizacija.....	11
1.3.3	Socialna kontrola.....	12
1.4	Vzroki stigmatizacije.....	14
1.5	Vrste stigme.....	14
1.6	Stigma kot okužba.....	16
1.7	Diskriminacija.....	16
1.8	Načini upravljanja s stigmo.....	17
1.8.1	Destigmatizacija stigme.....	17
1.8.2	Racionalizacija, revitalizacija, zrcaljenje stigme in resignacija.....	18
1.8.3	Zamolčevanje in prikrivanje stigme.....	18
1.8.4	Metode razkrivanja.....	21
1.9	Drugi načini upravljanja s stigmo.....	21
1.10	Pomen stigme za socialne odnose.....	22
1.10.1	Socialno zavračanje.....	23
	• Izključitev.....	23
	• Izolacija.....	24
1.10.2	Zmanjšana pričakovanja.....	25
2	PROBLEM.....	26
3	METODOLOGIJA.....	27
3.1	Vrsta raziskave.....	27

3.2 Merski instrumenti in viri podatkov.....	27
3.3 Populacija.....	27
3.4 Zbiranje podatkov.....	28
3.5 Obdelava in analiza podatkov.....	29
4 REZULTATI.....	31
5 RAZPRAVA.....	42
6 SKLEPI.....	52
7 PREDLOGI.....	53
8 VIRI IN LITERATURA.....	55
9 PRILOGE.....	58
9.1 Vprašalnik.....	58
9.2 Intervjuji.....	59
9.3 Izjava o avtorstvu.....	77
10 POVZETEK.....	78

SEZNAM TABEL

Tabela 4.1.a Preteklost.....	31
Tabela 4.1.b Vpliv družine na stigmatizacijo.....	31
Tabela 4.2 Drugačnost.....	32
Tabela 4.3 Neenakost moči.....	32
Tabela 4.4 Vpliv na stigmatizacijo.....	33
Tabela 4.5.a Samokontrola.....	33
Tabela 4.5.b Dezidentifikatorji.....	34
Tabela 4.6 Samostigmatizacija.....	34

Tabela 4.7 Odnos okolice.....	35
Tabela 4.8.a Odrinjenost zaradi sebe.....	35
Tabela 4.8.b Odrinjenost zaradi drugih.....	36
Tabela 4.9.a Formalna pomoč.....	36
Tabela 4.9.b Neformalna pomoč.....	36
Tabela 4.10.a Vpliv na življenje.....	37
Tabela 4.10.b Samopodoba.....	37
Tabela 4.10.c Introjekcija.....	38
Tabela 4.10.d1 Izoliranost od normalnih.....	38
Tabela 4.10.d2 Izoliranost med enake.....	39
Tabela 4.10.d3 Bližnji.....	39
Tabela 4.10.e Družbena dimenzija.....	39
Tabela 4.11 Zaposlitev.....	40
Tabela 4.12 Odnos do družbe.....	40
Tabela 4.13 Končna tabela.....	41

1 TEORETIČNI UVOD

1.1 ZGODOVINA IN IZVOR STIGME

Stigma je grška beseda, ki se je v osnovi navezovala na nekakšno znamenje, ki so ga vrezali ali vžigali v kožo kriminalcem, sužnjem in drugim osebam, ki se jih je bilo potrebno izogibati, še zlasti na javnih mestih. S tem so pokazali, da naj bi bile te osebe neprilagojene družbi. Šlo je torej za označevanje posameznikov, pri katerem diskreditirajoče lastnosti zasenčijo vse ostale poglede na posameznika (Neuberg 2000). Stigma je v krščanski dobi dobila še dva pomena. Prvi se je nanašal na rane, enake Jezusovim, ki so jih javno izpostavljali »božji odposlanci«, drugi pa na telesne motnje. Čeprav je v večini kultur tak fizični način označevanja izginil, pa se je razširil drugačen način stigmatizacije, to je socialno označevanje, na katerem temelji večina stigem (Jones in sod. 1984 v Nastran Ule 1999: 202). Strah je dandanes najverjetneje ključen element za ohranjanje stigem. Razvojnopsihološka literatura pa nam daje vedeti, da je strah pridobljen odziv na razlike stigem in ni naraven. Otroci se morajo strahu naučiti, prav tako tudi kakšnih lastnosti in oseb ne marajo, se jih bojijo, jih stigmatizirajo. Otroci se lahko naučijo stigmatizirati, ne da bi se kdaj vprašali, zakaj to delajo. Enako imajo odrasli svoje prepričanje o pripadnikih stigmatiziranih skupin, brez da bi kdaj spoznali kakšnega posameznika iz teh skupin. »Predispozicija za stigmatiziranje se prenaša z generacije na generacijo s pomočjo socialnega učenja oziroma s socializacijo« (Coleman v Nastran Ule 1999: 203). Stališča o stigmi se lahko spreminjajo v smeri socialno sprejemljivega, vendar pa čustva in vedenje ljudi v vseh obdobjih odražajo negativne posledice povezav s stigmo. Problem pa nastaja, ker so norme o stigmi tako dvoumne. Otroke se uči, da naj bi se stigmatiziranim izogibali zaradi posledic, ki jih lahko druženje prinaša, za odrasle pa to velja za socialno nesprejemljivo (prav tam: 204). Logična posledica te dvoumnosti pa je zbeginost otrok.

Ohranjanje stigme kot družbenega problema je posledica njene prvotne socialne uporabnosti. Uporabljali so jo kot sredstvo za nadzor določenih delov družbe in s tem zagotavljali, da moč ostaja v rokah enakih skupin. Na podlagi teh podatkov lahko rečemo, da stigma torej pomaga ohranjati obstoječo družbeno hierarhijo (Coleman v Nastran Ule 1999: 211).

1.2 OPREDELITEV POJMA STIGMA

V literaturi lahko zasledimo več različnih definicij stigme. Tako Erving Goffman v svojem klasičnem delu *Stigma Notes on the management of spoiled identity* zapiše, da je stigma »lastnost, ki je globoko diskreditirajoča in zreducira nosilca stigme iz normalne osebe na pokvarjeno, manj vredno, čudno in podobno« (Goffman v Link in Phelan 2001: 364). Goffman tudi navaja, da »je stigma enaka nezaželeni drugačnosti« (Goffman v Nastran Ule 1999: 199). Po njegovem mnenju je vse razlike, ki obstajajo med ljudmi, mogoče stigmatizirati. Dominantne skupine določajo, katere razlike so zaželene in katere ne. »Stigme delno odražajo vrednostne sodbe dominantne skupine« (prav tam: 199). Ista okoliščina ali lastnost je lahko v nekaterih okoljih oziroma kontekstih popolnoma navadna in normalna, v drugih pa lahko povzroča stigmo in posledično izključevanje in diskriminacijo. Stigma je torej neke vrste družben odnos, ki ga zgradimo okoli določene lastnosti oziroma posebnosti, ki jo družba diskriminira. Na diskriminaciji, prežeti s stereotipi, pa temelji stigmatizacija (Južnič 1993: 122).

Drugo opredelitev pojma najdemo pri Staffordu in Scottu, ki trdita, da stigma predstavlja »lastnost osebe, ki je v nasprotju z normo družbene enote«, pri čemer je norma definirana kot »skupno prepričanje, da se mora oseba vesti na določen način v določenem času« (Stafford in Scott v Link in Phelan 2001: 364–365).

Crocker in drugi so označili, da stigmatizirani posamezniki posedujejo ali naj bi posedovali nekatere lastnosti ali karakteristike, ki izražajo družbeno identiteto, ki je v nekaterih okoliščinah razvrednotena (Crocker in drugi v Dovidio in drugi 2000: 4). Najpomembnejši dimenziji stigme za vse, stigmatizirano osebi in osebo, ki stigmatizira, sta vodljivost in vidnost (prav tam: 6).

Še posebej vplivna je definicija Jonesa in sodelavcev (Jones v Link in Phelan 2001: 365), da lahko na stigmo gledamo kot na razmerje med »lastnostjo in stereotipom« in tako definiramo stigmo kot »oznako« (lastnost), ki povezuje osebo z nezaželenimi karakteristikami (stereotipi).

Coleman predstavlja celostno definicijo: »Stigma predstavlja življenjski pogled: skupek osebnih in družbenih konstruktov, skupek socialnih zvez in socialnih odnosov, obliko družbene realnosti« (Coleman v Nastran Ule 1999: 198). Stigma je proces posploševanja na

podlagi ene izkušnje, ene lastnosti osebe in ljudi kategorizira, namesto da bi jih obravnavali individualno. Najpomembnejše pa postanejo lastnosti, ki ustrezajo stereotipu, povezanemu s stigmo. Stigma je človeško konstruirana percepcija, konstantno se spreminja in upravičuje človeške negativne odzive na razlike med nami. »Zdi se, da do stigmatizacije pride samo takrat, kadar je vsiljena komponenta socialne kontrole oziroma kadar nezaželena drugačnost pripelje do določene omejitve fizične in socialne mobilnosti in dostopa do priložnosti, ki posamezniku omogočajo razvoj njegovih potencialov. Ta definicija združuje prvoten pomen stigme s sodobnejšimi konotacijami in uporabami« (Coleman v Nastran Ule 1999: 211).

Občutek stigmatiziranosti je posledica socialne primerjave (prav tam: 200). Ista oseba se lahko v različnih okoljih in različnih situacijah počuti drugače. Tako je lahko na primer psihiatrični bolnik v psihiatrični ustanovi nestigmatiziran, saj je večina oseb, s katerimi ima tam kontakt, njemu podobna, v zunanjem svetu pa je stigmatiziran, saj ne pripada dominantni skupini »normalnih«. V tem primeru je mentalno zdravje zaželeno značilnost. Večina ljudi si prizadeva, da bi pripadala večinskemu, nestigmatiziranemu delu sveta, predvsem zaradi negativnih posledic, ki jih stigmatizacija prinaša.

Različne definicije stigme lahko pojasnita predvsem dva razloga. Prvi je, da se je koncept stigme nanašal na različne vrste okoliščin, vsaka izmed teh pa je edinstvena in lahko pripelje raziskovalce do različnega pojmovanja. Drugi razlog pa najdemo v tem, da je raziskovanje stigme multidisciplinarno, saj vključuje psihologijo, sociologijo, antropologijo, politične znanosti in socialno geografijo. Tudi znotraj posameznih disciplin obstajajo različni teoretični pristopi, prav zaradi tega pa so neizogibne različne konceptualizacije (Link in Phelan 2001: 365).

Stigmo torej ohranjajo ekonomske, psihološke in socialne koristi superiornih skupin. Ko ne bo več potrebe po legitimiranju socialnega izključevanja in segregacije, bodo tudi stigme izginile (Zola 1979 v Nastran Ule 1999: 212). Če pa pogledamo s stališča kognitivne psihologije, pa bodo stigme izginile takrat, ko bodo ljudje pričeli zaznavati in spoznavati podobnosti, ki jih imajo s stigmatiziranimi, namesto da se opirajo samo na razlike (Coleman v Nastran Ule 1999: 212).

1.3 KONCEPT STIGMATIZACIJE

Coleman (v Nastran Ule 1999: 211) predstavi tri komponente stigme: »To so strah, prva čustvena komponenta stigme; stereotipiziranje, njena prva kognitivna komponenta; in socialna kontrola, njena prva vedenjska komponenta.«

1.3.1 Strah in stigma

Nekateri avtorji trdijo, da naj bi bil strah ključen dejavnik za ohranjanje stigme. Vendar pa se strah spreminja glede na vrsto stigme. V primeru določenih fizičnih ali psihičnih problemov lahko ljudi vodi strah pred okužbo, čeprav se vsi zavedamo, da se tega ne moremo »nalesti«.

Pri stigmatizaciji določenih rastnih, etičnih in spolnih kategorij pa prihaja v ospredje drugačna vrsta strahu – strah pred stigmatizacijo zaradi druženja. Ljudje so mnenja, da bodo zmanjšali tveganje za pridobitev stigme, če se bodo izolirali od stigmatiziranih. Na ta način naj bi izolirali ne samo ljudi, ampak tudi probleme. Če poskrbimo za to, da se bodo stigmatizirani čutili odgovorne za lastno stigmo, bodo nestigmatizirani lahko opustili breme, ki nastaja kot posledica ustvarjanja in ohranjanja pogojev za stigmo (Coleman v Nastran Ule 1999: 211). Druga razlaga se nanaša na pomanjkanje resursov in predpostavlja, »da se ljudje, ki stigmatizirajo, počutijo ogrožene, in kolektivno čutijo, da bodo pripadniki stigmatiziranih skupin porušili njihov položaj socialne, ekonomske in politične prevlade« (Schur 1980, 1983 v Nastran Ule 1999: 209).

Strah vpliva na vse – stigmatizirane in nestigmatizirane. Ljudje se s stigmo ukvarjajo, saj se bojijo njene nenadzorovane in nepredvidljive narave. Temelj stigem so človeške razlike in zato lahko prav vsaka lastnost postane stigmatizirana. Nihče ne more vedeti, kdaj oziroma ali bo pridobil stigmo, to pa zaradi tega, ker se družbene norme spreminjajo in lahko hitro začnejo stigmatizirati lastnosti, ki so bile v preteklosti »normalne«.

Stigma je ena izmed nepredvidljivih stvari v življenju, nastaja na podlagi človeških razlik in nikdar ne moremo z gotovostjo trditi katere lastnosti bodo ostale zaželenne in katere izmed teh, ki jih imamo, bodo v prihodnosti stigmatizirane. Stigma velikokrat predstavlja socialno smrt za posameznika in pogosto tudi za njegove bližnje. Nestigmatizirani ljudje velikokrat izrinejo stigmatizirane iz socialnega življenja z izogibanjem in socialnim zavračanjem, kot bi bili nevidni, kot da ne obstajajo, kot da so mrtvi (Coleman v Nastran Ule 1999: 210).

1.3.2 Stereotipizacija

Stereotipi imajo odločilno vlogo pri prilagoditvi ljudi na socialno okolje, hkrati pa izkrivljajo resnično podobo ljudi. Pojem stereotipa je v socialno psihologijo uvedel W. Lippman leta 1922 v svoji knjigi Javno mnenje. Stereotipe je označil kot »selektivne, samoizpolnjujoče in etnocentrične sodbe, ki konstituirajo zelo parcialno in neustrezno reprezentacijo sveta« (Lippman 1961 v Nastran Ule 2000: 156).

Stereotipizacija je proces, kjer se ljudi ocenjuje na podlagi njihove skupinske pripadnosti. Tako naj bi bile ženske »šibke«, moški »močni«, Romi »leni« in podobno. To pomeni dojemanje oseb kot šibkih, močnih, lenih ... zgolj zaradi tega, ker pripadajo določeni socialni skupini, pri tem pa popolno negiranje individualnosti vsakega posameznika. Takšno pripisovanje lahko pripelje do dveh tipičnih napak:

- če ocenjujemo ljudi zgolj po njihovi skupinski pripadnosti, jih obravnavamo tako, da so bolj podobni članom svoje skupine in bolj različni od članov drugih skupin, kot pa to dejansko drži;
- in drugič, zaznavanje skupin je vedno pristransko in diskriminatorno. Večina je nagnjena k prepričanju, da je skupina, ki ji pripadamo, boljša od drugih.

Naloga stereotipov ni, da popolnoma ustrezajo realnosti, ampak da poudarjajo tipične lastnosti objektov. Stereotipi o različnih skupinah ljudi so vedno diskriminatorji lastnosti, če nimamo drugih podatkov o ljudeh. V najboljšem primeru jih lahko označimo kot proces poenostavljanja, v najslabšem pa kot sredstvo za oblikovanje predsodkov in patologij (Nastran Ule 2000: 156–157). Stereotipi so poleg kognitivnih produktov tudi socialne sodbe, norme in vrednotenja s socialnim in družbenim pomenom. Delujejo na oblikovanje vtisa o osebah, ki so objekt stereotipov. Njihova glavna naloga pa je zmanjševanje števila informacij, predelanih v kognitivnem sistem. Gre torej za posploševanje predstav (prav tam: 162).

Zgodnja 60. leta je zaznamoval psiholog Tajfel s svojimi študijami, v katerih je na nov način razložil nastanek in uporabo stereotipov, saj je prenesel poudarek iz vsebine stereotipov na proces stereotipiziranja. Ta proces se je začel povezovati z normalnimi kognitivnimi funkcijami in ne s patologijo.

Iz tega obrata pa sta se razvili dve razlagi stereotipiziranja:

a) Razlaga s pomočjo »navidezne korelacije«

Nanaša se na težnjo, da ljudje zaznavamo pozitivne ali negativne povezave med različnimi objekti, kjer ni nobenih povezav. Med člani iste skupine tako zaznavamo pozitivno korelacijo, med člani različnih skupin pa negativno. Ta razlaga obravnava pristranosti, značilne za kognitivni sistem.

b) Socialno strukturalna razlaga

Izhaja iz predpostavke, da so stereotipi sredstvo za razlago in racionalizacijo socialnih razlik. Iz teh poskušajo narediti naravne razlike. Razlaga analizira pristranosti, ki so socialno producirane (Nastran Ule 2000: 159–160).

V 80. letih je Tajfel povzročil ponoven preobrat, tokrat z analizami socialne identitete. Definira jo kot »del individualnega »koncepta sebstva« (self-concept), ki izvira iz posameznikovega vedenja o pripadnosti socialni skupini ali skupinam skupaj z vrednotami in emocionalno vezanostjo na to pripadnost« (Tajfel 1981 v Nastran Ule 2000: 160). S pomočjo poznavanja teh povezav lahko razumemo minimalno medskupinsko diskriminacijo. Socialna identiteta je pridobljena s skupinsko in socialno pripadnostjo in s primerjanjem svoje skupine s tujo. Potreba po pozitivni samooceni pa povzroči neenakosti v ocenjevanju lastne skupine v primerjavi s tujo (prav tam: 160).

Stereotipizacija in kategorizacija pripeljeta do tega, da ljudje vidimo in doživljamo pripadnike drugih skupin kot manj spremenljive in bolj podobne drug drugemu, kot pripadnike lastne skupine.

1.3.3 Socialna kontrola

Socialna kontrola je sredstvo za izvajanje socialne moči. Je celota norm in institucij, ki prispevajo k temu, da ljudje ravnaajo v skladu z obstoječimi navadami in predpisi in s čemer se zagotavlja konformnost članov neke skupine ali družbe. S pojavom socialne kontrole se srečujemo v vsakodnevnem življenju. Nanaša se na vse, kar:

- se ocenjuje kot deviantno, problematično,
- kjer se uporablja kaznovanje, rehabilitacija,
- kar spremljajo čustva – sovraštvo, gnus, maščevanje,

- kar se klasificira kot kriminal, deviantnost, bolezen
 - nanaša se na ljudi, ki jih imajo za upornike, barabe, norce, žrtve
 - na ljudi, ki jih obravnavajo sodniki, policisti, socialni delavci, psihiatri, psihologi ...
- (Cohen 1985 v Nastran Ule 2000: 331–332)

S socialno kontrolo so torej povezani pojavi, ki niso pozitivni, dobri in socialna kontrola se utemeljuje s pozitivnim ukvarjanjem s temi pojavi (Dekleva 1987 v Nastran Ule 2000: 332). Ta opis pa izpušča oblike socialnega nadzora, ki so pogoste in »normalne«, kot na primer nadzor staršev nad otrokom.

Socialna kontrola je lahko enostranska ali dvostranska, deli se glede na odvisnost oseb. Če sta osebi medsebojno odvisni, gre za dvostransko socialno kontrolo, ta je pogostejša v neformalnih, intimnih in prijateljskih odnosih. Če pa je le ena oseba odvisna od druge, pa za enostransko socialno kontrolo. To je že vnaprej definirano v formalnih odnosih, kot na primer v različnih institucijah (prav tam: 332–333).

Tako kot odnosi, se tudi socialna kontrola deli na formalno in neformalno, pri čemer je formalna institucionalna, bolj prisilna, manj individualna, uspešnejša naj bi bila tam, kjer so odnosi ritualizirani, hierarhični; neformalna pa je medosebna, spontana, tudi samokontrolna, uspešnejša pa je v okoljih, kjer ljudi še vedno povezujejo močne socialne vezi. Formalna oblika socialne kontrole pa lahko posredno vpliva tudi na neformalno sfero, z ideologijo, mediji, trendi ... Skozi zgodovino so se načini socialne kontrole spreminjali od izrecno represivnih oblik (telesno kaznovanje) k bolj človeškim oblikam. Foucault (1984 v Nastran Ule 2000: 336) meni, da pri tem »ni šlo za pravo humanizacijo kontrole, temveč za njeno interiorizacijo, za premik od eksterne prisile k discipliniranju na osnovi socializacije, vpliva pomnoženega znanja- moči in ponotranjenih pravil obnašanja.« (prav tam: 335–336)

Danes poleg ideoloških aparatov države, ki so zamenjali nasilne aparate kontrole, poznamo še tako imenovane mehke oblike socialne kontrole, to so socialna pomoč, svetovanje, terapija in nega. Ti razbremenjujejo družbene institucije tako, da jim zmanjšujejo odgovornost za probleme, saj naj bi ta bila v posamezniku. Te oblike socialne kontrole delujejo na dva načina, nadzirajo nove oblike odklonskosti in jih tudi proizvajajo (Wambach 1981 v Nastran Ule 2000: 336) Družina je ena od temeljnih institucij mehke kontrole. Tam se samokontrola in zunanja kontrola pri posameznikih ponotranjita (prav tam: 336–337).

1.4 VZROKI STIGMATIZACIJE

Stigma kot oblika negativne stereotipizacije pozna način, kako nevtralizirati pozitivne kvalitete in spodkopavati identiteto stigmatiziranih posameznikov (Coleman v Nastran Ule 1999: 205). Nekateri avtorji opažajo, da je stereotipiziranje velikokrat povezano s potrebo posameznika ali skupine po samopoveličevanju. Tako bodo ljudje z nizko samopodobo pogosteje ohranjali negativne stereotipe o stigmatiziranih skupinah. Prav stereotipi o teh skupinah pa pomagajo vzdrževati izkoriščanje le-teh in ohranjajo družbeno strukturo. (Coleman 2005).

Ljudje stigmatizirajo iz različnih razlogov: da se sami počutijo bolje, da se bolje počutijo v svoji družbeni skupini, da opravičijo svoj prednostni status v družbi ali da potrdijo nek pomemben pogled na svet (Neuberg 2000: 33). Zagovorniki biokulturnega pogleda na stigmatizacijo trdijo, da ljudje stigmatizirajo, zaradi biološko pogojene potrebe po življenju v učinkovitih skupinah. Stigmatizirani naj bi bili tisti posamezniki, katerih karakteristike in dejanja so videna kot grožnja in ovira učinkovitemu delovanju skupine. Kateri posamezniki spadajo v stigmatizirane skupine, pa deloma določa kultura, ki ji pripadajo (Neuberg 2000: 52).

Družba lahko stigmatizira takrat, kadar meni, da neka lastnost predstavlja grožnjo življenju posameznika ali kulture. Grožnje so lahko očitne ali simbolne. Očitne grožnje ogrožajo materialne ali konkretne dobrine, kot so zdravje, varnost, bogastvo ali družbeni položaj. Simbolne grožnje pa ogrožajo prepričanja, vrednote, ideologije in razumevanje, kako deluje družbeni, politični in/ali spiritualni svet. Obe vrsti groženj sta nezaželeni; obe vrsti vzbudita zaskrbljenost in strah; obe lahko ustvarita ali povečata stigmatizacijo (Schaller v Stangor in Crandall 2000).

1.5 VRSTE STIGME

Goffman v grobem razlikuje tri vrste stigme (Goffman 2008 [1963]: 13): »Prvič, telesno odbojnost, torej različne fizične iznakaženosti. Drugič, značajske slabosti, ki jih pripisujemo neodločnosti, nebrzdanim ali nenaravnim strastem, nevarnim ali okostenelim prepričanjem ter nepoštenosti in o katerih lahko sklepamo na podlagi znanih dejstev, na primer, o duševni bolezni, zaporni kazni, razvadah odvisnosti, alkoholizmu, homoseksualni spolni usmeritvi, brezposelnosti, poskusih samomora in radikalnem političnem obnašanju. Tretja vrsta so

skupinske stigmatizacije rase, narodnosti in veroizpovedi, ki se lahko prenašajo iz roda v rod in v enaki meri prizadenejo vse člane družine.« Pri vseh vrstah pa najdemo enake značilnosti, torej posameznika, nosilca stigmatizacije, ki poseduje lastnost, ki negativno odstopa od naših pričakovanj. Ta lastnost postane edina pomembna in edina, po kateri posameznika (negativno) ocenjujemo.

Osebe z določeno stigmatizacijo imajo podobno »moralno kariero« (Goffman 2008 [1963]: 35), ki je vzrok in posledica osebnih prilagoditev, ki so za posameznika potrebne. V prvi fazi tega socializacijskega procesa posameznik spozna stališča normalnih oseb in jih vključi v svojo identiteto. S tem prevzame prepričanja družbe o tem, kako naj bi bilo določeno stigmatizacijo imeti. V drugi fazi pa pride do ugotovitve, da posameznik ima neko stigmatizacijo in potem natančno spozna posledice le-te. Goffman loči štiri vzorce tega socializacijskega procesa. V prvi vzorec so zajete osebe s prirojeno stigmatizacijo. Drugi vzorec zadeva sposobnosti družine, da postane nekakšna zaščitna kapsula za svoje otroke. Družina tako ščiti otroka pred zunanjim svetom z nadzorom in filtriranjem informacij – vstopajo lahko samo tiste, ki niso škodljive za otrokovo identiteto. Vendar pa je lahko prav zaradi tega otrok še bolj prizadet, ko vstopi v zunanji svet, kjer zaščitniške družine ni. Tam se večinoma jasno pokaže ločnica med njim in drugimi, spozna pa tudi, da so njegovi lastni, za katere je mislil, da jih ima, napačni, in da pripada v drugo skupino – sebi enakim, slabšim svojim lastnim. V tretji vzorec socializacije spadajo osebe, ki pridobijo stigmatizacijo v poznejšem obdobju, na primer invalidnost, ali pa takrat izvedo, da bi jo bilo mogoče že od nekdaj diskreditirati. V tem primeru pride do korenitih sprememb v pogledu na preteklost. Četrty vzorec pa predstavljajo osebe, ki so bile socializirane v tuji skupnosti in se morajo kasneje naučiti drugačnega načina življenja, ki ga ima novo okolje za pravični (prav tam: 35–37).

Stigma je lahko individualna ali kolektivna. Individualna se nanaša na lastnost posameznika, ki ga v določenem okolju izpostavlja in razlikuje od večine. To je lahko na primer duševna bolezen, odvisnost in podobno. Kolektivna pa temelji na kolektivni lastnosti, torej na lastnosti, ki jo imajo vsi člani določene skupine ali pa jo z vstopom v skupino pridobijo. Primer kolektivne stigmatizacije je že več tisočletno prepričanje kristjanov v judovsko krivdo za križanje in smrt Jezusa Kristusa. Pri kolektivnih stigmatizacijah lahko najdemo veliko mitoloških primesi (Južnič 1993: 124).

1.6 STIGMA KOT OKUŽBA

Stigma velikokrat deluje kot okužba, saj ni stigmatiziran samo posameznik, pač pa tudi ostali. Prav zaradi tega, ker družba velikokrat diskriminira in stigmatizira tudi ljudi okrog posameznika s stigmo, te osebe velikokrat izvajajo največji pritisk za prikrivanje stigme. To imenujemo diskriminacija preko osebne povezave s stigmatiziranim človekom. Gre torej za nesprejemanje posameznikove identitete, ki se lahko izraža na različne načine, kot je na primer skrivanje hendikepiranih otrok, žaljenje in čustveno izsiljevanje v povezavi s homoseksualnostjo ali pa homoseksualnost postane »tabu« tema v krogu družine in okolice, preprečevanje obiskov in prijateljstev pri ljudeh s težavami v duševnem zdravju in podobno. Diskriminacijo preko povezave pa lahko doživljajo tudi strokovni delavci, ki delajo na različnih področjih pomoči stigmatiziranim skupinam ljudi (Kuhar 2009 [1973]: 84–85).

1.7 DISKRIMINACIJA

Diskriminacija je neposredno, zavestno, družbeno izključevanje in drugačno obravnavanje nekaterih posameznikov ali skupin. Gre za neprimerno in nedopustno ločevanje, za prakso neenakosti. Temelji na predsodkih in stereotipih, ki so zakoreninjeni v kulturo določene družbe in se izraža s formalnimi in neformalnimi oblikami segregacije in marginalizacije. Ločimo posredno in neposredno, individualno in sistemsko diskriminacijo. Med prakse diskriminacije sodijo tudi nadlegovanje, viktimizacija, etično profiliranje, diskriminacijo preko povezave in podobno (Kuhar 2009 [1973]: 15–17). Nastaja lahko tudi posredno, preko žaljivih in ponižujočih odzivov na stigmo. Stigmatizirajoče lastnosti so lahko povod za diskriminatorno obravnavo ljudi, ki jih posedujejo, saj to pri večini povzroča neprijetne občutke, pogosto zaradi nepoznavanja stigme. Zanimiv je tako imenovan fenomen not in my back yard (NIMBY) ali ne na mojem dvorišču. Veliko ljudi sprejema »drugačne«, na primer homoseksualce, razne odvisnike in podobno, vendar le, če niso v njihovi bližini. S tem se posameznik distancira od problema in ga ne poskuša aktivno reševati. Strinja se z rešitvami, a morajo biti oddaljene od njega, saj naj bi v nasprotnem primeru to znižalo njegov standard življenja (prav tam: 81–82).

Tudi diskriminirane skupine diskriminirajo. Pogosta je projekcija lastnih negativnih lastnosti na druge skupine, ki prav tako ali še bolj doživljajo izključevanje iz družbe. Na ta način se ena skupina povzdigne nad drugo, še slabšo od njih. Prihaja pa tudi do diskriminacije znotraj

lastne skupine. Velikokrat je to zaradi »napačne« narodnosti ali »napačne« veroizpovedi novega člana določene skupnosti, na primer po poroki dveh, ki predhodno pripadata različnim skupinam. To je intersekcija z drugimi osebnimi okoliščinami. Povod za diskriminacijo posameznikov znotraj manjšine pa je lahko tudi različno manifestiranje istih osebnih okoliščin, na primer feminizacija nekaterih predstavnikov v gejevski skupnosti. Dve izmed možnih posledic stigmatizacije in diskriminacije sta lahko prevzem stigme in izstop iz lastne skupine in njeno posledično izključevanje (prav tam: 129–130).

1.8 NAČINI UPRAVLJANJA S STIGMO

Goffman predstavlja štiri tipične odzive stigmatiziranih oseb na svojo stigmo: popravilo, kompenzacija (posredno popravilo), prekinitev z realnostjo in osamitev. V prvem primeru stigmatizirana oseba poskuša neposredno popraviti razloge svoje stigme (na primer lepotna operacija hibe), pri kompenzaciji gre za posredno popravljanje položaja, tako da se vlaga dodatni napor v opravljanje stvari, ki jih zaradi stigme načeloma naj ne bi zmožel (na primer, da se slep človek nauči smučati). Prekinitev z realnostjo pomeni reinterpretacijo stigme, posameznik se oprime interpretacije stigme, ki je v nasprotju s stigmatizirajočo in razlogu za stigmo pripisuje drugačno vrednost (na primer gejevske in lezbične parade ponosa). Zadnja oblika upravljanja s stigmo, osamitev, pa pomeni pobeg iz realnosti, kjer se človeku s svojo stigmo ni potrebo soočati (Goffman 1963 v Kuhar, 2009 [1973]: 1)

1.8.1 Destigmatizacija stigme

Ena izmed pogostih strategij upravljanja s stigmo je destigmatizacija stigme. Oseba vzpostavi samozavestno pozicijo stigmatizirajoče identitete, kar deluje kot zaščita pred stigmo. Na ta način posamezniki okolici ne dovolijo razvrednotenja svoje identitete. Drugi načini delovanja destigmatizacije stigme so lahko pritiski na okolico, za sprejetje posameznika in njegove identitete; nepriznavanje stigme, s tem, da oseba ne sebi in ne drugim ne dopusti, da jo obravnavajo kot žrtev ali pa pomoč posamezniku, da svojo identiteto sprejme. To pomoč nudijo na primer skupine za samopomoč (Kuhar 2009 [1973]: 114–115).

Prav tako kot nestigmatizirani imajo tudi stigmatizirani pomembno vlogo pri destigmatizaciji. Stigmatizirani imajo dve možnosti – da svoj položaj skupaj z vsemi socialnimi posledicami sprejmejo ali pa se borijo za integracijo med »normalno« populacijo. Vsak človek se lahko sam odloči, kako se bo počutil, kako bo definiral sam sebe, superiorno ali inferiorno, ali se bo

vdal nastali situaciji in stigmatizaciji, ali pa se ne bo zmenil za družbene norme v zvezi s stigmo. Norme se pogosto razlikujejo od osebnih prepričanj, vendar jim ljudje vseeno v večini sledijo, predvsem zaradi strahu pred direktnim izražanjem lastnih prepričanj o stigmatizaciji. Lažje je spodbujati ljudi pri izražanju lastnega mnenja, kot pa spreminjati človeško vedenje (Coleman v Nastran Ule 1999: 212).

1.8.2 Racionalizacija, revitalizacija, zrcaljenje stigme in resignacija

- Druga oblika upravljanja s stigmo je racionalizacija stigme v smislu sprejetja stvari takih kot dejansko so. V tem primeru ne gre za resignacijo ampak gre za pojasnitev stigme, ki pripelje do sprejetja le-te (Kuhar 2009 [1973]: 115).
- Revitalizacija je strategija, kjer posameznik svojo stigmo razume kot eno izmed možnih okoliščin, ki pripelje do izključevanja. Šlo naj bi za nek trend izključevanja, ki je v nekaterih skupinah povsem običajen (prav tam: 116).
- Pri zrcaljenju pa se stigma projicira ali zrcali iz stigmatiziranega posameznika na tiste, ki mu stigmo pripisujejo. Problema torej nima posameznik s stigmo in njegova identiteta, ampak vsi tisti, ki ga stigmatizirajo, torej okolica (prav tam: 118).
- Vdanost v usodo načeloma ni strategija aktivnega upravljanja s stigmo, je pa način, ki ga izbere veliko ljudi, prav zaradi konstantne izpostavljenosti stigmatizaciji in diskriminaciji v svojem življenju. Zelo pogosta je povezava resigniranega upravljanja s stigmo z motnjami v duševnem zdravju (prav tam: 120).

1.8.3 Zamolčevanje in prikrivanje stigme

Ena najpogostejših strategij upravljanja s stigmo je skrivanje ali prikrivanje stigme, kar je tudi vrsta obrambnega mehanizma. Posameznik se izogiba potencialno ogrožajočim situacijam, v katerih bi lahko bil diskriminiran, s tem, da svojo stigmo skrije. Skrivanje stigme je lahko tudi oblika diskriminacije, v kolikor zahteva po tem prihaja od drugih ljudi zaradi strahu pred tem, da bi bili tudi oni stigmatizirani. Primarni namen skrivanja stigme je preprečiti nasilje in socialno izključevanje. S skrivanjem lahko oseba zaščiti sebe, pa tudi druge pred neugodnimi situacijami (Kuhar 2009 [1973]: 116–118).

Te strategije se razvijajo, saj večina ljudi nikakor ne želi, da bi jih družba obravnavala kot »drugačne«, »nenormalne«. Skrivanje stigme je tako oblika upravljanja s stigmo kot oblika diskriminacije – če prihaja pritisk za skrivanje od zunaj. Večina stigmatiziranih skupin tako vzpostavi neke vrste samokontrolo, natančno se ve, kdaj je potrebno znake svoje stigme

prikriti, da se izogneš diskriminaciji. »Normalnost postane vrhovni cilj za večino stigmatiziranih posameznikov, dokler ne doumejo, da ni natančne definicije normalnosti, razen tiste, kar bi bili brez svoje stigme (Coleman v Nastran Ule 1999: 208).

Goffman meni, da vsak stigmatizirani kdaj zamolči svojo stigmo, saj ima posameznik koristi, ki izvirajo iz tega, da ga štejejo za normalnega. Obstajal naj bi naravni cikel zamolčevanja stigme. Začne se lahko z nezavednim zamolčevanjem, ko se oseba, ki stigmo zamolčuje, nikdar ne zave, da ga uporablja. Naslednji korak je nenamerno zamolčevanje, ki ga posameznik odkrije na sredi njegovega poteka. Tukaj je še zamolčevanje »za zabavo«, zamolčevanje ob različnih družabnih priložnostih, ki niso del vsakdanje rutine, zamolčevanje pri vsakdanjih rutinskih opravilih in končno »izginotje« stigme- to je zamolčevanje stigme na popolnoma vseh področjih življenja, pri čemer je oseba s stigmo edina, ki to ve. V vsaki fazi se lahko ta cikel prekine in vrne na izhodišče (Goffman 2008 [1963]: 73).

Kadar je stigmatizirajoča lastnost neopazna, se morajo osebe naučiti funkcionirati v bližini drugih oseb, tako da se ta lastnost ne zazna. Takšen je primer kadilcev marihuane. Le-ti se počasi naučijo, kako se pod vplivom droge vesti v bližini ljudi, ki jih dobro poznajo, brez da bi ti ugotovili dejansko stanje. To učenje pa velikokrat pripelje posameznika od občasnega do rednega kadilca (prav tam: 74).

Vsaka stigmatizirana oseba naj bi zaradi koristi, ki jih prinaša status normalnega, kdaj zamolčala svojo stigmo. Vendar pa se vseeno lahko zgodi, da posameznikova dejanja diskreditirajo njegove trenutne namene ali pa ga bodo odkrijejo tisti, ki poznajo podatke iz njegove preteklosti, ki so v nasprotju s sedanjimi prizadevanji. Več ljudi kot pozna posameznikovo »napako«, bolj negotov je njegov položaj. Oseba, ki zamolčuje svojo stigmo, živi torej dvojno življenje. Del tega so tiste osebe, ki mislijo, da ga dobro poznajo, in tiste, ki dejansko ga (prav tam: 70–71).

Posameznikov svet je zaradi socialne identitete razdeljen na tri mesta: prepovedana, javna in obstranska. Na prepovedana mesta osebe njegove vrste nimajo vstopa in bi razkrinkanje njegovih »pomanjkljivosti« pomenilo odstranitev. Na drugih javnih mestih bi bila oseba ob razkritju svoje stigme obravnavana previdno in boleče, šlo bi za lažno sprejemanje. Na obstranskih mestih pa se lahko osebe razkrijejo in ni potrebe po skrivanju svoje stigme, večinoma je to v družbi oseb z isto ali podobno stigmo. Druga vrsta obstranskih mest pa je

ustvarjena administrativno, tako da zberejo posameznike z enako stigmo proti njihovi volji (prav tam: 74–75).

Osebe s skritimi napakami uporabljajo različne tehnike za upravljanje pomembnih informacij o sebi. Ena izmed teh je, da skrijejo ali odpravijo znake, ki so postali simboli stigme, kot so na primer sprememba imena ali sledovi vbodov na rokah uporabnikov drog. Oseba tako najde manj opazno in tipično mesto za vbadanje. Simboli stigme lahko postanejo tudi pripomočki, ki se uporabljajo pri nekaterih invalidnostih, kot je slušni aparat ali očala. Ta strategija pa lahko ovira blaženje poškodb in osebi škodi. Skrivanje stigme je včasih povezano z uporabo dezidentifikatorjev, človek uporablja »krinko« za prikritje svoje stigme. Primer so homoseksualci, ki potlačijo svoja nagnjenja in se poročijo z osebo nasprotnega spola. Naslednja strategija temelji na tem, da oseba predstavi znake svoje pomanjkljivosti kot znake manj očitne stigme (prav tam: 83–85).

Poleg prostorske razdelitve sveta posamezniki s stigmo razdelijo tudi ljudi v dve skupini: skupino tistih, ki jim ne povedo ničesar, in manjšo skupno tistih, ki jim zaupajo vse in se potem zanašajo na njihovo pomoč. Zaupanja vredne osebe pa imajo dve možnosti upravljanja s temi informacijami: izsiljevanje ali obvarovanje skrivnosti. Pomembne so tudi povezave ljudi, ki si delijo določeno stigmo, saj se pogosto lahko zanesejo na medsebojno pomoč, po drugi strani pa so ravno osebe, ki imajo največ informacij o stigmatiziranih, tudi najnevarnejše. Zato velikokrat prihaja do zanikanja poznanstev. Primer so bivši psihiatrični bolniki, ki so se v bolnišnici osebno spoznali, morda celo preživljali veliko časa skupaj, v zunanjem svetu pa z ničemer ne nakažejo, da se poznajo, da ne bi slučajno prišlo do razkritja stigmatizirajočih lastnosti (prav tam: 85–89).

Prikrivanje je prilagoditvena tehnika, katero uporabljajo osebe, ki so pripravljene priznati, da stigmo imajo. Pogosto je to takrat, ko je stigma takoj vidna ali zanjo ve večina ljudi. Kljub temu pa se posameznik trudi, da bi ji zmanjšal pomen in s tem odvrnil pozornost od te stigme. Tehnike, ki jih uporabljajo, so podobne ali enake tistim pri zamolčevanju stigme. S tem stigmo prikrijejo pred tistimi, ki zanjo ne vedo ali pa olajšajo situacijo tistim, ki jo poznajo. Oseba lahko poskrbi za standarde, ki jih ljudje povezujejo z njegovo stigmo, lahko pa omeji razkazovanje pomanjkljivosti, ki so zanjo značilne. Tretji način prikrivanja pa je reorganizacija socialnih situacij, kjer se mora posameznik naučiti, kako spremeniti svoje vedenje, da bo vpadljivost njegove stigme manjša (prav tam: 91–92).

Prikrivanje stigme lahko od posameznika terja visoko ceno. Psihološko breme lahko vodi do občutkov izolacije, prevare, strahu pred odkritjem in onemogoča vzpostavljanje pristnih stikov z ljudmi. »Prikrivanje osebnih informacij o nekom pred drugimi lahko ovira razvoj in doseganje družbenega odnosa; samorazkrivanje velja za bistveno sestavino pomembnega odnosa« (Derlega in Berg v Smart in Wegner 2000: 221). Stigmatizirani, ki skušajo zamolčati svojo stigmo, lahko z le-to postanejo obsedeno prezaposleni, kar vpliva na vsakodnevno funkcioniranje, na njihovo psihološko in tudi fiziološko počutje (Smart in Wegner 2000).

1.8.4 Metode razkrivanja

Posameznik ima vedno možnost razkritja svoje stigme in tako preide iz položaja upravljanja informacij v položaj spopadanja z neprijetnimi socialnimi situacijami. Ena izmed možnih metod je prostovoljno nošenje simbolov stigme, s čimer pokaže pomanjkljivost. Drug način so namenski spodrsaljaji, s tem oseba opozori okolico na svojo stigmo; »obredi razkritja«, kjer posameznik zavestno razkrije stigmo. Kot se oseba lahko nauči prikrivati stigmo, tako se lahko tega tudi odvadi (Goffman 2008 [1963]: 98–91).

1.9 DRUGI NAČINI UPRAVLJANJA S STIGMO

S strategijami, ki jih uporabljajo žrtve stigmatizacije, so se ukvarjali tudi drugi raziskovalci. Allport (v Miller in Major 2000) razlikuje med zunanje-kazenskimi in notranje-kazenskimi obrambami ega. Osebe, ki prevzamejo zunanje-kazenske strategije, za svoj hendikep krivijo druge ljudi in zunanje dejavnike. Tisti, ki pa prevzamejo notranje-kazenske strategije, pa za vse krivijo izključno sebe.

Major in Eccleston (2005) sta oblikovala štiri načine reagiranja na grožnjo zavrnitve:

- a) *Na različne načine poskušajo stigmatizirani povečati svojo priljubljenost pri nestigmatiziranih kot partnerjih v odnosih.*

Poskušajo lahko opraviti pogoje stigme (na primer izgubiti odvečno težo), distancirajo se od lastne stigmatizirane skupine ali pa poskušajo svojo stigmo prikriti, kar je mogoče samo pri osebah, kjer stigma ni vidna ali pa je manj očitna.

b) Osebe se lahko fizično umaknejo iz odnosov ali situacij, kjer obstaja možnost zavračanja in izključitve.

V primeru, da fizičen umik ni možen, se lahko odmaknejo psihološko. Fizičen umik pomeni, da se oseba izogiba zavračanju zaradi svoje stigme, psihološki pa, da poskuša zmanjšati obseg, v katerem je izključevanje ocenjeno kot grožnja.

c) Stigmatizirani poskušajo poiskati nove možnosti za odnose.

Posameznik se lahko vključi v skupino podobno stigmatiziranih ljudi. Skupina mu nudi oporo, podporo, izmenjuje lahko informacije, razvija se skupinska identiteta. Tak način je bolj pogost pri ljudeh z vidno stigmo. Ljudje z nevidno stigmo imajo manj priložnosti za stike s sebi podobnimi, saj jih je težje »odkriti«.

d) Stigmatizirani lahko za zavračanje in izključitev krivijo druge oziroma njihove predsodke in ne prevzamejo krivde nase.

Ta odziv mora vsebovati prepričanje, da jih ljudje zavračajo zaradi pripadnosti določeni skupni in ne zaradi njih osebno in prav zaradi tega je to zavračanje nepravilno. Prepričanje, da je za zavračanje kriva diskriminacija, ščiti samozavest stigmatiziranih, saj gre pri zavračanju za skupinsko in ne individualno izkušnjo. To zavračanje je nezasluženo in nepravilno in tako ne gre za odraz posameznikovih neuspehov in pomanjkljivosti. Bolj kot posameznik sprejema skupinsko identiteto in vidi sebe in ljudi s podobno stigmo kot člane skupine, bolj je njegova samozavest zaščitena pred zavračanjem.

1.10 POMEN STIGME ZA SOCIALNE ODNOS

Coleman (v Nastran Ule 1999: 206) navaja, »da so »stigmatizirani« in »nestigmatizirani« ljudje med seboj povezani v večnem odnosu inferiornost/superiornost. Ta odnos je ključen za razumevanje pomena stigme.« Stigmatizirani se lahko s svojo stigmo spopadejo na več načinov: odkrijejo lahko, da odgovornost za stigmatizacijo ni v človeku samem, da stigmatizator zavzema položaj lažne superiornosti in verjame, da so stigmatizirani ljudje v bistvu inferiorni. Nekateri ljudje pa sprejmejo svoj podrejeni položaj in se vedejo v skladu z njim. Ignorirajo lahko svojo stigmo in ljudi s podobno napako in sprejmejo negativno percepcijo svoje stigme. Na ta način krepijo svoj podrejeni položaj in omogočajo nadaljevanje stigmatizacije. Nestigmatizirani ljudje uporabljajo predvsem dva načina za posredovanje

občutka temeljne inferiornosti stigmatiziranim, to sta socialno zavračanje (izključitev, izolacija) in zmanjšana pričakovanja (prav tam: 207).

1.10.1 Socialno zavračanje

- **Izključitev**

Socialno zavračanje oziroma izključitev posameznika je lahko posledica diskriminacije, prav tako pa je tudi izključitev ena izmed njenih pojavnih oblik. Zavračanje ljudje sporočajo na različne načine, lahko je to način in ton govora, razdalja, mimika ... to pa vpliva ne samo na posameznika, ampak tudi na njegovo socialno mrežo – družino, sorodnike, prijatelje (prav tam: 207).

Izključitev stigmatiziranih ljudi iz družbenega življenja je eden izmed bistvenih vidikov stigmatizacije. Razlogi za to so različni, od zviševanja samozavesti »normalnih« ljudi, zmanjševanja strahu in neugodja do želje po življenju v učinkovitih skupinah. Stigmatizirani, predvsem invalidi in bolni ljudje, lahko spominjajo oziroma opominjajo nestigmatizirane na njihovo lastno ranljivost in umrljivost, kar je še dodaten element izključevanja. Vse to pa prinaša še dodaten stres za stigmatizirane ljudi, saj si velika večina ljudi prizadeva za vzpostavljanje in oblikovanje trajnih, pozitivnih in pomembnih odnosov z drugimi. To naj bi bil po Baumeistru in Learyju osnovni človeški motiv (Baumeister in Leary v Major in Eccleston 2005: 63).

Kurzban in Leary (v Major in Eccleston: 2005) navajata tri razloge za izključitev posameznika iz družbenih interakcij: prvi je ta, da se izključuje ljudi, ki so slabi partnerji za družbeno izmenjavo (to so nepredvidljivi – duševno bolni ljudje; tisti, ki ne sledijo družbenim normam – homoseksualci; kriminalci in ljudje, ki nimajo česa dati – starejši, brezdomci); drugi razlog je, da se izključuje posameznike, ki izkoriščajo prednosti članstva v neki skupini (na primer izključitve članov drugih rasnih, etičnih in verskih skupin); kot tretje pa se izključuje ljudi, ki prinašajo kužne bolezni. Zaradi skrbi za svoje zdravje se ljudje izogibajo posameznikov, ki bi jih lahko kakorkoli okužili. Zaradi strahu pred boleznijo so izključeni tako oboleli kot tisti, pri katerih fizična podoba kaže na obolelost.

Izključitev ljudi kot posledica stigme se velikokrat smatra za upravičeno, po dogovoru znotraj posamezne kulture tudi legitimno, kar Crandall (2000) poimenuje »ideologija upravičevanja«. To pripelje do obravnavanja stigmatiziranih kot manjvrednih, drugorazrednih posameznikov,

za katere so primerni nižji moralni standardi, in to vodi v izključevanje brez slabe vesti – to je moralna izključitev. Skupine so moralno izključene, ko se jih zaznava izven meja, v katerih veljajo norme in pravila. Primer so homoseksualci, ki jim je odvzeta pravica do poroke. Prav zato, ker se na moralno izključene gleda kot na manj oziroma ničvredne, je postalo škodovanje njim in izključevanje iz družbe nekaj povsem sprejemljivega in pravičnega (Opotow v Major in Eccleston 2005).

Stigmatizirani so sistematično izključeni iz izobraževanja, zaposlovanja, napredovanja na vseh področjih, zdravstvene oskrbe idr., to pa vpliva na njihovo psihološko in fizično počutje. Izkušnja izključenosti pa vodi v negativne občutke žalosti, sramu, jeze ... in stanja, kot so osamljenost in socialna anksioznost. Ljudje, ki pričakujejo, da jih bodo drugi zavračali, imajo pogostejše nižjo samopodobo in so depresivni, saj je psihološko dobro počutje delno odvisno tudi od vključenosti in občutka, da je nekdo cenjen s strani drugih (Baumeister in Tice; Mendoza- Denton; Leary, Pyszczynski in drugi v Major in Eccleston 2005: 64–70). Nasprotni sta Crocker in Major (v Major in Eccleston 2005), saj trdita, da imajo člani stigmatiziranih skupin visoko ali višjo stopnjo samozavesti kot pripadniki nestigmatiziranih skupin. Ni torej nujno, da bodo posamezniki, ki so potencialne tarče zavračanja zaradi stigme, trpeli zaradi nižje samopodobe in slabšega dobrega počutja, če se izognejo zavračanju zaradi stigme ali tega ne ocenjujejo kot stresnega, in tudi, če uporabljajo strategije, učinkovite pri upravljanju ogrožajočih notranjih in zunanjih zahtev.

- **Izolacija**

Nekatere pa osebni ali družbeni razlogi pripeljejo v izolacijo. Izolacija je lahko tudi posledica upravljanja s stigmo, v primerih, ko se posameznik načrtno izogiba potencialno diskriminatornim situacijam. Posameznik se začne izogibati vedno več ljudem in družabnim situacijam in se tako sam izolira iz družbe. Na tak način lahko pride tudi do neke vrste samostigmatizacije, kjer posameznik prevzame stigmo in je prepričan, da je le-ta upravičena in postopoma začne verjetni stvarjem, ki jih ljudje o njem govorijo. Deluje lahko tudi kot strah pred obtožbami zunanjega sveta ali pa je odraz ponotranjenega sovraštva do samega sebe, ki izhaja iz pripisane stigme (Kuhar 2009 [1973]: 126).

Osamljenost se kot posledica izključenosti in izolacije velikokrat povezuje s socialno anksioznostjo. Motnja socialne anksioznosti je lahko posledica stigmatizacije. Večina ljudi je

že kdaj občutila socialno anksioznost, nelagodje v novem okolju, v krogu novih ljudi, pri navezovanju stikov in podobno. Vendar pa lahko večina te občutke, začetno socialno anksioznost, predela in prične normalno funkcionirati. Nekateri pa to občutijo pogosteje ali pa je pri njih nenehno prisotna. Socialna anksioznost v svoji najbolj ekstremni obliki predstavlja socialno fobijo – nenehen in trajen strah pred situacijami, kjer bi posameznik lahko bil izpostavljen opazovanju drugih in bi se lahko s svojim vedenjem osmešil ali ponižal. Takšnih okoliščin in situacij se potem raje izogiba ali pa ob njih občuti intenzivno anksioznost. Čeprav si posamezniki večinoma želijo stikov z drugimi, pa je strah pred tem, da bi se osramotili velikokrat večji od te želje. Že samo misel na druženje, zabave ali nastope jih lahko privede v čustveno stisko, tresejo se in potijo, lahko se celo počutijo ujete in osamljene (Društvo za pomoč osebam z depresijo in anksioznimi motnjami 2006).

1.10.2 Zmanjšana pričakovanja

Zmanjšana pričakovanja se kažejo na vseh področjih, tako v družini, šoli, na delovnem mestu. Mnogi niso deležni spodbud, v šolah jih obravnavajo drugače, bolj prizanesljivo, kar vpliva na obravnavo med vrstniki. Izključenost ali pa prevelika zaščita v krogu družine (na primer obnašanje, ki ostalim otrokom ni dovoljeno), lahko pripeljejo do slabših rezultatov. Znižana pričakovanja pa tudi znižujejo samospoštovanje posameznikov (Coleman v Nastran Ule 1999: 208). Posledice socialne izolacije in znižanih pričakovanj pa niso nujno negativne. Posameznik lahko zavrne negativno manjvrednostno percepcijo o sebi, nauči se lahko mnogo več o samem sebi in družbi, začne se zanašati nase in kritično gledati na neenakovredne razmere moči v družbi. S tem pa pride so spoznanja, da je sprejemljivo biti to, kar so (prav tam: 209).

Problem nastane tudi pri ljudeh, na primer bivših zapornikih, ki se poskušajo ponovno integrirati v družbo, saj jim nestigmatizirani najverjetneje zaradi potrebe po ohranjanju občutka nadrejenosti tega ne dopustijo, ne glede na to, kako se stigmatiziran posameznik trudi, da bi se svoje vloge znebil.

2 PROBLEM

Stigmatizacija je problem, ki je v družbi prisoten že od nekdaj. Ogromno ljudi trpi negativne posledice napačnega presojanja in obsojanja zaradi neke vrste drugačnosti ali kakšne lastnosti, ki je večini ljudi tuja. Tekom odraščanja in predvsem v času študija sem se srečala z mnogimi, ki jih je družba odrinila prav iz teh razlogov. Tudi sama sem bila v otroških letih stigmatizirana in se do sedaj nikoli nisem poglobljala v razloge, zakaj je bilo tako, in v teoretične razlage stigme. Na nek način sem potlačila stvari in občutke, ki sem jih takrat doživljala. Ko pa sva se z mentorjem dogovarjala o temi diplomske naloge in se okvirno dogovorila za generalno temo stigmatizacije, sem se ponovno vrnila v tisti čas. Še bolj sem postala radovedna, kaj je vplivalo na pojav stigme, zanimale so me različne vrste, na kakšen način so oziroma še vedno to drugi doživljajo, s kakšnimi preprekami so se srečevali in na kakšen način so se spopadli s stigmatizacijo. V okviru koncepta stigmatizacije so me zanimale družinske razmere, iz katerih so intervjuvanci izhajali, saj sem predvidevala, da lahko družina vpliva na razvoj stigme, tudi morebiten lasten vpliv na stigmatizacijo, kdo so ljudje, ki jih stigmatizirajo. V drugem delu intervjujev pa sem se osredotočila na učinke, ki jih stigmatizacija prinaša, torej vpliv na življenje, samopodobo, socialne mreže in podobno.

3 METODOLOGIJA

3.1 VRSTA RAZISKAVE

Raziskava je kvalitativna, tako da osnovno izkustveno gradivo, zbrano v raziskovalnem procesu, sestavljata besedi opisi ali pripovedi, gradivo pa je obdelano in analizirano na beseden način brez uporabe merskih postopkov oziroma števil in brez operacij nad števili (Mesec 2007). Raziskava je tudi eksplorativna ali poizvedovalna. Pri raziskovanju sem uporabila manjše število primerov in več različnih virov.

Na osnovi šestih poglobljenih intervjujev sem poskušala dobiti vpogled v življenje ljudi, ki se srečujejo s stigmatizacijo. Pri raziskovanju sem uporabljala besedne opise.

3.2 MERSKI INSTRUMENTI IN VIRI PODATKOV

Kot merski instrument sem uporabila polstrukturirani intervju. Glavne teme sem zajela v vnaprej pripravljenih odprtih vprašanjih, ki pa so intervjuvancu dopuščale veliko svobode pri odgovarjanju, brez usmerjanja. Glavne teme sem razdelila v dva sklopa – koncept stigmatizacije in učinki stigme (glej prilogo). Vprašanja sem seveda prilagajala poteku pogovora, dodajala sem podvprašanja, tako da sem izvedela želeno. Za intervjuje smo se dogovarjali preko telefona, izvedeni pa so bili v neformalnem okolju, ki so ga izbrali intervjuvanci, in sicer štirje v Mariboru, eden v Celju in eden v Ljubljani. Menim, da je neformalno okolje po njihovi izbiri primernejše, saj se lahko intervjuvanci bolj sprostijo in lažje odgovarjajo na osebna, intimna vprašanja nekje, kjer se počutijo domače in udobno.

3.3 POPULACIJA

V raziskavo sem zajela šest oseb, ki se srečujejo z različnimi vrstami stigmatizacije. Njihova starost je od 23 do 40 let, imena so zaradi varstva podatkov izmišljena.

1. Tina, stara 23 let, neurejene družinske razmere v preteklosti, uporništvo na vseh področjih, odhod v vzgojno izobraževalni zavod, stigmatizacija kot posledica nevednosti ljudi, izboljšanje življenja in družinskih odnosov, stigmatizacija še vedno prisotna.

2. Teja, stara 25 let, oče patriarh, mama popolnoma podrejena, odpor do moških, stigmatizacija zaradi homoseksualnosti, odpor očeta in dela družbe, psihične težave, sedaj dobre socialne mreže in neformalna in formalna podpora.
3. Miha, star 26 let, dobri družinski odnosi, nesprejetost zaradi debelosti, upornišтво povezano z drogami, odvisnost, zdravljenje v komuni, ureditev življenja, stigma še vedno prisotna, močne socialne mreže in podpora.
4. Lana, stara 27 let, neurejene družinske razmere, stigmatizacija že v otroštvu, upornišтво na vseh področjih, tvegana spolnost v iskanju naklonjenosti, brezdomstvo, zdravstveni problemi, alkoholizem – uvid, kasnejše nepriznavanje težav z alkoholom, šibke socialne mreže in podpora.
5. Maša, stara 29 let, neurejene družinske razmere, stigmatizacija zaradi debelosti že znotraj družine in v okolju nenehno prisotna, zaprtost, močan vpliv na samopodobo, poskusi samomora, težave pri zaposlitvi, sedaj v družni drugih stigmatiziranih brez predsodkov.
6. Nika, stara 40 let, neurejene družinske razmere, v mladosti diagnoza shizofrenije, ponavljajoče se hospitalizacije, strah pred svetom, podpora dela družine in sebi podobnih, z ostalimi ni stikov.

Število intervjuvancev se mi je zdelo zadostno za raziskovanje, saj menim, da sem pridobila kvalitetne odgovore in s tem zajela vse, kar me je pri raziskovanju zanimalo.

3.4 ZBIRANJE PODATKOV

Po dogovoru z mentorjem glede teme in izvedbe raziskave sem veliko razmišljala o tem, koga bi v raziskavi zajela. Poznam veliko stigmatiziranih oseb, zato sem se odločila, da najprej njih prosim za sodelovanje. Štiri osebe so bile pripravljene odgovarjati na moja vprašanja, ostali se niso želeli izpostavljati, čeprav sem vsem razložila celoten potek raziskave in jim zagotovila anonimnost.

Intervjuji so potekali v časovnem razponu dveh mesecev. V prvem mesecu sem opravila štiri intervjuje: tri v Mariboru in enega v Celju. Srečali smo se v dnevnih barih. Lokacijo in čas sestanka so izbrali intervjuvanci. V drugem mesecu sem opravila dva intervjuja. Ena izmed intervjuvanih oseb mi je predlagala, da se pogovorim z njeno znanko, kontaktirala sem jo in pripravljena je bila sodelovati. Pogovor sva prav tako opravili ob kavi v mariborski

restavraciji. Zadnjega intervjuvanca pa mi je predlagal prijatelj, ki ga osebno pozna. Poklical ga je in dobil dovoljenje za posredovanje telefonske številke, kasneje sem ga poklicala sama in dogovorila sva se za srečanje v Ljubljani, prav tako v baru. Pogovori so trajali od ene do dveh ur.

Izvedba intervjujev je potekala dobro. Pri intervjuvancih, ki me poznajo, je bilo ozračje večino časa sproščeno, kar je pripomoglo k večji odprtosti in zaupnosti. Pri osebah, ki sta me prvič videli, pa sem potrebovala kar nekaj časa, da smo se vsaj malo spoznali, pogovarjali smo se o vsakdanjih temah, morebitnih skupnih znancih, skupnih točkah in na tak način vzpostavili nek odnos, ki je pripeljal do izvedbe intervjujev. Mislim, da je takšen način pogovora pripeljal do kvalitetnih podatkov, ki sem jih pridobila.

3.5 OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV

Zbrane podatke sem obdelala s postopkom kvalitativne analize. Najprej sem oblikovala tabelo z glavnimi problemi (družinski odnosi, drugačnost, neenakost moči, vpliv na stigmatizacijo, prikrivanje stigme, samostigmatizacija, razkritje stigme, odrinjenost, pomoč, učinki stigme, zaposlitev in odnos do družbe) in njihovimi podskupinami. Vsak problem sem označila z drugačno barvo, kar mi je bilo v pomoč pri kodiranju intervjujev. Glavne probleme sem oblikovala s pomočjo vprašalnika, ki sem ga naredila za pomoč pri intervjujih in na podlagi teoretičnega dela diplomske naloge.

Naslednja stopnja je bila obdelava intervjujev. Vsak intervju sem pozorno prebiral in iskala besede, stavke ali odstavke, ki se nanašajo na prej opredeljene probleme in jih označila s primerno barvo, kar je razvidno iz intervjujev (glej priloge). Določitvi enot kodiranja je sledilo odprto kodiranje oziroma prosto pripisovanje pojmov ali poimenovanje (Mesec 2007). Prej določenim enotam kodiranja (v različnih barvah) sem pripisovala pojme. Enoto sem označila in pripisala komentar, s katerim sem zajela bistvo označenega (glej prilogo intervjuji). Na tak način sem obdelala vseh šest intervjujev in dobila množico komentarjev oziroma nepovezanih pojmov.

Temu je sledila druga stopnja kodiranja. Izpisala sem pridobljene pojme za vsako osebo in vsak problem posebej. Tem skupkom sem nato določila nadrejene pojme, ki so me pripeljali do splošnih kod. Vse stopnje kodiranja sem vpisala v manjše tabele (glej rezultate, tabele 4.1.a- 4.12). Splošne kode sem vpisala v glavno tabelo (tabela 4.13).

Intervjuvance sem glede na njihovo zgodbo in posamezen problem ocenila s pomočjo skale, od -3 (najslabše) do 3 (odlično), kar mi je bilo v pomoč pri interpretiranju rezultatov, saj sem iskala vzroke za razlike, ki so razvidne iz tabele (tabela 4.13).

4 REZULTATI

V spodnjih tabelah prikazujem potek kodiranja. Intervjuje s kodami 1. stopnje sem priložila v priložo. Različne barve so mi bil v pomoč pri urejanju besedila in združevanju kod.

- **Družinski odnosi**

Tabela 4.1.a Preteklost

Intervjuvanci	Kode 1. Stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	Destruktivna družina Ravnodušnost okolice	Destruktivna družina	Destruktivni družinski odnosi
Maša	pretirane zahteve Posledice alkoholizma Šibkost mame Odrekanje hrane	Destruktivna družina	
Miha	Družinska idila Velika generacijska razlika	Pozitivni odnosi	
Nika	Alkoholizem v družini Pomanjkanje ljubezni	Destruktivna družina	
Teja	Navidezna idila Odpor do moških	Netolerantnost	
Tina	Odsotnost družinskih odnosov izoliranost od staršev Posledice destruktivne družine	Destruktivna družina	

Tabela 4.1.b Vpliv družine na stigmatizacijo

Intervjuvanci	Kode 1. Stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	Krivda staršev	Pripisovanje krivde	Krivda na strani družine
Maša	Edina opora Pomanjkanje čustvene navezanosti	Predispozicija stigme	
Miha	/	/	
Nika	Zaprto vaze Krivda staršev za bolezen Obsojanje	Pripisovanje krivde	
Teja	Nesprejemanje drugačnosti	Stigmatizirajoči bližnji	
Tina	Razdor družine zaradi alkohola Dvojna stigmatizacija Odhod od doma	Pripisovanje krivde	

Tabela 4.2 Drugačnost

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	Šibkost	Nemoč	Pripisana drugačnost
Maša	Sodbe na podlagi videza Vizualna drugačnost	Vizualna drugačnost	
Miha	Krščanska usmerjenost Vizualna drugačnost	Vizualna drugačnost	
Nika	Manjvrednostni kompleks Psihiatrični simptomi Manjvrednostni kompleks	Manjvrednost	
Teja	Razlikovanje v pojmovanju ljubezni	Drugačnost interesov	
Tina	Brez počutja drugačnosti	Pripisana drugačnost	

Tabela 4.3 Neenakost moči

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	Superiornost moških	Podrejenost žensk	Pojav v družini
Maša	Poniževanje Predstava boljšega življenja	Najšibkejši člen	
Miha	Čustvena prisila	Čustveno izsiljevanje	
Nika	Odsotnost možnosti izbire Neenaki odnosi v družini	Družinska hierarhija	
Teja	Popolna podrejenost	Podrejenost	
Tina	Odsotnost izbire	Podrejenost	

Tabela 4.4 Vpliv na stigmatizacijo

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	Stigmatizacija preko povezave Upor Spoznavanje opojnih substanc Nadaljevanje družinskih vzorcev Pomanjkanje vpliva Pot v alkoholizem Vdanost v usodo	Uporništvo, negativne predispozicije	Upor
Maša	Nadomeščanje čustvenih primanjkljajev Izguba opore Predstava boljšega življenja Lasten doprinos k stigmatizaciji Nerazumevanje drugačnosti	Razlikovanje pomena videza	
Miha	Začetek konca Negativno dokazovanje Psihični in fizični napadi	Uporništvo, srečanje z drogo	
Nika	Diagnoza	Avtomatska stigma	
Teja	Iskanje lastne sreče	Upor proti pričakovanjem družbe	
Tina	Odsotnost vpliva na stigmo Negativni zgled Odsotnost razmišljanja o prihodnosti Upor brez razmišljanja	Uporništvo	

- **Prikrivanje stigme**

Tabela 4.5.a Samokontrola

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	/	/	Priučeno vedenje
Maša	/	/	
Miha	Izdajalske napake Konstantna kontrola vedenja	Priučeno funkcioniranje	
Nika	Bolje samota kot obsojanje	Prikrivanje z osamitvijo	
Teja	Neuspešna samokontrola	Priučeno funkcioniranje	
Tina	/	/	

Tabela 4.5.b Dezidentifikatorji

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	/	/	Skladnost z večino
Maša	/	/	
Miha	Pozornost na pokazatelje	Družbeno pričakovano vedenje	
Nika	Skrivanje bolezni	Družbeno pričakovano vedenje	
Teja	Pomembnost družbenih pravil Pričakovanja družbe	Družbeno pričakovano vedenje	
Tina	/	/	

Tabela 4.6 Samostigmatizacija

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	Sprejetje negativnega mnenja ljudi	Resigniranost	Zunanji pritiski
Maša	Pomanjkanje samozavesti Negativno dojemanje sebe	Negativna samopodoba	
Miha	Ponotranjenje mnenj Pritisk družbe	Introjekcija	
Nika	Prevzemanje krivde nase Pretirane zahteve staršev	Občutki krivde	
Teja	Zatiranje same sebe Strah	Odklonilen odnos do sebe	
Tina	/	/	

- Razkritje stigme

Tabela 4.7 Odnos okolice

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana			Izločitev
Maša	Vpliv vrstnikov na oblikovaje lastnega mnenja Nepristni odnosi	Odklonilen odnos	
Miha	Ujetost Priložnost za prihodnost	Minimalne posledica	
Nika	Stigmatizacija preko povezave	Obtožbe okolice	
Teja	Skrb samo za lastno dobro Sprejetje drugačnosti Konec odnosa zaradi priznanja Nevednost Strah pred obtožbami okolice Nepotreben dvom	Strah	
Tina	Nepravilne predstave o Zavodu Glavni krivec	Napačne predstave	

- Odrinjenost

Tabela 4.8.a Odrinjenost zaradi sebe

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. Stopnje	Splošna koda
Lana	/	/	Pomanjkanje občutka pripadnosti
Maša	Začasna izolacija	Odmik	
Miha	Želja po pripadnosti Zbujanje strahu	Občutki pripadnosti samo med enakimi	
Nika	Razumevanje med enakimi Pripisovanje slabih lastnosti	Negativno dojemanje družbe	
Teja	Lažna superiornost Strah pred razkritjem	Občutek ogroženosti	
Tina	/	/	

Tabela 4.8.b Odrinjenost zaradi drugih

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. Stopnje	Splošna koda
Lana	Izločitev otroka Osamljenosti Odtegnitev možnosti za drugačno življenje	Dokončna obsodba	Vsako odstopanje je grožnja
Maša	Izkoriščanje pomoči Nezaupanje v ljudi Vrstniško odrinjanje Življenjska tragika Neustavljiva želja	Dojemanje realnost	
Miha	Iskanje izhoda	Ujetost	
Nika	Občutek ogroženosti	Zunanje grožnje	
Teja	Razčlovečenost	Ničvrednost	
Tina	Sebičnost Nezaupanje Propad prej tesnih odnosov	Negativno zaznavanje družbe	

- **Pomoč**

Tabela 4.9.a Formalna pomoč

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	/	/	Soočenje z realnostjo
Maša	/	/	
Miha	Izhod v sili	Padec na realna tla	
Nika	Pomoč v obliki hospitalizacije	Hospitalizacija	
Teja	Strokovna pomoč Uspešnost pomoči	Lastna pobuda	
Tina	Uspešnost formalne pomoči Posredovanje z namenom izboljšanja	Izboljšanje na vseh področjih	

Tabela 4.9.b Neformalna pomoč

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	/	/	Kvaliteta odnosov
Maša	Žarek upanja v prijateljih Moralni in materialni dvig	Nov vir moči	
Miha	Kolegialnost	Pomoč sodelavcev	
Nika	Edina svetla točka v življenju Brat kot zdravilo	Izboljšanje kvalitete življenja	
Teja	Sprejemanje in podpora prijateljev	zanesljivost	
Tina	/	/	

- Učinki stigme

Tabela 4.10.a Vpliv na življenje

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	Sprejetost samo z denarjem Pomembnost mnenja drugih Spopadanje s stigmatizacijo Ponavljajoči se vzorec Spoznanje odvisnosti Pripisovanje krivde Odločenost za spremembe Odhod kot rešitev	Degeneracija	Upadanje kvalitete življenja
Maša	Dopustitev izkoriščanja za naklonjenost Začaran krog Začaran krog Nepomembnost kompetenc za delo Upanje za prihodnost Pogojena »ljubezen« Strah pred odporom okolice Negativna predstava o prihodnosti Pomanjkanje družbene komponente življenja	Vdanost	
Miha	Zaprto ljudi Upadanje uspešnosti pri delu Nerazumevanje okolice	Upadanje sposobnosti	
Nika	Negativen odnos staršev Strah pred neznanjem ljudi	Zapiranje vase	
Teja	Psihične posledice	Vpliv na zdravje	
Tina	Odpor bližnjih Prelaganje krivde Glavni krivec, Prizadetost	Propad odnosov	

Tabela 4.10.b Samopodoba

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	/	/	Zaupanje vase
Maša	/	/	
Miha	Ponos Prepričanje vase Zaupanje vase	Zaupanje vase	
Nika	/	/	
Teja	Sprejetje sebe Zaupanje vase	Zaupanje vase	
Tina	Ponos	Ponos	

Tabela 4.10.c Introjekcija

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	Negotovost Čustveni primanjkljaj	Dvom vase	Ponavljajoča se stigmatizacija
Maša	Poskusi samomora Deljeno mnenje Pomanjkanje samozavesti	Dvom vase	
Miha	Otopelost Zaprtoost Sramežljivost	Zadržanost	
Nika	Prevladujoče negativno mnenje o sebi Sram zaradi bolezni	Negativno dožemanje sebe	
Teja	/	/	
Tina	Prevlada negativnih čustev	Negativno dožemanje sebe	

d. Socialne mreže

Tabela 4.10.d1 Izoliranost od normalnih

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	Predaja	Neuspeli poskusi druženja	Poudarjanje neenakovrednosti
Maša	/	/	
Miha	Ne, sprejetost	Trdnost odnosov	
Nika	Želja po enakovrednosti	Enakovrednost med enakimi	
Teja	Pomanjkanje občutka pripadnosti Nerazumevanje obsojanja	Občutek nesprejetosti	
Tina	/	/	

Tabela 4.10.d2Izoliranost med enake

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. Stopnje	Splošna koda
Lana	Slabša družba boljša kot nobena	Zadovoljitev z manj	Občutek pripadnosti
Maša	Družba oseb z drugačno stigmo Zaupanje v ta odnos	Pristni odnosi	
Miha	Obdobje izoliranosti med enake Občutek pripadnosti enakim	Občutek pripadnosti	
Nika	Občutek pripadnosti Družba podobnih Izoliranost med sebi podobne Sproščenost med podobnimi	Občutek pripadnosti	
Teja	Kvaliteta odnosa odvisna od usmeritve	Usmeritev kot pogoj odnosov	
Tina	/	/	

Tabela 4.10.d3 Bližnji

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	/	/	Podpora družine
Maša	/	/	
Miha	Trdni družinski odnosi	Podpora družine	
Nika	Zaščitna kapsula družine	Podpora družine	
Teja	Oče kot žrtev Razpad družine	Razpad družine	
Tina	Preporod družine Odpor sorodstva Iskreno prijateljstvo	Podpora družine	

Tabela 4.10.e Družbena dimenzija

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. Stopnje	Splošna koda
Lana	Možnosti za prihodnost	Predstava boljše prihodnosti	Prizadevanje za sprejetost
Maša	Družba oseb z drugačno stigmo	Iskanje podobnosti	
Miha	Sprememba v dojemanju osebe Nespremenjen pogled na človeka	Pozitivni zgledi	
Nika	Delitev sveta Želja po normalnem Oklep	Strah pred trpljenjem	
Teja	Zavist	Želja po boljšem življenju	
Tina	Vodljivost ljudi Odpor sorodstva Ljudje ne pozabijo	Nespremenljivost ljudi	

Tabela 4.11 Zaposlitev

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. Stopnje	Splošna koda
Lana	Skrb zase	Zadovoljitev lastnih potreb	Vpliv predsodkov
Maša	Nezaposljivost Zaposlitev samo preko poznanstev Zaposlitev preko poznanstva	Nepomembnost kompetenc	
Miha	Izguba zaposlitve Cilj upravičuje sredstva Zaupanje Uspešnost pri delu	Tolerantnost delodajalca	
Nika	Volja do dela Neuspešni poskusi	Nezmožnost za delo	
Teja	/	/	
Tina	Pridobitev poklica Vpliv govoric	Teža govoric	

Tabela 4.12 Odnos do družbe

Intervjuvanci	Kode 1. stopnje	Kode 2. stopnje	Splošna koda
Lana	Iskanje normalnosti Razočaranje nad ljudmi	Razočaranost	Nezaupanje v ljudi
Maša	Nezaupanje v ljudi Netolerantnost do napak Želja po sprejetosti Prekinitev negativnih stikov z družino Žarek upanja	Upanje za prihodnost	
Miha	Nespremenljiva mentaliteta Privlačnost vrlin Družbeno izločanje drugačnosti	Nezaupanje v spremembe	
Nika	Karakter kot prioriteta Nezaupanje v ljudi	Nezaupanje	
Teja	Neupravičeno vdiranje v zasebnost Iskanje vrlin Zmanjševanje vpliva družbe Dvom v ljudi	Predrznost družbe	
Tina	Tiho upanje Nova pot Karakter kot prioriteta	Predstava boljše prihodnosti	

V naslednji tabeli, ki je osnova za razpravo, sem zapisala glavne ugotovitve raziskave.

Tabela 4.13 Končna tabela (problemi, ocenjeni intervjuvanci, splošne kode)

Oseba/ Problem	Podskupine	Lana 27	Maša 29	Miha 26	Nika 40	Teja 25	Tina 23	Splošne kode
Družinski odnosi	Preteklost	-3	-2	2	-3	0	-2	Destruktivni družinski odnosi
	Vpliv družine na stigmatizacijo	-3	-1	3	-1	1	-3	Krivda na strani družine
Drugačnost		2	1	2	1	1	1	Pripisana drugačnost
Neenakost moči		-1	-2	2	-3	-3	-1	Pojav v družini
Vpliv na stigmati- zacijo		-2	-1	-2	3	2	-2	Upor
Prikrivanje stigme	Samokontrola	/	/	1	2	2	/	Priučeno vedenje
	Dezidentifika- torji	/	/	3	/	2	/	Skladnost z večino
Samosti- gmatazacija		-1	-1	-2	-3	-2	/	Zunanji pritiski
Razkritje stigme	Odnos okolice	-2	-2	-2	-3	-2	-2	Izločitev
Odrinjenost	Zaradi sebe	/	0	-1	-2	-1	/	Pomanjkanje občutka pripadnosti
	Zaradi drugih	-2	-2	-2	-3	-2	-1	Vsako odstopanje je grožnja
Pomoč	Formalna	/	/	3	2	3	1	Soočenje z realnostjo
	Neformalna	-3	2	2	-1	1	0	Kvaliteta odnosov
Učinki stigme	Vpliv na življenje	-3	-3	-3	-3	-3	-3	Upadanje kvalitete življenja
	Samopodoba	-2	-3	2	-2	1	-1	Zaupanje vase
	Introjekcija	-2	-3	-1	-3	-1	1	Ponavljajoča se stigmatizacija
	Socialne mreže	-2	-2	3	-1	1	-1	
	Izoliranost od normalnih	-2	-3	3	-2	0	1	
	Izoliranost med enake	-2	-2	3	-2	0	0	Poudarjanje neenakovrednosti
	bližnji	-3	-3	3	1	-2	3	Občutek pripadnosti
	Družbena dimenzija	-2	-2	2	-2	-1	1	Podpora družine Prizadevanje za sprejetost
Zaposlitev		1	-2	2	-3	3	1	Vpliv predsodkov
Odnos do družbe		-3	-1	2	-2	-1	-1	Nezaupanje v ljudi

Legenda osrednje tabele:

-3 najslabše	-2 slabše	-1 slabo	0 srednje
1 zadovoljivo		2 dobro	3 odlično

5 RAZPRAVA

Stigma je proces posploševanja na podlagi ene izkušnje, ene lastnosti osebe in ljudi kategorizira, namesto da bi jih obravnavali individualno. Najpomembnejše pa postanejo lastnosti, ki ustrezajo stereotipu, povezanemu s stigmo. Stigma je človeško konstruirana percepcija, konstantno se spreminja in upravičuje človeške negativne odzive na razlike med nami (Coleman v Nastran Ule 1999: 211).

S pomočjo kvantitativne raziskave sem želela ugotoviti, kakšni so učinki stigmatizacije pri posameznikih, ki jo nosijo. Zanimal me je koncept stigmatizacije, ki je skupek dejanske ali namišljene drugačnosti, neenakosti in predsodkov večine. Raziskovala pa sem tudi vzorce primarne družine, kakšen vpliv imajo na pridobitev stigmatizacije, pa tudi dejanja samega intervjuvanca, ki morebiti vodijo do pridobitve negativne oznake. Najpomembnejša postavka pa so bili učinki, način ravnanja stigmatiziranih, posledice, ki jih stigmatizacija prinaša na različnih področjih lastnega življenja in socialnih mrežah. V ta namen sem oblikovala tabelo, v kateri sem opredelila dvanajst problemov, ki kot skupek opišejo življenje in ravnanje s stigmo vsakega posameznega intervjuvanca.

Menim, da je primarna družina pomembno mesto za oblikovanje osebnosti in vrednot in lahko bistveno vpliva na potek človekovega življenja. Prav zato sem želela izvedeti, kakšne so bile družine, v katerih so intervjuvanci odraščali, in če se jim zdi, da so morda družine vplivale na njihovo stigmatizacijo. V štirih od šestih primerov je šlo za destruktivne družine, kar je tudi splošna koda te postavke. To je razvidno iz negativno ocenjenih postavk (-2 in -3). V vseh primerih se je v družini pojavljal alkoholizem in posledično psihično in fizično nasilje s strani očeta. To je vplivalo na stigmatizacijo celotne družine in otrok preko povezave, kar nam pokaže druga postavka prvega problema (Vpliv družine na stigmatizacijo). Samo ena ženska je bila dovolj močna, da je moža zapustila, vendar to za intervjuvanko ni izboljšalo situacije, saj se je s preselitvijo pričela spopadati z odrivanjem in stigmatizacijo zaradi prekomerne teže.

Maša: »Ker pa sem bila vedno bolj obilne postave, me babica ni marala. Hrano je skrivala pred mano ali pa jo je celo sama pojedla.«

Kot koda druge postavke se pojavlja krivda staršev. Dve intervjuvanki (Lana in Tina) v celoti krivita starše za razvoj stigmatizacije, saj je nastala kot posledica družinskih razmer. Ostali dve, ki izhajata iz destruktivnih družin (Maša in Nika) pa družine ne krivita v celoti. Maša zaradi tega, ker je mama nasilnega očeta zapustila, a ni bila dovolj močna, da bi se uprla svoji mami, Mašini babici, ki jo je edina v družini zatirala. Nika pa se zaveda, da na bolezen ne more nihče dovolj vplivati, kljub vsemu pa obsoja razmere, v kakršnih je odraščala, za kar sta odgovorna starša.

Nika: »Tako da po eni strani sem staršem zelo hvaležna, po drugi strani pa njiju in okolje, v kakršnem sem odraščala, krivim za svoje stanje.«

Primeri, ki odstopata od destruktivnosti družine, sta Miha in Teja. Miha je imel urejeno družinsko življenje: »Pred tem obdobjem sem imel vsaj na pogled zelo lepo in normalno družinsko življenje, čeprav se je znotraj mene marsikaj dogajalo.« Pri Teji je bil največji problem netolerantnost in gospodovalnost očeta in popolna podrejenost žensk.

Za stigmatiziranje je ključen strah, ki ga prinaša drugačnost oseb. Vendar pa je v večini primerov ta drugačnost namišljena, pripisana in ne dejanska. Nihče od intervjuvancev se ni počutil zelo drugačnega od večine, razen v primeru prekomerne teže. Vendar pa so imeli vsi enake želje, potrebe in predstave o prihodnosti kot ostali, v mladosti predvsem po sprejetosti in nekom, ki bi jim stal ob strani.

Kot primer navajam izjavo Lane: »Morda bi bilo drugače, če bi imela saj eno normalno osebo v svojem življenju, ki bi mi vsaj nakazala pozitivno pot. In morda bi takrat tudi drugi ugotovili, da nisem tako pokvarjena, kot si večina misli.«

Na stigmatizacijo vpliva tudi neenakost moči, saj močnejši oziroma dominantne skupine določajo stigmatizirajoče lastnosti. Dominantne skupine določajo, katere razlike so zaželeno in katere ne. »Stigme delno odražajo vrednostne sodbe dominantne skupine« (Goffman v Nastran Ule Nastran 1999: 199).

Kot je razvidno iz tabele, je bila pri intervjuvancih neenakost moči zelo prisotna. V petih primerih se je neenakost pričela že v družinskem okolju. Otroci se niso mogli zoperstaviti nasilnemu očetu in so bili skupaj z ženskami v ničvrednem položaju.

Tina: »Kot otrok proti temu nisem mogla storiti ničesar, strah me je bilo, da bo poškodoval še mene, saj se je vedno, ko sem stopila mami v bran, zdiral name in mi grozil, da me bo pretepel.«

Lana: »Ko pa se je začelo še fizično nasilje, pa nisem več mogla razumeti. Sploh pa ne tega, da se je spravljal name. Po njegovem mnenju naj bi bile vse ženske enake in se da le s trdo roko odpraviti takšna dejanja.«

Odstopanje je razvidno pri intervjuvancu Mihi. Zaradi dobrih družinskih odnosov do občutka neenakosti v družini ni prihajalo. Do podrejenosti je prišlo pri odločitvi za zdravljenje, saj se je pojavilo čustveno izsiljevanje s strani družine. To je bil edini način, da so ga pripravili k sodelovanju.

Miha: »Na to so najbolj vplivali starši. Sestri sta se popolnoma oddaljili in vsi so mi dali vedeti, da imam samo eno možnost – da se pozdravim ali pa lahko pozabim na njih.«

Štirje od šestih intervjuvancev priznavajo lasten vpliv na stigmatizacijo. Lana in Tina sta pričeli z uporom že v osnovni šoli, vrhunec pa sta dosegli v srednji šoli. To je bil po njunem nekakšen odgovor na razmere doma in prenašanje nasilnih vzorcev. Jaz pa menim, da je bil to klic na pomoč, ki pa ga žal nihče ni slišal. S takšnim vedenjem sta negativno opozarjali nase in posledično privabljali v svojo družbo enake ljudi, s katerimi sta obe tonili. Maša svoj vpliv na stigmatizacijo opiše kot začaran krog: »Zapadla sem v začaran krog odvisnosti od hrane. Saj sem se zavedala, da imam močno prekomerno težo, vendar težav nisem mogla in nisem znala reševati drugače kot s prenajedanjem, saj mi je le to dalo občutek zadovoljstva in hrana je bila moj edini tolažnik. To je seveda vodilo v še več posmehovanja in mene spet pred krožnik. Če realno pomislim, sem tako sama zaslužna za posreden vpliv na stigmatizacijo.«

Pri Mihi pa ugotovimo, da se je na nepravilen način želel otresti stigme debelosti s tem, da je zapadel v odvisnost. Tako je eno stigmo, ki bi jo lahko lažje ovrgel, zamenjal za drugo, veliko težje spremenljivo stigmo. »Včasih sem se počutil odrinjenega zaradi stigme debelosti, ravno zaradi tega sem se začel tudi drogirati, da bi našel krog, v katerega bi spadal, da me ne bi

zbadali, da bi imel neko varnost, in da bi izgledal nekako bolj črno, da bi se me določeni ljudje izogibali.«

Neznaten vpliv na stigmatizacijo pa sem odkrila pri Niki in Teji. Nika je zbolela za shizofrenijo, in na podlagi te psihiatrične bolezni so jo pričeli ljudje stigmatizirati. Na to seveda ni imela vpliva. Teja pa je istospolno usmerjena in na svojo usmeritev ni mogla vplivati. Meni pa, da je imela posreden vpliv na stigmatizacijo: »Če pogledam celotno situacijo, sem za razlog, da me ljudje stigmatizirajo, poskrbela sama, to pa zato, ker se nisem bila pripravljena več zatirati in skrivati to, kar sem, in živeti nesrečno v skladu z družbenimi pravili.«

Skrivanje stigme je tako oblika upravljanja s stigmo kot oblika diskriminacije – če prihaja pritisk za skrivanje od zunaj. Večina stigmatiziranih skupin tako vzpostavi neke vrste samokontrolo, natančno se ve, kdaj je potrebno znake svoje stigme prikriti, da se izogneš diskriminaciji (Coleman v Nastran Ule 1999: 208). Skrivanje stigme je včasih povezano z uporabo dezidentifikatorjev, človek uporablja »krinko« za prikritje svoje stigme (Goffman 2008 [1963]: 83–85).

Priučeno vedenje, kar je splošna koda samokontrole, sem opazila pri štirih intervjuvancih. Miha se je tega priučil, da na delovnem mestu ne bi ugotovili, da ima težave z drogo, saj bi to pomenilo izgubo zaposlitve, s tem pa pomanjkanje sredstev za nakup droge. Nenehna samokontrola pa je povzročala še večjo napetost, kar se je končalo z napakami. Kot dezidentifikatorje pa lahko označimo neznailna mesta vbodov z iglo.

Tudi Nika se je bila kot psihiatrična bolnica prisiljena priučiti vedenja, s čimer bi svojo bolezen skrila, tako zavoljo drugih, da je ne bi stigmatizirali, kot lastnega sramu zaradi bolezni.

Tretja intervjuvanka Teja se je posluževala obeh načinov prikrivanja stigme. Samokontrola je dopolnila uporabo dezidentifikatorjev. Kot slednje lahko označim njene poskuse »normalnosti« – zveze z moškimi za prikrivanje homoseksualnosti in samokontrola v smislu zadržanosti do žensk, da ne bi zbujala suma. Kar hitro je ugotovila, da ji to psihično škoduje in da na tak način nikoli ne bo srečna. Povezava vsega je vodila v samostigmatizacijo.

Posameznik se začne izogibati vedno več ljudem in družabnim situacijam in se tako sam izolira iz družbe. Na tak način lahko pride tudi do neke vrste samostigmatizacije, kjer posameznik prevzame stigmo in je prepričan, da je le-ta upravičena. Postopoma začne verjeti stvari, ki jih ljudje o njem govorijo. Deluje lahko tudi kot strah pred obtožbami zunanjega sveta ali pa je odraz ponotranjenega sovraštva do samega sebe, ki izhaja iz pripisane stigme (Kuhar 2009 [1973]: 126).

Samostigmatizacija kot posledica zunanje stigmatizacije se je pojavljala pri petih intervjuvancih, med katerimi ni velikih odstopanj. Vsi so zaradi nenehnega pritiska družbe in konstantnega poniževanja in označevanja v določenem obdobju na nek način ponotranjili negativne predstave o sebi in svoji stigmati. Samostigmatizacija je povezana z občutki krivde, nenehnim spraševanjem in potrjevanjem drugačnosti, sovraštvom in zatiranjem samega sebe.

Naslednje problemsko področje je razkritje stigme in s tem odnosa okolice. V vseh primerih sem ugotovila izločitev posameznika zaradi stigme, kar sem določila kot kodo problema. Če primerjam intervjuvance, ugotovim, da je najbolj izločena psihiatrična bolnica, kar se sklada z dejstvom, da se tudi stigmatizirani delijo na »boljše« in »slabše«. Za razvojem sveta in večjo odprtostjo ljudi določene skupine predstavljajo manjšo grožnjo družbi. Tako se mi zdi, da nikoli ne bo homoseksualka stigmatizirana kot na primer psihiatrični bolnik ali odklonsko vedenje, niti s stigmatizacijo moškega homoseksualca se ne da primerjati. Če ima drugačnost človeka karkoli opraviti z zdravjem, ljudje kljub vsem virom in razpoložljivosti znanja in podatkov še vseeno mislijo, da se bodo »nalezli«. In temu seveda sledi še večje odrivanje in izločanje različnih bolnikov. Zato mislim, da doživlja najslabši odnos prav psihiatrična bolnica in je poleg tega zaradi drugih tudi najbolj odrinjena.

Izključitev stigmatiziranih ljudi iz družbenega življenja je eden izmed bistvenih vidikov stigmatizacije. Razlogi za to so različni: od zviševanja samozavesti »normalnih« ljudi, zmanjševanja strahu in neugodja do želje po življenju v učinkovitih skupinah (Baumeister in Leary v Major in Eccleston 2005: 63).

Vsi intervjuvanci so bili odrinjeni zaradi drugih in izločeni iz normalne družbe, ker so s svojim vedenjem ali videzom odstopali od ustaljenih norm in pričakovanj družbe. Odklonsko vedenje, ki zajema vsako odstopanje od norm, ki veljajo v družbi, je sankcionirano tudi z izločanjem oziroma odrivanjem posameznika, ker naj bi ti predstavljali grožnjo. V ta sklop

spada tako alkoholizem, vandalizem, homoseksualnost kot psihiatrična simptomatika. Na podlagi tega lahko najdemo vzrok, da je družba odrinila intervjuvance in jih potisnila na rob družbe v skupine marginaliziranih.

Stigmatizirani naj bi bili tisti posamezniki, katerih karakteristike in dejanja so videna kot grožnja in ovira učinkovitemu delovanju skupine. Kateri posamezniki spadajo v stigmatizirane skupine, pa deloma določa kultura, ki ji pripadajo (Neuberg 2000: 52).

Pojavlja pa se tudi problem stigmatizacije preko povezave, kar pomeni, da ljudje stigmatizirajo tudi tistega, ki sicer stigme ne nosi, vendar pa je v bližini tistega, ki jo ima. Tukaj gre za pripisovanje enakih lastnosti znotraj skupine in posledično stigmatizacije vseh. Ker pa nihče ne želi preveč odstopati prav zaradi posledic, ki jih to prinaša, je mnogokrat lažje končati odnose, ki so potencialno nevarni za lastno dobro. Takšne primere sem zasledila tudi pri intervjuvancih, na primer pri Teji, ki jo zanika lasten oče: »Rekel mi je tudi, da naj raje ne hodim več v domač kraj, da ne bodo še sosedje in ostali ugotovili, kakšne packarije se grem, ker iz njega se ne bo nihče norčeval, ker nima več hčerke.«

Izločanje drugih pa lahko vodi tudi v izolacijo zaradi sebe. Nekateri so se za to odločili, ker se niso želeli več izpostavljati stigmatiziranju. Lažje je biti sam in tako varen pred obtožbami in obsojanjem okolice, kot se nenehno izpostavljati negativnim situacijam. Pomanjkanje občutka pripadnosti pa na nek način upraviči izolacijo.

Soočenje z realnostjo je štiri intervjuvance vodilo do posluževanja različnih odlik formalne pomoči. Odločitev za to je bila pri Teji prostovoljna, saj sta jo potek dogodkov in izpostavljenost stigmatizaciji pahnili v depresijo. Ker ni našla druge poti, je pričela obiskovati psihologinjo. Pomoč se je izkazala za pozitivno. Neformalno pomoč sem ocenila z 1, kar predstavlja prijateljske vezi in oporo, primanjkljaj pa je na družinskem področju.

Pri ostalih odločitvah ni bila prostovoljna. Na odhod Mihe v komuno je vplivala čustvena prisila družine, Niko so prisilno hospitalizirali, Tina pa je bila poslana v vzgojno izobraževalni zavod. Čeprav bi lahko pričakovali, da bo uspešnost formalne pomoči zaradi prisile manjša, pa v teh primerih ni bilo tako. Mislim, da je k temu pripomogla tudi neformalna pomoč. Miha je imel zaledje družine, nekaterih prijateljev in starih sodelavcev, tako da se je pomoč pojavljala na vseh področjih in v vseh okoljih. Prav zato je skupen rezultat zelo dober (3, 2). Nika je bila v bolnišnici deležna različnih vrst pomoči – na voljo so

ji bili psihiatri, psihologi, zdravniki, socialni delavci ... med neformalno pomoč pa lahko štejem tudi ostale bolnike, s katerimi so se veselili vsakega napredka in se podpirali v času kriz, in pa brata, ki ji predstavlja neko svetlo točko v življenju: »Življenje pa se mi je spremenilo, ko sem dobila brata. On mi ga je v bistvu rešil.« Formalno pomoč sem ocenila z 2, saj je hospitalizacija povzročila dodatno stigmatizacijo. Uspešnost sem omejila na eno obdobje hospitaliziranosti, v tem času se je njeno stanje zelo popravilo. Ker je shizofrenija neozdravljiva bolezen, pa tega ne morem posploševati na njeno celotno življenje in druga obdobja zdravljenja. Neformalno pomoč sem označila z -1, saj kljub naštetemu v ostalih družinskih članih opore ni našla, prav tako pa ni imela stikov z ostalimi zdravimi. Tudi pri Tini se je formalna oblika pomoči v obliki zavoda izkazala za pozitivno. Tam je končala srednjo šolo in pridobila poklic. Ocenila sem jo z 1, saj je prav bivanje v zavodu povzročilo, da so jo ljudje še bolj stigmatizirali. Tako je pridobila pozitivne kompetence za nadaljnje življenje, hkrati pa še večjo etiketo, kot jo je imela pred odhodom. Delavci iz zavoda pa so pozitivno vplivali tudi na slabe družinske odnose in s tem pridobili družino na njeno stran. Tako jo lahko štejem v obliko neformalne pomoči, ocenjene z 0.

Vsi naštetí dejavniki oziroma problemski sklopi, ki sem jih opisovala, pa vplivajo na različne učinke stigme pri posameznikih. Zanimalo me je, kakšen je ta vpliv. Ugotovila sem, da se je kvaliteta življenja pri vseh negativno spremenila. Vpliv stigmatizacije se je pokazal na vseh področjih življenja. Večina vprašanih je pristala na dnu. Razmere, v kakršnih so živeli, in vpliv le-teh je pripeljal do ponavljanja nezdravih vzorcev (pitje, fizično in psihično nasilje). Nihče ni našel pravega izhoda iz začaranega kroga, v katerem se je znašel. Neprestana izpostavljenost stigmatizaciji je pripeljala do občutkov resigniranosti, sovraštva do družbe, tudi sovraštva do sebe in samostigmatizacije. Posledice so kljub različnim oblikam pomoči opazne pri večini.

Ljudje, ki pričakujejo, da jih bodo drugi zavračali, imajo pogosteje nižjo samopodobo in so depresivni, saj je psihološko dobro počutje delno odvisno tudi od vključenosti in občutka, da je nekdo cenjen s strani drugih (Baumeister in Tice; Mendoza- Denton; Leary, Pyszczynski in drugi v Major in Eccleston 2005: 64–70).

Vpliv na samopodobo je jasno negativen. Zaupanje vase imata samo Miha in Teja. Pri Mihi lahko to povežem z zaledjem ljudi, ki ga podpirajo. Družina mu je vedno nudila oporo, občutek sprejetosti in ljubezni. Kljub temu da je skrenil s prave poti, mu niso obrnili hrbta: ne

oni ne prijatelji oziroma sodelavci. Tudi v najtežjem obdobju so mu stali ob strani, in to je najbolj potreboval. Teja pa je naletela na prave ljudi, iskrene prijatelje, ki so ji na nek način nadomestili družinsko ljubezen in jo enakovredno sprejeli. Ostali nimajo tako pozitivnih izkušenj z družino in prijatelji. Izgubili so zaupanje v druge in posledično tudi zaupanje vase. Z introjekcijo so se srečali prav vsi, kar sem opisovala že pri samostigmatizaciji.

»Stigma predstavlja življenjski pogled: skupek osebnih in družbenih konstruktov, skupek socialnih zvez in socialnih odnosov, obliko družbene realnosti« (Coleman v Nastran Ule 1999: 198).

Socialne mreže intervjuvancev se močno razlikujejo. Večina intervjuvancev, ki izhaja iz destruktivnih družin, je te odnose omejila. Lana in Maša sta se od družine popolnoma izolirali, Nika pa tega ni mogla storiti, čeprav bi želela, saj je zaradi nezmožnosti za delo finančno odvisna od staršev. Pri Tini pa so se družinski odnosi popravili. Tejino družinsko življenje je zaradi netolerantnosti očeta razpadlo, stiki z ostalimi so redki. Za tri intervjuvance bi lahko trdila, da so izolirani od normalnih; to so Lana, Maša in Nika. Lana je postala popolna samotarka, saj se je po veliko neuspešnih poskusih zblížanja in navezovanja stikov enostavno predala. Ni izolirana med enake in ne od normalnih, ampak živi sama zase. Tudi Maša ima za sabo preveč izkoriščanja in neuspešnih poskusov, da bi se še naprej trudila. Je pa našla družbo oseb z drugačno stigmo. S tem je dobila občutek pripadnosti, ki ga nikdar ni imela, in ne išče več stikov zunaj tega. Tako bi lahko rekla, da je izolirana med enake – stigmatizirane ljudi. Nikini stiki z normalnimi pa so omejeni na določene družinske člane. Miha ima, kot sem že opisala, dobre socialne mreže na različnih področjih in si je popolnoma opomogel; v nobenem pogledu ni izoliran. Prav tako ima Tina pozitivne družinske odnose in vsaj eno prijateljico. Trudila se je vzpostavljati še druge stike, vendar so govorice še vedno premočne. Za Tejo pa bi lahko rekla, da je nekje vmes. Njeno družbo sestavljajo različno usmerjeni ljudje, kljub vsemu pa ima večji občutek pripadnosti in sproščenosti v družbi enakih, pa čeprav je nihče ne obsoja.

Vsi intervjuvanci so oziroma so že bili zaposleni. Največ težav pri iskanju zaposlitve je imela Maša, saj je zaradi videza niso želeli zaposliti, čeprav ima univerzitetno izobrazbo. Sedaj je zaposlena pri prijateljih, ki jim njen videz ni pomemben. Tudi Nika je imela težave in naposled je ugotovila, da zaradi bolezni delati ne more. To spoznanje so spremljali hudi občutki krivde in obsojanje s strani staršev, ki sta primorana skrbeti zanjo. Teja ni imela

nikakršnih problemov, saj njena stigma ni vidna. Prav tako tudi pri Lani in Tini, kjer pa je okolica opozorila vodilne na njune napake in sta posledično morali zamenjati delovno mesto zaradi nepravilne obravnave. Miha se je dolgo trudil, da njegovih težav na delovnem mestu ne bi opazili. Ko je do tega prišlo, so mu dali priložnost za sporazumno odpoved. Sedaj so pokazali toliko zaupanja vanj, da opravlja delo na istem mestu.

Odnos do družbe lahko opišem kot generalno nezaupanje v ljudi. Največje odstopanje sem zasledila pri Mihi, kar je odraz množice pozitivnih izkušenj, ki jih je bil kljub stigmatizaciji deležen. Opora družine, sprejetost med prijatelji in zaupanje delodajalcev kažejo na to, da obstajajo tudi dobri ljudje. Majhen dvom se pojavi samo zaradi negativnih izkušenj z vrstniki v osnovni šoli in na ljubezenskem področju. Zato ocena 2. Lana se je zaradi slabih odnosov obsojanja že od otroštva od družbe popolnoma izolirala. Čeprav je bila včasih mnenja, da je slabša družba boljša kot nobena, se je to spremenilo, saj ne želi več prenašati izkoriščanja in materialne pogojenosti odnosov. Nihče ni nikdar zaupal vanjo in tako tudi ona ne zaupa v nikogar. Maša in Teja sta pridobili občutek pripadnosti v družbi ostalih stigmatiziranih. Predvsem Maša je razdelila svet na podlagi lastnih izkušenj na enake – vredne zaupanja in drugačne – nevredne zaupanja. Tudi Teja živi v dveh svetovih – med enakimi se lahko popolnoma odpre, med heteroseksualci pa je še vedno prisotna zadržanost zaradi preteklih negativnih izkušenj in odpora. Nika je skeptična predvsem zaradi nevednosti ljudi, kar je podlaga za ustvarjanje in širjenje predsodkov o psihiatričnih bolnikih in se ljudem raje izogiba. Tina pa prišla do spoznanja, da ljudem govorice veljajo več kot poštenost in delavnost človeka, in na tak način se jim ne da zaupati.

Stigma je torej lastnost, ki nosilca zreducira na manjvredno osebo. To drži za vse intervjuvance in menim, da tudi za večino ljudi, ki se srečujejo z različnimi oblikami stigmatizacije. Na takšen ali drugačen način jih družba izloča. Temelj stigem so človeške razlike, zato lahko prav vsaka lastnost pripelje do stigmatizacije. Prav s tem namenom sem izbrala osebe z različnimi vrstami stigem in z obdelavo podatkov prišla do skupnih ugotovitev.

Destruktivno okolje, iz katerega izhaja tudi večina intervjuvancev, vpliva na razvoj stigmatizacije preko povezave, kar v večini primerov pripelje do različnih oblik upornišva in s tem do pojava novih vrst stigem. Ker pa je v ljudeh prisoten strah pred vsem drugačnim, se posledično izogibajo ljudi z etiketami. Strah je del koncepta stigmatizacije in s tem razlog

zanjo. Izogibanje vodi v osamitev posameznika na dva načina: osebe s stigmo lahko odrinejo drugi ali pa se izolira sama. Odmik od družbe pa je lahko različen. Nekateri se popolnoma osamijo, drugi pa se »zaprejo« v svet oziroma družbo sebi enakih. S tem je povezano stereotipiziranje, druga komponenta koncepta stigmatizacije, ki izkrivlja podobo ljudi na podlagi njihove skupinske pripadnosti. Tako so se oblikovale drugorazredne skupine, v katere spadajo stigmatizirani posamezniki. To pa dovoljuje socialna kontrola v smislu moči in ponotranjenja določenih pravil, s tem pa so tudi jasno določena vsa odstopanja, ki se jih obsoja. Socialna kontrola je tretja postavka koncepta stigmatizacije. Stigma je kot neke vrste okužba, ki vpliva tudi na ljudi okoli stigmatiziranega posameznika. Prav zato prihaja do prekinitve odnosov, tako prijateljskih, partnerskih kot tudi družinskih. Če sklepam po rezultatih moje raziskave, se vsak posameznik sreča z neko vrsto izgube prav zaradi strahu ljudi v njegovi bližini pred stigmatizacijo. To je eden izmed razlogov za skrivanje znakov stigme in razvoj samokontrole in dezidentifikatorjev. Povezava vseh naštetih teh postavk na preprost način opiše pojav in razvoj stigmatizacije, ki pripomore k razumevanju le-te.

6 SKLEPI

V diplomski nalogi sem prišla do naslednjih sklepov:

- Stigmatizira se lahko katerakoli lastnost.
- Stigmatizacija v večini primerov izhaja iz primarnega okolja.
- Strah pred drugačnostjo je ključni element stigmatizacije.
- Superiorne dominantne skupine določajo stigmatizirajoče lastnosti, saj jim to omogoča večja moč v družbi. Neenakost moči tako vpliva na podrejene skupine in posledično na upravičenost stigmatizacije in moralno izključitev.
- Vpliv posameznikov na stigmatizacijo se kaže predvsem v uporabi proti neenakim pogojem in obravnavanju s strani družbe.
- Najbolj pogosta oblika upravljanja s stigmo je skrivanje stigme s pomočjo prikrivanja značilnih znakov, priučenega vedenja in dezidentifikatorjev.
- Razkritje je lahko zelo travmatična izkušnja zaradi odpora okolice. Izločanje drugih velikokrat vodi v lasten odmik. Izogibanje potencialno ogrožajočim situacijam lahko pripelje do izolacije in samostigmatizacije, ki je povezana s potrjevanjem drugačnosti, sovraštvom in zatiranjem samega sebe.
- Pri soočanju s stigmo in posledicami stigmatizacije je pomembna pomoč. Menim, da ima neformalna pomoč še večjo težo kot formalna, saj je ena izmed osnovnih potreb človeka potreba po sprejetosti.
- Vpliv stigmatizacije se kaže tudi pri zaposlitvi, saj se ljudje težko izognejo predsodkom in se osredotočijo na človeka samega.
- Vpliv stigme na življenje ljudi je negativen in večino pripelje na dno. Vpliva na samopodobo, kvaliteto odnosov, spremembe v socialnih mrežah in družbeno dimenzijo človeka. Spremembe v življenjih in dojemanju intervjuvancev so se pričele dogajati potem, ko so pristali popolnoma na tleh, kar jih je prisililo k drugačnemu načinu življenja in dojemanju družbe, čeprav je to še vedno predvsem negativno.

7 PREDLOGI

Predlogi izhajajo iz predelane literature in poznavanja problematike v praksi:

- Najpomembnejša stvar pri preprečevanju stigmatizacije je ozaveščanje ljudi. Kljub vsem vrstam medijev, ki so na voljo, se ljudje še vedno izogibajo vsemu, kar je drugačno in kategorizirajo ostale. Z ozaveščanjem na način, ki ga bodo jasno razumeli, bi lahko preprečili poslabšanje kvalitete življenja marsikomu. S tem bi morali začeti že v vrtcih in osnovnih šolah, saj se že tam otroci spopadajo s predsodki in grdim ravnanjem. Iz lastnih izkušenj vem, da k temu pripomorejo tudi nekateri profesorji, ki ne znajo oziroma ne želijo preprečiti slabega ravnanja otrok, saj so tudi sami polni navidezne večvrednosti in predsodkov. Menim, da bi morali vsaj enkrat na mesec posvetiti kakšno učno uro tej tematiki in otroke že zgodaj naučiti, da drugačno ne pomeni nujno slabo. Da pa bi bili učitelji sposobni učencem pokazati pravo pot, bi bili potrebna obvezna dodatna izobraževanja. S tem bi pridobili širše znanje o stigmatizaciji in kompetence za ravnanje v stigmatizirajočih situacijah, prav tako pa tudi znanje o tem, kako otroke naučiti sprejemati drugačnost. Strahu pred neznanim, drugačnim in predsodkov se otroci seveda naučijo v domačem okolju, vendar bi bilo brezpredmetno razmišljati o tem, da bi spremenili starše, ki imajo v večini zakoreninjene načine razmišljanja in reagiranja v različnih situacijah. Veliko težje se je učiti in ponotranjiti nove, bolj tolerantne načine vedenja, kot pa če je nekdo v takšnem duhu že vzgojen. In ker je na starše bistveno težje vplivati, bi za to morale poskrbeti druge pomembne institucije v otrokovem življenju, torej vrtci in šole. Če bi kateri izmed intervjuvancev našel oporo v kakšnem učitelju, bi morda bilo njihovo življenje drugačno. Seveda tega ne morem zagotoviti, vendar bi lahko učitelj vplival vsaj na počutje tekom osnovne šole in otroci ne bi že takrat doživljali travm.
- Poleg otrok bi morali ozaveščati tudi ostalo populacijo. Čeprav se to v določeni meri že uresničuje, pa mislim, da je še vedno premalo, in morda je tudi način neustrezen. V medijih lahko tu in tam opazimo kaj na temo stigmatizacije in drugačnosti, vendar je prevelik poudarek na teoretičnih vizijah različnih intelektualcev in premalo pozornosti na resničnih ljudeh z resničnimi problemi. Tudi strokovni jezik, ki ni blizu navadnim ljudem, ovira razumevanje. Problemov, ki nastajajo kot posledica napačnih predstav o ljudeh, se ne more rešiti na okroglih mizah ali sestankih strokovnjakov, nujno

potrebno je na primeren način seznaniti širšo populacijo o problematiki in dati jasno vedeti, da nihče ni izključen, saj je lahko vsaka lastnost potencialna stigma.

- Potrebno bi bilo uvesti večji nadzor nad delodajalci, ki si kljub zakonodaji lahko privoščijo marsikaj. Za zaposlitev bi morale biti dovolj zahtevane kompetence in ne še človekov videz, kaj se o njem govori in podobno. Nepravično in neupravičeno ravnanje, ki ni v povezavi z delovnimi nalogami in dogodki tekom delovnega časa, bi moralo biti strožje sankcionirano, saj je to nedopustno.

8 VIRI IN LITERATURA

Ainlay, S.C., Becker G., Coleman L.M. (ur.): *The Dilemma of Difference*, 211- 232 Plenum Press, 1986.

Coleman, Lerita M. (1986): Stigma- razkrita enigma. V: Nastran Ule, Mirjana (ur.) (1999): *Predsodki in diskriminacije*, 198- 216. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.

Dovidio, F. John, Major, Brenda in Crocker, Jennifer (2000): *Stigma: Introduction and Overwiev*. V Heatherton, T. F., Kleck, R. E., Hebl, M. R. in Hull, J. G. (ur.): *The Social Psychology of Stigma*, 1-28. New York: The Guilford Press.

Goffman, Erving (1963): *Stigma- Zapiski o upravljanju poškodovane identitete*. Maribor: Aristej, 2008.

Herek, M. Gregory (2002): *Thinking about AIDS and Stigma: A Psychologist's Perspective*. Journal od Law, Medicine & Ethic. Vol (30)4, 594- 607.

Južnič, Stane (1993): *Identiteta*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Kobal, Darja (2001): *Temeljni vidiki samopodobe*. Ljubljana: Pedagoški inštitut.

Kuhar, Metka (2004): *V imenu lepote*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Kuhar, Roman (1973): *Na križiščih diskriminacije: večplastna in interseksijska diskriminacija*. Ljubljana: Mirovni inštitut, 2009.

Lamovec, Tanja (1988): *Priročnik za psihologijo motivacije in emocij*. Ljubljana: Filozofska fakulteta.

Lamovec, Tanja (1998): *Psihosocialna pomoč v duševni stiski*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.

Link, Bruce G. in Phelan, Jo C. (2001): *Conceptualizing Stigma*. Annual Review of Sociology. Vol 27(1), 363- 385.

Major, Brenda in Eccleston, Collette P. (2005): *Stigma and Social Excluion*. V Abrams, D., Hogg, M. A., Marques, J. M. (ur.): *The Social Psychology of Inclusion and Exclusion*, 63- 87. New York: Psychology Press.

- Mead, George Herbert (1997): *Um, sebstvo, družba*. Ljubljana: Krtina.
- Mesec, Blaž (2007): *Metodologija raziskovanja v socialnem delu*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo
- Miller, Carol T. in Major, Brenda. (2000): *Coping with Stigma and Prejudice*. V Heatherton, T. F., Kleck, R. E., Hebl, M. R. in Hull, J. G. (ur.): *The Social Psychology of Stigma*, 243-272. New York: The Guilford Press.
- Musek, Janek (1977): *Psihologija osebnosti*. Ljubljana: Dopisna delavska univerza Univerzum.
- Musek, Janek (1982): *Osebnost*. Ljubljana: Dopisna delavska univerza Univerzum.
- Musek, Janek (1993): *Znanstvena podoba osebnosti*. Ljubljana: Educy.
- Musek, Janek (2005): *Psihološke in kognitivne študije osebnosti*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Nastran Ule, Mirjana (ur.) (1999): *Predsodki in diskriminacije*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Nastran Ule, Mirjana (2000): *Sodobne identitete: V vrtincu diskurzov*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Nastran Ule, Mirjana (2000): *Temelji socialne psihologije*, 156- 162. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Nastran Ule, Mirjana (2005): *Psihologija komuniciranja*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Neuberg, Steven L., Smith, Dylan M. in Asher, Terrilee (2000): *Why People Stigmatize: Toward a Biocultural Framework*. V Heatherton, T. F., Kleck, R. E., Hebl, M. R. in Hull, J. G. (ur.): *The Social Psychology of Stigma*, 31- 61. New York: The Guilford Press.
- Smart, Laura in Wegner, Daniel M. (2000): *The Hidden Costs of Hidden Stigma*. V Heatherton, T. F., Kleck, R. E., Hebl, M. R. in Hull, J. G. (ur.): *The Social Psychology of Stigma*, 220- 242. New York: The Guilford Press.

Smrke, Marjan (1962): *Družbena mimikrija*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede, 2007.

Stangor, Charles in Crandall, Christian S. (2000): *Threat and the Social Construction of Stigma*. V Heatherton, T. F., Kleck, R. E., Hebl, M. R. in Hull, J. G. (ur.): *The Social Psychology of Stigma*, 62- 87. New York: The Guilford Press.

INTERNETNI VIRI:

1. Društvo za pomoč osebam z depresijo in anksioznimi motnjami: *Socialna anksioznost*.
http://www.nebojse.si/portal/index.php?option=com_content&task=view&id=36&Itemid=38
(pridobljeno 26. 11. 2011)
2. <http://en.wikipedia.org/wiki/Stigma> (pridobljeno 15. 10. 2011)
3. <http://sl.wikipedia.org/wiki/Stigmatizacija> (pridobljeno 15. 10. 2011)
4. http://en.wikipedia.org/wiki/Social_stigma (pridobljeno 15. 10. 2011)

9 PRILOGE

9.1 VPRAŠALNIK

Opis življenja/koncept stigmatizacije

1. Kako je potekalo vaše življenje?
2. Kaj za vas predstavlja termin stigma/stigmatizacija?
3. Se vam zdi da ste/ste bili drugačni od večine?(Kdaj ste se začeli tega zavedati?)
4. Kakšen/ kolikšen vpliv ste imeli na potek dogodkov, ki so pripeljali do stigme? (Kako se je ta vpliv, moč pokazala?)
5. Se vam zdi, da imajo ljudje predsodke v povezavi z vami? Kdo? Kakšne?
6. Kako to vpliva na vas in vaše življenje?

Učinki stigme

7. Kako dojemate sami sebe? Kakšno je vaše mnenje o sebi?
8. Vpliva to na vaše družabno življenje? S kom se družite? Imajo vaši prijatelji, znanci, sorodniki enake oz. podobne probleme? Se zaradi stigme počutite odrinjene iz družbe? Kdo vas je po vašem mnenju »odrinil« ... ste se umaknili sami ali so vas do tega pripravili drugi ... kdo ... se je to dogajalo v šoli, službi, na zabavah, v vašem kraju ... kako se je to odražalo pri uspešnosti na teh in drugih pomembnih področjih?
9. Kako bi opisali vaš stil/slog življenja? Kaj vam je všeč, kaj vas privlači na sebi, na drugih, kaj ne (če je odstopanje kaj se vam zdi da s tem dosegate oz. kaj bi želeli doseči ...)?
10. Kakšne obremenitve vam stigma, poleg že opisanih, še predstavlja?
11. Kako se to izraža na vašem čustvenem področju, na zaupanju ...?

9.2 INTERVJUJI

Intervju Tina

1. Kako je potekalo vaše življenje?

Kako je prišlo do stigmatizacije?

V naši družini je bil največji problem alkohol. Oče je veliko pil že preden sem se jaz rodila, kasneje se je to samo stopnjevalo. Že kot otrok sem vsak dan gledala njegovo pijačevanje in agresijo. Nasilen je bil do mame, doživljala je fizično in psihično zlorabljanje, in to vsakodnevno. Kot otrok proti temu nisem mogla storiti ničesar, strah me je bilo, da bo poškodoval še mene, saj se je vedno, ko sem stopila mami v bran, zdiral name in mi grozil, da me bo pretepel. Vse to, njegovo obnašanje in alkoholizem in vsakodnevni problemi, pa so pripeljali do tega, da sem se že konec osnovne šole, ko sem čutila, da sem dovolj močna, pričela upirati.)

Comment [m1]: Razdor družine zaradi alkohola

Pričeli ste se upirati očetu?

Proti njemu nisem mogla ničesar, zato pa sem se upirala v šoli, imela sem zelo slabo družbo, kjer so se pojavljale droge, alkohol, kriminalna dejanja ... Najhuje pa se je začelo, ko sem pričela obiskovati srednjo šolo v mestu. Vse je bilo bolj pomembno kot šola, prijatelji so bili »zabužgani«, bolje je bilo iti že jutraj v kakšen lokal in »hluziti« cele dneve. Zaradi svoje predznanosti jezikavosti sem se večkrat znašla v konfliktnih, ki so se končali s pretepi, in včasih sem prišla cela potolčena in v brazgotinah domov. Vendar pa se dogajala nikoli nisem in tudi v različnih nelegalnih dejavnostih nisem sodelovala. Nikakor pa nisem mogla dopustiti, da mi kdo reče žal besedo. Za starše se nisem več zanimala, postalo mi je na nek način vseeno, če sem le mogla, sem odšla zgodaj jutraj in se vrnila pozno zvečer ali ponoči ali pa sploh ne.)

Comment [m2]: Upor brez razmišljanja

Comment [m3]: Odsotnost družinskih odnosov

Kako so starši reagirali?

Nihče me ni mogel več kontrolirati, zato je prišlo tako daleč, da so me zaradi ponavljajočih se prekrškov in pretepev in nevzdržnih razmer doma, poslali v vzgojno izobraževalni zavod.)

Comment [m4]: Odhod od doma

Stigmatizacija se je torej pričela zaradi tega, ker ste bili v zavodu?

Ne. S stigmatizacijo sem se srečala že veliko prej. Najprej zaradi razmer, v katerih sem živela (alkoholizem, nasilje ...) in potem zaradi družbe, ki sem jo imela. Dejstvo je, da večina sodi samo po videzu, in tako sem bila »klošarka« in narkomanka in podobne stvari. Seveda nobena od teh zame ni veljala. Ne rečem, da nisem bila blizu ljudi, ki so imeli težave z drogo, nekateri niso imeli doma, poznam tudi ljudi, ki so se prodajali za drogo. Vendar pa to nisem bila jaz. Droga me res nikoli ni zanimala, saj sem predobro vedela, kako hitro lahko zapadeš v odvisnost in kaj vse sodi zraven.

Comment [m5]: Dvojna stigmatizacija

2. Kaj za vas predstavlja termin stigma/stigmatizacija?

To je nekakšno slabo mnenje ljudi o neki osebi, ki je sploh ne poznajo. Mislim, da je bolj pogosto v manjših vaseh, kjer se po navadi ljudje med sabo poznajo oziroma mislijo, da se. In potem nekdo nekaj o nekom pove in ta pove dalje in si morda še kaj zraven namisli in tako potujejo neke neresnične informacije, ki potem pridejo do osebe, o kateri se govori in ta pojma nima o čem ljudje sploh govorijo. Tako je vsaj v mojem primeru.

3. Se vam zdi da ste bili drugačni od večine?

Ne bi mogla trditi, da sem bila dosti drugačna od, na primer, sošolcev. Dejstvo pa je, da sem odrasčala v drugačnih okoliščinah kot večina od njih in je vse to vplivalo name. Najprej tako, da sem bila zelo zaprta vase in sem skušala biti čim bolj neopazna, kasneje pa so šle stvari v drugo skrajnost in sem postala najbolj glasna v razredu in najbolj predrzna in največ sem si upala. In nihče ni vedel, kaj se je z mano zgodilo, starša pa v šoli tudi nista želela razglabljati, zakaj sem postala takšna.

Comment [m6]: Brez počutja drugačnosti

Comment [m7]: Posledice destruktivne družine

Torej okolica ni vedela za probleme v družini? Ali so vedeli in niso ukrepali?

Okolica je dobro vedela, kaj se pri nas dogaja, ampak seveda nihče ni ukrepal. Preden se je začelo moje uporniško obdobje, sem vse zaupala učiteljici, ki sem jo imela najraje. Stvari so ostale enake, čeprav se je želela pogovoriti z mojimi starši, da bi jih opozorila na moje slabo počutje, pa do tega seveda ni prišlo. Mislim, da se niti ni preveč potrudila. Stvari so ostale enake, s tem sem izgubila upanje. (Fakrat mi je postalo vseeno in pričela sem z uporom. Mislim, da sem nedotakljiva in tako sem se tudi obnašala. In ker sem bila takšna, sem tudi pritegnila takšne posameznike in skupaj nam je bilo lažje in bili smo še bolj drzni. Komaj v srednji šoli sem spoznala ljudi, ki so mi bili kos, ki so bili še večji »frajeri« in »frajerke«, in po njih sem se začela zgledovati.)

Comment [m8]: Negativni zgled

4. Povedali ste, da na stigmatizacijo zaradi družine, niste imeli vpliva. Kaj pa vpliv na to, da ste odšli v Zavod in s tem povezano stigmo? Bi rekli, da ste imeli vpliv?

(Na nek način sem imela ves vpliv v svojih rokah, saj sem se sama odločila za vse stvari, ki sem jih naredila, nihče me ni šilil tako živeti in se potepati in pretapati in zganjati bedarije. Vsi so me opozarjali, da se to ne bo dobro končalo, in res se ni. Ampak na to, da sem dejansko morala oditi od doma in živeti tri leta v zavodu, pa nisem mogla vplivati. Ko je odločitev padla, bi lahko naredila karkoli, in tega ne bi spremenila. (Tako da na to, da sem bila in sem še vedno stigmatizirana zaradi življenja v zavodu, vpliva žal nisem imela.)

Comment [m9]: Odsotnost razmišljanja o prihodnosti

Comment [m10]: Odsotnost izbire

Comment [m11]: Odsotnost vpliva na stigmo

5. Kakšni predsodki pa so se oziroma se pojavljajo v povezavi z vami?

Kot sem dejala, sem se s predsodki srečala že dolgo, preden sem odšla v zavod. Ker smo se mladi trudili biti čim bolj drugačni, »odštekanje«, včasih smo se opravili kot brezdomci, smo povsod naleteli na neodobravanje in različne komentarje. Vendar me to takrat niti ni toliko zmotilo, sam nikoli nisem bila sama, s prijatelji smo se temu smejali. Stvari so se spremenile, ko sem odšla v zavod. Živim v majhni vasi, kjer smo skoraj vsi sosedje, in ko se je izvedelo, kam so me poslali, so pričeli ljudje govoriti stvari o meni, ki si jih nikoli ne bi mislila. Bila sem narkomanka, alkoholičarka, ki nadaljuje družinsko tradicijo, govorilo se je, da sem želela očeta ubiti in so me poslali v prevzgojni zavod, pa tudi, da sem to zaslužila, da sem kradla in da je pravilno, da sem končno zapeta. Spomnim se, da sem v zavodu pridobila par kilogramov in po počitnicah domaje prišla nova informacija, da sem noseča, in ne samo to, noseča naj bi bila z Romom in zaradi tega seveda packa in prostitutka in takšne zadeve.

Pa morda veste kdo si je takšne stvari izmislil? Kako ste vi to zvedeli? Je kdo prišel do vas in vas vprašal, če te stvari držijo, ali so kar verjeli vse, kar so slišali?

Mislím, da je veliko takšnih stvari prišlo iz glave in ust naše sode, s katero nikoli nismo bili v najboljših odnosih, ker vsi vemo, da samo opreza za vsami in raznaša čenče po celi vasi. Ampak ljudje so ji očitno vseeno verjeli, pa čeprav vsi vemo, kakšna je. Takšne stvari so me šokirale, in ugotovila sem, (da ljudje dejansko nimajo pojma, kaj vzgojno izobraževalni zavod sploh je. Za vse je to prevzgojni dom. Tam sem bilatri leta in v domači vasi so senapletale mnoge zadeve. Nihče, niti sorodniki, prijatelji, ki sem jih včasih imela, nihče se ni potrudil, da bi stopil do mene in preveril takšne govorice. Jaz pa tudi nisem imela želje hoditi do vsakega posebej in razlagati, da so to laži. Največ stvari mi je povedal oče, saj je bil največ zdoma in po raznih gostlinah se je zvedelo marsikaj.

Comment [m12]: nepravilne predstave o Zavodu

6. Kakšen vpliv je to imelo na vas in vaše življenje takrat?

(Vpliv je bil na začetku predvsem negativen. Bolele so me stvari, ki sem jih poslušala. Se bolj pama je bolelo to, da so jim verjeli ljudje, ki sem jih imela rada. Družinsko življenje je vedno bolj trpelo ... oče je krivil mamo, da me je razvadila, vedno mi je vse pustila, in zato sem tako izpadla, mama je nasprotno krivila očeta, da sem takšna, ker on še celo življenje pije in potem nori, okolica pa je krivila mene, da sem pokvarila dve dobri osebi in vse obsodila na propad. Čeprav naše družinsko življenje nikoli ni bilo rožnato, pa še vseeno nisem verjela, da je lahko še slabše. S starši sem po odhodu v zavod izgubila stik, živeli smo eden mimo drugega, tudi ko sem bila doma, nista kazala interesa zame in jaz zanju. Vsakotoliko sta mi povedala, kaj vse sta še slišala o meni, in prišlo je tako daleč, da sploh več nisem želela domov. (Kratko so posredovali zaposleni iz zavoda, vzgojitelj moje skupine, profesorica in psiholog. Prišli so na dom in imeli smo dolg pogovor s starši. Moram reči, da je bil kar učinkovit, stvari so se začele zelo počasi spreminjati na bolje. Ne moram pa tega trditi za ostale ljudi. Morda bi tudi oni potrebovali kakšen pogovor.

Comment [m13]: prizadetost

Comment [m14]: prelaganje krivde

Comment [m15]: izoliranost od staršev

Comment [m16]: posredovanje z namenom izboljšanja

7. Kako je vaše mnenje o sebi?

(Reči moram, da nikoli nisem imela pozitivnega mnenja o sebi. Mislím, da bi bilo to tudi zelo težko, glede na to, da sem odrasčala v takšnih razmerah, kot sem jih že opisala. Najpomembnejša leta so zaznamovali alkohol, kreganje, tapanje in vsakodnevne grožnje. Dosti časa sem bila polna sramu, jeze, besa in zamer. Sram me je bilo, da imam takšne starše, zamerila pa sem jima, da sta me na nek način prisilila, da je prišlo tako daleč, da sem morala v zavod. (Bila sem mnenja, da sta ubrala najlažjo pot, zabilabla sta se me in se sploh nista zavedala, kakšne posledice bom doživljala jaz zaradi tega. (Ker v tem sem bila sama, oče je še vedno pil, mama je bila čisto apatična, jaz pa sem prenašala in še vseeno prenašam vse predsodke in sem žrtev stigmatiziranja. To jima še vedno zamerim. Ker nikdar nisem čutila družinske ljubezni, jo tudi dan teže, in zato je večina mojih zvez propadla. (Takšne stvari sem ugotovila po dolgotrajnih pogovori s psihiatrom, psihologi in socialnimi delavci. Trudim se izboljšati svojo samopodobo in dvigniti samozavest, biti ponosna nase. (Ker sem kljub vsemu nekaj dosegla, (v zavodu sem namreč končala srednjo poklicno šolo in sem sedaj radno zaposlena v tam poklicu.)

Comment [m17]: prevlada negativnih čustev

Comment [m18]: sebičnost

Comment [m19]: glavni krivec

Comment [m20]: uspešnost formalne pomoči

Comment [m21]: pridobitev poklica

8. Vpliva to na vaše družabno življenje? S kom se družite? Imajo vaši prijatelji, znanci, sorodniki enake oz. podobne probleme?

(Seveda je imelo vse vpliv tudi na odnose z ljudmi, ki so mi bili blizu. Ne samo, da so se me začeli prijatelji doma izogibati, tudi sorodniki so me imeli za takšno osebo, kot sem že prej naštevala. Pa so vsi vedeli, da sem odšla zaradi manjših »kviksov«, ampak ljudje so stvari napihili do te mere, da se na koncu dejansko ni vedelo, kaj sploh drži. (In tako sem postala neke vrste »vaški posebnaž«. Eno izmed večjih presenečenj pa je bila izjava enega izmed mojih sorodnikov, da se sploh ni za čuditi, da

Comment [m22]: nezaupanje

je moj oče postal alkoholik, ker pri takšni pokvarjeni hčarki pač ni druge poti. Tega pa ne bom prebolela nikdar v življenju. V času, ko sem bila v zavodu, sem izgubila vse prijatelje, ki sem jih imela doma. Kako naj bi se družila z nekom, ko verjame o meni vse našete stvari? Sedaj bi lahko samo za eno osebo morda trdila, daje moja prijateljica, da me ne obsaja, da razume razloge zakaj sem taka kot sem in mi stoji ob strani in me tudi zagovarja, ko ljudje s prstom kažejo name ali pa me ogovarjajo. Ona takšnih problemov ni imela. Nekajkrat sem poskušala navezati stike še s kom drugim, a se je vedno našel nekdo, ki je to osebo »opozorilo na mojo preteklost, v izpopolnjeni obliki seveda, in s tem se je druženje končalo. Pa čeprav tega, da sem bila v zavodu, nikoli nisem skrivala. Dejstvo paja, da načeloma ne povem cele življenjske zgodbe osebi, s katero prvič sedim na pijači. Verjetno bi bilo drugače, če bi ljudje poslušali tudi mojo plat zgodbe.

S sorodniki nimam stikov, saj so se me vsi »otresli«, čeprav sem se pred odhodom in v začetnem obdobju, ki sem ga preživela v zavodu, veliko družila s sestrčinami in bratanci, ki so podobnih let kot jaz. Takrat so jim najprej starši prepovedali druženje z mano, ker naj bi slabo vplivala na njih. Prihajalo je tudi to stvari, kot na primer, če je nekdo nekaj slabega naredil doma ali ni ubogal ali je jezikal, je bil to po njihovem mnenju moj vpliv kriv. To so mi povedali takrat, ko smo se še videvali. Nisem mogla verjeti, da ima tudi družina takšno negativno mnenje o meni, pa nikomur od njih nisem naredila nič slabega.

Se zaradi stigme oziroma stigem počutite odrinjene iz družbe? So za to krivi drugi ali ste tudi sami vplivali na to z npr. izogibanjem določenim situacijam, ljudem in podobno?

Če sem odrinjena? [A občutek me že dolgo spremlja. Mislim, da senisem sama odrinila. Kljub temu da sem bila v Zavodu, sem se trudila ohranjati neke pozitivne odnose. S prijatelji, ki sem jih imela že pred mojim »norim« obdobjem in tudi med tem, s sorodniki, s starši ... na koncu so me ti izrinili iz svojih življenj, kar sem bila »slaba«. Ker so verjeli stvarim, ki so jih slišali. Morda so si še oni izmišljali kaj ... ne vem. Edino, kar se je ohranilo, je odnos s starši, ki je danes tak, kot bi vedno moral biti. Oče je prenehal piti in mama je kot prerojena. Sedaj smo družina in skupaj smo močnejši. Ne obstaja več nevarnost, da bi podlegla govoricam kot vsi ostali. In take odnose se spleča negovati.

9. Kako bi opisali vaš stil/slog življenja? Kaj vam je všeč, kaj vas privlači na sebi, na drugih, kaj ne?

[Ne bi mogla izpostaviti kakšne stvari, ki mi je všeč na meni. Ponosna sem nase, da sem uspelakončati poklicno šolo in da imam kar nekaj poklic. Mislim, da je to nekaj najboljšega, kar sam v življenju dosegla. [Na drugih pa me privlači odkrit in pošten karakter, zahrbtnosti ne prenašam. Za dober odnos je to najbolj pomembno.]

10. Kakšne obremenitve vam stigma, poleg že opisanih, še predstavlja?

[Za par let je minilo, odkar sem odšla iz zavoda, in ponovno živim v tej vasi, pame ljudje še vedno ogovarjajo, še vedno krožijo neverjetne zgodbe o meni. Vsa h imam občutek, da bi bila še z nalezljivo boleznijo bolj sprejemljiva zanje. In mislim, da je to zelo žalostno. [mala sem tudi nekaj problemov z zaposlitvijo, ko sem bila zaposlena na vasi, so me med službenim časom velikokrat vodili preverjati, redno sem morala opravljati test alkoholiziranosti in seveda nikoli nisem bila vinjena v službi. Mislim, da so me tudi tam drugače sprejemali kot ostale zaposlene, samo zato, ker sam bila v zavodu. Čez čas sem imela tega dovolj in poiskala sem si drugo službo. [Trudim se, da bi čim prej imela možnost, da se iz tega kraja izselim in zaživim neko novo življenje brez predsodkov in stigmatizacije.

11. Kako se to izraža na vašem čustvenem področju, na zaupanju ...

[Zaupanje ... dolgo časa ga nisem imela. Zaupala nisem niti sebi, kaj šele drugim. Sedaj se mi ponovno vrača, počasi, korak za korakom. [a to se moram zahvaliti predvsem prijateljici, o kateri sam govorila, in spremembi, ki sem jo doživela v družini. Res nikoli si nisem mislila, da se lahko nekdo tako spremeni, kot so se moji starši. Oče še po sebe. Trezen je že par let in upam, da bo tako ostalo. [e redke pozitivne stvari v množici negative, ki me obdaja, mi dajejo tiho upanje, da pa še obstajajo dobri in poštni ljudje in da pa tudi mene morda čaka nekoč dobro življenje.

Intervju Teja

1. Kako je potekalo vaše življenje?

Kakšne spomine imate na otroštvo?

Spomini na otroštvo so predvsem povezani z mamo. Bila je gospodinja, oče je delal, tako da sem večino časa preživela z njo in sem nanjo tudi bolj navezana kot na očeta. Kljub temu da smo navzven delovali kot idealna družina, pa razmere za štirimi stenami niso bile take. Mamaje bila očetu že od nekdaj popolnoma podrejena. Pri nobeni, tudi najbolj nepomembni stvari ni imela besede in njeno mnenje nikoli ni šlo nič. Oče pa seveda popolno nasprotje, pravi moški, patriarh, najpomembnejši in najbolj pameten, edini, ki se ga poslušaj, in edini, ki ve, kaj je najbolje za vse nas. Zaradi takšnih stvari mi je šel pošteno na živca.

Comment [m23]: glavni krivec

Comment [m24]: odpor bližnjih

Comment [m25]:

Comment [m26]: vodljivost ljudi

Comment [m27]: propad tesnih odnosov

Comment [m28]: prepored družine

Comment [m29]: ponos

Comment [m30]: karakter kot prioriteta

Comment [m31]: ljudje ne pozabijo

Comment [m32]: vpliv govorice

Comment [m33]: nova pot

Comment [m34]: tiho upanje

Comment [m35]: Navidezna idila

Comment [m36]: Popolna podrejenost

Je to vplivalo na vaš odnos do moških?

Bratje »podačevali« očetov karakter in tako sem bila prepričana, da so vsi moški enaki. Starejša kot sem bila, manj sem razumela, kako lahko mama prenaša takšno stanje in ne reče ničesar in ne zahteva svojega mesta v družini. Ker oče izhaja iz krščanske konservativne družine, smo morali seveda tudi mi obiskovati cerkev in se držati krščanskih načel. Vse, kar je bilo drugačno ali je odstopalo od teh menil, je bilo zanj čudno in nenormalno in slabo. To je pripeljalo tudi do tega, da k meni ni smel nihče na obisk, ker so bili zanj vsi čudni in so nama s tem slabo vplivali.)

Kako ste se s tem spopadali?

(Vedno težje sem prenašala takšne stvari, vplivale so na moj šolski uspeh, namoje odnose s prijatelji, zaprla sem se vase ... skratka vpliv je bil viden na vseh področjih mojega življenja, tako da sem se naposled odločila, da moram stran od tega in sem se vpisala na srednjo šolo, ki je toliko oddaljena, da sem morala živeti v dijaškem domu.)

Kdaj ste ugotovili, da ste istospolno usmerjeni? Ste lahko komu to zaupali? Kakšen je bil odziv?

(Za v osnovni šoli. Svoje spolno nagibenje sem najprej razkril najboljši prijateljici iz osnovne šole, v katero sem se zaljubila. Bilo je zelo težko, saj sem bila prepričana, da se bo njeno mnenje o meni spremenilo in da bo končala našin odnos. Vendar pa je vse čisto mirno sprejela in s tem mi je dala nek pozitiven občutek, da pa morda nisem tako nenormalna. Zaradi te izkušnje mi je bilo lažje.)

Kako je bilo v dijaškem domu?

(Ko sem živela v dijaškem domu, sem dolgo držala to skrivnost zase. Čeprav sem imela veliko prijateljic, s katerimi smo se super razumela, pa sem bila večinoma čas bolj zadržana, saj jim še vseeno nisem upala povedati. Ko pa sem jim, sem videla, da to za večino sploh ni bil problem. Tam sem spoznala tudi svojo prvo resno partnerko. Potek dogodkov me je pripeljal do razmišljanja, da bi tudi starši morali vedeti, kdo in kaj sem. Vendar pa dolgo nisem zbrala poguma, da jima povem. Sploh očetu.

Zaradi njegovih predsodkov glede vsega, kar je drugačno?

Ja, prav zaradi tega. Sicer nisem natančno vedela, kakšno mnenje ima o homoseksualnosti, saj se o tem doma nikoli nismo pogovarjali, vendar sem sklepala, da zelo slabo.

2. Se vam zdi da ste/ste bili drugačni od večine?

(Mislim, da nisem drugačna. Sem samo drugače usmerjena. Sem homoseksualka. Naenkrat mi je postalo jasno, da so mi všeč punce in da me fantje ne zanimajo. To je bila edina razlika, in ravno ta se je kasneje izkazala za najhujšo možno. Imam pa enake želje glede partnerstva in življenja na sploh, kot vsi heteroseksualni ljudje. Želim biti ljubljena, imeti iskrene prijatelje, nekoč tudi družino in normalno življenje.)

3. Kako je prišlo do stigmatizacije? Dejali ste, da z razkritjem prijateljici niste imeli težav in vas je normalno sprejela. Bi lahko rekli, da ste se sami stigmatizirali, preden vas je stigmatizirala družba?

Mislim, da se je dogajalo ravno to. (Moram priznati, da sem se dolgo prepričevala, da je z mano nekaj narobe. Čeprav so mi bile všeč ženske, se na nek način s tem nisem hotelas prijazniti, saj sem podzvestno vedela, da bo to pripeljalo do negativnih posledic zame. In temu sem se hotela izogniti. (Prav zato sem poskušala imeti odnose z moškimi, da bi vsaj navzven delovala »normalno«. Vendar še vseeno nisem mogla vplivati na to, kar čutim.) Če pogledam celotno situacijo, sem za razlog, da me ljudje stigmatizirajo, poskrbela sama to pa zato, ker se nisem bila pripravljena več zatirati in skrivati to, kar sem, in živeti nesrečno v skladu z družbenimi pravili.)

Če bi ostali skriti, bi živeli bolje?

Ce bi ostala skrita, me ljudje najverjetneje ne bi stigmatizirali. Navzven bi bilo lažje. Trpela pa bi v notranjosti. Ampak jaz tako nisem mogla in nisem želela nadaljevati. Sicer pa, zakaj se morajo ljudje vtikati v moje življenje in v to s kom ga bom delila? To se mi zdi skrajno nepravilno. Tudi jaz se ne vtikam v druge in jim ne diktiram, kako naj živijo.)

4. S kakšnimi predsodki ste se srečevali ali se še srečujete?

(Doživela sem veliko negativnih izkušenj. Prva je bila z mojo dobro prijateljico. Priznala sem ji, da me zanimajo ženske in tudi, da sem v eno zaljubljena. Bila je čisto šokirana. Rekla mi je, da potrebuje čas, da premisli. Naslednji dan me je poklicala in povedala, da me sicer ima rada, vendar se z mano ne more več družiti, ker se ji to ne zdi pravilno. Ni ji bilo jasno, kako sem lahko postala takšna, ni znala razumeti, da sem se takšna že rodila in vse moje komplimente in besede si je začela predstavljati drugače, kot da sem s tem namigovala na kaj in da se ona s tem ne more ukvarjati. Ker ni vedela, kako naj se s

Comment [m37]: Odpor do moških

Comment [m38]: Nesporazume drugačnosti

Comment [m39]: Odhod kot rešitev

Comment [m40]: Nepotreben dvom

Comment [m41]: Sprejetje drugačnosti

Comment [m42]: Razlikovanje v pojmovanju ljubezni

Comment [m43]: strah

Comment [m44]: Pričakovanja družbe

Comment [m45]: Iskanje lastne sreče

Comment [m46]: Neupravičeno vdiranje v zasebnost

Comment [m47]: Konec odnosa zaradi priznanja

tem spopada, je vse priznala tudi svoji mami, ki ji je dobesedno prepovedala stike z mano. To sem zvedela mnogo let kasneje, ko sva ponovno vzpostavili kontakt.

Comment [m48]: Strah pred drugačnostjo

Kako to, da sta ponovno vzpostavili kontakt? Je spremenila mnenje o vas?

Ja, njeno mnenje se je spremenilo. Priznala mi je, da ji je bilo žal, da me je odrinila iz svojega življenja in da to ni bilo pravilno. Spoznala je, da ji ne predstavljam nobene grožnje s tem, da sem homoseksualka. Povedala mi je tudi, da je imela občutek, da bi tudi njo ljudje po strani gledali, če bi vedeli, s kom se družim. Ne morem je obsojati, kar ji je bilo iskreno žal.

Ste imeli podobne izkušnje še z drugimi?

Velikokrat sem doživela takšen odziv, izgubila sem veliko oseb, za katere sem bila prepričana, da so moji prijatelji. To, da sem homoseksualka, bi torej naj pomenilo, da sem slaba oseba in da nisem vredna zaupanja. Na tak način sem razvijala predsodke do same sebe. In to je bila največja napaka. Kot da ni bilo dovolj že to, da so me drugi tako dojemali. In tukaj je bila še družina. Dolgo sem skrivala, kaj sem.

Comment [m49]: Zatiranje same sebe

Kaj vas je pripeljalo do razkritja v družini in kako je potekalo?

Pozitivne izkušnje z nekaterimi osebami pa so me pripeljale do tega, da nisem več zdržala, želela sem razkriti vse. Očetu in mami sem priznala, da tako ne gre več naprej in da ju imam rada in da zaslužita, da jima povem resnico. Mama je zavzela standardno, odsotno držo in ni izustilani besede, oče pa je znorel. Da je to nagnusno, da sem umazanka, če me ni sramjima takšno stvar povedati, da me je družba čisto pokvarila ... Prepovedal mi je vstop v njuno hišo, dokler se ne bom spremenila. Poskušala sem mu razložiti, da nisem sama izbrala tega, da sem se takšna že rodila, a me ni žele poslušati. Zanj sem bila izmeček in sram ga je bilo, da je naredil takšnega otroka. Rekel mi je tudi, da naj raje ne hodim več v domač kraj, da ne bode še sosedje in ostali ugotovili kakšne packarije se grem, kar iz njega se ne bo nihče norčeval, kar nima več hčerke. Zadelo me je kot nož v srce. Preprosto nisem mogla verjeti.

Comment [m50]: nevednost

Comment [m51]: strah pred obtožbami okolice

Je tudi on sčasoma spremenil mnenje?

Z očetom še danes nimam stikov, pa so minila že leta. Mama mi je sicer povedala, da mu je žal za nekatere stvari, ki jih je izrekal, vendar pa je to tako v nasprotju z njegovimi prepričanji in načeli, da mi tega ne more oprostiti. Če ga kdorkoli vpraša zame, vedno pove, danima hčerka. In mislim, da hujše stigmatizacije ni mogla doživeti. Da si za lastnega staršarstva oziroma ne obstaja zaradi tega, ker si drugačen ... Jaz tega nikoli ne bi mogla storiti, sploh pa ne svojemu otroku.

Comment [m52]: oče kot žrtev

5. Kako so ti dogodki vplivali na vaše življenje?

V trenutku, ko se spomnim dogodka z očetom, sem popolnoma na tleh. Se vedno. Čeprav mu po eni strani zamerim, mi pa po drugi ni vseeno, saj je le moj oče. Ampak nikakor ga ne morem razumeti, ker samane bi mogla storiti tega, kar je on. Družinskega življenja praktično nimam. Z mamo se večinoma pogovarjam po telefonu, zelo redko se vidiva. Bratima svoje življenje in svojo novo družino, tako da tudi njega ne vidim pogosto. Želela bi si, da so stvari drugačne, da bi se lahko pogovorili, vendar vem, da moj oče na to nikoli ne bo pristal. Tudi sama si v prihodnosti želim otroka, in trdno sem prepričana, da jih ne bom vzgajala na tak način, kot so moji starši mene. Ne bom dopustila tega, da bi se otroci sramovali sami sebe, kot sem se jaz, in da bi razvijali predsodke do vsega, kar je drugačno. Nikomur ne privoščim takšnih stvari.

Comment [m53]: razpad družine

To vas je torej najbolj zaznamovalo?

Vse, kar sem doživela, me je globoko zaznamovalo. Ni lahko vedno znova ugotovljati, kako te ljudje obsojajo in kako so nastrojeni proti tebi. In vse zaradi tako čudovite stvari, kot je ljubezen. Nepojmljivo. Sama sebi se ne zdim slaba oseba, zato nikoli nisem mogla doumeti, da me lahko drugi vidijo kot tak. To je pripeljalo tudi do mojega »vzvišenega« obdobja, ko sem bila prepričana, da ne potrebujem nikogar v svojem življenju, in sem se popolnoma izolirala iz družbe, kar sem bila sama sebi dovolj in sem na nek način boljša od vseh, ki me diskriminirajo.

Comment [m54]: nerazumevanje obsojanja

Comment [m55]: lažna superiornost

Je to obdobje dolgo trajalo? Ste dokončno ugotovili, da ste sami sebi dovolj?

To obdobje se je hitro končalo in zapadla sem v depresijo, kar me je naposled pripeljalo do psihologinje, ki jo že dolgo obiskujem. Z njeno pomočjo sem prišla do pomembnih ugotovitev in se ponovno začela osmisliti in spoštovati. Ne morem reči, da v meni ni več obilice negativnih čustev, ki vsake toliko privrejo na dan. Rečem lahko, da sem se naučila to kontrolirati in zmanjšati njihov vpliv na moje mentalno zdravje. Sedaj lahko normalno funkcioniram, kljub predsodkom, stigmatizaciji in diskriminaciji, ki je še vedno zelo prisotna. Manj kot včasih, a bolj, kot bi si želeli.

Comment [m56]: psihične posledice

Comment [m57]: strokovna pomoč

6. Kako dojemate sami sebe? So še vedno prisotna vprašanja »Zakaj ravno jaz...«? Si mora še vedno želite, da bi bili drugačni, heteroseksualni?

Zdaj sem končno na stopnji, ko se imam rada takšno, kot sem. Vendar pa je bila pot do tega zelo dolga in naporna. Kot sem že povedala, sem dosti časa mislila, da je z mano nekaj narobe in seveda, da nisem imela samozavesti in včasih sama sebe

Comment [m58]: sprejetje sebe

nisem prenesla. [Spravevala sem se, zakaj moram ravno jaz to doživljati, zakaj ne morem biti kot vsi ostali in si normalno najti moškega partnerja in se z njim ustvariti življenje.] [Saj sem jih imela, vse za kratek čas, toliko da sem tiste, ki so sumili v mojo usmerjenost, nekako prepričala, da semotijo. In to je pustilo posledice na moji psihi. Predstavljajte si, da delite življenje in posteljo z nekom, ki vas fizično niti malo ne pritegne in da se morate vsakič znova prisiliti v kakršenkoli fizični kontakt z njim. Bila je katastrofa. S tem se je vse samo še poslabšalo. Nikoli si nisem želela moškega partnerja in mislim, da si ga nikoli ne bom. Pritisk družbe pa lahko marsikaj naredi.]

Dejali ste, da obiskujete psihologinjo. Vam je morda še kdo drug pomagal iz stisk, vam stal ob strani?

[S pomočjo psihologinje sem se nekako rešila negativnih misli in težnje po ugaenju drugim.] [Sama od tega nisem imela nič. Morala sem sebe in svoje želje postaviti na prvo mesto in od tu graditi naprej.] [Seveda so pripomogli tudi moji dobri prijatelji, ki mi že od vsega začetka stojijo ob strani.] [Tako da sedaj res lahko rečem, da sem zadovoljna s svojim življenjem, žal mi je le vsega časa, ki sem ga porabila za to, da sem delalav nasprotju same sebe in svojih želja, kot rečeno, predvsem zaradi zunanjega pritiska. Vsi si želimo biti na nek način sprejeti.]

7. Kakšno je bilo vaše družbeno življenje?

[Moje družbeno življenje je doživljalo vzpona in padce, tako kot vse druge stvari. Včasih je bilo okrog mene polno ljudi, pa sem se vsemu počutila osamljeno. Tudi zaradi tega sem se zapirala vase. Ko pa sem spoznala prvo partnerko, sem popolnoma odklopila zunanji svet, saj mi je bila ta zveza najbolj pomembna. Seveda sem potem ugotovila, da to ni prav in da sem narobe ravnila, ko sem izločila vse prijatelje iz življenja. Hvala sem jim, da so me ponovno sprejeli v družbo, ko je zveza propadla.]

Kakšna je sedaj vaša družba?

[Sedaj se družim z ljudmi, ki so tudi različno usmerjeni. Se vedno me je na nek način strah, da bi se preveč izpostavljala in tvegala spet kakšno zavrnitev in obsojanje. Prav zato ne vedo vsi za mojo usmerjenost, kar pa seveda vpliva na kvaliteto našega odnosa. Če pogledam iz tega vidika, je veliko lažje biti v družbi sebi enakih.]

Se zaradi stigme počutite odrinjene iz družbe? Kdo vas je po vašem mnenju izločil in zakaj?

[Ne morem reči, da sem odrinjena iz družbe. Sem pa definitivno bila. Odrinili so me nekaten bivši prijatelji, ki me niso bili sposobni videti kot osebo ampak samo kot homoseksualko in si me kot taka niso želeli v svoji družbi. [Nekateri morda zato, kar sami tega niso mogli sprejemati, drugi morda zaradi vpliva, ki bi ga to dejstvo lahko imelo na njihovo družbeno življenje.] Ne vem in me trenutno to več ne zanima. Najbolj me pa seveda boli odnos z očetom. Mislim, da si od tega ne bom nikoli opomogla. On me je izrinil iz svojega življenja.]

Pa tudi vi ste se umikali...

[Res pa je, da sem se tudi jaz umikala. Bila sem bolj tiha in zadržana kot oseba, ki so me obkrožala, in ni jim bilo jasno zakaj.] [Morala sem biti pozorna na to, da slučajno ne bo kdo opazil kaj nosim v sebi, kar bi me njihovo zavračanje še dodatno prizadelo. Potem sem jim zaupala svojo skrivnost in ugotovila sem, da nimajo vsi predsodkov. Večina je to popolnoma normalno sprejela in veliko jih je povedalo, da se jim je to že dolgo zdelo kljub mojemu trudu, da nihče ne bi opazil. [To je bil eden izmed prelomnih trenutkov mojega življenja, tako kot s prijateljico iz osnovne šole, s katero se še danes družim. Končno sem bila sprejeta, lahko sem se sprostilain se odpla še drugim ljudem. Ne vem, kako bi brez tega preživila. To mi je pravzaprav dalo zalet in občutek normalnosti in potrebo po tem, da tudi starši zvejo in upanje napodoben razplet dogodkov. Kar se je, kot sem že opisala, izkazalo za popolnoma napačno.]

8. Kako bi opisali vaš stil/slog življenja? Kaj vam je všeč, kaj vas privlači na sebi, na drugih, kaj ne?

Ne vem, čisto normalen stil življenja imam. Delam, družim se s prijatelji, obiskujem zabave in iščem punco svojih sanj. [Na sebi me ne privlači ravno veliko stvari, morda to, da igram kitaro, ki mi je olajšala marsikatero težko trenutka v življenju, in da sem kljub vsemu, kar sem doživela, sedaj zvesta sama sebi in svojim željam. Na drugih pa me privlači odprtost, iskrenost, poštenost, odbijajo pa me prevzetnost, nadutost, dvoličnost in podobne stvari. S takimi ljudmi težko prideš kam.]

9. Kakšne obremenitve vam stigmata, poleg že opisanih, še predstavlja?

Trenutno je oče še edina obremenitev. [Vedno manj dam na mnenje tistih, ki samo druge vidijo, sebe in svojih napak pane. In vedno manj pustim, da mnenje drugih vpliva name. Ne bom več dovolila, da bom delala nekaj zaradi drugih, ker v vsakem primeru bodo našli nekaj slabega.] [Če svet bi lahko lažje živel, če se ljudje ne bi toliko vtikovali v druge.]

Comment [m59]: zavist

Comment [m60]: pomembnost družbenih pravil

Comment [m61]: uspešnost pomoči

Comment [m62]: sprejemanje in podpora prijateljev

Comment [m63]: pomanjkanje občutka pripadnosti

Comment [m64]: kvaliteta odnosa odvisna od usmeritve

Comment [m65]: razčlovečenost

Comment [m66]: skrb samo za lastno dobro

Comment [m67]: strah pred razkritjem

Comment [m68]: neuspešna samokontrola

Comment [m69]: zaupanje vase

Comment [m70]: iskanje vrlin

Comment [m71]: zmanjševanje vpliva družbe

10. Kako se to izraža na vašem čustvenem področju, na zaupanju ...?

Še vedno sem bolj tiha in ne želim se razkrivati vsakemu, ki mi prekrži pot. Če pa ugotovim, da je oseba vredna zaupanja, se lahko začnem počasi odpirati. Ampak ker je dejstvo, da nikoli ne moreš vedeti, kdo te bo zafiknil, senikomur nemorem do konca odpreti. Džnosi so tako slabši, kot bi lahko bili, ampak tako vsaj ne tvegam spet kakšne grobe zavrtniva.

Comment [m72]: dvom v ljudi

Intervju Miha

1. Kako je potekalo vaše življenje, s kakšnimi problemi ste se srečevali in kaj je pripeljalo do stigmatizacije?

Moje življenje je potekalo kar burno. Živim s starši. Imam še dve precej starejši sestri, da moja starša nista več rosnno mlada in sta se z mojimi dejanji in puberteto težko spopadala. Večino časa (od konca osnovne šole pa vse do 23. leta) sem imel probleme z drogo. Le malo ljudi okrog mene pa se je tega zavedalo, tisti ki so to vedeli, so mi bili v večini podobni. Bližnji pa so si zatiskali oči, prav tako kot jaz.

Comment [m73]: Velika generacijska razlika

Je morda družina na kak način vplivala na to, da ste zapadli v odvisnost?

Mislil, da ne. Pred tem obdobjem sem imel vsaj na pogled zelo lepo in normalno družinsko življenje, čeprav se je znotraj mene marsikaj dogajalo. Bil sem precej osamljen in nisem imel nobenega, da bi se mu zaupal. Že od nekdaj sem bil tudi žrtev posmehovanja, saj sem bil bolj močne postave. Pravi prijateljev nisem imel. Večkrat so me izrabili, da sem kakšno uspičil, da sem po njihovem mnenju izpadel »fragger«. Takrat sem se tudi sam boljše počutil, pa čeprav so sledile negativne posledice. Nočem da bi izgledalo, kot da z osamljenostjo in mojimi pomanjkljivostmi hočem opravičiti mojo preteklost. Vem da sam kriv sam, da sem posegal po drogi, le nobeden mi ni znal pokazati poti ven iz tega, dokler ni bilo že skoraj prepozno.

Comment [m74]: Družinska idila

Comment [m75]: izkoriščanje

Kdaj se je to zgodilo?

Zaradi odvisnosti sem izgubil službo, ki sem jo z veseljem opravljal. Sodelavci so kar hitro ugotovili, da se z menoj nekaj dogaja, pa čeprav sem se zelo trudil, da se ne bi izdal. Njake nisem imel vidnih vbojov, vedno sem bil pozoren na svoje vedenje, govor, hojo... ja vse, kar bi me lahko izdalo. Ampak so bile stvari na koncu že tako težke, da sem pričel delati napake. Zjutraj sem večkrat med predajo službe zaspal. To je bil glavni povod, da so se stvari po hitrem postopku razvedele. Kljub temu so mi omogočili vodilni omogočili, da sem dal sporazumno odpoved in da si nisem s tem pokvaril možnosti za prihodnost. Hitro po tem dogodku sem odšel v komuno.

Comment [m76]: izguba zaposlitve

Comment [m77]: pozornost na pokazatelje

Comment [m78]: konstantna kontrola vedenja

Je bila to zgolj vaša odločitev?

Na to so najbolj vplivali starši. Nihesar nisem imel, zgubil sem službo, starši pa me zaradi problemov z drogo niso želeli preživljati. Sestri sta se popolnoma oddaljili in vsi so mi dali vedeti, da imam samo eno možnost - da se pozdravim ali pa lahko pozabim na njih. S tem so me prisilili, da sem odšel v komuno. Tam se je začel pravi boj za življenje. Čakalo me je trdno delo in dobesedno garati sem moral da sem se izkopal iz te gojle. Po letu in pol bivanjatom, sem se ponovno začel vračati v domače okolje.

Comment [m79]: izdajalske napake

Comment [m80]: priložnost za prihodnost

Comment [m81]: izhod v sili

Comment [m82]: ujetost

Kako so vas takrat sprejeli?

Doma so me dobro sprejeli. Enkrat tedensko sem se moral vračati na tako imenovane skupine, ki jih obiskujem še danes. Moje življenje se je popolnoma spremenilo. Na kakšen način?

Comment [m83]: čustvena prisila

Po dolgem času sem videl svet takšen kot je. Z domačimi imam spet dobre odnose in hodovalac mi je ponovno pomnil službo na starem delovnem mestu, ki sem ga z veseljem sprejel.

Comment [m84]: trdni družinski odnosi

Comment [m85]: zaupanje

2. Kaj za vas pomeni pojem stigma, stigmatizacija?

Pomen stigmatizacija ima zame skoraj isti pomen kot rasizem... ne sprejemam je ljudi zaradi tega, ker se v nečem razlikujejo od večine, ki naj bi bila normalna, a ni vedno tako. V teku zdravljenja sem dojel, da ravno tisti, ki stigmatizirajo druge, so po navadi precej drugačni in ravno zaradi tega tlačijo svojo drugačnost s stigmatiziranjem drugih.

3. Se vam zdi da ste bili drugačni od večine?

Vedno sem imel občutek, da sem precej drugačen od drugih (slabši, grši, počasnejši, debelejši...). To se je dogajalo predvsem v osnovni šoli, kjer sem bil zaradi svoje prekomerne teže in ker sem odrasel v krščanski družini velikokrat tarča stigmatiziranja. Tega sem se začel zavedati v tretjem razredu, ko se je to vse skupaj začelo. Nekako so se takrat začele ustvarjati neke skupinice... boljši od slabših... oziroma »fraggerji in netrajerki«. Velikokrat so me potiskali v kot, me fizično napadali, se posmehovali in norčevali. Tega se nerad spominjam, saj imam slabe spomine na šolske klopi. Kot sem že omenil, dovolj mi je bilo, da sem samega sebe zapostavljal. Pritiski ostale družbe pa je sistem samo še poslabšal.

Comment [m86]: vizualna drugačnost

Comment [m87]: krščanska usmerjenost

Comment [m88]: psihični in fizični napadi

Comment [m89]: pritisk družbe

4. Bi lahko rekli, da ste imeli vpliv na vse, kar je pripeljalo do stigmatizacije zaradi odvisnosti?

Vpliva nisem imel. Tudi nisem imel moči, da bi se branil ali jo zatiral saj si nisem upal, dokler jih nisem parkrat dobil milo rečeno »po bučič«. Takrat sem se prvič uprl. Postal sem problematičen v šoli, začel sem se pretepati, izostajati od pouka. To se je začelo kazati tudi na učnem uspehu in stvari so se samo še stopnjevale. Na nek uporniški način sem hotel dokazati, da vsak že ne more pometati z menoj, čeprav ne z zadostnim zavedanjem kakšne posledice bom čez čas nosil sam.

Comment [m90]: negativno dokazovanje

Kaj ste z upiranjem dosegli?

Kaj hitro sem zapadel še globlje in moja največja nočna mora je bila prav droga. Hitro se je pokazalo, da ta mojatrma in nepravilen način dokazovanja vodi samo v popoln prepad. Zavedam se, ko sem se prvič »zadel« v pravi pomeni besede, da sem šele takrat postal prava žrtev stigmatizacije. Stanje se je samo še slabšalo in prišel sem do točke, ko sem postal popolnomanemočen in nisem več našel izhoda. Počasim je začelo primanjkovati denarja, kajti celotno plačo sem porabil za drogo. Ko se je izkazalo, da je tudi to premalo seje začelo še hujše obdobje. Doma sem vse dobesedno pokradel in prodal za minimalne vsote, samo da sem jaz prišel do tiste najpomembnejše stvari. Popolnoma sem se zapustil in ni bilo nič drugega sploh več pomembno kot to da se ga bom zadel.

Comment [m91]: začetek konca

Kako ste se s tem spopadali na delovnem mestu?

[Am je bilo najtežje, saj nikoli nisem bil sam. Po drugi strani pa sem delal v zdravstvu in sem imel dostop do različnih zdravil, kar mi je zadeve olajšalo, saj meni skrbelo, kako bom prišel do droge. Namesto tega sem se »zadevale« z različnimi zdravili, ki so vsaj na nek način »prijetelj«. Seveda so to ugotovili, in to je bil še dodaten razlog za mojo odpoved. Srečen sam lahko, da so bili toliko uvidni, saj bi se lahko veliko slabše končalo.]

Comment [m92]: cilj upravičuje sredstva

5. S kakšnimi predsodki ste se spopadali? Se morda še vedno pojavljajo?

Predsodki so se seveda vedno pojavljali. Drogeraši so klošarji, ki samo kradejo in prosjačijo in podobno. Z nekaterimi stvarmi se strinjam, saj sem jih sam doživel. Kradel sem tudi jaz, ampak takrat mi je bilo vseeno. Sem pa imel službo in sem se trudil, da sem jo čim boljše opravljal, pa čeprav sem imel včasih krize ali pa sem bil tako zadet, da še za sebe nisem vedel. Zdaj, ko odkrito govorim o svoji preteklosti in mojih napakah, se mi zdi, da ljudje ne upajo več izjavljati opazk, vsaj ne v priložnosti. Prepričan sem, da nekateri še vedno mislijo da pač drogeraši ostane drogeraši, a jaz se s tem ne strinjam. Nihče, ki nima podobne izkušnje ne ve, kako se je s tem težko spopadati in predvsem kako se je težko izklopiti iz tega. Res pa je, da vsi, ki smo bili otroci smo sedaj odrasli in drugače gledamo na te stvari, saj sem z veliko ljudmi, ki so me včasih zbadali sedaj prijatelji. Vsak izmed nas mora čez ano obdobje, ki ti potem da zagon za naprej, kajti iz svojih napak se marsikaj naučimo. Res je žalostno kako nekateri otroci razmišljajo črno. Do tega spoznanja sem prišel šele sedaj, ko lahko za sebe rečem, da sem dosegel največ kaj je bilo v moji moči. Sam sem se moral soočiti s težavami, ki sem si jih sam nakopal in sam sem se moral odločiti, da bom sodeloval in kaj bom od tega odnesel. Kajti brez mojega sodelovanja ne bi bilo uspeha in bi bil še danes na istem, morda v komuni ali me celo več nebi bilo med živimi.

Comment [m93]: sprememba v dojemanju osebe

Comment [m94]: zaupanje vase

6. Ali vse to še danes vpliva na vas?

[Trenutno to namene vpliva, razen včasih sem malo razjezim, da so ljudje tako »ozkogledni«... premalo razgledani, a po mojih izkušnjah psihoterapije jih je najbrž le strah drugačnih ljudi. Težko je sprejeti nekoga, ki je drugačen. Na to ima poseben vpliv družba, kajti nekdo, ki je drugačen in odstopa od tako imenovane »normalne« kaj hitro postane žrtev stigmatizacije. Od samega začetka to ni vplivalo tako napačno, saj sem se bil v osnovni šoli premajhen, da bi razumel kaj se v bistvu sploh dogaja, da me ljudje na nek način zapostavljajo. Kasneje v dobi odrasčanja in ko sem postal malce starejši, sem se tega dejstva začel zavedati. Ugotovil sem zakaj me zapostavljajo vendar razumeti nisem mogel. Ko nikakor nisem mogel tega spremeniti, sem pa zapadel v še slabše stvari. Ena vrsta stigmatizacije je vodila v drugo.

Comment [m95]: zaprtost ljudi

Comment [m96]: družbeno izločanje drugačnosti

7. Kakšno mnenje imate o sebi?

[Moje mnenje o sebi je precej dobro, še posebej sedaj, ko sem zmogel narediti nekaj kaj na mojem mestu ne uspe vsakomur. To lahko razdelim na 3 časovna obdobja. Vred drogiranjem sem varjel kar so rekli drugi, imel sem se za slabšica in ničvrednega. Med obdobjem drogiranja mnenja o sebi sploh nisem imel, sedaj pa sem ponosen, da sem to kar sem, da sem dal skozi kar ne bi zmogel dati vsak in vam da sem dober človek, tako kot vsak pa bi tudi jaz kako malenkost pri sebi spremenil, kar pa se mi zdi da ni nič narobe.

Comment [m97]: prepričanje vase

Comment [m98]: ponotrnanje mnenj

Comment [m99]: ponos

8. S kom se družite? imate v svojem življenju ljudi, ki so vam stali ob strani v času premagovanja odvisnosti ali so vas zaradi tega izločili?

[Na moje družbeno življenje moja odvisnost ni dosti vplivala. Imam par prijateljev še od prej, ki pa niso zabredli v drogo, tistiki imam s par sodelavci, ki so mi pomagali na poti v normalno življenje, za kar sem jim zelo močno hvaležen. Nobeden od znancev pa mi nikoli ne govori o stigmatizaciji. Ali se je ne zavedajo ali pa je je vedno manj (malo manj jih je kot včasih, a še vedno so nekateri predsodki premočni, preveliki). Tisti, za katere s sem pa mislil, da so moji prijatelji in so mi v navalu največje bede obmilili hrbet, tisti so za mene samo še slab spomin.

Sklepam torej, da zaradi stigme niste bili odrinjeni iz družbe oziroma, da so vas bolj zapostavljali v mlajših letih (v osnovni šoli) zaradi prekomerne teže, kot kasneje zaradi težav z odvisnostjo. Se vam zdi, da je bilo tako?

Comment [m100]: sprejetost

Comment [m101]: nespremenjen pogled na človeka

Comment [m102]: kolegalnost

Se vam zdi, da je bilo tako?

[Včasih sem se počutil odrinjenega zaradi stigme debelosti, ravno zaradi tega sem se začel tudi drogirati. Ha bi našel krog v katerega bi spadal, da me ne bi zbadali, da bi imel neko varnost, in da bi izpeljal nekako bolj čmo, da bi se me določeni ljudje izogibali. To se je kar poznalo na uspehu, a če ne bi imel domačih bi najbrž ne izdelal šole. Kot sem že prej rekel, nočem da bi to izpeljalo kot opravičilo za moje napake, če bi zmogel bi rekel temu ne, a tega nisem zna.

Comment [m103]: iskanje izhoda

Comment [m104]: želja po pripadnosti

Comment [m105]: zbujanje strahu

Kakšen je bil vpliv na druga področja? Na vas, na vaše družbeno življenje, službo...

(Glede na druga področja pa se je to razširilo na moje osebno življenje, saj sem se vedno bolj zapiral in bil vedno bolj osamljen. Kaj se tiče svoje družbe, sem imel prav tako nekaj prijateljev, ki so počeli enake stvari kot jaz. In z njimi sem v najslabšem obdobju preživel največ časa.)

Ste morda takrat prvič dobili občutek pripadnosti?

Da. Tudi sami so bili žrtve stigmatizacije, imeli smo veliko skupnih lastnosti in točki, večkrat smo si pomagali. Vendar je vsak vadal, da ga je drugi za »gus« sposoben vsaj poškodovati, če ne kaj drugega. Kaj se sedaj dogaja z njimi ne vem, kajti s staro družbo nimam več stikov. Vsak se mora znajti na svoj način. Upam, da je komu uspelo priti iz tega, tako kot meni. Kot sem že prej omenil, sem bil radno zaposlen. S sodelavci, nisem imel posebnih težav, saj so bili menja, da delo opravljam dobro in v mene niso nikdar podvomili. Prav nasprotno, bili so več kot zadovoljni z mano. Ko so se stvari začele zapletati, je ena izmed sodelavk povedala kaj je opazila, da se stanje kaj se mene tiče slabša in da je treba nekaj spremeniti. [Uspešnost dela je kaj kmalu začela upadati, delo ni bilo več narejeno kot so ga bili pred tem navajeni. Neuspešnost pri delu je samo naraščala.] Kar nekaj časa je trajalo, da je prišlo do eksplozije... povedal sem že, da sem moral dati sporazumno odpoved. Ne vem, če so me sodelavci stigmatizirali. Večkrat sem sicer opazil skrivna pogleda in šepetanje in opazovanje vendar ne morem reči ali je to bilo zaradi tega, ker so imeli o meni slabo mnenje ali zato, ker jih je skrbelo. Mordapa sploh ni bilo nič v povezavi z mano pa je droga v meni vzbujala takšne sume.

9. Kakšen stil življenja bi rekli, da imate? Kaj vam je všeč, kaj vas privlači na sebi, na drugih, kaj ne?

Mož stil življenja je nekako svoboden. Ne znam dobro povedati. Držim se načel, da kar delam, delam, kolikor znam dobro, in nekako sem začel verjeti v karmo (dobro z dobrim in slabo s slabim). O tem kar mena sebi privlači težko govorim, saj mi je nerodno.

Zakaj vam je nerodno?

Ni toliko stvari in sem bolj zaprt oseba in potrebujem nekaj časa, da se vklopim v družbo, da začnem govoriti o samemu sebi in o tem kaj mi je všeč in kaj ne. Kar me pa privlači na drugih je poštenost in iskrenost. Menim da je to ključnega pomena za dobro prijateljstvo oz. za navezovanje kakršnih koli stikov z ljudmi. To je ključ do uspeha. Ampak danes težko najdem nekoga, ki je iskren in pošten. Verjamam pa v to, ker vem za sebe, da sem dobra oseba in vem da nisem edini. Problem je ta, ker se težko kdo najde. Na sebi ma najbolj odbijajo moji odvečni kilogrami. Teža mi ne preostane niti. Sedaj, ko sam ponovno začel živeti, sem se odločil, da tudi to spremenim, pazim pri načinu prehranjevanja in redno obiskujem fitness. Tudi to bom s časom odpravil, saj sem se zavedno odločil, da svoj način življenja in sebe spravim še veliko dlje, kot pa mi je to do sedaj uspelo. [Želel bi si, da bi taspomin in občutek stigmatizacije enkrat za vselej izginil].

10. Kakšne obremenitve vam stigma, poleg že opisanih, še predstavlja?

Poleg opisanih obremenitev mi stigma ne predstavlja nobenih obremenitev več, mogoče le to, da ko sem hodil po razgovorih za službo, so se ljudje ustrašili, ko sem jim povedal kaj se je dogajalo z mano, lagati se pa nisem znal. [Tudi tukaj sam pokazal svoj močan karakter, ki ga sedaj še samo nadgrajujem. Kako to, da ste to delili?]

Takšna oseba sem in ne vem, zakaj bi moral skrivati, da sem bil odvisen. Za dosti ljudi je to še vedno tabu, ampak ponosni smo lahko vsi, ki smo to premagali. In zdlo se mi je, da je to dovolj dober pokazatelj trdnosti in odločnosti, ki vsaj meni pomenita nekaj pozitivnega. [Vendar je tisto »drogeraj« ostane »drogeraj« še vedno preveč zasidran v mentaliteto ljudi. Upam, da se bo tudi to spremenilo, ko bodo ljudje ugotovili, da to ne drži vedno.]

11. Kako se to izraža na vašem čustvenem področju, na zaupanju...

[Še vedno sem zaprt večine ljudi, ki jih ne poznam dobro.] Mogoče pri čustvih le to, da se ne morem oziroma nočem jokati, ker pa to meni predstavlja neko stigo (fantje in jok ne gredo skupaj). Imam tudi nekaj slabih izkušenj z puncami. Velikokrat se je zgodilo, da so mojo dobroto izkoriščale, ko pa bi stvar morala peljati v kaj resnejšega, odraslega pa so se stvari zakomplicirale in se hitro podrla. Spominim se, da sem bil zaljubljen v punco, za katero bi naredil vse. Ona pa me je samo zavajala. Nikoli ni bila direktna in poštena do mene. Veliko časa me je samo zbadala in na koncu sploh nisem več vedel kaj naj si mislim. Totalno sem bil zmeden in zaljubljen do ušes. Dolgo je trajalo, da sem ugotovil, da je bila to samo igra in da sem jaz zanjo samo prijatelj. To me je še dodatno potrl, izhod pa je vedno bil zadetek. [Zaradi takih negativnih izkušenj sem tudi na čustvenem področju otopen.] Vendar pa tudi na tem delam. Se vseeno upam, da zame obstaja nekdo, ki me bo sprejel takšnega kot sem, ne glede na mojo preteklost.

Intervju Lana

1. Kako je potekalo vaše življenje?

Kakšne so bile družinske razmere? Kdaj se je po vašem mnenju stigmatizacija začela?

[Živela sem v neurejenih družinskih razmerah. Ze v otroštvu sem se srečal z alkoholizmom, saj je oče veliko pil. Po njegovih pijanskih samogovorih sem ugotovila, da naj bi bila za to kriva mama, saj naj bi mu bila že ves čas nezvesta. Enkrat sem jo celo zabolila z ljubincem, ki ga je pripeljala v našo hišo, ko je mislila, da ni nikogar doma. S tem se mi je

Comment [m106]: obdobje izoliranosti med enake

Comment [m107]: občutek pripadnosti enakim

Comment [m108]: uspešnost pri delu

Comment [m109]: upadanje uspešnosti pri delu

Comment [m110]: nerazumevanje okolice

Comment [m111]: sramežljivost

Comment [m112]: iskanje vrlin

Comment [m113]: želja po normalnosti

Comment [m114]: sprejemanje sebe

Comment [m115]: nespremenljiva mentaliteta

Comment [m116]: zaprtost

Comment [m117]: otopenost

Bi lahko rekli, da ste takrat dosegli dno? Kako je to vplivalo na vas in vaše življenje?

Ja, mislim da je bilo to dno. Ni mi bilo vseeno, kako so se stvari razpletle in kaj ljudje o meni govorijo, saj nisem slab človek. Sprejela sem nekaj napačnih odločitev in rodila sem se v napačni družini, kar pa ni moja krivda. Po vsah dogodkih, ki so se zvrstili sem samo še delala in ponoči zabavala. Podnevi delo, ponoči zabave. Vedno več sem pila, da sem vsaj malo pozabila na vse, kar me je težilo. V šoli je vse pašalo ampak mi je bilo vseeno. Veliko dni se tam nisem niti prikazala. V tem obdobju sem imela največ prijateljev, ki pa so v času krize kar izpuhteli, kot sem že povedala. Kljub vsemu pa sem preko te družbe spoznala fanta, s katerim sva se zaljubila in preselila sem se k njemu.

Comment [m134]: pomembnost mnenja drugih

Comment [m135]: spopadanje s stigmatizacijo

Je bilo to za vas nek nov začetek?

Zdelo se mi je, da bom lahko začela znova in da se bo moje življenje končno spremenilo. Pravičnica ni trajala dolgo. Kar hitro se je izkazalo, da je enak nasilnej kot moj oče. Samo enkrat sem »spregledala« to, da mu je roka ušla. Ko je naslednjic poskušal, sem vzela nož in mu povedala, da če še kdaj položi roko name, ga bom ubila. Vrgel me je iz stanovanja in spet sem bila na cesti. Tega nisem več prenesla, zato sem se vrnila domov.

Comment [m136]: ponavljajoči se vzorec

Se je stanje tam kaj izboljšalo?

V bistvu ne. Pričele so se zdravstvene težave. Po celem telesu sem dobila izpuščaje in rdeče lise, krvavela sem in vse me je bolelo. Hospitalizirali so me in v bolnišnici sem ostala cel mesec in pol. Zdravili so me na različne načine, z različnimi kremami in mazili, vendar nič ni učinkovalo. Takrat sem tudi ugotovila, da sem že rahlo odvisna od alkohola. Saj glede na to, kako sem živela, se temu sploh ni za čuditi. Alkohol je bil prisoten povsod, v družini in v družbi. V bolnišnici sem doživela rahlo abstinenco krizo in po pogovorih sama s sabo sem se odločila, da preneham s pitjem. Res sem bila trdno odločena, da se ponovno postavim na noge in spremenim svoj način življenja.

Comment [m137]: spoznanje odvisnosti

Comment [m138]: pripisovanje krivde

Comment [m139]: odločenost za spremembe

Ste uresnili te načrte?

Kot sem rekla, sem bila v bolnišnici trdno odločena in počutila sem se dovolj močno, da to uresničim. Potem so me poslali domov. Takrat pa sem doživela šok. Poleg vseh stvari, ki so jih ljudje govorili o meni je prišla še nova - da sem bila v bolnici, ker sem dobila znake, ki pomenijo, da imam aids. In privoščili so mi to bolezen, saj si nekdo, ki se vlačijo okoli in se prodaja in počne vse stvari, ki so slabe, si pač zasluži tako kazn. Zaprla sem se v sobo in samo jokala. Po različnih testiranjih in pogovorih smo ugotovili, da je kožna bolezen psihičnega izvora v povezavi z načinom življenja, ki sem ga imela. Ljudje pa še danes trdijo, da imam HIV. Pojma nimajo. Star način življenja se je kar nekako sam ponovno pojavil, spet so bile zabave in alkohol in služba in stara družba... Ampak toliko sem se pobrala, da sem poiskala pomoč in končala srednjo šolo in tako prišla do poklica. Se na fakulteto sem se vpisala ampak je nisem končala.

Sami ste dejali, da ste ugotovili, da ste že rahlo odvisni. Ste morda pomislili, da bi se odločili za zdravljenje?

Tega ne potrebujem. Nisem alkoholik, pa čeprav ljudje tako mislijo. Takrat sem res imela krizo ampak mislim, da je bilo to vse skupaj povezano. Vsi dogodki in zdravstvene težave in vse. Ne pijem vsak dan tako kot nekateri. Pa še prepičana sem, da če bi bila alkoholičarka, ne bi končala srednje šole in ne bi imela poklica in bila zaposlena, tako kot sem.

5. Kakšno mnenje imate o sebi?

Mislim, da nisem slaba oseba. Verjetno bi bilo moje življenje drugačno, če bi imela neko normalno družino in ne bi že od vsega začetka živela v strahu pred nasilnim očetom in v okolju, kjer nisem imela nikakršne podpore in opore s strani družine. Ne morem pa reči, da se imam rada. Še vseeno pa so v preteklosti vsi, ki so bili v moji družbi vedno vedeli, da se name lahko obrnejo, kljub vsem njihovim napakam. Seveda tega nisem mogla dopustiti v nedogled. Želim si le, da bi tudi jaz kdaj imela drugo priliko.

Comment [m140]: negotovost

Comment [m141]: krivda staršev

Comment [m142]: čustveni primanjkljaj

Družili ste se torej predvsem z »zabušanti«, kot ste prej omenili.

Ja, to smo bili skupina mladih in naš glavni namen je bil zabava. Po eni strani sem srečna, da sem vmes zbolela in se odločila, da naredim nekaj stvari zase, saj če bi ostala tam, kjer sem bila, se ne bi nič spremenilo. Oni so še vedno enaki. Nič ne nima končane šole, nič ne ni zaposlen, če pa že, pa jih hitro odslovijo. Vsaj v tem se razlikujemo. Še vedno se tu in tam srečamo in nazdravimo na »dobre stare čase«.

Comment [m143]: smisel življenja zabava

6. Iz »normalne« družbe pa ste bili odrinjeni?

Da, že od nekdaj. Povedala sem že, da so otrokom prepovedovali stike z mano in to je name slabo vplivalo. Kako lahko nekdo sodi o tem kakšna sem in kako lahko nekdo otroke sodi tako slabo, kot so ti starši mene? To je totalno zgrešeno. Pa ni bilo prav nič narobe z mano. Vedno sem se trudila biti prijazna nasmejana in kazati vesel obraz, pa čeprav sem v sebi umirala. In kaj sem s tem pridobila? Nič. Ampak še vseeno sem se hitro odločila, da ljudem ne pokažem, da me kaj prizadene, saj v tem še bolj uživajo. Velikokrat sem poskušala pridobiti kakšno prijateljstvo ampak po nekaj neuspelih poskusih sem pač obupala in se »zadovoljila« z ostalimi »izločenci«.

Comment [m144]: odtegnitev možnosti za drugačno življenje

Comment [m145]: predaja

Comment [m146]: slabša družba boljša kot nobena

Nimam nekega posebnega stila življenja. Na splošno mi je všeč, da sem kljub vsemu nekaj dosegla in da nisem navadna »propalica«. Na drugih pa... ne vem... nek občutek normalnosti, ker mi je to manjkalo v življenju.

Comment [m147]: možnosti za prihodnost

Trenutno se ne spomnim ničesar, kar bi me še obremenjevalo. [Mogoče šeto, da je zaradi »slovesa«, ki ga imam, malo verjetno, da si bom v okolju, kjer sem, ustvarila normalno življenje. Tako da upam, da se čim prej odprejo kakšne možnosti, da odidem.]

Comment [m148]: iskanje normalnosti

Comment [m149]: odhod kot rešitev

Ljudje niso vredni zaupanja. Če lahko nekdo zavrže otroka in ga postavi na rob, ko otroci niso krivi za napake staršev, potem imamo odrasle osebe še manj možnosti. Morda je ta misel, to dejstvo, še ena obremenitev po kateri si prej spraševala. Ljudje so me res vedno znova razočarali in včasih se sprašujem če je dejansko z mano toliko narobe ali pa so ostali čudni.

Comment [m 150]: razočaranje nad ljudmi

1. Kako je potekalo vaše življenje?

Prva leta svojega življenja sem preživel z očetom in mamo. Oče je imel že od nekdaj probleme z alkoholom in to se je odražalo tudi na našem družinskem življenju. Ko je bil pod vplivom alkohola, je nad nama z mamo izvajal fizično in psihično nasilje. Mama tega ni želela več prenašati in zato sta s seločila. Odselili sva se k njenim staršem. Vendar pa se to ni izkazalo za najboljši rešitev.

Comment [m151]: Posledice alkoholizma

[Ne, z očetom nisem imala več stikov. Ker pa sem bila vedno bolj obilna postava, me babica ni marala. Hrano je skrivala pred mano ali pa jo je celo sama pojedla. Razlog za to naj bi bil, da so z mano preveliki stroški, kar preveč pojem. Če v začetku srednje šole sem začela delati preko študentskega servisa in si kupovala hrano zase s svojim denarjem. A tudi tja je čudežno izginjala. Zgodilo se je tudi, da sem jo našel v smeteh. Vendar pa sem bila vsa krivajaz, ker senaj ne bi zavedala, koliko dejansko pojem.]

Comment [m152]: Odrekanje hrane

Comment [m153]: poniževanje

[Mama je v mladosti doživljala enake stvari, saj je bila zelo močna. Kasneje je uspela izgubiti težo in je sedaj vitka. Kljub temu, da je vedela, kako to boli, se ni niti enkrat zavzela zama.]

Comment [m154]: Šibkost mame

Potuhlo sem iskala pri dedku, saj je bil on admi, ki se je zavzemal zame in me imel rad. Materninske ljubezni nikoli nisem čutila in zanjto nikoli nič ni bilo dovolj. V osnovni šoli sem bila odličnjakinja, v srednji šoli nikoli nisem imela problemov, prav tako ne na fakulteti. Vendar pato ni pomenilo nič. Če sem dobila štirico je sledilo vprašanje, zakaj pa ni pet. Tudi na fakulteti, z rednim opravljanjem izpitov z visoko povprečno oceno, ni bila zadovoljna. (Vedno sem se spraševala kaj pravzaprav hoče od mene oziroma s čem bi jo zadovoljila.)

Comment [m155]: Edina opora

Comment [m155]: Edina opora

Comment [m156]: pomanjkanje

čustvene navezanosti

Comment [m157]: pretirane zahteve

Komaj sedaj, ko sem odrasla, vem, daje želela na tak način povzdigniti sebe in potrebovala je razlog, s katerimi bi se lahko pohvalila pred družino in znanci, saj samav življenju ni dosegla ničesar. Vendar prav mladosti tega nisem vedela in me je takšno obnašanje in vedenje konstantno obremenjevalo. Ze od nekad sem setolovala s hrano. Topočetje se je dolga leta stopnjevalo. Razen dedka ni bilo nikogar, ki bi me motiviral ali bi mu lahko zaupala svoje stiske. Prijateljev nisem imela. Dno sem dosegla, ko je dedek umrl. Takrat se mi je podrl svet in edina svetla točka je bila hrana!

Comment [m 158]: nadomeščanje
čustvenih primanjkljajev

Comment [m159]: izeuba opore

Se vam je morda zdelo, da je z vami kaj narobe? Kako je do stigmatizacije sploh prišlo?

[Mislim, da na to nisem imela vpliva. Zdelo se mi je, da z mano ni nič narobe. Kot vsi ostali sem si želela imeti prijatelje in se z njimi zabavati in preživljati prosti čas, ampak sem vedno naletela na zavrnitve in norčevanje. Vedno sem bila žrtev posmehovanja zaradi svoje teže.] Ko so sošolci ugotovili, da sem prišolskih stvari zelo uspešna, so se pričeli tudi z mano

Comment [m160]: nerazumevanje drugačnosti

Comment [m161]: vizualna drugačnost

družiti. Pomagala sem jim pri domačih nalogah in pri učenju, pisanju seminarских nalog in podobnih stvareh. Ko pa so od mene dobili to kaj so želeli, se je prijateljski odnos končal. Tako sem vedno znova ugotavljala, da so me samo izkoristili in da dejansko nihče ni imel želje po moji družbi. En dan sem bila super in v redu in dobra, naslednji dan pa sem bila samo še »debelca«.

Comment [m162]: izkoriščanje pomoči

Kako ste potem nadaljevali? Ste pustili, da vas še naprej izkoriščajo ali ste takšne odnose zavrnili?

Takšni odnosi so bili vedno prisotni. Kljub vsemu sem še vedno upala, da mi bo kdo dal priložnost in me spoznal takšno kot sem. Obupno sem si želela prijateljstvo nekoga, ki bi mi stal ob strani. Čeprav sem se zavedala, da gre v večini primerov samo za to, ker potrebujejo mojo pomoč, je bilo upanje še vedno prisotno. In vedno znova sem bila razočarana.

Comment [m163]: dopustitev izkoriščanja za naklonjenost

Kaj pa izven šole? Kako so vas ljudje sprejeli?

Niso me. Slabe izkušnje sem doživljala tudi izven šole, velikokrat sem opazila posmešljive poglede in poslušala opazke mimoidočih. Zlastno pa je, da mi nihče ni nikoli dal priložnosti, da bi me spoznal kot osebo. Vsi so me vedno sodili samo po videzu, kot da je to, kako izgledaš, najpomembnejše v življenju. Osebnost in dobre lastnosti človeka pa niso niti malo pomembna. Zapadla sem v začaran krog odvisnosti od hrane. Saj sem se zavedala, da imam močno prekomerno težo vendar težav nisem mogla in nisem znala reševati drugače kot s prenajedanjem, saj mi je le to dalo občutek zadovoljstva in hrana je bila moj edini tolažnik. To je seveda vodilo v še več posmehovanja in mane spet pred krožnik. Če resno pomislim, sem tako sama zaslužna za posreden vpliv na stigmatizacijo.

Comment [m164]: začaran krog

Comment [m165]: začaran krog

Comment [m166]: lasten doprinos k stigmatizaciji

3. Se vam zdi da ste bili drugačni od večine?

Vizualno sem bila drugačna to pa je vplivalo na mnenje ljudi o meni kot osebi. Ne vem, kako naj bi to bilo povezano, to sem se velikokrat spraševala. Samo zaradi teže sem bila odrinjena in naprijubljena, nislal sem težko otroško in mladost in sem še bolj potrebovala nekoga, da bi se nanj oprla a sem že hitro ugotovila, da se lahko zanesem samo nase. (to je bilo v obdobju, ko sem sovražila ves svet in bila prepričana, da me ne čaka nič dobrega. Dvakrat sem skoraj končala svoje življenje a sem si tik pred zdajci premislila. Željo po smrti je premagala želja po normalnem življenju, dobrih prijateljih, ljubezni in družini. Če tako pogledam pa kljub vsemu nisem tako zelo drugačna.

Comment [m167]: sodbe na podlagi videza

Comment [m168]: vrstniško odrinjanje

Comment [m169]: nezaupanje v ljudi

Comment [m170]: poskusi samomora

4. Opisali ste že, da vas ljudje zaradi prekomerne teže niso sprejemali. S kakšnimi predsodki ste se oziroma se še srečujete?

Splošno mnenje o debelosti je zelo jasno- debeli ljudje so leni, samo jedo in potem jamrajo in ne naredijo ničesar, da bi to spremenili. Ugotovila sem, da imajo veliko predsodkov o tem tudi ljudje, ki so se v preteklosti sami spopadali s prekomerno telesno težo in so jo uspeli izgubiti. Velikokrat se potem zgodi, da te kilo grama ponovno pridobijo. In ne razumem, kako lahko diskriminirajo nekoga, ki jim je podoben. Primer za to je eden izmed mojih poskusov izgube teže. Vsak večer sem tekla na šolskem igrišču in srečevala znanke iz osnovne šole, ki se je v preteklosti sama spopadala s prekomerno telesno težo. Navezali sva stike in mislila sem, da sem končno našla prijateljico, ki me bo razumela. Kar hitro se je izkazalo, da temu ni tako. Ponovno sem naletela na že znan odziv. Mama je slišala, kako sem bila celi njeni družbi v posmeh. Spraševali so se, kako lahko sploh tečem, če sem tako debela, da se komaj premikam. Seveda se zaradi tega incidenta nisem več želela prikazati na igrišču. Ne vem zakaj sem pričakovala, da bo tokrat drugače. Spet zaradi nemanske želje po sprejetju. Bila sem zelo naivna. Niti doma nisem bila sprejeta, kako sem lahko sploh upala, da bom drugje?

Ko sva že pri poskusih hujšanja me zanima, če ste to želeli predvsem zaradi sebe ali so vas k tem prisilili zunanji odzivi in želja po sprejetju? Mislite, da bi bilo vaše življenje boljše, če bi bili vitki?

Vedno sem bila mnena, da če bi bila drugačna, bi bilo moje življenje boljše, ne tako polno frustracij in slabih stvari. Zavedam se, da imajo težave tudi »presuhi« ljudje, imajo jih za anoreksične in bolne. Tudi oni lahko doživljajo občutke manjvrednosti ampak je njim še vedno lažje, saj družba definitivno bolje sprejema presuhe kot pradebele ljudi.

Comment [m171]: predstava boljšega življenja

Ne gre se samo za sošolce, tudi učitelji, profesorji so z mano grdo ravnali. Prišel je čas, da si poiščem službo in po nekaj neuspešnih poskusih, se mi je le nasmehnila sreča. Z gospo sem opravila že dolg telefonski pogovor in bila je navdušena nad mojim znanjem in me bila pripravljena zaposliti. Savada pa sem se morala tudi osebno zglasiti pri njej, da bi se dogovorili za podrobnosti. Ko pa je me zagledala, sem takoj vedela, da sem komaj dobljeno, izgubila. Pričela je s takšnimi in drugačnimi izgovori in me ni niti pogledala. Preprosto nisem mogla verjeti. Eno je, da se tako obnašajo otroci v šoli, nekaj čisto druga pa je to videti pri izobraženih ljudeh, intelektualcih, ki bi morali vedeti, da ne smajo soditi človeka samo po zunanosti. In vse moje znanje in usposobljenost za isto delo, ni koristilo nič.

Comment [m172]: nezaposljivost

Comment [m173]: nepomembnost kompetenc za delo

Ste imeli pri iskanju zaposlitve vedno probleme zaradi vaše stigmatizacije?

Vačino časa. Imela sem to srečo, da je bila sorodnica na enem vodilnih mestih v nekem podjetju, tako dami je ona zagotovila delo preko študentskega servisa. Ko sem sama iskala zaposlitev, pas o se konstantno pojavljali problemi. Sedaj sem pa na srečo redno zaposlena.

Comment [m174]: zaposlitev smo preko poznanstev

5. Kako je vse doživeto vplivalo na vas oziroma na vaše življenje?

Prekomerna telesna teža me spremlja že odkar se zavedam same sebe. Ne spomnim se, da bi me kdoli od bližnjih pred selitvijo zaradi tega zaničeval. Po tem je so se pričeli problemi z babico in njenim negativnim odnosom. [Stvari so se poslabšale, ko sem pričela obiskovati malo šolo. To so bili moji prvi stiki z večjo skupino vrstnikov, ki so mi s svojim vedenjem dali vedeti, da sem drugačna. To se je nadaljevalo v osnovni šoli. Starejši kot smo bili, slabše je bilo. Šofolci so se nenehno norčevali, me zbadali in izkoriščali za pomoč. Tega sem se zavedala, a sem jim večkrat pomagala zgolj zaradi tega, da bi navezala vsaj nekakšen stik z njimi. Kot sem že povedala, so se takini odnosi kar hitro zaključili. Postala sem samotarka in upala, da bo stanje po odhodu v srednjo šolo, boljše. Tam pa je bila druga zgodba. Začetek pubertete, hormoni so naredili svoje, veliko novih sošolcev je doživljalo najstniško ljubezen, tudi sama sem imela simpatije. Nekajkrat sem skušala navezati stika z fanti, ki so me zanimali, vendar pa sem vedno ugotovila, da iz te moke ne bo kruha. Povrh vsega je bil to nov razlog za zbadanje. Dali so mi vedeti, da lahko o takšnih stvareh samo sanjam. Kljub vsemu pa sem spoznala fanta, ki sem ga zanimala, a le kratek čas in le za vrati njegove sobe.]

Torej ni želel, da bi kdorkoli izvedel za vaju odnos?

[Ne, ker ni želel, da bi še njega zbadali, je bil to pogoj našega odnosa. In tudi on je bil eden izmed tistih, ki so me zbadali. Saj veš, na zunaj je moral izpasti »mačk«. Saj po eni strani ga razumem, nihče ne želi biti izobčenec. Ampak jaz sem se počutila preveč ponižano, da bi o lahko trajalo. Tokrat sem bila jaz tista, ki je odnos prekinila, pa čeprav sem ga imela rada.]

Srednja šola je bila torej nekakšno temno obdobje?

Srednja šola je bila res slabo obdobje... polno neprespanih in prejokanih noči, ko sem si želela vsaj eno osebo, ki bi mi stala ob strani in mi prisluhnila. Nikogar nisem imela, da bi mi zaupala. [Zaupanje v ljudi sem popolnoma izgubila in še danes ga skoraj nimam. Nimam problemov s komunikacijo, če se le ljudje do mene lepo obnašajo. Vendar pa je za to, da nekomu zaupam, potrebno veliko časa in nobene napake. Napak ne toleriram, saj s tem na nek način zaščitim sebe. Ko se kakšna zgodi, to zame pomeni konec. Saj se zavedam, da je to verjetno napačno ampak po toliko razočaranjih, ki sem jih doživela raje prekinem odno, preden je zame prepozno. Dovolj dolgo sem se pustila izkoriščati. Morda sem s tem izpustila kaj dobrega iz rok, ampak ne moram in ne upam več tvegati.]

6. Kako dojemate sami sebe? Kakšno je vaše mnenje o sebi?

[Po eni strani imam o sebi slabo mnenje, kar je posledica doživete. Po drugi pa mislim, da nisem tako slaba oseba kot me ocenjujejo drugi, ravno zaradi tega, kar me ocenjujejo zgolj po videzu. Okoliščine in pritiski družbe so me že mnogokrat pripeljale do različnih poskusov, da bi težo izgubila, a mi je to vedno spodletelo. [To je še dodatno vplivalo na moje pomanjkanje samozavesti. Bili so trenutki, ko sem bila tako na tleh, da sem verjela vsem negativnim opazkam in se začela zanemarjati, prezimati, zasovražila sem se. Iz takšnega stanja se je zelo težko pobrati. Še vseeno pa sem se vsakic nekako uspela dvigniti in še vedno živim. Morda bom pa le našlaneko to, kar iščem.]

7. Se zaradi stigmatizacije počutite odrinjene iz družbe? Kdo vas je odrinil?

[Kot sem že povedala, se je zavračanje pričelo že v mali šoli in se nadaljuje še danes. Dejstvo je, da so me najprej odrinili drugi. Kljub zbadanju in norčevanju sem se še vedno trudila, da bi našla nekoga, ki bi me sprejel. Vse skupaj traja že skoraj trideset let. Predstavljajte si, dato doživljate. Res mi ni bilo lahko. Šola mi je, zaradi ljudi, predstavljala največjo muko. Čeprav sem bila vedno uspešna in to je bilo edino kar sem imela. Komaj sem zdržala tiste ure v šoli, valikokrat sem se zaprla na stranišče in jokala. Posledice bom čutila celo življenje, saj ne moram pozabiti kaj vse sem morala dati skozi.]

Vpliva to na vaše družabno življenje? S kom se družite? Imajo vaši prijatelji, znanci, sorodniki enake oz. podobne probleme?

[Da, to je zmeraj vplivalo na moje družbeno življenje in to tako, da ga nisem imela. Ljudje me niso sprejemali, kar je pripeljalo do tega, da tudi sama sebe nisem sprejemala. Ponavljajoče se zatiranje pa je povzročilo, da sem v nekem obdobju tudi jaz zavračala ljudi. Vsi so mi bili odveč in preprosto nisem imela želje po kontaktih, ki so se vedno znova izkazali za neiskrene in izkoriščevalske. Pred dvajsetimi leti pa se mi je namrečnila sreča. Spoznala sem par, sta homoseksualca in bila sta prva, ki me nista ocenjevala po videzu. Takoj smo se spoznale, smo nekako na enaki valovni dolžini, če lahko tako rečem. Negativne izkušnje, ki smo jih doživljali, tako vsak zase, kot skupaj, so nas zelo zblížale. Prvič v življenju se v družbi nekoga počutim kot človek. Prišla sta v moje življenje v trenutkih, ko sem ponovno obupovala, ko sem skoraj že tretjič poskusila storiti konec. Mislim, da si pa takrat ne bi premislila, kar so postale stvari nevzdržne. Imam univerzitetno izobrazbo in nikakor nisem mogla dobiti službe, saj so se me kar otepali. Ker imata prijatelja skupno podjetje, sta mi ponudila zaposlitev in sem jo seveda sprejela. Tako sta mi v pomoč na več področjih in zaradi tega sem jima neskončno hvaležna. Bolj za moralno podporo in iskren odnos, zaupanje in prijateljstvo, kot za materialno varnost, ki stami jo z zaposlitvijo dala. Ne znam vam opisati, koliko mi to pomeni. Nisem več sama v življenju in sedaj vem, da imam nekoga, ki mi bo vedno stal ob strani.]

Comment [m175]: vpliv vrstnikov na oblikovanje lastnega mnenja

Comment [m176]: nepristni odnosi

Comment [m177]: upanje za prihodnost

Comment [m178]: pogojena »ljubezen«

Comment [m179]: strah pred odporom okolice

Comment [m180]: nezaupanje v ljudi

Comment [m181]: netolerantnost do napak

Comment [m182]: deljeno mnenje

Comment [m183]: pomanjkanje samozavesti

Comment [m184]: negativno dojetje sebe

Comment [m185]: življenjska tragika

Comment [m186]: neustavljiva želja

Comment [m187]: negativna predstava o prihodnosti

Comment [m188]: pomanjkanje družbene komponente življenja

Comment [m189]: začasna izolacija

Comment [m190]: šarek upanja v prijateljih

Comment [m191]: družba oseb z drugačno stigmo

Comment [m192]: moralni in materialni dvig

Comment [m193]: zaposlitev preko poznanstva

Comment [m194]: zaupanje v ta odnos

8. Kakšen stil življenja bi rekli, da imate? Kaj vam je všeč, kaj vas privlači na sebi, na drugih, kaj ne?

Ne vem, če bi lahko povedala kako stvar, ki mi je všeč. **Celo življenje sem bila zatirana in nisem uspela razviti neke samozavesti.** Na drugih mi je najpomembnejši karakter, da so pošteni, iskreni in da so zmogni pogledati preko vizualnosti in dati človeku priložnost. **Saj kot prej se izkaže kdo je slaba oseba, kdo je hinavski in neiskren. Takšnih ljudi ne maram. Na to vizualni izgled nima vpliva.**

Comment [m195]: pomanjkanje samozavesti

Comment [m196]: želja po sprejetosti

9. Kakšne obremenitve vam stigma, poleg že opisanih, še predstavlja?

Mislím, da sem opisala večino obremenitev, ki jih stigma predstavlja. Povem lahko še en dogodek. Očeta nisem videla dobrih petnajst let po ločitvi, potem pa sva ga z mamo srečali v mestu. Kar pred mano je mami dejal, dane more verjeti kakšno hčerko ima in kako je lahko dopustila, daje tako debela. Morda sem pred tem kdaj pomislila, da bi ga poiskala in vzpostavila z njim nek stik, navsezadnje je moj oče. Po tem, kar sem slišala pa me je do njegove družbe popolnoma minilo. Tudi stike z mamo in babico sem prekinila. **Saj nimam več potrebe po ljudeh, ki me nikoli niso marali. Pa čeprav je to lastna družina.**

Comment [m197]: prekinitev negativnih stikov z družino

10. Kako se to izraža na vašem čustvenem področju, na zaupanju,...

Ni lahko živeti z družinskimi člani in se zraven njih počutiti ničvredno. In iti v svet in naleteti na enake odzive. Seveda je to pustilo posledice pri meni. **Kot sem že opisovala, sem že popolnoma izgubila zaupanje v ljudi, dokler nisem spoznala pravih prijateljev.** Zaljubljena nisem bila še nikdar. Nakateri so mi bili všeč a se je vse končalo z mojim priznanjem in njihovim odporom. Ne upam si pustiti nekoga tako daleč in s tem tvegati še večjega razočaranja. Morda pa bo tudi zame prišel čas, ko se bom lahko odprla in tudi sama doživela takšne stvari, ki jih sedaj doživljam samo preko prijateljev in njune zveze.

Comment [m198]: žarek upanja

Intervju Nika

1. Kako je potekalo vaše življenje?

Zanima me kaj se je dogajalo preden ste zboleli? Kako je po vašem mnenju prišlo do tega, da ste zboleli?

Imela sem težko otroštvo, zato sem bila vase zaprt otrok, starša s enista razumela, tepla sta se, živela sem v strahu, v kakšnem stanju bo prišel oče domov, saj je imel probleme z alkoholom in bil je bolešno ljubo sumen. Sredi noči je prebujal sestro in mene in naju zasiljeval kje je bila mama čez dan in kaj je delala in s kom se je pogovarjala in takšne stvari so zelo vplivale name. Sestra je bila bolj brezskrbna, ni imela težav s spanjem in ni imela takšnega strahu pred očetom kot jaz.

Comment [m199]: Alkoholizem v družini

Kakšne so bile posledice tega pri vas?

Bila sem plašen otrok, vedno sem se bala ljudi, predvsem starejših od sebe, vedno sem imela tremo v šoli, strah me je bilo spoznavati nove ljudi, zelo težko sem se skoncentrirala, bila sem nezbrana in večinoma sem se držala zase. Zelo težko mi je bilo v šoli, ob sošolcih sem se počutila manjvredno in vedno sem mi je zdelo, da se pogovarjajo o meni, da sem posmehujejo in bila sem prepričana, da to drži, pa čeprav ni bilo res. Kasneje, ko se malo boljše spoznal svojo bolezen, sem se začela zavedati, da to ne drži in da je bilo vse samo plod moje domišljije.

Comment [m200]: Zaprtost vase

Comment [m201]: Manjvrednostni kompleks

Zakaj ste imeli takšno mnenje o sebi in zakaj naj bi se vam vrstniki posmehovali?

Ne vem kako naj to povem... na primer pogledi so me motili panjihov smeh, ker sem bila pač prepričana, da je vse namenjeno meni.

Kako je prišlo do tega, da so vam diagnosticirali shizofrenijo?

Mama dolgo ni ugotovila, da se z mano nekaj dogaja. **Spominjam se, da sem se večino časa počutila zelo slabo, bila sem nerazpoložena, slabe volje, pričele so se črne misli o tem kako sem najslabša, grda, kako smrdim, misli na smrt in podobno.** Nekoga dne me je oče poslal v trgovino po časopis, jaz pa sem mu namesto tega prinesla kilogram sliv. Nihče ni vedel, kako je bilo to mogoče, da sem zamenjala eno za drugo in takrat so ugotovili, da z mano nekaj ni v redu. V enakem času so se začele dogajati tudi druge »nenormalne« stvari. Mamama je začela bolj podrobno opazovati, saj sem postajala vedno bolj agresivna, na primer metala sem vzglavnika, razbijala stvari v sobi, trgala punčke, tudi stapa sem se z vsakim, ki mi je rekel žal besedo, tudi s sestro sva se zmerjali in topli, za takšne stvari krivim starše, saj sem jih skoraj vsakodnevno videla doma.

Comment [m202]: Psihiatrični simptomi

2. Se vam torej zdi da ste bili drugačni od večine?

Na kakšen način drugačni?

Pri meni se je konstantno pojavljal kompleks manjvrednosti. Vedno me je bilo sram, bilo mi je nerodno pa čeprav sem bila odličnjakinja, nikoli nisem imela problemov z znanjem ali ocenami in morda so misošolci zavidali zaradi tega. Imela sem

Comment [m203]: Manjvrednostni kompleks

stroge starše, ki so vedno zahtevali kar najhujše in sem se morda tudi zaradi tega tako počutila, ko sem včasih namesto petice dobila štirico ali kaj podobnega in se je ta moj kompleks samo potenciral. Strah me je bilo, kako bo, ko bom domov prinesla slabšo oceno od pričakovane. Celostno gledano me je večino časa spremljal strah. In v tem obdobju, pri 14. letih, sem tudi zbolela za shizofrenijo

3. Ste imeli vpliv na dogodke, ki so pripeljali do stigme? Sprašujem glede odhoda v psihiatrično bolnišnico in s tem povezano stigmo, saj na bolezen seveda niso mogli vplivati.

(Nisem ga imela. Mama me je peljala na preiskave in diagnosticirali so mi shizofrenijo. Posledica me je v avto in me odpeljala in ko mi je povedala, da me pelje v bolnico na zdravljenje, sem želela skočiti iz avta, saj nikakor nisem želela tja, ker mi je bila bolnica enako, kot da moram v zaprti.) Takrat sem bila tudi prvič hospitalizirana in sicer na Pediatrski kliniki v Ljubljani. Ko je mama odšla in me tam pustila sem začela tako jokati in kričati, da so me oblekli v prisilni jopič in me zaprli in zaklenili v sobo. Počutila sem se kot žival v kletki in nisem mogla nič. Zdravljenje je takrat trajalo skupno dve leti, nekaj časa sem bila v bolnici, nekaj časa doma in ponovno v bolnici in ponovno doma... Pričele so se pojavljati halucinacije in blodnje, starejši ljudi sem videla kot vampirje, ki me bodo napadli, ko sem bila v šoli, sem pogledala skozi okno in videla kamione, ki me bodo počakali in odvedli nekam. Vpisala sem se v Srednjo strojno tehnično šolo vendar je nisem končala, saj sem se pričela bati strojev. Zelo sem se trudila, da bi končala to in imela svoj poklic, predvsem zaradi strahu pred očetom, prepričana sem bila da me bo ubil, če je ne končam, vendar se mi je stanje tako poslabšalo, da ni bilo mogoče. Imela sem tudi prisluhe, nek glas mi je konstantno ponavljal: »Zapri jo bodo, zapri jo bodo...«

Comment [m204]: diagnoza

Comment [m205]: Odsotnost možnosti izbire

Comment [m206]: Pomoč v obliki hospitalizacije

4. S kakšnimi predsodki ste se oziroma se še vedno spopadate? Kdo vas po vašem mnenju stigmatizira?

Zdi se mi, da me vsi ljudje obsojajo, ker sem bolna in da mislijo, da sem lena in nesposobna in takšne stvari, samo zaradi tega, ker nisem dokončala običajne šole in nimam svojega poklica in ne morem hoditi v službo. Vedno sem si želela tega, da bi tudi jaz hodila v službo in služila svoj denar, da bi lahko sebi in svojemu simu nudila boljše življenje, vendar je to zaradi narave moje bolezni nemogoče. Srečala sem se s mnogimi predsodki, od tega da sem zmešana in bi morala biti zaprta nekje. Predvidevam, da je to zaradi filmov, kjer psihiatrične bolnike predstavljajo v napačni luči. Res je, da so nekateri agresivni in lahko sebe ali druge poškodujejo ampak vsi nismo takšni. Tega se ljudje ne zavedajo, da vsi nismo enaki. Izogibajo se mi, kot da sem okužena in bodo tudi oni zboleli, če bodo v moji bližini. Nekaj časa sem imela težave z govorom in otroci so se drli za mano, da sem spaka in zabavali so mojega sina, kakšno mamico ima, daniti govoriti ne more. To me je še najbolj prizadelo, da je poleg mene oziroma zaradi mene moj otrok stigmatiziran. Za to so krivi njihovi starši, kje pa bi drugje to slišali? Ljudje nimajo pojma kaj pomeni biti psihiatrični bolnik in kaj je na primer shizofrenija in se tega bojijo. Ni pa pravično, da moramo mi zaradi njihove nevednosti trpeti.

Comment [m207]: Stigmatizacija preko povezave

5. Kakšen vpliv so imeli vsi dogodki na vas in vaše življenje?

(Vedno sem imela občutek, da me starši ne marajo, da me dolžijo zaradi tega, ker sem zbolela in to me je vedno bolelo.) Zmeraj sem bila črna ovca v naši družini, kar me je seveda zaznamovalo za vse življenje. Zaradi tega sem se posledično tudi sama začela kriviti za vse, kar se mi dogaja in kar sem morala v življenju prestajati. Čeprav se v določenih trenutkih vseeno zavedam, da nisem sama kriva za to, da sem zbolela, saj nihče ne izbere bolezni sam, ampak je s tem zelo težko živeti in se z vsemi dejstvi sprijazniti.

Comment [m208]: Negativen odnos staršev

Comment [m209]: Neenaki odnosi v družini

Comment [m210]: Prevzemanje krivde nase

6. Kako se počutite? Kakšno je vaše mnenje o sebi?

(Predvsem negativno. Čeprav se po eni strani zavedam, da nisem slaba oseba in da nikomur ne želim nič slabega, pa še vseeno nisem to kar bi si želela in se krivim za to, da ne delam in ne služim svojega denarja in sem me še vedno starši podpirajo in preživljajo. Oni so me naučili, da je treba delati, da si je treba za vsak kos kruha prislužiti. Prav zato moje mnenje o sebi ne bo nikdar zelo pozitivno, ker vem da tega nikoli ne bom mogla izpolnjevati.)

Comment [m211]: Prevladujoče negativno mnenje o sebi

Comment [m212]: Pretirane zahteve staršev

Pa ste morda poskušali opravljati kakšno lažje delo?

(Preizkusila sem različna dela, nikjer nisem zdržala dolgo.) Na primer, ko sem bila starejša in se mi je zdravstveno stanje malenkost popravilo, tako, da sem lahko bila doma, mi je mama našla delo v kuhinji. Kuhinja je bila mala in tam je bilo zaposlenih več ljudi. Čeprav so poskušali navezati stike z mano, jaz tega enostavno nisem zmogla, saj nisem želela, da bi kdo zvedel za moje stanje in da bi se komu smilila ali da bi me kdo pomiloval zaradi tega. Bila sem popolnoma preplašena in nisem mogla in niti nisem želela takrat vzpostaviti stika z nikomur ali komurkoli kar koli reči. Prav zaradi ljudi dela tam nisem mogla opravljati, ker nisem želela njihove bližine. Nič jesti nisem mogla poleg njih, ali spiti kave, pokaditi cigarete... (Ampak še vseeno poskusila sem) pa še vseeno to ni bilo dovolj dobro za moje starše, ki so pričakovali da bo šlo. In niso mogli razumeti, da pa ne gre. (Vendar pa sem po drugi strani mnenja, da če bi živela v normalnih razmerah, neko normalno družinsko življenje, potem tudi zbolela ne bi. Tako da po eni strani sem staršem zelo hvaležna, po drugi strani pa njiju in okolje, v kakršnem sem odraščala, krivim za svoje stanje.)

Comment [m213]: Volja do dela

Comment [m214]: Skrivanje bolezni

Comment [m215]: Strah pred posledicami razkritja

Comment [m216]: Neuspešni poskusi

Comment [m217]: Krivda staršev za bolezen

Čustvene opore v družini torej ni bilo?

Na Očtovska ljubezni nikoli nisem poznala pa sem ga v otroških letih še vseeno imela raje kot mamo, vedno se mi je smilil, saj sem imela občutek, da za vse zdrahe in prepre in on krivi, danes se mi pane smili več. In danes, ko odrasla oseba, ne morem verjet, da je lahko tako grdo z mano delal. Vedno sem bila glavni krivac za vse, kaznoval me je za vsako malenkost. *(življenje pa se mi je spremenilo, ko sem dobila brata. On mi ga je v bistvu rešil)*

Na kak način?

Postala sem bolj samozavestna, bila sem mu kot druga mama, cele dneve sem se ukvarjala z njim, ker je bila mama v službi. Takrat sem bila zelo dolgo doma. *(Bil je kot zdravilo zame in še danes je tako.)*

7. Živate sami? S kom se družite? Imajo vaši prijatelji, znanci, sorodniki enake oz. podobne probleme?

Sedaj že nekaj časa stamujem pri starših, saj se mi je stanje toliko poslabšalo, da ne zmorem biti sama v svojem stanovanju. *(Tako se družim predvsem s svojo družino - otrokom, mamo, bratom in svakinjo. Imam pa veliko prijateljic, ki sem jih spoznala med zdravljenji v različnih psihiatričnih bolnišnicah od svojega 14. leta do sedaj. Tudi se ni za čuditi, saj sem tam preživela skoraj polovico svojega življenja. Prijateljice sem spoznala tudi na Šentju, kamor redno zahajam.)*

Tam se družite z ljudmi s podobnimi problemi?

Da, večina ljudi, z izjemo družina, s katerimi preživljam čas, ima podobne psihične probleme, kot jih imam sama in tako drug drugega podpiramo in spodbujamo v časih kriz in padcev, skupaj tudi slavimo vse zmagine in dobro počutje.

Se počutite odrinjene iz družbe? Če da, kdo vas je odrinil?

Po eni strani iz družbe nisem odrinjena, odrinjena sem samo iz sveta »zdravih«, tudi zaradi tega, ker me je še vedno strah in se bojim novih poznanstev in se jih na nek način tudi izogibam. Na nek način sem se sama izključila iz družbenega življenja, res pa je tudi, da v mladosti, še preden sem zbolela, nisem imela nobenega pravega prijatelja ali prijateljice, moje »socialno življenje« se je pričelo komaj v bolnišnici. Primer tega, kako sem se sama izolirala od vseh je delo v kuhinji, ki sem ga opisala že prej. Mogoče če bi pa s kom poskušala spregovoriti, bi lahko našla kakšno dobro prijateljico in bi tudi ostala tam. Takšne stvari sem si še danes včasih dogajajo in potam raje niti ne poskušam česar koli.

Kako pa je na primer v bolnišnici? Se tudi držite bolj zase?

V bolnici je bilo to popolnoma drugače, saj sem se zavedala, da so tam ljudje, ki imajo enake oziroma podobne probleme kot jih imam jaz in sem jih drugače sprejemala kot »zunanje« ljudi. Včasih sem tudi tam imela občutek, da se ljudje pogovarjajo o meni in se mi posmehujejo, ampak ne pacienti temveč medicinsko osebje. Svoj svet sem popolnoma razdelila... na sebi enake, ki me ne ogrožajo in »zunanje«, ki me ne. Izjema je samo moja družina oziroma moji bližnji. Včasih pa se še vseeno zgodi »čudežen« dan, ko se mi zdi, da bi se še s predsednikom lahko pogovarjala in nimam nikakršnih problemov z nikomer.

8. Kako bi opisali vaš stil/alog življenja? Kaj vam je všeč, kaj vas privlači na sebi, na drugih, kaj ne?

Na drugih me pritegne predvsem občutek, da me imajo radi, saj sem to v življenju velikokrat pogrešala, da so oseba, ki so mi blizu pripravljene zame kaj narediti, tako kot jaz za njih, da držijo besedo. Pa ne mislim, da bi morali kaj materialno za mene narediti, dovolj je že pogovor in to, da me nekdo posluša ali pa jaz njega. Najpomembnejše paje, da lahko zaupam ljudem, ki do okrog mene, čeprav je to zelo težko.

9. Kakšne obremenitve vam stigma še predstavlja? Našteli ste jih že veliko, morda se spomnite še kaj?

Se vedno me spremlja občutek, da me ljudje zaradi moje bolezni, sprejemajo drugače, kot bi me v primeru, da bi bila zdrava. Da me na nek način pomilujejo, čeprav si tega ne želim. Bojim se neklih sprememb v življenju, novega okolja, novih ljudi, ki nikoli niso imeli stika s psihiatričnimi bolniki, ki jim je ta tema tabu ali nas mečijo vse v isti koš, čeprav smo tudi bolniki vsi različni. Vsi smo ljudje, čeprav nas nekateri ne sprejemajo tako. Kot sem že rekla, ne vedo ničesar o moji bolezni in je niti ne razumejo in včasih samo omenijo psihiatrično bolnišnico in že vidijo vsi prizore iz filmov, kjer so vsi zvezani in doživljajo takšne in drugačne napade. Boli me tudi presenečenost nekaterih, da lahko tudi mi živimo kot ostali ljudje, nekateri tudi delajo in se preživljajo sami, ko je njihovo stanje dobro. Ljudem s takim mnenjem in takšnim razmišljanjem se potem raje izognem, saj me takšne stvari spravljajo v slabo, depresivno stanje. Nekajkrat se je zgodilo, da sem se prisilila in spregovorila besedo ali dve s kakšno sosedo ampak potem pa sem spet dobila občutek, da se bodo pa zdaj samo še o meni pogovarjali in me ogovarjali. Nekaj časa me je tudi spremljal občutek, da so ljudje jezni name, ker sem vedno doma in ne rabim delati oni pa morajo vstajati in hoditi v službo. Morda me občutek moti, ampak če me ne, so se pa zelo zmotili pri misli, dato meni ustreza, ker bi naredila marsikaj, da bi lahko delala in imela svoj denar in plačo in drugačen status kot sedaj. Zaradi takšnih stvari sem se še bolj zaprla vase in svoje stanovanje. Manj kot me ljudje poznajo in manj kot vedo o mojem zdravstvenem stanju, bolj je zame. *(Občutek manjvrednosti in sramu je tako manjši. Mene je dejansko sram, da sem tako bolna in da mi ta*

Comment [m218]: Pomanjkanje ljubezni

Comment [m219]: obsojanje

Comment [m220]: edina svetla točka v življenju

Comment [m221]: brat kot zdravilo

Comment [m222]: zaščitna kapsula družine

Comment [m223]: družba podobnih

Comment [m224]: družba podobnih

Comment [m225]: občutek pripadnosti

Comment [m226]: občutek ogroženosti

Comment [m227]: razumevanje med enakimi

Comment [m228]: sproščenost med podobnimi

Comment [m229]: delitev sveta

Comment [m230]: karakter kot prioriteta

Comment [m231]: želja po enakovrednosti

Comment [m232]: strah pred neznanjem ljudi

Comment [m233]: pripisovanje slabih lastnosti

Comment [m234]: boljše samota kot obsojanje

bolazen preprečuje stvari, ki so za druge samoumevne...izobraževanja, službo, ljubezensko življenje, normalne socialne odnose...

Comment [m235]: sram zaradi bolezni

10. Kako se to izraža na vašem čustvenem področju, na zaupanju...

Nikdar nisem imela občutka, da so ljudje vredni zaupanja. Vedno sem imela zdelo, da če te lahko družina in tvoji najbližji razočarajo, potem te bodo neki tuji ljudje še bolj. Prave ljubezni nikoli nisem čutila in prav ta čustven del življenja mi je vedno manjkal. Zaradi negativnih izkušenj z moškimi se nikakor več ne morem odpreti in se prepustiti pa čeprav si tega, normalnega partnerja, zelo želim. Želim si življenjskega sopotnika, ki bo poleg mene sprejel tudi mojega otroka, ki je svojega očeta že pred leti izgubil in da bomo zaživel neko normalno družinsko življenje. Ampak glede na pretekle izkušnje in celotno življenje mislim, da tega ne bom dočakala. Morda ravno zaradi tega, ker sem okrog sebe zgradila nekakšen oklep, ki skoraj nikogar ne spusti blizu, saj si ne želim novega trpljenja.

Comment [m236]: nezaupanje v ljudi

Comment [m237]: oklep

9.3 IZJAVA O AVTORSTVU

Podpisana Maja Klinar, vpisana na Fakulteto za socialno delo v študijskem letu 2005/2006 kot redna študentka izjavljam, da sem diplomsko delo z naslovom Regulacija stigme, napisala samostojno s korektnim navajanjem virov in ob pomoči mentorja doc. dr. Sreča Dragoša.

Datum:

Podpis:

10 POVZETEK

Stigmatizacija je pereča tema, ki zadeva vedno več ljudi, ki se z njo srečujejo. Pojav je odvisen od okolja in družbe, v kateri posameznik živi. Enaka lastnost je lahko v nekem okolju povsem normalna in sprejemljiva, v drugem pa bo povzročila zavračanje in obsojanje posameznika, ki jo poseduje. Teorija trdi, da je lahko prav vsaka lastnost stigmatizirajoča, tako da nihče ne more biti prepričan, da stigmatizacija njega ne bo prizadela.

Prav zaradi tega, ker je lahko vsaka stvar osnova stigme, obstaja mnogo različnih vrst. Namen moje naloge je bil, da raziščem življenja in potek stigmatizacije pri posameznikih, ki so jih prizadele različne vrste stigmatizacije. Pridobila sem šest intervjuvancev in s tem obdelala šest različnih vrst stigmatizacije. S pomočjo kvalitativne raziskave sem ugotavljala učinke stigme na življenje posameznikov.

Zanimala me je primarna družina, ki ima po mojih ugotovitvah pomemben vpliv na pojav stigmatizacije, saj se je v večini mojih primerov le- ta pričela prav tam. S tem sem povezala lasten vpliv oseb, ki se je kazal predvsem v bolj ali manj odklonskem vedenju in s tem obsodbe še potenciral. Najbolj pa so me zanimali učinki stigmatizacije na življenje. Ugotovila sem, da so vsi intervjuvanci zaznamovani za vse življenje. Vpliv ima na njihovo samopodobo, samozavest, odnos do družbe, okolice. Veliko oseb je imelo tudi probleme pri zaposlitvi. Izključenost oziroma izolacija, ki je posledica odnosa okolice lahko vodi tudi v samostigmatizacijo in izoliranost po lastni želji. Vendar pa na takšen način posameznik samo tone. Skozi raziskovanje sem ugotovila pomembnost formalne in neformalne pomoči. Boljše kot so socialne mreže prizadetega posameznika, hitreje in lažje se sooča z odklonom okolice. Neformalna pomoč v obliki družine, prijateljev je veliko bolj pomembna za okrevanje in ureditev življenja, kot samo formalna. Ker pa je strah ključen element stigmatizacije, je težje vzdrževati socialne stike, saj se ljudje, tudi družinski člani in prijatelji, bojijo stigmatizacije preko povezave. Najlažje je enostavno prekiniti stike. V izogib takšnim in podobnim dogodkom pa stigmatizirani velikokrat poskušajo prikriti svojo stigmo in živeti kot vsi ostali. Razvijajo svoje vedenje- priučijo se vedenja večine, prikrivajo tipične znake stigme in poslužujejo se dezidentifikatorjev. Vse to pa jim življenje še otežuje.

Cilji današnje družbe bi morali biti sprejetost, enakopravnost in človeškost. Zavedati bi se morali, da nam lahko samo s skupnimi močmi uspe peljati svet naprej. Z deljenjem sveta in

ljudi na »dobre« in »slabe«, »normalne« in »nenormalne« označujemo ljudi, kot da so stvari in ne človeška bitja. Že v vrtcih in osnovnih šolah bi bilo potrebno učiti otroke, da drugačno ne pomeni nujno slabo. Na mladih svet stoji in oni bodo bodoči vodje. Če bodo lahko prevzeli drugačne načine vedenja in razmišljanja, če bodo lahko bolj tolerantni, kot svet, v kakršnem sedaj živimo, lahko upamo na boljšo prihodnost.