

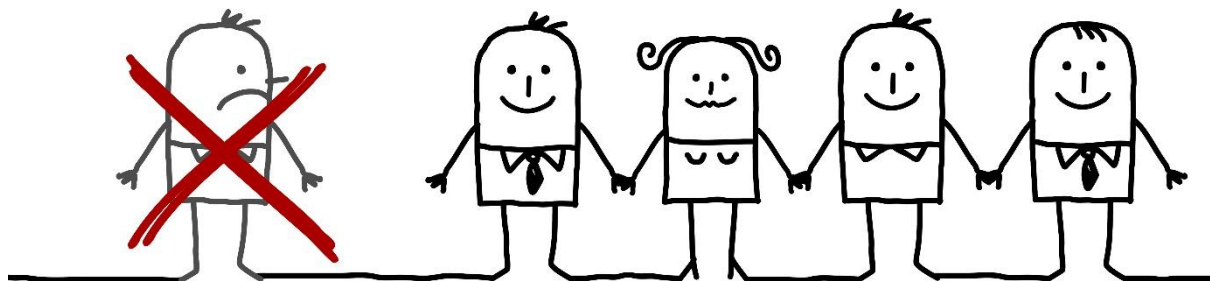
## SOCIJALNA STIGMATIZACIJA POVEZANA UZ COVID-19 VIRUS – KAKO JU PREVENIRATI?

### ŠTO JE SOCIJALNA STIGMATIZACIJA?

Socijalna stigmatizacija je, u kontekstu zdravlja, negativna povezanost između osobe ili grupe ljudi koji dijele određene karakteristike i boluju od iste bolesti. U tijeku pojave bolesti to može značiti da su ti ljudi etiketirani, stereotipizirani, diskriminirani, tretirani odvojeno i/ili da su doživjeli gubitak statusa radi uočene povezanosti s određenom bolešću.

Takvo stereotipno ponašanje negativno utječe na osobe koje su bolesne, ali i na njihove skrbnike, obitelj, prijatelje i zajednicu u kojoj rade/djeluju. Ljudi koji nemaju bolest ali dijele neke druge karakteristike sa ovom grupom, također mogu doživjeti stigmatizaciju.

Trenutni COVID-19 virus potaknuo je socijalnu stigmatizaciju i razna diskriminacijska ponašanja prvenstveno prema osobama određenog etniciteta, ali i prema bilo kome za koga se može pretpostaviti da je bio u kontaktu sa virusom.



## ZAŠTO COVID-19 UZROKUJE TOLIKU STIGMATIZACIJU?

Razina stigmatizacije povezana sa COVID-19 virusom bazira se na tri glavna faktora:

- 1) COVID-19 je bolest koja je nova i za koju postoje brojna nerazjašnjena pitanja i brojne nepoznanice
- 2) često se bojimo nepoznatoga
- 3) lako je povezati taj strah sa „drugima“

Razumljiva je pojava osjećaja poput zbunjenosti, anksioznosti i straha među populacijom. Nažalost, ti faktori također dodatno potiču štetne stereotipe prema zaraženim osobama.

## KOLIKI JE UTJECAJ STIGMATIZACIJE?

Stigmatizacija može smanjiti socijalno zajedništvo i dovesti do brze socijalne izolacije određenih grupa, posebice kada je veća vjerojatnost da će se virus proširiti na određenom području/u određenim zajednicama. Prisutnost stigmatizacije može rezultirati brojnim zdravstvenim problemima i poteškoćama u kontroli daljnjeg izbijanja i širenja bolesti.

Prisutnost stigmatizacije tako može:

- navesti ljude da sakrivaju zarazu/bolest kako bi izbjegli diskriminaciju
- spriječiti ljude da odmah potraže zdravstvenu zaštitu
- obeshrabriti ljude da usvoje zdrava ponašanja

## KAKO SPRIJEČITI SOCIJALNU STIGMATIZACIJU?

Stigmatizacija i strah oko zaraznih bolesti otežavaju i sprječavaju naša uobičajena ponašanja. Ono što djeluje je izgradnja povjerenja u zdravstvo i njihove savjete, pokazujući pri tome empatiju prema zaraženima, razumijevanje bolesti same po sebi, i prihvaćanje odnosno usvajanje praktičnih i efektivnih mjera kako bi mogli zaštititi sebe i svoje voljene.

Način kako komuniciramo o COVID-19 virusu ključan je u podržavanju ljudi da poduzmu efektivne akcije i postupke kako bi pomogli u suzbijanju bolesti te izbjegli pojačavanje straha i pojavu stigmatizacije. Okolina treba biti takva da se o bolesti i njenim utjecajima može diskutirati otvoreno, iskreno i efikasno.

Evo nekoliko savjeta kako spriječiti socijalnu stigmatizaciju:

- 1) riječi su bitne : što činiti, a što ne činiti kada govorimo o korona virusu (COVID-19)
- 2) vlastiti doprinos: jednostavne ideje za smanjenje stigme
- 3) komunikacijski savjeti i poruke

## 1. RIJEČI SU BITNE

Kada govorimo o korona virusu, određene riječi (npr. „sumnjivi slučajevi“, „izolacija“, i sl.) te jezik koji se koristi mogu imati negativno značenje za ljude i pojačati stigmatizirajuća ponašanja, potvrditi već postojeće negativne stereotipe ili pretpostavke, ojačati netočne asocijacije između bolesti i drugih faktora, kreirati masovan strah, ili stigmatizirati one koji imaju bolest/zarazu. Kako bi izbjegli da takva ponašanja dožive na vlastitoj koži, ljudi mogu odlučiti da ne odrade pregled, da se ne testiraju ili da ne ostanu u preporučenoj izolaciji.

Preporučljivo je stoga koristiti jezik koji u fokus stavlja ljude, odnosno - jezik koji kroz se u različitim komunikacijskim kanalima i medijima pokazuje poštovanje i osnaženost ljudi. Riječi koje se koriste u medijima imaju posebnu važnost – upravo te riječi oblikuju popularan jezik i daljnju komunikaciju o novom korona virusu (COVID-19) među populacijom. Negativno izvještavanje u medijima ima veliki potencijal da utječe na to kako ljudi doživljavaju zarazu novim korona virusom (COVID-19), te kako su pacijenti i zaraženi u zajednici doživljeni i tretirani. Postoje mnogi konkretni primjeri kako korištenje jezika i manje stigmatizirajuće terminologije može pomoći u kontroli epidemije i pandemije (npr. HIV, TB i H1N1 gripe).<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> „UNAIDS“ upute za korištenje termina: umjesto „žrtve AIDS-a“ koristi se „ljudi koji žive sa HIV-om“; umjesto „borba protiv AIDSa“ koristi se termin „odgovor na AIDS“

## Što činiti, a što ne činiti?



U tablici ispod nalaze se popisi što činiti, odnosno ne činiti kada govorimo i komuniciramo o novom korona virusu (COVID-19).

ČINITI	NE ČINITI
Pričati o novom korona virusu (COVID-19).	Ne pridavati lokaciju ili etnicitet bolesti, ovo nije „Wuhan virus“ / „kineski virus“ / „azijski virus“. Službeno ime ovog virusa namjerno je odabrano kako bi se izbjegla stigmatizacija zaraženih. Naziv je nastao od sljedećih kratica; „CO“ (engl. <i>corona</i> ), „VI“ (engl. <i>virus</i> ) i „D“ (engl. <i>disease</i> ), a brojka 19 se koristi jer se virus pojavio 2019.godine.
Pričati o ljudima „koji imaju COVID-19“, „koji se liječe od COVID-19“, „koji se oporavljaju od COVID-19“ ili „koji su umrli nakon COVID-19“.	Ne referirati se na ljude sa virusom koristeći termine poput „COVID-19 slučajevi“ ili „žrtve“
Pričati o ljudima „koji možda imaju COVID-19“ ili „koji su potencijalno zaraženi sa COVID-19“.	Ne pričati u terminima „COVID-19 sumnjivci“ ili „sumnjivi/suspektni slučajevi“

<p>Pričati o ljudima koji su dobili COVID-19.</p>	<p>Ne pričati o ljudima koristeći termine „prijenosnici COVID-19“ / „oni koji inficiraju druge“ / „oni koji šire virus“ jer to implicira da se radi o namjernom prijenosu što izaziva osjećaj krivnje.</p> <p>Korištenje takve terminologije kreira doživljaj kako su osobe zarazom na neki način napravile nešto krivo ili su manje humane od ostalih, što pojačava pojavu stigmatizacije, smanjuje empatiju i potencijalno dodatno podržava nevoljkost oko odlaska na pregled, liječenja ili ostanka u karanteni.</p>
<p>Pričati precizno i točno o riziku od COVID-19 virusa, bazirajući se na znanstvenim podacima i najnovijim informacijama zdravstvenih službi.</p>	<p>Ne ponavljati ili dijeliti neprovjerene glasine, i izbjegavati jezik kojim se potiče strah koristeći riječi poput „kuga“ „apokalipsa“ i sl.</p>
<p>Pričati pozitivno i naglašavati efektivnost prevencije i mjera liječenja. Za većinu ljudi ovo je bolest koja se može prebroditi / savladati. Postoje jednostavni koraci koje svi možemo napraviti kako bi zaštitili sebe, svoje najmilije i ranjive skupine.</p>	<p>Ne naglašavati ili zadržavati negativnost u govoru, ili koristiti poruke prijetnje. Trebamo raditi zajedno kako bi pomogli onima koji su najranjiviji da ostanu sigurni.</p>
<p>Naglašavati učinkovitost prihvaćanja preventivnih mjera kako bi se preveniralo stjecanje novog korona virusa, kao i poticati ranu provjeru, testiranje i liječenje.</p>	

## 2. VLASTITI DOPRINOS

Vlada, građani, mediji – brojni ljudi i zajednice imaju važnu ulogu u prevenciji i zaustavljanju stigmatizacije (prvenstveno prema ljudima iz Kine i Azije). Svi trebamo biti promišljeni kada komuniciramo na društvenim mrežama i putem drugih komunikacijskih platformi, pokazujući ponašanja podrške oko korona virusa (COVID-19).

Evo nekoliko primjera i savjeta mogućih akcija/postupaka kako bi se smanjila stigmatizirajuća ponašanja:

- Važno je širenje činjenica. Stigmatizacija može biti u porastu radi nedovoljno znanja o novom korona virusu (COVID-19), o tome kako se prenosi i kako se tretira u liječenju kao i o tome kako prevenirati infekciju/zarazu. Važno bi bilo stoga prikupljati, spremati i dalje distribuirati točne informacije oko pogođenih područja, oko pojedinačne i grupne mogućnosti zaraze, mogućnostima liječenja te mjestu pristupa zdravstvenoj zaštiti i informacijama.
- Koristiti jednostavan jezik i izbjegavati kliničke termine. Društveni mediji mogu biti korisni u dosezanju velikog broja ljudi kojima se mogu prenijeti zdravstvene informacije uz relativno mali trošak.<sup>2</sup>



---

<sup>2</sup> Nigerija je 2014. uspješno zaustavila epidemiju ebole, koja je zahvatila tri druge zemlje u zapadnoj Africi, dijelom radi korištenja ciljanih kampanja na društvenim mrežama putem kojih su širili i dijelili točne informacije i ispravljali prijevare koje su u to vrijeme kružile Twitterom i Facebookom. Takva intervencija je bila posebno učinkovita jer su međunarodne nevladine organizacije, poznate ličnosti i blogeri koristili svoje platforme za prosljeđivanje i razmjenu informacija i mišljenja o zdravstvenim priopćenjima iz medija.

Fayoyin, A. (2016.) *Angažiranje društvenih medija za zdravstvenu komunikaciju u Africi: pristupi, rezultati i lekcije. Journal of Mass Communication and Journalism*, 6 (315).

- Angažiranje društvenih *influencera*<sup>3</sup>, religijskih vođa i sl. koji potiču na razmišljanje o osobama koje su stigmatizirane i tome kako ih podržati, ili angažiranje poznatih glumaca, pjevača, voditelja kako bi svojim angažmanom pojačali i proširili poruku o smanjenju stigmatizacije. Informacije moraju biti dobro ciljane, a osobe koje komuniciraju te informacije moraju biti osobno angažirane te geografski i kulturalno primjerene publici na koju se želi utjecati. Primjer može biti da se gradonačelnik nekog grada (ili neka druga utjecajna osoba) uživo, uz prijenos na društvenim mrežama, rukuje da vođom neke kineske zajednice.
- Podržati priče lokalnih osoba koje su preboljele COVID-19, ili onih koji su bili podrška svojim najbližima dok su se oporavljali, sve s ciljem naglašavanja činjenice kako se većina ljudi oporavi. Nadalje, provođenje kampanje u čast zdravstvenih djelatnika također može smanjiti njihovu stigmatizaciju. Brojni volonteri u zajednici također imaju važnu ulogu u smanjenju stigmatizacije.
- Portretirati različite etničke grupe. Svi materijali trebali bi pokazivati kako različite zajednice utječu i rade zajedno u prevenciji širenja COVID-19. Pritom je važno osigurati da font, simboli i formati koji se koriste u komunikaciji budu neutralni i da ne utječu na niti jednu specifičnu skupinu.
- Novinarski izvještaji koji se pretjerano fokusiraju na individualna ponašanja i pacijentove odgovornosti za dobivanje i „širenje COVID-19“ mogu povećati stigmatizaciju ljudi koji imaju bolest. Neki mediji se primjerice fokusiraju na spekulacije o izvoru COVID-19, pokušavajući identificirati „nultog pacijenta“ u svakoj zemlji. Naglašavanje iznimnog napora u traženju cjepiva i tretmana može kod ljudi povećati strah i ostaviti dojam kako smo nemoćni u zaustavljanju virusa. Umjesto toga, mediji bi trebali promovirati sadržaj o osnovnim infekcijskim preventivnim postupcima, simptomima COVID-19 te o tome kada treba potražiti medicinsku pomoć.

---

<sup>3</sup> Izraz "efekt Angeline Jolie" osmišljen je od strane istraživača javnozdravstvene komunikacije kako bi se objasnila povećana internetska pretraga o genetici raka dojke i testiranja u periodu od nekoliko godina nakon što je 2013. glumica Angelina Jolie podvrgnuta preventivnoj dvostrukoj mastektomiji. Dobiveni efekt ukazuje na to kako preporuke slavnih osoba iz pouzdanih izvora mogu imati efektan utjecaj na publiku da potraži informacije, na njihov stav kao i prihvaćanje zdravstvenih usluga za COVID-19.

- Postoje brojne udruge i inicijative kojima se može obratiti vezano uz pojavu stigmatizacije i stvaranje stereotipa. Ključno je povezati sve zainteresirane osobe i aktivnosti s ciljem kreiranja pokreta i pozitivne okoline koja pokazuje brigu i empatiju za svih.



### 3. KOMUNIKACIJSKI SAVJETI I PORUKE

„Infodemija“ dezinformacija i glasina u nekim se sredinama širi brže nego što korona virus (COVID-19) stigne izbiti. Navedeno doprinosi negativnoj stigmatizaciji i diskriminaciji osoba iz područja koja su zahvaćena izbijanjem virusa. Potrebna nam je stoga kolektivna solidarnost te jasne informacije kako bi podržali zajednicu i osobe zaražene virusom.

Miskonceptije, glasine i dezinformacije doprinose stigmatizaciji i diskriminaciji koja onda sprječava napore u reagiranju.

- ispravljajte miskonceptije, priznajte i potvrdite kako su ljudski osjećaji i ponašanja u ovoj situaciji stvarni
- promovirajte važnost prevencije, akcija spašavanja života, rane procjene i tretmana



Kolektivna solidarnost i globalna kooperacija potrebne su nam da bi se prevenirala daljnja transmisija i ublažile brige zajednice.

- dijelite s drugima simpatične pripovijesti ili priče koje očovječaju iskustva i borbu individualaca ili grupa pogođenih COVID-19
- komunicirajte podršku i ohrabrite one koji su na prvoj liniji zaštite (zdravstveni djelatnici, volonteri, vođe zajednice i sl.)

Činjenice (a ne strah) će zaustaviti širenje novog korona virusu (COVID-19).

- podijelite činjenice i točne informacije o bolesti
- preispitajte mitove i stereotipe s kojima se susretete
- birajte svoje riječi pažljivo – način kako komuniciramo može utjecati na ponašanje drugih



*Izvor:* <https://www.unicef.org/documents/social-stigma-associated-coronavirus-disease-covid-19>

*Članak prevela i uredila:* Nikolina Levak, psihologinja

*Foto:* Pixabay.com, Freepik.com