

스티그마의 이해와 대응전략

일시 | 2013년 10월 23일(수) 오후 4:00~6:00

장소 | 한국청소년정책연구원 10층 회의실

주최 | 한국청소년정책연구원



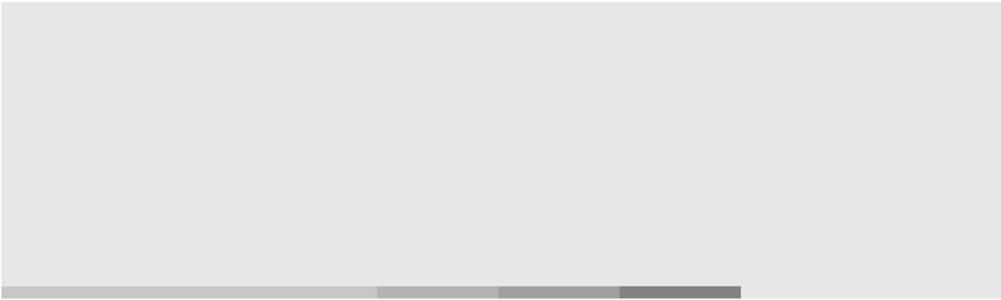
한국청소년정책연구원
National Youth Policy Institute



세 부 일 정

- 스티그마의 이해와 대응전략 -

시 간	내 용	비 고
16:00 ~ 16:10	개회 및 발표자 소개	양계민 연구위원
16:10 ~ 16:20	환영사	이재연 원장
16:20 ~ 17:40	콜로키움 발표	김광혁 (전주대 사회복지학과)
17:40 ~ 18:00	질의응답	참석자 전원
18:00	폐회	양계민 연구위원



...

스티그마의 이해와 대응전략

김 광 혁



스티그마의 이해와 대응전략

김 광 혁(전주대 사회복지학과)

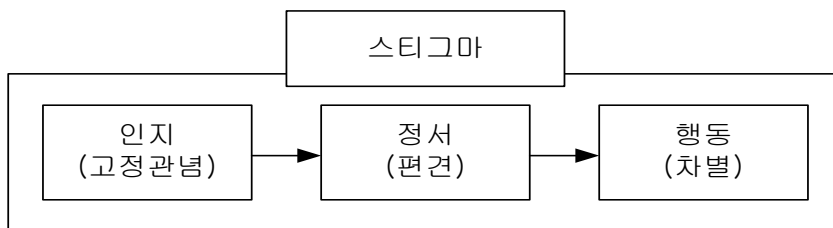
I. 스티그마의 이해

1. 스티그마의 정의

- 어떠한 특성을 가진 집단에 대한 사회적 통념, 반응과 스티그마를 받는 집단 구성원들의 경험이 상호작용하여 나타나게 되는 것.

* 스티그마의 세 가지 차원

- 스티그마는 인지, 정서, 행동의 차원에서 그 특징을 확인할 수 있는데, 스티그마는 인지적 요소인 고정관념(stereotype), 부정적인 정서를 이끌어내는 태도로서의 편견(prejudice), 행동적 요소로서 차별(discrimination)의 세 가지 차원으로 이루어져 있고, 이들은 상호 연관되어 작용함.



- 인지(고정관념): 제한된 인지적 자원을 효율적으로 사용하려는 인간의 심리적 본성에 의해 형성되며, 비슷한 속성을 가진 집단을 범주화하여 각 개인을 동일한 개체로 여기면서 주의 깊은 사고 과정을 거치지 않고, 어떤 대상에 대해 판단하게 만드는 것.
- 정서(편견): 고정관념 중 부정적인 것이 강화되고, 일반화되면 편견적 태도가 나타남. 편견은 부정적 정서를 수반하는데, 예를 들어 '정신장애인은 폭력적이다' 라는 편견을 가지고 있는 사람의 경우 정신장애인과 마주할 때에 두려움과 공포 같은 정서를 경험하게 됨.

- 행동(차별): 편견적 태도에서 비롯된 부정적인 정서 경험은 사회적 상황에서 특정한 범주에 속한 개인과 마주할 때, 이에 대한 차별행위로 이어지게 됨.

2. 스티그마의 특성

1) 스티그마의 하위 요소

- (1) 불명예스러운 것(the discredited): 가시적이며, 관찰을 통해 바로 드러나는 것.
 - 신체의 외적인 변형과 같이 스티그마화된 정체성을 숨길 수 없는 경우, 오랜 기간에 걸쳐 다른 이들로부터 잠재적인 가치편향에 대해 대처해야.
 - 사회적인 접촉과 상호작용에서 발생하는 긴장과 스트레스의 관리를 위한 대처방법이 중요.
- (2) 잠재적으로 불명예스러운 것(the discreditable): 감추어질 수 있는 것.
 - 타인이 즉각적으로 지각할 수 없는 것에 대한 스티그마는 이러한 특성이 밝혀지지 않는 한 편견적 태도나 차별로부터 영향을 받지 않음.
 - 스티그마의 단서가 되는 특성이 노출되는 것에 대해 지속적으로 살피고, 비밀을 유지하는 것이 중요.

2) 스티그마의 6가지 요인

- (1) 은폐가능성(concealability): 스티그마화된 특성이 표면적으로 드러나 바로 확인될 수 있는지.
- (2) 흔적의 경과(course of the mark): 시간이 지남에 따라 특성의 흔적인 두드러지는지, 아니면 점진적으로 약화되는지.
- (3) 파괴성(disruptiveness): 스티그마화된 특성이 대인관계에서의 원활한 상호작용을 방해하는 정도에 관한 것
- (4) 미적상태(aesthetics): 스티그마의 비매혹성에 대한 주관적인 반응과 관련
- (5) 근원(origin): 이러한 특성이 형성되는 과정에 개인의 책임이 관련되어 있는지를 의미(천부적인 것인지, 사고에 의한 것인지, 의도한 것인지...)
- (6) 위험성(peril): 스티그마화된 상태가 타인에게 위협을 지각하게 하는지(전염병, 질병, 비만 등)

3. 스티그마의 유형

: 스티그마의 연구는 크게 대중의 인식으로서 사회적 스티그마(social stigma)와 스스로 지각하는 양식으로 자기 스티그마(self-stigma)로 나누어짐. 초기의 연구들은 대중의 인식으로서 스티그마에 초점을 두었으나 이후, 사회적 스티그마를 내재화시킴으로써 형성된 지각된 스티그마 또는 자기 스티그마에 대한 연구로 이어짐.

1) 사회적 스티그마

- : 대중의 고정관념, 편견적 태도와 그로 인한 부정적인 정서, 차별적 행위를 포괄함.
- : 일반적인 대중이 한 집단에 대한 스티그마에 기초하여 그 집단에 반응하는 방식으로 설명됨. 고정관념은 인지적 과정에서 자연적으로 발생하게 되는데, 편견적 태도를 가진 사람들은 부정적인 고정관념을 지지하게 되고, 그 결과 부정적인 정서를 일반화시킴. 인지적이고, 정서적인 반응인 고정관념과 편견은 행동적 대응으로서 차별로 이어짐.

2) 자기 스티그마

- : 사회적으로 공유되고 있는 정신장애에 대한 관념을 수용하고, 자신에게 적용하며, 스스로에 대해 평가절하 하여 자기를 부정적으로 지각하는 것.
- : 자신이 스티그마를 받는 집단의 성원이기 때문에 스스로에 대한 부정적으로 평가하는 것으로 설명됨. 스티그마의 대상 집단은 이미 자신의 집단에 대한 스티그마를 지각하고 있는데, 이것이 자신에게 적용되고, 내면화되면서 자기-스티그마로서 부정적인 영향을 끼치게 됨. 이러한 과정에서 대상 집단은 부정적인 고정관념에 의해 지배되는 편견에 동의하게 되고, 정서적으로 부정적인 대응을 하여 자아존중감과 자기효능감이 낮아지게 됨. 그 결과 자기-스티그마는 행동적 반응으로도 일어나는데, 구직노력을 중단하거나 사회적 상호작용을 회피하는 등의 역기능적 양상이 나타나게 됨.

4. 스티그마의 영향

- 스티그마의 하위차원에서의 반응들 중 고정관념은 가장 인지적인 반응이며, 편견은 가장 정서적인 반응이고, 차별은 가장 행동적인 반응임.
- 인지적 차원에서의 고정관념은 인지효율성과 관련된 심리적 본성에 따라 자연적으로 발생하

는 것으로 볼 수 있는데, 이러한 고정관념 중 부정적인 것을 지지하고, 일반화하게 되면, 편견적인 태도가 발생함.

- 편견적 태도는 부정적인 정서를 수반하게 되는데, 이는 개인의 의지와 관계없이 자동적인 과정을 통해 나타나게 되며, 특히 스티그마 대상 집단과 접촉한 경험이 드물거나 이들에 대한 지식이 부족할 때, 부정적인 기대를 가지고 있을 때, 강해짐.
- 부정적인 정서는 다시 이들에 대한 회피나 분노와 같은 차별적 행위로 이어지게 됨. 대상 집단에 대한 차별행위는 이들의 사회 적응과 자기-스티그마에 심각한 영향을 미침.
- 반복적인 차별을 경험하게 되면서 대상 집단은 자신의 사회 정체성에 부여된 부정적인 가치를 인식하기 시작하고, 이것이 위협으로 작용하여 개인의 자아 존중감과 심리적 안녕감을 손상 시킴.
- 부정적인 인식은 스티그마화된 대상에게 우울이나 걱정과 같은 부정적인 정서를 가지게 함. 이렇게 인지적, 정서적으로 영향을 미치는 부정적인 경험들은 스티그마화된 대상으로 하여금 사회적으로 위축되어 제한된 대인 관계를 맺거나, 사회적 상호작용을 회피하고 치료를 주저하여 증상의 재발에 취약해지도록 만듦.
- 스티그마는 특정한 맥락에서 사회적 정체성을 저하시키는 속성을 가지게 하는데, 이러한 가치저하는 다양한 스트레스에 이르게 함. 이러한 스트레스는 퇴행과 고립에 적절하게 대응할 수 없게 하고, 심장혈관 질병이나 기타 질병에 취약하게 하며, 저체중 출산, 유아사망, 심장병, 고혈압 등과 관련되었다는 연구가 보고됨.
- 또한 스티그마는 비밀유지나 고립을 촉진케하여 건강회복에도 영향을 주는 것으로 나타났으며, 적절한 건강을 회복하는 행위를 늦추게 하고, 문제 치료에 접근하는 것을 방해하며, 사례의 발견 및 처리의 효율성에도 장애요인으로 작용함.

* 아동청소년과 관련한 스티그마 연구

- 청소년과 관련된 스티그마 연구는 성인들에 비해서 적게 이루어지고 있으나 비교적 최근에 많은 연구가 진행됨. 고프만이 제안한 스티그마의 유형, 즉 개인적 특성의 결함(blemishes of personal character), 신체 혐오(abomination of body), 종족 정체성(tribal identity)에 따라 탐색
- 개인적 특성의 결함과 관련된 스티그마는 약한 의지, 부정직, 정신이상, 중독 등 개인적 특성의 결함을 말하며, 에이즈, 알콜중독, 정신병, 동성애 등을 가진 다양한 유형의 청소년들에게 영향을 미침. 청소년들은 휴먼서비스를 이용하는데 있어 성인보다도 스티그마를 보다

- 많이 지각하며, 이러한 스티그마의 지각은 심리적인 도움이나 치료를 받는 것을 방해함.
- 신체협오와 관련한 스티그마는 한 집단이 다른 집단의 인종, 종교, 민족성의 특징을 그들 자신의 사회적으로 구성된 규범과 비교하여 부족한 것으로 인식할 때 발생함. 즉 비만, 신체적 장애, 한센병 등과 관련한 스티그마를 말하는데, 최근 청소년 비만과 관련한 연구가 많이 진행되고 있음. 신체협오와 관련된 편견은 사회적 관계 형성에 장애를 발생시킴.
 - 종족 정체성과 관련한 스티그마는 인종, 종교, 사회계급 등과 관련한 스티그마를 말함. 인종, 민족성 등과 관련한 스티그마는 오랜 역사를 가지고 있으나 여전히 학업과 고용기회 등에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타남. 유색인종의 지적능력이나 학습능력에 대한 부정적인 고정관념은 스트레스와 불안을 초래하고, 이는 학업의욕과 수행에 부정적인 결과를 초래함. 또한 교사-학생 관계도 인종 및 민족 스티그마에 의해서 영향을 받음. 유색인종 학생들은 백인교사를 두려워하며, 백인교사의 경우에도 백인학생들에게 보다 초점을 맞추는 경향을 보임. 또한 학습과 고용 현장에서의 인종차별에 대한 청소년들의 관찰은 학교에서의 노력과 졸업 후의 경제적, 발전 기회 사이의 평가에 영향을 주게 되며, 학습 추구를 위한 노력행위에 부정적인 영향을 미침. 반대로 자신이 관심을 가지고 있는 직업 세계의 역할모델을 가지고 있는 유색인종의 경우, 그리고 학교 동료 또는 학교와 잘 연계된 경우에 학업에 보다 열중하고, 높은 성과를 거둠.

5. 스티그마의 형성과정

1) 인간의 심리적 본성과 스티그마의 형성

(1) 스티그마의 발생(사회인지이론)

- 인간은 사회인지과정에서 사회환경을 단순화하여 수용하기 위해 범주화 방법을 사용하며, 어떤 대상을 범주화하고, 고정 관념화하는 과정은 인지과정에서 효율적이고, 보편적인 것. 즉 스티그마가 형성되는 이유는 인간의 인지적 능력의 제한과 자동적 인지과정의 사용 때문이라 설명. 일반적인 상황에서 사람들은 판단의 대상이 특정한 범주에 속하는 경우, 이에 대한 판단이나 평가과정을 단순화시키는 전략을 사용함. 예를 들어, 결혼이주여성과 같은 특정한 속성을 가지고 있는 집단의 구성원을 대할 때, 사람들은 각 구성원의 개별적인 특성보다 집단 전체에 대한 관념을 바탕으로 생각하고 행동하게 됨.

(2) 스티그마의 확산(사회영향이론)

- 인간의 인지적 본선에 의해 형성된 스티그마가 사회구성원들에게 확산되는 과정은 사회영향이론으로 설명됨. 사람들은 사회적으로 공유된 심념을 정보적이거나 규범적인 사회영향의 결과로 발달시키는 경향이 있음. 정보적인 사회영향은 상황이 명확하지 않을 때, 다른 사람, 특히 해당분야 전문가의 정보에 더욱 영향을 받는 것을 의미. 또한 규범적 사회영향은 사회의 성원으로 받아들여지기 위해 다른 사회구성원들로부터 영향을 받는 것을 의미. 따라서 한 사회에서 공유되는 스티그마 대상에 대한 고정관념과 신념들은 개인적으로 수용된 결과거나 사회에 대해 순응하려는 노력의 결과. 즉 다문화가족에 대해 한 사회에 자리 잡고 있는 고정관념은 해당 이슈에 대한 매체의 보도와 같은 정보원을 통해 사회구성원에게 확산되고, 여과없이 받아들여질 수 있음.

(3) 스티그마의 유지

- 스티그마가 한 사회 안에서 고정적으로 유지되는 것은 사회적 위계에 따른 동기나 주의의 차이로 설명될 수 있음. 권력을 가진 이는 그렇지 않은 사람에 대해 관심을 기울일 동기가 더 적고, 권력이 없는 이는 권력이 있는 이에게 더 많은 관심을 기울이게 됨. 따라서 권력을 가진 이들은 권력을 가지지 않은 이들을 기존의 고정관념을 바탕으로 자동적으로 평가하기가 쉽게 되고, 이러한 고정관념은 쉽게 변화되지 않음. 게다가 사회에서 공유되는 고정관념이 부정적인 경우, 권력을 가진 이들은 개개인의 특성에 근거한 조심스러운 판단없이 권력을 가지지 않은 이들을 스티그마화 시킬 수 있음.

(4) 스티그마의 고착

- 사회인지과정에서 효율적으로 판단하려는 개인들의 본성으로 인해 다문화라는 특성을 가진 사람들에 대한 범주화가 진행되고, 고정관념이 자리 잡게 됨. 또한 비다문화 집단은 사회적 위계에서 권력을 가진 집단이기 때문에 상대적으로 권력이 약한 집단인 다문화가족에 대해 관심을 기울일 동기가 부족함. 따라서 다문화가족에 대한 잘못된 정보를 접하게 되더라도 이에 대해 정확히 판단하여 반박하려는 의지가 강하지 않고, 그로 인해 다문화가족에 대한 스티그마가 쉽게 변하지 않으며, 사회적으로 유지됨.

2) 스티그마의 내재화 과정

(1) 지각한 스티그마(perceived stigma)

: 빈곤 가족에 대해 사회구성원들이 가지고 있을 것이라고 보는 스티그마

: 빈곤 가족이 되기 전 사회화 과정을 통해 이미 사회구성원들이 공유하고 있는 빈곤에 대한 내재화된 부정적인 표상을 학습함. 사회화 과정에서 학습된 빈곤가족에 대한 개념이 자신의 가족이 빈곤화된 후, 자신에게 적용됨. 이러한 스티그마는 이후, 개인의 스티그마화된 반응을 이끌어내고 그 결과 빈곤 가족의 자존감, 권력의 획득, 사회적 네트워크에 부정적인 영향을 초래함.

(2) 내면화된 스티그마(internalized stigma)

: 빈곤 가족에 대한 일반적인 사회적 스티그마를 자신에게 개별적으로 적용한 결과로 갖게 되는 부정적인 자기 인식.

: 한 아동이 자신을 한 사회적 맥락에서 빈곤계층으로 인지한다면, 빈곤과 관련된 스티그마화된 신념들과 깊이 연관된 자기개념을 형성하게 되고, 그 결과 가치 절하된 사회적 정체성을 가진 사람으로 자신을 지각하게 됨. 특히 빈곤층으로 자신에게 정체성을 부여하는 사회적 상호작용을 자주 경험하면 이 아동은 빈곤에 대한 스티그마에 고착된 부정적인 사회적 신념을 내면화하는데 취약해 짐.

* 스티그마의 형성과정: 조은영(2000)의 이론

- 대상 집단에 대해 스티그마가 생기고, 그에 따라 차별행동을 취하는 것은 어린 시절 주변 사람들이 행동하는 것을 관찰 학습하거나, 대중 매체를 통해 접한 경험 또는 다른 사람들의 경험이나 행동을 모방하는 과정에서 나타남.

- 자기 효율성 변화에 따른 자기조정

: 대상 집단에 대해 스티그마를 부여하고 자기 조정 과정이 일어나는 것을 자기효율성의 정도별로 정리하면, 첫째, 자기 효율성이 부족한 단계(아동기에 이루어진 불확실한 학습 또는 부분적인 관찰), 둘째, 자기 효율성의 증가 단계(성인이 되어가면서 자기 기준의 정립 단계), 셋째, 자기 효율성의 확대 단계(새로운 정보를 취득함에 따라 자기 조정 또는 교정의 과정이 이루어질 수 있는 단계)로 설명 가능함.

: 대상 집단에 대한 스티그마가 형성되는 과정은 관찰 학습을 통해 이루어지고 또 자기 조정 과정을 통해 변화됨. 따라서 스티그마를 줄이는 전략 역시, 관찰학습을 통해 동일하게 적용

가능함. 즉 긍정적인 사상과 모델을 제공하여 기존에 보유된 정보와 행동에 대해 자기 조정 과정이 일어나도록 하고, 이를 위해 모델링하는 부모나 주위사람 그리고 대중매체에서 대상 집단에 대한 인식과 태도 및 행동에 있어서 변화가 있어야 하며, 주의 집중하는 사상이 정신질환을 가진 사람의 차이를 줄이는 것이 필요함.

: 정보제공, 접촉 기회제공, 차이 감소 전략 - 대상 집단에 대해 막연하게 두려움을 가지고 있고, 제한된 정보를 접하는 일반인들에게 보다 과학적이고 사실적인 정보를 제공하거나 긍정적인 대면 접촉의 기회를 확대하는 것이 가능한 전략이 될 수 있음. 더불어 보다 전문적이고, 체계적인 서비스를 통해 정신질환을 가진 사람의 기능을 향상시키고, 차이를 줄이는 노력이 필요함.

II. 스티그마에 대한 대응전략

1. 스티그마 감소 접근: 대상 집단의 스티그마 감소접근

1) 낙인화된 사람들의 개인적 대응방법(비밀, 철회, 교육)

- 비밀: 거절을 피하기 위하여 자신이 빈곤층이라는 사실을 동료, 친지들에게 숨기는 전략.
 - 철회: 스티그마적인 자신의 상황에 대하여 알고 있거나 수용할 수 있는 사람들과 제한적인 상호작용을 하는 것.
 - 교육: 빈곤에 대한 주변 사람들의 편견을 없애기 위하여 이들에게 정보를 제공하거나 가르치려고 시도하는 것.
- 그러나 이러한 시도들은 실패로 돌아가기가 쉽고, 오히려 자신이 빈곤층이라는 사실이 발견되고, 부각되어 더욱 직접적인 차별을 경험하기 쉬움.
- 따라서 빈곤층이 스티그마를 벗어나는 과정에는 빈곤한 개인의 스티그마 극복에 대한 노력뿐만 아니라, 스티그마를 감소시킬 수 있는 사회적 서비스의 개입이 함께 이루어져야 하며, 이러한 서비스의 내용은 빈곤에 대해 정확하게 이해하고 빈곤에 대한 통제감을 갖는 것에서부터 시작되어야 함.

2) 자기-스티그마의 극복에 도움을 주는 자기극복 경험

- 자기 통제력의 회복과 스스로에게 긍정적인 자아상을 부여하여 자기-스티그마를 극복하도록 지원함.
- 자신의 상태에 대하여 정확히 이해하게 되고, 의미있는 역할 수행을 통해 자존감을 회복한 대상자는 스티그마에서 벗어나 자신의 삶을 통제할 수 있는 확신을 가지게 됨.

3) 빈곤, 다문화, 장애 등에 대한 정확한 정보 획득

- 정신장애 당사자는 통계적 자료나 연구에 근거한 정신장애에 대한 정확한 정보를 습득하면서 부정적인 고정관념에 저항하는 힘을 키울 수 있음. 예를 들어, ‘정신 장애인은 높은 수준의 일을 할 수 없다’ 라는 사회적 편견에 맞설 때, 정신장애 당사자가 자신의 질병에 대한 지식과 이해가 부족하다면, 이를 반박하지 못하고, 내면화하여 스스로에 대해 부정적인 인식을 가지게 됨. 하지만 이러한 편견을 논리적으로 반박할 수 있는 객관적인 정보를 얻고, 이를 확신하게 되면, 정신장애인은 사회적 고정관념과 차별에 대해 능동적으로 대응할 수 있게 됨.
- 근거가 불충분한 편견을 반박할 수 있는 객관적인 정보가 제공될 때, 정신장애 당사자는 이를 바탕으로 정신장애에 대한 고정관념을 재평가하게 되고, 결과적으로 정신장애인이 지각하는 스티그마의 수준이 낮아질 수 있음.
- 따라서 자기-스티그마를 가진 사람들에게 스티그마의 원인 특성에 대한 객관적이고, 사실에 기초한 정보 교육을 제공하는 것은 그들이 부정적인 신념에 저항할 수 있도록 돕는 하나의 방법.
- 그러나 이러한 교육 후에도 강한 자기-스티그마 때문에 스스로에 대해 부정적인 감정을 가지는 사람들에게는 인지적 재구조화의 방법을 사용하여 부정적인 신념을 적고, 다시 합리적인 진술로 바뀌게 하는 등의 활동을 추가로 수행해야 함. 이는 개인적으로 이루어지거나 상담가와 함께 하는 활동으로 이루어지거나, 또는 집단 활동을 통해서 이루어질 수 있는데, 이런 방식의 집단활동은 개인적인 힘에 대한 감각을 촉진시킬 수도 있음.

4) Miller & Kaiser(2001)의 심리내적 전략

- : 보상, 자신의 사회적 환경에 대한 전략적 해석, 다수의 정체성에 초점두기
- 보상(compensation): 스티그마화된 사람들은 보상의 기술을 발전시킨다. 이런 기술은 이들이 스티그마와 관련되어 있는 불이익을 극복하고, 목표를 달성하도록 도와줌. 첫째, 보상을

사용하는 사람들은 더 단정적이거나 자신감 넘치는 태도로 임하여, 더 호감이 가도록 노력한다. 둘째, 자신이 다른 사람에게 어떻게 비춰질까에 무척 관심을 쏟으며, 자신이 사회적으로 바람직하게 비춰지기 위해 노력한다. 대인관계의 사회적 상호작용에 있어서 더 조심스럽게 행동하여 사회기술을 더 좋게 만들고, 비언어적인 단서에 민감하며, 선입관이나 고정관념이 부당하다는 것을 입증하기 위해 자신을 스티그마화된 집단과 거리를 두려함. 셋째, 스티그마화된 사람들은 자신이 속한 집단이 불이익을 당하는 특성은 가치를 낮게 평가하고, 불이익을 당하지 않는 특성은 가치를 높게 평가함으로써 보상을 받을 수 있음.

- 전략적 해석: 스티그마화된 사람들은 자신의 존엄성을 보호하기 위해 전략적으로 그들의 사회환경에 대한 자신의 해석을 수정함. 자신보다 훨씬 더 나은 환경에 있는 사람의 성과와 자신의 성과를 비교하고, 좌절하는 것이 아니라, 자신과 비슷한 환경에 처함 사람의 성과와 비교하여 자신이 잘 했다면 그 사람의 자기 효능감이 증가하는 것이라 해석함. 즉 비교의 대상을 바꿈으로써 스티그마화된 사람들은 상대적인 박탈감과 불평등의 인식을 개선시킴.
- 다수의 정체성에 초점두기: 스티그마화된 개인은 자신의 대안적인 자아정체성을 끌어옴으로써 스티그마로부터 자신을 보호할 수 있음. 예를 들면, 여자이면서 아시아인이고, 대학생이라는 정체성을 한 사람이 동시에 가질 수 있는데, 스티그마가 담겨있는 집단의 성원으로 자신을 규정하지 않으면 그 사람은 더 훌륭한 성과를 낼 수 있으며 자신을 보호할 수 있음. 이때 어떤 정체성이 도움이 되는가는 맥락에 따라 다르므로, 때에 따라 정체성을 바꿀 수 있음.

5) Corrigan(2004)의 역량강화를 통한 스티그마 감소

- 자기-스티그마는 자존감과 자기-효능감의 상실로 인해 심리 내적인 영향을 일으키므로, 개인의 역량강화를 통해 극복 가능. 첫째, 회복의 가능성과 관련된 메시지를 내재화하는 것, 둘째, 인지적 재구조화를 통해 스티그마화된 관점에 저항하는 방법 학습, 셋째, 개인의 역량강화에 대한 인식 향상.
- 역량 강화: 스티그마화된 사람들이 스스로 어려움을 다룰 수 있도록 돕는 서비스에 통제력을 갖게 하여 자신의 삶에서 모든 국면에 대한 통제권을 갖게 하는 전략. 역량강화된 사람은 좋은 자아존중감을 가지고 있으며, 효율적인 삶을 살고, 미래에 대해 긍정적임. 또한 편견에 정당한 분노를 표현하며, 관련 서비스체계와 지역사회에서 스스로를 옹호함.
- 역량강화의 모델: 개입의 성과 증대를 위한 조건

1. 극복에 대한 긍정적인 태도 - 스티그마 회복에 대한 기대로 전환
2. 협력적인 치료 계획 - 일방적이 아닌, 협력적인 계획 수립
3. 지역사회에 기반한 서비스
4. 환경의 개선 - 합리적인 편의시설, 생활 및 취업 지원을 위한 클럽하우스 또는 그룹홈
5. 스티그마적인 태도와 차별행위에 대해 저항하기
6. 자조 및 상호원조 집단의 활성화
7. 참여행위연구 - 스티그마화된 집단이 참여한 연구의 수행

2. 스티그마 감소 접근: 사회적 스티그마의 감소접근

1) 조은영의 스티그마 감소전략

- 스티그마 감소를 위하여 판단의 기초가 되어 개인의 자기효율성을 높일 수 있는 정보를 제공하고, 관찰 학습하도록 하여 결과적으로 대상에 대한 행동의 변화를 가져오게 하는 방법(사실적이고, 과학적인 정보를 제공해야 함).
- 이러한 정보에는 다문화 가족의 실태 및 생활 등 다문화 가족 자체에 대한 정보와 이들의 적응 과정 및 프로그램에 대한 안내, 다문화 가족 중 성공 사례, 다문화 가족에 대한 대처 방식이나 함께 생활하는 기술 등이 포함됨.
- 긍정적인 실제 경험을 제공하는 것의 중요성을 강조함. 일반인 중 다문화 가족과의 긍정적인 상호작용을 했던 경험이나 사례를 관찰 학습하도록 하는 방법을 예로 들.

2) Corrigan(2004)의 대상자 특성 이해와 스티그마 감소 전략(교육, 접촉, 항변)

- 교육은 다문화 가족에 대한 잘못된 정보를 정확한 정보와 개념으로 대체하는 방법
 - 접촉은 다문화 가족과 직접 대면하고, 상호작용함으로써 이들에 대한 태도를 변화시킴.
 - 항변은 다문화 가족에 대한 스티그마적 태도에 정면으로 도전하여 이를 억압하도록 하는 것.
- 세 가지 방법 중에서 교육적 방법과 접촉방법은 태도의 변화를 이끌어 냈으나 항변은 상대적으로 효과가 적거나 효과 없음. 특히 접촉하는 방법이 스티그마를 감소시키는 데 가장 큰 효과를 보임.

3) 남형주(2002)의 자원봉사를 활용한 스티그마 감소전략

– 자원봉사를 통하여 대상자를 돕고, 이해하는 계기를 만들.

* 아동복지 실무 현장에서는 주로 자원봉사를 활용해 스티그마 해소를 시도하고 있으며, 적지 않은 성과를 거두고 있음. 장애인 및 노인분야 자원봉사를 주로 실행함.

3. 정신질환자의 스티그마 극복 운동 과정 및 발전(조은영, 2000)

1) 스티그마 극복운동의 역사

- 1995년 정신보건법 제정
- 정신보건법에 기초하여 스티그마 극복을 위한 전문가와 가족의 모임 시작
- 정신질환자와 자원봉사 대학생의 연합 캠프
- 한국정신보건가족협회(1994)와 대한정신보건가족협회(1995) 결성
- 정신보건센터를 중심으로 정신질환에 대한 대 지역사회 교육과 홍보 사업
- 1999년 장애인 복지법에 정신장애가 장애로 인정되면서 정신장애극복 홍보단과 지원단 창단(대중매체 참여, 캠페인 전개, 홍보활동, 권익보호 및 인권 감시활동, 정신장애인 가족을 위한 교육, 훈련, 발간 사업 등)

2) 정신보건 전문가 주도의 스티그마 극복 노력

- 강남 정신보건센터의 교육사업
 - : 환자대상 정신건강교육, 가족교육, 보건요원 교육
- 조사 연구(data based decision making?, 교육의 문제점 지적)
 - : 소극적인 질병관리 및 약물 관리에 대한 교육 주류 > 스티그마나 권익보호 내용 부족.
 - : 당사자의 교육 참여 부족
- 국민정신건강증진을 위한 홍보 교육사업
 - : 홍보물 제작 및 배포, 홍보 전략수립 세미나, 국민정신건강증진 강좌, 가두 캠페인, 유관단체 홍보행사 지원 등
- 국토 순례행사
 - : 장애인과 가족, 전문가, 자원봉사 대학생 등이 참여
 - : 전국의 공공기관 및 지역사회 기관 관계자에게 홍보 활동

3) 가족의 자조활동

- 한국정신가족협회, 대한정신보건가족협회

4) 스티그마 극복을 위한 제언

(1) 스티그마 형성과정에 따른 스티그마 극복 전략

- 자기 효율성을 증대하는 정보를 제공한다.
- 제공되어야 할 정보는 사실적이고 과정적인 것으로 표준화되어야 한다.
- 긍정적인 실제경험을 제공한다.

(2) 현황에서 나타난 문제점에 대한 전략적 제언

- 스티그마 극복 사업에 대한 체계적인 기획과 평가의 부족
- 스티그마의 실태에 대한 조사의 부족
- 홍보 전략에 대한 연구 및 실행이 부족
- 기존의 질병관리 중심의 교육과정에 대한 검토 필요
- 정신질환을 가진 사람과 그 가족의 능동적 참여 부족

4. Heijnder & Van Der Meij(2006)의 스티그마 축소 전략

- 현재까지 수행되어 온 스티그마에 대한 대응전략을 수준별로 종합.
- 각 수준의 전략들은 스티그마가 사람들이 처해있는 환경에 따라서 개입전략도 개인, 대인, 조직, 지역사회 등의 수준에 맞게 차별적으로 마련되어야 함을 의미함. 또한 각 수준의 전략을 자체적으로 뿐만 아니라, 다른 수준의 전략 간에도 상호 연계를 가짐으로써 효과가 커질 수 있음.

수준	전략	내용
개인수준	상담	스티그마를 줄이는 중요한 전략의 하나로 긍정적인 태도를 위한 사회적 강화, 행동변화 및 안전한 행동의 유지를 제공함.
	인지행동요법	부정적인 신념과 부정적인 해석을 파악하고, 수정할 수 있도록 훈련받는 구조적인 접근. 교육, 증상 및 스트레스 관리, 공포 자극에 대한 탈감각을 촉진하기 위한 증상 및 상황의 노출, 부정적 신념을 변화시키기 위한 인지적 도전
	집단상담	시간을 절약하고, 생산적이나 스티그마를 완전히 제거하기에는 한계

수준	전략	내용
	자조, 옹호 및 지지집단	개인의 정체성, 자아존중감, 대처기술, 사회통합 등에 영향을 주며, 사회적 태도를 개선하기 위한 상호 지지와 정보교환을 함으로써 스티그마의 감소에 효과적
대인수준	보호 및 지지	아동과 가족을 대상으로 한 보호와지지 프로그램. 아동과 가족이 안정성을 유지하고, 적절한 대처전략을 개발하는 데 초점. 아동과 부모의 심리사회적 요구를 고려한 장기적인 개발 전략
	가정보호팀	가정방문 개입프로그램
	지역사회재활	사회통합을 위한 지역사회 개발 내의 전략으로 스티그마화된 사람과 그 가족, 지역사회뿐만 아니라 정부기관 및 비정부기관의 자원과 노력을 동원.
조직 및 제도적 수준	훈련프로그램	조직의 스티그마와 관련된 측면을 수정하기 위하여 조직적 변화에 초점을 두는 것으로 훈련을 통하여 스티그마를 감소시킬 수 있는 방법에 관한 전문적인 지식을 갖게 할 뿐만 아니라 그들 스스로 그러한 스티그마를 감소시킬 수 있는 힘을 키움.
	정책(대상중심 및 통합접근)	자발적인 상담과 시범 서비스를 제공하는 등 조직 내에서 새로운 정책을 개발하는 전략으로 스티그마에 대한 인식 향상 워크숍, 스티그마에 대한 고용자 책임 인식, 차별에서의 보호 등의 프로그램이 여기에 포함됨.
지역사회 수준	지역사회 중심 접근	특정한 지역사회 집단 내에서 특정한 건강조건과 스티그마에 관한 지식을 향상시키는 것을 목표로 함. 지역사회 개발 기술을 향상시키고, 지원 네트워크를 개발하며, 이를 통해서 서비스에 보다 나은 접근을 목표로함.
	교육	교육적 개입은 특정 대상에 맞춰서 발표, 토론, 시뮬레이션, 오디오 테이프 및 영화를 사용. 특히 교육은 접촉, 기능구축 등 다른 접근과 결합할 때, 그 효과가 증가.
	접촉	스티그마를 줄이기 위한 목적을 가진 대중과 영향을 받는 개인 사이의 모든 상호작용.
	옹호	차별적인 법과 정책을 변화시키고, 치료와 보호에의 접근을 향상시키기 위하여 정부에 영향력을 행사함. 문제에 대해서 정책 및 의사결정자, 일반 대중으로부터 지지와 관여, 인정을 받고자 노력.
	저항	스티그마 태도를 억압하기는 것을 목표로 함. 조직적 저항은 텔레비전이나 기타 매체에서 스티그마를 조장하는 프로그램이나 광고를 금지시키게 하는 유용한 도구. 그러나 단기적인 효과에 머무르는 경우가 많으며, 반향효과가 발생할 수 있음.
정부 및 구조적 수준	법률 및 정책개입	법과 정책 개입은 스티그마의 영향을 받는 사람들에 대한 권리보호를 시행하는 것을 목표로 하는 전략.
	권리중심접근	모니터 및 권리접근 법안 제안 등

참고문헌

- 김경준(2010). 사회적 스티그마의 청소년에 대한 영향과 대응. 한국청소년연구 21(3), 5-31.
- 김은영(2007). 사회복지대상자의 스티그마 인식과 영향요인 관계 연구. 경남대학교 석사학위논문.
- 남형주(2002). 정신장애인에 대한 사회적 편견에 관한 비교 연구: 정신보건시설 자원봉사자와 비자원봉사자를 중심으로. 부산대학교 석사학위논문.
- 박현경(2011). 정신장애에 대한 스티그마 감소: 실험연구를 통한 교육적 접근과 감화적 접근의 비교. 서울대학교 석사학위논문.
- 서미경, 김정남(2004). 지각된 낙인이 정신장애인의 삶의 만족과 자아존중감에 미치는 영향. 한국 사회복지학 56(4), 173-194.
- 송승현(2005). 정신질환자의 자기-스티그마와 그 극복 경험에 관한 탐색적 연구. 서울대학교 석사학위논문.
- 오미영(2009). 혼혈인에 대한 낙인연구: 혼혈인에 대한 낙인에 영향을 미치는 요인과 낙인효과. 61(2), 215-246.
- 조은영(2000). 정신장애인 편견극복 운동 - 정신질환을 가진 사람들에 대한 스티그마 줄이기. 정신보건사회사업학회 춘계학술대회.
- Corrigan, P.W. (2004). Beat the stigma and discrimination! Four lessons for mental health advocates.
- Heijnders M, van der Meij S(2006) The Fight against Stigma: An Overview of Stigma-Reduction Strategies and Interventions. Psychology, Health and Medicine 11(3): 353-363.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no text or other markings on the paper.

스티그마의 이해와 대응전략

인 쇄 2013년 10월 22일

발 행 2013년 10월 22일

발행처 한국청소년정책연구원

서울특별시 서초구 태봉로 114

발행인 이 재 연

등 록 1993. 10. 23 제 21-500호

인쇄처 (주)아르빛 전화 02)503-3223 대표 유채란

사전 승인없이 보고서 내용의 무단전재·복제를 금함.
구독문의 : (02) 2188-8844(연구기획 · 대외협력팀)