

Eine Dokumentation und Reflexion über die *Living Library* zu psychischen Störungen, ihre Hürden und Lösungsmöglichkeiten

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	2
2	Definition und Entstehungsgeschichte der Living Library	2
3	Living Library als Konzept des KJ2a-Seminars	3
3.1	Konkrete Zielgruppen und Ziele	4
3.2	Methoden zur Evaluation des Konzepterfolgs	5
3.3	Hürden und Möglichkeiten diese zu überwinden	6
4	Mögliche Übertragungen des Konzepts auf weitere Disziplinen	8

1 Einleitung

„Don't judge a book by its cover.“
(Little, Nemetlu, Magic, & Monár, 2011)

Jedes Jahr sind in Deutschland 27,8 % der Bevölkerung von mindestens einer psychischen Störung betroffen (Jacobi et al., 2014). Trotz zahlreicher Aufklärungskampagnen leiden viele dieser 17,8 Millionen Menschen allerdings weiterhin unter stigmatisierenden Vorurteilen und deren Konsequenzen. Seeman, Tang, Brown und Ing (2016) fanden in ihrer weltweiten Online-Umfrage z. B. heraus, dass 7 % der Umfrageteilnehmer aus Industrienationen Personen mit psychischen Störungen gewalttätiger einschätzen als Personen ohne psychische Störung. Zudem werden sie als gefährlicher und unvorhersehbar eingeschätzt (Crisp, Gelder, Rix, Meltzer, & Rowlands, 2000) und insbesondere, wenn psychologische Hilfe in Anspruch genommen wird, scheinen diese Vorurteile präsent zu sein (Ben-Porath, 2002). In der Folge wird Betroffenen häufig mit Distanz, Ablehnung und Diskriminierung im sozialen und beruflichen Umfeld begegnet (Ilic et al., 2013; Stuart, 2006) und therapeutische Hilfe wird gar nicht oder erst sehr spät aufgesucht (Evans-Lacko, Brohan, Mojtabai, & Thornicroft, 2012).

Nach Allport (1954) besteht ein Vorurteil aus einer bestimmten erlernten Einstellung gegenüber einer Gruppe sowie der Überzeugung, dass die Einstellung wahr ist. Als Lösungsansatz bietet Allport die Kontakthypothese, die besagt, dass häufiger Kontakt zu Mitgliedern anderer Gruppen die Vorurteile gegenüber diesen Gruppen reduziert. Meta-analytisch konnte bestätigt werden, dass Kontakt, aber auch eine edukative Gegenüberstellung von Vorurteilen und Fakten zu psychischen Störungen Vorurteile reduzieren kann (Corrigan, Morris, Michaels, Rafacz, & Rüsck, 2012). Es zeigten sich in Bezug auf die Einstellungsänderung hoch signifikante Effektstärken kleiner bis mittlerer Größe von Cohens $d = .4$ für Kontakt zu Jugendlichen und Erwachsenen mit psychischer Störung und $d = .3$ für Edukation. Zudem konnte gezeigt werden, dass auch distanzierende oder gar vermeidende Verhaltensintentionen gegenüber Personen mit psychischer Störung positiv verändert werden können (Kontakt: $d = .2$; Edukation: $d = .3$). Allports Kontakthypothese stellt damit eine wichtige Grundlage für die sogenannte *Living Library* dar, auf deren Konzept das Seminar zu Verhaltensauffälligkeiten und psychischen Störungen im Kindes- und Jugendalter (B-KJ2a) im Wintersemester 2018 / 2019 basiert.

2 Definition und Entstehungsgeschichte der Living Library

Die *Living Library* ist ein Konzept, das nach dem Prinzip einer traditionellen Leihbibliothek funktioniert. Menschen können ein Buch entleihen, es lesen, nach einer gewissen Zeit wieder

zurückgeben und ein neues entleihen. Bei der *Living Library* handelt es sich allerdings nicht um materielle Bücher, sondern um Menschen, die sich für ein Gespräch mit oder ohne spezifisches Thema zur Verfügung stellen, mit dem übergeordneten Ziel, Vorurteile in Frage zu stellen und zu reduzieren. Die lebendigen Bücher gehören dabei entweder Personengruppen an, die mit Vorurteilen, Diskriminierung oder Stigmatisierung konfrontiert sind, z. B. Flüchtlinge oder Personen mit psychischen Störungen, oder Personengruppen, die stellvertretend über die eben genannten Gruppen informieren können. Die Entleiher erhalten so die Möglichkeit, mit den Personen in Kontakt zu treten, mit denen sie sonst eher weniger in Kontakt treten können oder wollen und sich zu informieren. So wird ein konstruktiver Dialog über die Vorurteile ermöglicht, die häufig zur Diskriminierung der lebendigen Bücher beitragen (Little et al., 2011). Die Wirksamkeit der *Living Library* konnte bereits nachgewiesen werden (Orosz, Bánki, Bóthe, Tóth-Király, & Tropp, 2016). Orosz et al. (2016) zeigten, dass das Konzept die Vorurteile von Schülern gegenüber Roma, Homosexuellen sowie Transgender reduzieren kann.

Ursprünglich ist die Idee einer *Living Library* auf die dänische Jugendinitiative *Foreningen Stop Volden* („Stoppt Gewalt“) zurückzuführen. Nachdem ein gemeinsamer Freund Opfer eines rassistisch motivierten Überfalls geworden war, gründete sich diese Jugendgruppe im Jahr 1993. Das Ziel war zunächst, Aufmerksamkeit für und Engagement gegen Gewalt unter Jugendlichen zu fördern und Vorurteile abzubauen. Als „Stoppt Gewalt“ von dem damaligen Direktor eines dänischen Rockfestivals dazu eingeladen wurde, mit einem Event Vorurteile zu reduzieren und die Beziehungen zwischen den Festivalbesuchern zu verbessern, entwickelten sie die erste *Menneske Biblioteket* („Menschliche Bibliothek“; Rasch & Unterholzner, 2015). Zur Verbreitung des Konzepts trug vor allem der Europarat bei, der es 2003 in sein Programm aufnahm. Auslöser hierfür war die Erkenntnis, dass Menschenrechte nicht allein durch Rechtstexte verteidigt und gefördert werden können (Little et al., 2011). So wurden im Jahr 2011 bereits in über 60 Ländern erfolgreich *Living Library* organisiert, sodass mittlerweile zahlreiche Institutionen, z. B. Buchmessen, Schulen und Bibliotheken, auf die *Living Library* aufmerksam geworden sind und das Konzept adaptiert haben (Rasch & Unterholzner, 2015).

3 Living Library als Konzept des KJ2a-Seminars

Auch in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, stellt die *Living Library* eine mögliche Methode dar, um ihnen Vorurteile, Misstrauen und Kontaktangst vor gesellschaftlichen Minderheiten zu nehmen (Schachner, 2007). So basiert das KJ2a-Seminar zu Verhaltensauffälligkeiten und psychischen Störungen im Kindes- und Jugendalter im aktuellen Semester auf dem Konzept der *Living Library*. Die Idee ist, mit dem innovativen Konzept

Menschen bereits im Kindes- und Jugendalter über unterschiedliche psychischen Störungen, die bei Minderjährigen auftreten können, und über Psychotherapie zu informieren und so zum einen bestehende Vorurteile abzubauen und zum anderen präventiv dem Entstehen weiterer Vorurteile entgegenzuwirken. Darüber hinaus sollen im Rahmen des Konzepts auch Personen aus dem unmittelbaren Umfeld von Kindern und Jugendlichen, z. B. Eltern und LehrerInnen, informiert und aufgeklärt werden. Um dies zu erreichen, informieren und diskutieren die SeminarteilnehmerInnen als lebendige Bücher mit den Kindern und Jugendlichen als Buchentleiher über die Ätiologie, Epidemiologie, Symptome, psychosoziale Belastungen, aber auch über die vielversprechenden Behandlungsmaßnahmen und langfristige „Chancen“ psychischer Störungen. Folgende Störungsbilder wurden diesjährig im Rahmen der *Living Library* in Form von lebendigen Büchern präsentiert: Aufmerksamkeitsdefizit(-Hyperaktivitäts)-Störung, Störung des Sozialverhaltens, Oppositionelles Trotzverhalten, Autismus, Selbstverletzendes Verhalten, Depression, Trennungsangst, Traumafolgestörung, Anorexie, Zwangsstörung, Soziale Phobie und Spezifische Phobie. Zudem wurden die Entleiher über Kinder psychisch kranker Eltern und über Psychiatrie und Psychotherapie informiert.

3.1 Konkrete Zielgruppen und Ziele

Mit der *Living Library* im KJ2a-Seminar sollen vor allem Kinder und Jugendliche ab der dritten Schulklasse, Eltern und LehrerInnen erreicht werden, aber auch andere Interessierte werden zur Teilnahme eingeladen. Im Januar 2019 nahmen z. B. auch Kitakinder und deren ErzieherInnen sowie SchulpsychologInnen teil. Dass es sich hierbei um eine sinnvolle Zielgruppenauswahl handelt, zeigen Ergebnisse einer Umfrage von Moses (2010). Hier gaben 62 % der befragten Jugendlichen aus den USA an, Stigmatisierung in Beziehungen zu Gleichaltrigen zu erleben, was häufig zu Freundschaftsverlusten geführt habe. Ca. die Hälfte (46 %) beschrieben Stigmatisierung durch Familienmitglieder, die oft in Form von ungerechtfertigten Annahmen, Misstrauen, Vermeidung und Mitleid erfolgt sei. Etwa ein Drittel (35 %) der Teilnehmer berichteten sogar von Stigmatisierung durch das Schulpersonal, die sich in Angst, Abneigung, Vermeidung und Unterschätzung ihrer Fähigkeiten geäußert habe.

Das zentrale Bestreben des *Living Library*-Konzepts im KJ2a-Seminar ist, Vorurteile über Menschen mit psychischen Störungen durch die Förderung eines konstruktiven Dialogs über Stereotype, die häufig zur Diskriminierung von Einzelpersonen oder Gruppen führen, zu reduzieren. Es sind neben den bereits genannten Zielen an dieser Stelle aber noch weitere wesentliche Ziele des Seminar-Konzepts zu erwähnen:

- Entwicklung von Verständnis und Toleranz für Menschen mit psychischer Störung
- Erwerb von Wissen über die gute Behandelbarkeit psychischer Störungen und damit

Reduktion der Angst bei Eltern, LehrerInnen und bereits betroffenen Kindern oder Jugendlichen

- Spezifisch für Eltern, LehrerInnen und ErzieherInnen: Erwerb von Wissen über die vielfältigen Möglichkeiten, den Umgang mit Kindern mit psychischer Störung zu erleichtern und so Motivation für den Einsatz dieser Hilfsstrategien zu Hause, im Klassenzimmer oder in der Kita herzustellen
- Spezifisch für die lebendigen Bücher: Ausbau und Erweiterung des Wissens über Psychotherapie und psychische Störungen bei Kindern und Jugendlichen; Entwicklung der Kompetenz, das psychologische Fachwissen fachfremden jungen und erwachsenen Buchentleihern verständlich, kreativ und interessant zu vermitteln

3.2 Methoden zur Evaluation des Konzepterfolgs

Die Evaluation der *Living Library* dient im Wesentlichen zwei Absichten:

- Der Beurteilung der Veranstaltung in Bezug auf die Erreichung der Ziele, die zu Beginn der Planungsphase festgelegt wurden.
- Der Beurteilung der Erfahrungen von Organisatoren und lebendigen Büchern mit dem Ziel, über gemeinsame Erfahrungen nachzudenken und die Methodik für eine mögliche Wiederholung der Veranstaltung zu verbessern (Little et al., 2011).

Zur Erhebung *qualitativer* Daten kann während der *Living Library* von den Organisatoren protokolliert werden, wie viele Buchentleiher es insgesamt und bei den einzelnen Büchern gibt, wie lange der Dialog zwischen dem Buch und Buchentleiher dauert, welche die beliebtesten Bücher sind und welche eher weniger gefragt sind. Außerdem kann gemessen werden, wie viele Leute zwar Interesse zeigen, aber dennoch kein Buch ausleihen. So könnte im Anschluss an die Veranstaltung über mögliche Gründe und Lösungsmöglichkeiten diskutiert werden. Auch über die Öffentlichkeitsarbeit in der Planungsphase können wichtige Daten gesammelt werden. So kann z. B. protokolliert werden, wie viele Institutionen und Personen angeschrieben werden und wie viele Antworten zurückkommen. Auch die Anzahl der medialen Veröffentlichungen in Zeitungen, bei Radiosendern etc. können notiert werden. Indem zusätzlich aufgezeichnet wird, wie viele Personen unterschiedlicher Zielgruppen am Tag der Veranstaltung anwesend sind, kann die Öffentlichkeitsarbeit zukünftig optimiert werden.

Um zu überprüfen, ob die vorher für die Buchentleiher festgelegten Ziele, erreicht werden, kann ihnen im Anschluss an die Veranstaltung ein Fragebogen gegeben werden, mit dem sowohl *quantitative* als auch *qualitative* Daten erhoben werden können. Die Buchentleiher können so mittels visueller Analogskalen und offener Fragen über folgende Informationen

Auskunft geben: Veranstaltungsorganisation, Wissenserwerb, Reduktion von Vorurteilen, Darstellungsart, Verständlichkeit der Inhalte, wertvollste Information bzw. Erfahrung, Qualität der Beantwortung von Fragen sowie Kritik und Verbesserungsvorschläge zu einzelnen Büchern und zur gesamten Veranstaltung. Bei sehr jungen Kindern können die Fragen entweder bildlich dargestellt werden oder man führt nach dem „Lesen“ eines Buchs oder nach der Veranstaltung eine kurze, spielerische Befragung durch, z. B. „Was habt ihr denn durch das Buch über ADHS gelernt?“, „Wenn ihr heute euren Eltern erklären möchtet was ADHS ist, was würdet ihr ihnen erzählen?“, „Was fandet ihr an dem Buch am besten?“, „Was hat euch an dem Buch gar nicht gefallen?“ oder „Welches Buch hat euch am besten gefallen?“.

Auch die Bücher können die *Living Library* mittels Fragebogen beurteilen. Es kann der eigene Wissens- und Kompetenzerwerb, die Motivation in der Planungs- und Ausführungsphase, der Arbeits- und Zeitaufwand, die wahrgenommenen Stärken und Schwächen des eigenen Konzepts sowie die wahrgenommene Akzeptanz, Motivation, Interesse und die aktive Teilnahme der Buchentleiher erfragt werden. Zudem kann es sinnvoll sein, die am häufigsten gestellten Fragen und die zur Sprache gekommenen Vorurteile der Buchentleiher über Menschen mit der jeweiligen psychischen Störung schriftlich zu erfassen, um die Konzepte zukünftiger Bücher noch konkreter und zielgerichteter auf die Reduktion dieser ausrichten zu können.

3.3 Hürden und Möglichkeiten diese zu überwinden

1) Eine Schwierigkeit am Tag der Veranstaltung war, dass die eigentliche Zielgruppe für unser Konzept zur ADHS nicht anwesend war. Ursprünglich haben wir das Konzept für Kinder der 3. bis 6. Klasse geplant. Vor der Veranstaltung erfuhren wir jedoch, dass sich ausschließlich Kindergartenkinder angemeldet haben, sodass wir unser Konzept noch kurzfristig anpassen konnten. Am Tag der Veranstaltung waren neben den Kindergartenkindern allerdings noch angehende Fachabiturienten anwesend. So standen wir vor der Herausforderung, mit beiden Zielgruppen gleichzeitig über verschiedene Komponenten der ADHS zu kommunizieren. Wir entschieden uns dafür, unser auf Kindergartenkinder ausgerichtetes Konzept wie geplant durchzuführen und versuchten die angehenden Fachabiturienten währenddessen und nach Beendigung des Durchgangs miteinzubeziehen. Für die angehenden Fachabiturienten, von denen einige zukünftig selber mit Kindern und Jugendlichen arbeiten möchten, war es sicherlich eine hilfreiche Erfahrung verschiedene Möglichkeiten zu sehen, wie man Kindern komplexes Wissen auf kreative und interaktive Art vermitteln kann. Allerdings hätte ein tatsächlich auf sie ausgerichtetes Konzept sicherlich nachhaltigere Effekte, z. B. in Bezug auf die Reduktion von Vorurteilen, gehabt. Mögliche Lösungsmöglichkeiten für die nächste *Living Library*:

- Bei der Werbung für die Veranstaltung kann ausdrücklich betonen, dass z. B. Kindergartenkinder und Grundschüler vormittags und Erwachsene und Jugendliche nachmittags eingeladen sind, sodass immer die passenden lebendigen Bücher für die jeweilige Zielgruppe anwesend sein können.
- Bei jedem Veranstaltungstermin sollte zu jeder psychischen Störung ein lebendiges Buch für jede Zielgruppe anwesend sein. Damit würden dann insgesamt vermutlich weniger psychische Störungen zur Auswahl stehen, aber es wäre sichergestellt, dass jedes Thema für jede Zielgruppe verfügbar ist. So hätten die Buchentleiher ein speziell auf sie ausgerichtetes Konzept und die Bücher können sich von Beginn der Konzepterstellung bis zum Tag der Veranstaltung nur auf eine Zielgruppe konzentrieren.
- Falls die vorherigen Punkte nicht umzusetzen sind, können die Organisatoren darauf achten, dass bei jedem lebendigen Buch zumindest immer nur eine Zielgruppe vertreten ist.
- Die *Living Library* kann zukünftig direkt in den Institutionen, wie z. B. Schulen und Kindergärten, veranstaltet werden, sodass bereits im Voraus genau vorhergesehen werden kann, welche Zielgruppen anwesend sind und welche Bücher dementsprechend benötigt werden. Ein Nachteil wäre diesbezüglich, dass das Flair einer Bibliothek verloren gehen würde und gerade für Kinder eine neue Umgebung sicherlich interessanter ist und daher die vermittelten Informationen vielleicht länger in Erinnerung bleiben.

2) Als die ersten Buchentleiher am Tag der Veranstaltung den Raum in der Bibliothek betraten, waren sie zunächst etwas verunsichert bzgl. der Platzwahl und es waren bei einigen lebendigen Büchern sehr viele Personen anwesend und bei anderen, wie bei unserem Buch zur ADHS, zunächst gar keine. Nach dem ersten Durchgang trat dieser Fall erneut ein. Für die Bücher und ihre Entleiher sicherlich angenehmer und es kann intensiver kommuniziert werden, wenn möglichst wenige Personen bei einem Buch anwesend sind. Mögliche Verbesserungen:

- Die Organisatoren können zu Veranstaltungsbeginn die Entleiher darauf hinweisen sich möglichst gleichmäßig auf die Bücher zu verteilen.
- Bei Kindergartenkindern und Grundschulern können die Organisatoren die Kinder bei der Auswahl eines Buches mehr „an die Hand nehmen“, indem sie sie direkt zu einem Buch führen, falls sie keine Präferenzen haben. Danach könnten die Kinder zum nächsten Buch geführt werden.

- Für ältere Kinder, Jugendliche und Erwachsene kann ein kurzer Klappentext zu jedem Buch, vielleicht auf einer Flip Chart präsentiert, die Buch-Auswahl erleichtern und stellt zudem Transparenz her.

3) Wie bereits in der Einleitung beschrieben, hat der persönliche Kontakt zu Personen mit psychischer Störung in einer Meta-Analyse höhere Effektstärken bzgl. der Reduktion von Vorurteilen erzielt als eine eher edukative Informationsvermittlung (Corrigan et al., 2012). In unseren Konzepten für Kinder und Jugendliche wurden Personen mit einer psychischen Störung zwar häufig schauspielerisch dargestellt, jedoch wären Personen mit tatsächlicher psychischer Störung vermutlich authentischer. Eine sicherlich aufwändige und nur mit Einverständnis der Eltern zu realisierende Möglichkeit, die Effekte der Veranstaltung zu erhöhen ist folgende:

- Aktuelle und ehemalige PatientInnen der Psychotherapie-Ambulanz für Kinder und Jugendliche können gefragt werden, ob sie der *Living Library* für ein paar Stunden zur Verfügung stehen möchten. Sie können dann über eigene Erfahrungen berichten und Fragen beantworten. Ein besonders geschützter Raum, der eine möglichst ungestörte Gesprächsführung zwischen Entleiher und Buch ermöglicht, ist hier sicher erforderlich. Es sollten vorher Regeln besprochen werden, die dem gegenseitigen respektvollen Umgang dienen.

4) Eine letzte Optimierungsmöglichkeit sehe ich in der Planungs- und Präsentationsphase der Konzepte. Das zunächst angelesene Fachwissen zu der jeweiligen psychischen Störung in leicht verständliche und kreativ dargestellte Informationen zu verwandeln und den anderen Seminarteilnehmern zu präsentieren, halte ich für ein sehr nützliches Vorgehen. Allerdings haben mir bei den Präsentationen der anderen Konzepte die fachlichen Begriffe und Komponenten zu den einzelnen Störungen gefehlt. Mögliche Lösungsmöglichkeiten:

- Die einzelnen Gruppen können vor der Konzeptpräsentation noch ein kurzes, ca. fünfminütiges Impulsreferat zu Symptomen, Epidemiologie, Ätiologie, Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten halten.
- Während der ersten Seminartermine im Semester können die Impulsreferate und während der anschließenden Seminartermine können die Konzepte präsentiert werden.

4 Mögliche Übertragungen des Konzepts auf weitere Disziplinen

Das *Living Library*-Konzept lässt auch bei diverse anderen Disziplinen umsetzen, z. B. in Fachrichtungen, bei denen die Thematik oder die Personen ebenfalls mit Vorurteilen behaftet sind. Zu nennen wäre hier exemplarisch die *Physik*, die bereits bei vielen Menschen in zu

Schulzeiten den Eindruck erweckt, sehr schwierig nachvollziehbar oder sogar langweilig zu sein. Hier bieten sich physikalische Fachbereiche von Universitäten oder anderer Forschungsinstitute an, diese Vorurteile zu reduzieren. Im Rahmen der *Living Library* können die Bücher verschiedene physikalische Themen repräsentieren und interessante Experimente zum Selberdurchführen, Mitmachen oder Beobachten anbieten. Gleiches Vorgehen lässt sich auch in der *Chemie* umsetzen. In der *Informatik*, eine Disziplin, zu der häufig ähnliche Vorurteile wie zur Physik oder Chemie bestehen, könnten die Bücher, z. B. Informatikstudierende, mit ihren Entleihern, spielerisch einfache und humorvolle Programmierungsaufgaben am Computer lösen und mit ihnen ins Gespräch kommen.

Die *Living Library* lässt sich außerdem in universitären Fachbereichen umsetzen, die neu und wenig bekannt sind und daher auf sich aufmerksam machen möchten. Studierende oder Dozenten der *Abenteuer- und Erlebnispädagogik* in Marburg könnten das Konzept z. B. nutzen, um auf das Fach aufmerksam zu machen und Interesse für das Fach zu wecken, um entweder mehr Studienbewerber zu gewinnen oder um Bewusstsein für die Wichtigkeit der Inhalte des Fachs bei LehrerInnen, ErzieherInnen und PädagogInnen zu generieren. Je nach Zielsetzung kann über verschiedene Möglichkeiten diskutiert werden, den Kindergartenalltag oder den Schulunterricht lebhafter zu gestalten oder es können vergangene Projekte vorgestellt werden.

In Disziplinen, in denen Menschen generell wenig informiert sind und mit mehr Wissen ein gesundheitsbewussteres Leben führen und eigenständig Gesundheitsrisiken reduzieren würden, kann die „*Living Library* ebenfalls sehr gut als Kommunikationsmittel genutzt werden. Hier ist das Ziel allerdings nicht, Vorurteile abzubauen, sondern eher langfristig das Verhalten zu ändern, indem auf einfache, unkonventionelle Weise Wissen an die Hand gegeben wird. Universitäre Fachbereiche oder andere Forschungsinstitute der *Biologie* oder *Medizin* oder diverse Kliniken können im Rahmen des Konzepts z. B. über die Entstehung und Verhinderung von Krankheiten informieren und zu Vorsorgeuntersuchungen animieren. Die Bücher können u. a. Ärzte, Medizinstudierende, Biologen, Ernährungs- oder Sportspezialisten sein, die über Lebensstilveränderungen bzgl. Sport und Ernährung informieren, um bei den Buchentleihern Verhaltensänderungen zu animieren, die präventiv das Eintreten bestimmter Krankheiten, wie Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen, zu verhindern oder deren Eintreten zu verzögern. Eine Idee hierfür wäre, dass aussagekräftige und interessante Studienergebnisse graphisch dargestellt und diskutiert und alltagstaugliche Tipps für einen gesünderen Lebensstil gegeben werden. Es können außerdem Personen mit eigenen Erfahrungsberichten hinzugezogen werden, die z. B. durch Sport und Ernährungsumstellung ihr Diabetes Typ II deutlich

reduzieren konnten oder mit dem Aufhören von Rauchen ihre Gesundheit deutlich verbessern konnten.

Auch für das *Erasmus*-Programm kann sich die *Living Library* eignen, um Vorurteile über Personen aus bestimmten Kulturkreisen abzubauen. Die Bücher können entweder die Erasmusstudierenden selbst sein oder die Studierenden aus dem Land, in das sie gereist sind. Neben der Reduktion von Vorurteilen, können so auch Kontakte zu Einheimischen geknüpft werden.

Literaturverzeichnis

- Allport, G. W., Clark, K., & Pettigrew, T. (1954). The nature of prejudice.
- Ben-Porath, D. D. (2002). Stigmatization of Individuals Who Receive Psychotherapy: An Interaction Between Help-seeking Behavior and the Presence of Depression. *Journal of Social and Clinical Psychology, 21*(4), 400-413. doi:10.1521/jscp.21.4.400.22594
- Corrigan, P. W., Morris, S. B., Michaels, P. J., Rafacz, J. D., & Rüschi, N. (2012). Challenging the Public Stigma of Mental Illness: A Meta-Analysis of Outcome Studies. *Psychiatric Services, 63*(10), 963-973. doi:10.1176/appi.ps.201100529
- Crisp, A. H., Gelder, M. G., Rix, S., Meltzer, H. I., & Rowlands, O. J. (2000). Stigmatisation of people with mental illnesses. *British Journal of Psychiatry, 177*(1), 4-7. doi:10.1192/bjp.177.1.4
- Evans-Lacko, S., Brohan, E., Mojtabai, R., & Thornicroft, G. (2012). Association between public views of mental illness and self-stigma among individuals with mental illness in 14 European countries. *Psychological Medicine, 42*(8), 1741-1752. doi:10.1017/S0033291711002558
- Ilic, M., Reinecke, J., Bohner, G., Röttgers, H.-O., Beblo, T., Driessen, M., . . . Corrigan, P. W. (2013). Belittled, avoided, ignored, denied: Assessing forms and consequences of stigma experiences of people with mental illness. *Basic and Applied Social Psychology, 35*(1), 31-40.
- Jacobi, F., Höfler, M., Strehle, J., Mack, S., Gerschler, A., Scholl, L., . . . Wittchen, H. U. (2014). Psychische Störungen in der Allgemeinbevölkerung. *Der Nervenarzt, 85*(1), 77-87. doi:10.1007/s00115-013-3961-y
- Little, N., Nemutlu, G., Magic, J., & Monár, B. (2011). *Don't judge a book by its cover! The living Library Organiser's Guide*: Council of Europe Publishing.
- Moses, T. (2010). Being treated differently: Stigma experiences with family, peers, and school staff among adolescents with mental health disorders. *Social Science & Medicine, 70*(7), 985-993. doi:10.1016/j.socscimed.2009.12.022
- Orosz, G., Bánki, E., Bóthe, B., Tóth-Király, I., & Tropp, L. R. (2016). Don't judge a living book by its cover: effectiveness of the living library intervention in reducing prejudice toward Roma and LGBT people. *Journal of Applied Social Psychology, 46*(9), 510-517. doi:10.1111/jasp.12379
- Rasch, S., & Unterholzner, B. (2015). "Lebende Bibliothek - Special Edition". Handreichung mit theoretisch-konzeptionellen Überlegungen zum Begegnungsformat "Lebende Bibliothek". In Darmstadt: Netzwerk ROPE e.V.

- Schachner, N. (2007). *Lebende Bücher in der Bibliothek : Umsetzung eines „Living Library“-Projektes und die Bedeutung des Konzeptes für die bibliothekarische Arbeit.*, Fachhochschule Potsdam,
- Seeman, N., Tang, S., Brown, A. D., & Ing, A. (2016). World survey of mental illness stigma. *Journal of Affective Disorders*, 190, 115-121. doi:10.1016/j.jad.2015.10.011
- Stuart, H. (2006). Mental illness and employment discrimination. *Current Opinion in Psychiatry*, 19(5).