

이태원 참사 이후
[낙인, 편견 No!]
우리 함께 극복해요!



한국정신건강사회복지학회

Korea Academy of Mental Health Social Work

재난심리지원단

'사회적 낙인'이란 ?

고유한 특징을 갖고 있는 집단과 특정
질환간 부정적인 연결고리를 말해요

중앙일보

"대구 사람이라면 치가 떨린다" 코로나보다 무서운 지역 혐오

김정석 입력 2020.05.01. 13:40 수정 2020.05.02. 03:21 댓글 13055개

대구 이틀째 확진자 '0' 코로나 확산세 둔화
하지만 대구·경북 향한 혐오 온라인서 여전
"어디 출신이라 잘못해..차별받을까 걱정"

신문출처: 중앙일보(2020.05.01.)

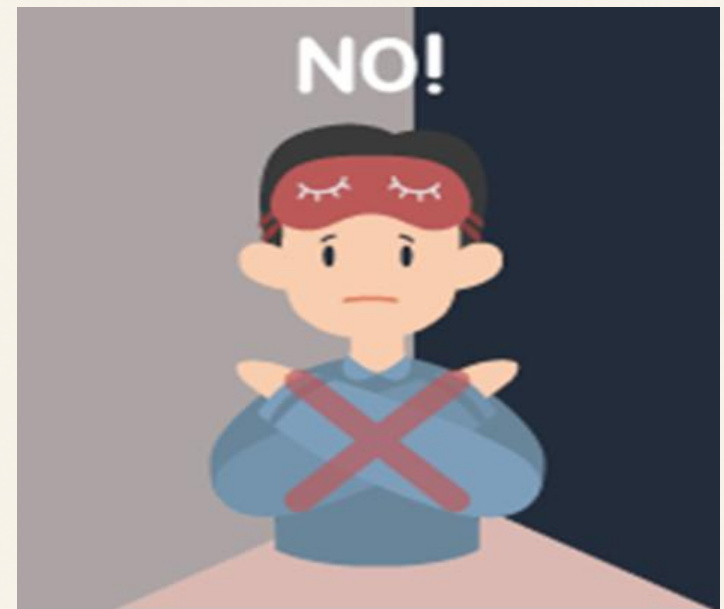
중앙일보

"대구 사람이라면 치가 떨린다" 코로나보다 무서운 지역 혐오

김정석 입력 2020.05.01. 13:40 수정 2020.05.02. 03:21 댓글 13055개

대구 이틀째 확진자 '0' 코로나 확산세 둔화
하지만 대구·경북 향한 혐오 온라인서 여전
"어디 출신이라 잘못해..차별받을까 걱정"

신문출처: 연합뉴스(2020.05.10.)



'사회적 낙인'이란 ?



사회적 낙인의 집단 심리

루머는 어떤 집단이 모호한 상황에 빠졌을 때
그 상황을 설명하려는 집단적인 노력을 말합니다.

상황이 불확실할수록 루머는 나타나고
불확실한 정보, 잘못된 정보가 많아질 수록 루머는 점점 커집니다.

재난 경험자들에 대한 사회적 낙인과 편견

비난

누구는 놀러가기 싫어서 안가나,
왜 돌아다녀.

코로나 시기에 몸이 안 좋으면
가만히 있어야지, 왜 돌아다녀서
전염시키냐

루머

보상 받으려고 더 그러는 거 아냐?
어디까지 지원한다는데?

동선, 신상에 대한 추측 등

기피 및 거부

우리 집에 확진자가 있다고
수근거리고, 우리를 기피해요

완치되었는데도 아이를 학교, 어린이집에
나오지 말라고 얘기해요



재난 경험자들에 대한 사회적 낙인과 편견

1

재난과 위험을 경험하고 나면,
지난 행동에 대해 후회되는 마음, 죄책감이 생기지만
그 당시에 우리들은 최선을 다해 노력하고
생활했다는 것을 잊지 마세요.

2

미안한 마음, 죄책감이 드는 건 정상이지만
부정적인 생각이 지속되는 것은 나의 몸과 마음의
건강회복에는 도움이 되지 않습니다.

사회적 낙인으로 인한 힘든 감정에서 벗어날 수 있을까?

내 가족이, 나의 친한 친구가 나와 같은 상황에 처했다면 나는 뭐라고 말을 해줄까요?

이럴 때 일수록 혼자 있지 말고, 주변의 사람들과 연락하고 서로의 얘기를 들어주면서 걱정되고 두려운 나의 감정을 조절하는 시간을 가지세요.

주변에 나를 비난하고 부정적인 시각으로 보는 사람도 있겠지만, 나를 걱정해주고 지지해주는 사람들도 있다는 사실을 잊지 마세요!



이미지 출처: 국가트라우마센터

“ 그래도 너무 힘들다면 정신건강전문가의 도움을 받으세요! ”

한국정신건강사회복지학회 재난심리지원단 유튜브 동영상



심리지원에 도움이 되는 번호

정신건강 위기상담전화(정신건강복지센터) 1577-0199

국가 권역 트라우마센터

국가트라우마센터 02-2204-0001	충청권트라우마센터 041-850-5883	강원권트라우마센터 033-260-3272	호남권트라우마센터 061-330-7724	영남권트라우마센터 055-520-2783
--------------------------	---------------------------	---------------------------	---------------------------	---------------------------