

Information für l/s/b/t¹ KlientInnen in Psychotherapie

(Dr. phil. Dipl. Psych. Gisela Wolf, Stand April 2010)

Als PatientInnen/ KlientInnen haben Sie das Recht auf eine transparente und wissenschaftlich fundierte psychotherapeutische Behandlung. PsychologInnen sind entsprechend ihrer ethischen Leitlinien verpflichtet, das Recht jedes Menschen in eigener Verantwortung und nach eigenen Überzeugungen zu leben, anzuerkennen. In ihrer beruflichen Tätigkeit sollen sie sich um Sachlichkeit und Objektivität bemühen und wachsam gegenüber persönlichen, sozialen, institutionellen, wirtschaftlichen und politischen Einflüssen sein, die zu einem Missbrauch bzw. zu einer falschen Anwendung ihrer Kenntnisse und Fähigkeiten führen könnten (Ethische Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Psychologie e.V. und des Berufsverbands Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. unter <http://www.bdp-verband.org/bdp/verband/ethik.shtml>, Meldung vom 23.10.2009).

Eine respektvolle und wertschätzende Haltung gegenüber KlientInnen und deren Bezugspersonen stellt die Grundlage kunstgerechten therapeutischen Handelns dar (Finke 2003).

Die Psychotherapieforschung belegt die Bedeutung der „Passung“ zwischen den Handlungen der PsychotherapeutIn und der KlientIn (Norcross 2002). Für KlientInnen bedeutet dies, dass sie für sich schauen sollten, ob sie sich bei ihrem Psychotherapeuten/ ihrer Psychotherapeutin gut aufgehoben und fachlich kompetent betreut fühlen. Entscheidend ist dabei ihr persönlicher Eindruck. Sie selbst spüren am besten, ob eine Therapie bei dieser Therapeutin oder diesem Therapeuten für Sie passt und Sie sollten Ihre Gefühle und Eindrücke ernst nehmen.

Für lesbische, schwule, transidente oder bisexuelle KlientInnen gestaltet sich leider in Deutschland die Suche nach einer passenden Psychotherapeutin zw. einem passenden Therapeuten oft schwierig, da viele PsychotherapeutInnen in ihrer Ausbildung wenig Zutreffendes über lesbische, schwule, transidente und bisexuelle Lebensweisen gelernt haben. Noch immer gibt es in Deutschland eine erhebliche Unterversorgung in Bezug auf eine fachgerechte Beratung und Therapie l/s/b/t Frauen und Männer (Dennert & Wolf 2009).

Als l/s/b/s KlientIn können Sie, um einen passenden Therapeuten/ eine passende Therapeutin zu finden, neben einer entsprechenden Anfrage an den vlsp (Verband von Lesben und Schwulen in der Psychologie, <http://www.vlsp.de>), auch bei vor Ort vorhandenen l/s/b/t Beratungsstellen nach einer TherapeutIn oder einem Therapeuten in Ihrer Stadt fragen. Viele l/s/b/t Beratungsstellen und Beratungstelefone verfügen über eine Verweisdatei, in der auch PsychotherapeutInnen und ÄrztInnen verzeichnet sind.

Wenn Sie sich für eine Therapie entschieden haben, muss Sie Ihre Psychotherapeutin/ Ihr Psychotherapeut über folgende Punkte aufklären (nach Gerlach 2008) :

¹ l/s/b/t ist das Akronym für: lesbische, schwule, bisexuelle, transidente
L/S/B/T ist das Akronym für: Lesben, Schwule, Bisexuelle und Transidente

- Ihre Diagnose und die Art der geplanten Behandlung
- Mögliche Behandlungsalternativen
- Erfolgsaussichten und Risiken der Therapie, sowie mögliche Folgen einer Nichtbehandlung und eines Behandlungsabbruchs
- Sitzungsdauer und –frequenz
- voraussichtliche Gesamtdauer der Therapie
- Inanspruchnahme von Supervision durch die Therapeutin/ den Therapeuten
- Fehlstundenregelung und Ausfallhonorar.

Als KlientIn haben Sie auch das Recht, ihre Psychotherapeutin nach ihrem Fachwissen über l/s/b/t Themen zu fragen, um einzuschätzen, ob Sie mit Ihrer Lebensweise bei der Therapeutin gut aufgehoben sind. So können Sie Ihre Therapeutin fragen, ob sie spezifische Fortbildungen zu dem Thema besucht hat, ob l/s/b/t Lebensweisen Bestandteil ihrer Ausbildung waren und wie sie mit l/s/b/t KlientInnen arbeitet. Manche lesbischen, schwulen und bisexuellen KlientInnen gehen davon aus, dass ihre Lebensweise in einer Psychotherapie gar nicht angesprochen werden muss. So outen sich z.B. 8% aller lesbischen Frauen nicht gegenüber ihrer Psychotherapeutin, 32% outen sich nicht gegenüber ihrem Psychotherapeuten (Dennert 2005). Versteckt zu leben und sich damit auch in einer Psychotherapie nicht zu outen kann zwar vor Diskriminierungen schützen. Es ist aber davon auszugehen, dass eine Psychotherapie nicht fachkompetent durchgeführt werden kann, wenn die persönliche Lebensweise nicht als wichtiger biografischer Hintergrund benannt werden kann. Wenn Sie merken, dass in Ihrer Psychotherapie kein Raum ist, über Ihre Lebensweise, Ihre PartnerInnenschaften, Ihre FreundInnenschaften und Ihre Zugehörigkeit zu einer sozialen l/s/b/t Gemeinschaft zu sprechen, kann dies ein Hinweis darauf sein, dass diese Psychotherapie bei diesem Therapeuten/ dieser Therapeutin nicht optimal für Sie geeignet ist.

Weitere Hinweise auf potenzielle Schwierigkeiten Ihrer Therapeutin/ Ihres Therapeuten mit dem Thema l/s/b/t Lebensweisen sind:

- wenn Ihr/-e TherapeutIn nichts über l/s/b/t-Lebensweisen weiss und Sie als KlientIn sehr viel der Therapiezeit damit verbringen müssen, Ihrem/-r TherapeutIn immer wieder Ihre Lebensweise zu erklären.
- wenn Ihr/-e TherapeutIn eine unsensible Wortwahl benutzt, die Ihre l/s/b/t Lebensweise ignoriert (z.B. wenn Ihre Therapeutin/ Ihr Therapeut trotz besseren Wissens von Ihrem „Partner“ spricht, obwohl Sie eine Partnerin haben).
- wenn Ihr/-e TherapeutIn behauptet, Ihre psychischen Probleme seien ursächlich auf Ihre soziosexuelle Orientierung oder Ihre Geschlechtsidentität zurückzuführen (wenn z.B. Ihre Therapeutin behauptet, Ihre schwule Identität sei der Grund für Ihre Depression)
- wenn Ihr/-e TherapeutIn behauptet, Sie seien durch traumatische Gewalterfahrungen lesbisch, schwul oder transident geworden. Homosexualität und Transidentität entstehen nicht durch Gewalterfahrungen.

- wenn Ihr/-e TherapeutIn Ihrer soziosexuellen oder Genderidentität mit Voyeurismus, Abwertung oder Mitleid gegenüber tritt.
- wenn Ihr/-e TherapeutIn abwertend über Ihre BeziehungspartnerIn spricht oder Sie auffordert, eine homosexuelle Beziehung deshalb zu beenden, weil sie homosexuell ist.
- wenn Ihr/-e TherapeutIn Lesben, Schwule, Bisexuelle und Transgender per se als schlechte Eltern betrachtet und sich gegen ein Sorgerecht für L/S/B/T ausspricht.
- Wenn Ihr/-e TherapeutIn Mythen und Vorurteile über L/S/B/T verbreitet (z.B. behauptet, Sie seien durch einen neurotischen Konflikt schwul geworden, Ihre Mutter sei daran „schuld“, bei Lesben sei immer eine „der Mann“ etc.) (vergl. Wolf 2004)

Wenn Sie Zweifel haben, ob Sie bei Ihrem Psychotherapeuten/ Ihrer Psychotherapeutin gut aufgehoben sind, können Sie sich an eine örtliche l/s/b/t Beratungsstelle, ein l/s/b/t Beratungstelefon oder an den vlsp (<http://www.vlsp.de>) wenden, um mit einem/-r BeraterIn Ihren Eindruck zu besprechen und weitere Schritte zu planen. Gerade wenn Sie selbst zuvor mit Ihrem Therapeuten oder Ihrer Therapeutin, der/ die Sie unsensibel oder abwertend behandelt, auch gute Erfahrungen gemacht haben, kann es schwer sein, für sich abzuwägen, ob und wie mann/ frau die Therapie weiter machen möchte, ob mann/frau den Therapeuten oder die Therapeutin auf sein/ ihr Verhalten ansprechen kann, ob es besser ist, die Therapie zu beenden und welche Alternativen es gibt.

Bei diskriminierendem oder übergriffigen Verhalten Ihres Therapeuten/ Ihrer Therapeutin können Sie sich auch an die Berufsaufsicht in der Psychotherapeutenkammer Ihres Bundeslandes (Adressen im Internet) wenden und sich dort beraten lassen.

Literatur:

Dennert, G. (2005). Die gesundheitliche Situation lesbischer Frauen in Deutschland – Ergebnisse einer Befragung. Pfaffenweiler: Centaurus.

Dennert, G./Wolf, G. (2009). Gesundheit lesbischer und bisexueller Frauen. Zugangsbarrieren im Versorgungssystem als gesundheitspolitische Herausforderung. In: FEMINA POLITIKA 1, S. 48-59.

DGP & BPD: Ethische Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Psychologie e.V. und des Berufsverbands Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V. (<http://www.bdp-verband.org/bdp/verband/ethik.shtml>, Meldung vom 23.10.2009).

Finke, J. (2003). Gesprächspsychotherapie. Stuttgart: Thieme.

Gerlach, H. (2008): Berufsrecht. In: Best, D./ Gerlach, H./ Mittelstaedt, E./ Munz, D./ Stellpflug, M. H. & Wittmann, L.: *Approbiert, was nun? Berufseinstieg für Psychologische Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten*. Heidelberg: Psychotherapeutenverlag.

Norcross, J. C. (2002). Empirically Supported Therapy Relationships. In: Norcross, John C. (Hrsg.). *Psychotherapy Relationships That Work. Therapist Contributions and Responsiveness to Patients*. New York: Oxford University Press. S. 3-16.

Wolf, G. (2004). *Erfahrungen und gesundheitliche Entwicklungen lesbischer Frauen im Coming-out-Prozess*. Centaurus: Pfaffenweiler.