Zeitschrift: RosaRot : Zeitschrift für feministische Anliegen und Geschlechterfragen
Herausgeber: Redaktionskollektiv RosaRot
Band: - (2023)
Heft: 63

Artikel: Perspektiven für eine diskriminierungskritische Psychotherapie und Beratung

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1044543

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Perspektiven für eine diskriminierungskritische Psychotherapie und Beratung

Wie kann die Psychotherapie, die vermeintlich zwischen «krank» und «gesund» zu unterscheiden vermag, ihrem Anspruch auf Gerechtigkeit und Diskriminierungsfreiheit nachkommen? Dieser Beitrag befasst sich kritisch damit, wie gesellschaftliche Machtstrukturen in der Psychotherapie reproduziert werden. Dabei geht es sowohl um die psychotherapeutische Arbeit, als auch um die Erfahrungen von betroffenen Personen.

von SoNo!

Gemeinsam mit Patie*ntinnen und Betroffenen

Der oben aufgeworfenen Frage sind wir – zwei *weisse*, junge, queeraktivistische, able-bodied Stud*entinnen der angewandten Psychologie – nachgegangen und haben dazu im Herbst 2022 zu einem Open Call aufgerufen. In elf persönlichen, sensiblen und kreativen Beiträgen werden Diskriminierungserfahrungen, Unterdrückung sowie die Rolle von Privilegien im psychologischen Kontext geschildert und mögliche Perspektiven für eine diskriminierungskritische Psychotherapie und Beratung aufgezeigt. Für diesen Beitrag haben wir eine Auswahl der eingesendeten Antworten auf den Open Call zusammengestellt.

Kolonialismus, Neoliberalismus und Patriarchat sind überall

Die westlich-zentrierte Psychologie und Psychiatrie sind wie die meisten hiesigen Wissenschaften eng mit Kolonialismus (Tissberger, 2017), Neoliberalismus (Grubner, 2019) und Patriarchat (Burgermeister & Garcia-Nuñez, 2015) verknüpft. Dies bedeutet, dass auch in psychologischen und psychiatrischen Kontexten bewusst oder unbewusst Unterdrückung und Diskriminierung aufrechterhalten und reproduziert wird. Wenn davon ausgegangen wird, dass gesellschaftliche Machtstrukturen in allen Lebensbereichen wirken, muss daraus geschlossen werden, dass diese auch im Kontext von Beratung, Therapie und Forschung sowie in psychologischen Ausbildungen wirken. Dies trotz aller Reflexion von Beratenden, Psychothe*rapeutinnen und Psychi*aterinnen.

Versorgungslücken in Psychotherapie und Psychiatrie
Migrantische, queere Psychosozialberatungen mit spezialisierten Angeboten wie zum Beispiel LesMigras und Gladt e.V. in Berlin oder der Checkpoint in Zürich bemerken seit Jahren, dass sich nur wenige Psy*chotherapeutinnen mit (Mehrfach-) Diskriminierungen und unterdrückenden gesellschaftlichen Strukturen auskennen. Da viele Psycho*therapeutinnen in ihren Ausbildungen zu wenig bis gar nichts bezüglich eines professionellen Umgangs mit Diskriminierungs- und Unterdrückungserfahrungen lernen, kommen viele Psychosozialberatungen aufgrund der hohen Nachfrage schon lange an ihre Kapazitätsgrenzen.

Eigene Deutungen und Wahrheiten verschieben und bewegen
In der psychologischen Lehre und Ausbildung braucht es eine tiefgreifende Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Machtverhältnissen und den eigenen strukturellen Privilegien. Dabei ist das Ziel, Ps*ychologinnen, Therapeu*tinnen und B*eraterinnen darin auszubilden, Menschen mit Diskriminierungs- und Marginalisierungserfahrungen sichere Räume und professionelle Unterstützung bieten zu können. Hierfür könnte die Auseinandersetzung mit folgenden Fragen hilfreich sein (vgl. Gold et al., 2021):
Welche Bilder, Stereotype und Vorurteile sind in meinem Kopf wirkmächtig? Bin ich bereit, diese zu hinterfragen und zu dekonstruieren? Wie beeinflussen sie meine (intuitiven) Reaktionen auf Klientinn*en oder Patie*ntinnen und deren Aussagen? Welche Bilder habe ich in meiner Herkunftsfamilie oder in Institutionen wie Kindergarten, Kita oder Schule über die «Anderen» gelernt? Nehme ich die Wahrnehmung meiner Klien*tinnen und Pa*tientinnen ernst? Aus welcher gesellschaftlichen Position heraus formuliere ich meine Fragen und wähle Interventionen aus? Bin ich mir meiner Privilegien bewusst, und welche Auswirkungen haben diese auf die Beratungssituation? Kann ich mich und meine Arbeit machtkritisch hinterfragen?
Weshalb nicht?

Call For Perspectives
Bei Interesse an Vernetzung zu dieser Thematik können interessierte Personen gerne callforperspectives@gmail.com anschreiben. Das digitale Heft kann ebenfalls unter dieser Adresse bezogen werden. Für Fragen, Anregungen und Kritik sind wir offen.

Quellenverzeichnis:

- Burgermeister, N. & Garcia Nuñez, D. (2015). Queerfeministische Perspektiven in der Psychotherapie. *Psychosozial*, 140(2), 55–70. [Sonderdruck für Nicole Burgermeister]
- Gold, I., Weinberg, E., & Rohr, D. (2021). *Das hat ja was mit mir zu tun!? Macht und rassismuskritische Perspektiven für Beratung, Therapie und Supervision.* Carl-Auer.
- Grubner, A. (2017). *Die Macht der Psychotherapie im Neoliberalismus - Eine Streitschrift.* Mandelbaum, kritik & utopie.
- Tissberger, M. (2017). *Critical Whiteness. Zur Psychologie hegemonialer Selbstreflexion an der Intersektion von Rassismus und Gender.* Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-658-17223-7.

Ausgewählte Beiträge aus der Textsammlung:

1) CN: Privilegien, SafeR Space, Rassismus, trans, Ableismus, Klassismus, Sexismus, Trauma

Anders als die andern
seit ich mich erinnern kann
Einsam damit
seit ich fühlen kann
Verletzlich darin
seit ich es von aussen zu spüren begann

Nach Jahren des Fremdseins, Falschfühlens
Nach Jahren der Einsamkeit
Nach Jahren der Unterdrückung, Abwertung, Ohnmacht
suche ich
Hilfe

Mut, sich zu öffnen
ist so verdammt schwierig
als anderer Mensch
als abgewertetes Wesen
als verletzte Seele

Suche
Unterstützungsangebote
Unterstützungsversprechende
Unterstützungszufluchtsort

Privilegiert
seit Sie sich erinnern können
Anerkannt und wertgeschätzt
seit Sie fühlen können
Gestärkt und machtvoll
seit Sie es von aussen zu spüren begannen

Nach Jahren des Dazugehörens in der Welt
Nach Jahren als angesehener, machtvoller Teil der Gesell-
schaft

Nach Jahren der Gewöhnung als Privil*egienträgerin
bieten Sie
«Hilfe»

Mut, zuzugeben, dass Ihnen das alles sehr fremd ist
ist so verdammt schwierig
als konformer Mensch
als privilegiertes Wesen

als unversehrte Seele
Biete
«Angebot auf Augenhöhe?»
«Bescheidenheit und Anerkennung?»
«Safe Space?»

Meinen Mut kratz ich mit letzter Kraft zusammen
Ihren Mut vermisse ich

Ich zeige Ihnen meine Welt
Sie scheint Ihnen «ungewöhnlich»

Meine Verletzlichkeit schmerzt
Sie verstehen mich nicht

Ihr Unverständnis schmerzt
Sie verstehen dies nicht

Mein Hilfesuchen ist ein Hilfeschrei
Ihre Rationalität, ihr Urteil ist kalt und «professionell»

Sie wissen, was «richtig» ist
Ich spüre, was mich bewegt

Ich bleibe
Anders
Einsam
Verletzlich
Verletzt

Sie bleiben
Privilegiert
Anerkannt
«Professionell»
Mächtig

Wo finden wir heartbased Support?
Wo finden wir rassismus-, trans-, ableismus-, klassismus-, sexismus-, trauma- und privilegien-sensible Unterstützung?
Wo finde ich diesen Menschen und diesen Ort,
wo es sich lohnt, meinen Mut mit letzter Kraft zusammenzukratzen?

3) CN: Mastektomie, Geschlechtsidentität, Schilderung von Transfeindlichkeit, Unprofessionalität im psychologischen Kontext

Finn, 35 Jahre alt.

Zu meinem Hintergrund: Ich bin ein 35-jähriger Transmann, der vor ca. 2 Jahren zu seiner Identität gefunden hat. Insbesondere der Weg zur medizinischen Transition (Operationen, Hormone, etc.) wird bei den meisten trans Menschen eng durch ein*en Psychol*ogin begleitet. Als ich also anfing meine Identität zu hinterfragen, erwartete ich, durch eine entsprechende Begleitung unterstützt werden zu können. Das Gegenteil war leider der Fall. Von meinem Gynäkologen wurde ich im Frühling 2019 an die Uniklinik Zürich (Abteilung für Gender Dysphorie) verwiesen. Nach einem ersten Telefongespräch verwies mich diese dann weiter an Herrn Müller* (Name wurde geändert), ein Psychotherapeut, der laut eigener Aussage Fachperson in diesem Bereich ist. Ziel meiner damaligen Anstrengungen war eine Mastektomie. (...) Damit die Krankenkasse die Operation übernimmt, muss aber eine entsprechende Diagnose vorliegen, die dann bei der Krankenkasse zur Kostengutsprache eingereicht werden kann. (...)

Der Psychotherapeut

(...) In unseren Sitzungen sprachen wir über verschiedene Themen, selten jedoch über das eigentliche Thema, das mich überhaupt dorthin geführt hatte. Wir diskutierten viel über Veganismus und das für Herrn Müller scheinbar sehr wichtige Thema des Nationalsozialismus in Deutschland. Nur am Rande sprachen wir aber über das eigentliche Thema, nämlich mein Verhältnis zu meinem Körper und den Gründen für meinen Operationswunsch. Ich hatte zu keinem Zeitpunkt den Eindruck, dass der Prozess sich nach vorne bewegt und verliess den Raum meistens frustriert und demotiviert, was ich ihm auch mehrmals so kommuniziert habe.

(...) Um den Prozess voranzutreiben, suchte ich im Herbst 2019 eigenständig das Gespräch mit einer in diesem Bereich bekannten Chirurgin, um mich über die Operation und den Zeithorizont von ihrer Seite zu informieren. (...) Nach einem ersten Informationsgespräch mit ihr verliess ich ihre Praxis strahlend und optimistisch. Mir war klar, dass ich diese OP möchte, brauche und um jeden Preis durchführen lassen würde. Bei Herrn Müller fragte ich nach diesem Gespräch erneut nach einem Zeithorizont für das Schreiben, das ich noch von ihm benötigte. Nachdem ich erneut keine klare Antwort erhielt, entschloss ich, die Sitzungen abzubrechen und den Prozess selbstständig voranzutreiben. Dank der fantastischen Beratung und der klaren Kommunikation der Chirurgin klappte dies auch problemlos und ich konnte mich im Mai 2020 auf eigene Kosten operieren lassen. (...) Die Kosten dieser Operation beliefen sich auf 16.000 CHF. Ich war in der glücklichen Situation, diese tragen zu können, denke aber oft an die vielen Menschen, die nicht über die finanziellen Mittel verfügen, den eigentlichen Prozess und die Abhängigkeit von externen Institutionen und Personen zu verlassen. (...)

Aftermath

Ca. anderthalb Jahre nach der Operation und nach Beginn der Hormontherapie entschied ich mich dazu, ein Beschwerdeschreiben an die transspezifische Fachgruppe, in der Herr Müller Mitglied ist, zu senden. Mein Anliegen war es hier insbesondere, auf die unprofessionellen Praktiken von Herrn Müller aufmerksam zu machen, damit hoffentlich entsprechende Massnahmen getroffen werden können, um weiteren Menschen eine solche Erfahrung zu ersparen. Ergebnis der Kommunikation war ein Treffen zwischen Herrn Müller und mir, welches jeweils von einer Vertrauensperson (einer weiteren Psychologin aus dem gleichen Bereich auf Seite von Herrn Müller, einer Fachperson vom Transgender Network Switzerland (TGNS) auf meiner Seite) begleitet wurde. Dort schilderte ich nochmals meine Sicht der Dinge und wir hatten die

Gelegenheit, in einen offenen Austausch zu treten. Dieses ca. anderthalbstündige Gespräch war meines Erachtens nur bedingt fruchtbar. Herr Müller erwähnte unter anderem mehrfach, dass ich ihm «Informationen vorenthalten» hatte und er dieser Tatsache «ausgeliefert war». Interessant für mich waren insbesondere die Reaktionen der beiden anwesenden Vertrauenspersonen, die ja beide vom Fach waren. Beide zeigten sich erstaunt und schockiert über sein fehlendes Anerkennen des klaren Machtverhältnisses, das in einem Therap*eutinnen-Kl*ientinnen Verhältnis entsteht. Kurz vor dem Gespräch erfuhr ich unter anderem von meinem Kontakt beim TGNS, dass ich nicht die erste Person bin, die sich über diesen Therapeuten aus den von mir genannten Gründen beschwert hat. Andere Beschwerden gingen so weit, dass der entsprechende Kontakt, wenn er heute Therap*eutinnen empfiehlt, Herrn Müller nicht mehr auf die Liste nimmt. Ob es weitere Folgen aus dem Gespräch gab, weiss ich nicht. Eine kurze Google-Suche zum Zeitpunkt der Entstehung dieses Beitrages zeigt, dass Herr Müller weiterhin im Bereich Geschlechtsidentität praktiziert.

6) CN: Schilderung von Transfeindlichkeit, Unprofessionalität in psychotherapeutischen Kontexten, inter*, endo-dyadischer Körper

Der Text stellt einen Brief an einen Psychotherapeuten dar.

Entsprechend geehrter Therapeut,

Als ich Ihnen erzählte, dass ich festgestellt habe, keine Frau, sondern nicht-binär zu sein, haben Sie geantwortet, dass mein Partner da ja auch noch etwas mitzureden habe.
Als ich erzählte, dass ich vielleicht inter* bin, haben Sie mich vor der ganzen Therapiegruppe gefragt, ob ich denn meine Periode hätte und daraufhin festgestellt, dass es dann ja klar ist, dass ich eine «biologische Frau» bin.
Als ich erklärt habe, dass es mich verwirrt, inter* und trans-nicht-binär zu sein, weil trans-Sein meist anhand von endo-dyadischen Körpern gedacht wird, haben Sie gesagt, dass es doch wirklich nicht Not tut, sich mit Definitionen aufzuhalten.
Als ich Ihnen sagte, dass ich mich nicht ernst genommen fühle, haben Sie mich gefragt, warum ich denn überhaupt noch zu Ihnen komme, wenn Sie so schrecklich sind.

Danke für diese Anregung.
Sie hat mir wirklich weitergeholfen.

11) CN: Gefühle von Ohnmacht, Kritik an der psychiatrischen Landschaft, Selbstverletzung, Suizid

(...)
ich will hilfe holen.
ich rufe an.
bei der psychiatrischen notstelle.
er will nicht.
ich rufe an.
sie wollen nicht, weil er nicht will.

er ist nicht schwerverletzt
also sollte ich ihn nicht ins krankenhaus bringen.
er will sich nicht selbst melden, sie können mir nicht weiterhelfen.
nächstes telefonat.

sie können mir nicht weiterhelfen.
sie können ihm nicht weiterhelfen.

nächstes telefonat.
keine hilfe.
keine hilfe.
er liegt neben mir.
seine fre*undinnen können mir nicht weiterhelfen.
es ist schon spät.
kein mensch. will ihm weiterhelfen.

ich halte ihn fest. die ganze nacht lang.
heute lebt er noch.

wieso hat kein mensch geholfen?
wieso geht es allen schlecht?
wieso lassen wir alle zu, dass so eine gesellschaft existiert?

wo es uns allen irgendwie schlecht geht und obwohl wir genau deshalb Stellen für so was haben, reicht es nie aus.
sie reichen nicht aus, um zu schauen, dass es allen besser geht.

es braucht viel grössere veränderungen. ganz andere strukturen.
weniger strukturen.
ganz viel veränderung.

was ist wenn es denen, die helfen sollen, auch schlecht geht?
was ist, wenn sie helfen wollen, aber gar nicht können?
wieso ist das so aufgebaut,
dass die, die hilfe brauchen, zuerst danach fragen müssen?

wir tun so, als hätte es platz für krankheiten.

unsere kranke gesellschaft hat keinen platz für kranke.
indem es stellen gibt, die die kranken auffangen sollen.
aber das sind keine lösungen.
die kranken bleiben krank und ein psychiatrisches telefon ist nett, aber keine realität.

wer fängt uns auf, wenn es uns schlecht geht? wer fängt uns auf, wenn unser netz kaputt ist. wenn unser netz auch krank ist?

Dieser Text wurde von Sharlyn Keller geschrieben.