

# Rassismus im psychotherapeutischen Kontext – Eine Stellungnahme der Interessengruppe für Transkulturelle Klinische Psychologie und Psychotherapie der Deutschen Gesellschaft für Psychologie (DGPs)

Rassismus – in seinen vielfältigen Erscheinungsformen – ist ein ideologisches Konstrukt (Witzig, 1996). Dieses fußt auf Annahmen und Ansichten, die auf menschenverachtenden Hierarchien gründen und diese begünstigen (Haeny et al., 2021; D.R. Williams et al., 2019). Dadurch führt Rassismus dazu, dass Menschen bestimmter Gruppenzugehörigkeiten benachteiligt, unterdrückt, marginalisiert und auch existenziell gefährdet werden. Dies geschieht in der Regel mit dem Ziel, anderen, nicht rassifizierten Gruppen den Zugang zu Ressourcen, Privilegien und Chancen zu gewähren bzw. eben- diese nicht zu gefährden (Haeny et al., 2021; Kirmayer et al., 2020; Paradies, 2006).

Rassismus ist ein globales Phänomen mit einer langen Geschichte, die von Gewalt und Unterdrückung geprägt ist. Er hat tiefe Wurzeln in nahezu jeder Gesellschaft geschlagen. Rassismus ist Realität, auch in Deutschland (Aikins et al., 2021; Kim et al., 2022). So drückt sich Rassismus sowohl im Zwischenmenschlichen als auch im Sinne struktureller Gewalt aus. Er begegnet uns überall, und er greift die Betroffenen sowohl im Alltäglichen (wie z. B. auf dem Wohnungsmarkt oder bei der Arbeitssuche) als auch in institutionellen Räumen wie Schulen und Bildungseinrichtungen, Verwaltung, Polizei, Medien und Politik, aber auch in der Gesundheitsversorgung an (Aikins et al., 2021; Haeny et al., 2021; D.R. Williams et al., 2019).

Rassismus ist eine Realität, gegen die es entschieden vorzugehen gilt – auf allen Ebenen und in allen Bereichen. Als Interessengruppe für Transkulturelle Klinische Psychologie und Psychotherapie der DGPs ist es uns ein dringendes Anliegen auf die fehlende Auseinandersetzung mit Rassismus und seinen Folgen sowie dessen Bekämpfung insbesondere in den Räumen der psychotherapeutischen Versorgungspraxis einzugehen. Wir wollen und müssen auf die hieraus resultierenden Versorgungsmissstände für die Betroffenen, aber auch auf die Verantwortung und Haltung unserer Berufsgruppe hinweisen. Aus der Forschung wissen wir zu gut, dass interpersonelle Gewalterfahrungen, welche Rassismus per Definition darstellt, je nach Stärke, Dauer und Häufigkeit als traumatisch erlebt werden und dann zu gravierenden gesundheitlichen Schäden – psychischer wie physischer Natur – führen können (Kirkinis et al., 2021; Lazaridou et al., 2023; Schouler-Ocak & Moran, 2023; M. T. Williams et al., 2021). Somit ist eine Auseinandersetzung mit Rassismus und seinen Folgen bzw. deren Bekämpfung und Behandlung unumgänglich als eine wichtige, um nicht zu sagen primäre Aufgabe der psychosozial und psychotherapeutisch Versorgenden zu betrachten. Halten wir uns die Berichte der Betroffenen zu ihren Erfahrungen in der ambulanten und stationären psychotherapeutischen und psychiatrischen Versorgung in Deutschland vor Augen, so scheint gegenwärtig ein selbstkritischer Umgang mit Rassismus und seinen vielfältigen Erscheinungsformen seitens der im Gesundheitssystem Tätigen nicht ausreichend zu erfolgen (Aikins et al., 2021). Dies betrachten wir als einen entscheidenden Missstand in der Versorgung, da ohne eine selbstkritische Auseinandersetzung mit Rassismus und eigenen Stereotypen eine wirksame und gleichberechtigte Versorgung nicht möglich ist und dies zugleich eine große Gefahr für Erfahrungen der Reviktimisierung für die von Rassismus betroffenen Menschen in Deutschland birgt. Die APA formulierte »Multicultural Guidelines« (American Psychological Association, 2017), in denen Empfehlungen für Psychotherapeut:innen<sup>1</sup> festgehalten sind, um Personen, die rassistischen Ausgrenzungen ausgesetzt sind, adäquate psychotherapeutische Hilfe anbieten zu können. Dafür fordern sie einerseits eine Auseinandersetzung mit eigenen, gesellschaftlichen und Rassismus ignorierenden »colour blind«-Einstellungen der Psychotherapeut:innen. Andererseits fordern sie, auch eigene rassistische Stereotype und die eigene privilegierte soziale Position als Psychotherapeut:innen in einem andauernden selbstreflexiven Prozess zu erkunden und sich mit diesen kritisch zu befassen. Wenn dies nicht geschieht, erfahren Betroffene in der Psychotherapie, die einen geschützten Raum darstellen sollte, erneute rassistische Diskriminierungen, wie Studien aus den USA belegen (Constantine, 2007; Owen et al., 2014). Dies geschieht sowohl in Form von Konfrontationen mit rassistischen Stereotypen als auch durch Bagatellisierung und Invalidierung von außerhalb des Therapieraums gemachten Erfahrungen der Betroffenen bis hin zu Vorwürfen der Hypersensitivität in Fragen des Rassismus. Auch in Deutschland zeigte eine jüngste Studie, dass die Rassismuserfahrungen von 62 % derjenigen, die diese in ihrer Psychotherapie zur Sprache brachten, von den Therapeut:innen infrage gestellt wurden (Aikins et al., 2021, S. 141). Diese Art der Invalidierung steht im Widerspruch zu den ethischen und fachlichen Grundhaltungen von Psychotherapeut:innen und widerspricht auch der Orientierung an der UN-Menschenrechtscharta.

Daher muss sich die Ausbildung von Psycholog:innen und Psychotherapeut:innen zwingend mit Formen, Vorkommen und

Auswirkungen von Rassismus in der Gesellschaft so- wie in der Psychotherapie befassen (Bäärnhielm & Schouler-Ocak, 2022; Cénat, 2020). Neben der Vermittlung von Wissen zu Prävalenzen, Konse- quenzen und dem therapeutischen Umgang mit den Rassismuserfahrungen von Klient:innen müssen das Studium sowie die Weiterbildung von Psychotherapeut:innen die Reflexion eigener rassistischer Stereotype und der eigenen gesellschaftlichen Position ermöglichen und fördern. Zu- dem müssen sie Raum für Selbster- fahrung zu eigenen Reaktionen auf die Thematisierung von Rassismuserfahrungen durch Klient:innen bie- ten. Es ist für Psychotherapeut:innen für Kinder, Jugendliche und Erwach- sene unerlässlich, sich mit eigenen Befangenheiten bezüglich Rassismus in Selbsterfahrungen auseinanderzusetzen.

Darüber hinaus bedingt der aktuelle Rahmen unserer Ausbildung (z. B. durch einen hohen Numerus clausus für das Bachelor- und Masterstudium, eine geringe Anzahl an Masterplätzen, hohe Kosten, lange Ausbildungszeiten), dass unsere Berufsgruppe per se bezüglich vieler Diversitätskriterien sehr homogen ist. Um den verschiedenen Realitäten der Menschen in unserer Gesellschaft Rechnung tragen zu können, müssen diese Realitäten auch innerhalb unserer Berufsgruppe deutlich stärker repräsentiert sein. Dies würde den Zugang für Menschen mit Rassismuserfahrungen zu adäquater psychotherapeutischer Versorgung massiv erleichtern und gleichzeitig eine Auseinandersetzung inner- halb der Berufsgruppe fördern. Daher fordern wir eine Erleichterung des Zugangs zu Studium und Weiterbildung für Menschen unterschiedlicher Hintergründe. In diesem Sinne wurde für das Studium B. Sc. Psychologie ein Studieneignungstest entwickelt, der seit 2023 verfügbar ist und zusätzlich zur Abiturnote an diversen Universitäten bei der Vergabe der Studienplätze berücksichtigt wird (<https://zwpd.transmit.de/zwpd-dienstleistungen/zwpd- studieneignungstest>; Watrin et al., 2022). Diese und weitere Veränderungen innerhalb unserer Berufs- gruppe werden dringend benötigt, um zukünftig im Sinne größtmöglicher Diversität und adäquater Spiegelung der Gesellschaft eine Verbesserung der Versorgungssituation für alle in unserer Gesellschaft zu erzielen – insbesondere für aus unterschiedlichen Gründen historisch benachteiligte Personengruppen (Ansloos et al., 2019; Kirmayer et al., 2020).

Wir als Interessengruppe für Transkulturelle Klinische Psychologie und Psychotherapie der DGPs möchten hiermit dazu aufrufen, dass wir als Berufsgruppe der psychotherapeutisch und beratend Tätigen uns aktiv mit der Thematik des Rassismus und den Rassismuserfahrungen vieler Menschen in unserer Gesellschaft in unserer Ausbildung und unserem Berufsalltag auseinandersetzen. Durch eine professionelle wie per- sönliche Auseinandersetzung können wir als Berufsgruppe Verantwortung übernehmen, sodass sich gesellschaftliche Missstände nicht im therapeutischen Raum wiederholen und damit aufrechterhalten. Da- durch können wir unseren Beitrag dazu leisten, zwingend notwendige Veränderungen anzustoßen und zu ermöglichen. Wir müssen für Menschen, die von Rassismus betroffen sind, geschützte Räume und Ange- bote schaffen, in denen sie ihre Erfahrungen teilen können, ohne erneut Invalidierung, Reviktimisierung und Ignoranz gegenüber dieser Realität zu erleben. Nur so können wir unsere Verantwortung als politische Akteur:innen und ethisch handelnde Professionelle ernst nehmen und den individuellen und gesamtgesellschaftlichen Folgen von Rassismus entgegenwirken. Wir sind überzeugt davon, dass wir als Berufsgruppe das Handwerkszeug für eine solche Auseinandersetzung zur Verfügung haben und gemeinsam die durch Rassismus bestehenden Ungleichheiten, Benachteiligungen und mitunter folgenschweren Missstände in unserem Gesundheitssystem erkennen und minimieren können. Lassen Sie uns diese Aufgabe gemeinsam angehen und unserer Verantwortung gerecht werden, um das Zusammenleben aller in unserer Gesellschaft fair zu gestalten.

**Unterzeichnende:**

**André Albuquerque de Bulhões, Marcel Badra, Bettina Böhm, Maya Böhm, Maria Böttche, Cristina Knaevelsrud, Lars Dumke, Britta Dumser, Rayan El-Haj-Mohamad, Heide Glaesmer, Luka Häfele, Schahryar Kananian, Eva Klein, Theresa Koch, Andreas Maercker, Rezhna Mohammed, Ricarda Nater-Mewes, Sibel Nayman, Yuriy Nesterko, Laura Nohr, Michael Odenwald, Berrin Özlem Otyakmaz, Hanna Reich, Kerstin Spanhel, Nadine Stammel, Selina Studer, Sarah Wilker, Jasmin Wittmann**

**Korrespondierende Autor:innen: Yuriy Nesterko, Laura Nohr und Berrin Özlem Otyakmaz**

- Ansloos, J., Stewart, S., Fellner, K., Goodwill, A., Graham, H., McCormick, R. et al. (2019). Indigenous peoples and professional training in psychology in Canada. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*, 60 (4), 265 – 280.  
DOI 10.1037/cap0000189.
- American Psychological Association. (2017). *Multicultural Guidelines: An Ecological Approach to Context, Identity, and Intersectionality*.
- Bäärnhielm, S. & Schouler-Ocak, M. (2022). Training in cultural psychiatry: Translating research into improvements in mental health care for migrants. *Transcultural Psychiatry*, 59 (2), 111–115.  
DOI 10.1177/13634615221089384.
- Cénat, J. M. (2020). How to provide anti-racist mental health care. *The Lancet Psychiatry*, 7 (11), 929–931.  
DOI 10.1016/S2215-0366(20)30309-6.
- Constantine, M. G. (2007). Racial microaggressions against African American clients in cross-racial counseling relationships. *Journal of Counseling Psychology*, 54 (1), 1–16.  
DOI 10.1037/0022-0167.54.1.1.
- Haeny, A. M., Holmes, S. C. & Williams, M. T. (2021). The need for shared nomenclature on racism and related terminology in psychology. *Perspectives on Psychological Science*, 16 (5), 886 – 892.  
DOI 10.1177/17456916211000760.
- Lazaridou, F. B., Heinz, A., Schulze, D. & Bhugra D. (2023). Racialised identity, racism and the mental health of children and adolescents. *International Review of Psychiatry*, 35 (3–4), 277–288.  
DOI 10.1080/09540261.2023.2181059.
- Kim, T.J., Beigang, S., Hauck, S. G., Hechler, S., Kalkum, D. & Pöggel, J. T. (2022). Rassistische Realitäten. Wie setzt sich Deutschland mit Rassismus auseinander? Auftaktstudie zum Nationalen Diskriminierungs- und Rassismustest (NaDiRa).
- Kirkinis, K., Pieterse, A. L., Martin, C., Agiliga, A. A. & Brownell, A. (2021). Racism, racial discrimination, and trauma: A systematic review of the social science literature. *Ethnicity & Health*, 26 (3), 392–412.  
DOI 10.1080/13557858.2018.1514453.
- Kirmayer, L.J., Fernando, S., Guzder, J., Lashley, M., Rousseau, C., Schouler-Ocak, M. et al. (2020). A Call to Action on Racism and Social Justice in Mental Health: Un appel à l'action en matière de racisme et de justice sociale en santé mentale. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 66 (6), 590–593.  
DOI 10.1177/0706743720964333.
- Owen, J., Tao, K. W., Imel, Z. E., Wampold, A. B. & Rodolfa, E. (2014). Addressing racial and ethnic microaggressions in therapy. *Professional Psychology: Research and Practice*, 45 (4), 283–290. DOI 10.1037/a0037420.
- Paradies, Y. C. (2006). Defining, conceptualizing and characterizing racism in health research. *Critical Public Health*, 16 (2), 143 – 157.  
DOI 10.1080/09581590600828881.
- Schouler-Ocak, M. & Moran, J. K. (2023). Racial discrimination and its impact on mental health. *International Review of Psychiatry*, 35 (3 – 4), 268 – 276. DOI 10.1080/09540261.2022.2155033.
- Watrin, L., Geiger, M., Levacher, J., Spinath, B. & Wilhelm, O. (2022). Development and initial validation of an admission test for bachelor psychology studies. *Frontiers in Education*, 7.  
DOI 10.3389/educ.2022.909818.
- Williams, D.R., Lawrence, J. A. & Davis, B. A. (2019). Racism and health: evidence and needed research. *Annual review of public health*, 40 (1), 105–125.  
DOI 10.1146/annurev-publhealth-040218-043750.
- Williams, M. T., Osman, M., Gran-Ruaz, S. & Lopez, J. (2021). Intersection of racism and PTSD: Assessment and treatment of racial stress and trauma. *Current Treatment Options in Psychiatry*, 8 (4), 167 – 185.  
DOI 10.1007/s40501-021-00250-2.
- Witzig, R. (1996). The medicalization of race: scientific legitimization of a flawed social construct. *Annals of internal medicine*, 125 (8), 675 – 679.  
DOI 10.7326/0003-4819-125-8-199610150-00008