



Verband von Lesben und Schwulen in der Psychologie

**Empfehlungen zur Psychotherapie und Beratung  
mit lesbischen, schwulen und bisexuellen Klient\_innen:  
Vorbemerkungen**

Autor\_innen:

**Gisela Wolf, Matthias Fünfgeld, René Oehler und Susanne Andrae**

März 2015

Herausgegeben vom VLSP:

[www.vlsp.de](http://www.vlsp.de)

Zitationshinweis:

Wolf, G., Fünfgeld, M., Oehler, R. & Andrae, S. (2015). *Empfehlungen zur Psychotherapie und Beratung mit lesbischen, schwulen und bisexuellen Klient\_innen: Vorbemerkungen*. Mannheim: VLSP. Verfügbar unter [www.vlsp.de](http://www.vlsp.de)

### Zusammenfassung

Die Beratung und psychotherapeutische Behandlung lesbischer, schwuler und bisexueller Klient\_innen basierte in Deutschland lange auf pathologisierenden und abwertenden Konzeptionen homo- und bisexueller Lebensweisen. Nach der Entpathologisierung in den diagnostischen Manualen ICD und DSM entwickelte sich eine Diskrepanz zwischen einer zunehmenden Fülle von affirmativen und die Diversität dieser Bevölkerungsgruppe herausarbeitenden Forschungsarbeiten einerseits und deren unzureichender Integration des Fachwissens in die psychotherapeutische und beratende Praxis andererseits. Unterdessen wird die Bedeutung eines Verständnisses der Kontextbedingungen, unter denen lesbische, schwule und bisexuelle Klient\_innen leben, für eine fachgerechte Gestaltung einer Beratung und Psychotherapie zunehmend anerkannt.

Mit den hier vorgestellten Empfehlungen des VLSP e.V. für die psychotherapeutische und beratende Arbeit mit lesbischen, schwulen und bisexuellen Klient\_innen möchten wir für Fachkolleg\_innen eine transparente und evidenzbasierte Handlungsgrundlage für die psychosoziale Arbeit mit lesbischen, schwulen und bisexuellen Menschen anbieten. Auch für die Klient\_innen selbst möchten wir durch die Empfehlungen Wissen für ihre Nutzung psychotherapeutischer und beratender Angebote bereitstellen.

Unser Ziel ist es, damit eine fachlich fundierte, kontextsensible, hilfreiche, Schäden vermeidende Gesundheitsversorgung von Lesben, Schwulen und Bisexuellen zu fördern.

*Schlüsselworte:* Therapieempfehlungen - Beratung – Psychotherapie – Lesben – Schwule – Bisexuelle – Qualitätssicherung

### Abstract

For a long time counselling and psychotherapy with lesbian, gay and bisexual clients in Germany was based upon pathologising and derogating conceptions of homo- and bisexual ways of living. After the process of depathologisation in the diagnostic manuals ICD and DSM a gap evolved between on the evidence of an abundance of affirmative research regarding the diversity of this demographic group the one hand and the insufficient integration of expert knowledge into the psychotherapeutic and counselling work on the other hand. In the meantime there is an increasing acceptance concerning the relevance of an appreciation of contextual factors in the life of lesbian, gay and bisexual clients for professional psychosocial work.

By means of the VLSP1-recommendations for psychotherapy and counselling with lesbian, gay and bisexual clients we would like to offer a transparent and evidence-based foundation for professional psychosocial work with this population. Also we would like to provide useful knowledge for lesbian, bisexual and gay clients. It is our aim to encourage a context-sensitive, helpful and harm-avoiding health care based on professional knowledge for lesbian, gay and bisexual people.

*keywords:* guidelines – psychotherapy – counselling – lesbians – gays – bisexuals - quality assurance

---

<sup>1</sup> Verband von Lesben und Schwulen in der Psychologie, the german association of lesbians and gays in psychology

## **Empfehlungen zur Psychotherapie und Beratung mit lesbischen, schwulen und bisexuellen Klient\_innen: Vorbemerkungen**

Lesbische, schwule und bisexuelle Klient\_innen haben aufgrund ihres Minoritätenstatus spezifische Bedürfnisse in der Gesundheitsversorgung. Um diesen Bedürfnissen Rechnung zu tragen, hat im November 2010 der Verband von Lesben, Schwulen und Bisexuellen in der Psychologie (VLSP e.V.) mit einer Fachtagung in Stuttgart die Arbeit an den Empfehlungen zur psychotherapeutischen und beratenden Arbeit mit lesbischen, schwulen und bisexuellen Klient\_innen initiiert. Dabei wurden bis dahin vorhandene Empfehlungen für den beraterischen oder psychotherapeutischen Umgang mit lesbischen, schwulen und bisexuellen Menschen gesichtet (Davies 1996c, Fiedler 2004). Als Ergebnis der Diskussionen auf dieser Tagung wurde festgestellt, dass die vorliegenden Empfehlungen als für die therapeutische Praxis unbefriedigend, revisionsbedürftig und in Teilen fachlich nicht hinreichend fundiert waren. Auch konnten die im US-amerikanischen Kulturraum entwickelten Empfehlungen der spezifischen Situation in Deutschland nicht hinreichend gerecht werden. Daher bildete sich 2011 die „VLSP-Arbeitsgruppe Leitlinien“ (später umbenannt in „VLSP-Arbeitsgruppe Empfehlungen“), die fortan die Entwicklung der eigenen Empfehlungen übernahm und koordinierte. Die aktuellen Empfehlungen des VLSP basieren vor allem auf den US-Amerikanischen Practice Guidelines for LGB Clients der APA (2001, rev. 2011), die hinsichtlich ihrer Anwendbarkeit auf die Situation in Deutschland geprüft und entsprechend modifiziert und ergänzt wurden. Es folgten drei weitere Fachtagungen in der Akademie Waldschlösschen in 2011, 2013 und 2014, auf denen die Ergebnisse der Arbeitsgruppe im Kreis der Vereinsmitglieder vorgestellt und diskutiert wurden. Die Arbeitsgruppe hatte im Vorfeld umfangreiche Literaturrecherchen vorgenommen, intensive Diskussionen geführt und zu vielen Detailfragen Expert\_innen befragt, um den aktuellen Stand der jeweiligen Forschung in den unterschiedlichen Themenfeldern transdisziplinär zu erfassen und von unterschiedlichen Standpunkten ausgehende Perspektiven zu berücksichtigen. In einem mehrschrittigen, strukturierten und konsensorientierten Bearbeitungsprozess hat die „VLSP-Arbeitsgruppe Empfehlungen“ die jeweiligen Rückmeldungen der Expert\_innen integriert. Wir danken allen engagiert mitdiskutierenden VLSP-Vereinsmitgliedern und den zahlreichen Expert\_innen<sup>2</sup>, die diesen umfassenden Entwicklungsprozess durch ihre Beteiligung möglich gemacht haben.

Wir wollen mit den Empfehlungen des VLSP e.V. für psychotherapeutisch und beratend tätige Kolleg\_innen in Deutschland eine transparente und evidenzbasierte Handlungsgrundlage für die Arbeit mit lesbischen, schwulen und bisexuellen Menschen

---

<sup>2</sup> Konsultierte Expert\_innen:

Zülfukar Cetin, Oliver Grandt, Philipp Hammelstein, Mona Hanafi el Sioufi, Hans Hengelein, Ralph Kohn, Lisa Green, Erik Meyerhof, Kerstin Münder, Udo Rauchfleisch, Regina Banda Stein, Gottfried Waser sowie Kolleg\_innen der DGPPN-Gruppe sexuelle Orientierung und Gender-Identität.

anbieten. Unser Ziel ist es, damit eine fachlich fundierte, kontextsensible, hilfreiche, Schäden vermeidende Gesundheitsversorgung von Lesben, Schwulen und Bisexuellen zu fördern. Dabei gehen wir davon aus, dass Psychotherapie aufgrund der unterschiedlichen Rollenverteilung immer eine Machtkonstellation darstellt, in der sich Psychotherapeut\_innen ihrer Haltungen und Positionierungen gegenüber ihren Klient\_innen bewusst sein müssen. In der Psychotherapie sind Psychotherapeut\_innen gehalten, sich gesellschaftlich geprägte Vorannahmen bewusst zu machen. Dabei reflektieren sie mögliche Auswirkungen gesellschaftlicher Strukturen und Vorurteile auf ihre Arbeit und auf wissenschaftliche Forschung. Psychotherapeut\_innen und Berater\_innen tragen auch Verantwortung für gesellschaftliche Wandelungsprozesse zur Förderung der psychischen Gesundheit.

Der Bedarf nach der Entwicklung der vorliegenden Empfehlungen begründet sich darin, dass die Qualität der Versorgung dieser Klient\_innen bisher ist nicht hinreichend ist. Viele lesbische, schwule und bisexuelle Klient\_innen treffen in Psychotherapien und Beratungskontexten bei den Professionellen auf mangelndes Fachwissen zum Themenfeld sexuelle Orientierung und Gender. So zeigen Studien, dass manchmal die Versorgungsqualität dieser Klient\_innen durch Stigmatisierung und Diskriminierung seitens der professionellen Fachkräfte im Gesundheitswesen beeinträchtigt wird (Wolf 2010). Dieser Zustand wird auch dadurch aufrechterhalten, dass spezifisches Wissen zur psychotherapeutischen und beratenden Arbeit mit Lesben, Schwulen und Bisexuellen bisher in Deutschland in der Regel noch nicht in den Ausbildungen von Berater\_innen und Psychotherapeut\_innen verankert ist.

Wir gehen davon aus, dass sich der wertschätzende und respektierende Umgang mit Minderheiten auch auf die gesamte Gesellschaft sehr positiv auswirkt. Auch dazu wollen wir mit der Veröffentlichung der vorliegenden Empfehlungen beitragen. Wir wünschen uns eine breite Diskussion über unsere Empfehlungen und würden es begrüßen, wenn sie Eingang in die Aus- und Weiterbildungen von Berater\_innen und Therapeut\_innen finden. Für eine qualitätsvolle Versorgung mit dem Ziel einer bestmöglichen Gesundheit von Lesben, Schwulen und Bisexuellen sind gesellschaftliche Reformprozesse und Weiterqualifikation der Professionellen zentral.

Für den VLSP ist klar, dass sich eine offene und den Menschenrechten verpflichtete demokratische Gesellschaft vor allem an den Freiheitsrechten und dem Respekt und der Akzeptanz gegenüber Minderheiten ablesen lässt. Die wissenschaftliche Erforschung muss sich an der Diversität menschlichen Erlebens und Verhaltens ausrichten und Achtung vor divergenten menschlichen Lebensentwürfen zeigen.

### **Mitglieder der VLSP-Arbeitsgruppe zu den Empfehlungen:**

Die Mitglieder der VLSP-Arbeitsgruppe zu den Empfehlungen sind Dipl. Psych. Susanne Andrae, Dipl. Psych. René Oehler, Dipl. Psych. Dr. Matthias Fünfgeld, Dipl. Psych. Dr. Gisela Wolf.

### **Adressant\_innen der Empfehlungen:**

Die Empfehlungen richten sich primär an Psychotherapeut\_innen und Berater\_innen, die mit LSB Klient\_innen arbeiten. Da aber auch heute noch lesbische, schwule oder bisexuelle Menschen hinsichtlich ihrer sexuellen Orientierung nur teilweise offen leben oder auch ganz versteckt, wenden wir uns bewusst an alle Psychotherapeut\_innen und Berater\_innen, auch an diejenigen, die zunächst denken, alle ihre Klient\_innen lebten heterosexuell. Darüber hinaus können unsere Empfehlungen auch der Information von Klient\_innen dienen. Anderen in der psychosozialen und medizinischen Gesundheitsversorgung tätigen Berufsgruppen stellen wir die Empfehlungen hiermit gerne zur Verfügung und freuen uns, wenn sie von den Nutzer\_innen jeweils für ihre entsprechenden Arbeitsfelder weiter bearbeitet werden. Wir laden alle Leser\_innen herzlich dazu ein, sich mit den Empfehlungen auseinander zu setzen und uns auch Rückmeldungen zu geben (unter der Adresse: kontakt@vlsp.de).

### **Aufbau der Empfehlungen:**

Die Empfehlungen umfassen zu jedem Themenbereich ein kurzes Statement als Überschrift, und einen umfangreichen Kommentar, in dem die Evidenz zu jedem Themenbereich zusammengetragen wird und daraus Handlungsmöglichkeiten für die beratende und psychotherapeutische Arbeit abgeleitet werden. Die Empfehlungen werden durch ein Glossar der verwendeten Begriffe und ein Literaturverzeichnis ergänzt. Eine Übersicht über den Aufbau der Empfehlungen enthält Tabelle 1.

### **Für die Einordnung der Empfehlungen sind uns folgende Punkte wichtig:**

**Der Wandel und die Grenzen der Begriffe:** Das Themenfeld der sexuellen Orientierungen befindet sich in einem permanenten gesellschaftlichen Entwicklungsprozess. Es bilden sich immer wieder neue Konzepte, mit denen sich Menschen bezüglich ihrer sexuellen Orientierung bezeichnen, sich sozial verorten, politisch Einfluss nehmen und auf gesellschaftliche Situationen reagieren. Nicht-heterosexuelle Personen stehen dabei vor der Herausforderung, ihre Positionen auch in der Auseinandersetzung mit Marginalisierung und Stigmatisierung nicht-heterosexueller Lebensweisen zu finden und zu bezeichnen. Diese Auseinandersetzung findet eng verknüpft mit der jeweiligen Positionierung der Person hinsichtlich ihrer weiteren sozialen Zugehörigkeiten statt. Alle Begriffe in diesem Themenfeld (wie „lesbisch“, „schwul“, „bisexuell“, „heterosexuell“, „Coming-out“) erfassen diese Vielfalt von Entwicklungsprozessen und Erfahrungshorizonten nur sehr unzureichend. Wir haben uns bei der Formulierung der vorliegenden Empfehlungen trotzdem dafür entschieden, diese Begriffe als Arbeitsgrundlage zu benutzen. Wir möchten die Nutzer\_innen dieser Empfehlungen gerne dazu aufrufen, in ihrer therapeutischen und beratenden Arbeit zu bedenken, dass sexuelle Orientierungen sehr vielfältig sind und auch sehr vielfältig und individuell bezeichnet werden können. Hierbei ist der Selbstbezeichnung der Klient\_innen der entscheidende Stellenwert zuzumessen. Die Aufgabe von Therapeut\_innen und Berater\_innen sehen wir darin, die persönlichen Bedeutungshorizonte von Klient\_innen zu erfassen, ihre Möglichkeitsräume zu erweitern und mit den Klient\_innen Worte zu finden, die sie in ihren

Tabelle 1: Übersicht über den Aufbau der Empfehlungen

<p>A: Wissen und Haltungen gegenüber Homosexualität und Bisexualität</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aspekte der sexuellen Orientierung</li> <li>2. Heterosexualität ist gleichermaßen gesund wie Homo- und Bisexualität</li> <li>3. Wertschätzende Haltung gegenüber allen Klient_innen</li> <li>4. Auswirkungen von Stigmatisierung, Diskriminierung und Gewalt</li> <li>5. Therapeutischer Umgang mit Coming-out-Prozessen bei lesbischen, schwulen und bisexuellen Klient_innen</li> <li>6. Therapeutischer Umgang mit Unsicherheiten der Klient_innen bezüglich ihrer sexuellen Orientierung (6.1) sowie mit Therapieaufträgen zur Änderung der sexuellen Orientierung (6.2)</li> <li>7. Wissen über lesbische, schwule und bisexuelle Lebensweisen</li> <li>8. Die besondere Situation von bisexuellen Menschen</li> </ol>
<p>B: Beziehungen und Familientwürfe</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>9. Partnerschaftliche Beziehungen</li> <li>10. Die Bedeutung von selbst gewählten sozialen Netzen, Freund_innenschaften und sogenannten, „Wahlfamilien“ im Leben von Lesben, Schwulen und Bisexuellen</li> <li>11. Lesben, Schwule und Bisexuelle als Eltern</li> <li>12. Sexuelle Orientierung und der Kontakt zu Herkunftsfamilien</li> </ol>
<p>C: Aspekte der Vielfalt</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>13. Unterschiedliche Lebenssituationen und Erfahrungen von Lesben, Schwulen und bisexuellen Frauen und Männern vor dem Hintergrund von Sexismus und Gendernormierung in der Gesellschaft</li> <li>14. Generations- und Altersunterschiede: Lesbische, schwule und bisexuelle Orientierung im Jugendalter</li> <li>15. Generations- und Altersunterschiede: Lesbische, schwule und bisexuelle Orientierung im höheren Lebensalter</li> <li>16. Lesbische, schwule und bisexuelle People of Color</li> <li>17. Lesben, Schwule und Bisexuelle mit chronischen Erkrankungen und Behinderungserfahrungen</li> <li>18. Spiritualität/Religionszugehörigkeit</li> <li>19. Sexuell übertragbare Infektionen, HIV und AIDS</li> <li>20. Strukturen in lesbischen, schwulen und bisexuellen Communities</li> </ol>
<p>D: Aspekte in Wirtschaft &amp; Arbeitsleben</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>21. Lesben, Schwule und Bisexuelle und sozioökonomischer Status</li> <li>22. Lesbische, schwule und bisexuelle Orientierung am Arbeitsplatz</li> </ol>
<p>E: Profession und sexuelle Orientierung</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>23. Aus- und Weiterbildung</li> <li>24. Forschungsfeld Bi- und Homosexualität</li> </ol>

Auseinandersetzungen unterstützen und ihrer Selbstwahrnehmung entsprechen. Dies bedeutet für Berater\_innen und Therapeut\_innen auch, eine Haltung der Offenheit gegenüber Veränderungen der Selbstbezeichnungen einzunehmen.

**Intersektionalität:** Lesben, Schwule und Bisexuelle weisen weitere relevante Zugehörigkeiten auf, die ihre Erfahrungen in der Gesellschaft und in den Communitys prägen. Das 1991 von Kimberlé Crenshaw (1991) entwickelte Konzept der Intersektionalität analysiert, wie eine Person auf der Basis einer Verschränkung ihrer unterschiedlichen Identitätsaspekte (z.B. hinsichtlich Geschlecht, Migrationsstatus, sozioökonomischem

Hintergrund, Gesundheits- und Behinderungserfahrungen, soziosexueller Orientierung und weiterer Aspekte) unterschiedliche Erfahrungen von Privilegierung und Benachteiligung in einer bestimmten Gesellschaftsstruktur macht. Wir haben versucht, solche intersektionalen Aspekte in den Empfehlungen aufzugreifen. Wichtig für die psychotherapeutische und beratende Arbeit ist, die jeweils individuellen Erfahrungshintergründe und Zugehörigkeiten eines Menschen sorgfältig zu beachten. Dabei sollte auch berücksichtigt werden, ob für den Klienten bzw. die Klientin bestimmte Zugehörigkeiten im Vordergrund stehen und was dies für seine/ihre Erfahrungen bedeutet. So kann beispielsweise für die Erfahrungen einer Person auf dem Arbeitsmarkt ihr sozioökonomischer Status prägender sein als ihre sexuelle Orientierung. Und es lassen sich vor dem Hintergrund der unterschiedlichen Zugehörigkeit auch erhebliche Intragruppenunterschiede bei Lesben, Schwulen und Bisexuellen konstatieren.

**Kulturgebundenheit der Empfehlungen:** Die zur Evidenzbasierung dieser Empfehlungen herangezogenen Studien stammen nahezu ausschließlich aus Westeuropa und den USA. Die an der Entwicklung der Empfehlungen beteiligten Expert\_innen kommen überwiegend aus Deutschland und der Schweiz. Damit sind die Empfehlungen kulturgebunden. Sie sind Ausdruck eines wissenschaftlichen und rechtlichen Umbruchs in Deutschland, Europa und den USA in Bezug auf den Umgang mit LSB sowie auch eines kulturspezifischen Verständnisses lesbischer, schwuler und bisexueller Lebensweisen.

Insgesamt ist der Forschungsstand zum Thema *sexuelle Orientierung* noch sehr unzureichend. So gibt es wahrscheinlich weitere für die therapeutische und beratende Arbeit mit lsb Klient\_innen wichtige Aspekte, die aufgrund mangelhafter Wissensgrundlage keinen Eingang in diese Empfehlungen gefunden haben.

**Heterosexualität:** Wir gehen davon aus, dass die sexuelle Orientierung für die meisten Menschen eine essenzielle Bedeutung für ihre Identitätskonstruktion hat. Dies gilt auch für heterosexuelle Menschen. Die Empfehlungen fokussieren jedoch spezifisch auf Aspekte, die durch die Marginalisierung homo- und bisexueller Menschen zustande kommen und deshalb in der Arbeit mit lsb Klient\_innen eine besondere Relevanz haben (können).

**Trans\*:** Homosexualität wurde und wird gelegentlich mit Trans\*-Identität in Verbindung gebracht. Aktuell gibt es auch zahlreiche Bündnisse, Diskurszusammenhänge und Auseinandersetzungen zwischen lsb und trans\*Communities. Trans\* ist jedoch eine geschlechtliche Identität und keine sexuelle Orientierung. Trans\*-Lebensweisen verlangen eine differenzielle und sorgfältige Betrachtung, die wir im Rahmen der vorliegenden Empfehlungen nicht leisten können. Wir verweisen hier auf die Leitlinien der World Professional Association of Transgender Health (2011) sowie auf die sich gerade in der Entwicklung befindenden deutschsprachigen S3-Leitlinien zur Gender-Dysphorie.

## Literatur

American Psychological Association (APA). (2011). *Practice guidelines for LGB clients. Guidelines for psychological practice with lesbian, gay, and bisexual clients.* Verfügbar unter <http://www.apa.org/pi/lgbt/resources/guidelines.aspx> [16.10.2013].



- Crenshaw, K. M. (1991). Mapping the margins: intersectionality, identity politics, and violence against women of color. *Stanford Law Review*, 43, 1241-1299.
- Davies, D. (1996). Towards a model of gay affirmative therapy. In: D. Davies & C. Neal (Eds.), *Pink therapy. A guide for counsellors and therapists working with lesbian, gay and bisexual clients* (pp. 24-40). Buckingham: Open University Press.
- Fiedler, P. (2004) *Sexuelle Orientierung und sexuelle Abweichung*. Heidelberg: Beltz-Verlag.
- Wolf, G. (2010). Gesundheitsversorgung: Barrieren für homosexuelle Patienten. *Deutsches Ärzteblatt*, 107, A-2166/B-1876/C-1851.
- World Professional Association for Transgender Health (WPATH). (2011). *Standards of Care for the health of transsexual, transgender, and gender nonconforming people* (7. ed.) Verfügbar unter <http://www.wpath.org/documents/Standards%20of%20Care%20V7%20-%202011%20WPATH.pdf> [9.11.2011].