

Therapeutische Praxis im Umgang mit LGBT+-Personen

Inputreferat am 08.04.2024 an der Fachtagung Sucht

Inhalt

1. Besondere Bedürfnisse von LGBT+-Personen
2. Minoritätenstressmodell
3. Therapeutische Werterhaltung
4. Besondere Therapeutische Themen im Fokus
5. Peer-Gruppen und Hilfsnetz

1. Besondere Bedürfnisse von LGBT+-Personen

1. Besondere Bedürfnisse

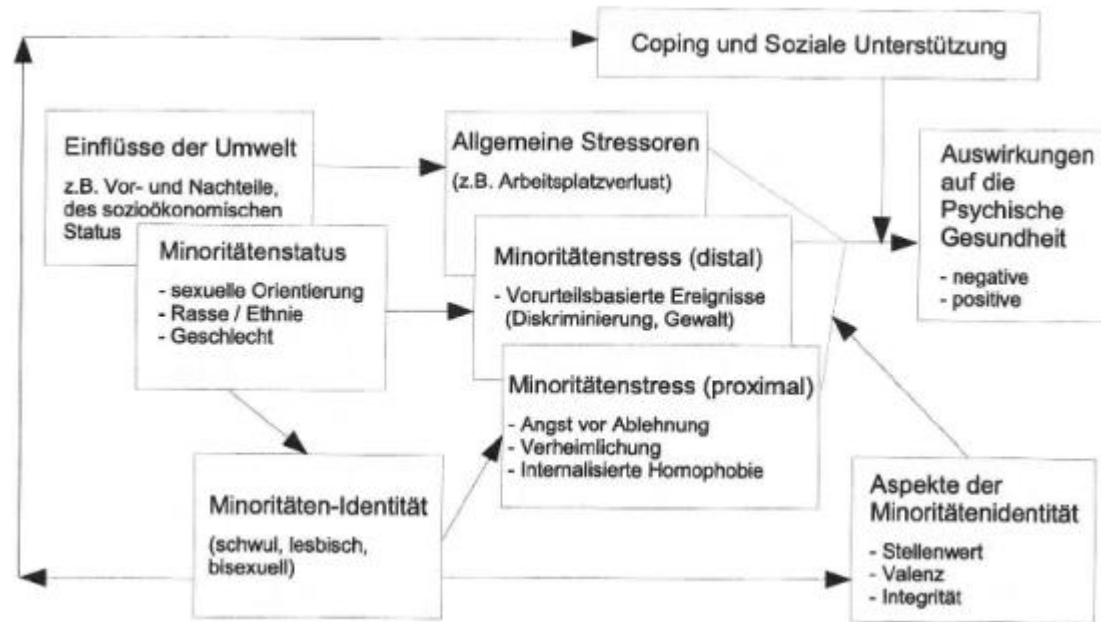
- **Wichtigkeit «Safer Space»**
 - Sichtbarkeit bei Therapeut*innen/Institutionen durch Sticker, Labels etc.
 - Gängige Begriffe und Wordings kennen
- **«queer joy»**
 - Als Gegenvorschlag zur Diskriminierung
- **Gemeinschaft**
 - Zusammenfinden und sprechen, peer-group, Projekte
- **Offenheit und Engagement**
 - Gegen Diskriminierung

2. Minoritätenstress



2. Minoritätenstressmodell

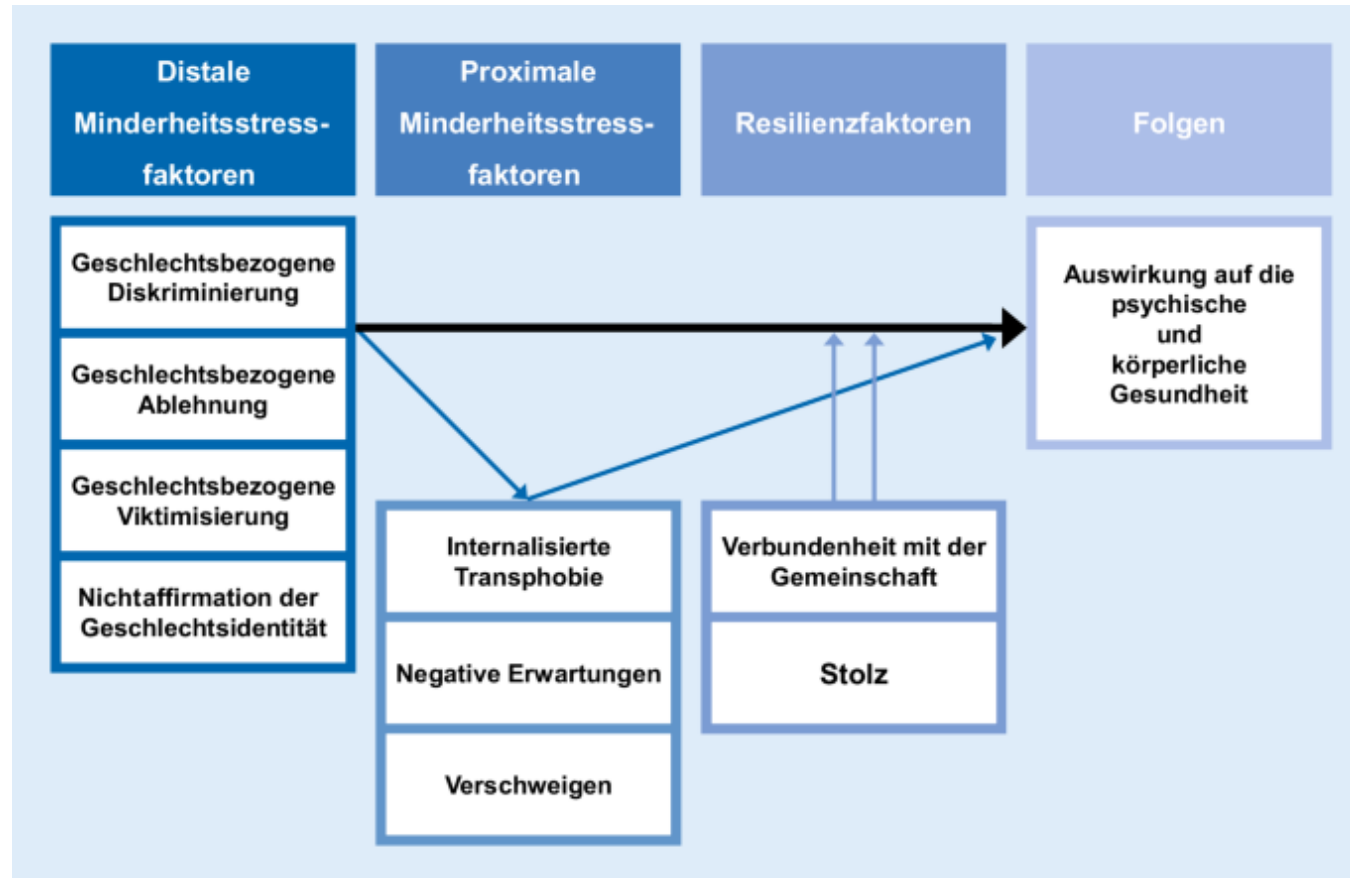
Bei homo-/bisexuellen Menschen



Das Minderheitenstressmodell nach Meyer (1995).

2. Minoritätenstressmodell

Bei trans
Personen



Güldenring, van Trotsenburg & Flütsch(2019)

2. Minoritätenstressmodell

- **«Potenzierung» des Minoritätenstress an Beispielen**
 - homosexueller Mann & Substanzkonsum, Muslim
 - Minoritäten der Minoritäten
 - Radikalisierungen, Ausgrenzungen, Verletzungen
 - trans, Sexarbeiter*in, aus Jamaica
 - Ausländer*in, dunkle Hautfarbe (Sichtbarkeit)
 - Trans und Sexarbeiter*in - Stigmatisierung
 - lesbische Frau, trinkt viel Alkohol, kleidet sich eher männlich
 - Stereotyp «Frau» nicht erfüllt (in sich ebenso diskriminierte Gruppe)
 - Suchtthematik
 - Homosexueller Mann, asexuell, kifft viel und konsumiert Crystal Meth
 - Kontra Stereotyp «sexuell offener Mann»
 - Kiffen als «downer»-Droge, Crystal Meth für Umgang mit Sexualität



3. Therapeutische Wertehaltung

3. Therapeutische Wertehaltung

- Therapeutos (griechisch) = Wagengefährte*in
- Bei Substanzkonsum: Konsumkompetenz der/des Klient*in im Vordergrund
 - Abstinenz kann als Ziel definiert werden
 - Sexualität und Drogenkonsum als Rückfallfaktor
 - Appkonsum
- Eigenes Interesse: Weiterbildungen, Lektüre, Wording, Annäherung an Lebenswelt
- Eigene Vorurteile (besser) kennen

3. Therapeutische Werterhaltung

Take Home

- Umgang mit vulnerabler Gruppe, die tatsächliche Diskriminierungen im Gesundheitssystem erfahren haben.
- Sucht als mögliches «Eisbergsymptom» weswegen Klient*innen in die Therapie kommen
 - Darunterliegende Themen therapierrelevant

4. Besondere Therapeutische Themen

4. Besondere Therapeutische Themen - Auswahl

- Alle «gängigen» Themen wie: Psychische Störungen im Allgemeinen, Diagnostik, Beziehungen, Konflikte, Stressmanagement, Suizidalität, Essstörungen etc.
 - Höhere Prävalenzen bei LGBTQ+-Personen
 - Höhere Suizidalitätsrate, auch nach Outing/Transition

Besondere Themen:

- **Zeitgeist**
- **Lifestyle**
- **Sexualität, Sexuelle Kultur und Sexuelle Identität**
- **Substanzgebrauch und Selbstmedikation**

4. 1 Zeitgeist

- Appkonsum/Datingplattformen
 - Umgang mit psychischen Problemen
 - Umgang mit Kontaktschwierigkeiten
 - Internetkonsum
 - Pornokonsum als Sozialisierung
- Verfügbarkeiten von anderen Personen/Angeboten/Drogenkonsum
- Schnellebigkeit, rasche Veränderungen
 - Rasche Adaptation?
- Enhancement, Experience Seeking



4.2 Lifestyle

- Körperkult
 - (Anabolika)
- Selbstoptimierung/Leistungsdruck
 - Leisten in allen Belangen des Lebens
- V.a. bei Jugendlichen: Nihilismus (phil. Begriff: Sinnlosigkeit des Bestehenden, alles ist nichtig und nichts wichtig)
- Selbstwertfragen
- Identitätsfragen
- Experimentierfreudigkeit/Sensation Seeking
- Peer Pressure



4.3 Sexualität, Sexuelle Kultur und sexuelle Identität

- Vorstellungen, Wertehaltungen, Schwierigkeiten, Ängste und Nöte
- Queer sein als (sexuelle) Identität
 - Coming in/coming out
- Sexuelles Selbstbild
 - Rolle des Körpers
- Rolle der Sexualität
 - Kink, Fetisch, Spannungsregulation, Selbstwertregulation...
- Sexuelle Anamnese
 - Gefühl des «Anders-Seins», Prägungen
- (Sexuelle) Beziehungen
- STI/HIV/PrEP
- Kontaktaufnahme/Flirten
 - Apps? Clubs? Sauna? Cruising?



4.4 Substanzgebrauch und Selbstmedikation

- Substanzkonsum als Mittel zur Spannungsregulation und Umgang mit Problemen sowie Selbstregulierung
 - Mögliche bio-psycho-soziale Probleme in der Folge
- Sexualisierter Substanzkonsum/Chemsex
 - Rückfallgefahr bei sexuellem Kontakt/Lust
- Umgang Diskriminierungserfahrungen und Schuld/Schamgefühlen
- Komorbide Störungen; psychisch und physisch (z.B. HIV)

5. Peer-Gruppe und Hilfsnetz



5. Peer-Gruppe und Hilfsnetz

- Peer-Group zu therapeutischen Angeboten v.a. in Bezug auf sexualisierten Substanzkonsum und Identitätsfindung
 - HAZ
- Stationäre Angebote
- Integration Spitex, Soziale Arbeit, weitere Therapieformen (Körpertherapie)
- Gruppentherapieangebote (aktuell wenige in Zürich)
 - NA, AA, Crystal Meth Anonymous, Gruppentherapien

Quellen

- Güldenring, A., van Trotsenburg, M. & Flütsch, N. Queering Medicine – Dringlichkeit einer bedürfnisorientierten und evidenzbasierten Transgendergesundheitsversorgung. *J. Klin. Endokrinol. Stoffw.* 12, 84–94 (2019).
<https://doi.org/10.1007/s41969-019-00075-8>
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129, 674-697.

Kontakt Daten

Dominique.emch@cpzh.ch

