

RASSISMUS UND PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Welche Rolle spielt rassistische Diskriminierung in der psychischen Gesundheitsversorgung?

"Wo kommst du eigentlich her?" – für die einen eine harmlose Frage, für andere eine immer wiederkehrende schmerzhafteste Erfahrung der Ausgrenzung. Welche psychischen Folgen hat die Diskriminierung auf Grund von Sprache oder Hautfarbe? Welche Rolle spielen Rassismus-Erfahrungen in der Psychotherapie? Und gibt es Benachteiligung beim Zugang zu Therapieplätzen? Das untersucht das interdisziplinäre Forschungsprojekt RaDiGe – Rassistische Diskriminierung im Kontext psychischer Gesundheitsversorgung. Dr. Nora Hettich-Damm von der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie an der Unimedizin Mainz leitet das Verbundprojekt.

„Aus Studien aus den USA wissen wir, dass selbst unterschwellige Ausgrenzung – wie zum Beispiel die Frage nach der Herkunft – Auswirkungen auf die psychische Gesundheit haben kann“, erklärt Projektleiterin Hettich-Damm. Menschen, die solchen Mikro-Agressionen ausgesetzt sind, leiden zum Beispiel vermehrt an Angstzuständen, unter Stress und Depressionen. „Für Deutschland wurde der Zusammenhang zwischen Rassismus-Erfahrungen und psychischer Gesundheit bisher kaum untersucht, das wollen wir ändern.“ In mehreren Teilprojekten forschen dabei Wissenschaftler:innen der Universitätsmedizin Mainz gemeinsam mit Kolleg:innen der Johannes Gutenberg-Universität Mainz und der Ernst-Abbe-Hochschule in Jena. Beraten wird das Projektteam vom Beirat für Migration und Integration der Landeshauptstadt Mainz / Institut zur Förderung von Bildung und Integration und vom Informations- und Dokumentationszentrum für Antirassismusarbeit e. V.

Was bedeutet „Rassismus“ für die Betroffenen?

Im ersten Teil der Studie führen die Wissenschaftler:innen Interviews, in denen Personen von ihren eigenen Rassismus-Erfahrungen berichten und ihre psychische Gesundheit einschätzen. „Wir sind neugierig darauf, was unsere Interview-Partner:innen berichten: Wie sie sich selbst wahrnehmen und beschreiben, was sie selbst als Rassismus empfinden, welche Erfahrungen sie teilen wollen“, erklärt Nora Hettich-Damm den offenen Ansatz der ersten Projektphase. Das Ziel der Befragungen ist es, den Begriff „Rassismus-Erfahrung“ aus der Sicht der Betroffenen zu schärfen und einen Eindruck davon zu bekommen, welchen psychischen Belastungen Personen ausgesetzt sind, die sich im Alltag mit Rassismus konfrontiert sehen.

In einer repräsentativen Befragung wollen die Wissenschaftler:innen im Anschluss die Ergebnisse aus den Interviews quantitativ analysieren. Es folgt eine zweite Interviewerhebung, in der es unter anderem darum geht, wie Betroffene ihre eigenen Rassismus-Erfahrungen in einer Psychotherapie einbringen und wie Therapeut:innen reagieren, wenn Patient:innen rassistische Vorfälle während der Therapie ansprechen. Nora Hettich-Damm: „Wir vermuten, dass es Psychotherapeut:innen



Dr. Nora Hettich-Damm arbeitet seit 2020 an der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie an der Universitätsmedizin Mainz. Zu ihren Schwerpunkten gehören die Rassismus- und Migrationsforschung. Erste Erfahrungen mit den Themen Migration, Rassismus und psychische Gesundheit sammelte sie während ihrer Promotion und als pädagogische Fachkraft in einer Einrichtung für geflüchtete Minderjährige.

schwer fallen kann, die Rassismus-Erfahrungen der Patient:innen wahrzunehmen und ernstzunehmen.“

Als mögliche Ursache nehmen die Wissenschaftler:innen an, dass die Rassismus-Erfahrungen der Patient:innen von den Therapeut:innen schnell in ein bestimmtes allgemeineres therapeutisches Konzept eingeordnet und gewissermaßen „weg-erklärt“ werden. Das, vermutet Hettich-Damm, geschehe nicht bewusst, sondern als Folge der hohen Professionalisierung der Therapeut:innen. Sie sind darin geschult, Konzepte und Theorien über innere Prozesse anzuwenden und das Erleben der Patient:innen darin einzuordnen. Es sei aber zentral, so die Psychologin, Rassismus-Erfahrungen als Realität anzuerkennen und erst einmal für sich stehen zu lassen.

Benachteiligung durch Lücken in der Ausbildung?

In einem weiteren Teil des Projekts wird untersucht, auf welche Hürden Menschen stoßen, die auf der Suche nach einem Platz für eine Psychotherapie sind. Die Hypothese der Forschenden: Für Personen, die einen Therapieplatz suchen, könnten zum Beispiel ihr Name oder ihre Sprache zum Nachteil werden. „Wir vermuten, dass Therapeut:innen zum Beispiel auf die Art und Schwere der psychischen Probleme eines Menschen schließen oder annehmen, dass die Therapie komplizierter werden könnte“, erklärt Projektleiterin Nora Hettich-Damm. Ein Fall von rassistischer Diskriminierung? „Sollte sich unsere Hypothese bewahrheiten, wäre das ein Hinweis auf sogenannten strukturellen Rassismus“, so Hettich-Damm. Das bedeutet: Die speziellen Bedürfnisse bestimmter Gruppen von Patient:innen

werden in der Ausbildung der Therapeut:innen ausgespart, diese fühlen sich eventuell schlechter auf solche Patient:innen vorbereitet und sind dann möglicherweise zurückhaltender bei der Vergabe von Therapieplätzen – zum Nachteil der Patient:innen.

Rassismus-Erfahrungen müssen benannt und anerkannt werden

Die Wissenschaftler:innen hoffen mit ihren Studienergebnissen die Chancengleichheit beim Zugang zu einer Psychotherapie und den Umgang mit Rassismus-Erfahrungen während einer Therapie verbessern zu können. Dazu sei eine frühe Sensibilisierung der Therapeut:innen wichtig, so Projektleiterin Nora Hettich-Damm, bereits während des Studiums und der Ausbildung. Das Problem: Viele Psychotherapeut:innen machten selbst keine Erfahrung mit Ausgrenzung und rassistischer Benachteiligung, das lange Studium und die kostspielige Therapie-Ausbildung werde noch immer vor allem von Menschen absolviert, die von Rassismus wenig betroffen sind. „Unsere Erkenntnisse können dabei helfen, den Zusammenhang von Rassismus-Erfahrungen und psychischer Gesundheit stärker ins Bewusstsein zu rücken. Wir können Handlungsempfehlungen für Kliniken und für die Politik entwickeln“, erklärt Nora Hettich-Damm. Welchen Rat gibt sie schon heute Therapeut:innen, die besser auf die Rassismus-Erfahrungen ihrer Patient:innen eingehen wollen? „Am wichtigsten ist es, die Person, mit der man arbeitet, tatsächlich zu sehen, wahrzunehmen und ihr zuzuhören. Um ganz bei den Patient:innen zu sein und ihre Erfahrungen anzuerkennen, kann es sinnvoll sein, zunächst jeden Versuch der Einordnung zurückzustellen.“

Unterstützen Sie die Studie mit einem Interview

Teilen Sie Ihre eigenen Rassismus-Erfahrungen und Ihr Wissen in einem 30-minütigen Interview – vor Ort, telefonisch oder per Video-Anruf. Kontaktieren Sie das Forschungsteam und vereinbaren Sie einen Termin:

E-Mail: radige-studie@unimedizin-mainz.de

Telefon: 06131 17-7647

