

Inhalt

Die Autoren:	XIII
Danksagungen der Autoren	XIV
Anmerkungen und Danksagungen des Übersetzers	XV

ABSCHNITT 1

BESCHREIBUNG UND DIAGNOSE VON ZWÄNGEN 1

KAPITEL 1

Symptome der Zwangsstörung	3
Einführung	3
Definition der Zwangserkrankung	4
Prävalenz	6
Verlauf	6
Komorbidität	6

KAPITEL 2

Theorien der Zwangsstörung	9
Lerntheorien	9
Kognitive Theorien	10
Neurochemische Theorien	12
Neuroanatomische Faktoren	13

KAPITEL 3

Diagnose der Zwangsstörung	15
Diagnostisches Interview	15
Differentialdiagnosen	17
Zwänge oder Grübeln	17
Zwänge oder andere Angststörungen	17
Hypochondrie	18

Körperdysmorphie Störung	19
Tourette- und Tic Störung	19
Wahnhafte Störungen	20

ABSCHNITT 2

THERAPIEANSÄTZE BEI ZWÄNGEN 21

KAPITEL 4

Psychosoziale Therapien bei Zwängen 23

Kognitiv-behaviorale Therapien	23
Konfrontation oder Reaktionsverhinderung	24
Vorgestellte oder reale Konfrontation	25
Graduelle oder massierte Konfrontation	25
Dauer der Konfrontation	26
Häufigkeit von Konfrontationen	26
Therapeutengeleitete oder selbstgeleitete Konfrontation	26
Reaktionsverhinderung	27
Bitten um Bestätigung	29
Kognitive Therapie	30

KAPITEL 5

Pharmakotherapie bei Zwängen 33

Serotonerge Medikation	33
Kombination von Konfrontation und Medikation	34

KAPITEL 6

Wahl der Therapie 37

Besprechung der Behandlungsmöglichkeiten mit dem Patienten	38
Zusätzliche Überlegungen	43
Frühere Therapien	43
Kombinierte Therapien	43

ABSCHNITT 3

KOGNITIV-BEHAVIORALE BEHANDLUNG DURCH KONFRONTATION UND REAKTIONSVERHINDERUNG 45

KAPITEL 7

Therapieplanung: Verstehen und Überzeugen	47
Den Patienten verstehen	48
Erkennen der Zwangsgedanken	49
Erkennen des Vermeidens	49
Erkennen der Rituale	50
Das Wesen der Zwangsgedanken	50
Vermeiden und Rituale	55
Allgemeine Leistungsfähigkeit	57
Vorgeschichte	58
<i>Entwicklung der Symptome des Patienten</i>	58
<i>Vorangegangene Therapien</i>	58
<i>Allgemeine Vorgeschichte</i>	59
<i>Depression</i>	60
Den Patienten überzeugen	60
Beschreibung von Zwangsstörungen	60
Erklären der Behandlung	61

KAPITEL 8

Therapieplanung: In-Vivo Konfrontation	67
Erstellen einer Liste von Konfrontationssituationen	67
Richtlinien für die Wahl der Konfrontationssituationen	68
Aspekte der Befragung	69
Beispiele für Konfrontations-Items	73
Beispiele für Konfrontationspläne	76
Waschzwang	76
Kontrollzwang	78
Sammler	80

KAPITEL 9

Therapieplanung: Vorgestellte Konfrontation	85
Medium für die Konfrontation	86
Probleme bei vorgestellter Konfrontationen	88
Richtlinien für die Konfrontation in der Vorstellung	88
Beispielhafte Einführung in vorgestellte Konfrontation	89

KAPITEL 10

Therapieplanung: Reaktionsverhinderung	93
Einführen in das Prinzip und Überzeugen des Patienten	93
Richtlinien für Reaktionsverhinderung	95
Säuberungsrituale	95
Kontrollrituale	96
Selbstbeobachtung der Rituale	97
Regeln für die Selbstbeobachtung	98
Besprechung der Selbstbeobachtung	98

KAPITEL 11

Therapieplanung: Soziale Unterstützung	101
Soziale Unterstützung der Symptomatik	101
Zwischenmenschliche Konflikte	104

KAPITEL 12

Therapieplan im Überblick: Schließen einer Vereinbarung	107
--	------------

KAPITEL 13

Beginn der Konfrontation: Überarbeitung und Einverständnis	113
Ziele der Konfrontationssitzungen	113
Entdecken, dass Überzeugungen falsch waren	114
Schaffung von Vertrauen in den Therapeuten und in das Programm	114

Therapeutische Konsistenz	115
Verbesserung des Programms	115
Eine typische Konfrontationssitzung	116
Konfrontation in der Vorstellung	117
In Vivo Konfrontation	119
<i>Anweisungen für Waschzwänge</i>	119
<i>Konfrontation bei Kontrollzwängen</i>	120
Anweisungen für Hausaufgaben	122

KAPITEL 14

Der Mittlere Teil der Konfrontationen: Vom Ungeheuer zum

Papiertiger	125
Einführung in die schwierigsten Konfrontationen	126
Methodische Hilfen für den Patienten	126
Plangemäßes Vorgehen	126
Ermutigung	127
Mut	128
Risiken eingehen	128
Der Papiertiger	129
Therapeutische Einstellung	129
Alternativen zur geplanten Konfrontationsübung	131
Abbruch der Therapie	131
Zwischenstufen	132
Krisen ohne Bezug zur Konfrontation	133

KAPITEL 15

Endphase der Konfrontation: Ein Thema mit Variationen

Wiederholungen und Verallgemeinerungen	135
Vermittlung normaler Verhaltensmuster	136
Regeln für «normales Verhalten»	137

KAPITEL 16

Rückfallprävention: Eigenständige Konfrontationen	139
Rückfall als Prozess	139
Regeln für eigenständige Konfrontation	140
Stressbewältigungstechniken	141
Treffen mit Bezugspersonen	141
Neue Aktivitäten und Interessen	142
Planung von Gesprächen nach der Therapie	142

KAPITEL 17

Widerstand und andere Probleme	145
Verheimlichung von Symptomen	145
Problembesprechung mit Patient und Bezugsperson	146
Erstmalige Verheimlichung	149
Zweiter Fall von Verheimlichung	150
Das Ersetzen von Symptomen (Ritualen)	151
Dieses Vermeiden war nicht verboten	151
Unvollständiges Unterlassen von Ritualen	152
Umgang mit Einwänden	153
Der Patient entscheidet über den Behandlungsverlauf	154
Zwischenschritte	155
Emotionale Hindernisse	156

KAPITEL 18

Besonderheiten bei Patienten mit geistiger Behinderung	157
Das Diagnostizieren der Zwangsstörung	157
Stereotypes Verhalten und Rituale	158
Das Gespräch mit dem Patienten	158
Andere Informationsquellen	159
Die Behandlung der Zwangsstörung	159
Anpassung der Konfrontationstherapie	160
<i>Pessimismus</i>	160
<i>Eingeschränktes Diskriminationslernen und Ablenkbarkeit</i>	161

<i>Verlangsamtes Lernen</i>	161
<i>Stabilisierung der Erfolge</i>	162

KAPITEL 19

Anpassungen für Kinder	165
Komorbidität bei kindlicher Zwangsstörung	165
Anpassung der Konfrontationstherapie	166
Kindern und Familien die Zwangsstörung darstellen	167
Erklärung von Zwängen als eine psychobiologische Erkrankung	167
Erklärung von Zwängen als starken Gewohnheiten	168
Bewertung der elterlichen Beobachtungen	169
Zum Tempo der Konfrontationsbehandlung bei Kindern	169
Modell für ein Therapieprogramm	170
Verhaltensanalyse und Therapieplanung	170
Reaktionsverhinderung	171
Zwänge als Feind des Kindes sehen	171
Einbeziehen der Familie in die Therapie	171

KAPITEL 20

Schlussfolgerungen	173
Literatur	175
Anhang: Arbeitsmaterialien	189
Für Therapeuten (A)	193
Für Patienten (B)	203