

Inhalt

Geleitwort zur Buchreihe	5
1 Einleitung	11
1.1 Aufbau und Nutzung des Manuals	12
2 Grundlagen der Erkrankung	13
2.1 Erscheinungsbild und Diagnosekriterien	13
2.1.1 Diagnostische Einordnung	14
2.1.2 Symptomdimensionen der Zwangsstörung	14
2.2 Differenzialdiagnostische Abgrenzung	16
2.2.1 Zwanghafte Persönlichkeitsstörung	16
2.2.2 Generalisierte Angststörung	16
2.2.3 Depression	17
2.2.4 Anorexia nervosa	17
2.2.5 Hypochondrie	18
2.2.6 Psychose	18
2.2.7 Spezifische Phobien	19
2.2.8 Impulskontrollstörungen	19
2.2.9 Ticstörungen und Tourette-Syndrom	19
2.2.10 Autismusspektrumsstörung	20
2.3 Ätiologie	20
2.3.1 Genetik	20
2.3.2 Persönlichkeitsmerkmale	21
2.3.3 Neurobiologie	22
2.3.4 Umweltfaktoren und das Vulnerabilitäts-Stress-Modell	23
2.4 Aufrechterhaltende Mechanismen – das kognitiv-behaviorale Modell	26
2.4.1 Motivdimensionen und Erweiterung des kognitiv-behavioralen Modells	27
2.4.2 Dysfunktionale zwangsassoziierte Überzeugungen	31
2.5 Funktionalitäten der Zwangsstörung – das Zwei-Bühnen-Modell	32
3 Diagnostische Maßnahmen	34
3.1 Screening und Checklisten	34

3.2	Strukturierte und standardisierte Interviews	35
3.3	Schweregraderfassung	35
3.4	Erfassung der Symptomdimensionen	36
3.5	Erfassung weiterer zwangsassoziierter Merkmale	37
3.5.1	Erfassung von Motivdimensionen	37
3.5.2	Erfassung von Funktionalitäten	38
3.5.3	Erfassung von dysfunktionalen zwangsassozierten Überzeugungen	38
3.5.4	Erfassung von Erlebensvermeidung	38
4	Grundsätzliche Behandlungsmöglichkeiten und evidenzbasierte Empfehlungen	39
4.1	Übersicht über Therapieverfahren und Behandlungssettings	39
4.2	Empfehlungen der aktuellen Behandlungsleitlinie	40
4.3	Berücksichtigung spezifischer Patientenmerkmale	42
5	Entscheidungen im Kontext der Behandlungsplanung	45
5.1	Entscheidung über ambulante oder stationäre Therapie	45
5.2	Entscheidung über Einzel- oder Gruppenformat	46
5.3	Entscheidungen hinsichtlich Behandlungsintensität, -frequenz und -dauer	47
5.4	Entscheidungen hinsichtlich Psychotherapie und Medikation	48
5.5	Medienbasierte Behandlungsoptionen	49
6	Praktisches therapeutisches Vorgehen	51
6.1	Allgemeine therapeutische Maximen	51
6.2	Beziehungsgestaltung	52
6.3	Psychoedukation	53
6.3.1	Grundwissen zum Zwang	53
6.3.2	Protokollierung der Zwangsgedanken und -handlungen	56
6.3.3	Vermittlung möglicher Ursachen und Erstellung eines individuellen Störungsmodells anhand der persönlichen Biographie	57
6.3.4	Erläuterung der aufrechterhaltenden Mechanismen ..	60
6.3.5	Erläuterung und Exploration der Funktionalitäten des Zwangs	64
6.3.6	Vermittlung des Expositionsrationals	64
6.3.7	Bedeutung von Hausaufgaben	71
6.4	Therapieziele	71
6.4.1	Distale Ziele als Motivatoren	72
6.4.2	Proximale Verhaltensziele für konkrete Situationen ..	73
6.5	Erstellung einer Zwangshierarchie	76

6.6	Planung und Umsetzung der Exposition mit Reaktionsmanagement	77
6.6.1	Expositionsplanung	78
6.6.2	Umsetzung der Exposition	81
6.6.3	Nachbesprechung	83
6.7	Der Heterogenität begegnen	83
6.7.1	Berücksichtigung von Komorbiditäten	84
6.7.2	Berücksichtigung von Motivdimensionen – Exposition mit biographischer Exploration	87
6.7.3	Berücksichtigung von Funktionalitäten	89
6.7.4	Berücksichtigung von Symptomdimensionen	90
6.8	Ergänzende Interventionen	108
6.8.1	Einbeziehung von Angehörigen und Bezugspersonen	109
6.8.2	Interventionen zur Bearbeitung von dysfunktionalen zwangsassoziierten Überzeugungen	111
6.8.3	Assoziationsspaltung	120
6.8.4	Achtsamkeitstechniken	123
6.9	Rückfallprophylaxe und Nachsorge	126
6.9.1	Abschiedsbrief an den Zwang	128
7	Mögliche Schwierigkeiten und Fehler in der Behandlung	129
7.1	Fehlende Einsicht und überwertige Ideen	129
7.2	Der Zwang kann identitätsstiftend sein	130
7.3	Alltägliche Situationen für Expositionen wählen	130
7.4	Patienten nicht überfordern	131
7.5	Experimentierhaltung statt verhaltenstherapeutischer Alles-oder-nichts-Haltung	131
8	Umsetzung des Behandlungsplans im Gruppensetting	132
9	Statt eines Schlusswortes	136
	Danksagung	137
	Weiterführende Literatur	138
	Literatur	139
	Stichwortverzeichnis	147
 Anhang		
	Handout 1 – Entstehungsfaktoren der Zwangsstörung	153

Handout 2 – Auffälligkeiten im Gehirn bei Menschen mit Zwangsstörung	155
Handout 3 – Selbstbeobachtungsprotokoll	157
Handout 4 – Individuelles Entstehungsmodell der Zwangsstörung..	159
Handout 5 – Mögliche Funktionalitäten des Zwangs	160
Handout 6 – Beobachtungsprotokoll während der Exposition mit Reaktionsmanagement	162
Handout 7 – Defusionstechniken	163
Handout 8 – Achtsames Beobachten der Gedanken	165
Handout 9 – Spür- und Steuerungsübung	167
Zusatzmaterial 1 – Y-BOCS Interview	168
Zusatzmaterial 2 – Y-BOCS Symptom-Checkliste	180