

# Inhaltsverzeichnis

Einleitung .....	9
------------------	---

## I. Theoretischer Hintergrund

<b>Kapitel 1: Beschreibung der Störung .....</b>	<b>13</b>
1.1 Klassifikation .....	13
1.2 Erscheinungsbild und Definitionskriterien .....	13
1.3 Erscheinungsformen, Untergruppen und Inhalte .....	16
1.4 Epidemiologie und Verlauf .....	18
1.5 Zwangsverwandte Störungen .....	19
1.6 Differenzialdiagnostik und Komorbidität .....	20
 <b>Kapitel 2: Ätiologiemodelle .....</b>	 <b>24</b>
2.1 Das Zwei-Faktoren-Modell .....	24
2.2 Das kognitiv-behaviorale Modell .....	24
2.3 Theorie zur Netzwerkstruktur von Zwängen .....	28
2.4 Neuropsychologische Theorien .....	30
2.5 Entwicklungspsychologische und bindungstheoretische Erklärungsansätze .....	31
 <b>Kapitel 3: Stand der Therapieforschung .....</b>	 <b>32</b>
3.1 Zur Wirksamkeit der Kognitiven Verhaltenstherapie mit Exposition und Reaktionsverhinderung .....	32
3.2 Kognitive Verhaltenstherapie und Pharmakotherapie .....	33
3.3 Implikationen der Forschungsergebnisse und Empfehlungen für die Praxis .....	33

## II. Therapie

<b>Kapitel 4: Zentrale Schemata und Beziehungsgestaltung .....</b>	<b>37</b>
4.1 Charakteristische Gemeinsamkeiten in den Lebensgeschichten .....	37
4.2 Konsequenzen für die Beziehungsgestaltung .....	38
4.3 Veränderung der Selbst- und Weltsicht sowie der problematischen Beziehungsgestaltungsmuster .....	39
4.4 Mögliche Schwierigkeiten und Beziehungstests .....	43
 <b>Kapitel 5: Motivations- und Zielklärung .....</b>	 <b>45</b>
5.1 Motivationale Ausgangslage .....	45
5.2 Zielklärung .....	46

<b>Kapitel 6: Problembezogene Informationserfassung und Verhaltensanalyse</b> .....	48
6.1 Erfassungsmethoden .....	48
6.2 Familiäre Eingebundenheit der Zwänge .....	50
6.3 Verhaltensanalyse .....	50
 <b>Kapitel 7: Zwänge unter funktionaler Perspektive</b> .....	53
7.1 Typische intrapsychische und interpersonelle Funktionalitäten der Zwänge .....	53
7.2 Therapieplanung auf dem Boden der funktionalen Analyse .....	55
7.3 Beispiel für einen kompletten Bericht an den Gutachter für den Kassenantrag .....	55
 <b>Kapitel 8: Durchführung spezieller Techniken</b> .....	59
8.1 Verschiebung der Problemdefinition .....	59
8.2 Vermittlung eines plausiblen Erklärungsmodells .....	62
8.3 Exposition mit Reaktionsmanagement .....	71
8.3.1 Entschluss zur Exposition und Planung der Übungen .....	71
8.3.2 Durchführung der Exposition .....	73
8.3.2.1 Besonderheiten bei Kontroll- und Wiederholungszwängen .....	76
8.3.2.2 Besonderheiten bei Waschzwängen/Kontaminierungsängsten .....	78
8.3.2.3 Besonderheiten bei Zwangsgedanken .....	79
8.3.2.4 Besonderheiten bei Hort- und Sammelzwängen .....	82
8.4 Mögliche Schwierigkeiten .....	83
8.5 Optimale Nutzung der Erfahrungen aus der Exposition .....	84
8.6 Die kognitiven Interventionen .....	85
8.6.1 Die kognitive Umstrukturierung in Bezug auf die Überschätzung der Gefahr .....	86
8.6.2 Die Umstrukturierung in Bezug auf die Überschätzung der persönlichen Verantwortung .....	87
8.6.3 Umstrukturierung weiterer typischer dysfunktionaler Grundannahmen .....	89
8.6.4 Verhaltensexperimente zur Veränderung kritischer Grundannahmen .....	90
8.6.5 Spezielle Techniken für Zwangsgedanken .....	90
8.6.5.1 Informationen über die Natur von Zwangsgedanken .....	91
8.6.5.2 Nutzung der Prinzipien Metakognitiver Therapie .....	91
8.6.6 Neuere kognitive Ansätze und Selbsthilfeansätze .....	94
8.7 Emotionsfokussierende Techniken .....	95
8.7.1 Bearbeitung von emotionalen Erinnerungsinhalten .....	96
8.7.2 Die Bewältigung von Schuldgefühlen .....	99
 <b>Kapitel 9: Stabilisierung der Erfolge durch gezielte Maßnahmen zur Rückfallprophylaxe und Beendigung der Therapie</b> .....	100
9.1 Gezielte Maßnahmen zur Rückfallprophylaxe .....	100
9.2 Beendigung der Therapie .....	100
 <b>Kapitel 10: Zwei ausführliche Beispiele für Therapieverläufe</b> .....	102
10.1 Fallbeispiel: Herr M. ....	102
10.2 Fallbeispiel: Frau B. ....	104
 <b>Literatur</b> .....	111

**Anhang**

Empfohlene Selbsthilfebücher und -manuale .....	118
Sonstige weiterführende Literatur (kommentiert) .....	119
Beispiele für normale aufdringliche Gedanken .....	121
Y-BOCS Symptom-Checkliste .....	122
Y-BOCS Interviewleitfaden .....	125
Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale .....	126
Maudsley Zwangsinventar (MOC) .....	132
Leyton Obsessional Inventory (LOI) .....	134
Rating-Skala zur Erfassung von Zwangshandlungen und Zwangsgedanken .....	138
Protokollbogen für die eigenständigen Expositionsübungen .....	140
Transkript einer ersten Expositionssitzung bei Kontaminationsängsten .....	141