

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	9
------------------	---

I. Theoretischer Hintergrund

Kapitel 1: Beschreibung der Störung	13
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

Kapitel 2: Ätiologiemodelle	24
2.1 Das Zwei-Faktoren-Modell	24
2.2 Das kognitiv-behaviorale Modell	24
2.3 Theorie zur Netzwerkstruktur von Zwängen	28
2.4 Neurophysiologische Theorien	30
2.5 Entwicklungspsychologische und bindungstheoretische Erklärungsansätze	31

Kapitel 3: Stand der Therapieforschung	32
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

Kapitel 4: Zentrale Schemata und Beziehungsgestaltung	37
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

Kapitel 5: Motivations- und Zielklärung	45
5.1 Motivationale Ausgangslage	45
5.2 Zielklärung	46

Kapitel 6: Problembezogene Informationserfassung und Verhaltensanalyse	48
6.1 Erfassungsmethoden	48
6.2 Familiäre Eingebundenheit der Zwänge	50
6.3 Verhaltensanalyse	50
 Kapitel 7: Zwänge unter funktionaler Perspektive	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
 Kapitel 8: Durchführung spezieller Techniken	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
 Kapitel 9: Stabilisierung der Erfolge durch gezielte Maßnahmen zur Rückfallprophylaxe und Beendigung der Therapie	100
9.1 Gezielte Maßnahmen zur Rückfallprophylaxe	100
9.2 Beendigung der Therapie	100
 Kapitel 10: Zwei ausführliche Beispiele für Therapieverläufe	102
10.1 Fallbeispiel: Herr M.	102
10.2 Fallbeispiel: Frau B.	104
 Literatur	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 Expositionenübungen	140
Transkript einer ersten Expositionssitzung bei Kontaminationsängsten	141