

Hansruedi Ambühl



PSYCHODYNAMIK **Kompakt**

# Zwangsstörungen

Integration psychodynamischer und  
kognitiv-verhaltenstherapeutischer  
Perspektiven

V&R

Hansruedi Ambühl: Zwangsstörungen –  
Integration psychodynamischer und kognitiv-verhaltenstherapeutischer Perspektiven



Hansruedi Ambühl: Zwangsstörungen –  
Integration psychodynamischer und kognitiv-verhaltenstherapeutischer Perspektiven

# PSYCHODYNAMIK **Kompakt**

Herausgegeben von  
Franz Resch und Inge Seiffge-Krenke

Hansruedi Ambühl: Zwangsstörungen –  
Integration psychodynamischer und kognitiv-verhaltenstherapeutischer Perspektiven

Hansruedi Ambühl

# **Zwangsstörungen – Integration psychodynamischer und kognitiv-verhaltens- therapeutischer Perspektiven**

Vandenhoeck & Ruprecht

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-647-40607-7

Weitere Ausgaben und Online-Angebote sind erhältlich unter: [www.v-r.de](http://www.v-r.de)

Umschlagabbildung: Paul Klee, Framed, 1935/Private Collection/  
Photo © Christie's Images/Bridgeman Images

© 2017, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,  
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen /  
Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.  
[www.v-r.de](http://www.v-r.de)

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

## Inhalt

Vorwort zur Reihe .....	7
Vorwort zum Band .....	9
Vorbemerkungen .....	11
1 Was sind Zwangsstörungen? .....	13
1.1 Erscheinungsformen .....	14
1.1.1 Zwangsgedanken, -befürchtungen und -impulse ...	14
1.1.2 Offene und mentale Zwangshandlungen .....	15
1.2 Diagnosekriterien nach DSM-5 .....	16
2 Zwangsstörungen aus psychodynamischer Perspektive .....	18
2.1 Psychodynamische Modelle zur Entwicklung und Aufrechterhaltung der Zwangsstörung .....	18
2.1.1 Freuds Rattenmann .....	19
2.1.2 Der Zwang als Lösung eines Trieb-Abwehr-Konflikts	23
2.1.3 Der Zwang als Kompromiss zwischen Autonomie und Fügsamkeit .....	26
2.1.4 Der Zwang als autoprotektive Möglichkeit .....	29
2.1.5 Der Zwang aus dem Blickwinkel der Objektbeziehungstheorie .....	31
2.2 Psychodynamische Therapie der Zwangsstörung .....	33
2.2.1 Psychodynamische Vorgehensweisen und Ziele ...	33
2.2.2 Praxis der psychodynamischen Therapie von Zwangsstörungen .....	34
3 Zwangsstörungen aus kognitiv-verhaltenstherapeutischer Perspektive .....	41
3.1 Modelle zur Entwicklung und Aufrechterhaltung der Zwangsstörung .....	41

3.1.1 Die Zwei-Faktoren-Theorie . . . . .	41
3.1.2 Kognitiv-behaviorale Modelle . . . . .	43
3.2 Kognitiv-verhaltenstherapeutische Therapie	
der Zwangsstörung . . . . .	45
3.2.1 Beziehungsgestaltung und Indikationsstellung . . . .	45
3.2.2 Ansatzpunkte und störungsspezifische Therapie	
der Zwangshandlungen . . . . .	46
3.2.3 Ansatzpunkte und störungsspezifische Therapie	
der Zwangsgedanken . . . . .	48
4 Psychodynamische Therapie und Kognitive Verhaltenstherapie	
im Effektivitätsvergleich . . . . .	51
4.1 Psychodynamische Therapie . . . . .	51
4.2 Kognitive Verhaltenstherapie . . . . .	52
5 Zwangsstörungen aus einer integrativen Perspektive:	
Ein Fallbeispiel . . . . .	54
5.1 Abklärung . . . . .	55
5.1.1 Anamnese . . . . .	55
5.1.2 Aktuelle Lebenssituation und Problemlage . . . . .	57
5.1.3 Indikationsstellung und Therapieplanung . . . . .	57
5.2 Therapieverlauf mit Bezug auf die allgemeinen	
Wirkfaktoren der Psychotherapie . . . . .	58
5.2.1 Wirkfaktor Therapiebeziehung . . . . .	58
5.2.2 Wirkfaktor Ressourcenaktivierung . . . . .	60
5.2.3 Wirkfaktor Problembewältigung . . . . .	61
5.2.4 Wirkfaktor Problemaktualisierung . . . . .	63
5.2.5 Wirkfaktor motivationale Klärung . . . . .	64
5.2.6 Therapieergebnis . . . . .	66
6 Abschließende Bemerkungen . . . . .	67
Literatur . . . . .	69

## Vorwort zur Reihe

Zielsetzung von PSYCHODYNAMIK KOMPAKT ist es, alle psychotherapeutisch Interessierten, die in verschiedenen Settings mit unterschiedlichen Klientengruppen arbeiten, zu aktuellen und wichtigen Fragestellungen anzusprechen. Die Reihe soll Diskussionsgrundlagen liefern, den Forschungsstand aufarbeiten, Therapieerfahrungen vermitteln und neue Konzepte vorstellen: theoretisch fundiert, kurz, bündig und praxistauglich.

Die Psychoanalyse hat nicht nur historisch beeindruckende Modellvorstellungen für das Verständnis und die psychotherapeutische Behandlung von Patienten hervorgebracht. In den letzten Jahren sind neue Entwicklungen hinzugekommen, die klassische Konzepte erweitern, ergänzen und für den therapeutischen Alltag fruchtbar machen. Psychodynamisch denken und handeln ist mehr und mehr in verschiedensten Berufsfeldern gefordert, nicht nur in den klassischen psychotherapeutischen Angeboten. Mit einer schlanken Handreichung von 60 bis 70 Seiten je Band kann sich der Leser schnell und kompetent zu den unterschiedlichen Themen auf den Stand bringen.

Themenschwerpunkte sind unter anderem:

- *Kernbegriffe und Konzepte* wie zum Beispiel therapeutische Haltung und therapeutische Beziehung, Widerstand und Abwehr, Interventionsformen, Arbeitsbündnis, Übertragung und Gegenübertragung, Trauma, Mitgefühl und Achtsamkeit, Autonomie und Selbstbestimmung, Bindung.
- *Neuere und integrative Konzepte und Behandlungsansätze* wie zum Beispiel Übertragungsfokussierte Psychotherapie, Schematherapie, Mentalisierungsbasierte Therapie, Traumatherapie, internet-

- basierte Therapie, Psychotherapie und Pharmakotherapie, Verhaltenstherapie und psychodynamische Ansätze.
- *Störungsbezogene Behandlungsansätze* wie zum Beispiel Dissoziation und Traumatisierung, Persönlichkeitsstörungen, Essstörungen, Borderline-Störungen bei Männern, autistische Störungen, ADHS bei Frauen.
  - *Lösungen für Problemsituationen in Behandlungen* wie zum Beispiel bei Beginn und Ende der Therapie, suizidalen Gefährdungen, Schweigen, Verweigern, Agieren, Therapieabbrüchen; Kunst als therapeutisches Medium, Symbolisierung und Kreativität, Umgang mit Grenzen.
  - *Arbeitsfelder jenseits klassischer Settings* wie zum Beispiel Supervision, psychodynamische Beratung, Arbeit mit Flüchtlingen und Migranten, Psychotherapie im Alter, die Arbeit mit Angehörigen, Eltern, Gruppen, Eltern-Säuglings-Kleinkind-Psychotherapie.
  - *Berufsbild, Effektivität, Evaluation* wie zum Beispiel zentrale Wirkprinzipien psychodynamischer Therapie, psychotherapeutische Identität, Psychotherapieforschung.

Alle Themen werden von ausgewiesenen Expertinnen und Experten bearbeitet. Die Bände enthalten Fallbeispiele und konkrete Umsetzungen für psychodynamisches Arbeiten. Ziel ist es, auch jenseits des therapeutischen Schulendenkens psychodynamische Konzepte verstehbar zu machen, deren Wirkprinzipien und Praxisfelder aufzuzeigen und damit für alle Therapeutinnen und Therapeuten eine gemeinsame Verständnisgrundlage zu schaffen, die den Dialog befördern kann.

*Franz Resch und Inge Seiffge-Krenke*

## Vorwort zum Band

Am Beispiel der Zwangsstörungen kann gezeigt werden, dass sich psychodynamische und verhaltensorientierte Perspektiven ergänzen lassen, auch wenn sie auf den ersten Blick theoretisch unvereinbar erscheinen.

Die vielfältigen Erscheinungsformen der Zwangsstörung haben schon seit der Frühzeit der Psychoanalyse die therapeutischen Phantasien angeregt und verhaltenstheoretische Überlegungen herausgefordert. Als »Störung mit tausend Gesichtern« finden wir sie in allen Altersspektren von Patienten. Zwangssymptome gelten dabei als Lösungsversuch eines Konfliktes zwischen nach Lusterleben strebenden und dabei Angst auslösenden Triebregungen und dagegen gerichteten Abwehrformen. Die Weiterentwicklung psychodynamischer Modellvorstellungen stellte schließlich Selbstbehauptungstendenzen und »Auflehnungen des Ichs« in der Auseinandersetzung mit der Umwelt in ihr Zentrum. An historischen Beispielen – wie dem Rattenmann – und eindrucksvollen klinischen Vignetten werden unterschiedliche psychodynamische Erklärungen plastisch erläutert. Schließlich wird auf praktische Aspekte der psychodynamischen Therapie bei Zwangsstörungen eingegangen.

In einem nächsten Abschnitt erfolgt die Darstellung der Zwangsstörungen aus kognitiv-verhaltenstherapeutischer Perspektive. Neben der Zwei-Faktoren-Theorie, die klassisch konditionierte Angstreaktionen mit operanten Konditionierungsprozessen verbindet, die die angstreduzierende Wirkung von Zwangsritualen betonen, werden auch kognitive Modelle zur Aufrechterhaltung von Zwängen dargestellt. Ansatzpunkte zur störungsspezifischen Behandlung von Zwangsstörungen lassen sich aus den theoretischen Modellen ableiten.

Ein Effektivitätsvergleich unterschiedlicher Therapieansätze kommt zum Schluss, dass heute leider die Evidenzlage zur psychodynamischen Therapie als unzureichend bewertet wird, während für verhaltenstherapeutische Ansätze diese Evidenz als belegt gelten kann. Dennoch ist die Rate an symptomfreien Patientinnen und Patienten relativ gering und die Abbruchraten erscheinen unbefriedigend hoch.

Integrative Ansätze versuchen, Methodensynergien auf der Basis der allgemeinen psychotherapeutischen Wirkfaktoren fruchtbar zu machen. Es ist sinnvoll, den therapeutischen Hebel einmal mehr an der Symptomatik selbst anzusetzen – wie das die verhaltensorientierte Therapie versucht –, aber auch mehr auf die zugrunde liegenden Traumata und Konflikte Bezug zu nehmen – wie die psychodynamischen Ansätze es postulieren. Der Autor plädiert in dieser luziden Darstellung seiner Arbeit dafür, dass beide Perspektiven in einer erfolgreichen Behandlung nicht vernachlässigt werden dürfen.

*Inge Seiffge-Krenke und Franz Resch*