

Münster | 09.06.2016

## Wenn Psychotherapie nicht wirkt

**Zwangserkrankungen sind gut behandelbar. Manchmal aber vermeiden Patienten die bewährte Konfrontation, weichen auf Sicherheitsstrategien aus. Sie wollen, aber können den Zwang nicht loslassen, weil er wichtige zwischenmenschliche Bedürfnisse erfüllt**

Kontrollieren, Waschen, Ordnen, Horten: Die „heimliche Krankheit“ hat zahlreiche Gesichter. Die Wahrscheinlichkeit, mindestens einmal im Leben an einem Zwang zu erkranken, beträgt ein bis drei Prozent. Als Behandlungsmethode der ersten Wahl gilt die kognitive Verhaltenstherapie. Dabei spielt die Konfrontation mit den Auslösern des Zwangs eine zentrale Rolle. Die Wirksamkeit dieser Therapie ist unumstritten, und doch erreicht sie nicht immer den gewünschten Erfolg. Wenn Patienten die Übungen nur unvollständig ausführen oder sogar komplett vermeiden, heißt es oft, sie „wollten ihre Erkrankung nicht loslassen“. Was aber bringt einen Menschen dazu, an einem Zwang festzuhalten, der ihn massiv beeinträchtigt und leiden lässt?

### **Scham treibt Betroffene in die Heimlichkeit**

Zwangserkrankte Menschen fühlen sich zu immer wiederkehrenden Handlungen und Gedanken gezwungen, die sie oft selbst als sinnlos oder zumindest übertrieben empfinden. Ständig etwas tun oder denken zu müssen, gegen den eigenen Willen, weder ein Ende noch Ruhe zu finden, strengt an – und demütigt. Scham treibt viele Betroffene in die Heimlichkeit und zunehmend in die soziale Isolation. Ängste und Depressionen sind ein häufiger Begleiter. Siebeneinhalb Jahre dauert es im Schnitt, bis Zwangserkrankte professionelle Hilfe aufsuchen.

### **„Was könnte Ihnen ohne den Zwang fehlen?“**

Zwangshandlungen und -gedanken dienen nicht nur dem Abbau von Spannungen und Ängsten, Zwänge können auch in zwischenmenschlichen Beziehungen eine wichtige Funktion erfüllen und dazu beitragen, zentrale Bedürfnisse zu befriedigen. „Wir bezeichnen dies als ‚kritische Funktionalität‘. Den Betroffenen ist dieser Zusammenhang in der Regel nicht bewusst. Auch in der Therapie offenbart er sich oft erst auf den zweiten Blick. Manche Patienten fragen wir daher schon in der ersten Visite, was ihnen fehlen könnte, wenn sie den Zwang überwinden“, erklärt Marc Wolff, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und Leitender Oberarzt der auf intensive Psychotherapie spezialisierten Christoph-Dornier-Klinik in Münster.

## **Zwang als Waffe gegen die Eltern**

Bei einer Patientin, die Konfrontationsübungen immer wieder abbrach, stellte sich zum Beispiel heraus, dass sie den Zwang „brauchte“, um die Beziehung zu ihren Eltern zu regulieren. Sie bezeichnete ihn selbst als „Waffe“, um von den Eltern wenigstens ein Mindestmaß an Zuwendung zu bekommen. Eine erfolgreiche Behandlung der Zwangserkrankung drohte ihr also den letzten Rest an elterlicher Fürsorge zu nehmen. „Nachdem wir diese kritische Funktionalität des Zwangs herausgearbeitet und gemeinsam mit der Patientin „gesündere“ Alternativen zur Bedürfnisbefriedigung und Beziehungsgestaltung aufgebaut haben, öffnete sie sich zunehmend auch der Konfrontation. Da die Patientin zusätzlich unter einer depressiven Symptomatik litt, haben wir diesen Prozess behutsam medikamentös mitbegleitet“, so Wolff.

Das Verständnis für die individuellen Funktionalitäten einer Zwangserkrankung und die Erkenntnis, dass die Symptomatik möglicherweise sogar einmal „überlebenswichtig“ war, hilft nicht nur den Patienten, sondern auch den Therapeuten. Dank der modernen Methoden der „dritten Welle“ der Verhaltenstherapie, wie schematherapeutische, klärungsorientierte und metakognitive Verfahren, können heute auch bei Patienten Fortschritte erzielt werden, bei denen die bewährten Therapien allein nicht helfen.

## **Beratungstelefon**

Mittwochs zwischen 17 und 20 Uhr bietet die Klinik ein mit Diplom-Psychologen besetztes Beratungstelefon an: +49 (0)251 4810-148. Außer den üblichen Telefongebühren entstehen dabei keine weiteren Kosten.

<3.888 Zeichen inkl. Titel>

**Tags:** Christoph-Dornier-Klinik, Funktionalität, Horten, Klärungsorientierte Psychotherapie, Kontrolle, Metakognitive Psychotherapie, Ordnen, Psychotherapie, Putzen, Schematherapie, Verhaltenstherapie, Waschen, Zwang, Zwangserkrankung, Zwangsstörung

## **Kontakt**

Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie / Dr. med. Marc Wolff, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und Leitender Oberarzt / Tibusstraße 7-11, 48143 Münster / Tel. 0251 48 10-102 / info@christoph-dornier-klinik.de / www.christoph-dornier-klinik.de

## **Pressekontakt**

Pressebüro für Medizin & Gesundheit / Katja Schepers / Am kleinen Anger 21, 14109 Berlin / Tel. 030 537 944 50 / mobil: 0163 361 70 55 / info@schepers-pr.de

## Hintergrundinformationen zur Klinik

Die Christoph-Dornier-Klinik wurde 1993 in Münster als konzessionierte Privatklinik für Psychotherapie eröffnet. Mit ihrem wissenschaftlich begründeten kognitiv-verhaltenstherapeutischen Behandlungskonzept leistete sie in Deutschland Pionierarbeit. Auf Basis aktueller Forschungsergebnisse und langjähriger Erfahrung wurde dieses um klärungsorientierte und schematherapeutische Anteile erweitert. Zu den Behandlungsschwerpunkten des 50-Betten-Hauses zählen Angsterkrankungen, Zwangserkrankungen, Essstörungen, Depressionen, Traumafolgestörungen, Persönlichkeitsstörungen und Medienabhängigkeit sowie das Asperger-Syndrom. Das Intensivkonzept der Klinik beinhaltet bis zu zehn Einzelsitzungen pro Woche zuzüglich weiterer, auf den individuellen Bedarf abgestimmter Gruppentherapien. Bei Bedarf finden therapeutische Übungen auch im Lebensumfeld des Patienten statt. Das Behandlungsangebot richtet sich an Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren.