

Datum:

Patient:

Interviewer:

## Y-BOCS (reduzierte Version) Interviewleitfaden

**„Ich werde Ihnen jetzt verschiedene Fragen über Ihre Zwangsgedanken stellen.“  
(Beziehen Sie sich dabei vor allem auf die Hauptsymptome des Patienten)**

### 1. Zeitaufwand für die Beschäftigung mit Zwangsgedanken

„Wieviel Zeit nimmt die Beschäftigung mit Zwangsgedanken in Anspruch?“ (Wenn die Zwangsgedanken als kurze, wiederkehrende, sich aufdrängende Gedanken auftreten, kann es schwierig sein, die Zeit in Stunden anzugeben. In diesem Falle erfragen Sie sowohl die Häufigkeit der Zwangsgedanken als auch die Anzahl der Stunden, die pro Tag davon betroffen sind. Fragen Sie dann: „Wie häufig treten die Zwangsgedanken auf?“ (Achten Sie darauf, dass Sie Grübeleien und Vorstellungen, die - im Gegensatz zu Zwangsgedanken - ich-synton und rational sind, aber übertrieben wirken, ausschließen.)

- 0 = keine Beschäftigung mit Zwangsgedanken
- 1 = leichtes (weniger als eine Stunde pro Tag) oder gelegentliches Aufdrängen von Gedanken
- 2 = mäßiges (ein bis drei Stunden täglich) oder häufiges Aufdrängen von Gedanken, wobei die meisten Stunden des Tages nicht betroffen sind
- 3 = starkes (mehr als drei und bis zu acht Stunden täglich) oder sehr häufiges Aufdrängen von Gedanken und während der meisten Stunden des Tages
- 4 = extremes (mehr als acht Stunden täglich) oder fast ständiges Aufdrängen von Gedanken

### 2. Beeinträchtigung durch Zwangsgedanken.

„Wie stark werden Sie durch Ihre Zwangsgedanken im Umgang mit anderen Menschen oder bei der Arbeit beeinträchtigt? Gibt es irgend etwas, das Sie deswegen nicht tun?“  
(Wenn Pat. z.Z. nicht berufstätig ist, ist festzustellen, inwieweit bei Berufstätigkeit Beeinträchtigung vorliegen würde.)

- 0 = keine Beeinträchtigung
- 1 = leichte oder wenig Beeinträchtigung im Umgang mit anderen oder bei der Arbeit, Aufgaben können aber noch voll erfüllt werden
- 2 = mäßige, aber doch schon deutliche Beeinträchtigung im Umgang mit anderen bzw. am Arbeitsplatz, Aufgaben können jedoch noch ausreichend erfüllt werden
- 3 = starke Beeinträchtigung im Umgang mit anderen bzw. am Arbeitsplatz, Aufgaben können nicht mehr ausreichend erfüllt werden
- 4 = extreme Beeinträchtigung im Alltagsleben

### 3. Leidensdruck in Verbindung mit Zwangsgedanken

„Wie stark werden Sie durch Ihre Zwangsgedanken geplagt?“  
(In den meisten Fällen korreliert der Leidensdruck mit dem Ausmaß der begleitenden Ängste; einige Patienten berichten jedoch, dass ihre Zwänge „störend“ seien, und verneinen zugleich das Vorliegen von „Angst“. Es soll nur solche Angst berücksichtigt werden, die durch die Zwangsgedanken hervorgerufen wird, keine generalisierte Angst, die anderen Symptomen zugeordnet werden kann.)

- 0 = gar nicht
- 1 = leicht, nicht allzu störend
- 2 = mäßig, störend, aber noch zu bewältigen
- 3 = stark, sehr störend
- 4 = extremer, nahezu kontinuierlicher und lähmender Leidensdruck

#### 4. Widerstand gegen Zwangsgedanken

„Wie stark bemühen Sie sich, den Zwangsgedanken zu widerstehen? Wie oft versuchen Sie, diese Gedanken nicht zu beachten bzw. sich abzulenken, wenn sie sich Ihnen aufdrängen?“ (Nur die Bemühung um Widerstand einschätzen, nicht das Gelingen oder Misslingen des Versuches, Kontrolle über Zwangsgedanken zu bekommen. Wie sehr der Patient gegen seine Zwangsgedanken Widerstand leisten kann, muss aber nicht, mit seiner Fähigkeit, diese zu kontrollieren, zusammenhängen. Beachten Sie, dass dieses Item nicht direkt die Ausprägung der sich aufdrängenden Gedanken misst; vielmehr beurteilt es das Ausmaß der noch vorhandenen gesunden Anteile des Patienten, d.h. die Anstrengung, die er unternimmt, um gegen die Zwangsgedanken anzugehen, ohne Vermeidungshandlungen oder Zwangshandlungen abzuwickeln. Je mehr der Patient versucht, Widerstand zu leisten, desto weniger ist folglich dieser Bereich seiner Funktionsfähigkeit beeinträchtigt. Es gibt „aktive“ und „passive“ Formen des Widerstandes. In einer Verhaltenstherapie können Patienten z.B. ermutigt werden, ihre Zwangsgedanken dadurch zu überwinden, dass sie nicht gegen sie ankämpfen – z.B. „lassen Sie ihre Gedanken einfach zu“ i. S. einer passiven Opposition – oder indem die Zwangsgedanken absichtlich gedacht werden. Um Item 4 richtig beurteilen zu können, berücksichtigen Sie die Anwendung solcher verhaltenstherapeutischer Techniken als Sonderformen von Widerstand. Wenn Zwangsgedanken nur minimal ausgeprägt sind, könnte der Patient keine Notwendigkeit sehen, ihnen zu widerstehen. In diesem Falle sollte eine „0“ angekreuzt werden.)

- 0 = strengt sich an, immer zu widerstehen bzw. die Symptome sind so minimal, dass es nicht nötig ist, dagegen Widerstand zu leisten
- 1 = versucht, fast immer zu widerstehen
- 2 = macht einige Anstrengungen zu widerstehen
- 3 = lässt alle Zwangsgedanken zu, ohne Versuch, diese zu kontrollieren, tut dies jedoch mit einigem Widerstand
- 4 = lässt die Zwangsgedanken vollständig und bereitwillig zu

#### 5. Grad der Kontrolle über die Zwangsgedanken

„Wieviel Kontrolle haben Sie über Ihre Zwangsgedanken? Wie erfolgreich sind Sie dabei, Ihre Zwangsgedanken zu beenden bzw. sich davon abzulenken? Können Sie ihre Zwangsgedanken einfach übergehen?“

(Im Gegensatz zu dem vorangegangenen Item zum Widerstand, ist die Fähigkeit des Patienten, seine Zwangsgedanken zu kontrollieren, enger mit dem Ausprägungsgrad der sich aufdrängenden Gedanken verbunden.)

- 0 = völlige Kontrolle
- 1 = starke Kontrolle, die normalerweise mit einigem Aufwand und Konzentration die Zwangsgedanken beendet oder davon ablenkt
- 2 = mäßige Kontrolle, die manchmal die Zwangsgedanken beendet bzw. ablenkt
- 3 = wenig Kontrolle, Patient ist selten erfolgreich im Beenden der Zwangsgedanken, kann die Aufmerksamkeit nur unter Schwierigkeiten ablenken
- 4 = keine Kontrolle, Zwangsgedanken werden als völlig unkontrollierbar erfahren, Patient ist selten fähig, die Gedanken auch nur kurzfristig zu ändern

#### 6. Dauer der Ausführung von Zwangshandlungen

„Wieviel Zeit nimmt die Ausführung von Zwangshandlungen in Anspruch?“

(Wenn hauptsächlich Rituale vorliegen, die Aktivitäten des täglichen Lebens betreffen, fragen Sie: „Wieviel länger brauchen Sie wegen Ihrer Rituale im Vergleich zu den meisten Menschen, um Routinetätigkeiten auszuführen?“ Wenn die Zwangshandlungen als kurze, wiederkehrende Verhaltensweisen auftreten, kann es unmöglich sein, die Zeit in Stunden anzugeben. In diesem Falle ist die Häufigkeit des Auftretens zu eruieren, um daraus die Zeitdauer abzuschätzen. Sowohl die Häufigkeit des Auftretens wie auch die Anzahl der täglichen Stunden, die dadurch beeinträchtigt werden, soll letztlich ermittelt werden.

Dabei soll die Häufigkeit des Auftretens von Zwangshandlungen, nicht die Anzahl der Wiederholungen einzelner Handlungen erfragt werden; wenn ein Patient z.B. 20mal pro Tag in das

Badezimmer geht, um sich fünfmal sehr schnell die Hände zu waschen, so führt er 20mal pro Tag Zwangshandlungen aus, nicht fünfmal oder 5mal 20 = 100mal. Fragen Sie: „Wie oft führen Sie Zwangshandlungen aus?“ In den meisten Fällen sind Zwangshandlungen beobachtbare Verhaltensweisen, wie Händewaschen, aber es gibt auch Beispiele von nicht beobachtbaren Zwangshandlungen, etwa leises Kontrollieren.)

- 0 = kein Zeitaufwand
- 1 = leichte (weniger als eine Stunde pro Tag) oder gelegentliche Ausführung von Zwangshandlungen
- 2 = mäßig (ein bis drei Stunden täglich) oder häufige Ausführung von Zwangshandlungen
- 3 = starke (mehr als drei und bis zu acht Stunden täglich) oder sehr häufige Ausführung von Zwangshandlungen
- 4 = extreme (mehr als acht Stunden täglich) oder fast durchgängige Ausführung von Zwangshandlungen

### 7. Beeinträchtigung durch Zwangshandlungen

„Wie stark werden Sie durch ihre Zwangshandlungen im Umgang mit anderen Menschen oder bei der Arbeit beeinträchtigt? Gibt es irgend etwas, das Sie deswegen nicht tun?“

(Wenn Patient z.Z. nicht berufstätig ist, ist festzustellen, inwieweit bei Berufstätigkeit eine Beeinträchtigung vorliegen würde.)

- 0 = keine Beeinträchtigung
- 1 = leichte oder wenig Beeinträchtigung im Umgang mit anderen Menschen oder am Arbeitsplatz, dabei insgesamt keine Funktionsverminderung
- 2 = mäßige, aber doch auch deutlich Beeinträchtigung in Umgang mit anderen Menschen oder am Arbeitsplatz, jedoch noch zu bewältigen
- 3 = starke Beeinträchtigung im Umgang mit anderen Menschen bzw. am Arbeitsplatz
- 4 = extreme Behinderung in der täglichen Lebensführung

### 8. Leidensdruck in Verbindung mit Zwangshandlungen

„Wie ginge es Ihnen, wenn Sie an der Ausführung Ihrer Zwangshandlungen gehindert würden?“ Pause. „Wie ängstlich oder beunruhigt würden Sie dann werden?“ (Beurteilen Sie, wie stark der Leidensdruck sein würde, wenn die Ausführung einer Zwangshandlung plötzlich und ohne Rückversicherung unterbrochen würde. In den meisten, wenn auch nicht allen, Fällen werden Angst / Unruhe / Missempfinden durch die Ausführung von Zwangshandlungen reduziert. Wenn dagegen, nach Einschätzung des Interviewers, Angst aber gerade dadurch reduziert wird, dass die Zwangshandlungen in der oben beschriebenen Form verhindert werden, dann fragen Sie: „Wie ängstlich / beunruhigend werden Sie, während Sie die Zwangshandlungen ausführen und zu einem für Sie befriedigenden Abschluss bringen?“)

- 0 = gar nicht ängstlich, beunruhigt
- 1 = wenig, nur leicht ängstlich / beunruhigt, wenn Zwangshandlungen verhindert werden oder nur leichte Angst / Unruhe / Missempfindungen während ihrer Ausführung
- 2 = mäßig, Patient berichtet, dass Angst / Unruhe / Missempfindungen ansteigen, aber zugleich noch zu bewältigen sein würden, wenn Zwangshandlungen verhindert werden bzw., dass sie während der Ausführung von Zwangshandlungen zwar ansteigen, aber noch zu bewältigen sein würden
- 3 = starke, vorherrschende und als sehr störend empfundene Zunahme der Angst / Unruhe / Missempfindungen, wenn die Zwangshandlungen unterbrochen werden würden, oder vorherrschende und als sehr störend empfundene Zunahme derselben während der Ausführung von Zwangshandlungen
- 4 = extreme, behindernde Angst / Unruhe / Missempfindungen, die entweder durch Interventionen die versuchen das Zwangsverhalten zu verhindern, provoziert werden oder die auch während der Durchführung einer Zwangshandlung entstehen würden.

## 9. Widerstand gegen die Zwangshandlungen

„Wie stark bemühen Sie sich, den Zwangshandlungen zu widerstehen?“

(Nur den versuchten Widerstand einschätzen, nicht das Gelingen oder Misslingen des Versuches, Kontrolle über die Zwangshandlungen zu bekommen. Wie stark der Patient die Zwangshandlungen widersteht kann, muss aber nicht, mit seiner Fähigkeit, diese zu kontrollieren, zusammenhängen. Beachten Sie, dass dieses Item nicht direkt den Ausprägungsgrad der Zwangshandlungen misst, sondern den Gesundheitszustand des Patienten, d. h. die Anstrengung, die er unternimmt, um den Zwangshandlungen zu widerstehen. Je mehr der Patient versucht zu widerstehen, desto weniger ist er folglich in diesem Bereich seiner Funktionstüchtigkeit beeinträchtigt. Wenn die Zwangshandlungen in minimalem Umfange auftreten, kann es sein, dass der Patient kein Bedürfnis empfindet, diesen zu widerstehen. In diesem Falle sollte eine „0“ angekreuzt werden.)

- 0 = bemüht sich, immer zu widerstehen, oder die Symptome sind so minimal, dass es nicht nötig ist, Widerstand zu leisten
- 1 = versucht, meistens zu widerstehen
- 2 = macht einige Anstrengungen zu widerstehen
- 3 = führt fast alle Zwangshandlungen aus, ohne den Versuch, diese zu kontrollieren, tut dies aber mit einigem Widerstreben
- 4 = führt alle Zwangshandlungen vollständig und bereitwillig aus

## 10. Ausmaß der Kontrolle über Zwangshandlungen

„Wie stark ist der Drang, Zwangshandlungen auszuführen?“ Pause. „Wieviel Kontrolle haben Sie über die Zwangshandlungen?“

(Im Gegensatz zum vorhergehenden Item zum Widerstand, ist die Fähigkeit des Patienten, seine Zwangshandlungen zu kontrollieren, enger mit dem Ausprägungsgrad der Zwangshandlungen verbunden.)

- 0 = völlige Kontrolle
- 1 = starke Kontrolle, der Patient empfindet den Drang, die Handlungen auszuführen, ist jedoch gewöhnlich in der Lage, willkürliche Kontrolle darüber auszuüben
- 2 = mäßige Kontrolle, starker Drang zur Ausführung der Handlung, Patient kann sie nur unter Schwierigkeiten kontrollieren
- 3 = wenig Kontrolle, sehr starker Drang zur Ausführung der Handlung, Handlung muss bis zum Ende ausgeführt werden, Patient kann sie nur unter Schwierigkeiten hinauszögern
- 4 = keine Kontrolle, Drang zur Ausführung der Handlung wird als völlig unfreiwillig und unkontrollierbar empfunden, Patient ist selten fähig, die Handlung auch nur kurzfristig zu verzögern

## Auswertung:

Zwangsgedanken (Item 1-5): .....

Zwangshandlungen (Item 6-10): .....

Gesamt (Item 1-10): .....

### 11. **Einsicht in die Zwangsgedanken und -handlungen**

„Glauben Sie, dass Ihre Befürchtungen oder Verhaltensweisen berechtigt sind?“ (Pause) „Was meinen Sie würde passieren, wenn Sie die Zwangshandlung(en) nicht ausführen? Sind sie überzeugt davon, dass tatsächlich etwas passieren würde?“

(Schätzen Sie die Einsicht des Patienten in die Sinnlosigkeit und Übertriebenheit seiner Zwangshandlung(en) ein, und zwar ausgehend von den Überzeugungen oder Annahmen, die der Patient während des Interviews äussert.)

- 0 = hervorragende Einsicht, völlig rational
- 1 = gute Einsicht: Patient gibt bereitwillig die Absurdität oder Übertriebenheit seiner (Zwangs-)Gedanken oder Verhaltensweisen zu; er scheint aber nicht völlig überzeugt davon zu sein, dass es neben der Angst nicht doch noch etwas gibt, über das man sich Sorgen machen müsste (d.h. er hat anhaltende Zweifel)
- 2 = mäßige Einsicht; Patient gibt widerwillig zu, dass seine Gedanken oder Verhaltensweisen unsinnig oder übertrieben scheinen, ist jedoch un schlüssig. Möglicherweise hat er einige unrealistische Ängste, jedoch keine dahinterstehenden festen Überzeugungen
- 3 = wenig Einsicht; Patient behauptet, dass seine Gedanken oder Verhaltensweisen nicht unsinnig oder übertrieben sind (d.h. er hat überwertige Ideen)
- 4 = keine Einsicht, wahnhaft. Patient ist entschieden überzeugt, dass seine Befürchtungen und Verhaltensweisen berechtigt sind, er reagiert nicht auf Gegenbeweise.

### 12. **Gesamtschweregrad**

(Einschätzung des Gesamtschweregrads der Störung des Patienten auf einer Skala von 0 „keine Störung“ bis 6 „gehört zu den am schwersten gestörten Patienten“.

Berücksichtigen Sie dabei das vom Patienten berichtete Ausmaß an Leidensdruck, die beobachteten Symptome und die berichtete Funktionsbeeinträchtigung im Alltagsleben. Ihre Einschätzung wird einerseits benötigt, um einen Durchschnittswert zu bekommen und andererseits, um die Reliabilität oder Genauigkeit der erhaltenen Informationen zu überprüfen. Diese Einschätzung basiert auf den im Interview erhaltenen Informationen.)

- 0 = keine Störung
- 1 = Störung geringfügig, zweifelhaft, vorübergehend, keine Funktionsbeeinträchtigung
- 2 = leichte Symptome; geringfügig Funktionsbeeinträchtigung
- 3 = mäßige Symptome; Funktionsfähigkeit nur noch mit Anstrengung aufrechterhalten
- 4 = mäßig bis schwere Symptome eingeschränkte Funktionstüchtigkeit
- 5 = schwere Symptome; Patient im Alltag überwiegend auf fremde Hilfe angewiesen
- 6 = extrem schwere Symptome; völlige Funktionsunfähigkeit

### 13. **Reliabilität**

(Schätzen Sie bitte die Gesamtreliabilität der erhaltenen Informationen ein. Faktoren, die die Reliabilität beeinträchtigen könnten, sind z.B. die Kooperation des Patienten und seine Kommunikationsfähigkeit. Die Art und der Schweregrad der vorhandenen Zwangssymptome können die Konzentration, Aufmerksamkeit oder Spontaneität des Patienten beeinträchtigen – so kann z.B. der Inhalt einiger Zwangsgedanken den Patienten veranlassen, seine Worte sehr vorsichtig zu wählen.)

- 0 = ausgezeichnet, kein Anlass, den Wahrheitsgehalt der Informationen anzuzweifeln
- 1 = gut, Faktor(en) vorhanden, der (die) möglicherweise die Reliabilität ungünstig beeinflusst (ssen)
- 2 = befriedigend, Faktor(en) vorhanden, der (die) definitiv die Reliabilität verringerte(n)
- 3 = unzureichend, sehr niedrige Reliabilität