

Klaus-Grawe-Institut für Psychologische Therapie  
Zürich, Workshop 14./15. Juni 2024

## Zwangsstörung und verwandte Störungen

Prof. Dr. med. Michael Rufer  
michael.rufer@triaplus.ch

## Einbezug von Angehörigen in die Therapie

- Angehörige als **Wegbereiter für die Therapie**
- **Ergänzung der** (psychotherapeutischen) **Diagnostik**
- Förderung **unterstützender**, Verminderung **ungünstiger** Verhaltensweisen von Angehörigen
- **Aktive Mitarbeiter** in Therapie
- Beratung von Angehörigen bzgl. **Hilfen für sich selbst**



## Beispiele aus Beratungen

- Sich als Angehöriger beim Betreten der Wohnung umziehen und duschen müssen
  - Zwangskranker Partner befürchtet „Schmutz“ in der Wohnung
- Das Badezimmer ist stundenlang blockiert
  - Die Tochter hat Waschwänge
  - Klopfen und laute Rufe helfen nicht - es dauert dann noch länger
- Teile der Wohnung dürfen nicht betreten werden, Gäste einladen ist undenkbar
  - Ordnungs- oder Sammelzwänge des Ehemannes

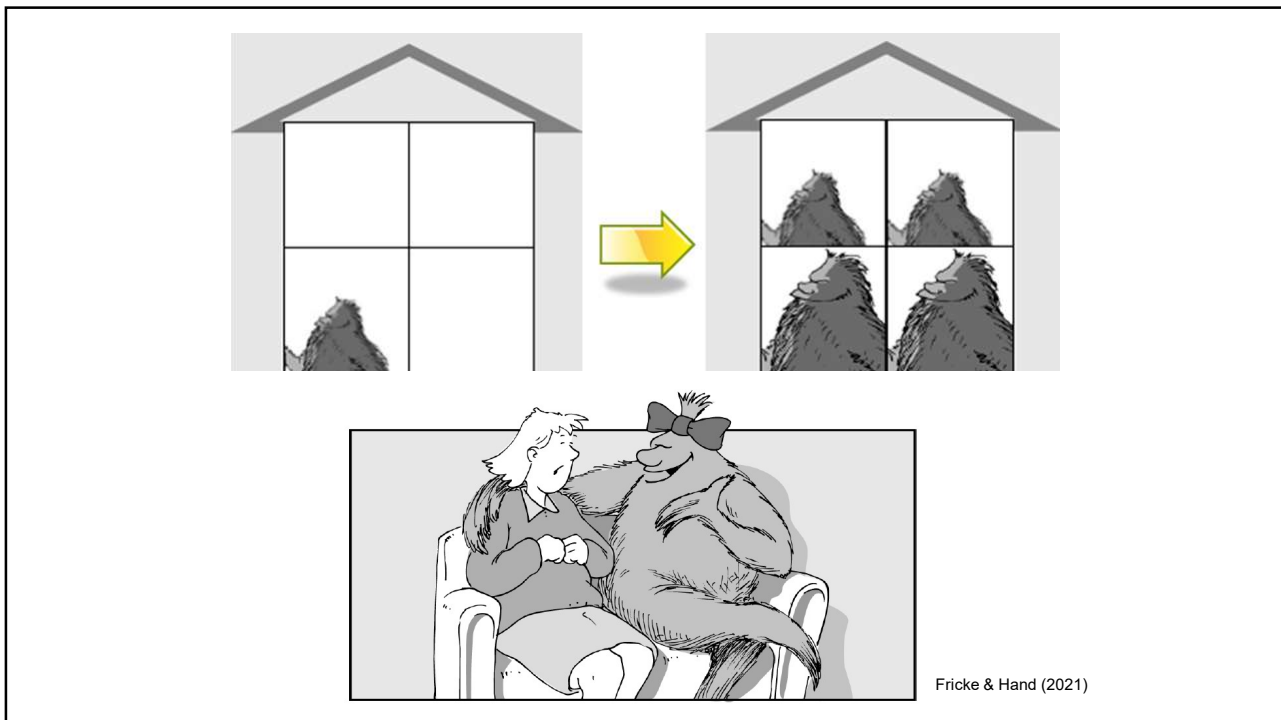
- Wiederholt Rückversicherungs-Fragen beantworten müssen
  - Zwanghaftes Zweifeln des Betroffenen
- Finanzielle Belastung
  - Hohe Wasserkosten bei Wasch- / Reinigungszwängen
  - Dinge des alltäglichen Gebrauchs werden aufgrund von „Verseuchung“ weggeworfen und neu gekauft
- Verlust an Lebensqualität
  - Die Eltern erleben mit, wie schlecht es dem Sohn geht, wissen nicht, wie sie ihm noch helfen können
  - Schöne Dinge, die man früher mit der Partnerin gemeinsam unternommen hatte, sind nicht mehr möglich

## Revidierte S3-Leitlinie Zwangsstörungen Expertenkonsens

- «Bezugspersonen bzw. Angehörige sollten, sofern der Patient dies nicht ablehnt, d.h. sein Einverständnis gegeben hat, in die **Befunderhebung** in Bezug auf Alltag, Teilhabe und Lebensqualität einbezogen werden.»
- «Bezugspersonen bzw. Angehörige sollten, sofern möglich, in den **therapeutischen Prozess** einbezogen werden.»
- «Bezugspersonen bzw. Angehörige sollten, sofern möglich, in die **Psychoedukation** einbezogen werden.»
- «Die Einbeziehung von engen Bezugspersonen bei der Durchführung einer **kognitiven Verhaltenstherapie** ist zu empfehlen.»

## «Exkurs systemische Therapie» Einige Grundannahmen und Leitsätze

- **Wirklichkeiten** entstehen im Dialog
- Handle so, dass du die **Anzahl der Möglichkeiten vergrösserst**
- **Allparteilichkeit** gegenüber Personen und Problemen
- Anliegen- und **Lösungsorientierung**
- Kontextbezogenheit, **Zirkularität**



- **Therapeutische Fragen zum Einfluss auf / von Herrn Zwang**
  - „Welchen Einfluss gestehen Sie Herrn Zwang auf Ihr Leben zu?“
  - „Welchen Einfluss haben Sie auf Herrn Zwang?“
  - „Wer ist von Herrn Zwang noch betroffen?“
  - „Wer hat noch Einfluss auf Herrn Zwang?“
  - ...
- **Therapeutische Fragen zu Ausnahmen**
  - „Was war anders, als Sie weniger kooperativ waren?“
  - „Was haben Sie stattdessen getan/gedacht/gefühl?“
  - „Wer wäre am wenigsten erstaunt darüber, dass Sie fähig sind, sich Herrn Zwang zu entziehen?“
  - „Wie könnten Sie es ihm zukünftig ungemütlich machen?“
  - ...

