

Dr. Bernd Hippler

Psychotherapie-Repetitorium zum Sammeln

Fragenkatalog Zwangsstörungen

■ Fragen

1. Nennen Sie mindestens 3 Erscheinungsformen von Zwängen.
2. Welche Metapher eignet sich bei Kindern zur Beschreibung von Zwangsgedanken?
3. Wie unterscheiden sich normale von zwanghaften Gedanken?
4. Mit welchen anderen Störungen zeigen Zwangsstörungen Komorbidität?
5. Welchen Lernprinzipien unterliegt die 2-Faktoren-Theorie?
6. Wie heißen die 4 Phasen des Kognitiven Modells der Entstehung von Zwangsstörungen?
7. Welche Bedingungen in der Lerngeschichte können zu Zwangsstörungen führen?
8. Was bedeutet die Metapher vom „CD-Brenner“?
9. Nennen Sie einige Funktionen von Zwängen.
10. Welche Methode zur Distanzierung vom Zwang kennen Sie?
11. Welche Tricks kennt der Zwang?
12. Wie heißt das hauptsächliche Prinzip der Reizexposition?
13. Was ist ein Vorteil von Flooding, welchen Nachteil hat es?
14. Nennen Sie Beispiele zur Erklärung von Habituation für Kinder.
15. Nennen Sie drei „Werkzeuge“ gegen den Zwang.
16. Nennen Sie wichtige Schritte in der Therapie der Zwangsgedanken.
17. Wie kann man den Waschzwang auch benennen?
18. Nennen Sie typische gedankliche Fehler bei Zwängen.
19. Nennen Sie 2 Aspekte der Magischen Überzeugungen.
20. Nennen Sie eine Regel für Angehörige.

■ Antworten

1.
 - Kontrollieren
 - Sammeln und Horten
 - Waschen und Sauberkeit
2.
 - Müllsortierer“ funktionieren nicht richtig
 - Zwangsgedanken sind wie Gerümpel
3.
 - kommen immer wieder, will sie nicht denken, machen Unruhe und Erregung, gibt keine Lösungen – alles das tun normale Gedanken nicht
4.
 - affektive Störungen
 - Angststörungen
 - Tics/TouretteÜbergriffe
 - Grenzverletzungen
 - Ausnützung (z. B. nein sagen zu unberechtigten Forderungen)
5.
 - klassisches und operantes Konditionieren
6.
 - aufdringlicher Gedanke
 - Bedeutung
 - Discomfort
 - Neutralisierung
7.
 - fehlendes Vertrauen
 - Einhalten starrer Regeln
 - frühe Anforderungen
 - autoritärer bzw. überbehütender Erziehungsstil
8.
 - Zwang will immer mehr
 - ist wie „verwöhntes“ Kind
 - ständig neue Zwänge bei gleichem „Motor“
9.
 - Wunsch nach Eigenständigkeit
 - wenig Zutrauen in eigene Selbständigkeit
 - Affektregulation
 - Kontrolle und Druck auf Angehörige um Verlassenwerden zu verhindern
10.
 - Stuhlarbeit: Zwang und Ich
11.
 - zu früh auf Alarm-Knopf
 - Könnte-sein-Spiel
 - kein Stimmt-so-Gefühl
12.
 - Habituation
13.
 - Vorteil: geringe Vermeidungsmöglichkeit
 - Nachteil: große Belastung, Abbruchgefahr
14.
 - Gewöhnung an unangenehme Dinge (Geräusche, Helligkeit)
15.
 - ihn erwischen
 - Widerrede
 - überlegen sein
16.
 - Identifizieren
 - Einordnen
 - Aussteigen
 - Ablenken
17.
 - Kontaktvermeidungszwang
18.
 - Überschätzung der Gefahr
 - übermäßige Verantwortungsübernahme
19.
 - Macht- und Schadensverhinderungs-Überzeugung
20.
 - klare Grenzen setzen
 - nicht gegen die Person, sondern gegen den Zwang gerichtet
 -
 -

■ Korrespondenzadresse

Dr. Dipl.Psych. Bernd Hippler
Psychologischer Psychotherapeut
Kinder- und Jugendlichentherapeut
Supervisor, Lehrtherapeut (BLÄK, PTK)
Alpenstr. 33 | 86159 Augsburg
Tel 0821 577555 | Fax 0821 577505
hipplerb@aol.com