

Sven Barnow Harald J. Freyberger Wolfgang Fischer Michael Linden
Herausgeber

Von Angst bis Zwang

Ein ABC der psychischen
Störungen: Formen, Ursachen
und Behandlung

3., überarbeitete und erweiterte Auflage



Barnow / Freyberger /
Fischer / Linden (Hrsg.)
Von Angst bis Zwang

Aus dem Programm Verlag Hans Huber
Psychologie Sachbuch

Wissenschaftlicher Beirat:

Prof. Dr. Dieter Frey, München

Prof. Dr. Kurt Pawlik, Hamburg

Prof. Dr. Meinrad Perrez, Freiburg (CH)

Prof. Dr. Franz Petermann, Bremen

Prof. Dr. Hans Spada, Freiburg i. Br.

HUBER



Von Sven Barnow ist weiterhin erschienen:

Sven Barnow (Hrsg.)

Persönlichkeitsstörungen: Ursachen und Behandlung

Mit fünf Fallbeispielen

431 Seiten (ISBN 978-3-456-84406-0)

Im Verlag Hans Huber ist weiterhin erschienen – eine Auswahl:

Reneau Z. Peurifoy

Angst, Panik und Phobien

Ein Selbsthilfe-Programm

376 Seiten (ISBN 978-3-456-84404-6)

Reneau Z. Peurifoy

Frei von Angst – ein Leben lang

Hilfe zur Selbsthilfe

232 Seiten (ISBN 978-3-456-84408-4)

Lee Baer

Alles unter Kontrolle

Zwangsgedanken und Zwangshandlungen überwinden

306 Seiten (ISBN 978-3-456-84490-9)

Lee Baer

Der Kobold im Kopf

Die Zähmung der Zwangsgedanken

183 Seiten (ISBN 978-3-456-84391-9)

Franz Moggi (Hrsg.)

Doppeldiagnosen

Komorbidität psychischer Störungen und Sucht

Mit einem Vorwort von Meinrad Perrez

295 Seiten (ISBN 978-3-456-84365-0)

Informationen über unsere Neuerscheinungen finden Sie im Internet unter:

www.verlag-hanshuber.com

Sven Barnow
Harald J. Freyberger
Wolfgang Fischer
Michael Linden
(Herausgeber)

Von Angst bis Zwang

3., überarbeitete und erweiterte Auflage

Verlag Hans Huber

Prof. Dr. Sven Barnow
Psychologisches Institut
AE KLINISCHE PSYCHOLOGIE 8
Psychotherapie der Universität Heidelberg
Hauptstrasse 47-51
D-69117 Heidelberg

Lektorat: Monika Eginger, Susann Seinig
Herstellung: Peter E. Wüthrich
Umschlag: Atelier Mühlberg, Basel
Druckvorstufe: ns prestampa sagl, Castione TI
Druck und buchbinderische Verarbeitung: AZ Druck und Datentechnik, Kempten
Printed in Germany

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

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



Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Verlag Hans Huber
Hogrefe AG
Länggass-Strasse 76
CH-3000 Bern 9
Tel: 0041 (0)31 300 45 00
Fax: 0041 (0)31 300 45 93

3., überarbeitete und erweiterte Auflage 2008
© 2000/2003/2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
ISBN 978-3-456-84495-4

Inhaltsverzeichnis

Die Herausgeber	15
Vorwort zur dritten Auflage	16
Vorwort zur zweiten Auflage	17
Vorwort zur ersten Auflage	20
 <i>Wolfgang Fischer & Harald J. Freyberger</i>	
Ich bin doch nicht verrückt!	
Was verbirgt sich eigentlich hinter der Psychiatrie und Psychotherapie und wer braucht sie?	21
1. Da muss ich allein durch – wer braucht die Psychiatrie und Psychotherapie und was versteht man darunter?	21
2. Psychotherapieverfahren	26
2.1 Psychosomatische Grundversorgung	26
2.2 Analytische und tiefenpsychologisch orientierte Therapien	27
2.3 Verhaltenstherapie	28
2.4 Gesprächspsychotherapie	29
2.5 Systemische Ansätze – Familientherapie	30
2.6 Unspezifische Verfahren	31
3. Ausblick	32

Kerstin Birke & Harald J. Freyberger

Psychopharmakotherapie

Möglichkeiten und Grenzen	33
1. Was sind Psychopharmaka und wie ist ihre Bedeutung für die Behandlung einzuschätzen?	33
2. Wie wirken Psychopharmaka in unserem zentralen Nervensystem?	35
3. Beschreibung der Stoffgruppen	37
3.1 Neuroleptika	37
3.1.1 Einteilung der Neuroleptika	37
3.1.2 Wirkungsweise der Neuroleptika	39
3.1.3 Nebenwirkungen der Neuroleptika	40
3.1.4 Indikation	41
3.1.5 Praktische Anwendung	42
3.2 Antidepressiva	43
3.2.1 Einteilung	43
3.2.2 Wirkungsweise der Antidepressiva	45
3.2.3 Nebenwirkungen	46
3.2.4 Indikation	46
3.2.5 Praktische Anwendung	47
3.3 Benzodiazepine	48
3.3.1 Einteilung der Benzodiazepine	48
3.3.2 Wirkungsweise der Benzodiazepine	48
3.3.3 Nebenwirkungen	50
3.3.4 Indikation	50
3.3.5 Praktische Anwendung	50
3.4 Nootropika	51
3.5 Sonstige Psychopharmaka	52
3.5.1 Lithium	53
3.5.2 Carbamazepin	53
3.5.3 Clomethiazol	54
3.5.4 Beta-Rezeptorenblocker	54
3.5.5 Buspiron	54
3.5.6 Opipramol	55
3.5.7 Neue Nichtbenzodiazepinhypnotika	55
3.5.8 Sonstige Sedative und Hypnotika	55

Kathrin Hoffmann, Sven Barnow & Hans Jürgen Grabe

Wenn der Zwang zur Sucht wird – Zwangsstörungen

Formen, Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten	59
1. Zwänge: Von Alltagserfahrungen und Krankheitssymptomen ...	59
2. Woran ist eine Zwangsstörung zu erkennen?	62
2.1 Zwangshandlungen	62
2.2 Zwangsgedanken	63
2.3 Teufelskreise	64
3. Häufigkeit, Beginn und Verlauf von Zwangsstörungen	65
4. Auf der Suche nach Ursachen und Erklärungen	66
5. Behandlungsverfahren von Zwangsstörungen	69
5.1 Pharmakologische Behandlung	69
5.2 Verhaltenstherapie	71
5.3 Begleitende therapeutische Maßnahmen	75
6. Ausblick	76

Carsten Spitzer

Alles durch die schwarze Brille

Erscheinungsbild, Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten von Depressionen	79
1. Alltagserfahrungen	79
2. Woran erkennt man Depressionen?	81
3. Häufigkeit und Verlauf	86
4. Auf der Suche nach Erklärungen	88
5. Behandlung von Depressionen	92
5.1 Biologische Behandlungsverfahren einschließlich Pharmakotherapie	95

8 Inhaltsverzeichnis

5.2 Psychotherapeutische Verfahren	99
5.2.1 Kognitiv-verhaltenstherapeutische Ansätze	99
5.2.2 Psychodynamische Verfahren	100
5.3 Unterstützende unspezifische Therapien	102
5.4 Soziale Unterstützung	104
6. Prognose und Ausblick	105

Harald J. Freyberger, Carsten Spitzer & Sven Barnow

Wenn der Alptraum zur Wirklichkeit wird

Zur Bedeutung der Traumatisierung und der posttraumatischen Belastungsstörung	107
1. Einleitung	107
2. Was ist eigentlich ein Trauma?	108
3. Was ist eigentlich eine posttraumatische Belastungsstörung (PTSD)?	109
4. Häufigkeit, Beginn und Verlauf von posttraumatischen Belastungsstörungen	110
5. Behandlungsmöglichkeiten	115

Frank Jacobi, Silvia Schneider & Sven Barnow

Die Angst vor der Angst

Angststörungen: Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten	119
1. Alltägliche Angst und Angstkrankheiten	119
2. Klassifikation und Häufigkeit von Angststörungen	124
2.1 Panikattacke, Panikstörung, Agoraphobie	125
2.2 Spezifische Phobie	129
2.3 Soziale Phobie	129
2.4 Generalisierte Angststörung	131
2.5 Allgemeines diagnostisches Vorgehen	133

3. Ursachen und Erklärungen: Ätiologische Modelle	133
3.1 Überblick	133
3.2 Das psychophysiologische Modell der Panikstörung	134
4. Behandlung von Angststörungen	135
4.1 Allgemeines zur kognitiven Verhaltenstherapie	135
4.2 Behandlung von Panikanfällen	137
4.3 Behandlung von Agoraphobien	139
5. Effektivität und Ausblick	143
6. Adressen für Betroffene	144

Sven Barnow

Lebensmüde

Suizidalität als Zeichen einer psychischen Störung?	145
1. Alltägliche Erfahrungen	145
2. Einführung	146
3. Wie kann Suizidalität erfasst werden?	148
4. Häufigkeit und Verlauf von Suizid und Suizidalität	151
5. Auf der Suche nach Ursachen und Erklärungen	152
6. Behandlung und Ausblick	156

Michael Lucht

Alkoholabhängigkeit

Definition, Ursachen und Behandlungsansätze	161
1. Alltagserfahrungen mit Alkohol	161
2. Woran erkennt man eine Alkoholabhängigkeit?	163
3. Häufigkeit und Verlauf	167

10 Inhaltsverzeichnis

4. Ursachen der Alkoholabhängigkeit	169
4.1 Psychologische Theorien	170
4.2 Soziale Faktoren	172
4.3 Wie wirkt Alkohol im Körper?	173
5. Therapie: Selbstverantwortung, individuelle, nachvollziehbare Ziele und die richtige Planung führen zum Erfolg	175
5.1 Motivation und Hermeneutischer Zirkel	176
5.2 Kontrollverlustparadoxon	176
5.3 Therapeutische Ziele	177
5.4 Was hat sich in der Alkoholismustherapie bewährt?	178
5.5 Veränderungsmodell von Prochaska und DiClemente	180
5.6 Mythen über Alkohol	183

Katrin Wambach & Winfried Rief

«Ich bilde mir das doch nicht bloß ein»

Körperliche Beschwerden mit psychischer Ursache	185
1. Alltägliche Erfahrungen	185
2. Woran erkennt man somatoforme Störungen?	187
3. Häufigkeit und Verlauf	191
4. Auf der Suche nach Erklärungen	194
4.1 Risikofaktoren	194
5. Behandlung	197
6. Zusammenfassung und Ausblick	200

Maria Wolke & Sven Barnow

Was versteht man unter Essstörungen und wie lassen sie sich behandeln	203
1. Alltagserfahrungen	203
2. Definition, Häufigkeit und Verlauf von Essstörungen	205
2.1 Anorexia nervosa	205
2.2 Bulimia nervosa	207
3. Ursachen und Risikofaktoren von Essstörungen	208
4. Psychotherapie von Essstörungen	212
4.1 Empirische Wirksamkeit therapeutischer Verfahren bei der Behandlung von Essstörungen	216
4.2 Prävention von Essstörungen	219
5. Adipositas	220
5.1 Ursachen und Behandlung der Adipositas	221
6. Ausblick	223

Michael Linden

Was sind eigentlich Persönlichkeitsstörungen?	
Diagnostik, Verständnis und Therapie	225
1. Einführung	225
2. Was ist eine Persönlichkeitsstörung: Diagnostik und Abgrenzung	226
3. Erklärungsansätze: das Affektmodell	230
4. Therapie	232
4.1 Spezielle Therapieverfahren	232
4.2 Allgemeine therapeutische Richtlinien	233

Michael Gänsicke

Wenn Sexualität zur Last wird

Psychisch bedingte Sexualstörungen: Formen, Ursachen und Behandlung	239
1. Einführung	239
2. Definition und Abgrenzung	240
3. Diagnostik und Klassifikation	244
4. Häufigkeit und Verbreitung sexueller Funktionsstörungen	248
5. Entstehungsbedingungen und Behandlungsmöglichkeiten	250

Antje Haufe & Detlef E. Krause

Der Weg in eine andere Welt

Ursachen, Formen und Behandlung von Psychosen	253
1. Eine Einführung – Was ist eine Psychose?	253
2. Einteilung von Psychosen	254
3. Psychosen: Häufigkeit, Symptome und Verlauf	256
3.1 Die endogenen Psychosen	256
3.1.1 Die Schizophrenien	256
3.1.2 Die affektiven Psychosen	260
3.2 Die exogenen Psychosen	262
3.3 Die psychogenen Psychosen	265
4. Auf der Suche nach Erklärungen – Ursachen von Psychosen	267
4.1 Ursachen und Entstehungsbedingungen der Schizophrenien	268
4.2 Ursachen und Entstehungsbedingungen der affektiven Psychosen	269
5. Behandlung und Ausblick – Therapiemöglichkeiten	270
5.1 Die Therapie der schizophrenen Psychosen	270