

Zwangsstörungen im Kindes- und Jugendalter

Prof. Dr. Melanie Fischer

AE Klinische Paar- und Familienpsychologie

AG Kinder- und Jugendpsychologie

Gutenbergstr. 18

35037 Marburg

melanie.fischer@uni-marburg.de



Übersicht

- Was sind Zwangsstörungen?
- Risikofaktoren, Ursachen
- Zwangsstörungen im Schulkontext
- Was können Lehrkräfte tun?
- Hilfen/Therapie bei Zwangsstörungen
- Diskussion und Fragen

WAS SIND ZWANGSSTÖRUNGEN?

Einführung

- Haben Sie heute morgen Ihre Haustür abgeschlossen?
- Sind Sie sich sicher?
- Können Sie sich ganz genau an den Moment erinnern, als Sie den Schlüssel ins Schloss gesteckt und umgedreht haben?
- Woher wissen Sie, dass die Tür auch wirklich zu ist?
- Was, wenn Sie den Schlüssel nicht ganz rumgedreht haben?
- Vielleicht war die Tür nicht ganz zu?
- Was, wenn die Tür jetzt doch auf ist? Was könnte alles Schlimmes passieren?

- Wie würde es Ihnen gehen, wenn Sie jetzt kurz zuhause vorbeilaufen könnten und sich versichern, dass die Tür zu ist?

Was sind Zwangsstörungen?

- **Zwangsgedanken**
 - Wiederkehrende Gedanken, Ideen, Vorstellungen, Impulse, die sich „aufdrängen“
 - Werden als unangenehm und/oder ungewollt erlebt
 - Lösen unangenehme Gefühle aus (Angst, Scham, Ekel)
- **Zwangshandlungen**
 - Wiederholte Verhaltensweisen oder geistige Handlungen, zu denen sich die Person stark gedrängt fühlt
 - Streng zu befolgende Regeln oder immer gleiche Abfolge
 - Kurzfristige Linderung unangenehmer Gefühle und/oder vermeintliche Abwendung drohender Gefahr
- Können in Kombination oder einzeln auftreten
- Sind sehr zeitaufwändig und/oder Betroffene leiden darunter

Beispiele

Die *sechsjährige Sophia* muss, wenn sie etwas mit einer Hand berührt, dies auch mit der anderen Hand anfassen. Teilweise muss sie dann, beispielsweise einen Tisch, auch nicht nur mit der anderen Hand, sondern mit dem ganzen Körper, besonders mit Kopf, Bauch und Füßen, berühren. In der Schule haben Mitschüler sie schon gefragt, warum sie dies mache.

Der *14-jährige Lucas* muss zu Hause verschiedene Handlungen mehrmals wiederholen, insbesondere Treppen steigen, durch Türen gehen, den Kleiderschrank einräumen, Zähne putzen, Mund ausspülen, Gesicht waschen, Geschriebenes durchstreichen und erneut aufschreiben. Häufig muss er auch längere Zeit abwarten, bis er eine Handlung ausführen kann. Den wiederholten Handlungen gehen bestimmte Gedanken voraus, dass einem Familienmitglied oder einem Freund bzw. einer Freundin etwas Schlimmes passieren könnte, was er durch die Wiederholungen seiner Handlungen zu verhindern sucht. Insbesondere morgens und abends muss er diese Handlungswiederholungen intensiv durchführen (insgesamt bis zu fünf Stunden täglich) und hat oft keine Zeit mehr zu frühstücken. Sobald eine andere Person anwesend ist, braucht er die Wiederholungen nicht auszuführen.

Die *zehnjährige Marie* hat große Angst davor, dass ihr Bett „verunreinigt“ wird. So muss sie an jedem Tag immer wieder denken: „Ich muss ganz sauber sein, um mein Bett nicht zu verunreinigen“. Außerhalb ihres Hauses hat sie Angst, dass ihre Kleidung schmutzig wird und Bakterien an ihr kleben bleiben. Daher versucht sie, Kontakt zu Verunreinigungen möglichst zu vermeiden. Viele Gegenstände, insbesondere im Badezimmer, berührt sie nur mit einer sauberen ^[10] Socke über der Hand. Sie kann sich auch nur auf das Sofa im Wohnzimmer oder auf einen Autositz setzen, wenn ein sauberes T-Shirt unter ihr liegt. Sobald Maries Bett oder ihre Kleidungsstücke von anderen berührt werden, muss die Mutter die Bettwäsche oder diese Kleidungsstücke sofort waschen oder reinigen. Marie muss täglich mehrere – teilweise bis zu sechs – Stunden lang duschen. In einer bestimmten Reihenfolge schrubbt sie ihren Körper mit einer Nagelbürste so lange, bis deutliche Verletzungen der Haut sichtbar sind. Da sie viele ihrer Handlungen während des Duschens inzwischen 60-mal oder genau 120-mal durchführen muss, zählt sie dabei laut mit. Gleichzeitig muss ihre Mutter immer neben der Dusche sitzen und ebenfalls laut mitzählen. Die Eltern berichten, dass Marie sehr verzweifelt sei und unter der Dusche oft weine. Marie muss immer ein T-Shirt auf den Boden der Duschkabine legen, bevor sie diese betreten kann. Nach dem Duschen kann sie den Boden nicht mit den Füßen berühren, sondern muss auf einem frischen Handtuch zu ihrem Bett rutschen. Dort zieht sie einen sauberen Schlafanzug an. Nach dem Duschen kann sie nichts mehr anfassen und zieht saubere Socken sowohl über die Füße als auch über die Hände. Bei ihren

„Zwänge“ in der kindlichen Entwicklung

- Normales Verhalten und Denkweisen als Teil der kindlichen Entwicklung
 - Entwicklungsrituale
 - Struktur und Sicherheit im Alltag, Bewältigung normaler Ängste
 - Magisches Denken, abergläubische Verhaltensweisen
 - Starre Präferenzen/Gewohnheiten (z.B. was/wie angezogen wird, wie Essen auf dem Teller angeordnet ist)
- Vorübergehend
- Nehmen ab ca. 8 Jahren wieder ab

Prävalenz und Verlauf

- Ca. 1-3% aller Kinder und Jugendlichen
- Häufigste Altersbereiche für erstmaliges Auftreten sind 10-11 Jahre und 21-23 Jahre
- Im Kindesalter sind Jungen tendenziell häufiger betroffen (3:2)
 - Bei Jugendlichen und Erwachsenen ähnliche Häufigkeit bei Jungen/Mädchen bzw. Männern/Frauen
- 80% der erwachsenen Betroffenen berichten einen Störungsbeginn im Kindes-/Jugendalter
- Verlauf
 - Ohne Behandlung selten spontane Genesung
 - Häufig chronische Verläufe
 - Frühe Intervention verbessert die Chancen einer erfolgreichen Behandlung

Häufige Themenbereiche

Zwangsgedanken

Verschmutzung, Kontamination

Schaden (selbst/andere), Aggressionen

Horten/Sammeln

Religiöse Inhalte

Sexuelle Inhalte

Symmetriebedürfnis,
Unvollständigkeitserleben

Zwangshandlungen

Waschen, Reinigen

Wiederholen

Kontrollieren

Ordnen

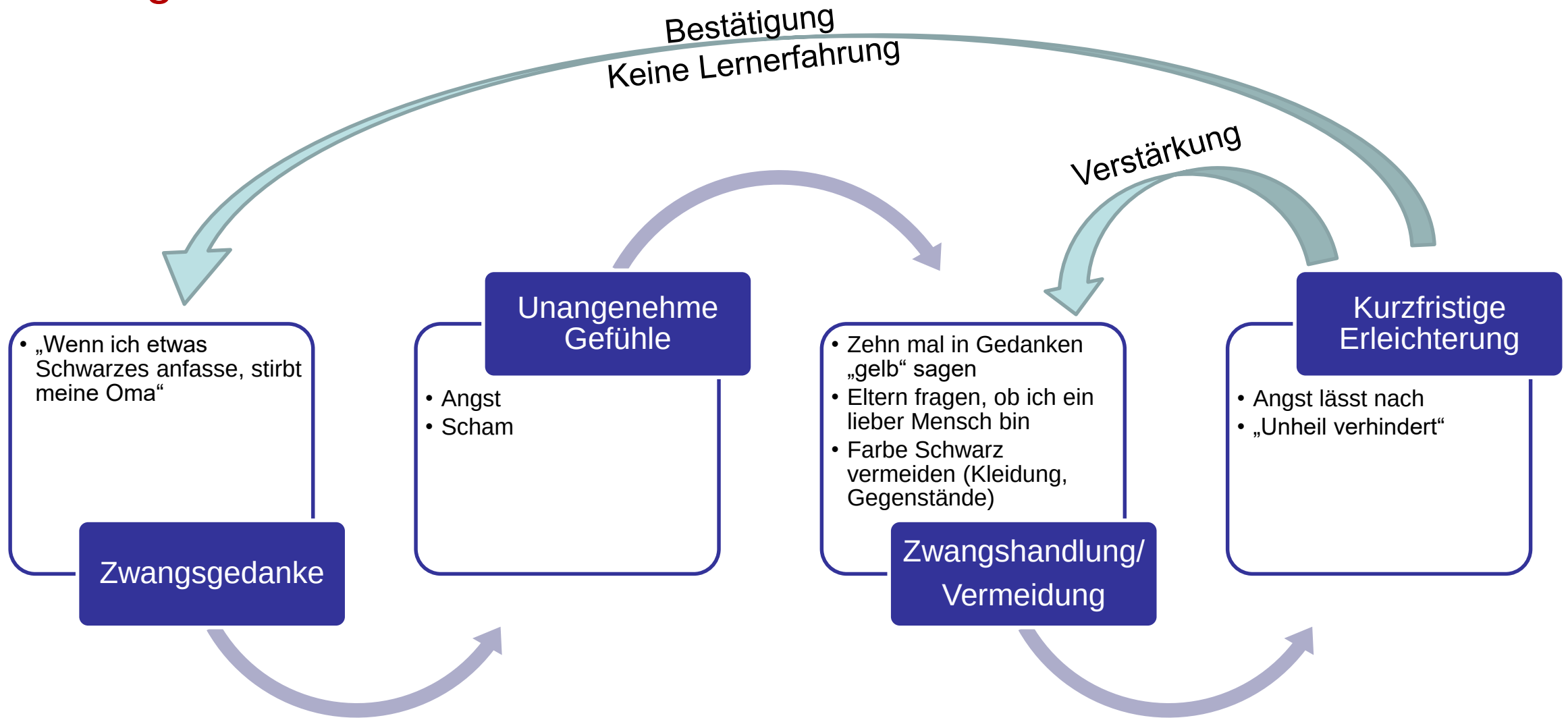
Zählen

Horten/Sammeln

Wiederholen,
Kontrollieren,
Ordnen z.B. auch
bei Schulaufgaben!

- Zwangsgedanken und –handlungen können zusammen auftreten oder einzeln
- Zwänge können situationsübergreifend auftreten oder situationsspezifisch sein
 - z.B. keine offensichtlichen Einschränkungen in der Schule, häufige Zwänge zu Hause
- Vermeidung von auslösenden Situationen oder Gegenständen

Zwänge: Ein Teufelskreis



Häufige Begleiterscheinungen

- Scham/Schuld – Zwänge werden verheimlicht
- Teils sehr weitreichende Einschränkungen in allen Lebensbereichen
 - Aktivitäten können nicht mehr durchgeführt werden
 - Sehr zeitaufwändig (mehrere Stunden/Tag)
- Zusätzliche Ängste, depressive Verstimmungen, soziale Isolation

Komorbide und verwandte Störungen

- Häufig komorbid (gemeinsam auftretend):
 - Tic- und Tourettestörung
 - ADHS
 - Angststörungen
 - depressive Störungen
 - Autismus-Spektrum-Störungen
 - Anorexia nervosa
 - nicht substanzgebundene Suchterkrankungen mit pathologischer Mediennutzung, vor allem ab dem Jugendalter
 - Substanzkonsumstörungen, vor allem ab dem Jugendalter
 - Persönlichkeitsstörungen, vor allem ab dem Jugendalter

Komorbide und verwandte Störungen

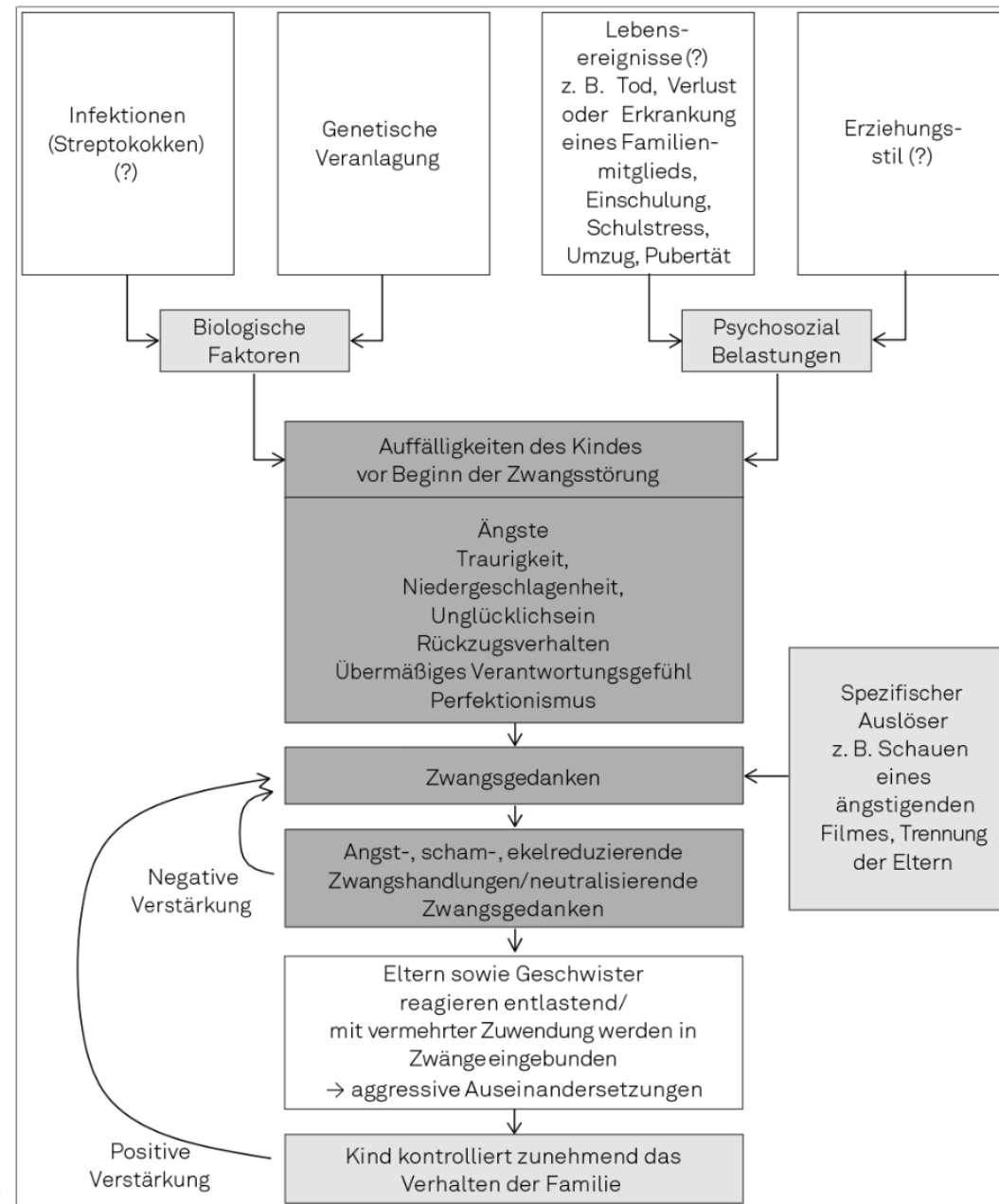
- Verwandte Störungen (Abgrenzung)
 - Trichotillomanie
 - Körperdysmorphie Störungen
 - Dermatillomanie
 - Pathologisches Horten
 - olfaktorisches Referenz-Syndrom nach ICD-11

URSACHEN, RISIKEN, AUFRECHTERHALTUNG VON ZWANGSSTÖRUNGEN

Ursachen, Risikofaktoren

- Biologische Faktoren
 - Genetische Veranlagung: Zwangsstörungen zu ca. 45-65% durch genetische Faktoren verursacht
- Eigenschaften
 - z.B. Perfektionismus, übermäßige Vorsicht, übertriebenes Verantwortungsgefühl
- Eltern/Familiäre Belastungsfaktoren
 - Psychische Belastung oder zwanghaftes Verhalten der Eltern
 - Erziehungsverhalten: Überbehütend, hohe Leistungsanforderungen, häufige Kritik, wenig emotionale Nähe
- Umweltfaktoren, Lebensereignisse
 - Soziales Umfeld/Peergroup
 - Traumatische Lebensereignisse
 - Normale Entwicklungsaufgaben

Biopsychosoziales Modell

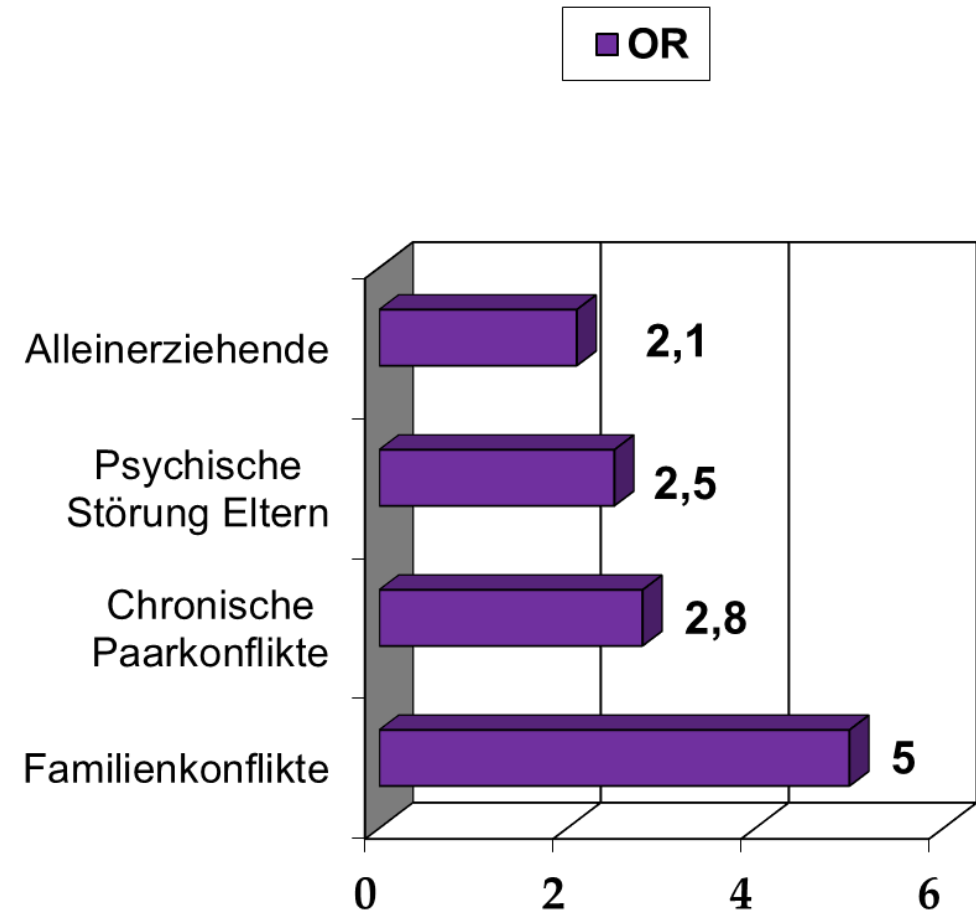


Aufrechterhaltung: Familiäre Akkommodation

- „Verstrickung“ der Eltern und anderer Bezugspersonen in die Zwänge
 - Häufige Rückversicherungen
 - Stellvertretende Zwangshandlungen
 - Vermeidung ermöglichen
 - Andere Unterstützung von Zwängen (z.B. viel Seife kaufen, bestimmte Routinen befolgen)
- 46% der Eltern berichten, täglich aktiv an Zwangshandlungen teilzunehmen
 - Rückversicherungen noch häufiger
 - Irgendeine Form von Akkommodation bei fast allen Eltern
- Steht mit schwereren Symptomen und schlechterem Behandlungserfolg in Verbindung

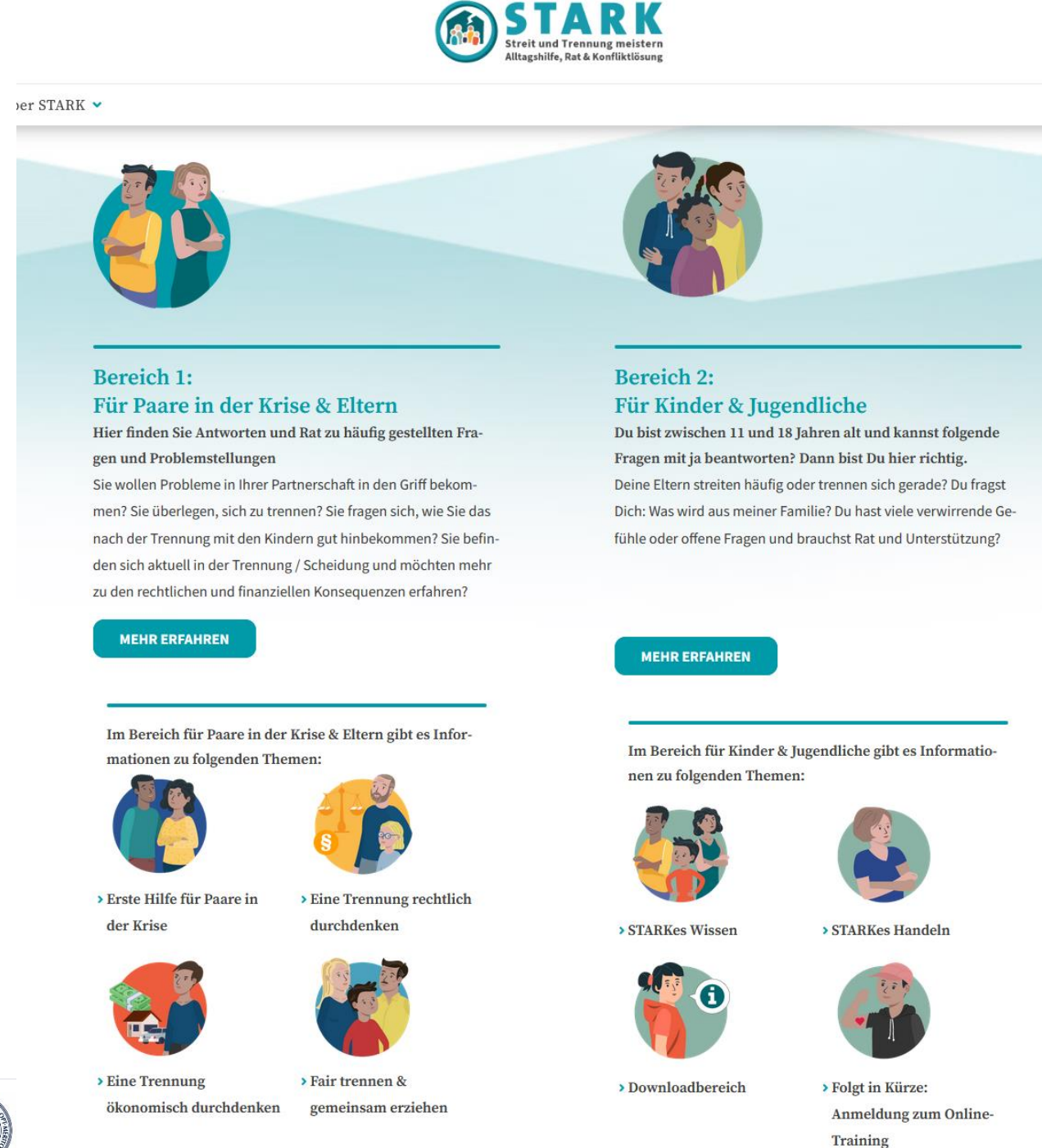
Risikofaktor elterliche Paarkonflikte, Trennung/Scheidung

- Nicht spezifisch für Zwangsstörungen
- Psychische Auffälligkeit (%) und signifikante Risikoerhöhung (Odds Ratio; RKI, 2006)



Projekt STARK: Hilfen für Eltern und Kinder bei Paarkonflikten, Trennung/Scheidung

- <https://www.stark-familie.info/de/>
- Flyer erhältlich



STARK
Streit und Trennung meistern
Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung

er STARK ▾



Bereich 1: Für Paare in der Krise & Eltern

Hier finden Sie Antworten und Rat zu häufig gestellten Fragen und Problemstellungen

Sie wollen Probleme in Ihrer Partnerschaft in den Griff bekommen? Sie überlegen, sich zu trennen? Sie fragen sich, wie Sie das nach der Trennung mit den Kindern gut hinbekommen? Sie befinden sich aktuell in der Trennung / Scheidung und möchten mehr zu den rechtlichen und finanziellen Konsequenzen erfahren?

MEHR ERFAHREN

Im Bereich für Paare in der Krise & Eltern gibt es Informationen zu folgenden Themen:



› Erste Hilfe für Paare in der Krise



› Eine Trennung rechtlich durchdenken



› Eine Trennung ökonomisch durchdenken



› Fair trennen & gemeinsam erziehen



Bereich 2: Für Kinder & Jugendliche

Du bist zwischen 11 und 18 Jahren alt und kannst folgende Fragen mit ja beantworten? Dann bist Du hier richtig.

Deine Eltern streiten häufig oder trennen sich gerade? Du fragst Dich: Was wird aus meiner Familie? Du hast viele verwirrende Gefühle oder offene Fragen und brauchst Rat und Unterstützung?

MEHR ERFAHREN

Im Bereich für Kinder & Jugendliche gibt es Informationen zu folgenden Themen:



› STARKes Wissen



› STARKes Handeln



› Downloadbereich



› Folgt in Kürze: Anmeldung zum Online-Training

Unterstützung für Paare



Was braucht mein Kind?



Cartoon von Renate Alf "Selbst geregelt"

Sie streiten sich häufig mit Ihrer Partnerin oder Ihrem Partner und machen sich Gedanken, wie es Ihrem Kind damit geht? Dass Sie sich diese Gedanken machen ist toll! Denn das Bemühen, sich in das eigene Kind hineinzusetzen ist ein wichtiger Teil guter Elternschaft. Kinder spüren in der Regel sehr genau, wenn es in der Partnerschaft der Eltern nicht so rund läuft. Umso wichtiger ist es, die Bedürfnisse der Kinder trotz der ganzen Schwierigkeiten nicht aus den Augen verlieren. Es gibt einige Möglichkeiten, wie Sie es Ihren Kindern erleichtern können, gut durch solche schwierigen Zeiten zu kommen.

Unterstützung für Kinder & Jugendliche

Deine Eltern haben sich getrennt oder sind dabei sich zu trennen? Dann findest Du hier Infos und Tipps, die Dir dabei helfen sollen, mit dieser neuen Situation klarzukommen. Außerdem erhältst Du hier Infos zur Teilnahme an unserem Online-Training.

📅 erstellt am 21.06.22 👤 von Laura Bieg, Carmen Pfänder & Prof. Dr. Miriam Rassenhofer 📄 Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie / -psychotherapie, Universitätsklinikum Ulm



Was erwartet Dich auf dieser Seite?

Hier erhältst Du Informationen zu den folgenden Themen:

- 1 > Willkommen bei STARK!
- 2 > STARKes Wissen: Infos rund um die Trennung / Scheidung
- 3 > STARKes Handeln: Tipps und Tricks gegen das Trennungschaos
- 4 > Downloadbereich
- 5 > Anmeldung zum Online-Training

ZWANGSSTÖRUNGEN UND SCHULE

Hinweise auf Zwangsstörungen im Schulkontext

- Manchmal finden Zwangshandlungen in der Schule statt
 - Häufig allerdings verdeckt/verheimlicht
 - Möglich, dass Zwänge nur außerhalb der Schule auftreten
- Auf Veränderungen im Verhalten achten
 - Begleiterscheinungen können Hinweise geben
 - Unaufmerksamkeit, Verträumtheit (insb. bei gedanklichen Zwängen)
 - Scheinbares Trödeln/lange brauchen für normale Aktivitäten (z.B. Sachen ein- und auspacken)
 - Vermeidung (z.B. Toiletten, berühren von Oberflächen)
 - Häufiges oder langes Benutzen der Toilette (Waschzwänge)
 - Gerötete Hände (Waschzwänge)

Was können Lehrkräfte tun?

- Sich informieren
- Zwangsstörungen nicht selbst diagnostizieren
- Ggf. in ruhigem Moment Gespräch mit Kind und/oder Eltern suchen
 - *Hast du manchmal Gedanken oder Sorgen, die unangenehm sind und einfach nicht weggehen wollen?*
 - *Musst du gewisse Dinge immer wieder tun oder hast du Gewohnheiten, die du nicht stoppen kannst?*
 - *Ich habe bemerkt, dass du oft XYZ machst. Manche Kinder machen das, weil sie sich sonst unwohl fühlen oder Angst haben, dass etwas Schlimmes passiert. Ist das bei dir auch so?*
- Verständnis zeigen
- Auf Informations-, Beratungs- und Therapieangebote verweisen

Was können Lehrkräfte tun?

- Bei bekannter Zwangsstörung:
 - Mit Kind/Jugendliche:m und ggf. Eltern gemeinsam überlegen, ob und wie die Erkrankung in der Klasse angesprochen wird
 - Reagieren, wenn andere Kinder hänseln
- Bei Psychotherapie: Ggf. in Absprache mit Therapeut:in Hilfestellungen anbieten
 - z.B. Rückversicherungen langsam reduzieren, in zuvor vermiedene Aktivitäten einbinden, Kind für Bemühungen loben
 - Bei Bedarf schulische Entlastungen für begrenzten Zeitraum ermöglichen

Hilfen bei Zwangsstörungen

- Deutsche Gesellschaft Zwangserkrankungen e.V.
 - Webseite mit vielen Informationen zur Störung, Behandlung, Selbsthilfegruppen (auch online, für Angehörige), Buchempfehlungen usw. <https://www.zwaenge.de/>
 - Literaturempfehlungen: <https://www.zwaenge.de/therapie/literaturempfehlungen>



THERAPIE BEI ZWANGSSTÖRUNGEN

Hilfen bei Zwangsstörungen: Therapie

- S3-Leitlinie für Diagnostik und Therapie von Zwangsstörungen im Kindes- und Jugendalter: Behandlungsempfehlungen basierend auf dem aktuellen Forschungsstand zur Wirksamkeit
 - Behandlung 1. Wahl: Kognitive Verhaltenstherapie mit Expositions- und Reaktionsmanagement
 - Mit Einbezug der Familie/Bezugspersonen
 - Kann durch Gruppentherapie ergänzt werden
 - Pharmakotherapie ergänzend wenn Psychotherapie nicht ausreichend wirksam ist oder bei schwerer Symptomausprägung mit starken Einschränkungen
- Bei sehr schweren Zwangsstörungen oder mangelnder Verbesserung auch (teil)stationäre Behandlungen

Ablauf einer Psychotherapie (KVT) bei Zwangsstörungen

- Ausführliche Diagnostik
 - Aufklärung und Informationen zu Zwängen und der Therapie
 - Interventionen zur Veränderung von Bedingungen im Umfeld, die zu den Zwängen beitragen (z.B. Familie, Schule)
 - Exposition mit Reaktionsmanagement
 - Kognitive Interventionen
-
- Wöchentlich oder mehrmals in der Woche
 - Aktive Mitarbeit der Eltern

Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapieambulanz, Uni Marburg

- <https://www.uni-marburg.de/de/fb04/therapie-und-beratung/kj-pam>
- Behandlungsangebote für Kinder und Jugendliche
- Geplant: Schwerpunktambulanz Zwangsstörungen im Familienkontext
 - Behandlung von Zwangsstörungen bei Erwachsenen/Paaren/Eltern (bei Bedarf mit Einbezug der Kinder)

DISKUSSION & FRAGEN