

13.30 - 15.00 **Workshops 1-5 (Dauer 1,5 h)**

WS 1 Körperbezogene Zwänge

An den Haaren ziehen (Trichotillomanie), der Haut kratzen (Skin Picking), Nägelkauen (Onychophagie), Wangen kauen und Lippen beißen gehören zu den körperbezogenen Zwängen, bzw. zu den BFRBs, body- focused repetitive behaviors. Diese Störungen sind recht verbreitet, aber es gibt kaum Studien dazu und keine Behandlungsempfehlungen. Aus diesem Grund wurde im November 2021 der Arbeitskreis – körperbezogene Zwänge für Therapeuten– ins Leben gerufen. Die Zwänge und die Arbeit des Arbeitskreises werden hier vorgestellt.

Der Workshop richtet sich an Therapeut:innen, Betroffene, Angehörige und Interessierte.

Antonia Peters, Vorsitzende Deutsche Gesellschaft Zwangserkrankungen e.V.

WS 2 Exposition-in-sensu bei aggressiven und sexuellen Zwangsgedanken

Die Behandlung aggressiver und sexueller Zwangsgedanken stellt eine besondere Herausforderung für Therapeut:in und Patient:in dar. Diese Gedanken enthalten Befürchtungen, moralisch inakzeptable und mit der eigenen Persönlichkeit unvereinbare Handlungen begehen zu können oder einen solchen vermeintlich verborgenen Persönlichkeitsanteil in sich zu tragen. Eine erfolgreiche Konfrontation mit dem angstauslösenden Stimulus kann nur erreicht werden, wenn eine verlängerte und andauernde Auseinandersetzung mit den als bedrohlich empfundenen Inhalten der Zwangsgedanken erfolgt. Im Rahmen des Workshops wird neben differential-diagnostischen Einordnungen das konkrete Vorgehen dieser Intervention als Exposition-in-sensu anhand von authentischen Fallbeispielen dargestellt.

Dipl.-Psych. Thomas Hillebrand, Münster

WS 3 „Es geht nicht nur im Sitzen“: Erfahrungen mit therapeutisch begleiteten Blockexpositionen in der stationären Behandlung von Zwangsstörungen

Im Rahmen des Workshops werden erste Erfahrungen mit Ganztagesexpositionen bei Zwangsstörungen berichtet, mit der Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch mit interessierten Therapeut*innen und Betroffenen und der Ableitung praxisnaher Implikationen für die Behandlung.

Angeregt durch eindrucksvolle Behandlungsergebnisse des norwegischen Programms „Bergen-Four-Day-Treatment (4DT)“ werden in der Schön Klinik Roseneck (Prien am Chiemsee) seit diesem Jahr therapeutisch begleiteten Ganztagesexpositionen alltagsnaher Auslösesituationen im Rahmen der zwangsstörungsspezifischen stationären Behandlung angeboten. Ziel der Ganztagesexpositionen ist eine Intensivierung übender Expositionsanteile zur weiteren Verbesserung der Wirksamkeit der spezifischen Verhaltenstherapie. Neben ersten praktischen Erfahrungen sollen erste Ergebnisse der begleitenden wissenschaftlichen Evaluationen dieses neuartigen Behandlungsformats berichtet werden.

Dr. Dipl.-Psych. Stefan Koch, Mark Häberle, Psychologe M. Sc., Isabella Grahic, Psychologin M. Sc.

WS 4 **„Glaube nicht alles, was du denkst!“ Metakognitive Therapie bei Kindern und Jugendlichen**

Der Workshop vermittelt die grundlegenden Ideen und Interventionen der Metakognitiven Therapie (MCT). Aus Sicht der MCT werden Zwangsstörungen primär aufrecht erhalten durch die metakognitive Überbewertung von Zwangsgedanken und -handlungen und dysfunktionale Bewältigungsstrategien wie z.B. Gedankenunterdrückung. Die Behandlung zielt auf einen entspannteren Umgang mit den Zwangsgedanken ab. Auch durch Verhaltensexperimente und Exposition & Reaktionsverhinderung sollen metakognitive Veränderungen bewirkt werden, während Habituation dabei keine Rolle spielt.

Dr. phil. Dipl.-Psych. Michael Simons, Aachen

WS 5 **Die Elterliche Einbindung in die Zwangsstörung des Kindes – Was können Eltern tun?**

In Familien mit einem Kind, das an einer Zwangsstörung leidet, können die Zwangsgedanken und –handlungen das Familienleben dominieren und kontrollieren. Betroffen ist dann nicht nur das Kind, sondern auch Eltern und Geschwister. Dies führt dazu, dass Eltern oft grosse Anpassungen im Familienalltag vornehmen, um den Alltag noch erträglich zu machen und dem Kind Unterstützung anzubieten. In unserem Workshop wollen wir das Konzept der «Elterlichen Einbindung» näher betrachten und gemeinsam erste Ansätze erarbeiten, wie eine unterstützende Elternschaft für das Kind (und nicht für den Zwang) aussehen kann.

Dr. rer. nat. Dipl.-Psych. Juliane Ball & Friederike Tagwerker Gloor, lic. phil, Zürich

15.00 - 15.30 PAUSE

15.30 - 17.00 **Workshops 6-10 (Dauer 1,5 h)**

WS 6 **Der besondere therapeutische Fall**

Die Zwangsstörung ist gekennzeichnet durch ihre Komplexität der Symptomatik und die hohe Komorbidität mit anderen psychischen Störungen. Beides stellt den Therapeuten, die Therapeutin immer wieder vor besondere therapeutische Herausforderungen. Anhand von Fallbeispielen aus dem Kinder- und Jugendbereich wird der Umgang mit problematischen Therapiesituationen vorgestellt. Das Einbringen eigener Fälle von Seiten der Teilnehmer, Teilnehmerinnen ist ausdrücklich erwünscht.

Prof. Dr. Christoph Wewetzer & Dipl.-Psych. Gunilla Wewetzer, München

WS 7 **Exposition mit Reaktionsmanagement bei Kindern und Jugendlichen mit Zwangsstörungen**

Exposition mit Reaktionsmanagement gilt als eine zentrale Methode in der Behandlung von Kindern und Jugendlichen mit Zwangsstörungen. Bei dieser

Behandlungsmethode setzt sich das Kind oder der Jugendliche unter therapeutischer Anleitung den angst-, scham- oder ekelauslösenden Situationen bzw. den Zwangsgedanken aus (Exposition). Gleichzeitig führt es bzw. er seine Zwangshandlungen nicht durch (Reaktionsmanagement).

Im Workshop soll die konkrete verhaltenstherapeutische Vorgehensweise (Planung und Durchführung) dieser Behandlungsmethode vermittelt werden, indem die einzelnen Behandlungsschritte, einschließlich möglicher Schwierigkeiten, dargestellt werden.

Dr. rer. medic. Dipl.-Psych. Hildegard Goletz, Köln

WS 8 **Welches Bewusstsein ist Nahrung für den Zwang? Und welches Bewusstsein benötigt der Patient, damit er ganzheitlich heilen kann?**

Es gibt Grundeinstellungen an uns, die den Zwang aufrechterhalten und nähren. Wenn wir diese Bewusstseinsformen wandeln und transformieren, schaffen wir die Heilung vom Zwang. Dieser Weg lohnt sich zu gehen, denn es ist der Weg hin zu sich selbst und weg von den Zwängen.

Anschließende Frage- und Diskussionsrunde.

Claudia Rauscher, Selbsthilfegruppeleiterin für Zwangsstörungen, Angststörungen und Depressionen.

WS 9 **Schüler:innen mit Zwängen – ein Workshop für pädagogisch tätige Personen**

Kinder und Jugendliche mit Zwängen sind im Schulalltag in mehrfacher Hinsicht belastet und gefordert. Sie gehören ebenso zu den „special needs“- Schüler*innen wie solche mit AD(H)S, Teilleistungsstörungen u.a. – für sie gilt ebenfalls die Verwaltungsvorschrift „Kinder und Jugendliche mit besonderem Förderbedarf und Behinderungen“.

Für die Pädagog:innen ist es nicht leicht, Zwänge als Ursache oder Folge der schulischen Probleme zu erkennen oder aber bei Verdacht, dieses Problem zu thematisieren.

In diesem Workshop soll es daher darum gehen:

- Kenntnisse über Zwangsstörungen und Beobachtungshinweise zu vermitteln
- Verständnis für die besondere Situation der Schüler*innen mit Zwängen zu wecken
- Tipps für Gespräche mit Schüler*in und Eltern zu geben
- Möglichkeiten für pädagogische (nicht therapeutische!) Maßnahmen aufzuzeigen

Inga Boekhoff, Freiburg

WS 10

Wie können Eltern "überleben" in der Akutzeit des Zwanges?

Welche Hilfe bietet eine Selbsthilfegruppe für Eltern (und Geschwister) Umgang mit Scham, Angst, Wut, Verletzungen bei Eltern und Geschwistern.

- von der Idee der Gründung bis Durchführung der Treffen
- Vor- und Nachteile von Präsenz und online-Treffen
- Wie wichtig sind Gespräch mit Ki-Ju Psychiater und Psychologen für Eltern zum Austausch und die Vermittlung von Kontakten zu anderen Eltern
- Welche Themen werden in unseren Gruppen besprochen?
- Verständnis füreinander, Ermutigung (Berichte von Eltern, die nach Jahren des Leidens Licht am Ende des Tunnels erleben) und Austausch von traumatischen Erlebnissen und Hilfsangeboten für betroffene Eltern (Reha, Therapie...)
- Gemeinschaft unter Betroffenen (Essen, Trinken, Freude und Schmerz)
- Literaturtipps
- Kliniktipps
- Erfahrung mit Einweisung/ Zwangseinweisung und deren Folgen für die Angehörigen, Geschwisterkinder, Patienten

Ute Weisser-Oelsner, PTA Mutter von 2 Kindern, eines 2015 erkrankt, mittlerweile zwangsfrei. Organisatorin der SHG Zwangseltern Freiburg seit 2015

Angela Wosylus, M.A. Social Media PR-Managerin, online-Journalistin, Mutter zweier Teenager, davon einer akut seit 3 Jahren erkrankt. seit 2022 Organisatorin der online Treffen der SHG Zwangseltern Freiburg

17.00 ENDE der Veranstaltung