

Soziale Phobie

Falk Leichsenring
Manfred E. Beutel
Simone Salzer
Antje Haselbacher
Jörg Wiltink

Psychodynamische Therapie

Praxis der psychodynamischen
Psychotherapie – analytische
und tiefenpsychologisch
fundierte Psychotherapie

 **hogrefe**

Soziale Phobie

Falk Leichsenring Psychodynamische Therapie
Manfred E. Beutel
Simone Salzer
Antje Haselbacher
Jörg Wiltink

Praxis der psychodynamischen
Psychotherapie – analytische
und tiefenpsychologisch
fundierte Psychotherapie

 **hogrefe**

Falk Leichsenring
Manfred E. Beutel
Simone Salzer
Antje Haselbacher
Jörg Wiltink

Soziale Phobie

Psychodynamische Therapie

unter Mitarbeit von Silke Schröder



**Praxis der psychodynamischen Psychotherapie -
analytische und tiefenpsychologisch fundierte
Psychotherapie
Band 8**

Soziale Phobie

Prof. Dr. Falk Leichsenring, Prof. Dr. Manfred E. Beutel, Dr.
Simone Salzer, Dr. Antje Haselbacher und PD Dr. Jörg Wiltink

Herausgeber der Reihe:

Prof. Dr. Manfred E. Beutel, Prof. Dr. Stephan Doering, Prof.
Dr. Falk Leichsenring, Prof. Dr. Günter Reich

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat gemeinsam mit den Autoren bzw. den Herausgebern große Mühe darauf verwandt, dass alle in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen, Internetlinks etc.) entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abgedruckt oder in digitaler Form wiedergegeben wurden. Trotz sorgfältiger Manuskripterstellung und Korrektur des Satzes und der digitalen Produkte können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Copyright-Hinweis:

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der

engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Merkelstraße 3
37085 Göttingen
Tel.: +49 551 999 50 0
Fax: +49 551 999 50 111
E-Mail: verlag@hogrefe.de
Internet: www.hogrefe.de

Satz: ARThür Grafik-Design & Kunst, Weimar
Format: EPUB

1. Auflage 2015

© 2015 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG, Göttingen
(E-Book-ISBN [PDF] 978-3-8409-2322-7; E-Book-ISBN [EPUB]
978-3-8444-2322-8)
ISBN 978-3-8017-2322-4
<http://doi.org/10.1026/02322-000>

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke,

Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen. Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Zitierfähigkeit: Dieses EPUB beinhaltet Seitenzahlen zwischen senkrechten Strichen (Beispiel: |1|), die den Seitenzahlen der gedruckten Ausgabe und des E-Books im PDF-Format entsprechen.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

1 Beschreibung des Störungsbildes

1.1 Diagnostische Kriterien

1.2 Epidemiologische Daten

1.3 Verlauf und Prognose

1.4 Differenzialdiagnose

1.5 Komorbidität

1.6 Diagnostische Verfahren und Dokumentationshilfen

2 Störungstheorien und -modelle

2.1 Angst und Angststörungen aus psychoanalytischer Sicht

2.2 Ätiologie der Sozialen Phobie

2.3 Zur Psychodynamik der Sozialen Phobie

2.3.1 Selbstpsychologische Aspekte

2.3.2 Objektbeziehungspsychologische Aspekte

2.3.3 Ich-psychologische Aspekte

2.3.4 Triebpsychologische Aspekte

2.3.5 Bindungstheoretische Aspekte

2.3.6 Fazit

3 Grundlagen der supportiv-expressiven Therapie nach Luborsky

3.1 Zum Verständnis von Symptomen, Konflikten und Übertragung: Das zentrale Beziehungskonflikt-Thema

3.2 Fokus der Behandlung

3.3 Ziele in der SET

3.4 Interventionen der SET

3.4.1 Supportive Interventionen

3.4.2 Expressive Interventionen

4 Behandlung

4.1 Indikation

4.2 Probatorische Sitzungen: Diagnostik, Patienteninformation und Behandlungsvereinbarungen

4.2.1 Anamnese und Erarbeitung des ZBKT

4.2.2 Paktgespräch

4.3 Behandlungsphasen

4.3.1 Anfangsphase (Sitzungen 1 bis 8)

4.3.2 Mittlere Phase (Sitzungen 9 bis 16)

4.3.3 Abschlussphase (Sitzung 17 bis 22)

4.3.4 Booster-Sessions (Sitzungen 23 bis 25)

4.4 Spezifische Elemente für die Behandlung der Sozialen Phobie auf der Basis der SET: Behandlungsprinzipien

4.4.1 Information über die Erkrankung

4.4.2 Therapeutische Beziehung

4.4.3 Fokus auf das ZBKT bzw. den Schamaffekt

4.4.4 Umgang mit überhöhten Ansprüchen

4.4.5 Ermutigung, sich Ängsten auszusetzen

4.4.6 Problematisierung von dämpfenden Medikamenten und Suchtmitteln

4.4.7 Berücksichtigung von Einschränkungen in sozialen Fertigkeiten

4.4.8 Förderung von Selbstermutigung

4.4.9 Berücksichtigung der Gegenübertragung

4.4.10 Präskriptionen („Verordnungen“)

4.4.11 Bühnenparadigma

4.4.12 Humor

5 Wirksamkeit

5.1 Abgrenzung gegenüber der kognitiven Verhaltenstherapie

5.2 Wirksamkeit von kognitiver Verhaltenstherapie und Pharmakotherapie

5.3 Wirksamkeit psychodynamischer Verfahren in der Behandlung der Sozialen Phobie

5.4 Überprüfung der Wirksamkeit des Manuals: Die SOPHO-NET-Studie

5.5 Kombination mit Pharmakotherapie

6 Psychodynamische Therapie in der Praxis

6.1 Behandlungsschwierigkeiten

6.2 Umgang mit Nichtansprechen auf die Behandlung

7 Ausführliches Fallbeispiel

7.1 Probatorische Sitzungen

Ersteindruck und szenisches Geschehen

Symptomatik

Biografische Anamnese

Psychodynamische Überlegungen

Diagnose

Psychischer Befund

Therapieplanung

Prognose

7.2 Therapieverlauf

7.3 Fazit zur Therapie

8 Ausblick

9 Literatur

Anhang

Die Autorinnen und Autoren dieses Bandes

[1] **Vorwort**

Wie aktuell das Gutachten von [Kruse und Herzog \(2012\)](#) für die Kassenärztliche Bundesvereinigung zeigt, ist die psychodynamische Therapie eine der Behandlungsformen, die in der klinischen Praxis zur Behandlung von Angststörungen am häufigsten angewendet wird. Innerhalb der psychoanalytischen Therapieverfahren führte die Soziale Phobie, die erst 1980 in das DSM-III aufgenommen wurde, lange ein Schattendasein. Entsprechend lagen wenige kontrollierte Studien vor (vgl. [Kap. 6](#)). Wie wir am Beispiel der psychosomatisch-psychotherapeutischen Ambulanz in Mainz zeigen konnten ([Wiltink et al., 2010](#)), wird die Soziale Phobie häufig nicht erkannt und insgesamt zu selten diagnostiziert. Dieses Manual für eine psychodynamische Kurzzeittherapie der Sozialen Phobie basiert auf der von [Luborsky \(1995\)](#) entwickelten supportiv-expressiven Therapie (SET). Wie bei anderen Manualen dieser Reihe zur Behandlung der Generalisierten Angststörung ([Leichsenring & Salzer, 2014b](#)) und depressiver Komorbidität bei Krebserkrankungen ([Beutel et al., 2014, 2015](#)) wurden spezifische Behandlungselemente ergänzt, die sich als relevant und hilfreich für die Behandlung der Sozialen Phobie erwiesen haben. Hier sind insbesondere die Arbeiten von S. O. Hoffmann hervorzuheben, die uns wesentliche Anstöße gegeben haben ([Hoffmann, 2002, 2003](#)). Das Manual wurde in einer großen multizentrischen randomisierten kontrollierten Studie eingesetzt und geprüft,

in der psychodynamische Kurzzeittherapie mit kognitiver Verhaltenstherapie (KVT) bei der Behandlung der Sozialen Phobie verglichen wurde (Leichsenring et al., [2009a](#), [2009b](#), [2013](#)). In diese Studie gingen insgesamt 207 psychodynamische Kurzzeitbehandlungen durch 53 Therapeutinnen und Therapeuten aus den Studienzentren in Bochum/Dortmund, Dresden, Göttingen, Jena und Mainz ein, denen wir an dieser Stelle ausdrücklich für ihre Mitarbeit danken möchten. Im Rahmen der Studie wurden alle Behandlungen auf Video aufgezeichnet und zentral (in Mainz für den psychodynamischen Behandlungsarm) durch unabhängige Beurteiler auf Manualtreue geprüft. Auch diese Erfahrungen gehen in das Manual ein, ebenso wie vielfältige Erfahrungen der Autoren aus der Supervision der Behandlungen. Die vorliegenden Befunde ([Leichsenring et al., 2013](#)) zeigen, dass die psychodynamische Therapie der Sozialen Phobie nicht nur sehr wirksam ist, sondern auch gut vermittelbar an niedergelassene tiefenpsychologische und psychoanalytische Psychotherapeuten.

Dieses Manual soll wesentliche störungsbezogene Informationen, diagnostische und Interventionsstrategien zur Sozialen Phobie für Teilnehmer von ^[2] psychotherapeutischer Aus- und Weiterbildung, für Praktiker, für Studierende und klinisch Interessierte vermitteln. Die psychodynamische Behandlung lebt letztlich von dem jeweils individuellen Wechselspiel zwischen einem bestimmten Patienten und einem bestimmten Therapeuten, insofern sind psychodynamische Behandlungsmanuale keine „Gebrauchsanleitungen“. Aus vielen Supervisionen und

Videoaufzeichnungen von Therapien ist uns deutlich geworden, wie unterschiedlich selbst „manualtreue“ Therapien verlaufen, geprägt durch das dyadische Patient-Therapeut-Zusammenspiel. Wir haben uns bemüht, das Verfahren klinisch und fallbezogen zu beschreiben, damit es sich auch für den erfahrenen Praktiker im Selbststudium erschließt. In der Studie wurden Therapeuten mithilfe des Manuals geschult, indem sie an zwei Workshops (je 6 Stunden) teilnahmen und die Behandlungen zu je zwei Zeitpunkten in einer Supervisionsgruppe vorstellten. Nach unserer Erfahrung ist es für die Nutzung des Manuals hilfreich, entsprechende Supervisionsmöglichkeiten zu haben.

Gießen, Mainz, Göttingen und Köln
im Mai 2015

*Falk Leichsenring
Manfred E. Beutel
Simone Salzer
Antje Haselbacher
Jörg Wiltink*

^[3] 1 **Beschreibung des Störungsbildes**

Die Soziale Phobie (oder soziale Angststörung) ist gekennzeichnet durch eine exzessive und irrationale Furcht vor sozialen oder Leistungssituationen, in denen eine Person mit unbekanntem Menschen konfrontiert ist oder von anderen beurteilt werden könnte ([American Psychiatric Association, 2013](#)). Der oder die Betroffene befürchtet, Verhaltensweisen oder Angstsymptome zu zeigen, die demütigend oder peinlich sein könnten. Diese Furcht führt schließlich dazu, dass soziale Situationen vermieden oder nur unter intensiver Angst ertragen werden. Auch wenn die betroffene Person erkennt, dass die Angst übertrieben oder unbegründet ist, rufen soziale Situationen fast immer eine unmittelbare Angstreaktion hervor, die das Erscheinungsbild einer situationsgebundenen Panikattacke annehmen kann. Einzelne sozialphobische Symptome sind in der Allgemeinbevölkerung häufig – auch ohne dass Kriterien für die Diagnose einer Sozialen Phobie erfüllt sind. So liegt die Lebenszeitprävalenz für Ängste in Leistungssituationen bei 18,2 % und die von Ängsten vor öffentlichen Reden bei 13,2 % ([Wittchen & Fehm, 2003](#)).

Von der sozialen Angststörung (Soziale Phobie) wird die Leistungsangst („performance anxiety“) abgegrenzt, die Angst öffentlich zu sprechen oder Leistung zu erbringen. ([American Psychiatric Association, 2013](#)).