

**Wenn Drogen, Alkohol, Selbstverletzung oder Gewalt den Alltag bestimmen – Adoleszente im Schnittpunkt von jugend- und erwachsenen-psychotherapeutischer Versorgung**

## Die klinisch-psychologisch psychotherapeutische Perspektive – Verhaltenstherapeutische Verfahren

Priv.-Doz. Dr. Harriet Salbach-Andrae

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Verhaltenstherapeutische Verfahren

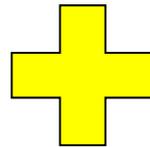
Drogen  
Selbstverletzung  
Gewalt



Häufige Anlässe für  
psychiatrische  
Behandlungen von  
Jugendlichen

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Verhaltenstherapeutische Verfahren

Depressive Erkrankungen  
Alkohol- und Drogenmissbrauch  
Störungen des Sozialverhaltens  
Borderline Störungen



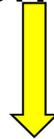
komorbide psychiatrische Störungen

Renault et al, 2007

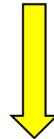
# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Verhaltenstherapeutische Verfahren

## Verhaltenstherapeutische Sicht:

Drogen, Selbstverletzung und Gewalt



dysfunktionales Verhalten



durch Erfahrungen erlernt und  
durch Lernprozesse modifizierbar

Petermann & Winkel, 2005

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Verhaltenstherapeutische Verfahren

## Verhaltenstherapeutische Sicht:

### Therapieziele:

- Veränderung dysfunktionalen Verhaltens
- Aufbau von Verhaltensänderung
- Stabilisierung der Verhaltensänderung
- Bearbeitung zugrundeliegender Gedanken und Emotionen
- Verbesserung von Selbstwert

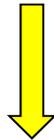
Petermann & Winkel, 2005

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Verhaltenstherapeutische Verfahren

## Verhaltenstherapeutische Sicht:

Therapieziel:

- Fokussierung auf konkrete Alltagsbewältigung



sinnvoll: Gruppentraining sozialer Kompetenzen  
(dysfunktionales Verhalten kommt tritt häufiger  
auf)

Petermann & Winkel, 2005

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## DBT-A:

- wurde speziell für sich selbstverletzende, suizidale, delinquente Jugendliche entwickelt
- arbeitet spezifisch einerseits an der Reduktion von dysfunktionalem Verhalten (SVV) und andererseits beinhaltet DBT-A auch Strategien, wie die Patienten engagiert im Therapieprogramm gehalten und zur Mitarbeit bewegt werden können.

Miller et al., 1997, 2007

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## *Bio-psycho-soziale Theorie*

biologische Vulnerabilität

+

invalidierendes Umfeld



**Emotionale Dysregulation**



Dysfunktionales Verhalten (SVV, delinquentes Verhalten)



„valide“ Lösungen für Problemsituationen

Linehan, 1993

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

- Einzeltherapie
- Regelmäßige Familiengespräche
- Fertigkeitentraining gemeinsam mit einem Angehörigen
- Telefonkontakte durch Einzeltherapeut
- Supervisionsgruppe

Miller et al., 1997, 2007

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Primäre Behandlungsziele*

#### **1. Schwerwiegende Verhaltensprobleme**

- Verringern von
  - a. Lebensbedrohlichem Verhalten
  - b. Therapie zerstörendem Verhalten
  - c. Krisen generierendes Verhalten
  - d. Den Therapiefortschritt gefährdendes Verhalten
  - e. Verhalten, das die Lebensqualität beeinträchtigt
- Verbesserung von Verhaltensfertigkeiten

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### **a. Lebensbedrohliches Verhalten**

- Suizidversuche
- Fremdgefährdendes Verhalten (z.B. Misshandlung)
- Hochrisikoverhalten
- Lebensbedrohliches SVV

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### **b. Therapie zerstörendes Verhalten**

- Drohende Behandlungsabbrüche
  - Burnout des Therapeuten
  - Schwere Probleme im therapeutischen Setting
  - Finanzierungsprobleme

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## **c. Krisen generierendes Verhalten**

- Schwerwiegende familiäre Probleme (z.B. Jugendamt)
- Ungeplante psychiatrische Notaufnahmen
- Rezidivierende schwere SVV

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### **d. Verhalten, das den Therapiefortschritt gefährdet**

- Gewalttätiges Verhalten
- Major Depression
- Schwere ADHD
- Non-Compliance
- Schwere Schlafprobleme
- Schwere Ess- und Trinkstörungen

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### **e. Verhalten, das die Lebensqualität beeinträchtigt**

- Hierzu zählt alles, was bislang noch nicht genannt worden ist (Probleme mit Freunden, Schulprobleme, familiäre Probleme etc.)

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## Einzeltherapie:

- Therapievertrag (Einbezug der Eltern)
- Diary Card (Einbezug der Eltern)
- VA/Kettenanalyse (einzeln und mit der Familie)



# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## *Verhaltensanalyse*

1. Problemverhalten (genaue Beschreibung)
2. Vorausgehende Bedingungen
3. Anfälligkeitsfaktoren

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## *Verhaltensanalyse*

4. Konsequenzen (kurz und langfristig)
5. Lösungsanalyse
6. Präventionsstrategien

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## *Kettenanalyse mit Familie*

- Ziel: Herausarbeitung von adaptiven und maladaptiven familiären Interaktionsmustern  
Erarbeitung von Veränderungsstrategien
- Indikation: Ein Familienmitglied ist direkt in ein Problemverhalten des Jugendlichen involviert

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## *Kettenanalyse mit Familie*

- Vorbereitung des Jugendlichen
- Erläuterung des Vorgehens für die gesamte Familie
- Grundregeln aufstellen:
  - Beschreiben, nicht bewerten
  - Keine Vorwürfe, Angriffe
  - Jeder darf seine Sichtweise darstellen (neue Sichtweisen sind Ergänzungen, keine Provokationen)

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Kettenanalyse mit Familie*

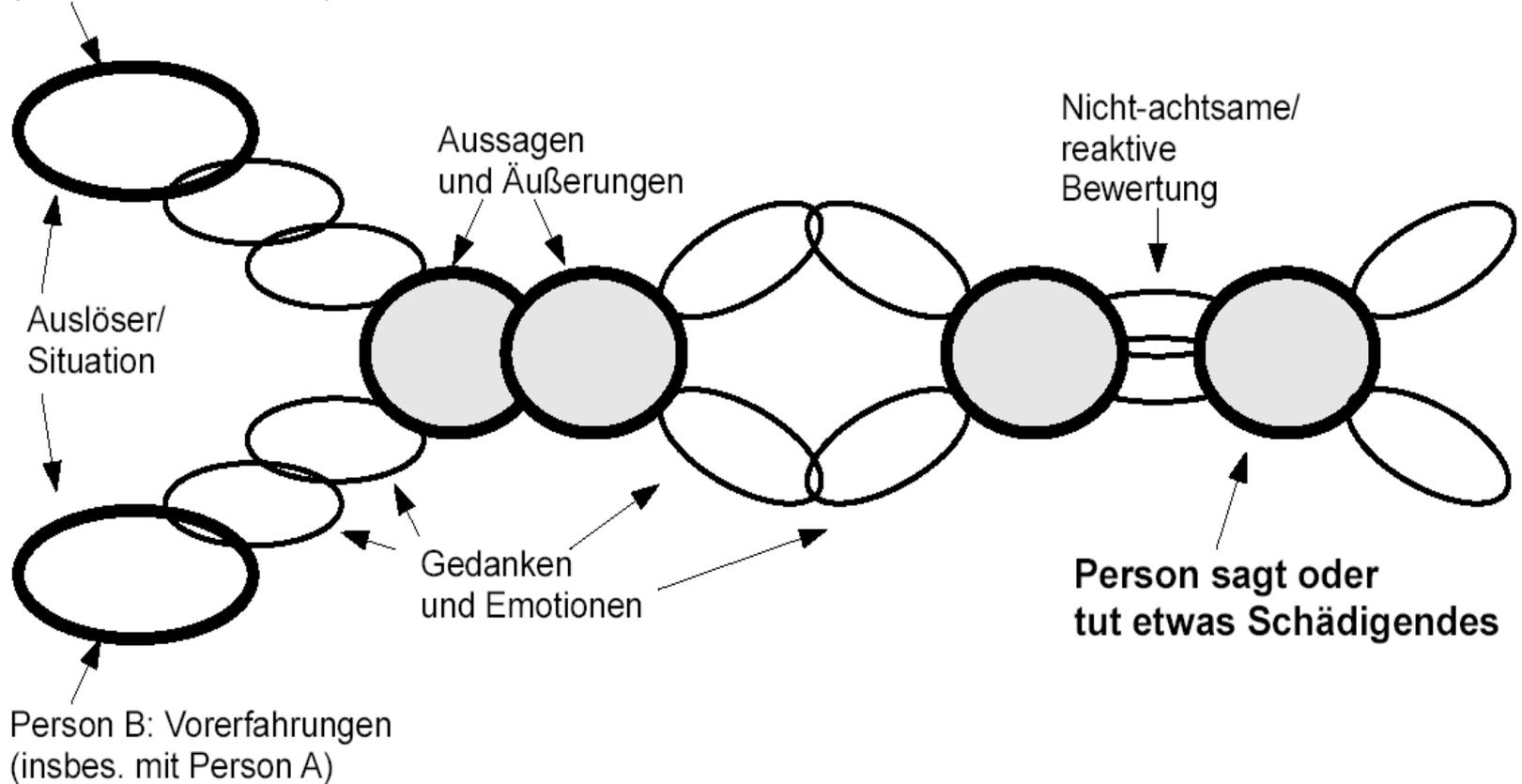
- Therapeut bittet ein Familienmitglied (meist Jugendliche) zu beginnen
- Während des Prozesses ergänzt das beteiligte Familienmitglied weitere Kettenglieder
- Es werden offen sichtbare und verdeckte (Gefühle, Gedanken, Körperempfindungen) Kettenglieder exploriert.

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Kettenanalyse mit Familie*

Person A: Vorerfahrungen  
(insbes. mit Person B)



# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## *Telefoncoaching*

- Telefonate zwischen den Therapiesitzungen sind ein integraler Teil der ambulanten DBT-AN/BN

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## *Telefoncoaching mit Patienten*

### **Ziele:**

1. Skillscoaching und Generalisierung der Anwendung von Skills
2. Krisenintervention
3. Ermutigung bei „guten Nachrichten“ anzurufen
4. Die therapeutische Beziehung reparieren (kann beidseitig erfolgen)

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## *Telefoncoaching*

### **!!! Keine Therapie am Telefon!!!**

- Alle Anrufe sollten in der Struktur möglichst ähnlich gehandhabt werden
- Zu therapiegefährdendem Verhalten wird ein „zu wenig“ anrufen genauso gezählt wie ein „zu viel“ anrufen.

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Telefoncoaching mit Eltern*

Möglichst **nicht** der Einzeltherapeut des Kindes (z.B. zweiter Skillstrainer). Falls dies nicht möglich:

#### **Regeln:**

- Der Jugendliche wird darüber informiert, dass die Eltern angerufen haben
- Wenn Jugendlicher und Eltern zur gleichen Zeit oder bzgl. der gleichen Situation anrufen, hat der Jugendliche Vortritt
- Es werden keine Einzelheiten aus der Behandlung des Jugendlichen während eines Anrufes preis gegeben

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## *Telefoncoaching*

- In der nächsten Stunde wird dem Ju berichtet, was im Telefonat besprochen wurde
- Eltern werden ermutigt, dem Kind selbst vom Anruf und dessen Inhalten zu berichten (unabhängig davon, wer für sie der Ansprechpartner ist)

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

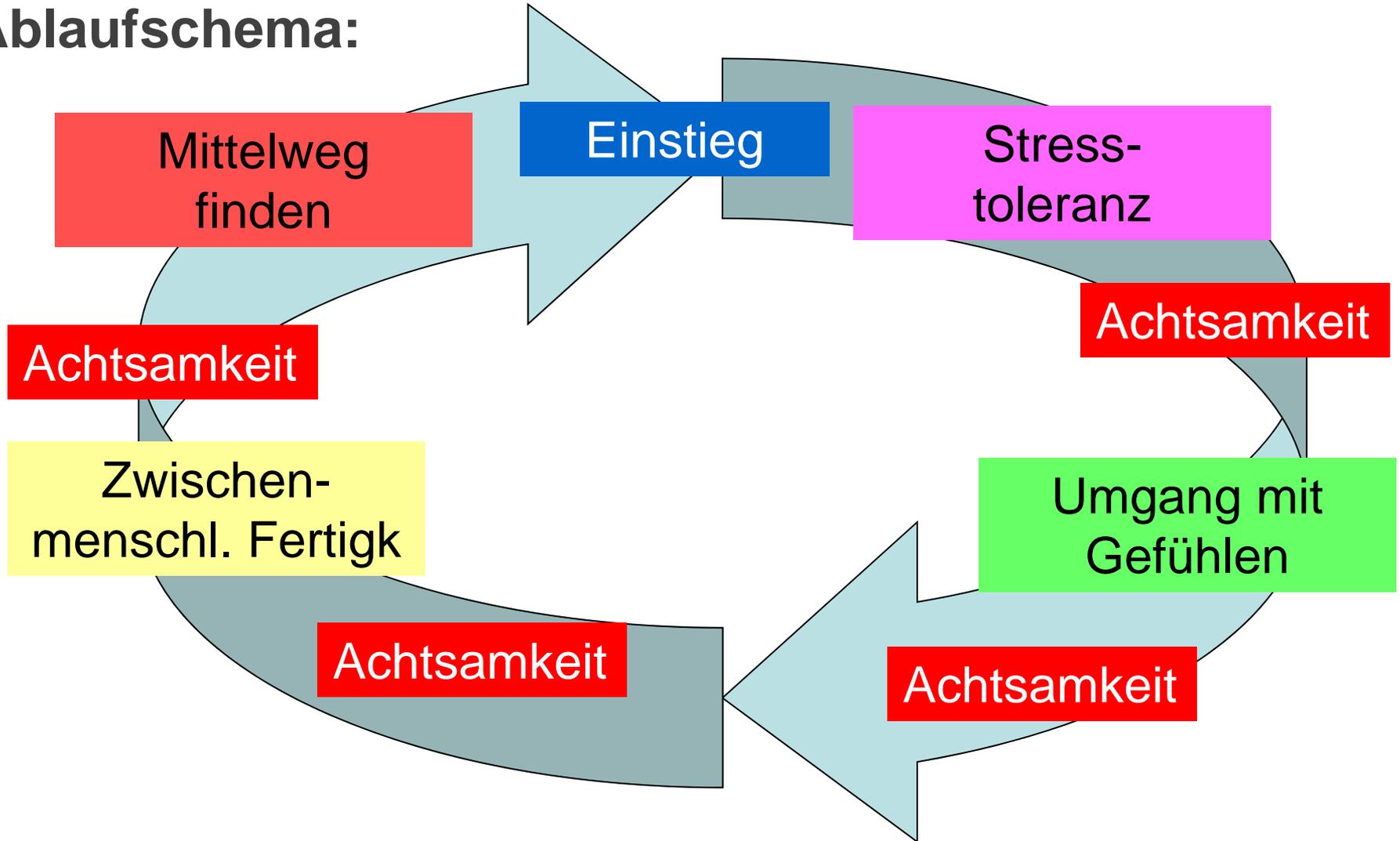
## *Fertigkeitentraining*

- Achtsamkeit
- Stresstoleranz
- Emotionsregulation
- Soziales Kompetenztraining
- **Den Mittelweg finden**

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### Ablaufschema:



# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### Stresstoleranz:

- rational gesteuerte Problembewältigung kaum möglich
- Zustände von starker Anspannung zu bewältigen, ohne dysfunktionales Verhalten
- z. B. starke sensorische / akustische / visuelle Reize
- 2-3 Stresstoleranzfertigkeiten im Notfallkoffer bei sich führen

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### Umgang mit Gefühlen:

- Schwierigkeiten, mit schmerzhaften Gefühlen umzugehen und diese adäquat zu äußern
- Gefühle wahrnehmen und äußern
- wie lassen sich Gefühle regulieren

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### Zwischenmenschliche Fertigkeiten:

- Ähnlichkeit mit Trainingsmanualen zur sozialen Kompetenz
- Strategien zur Zielerreichung in zwischenmenschlichen Situationen
- Selbstachtung
- Beziehung

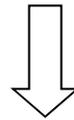
# DBT-AN/BN: Achtsamkeit

## Ziel:

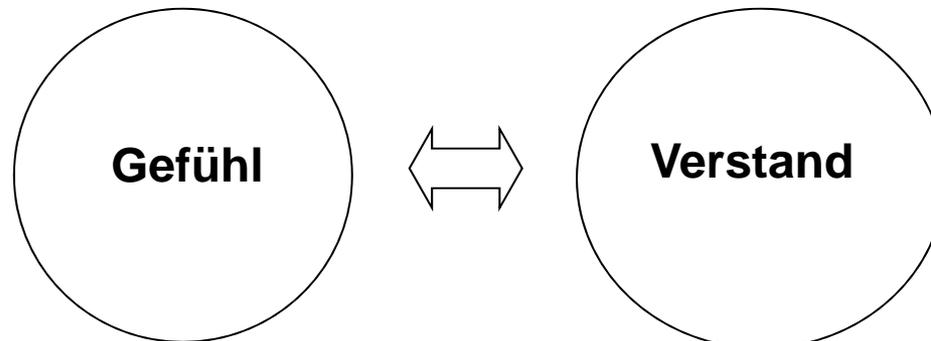
- mehr Steuerungsmöglichkeiten über sich und die Umwelt
- Gefühl und Verstand in ein Gleichgewicht bringen

# DBT-AN/BN: Was ist Achtsamkeit?

- **bewusst Kontrolle erleben** über Gedanken, Gefühle, Handlungen, den Körper und die Situation.



**Satellitenposition**  
(„innerer Beobachter“)



# DBT-AN/BN: Was ist Achtsamkeit?

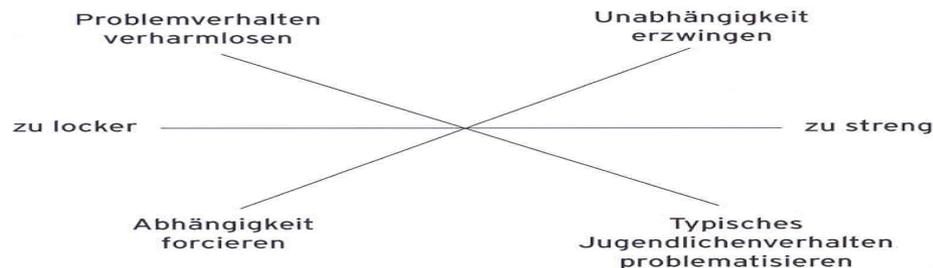
- “Im Augenblick habe ich den Gedanken, `die Situation ist gefährlich”
- “Im Augenblick spüre ich ein Gefühl von Angst, welches ich an einer erhöhten Herzrate, dem Impuls wegzurennen, ...bemerke.”
- “Im Augenblick spüre ich den Impuls, wegzurennen, was ich an einer Anspannung in den Beinen merke,...”
- “Im Augenblick spüre ich einen erhöhten Herzschlag, schweißige Hände,...”
- “Im Augenblick nehme ich wahr, dass mehrere Personen auf mich zukommen.“

# Den Mittelweg finden

## MÖGLICHKEITEN, DIALEKTISCH ZU DENKEN UND ZU HANDELN:

- **Wechsle vom „Entweder-oder-Denken“ zum „Sowohl-als auch-Denken“**
- **Meide Wörter wie „immer“ oder „nie“**  
Anstatt zu äußern „Ich werde IMMER von allen unfair behandelt“ sage „Manchmal werde ich fair und manchmal werde ich unfair behandelt“
- **Übe, die Dinge von unterschiedlichen Seiten her zu betrachten**
- **Erinnere dich daran, dass niemand die absolute Wahrheit weiß**
- **Benutze „ich empfinde“ – Äußerungen anstatt „du bist“ –, „du sollst“ – Äußerungen bzw. „so ist es nun einmal“**
- **Akzeptiere, dass es unterschiedliche Meinungen gibt, auch wenn du diese nicht vertrittst.** „Ich kann deine Meinung verstehen, auch wenn ich sie nicht teile“
- **Gehe nicht davon aus, dass andere wissen, was du denkst.**  
„Was ich versuche, dir zu sagen, ist, dass mich dein Verhalten traurig macht“

## DIALEKTISCHE DILEMMATA



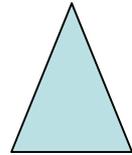
# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Fertigkeitentraining*

Abhängigkeit  
erzwingen

Unabhängigkeit  
forcieren



gleichzeitig

Unterstützung und  
Hilfe geben

sukzessiv mehr Freiheit  
und Unabhängigkeit geben

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Fallbeispiel*

#### **Vorstellungsanlass:**

- 16-jährige Patientin wurde in unserer Ambulanz vorgestellt
- 3-4x wöchentliches Ritzen mit Klinge (Unterarm und Unterschenkel)
- Stimmungsschwankungen
- Einschlafstörungen
- Verminderten Antrieb, Hoffnungslosigkeit
- Ungern in die Schule
- Häufig Auseinandersetzungen mit Lehrern
- Prügeleien mit Mitschülern

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Fallbeispiel*

#### **Vorstellungsanlass:**

- Keine Suizidversuche
- 3-4x wöchentlich auftretende Essanfälle mit Erbrechen

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Fallbeispiel*

#### **Eigenanamnese:**

- Meilensteine der Entwicklung: unauffällig
- Kindergarten: impulsiv gewesen, Verdacht auf ADHS
- GS und Gymnasium: mittelmäßige Schülerin
- Ambulante Behandlung (6 Monate Abbruch)

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Fallbeispiel*

#### **Familienanamnese:**

- KM: Fachanwaltsangestellte, arbeitslos, depressive Episoden in ambulanter psychotherapeutischer Behandlung
- KV: Anwalt, Alkoholabhängigkeit, mehrere stationäre Aufenthalte
- Einzelkind
- KE: seit 3 Jahren getrennt, noch nicht geschieden, KV lebt in einer anderen Stadt, heftige Konflikte zwischen Eltern
- Nur sporadischer Kontakt zum KV

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Fallbeispiel*

#### **Erstkontakt:**

- angespannt, klagsam und leicht demonstrativ
- affektiv traurig, reduzierte emotionale Schwingungsfähigkeit
- Grübelneigung
- Interaktion mit Mutter: aggressiv der KM ggü., suchte ständig ihren Blickkontakt; KM dominant und überbehütend

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt - Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

## *Fallbeispiel*

### Therapiemotivation:

wenig motiviert, wollte dysfunktionales Verhalten nicht aufgeben. Nach vier Wochen willigte sie ein und unterschrieb den Therapievertrag

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Fallbeispiel*

#### **Einzeltherapie:**

- Diary Card
- Verhaltensanalyse bzgl. des dysfunktionalen Verhaltens
- Familiensitzungen: mittels Kettenanalysen wurden familiäre Konflikte analysiert und im Anschluss daran nach Lösungsmöglichkeiten gesucht  alternative Möglichkeiten wurden zu Hause erprobt

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Fallbeispiel*

#### **Fertigkeitentraining:**

- Teaching der Skills der Module (Patient und KM):  
Patientin und KM profitierten v. a. von den Modulen “Umgang mit Gefühlen“, „Den Mittelweg finden“, „Zwischenmenschliche Fertigkeiten“
- Patientin profitierte ebenfalls stark von dem Modul “Stresstoleranz“

# Drogen, Selbstverletzung, Gewalt -

## Dialektisch Behaviorale Therapie für Adoleszente (DBT-A)

### *Fallbeispiel*

#### **Nach (25 Sitzungen ET und Skillstraining):**

- Kein Ritzen mehr innerhalb der letzten vier Wochen
- Phasenweise leichte Stimmungsschwankungen, Patienten war aber imstande, die Emotionen zu äußern und zu regulieren
- 1-2x wöchentlich Essanfälle und Erbrechen
- Konflikte in der Schule leicht gebessert
- Beziehung zur KM etwas besser, Grenzen klarer, mehr Freiheiten
- Erziehungshaltung der KM weniger rigide

**Herzlichen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!**