



Geschlechtssensible Therapie von Abhängigkeitserkrankungen

Klinik Münchwies

Dr. Monika Vogelgesang
Median Klinik Münchwies

17.11.2021

- ◆ **Einleitung**
- ◆ Suchterkrankungen
- ◆ Depressive Störungen
- ◆ Essstörungen
- ◆ Angststörungen
- ◆ Somatoforme Schmerzstörungen
- ◆ Frauenspezifische Therapie
 - Themenbereiche
 - Maßnahmen



Zu den bio-psycho-sozialen Aspekten der Verursachung psychischer Störungen gehört auch die Beachtung geschlechtsspezifischer Gegebenheiten.



Diese sind in der Therapie zu berücksichtigen

- ◆ Einleitung
- ◆ **Suchterkrankungen**
- ◆ Depressive Störungen
- ◆ Essstörungen
- ◆ Angststörungen
- ◆ Somatoforme Schmerzstörungen
- ◆ Frauenspezifische Therapie
 - Themenbereiche
 - Maßnahmen

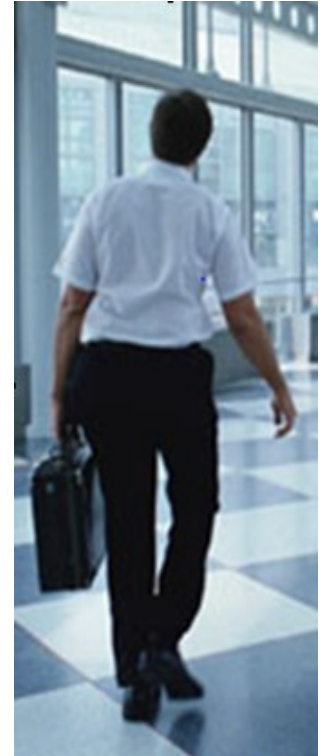
Alkoholabhängigkeit



Lebenszeitprävalenz in Deutschland



1,4%



3,4%

Alkoholabhängigkeit bei Frauen



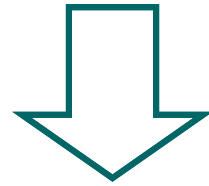
- Widerspricht den gesellschaftlichen Normen
- Wird weniger Verständnis entgegengebracht
- Ist viel mehr schambesetzt

Frauen konsumieren Alkohol

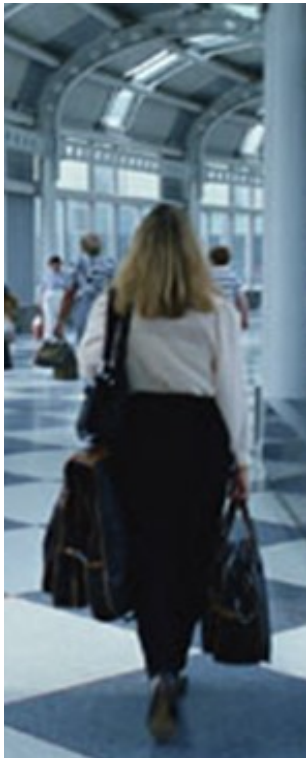


- Mehr heimlich
- Mehr wegen Beziehungsproblemen
- Um Traumata auszuhalten
- Um Symptome von Komorbidität zu mildern

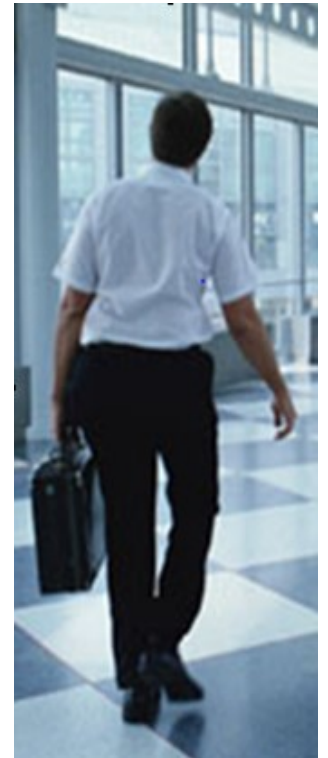
Medikamentenabhängigkeit



Lebenszeitprävalenz in Deutschland



Ca. 3%



Ca. 1,5%

Frauen konsumieren Medikamente



- Um zu funktionieren
- Vom Arzt viel häufiger verordnet
- Gegen Symptome psychischer Störungen

Erklärungshypothesen für Sucht bei Frauen



- (Sex.) Gewalterfahrungen in Vorgeschichte/in Partnerschaft
- Mehr Erziehung zu Submissivität
- Primäre Zuständigkeit für Haushalt und Familie
- Zerrissenheit zwischen konfundierenden Anforderungen
- Tieferes Betroffensein von Kinderlosigkeit und Empty Nest
- Alkohol/Drogenkonsum mit Partner

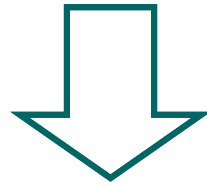
Erklärungshypothesen für Sucht bei Frauen



Sucht kann sich schneller entwickeln, aufgrund organischer Gegebenheiten:

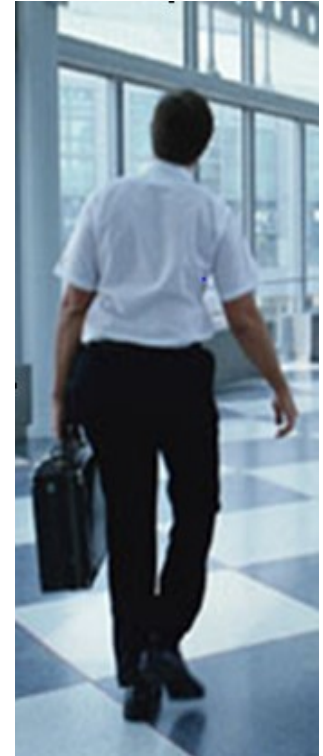
- Frauen vertragen Alkohol deutlich schlechter
- Riskanter Konsum bereits ab 12 g Alkohol/Tag (Männer: 24 g Alkohol/Tag)
- Organschädigungen treten früher und stärker ein
- Die Sterbequote alkoholsüchtiger Frauen ist pro Jahr bis auf das 3-4fache erhöht (bei Männern auf das Doppelte)

Pathologisches Glücksspielen



Prävalenzrelation

20% : 80%



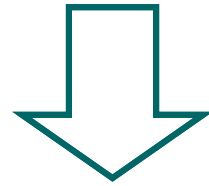


Glücksspielerinnen

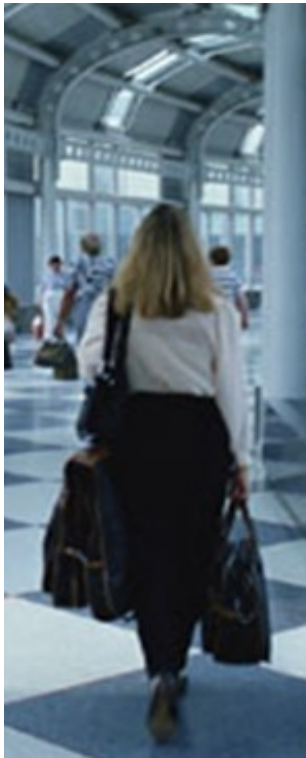
- beginnen später
- sind psychisch kränker
- haben eine schnellere Progredienz
- sind häufiger komorbide
- spielen häufiger und länger
- sind wesentlich häufiger traumatisiert

- ◆ Einleitung
- ◆ Suchterkrankungen
- ◆ **Depressive Störungen**
- ◆ Essstörungen
- ◆ Angststörungen
- ◆ Somatoforme Schmerzstörungen
- ◆ Frauenspezifische Therapie
 - Themenbereiche
 - Maßnahmen

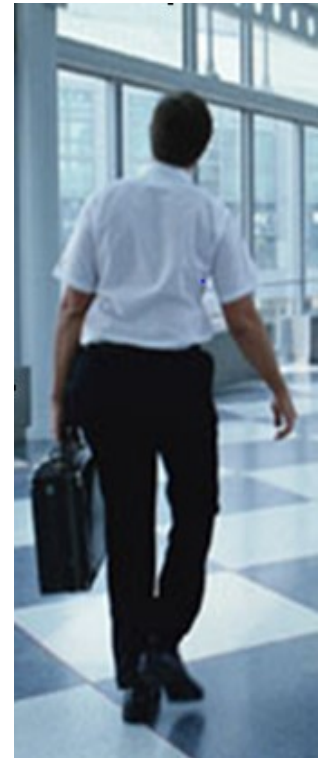
Depressive Störungen



Lebenszeitprävalenz in Deutschland



21%



13%

Verursachungsmöglichkeiten



Klassische feministische Hypothese

- Gesellschaftliche Ungleichheit
- mangelnde Verfügungsmacht über
 - Körper
 - Sexualität
 - Reproduktion
 - Beruf
 - Bildung
 - etc.



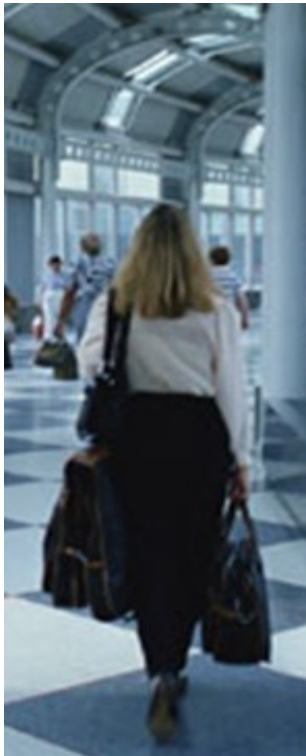
Verursachungsmöglichkeiten



Soziologische Hypothese

Strukturelle Benachteiligung durch

- geringeren sozialen Status
- und Armut



Depressive Störungen

Verursachungsmöglichkeiten



Tiefenpsychologische Hypothese

Mangelnde Aggressivität gegen andere



Erhöhte Aggressivität gegen eigene Person



Depression



Verursachungsmöglichkeiten



Verhaltenstherapeutische Hypothesen

Elernte Hilflosigkeit
entspricht
klassischem weiblichem Rollenverhalten

Verursachungsmöglichkeiten



Verhaltenstherapeutische Hypothesen

Verstärkermangel durch z. B.

- Missachtung eigener Bedürfnisse
- interpersonelle Deprivation
- mangelnde Anerkennung

Verursachungsmöglichkeiten



Kognitive Hypothesen



Verantwortung für das Wohlergehen anderer

„Ich bin schuld“,

wenn sich andere nicht wohlfühlen.

Depressive Störungen

Verursachungsmöglichkeiten



Kognitive Hypothesen

Symptombezogenes Grübeln ↑

Aufmerksamkeit im Hier und Jetzt ↓

Verursachungsmöglichkeiten



Traumatisierungshypothese

- Frühe Misshandlungen
 - sexueller Missbrauch
 - Gewalt in der Partnerschaft
 - Vergewaltigungen
- (- Perinatalverluste)

Depressive Störungen

Verursachungsmöglichkeiten



Traumatisierungen

- biologische Vulnerabilität
- sozialer Rückzug
- negative kognitive Schemata

➤ Depression

Verursachungsmöglichkeiten

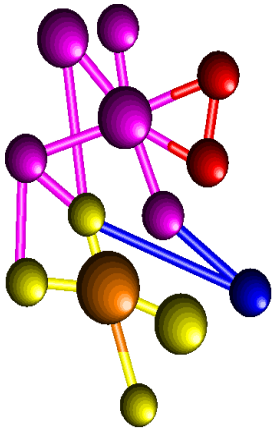


Hormonelle Faktoren

insbesondere mit wirksam bei

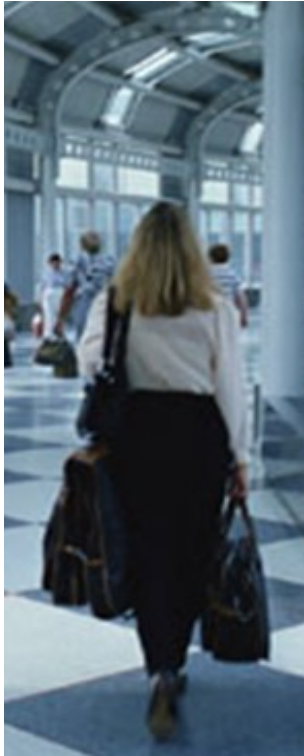
- postpartaler Depression
- prämenstrueller dysphorischer Störung

- spielen deutlich geringere Rolle
als psychosoziale Faktoren

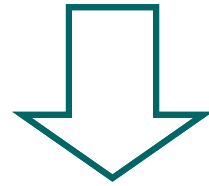


- ◆ Einleitung
- ◆ Suchterkrankungen
- ◆ Depressive Störungen
- ◆ **Essstörungen**
- ◆ Angststörungen
- ◆ Somatoforme Schmerzstörungen
- ◆ Frauenspezifische Therapie
 - Themenbereiche
 - Maßnahmen

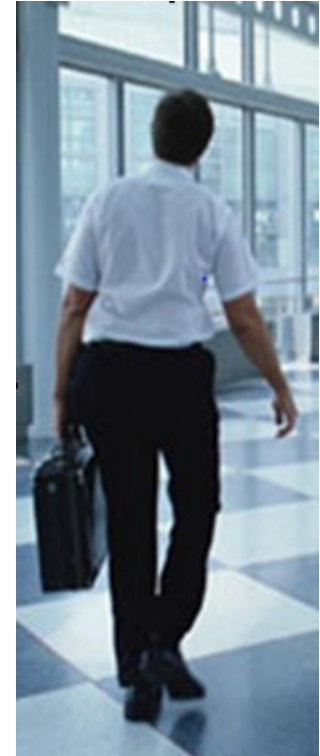
Essstörungen



88%



Prävalenzrelation



12%

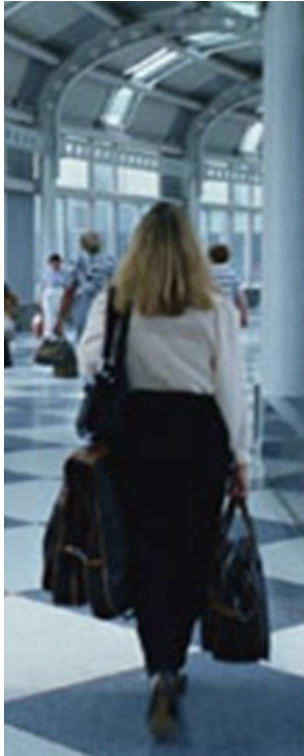
Verursachungsmöglichkeiten



- Selbstwertdefinition über Äußeres
- Perfektionsmismus
- Überwertige Modeideale
- Frühe Sexualisierung
- Ablehnung der Weiblichkeit
- Sexueller Missbrauch

- ◆ Einleitung
- ◆ Suchterkrankungen
- ◆ Depressive Störungen
- ◆ Essstörungen
- ◆ **Angststörungen**
- ◆ Somatoforme Schmerzstörungen
- ◆ Frauenspezifische Therapie
 - Themenbereiche
 - Maßnahmen

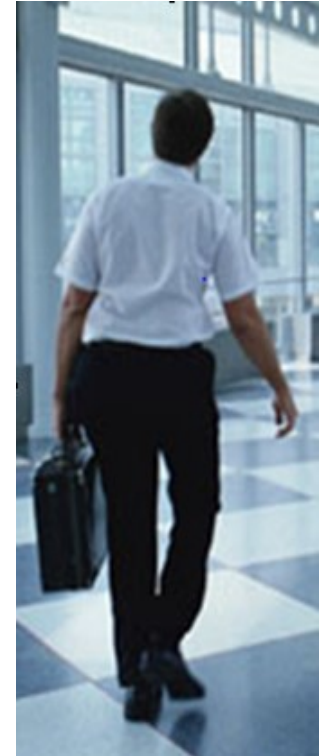
Angststörungen



12,7%



4-Wochen-Prävalenzrate BRD



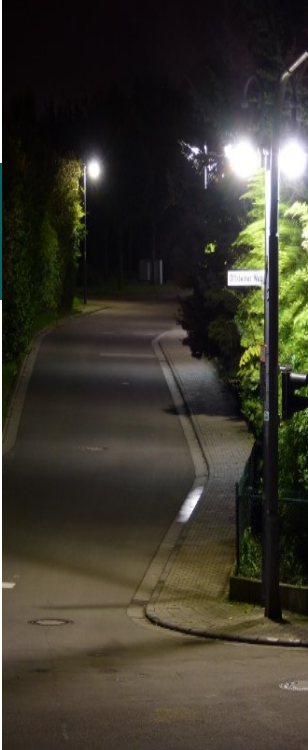
5,2%

Verursachungsmöglichkeiten

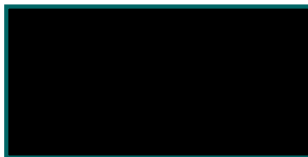


Biologische Faktoren

- geringere Körperkraft
- geringeres Aggressionspotential
- Gefühl der latenten Bedrohung



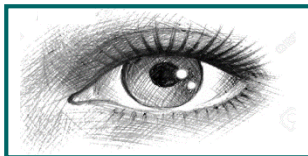
Verursachungsmöglichkeiten



- Traumatisierungen



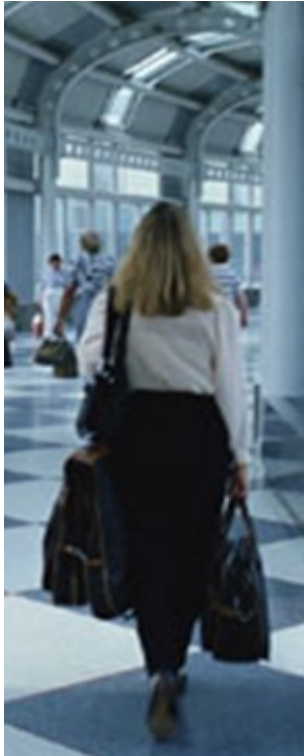
- Normorientierung 



- Introspektion 

- ◆ Einleitung
- ◆ Suchterkrankungen
- ◆ Depressive Störungen
- ◆ Essstörungen
- ◆ Angststörungen
- ◆ **Somatoforme Schmerzstörungen**
- ◆ Frauenspezifische Therapie
 - Themenbereiche
 - Maßnahmen

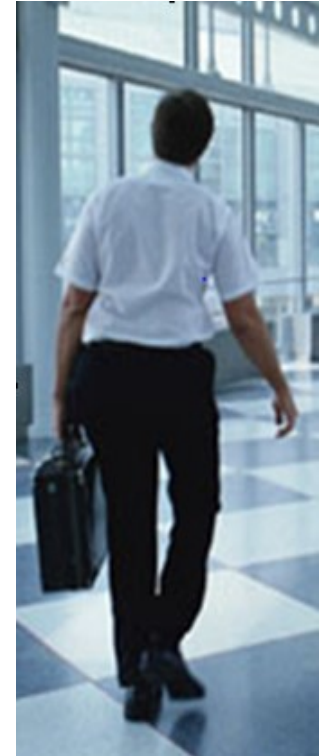
Somatoforme Schmerzstörungen



10%



4-Wochen-Prävalenzrate BRD



4,9%

Somatoforme Schmerzstörungen

Erklärungsmöglichkeiten



Enge Verbindung chronischer Schmerzen zu

- Depressionen
- Angststörungen
- Traumatisierungen



- ◆ Einleitung
- ◆ Suchterkrankungen
- ◆ Depressive Störungen
- ◆ Essstörungen
- ◆ Angststörungen
- ◆ Somatoforme Schmerzstörungen
- ◆ **Frauenspezifische Therapie**
 - Themenbereiche
 - Maßnahmen

Suchtbasistherapie

- Aufbau von Krankheitseinsicht durch Psychoedukation
- Aufbau von Abstinenzmotivation durch empathisches Aufzeigen der Konsequenzen
- Entgiftung mit Motivierung zur Entwöhnung
- Entwöhnung mit gleichwertiger Therapie der Komorbidität

Frauenspezifische Therapie

Frauenspezifische Themenbereiche

Autonomie

- Verfügungsgewalt über eigene Person
- Wirkmächtigkeit
- Eigenständigkeit
- Problemlösen
- Entscheidungsfindung
- Selbstverstärkung

Themenbereiche



Hinterfragen von Normen

bzgl.

- Erfüllung der Erwartungen anderer
- Verantwortung für das Wohl anderer
- Modeidealen
- Selbstwertdefinition über Aussehen
- Perfektionismus

Themenbereiche



Beziehungsklärung zu

- aktuellen Partnern
- aktueller Familie
- Herkunftsfamilie
- anderen Frauen
- Männern

Themenbereiche



Traumatherapie

mit

- Verbesserung emotionaler Kontrolle
- Aufbau von Sicherheit
- Traumakonfrontation
- Verbesserter Selbstschutz
- Abbau von Vermeidungsverhalten hinsichtlich unschädlicher Trigger
- Wertschätzung von Überlebensstrategien
- Sinnfindung

Themenbereiche



Achtsamkeit

bzgl.

- eigenen Bedürfnissen
- Leben im Hier und Jetzt

Themenbereiche

Selbstverwirklichung mit

- Identifizierung von Stärken und Schwächen
- Wünschen/Träumen
- Zielfindung
- Lebensplanung



Themenbereiche



Adäquate Kommunikation

- Meinungsäußerung
- Bedürfnisäußerung
- Grenzsetzung

Frauenspezifische Therapie

Themenbereiche



- Weiblichkeit als Ressource
- Stolz und Würde
- freundschaftlicher Umgang mit sich selbst

Vorgehensweisen

Einzeltherapie

- durch weibliche und männliche Therapeuten möglich
- Sensibilität gegenüber frauenspezifischen Aspekten notwendig

Frauenspezifische Therapie

Vorgehensweisen

Therapieleitung von Frauengruppen

→ durch weibliche Therapeutin

Vorgehensweisen

Frauenspezifische Gruppen

- ♀ Frauen und Abhängigkeit
- ♀ Gruppe für Frauen mit sexuellem Missbrauch
- ♀ Anorexia/Bulimia nervosa
- ♀ Körperwahrnehmung für Frauen mit Anorexie/Bulimie
- ♀ Körperwahrnehmung für Frauen

Vorgehensweisen

Die therapeutische Beziehung

Vermeidung der Gefahrenpole

Verschwisterung bzw. **Ablehnung**

Vorgehensweisen

von der Therapeutin gefordert

- Solidarität als Frau
- positives Rollenmodell
- Herstellung der instrumentellen Arbeitsbedingungen

Motivationsaufbau

durch
entängstigende Information

Therapie für Frauen

Kein Offenbarungszwang

Interventionsprinzipien

- sokratische Dialogführung
- Anleitung zur Selbstverstärkung
- Problemlösetraining
- Entscheidungsfindungstraining
- Erlebnisaktivierung (z. B. Rollenspiele)
- imaginative Maßnahmen

Interventionsprinzipien

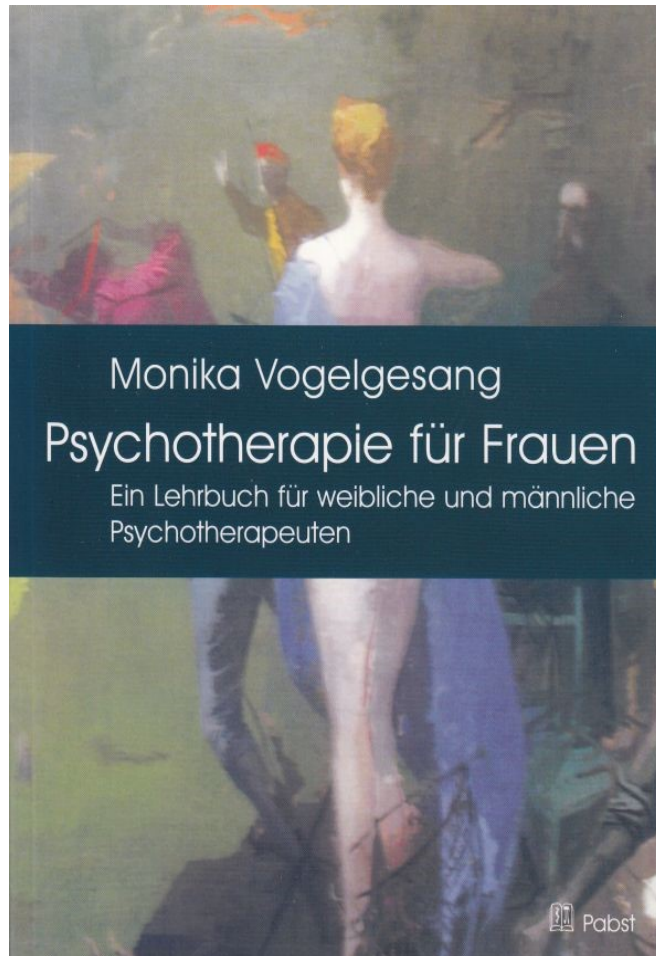


unter Beachtung
größtmöglicher Mitentscheidungen
der Patientin (z. B. durch Auswählen)

Frauenspezifische Therapie

Vorgehensweisen





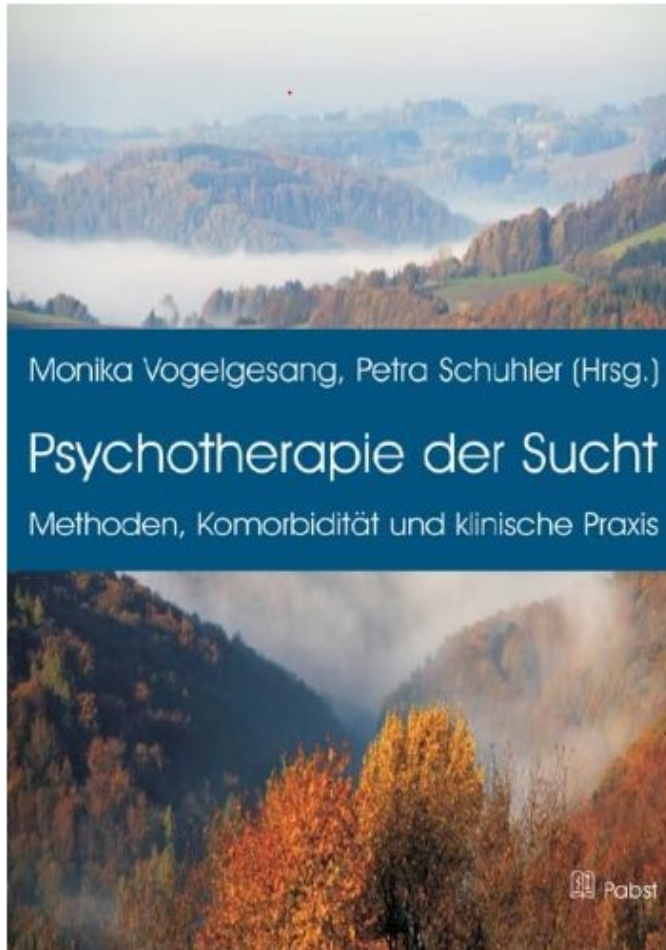
Monika Vogelgesang (2010)

Psychotherapie für Frauen

Ein Lehrbuch für weibliche
und männliche Psychotherapeuten

Lengerich, Pabst

ISBN 978-3-89967-607-5



Monika Vogelgesang,
Petra Schuhler (Hrg.) (2016)

Psychotherapie der Sucht
Methoden, Komorbidität und
Klinische Praxis
Lengerich, Pabst
ISBN 978-95853-239-7

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Mein herzlicher Dank gilt Heike Schneider,
Stefanie Bouchaib und Annette Wagner
für die Miterstellung der Präsentation