

## WAHN UND ZWANG

## Definition des Wahns

- Der Wahn ist die private, nur persönlich gültige lebensbestimmende Überzeugung eines Menschen von sich selber und seiner Welt

## WAHN Allgemeines

- Ein Wahn ist die krankhaft entstandene Fehl-Beurteilung der Realität
- An dieser Fehl-Beurteilung wird mit hoher subjektiver Gewissheit und unkorrigierbar festgehalten. Dies selbst dann, wenn sie im Widerspruch zur objektiven Wirklichkeit, zur eigenen Lebens-Erfahrung und zum Urteil gesunder Mitmenschen steht
- der Wahnkranke will seine wahnhaftige Überzeugung gar nicht korrigieren. Für ihn ist sie ja meist unerschütterlich und unanfechtbar. In seinem übrigen Denken vermag er jedoch folgerichtig zu urteilen.

## WAHN Allgemeines

- Der Wahn beschränkt sich nicht auf bestimmte Krankheitsbilder (beispielsweise die Schizophrenien, wie man wohl als erstes annehmen würde); er kann nicht gerade überall, aber doch sehr verbreitet vorkommen.
- Auf jeden Fall ist er *nicht charakteristisch für bestimmte seelische Störungen* (und nebenbei auch organische Krankheiten, bei denen wahnhaftige Reaktionen für große Verwirrung sorgen können, handelt es sich doch offenkundig um keine „Geisteskranken“. Beispiele: Kopf-Unfall, Rauschgift-Intoxikationen, Hirn-Tumoren, Demenz, Vergiftungszustände u. a.

## Formen und Stadien des WAHNS

---

### Wahnstimmung:

- Die Wahnstimmung ist charakterisiert durch den subjektiven Eindruck des Unheimlichen, Bedrohlichen, Sonderbaren, kurz: „Es liegt etwas in der Luft“, ohne dass es näher bestimmt werden kann. Dazu kommen konkrete Veränderungen wie Depersonalisation (bin ich noch ich selber?) und Derealisation (alles so eigenartig, unbestimmt, fremd um mich herum).

## Formen und Stadien des WAHNS

---

### Wahn-Gedanken:

- Bei den Wahn-Gedanken ist der Betroffene schließlich mit seinem Wahn gedanklich fast unlösbar befasst, mehr oder weniger dauerhaft. Sein Leben ist davon bestimmt. Er grübelt im Wahn nach, konstruiert künstliche Erklärungen, Verknüpfungen usw

## Formen und Stadien des WAHNS

---

### Wahn-Wahrnehmung:

- Wahn-Wahrnehmungen sind so genannte abnorme Bedeutungs-Erlebnisse. D. h. reale Wahrnehmungen aus alltäglichen Vorkommnissen erhalten eine andere, für den Betroffenen wirklichkeitsgerecht erscheinende, für den gesunden Beobachter hingegen krankhafte Bedeutungen.
- Beispiele: alltägliche Erscheinungen wie eine Bemerkung, ein Gespräch, eine Geste, ein Zeitungsartikel, eine Radio- oder Fernsehsendung usw. Ihnen wird eine spezifische Bedeutung beigemessen, sie gelten als Zeichen, Hinweis, Wink, Aufforderung, Botschaft u. a.
- Diese Bedeutung ist fast immer wichtig, eindringlich, gewissermaßen persönlich gemeint (und kann deshalb nach Meinung des Betroffenen auch nicht von anderen erkannt und interpretiert werden).

## Formen und Stadien des WAHNS

---

### Wahn-Erinnerung

- Bei der Wahn-Erinnerung, einer Art Rück-Datierung, wird ein Ereignis oder eine Situation aus der Vergangenheit rückwirkend wahnhaft umgedeutet, bekommt also eine abnorme Bedeutung mit konkreter Beziehung auf den Betreffenden.

## ERSCHEINUNGSFORMEN DES WAHNS

- *Beeinträchtigungs-Wahn*: Alles, was um den Wahn-Kranken herum geschieht, ist gegen ihn gerichtet. Er wird gekränkt, beleidigt, verhöhnt, verspottet, bedroht; man trachtet nach seinem Besitz, seiner Gesundheit usw.
- Der *Verfolgungs-Wahn*: ist eine Steigerung des Beeinträchtigungs-Wahns Selbst harmlose Ereignisse werden als Bedrohung und Verfolgung erlebt: Komplott, Mord, Folter, Vergiftungs-Pläne u. a. Behörden, Arbeitskollegen, Nachbarn, selbst Pflegepersonal und Ärzte sowie Angehörige werden zu Verfolgern und Hintermännern, die sich auch technischer Hilfsmittel bedienen (Videokamera, Fernseher, Laserstrahlen, undefinierbare Geräte usw.).

## ERSCHEINUNGSFORMEN DES WAHNS

- *Kleinheits-Wahn bzw. Nichtigkeits-Wahn*, d. h. ohnmächtig, verloren, unbedeutend, kann bis zum nihilistischen Wahn gehen (vom lat.: nihil = nichts, d. h. „ich bin ein Nichts“ bzw. noch extremer: „Ich existiere gar nicht mehr“). Dabei meint der Kranke, es gibt ihn nicht mehr, er lebe nur noch zum Schein.
- - Im *Schuld-Wahn* handelt der Betroffene gegen Gesetze und Moral, hat das Vertrauen seines Umfelds missbraucht, ist nicht krank, sondern minderwertig, schlecht, verdammungswürdig, verstosen (Wunsch des Betreffenden selber: nicht behandeln, sondern bestrafen). Dabei sind vor allem zwei Varianten möglich: 1. Wahn-Einfall (plötzlich auftauchende wahnhafte Überzeugung der eigenen Schlechtigkeit) und 2. eine aus krankhaften Schuldgefühlen herrührende maßlose Überbewertung geringfügiger realer Vergehen oder Verfehlungen von jetzt oder früher.

## ERSCHEINUNGSFORMEN DES WAHNS

- Der *Eifersuchts-Wahn* ist die wahnhafte Überzeugung, vom Partner betrogen und hintergangen zu werden. Männer sind häufiger betroffen. Krankhafte Überzeugung von der Untreue des Partners, auch wenn keinerlei Hinweise oder Indizien vorliegen. Grotteske Behauptungen, absurde Vorwürfe und unkorrigierbare Vorstellungen sind bedeutsamer als alles, was tatsächlich vorausgegangen ist.  
nicht nur bei organischen, insbesondere Alkohol-Psychosen und dementielle Entwicklungen im höheren Lebensalter, auch bei endogener Depression und paranoiden Persönlichkeitsstörungen möglich.

## ERSCHEINUNGSFORMEN DES WAHNS

- Der *Größen-Wahn* ist die unbegründete Selbst-Überschätzung bis zur abnormen Selbst-Überhöhung, was Kraft, Fähigkeiten, Macht, Größe, Besitz u. a. anbelangt. Je nach Zeit und Gesellschaft unterschiedliche Schwerpunkte bzw. Unterformen.
- Beispiele: politischer Wahn (führender Politiker, früher Mitglied eines Herrscher- Hauses, jetzt zu politischen Missionen berufen), Erfinder-Wahn (naheliegende oder skurrile Erfindungen), religiöser Wahn (von einer überirdischen Macht gesandt, mit besonderen Heilaufträgen versehen zu sein)

## ERSCHEINUNGSFORMEN DES WAHNS

- Der *Verarmungs-Wahn* trifft nicht nur Besitz und Geld, sondern auch Arbeitsstelle, Kleidung, Nahrung u. a. D. h. nicht nur verarmt und verloren sondern auch kurz vor dem Hungertod, vor allem auch die Familie der Not aussetzend. Besonders „grotesk“ für das Umfeld bei offensichtlich wohlhabenden Patienten, beispielsweise mit einer Depression im Rückbildungsalter (depressiver Verarmungs-Wahn).
- Der *hypochondrische Wahn* ist die krankhafte Überzeugung, unheilbar krank, dem Siechtum oder Tod verfallen zu sein. Entweder auf spezielle Krankheiten gerichtet (z. B. Krebs, Multiple Sklerose, AIDS usw.) oder mehr diffus an „Hirnschwund“ zu leiden, geisteskrank geworden zu sei usw.

## WO KOMMEN WAHN-PHÄNOMENE VOR?

- **Wahn bei körperlichen Erkrankungen**
  - *zentralnervös-degenerativen Erkrankungen*
  - *Toxischen (Vergiftungs-)Psychosen*
- **Schizophrene, schizophrenie-artige und schizoaffektive Störungen**
- **Affektive Psychosen**
- **Wahnhafte Störung (Paranoia)**
- **Paranoide Persönlichkeitsstörung**

## DER ZUGANG ZUM WAHNKRANKEN

- Zuerst einmal aufmerksam zuhören und lediglich bei Bedarf zu weiteren Schilderungen ermuntern
- nicht werten, kein Befremden erkennen lassen oder gar Ablehnung signalisieren
- nicht gegen die Wahn-Vorstellungen argumentieren
- oder etwas ausreden wollen
- Es hat auch keinen Sinn, den Wahn zu ignorieren oder zu bagatellisieren
- Vor allem darf man ihn nicht lächerlich machen, auch nicht in Form eines schnell als abwertend empfundenen Schmunzelns oder lautlosen In-sich-Hineinlächelns

Für den Betroffenen ist sein Wahn Realität, belastende, ängstigende, ggf. schreckliche Realität, ein Tatbestand, aus dem man nicht ausbrechen kann, wie immer man es auch anstellen mag.

## DER ZUGANG ZUM WAHNKRANKEN

Die beste Einstellung ist das interessierte, neutrale Zuhören, das weder bestätigt noch in Abrede stellt. Mehr braucht es für die ersten Schritte der Kontakt-Aufnahme nicht.

Diese neutrale Haltung heißt aber nicht, keine konkreten Zwischenfragen zu stellen. Das wird in der Regel sogar positiv vermerkt, zeigt es doch, dass man den Betroffenen ernst nimmt. Man kann sogar ggf. erstaunte, ja durchaus ungläubige Zwischenfragen stellen, nicht aber Korrekturen oder gar Zurechtweisungen.

## Was sollte man einem Wahnkranken gegenüber vermeiden?

Zweierlei sollte man aber auf jeden Fall vermeiden:

- Erstens die Frage, ob sich der Patient nicht etwa „krank fühle“. Krank im organischen Sinne ist kein Problem, im psychiatrischen sehr wohl
- Zweitens soll man nie Partei ergreifen. Das ist zu vermeiden, je mehr die Schilderung Anlass zu begründeten Zweifeln gibt

## Ist es immer und grundsätzlich ein Wahn?

In eine solche Lage gerät man beispielsweise bei manchen Berufen, die der öffentlichen Einsichtnahme weithin entzogen sind: Spionage-Verdacht eines Diplom-Ingenieurs aus der Rüstungs- oder Raumfahrt-Industrie, Versuch von Einflussnahme oder gar Druck in der Politik, Schutzgeld-Erpressungen bei ausländischen Gastwirten u. a. Hier kommt man nur zu einigermaßen schlüssigen Überlegungen, wenn der Betreffende möglichst viel erzählen kann

## Inwieweit kann man dem Wahn-Kranken inhaltlich entgegenkommen?

Es ist unerlässlich, wengleich mit Fingerspitzen-Gefühl zu praktizieren, dem Wahn-Kranken offen, aber behutsam zu sagen: Man könne seine Auffassung in dieser Form nicht teilen, da sei man regelrecht überfordert.

Aber man akzeptiere, dass dies, was er als Betroffener, ggf. sogar als Opfer erlebe (aber ja nicht als Kranker oder Patient bezeichnet!), dass dies *seine Realität sei, die ihn dann auch zu entsprechenden Überlegungen oder Handlungen zwingt*. Dazu vielleicht noch die Bitte um seine Nachsicht, dass man sich hier – nochmals das gleiche Wort, es erweist sich nicht nur als treffend, sondern auch als neutral –, dass man sich hier überfordert sehe (was den Wahn-Betroffenen sogar eine gewisse Genugtuung sein kann, wie schwer es das Schicksal derzeit mit ihm treibe).

Wenn notwendig, kann man in vorsichtigen Schritten auch andeuten, dass es neben der Wahn-Welt des Betroffenen (natürlich aber nicht als Wahn, sondern bestenfalls als „Neben-Realität“ bezeichnet), dass es neben der Wahn- Welt auch eine Realitäts-Ebene gebe, der man selber angehöre. Im besten Fall kann sich hier etwas ergeben, was die Experten als „**Konsens über den Dissens**“ bezeichnen. Also man einigt sich darüber, dass – mit dem notwendigen Respekt voreinander – jeder in seiner Welt lebt. (Jeder hat seine eigene Meinung)

## Zwang - Zwangsneurose

- Zwänge sind alles beherrschende Erlebnisse. Sie werden vom Betroffenen zwar als unsinnig oder zumindest unangemessen erkannt - aber man ist machtlos gegen sie.
- Was macht das Krankhafte aus? Vor allem die hartnäckige Aufdringlichkeit und die Unfähigkeit, sie zu steuern oder zu unterdrücken. Im Extremfall können Zwänge so groteske Formen annehmen, dass sie das Leben des Betroffenen ruinieren. Denn wenn er seinen Zwängen entrinnen will, drohen vielfältige körperliche Reaktionen, z. B. Schweißausbruch, Zittern, vor allem aber Angst.

# Zwangsgedanken

- - **Aggressive Zwangsgedanken:** Befürchtungen, obszöne Gedanken und Beleidigungen laut von sich zu geben, etwas anderes Peinliches zu tun, einen Diebstahl zu begehen, sich selber oder andere zu verletzen, z. B. mit einem Messer, mit dem Auto anfahren (einschließlich Fahrerflucht), Diebstahl, Einbruch, Brandschatzung, andere gewalttätige oder schreckenerregende Vorstellungen.
- - **Verschmutzungs-Zwangsgedanken:** Sorgen über Schmutz oder Keime, über Asbest, Strahlen, giftige Abfallstoffe, Reinigungs- und Lösungsmittel, Insektizide; Furcht, davon krank zu werden; Ekel in Bezug auf körperliche Ausscheidung wie Speichel, Urin, Kot usw.
- - **Sexuelle Zwangsgedanken:** sexuelles Verhalten anderen gegenüber, z. B. sexuelle Handlungen mit Kindern, homosexuelle Kontakte, "verbotene" oder "perverse" Gedanken, Bilder oder Impulse u. a.
- - **Religiöse oder moralische Zwangsgedanken:** übermäßige Beschäftigung mit Fragen über richtige oder falsche Handlungen, über Moral; ferner die Befürchtung, Gotteslästerungen zu begehen usw.
- - **Zwangsgedanken bezüglich Symmetrie oder Genauigkeit:** etwas könnte schief stehen, schräg hängen, unkorrekt übereinanderliegen, unordentlich aussehen usw.
- - **Körperbezogene Zwangsgedanken:** Besorgnis über Missempfindungen, Beeinträchtigungen, Störungen, Krankheiten; exzessive Sorgen hinsichtlich bestimmter Körperteile oder Besonderheiten des Aussehens, z. B. Haare zu dünn, Nase zu lang, Ohren zu groß usw.
- - **Sonstige Zwangsgedanken:** unbeeinflussbarer Drang, bestimmte Dinge wissen oder ändern zu müssen; abergläubische Befürchtungen; Furcht, bestimmte Dinge zu sagen, zu verlieren, zu tun, zu unterlassen usw.

# Zwangshandlungen

- - **Reinigungs- und Waschwänge:** unablässige Beschäftigung mit der Reinigung von Haushalts- oder anderen Gegenständen; exzessives und ritualisiertes Händewaschen, Duschen, Baden, Zähne putzen, sonstige Körperpflege; andere Maßnahmen, um Kontakt mit Verschmutzung zu vermeiden oder zu beseitigen u. a.
- - **Technische Kontrollzwänge:** Kontrollieren von Schlössern, Herd, Elektrogeräten, Türen, Fenstern, Wasserhähnen, Steckdosen usw.
- - **Psychosoziale Kontrollzwänge:** Kontrollieren, ob man keinen Fehler gemacht hat; ob nichts Schreckliches passiert ist oder passieren wird; ob man sich selbst verletzt hat; ob man andere Menschen verletzt hat (Vorsichtsmaßnahmen ergreifen, dass dies nicht passieren kann) usw.
- - **Wiederholungszwänge:** mehrmaliges Lesen, Rechnen, Schreiben; mehrmaliges Handeln: durch die Tür hinein- und hinausgehen, sich auf den Stuhl setzen und aufstehen (möglichst noch nach bestimmten Ritualen ablaufend), Schuhe abputzen, Hände abtrocknen usw.
- - **Zählzwänge:** zuerst einfach, dann immer komplizierter und damit zeitaufwendiger, zermürbender, beängstigender, hoffnungsloser.
- - **Ordnungszwänge:** alles und jedes, was sich irgendwie nach Zahl, Richtung, Anordnung usw. ordnen lässt: Kleider, Wäsche, Bücher, Werkzeug, Büromaterial, Geräte von Garage, Dachboden, Keller usw.
- - **Sammel- und Aufbewahrungszwänge:** alles, was sich einigermaßen geordnet und überschaubar horten lässt.
- - **Sonstige Zwangshandlungen:** gedankliche Rituale (außer Kontrollieren, Zählen usw.) wie Gebete, Gedichte, sonstige Texte im Kopf aufsagen, Melodien nachsummen usw.; exzessives Erstellen von Listen über Alltagsdinge; unbeeinflussbarer Drang zu Reden, Fragen oder Bekennen; Rituale, wie Blinzeln oder Anstarren; Haare ausreißen; Drang, Dinge anzutippen, anzufassen, anzuklopfen, zu reiben, anzupusten, anzustoßen, draufzutreten, zu überspringen

# Therapie

- Die besten Erfolge hat man bei einer Zwangsstörung durch einen sogenannten Gesamt-Behandlungsplan, also die Kombination aus Psychotherapie, Pharmakotherapie, Familienberatung und Selbstmanagement.

Danke für Ihre Aufmerksamkeit