

## Ansprechpartner und Anmeldung

### Ansprechpartner für die Spezialsprechstunde:

Dipl.-Psych. **Karsten Hollmann**  
Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut

### Terminvereinbarung:

Wenden Sie sich bitte telefonisch an die  
Ambulanz unserer Abteilung:

Tel. 07071 29-82338

## Studien

Wir suchen fortlaufend Teilnehmer für unsere  
Studien:

### Studie zur internetbasierten Therapie von Kindern & Jugendlichen mit Zwangsstörung

Therapiestudie Tübingen/Köln:

Zwangsstörungen  
Therapie von  
zu Hause aus

Noch Studienteilnehmer gesucht!



<http://www.medizin.uni-tuebingen.de/Patienten/Therapie+bei+Zw%C3%A4ngen.html>

## Adresse / Lageplan

Universitätsklinikum Tübingen

Ambulanz der Abteilung für Psychiatrie,  
Psychosomatik und Psychotherapie im Kindes-  
und Jugendalter

Osianderstraße 14, Gebäude 210  
72076 Tübingen

Tel. 07071 29-82338

Fax: 07071 29-25146

E-Mail: [ppkj@med.uni-tuebingen.de](mailto:ppkj@med.uni-tuebingen.de)

## Lageplan



## Abteilung für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter



## Spezialsprechstunde Zwangsstörungen für Kinder und Jugendliche



## Was bietet die Spezialsprechstunde?

- Durchführung einer klinischen Diagnostik um abzuklären, ob eine Zwangsstörung vorliegt
- Aufklärung über die Erkrankung
- Erläuterung von Faktoren, die bei der Entstehung und Aufrechterhaltung eine Rolle spielen können
- Beratung wie Eltern ihr Kind gegen die Zwänge unterstützen können
- Psychotherapeutische Behandlung in Form einer Kognitiven Verhaltenstherapie



Frühzeitige Elternberatung ist von hoher Bedeutung und kann Entlastung bringen

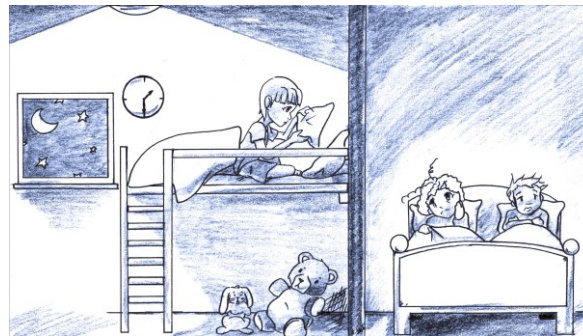
## Was ist eine Zwangsstörung?

Eine seelische Erkrankung, für die folgende Merkmale typisch sind:

- **Zwangsgedanken** sind immer wiederkehrende quälende Gedanken (z. B. Sorge sich mit einer Krankheit anzustecken), die sich auch mit großer Anstrengung kaum oder gar nicht bei Seite schieben lassen. Diese Gedanken lösen unangenehme Gefühle wie z. B. Angst aus.
- **Zwangshandlungen** sind ritualisierte Handlungen (bspw. Händewaschen), die sehr häufig hintereinander wiederholt werden müssen und oftmals viel Zeit in Anspruch nehmen.

## Therapie

Für die Behandlung von Zwangsstörungen hat sich die **Kognitive Verhaltenstherapie mit Expositionsübungen** als besonders wirksam erwiesen.



Durch stundelange Kontrollhandlungen wird die gesamte Familie wachgehalten

## Frühzeitige Diagnosestellung und Behandlung sind wichtig...

... denn die Früherkennung und der frühe Behandlungsbeginn begünstigen einen Therapieerfolg.

Oft verzögert sich der Behandlungsbeginn jedoch um viele Monate. Ein Grund: betroffene Kinder und Jugendliche schämen sich, über ihre Zwänge zu sprechen. Dies geschieht oft aus der Sorge heraus, von anderen nicht verstanden oder gar für „verrückt“ gehalten zu werden.

## Hier setzt die Spezialsprechstunde an:

Je mehr man über die Erkrankung weiß, umso leichter fällt es, über seine Zwänge zu sprechen und umso eher ist man bereit, sich auf eine Behandlung einzulassen.



Mit Rückgang der Zwänge bleibt wieder Zeit für Hobbies und Freunde