

Dr. phil. Hermann Wendt, Dipl. – Psych.

Ausbildungsleiter

Kölner Lehrinstitut für Verhaltenstherapie - KLVT

Funktionale Bedingungsmodelle Am Beispiel der Depression

1. Diagnose nach ICD – 10 F
2. Funktionale Bedingungsmodelle
3. Verhaltenstherapeutische Methoden

Köln/Berlin im August 2004

1. Mögliche Diagnosen der Depression

1.1. Affektive Störungen ICD-10 F3

Früher: gemischt teils neurotische, teils psychotische Depression:

1.1.1. depressive Episode ICD-10 F32

1.1.2. rezidivierende depressive Störung ICD-10 F33

1.1.3. Dysthymia ICD-10 F 34.1

1.2. Neurotische -, Belastungs- und somatoforme Stör. ICD-10 F4

1.2.1. Andere Angststörungen ICD-10 F41

Früher: neurotische Depression:

1.2.1.1. Angst und depressive Störung gemischt ICD-10 F41.2

Früher: neurotische Depression:

1.2.1.2. Zwangsstörungen ICD-10 F42: F42.0 – F42.9 (wenn Zwang und Depressionen gemischt in der primären Symptomatik)

1.2.3. Reaktionen auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen ICD-10 F 43

Früher: reaktive Depression:

1.2.3.1. akute Belastungsreaktion ICD-10 F43.0

Früher: reaktive Depression:

1.2.3.2. posttraumatische Belastungsstörung ICD-10 F43.1

Früher: reaktive Depression:

1.2.3.3. Anpassungsstörung ICD-10 F43.2

1.2.4. Somatoforme Störungen ICD-10 F45

Früher: larvierte Depression:

1.2.4.1. Somatisierungsstörung ICD-10 F45.0

Früher: larvierte Depression:

1.2.4.2. Hypochondrische Störung ICD-10 F45.2

1.3. Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen ICD-10 F6

Kommentar des Autors: es ist nicht einzusehen, weshalb es nicht auch eine **depressive Persönlichkeitsstörung** geben sollte im ICD-10. Wahrscheinlich ist sie transformiert zu

1.3.1. Spezifische Persönlichkeitsstörungen ICD-10 F60

1.3.1.1. ängstliche (vermeidende) Persönlichkeitsstörung F60.6

1.3.1.2. abhängige (asthenische) Persönlichkeitsstörung F.60.7

2. Mögliche Modelle der Funktionalen Bedingungsanalyse

Grundvoraussetzungen: Theorie des Klassischen Konditionierens von Pawlow; Theorie des Operanten Konditionierens von Skinner plus sogenannte Kanfer-Formel; 2-Faktoren-Theorie von Mowrer; Kontinuitätsannahme von Mahoney.

Es folgen 3 Funktionale Bedingungsmodelle mit Beispielen:

Modell und Beispiel Nr. 1

Die Depression als Folge deprimierender Lebensereignisse im Sinne von Belastungen und Anpassungskrisen und

als Folge kranker Selbstheilungsversuche (wie z. B. Drogen, Alkohol, sexuelle Exzesse, Überarbeitung /Workaholism u. v. a. m.) durch Vermeidung der Trauer- und Schmerzreaktion mit am Ende verdoppelten Depressionen, meist mit anderen symptomatischen Folgen wie z. B. psychosomatischen Beschwerden!

Faktor 1 = Klassische Konditionierung:

- UCS = Trauerfall, Schicksalsschlag, Unfall/Erkrankung**
- UCR = Trauer, Schmerz (Depressionen)**
- CS = Gedanken und Erinnerungen an Trauerfall, Schicksalsschlag, Unfall oder Erkrankung
Erwartungen und Befürchtungen, dass erneut etwas Schreckliches wie ein Schicksalsschlag usw. passieren könnte**
- CR = Trauer, Schmerz („Erwartungs-Depressionen“)**

Faktor 2 = Operante Konditionierung:

- SD = Immer wenn CS + CR: Immer wenn Erinnerungen und/oder Befürchtungen an Bzw. vor Schicksalsschlägen, Unfällen und Krankheiten und andere traurige Anlässe auftreten**
- O = unbekannt / meist irrelevant**
- R = dann tritt Vermeidung ein (Trauer und Schmerz werden vermieden durch z. B. Ablenkung durch Überarbeitung/Workaholism, Betäubung von Gefühlen mit Alkohol und Drogen, Flucht in Illusionen oder Unterdrückung der Gefühle ganz generell durch Verkrampfung).**
- K = unbekannt / meist irrelevant**
- C = C_{kurzfristig} = ~~C~~ = Ablenkung von Trauer + Verzweiflung
C_{langfristig} = C- = Psychosomatische Beschwerden als Folge und „Preis“ der Gefühlsunterdrückung mit weiterschwellenden sich multiplizierenden Depressionen**

Modell und Beispiel Nr. 2

Die Depression als Folge von Reiz- und Belohnungsverarmung (Verstärkerverlust) aufgrund einer anfänglichen Angsterkrankung mit progressiv perfektionierter Angstvermeidung!

Faktor 1 = Klassische Konditionierung:

- UCS** = **Gefahr** durch Ängstigendes und Bedrohliches, Beschämendes und Schändliches, Ekliges und Übelkeitserregendes, Schmerzliches, Trauriges und Herzerreissendes
- UCR** = **Angst** vor Gefahr durch Ängstigendes und Bedrohliches, Beschämendes und Schändliches, Ekliges und Übelkeitserregendes, Schmerzliches, Trauriges und Herzerreissendes
- CS 1** = **Situationen und Orte** (z. B. Geselligkeiten, andere Menschen, Draußensein/von zu Hause weg sein („**Agora**“), Entscheidungen treffen, Selbstbehauptung: Konflikte austragen, aggressiv sein)
- CR 1** = **Angst/Phobie** wie bei UCR (häufig als Agoraphobie)
- CS 2** = **Gedanken und Erinnerungen** an Gefährliches, Beschämendes, Ekliges und Schmerzliches (kognitive Repräsentation des UCS)
- CR 2** = **Angst** wie bei UCR (sogenannte Erwartungsangst)

Faktor 2 = Operante Konditionierung:

- S_D** = **Immer wenn Gefahr droht (= UCS + UCR oder CS + CR)**
- O** = **Meistens irrelevant, manchmal relevant:** z.B. bei schwächlicher Konstitution, Körperlicher Behinderung, Zugehörigkeit zu einer Ethnischen Minderheit
- R** = **dann tritt Vermeidung ein** (z.B. Flucht in Illusionen, Entscheidungen Vermeiden, Betäuben mit Drogen und Alkohol, abergläubische/zwanghafte Rituale, Überarbeiten/Workaholism, sexuelle Exzesse, Isolation zu Hause)
- K** = **Irrelevant** (meist Mischung von kontinuierlichem intermittierendem Verstärkungsplan = Kontingenzenz)
- C** = **C_{kurzfristig} = C₋ = Angstanfall, Blamage, Scham und Schande, Ekel Und Übelkeit, Schmerz, Trauer und Herzeleid, konnten erfolgreich vermieden werden.**

C_{langfristig} = C₋ = Depressionen als Folge Reizverarmung und Reizverlust (= C₊)

**Darin : UCS = Reizverarmung/-verlust
UCR = Depression**

Modell und Beispiel Nr. 3

Die Depression als Folge von Aggressionsunterdrückung: die erweiterte Frustrations-Aggressions-Hypothese von Dollard & Miller zur : Frustrations-Aggressions-Angst-Depressions-Hypothese!

Faktor 1 = Klassische Konditionierung

UCS = Frustration primärer und sekundärer Bedürfnisse aller Art

UCR = Aggression/Aggressivität

CS = Gedanken an Frustration: Erinnerungen und Erwartungen

CR = Aggression/Aggressivität

CR = CS = Aggression/Aggressivität

CR = Angst durch frühere Konditionierung, wenn im Rahmen der Erziehung Aggressionen und Aggressivität bestraft wurden und Nunmehr klassisch konditioniert Angst vor Strafe auslösen:

UCS = Strafe

UCR = Angst vor Strafe

CS = Aggression/Aggressivität

CR = Angst vor Strafe

Faktor 2 = Operante Konditionierung

S_D = CS + CR = Immer nach Frustration, Aggression und reflexhaft ausgelöster Angst vor Strafe

O = unbekannt / meist irrelevant

R = aktive Unterdrückung und Hemmung von aggressiven Gefühlen und Handlungen (mit den klassischen Mitteln der Gefühlsunterdrückung wie z. B. Atemunterdrückung und Muskel-Verspannung)

K = Kontingenz-/ Verstärkungsplan: meist unbekannt und irrelevant

C = C_{kurzfristig} = C⁻ = Vermeidung von Angst, Vermeidung von Strafe und Konflikten

**C = C_{langfristig} = C⁻ = Scham, Ärger, Reue. Resignation und ein Fortbestehen unterschwelliger Frustration und Aggression/Aggressivität
= Depressionen**

3. Mögliche verhaltenstherapeutische Methoden

Auf der Basis der Überlegung, dass die Depressionssymptomatik eine Reflex - Symptomatik darstellt und dass eine Reflex-Symptomatik vorrangig oder gar ausschließlich nur mit einer **Reflextherapie** (s.u., 3.1. und 3.2.) behandelt werden kann (vgl. dazu Manuskript Dr. H. Wendt).

5 Thesen zur Verhaltenstherapie, 2004, 5. These).

Ausnahme: wenn operante Reaktionen des Patienten, d.h. Flucht- und Vermeidungsreaktionen, zu Reiz - und Belohnungsverarmung führen und damit zur Depression, dann müssen auch diese operanten Vermeidungen in die Gesamtbehandlung miteingeschlossen und modifiziert werden.

Dazu wiederum bedarf es genuin operanter Konditionierungsmethoden (s.u., 3.3).

Verfahren auf Basis der klassischen Konditionierung /Reflextherapie:

- 3.1 Konfrontationstherapie/Expositionstherapie: z.B. Bereavement Therapy nach Ramsay; Systematische Desensibilisierung (auf Trauerschmerz) nach Wolpe**
- 3.2 Reiztherapie: Emotionstherapie nach Ramsay; Provokative Therapie nach Fry; Farelli; Gegenkonditionierung mit therapeutischem Humor nach Wendt; M&P – Technik nach Beck**

Verfahren auf Basis der Operanten Konditionierung

- 3.3 Aktivierungstherapie nach Beck; Würfler – Therapie nach Wendt; Contract Management nach Kanfer; Selbstsicherheitstraining nach Ullrich & Ullrich de Muynck; Selbstinstruktionstraining nach Meichenbaum**