



In-Albon · Plener · Brunner · Kaess



Ratgeber

Selbstverletzendes Verhalten

Informationen für Betroffene,
Eltern, Lehrer und Erzieher

HOGREFE



berichtete, dass sie sich häufig selbst verletze, nachdem sie sich mit jemandem gestritten habe. Manchmal werde das selbstverletzende Verhalten auch dadurch ausgelöst, dass sie von jemandem komisch angeschaut oder angelacht werde. Sie habe sich auch schon selbst verletzt, um keinen Suizidversuch zu begehen. Sie fühle sich durch das selbstverletzende Verhalten sowohl zu Hause als auch im Kontakt mit Freunden beeinträchtigt, da sie die Wunden verstecken müsse.

Die 16-jährige *Eva* berichtete, sich seit dem 11. Lebensjahr regelmäßig selbst zu verletzen, indem sie sich in die Arme und Beine schneide und ritze. Das Ritzen helfe ihr, sich selbst wieder zu spüren, nachdem sie mit ihren Familienmitgliedern gestritten habe

und deswegen das Gefühl habe, nichts wert zu sein. Eva beschrieb starke Gefühle von Traurigkeit, Wut gegenüber allem und Anspannung zu empfinden, bevor sie sich selbst verletze. Sie mache sich zudem Selbstvorwürfe und habe einen starken Leidensdruck wegen den Streitereien und dem Gefühl, nicht zu existieren. Den Drang zum selbstverletzenden Verhalten beschrieb Eva als sehr stark und sehr oft. Während der Durchführung des selbstverletzenden Verhaltens empfinde sie eine kurzfristige Erleichterung von negativen Gefühlen, welche jedoch nicht lange anhalte. Sehr oft führe ein familiärer Streit zum selbstverletzenden Verhalten. Eva berichtete, sich aufgrund des selbstverletzenden Verhaltens zu Hause wie auch in der Schule und in ihrer Freizeit stark beeinträchtigt zu

fühlen und darunter zu leiden. Sie wünsche sich Hilfe und sei deshalb in die Klinik gekommen.

Der 14-jährige *Mike* berichtete, dass er selbstverletzendes Verhalten „zufällig“ für sich entdeckt habe. Vor ca. 2 Jahren habe er gemerkt, dass es sich gut anfühle, wenn er Wunden immer wieder öffne. Vor einem Jahr habe er^[10] damit begonnen, immer dann, wenn er sich sehr wütend fühle, solange mit der rechten Faust auf Wände zu schlagen, bis die Haut aufplatzt und es blutet. Im vergangenen Jahr sei er bereits zweimal wegen gebrochener Mittelhandknochen medizinisch versorgt worden. Den behandelnden Ärzten und seiner Familie, die von seinem selbstverletzenden Verhalten nichts wisse, habe er erzählt, dass die Unfälle

von Skateboard-Stürzen stammen. Als es in der Schule zu einem Konflikt mit seinen Freunden gekommen sei, habe Mike in der Umkleidekabine auf die Wand eingeschlagen, bis diese ebenfalls blutig war. Der zufällig dazukommende Sportlehrer habe Mike entdeckt und ihn zum Beratungslehrer gebracht.

[11] **2 Was versteht man unter selbstverletzendem Verhalten?**

Unter selbstverletzendem Verhalten (der Fachbegriff lautet: Nichtsuizidales selbstverletzendes Verhalten – NSSV) versteht man eine absichtliche, direkte Zerstörung oder Veränderung des Körpergewebes ohne suizidale Absicht. Das Verhalten ist sozial nicht akzeptiert und führt zu kleinen oder moderaten Schädigungen der Haut.

Wichtig an dieser Definition ist, dass die