

Anlaufstellen

Schoolworker/innen im Landkreis Saarlouis
direkt an der Schule erreichbar

Schulpsychologischer Dienst des Landkreises Saarlouis
Professor-Notton-Straße 5, 66740 Saarlouis
Telefon: 06831/444 450

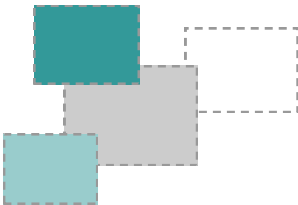
**Kinder- und Jugendärztlicher Dienst
Gesundheitsamt des Landkreises Saarlouis**
Choisyring 5, 66740 Saarlouis
Telefon: 06831/444 700

Der/ die zuständige Kinder- und Jugendarzt/-ärztin

**Niedergelassene Kinder- und JugendpsychiaterInnen
und Kinder- und JugendpsychotherapeutInnen**

Erziehungsberatungsstellen

**SHG-Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/
-psychotherapie** (zuständig für die Landkreise Saarlouis,
Merzig-Wadern, St. Wendel, für den Regionalverband Saar-
brücken und für die Landeshauptstadt Saarbrücken)
Spezialambulanz Borderline/ Traumatisierung
Waldstraße 40, 66271 Kleinblittersdorf
Telefon: 06805/92820
Email: sekr.kjp@sb.shg-kliniken.de



Literatur

- Hagenhoff, B. (2007). Umgang mit selbstverletzendem Verhalten bei Kindern und Jugendlichen. Schulpsychologische Beratung Landeshauptstadt Düsseldorf.
- Möhler, E. (2009). „Rote Tränen“ - Fachtagung zum Umgang mit selbstverletzendem Verhalten an Schulen im Landratsamt Saarlouis

SOS

„Ich kratze, solange ich denken kann,
oft bis es blutet. Ist mein Druck zu
stark, [...], sehe ich plötzlich die Schere
und bin wie hypnotisiert. Wenn ich dann
blute, bin ich wieder ich. Schau einfach
zu, wie das Blut sich seinen Weg bahnt.
Dann geht es mir besser. Druck, Wut,
Angst und Schuldgefühle sinken auf ein
erträgliches Maß.“

SOS

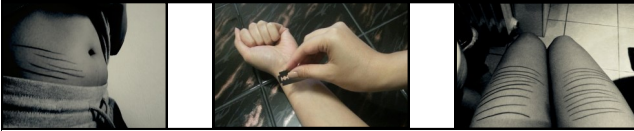
Umgang mit selbstverletzendem Verhalten bei Kindern und Jugendlichen



**SHG-Kliniken für Kinder- und Jugend-
psychiatrie**



**Kinder- und Jugendärztlicher Dienst
Schoolworker/innen
Schulpsychologischer Dienst**



Selbstverletzendes Verhalten—Was ist das? Wer ist betroffen?

Man spricht von selbstverletzendem Verhalten (SVV), wenn eine Person sich selbst Verletzungen zufügt. Diese Verletzungen sind direkt und aktiv und erfolgen meistens wiederholt.

Selbstverletzendes Verhalten liegt u.a. im Zusammenhang mit Erkrankungen wie Essstörungen, Süchten, Depressionen oder der Borderline-Persönlichkeitsentwicklung vor. Es könnte sich jedoch auch um alterstypisches Experimentieren mit Selbstverletzung oder um eine akute Belastungsreaktion handeln. Eine zeitnahe professionelle Abklärung ist unbedingt zu empfehlen.

Der Zeitpunkt der ersten Selbstverletzung liegt häufig im Jugend- und im frühen Erwachsenenalter. Besonders ab dem 12./13. Lebensjahr nehmen Selbstverletzungen zu. Häufigkeit und Schweregrad des selbstverletzenden Verhaltens können sich im Laufe der Zeit verändern oder steigern.

Generell sind Mädchen und junge Frauen stärker betroffen als Jungen und junge Männer. Allerdings sind bei männlichen Betroffenen häufiger so genannte Risikoverhaltensweisen vorzufinden, die meist als „Mutprobe“ wie z.B. hochriskantes Verhalten im Straßenverkehr o.ä. fehl interpretiert werden, bei denen es sich aber eigentlich um selbstverletzendes Verhalten handelt.



Mögliche Auslöser von selbstverletzendem Verhalten

Häufig ist die Bedeutung der Auslöser für die Betroffenen von Außenstehenden nur schwer nachzuvollziehen.

Innere Auslöser:

- Liebeskummer
- Gefühl nicht akzeptiert/gemocht zu werden
- niedriges Selbstwertgefühl
- Gefühl der Leere
- Versagensängste
- Gefühl der Isolation oder des Unverstandenseins

Äußere Auslöser:

- Konflikte mit wichtigen Bezugspersonen
- schlechte Schulnoten
- Trennungssituationen
- Veränderungen innerhalb der Familie
- Tod eines geliebten Menschen

Weitere Auslöser können subjektiv erlebtes Versagen oder subjektiv nicht erfüllte Ansprüche sein. Betroffene berichten häufig von Gedanken wie „Ich bin nicht gut genug.“ oder „Ich bin sowieso allen egal.“, die sie häufig nicht mehr loslassen. Durch solche Gedanken wird bei Betroffenen ein starker psychischer Druck erzeugt, dem die Jugendlichen versuchen durch Selbstverletzung entgegenzuwirken, weil ihnen gesunde Handlungsalternativen fehlen. Diese können im Rahmen von therapeutischer Behandlung erlernt werden.



Unterschiedliche Formen von selbstverletzendem Verhalten

- „Ritzen oder „Schneiden“ an allen möglichen Körperstellen
- sich selbst schlagen, kratzen oder Wunden nicht abheilen lassen
- Schlagen des Kopfes gegen harte Oberflächen
- extrem heiß duschen
- sich selbst beißen
- sich selbst Brandwunden zufügen

Empfehlungen im Umgang mit selbstverletzendem Verhalten

- Versuchen Sie Vorwürfe, Schuldzuweisungen, Beschimpfungen und Strafen zu vermeiden.
- Zeigen Sie den Betroffenen, dass Sie sich um sie sorgen und sie ernst nehmen.
- Führen Sie zunächst ein Gespräch mit Fachleuten und lassen Sie sich beraten.
- Suchen Sie in akuten Krisensituationen professionelle Hilfe (s. Anlaufstellen).

