

UPK

**Universitäre
Psychiatrische Kliniken**
Basel

Ihr wollt die Wunden nicht sehen...

Wenn Jugendliche sich selbst verletzen

(Auszüge)

JUNGE MENSCHEN STÄRKEN
Vortragsreihe LÖRRACH 2015

Dr. Frank Köhnlein, 04.03.2015
Oberarzt, Kinder- und Jugendpsychiatrische Klinik Basel



SELBSTVERLETZUNG

UMGANG MIT SELBSTVERLETZENDEN JUGENDLICHEN

Woran erkennen?

- Häufige Narben und Schrammen, Schnitte, Verbrennungen
- Unpassende Kleidung, um Wunden zu verdecken (Pulswärmer im Sommer)
- Viel Zeit auf der Toilette oder an isolierten Orten
- Anderes Risikoverhalten (Promiskuität etc.)
- Essstörungen oder Substanzmissbrauch
- Zeichen für Depression oder soziale Isolation
- Besitz scharfer Gegenstände (Rasierklingen, Messer)
- Zeichnungen oder Gedichte über SSV



SELBSTVERLETZUNG

UMGANG MIT SELBSTVERLETZENDEN JUGENDLICHEN



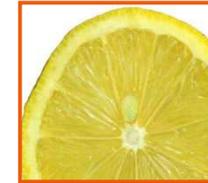
SELBSTVERLETZUNG

UMGANG MIT SELBSTVERLETZENDEN JUGENDLICHEN

Verhinderung von Selbstverletzungshandlungen

Mögliche Alternativen zur Selbstverletzung

- › Gefühle analysieren
- › Symbolisierung der Selbstverletzungshandlung (z. B. Henna)
- › Erzeugen körperlicher Sensationen
- › Abreagieren wütender, aggressiver Affekte
- › Tröstung, Beruhigung, Besänftigung
- › Bewußte Ablenkung (Gameboy, Musik u. a.)



SELBSTVERLETZUNG

UMGANG MIT SELBSTVERLETZENDEN JUGENDLICHEN

Was hilft?

- > Ansprechen
- > Sachliche, emotional neutrale Gesprächsatmosphäre und Haltung
- > Zeit einräumen
- > Vermitteln, dass man sich kümmert
- > Ausmaß eruieren (Wunden zeigen lassen bzw. auf ärztliche Konsultation drängen)
- > Fragen nach Anlass der Krise oder Notlage (keine vertiefte Exploration)
- > SSV ist ein Weg, mit einer Krise / mit Schmerz umzugehen
- > Ich akzeptiere dich, aber das Selbstverletzungsverhalten akzeptiere ich nicht
- > Containment, Raum für Aggression geben
- > Bedürfnisse wahrnehmen und erfragen
- > Wortwahl des Jugendlichen verwenden
- > Gefährliche Gegenstände abgeben lassen (symbolisch!)
- > Eigene Gefühle wahrnehmen (worauf weisen sie hin? Angst? Unsicherheit? Ärger?)



SELBSTVERLETZUNG

UMGANG MIT SELBSTVERLETZENDEN JUGENDLICHEN

Hilfreiche Fragen für die professionelle Anamnese?

- › Hast du dich schon öfters selbstverletzt?
- › Jugendliche, die sich selbst verletzen, haben dafür meist einen Grund. Wie ist das bei dir? Wobei hilft es dir? Was macht es für dich?
- › Wie fühlst du dich, bevor du dich selbst verletzst?
- › Wie geht es dir danach?
- › Wer weiss von deinem selbstverletzenden Verhalten?



SELBSTVERLETZUNG

UMGANG MIT SELBSTVERLETZENDEN JUGENDLICHEN

Was hilft **nicht**?

- › Aktionismus
- › Panik, Schock, Ablehnung
- › Aggressive Gegenübertragung
- › Witze und Scherze
- › Vorschnelle Tröstung
- › Ermahnung und Ultimaten
- › Belehrung, Ratschläge
- › Ethisches Beurteilen und kommentierende Wertmaßstäbe
- › Argumentieren und Analysieren
- › Objektivierende Distanz
- › Genesungsdruck
- › Bestrafung und unangenehme Reize (tlw. aber auch sinnvoll)
- › Alleine-Lassen (Merke: alleine-lassen erst wenn man sich selbst sicher fühlt)



SELBSTVERLETZUNG

UMGANG MIT SELBSTVERLETZENDEN JUGENDLICHEN

Wann braucht es professionelle Hilfe / Klinik?

- › Unbekannte/-r Jugendliche/-r
- › Bezugspersonen (i. d. R. Eltern) nicht erreichbar
- › Alkoholisierung, andere Intoxikationen
- › Hinweise auf Suizidalität / Unsicherheit
- › schwere Selbstverletzung, hohe Frequenz
- › Wille des / der Jugendlichen oder seiner / ihrer Eltern
- › Kein sicherer Ort
- › Notwendigkeit einer Milieuveränderung



10 MERKSÄTZE

SELBSTVERLETZUNGSVERHALTEN

1. Es gibt **verschiedenen Formen des Selbstverletzungsverhaltens**; am häufigsten ist das Schneiden mit Gegenständen – am häufigsten am Arm
2. Selbstverletzendes Verhalten bei Kindern und Jugendlichen ist **häufig** (bis zu 10% der Jungen, bis zu 20% der Mädchen)
3. Die **Zahl** selbstverletzender Menschen **nimmt möglicherweise zu**
4. Die Selbstverletzung geschieht nicht selten in einer Art Trance
5. Selbstverletzung ist vielfach ein **Schutz vor Suizid**
6. Selbstverletzungsverhalten ist „**ansteckend**“, so dass es zu regelrechten „Epidemien“ kommen kann (Schulklassen, Stationen)
7. **Psychisch kranke** Kinder und Jugendliche haben ein deutlich **höheres Risiko für Selbstverletzungsverhalten**
8. Immer muss abgeklärt werden, wie gross die **Not hinter der Selbstverletzungshandlung** ist – meist gilt dabei: Je gravierender die Selbstverletzung, desto gravierender auch die Not.
9. Neben psychischen Erkrankungen gelten **traumatische Erlebnisse** als Hochrisikofaktoren.
10. Im **Umgang mit selbstverletzenden Menschen** braucht es Ruhe, Aufmerksamkeit, Zeit und klare Vereinbarungen

LITERATUR UND INTERNET

LITERATUR



- › **Plener, Paul L.:** Suizidales Verhalten und nichtsuizidale Selbstverletzungen. (Manuale psychischer Störungen bei Kindern und Jugendlichen.) 1. Aufl. Berlin, Heidelberg, München: Springer 2014, 151 S.



- › **Klosinski, Gunter:** Wenn Kinder Hand an sich legen. Selbsterstörerisches Verhalten bei Kindern und Jugendlichen. München: C. H. Beck'sche Verlagsbuchhandlung (Oscar Beck) 1999 (Beck'sche Reihe; 1283), 144 S.



- › **Levenkron, Steven:** Der Schmerz sitzt tiefer: Selbstverletzung verstehen und überwinden. 6. Auflage. München: Kösel 2001, 304 S.

LITERATUR UND INTERNET

LITERATUR



- › **In-Albon, Tina; Plener, Paul L.; Brunner, Romuald; Kaess, Michael:** Ratgeber Selbstverletzendes Verhalten. Informationen für Betroffene, Eltern, Lehrer und Erzieher. Göttingen: Hogrefe 2015, 51 S.

LITERATUR UND INTERNET

INTERNET

Empfehlenswerte Websites



www.rotetraenen.de



www.svv-info.de



www.rotelinien.de



www.projekt-4s.de



www.selbstverletzung.com



www.vollopfer.ch

Frank Köhnlein
Kinder- und Jugendpsychiatrische Klinik
frank.koehnlein@upkbs.ch

www.vollopfer.ch
www.upkbs.ch

