

SELBSTVERLETZUNG

«Meine Tochter ritzt sich»

Anita G.: «Mit Schrecken habe ich am Unterarm meiner 15-jährigen Tochter Silvia frische Narben entdeckt. Nach längerem Ausweichen gestand sie, sie habe sich geritzt. Ich bin nun sehr beunruhigt. Meine Tochter musste im Säuglingsalter operiert werden. Könnte es da einen Zusammenhang geben?»

Auch wenn das Leben Ihrer Tochter mit grosser Wahrscheinlichkeit momentan nicht direkt gefährdet ist, sind Ihre Sorgen berechtigt. Das Vorkommnis ist ein Hinweis auf eine ernsthafte seelische Störung, die Ihre Tochter belastet. Dass Sie die Narben überhaupt zu Gesicht bekommen haben, könnte auch die Bedeutung eines wortlosen Hilfeschreis haben. Darauf sollten Sie reagieren, indem Sie sich vorerst einmal aktiv, aber ohne Druck und ohne zu werten, für allfällige Probleme, Konflikte, Spannungen und ganz allgemein für die Gefühle Ihrer Tochter interessieren. Offenbar hat sie Vertrauen zu Ihnen, sonst hätte sie die Selbstverletzungen Ihnen gegenüber nicht zugegeben. Suchen Sie also immer wieder das Gespräch.

Eine Art Jugendsubkultur

Ausserdem sollten Sie dafür sorgen, dass Ihre Tochter therapeutische Hilfe bekommt. Der Klassenlehrer kann einen Kontakt zum Schulpsychologen vermitteln – oder Sie suchen einen Jugendtherapeuten mit Privatpraxis. Ziemlich sicher gibt es auch Themen, die Ihre Tochter lieber mit einer neutralen Person als mit der Mutter besprechen möchte. Sie dürfen Silvia auch sagen, dass Sie sich Sorgen machen und ihr deshalb Hilfe vermitteln möchten.

Silvia ist kein Einzelfall. Die Zahl der Jugendlichen, die sich absichtlich mit Rasierklingen, Messern, Scheren oder Zigaretten selbst verletzen, ist in den letzten Jahren stark angestiegen. Fachleute haben den Eindruck, das Phänomen sei ansteckend und entwickle sich zu einer Art Jugendsubkultur. Ohne Zweifel ist es aber mehr als eine oberflächliche Mode.

Bei den meisten Betroffenen steckt seelisches Leiden dahinter. Es ist eine innere Verletztheit, die sich äusserlich zeigt. Der auf das

Thema spezialisierte Psychologe Norbert Hänzli sieht eine ganze Reihe von innerseelischen Funktionen dieser Selbstaggression. Durch die Selbstverletzung lösen sich innere Spannungen. Die Betroffenen erfahren sich dabei als «besonders lebendig» und können so Gefühle der inneren Leere überwinden. Unterdrückte Wut auf andere, die Welt und sich selbst findet in der Autoaggression einen Ausweg.

Da man bei den Selbstverletzungen zugleich Opfer und Täter ist, kann man sowohl das Gefühl haben, einzigartig und mächtig

«Durch die Selbstverletzung erfahren sich Betroffene als «besonders lebendig».»

zu sein, als auch bestraft zu werden. Nach Letzterem besteht oft ein Bedürfnis, weil der suchtartige Charakter der Selbstverletzungen Schuld- und Schamgefühle erzeugt.

In schweren Fällen können die Selbstverletzungen eine Reaktion auf drohenden Ich-Verlust sein und sogar die Funktion haben, eine Selbsttötung zu verhindern, indem unbewusst gewissermassen das kleinere Übel gewählt wird.

Bei Verdacht das Thema ansprechen

Im Vorfeld von schweren Fällen von Autoaggression findet man oft frühkindliche traumatische Erfahrungen: Gewaltübergriffe oder sexuellen Missbrauch. Auch eine schwere Operation wie im Fall von Silvia oder eine frühe Trennung von der Mutter kann die Wahrscheinlichkeit einer solchen Störung erhöhen.

Selbstverletzungen treten erst im Jugendalter auf. Da sie immer Ausdruck eines tiefer liegenden Problems sind, ist es wichtig, das Thema anzusprechen, sobald man Narben sieht und einen Verdacht hat. Da sich die Betroffenen schämen, versuchen sie, die Störung zu verbergen. Es kann ihnen aber nur geholfen werden, wenn sie sich öffnen.

Koni Rohner

INFOS**Buch**

Franz Petermann, Sandra Winkel:
«Selbstverletzendes Verhalten. Erscheinungsformen, Ursachen und Interventionsmöglichkeiten»; Verlag Hogrefe, 2005, 232 Seiten, Fr. 45.90

Internet

Kontakt- und ausführliches Informationsforum für Angehörige von Menschen, die sich selbst verletzen: www.rotelinien.de

Haben Sie psychische oder soziale Probleme?

Schreiben Sie an: Koni Rohner, Beobachter, Postfach 105, 8117 Fällanden

