



Kinder- und Jugend-  
psychiatrie / Psychotherapie  
Universitätsklinikum Ulm

# Erscheinungsformen, Ursachen und Häufigkeit von Selbstverletzendem Verhalten



Paul L. Plener



ajs- Stuttgart



## Überblick

- Geschichte und kulturelle Einflüsse
- Definitionen
- Epidemiologie
- Entstehung
- Literatur
- Diskussion





## **Selbstverletzung- ganz alt**

- **Ältestes literarisches Zeugnis (5. Jhdt. vor Christus) aus Herodot, 6. Buch**
- **Ovid, Metamorphosen, Liber octavus**
- **Oedipus Rex, Sophocles**
- **Catull c. 63, v.x, Attis**
- **Reiche Fundstelle- Bibel**

Favazza 1992, 1998





## Selbstverletzung- ganz alt

- **Religiös motivierte Selbstverletzungen:**
  - **V.a. in Christentum, Islam, auch b. vielen Ureinwohnerstämmen**
    - Die „Wüstenväter“: u. Märtyrer
    - Flagellationen: ab 11. Jhdt.- schon zuvor vielfach im Mittelmeerraum (Attiskult)
    - Verbot am Konzil von Konstanz 1417
    - Bis heute österliche Flagellationen: Philippinen, Mexiko, Südwesten d. USA (Los Hermanos Penitentes de Sangre de Christo)





## Selbstverletzung- ganz neu

- SI- „Prominenz“
  - Amy Winehouse, Angelina Jolie, Marylin Manson, Johnny Depp, Shirley Manson, Christina Ricci, Colin Farrell, Princess Diana, etc.
- SI in Songtexten

Roses in the hospital  
Stub cigarettes out on my arm  
Roses in the hospital  
Want to feel something of value

*Manic Street Preachers,  
'Roses in the Hospital'*

- SI im Internet
  - >400 message boards für Selbstverletzendes Verhalten

Whitlock 2006, [www.self-injury.net](http://www.self-injury.net),





# Selbstverletzendes Verhalten- Internet

BRAVO.de - Dr. Sommer - Eure Fragen - Ritzen: Wie kann ich damit aufhören? - Netscape

http://www.bravo.de/online/tender.php?render=5902

BRAVO.de  
SCREENFUN mit DVD

2096

Dr. Sommer - Eure Fragen  
**EURE FRAGEN**

powered by ob

**Ritzen: Wie kann ich damit aufhören?**

**Herzweib: Ich hab ein riesen Problem! Ich ritze mich und mir fällt es sehr schwer, mit jemandem darüber zu reden!**

**Ist ritzen gefährlich und wo kriege ich Hilfe?**

**Aber ich hab noch ein Problem: Meine Eltern dürfen das nicht wissen - ich will das nämlich nicht!**

Dr.-Sommer-Team: Toll, dass du uns trotzdem geschrieben hast. Auch wenn's dir schwer fällt, über's Ritzen zu reden. Das ist schon dein erster Schritt auf dem Weg damit aufzuhören.

Weißt du denn, warum du dich immer wieder selbst verletzt? Ritzen hat ja seine Ursache meistens in einer

Selbstverletzendes Verhalten (SSV): 90% der Betroffenen sind Mädchen und Frauen!

de.sommer  
» **Stellungen:** [Lern was in unserer Liebesschule!](#)  
» **Petting:** [Gucken und lernen mit LoveSchool!](#)

**PILLE & CO.**  
[Der knifflige Verhütungstest](#)

**TEST**

Wie findest du Selbstbefriedigung?

Naja, macht mich nicht ganz so an.  
...  
 Sowas mach ich nicht.  
 Geile!

NEWSLETTER  
HILFE  
IMPRESSUM  
ARTIKEL  
SUCHEN





- Aber was ist nun eigentlich alles „selbstverletzendes Verhalten“ ?
- und was ist jetzt „suizidales Verhalten“ ?







## Abgrenzung zum Suizid(versuch) III

	<b>Suizid</b>	<b>SVV</b>
<b>Intention</b>	Existenz beenden	Streßabbau, besser fühlen
<b>Lethalität</b>	Hoch, oft med. Behandl.	Niedrig, wenig med. Behandl.
<b>Chronizität</b>	Infrequent	Repetitiv
<b>Methoden</b>	Oft eine Methode	Häufig mehrere Methoden
<b>Kognitionen</b>	Sterben, Suizidale Gedanken	Erleichterung, keine Todesged.
<b>Reaktionen d. Umwelt</b>	Anteilnahme, Besorgnis	Angst, Ekel, Feindseligkeit
<b>Danach</b>	Meist keine Erleichterung	Erleichterung, Beruhigung
<b>Demographie</b>	Am häufigsten ältere Männer	Am häufigsten weibliche Jugendliche
<b>Prävalenz</b>	100/ 100.000 Versuche	~1400/ 100.000





## Definition

- Bewusste, freiwillige und direkte Zerstörung von Körpergewebe,
- ohne suizidale Absicht, die
- sozial nicht akzeptiert ist

INSPIRE Netzwerk (2006), Petermann & Winkel (2005), Lloyd-Richardson et al. 2007



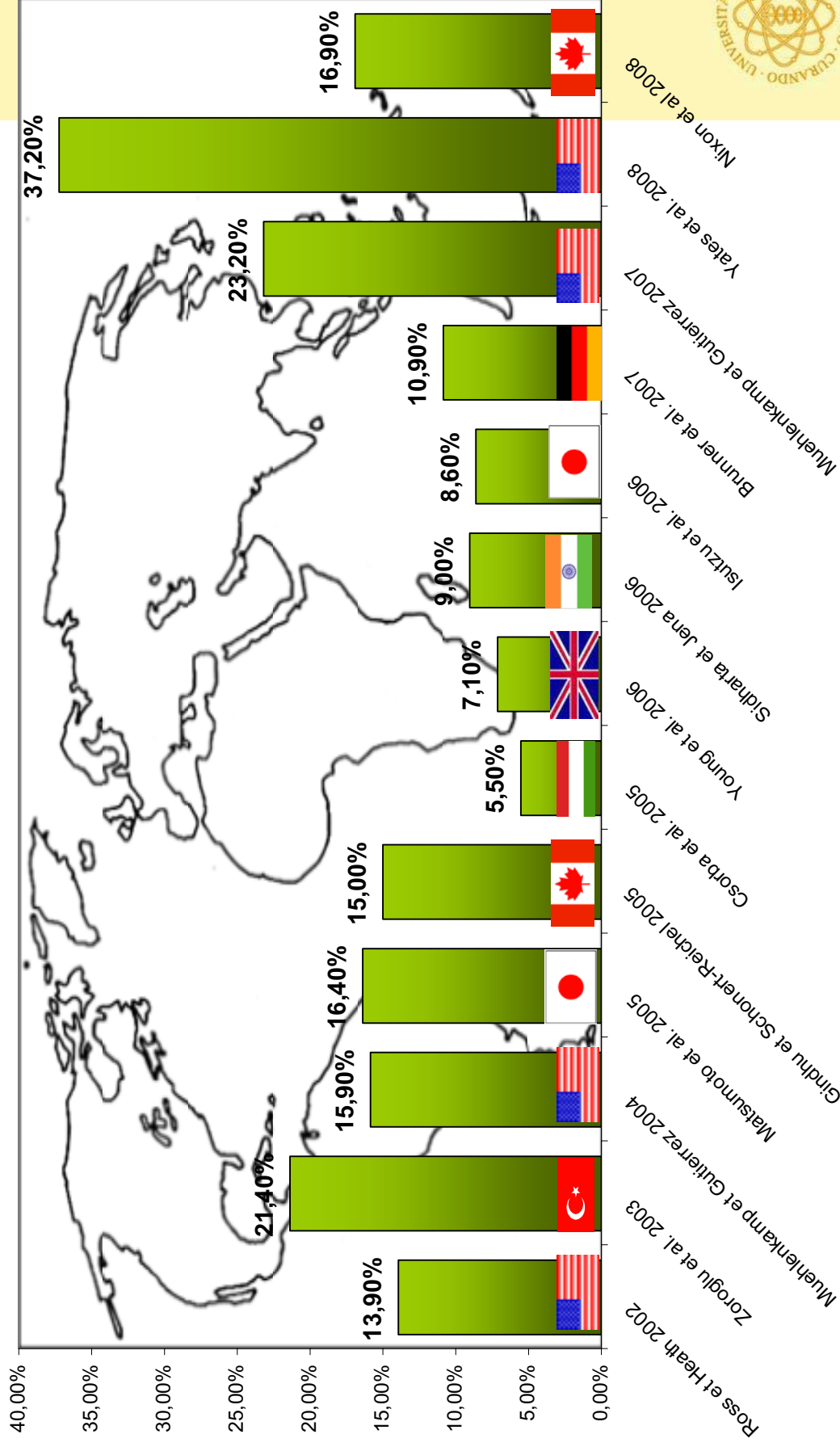


- Wie häufig ist „selbstverletzendes Verhalten“ ?





# Prävalenz- Jugendliche



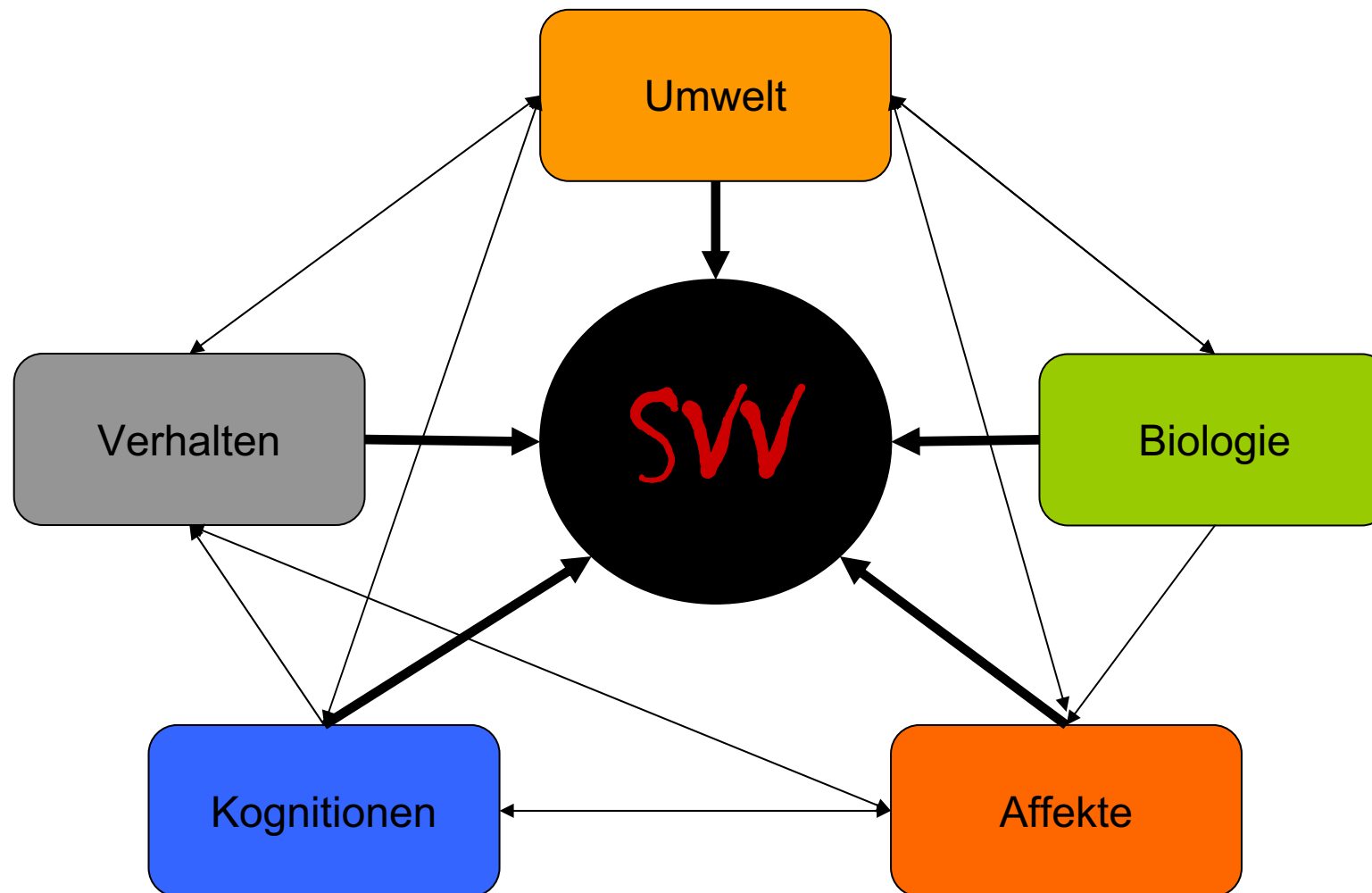


- Wie entsteht  
„selbstverletzendes  
Verhalten“ ?





## Entstehungsbedingungen: Biopsychosoziales Modell





## Risikofaktor Umwelt

Umwelt

- Familienanamnese:
  - psychische Krankheiten, Gewalt, Suizid(versuche), Drogen
- Individuelle Anamnese:
  - Vernachlässigung,
  - Bindungsprobleme,
  - Verlust eines Elternteils,
  - Mißbrauch, Mißhandlung
- Aktuelle aversive Einflüsse:
  - SVV b. peers,
  - Konflikt in der Partnerschaft



## Risikofaktor Umwelt

Umwelt

- Demographisch
  - Jugendlich
  - Weiblich
  - Aus sozioökonomisch schlechten Verhältnissen
  - Homo- od. bisexuell
- Invalidierendes familiäres Umfeld



## Risikofaktor Umwelt

Affektive Erfahrungen der Kinder werden ignoriert, verneint, lächerliche gemacht oder abgelehnt

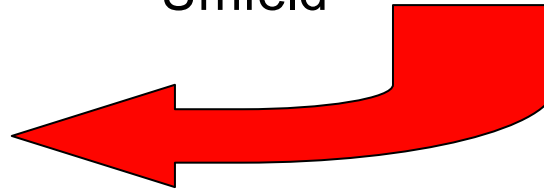
Kinder fragen sich dann, ob ihre Gefühle richtig bzw. vorhanden sind

Nur extreme Gefühle werden wahrgenommen

Resultat:  
emotionale Dysregulation

Linehan 1993

- Invalidierendes familiäres Umfeld





## Risikofaktor (Neuro)biologie

Biologie

- Vulnerabilität vs. Emotionale Dysregulation: Schwierigkeit Emotionen zu kontrollieren
- Ev. Fehlfunktion in Gehirnbereichen f. Gefühlswahrnehmung
- Ev. Fehlfunktion bei Botenstoffen
- Ev. Herabgesetzte Schmerzwahrnehmung





## Risikofaktor (Neuro)biologie

Früher Pubertätsbeginn:  
Risikofaktor, da noch weniger  
kognitive Kontrolle erworben

Impulsives Verhalten durch  
unterschiedliche Reifungsgrade  
verschiedener Hirnregionen:  
das „Hirn als Baustelle“

Patton et al. 2007





## Risikofaktor (Neuro)biologie

Früher Pubertätsbeginn:  
Risikofaktor, da noch weniger  
kognitive Kontrolle erworben

Impulsives Verhalten durch  
unterschiedliche Reifungsgrade  
verschiedener Hirnregionen:  
das „Hirn als Baustelle“

Patton et al. 2007



*„Der durchschnittliche  
Jugendliche  
trifft Entscheidungen,  
die der  
durchschnittliche  
9-jährige für bescheuert  
halten würde“*

R. Dahl





## Risikofaktor (Neuro)biologie

Biologie

- Imagination v. selbstverletzenden Handlungen:
  - Spannungsreduktion durch Vorstellung d. Selbstverletzung
- Unterschiede zw. Probanden mit akutem und vergangenem SVV
- SVV ist direkt belohnend durch sofortige Spannungsreduktion-> Beendigung von SVV nur durch Reduktion der Notwendigkeit zur akuten Spannungsreduktion

Haines et al. 1995, Brain et al. 1998





## Bildgebung bei BPD

### Biologie

- Unterschiede in den Bereichen:
  - Amygdala
  - ACC
  - Hippocampus
  - DLPFC, MPFC, OPFC

Schmahl & Bremner 2006, Schnell & Herpertz 2007,





## Risikofaktor (Neuro)biologie

- Serotonerges System
- Endogene Opioide
- Dopaminerge Dysregulation

Biologie

Roberts (2003), Simeon (1992), Winchel (1991)





## Risikofaktor Kognitionen

### Kognitionen

- Negative Gedanken und Beurteilungen bzg. der Welt („Keiner versteht mich“, „Ich bin ganz allein“)
- Selbst erfundene Gedanken zu SVV („Nur SVV hilft“, „Ich verdiene das“,...)
- Gedanken, Intrusionen, Flashbacks nach Trauma





## Risikofaktor Affekte

Affekte

- Anfällig für häufige intensiv erlebte Emotionen
- Negative Emotionen triggern SVV (v.a.: Wut, Angst, Anspannung, Scham, Trauer,..)
- Emotionen od. Dissoziationen in Verbindung mit Trauma





## Risikofaktor Affekte

Gefühle können nicht  
ausgedrückt werden-

SVV: Ausdruck negativer  
Emotion

größere negative Affektintensität

Keine Differenz in  
Emotionswahrnehmung

ABER

Tendenz Emotionen negativer  
zu bewerten

- Anfällig für häufige,  
intensiv erlebte  
Emotionen
- Negative Emotionen triggern SVV  
(v.a.: Wut, Angst, Anspannung,  
Scham, Trauer,..)
- Emotionen od. Dissoziationen in  
Verbindung mit Trauma

Gratz 2006, Ceumern-Lindenstjerna et al. 2007





## Risikofaktor Verhalten

Verhalten

- Vorläufer v. SVV: Konflikte, Drogengebrauch, Isolation: Reaktion: SVV
- „ritualisierte“ Vorbereitung d. SVV
- Verhalten nach SVV: sich Ausruhen, mit anderen über SVV sprechen, etc.





## Psychiatrische Komorbiditäten

- Depression
- Angststörungen
- Substanzkonsum
- Störungen des Sozialverhaltens
- Eßstörung
- PTSD
- Schizophrenien
- Persönlichkeitsstörungen

Klonsky 2007, Brunner et al. 2007





## Die 7 Funktionen selbstverletzenden Verhaltens

Funktion	Beschreibung
Affektregulation	Um eine akut negative Affektlage zu erleichtern oder als aversives affektives arousal
Anti-Dissoziation	Um dissoziatives Erleben oder Depersonalisationen zu beenden
Anti-Suizid	Um den Impuls sich zu suizidieren zu ersetzen bzw. zu vermeiden oder eine Kompromißbildung zu diesem Impuls zu schaffen
Interpersonelle Beziehungen	Um seine Autonomie zu behaupten oder eine Unterscheidung zwischen einem selbst und den anderen herzustellen
Interpersonelle Beeinflußung	Um bei anderen Hilfe zu suchen oder um andere zu manipulieren
Selbstbestrafung	Um sich selber abzuwerten oder Wut gegen einen selbst auszudrücken
Sensation-seeking	Um Aufregung zu schaffen oder sich aufzuheitern





## Die Verstärker selbstverletzenden Verhaltens

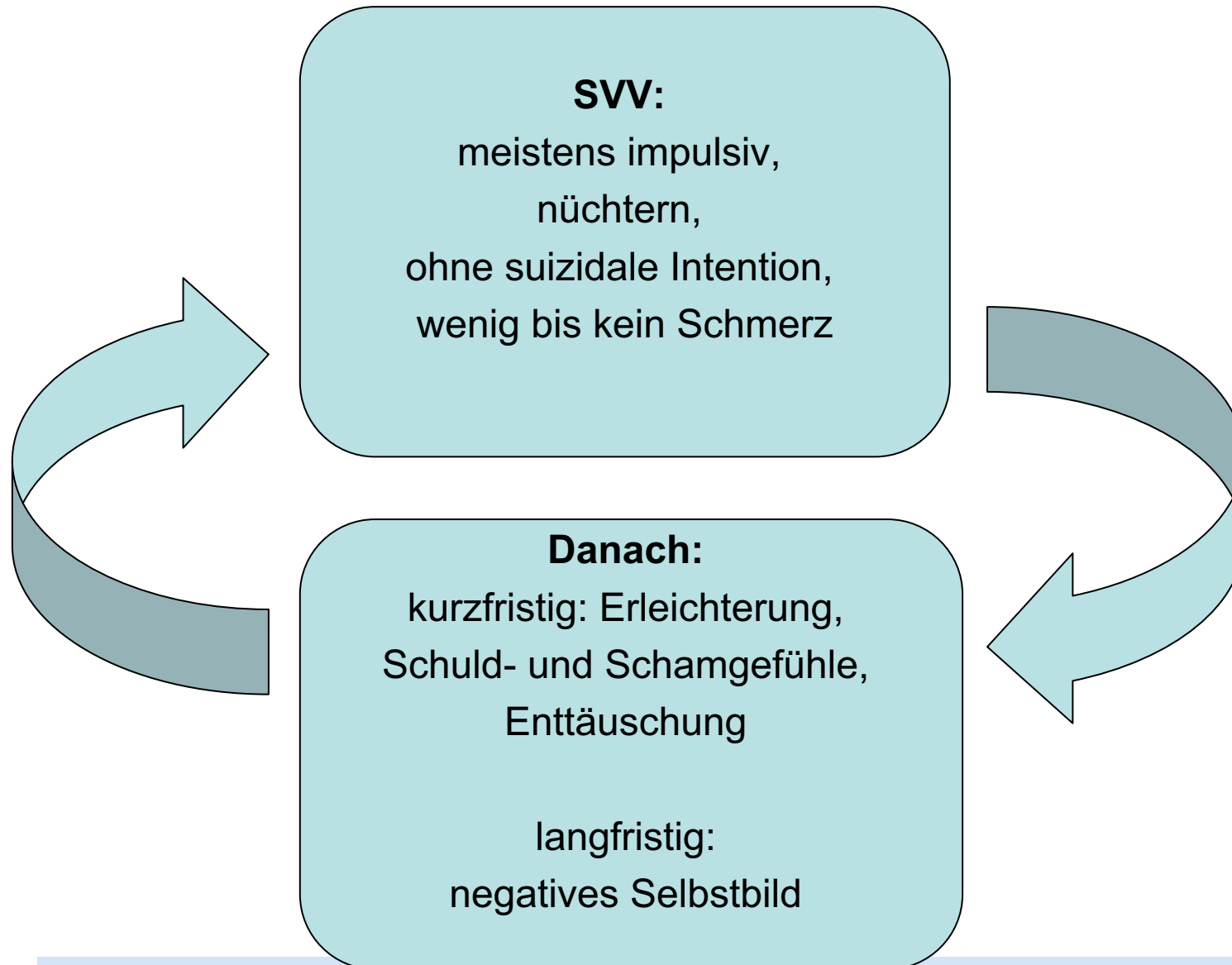
	<b>Automatisch</b>	<b>Sozial</b>
<b>Positive Verstärkung</b>	APR:  Erreichung positiv erlebter Zustände	SPR:  Aufretenswahrscheinlichkeit eines externen Ereignisses erhöhen
<b>Negative Verstärkung</b>	ANR:  Milderung aversiv erlebter Zustände	SNR:  Beeinflussung aversiver externer Umstände

Nock et al. (2007)





## Teufelskreis SVV





## Protective Faktoren

- Sozial/ familiär
  - Familienaktivitäten
  - Unterstützung durch peers
  - Religiöses Engagement
  - Kulturelle Normen
- Psychologisch
  - Optimistische Lebenseinstellung





- Wie erkennt man „selbstverletzendes Verhalten“ ?





## SVV- Warnsignale I

- Häufige nicht erklärbare Narben, Schnitte, Verbrennungen, Hämatome od. gebrochene Knochen (v.a. an Armen, Hüfte, Bauch)
- Unangemessene Kleidung (z.B.: Pullover bei 30 Grad im Schatten)
- Weigerung sich öffentlich umzuziehen (Turnunterricht, Schwimmen,...)
- Stimmungsschwankungen
- Geringes Selbstwertgefühl
- Schlechte Impulskontrolle
- Unmöglichkeit positive Aspekte in ihren Leben zu finden





## SVV- Warnsignale II

- Zurückgezogenes Verhalten, Heimlichtuerei, viel Zeit im Bad oder an isolierten Orten zugebracht
- Zeichen depressiver Verstimmung
- Soziale und emotionale Isolation
- Drogenkonsum
- Besitz von Rasierklingen, Glasscherben, etc.
- Vorkommen von extremer Wut oder Trauer
- Bilder von SVV gezeichnet
- Extremes Risikoverhalten, das zu Verletzungen führen kann





- Wie reagiert man bei „selbstverletzendem Verhalten“ ?





## Konfrontation mit SVV

- Wie man sich vielleicht fühlt

schockiert

verletzlich

mitfühlend

ärgerlich

besorgt

machtlos

- Was man vielleicht denkt

Die ist verrückt

Die macht das nur um mich zu manipulieren

Es ist alles meine Schuld

das verändert unsere gesamte Beziehung



## Beste Form des Umgangs

- „Respektvolle Neugier“
- Unaufgeregt, „leidenschaftsarm“
- Aber auch nicht als „zu gering“ abtun





## Wer war am hilfreichsten ?

- NGO
- Freunde
- Krankenschwester
- Lehrer
- Hausarzt
- Sozialarbeiter
- Psychiatrischer Kontakt
- Polizei
- Schulkrankenschwester
- Gefängnisse
- Verwandte

Mental Health Foundation report 2004

Copyright: Plener PL 2008





## Umgang mit „Epidemien“

- SVV kann durch peers getriggert werden:
  - Indirekt: sich darüber austauschen, sich hps ansehen
  - Direkt: gemeinsames SVV
- Warum besteht „Ansteckungsgefahr ?“
  - Verhalten schafft Gefühl der Zusammengehörigkeit
  - Verhalten mit starkem Kommunikationsaspekt
  - Verhalten provoziert Erwachsenenengeneration und wird durch die Reaktionen ev. ungewollt verstärkt



## Prävention

- Copingkapazität vermehren: Möglichkeit mit starken negativen Gefühlen umzugehen
- Soziale Kontakte stärken: Alle Menschen brauchen Gefühl dazuzugehören und sinnvoll zu sein
- Vermeiden von bloßer Wissensvermittlung über Formen und Praktiken: eher über zugrundeliegende Faktoren sprechen
- Einheitliches Vorgehen, wie Schulpersonal mit SVV umgehen soll: an wen kann man sich wenden ?



- Haben Sie noch nicht genug ?





## Aktuelle deutschsprachige Bücher



Petermann & Winkel 2005

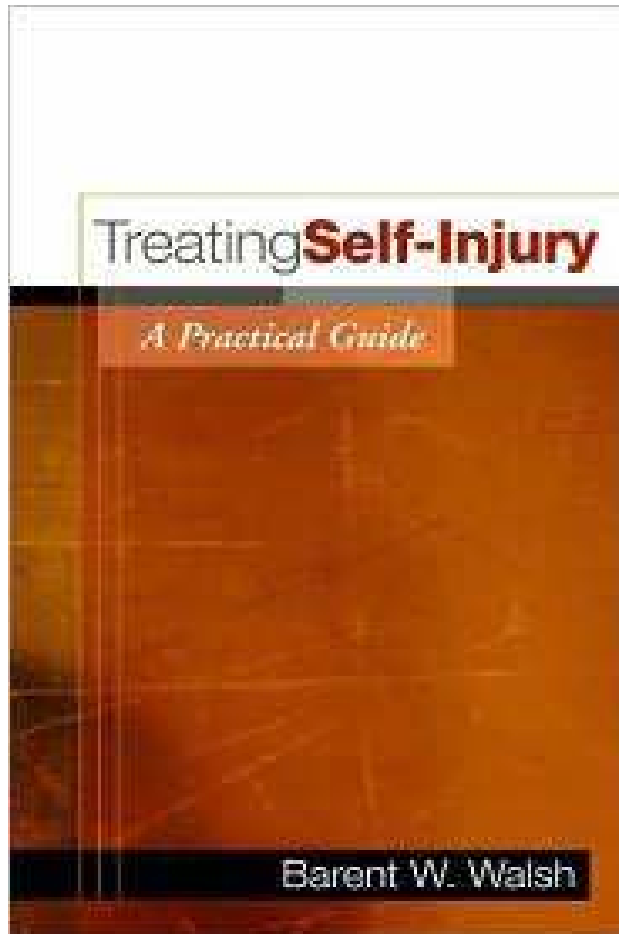


Brunner & Resch 2007

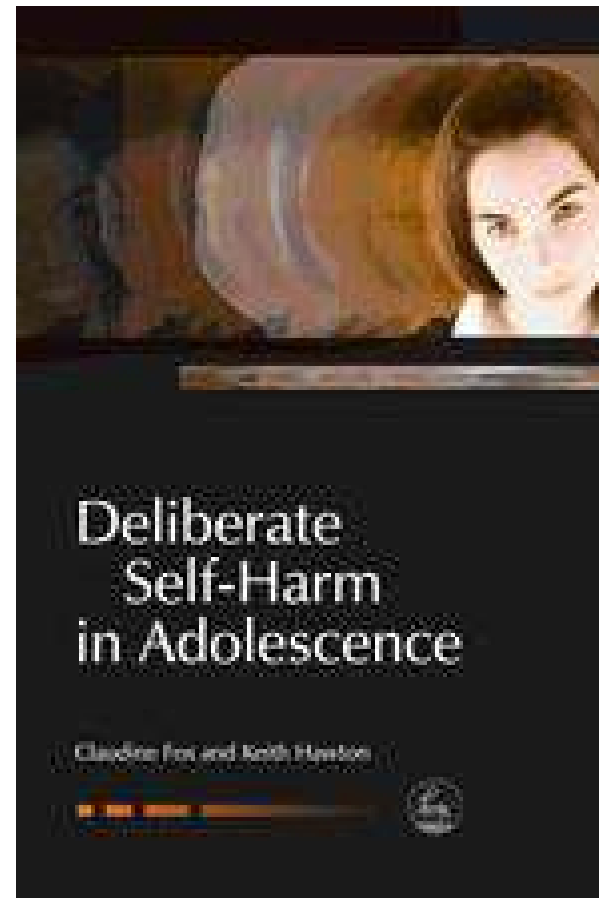




## Aktuelle englischsprachige Bücher



Walsh 2006



Fox & Hawton 2006





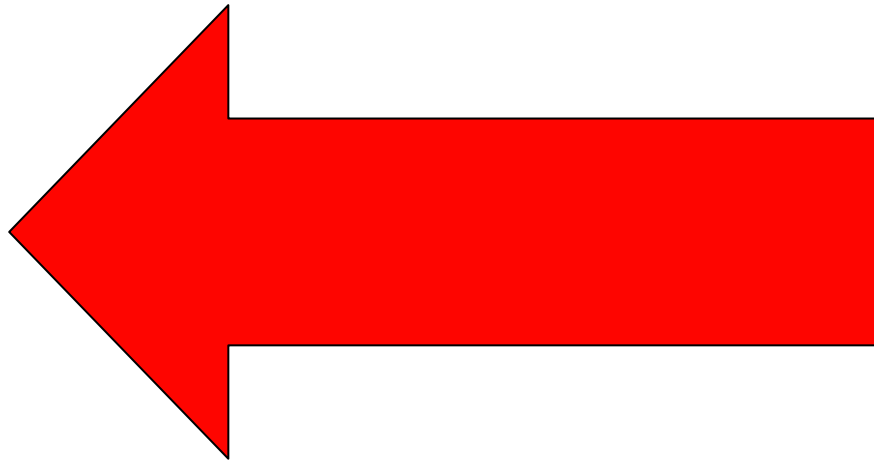
## Internetressourcen

- Deutschsprachig:
  - <http://www.rotelinien.de/>
  - <http://www.rotetraenen.de/>
- Englischsprachig:
  - <http://www.mpoweryouth.org/411Cutting.htm>
  - <http://www.selfinjury.org/>
  - <http://www.selfinjury.com/>
  - <http://www.palace.net/~llama/psych/injury.html>
  - <http://www.siari.co.uk/>





**Die wichtigste Botschaft zum Schluß:**



**Vielen Dank  
für Ihre  
Aufmerksamkeit**