

# SELBSTVERLETZENDES VERHALTEN

*„Ich muss mein Blut fließen sehen,  
damit ich weiß, dass ich noch am Leben bin.“*

# 1. BEGRIFFSKLÄRUNG SVV

SVV als „Form einer modernen Identitätskrankheit“

## 2. URSACHEN VON SVV / PSYCHODYNAMIK

Wie entsteht ein gesundes integriertes Körperbild?

Merkmale einer gesunden frühkindlichen Entwicklung

- PSYCHOANALYTISCHER ANSATZ

Mutter-Kind-Symbiose gestört

Unlust wird nicht reguliert

Körper wird als fremdes Objekt wahrgenommen

SVV als Re-Inszenierung früher Deprivation

- ENTWICKLUNGSPSYCHOLOGISCHER ANSATZ

Frühes Trauma, oft Trennungserfahrungen

Emotionale und soziale Bewältigungsstrategien unzureichend

Einsatz dysfunktionaler Bewältigungsstrategien

- LERNTHEORETISCHER ANSATZ

SVV als Modelllernen („Gruppenansteckung“)

Sekundärer Krankheitsgewinn führt zu Gewöhnung

# 3. RISIKOFAKTOREN

- MANGELHAFTE EMOTIONSREGULATION

- ▶ Hoher Anteil negativer Emotionen
- ▶ Geringe Fähigkeit zur Selbstberuhigung
- ▶ Alles-oder-Nichts-Prinzip



# SOZIALE RISIKOFAKTOREN

Familiär und sozial

Multiple Traumen

Sexueller Missbrauch

- BIOLOGISCHE FAKTOREN

- ▶ Serotonerge Unterversorgung

- PSYCHISCHE STÖRUNGEN / KOMORBIDITÄT

- ▶ Borderline
- ▶ Ess-Störung
- ▶ PTBS

## 4. FUNKTIONEN VON SVV

- EMOTIONALE SELBSTREGULATION

- ▶ Entlastung von Druck und Spannung
- ▶ Herstellung eines positiven Gefühlszustandes

- BEWÄLTIGUNGSSTRATEGIE

- ▶ Statt Ohnmacht Macht und Kontrolle
- ▶ Aufmerksamkeit von seelischer zu körperlicher Verletzung

- SELBSTBESTRAFUNG UND SELBSTFÜRSORGE

- ▶ Identitätsfindung: Körper wird in Besitz genommen
- ▶ Kick und Rausch
- ▶ Bewältigung von Schuld und Versagen

# SOZIALE FUNKTION

- ▶ Emotionale Erpressung
- ▶ Hilfsappell
- ▶ Gruppenritual



# SVV ALS SUCHTVERHALTEN

- ▶ Störung der Impulskontrolle
- ▶ Intensitätssteigerung
- ▶ Arousal und Kick

## 5. HINWEISE AUF SVV

Warnzeichen

Abgrenzung SVV-Suizidalität

## 6. INTERVENTION UND PRÄVENTION

Vermittlung und Einsatz funktionaler Strategien

Verhaltensalternativen

Umgang mit SVV

KEINE KATZE MIT 7 LEBEN  
IST SO ZÄH WIE DER MENSCH  
DEN MAN IN DIE SONNE  
VON LIEBE UND HOFFNUNG LEGT.  
SEIN ENTLAUBTER FREUDENBAUM  
TREIBT NEUE KNOSPEN,  
SELBST DIE RINDE DES VERTRAUENS  
WÄCHST LANGSAM NACH.

Danke für Ihre Aufmerksamkeit!