



**„Umgang mit Selbstverletzendem
Verhalten bei Kindern
und Jugendlichen“**

mit Informationen zum Hilfesystem im Saalekreis

Inhalt

Theorie	Seite
Vorwort	3
Was ist Selbstverletzendes Verhalten?	4
Formen und Bedeutungen von Selbstverletzendem Verhalten	5
Zwischen Schönheitsideal und Krankheitssymptom	7
Ursachen und Auslöser	8
Funktionen von Selbstverletzendem Verhalten	10
Praxis	
Erste Schritte zum Umgang mit Selbstverletzendem Verhalten- Sprachlosigkeit, Ohnmacht und Lähmung überwinden	12
Was hilft und was nicht hilft	13
Auswahl von möglichen Fragen für erste Gespräche	14
Tipps für Eltern	16
Kommunikationsregeln	17
Tipps für Sozialpädagogen, Lehrer und andere pädagogische Fachkräfte	18
Schweigepflicht und Fürsorgepflicht	19
Informationen und Hilfe	22

In dieser Publikation wird auf eine geschlechtsneutrale Schreibweise geachtet. Wo dieses nicht möglich ist, wird zugunsten der besseren Lesbarkeit das ursprüngliche grammatische Geschlecht verwendet. Es wird hier ausdrücklich darauf hingewiesen, dass damit auch jeweils das andere Geschlecht angesprochen ist.

Was hilft und was nicht hilft

Was hilft

- offen darüber sprechen
- Kontakt halten
- Unterstützung und Rückhalt geben
- sich (evtl. mit Hilfe Dritter) über eigene Gefühle klar werden
- sich vernetzen, selbst beraten lassen
- eigenes Verhalten transparent machen („Ich lehne dich nicht ab, aber ich kann kein Blut sehen.“)
- Wunden verbinden, aber deutlich machen, dass Zuwendung auch anders gegeben werden kann

Was nicht hilft

- Ignorieren, Leugnen
- Ängstliche Vermeidung des Themas (Dies verstärkt die ohnehin vorhandenen Scham- und Schuldgefühle bei Jugendlichen.)
- Wegnehmen oder Verstecken von scharfen Gegenständen
- Vorwürfe
- das Stellen eines Ultimatums
- Versprechungen machen, die man nicht einhalten kann („Ich bin immer für dich da - Tag und Nacht.“)
- eigene Grenzen missachten

Was ist wichtig für eine erste Einschätzung?

Versuchen Sie, eine neutrale und fragende Grundhaltung einzunehmen, die zu Beginn von keiner vorgefassten Meinung geprägt wird. Das Gespräch wird in der Regel unter vier Augen geführt. Die Vertraulichkeit ist wichtig.

Auswahl von möglichen Fragen für erste Gespräche

- ✓ Wann hast du dich das erste Mal bewusst verletzt und wie war die Situation genau?
- ✓ Wie lange verletzt du dich schon?
- ✓ Womit verletzt du dich?
- ✓ Wie oft verletzt du dich?
- ✓ Welche Gefühle hast du dabei?
- ✓ Wie fühlst du dich nach der Verletzung?
- ✓ Gehen der Selbstverletzung bestimmte Situationen voraus?
- ✓ Musste deine Wunde schon einmal versorgt werden?
- ✓ Hast du dich je in Gegenwart anderer verletzt?
- ✓ Versteckst du deine Narben?
- ✓ Wer darf die Narben sehen?
- ✓ Mit wem kannst du über deine Selbstverletzung reden?
- ✓ Wer könnte dir helfen?
- ✓ Würdest du professionelle Hilfe in Anspruch nehmen?
- ✓ Wie soll sich dein Umfeld dir gegenüber verhalten, wenn es um das Thema Selbstverletzung geht?
- ✓ Kennst du andere, die sich selbst verletzen?
- ✓ Kommt es vor, dass du dir wünschst, mit der Selbstverletzung aufzuhören? Hast du es versucht? Wie waren deine Erfahrungen?
- ✓ Was hast du jetzt vor?

Abklären von Suizidalität

- ✓ Denkst du auch an ´s Sterben?
- ✓ Setzt du dich mit dem Thema Tod auseinander?

Wird eine dieser Fragen mit ja beantwortet, ist die Einleitung sofortiger Hilfsmaßnahmen notwendig, z.B. durch die Vorstellung bei Fachärzten oder in einer Notfallambulanz.

„Ich bin lange Zeit gemobbt worden. Die haben sich alle zusammengeschlossen und gegen mich und meine Familie schlimme Dinge gesagt. Ich habe mit niemandem darüber geredet, habe mir keine Hilfe gesucht und alles in mich reingefressen. Mit dem Ritzen konnte ich meinen Schmerz kurzzeitig vergessen und mich ablenken. Ich habe mich ausschließlich an den Oberschenkeln geritzt.“
(Alexandra D., 20 Jahre)

Quelle: „Schnippeln und Ritzen – Selbstverletzendes Verhalten bei Jugendlichen“ AKJS Kreis Pinneberg 2015



Tipps für Eltern

- Den Betroffenen Rückhalt geben, egal was kommt
- Selbstverletzendes Verhalten als dringendes Warnsignal ernst nehmen und es nicht als Spinnerei oder Marotte abtun
- Körperliche Nähe anbieten; auf Freiwilligkeit achten und das Kind / den Jugendlichen nicht zur Nähe zwingen
- Auch von den eigenen Problemen und Ängsten im Zusammenhang mit Selbstverletzendem Verhalten sprechen
- Keine Schuldzuweisungen treffen
- Die Bereitstellung von Verbandsmaterial und Desinfektionsmittel zur Wundversorgung und Salben zur Narbenpflege ist sinnvoller, als Rasierklingen und Messer einzusammeln und wegzuwerfen.
- Keine Verbote und Bestrafungen im Zusammenhang mit Selbstverletzendem Verhalten aussprechen; Liebesentzug oder Schläge und andere körperliche Bestrafungen sind fehl am Platz
- Sich umfassend über Selbstverletzendes Verhalten informieren (Literatur, Internet, Austausch mit Betroffenen)
- Sich selber Hilfe suchen, wenn Sie merken, dass Sie sich schlecht, oder sich in Ihren normalen Aktivitäten zunehmend gelähmt fühlen
- Als Eltern akzeptieren, dass gerade in der Pubertät andere Erwachsene eher ins Vertrauen der Jugendlichen gezogen werden

Die meisten betroffenen Kinder und Jugendlichen wünschen sich mehr Beachtung, Zeit, Anteilnahme und Anerkennung von den Eltern oder anderen wichtigen Bezugspersonen. Sie möchten, dass diese sich für ihre Sorgen und Nöte interessieren und ihnen mit Verständnis, Vertrauen und Unterstützung begegnen.

Nehmen Sie diese Bedürfnisse ernst. Planen Sie bewusst Zeit für gemeinsame Aktivitäten ein (Mahlzeiten, Spaziergänge, Kinobesuche, Spiele, Ausflüge etc.) und bieten Sie Zeit an, in denen Sie zur Verfügung stehen. So werden sich Gelegenheiten zum Gespräch ergeben bzw. eine Annäherung möglich gemacht.

Kommunikationsregeln

„Der Gedanke geht mit mir schlafen und steht mit mir auf: Was tut sie? Ritzt sie gerade? Wie geht es Ihr?“

Quelle: <http://www.suchtundselbsthilfe.de>

1. Sprechen Sie von sich und den Sorgen, die Sie sich um das Kind / den Jugendlichen machen.
2. Sichern Sie nur die Unterstützung zu, die realistisch und für Sie machbar ist.
3. Zeigen Sie Mitgefühl statt Mitleid: Versuchen Sie einfühlsam, die Handlungen, Gefühle und Motive zu verstehen ohne mitzuleiden und den Betroffenen zu bedauern. ("Das tut mir so leid.")
4. Unterlassen Sie jegliche „Rettungshaltung“. Letztlich können nur die Betroffenen selbst ihr Leben verändern und in die Hand nehmen.
5. Vermeiden Sie Vorwürfe, nur ein neutraler Umgang mit den Ereignissen verhilft zu Lösungen.

„Warum? Warum tut sie sich das an? Warum hört sie nicht einfach auf? Viele Fragen, auf die ich noch Antworten finden muss...“

Quelle: <http://www.suchtundselbsthilfe.de>

Tipps für Sozialpädagogen, Lehrer und andere pädagogische Fachkräfte

- Selbstverletzendes Verhalten keinesfalls ignorieren
- keinen Druck ausüben, um Wunden oder Narben gezeigt zu bekommen; diese Art der Kontrolle ist wenig hilfreich
- über Selbstverletzendes Verhalten informieren (Literatur, Internet, Austausch mit Betroffenen)
- sich über Beratungsstellen und Therapieeinrichtungen in der Region informieren
- sich selbst Hilfe suchen, wenn Sie merken, dass Sie sich überfordert und hilflos fühlen
- In Einrichtungen sollte eine Abstimmung über ein gemeinsames Vorgehen erfolgen.
- Nur Therapeuten sind für eine eventuell notwendige Therapie ausgebildet – akzeptieren Sie eigene professionelle Grenzen.
- Die Verantwortung für das Kind obliegt den Sorgeberechtigten – suchen Sie das Gespräch mit den Eltern (Achtung: nächstes Kapitel Schweigepflicht/Kinderschutz beachten)
- Während der Wartezeit auf einen Therapieplatz können Sie Betroffene begleiten und unterstützen; sie sollten immer wieder Gesprächsbereitschaft signalisieren, aber ohne zu bedrängen.

Was sind eigentlich Skills?

Mit Skills (engl.: Fähigkeiten/Fertigkeiten, auch Rüstzeug) sind im Zusammenhang mit SWV Mittel und Handlungen gemeint, die z.B. Spannungszustände und damit den Drang nach SWV verhindern oder vermindern.

Es gibt handlungsbezogene (behaviorale) Skills, gedankenbezogene (kognitive) Skills, sinnesbezogene (sensorische) Skills, körperbezogene (physiologische) Skills und zwischenmenschliche Skills

Wichtig!: Nicht bei jedem und in jeder Situation helfen die gleichen Skills, dies muss man ausprobieren und auch üben!

Zu einer therapeutischen Behandlung von SWV gehört deshalb meist auch ein Skilltraining. Für die Anwendung kann ein „Notfallkoffer“ (kleines Format: Dose, Taschen...) hilfreich sein, welcher notwendige Utensilien (z.B. Gummi, Riechampullen) aber z.B. auch Fotos von positiven Momenten u. ä. enthält.

Schweigepflicht und Fürsorgepflicht

Mit folgenden Informationen zu den Themen:

- Schweigepflicht
- Fürsorgepflicht/Verantwortung für Kinder und Jugendliche
- Konsequenz handeln/den „Übergriff“ der Helfer vermeiden

sollte es Ihnen möglich sein, als Pädagoge, Jugendgruppenleiter oder Trainer konsequent für Hilfe zu sorgen, ohne unnötig durch übertriebene Hast die Grenzen des Kindes/Jugendlichen zu verletzen oder wie gelähmt untätig zu verharren.

Erfahrungsgemäß ist für Ersthelfer, die nicht zur Familie gehören, der Umgang mit der Schweigepflicht sehr verunsichernd. Ohne im Einzelnen auf die gesetzlichen Vorschriften einzugehen, können für Erwachsene, die Kinder und Jugendliche betreuen, zwei wichtige Grundsätze festgehalten werden:

- Für alle Informationen und Beobachtungen, die im eigenen Verantwortungsbereich bekannt werden, ist jeder zur Verschwiegenheit verpflichtet.
- In seinem Verantwortungsbereich hat jeder für das Wohlergehen oder Wohl der anvertrauten Kinder und Jugendlichen Sorge zu tragen und ggf. entsprechende Schritte einzuleiten.

Die beiden Grundsätze stehen normalerweise nicht in Konflikt miteinander. Allerdings können schwierige Situationen entstehen, wenn man von Selbstverletzendem Verhalten erfährt und selbst nicht über das erforderliche Wissen oder die Erfahrung verfügt damit umzugehen.

Schweigepflicht und Fürsorgepflicht

Wie verhält es sich mit der Schweigepflicht bei Selbstverletzendem Verhalten oder bei dem Verdacht auf Kindeswohlgefährdung?

Zunächst ist es ohne Schwierigkeiten möglich, sich über einen anonymisierten Fall innerhalb des eigenen Verantwortungsbereiches mit Kollegen zu beraten, wie weiter vorgegangen werden sollte. Weiterhin haben Sie Anspruch auf eine anonyme Beratung mit dem Jugendamt, z.B. wenn Sie nicht genau einschätzen können, ob eine Kindeswohlgefährdung vorliegt oder wie die nächsten Schritte aussehen könnten.

Wichtig ist es, Ihre gemachten Beobachtungen und Beratungen zu dokumentieren. Über Gespräche, die Sie mit dem Kind/Jugendlichen führen, müssen Sie die Eltern nicht informieren. Sobald Sie allerdings einschätzen, dass möglicherweise eine Kindeswohlgefährdung oder eine Schulunfähigkeit vorliegt bzw. anders agiert werden muss (z.B. eine Therapie), müssen die Eltern informiert werden.

Denn grundsätzlich ist es Aufgabe der Eltern, für Diagnostik und Behandlung ihrer Kinder Sorge zu tragen und die Einwilligung dazu zu erteilen (Die Pflege und Erziehung der Kinder sind gemäß Art. 6 Absatz 2 Grundgesetz das natürliche Recht der Eltern und die zuvorderst ihnen obliegende Pflicht.).

Wenn das Ausmaß der Selbstverletzungen nicht unmittelbares Handeln erzwingt, ist es meist sinnvoller, in mehreren Gesprächen die Einwilligung des Kindes/Jugendlichen zur Information der Eltern zu erlangen.

Scheint nach gründlicher Abwägung das Wohl des Kindes/Jugendlichen gefährdet (z.B. wenn Eltern trotz Gesprächen nichts unternehmen), erfolgt die Meldung einer Kindeswohlgefährdung an das Jugendamt. Auch hier ist es wieder wichtig, ihre Kontakte/Gespräche mit Eltern zu dokumentieren und die Eltern über die Meldung einer bestehenden Kindeswohlgefährdung an das Jugendamt zu informieren.

Kinder und Jugendliche haben gemäß § 8 Abs. 3 SGB VIII das Recht, sich an das Jugendamt zu wenden. Sie müssen ihre Eltern hierüber nicht informieren. Die Mitarbeiter des Jugendamtes werden in Wahrnehmung ihres Schutzauftrages gemäß § 8a SGB VIII zur Abwendung einer Kindeswohlgefährdung tätig. Die Abschätzung des Gefährdungsrisikos erfolgt mit dem betreffenden Kind/Jugendlichen und den Eltern im Zusammenwirken mehrerer Fachkräfte, soweit der Schutz des Minderjährigen nicht in Frage gestellt ist. Sind Eltern nicht bereit oder in der Lage die Kindeswohlgefährdung abzuwenden, wird vom Jugendamt das Familiengericht zum Tätigwerden angerufen.

Bei akuten Selbstverletzungen, die medizinisch dringend versorgt werden müssen, gehört es zur Fürsorgepflicht jedes Erwachsenen, direkt den (Not-)Arzt oder die Rettungsleitstelle zu alarmieren. Wenn kein zeitlicher Aufschub möglich ist, muss erst die Alarmierung erfolgen, die Benachrichtigung der Eltern kann dann nachgeholt werden oder wird vom Krankenhaus durchgeführt. Die verspätete Benachrichtigung der Eltern ist hierbei keinesfalls rechtswidrig, da es sich gemäß § 34 Strafgesetzbuch (StGB) um einen rechtfertigenden Notstand handelt, welcher ein rechtsgutsverletzendes Verhalten gestattet und den dadurch Beeinträchtigten zur Duldung verpflichtet.

Wer hilft weiter?

In der ambulanten und stationären Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie finden Sie Fachkräfte für Diagnose, Therapie, Prävention und Rehabilitation bei Selbstverletzendem Verhalten.



Quelle: „Schnippeln und Ritzen – Selbstverletzendes Verhalten bei Jugendlichen“ AKJS Kreis Pinneberg 2015

Informationen und Hilfe

Im Landkreis Saalekreis stehen Ihnen folgende Einrichtungen zur Verfügung.

- Kostenfreie und anonyme Beratung erhalten Sie hier:
 - Familien- und Erziehungsberatungsstellen
 - Allgemeiner Sozialer Dienst Jugendamt Landkreis Saalekreis
 - Sozialpsychiatrischer Dienst Gesundheitsamt Landkreis Saalekreis
 - bke-Onlineberatung für Jugendliche und Eltern
www.bke-beratung.de
- Medizinische Hilfe erhalten Sie hier:
 - Carl-von-Basedow Klinikum Merseburg
 - Krankenhaus St. Elisabeth & St. Barbara Halle
 - Niedergelassene Ärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie
 - Niedergelassene Kinder- und Jugendpsychotherapeuten

Die Kontaktdaten finden Sie unter folgendem Link:

<https://www.saalekreis.de/de/psag-halle-saalekreis/hinweise-und-informationen-zu-selbstverletzendem-verhalten-fuer-eltern-und-fachkraefte.html>



- Weitere Unterstützung finden Sie hier:
 - Netzwerkstelle Frühe Hilfen und Kinderschutz Landkreis Saalekreis,
Internet: www.fruehehilfen-kinderschutz-saalekreis.de

Impressum

Herausgeber/Redaktion:

Landkreis Saalekreis

Gesundheitsamt

Fachgruppe „Gefährdetes Kind“ der PSAG Halle/Saalekreis

Geschäftsstelle: Gesundheitsamt Saalekreis

Oberaltenburg 4b

06217 Merseburg

Tel.: 03461 40-1701

Fax: 03461 40-1702

gesundheitsamt@saalekreis.de

www.saalekreis.de



In Kooperation mit

AWO Regionalverband Halle-Merseburg e.V.

Netzwerkstelle für Schulerfolg im Saalekreis

Sixtstraße 16a

06127 Merseburg

Tel.: 03461 259201

Fax: 03461 259202

netzwerkstelle-schule-saalekreis@awo-halle-merseburg.de

unterstützt und gefördert durch:



SACHSEN-ANHALT



EUROPÄISCHE UNION

ESF

Europäischer
Sozialfonds



AWO Regionalverband
Halle-Merseburg e.V.

Quellenverzeichnis:

„Schnippeln und Ritzen – Selbstverletzendes Verhalten bei Jugendlichen“

Herausgeber

Kreis Pinneberg

Silvia Stolze

Fachdienst Jugend und Bildung

Team Prävention und Jugendarbeit

Kurt-Wagner-Straße 11

25337 Elmshorn

Telefon: 04121 / 45023459

Fax: 04121-4502 / 923 459

E-Mail: s.stolze@kreis-pinneberg.de

www.kreis-pinneberg.de

Aktion Kinder- und Jugendschutz Schleswig-Holstein e.V.

Fachstelle für Prävention

Kathrin Gomolzig

Flämische Str. 6-10, 24103 Kiel

Telefon: 0431 / 26068-78

www.akjs-sh.de

AutorInnen

Christa Limmer, (ehemals Aktion Kinder- und Jugendschutz)

Dr. Eberhard Weinert, (ehemals Kinder- und Jugendpsychiatrie Elmshorn,

www.regiokliniken.de) www.rabenschlau.de

Mit einem Gastbeitrag von Dr. Peter Carlsen, Kinder- und Jugendpsychiater
in Pinneberg.

Quellenangaben:

www.rotetraenen.de

www.rotelinien.de

www.suchtundselbsthilfe.de

Layout: Frank Baur

1. Auflage Juli 2016