



Heimlichtuerei als Warnsignal

Riskantes Verhalten bei jungen Menschen ist wachsende Problematik

BREGENZ Der Umgang mit selbstverletzendem Verhalten bei Kindern und Jugendlichen ist für alle Beteiligten eine enorme Herausforderung. Der erfahrene Kinder- und Jugendpsychiater Romuald Brunner sprach in der Reihe „Wertvolle Kinder“ des Vorarlberger Kinderdorfs von einer „erheblich gewachsenen Problematik“. Expertenhilfe werde, wenn überhaupt, im Durchschnitt erst nach etwa neun bis 14 Monaten in Anspruch genommen. „Zu spät“, meint Brunner. Dann nämlich würden sich die betroffenen Jugendlichen schon verzweifelt und die Eltern hilflos und total erschöpft fühlen.

Erhöhtes Suizidrisiko

Nicht jeder Jugendliche, der selbstschädigendes oder riskantes Verhalten zeigt, brauche eine professionelle Intervention. Insgesamt sei die Inanspruchnahme von fachlicher Unterstützung mit zehn bis zwölf Prozent aber gering. Zu unterscheiden ist zwischen direkter Selbstschädigung wie Ritzen, Stechen, Haare ausreißen, Schneiden oder Wunden aufreißen, und indirekter Selbstverletzung, wie Rasen und Koma-Trinken.

Die Verhaltensweisen hätten nicht zwangsläufig einen dramatischen Verlauf. Gerade im Schulumfeld würden Nachahmung und Ansteckung eine große Rolle spielen. „Die Symptome tauchen auf, verschwinden aber auch wieder“, erklärte der leitende Oberarzt an der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie Heidelberg. Dennoch sei selbstverletzendes Verhalten mit einem erhöhten suizidalen Risiko verbunden. „Es geht immer um die Frage, ob hinter dem selbstdestruktiven Verhalten eine Suizidabsicht steht.“

Brunner schilderte entlang zweier klinischer Fälle häufige Motive für selbstverletzendes Verhalten. Die Jugendlichen würden eine extreme innere Anspannung spüren und über mangelnde Fähigkeiten zur Selbstberuhigung verfügen.



Oft lässt sich nur schwer erklären, was Jugendliche dazu treibt, sich selbst zu verletzen.

VORARLBERGER KINDERDORF

Auch Wahrnehmungsstörungen spielten eine Rolle. So erklärte ein Mädchen, dass ihr das eigene Gesicht im Spiegel fremd vorkommt. Durch Schneiden oder Ritzen könne nach Angaben der Jugendlichen eine Entlastung erreicht werden, um Gefühle von Taubheit und Entfremdung, Einsamkeit und Leere, aber auch Wut und Verzweiflung für kurze Zeit zu beenden.

Brunner schnitt auch die Frage nach dem Warum an. Viele soziale Faktoren, unter anderem Verluste, Traumatisierung, Mobbing-Erfahrungen, sexueller Missbrauch oder fehlende soziale Unterstützung, würden in diesem Zusammenhang genannt. Es ließen sich jedoch keine spezifischen sozialen Faktoren als Ursache festmachen. Allen Jugendlichen, die selbstschädigendes Verhalten zeigen, ist aber gemein, dass sie nur schwer Konflikte aushalten können. „Diese Jugendlichen haben unter Stress keine andere Methode zur Verfügung.“ Ziel einer Therapie sei deshalb vor allem, mit Stress und Anspannung umgehen zu lernen. Auch Selbstbestrafung ist ein Motiv

für Selbstverletzungen. „Wir wissen noch viel zu wenig, was diesen Jugendlichen helfen kann“, stellte Brunner fest und nannte Warnsignale: Heimlichtuerei zum Beispiel, wenn Jugendliche es gar nicht mehr mögen würden, dass die Eltern nachhaken, häufige und nicht erklärbare Schnittwunden, Vermeiden von Umziehen beim Sport, hohe Impulsivität, unangemessene Kleidung, zum Beispiel langärmelige Shirts bei hohen Temperaturen, oder das Horten von Rasierklingen.

Was Eltern tun können

„Eltern sollten Jugendliche auf jeden Fall ansprechen und das so offen und so früh wie möglich“, erklärte Brunner. „Sie sollten deutlich erkennbar machen, wie besorgt sie sind, auch wenn der Jugendliche das Gespräch verweigert.“ Hauptziel sei immer, eine Bereitschaft zu erwirken, Hilfe anzunehmen. Generell sollte nicht mit „Panik, Schock und Ablehnung“ reagiert werden, sondern mit Anteilnahme. Dies gelte auch für Lehrpersonen, die mit dieser Problematik oft allein gelassen würden. „Zehn Prozent al-

ler Lehrer haben in ihrer Laufbahn ein Kind durch Suizid verloren und dies nachhaltig als überaus belastend erlebt.“

Mit Kurzzeittherapie erfolgreich

Brunner berichtete von einem erfolgreichen Angebot am Universitätsklinikum Heidelberg, wo eine einmonatige Kurzzeittherapie bei selbstschädigendem und riskantem Verhalten im Jugendalter angeboten wird. „Alle Jugendlichen, die uns aufsuchen, bekommen innerhalb von vier Wochen einen Therapieplatz.“ Zudem gäbe es eine offene Sprechstunde mit Kurzscreening oder Diagnostik.

Der Fachmann äußerte zudem Kritik an den insgesamt viel zu langen Wartezeiten für einen Termin zu einer Abklärung bzw. Behandlung. Ein Rückgang von Selbstverletzung und riskantem Verhalten könne auch erreicht werden, „wenn Jugendliche, die mit einer Selbstverletzung ins Krankenhaus kommen, für 24 Stunden dabegehalten werden müssen“. Dies würde in anderen Ländern mit gutem Ergebnis praktiziert. **CFP**



Kommentar

Marlies Mohr

Dinge, die bleiben

Das Lachen ist bis auf die Straße zu hören. Als Ort der Fröhlichkeit lässt sich ein großes Zelt im Garten eines Hauses ausmachen. Die Urlaubsidylle ins traute Heim geholt, könnte man sagen. Recht so. Bei dem Wetter muss niemand auf der Suche nach Sonne in den Süden reisen. Es gibt auch hier Sommer satt. Mittlerweile, und wer weiß, vielleicht bald öfter als uns lieb ist.

Aber zurück zum Thema. Auch meine Kinder haben ab und an ihre Zelte im Garten aufgeschlagen. Bis spät in die Nacht hinein war ihr unbeschwertes Kichern und Palavern zu hören. Es fühlte sich gut an. Irgendwie heimelig. Wir haben früher öfter mal im Heu übernachtet. Ich erinnere mich noch immer gerne an den alten Stadel mit seinen sonnenverbrannten Außenwänden, an denen die Heizen aufgehängt waren, wenn sie nicht gebraucht wurden, und seine kleineren und größeren Bahren, auf deren knorrigen Rundhölzern es sich wunderbar klettern ließ. Wie so vieles andere gibt es auch diesen Stadel nicht mehr, aber die sentimentalen Rückblicke darauf. Sie kommen, wenn ich netten Begebenheiten wie vor der Haustüre zeltenden Kindern begegne. Es gibt eben Dinge, die bleiben, und das ist schön. Davon abgesehen ist Zelten dieser Art auch dann noch ein Abenteuer, wenn der Ferienlaune schon langsam die Luft ausgeht.

MARLIES MOHR
marlies.mohr@vn.at
05572 501-385