**Sebepoškozování – automutilace**

Autoagresivní chování bez úmyslu TS; vede k poruše tělesné integrity

Způsoby sebepoškození: řezání, pálení (nejčastěji cigeraeami), sebebití, vytrhávání vlasů, opakovaná destrukce ran

Nejčastěji v období adolescence a rané dospělosti

**Důvody:**

**Automutilační chování se často spojuje s prožitím nepříjemné a subjektivně velmi negativní situace nebo zážitku případně pocitu** křivdy a přání pomstít se, přičemž je agrese obrácená vůči sobě   
  
sebepoškozování plynoucí psych. poruchy (např. psychózy - imperativní halucinace, poruchy osobnosti, úzkostné stavy, závislosti atd.), symbolické (např. religiózní, snaha patřit k určité skupině – dospívající v touze ztotožnit se s uznávanou skupinou – EMO. Gothic), snaha přitáhnout pozornost, zvládání psychické bolesti - důležitým momentem sebepoškozením způsobená bolest, která přehluší bolest psychickou. (Fyzická bolest je hmatatelná, člověk ji může snáze vlastní vůlí ovládnout)

**Fáze:**

- přítomnost spouštěcí události (např. ztráta významného vztahu)

- zesílení pocitů napětí, úzkosti, špatné nálady

- myšlenky na sebepoškození

- pokusy sebepoškození odvrátit

- nárůst tenze

- akt sebepoškození

- uvolnění napětí