

## **Sebepoškozování – automutilace**

Autoagresivní chování bez úmyslu TS; vede k poruše tělesné integrity

Způsoby sebepoškození: řezání, pálení (nejčastěji cigarety), 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, zvládnání psychické bolesti - důležitým momentem sebepoškození 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 (účel sebepoškozování)