

Automutilatie

DSM-V

Automutilatie wordt als verschijnsel of kenmerk bij meerdere DSM-V classificaties beschreven zoals bij persoonlijkheidsstoornissen, stemmingsstoornissen, schizofrenie, eetstoornissen ontwikkelingsstoornissen, seksuele stoornissen, verslavingen.

Definitie van het probleem en enkele wetenswaardigheden. Automutilatie staat voor zelfbeschadigend gedrag. Zelfbeschadiging wordt bedoeld als uitweg van innerlijke pijn. Er zijn drie groepen van "redenen" te onderscheiden:

1. Affect regulatie: het reguleren van de emotie of gemoedstoestand. Zelfbeschadiging als een manier om met ondraaglijke gevoelens om te gaan.
2. Communicatie: het uiten van een negatief zelfbeeld; gevoelens van hopeloosheid, hulpeloosheid en onmacht, het tonen van naar binnen gekeerde agressie
3. Controle/straffen: zelfbeschadiging als poging tot autonomie en zelfcontrole.

Oorzaken voor het ontstaan van automutilatie kunnen op biologisch (genetisch), sociaal, cultureel en/ of psychologisch vlak liggen. Psychotrauma's opgelopen in de vroege jeugd leiden vaak tot automutilatie. Leeft vaak in een gezin met relatieproblematiek, psychische problematiek, ernstige gezondheidsproblemen of verslavingsproblemen.

Het gaat veelal om in zichzelf gekeerde, stille meisjes: de leerlingen waar niemand last van heeft!

Wat zie ik in de klas, hoe herken ik dit gedrag?

De leerling:

- uit zich somber en negatief uit over de omgeving.
- heeft een laag zelfbeeld en weinig zelfvertrouwen.
- functioneert slecht tijdens de lessen en de schoolprestaties gaan achteruit of de leerling haalt juist hoge scores en is perfectionistisch in de klas.
- is kwetsbaar, vaak het middelpunt van pesterijen.
- heeft onverklaarbare verwondingen. doet geheimzinnig over het ontstaan hiervan.
- draagt, ook bij warm weer, lange mouwen en lange pijpen.
- is snel uit het evenwicht gebracht, komt (faal-)angstig over.
- heeft een slechte zelfverzorging, dit kan zich ook uiten in een ongezond voedingspatroon.
- trekt zich terug uit sociale contacten, gaat niet naar feesten of de leerling hangt juist de lolbroek uit, is een luisterend oor voor iedereen met problemen.
- praat liever niet over zichzelf.
- draagt scheermesjes, een aansteker of een scherp voorwerp bij zich zonder dat dit noodzakelijk is.
- trekt zich terug in een subcultuur bijv. gothics.
- ziet er bleek, ongeïnteresseerd en futloos uit.
- kan zich moeilijk concentreren.
- leeft in een gezin met relatieproblematiek, psychische problematiek, ernstige gezondheidsproblemen of verslavingsproblemen.
- heeft een recent een overlijden van dichtbij meegemaakt (in de familie of vriendenkring).
- gebruikt de laatste tijd softdrugs, XTC of andere partydrugs of harddrugs.
- laat risicovol gedrag zien.
- bezoekt websites waarin automutilatie en de dood verheerlijkt worden.

De beste aanpak in de klas in bondige adviezen.

De docent:

- beseft dat één van de beschreven symptomen nog geen vermoeden tot automutilatie rechtvaardigt.
- bespreekt of controleert zijn observaties bij collega's op school.
- realiseert zich dat ouders vaak niet op de hoogte zijn van automutilatie van hun kind.
- scheidt een veilig klimaat zodat een vertrouwelijk gesprek plaats kan vinden.
- beseft dat een eerste gesprek moeizaam kan verlopen omdat de leerling geen andere uitweg voor de problemen vindt dan zelfbeschadiging.
- is eerlijk en duidelijk naar de leerling toe en toont oprechte zorg, interesse en belangstelling voor de leerling(ook al wordt het zelfbeschadigende gedrag niet begrepen)
- belooft geen geheimhouding aan de leerling.
- probeert de leerling in zijn waarde te laten, neemt geen verantwoordelijkheden over die de leerling zelf dragen kan (ter voorkoming van "aangeleerde hulpeloosheid")
- beseft dat de leerling bang is de regie kwijt te raken als hij de vertrouwde "oplossingen" bij spanningen los moet leren laten.
- beseft dat de leerling bang is dat het gedrag bekend wordt.
- vraagt of de leerling alternatieven kent voor automutilatie, bespreekt deze zo nodig en stimuleert deze alternatieven. Complimenteert als de leerling de alternatieven uitvoert.

Handelingswijzer

Automutilatie (vervolg)

- maakt de leerling duidelijk dat professionele hulp noodzakelijk is
- ondersteunt de leerling in de gang naar de professionele hulpverlening
- weet dat contact met de ouders noodzakelijk en verplicht is (meldingsplicht) en maakt samen met de leerling een afweging over het moment en de manier van ouders informeren. (Bij mishandeling of misbruik door de ouders dient een andere route gebruikt te worden)

In ieder geval NIET doen.

- Gedrag negeren of bagatelliseren.
- De leerling veroordelen of afwijzen.
- Automutilatie gelijk stellen aan suïcide, automutilatie is geen poging tot zelfdoding maar tot overleving!

Ervaringen met deze handelingswijzer s.v.p. sturen naar cordys@cordys.nl