

## Gießener Vitos-Direktor klärt zu Selbstverletzung auf

**Prof. Michael Franz (Vitos) erklärt Ehrenamtlichen der Telefonseelsorge, wie damit umzugehen ist**

»Über 80 Prozent der Menschen, die sich selbst verletzen, leiden an einer Borderline-Störung«, erläuterte Michael Franz den Ehrenamtlichen der ökumenischen Telefonseelsorge Gießen-Wetzlar.



Die Entlastung ist nur kurz, die Narben auf dem Arm bleiben: Menschen mit Borderline-Störung verletzen sich oft selbst, um die innere Anspannung zu verringern. Foto: Daniel Karmann/dpa

(LRW) Menschen, die sich durch Ritzen oder Schneiden in ihre Arme selbst verletzen, melden sich auch bei der ökumenischen Telefonseelsorge Gießen-Wetzlar. Für die Ehrenamtlichen ist es daher natürlich wichtig zu wissen, wie sie angemessen auf solche Anrufe reagieren können. Für Aufklärung sorgte nun Prof. Michael Franz. Er ist Ärztlicher Direktor der Vitosklinik Gießen-Marburg, zudem Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie sowie für spezielle Psychotraumatherapie. Dabei erläuterte der Experte, dass es hier nicht um jene Personen gehe, die sich gar mit Tötungsabsicht verletzen, sondern um diejenigen, die ein nicht-suizidales Verhalten zeigten.

Piercing ist gesellschaftlich einigermaßen akzeptiert. Auch dabei handelt es sich um eine Hautverletzung. Wer sich wiederum Hautschnitte zufüge, versuche damit, einen starken inneren Druck abzubauen, sehr starke Emotionen zu regulieren oder Gefühle und Stress unter Kontrolle zu bringen. Vor allem unter jungen Menschen sei das Ritzen, Kratzen, Verbrennen oder das Hantieren mit Kältesprays verbreitet. Meist beginnt das mit etwa 14 Jahren, lässt mit zunehmendem Alter aber wieder nach.

## **Angst, verlassen zu werden**

»Über 80 Prozent der Menschen, die sich selbst verletzen, leiden an einer Borderline-Störung«, erläuterte Michael Franz. Sie betreffe Männer und Frauen gleichermaßen, allerdings suchten sich Frauen eher Hilfe. Das Ritzen oder Schneiden sei mit etwa 62 Prozent am stärksten ausgeprägt. Ungefähr 42 Prozent der Patienten wenden das Kratzen oder Kneifen an, gefolgt von Stechen, Schlagen und Verbrennen mit noch 22 Prozent.

Als Borderline-Störung bezeichnet die Medizin Probleme mit der Selbstwahrnehmung. Die Angst des Verlassenwerdens oder Schwierigkeiten in mitmenschlichen Beziehungen spielen ebenfalls eine Rolle. Fehlende Impulskontrolle, posttraumatische Belastungsstörungen und Depressionen können weitere Faktoren sein.

Manchmal gehe das Verhalten mit Flüssigkeitsmangel einher oder es fehle an Essen und Schlaf. »Durch Selbstvorsorge lässt die Selbstverletzung nach«, berichtet Michael Franz. Auslöser für die Borderline-Störung könnten innere Konflikte sein sowie die Selbstentwertung. »Dem geht immer irgendeine Schwierigkeit voraus, negative Gedanken und Gefühle zu bewältigen.« Angst, Wut, Selbstkritik und Selbsthass führten wie Depressionen zur Verzweiflung. »Der Mensch lebt in hoher Anspannung, leidet an intensiver Scham und immer wiederkehrenden Gedanken.«

Die Selbstverletzung sei dann »ein Selbstschutz des Gehirns«, warb der Mediziner um Verständnis für diesen Personenkreis. Es diene dem Überleben, da sie die Emotionalität reguliere. Gleichzeitig dienten Selbstverletzungen nur kurzfristig der Entlastung. Langfristig entstünden eher Schäden: Narben, Stigmatisierung und Scham.

## **Die »innere Not« in den Blick nehmen**

»Vor 20 bis 30 Jahren galten die Borderliner als unheilbar«, so der Fachmann. Viele Missverständnisse seien geklärt, alte Glaubenssätze widerlegt und neue therapeutische Möglichkeiten gefunden worden. Die Vitos-Klinik nimmt Betroffene stationär auf, unterhält aber auch eine Tagesklinik.

Den Telefonseelsorgern gab Franz den Rat, nicht auf die Selbstverletzung im Gespräch einzugehen, sondern auf die Gründe, die dazu geführt haben. Es gelte, die »Aufmerksamkeit auf die innere Not zu richten«. Johanna Klier, die katholische Leiterin der Telefonseelsorge, erzählte von einem Gespräch, in dem der Anrufer dann über seine Einsamkeit geredet habe.

*Die Telefonseelsorge Gießen-Wetzlar hat 80 Ehrenamtliche, die rund um die Uhr unter den Nummern 0800/1110111 oder 0800/1110112 erreichbar sind. Im vergangenen Jahr nutzten 13 540 Anruferinnen und Anrufer diesen kostenlosen Service der Kirchen. Jeder bleibt anonym.*

*Weitere Infos im Internet unter [telefonseelsorge-giessen-wetzlar.de](http://telefonseelsorge-giessen-wetzlar.de) oder per E-Mail an [verwaltung@tsgi.de](mailto:verwaltung@tsgi.de).*