Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift

Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

Band: 81 (2010)

Heft: 10: Schmerzen : Körper und Seele in Not

Artikel: Angelina, 16, überwindet traurige Phasen heute ohne Selbstverletzungen : Abend für Abend der Griff zur Klinge

Autor: Steiner, Barbara

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-805533

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Angelina, 16, überwindet traurige Phasen heute ohne Selbstverletzungen

Abend für Abend der Griff zur Klinge

«Mit dem Ritzen angefangen habe ich, als ich von einer Pflegefamilie aus ins Heim kam. Ich habe mich dort mehr und mehr zurückgezogen, wollte von niemandem etwas hören und bin in ein Loch gefallen. Ich begann zu rauchen und bin auch mehrmals abgehauen. Jemand hat dann einmal vom Ritzen erzählt, und ich habe es ausprobiert, das heisst, ich habe mir mit einer Klinge die Haut am Arm geritzt und mich geschnitten. Das hat mich erleichtert, ich verspürte auch eine Art Lustreiz. Ich ritzte und schnitt mich dann immer wieder, zeitweise praktisch jeden Abend vor dem Schlafengehen, überall dort, wo es noch ein Stück heile Haut gab. Schmerzen empfand ich dabei keine, diese setzten jeweils erst am Tag danach ein. Ich verband mir jeweils die Wunden und trug ein Jäcklein oder Stulpen, weil ich die Verletzungen nicht mehr offen zeigen durfte in der Wohngruppe.

An sich war geplant, mich in die Kinder- und Jugendpsychiatrie zu verlegen. Ich kam dann aber notfallmässig für zwei Wochen in die Erwachsenenabteilung einer Psychiatrischen Klinik. Dort konnte ich mich nicht ritzen, weil ich übersät war mit eiternden und entzündeten Wunden. Ich war kaum noch imstande, die Hände zu bewegen. Dann folgte der Aufenthalt in der Kinder- und Jugendpsychiatrie. Die Mitarbeitenden nahmen mir alle gefährlichen Sachen weg, aber ich fand immer wieder Möglichkeiten, mich zu ritzen. Einmal kaufte ich in der Migros heimlich Klingen, zweimal nahm ich einen Bleistiftspitzer auseinander und benutzte diese Klinge. Ein Psychiater führte regelmässig Gespräche mit mir, aber ich habe nicht gern mit ihm geredet. Ich befürchtete immer, die Leute könnten denken, ich wolle mit dem Ritzen etwas demonstrieren und die Aufmerksamkeit auf mich ziehen, aber das war nicht so. Ich habe jeweils an Sachen gedacht wie die Scheidung meiner Eltern, meinen Bruder, den ich vermisste, und meinen Hund. Das tat einfach weh. Ich wusste auch, dass ich nicht ins Heim zurück durfte, wo ich damals eine gute Kollegin hatte.

Seit Juni 2009 bin ich jetzt hier in der Psychotherapiestation für Kinder und Jugendliche in Basel. Am Anfang gefiel es mir hier super, ich hatte Leute um mich herum, mit denen ich zusammen sein konnte. In einer späteren Phase lief ich dann oft davon, hörte den Mitarbeitenden nicht zu und baute ziemlich viel Scheisse. Einige Monate lang war ich bei meiner Mutter, dort ritzte ich mich wieder. Nach einem Suizidversuch mit Medikamenten landete ich im Spital und für eine Weile wieder in der Psychiatrie. Ich kam dann hierher zurück, ich hatte gar keine andere Wahl, sonst hätte mich wohl die Polizei geholt. Irgendwie habe ich dann realisiert, dass es nichts bringt, mich weiter querzustellen. Jetzt kooperiere ich und tue, was man mir sagt. Seit bald vier Wochen besuche ich eine öffentliche Schule, ein Arbeitstrainingsangebot für Jugendliche, die noch keine Lehrstelle haben. Heute habe ich meine erste Bewerbung geschrieben, ich möchte ein Praktikum machen in einem Kleiderladen und später eine Detailhandels-Ausbildung.

Mit dem Ritzen habe ich aufgehört – auch dank der Unterstützung meines Freundes. Er redet mir gut zu, wenn es mir mal nicht so gut geht, und bringt mir viel Verständnis entgegen. Es gab eigentlich nur einen Rückfall, allerdings einen sehr heftigen, damals, als meine zwei Ratten am gleichen Tag starben. Jetzt habe ich Mäuse. Wenn mein Freund nicht erreichbar ist, gehe ich in mein Zimmer und höre ruhige Musik und betrachte Fotos, wenn ich ein Tief habe. Wir sind nun schon seit acht Monaten zusammen. Mein Freund ist wie ich halb-brasilianischer Abstammung, wir können zusammen portugiesisch reden. Seine Eltern akzeptieren mich. Meine Mutter besucht mich regelmässig in Begleitung ihres Freundes, der mich gar nicht mag. Meinen Bruder sehe ich etwa zweimal monatlich in der Kirche, wo ich seit Kurzem in den Gottesdienst gehe. Sonst gehe ich in meiner Freizeit gerne inlineskaten, ich spiele Elektro-Gitarre und möchte wieder mehr schwimmen gehen. Sehr wichtig sind mir die Spaziergänge mit meinem Freund. Ich bin zuversichtlich, die Therapiestation nun bald verlassen und in einer Wohngemeinschaft oder ein Heim ziehen zu können. In letzter Zeit gab es ja keine Reklamationen mehr.

«Mit dem Ritzen habe ich aufgehört – auch dank der Unterstützung meines Freundes.»

Jugendlichen, denen es ähnlich geht wie mir früher, rate ich, unter die Leute zu gehen, mit Kolleginnen und Kollegen abzumachen und sich nicht zu verkriechen. Wenn einen etwas beschäftigt, sollte man mit jemandem drüber reden und es nicht einfach in sich reinfressen. In dieser Beziehung hätte ich mir im Heim damals mehr Unterstützung gewünscht. Es gab dort niemanden, der sich wirklich dafür interessierte, was denn eigentlich los ist mit mir, oder versuchte, mich aus dem Zimmer zu locken.»

Aufgezeichnet von Barbara Steiner