
SVV (Selbstverletzendes Verhalten) Ritzen, Schneiden, Brennen, Schlagen, Kratzen, Beißen, Haare herausziehen Der Begriff SVV ist ein Fremdwort. Es ist an der Zeit, dass die Menschen endlich die Augen öffnen und nicht immer in die andere Richtung schauen, wenn sie eine Person sehen, die sich selbst verletzt. Außerdem gibt es, auch wenn die Leute es sehen, immer noch viel zu viele Missverständnisse. Als SVV-Student begegnet man oft einem Mangel an Verständnis unter Nicht-Svv-Schülern. Leider ist dies der Fall, und man kann den Menschen nicht vorwerfen, dass sie diese Welt, die ihnen völlig fremd ist, nicht verstehen. Denn wie können sie auch wissen, wie es ist, wenn man nicht mehr tun kann, als sich selbst diesen Schmerz zuzufügen? Deshalb habe ich mich entschieden, diesen Artikel zu schreiben, der zumindest ein wenig Bildung und Verständnis für den SVV in der Gesellschaft bringen sollte. Nach meinem Artikel werde ich einige Texte aus dem **Internet** hinzufügen. SVV (Self-injurious Behaviour) Was ist das? Womit machst du das? Warum tust du das? Wie kann man helfen oder wie sollte man damit umgehen? Wo machst du das? SVV, sind selbstverschuldete Schmerzen. Es kann durch Verbrennen (mit Zigarren, gebrannten Werkzeugen, Bügeleisen usw.) (mit Rasierklingen, Messern, Glasscherben, Scheren usw.) geschnitten werden.) (gegen Wände und Gegenstände) aufkratzen (mit den Fingernägeln

blutiger Kratzer sowie alter Wundschorf wegkratzen) reiben (entlang von Reibungen an Hauswänden oder anderen rauen Oberflächen) und beißen (Fingernägel kauen, sowie Fingerspitzen abbeißen) sowie auch Haarausfall oder mit heißem **Wasser** kochen.

Die „beliebtesten“ Orte, um diese Verletzungen zu verursachen, sind der Arm, sowie die Beine und der Bauch. Seltener verletzen sie sich an den Fußsohlen, im Schambereich, sowie im Gesicht, an den Händen und an den Fingern. Aber warum? Warum fügt sich ein Mensch selbst Schmerz zu? Was ist der Hintergrund? Der Grund dafür liegt oft schon in der frühen Kindheit..... Was können die Gründe dafür sein? Einige Beispiele: -Sexueller Missbrauch - Körperliche Misshandlung - Tod einer nahestehenden Person - Psychischer Missbrauch - Trennung der Eltern - **Mobbing** - Suchtprobleme in der Familie - Vernachlässigung Darüber

hinaus gibt sich der Betreffende in der Regel die Schuld für alles, was mit ihm passiert ist. Das macht ihren Selbsthass noch größer, sie glauben, dass sie nicht geliebt werden können. Glaubt, dass sie das alles verdienen und schuld sind, wenn sie Opfer werden. Aber was nützt Selbstverletzung (Selbstverletzung, auch bekannt als Selbstverletzung, ist definiert als die absichtliche, direkte Verletzung von Körpergewebe, die ohne selbstmörderische Absichten erfolgt)? Es kann sein, dass die Person den Schmerz fühlen will, sich selbst fühlt, fühlt, dass sie lebt. Den inneren, spirituellen Schmerz mit dem Physischen zu befriedigen. Oder du willst **das Blut** sehen, um zu sehen, wie es den Schmerz aus dem Körper herausträgt. Ob für den Schmerz oder um ihn zu sehen, es geht darum, zu erkennen, dass man noch lebt oder den inneren Schmerz zu ertragen. Zur Druckentlastung. Es ist eine Art, mit deinen Gefühlen umzugehen, wenn du sie nicht anders ausdrücken kannst. ES GEHT DEFINITIV NICHT DARUM, AUFMERKSAMKEIT ZU ERREGEN. Viele Kinder lernen zu schweigen, auch wenn sie älter werden, dürfen sie nicht sprechen. Du fängst an, es zu vergessen. Du kannst nicht mehr reden. Du kannst nicht darüber reden, was los ist, was los ist, was passiert ist, was passiert ist, was zu lange geschwiegen hat, MUSS zu lange geschwiegen haben. Angst vor dem Reden, kein Vertrauen mehr und Angst. Ja, Furcht!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!) Das ist eine weitere Sache, die hier erwähnt werden sollte. Das Leben damit besteht aus viel Angst und Misstrauen. Vor alltäglichen Dingen Angst haben, Angst vor der Schule, Angst vor dem Ausgehen, Angst vor der Dunkelheit, Angst vor dem Alleinsein. Angst vor dem Leben, Angst davor, einfach nur zu gehen. Es ist schwer zu leben und mit dieser Angst umzugehen. Angst vor Vertrauen, wenn das Vertrauen so oft enttäuscht wurde, wenn man so oft auf Missverständnisse gestoßen ist und so oft fallen gelassen wurde.....von so vielen Menschen aufgegeben.

Noch etwas: Diese Familien sehen von außen oft perfekt aus. Aber es zeigt nichts, was in der Familie passiert. Die Frage, warum..... „Das Warum. Diese Frage existiert für alles auf der Welt. Warum ist der Himmel blau (diffuse Himmelsstrahlung ist Sonnenstrahlung, die die Erdoberfläche erreicht, nachdem sie von Molekülen oder Suspensoiden in der Atmosphäre vom direkten Sonnenstrahl gestreut wurde) ? Warum können Tiere nicht reden? Warum kann der Mann seine Beine nicht sehen? Warum schneidet sich das Mädchen selbst? Es tut weh!“ Dazu der erste Text aus dem **Internet**: Du fragst uns immer, warum??? Warum tust du dir selbst weh? Warum kannst du dich nicht einfach anders entspannen? Warum redest du nicht

einfach mit jemandem, wenn du krank bist? Nun, vielleicht sind all diese Fragen berechtigt, aber hast du dich nie gefragt, was wir uns fragen? Oder was wir Sie fragen möchten? Warum siehst du uns plötzlich so komisch an, seit du es weißt? Warum willst du uns immer deine Hilfe anbieten, obwohl wir sie (im Moment) gar nicht wollen? Warum fragst du uns immer wieder, ob wir heiß sind, wenn wir im Sommer langärmelig sind? Warum sagst du, dass wir nur Sympathie, Aufmerksamkeit oder so was wollen? Was glaubst du, warum wir verrückt sind? Warum kannst du uns nicht so behandeln, wie wir alle anderen? Warum vertraust du uns nicht und fängst an, uns zu kontrollieren? Warum akzeptierst du nicht einfach, dass das unsere Art ist, mit unseren Problemen umzugehen? So viele Leute haben mich gefragt: „Warum? Und ich konnte es nicht einmal beantworten. Ich wusste nicht, was ich sagen sollte. Hätte ich sagen sollen, dass ich in meine eigene Haut schneide, um mir selbst zu beweisen, dass ich noch am Leben bin? Hätte ich sagen sollen, dass ich mir die Arme aufreißen würde, weil der Schmerz mir so gut tut? Hätte ich sagen sollen, dass ich nur die Schale verletzt habe, um mein Innerstes wirklich zu töten? Nein. Du hättest es nicht verstanden. Warum sollte ich dann reden? Ein weiterer Text aus dem Internet, den ich für sehr gut halte und der vielleicht zu einem besseren Verständnis führt: Eine Anfrage von SVV-Leuten an „Nicht-“ SVV-Leute „Wir können uns vorstellen, wie es ist, für eine Nicht-SVV-Leute zu sehen, die sich selbst eine Person schneidet, die sie liebt. Ich war einfach nur da. Das ist alles, was wir von dir wollen.“

Aber wir wissen auch, dass es schwer ist, nur NUR dort zu sein. Aber es hilft uns nicht, wenn wir auf uns selbst wütend sind, weil wir es tun, oder wenn du Mitleid mit uns hast, wenn wir es tun. Es ist auch nicht gut, wenn man verzweifelt versucht, es zu verstehen, weil man es nicht kann. Es wird nicht helfen, wenn du über die verwirrenden Dinge lachst, die wir dir sagen. Das tut weh. Aber es gibt eine Sache, die man glauben muss. Es tut uns leid, dass wir dich durch das, was wir tun, immer wieder verletzen. Aber es macht uns ausgeglichener, wir fühlen uns besser. Wir würden durch eine viel größere Hölle gehen, wenn wir es nicht täten. Also müsstest du auch durch eine viel größere Hölle gehen. Wir brauchen dich, auch wenn es manchmal nicht so aussieht. Es tut uns leid..... Wir lieben dich....“ Aber was wollen sie? Was kannst du richtig machen, wie kannst du für diese Menschen da sein und wie kannst du ihnen helfen oder ihnen das Gefühl geben, dass du für sie da bist? Und was sollten Sie noch einmal nicht tun? Der nächste Text beantwortet diese Fragen: Alles, was wir von dir brauchen, ist,

dass du uns von Zeit zu Zeit aufrichtig umarmst und für uns da bist, wenn du merkst, dass wir reden wollen. Das ist alles. Bitten Sie uns nicht, es Ihnen zu erklären, wenn wir lieber schweigen würden. Schrei uns nicht an, das macht es nur noch schlimmer. Versuchen Sie, uns nicht krampfhaft zu verstehen, wenn Sie es nicht können. Sei nicht sauer auf uns, denn wir wollten uns verletzen, niemals DICH! Halte uns einfach in deinen Armen und gib uns das Gefühl, dass wir nicht allein sind. Denn das ist es, was uns am meisten fehlt..... Für alle, die die Augen schließen und wegschauen, für alle, die nicht sehen wollen, was passiert, und sich abwenden und sich von diesen Menschen abwenden. WACH ENDLICH AUF!!!!!!! ENDLICH DIE AUGEN ÖFFNEN UND SEHEN, WIE VIELE MENSCHEN DEINE HILFE UND WÄRME BRAUCHEN. Machen Sie es heute und nicht morgen, denn morgen kann es schon zu spät sein, warten Sie nicht. Du hast zu viel Zeit verschwendet, du hast zu lange weggeschaut. Für alle diese gilt der folgende Text: Menschen, die Probleme haben, die die „Gesellschaft“ für „untypisch“ hält, werden beiseite geschoben und ignoriert. Es kann jeden betreffen, der plötzlich nicht mehr mit seinem Leben zurechtkommt und deshalb anfängt, „kranke“ Dinge zu tun. Es gibt viele, die begonnen haben, ihrem Körper erheblichen Schaden zuzufügen, sei es durch übermäßige oder viel zu wenig Nahrung, durch selbstverschuldete Verletzungen oder durch etwas anderes; es gibt diese Menschen, um Gottes willen, und es gibt jeden Tag mehr! Schaut nicht immer weg, ihr verdammten Ignoranten! Hör auf, alles durch deine rosa Brille zu sehen und kümmere dich um die Interessen anderer!

Denkst du, dass du besser bist, nur weil du dein Leben unter Kontrolle zu haben scheinst? Du schreibst uns mit deiner „Look at it positive“ Scheiße eine Nachricht und ignorierst völlig, dass wir in diesem Leben nichts Positives mehr finden können. Anstatt uns zuzuhören, geben Sie uns weise Ratschläge, die in Ihrer Situation hilfreich erscheinen. Hey, es hat keinen Sinn, einem Selbstmörder zu sagen: „Kopf hoch, morgen wird alles anders aussehen.“ Dies ist ein Satz, den du benutzt, weil du in Wirklichkeit keine Ahnung hast, wie du helfen kannst und wahrscheinlich auch nicht willst. Ihr fürchtet unsere Welt, weil sie sich von dem unterscheidet, was ihr wisst. Glaubst du, wir haben unseren Zustand gewählt? Wir wollen nichts anderes, als glücklich zu sein und ohne Psychiater leben zu dürfen oder Angst zu haben, etwas falsch zu machen. Wenn wir überhaupt auffallen, dann nur durch eine Schlagzeile in der Zeitung, eine von vielen dieser Art: Verzweifelter 13-jähriger

Schulmädchen wirft sich vor den Zug oder die Schülerin hängt sich in seiner Wohnung auf oder der 20-jährige Heroinabhängige stirbt auf der Bahnhofstoilette. Ich verstehe, was du meinst. Es ist einfach einfacher, nicht daran zu denken. Bis es euch dann mal selbst erwischt, bin ich mir klar, dass es nicht wirklich einfach ist, es zu verstehen. Aber ich habe zumindest versucht, dich durch diesen Artikel ein wenig näher an die Sache heranzuführen, und VIELMAL die Augen einiger weniger geöffnet. Da SVV ein sehr umfassendes Thema ist, habe ich in diesem Artikel nur das Wichtigste aufgeführt. Wenn Sie sich mehr für das Thema interessieren, können Sie gerne die untenstehenden Webadressen besuchen. Ich weiß, dass du es wahrscheinlich nicht verstehen kannst, aber schau wenigstens nicht immer weg, das wäre ein Anfang und täusche die Leute, die es tun, nicht deswegen, weil es die Dinge nur schlimmer macht. Solche Menschen haben in ihrem Leben genug Leid erfahren und müssen keine dummen Kommentare hören.