

# **ABC wychowania - z myślą o dzieciach**

**O POCZUCIU WŁASNEJ WARTOŚCI SŁÓW KILKA**

**Zaburzenia depresyjne u dzieci i młodzieży**

Jak zapewnić dzieciom bezpieczeństwo w Internecie?

1 marca Światowym Dniem Wiedzy o Samookaleczeniach

W związku z przypadającym **1 marca Światowym Dniem Wiedzy o Samookaleczeniach**, pragniemy podzielić się z Państwem materiałem dotyczącym autoagresji wśród młodzieży. Temat ten jest rzadko poruszany zarówno w mediach, jak i w literaturze fachowej, a informacje, które można zdobyć są niepełne i wymagają uzupełnienia. Autoagresja jest pojęciem szerokim i określenie jej granic jest trudne, obejmuje bowiem zachowania zarówno powszechnie uznawane za normalne (tj. ćwiczenie ponad swoje możliwości, operacje kosmetyczne, sport w skrajnych formach itp.), które powodują jednak pewne deformacje ciała i mogą być przejawem zaburzeń psychicznych, jak i działania uważane za patologiczne (samookaleczenia).

### **Dlaczego się ranią?**

Najczęstszą przyczyną autoagresji jest uraz spowodowany w dzieciństwie. Może być nim: bicie dziecka, poniżanie go, ignorowanie jego potrzeb, co prowadzi do zaburzeń w sferze emocjonalnej i w konsekwencji do autoagresji. Niewłaściwe postawy rodzicielskie (odrzućenie, zaniedbanie, nadopiekuńczość, nadmierne wymagania), trudna sytuacja ekonomiczna, bezrobocie, problemy alkoholowe - sprzyjają pojawieniu się tego zaburzenia. Powodem może być również brak rodziców: śmierć, rozwód, pobyt w domu dziecka, szpitalu.

Do zachowań autodestrukcyjnych zaliczyć można także: zaburzenia łaknienia (bulimia, anoreksja, otyłość), nałogi, obgryzanie paznokci i opuszków palców, przymus uszkodzania skóry (drapanie, rozdrapywanie ran, gryzienie warg) oraz przymus wyrywania sobie włosów (z brwi, rzęs, z głowy, a następnie niejednokrotnie zjadanie ich).

### **Terapia**

Terapia osób autoagresywnych powinna obejmować nie tylko osobę zaburzoną, ale całą rodzinę, ponieważ obecność tego zaburzenia świadczy zwykle o problemach wewnątrz rodziny. Działalność terapeutyczna to: praca z psychoterapeutą (a czasami z psychiatrą) oraz praca socjoterapeutyczna, mająca poprawić funkcjonowanie jednostki w społeczeństwie.

Innym rodzajem pomocy jest terapia skierowana na ciało. W jej trakcie pacjent od nowa poznaje własne ciało, uczy się je akceptować, kochać, dbać o jego potrzeby; uczy się kontaktować z innymi ludźmi.

Ważne, aby wszelkie zachowania autoagresywne, nawet te najdrobniejsze, nie były lekceważone.

**Pedagog szkolny: Emilia Bernat**

**Jak rozmawiać z własnym dzieckiem?**

**Wybierz życie - Pierwszy krok**

**Nastoletnia depresja**

## **Agresja u dzieci**

Dodana: 26 październik 2022 13:18 Zmodyfikowana: 11 październik 2023 18:44