

ПСИХИЧКАТА БОЛКА НЕ ТЕРА ДА КРЕНЕМЕ РАКА НА СЕБЕ

Кај овие лица особено се препорачува психотераписки третман. Важно е лицата да се информирани дека проблемот не е неизлечлив и нерешлив

Сечење, гребене, тегнење на косата, удирање, чепкање на раните и преизвикување изгореници се некои од нештата што луѓето ги прават за да се самоповредат. По самоповредувањето, лицето чувствува ослободување од моментната напнатост и растоварување. Оваа појава е најзастапена кај адолесцентите.

Самоповредувањето е чин на намерно оштетување на сопствените телесни ткива, што доведува до сериозни ткивни оштетувања или појава на лузни на кожата кои остануваат видливи и денови по самоповредата. Самоповредувањето има за цел да ги промени или контролира моменталните интензивни емоции, вели д-р Тина Темелковска, психијатар во Промедика Медикал Центар во Скопје.

Самиот чин е начин да се надминат интензивните чувства на болка, напуштеност, чувство на помала вредност и воедно да се сочува психичкиот интегритет на личноста со единствено то моментно расположливо средство.

Иако чинот може да биде и упадлив и драматичен, најчесто се одигрува во тајност и

е проследен со чувство на срам и грижа на совест, поради што личноста се труди да ги прикрие сите видливи траги на себе од околината, вели д-р Темелковска.

ОБЛАК ОД ИНТЕНЗИВНИ ЕМОЦИИ

Но, зошто некои луѓе се самоповредуваат?

Бидејќи ова однесување може да е последица на силни емоции, кои не може да се канализираат, тогаш тие стануваат сè посилни и поинтензивни и личноста е затечена во облак од преинтензивни различни емоции што не успева да ги диференцира. Со физичките повреди на некој начин ги конкретизира на попримитивно ниво и им дава реалитет. Самоповредувањето може да биде и како последица од страв од некои поголеми повреди (личноста се уверува дека со самоповредувањето спречила некоја поголема повреда). Често е и самоповредувањето е поради самопрезир, особено кај лица што имаат историја на емотивна, физичка и сексуална злоупотреба во детството, објаснува д-р Темелковска.

ОЛЕСНУВАЊЕ НА НАПНАТОСТА

Д-р Темелковска вели дека во центарот на оваа проблематика се наоѓа психичка болка, што личноста не умее ниту соодветно да ја искаже ниту да ја канализира на кој било начин освен со нанесување физички повреди на себе.

Преплавеноста со интензивни негативни емоции се прекинува со тоа што се преизвикува физичка болка на

ШТО ИМ НОСИ БОЛКАТА?

Лицата што се самоповредуваат велат дека нанесувањето болка им носи:

- Бегство од празнината, од депресијата и од чувството на нереалност
- Намалување на тензијата

- Олеснување
- Ослободување од бесот
- Бегство од затапеноста
- Потреба од комуникација со другите
- Казнување на себе
- Пренасочување на вниманието од проблемот



себе, која во тој момент личноста ја доживува како решение и олеснување од напнатоста. Во некои други случаи, лицето се самоповредува за да разбуди кај себе какво било чувство освен затапеност и мртвило кои се присутни. Во секој случај, задничко за сите кои се самоповредуваат е тоа што ова однесување е само симптом на нешто што личноста моментално го преживува и без чие расчистување не може да се прекине ни процесот на самоповредување, вели д-р Темелковска.

ТРИ ТИПА

Какви форми на самоповредување има?

Д-р Темелковска вели дека може да се издвојат три типа:

Д-р Тина Темелковска,

психијатар во Промедика Медикал Центар во Скопје

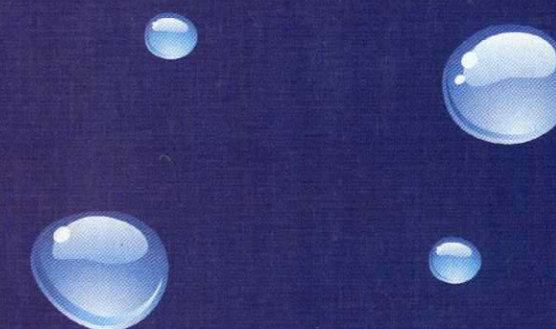


• Мајор тип на самоповредување (кастрација, ампутација на екстремитет, денуклеација на око). Овој тип е редок и се јавува кај длабоко ментално ретардирани лица.

• Стереотипно самоповредување (ритмичко удирање на главата), присутно кај ментал-

AQUA[®] MARIS

Вдишете го морето



ЧИСТОТА

СТРУЧНОСТ

ЕФИКАСНОСТ

100% природно

ЕДНОСТАВНОСТ



Целосен концепт на здравје за уво, нос и грло од Јадранско море

Lift the senses.
Разбудете ги сетилата.



www.jgl.hr