

Når skaden er sket!



Selvskade - CUTTING - gør ondt!

Denne folder henvender sig især til læger og andre fagpersoner

Baggrunden for denne folder...

- er, at vi desværre har mange dårlige oplevelser med læger og andre fagpersoner, når vi har udøvet selvskade.

Det gælder bla:

- * Når læger ikke vil bedøve os.
- * Læger der siger, at når vi selv har påført os smerten ved såret, kan vi også klare smerten ved at blive syet.
- * Ved følelsen af at være til besvær.
- * Ved at skulle undskylde at vi er der (*igen*).

Få tilsendt gratis folder:

E-mail: cutting@behandlosordentligt.dk



Præsentation:

Vi er en gruppe af tidligere /nuværende cuttere, der har erfaring med at skade os selv.

Vi har lavet denne folder i samråd med fagpersonale.

Jeg skærer mig fordi:

- * Den fysiske smerte er håndgribelig og lettere at forholde sig til end den psykiske smerte indeni.
- * Det giver mig ro for mit psykiske kaos.
- * Verden er uvirkelig for mig pga. psykose, så jeg har derfor brug for at komme tilbage til virkelig heden.
- * Jeg kommer tilstede i virkeligheden igen, når jeg ser blodet løbe.
- * Jeg kan ikke få ro for stemmerne på anden måde.
- * Jeg ikke kan holde ud at være i mig selv.
- * Det er en form for flugt og afmagt.
- * Omverdenen, skal vide, at jeg har brug for hjælp.



Sådan vil jeg gerne mødes af fagpersoner...

Jeg har brug for:

- Omsorg - for såret gør ondt, og jeg har skåret mig, fordi jeg har det rigtig dårligt psykisk.
- At der ikke lige nu stilles en masse spørgsmål, om, hvorfor jeg har skåret mig.
- Forståelse for, at når jeg har skåret mig på et tidspunkt, hvor det var min eneste mestringsstrategi for at komme væk fra det kaos, jeg har/havde i mit hoved.
- At såret bliver syet pænt sammen, ligesom hvis jeg havde skåret mig ved et hvilket som helst andet uheld.
- Info om efterbehandling af arrene.

