

Sebepoškozování u českých adolescentů

Martin Dolejš, Denis Veselý, Natálie Kubínková, Lucie Vavrysová, Roman Procházka

Katedra psychologie, Filozofická fakulta Univerzity Palackého v Olomouci

Sebepoškozování je klasifikováno jako maladaptivní copingová strategie, často spojená s afektivní dysregulací a interpersonálními potížemi. Z klinického hlediska se jedná o behaviorální fenomén, jenž bývá zařazován pod tzv. nesuicidální sebepoškozující chování (NSSI – non-suicidal self-injury).

Prevalenční údaje napříč longitudinálními a průřezovými studii ukazují, že lifetime prevalence NSSI u adolescentů dosahuje až 23 %, přičemž incidenci je nutno vnímat v kontextu kulturně-specifických faktorů, genderové identity a online sociálních interakcí. Významnou vulnerabilní skupinu tvoří jedinci s komorbidními poruchami, zejména s hraniční poruchou osobnosti (BPD), depresí, úzkostnými poruchami a posttraumatickou stresovou poruchou (PTSD).

Rizikové faktory lze kategorizovat na intrapersonální (např. alexithymie, nízká frustrační tolerance, impulzivita) a interpersonální (dysfunkční rodinné zázemí, deficit v sociální oporové síti, zkušenost s traumatem či šikanou). Vliv digitální kultury a internetových platforem hraje ambivalentní roli – může fungovat jako spouštěč i jako prostředek k vyhledání pomoci. Chronifikace sebepoškozujícího chování je spojena se zvýšeným rizikem suicidálních jednání, internalizačních poruch a zhoršením psychosociální adaptace. Dlouhodobé konsekvence mohou zahrnovat strukturální změny v osobnostním vývoji, sociální izolaci a chronické somatické komplikace. Včasná detekce a intervence tak představují zásadní faktor v prevenci eskalace a sekundární psychopatologie.

Testová baterie zahrnovala osm psychodiagnostických metod zaměřených na posouzení výskytu sebepoškozujícího chování, míry depresivity, alexithymie, zkušenosti s vrstevnickými vztahy a dalších relevantních psychologických proměnných. Prezentované výsledky vycházejí z metody „Screening vztahu ke svému tělu a k sobě samému“, která představuje experimentální diagnostický nástroj orientovaný specificky na problematiku sebepoškozování.

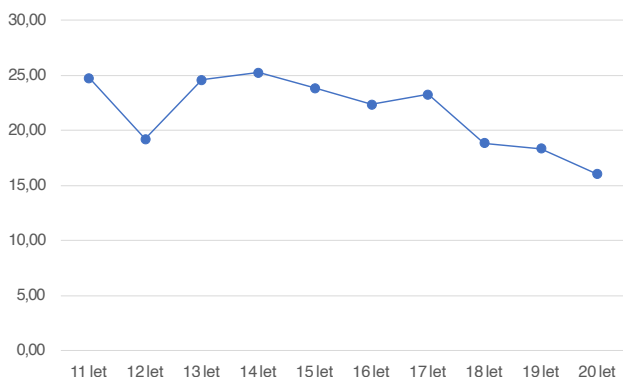
Výzkumného šetření se zúčastnili adolescenti ve věkovém rozmezí 11 až 20 let, kteří aktuálně navštěvují nižší a vyšší sekundární stupeň vzdělávání dle mezinárodní klasifikace ISCED (úroveň 2 a 3). Celkový výzkumný soubor tvořilo 4 014 respondentů, z toho 2 180 dívek (54,31 %) a 1 834 chlapců (45,69 %). Nejmladší a nejstarší zastoupené věkové kohorty představovali 11letí adolescenti (N = 89) a 20letí adolescenti (N = 25), které lze považovat za věkové marginální skupiny v rámci celého výzkumného souboru (tabulka 1 a graf 1).

Tab. 1: Věkové rozložení výběrového souboru

Skupina	Počet	Průměr	Minimum	Maximum	Směrodatná odchylka
Chlapci	1840	15,21	11	20	2,19
Divky	2180	15,11	11	20	2,15
Celá skupina	4014	15,15	11	20	2,17

Na základě dostupných dat se ukazuje, že pravidelné záměrné sebepoškozování (minimálně jednou týdně) vykazuje přibližně 7,12 % dívek a 2,37 % chlapců. Extrapolací těchto údajů na populaci adolescentů v České republice lze odhadnout, že se tento fenomén může týkat přibližně 100 000 jedinců. Významný nárůst prevalence sebepoškozujícího chování je pozorován ve věku mezi 12. a 13. rokem života (graf 2), přičemž zkušenost s tímto typem chování v tomto věku uvádí přibližně 25 % respondentů, přičemž poměr činí přibližně 5:1 ve prospěch dívek. Ve všech věkových kohortách chlapců se navíc přibližně 10 % setkává se sebepoškozováním alespoň několikrát ročně. V populaci dívek dle věku osciluje mezi 21 až 40 %.

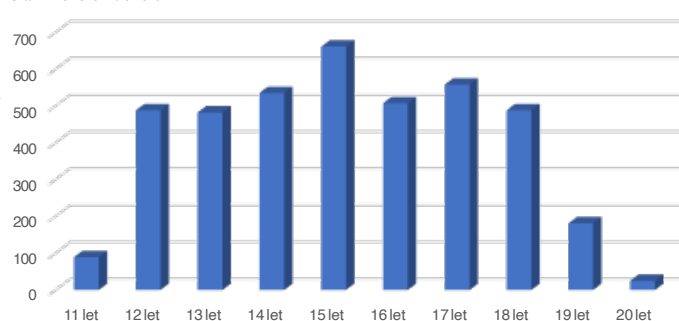
Graf 2: Výskyt záměrného sebeublívání ve skupině českých adolescentů dle věku (několikrát ročně až několikrát denně)



Na základě dat uvedených v tabulce číslo 2 o frekvenci výskytu vybraných autoagresivních a stresových aktivit lze konstatovat, že určité formy maladaptivního chování nejsou v populaci zcela marginální. Nejvyšší podíl respondentů uvádí okusování nehtů, přičemž více než 60 % osob tuto aktivitu realizuje alespoň příležitostně, z čehož přibližně třetina s vysokou frekvencí (vícekrát denně až jednou týdně). Podobně častá je i orální autoagrese ve formě kousání do vnitřní strany úst, kterou s obdobnou četností provádí více než 31 % dotázaných. Na druhém konci spektra se nachází behaviorální projevy spojené s intenzivním poškozováním tělesné integrity, jako je pálení kůže zapalovačem, cigaretou či sirkami, řezání nebo vyřezávání obrázců do kůže či vytrhávání vlasů. Tyto formy autoagresivního chování deklaruje jako alespoň občasné méně než 15 % respondentů, přičemž většina uvádí, že se jich nikdy nedopustila. Tyto aktivity lze tak považovat za relativně raritní, avšak z hlediska klinické relevance významné. Zjištěné údaje poukazují na to, že se v populaci vyskytuje široké spektrum autoagresivních, které se liší jak mírou výskytu, tak intenzitou.

Zjištěné údaje z prezentované studie poukazují na to, že se v populaci vyskytuje široké spektrum autoagresivních a maladaptivních strategií zvládání stresu, které se liší jak mírou výskytu, tak intenzitou. Výsledky zároveň indikují potřebu většího důrazu na prevenci, včasný screening a intervenci u jedinců vykazujících opakující se, zejména závažnější formy autoagrese.

Graf 1: Rozložení dle věku



Tab. 2: Frekvence výskytu vybraných aktivit

Aktivita	Nikdy	Vícekrát měsíčně až několikrát ročně	Vícekrát denně až jednou týdně
Okusují si nehty.	39,38	28,56	32,06
Bouchám hlavou do polštáře.	60,30	30,52	9,19
Propichuji si kůži špendlíkem či jiným ostrým nástrojem.	79,37	17,49	3,15
Štípu se do kůže.	63,78	25,09	11,13
Pálím se zapalovačem, cigaretou nebo sirkami.	94,41	4,33	1,26
Škrábu si kůži až do krve.	78,45	15,83	5,72
Řezá se nebo si vyřezávám obrázce do kůže.	85,30	11,37	3,33
Mlátím do zdi nebo předmětů (stůl, lavice).	41,18	41,05	17,77
Biju se.	78,60	16,26	5,14
Škrábu se na kůži.	57,11	24,12	18,77
Štípu se po těle.	74,68	17,84	7,47
Pálím se na kůži.	94,22	4,55	1,23
Koušu se na různých místech těla.	77,30	15,92	6,78
Koušu se do vnitřní strany úst.	41,30	27,55	31,15
Vytrhávám si vlasy.	85,05	11,25	3,70
Píchám se ostrými předměty.	82,60	14,02	3,37
Dráždím si bolestivá zranění z minulosti.	78,25	15,81	5,94
Rozedírám si kůži.	81,52	13,18	5,30

