

Stefan Sandström

[www.spfab.se](http://www.spfab.se)

# 3 typer av självskadebeteenden

# LIVSPOSITIONER

+

+

-

+

+

-

-

-

# LIVSPOSITIONER (2)

*Jag är inte OK - Du är OK*



Neurotisk position

- Problem: Orsakas av mig själv.
- Problemlösning: Skärpa mig.
- Känslor: skuld, skam, depression
- Försvar: Vända mot det egna jaget.

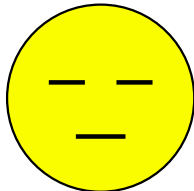
*Jag är OK - Du är OK*



Frisk position

- Problem: Realistiska
- Problemlösning: Samarbete
- Känslor: Adekvata för sammanhanget.

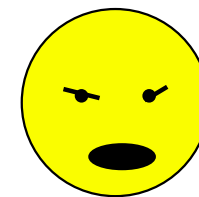
*Jag är inte OK- Du är inte OK*



Schizoid position

problem: Otillräcklig i en ond värld  
problemlösning: Undandragande  
Känslor: Relaterar till inre verklighet  
Försvar: Psykotiskt undandragande.

*Jag är OK - Du är inte OK*



Personlighetsstörd position

- problem: Andra ställer till det för mig!
- problemlösning: Köra över andra.
- Känslor: Kamp och flykt (aggr & skräck)
- Försvar: projektion, proj. identifikation, utagerande

# Tre typer av självskadebeteenden

## ■ **Depressivt**

- Självskada p.g.a. Självhat
- Medvetet eller omedvetet
- Lättnader i ångestnivån resulterar

## ■ **Borderline**

- Självskada p.g.a. Uppmärksamhetsbehov

## ■ **Schizofreni**

- Självskada vid förintelseångest
- Bekräftar existens

