

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Dlaczego niektórzy ludzie się okaleczają

Nawet jedna piąta Polaków może się umyślnie okaleczać - ocenia Marta Korporowicz, doktorantka Instytutu Psychologii UŁ. Analizuje ona zjawisko autoagresji i samouszkodzeń niesamobójczych, takich jak "skary", "sznyty" czy ozdobne wzory z blizn.

Osoby, które chcą wziąć udział w badaniu, mogą anonimowo wypełnić prowadzony przez nią [kwestionariusz online](#).

Niegdyś kojarzone głównie z zaburzeniami psychicznymi lub dysfunkcjami rozwojowymi, z czasem skłonności do samookaleczania się zaczęły być zauważane także wśród innych osób.

Marta Korporowicz definiuje samouszkodzenia niesamobójcze jako celowe, zadane samemu sobie uszkodzenie tkanek ciała, które nie jest usankcjonowane społecznie - oraz któremu nie towarzyszy intencja samobójcza. Do takich uszkodzeń zalicza: cięcie skóry (szczególnie przedramienia) i rzeźbienie w niej oraz poważne zadrapanie. Sposobami na samookaleczanie jest też gryzienie, uderzanie o coś częściami ciała lub głową, a także kopanie samego siebie i bicie np. kijem lub pasem. To także przypalanie, utrudnianie gojenia się ran poprzez odrywanie strupów. Szczególną kategorię stanowi powodowanie głębokich ran na skórze, także takich, które tworzą wzory lub symbole. Kolejne metody samookaleczeń to pocieranie skórą o twardą powierzchnię, szczypanie, kłucie siebie igłami, wyrywanie sobie włosów, a nawet połykanie niebezpiecznych substancji.

Doktorantka zaznacza, że osoby dokonujące takich aktów dobrze się ukrywają m.in. przez noszenie ubrań maskujących rany oraz dokonywanie okaleczeń w samotności. Bardzo często nawet najbliższa rodzina lub przyjaciele nie znają ich tajemnicy.

Skoro jest to problem, z czego mogą wynikać takie skłonności? "Najczęstszym powodem, dla którego nie chcą ujawniać swoich trudności jest lęk przed odrzuceniem, brakiem akceptacji, brakiem zrozumienia oraz stygmatyzacją" - mówi Marta Korporowicz.

Badacze zajmujący się tym zjawiskiem przyjmują, że problem samouszkodzeń dotyczy nawet około 18 proc. społeczeństwa. Przeważnie pierwsze samouszkodzenia podejmowane są w wieku dojrzewania (przeciętnie 13-16 lat), jednak zauważana jest niepokojąca tendencja do obniżania się wieku inicjacji - zdarzają się przypadki samouszkodzeń już u 10-latków. Zachowania te utrzymują się także w okresie wczesnej dorosłości, szczególnie jeśli osoba nie otrzymała wcześniej pomocy psychologicznej.

Badaczka stwierdza, że dokonujący samouszkodzeń to najczęściej osoby, które doświadczyły trudnych sytuacji w dzieciństwie lub w okresie dorastania, np. przemocy fizycznej, psychicznej lub seksualnej. Mogą to robić także osoby, które mają niezabezpieczone potrzeby emocjonalne, trudne relacje w rodzinie i z rówieśnikami, są tzw. „kozłami ofiarnymi”.

Zdaniem badaczki wiedza o tym, jakie funkcje pełnią samookaleczenia, pomoże terapeutom skutecznie pracować z takimi osobami.

Dlaczego zatem ludzie się "tną"? Niektórzy badani przyznają, że samouszkodzenie pozwala im się uspokoić, wyciszyć, uwolnić napięcie. Zachowania autoagresywne służą w tym wypadku regulacji emocji. Drugą co do powszechności funkcją samouszkodzeń jest karanie samego siebie. Służy to rozładowywaniu złości, jaką człowiek kieruje przeciwko sobie.

Inni z samookaleczeń czerpią korzyści o charakterze społecznym. Mogą w ten sposób niejako wołać o pomoc i wsparcie od osoby znaczącej - członka rodziny czy przyjaciela. Przez dokonanie samouszkodzenia osoby o takich skłonnościach chcą wpływać na postawy i zachowanie innych osób. Mogą też próbować nawiązywać w ten sposób więź z rówieśnikami. Dotyczy to głównie nastolatków, którzy samookaleczają się, ponieważ jest to zachowanie, które może być pożądane w atrakcyjnej dla nich grupie.

Marta Korporowicz zaadaptowała do języka polskiego kwestionariusz do badania form i funkcji

samouszkodzeń niesamobójczych. Trwają prace sprawdzające przydatność tego narzędzia do badań naukowych. Doktorantka zakłada, że narzędzie zdobyć informacje pomocne w przygotowywaniu programów profilaktycznych i terapeutycznych.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/30090.html>



23-06-2026

## **Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej**

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

## **Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią**

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

## **Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny**

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

## [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#)

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

## [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#)

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

## [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

## Przyjemnych snów życzy anestezyjolog

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.



22-06-2026

## Za mało siedzenia także może szkodzić

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

**Informacje dnia:** [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

**Partnerzy**