



Persbericht – Brussel, 16 januari 2014

Moeilijke thuissituatie en negatieve relaties met vrienden vormen de grootste stressoren voor jongeren met suïcidale gedachten

Uit een onderzoek op initiatief van Awel gevoerd door de Eenheid voor Zelfmoordonderzoek (Universiteit Gent) blijkt dat jongeren met zelfdodingsgedachten die een gesprek aanknopen met Awel vooral een moeilijke thuissituatie (36,9%) en negatieve relaties met vrienden (29,1%) aanhalen als belangrijkste stressoren. Onder die laatste wordt het meemaken van pesten in 19,1% van de gesprekken gerapporteerd.

In 2012 registreerde Awel meer dan 900 gesprekken met als hoofdthema 'depressie/zelfmoordgedachten'. Het thema wordt voornamelijk via de online kanalen -chat, e-mail en forum- besproken. Gezien suïcidale jongeren de weg vinden naar Awel leek een onderzoek naar deze gesprekken dan ook opportuun. Het onderzoek kadert in het Vlaams actieplan suïcidepreventie en werd gefinancierd door Vlaams minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin Jo Vandeurzen.

Het onderzoek analyseerde alle chat-, e-mail- en forumberichten (550 bronnen) uit het jaar 2012 en richtte haar analyse op drie vragen:

- 1) Welke factoren spelen een rol in de ontwikkeling van suïcidale gedachten, gevoelens en gedrag van jongeren?
- 2) In welke fase van het suïcidaal proces zitten jongeren die contact opnemen met Awel?
- 3) Hoe praten jongeren over suïcide?

Uit de analyse blijkt dat voornamelijk suïcidale meisjes tussen 12 en 17 jaar de weg vinden naar Awel. Suïcidale gedachten en gevoelens ontstaan vanuit een complexe interactie van stressoren in combinatie met een afwezigheid van beschermende factoren. Moeilijkheden binnen de thuissituatie (36,9%) en negatieve relaties met vrienden (29,1%) geven jongeren in dit onderzoek aan als belangrijkste stressoren. Onder die laatste wordt het meemaken van pesten in 19,1% van de gesprekken gerapporteerd.

Gevoelens die hier achter schuil gaan, zijn algemene depressieve gevoelens maar ook eenzaamheid en angst. Ze voelen zich vaak alleen en onbegrepen en leven met het idee nergens terecht te kunnen. Dit kan mogelijk samenhangen met de beperkte steun die ze ervaren, de moeite die ze hebben om over hun problemen te praten en een negatieve houding t.o.v. de hulpverlening. Ook een negatief zelfbeeld, waaronder minderwaardigheidsgevoelens, zelfhaat en het gevoel voor andere mensen een last te zijn, worden gerapporteerd door deze jongeren.



Als reactie op het zich slecht voelen stelt 34% van de suïcidale jongeren regelmatig tot vaak zelfbeschadigend gedrag. Ook zullen deze jongeren als reactie op het slechte gevoel zich vaak afzonderen en trachten een masker op te zetten voor de buitenwereld.

De belangrijkste reden voor jongeren om niet over te gaan tot zelfdoding ligt in het feit dat ze er nog willen zijn voor hun familie. Ze willen hun ouders liever niet kwetsen. De schaamte en de angst om de ouders teleur te stellen is groot en hangt ook samen met een angst, taboe en drempel om hierover te praten met de ouders.

De sociale steun van vrienden en leerkrachten vormt de belangrijkste buffer voor jongeren met zelfdodingsgedachten. Ze proberen zich op te trekken aan hun vrienden, vinden steun bij hun leerkrachten en koesteren hoop in het hebben van een toekomstperspectief.

Chatten vormt voor de jongeren uit dit onderzoek een manier om makkelijker over hun problemen te kunnen praten. Eén van de aanbevelingen van het onderzoek is dan ook het verder inzetten op online hulp, zowel op de eerste als op de tweede lijn.

Jongeren die vragen hebben over zelfdoding kunnen terecht bij Awel, of bij de Zelfmoordlijn 1813.

Noot voor de redactie:

Voor meer info, vragen of een interview kan je contact opnemen met:

Prof. Dr. Gwendolyn Portzky voor de Eenheid voor Zelfmoordonderzoek op het nummer 0486/320681

Sibille Declercq voor Awel op het nummer 0474/608168

Gelieve in alle artikels, interviews en reportages rekening te houden met de mediarijchlijnen inzake zelfdoding – zie bijlage.

