



## "AWEL, IK ZIE HET NIET MEER ZITTEN"

Kwalitatieve analyse van chatgesprekken, e-mail- en forumberichten m.b.t. suicide

Eva Dumon - Eenheid voor Zelfmoordonderzoek

KeKi "Research on Stage" - 9/10/14

EENHEID VOOR ZELFMOORDONDERZOEK  
UNIT FOR SUICIDE RESEARCH

**awel**  
LUSTIGER MAAR VERHOEDER EN JOUCHEER

Met steun van de Vlaamse overheid

# PROGRAMMA

1. Introductie
2. Methode
3. Resultaten
4. Conclusies en beleidsaanbevelingen

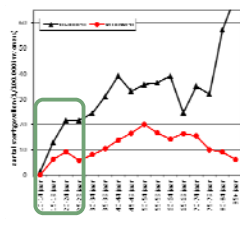
# 1. INTRODUCTIE

## 1. Introductie

- Aanleiding voor het onderzoek
- Onderzoeksvragen
  - I. Welke factoren spelen een rol in de ontwikkeling van suicidale gedachten, gevoelens en gedrag van jongeren?
  - II. In welke fase van het suïcidaal proces zitten jongeren die contact opnemen met Awel?
  - III. Hoe praten jongeren over suïcide?

## Introductie - Epidemiologie

- Suïcides vs. Suïcidepogingen in Vlaanderen



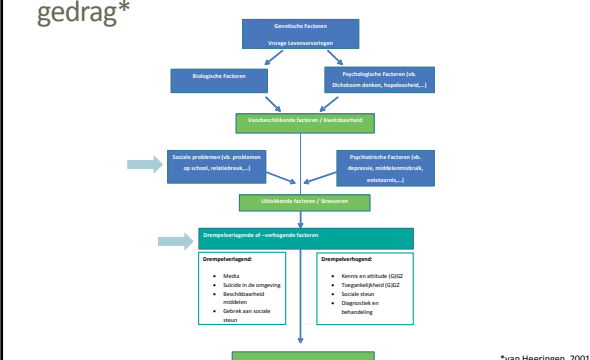
Bron: Vlaams Agentschap voor Zorg & Gezondheid, 2011

Person-based rates suïcidepogingen, Groot Gent, 2013, volgens leeftijd en geslacht

Leeftijd	13-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75+
maatschap	163	349	212	222	202	368	225	254	113	98	58	210	124
versuiciden	204	439	277	226	213	356	469	312	206	176	120	148	127
totaal	225	395	244	224	208	363	344	283	160	137	91	173	125

Bron: Eenheid voor Zelfmoordonderzoek (UGent), 2013

## Introductie - Verklarend model voor suïcidaal gedrag\*



\*van Heeringen, 2001

## Introductie - Online hulpverlening

- Opkomst van internet, sociale netwerken, smartphones, tablets,...
- Online hulp: informatie, zelfhulp, e-therapie
- Voor- en nadelen online hulp
- Effectiviteit



## 2. METHODE

## 2. Methode

- Kwalitatief onderzoek: coderen en analyseren van (geanonimiseerde) chatgesprekken, e-mailberichten en forumberichten (totaal: 550)
- Goedkeuring ethische commissie (UZ Gent)
- Softwareprogramma: Nvivo
- 3 Fasen
  - Open coderen > Axiaal coderen > Selectief coderen



## 3. RESULTATEN

- Doelgroep
- Onderzoeksvraag 1: welke factoren spelen een rol?
- Onderzoeksvraag 2: waar bevinden jongeren zich in het suïcidaal proces?
- Onderzoeksvraag 3: hoe praten jongeren over suïcide?

## Resultaten - Respondenten



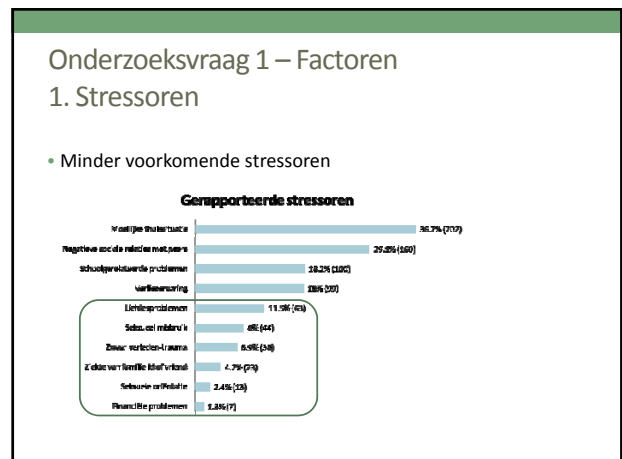
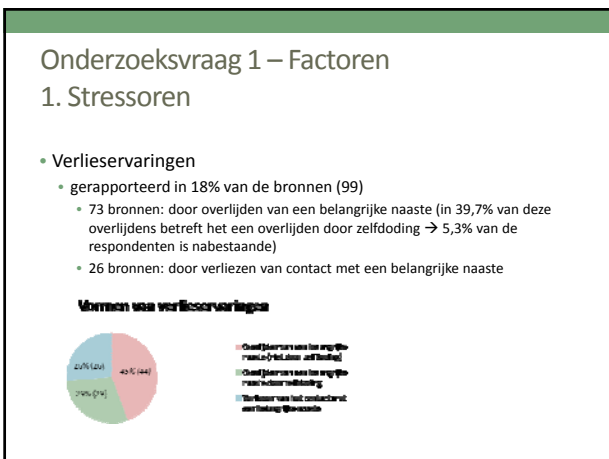
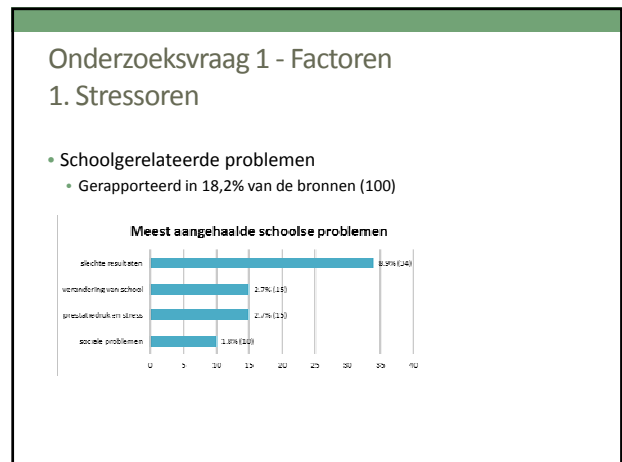
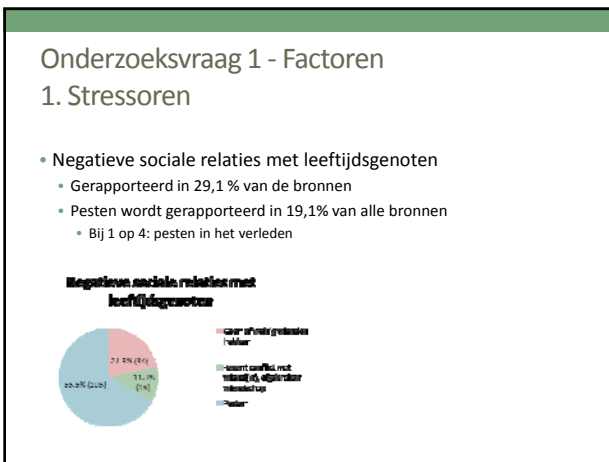
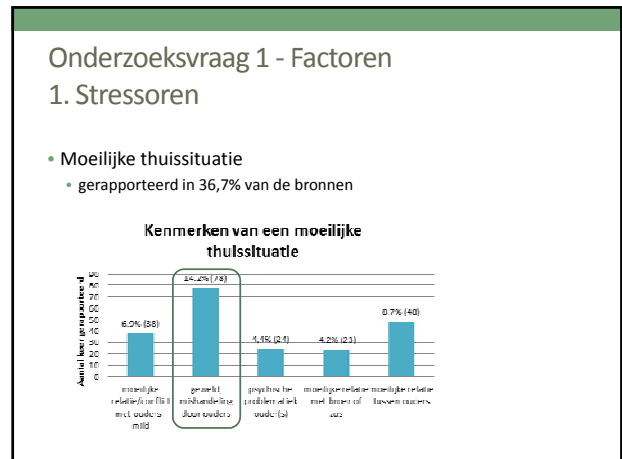
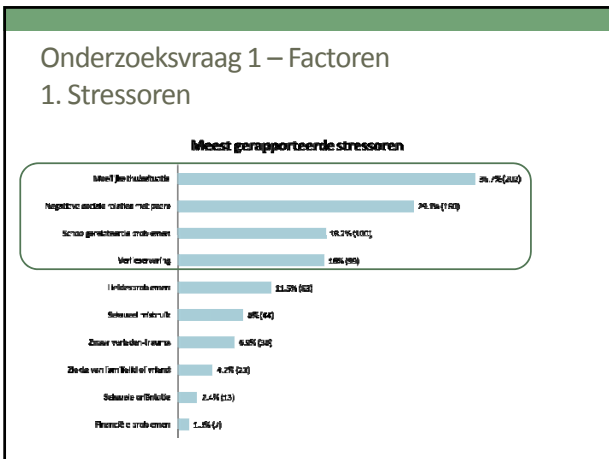
## Resultaten

- Onderzoeksvraag 1

Welke factoren spelen een rol in de ontwikkeling van suïcidale gedachten, gevoelens en gedrag van jongeren?

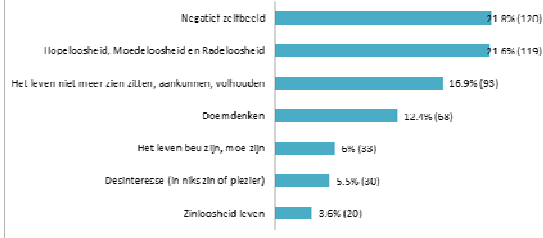
1. Stressoren
2. Cognities en emoties
3. Fysieke en psychische klachten
4. Gedragmatige reacties
5. Protectieve factoren
6. Hulpverlening





## Onderzoeksraag 1 – Factoren 2. Cognities en emoties

Spectrum van negatieve cognities



## Onderzoeksraag 1 - Factoren 2. Cognities en emoties

- Negatief zelfbeeld, gerapporteerd door 21,8% van de jongeren

Componenten van een negatief zelfbeeld

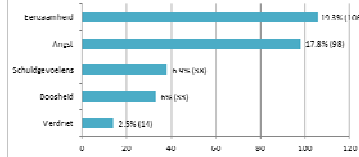


## Onderzoeksraag 1 – Factoren 2. Cognities en emoties

- Negatieve emoties

- zich slecht, ongelukkig of depressief voelen**
  - gerapporteerd door 163 jongeren (29,6%)
- eenzaamheid**
  - bij niemand of nergens terecht kunnen, gevoel dat niemand je begrijpt
  - Link met het ervaren van **beperkte of afwezige steun**, gerapporteerd in 17,8% van alle gesprekken
- angst**
  - angst om niet begrepen te worden, angst voor hulpverlening (en opname) en angst om dood te gaan.

Meest gerapporteerde emoties



## Onderzoeksraag 1 – Factoren 3. Fysieke en psychische klachten

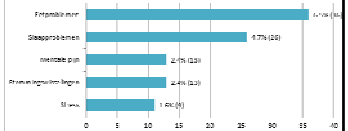
- Fysieke klachten

- Gerapporteerd door 7,8% van de jongeren
- Voornameijk: ziekte en vermoeidheid

- Psychische/psychosomatische klachten (buiten depressieve gedachten en gevoelens)

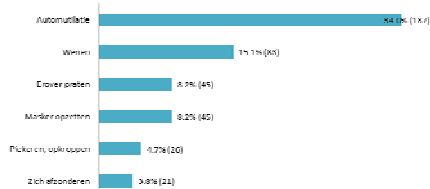
- Gerapporteerd door 20,5% van de jongeren

Andere Psychische Klachten



## Onderzoeksraag 1 – Factoren 4. Gedragmatige reacties

Meest aangehaalde reacties

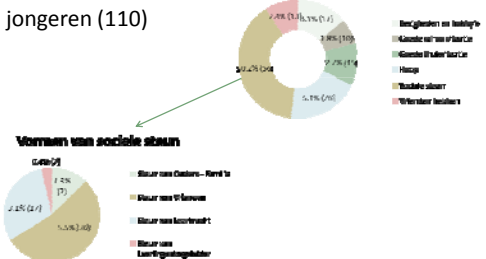


**“krassen is een manier om mij minder onzichtbaar, onbestaand en ongewenst te voelen”**

## Onderzoeksraag 1 – Factoren 5. Protectieve factoren

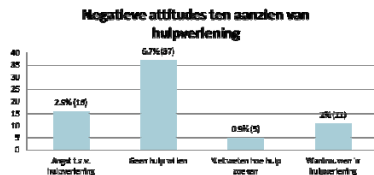
- Gerapporteerd door 20% van de jongeren (110)

Gerapporteerde protectieve factoren



### Onderzoeksraag 1 - Factoren 6. Hulpverlening: attitudes

- 4,9% van de jongeren geeft aan bereid te zijn om professionele hulp te zoeken
- 12,5% van de jongeren rapporteert weerstand ten aanzien van professionele hulpverlening.

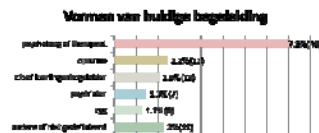


### Onderzoeksraag 1 - Factoren 6. Hulpverlening: ervaringen

- Vroeger in begeleiding: aangehaald door 8,7% van de jongeren (48)



- Momenteel in begeleiding: aangehaald door 14% van de jongeren (77)

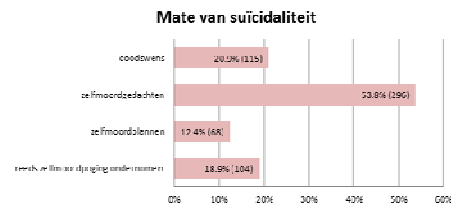


### Onderzoeksraag 1 – Factoren 6. Hulpverlening: ervaringen

- Jongeren formuleren meer negatieve dan positieve ervaringen met professionele hulpverlening
  - 10% van alle jongeren rapporteert negatieve ervaringen m.b.t. hulpverlening
  - 2% van alle jongeren rapporteert positieve ervaringen m.b.t. hulpverlening
- idee of het gevoel dat de hulpverlening niet of niet voldoende helpt of negatieve ervaringen door doorverwijzing

### RESULTATEN Onderzoeksraag 2 - Mate van suïcidaliteit

- Waar bevinden jongeren zich in het suïcidaal proces?



### Onderzoeksraag 2 - Mate van suïcidaliteit

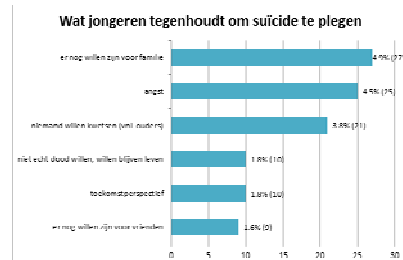
- ‘Denkers’ vs. ‘Planners’

Suicide DENKERS (enkel gedachten)	Suicide PLANNERS
41.5% van alle respondenten	12.4% van alle respondenten
Totaal: 228 respondenten	Totaal: 61 respondenten

- Suicideplanners rapporteren vaker (meerdere) stressoren, een eetproblematiek, een negatief zelfbeeld, een expliciete doodswens, weerstand tegen hulpverlening en een suïcidepoging in het verleden.
- Deze factoren kunnen in die zin opgevat worden als waarschuwingssignalen voor een mogelijks hoog-suïcidale respondent.

### Onderzoeksraag 2 - Mate van suïcidaliteit

- Wat houdt jongeren tegen om suicide te plegen?

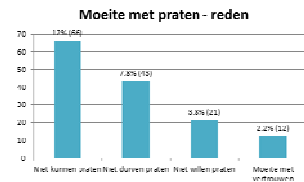


## RESULTATEN

### Onderzoeksvraag 3 - Hoe praten jongeren over suicide?

- Vlot praten in chat vs. moeite met praten 'in real life'
- 22.7% van de jongeren kaart aan dat ze het moeilijk hebben om over de suicidale gedachten en gevoelens met anderen te praten.

"Maar, ik heb gewoon het probleem dat ik moeilijk iets recht in het gezicht kan zeggen. Het gaat altijd veel beter via sms, of chat zoals nu.."



## Onderzoeksvraag 3

### Hoe praten jongeren over suicide?

#### • Vaak gestelde vragen

- Vragen in verband met zelfdoding en de zin van het leven
  - "Hoe moet ik zelfmoord plegen?"
  - "Welke methode is de beste?" "Welke methode is minst pijnlijk?"
  - "Waarom leef ik?" "Waarom moest ik op deze wrede wereld terechtkomen?" "Wat als er geen plaats voor mij is op deze wereld?"
- Vragen naar raad en advies
  - "Hebben jullie soms een idee hoe ik makkelijker zou praten?"
  - "Ik heb al zo hard gevochten, maar het lukt echt niet, wat moet ik nog doen?"
  - "Kan je iets leuk wat ik kan doen om me beter terug te voelen?"
  - "Mijn vraag is eigenlijk of ik er iets aan kan doen, en wat dat dan is?"
- Hulpkreet

- Schaamte en schuldgevoelens
- Chatten als positieve ervaring

D >> chatten dat is makkelijker  
D >> dan moet ik niet naar iemand kijken  
D >> dan kan ik beter nadenken

## 4. CONCLUSIES & AANBEVELINGEN

## Conclusies

- Suïcidale jongeren vinden de weg naar online hulpdiensten zoals Awel.
- Deze jongeren rapporteren:
  - een moeilijke thuissituatie (36,7%) en negatieve sociale relaties (29,1%) als grootste stressoren
  - een negatief zelfbeeld (21,8%) en radeloosheid (21,6%) als prominente cognities
  - eenzaamheid als overheersende emotie (19,3%), gelinkt aan
    - beperkte sociale steun (link met stressoren)
    - negatieve attitudes & ervaringen m.b.t. hulpverlening
    - 'negatief sociaal zelfbeeld'
    - moeite met praten → chatten als alternatief
  - automutilatie als meest voorkomende respons (34%)

## Conclusies

- Sociale steun van vrienden en leerkrachten meest voorkomende protectieve factor
- Dubbele rol van de ouders
  - Sociale steun door ouders beperkt
    - Drempel om met ouders te praten
      - Moeite met praten
      - Moeilijke thuissituaties
      - Angst om ouders te kwetsen
      - Negatief sociaal zelfbeeld
    - Moeilijk voor ouders om problemen te 'zien'
    - 'Er nog willen zijn voor ouders' belangrijkste reden om geen suicide te plegen!
- Ernstige risicogroep
  - 18,9% van de respondenten heeft reeds een poging achter de rug
  - 12,4% heeft concrete plannen

## Aanbevelingen

#### • Beleidsaanbevelingen

- Hulpverlening
  - Online hulp, ook op de tweede lijn?
  - Belangrijke thema's bij suicidaliteit: automutilatie, negatief zelfbeeld
- Gezinscontext
  - Gezins- en opvoedingsondersteuning
- Schoolcontext
  - Belang van een geestelijk gezondheidsbeleid!
    - Taboe op geestelijke gezondheidsproblemen
    - Opvang en doorverwijzing voor leerlingen
    - Trainen van (zorg)leerkrachten en leerlingenbegeleiders

#### • Verder onderzoek

- Doelgroepen: jongens; holebi- en transgenderjongeren
- Thema's: middelengebruik; automutilatie; negatief zelfbeeld
- Online hulpverlening

## Vragen?

Eenheid voor Zelfmoordonderzoek  
[www.eenheidzelfmoordonderzoek.be](http://www.eenheidzelfmoordonderzoek.be)  
[Eva.dumon@ugent.be](mailto:Eva.dumon@ugent.be)

Awel  
[www.awel.be](http://www.awel.be)  
[sibille@awel.be](mailto:sibille@awel.be)

