

# WE MOETEN DRINGEND PRATEN

**ONDERZOEK** Weliswaar berichtte drie jaar geleden al dat een neerslachtige Vlaming te weinig praat en te laat hulp zoekt. Nieuw suïcideonderzoek van Alexandre Reynders en Chantal Van Audenhove (LUCAS, KU Leuven), bevestigt die conclusie en trekt lessen uit regionale verschillen in de suïcidecijfers. TEKST NICO KROLS

Jaarlijks sterven in Vlaanderen ongeveer duizend mensen als gevolg van suïcide. Dat zijn er drie per dag. Van 1995 tot en met 2008 is het suïcidecijfer bij mannen gemiddeld bijna dubbel zo hoog in Vlaanderen als in Nederland. Het suïcidecijfer bij Vlaamse vrouwen is in dezelfde periode gemiddeld 57% hoger dan bij Nederlandse vrouwen.

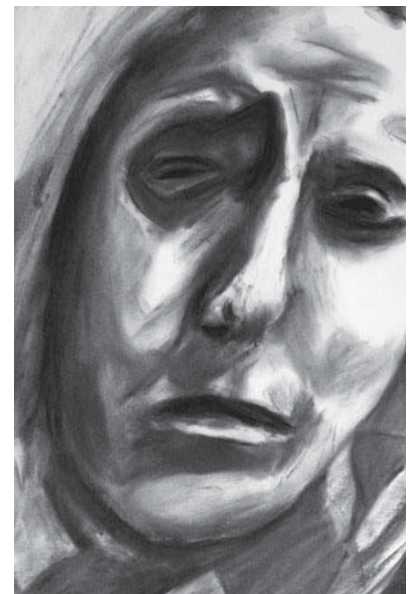
Het onderzoek toont aan dat Vlamingen minder vaak hulp zoeken en krijgen voor psychische problemen dan Nederlanders. Hulp zoeken wordt voor een groot deel bepaald door de toegankelijkheid en de beschikbaarheid van hulp. Hierin speelt de organisatie en de bekendheid van het zorgaanbod een belangrijke rol. Ongeveer 18% van de Nederlandse mannen en 10% van de Nederlandse vrouwen is niet vertrouwd met eerstelijnszorg (CAW) en tweedelijnsgeestelijke gezondheidszorg (CGG). In Vlaanderen is dit respectievelijk 45% en 35%. De hulpverlening van psychologen en psychiaters is zowel in Vlaanderen als in Nederland goed ingeburgerd.

Naast kennis van het zorgaanbod bepalen ook attitudes en stigma het hulpzoekgedrag. De gemiddelde Vlaming heeft een minder positieve attitude ten aanzien van hulpverlening voor psychische problemen dan de gemiddelde Nederlander. Vlamingen voelen zich vaker minderwaardig en ervaren meer schaamte indien ze hulp zouden zoeken voor psychische problemen dan Nederlanders. Daarnaast ervaart 70% van de Vlamingen in zijn omgeving een negatieve houding tegenover personen met psychische problemen. Dit percentage is hoog en kan een drempel vormen om daadwerkelijk hulp te zoeken. Voorts leert het onderzoek dat er belangrijke regionale verschillen zijn. Bepaalde regio's kampen met hoge suïcidecijfers terwijl de intentie om hulp te zoeken er laag is en de schaamte groot.

## CGG EN CAW TE WEINIG BEKEND

De onderzoekers concluderen dat de toegankelijkheid van passende hulp voor mensen met suïcidale gedachten of psychische problemen groter zou moeten zijn. De bekendheid van het CGG en CAW is een belangrijk verbeterpunt. En de stap naar professionele hulp

voor psychische problemen en suïcideneigingen "zou positiever gewaardeerd moeten worden". De overheid heeft een belangrijke rol in het meer toegankelijk en maatschappelijk aanvaardbaar maken van hulpverlening voor psychische problemen. Hierbij kan ze overwegen meer middelen in te zetten in regio's waar suïcide het meest voorkomt. Het overheidsbeleid kan onder meer opteren voor de uitvoering van de voorstellen van de werkgroep GGZ van de eerstelijnsgezondheidsconferentie in 2011 (zie ook pagina 35). Belangrijke innovaties zijn nieuwe vormen van onder-



## VLAAMSE MANNEN STAPPEN DUBBEL ZO VAAK UIT HET LEVEN ALS NEDERLANDSE.

steuning die aansluiten bij coaching en herstel, en die online worden aangeboden. Campagnes die inspelen op de beeldvorming rond depressie en geestelijke gezondheidszorg kunnen in belangrijke mate bijdragen tot de strijd tegen stigmatisering en discriminatie van mensen met psychische problemen. Op die manier zal professionele en informele hulp toegankelijker worden.

- ▶ Alexandre Reynders, Dr. Gert Scheerder, Prof. Dr. Geert Molenberghs, Prof. Dr. Chantal Van Audenhove, Suïcide in Vlaanderen en Nederland. Een verklaring vanuit sociaal cognitieve factoren en hulpzoekend gedrag, LUCAS, KU Leuven, 2011.
- ▶ [www.kuleuven.be/lucas](http://www.kuleuven.be/lucas)
- ▶ Reacties welkom op [www.weliswaar.be/forum](http://www.weliswaar.be/forum)