

# De kwaliteit van onlinesuïcidepreventie in Nederland en Vlaanderen in 2007

W. VAN BALLEGOOIJEN, B.A.J. VAN SPIJKER, A.J.F.M. KERKHOF

**SAMENVATTING** Het internet kan een aantrekkelijke hulpbron zijn voor suïcidale personen. Met zoekmachine Google werden 153 Nederlandstalige websites over suïcide opgespoord en gecategoriseerd. Vervolgens werden de websites voor suïcidepreventie ( $n = 23$ ) beoordeeld op kwaliteit aan de hand van 17 kwaliteitskenmerken. De Nederlandstalige onlinesuïcidepreventie bleek niet optimaal. Vooral op het gebied van e-hulp en andere interactieve mogelijkheden is ruimte voor verbetering.

[TIJDSCHRIFT VOOR PSYCHIATRIE 51(2009)2, 117-122]

**TREFWOORDEN** internet, websites, zelfmoord

Er zijn aanwijzingen dat het internet een gemakkelijk toegankelijke hulpbron is voor suïcidale personen, omdat zij niet altijd geneigd zijn hulp te zoeken bij de huisarts of de geestelijke gezondheidszorg (Harris e.a. 2008). Redenen hiervoor kunnen zijn dat zij zich schamen voor hun gedachten, bang zijn voor een stigma of denken dat hun problemen niet op te lossen zijn. Het is dan ook van belang dat op het internet goede en nuttige informatie over suïcidaliteit te vinden is.

Over de Nederlandstalige onlinesuïcidepreventie is nog weinig gepubliceerd. Een kort overzicht uit 2002 wees uit dat informatieve sites over suïcidepreventie van redelijke kwaliteit zijn (Degraeve & Pieters 2002). Vanwege de snelle ontwikkeling van het internet is een update nodig van het overzicht van Nederlandstalige websites over suïcide.

Wij verrichtten daarom een onderzoek met de volgende vragen: wat is er in het Nederlandse taalgebied beschikbaar aan websites over suïcide, en wat is de kwaliteit van de Nederlandstalige onlinesuïcidepreventie?

## METHODE

Relevante websites spoorden wij op met Google. Vier verschillende zoekopdrachten werden uitgevoerd, namelijk met de trefwoorden 'zelfmoord', 'zelfdoding', 'suïcide' en 'ik wil dood', waarbij beperkt werd tot pagina's in het Nederlands. De bedoeling was om met deze methode zowel de zoekmethode van een suïcidaal persoon te benaderen als meer officiële websites te vinden. Van de zoekresultaten werden steeds de eerste 50 treffers opgenomen. De gevonden websites werden bekeken en vervolgens geïnventariseerd aan de hand van het classificatiesysteem van Degraeve en Pieters (2002), waarvan wij enkele categorieën aanpasten (tabel 1). Treffers op verschillende pagina's van dezelfde website werden apart gecategoriseerd, maar een internetpagina kon maximaal één keer worden opgenomen in de lijst. Irrelevante en onbereikbare sites werden buiten beschouwing gelaten.

TABEL 1	
Verdeling van de gevonden websites over suïcide (n=153)	
Websitetype	n (%)
Suïcidepreventie	23 (15)
– Persoonlijk	1
– Religieus	5
– Organisatie	17
Artikelen	19 (12)
Pro-suïcide	0 (0)
Cultuur	25 (16)
– Muziek	7
– Computerspellen	3
– Grappen	3
– Literatuur	10
– Overig	2
Interactieve communicatie	13 (18)
Blogs	1 (1)
Nieuws en media	47 (31)
Religieus	2 (1)
Andere organisaties	23 (15)
– Nabestaanden	12
– Overig	11

**Indeling** Internetpagina's die hulp, advies en informatie bieden voor suïcidale personen werden geclassificeerd als 'suïcidepreventie', waarbij onderscheid werd gemaakt in de subcategorieën 'persoonlijk' voor persoonlijke verhalen, 'religieus' voor suïcidepreventie vanuit religieus perspectief en 'organisatie' voor stichtingen en professionele en vrijwillige hulpverlening. Informatieve pagina's over suïcidaliteit werden ondergebracht in de categorie 'artikelen'. Een website werd gecategoriseerd als 'pro-suïcide' wanneer suïcide werd aanbevolen of verheerlijkt. Overige pagina's werden gecategoriseerd in 'cultuur' (met de subcategorieën 'muziek', 'computerspellen', 'grappen', 'literatuur' en 'overig'), 'interactieve communicatie' (voornamelijk discussiefora), 'weblogs', 'nieuws en media', 'religieus' (voor religieuze websites waar over suïcide wordt geschreven zonder duidelijk preventief oogpunt) en 'andere organisaties'. Deze laatste categorie werd onderverdeeld in de subcategorieën 'nabestaanden' en 'overig'.

**Kwaliteitskenmerken** Er werden zeventien kwaliteitskenmerken opgesteld op basis van de scorelijst van Degraeve en Pieters (2002), de waarschuwingssignalen van de American Association of Suicidology (AAS; Mandrusiak e.a. 2006) en enkele hoofdstukken uit het *Handboek suïcidaal gedrag* (Eggermont e.a. 2007; Kerkhof 2007; Maes & Kerkhof 2007; Neeleman 2007). De websites voor suïcidepreventie kregen een score van –, 0 of + toegekend voor elk kwaliteitskenmerk; deze scores leverden respectievelijk 0, 1 en 2 punten op.

Het eerste kwaliteitskenmerk was de aanwezigheid van algemene informatie over suïcidaliteit, waarbij prevalentie, oorzaken, risicofactoren en symptomen beschreven werden. Het tweede kenmerk was dat de twaalf *consensus warning signs of suicide* (AAS 2006) werden genoemd. Vervolgens keken wij of de situatie van een suïcidaal persoon serieus werd genomen, maar niet werd beschouwd als hopeloos, en dat er advies werd gegeven zelfdestructief gedrag te vermijden, waarbij alternatieven werden genoemd. Het vijfde kenmerk was dat de lezer op niet veroordelende wijze op de consequenties van suïcidaal gedrag werd gewezen en het zesde kenmerk was dat er duidelijk werd gemaakt dat suïcidaliteit tijdelijk van aard is en behandelbaar. De volgende drie kenmerken betroffen doorverwijzingen, respectievelijk naar huisarts of geestelijke gezondheidszorg (ggz), naar telefonische hulpdiensten en naar websites van lotgenoten- en patiëntenorganisaties of de website van de Nederlandse Vereniging voor een Vrijwillig Levens einde (NVVE).

Vervolgens keken wij naar de deskundigheid van de organisatie achter de website. 'Deskundig' werd daarbij gedefinieerd als getraind in de ggz. Er werden vier kenmerken opgenomen toegespitst op interactieve hulp en steun, namelijk de aanwezigheid van een zelftest, een chatroom, een discussieforum en de mogelijkheid tot e-hulp. Hierbij letten wij op professionaliteit en de mate waarin gebruik werd gemaakt van deze mogelijkheden. De mogelijkheid tot één-op-één chatten met een hulpverlener werd hierbij opgevat als e-hulp en niet als chatroom. Het vijftiende kenmerk was de

aanwezigheid van informatie voor familieleden van een suïcidaal persoon.

Ten slotte hadden de laatste twee kenmerken betrekking op wat er níét moest worden aangetroffen op suïcidepreventiesites, namelijk beschrijvingen van zelfmoordmethoden en propaganda in de discussiefora en/of de bijdragen van leden. Hierbij werden pro-suïcide-, pro-keuze-, antisuïcide- en 'pro-life'-uitspraken opgevat als propaganda. Indien geen discussieforum aanwezig was, werd op dit laatste kenmerk een 0 gescoord.

Wij beschouwden een website als voldoende als deze meer positieve dan negatieve eigenschap

pen had. Dit kwam neer op een score van 18 punten.

Om de objectiviteit van de beoordeling te verbeteren werden tien suïcidepreventiesites beoordeeld door een tweede beoordelaar, waarna de interbeoordelaarsovereenstemming kon worden vastgesteld.

## RESULTATEN

De eerste 50 treffers van de vier zoekopdrachten leidden tot 182 verschillende internetpagina's, waarvan er 3 onbereikbaar en 26 irrelevant waren. In totaal werden 153 internetpagina's gecategori-

TABEL 2 Frequentie van de kwaliteitskenmerken in percentages van de 23 gevonden suïcidepreventiesites en de afzonderlijke scores van de top 6

	Totaal (n = 23)	Top 6					
	Frequentie van de kwaliteitskenmerken	www.pratenonline.nl	www.zelfmoordpreventie.be	www.easethepain.nl	www.zelfmoordpreventie vlaanderen.be	users.skynet.be/oase/suicidet*	www.co.nl/ronduit**
Algemene informatie	13%	0	+	0	+	+	0
Waarschuwingssignalen	4%	0	0	0	0	+	-
Serius nemen	48%	+	+	+	+	0	0
Advies geen zelfdestructief gedrag te vertonen	26%	+	-	+	+	-	+
Consequenties diplomatiek brengen	0%	-	0	0	0	0	0
Tijdelijke aard suïcidaliteit	35%	+	+	+	+	+	+
Doorverwijzingen naar huisarts of ggz	35%	+	+	+	+	+	+
Doorverwijzingen naar telefonische hulpdiensten	43%	+	+	-	+	+	-
Link naar de NVVE, Ex6, Pandora, Ypsilon of Befrienders	17%	+	0	-	0	+	-
Organisatie achter de website	43%	+	+	0	+	+	0
Zelftest	4%	+	-	-	-	-	-
Discussieforum	35%	+	-	+	-	-	+
Chatroom	0%	-	-	0	-	-	0
Mogelijkheid tot e-hulp	13%	+	+	0	-	-	-
Informatie voor familieleden	30%	-	+	+	0	+	+
Geen beschrijvingen van zelfmoordmethoden	74%	+	+	0	+	0	+
Geen propaganda in het discussieforum	35%	+	0	+	0	0	+
Totaal aantal punten		26	22	21	21	20	19

NVVE = Nederlandse Vereniging voor een Vrijwillig Levenseinde

\*Deze website bestaat inmiddels niet meer.

\*\*Kies 'Geloof & leven', dan 'helpdesk' en vervolgens 'zelfmoord'.

seerd. De inventarisatie is weergegeven in tabel 1.

De pagina's in de categorie 'cultuur', subcategorie 'literatuur' bestonden vooral uit gedichten die op weblogs waren geplaatst. Er werd één weblog aangetroffen die niet in de categorie 'cultuur' viel.

De websites voor suïcidepreventie werden vervolgens beoordeeld op kwaliteit. De interbeoordelaarsovereenstemming was 89%.

Van de 23 websites voor suïcidepreventie bleken er 6 een voldoende te scoren, waarvan 3 Nederlandse en 3 Vlaamse. In tabel 2 zijn de scores van de 6 beste suïcidepreventiesites weergegeven. De top 6 bleek zich voornamelijk te onderscheiden door de kenmerken 'tijdelijke aard suïciditeit' en 'doorverwijzingen naar huisarts of ggz'. Alle sites uit de top 6 scoorden een + op deze kenmerken, tegenover 12% van de 17 andere suïcidepreventiesites.

Verder werd onderzocht welke kwaliteitskenmerken het meest voorkwamen. Alleen de score + werd meegerekend. Deze percentages zijn te vinden in tabel 2.

## DISCUSSIE

Er zijn vele Nederlandstalige internetpagina's beschikbaar over suïciditeit. Een gedeelte daarvan, 15%, valt in de categorie 'suïcidepreventie'. Het talrijkst zijn de nieuwsberichten, die 31% van het totaal uitmaken. Wij hebben geen pro-suïcidewebsites aangetroffen.

Ten opzichte van de inventarisatie van Degraeve en Pieters uit 2002 blijkt dat er nu relatief meer nieuwsberichten over suïcide te vinden zijn op het internet. De zoekmethode in beide onderzoeken verschilt echter. Wij hebben het kwantitatieve onderzoek van Degraeve en Pieters herhaald met dezelfde methode, maar dit voegde niets wezenlijks toe. Een vergelijking met het kwaliteitsonderzoek van deze auteurs is onmogelijk, omdat slechts twee van de negen sites die zij vijf jaar geleden beoordeelden, terugkomen in de categorie 'suïcidepreventie'. Dit komt niet alleen door de zoekmethode, maar ook omdat enkele sites niet

meer bestaan of geen informatie meer bieden over suïcide. Gezien de vluchtigheid van het internet is dit geen verrassing.

Van de 23 onderzochte sites zijn er slechts 6 voldoende bevonden. De drie Vlaamse sites uit de top 6 onderscheiden zich door professionaliteit en goede informatie, terwijl de drie beste Nederlandse sites zich meer richten op steun en interactie. Een mogelijke verklaring voor het verschil in professionaliteit tussen Nederlandse en Vlaamse websites is dat suïcidepreventie wel wordt gesteund vanuit de Vlaamse overheid, maar niet vanuit de Nederlandse overheid.

Nergens troffen wij informatie aan voor culturele minderheden. Uit onderzoek is gebleken dat zelfmoordpogingen onder Turkse en Surinaamse meisjes in Nederland twee tot drie keer zo veel voorkomen als onder autochtone meisjes (Burger e.a. 2005).

De onderzochte suïcidepreventiesites hebben veel minpunten, dus er is ruimte voor verbetering. Belangrijke informatie, zoals waarschuwingssignalen, ontbreekt nog op de meeste sites, maar vooral moeten de beheerders van de sites werken aan meer interactieve mogelijkheden. Meer zelftests zijn welkom, evenals chatrooms met professioneel toezicht. Wellicht de belangrijkste aanbeveling is dat het aanbod aan professionele e-hulp uitgebreid moet worden. E-hulp komt nog weinig voor en bestaat voornamelijk in de vorm van chatten met een hulpverlener.

Het is mogelijk dat niet alle Nederlandstalige websites voor suïcidepreventie voorkomen in de inventarisatie. De websites die niet voorkomen, zijn niet gevonden met de gebruikte zoekmethode en de beheerders van deze sites kunnen overwegen deze makkelijker vindbaar te maken.

Er is nog weinig bekend over positieve en negatieve effecten van internetgebruik door suïcidale personen. Het zoeken van hulp en steun wordt vergemakkelijkt, maar ook kan het risico op suïcide worden vergroot (Alao e.a. 2006). Er is ook nog niet bekend in hoeverre suïcidale personen geholpen zijn door suïcidepreventiesites en in hoeverre e-hulp werkzaam is bij suïciditeit.

Nader onderzoek is nodig.

In de media en in enkele gevalsbeschrijvingen wordt vooral een negatief beeld geschilderd van internetgebruik door suïcidale personen vanwege het uitlokkende effect of het gevaar voor imitatie. Hierbij moet niet uit het oog worden verloren dat het internet ook een belangrijk medium voor suïcidepreventie kan zijn.

## CONCLUSIE

Er zijn vele Nederlandstalige internetpagina's beschikbaar over suïcidaliteit. De kwaliteit van de Nederlandstalige onlinesuïcidepreventie blijkt niet optimaal te zijn. Vooral op het gebied van e-hulp en andere interactieve mogelijkheden is er ruimte voor verbetering. Van de 23 onderzochte websites voor suïcidepreventie zijn er 6 voldoende bevonden.

## LITERATUUR

- Alao, A.O., Soderberg, M., Pohl, E.L., e.a. (2006). Cybersuicide: review of the role of the internet on suicide. *Cyberpsychology & Behavior*, 9, 489-493.
- Burger, I., van Hemert, A.M., Bindraban, C.A., e.a. (2005). Parasuïcides in Den Haag. Meldingen in de jaren 2000-2004. *Epidemiologisch Bulletin*, 40, 2-8.
- Degraeve, G., & Pieters, G. (2002). Zelfmoord en internet: Een bespreking van Nederlandstalige websites. *Tijdschrift voor Psychiatrie*, 44, 505-509.
- Eggermont, S., van den Bulck, J., & Kerkhof, A. (2007). Het Werthereffect: de rol van media op suïcidaal gedrag. In C. van Heeringen (red.), *Handboek suïcidaal gedrag* (pp. 315-323). Utrecht: De Tijdstroom.
- Harris, K.M., McLean, J.P., & Sheffield, J.K. (2008). 'Leave me alone!' In online help-seeking for suicidal ideation: is problem-solving avoidance related to person avoidance? Brisbane: University of Queensland.
- Kerkhof, A. (2007). De psychologie van suïcide en suïcidepogingen. In C. van Heeringen (red.), *Handboek suïcidaal gedrag* (pp. 49-65). Utrecht: De Tijdstroom.
- Maes, L., & Kerkhof, A. (2007). Bevolkingsstrategieën. In C. van Heeringen (red.), *Handboek suïcidaal gedrag* (pp. 257-270). Utrecht: De Tijdstroom.
- Mandrusiak, M., Rudd, M.D., Joiner, T.E., e.a. (2006). Warning signs

for suicide on the internet: a descriptive study. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 36, 263-271.

Neeleman, J. (2007). Epidemiologie van suïcidaal gedrag. In C. van Heeringen (red.), *Handboek suïcidaal gedrag* (pp. 31-48). Utrecht: De Tijdstroom.

## AUTEURS

W. VAN BALLEGOOIJEN is klinisch psycholoog en junior wetenschappelijk medewerker aan de Vrije Universiteit te Amsterdam en het Trimbos-instituut te Utrecht.

B.A.J. VAN SPIJKER is promovendus en psycholoog aan de Vrije Universiteit te Amsterdam.

A.J.F.M. KERKHOF is hoogleraar Klinische Psychologie, Psychopathologie en Suïcidepreventie aan de Vrije Universiteit te Amsterdam.

Correspondentieadres: W. van Ballegooijen, Vrije Universiteit, Faculteit der Psychologie en Pedagogiek (FPP), afdeling Klinische Psychologie, Van der Boechorststraat 1, 1081 BT Amsterdam.

E-mail: w.van.ballegooijen@psy.vu.nl.

Geen strijdige belangen meegegeeld.

Het artikel werd voor publicatie geaccepteerd op 23-6-2008.

## SUMMARY

The quality of online suicide prevention in the Netherlands and Flanders in 2007 –  
W. van Ballegooijen, B.A.J. van Spijker, A.J.F.M. Kerkhof –

*The internet can provide valuable support for persons with suicidal tendencies. By means of the Google search engine we found and categorised 153 Dutch websites dealing with suicide. The websites relating to suicide prevention (n = 23) were scored for quality against a list of 17 quality features. The standard of the Dutch online suicide prevention websites is not optimal. Improvement is needed particularly in the field of e-help, and interactive possibilities need to be extended.*

[TIJDSCHRIFT VOOR PSYCHIATRIE 51(2009)2, 117-122]

**KEY WORDS** internet, suicide websites