

### **Ontwikkel een redactioneel beleid**

- Bereid u voor op situaties waarin een suïcidaal persoon contact met u opneemt.
- Zorg binnen de redactie voor een werkzaam kader waarin vragen en onzekerheden rond de berichtgeving over zelfdoding kunnen worden doorgepraat.

### **Hulpverleningsmogelijkheden**

#### **Project Zelfmoordpreventie**

Martelaarslaan 204B - 9000 Gent  
Tel. 09-233 50 99 - Zelfmoordpreventie@pandora.be  
<http://users.skynet.be/oase/suicide1.html>

**Teleonthaal 106**

#### **Centrum ter Preventie van Zelfmoord**

Tel. 02-649 95 55

#### **Werkgroep Verder, Nabestaanden na Zelfdoding**

p/a CGG PassAnt vzw, Afdeling Halle  
Tel. 02-361 21 28 - Fax 02-361 77 17  
[werkgroepverder@skynet.be](mailto:werkgroepverder@skynet.be) - [www.werkgroepverder.be](http://www.werkgroepverder.be)

### **Media onderscheiding voor berichtgeving in verband met (nabestaanden na) zelfdoding**

*Eind 2003 heeft de Werkgroep Verder, die sinds 2000 alle activiteiten voor de opvang en ondersteuning van nabestaanden na zelfdoding in Vlaanderen coördineert, een Media onderscheiding voor correcte en verantwoorde berichtgeving over het thema in het leven geroepen.  
Meer info: [www.werkgroepverder.be](http://www.werkgroepverder.be)*

### **Werken mee aan dit project**

<b>Vlaamse Vereniging van BeroepsJournalisten (VVJ)</b>	IPC – Résidence Palace (blok C) Wetstraat 155, 1040 Brussel Tel. 02-235 22 70 E-mail: <a href="mailto:info@journalist.be">info@journalist.be</a> <a href="http://www.journalist.be">www.journalist.be</a>
<b>Raad voor de Journalistiek</b>	IPC – Résidence Palace (blok C) Wetstraat 155, 1040 Brussel Tel. 02-230 27 17 E-mail: <a href="mailto:info@rvdj.be">info@rvdj.be</a> <a href="http://www.rvdj.be">www.rvdj.be</a>
<b>Katholieke Universiteit Leuven</b>	Departement Communicatiewetenschap Prof. Dr. Jan Van den Bulck E. Van Evenstraat 2 A, 3000 Leuven
<b>Universiteit Gent</b>	Enheid voor Zelfmoordonderzoek Prof. Dr. Kees van Heeringen De Pintelaan 185 (K12F), 9000 Gent <a href="http://allserv.ugent.be/~cvheerin/">http://allserv.ugent.be/~cvheerin/</a>
<b>Ministerie van de Vlaamse Gemeenschap</b>	Administratie Gezondheidszorg Markiesstraat 1, 1000 Brussel <a href="http://www.wvc.vlaanderen.be/gezondheidsconferentie">www.wvc.vlaanderen.be/gezondheidsconferentie</a>

### **Voor meer interessante informatie**

#### **Enheid voor Zelfmoordonderzoek – Universiteit Gent**

<http://allserv.ugent.be/~cvheer>

#### **Wereldgezondheidsorganisatie**

[www.who.int/health-topics/suicide](http://www.who.int/health-topics/suicide) en [www.who.int/mental-health](http://www.who.int/mental-health)

#### **International Association for Suicide Prevention**

[www.med.uio.no/jasp](http://www.med.uio.no/jasp)

#### **American Foundation for Suicide Prevention**

[www.afsp.org](http://www.afsp.org)

#### **American Association of Suicidology**

[www.suicidology.org](http://www.suicidology.org)

#### **Suicide Information and Education Centre, Canada**

[www.siec.ca/](http://www.siec.ca/)

# Zelfdoding en de pers

## Aanbevelingen voor journalisten



Zelfdoding komt spijtig genoeg ook in onze contreien meer dan eens voor. Dat stelt de media die hierover willen berichten voor twee belangrijke uitdagingen.

**Waarom deze folder over 'zelfdoding' spreekt, en niet over 'zelfmoord'**

Het begrip zelfmoord is beladen. Het suggereert dat de persoon die de daad beging iets misdadigs heeft gedaan. Nabestaanden geven de voorkeur aan het begrip zelfdoding. Hulpverleners en wetenschappers geven vaak de voorkeur aan het meer neutrale 'suicide'.

## Zelfdoding en privacy

De eerste, al langer bekende uitdaging bestaat erin maximaal respect op te brengen voor de privacy van alle personen die betrokken zijn bij de zelfdoding. Dan gaat het niet enkel om de zelfdoder zelf, maar ook om al zijn nabestaanden.

De Raad voor Deontologie van de Algemene Vereniging van Belgische Beroepsjournalisten (AVBB), voorloper van de Vlaamse Raad voor de Journalistiek, heeft bij herhaling beslist dat bij een zelfdoding de 'pijn en smarten' van alle betrokkenen maximaal gerespecteerd moeten worden. Dat sluit berichtgeving over zelfdoding niet uit, alleen moet daarbij systematisch en nauwgezet nagegaan worden of en in hoeverre namen, beelden en andere herkenbare informatie worden vrijgegeven.

## Zelfdoding en imitatie

Maar er is meer, want intussen heeft wetenschappelijk onderzoek aangetoond dat bepaalde media-aandacht voor het fenomeen zelfdodingen in de hand kan werken. En dus rijst de prangende vraag hoe we een dergelijk imitatie-effect kunnen vermijden?

### Een woordje uitleg

Er zijn drie risiconiveaus die de kans op zelfdoding verhogen.

- 1 Bijna altijd is er sprake van een psychische problematiek, voornamelijk van depressie. Meer dan 90 procent van de gevallen gebeurt in de context van behandelbare psychiatrische aandoeningen, waarbij de suïcidale neiging echter lang niet altijd herkenbaar is. Het gaat dus niet om een onverklaarbare daad van een overigens gezond of geslaagd persoon. Wanneer zelfdoding op die manier wordt voorgesteld, verhoogt de kans op identificatie met het slachtoffer.
- 2 Meestal is er ook een zekere predispositie of kwetsbaarheid. Sommige mensen kunnen van nature beter overweg met moeilijke situaties dan andere. Zelfdoding is geen normale reactie op een abnormale situatie, maar een abnormale reactie op een normale situatie: alle mensen kunnen in vergelijkbare stresscondities terechtkomen.

- 3 Een aantal factoren kan de drempel om de stap te zetten, verhogen of verlagen. Op dit niveau kunnen de media zowel een positieve als een negatieve rol spelen. Wanneer in de media aandacht wordt besteed aan een zelfdoding bestaat een wetenschappelijk aangetoonde kans op imitatie, vooral bij mensen die al een verhoogd risico hebben. Nieuws heeft een groter risico van imitatie dan fictie. De zelfdoding van een bekende persoon heeft een grotere impact dan de zelfdoding van een onbekend iemand.

### Nog goed om te weten...

- Zelfdoding of een poging daartoe is nooit zomaar een vorm van aandacht zoeken.
- Zelfdoding heeft meestal een lange voorgeschiedenis van problemen; de oorzaak is nooit een enkele gebeurtenis of een moeilijke sociale situatie.
- In de meeste gevallen zijn er wel degelijk voorafgaande signalen; wie aankondigt het te zullen doen, loopt een verhoogde kans het ook echt te doen.
- Praten met iemand die zelfdoding overweegt, verhoogt het risico niet, ook niet bij mensen die met concrete plannen rondlopen.

## Aanbevelingen voor de berichtgeving over zelfdoding

### Is het echt nodig om over zelfdoding te berichten?

Vanzelfsprekend komt het in de eerste plaats de nieuwsredacties toe om te beslissen wat voldoende relevant is om als nieuws te presenteren aan het publiek. Zeker wanneer het om een belangrijk persoon gaat of er een maatschappelijk relevante context is, is zelfdoding 'nieuws'. Toch zouden redacties zich telkens moeten afvragen of de berichtgeving het risico van imitatie verhoogt. Minder berichten over zelfdoding betekent nu eenmaal minder gevallen van zelfdoding.

### Respecteer de privacy

De klassieke deontologische regel is meer dan ooit actueel: het is niet omdat er over iets bericht wordt, dat meteen alle betrokkenen met naam en toenaam in de krant of op tv moeten of dat ze in beeld moeten worden gebracht. De notoire uitzondering vormen publieke persoonlijkheden. 'Zwakke' personen, zoals jongeren of mensen met psychische problemen, hebben dan weer extra bescherming nodig.

### Respecteer ook de privacy van nabestaanden

Hou rekening met de gevoelens van de familie en de directe omgeving. Na een zelfdoding kunnen zij geconfronteerd worden met gevoelens van schaamte, woede, onbegrip of schuld. Sommige familieleden willen in dergelijke omstandigheden geen contact met journalisten. Respecteer hun wens om met rust gelaten te worden. Vraag je ook af of de publicatie van onnodige details de pijn en smart van de directe omgeving niet kan vergroten. Het is in deze context belangrijk te weten dat bij nabestaanden een verhoogd risico van zelfdoding bestaat.

### Vermijd dramatisering

Een volgende vraag is of het bericht per se op de eerste pagina moet worden geplaatst? Moet er zo nodig beeldmateriaal bij? Is het taalgebruik voldoende accuraat en voorzichtig? Het dramatiseren van de gebeurtenis of sensatie maken rond de gevolgen, verhoogt de kans op imitatie.

### Voorzichtig met formuleringen

Vermijd dramatische terminologie die vraagt om imitatie, zoals het gebruik van het woord 'epidemie'. Vermijd beschrijvingen van de impact door het gebruik van woorden als 'gelukt', 'mislukt', 'geslaagd'. Moeten woorden als zelfmoord, zelfdoding of suicide in de headlines?

### Vermijd beschrijvingen

De kans op imitatie is groter als de methode wordt vermeld, vooral als het om gemakkelijk beschikbare middelen of methodes gaat. Uit een wetenschappelijke meting in Wenen bleek dat het aantal gevallen van mensen dat zich voor de metro gooide, daalde met 75 procent nadat journalisten werd gevraagd niet meer over die methode van zelfdoding te berichten.

### Vermijd positieve bekrachtiging

Het idealiseren, verheerlijken of romantiseren van zelfdoding of van personen die zelfdoding plegen ("hij deed het uit eergevoel"), verhoogt het risico van imitatie. Wees daarom ook extra voorzichtig met het berichten over de zelfdoding van een bekende persoon. Soms is de bekrachtiging onbedoeld: wie jongeren interviewt over suïcidale gedachten, kan de interesse van andere jongeren opwekken.

### Geef het gebeuren een context

Laat ook hulpverleners aan het woord, die uitleggen hoe zelfdoding vermeden kan worden en de problemen van de persoon in kwestie behandeld kunnen worden. Geef informatie over hulpverleningsmogelijkheden. Deze folder spreekt veel over dingen die men het best kan vermijden. Men kan ook een positieve bijdrage leveren door te helpen het bewustzijn te verhogen dat er een verband is tussen behandelbare geestelijke gezondheidsproblemen (vooral depressie) en zelfdoding.