



Federatie van Tele-Onthaaldiensten in Vlaanderen (F.T.O) vzw

Secretariaat: Roosakker 6
Tel. 09 220 82 92
ING.: 390-0443443-14
VZW nr. 417 023 586

9000 Gent
Fax 09 220 66 64
federatie@tele-onthaal.be

Lid van: IFOTES (Genève)
International federation of telephonic
emergency services.

Persmededeling

13 september 2011

Suïcidale 60+ers bij Tele-Onthaal: Relationele elementen en ingrijpend verlies wegen sterk door.

De hulpdienst, Tele-Onthaal, biedt opvang op een kosteloos en eenvoudig **noodnummer (106)** en online via **chat**. Tele-Onthaal voert 125.000 gesprekken per jaar (342 per dag), waarvan meer dan 12.000 (33 per dag) over zelfdoding en depressie. Het aantal gesprekken met 60+ers over zelfdoding blijkt in 2010 met 12% gestegen ten opzichte van 2009. Een geslaagde zelfdoding komt in absolute cijfers ook het meest voor bij ouderen. Tele-Onthaal focuste daarom van 1 mei 2011 tot 31 juli 2011 op de **gesprekken met suïcidale 60+ers**, waarvan 75% met 60-69jarigen, 14% met 70-79jarigen en 11% met 80+ers. Uit de inhoudelijke analyse van de anonieme registratie blijkt het volgende:

1. De aangehaalde problemen zijn niet zo zeer gerelateerd aan het fysiek aftakelen of aan de medische problemen door het verouderingsproces. Suïcidale 60+ers halen veel vaker relationele elementen aan en/of ingrijpend verlies, en dit bij alle leeftijdscategorieën (van de jong senioren (60-69j) tot de hoogbejaarden (90+ers)).
2. De overgrote meerderheid (86%) van de oproepers woont alleen.
3. Uit de reacties blijkt dat bij een gesprek over de zelfdodingsgedachten en de ervaren problemen, de acute wens tot zelfdoding afneemt.

De aangehaalde problemen

In 80% van de onderzochte gesprekken komen relationele moeilijkheden naar boven als voornaamste reden van het ondraaglijk lijden: conflicten met de partner, conflicten met broers of zussen, volledig verbroken contact met de volwassen kinderen, ... geven psychische pijn, een gevoel van gemis en eenzaamheid.

Daarnaast drijft ingrijpend verlies ouderen naar zelfdoding: 22 % van de gesprekken. Verlies van een levenspartner, opeenvolgende overlijdens of op korte tijd verschillende mensen verliezen maakt het verder leven heel zwaar. Beladen verlies of onvoldoende gezien verlies, zoals bijvoorbeeld de dood van een volwassen kind (ongeval of zelfdoding?) of het rouwproces bij de dood van een verborgen minnaar/minnares, wordt als erg belastend ervaren.

In slechts 13% van de gesprekken komt het verouderingsproces of de (zorg)afhankelijkheid ter sprake. In een kleine minderheid van deze gesprekken is dit ook de hoofdreden om het leven te beëindigen, en dit bij alle leeftijdscategorieën (van de jong senioren (60-69j) tot de hoogbejaarden (90+ers)).

De woonsituatie van de suïcidale 60+er

Uit de onderzochte gesprekken blijkt dat 86% van de suïcidale ouderen alleen woont. 13% woont samen met de partner. Slechts een zeer kleine minderheid vermeldt een rust- of verzorgingstehuis of ziekenhuis als verblijfplaats.

Praten over het geestelijk lijden en over de doodswens

In slechts 16% van de onderzochte gesprekken geeft de oproeper aan met iemand anders, dan Tele-Onthaal, over de doodswens gesproken te hebben. Dit bevestigt het vermoeden dat Vlamingen nog veel te weinig over geestelijke gezondheidsproblemen en over zelfdoding (durven) praten. Uit de gesprekken blijkt ook dat ze de omgeving niet willen belasten met schuldgevoelens en daarom de doodswens voor zich houden. De stap naar anonieme hulpverlening, zoals de hulplijn Tele-Onthaal,

ligt lager dan face-to-face hulpverlening. Slechts 5% zegt reeds met een (huis)arts of verpleging gesproken te hebben over de gedachten aan zelfdoding. Euthanasie of medische hulp bij zelfdoding kwam in 10% van de gesprekken aan bod.

Nood aan een steunend gesprek

Een gesprekspartner hebben die het gemis en de pijn (h)erkent, de beleving van de persoon respecteert en tegelijk helpt om ook nuances te zien, die oog heeft voor elementen die wijzen op een verbondenheid met anderen, zonder te moraliseren, te oordelen of suggestieve uitlatingen te doen, blijkt erg waardevol. De medewerkers van Tele-Onthaal bespreken ook de ideeën over en de (eventuele) weerstand tegen professionele hulp. Ze moedigen aan om te durven spreken met iemand uit hun vertrouwde kring en om hulp te zoeken bij andere hulpverleners zoals de huisarts. De reacties van oproepers geven aan hoe belangrijk het is om vrijuit te kunnen praten over het thema “dood willen”, “er niet meer willen zijn”, zonder dat de gesprekspartner hiervan schrikt of wegvlucht. Een steunend gesprek kan (even) de eenzaamheid, de depressieve gevoelens en de acute wens tot zelfdoding verminderen:

“Ik wil bedanken voor het aangename gesprek. Het heeft mij deugd gedaan.”

“Ik wil jullie allemaal heel hartelijk danken voor de verschillende keren dat jullie mij weer hoop en mogelijkheden gaven om toch weer even verder te kunnen.”

Anonieme reacties van oproepers

Voor meer informatie kan u terecht bij:

*Kathleen Goovaerts
Federatie van Tele-Onthaaldiensten in Vlaanderen vzw
Roosakker 6
9000 Gent
federatie@tele-onthaal.be
tel: 09/220.82.92
GSM:0471/85.46.13
fax: 09/220.66.64*

Voor hulpverlening:

www.fitinjehoofd.be

Tele-Onthaal: Bel 106 (anoniem, 24u/24u) of chat (www.tele-onthaal.be)

Zelfmoordlijn: Bel 02 649 95 55 (anoniem, 24u/24u) en chat (www.zelfmoordlijn.be)