



Een onderzoek naar zelfbeschadigend  
gedrag onder jongeren

# “denken”

De nacht is donker  
Ik sta buiten op straat  
Mezelf af te vragen  
Waarom mijn leven verder gaat

Waarom ook er niet uitstappen?  
Waarom niet stoppen na vandaag?  
Waarom zou ik geen zelfmoord plegen  
Want dat wil ik zo graag

Het leven leek zo makkelijk  
Ik dacht: “dat kan ik wel”  
Maar toen stortte ik in van binnen  
Toen ging alles snel

't is alsof ik al eeuwen slaap  
en mijn ziel niet in mijn lichaam is  
Een gevoel van vreugde en geluk  
dat is wat ik mis

Nog steeds sta ik daar in de kou  
Zie mijn arm in het verband  
En als ik nog iets dieper kijk  
Zie ik de sneeën in mijn hand

Ik hoop dat de pijn weg zal slijten  
Dat niemand mij meer haten zal  
Ik wil nooit meer verdrietig zijn  
Of dat ik breek of dat ik val

anoniem (heks) 30-11-2005

# Vragen in dit onderzoek

- Hoeveel jongeren beschadigen zichzelf opzettelijk?
- Wat doen jongeren die zichzelf beschadigen?
- Welke motieven geven zij daarvoor aan?
- Welke factoren hangen er mee samen?
- Wat zijn de omstandigheden waaronder het gedrag plaatsvond?

# Waar hebben we het over?

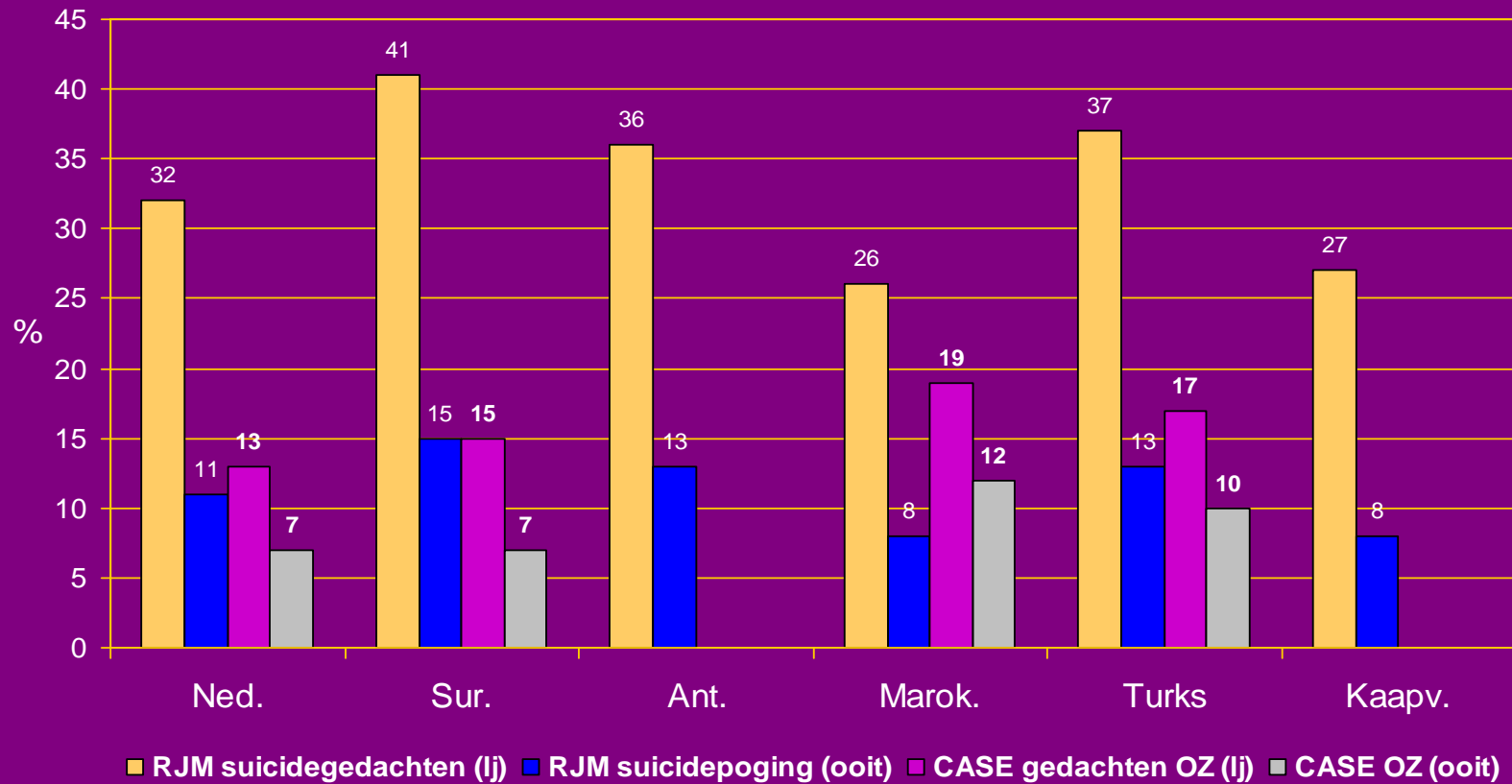
*Opzettelijke zelfbeschadiging is gedrag met niet-dodelijke afloop dat door iemand opzettelijk wordt uitgevoerd, waarmee men verwacht zichzelf lichamelijk te beschadigen, of waarbij men een dusdanige hoeveelheid van een stof inneemt dat de norm voor wat algemeen als therapeutisch wordt beschouwd wordt overschreden.*

# Hoeveel jongeren beschadigen zichzelf opzettelijk?

*“Heb je ooit opzettelijk teveel pillen geslikt of jezelf op een andere manier geprobeerd lichamelijk te beschadigen (bijvoorbeeld met een mes)”?*

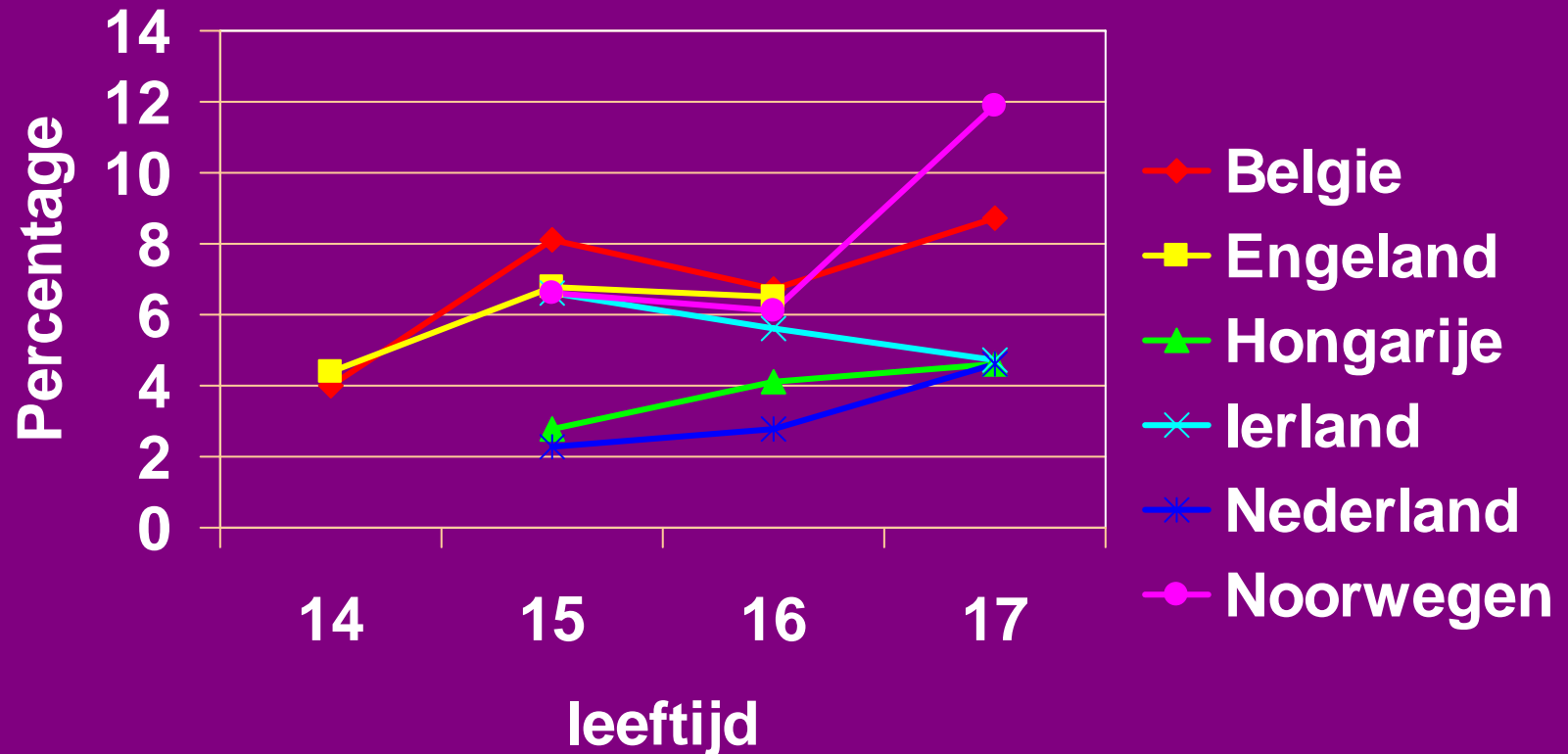
- 4.4% ooit
- 2.7% laatste jaar (jongens 1.6%, meisjes 3.6% )
- 44% daarvan: meerdere malen

# Etnische achtergrond (meisjes)



Cijfers RJM: Van de Looij, 2003

# zelfbeschadigend gedrag in 6 europese landen

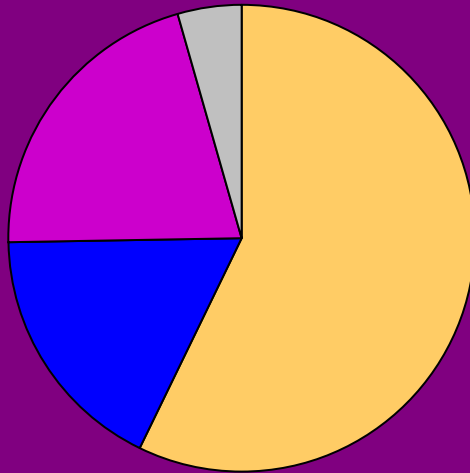




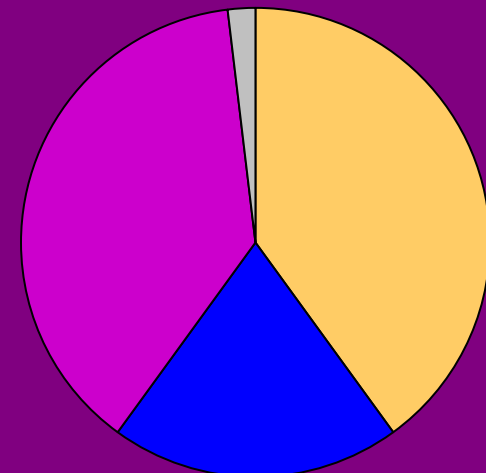
# Wat doen jongeren die zichzelf beschadigen?

# Methode van zelfbeschadiging

meisjes



jongens



- snijden/krassen
- overdosis pillen
- andere methode
- multipiele methoden

Welke motieven geven zij  
daarvoor aan?

Ik wilde laten zien hoe wanhopig ik me  
voelde

Ik wilde sterven

Ik wilde mezelf straffen

Ik wilde iemand bang maken

Ik wilde anderen betaald zetten voor de  
manier waarop ze me behandeld hadden

Mijn gedachten waren zo vreselijk dat ik  
daarvan af wilde zijn

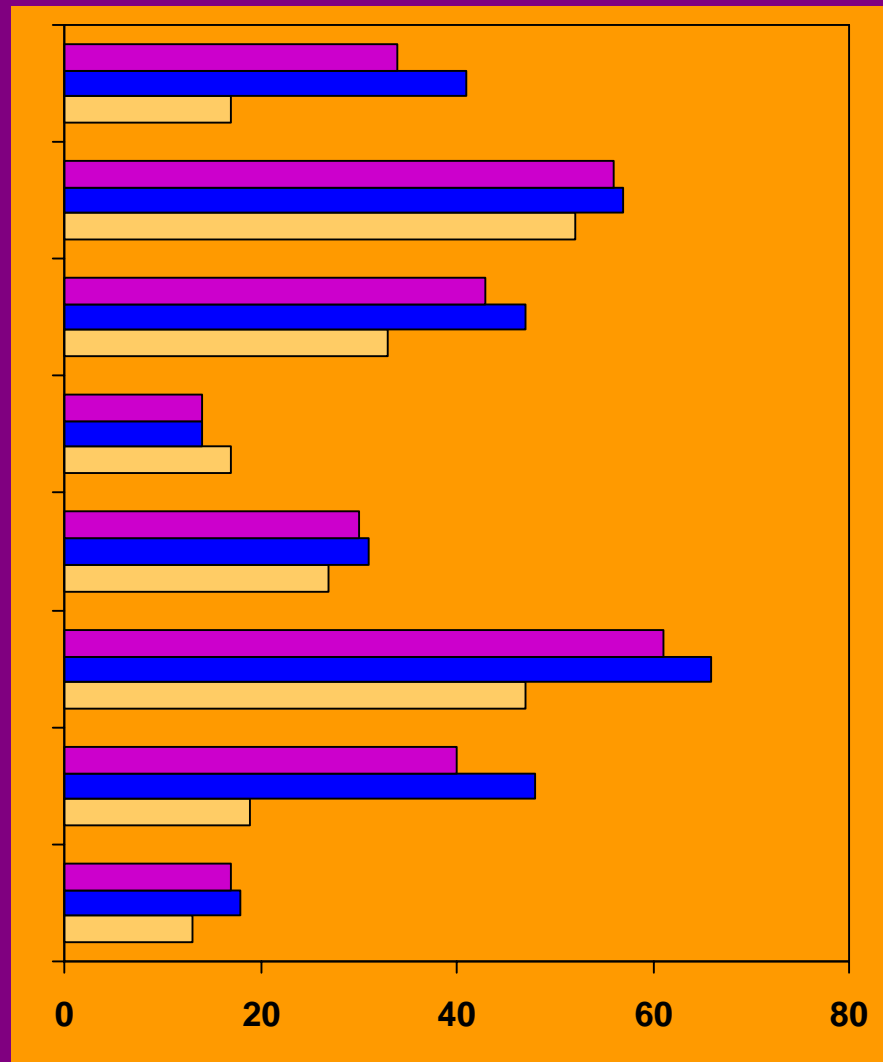
Ik wilde weten of er iemand was die  
werkelijk van me hield

Ik wilde aandacht krijgen

totaal

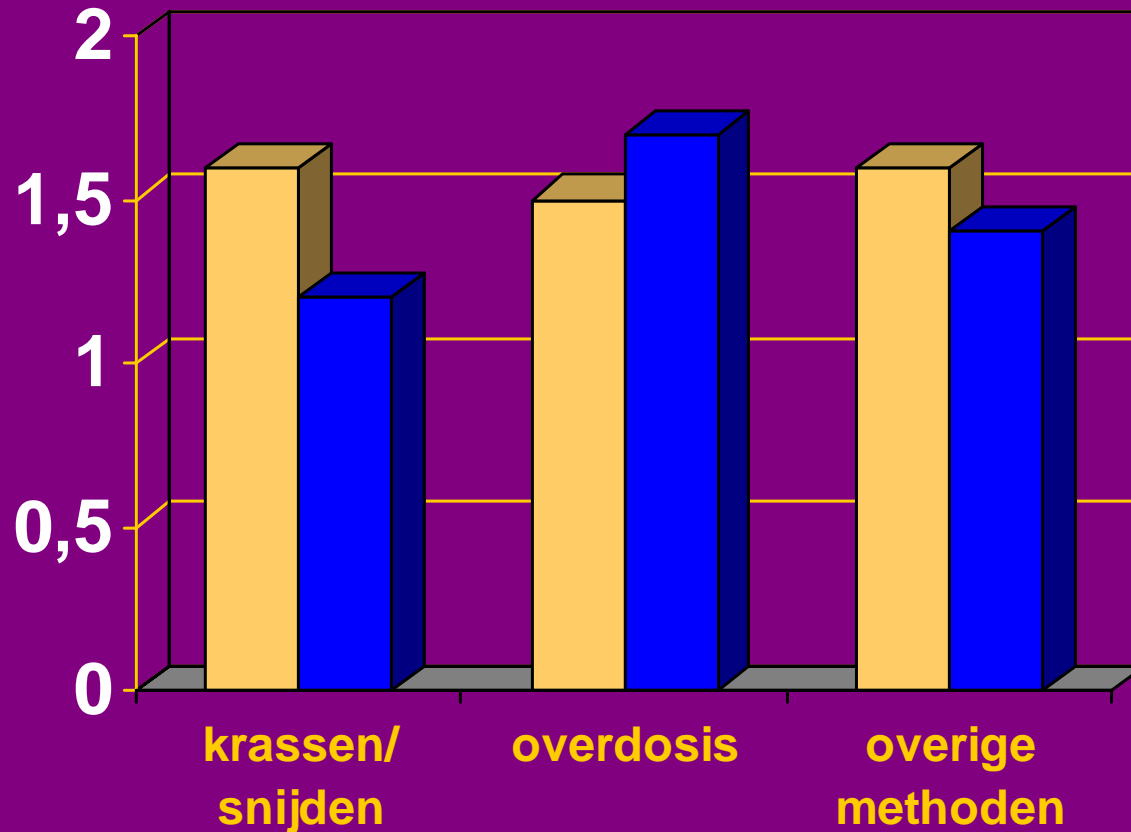
jongens

meisjes



# methode en motieven

- aantal binnen - motieven
- aantal buiten - motieven



Welke factoren hangen er mee  
samen?

- Middelengebruik
- Lichamelijke mishandeling
- Zelfbeschadiging in gezin
- Zelfbeschadiging in vriendenkring
- Seksueel misbruik
- Zorgen over seksuele geaardheid
- Depressie
- Angst
- Impulsiviteit
- Zelfbeeld
- Emotiegerichte coping

# Risicofactoren en motieven

	Correlatie met Aantal 'binnen'- motieven	Correlatie met Aantal 'buiten'- motieven
Emotie-gerichte coping	.35**	.14
Probleem-gerichte coping	-.10	.08
HADS – depressiescore	.33**	-.03
HADS – angstscore	.40**	.06
HADS – totaalscore	.28**	.03
Impulsiviteitsscore	.18**	.06
Zelf-concept score	-.19**	-.02

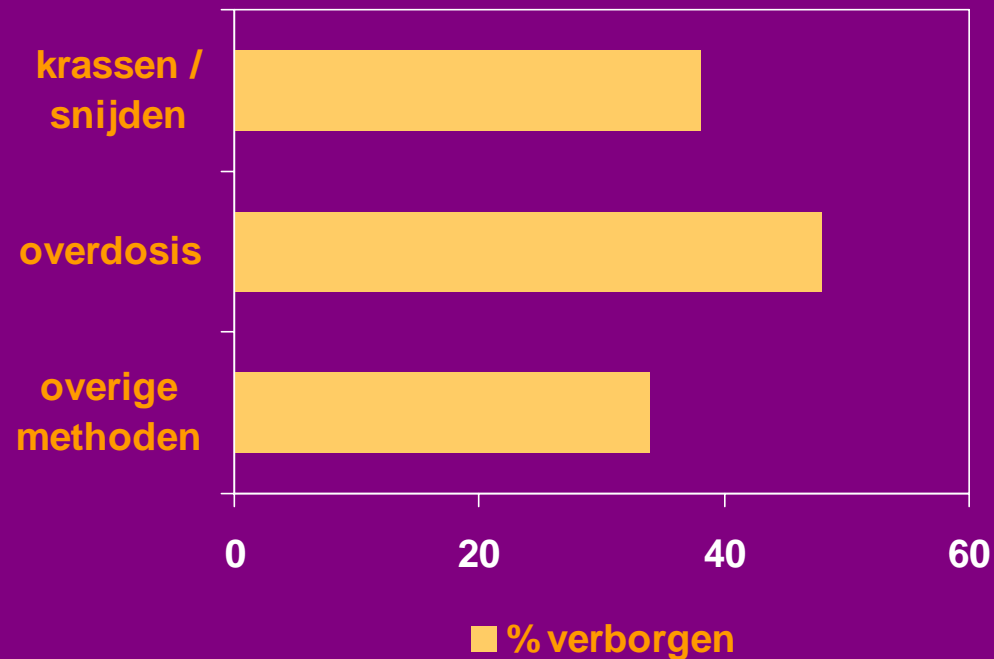
\*\* :  $p < .001$



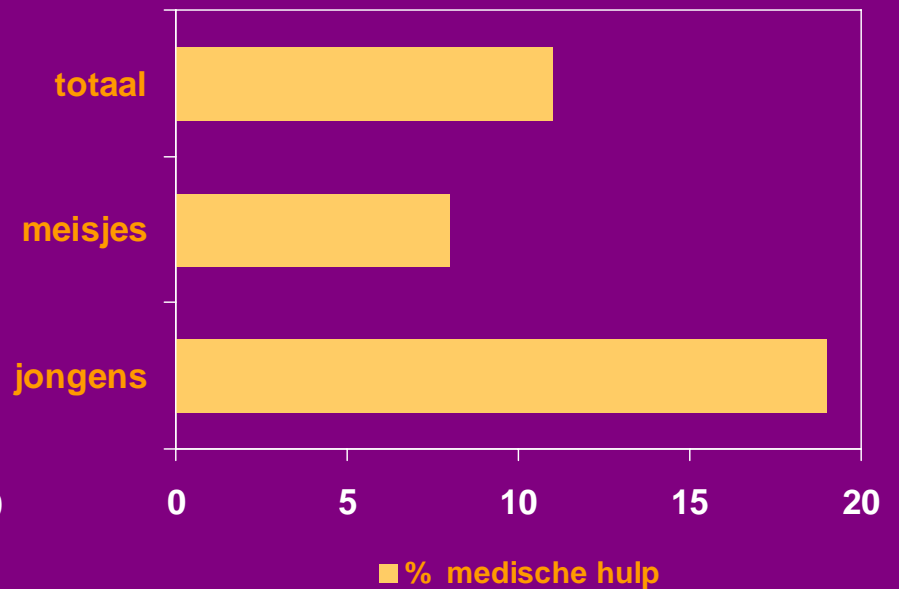
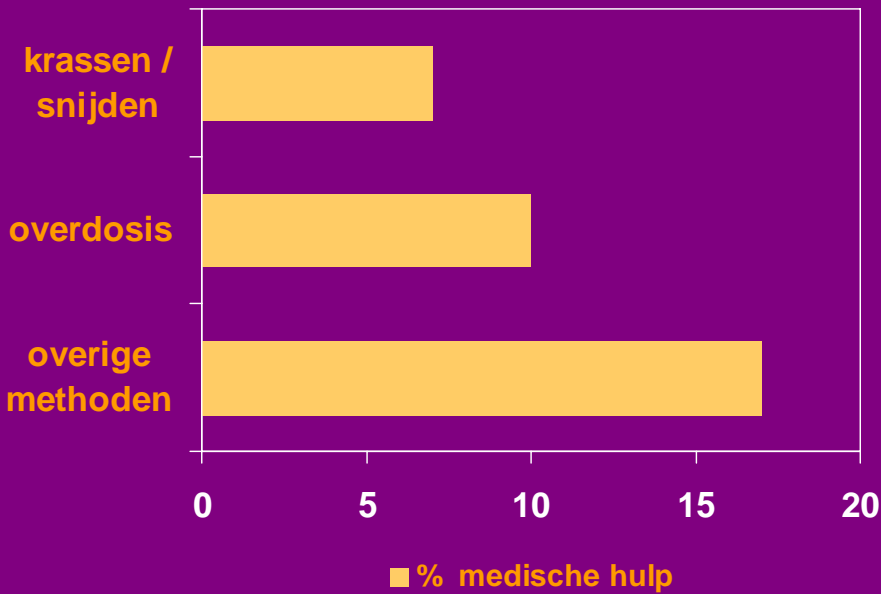
Wat zijn de omstandigheden  
waaronder het gedrag  
plaatsvond?

- Verreweg de meeste jongeren waren thuis tijdens de laatste keer dat ze zichzelf beschadigden
- De meerderheid zegt pas minder dan een uur van tevoren erover nagedacht te hebben

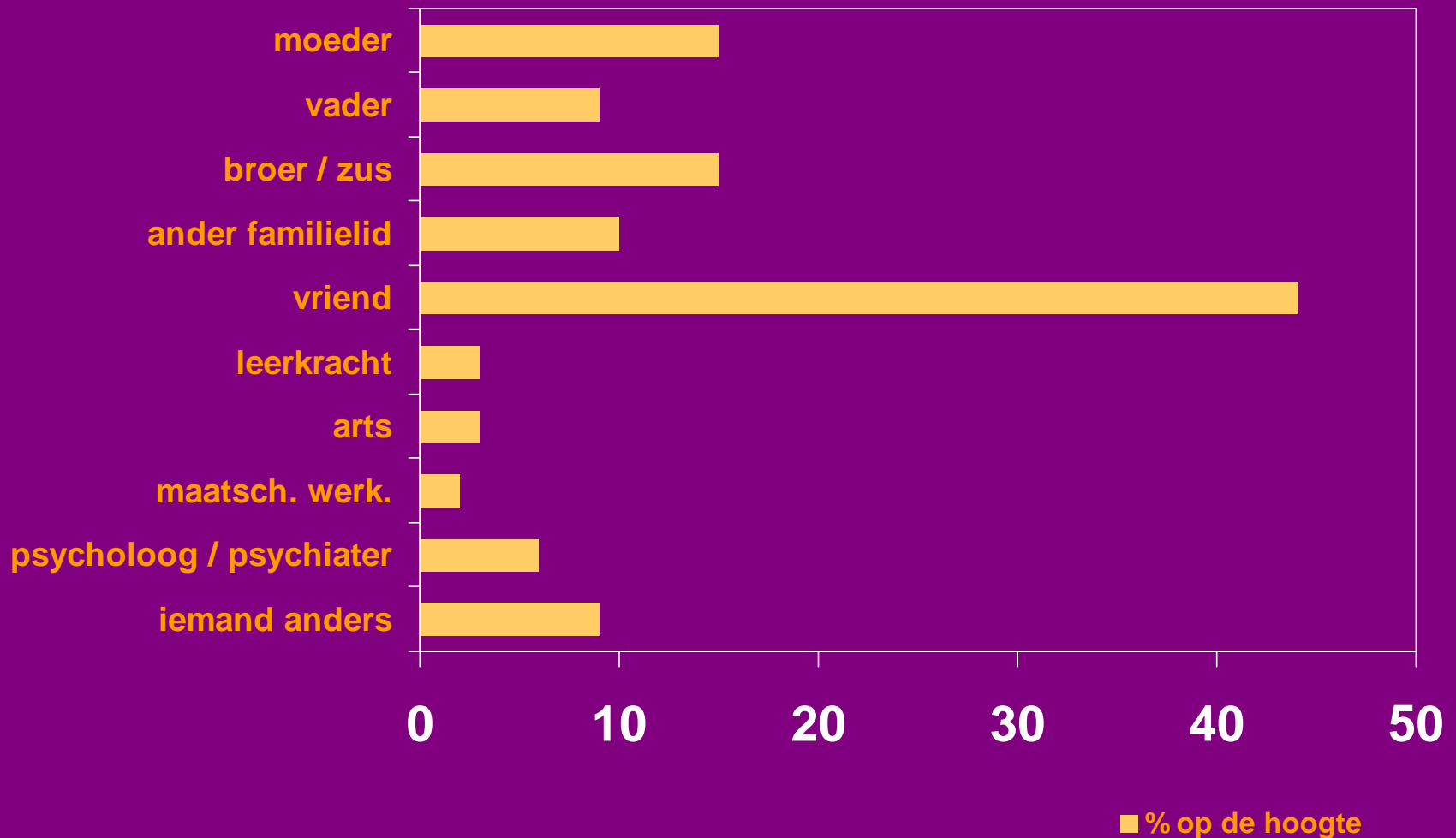
# 'verborgen' gedrag



# medische hulp



# Wie was op de hoogte?



# Hele algemene conclusies

- Er zit meer onder de oppervlakte
- We weten er nog te weinig van

# Wat moeten we doen?

- Meer weten
- Beter kijken en luisteren