

Workshop 10

BLOEDLINK!? *De rol van internet bij zichzelf beschadigende jongeren.*

Door Jonneke Ravenhorst, coördinator van de Landelijke St. Zelfbeschadiging

Met hulp van Lieke Versluis, Henriëtte Twilhaar en Wobke Kotterer

De feiten

Er is duidelijk een enorme toename van internet gebruik onder jongeren. Vooral onder kinderen van 6-11 jaar neemt het gebruik snel toe. Dat betekent dat ze ook in contact kunnen komen met informatie die niet altijd even geschikt is. De vraag is nu wat er gebeurt als kinderen en jongeren belanden bij een site over zelfbeschadiging.

Als je bij Google Automutilatie intikt krijg je al 50.000 sites en voor zelfbeschadiging 20.000. Tussen 1998 en 2005 is dit aantal explosief gestegen.

Maar niet alle sites zijn actief of actueel. Er zijn veel individuele sites.

Waarbij bij veel van deze sites de vraag is wat het de kinderen en jongeren doet als ze hierop lezen.

Er is ook angst dat het meer en openlijker spreken over zelfbeschadiging, zeker nu het in de media zoveel aandacht heeft gekregen, jongeren juist kan aanzetten tot zelfbeschadiging. Dat zoveel publiciteit het zagezegd bijna kan promoten of interessant maken....Is dat zo?

Hoe zou je daar als hulpverlener, of ouder mee om kunnen gaan?

Hoe als de beheerder van zo'n site?

Hoe als gebruiker van zo'n site?

Er werden een aantal quotes gepresenteerd. De groep deelnemers aan de workshop werd in vier subgroepjes opgedeeld. En er werd gediscussieerd onderling over de stellingen. Er zat een workshop inleider erbij, om de discussie op gang te brengen dan wel te houden.

Dit laatste bleek niet echt heel nodig, aangezien iedereen er toch wel een idee over had.

De meeste erkenden beide kanten van internet.

De aandacht op internet kan goed zijn. Stel je hebt last van zelfbeschadiging en denkt dat je de enige bent. Dan kan het verhelderend zijn erover te lezen. Herkenning te vinden, maar nog wel in de bescherming van de anonimiteit.

Je kan er ook woorden vinden voor wat je doet en waarom, waardoor je de juiste hulp kunt gaan zoeken.

Een ander voordeel van internet is het openleggen van taboes. Zelfbeschadiging uit de taboesfeer halen, waardoor je ermee naar buiten kunt komen.

Echter internet heeft ook z'n gevaarlijke kanten. Er is geen toezicht op de inhoud van de sites.

Er zijn ook nare sites met nare beelden en teksten over dit onderwerp.

Een nadeel kan dus zijn, dat een jongere zich mee laat slepen. Of nog somberder wordt als hij/zij zich de verhalen van anderen te veel aantrekt.

Hoe kun je daar als ouder, docent of hulpverlener mee om gaan? Dat bleef een discutabel punt. Aangezien zeker tieners en pubers niet altijd echt aanspreekbaar zijn over hun privé zaken. Net zo min over hun internetgebruik.

Stel echter dat je er als ouder, docent of hulpverlener toch weet van hebt. Dan zou het een idee kunnen zijn, allereerst te vragen wat de jongere aanspreekt op de site. Wat hij/zij erin herkent. Wat hij/zij er zoekt. En dan dus de dialoog aangaan.

Ook zou je suggesties kunnen doen voor andere sites op het gebied van, in dit geval, zelfbeschadiging.

Wat als stelling algemeen wel uit de verschillende groepen naar voren kwam is het idee: Accepteren dat alle aandacht voor zelfbeschadiging op internet voor jongeren gewoon beschikbaar is. Controle is eigenlijk niet mogelijk. Een goed alternatief is dan coaching. Goede voorlichting over het gebruik van internet, gesprekken over wat er gevonden wordt, eventueel meekijken (bij docenten bijvoorbeeld)

De jongeren informatie geven over voor en nadelen in het algemeen van het gebruik van internet..

Een idee was wel om de sites te kunnen voorzien van een soort 'kwaliteitskeurmerk'. Waardoor helder is wat je ervan mag verwachten.

Belangrijk is dat er integere deskundigen achter de sites zitten. Waardoor er goede voorlichting mogelijk is. Die deskundigen kunnen natuurlijk zeker ook lotgenoten zijn. Aangezien veel mensen steun beleven aan lotgenoten contact.

Er werden ook nog vragen gesteld aan Wobke en Henriëtte over het forum op hun website Angelfire, over automutilatie. Waar mensen vragen kunnen stellen en hun verhaal kwijt kunnen. Wat ze doen met vragen over zelfbeschadiging die gericht zijn op verdere zelfdestructie. Hier ging Wobke op in. Ze stelde dat op hun site mensen geholpen kunnen worden en terzijde gestaan, maar niet bij dit soort acties.

Echter, ze plaatste een belangrijke kanttekening. Dat sommigen er echt nog niet aan toe zijn geholpen te (willen) worden.. Die bereik je dus ook moeilijk. Er zit echt een beperking aan hulp of steun. Als je er echt niet aan toe bent om te denken over stoppen, en alleen voor herkenning op internet zoekt (of de kick) , kan dat natuurlijk ook.

Daar houdt hun invloed ook op. Behalve dat ze anderen die wel gericht zijn op inzicht en steun en stappen zetten, kunnen 'beschermen' tegen niet-motiverende en teksten die kunnen triggeren.

Het was een heldere presentatie, waarbij duidelijk is dat dit onderwerp sterk leeft. Dat de oplossing nog niet gevonden is maar er wel ideeën en inzet zijn.

Verdere informatie is te lezen op de PowerPoint presentatie die eveneens te vinden is bij www.logacom.nl

(verslag geschreven door Daphne Weedage).