

# 10 Tips voor journalisten

bij berichtgeving over **suicide**

Suicide is een serieus maatschappelijk probleem: met jaarlijks ongeveer 1500 doden en 14.000 suïcidepogingen die tot behandeling in een ziekenhuis leiden. In meer dan 90% van de gevallen is het geen doelbewuste keuze, maar een uiting van een psychiatrische ziekte, vaak depressiviteit.

De afgelopen jaren is suicide steeds meer uit de taboesfeer gekomen, onder andere door berichtgeving in de pers. Als daarbij goede achtergrondinformatie wordt geboden, kan dat helpen om suïcides te voorkomen. Berichtgeving over concrete suïcides kan echter ook gevaarlijk nieuws zijn. Mensen die op de rand verkeren kunnen hierdoor het idee krijgen dat suicide de enige oplossing is voor hun probleem. Diverse wetenschappelijke studies hebben aangetoond dat dit 'copycat-effect' een reëel risico vormt. Als journalisten hier rekening mee houden, kan dit kopieergedrag worden voorkomen.

## 1

### Wees terughoudend

*Wees bij de berichtgeving over concrete suïcides zo terughoudend mogelijk. Klop de gebeurtenis of de gevolgen daarvan niet op.*

### Geen details

## 2

*Geef geen beschrijving van de methode of het middel. Zo voorkom je dat je iemand op het idee brengt dat dit een effectieve manier is: je gaat eraan dood en komt ermee in het nieuws.*

## 3

### Niet romantiseren

*Kijk uit dat de berichtgeving niet wordt geromantiseerd of gedramatiseerd. Bijvoorbeeld door te citeren uit een afscheidsbrief of dagboek. Zo voorkom je dat mensen die een eind aan hun leven maken helden of martelaren worden, of dat iemand met suïcidale gedachten zich met de betreffende persoon identificeert.*

### Voorkom simplificatie

## 4

*Beschrijf suicide nooit als oplossing van een probleem. Leg evenmin een direct verband met één enkele oorzaak of gebeurtenis. Suïcides hebben vaak een lange voorgeschiedenis, waarbij meerdere factoren meespelen.*

## 5

### Abstract beeld

*Overweeg of beeldmateriaal werkelijk meerwaarde heeft. Als beeld echt nodig is voor een nieuwsitem, kies dan abstracte beelden – dus geen beelden die direct verwijzen naar de methode zoals een langsrijdende trein of een strip medicijnen.*

### Bied achtergrondinformatie

## 6

*Geef bij de algemene berichtgeving over suicide goede achtergrondinformatie. Noem bijvoorbeeld de landelijke hulplijn 113 Online.*

## 7

### Respecteer privacy

*Respecteer de privacy van de overledene en nabestaanden. Met name familieleden lopen een verhoogd risico op zelfdoding, mede doordat zij kunnen worstelen met schaamte, onbegrip of schuldgevoel. Onnodige persoonlijke details over de suicide of de overledene komen bij hen extra hard aan.*

### 'BN-ers': kijk extra uit

## 8

*Wees bij de berichtgeving over een suicide van een bekende persoon extra voorzichtig en terughoudend. In dat geval kunnen artikelen en reportages namelijk een nog grotere impact hebben op suïcidale mensen en leiden tot imitatiegedrag.*

## 9

### Betrouwbare bronnen

*Verwijs naar bronnen waar betrouwbare informatie is te vinden over suicide en gerelateerde onderwerpen, zoals de Stichting 113 Online, het Trimbos-instituut, het Nederlands Kenniscentrum Angst & Depressie en de Ivonne van de Ven Stichting.*

### Benoem dat hulp helpt

## 10

*In Nederland hebben jaarlijks naar schatting zo'n half miljoen mensen suïcidale gedachten. Meer dan 99% van hen weet zich te redden met hulp van hun omgeving of een professional. Hulp zoeken werkt dus echt. Door dit te benoemen help je het aantal suïcides te verminderen!*