

# Aanbevelingen voor Televisie & Film

## Geef hoop

Neem de opportuniteit om je kijkers iets te leren over zelfdoding zoals signaalherkenning of over het complex proces dat eraan voorafgaat. Het Papageno effect zorgt dat media, een drempelwaarde binnen het suïcidale proces, de drempel kan verhogen om over te gaan tot zelfdoding of een poging ervan.

Bronnen meegeven van hulpverlening heeft ook een hoopgevend effect. In Vlaanderen kan elke persoon met suïcidale gedachten en zijn of haar omgeving terecht op het [nummer 1813](http://nummer1813.be) of op [www.zelfmoord1813.be](http://www.zelfmoord1813.be). Meegeven van deze gegevens kan de kijker nog eens extra overtuigen om hulp te gaan zoeken.

## Hou rekening met risicogroepen

The Surgeon's General rapporteerde dat het risico op zelfdoding voornamelijk hoog is bij [jonge tieners](#) en dat deze invloed tot enkele weken kan aanhouden (Philips, Schaffer & Velting, 2000). Voorzichtigheid is echter altijd geboden. Ook bij volwassenen moet er rekening gehouden worden met de mogelijkheid van suïcidale kijkers (Prat, Bouyssy & O'Bryne, 2009), (Ellis & Walsh, 1986).

## Romantiseer of normaliseer een zelfdoding niet

Blootstelling aan een fictief karakter dat zelfdoding pleegt, kan risicogevele ertoe aanzetten te denken dat zelfdoding een goede, acceptabele en heroïsche beslissing is. Philips, Schaffer & Velting (2000). Pirkis, (2010): Gebruik [geen simplistische en eenzijdige](#) uitleg en zorg ervoor dat de zelfdoding niet geportretteerd wordt als een daad die veroorzaakt werd door één bepaalde factor in het leven van het personage zoals zelfmoordpoging na een ontslag of relatiebreuk.

Een suïcidaal proces kent namelijk een [complex verklarend model](#). Eerst zijn er de genetische belasting en vroege levenservaringen. Vervolgens heeft de kwetsbaarheid, of voorbeschikkende factoren, een invloed met biologische en psychologische factoren. Dan zijn er uitlokkende stressoren zoals psychiatrische en sociale factoren, gevolgd door drempelverlagende of -verhogende factoren (Van Heeringen, 2007). Media is, samen met o.a. sociale steun, een voorbeeld van zo een drempelwaarde.

Ook in de Program Evaluation Unit (2005) valt te lezen: "Een sensitieve benadering dat zelfmoord niet romantiseert en geen visuele details geeft over de exacte methode is aan te bevelen."

## Toon geen methode van zelfdoding

Een methode van zelfdoding tonen houdt steeds een groot risico in voor mogelijk kopieergedrag bij suïcidale kijkers. Zelfs als de zelfdodingsmethode uiteindelijk niet wordt uitgevoerd, bestaat het risico op [imitatie](#).

Uit onderzoek naar de gevolgen een televisiescène waarbij een personage uit de soap Casualty een overdosis paracetamol nam, bleek dat, van de 32 patiënten die zich in de eerstvolgende week in het ziekenhuis aanmeldden en verklaarden de aflevering te hebben gezien, maar liefst 20% aangaf dat het hun beslissing om een overdosis te nemen had beïnvloed. 17% gaf aan dat het hun medicatiekeuze had beïnvloed. Het gebruik van paracetamol als middel voor een overdosis was met maar liefst 106% gestegen. (Hawton et al., 1999). Ook televisiepromotie over een zelfmoordverhaal kan het risico op zelfdoding in kwetsbare groepen vergroten, volgens Shoval Gal (2005).

Werkgroep Verder

02 361 21 28

[info@werkgroepverder.be](mailto:info@werkgroepverder.be)

VLESP

09 322 07 75

[info@vlesp.be](mailto:info@vlesp.be)

### Verhaallijn, Context

#### Keuze personage

- > Let op met een jong personage, jongeren zijn gevoeliger voor de invloed van fictie dan volwassenen en gaan zich sneller identificeren met het personage.
- > Beeld de gevolgen uit voor de omgeving. Suïcidaal gedrag heeft een grote impact op de directe omgeving.
- > Wees waakzaam met scènes waarin personages die 'bijdroegen' aan de zelfdodingspoging hun schuldgevoelens en spijt betuigen aan het slachtoffer. Kijkers die bv. gepest worden of werden, kunnen hierdoor het idee krijgen dat zelfdoding een goede manier is om hun pestkoppen terug te pakken en hen slecht te laten voelen.

- > Toon een zelfdodingspoging nooit als snel, makkelijk, pijnloos en/of zeker resulterend in een overlijden. Dit is informatie die suïcidale mensen sterk kan beïnvloeden bij het overwegen van zelfdoding.
- > Geef een zelfdoding niet beter weer dan het in werkelijkheid is. Een zelfdoding uitbeelden als een zachte en vreedzame manier om te sterven, is erg gevaarlijk en vertoont geen enkele gelijkenis met de realiteit.
- > Toon een poging tot zelfdoding niet als iets waarvan iemand snel hersteld is. Zorg ervoor dat het karakter na zijn of haar poging goed opgevangen en begeleid wordt. Stel niet voor dat het personage al na enkele uren, dagen of tijdens de volgende aflevering, opnieuw perfect kan functioneren in de maatschappij.
- > Zorg ervoor dat een zelfdodingspoging nooit beloond wordt in de verdere verhaallijn. Laat gescheiden ouders niet opnieuw samenkomen na de zelfdoding(poging) van hun kind. Dit kan een kind onterecht aanzetten tot denken dat een zelfdodingspoging kan leiden tot een hereniging van zijn/haar gezin.

### Verhaallijn, Presentatie

- > Film nooit een moment van overlijden aan zelfdoding. Probeer de volledige poging of suicide uit beeld te houden.
- > Toon alles met in gedachte houdend dat ook mensen die kwetsbaar zijn of gedachten hebben over zelfmoord kunnen meekijken.
- > Let op met de muziekkeuze tijdens een scène waar suïcidaal gedrag in voorkomt. Erg emotionele muziek kan geïnterpreteerd worden als een over-dramatisering of romantisering van de dood.
- > Geef na een film of aflevering waar suïcidaal gedrag in voorkomt steeds hulpbronnen mee. Vermeld het telefoonnummer 1813 van de Zelfmoordlijn en webpagina [zelfmoord1813.be](http://zelfmoord1813.be).

De nodige achtergrondinformatie en [uitgebreide adviezen](#) vind je terug op

<https://www.zelfmoord1813.be/sites/default/files/Brochure%20Adviezen%20vanuit%20su%C3%AFcidepreventie%20voor%20fictie-makers.pdf>

**Werkgroep Verder**

02 361 21 28

[info@werkgroepverder.be](mailto:info@werkgroepverder.be)

**VLESP**

09 322 07 75

[info@vlesp.be](mailto:info@vlesp.be)