

Praten over onze psychologische problemen? Dan nog liever medicatie

Vandaag om 06:21 door Veerle Beel (<http://www.standaard.be/auteur/veerle-beel>)



Selah Sue trok gisteren de scholencampagne van Te Gek?! op gang. Foto: rr

Vlamingen die psychologische problemen hebben, nemen liever medicatie dan dat ze erover praten met anderen. Onze noorderburen ervaren veel minder schaamte.

In vergelijking met Nederland heeft Vlaanderen een suïdecijfer dat 80 procent hoger ligt. Er is al vaak gegist naar verklaringen: Nederlanders zouden makkelijker hulp zoeken bij psychische problemen bijvoorbeeld. Maar hoe komt dát dan weer?

Zelfstigma – het idee dat je minderwaardig bent als je psychisch ziek bent – en schaamte hebben daar veel mee te maken, zegt Alexandre Reynders. Hij stelde zopas zijn doctoraal onderzoek voor aan de KU Leuven, waarin hij beide regio's met elkaar vergelijkt. 'We vroegen het aan doorsnee burgers. Denken zij dat mensen met psychische problemen als minderwaardig of onbetrouwbaar worden gezien?'

'Zeven op de tien mensen in Vlaanderen én Nederland denken dat anderen er inderdaad zo over oordelen. Vooral in Vlaanderen – niet in Nederland – weerhoudt dit stigma mensen ervan om in eigen kring te vertellen dat men psychische hulp nodig heeft.'

Schaamte

Schaamte is dan weer in grotere mate aanwezig in Vlaanderen, zegt Reynders. Liefst 65 procent van de Vlamingen zou zich schamen vanwege psychische problemen. Voor Nederland kwam hij op een percentage van 55 procent uit.

‘Schaamte is een sterke emotie, die maakt dat mensen hoe ook minder snel hulp durven te zoeken. Ze hebben liever niet dat hun burens op de hoogte zijn van het feit dat ze psychische hulp nodig hebben. Alleen in Vlaanderen zien we dat mensen die zich zouden schamen, ook een voorkeur voor medicatie uitspreken. Ze gaan ervan uit dat ze dit gemakkelijker voor de buitenwereld verborgen kunnen houden. In Nederland hebben we geen verband gezien tussen schaamte en een voorkeur voor medicatie.’

Lees morgen het dossier over jongeren en geestelijke gezondheid dat we in samenwerking met Te Gek?! in de krant en op onze website brengen.
