

Jaël van Bentum en collega's deden een verkennend onderzoek naar de relatie tussen autisme en zelfdodingsgedachten. Daaruit blijkt dat tachtig procent van 1164 ondervraagden uit het NAR daar ervaring mee heeft of daar last van heeft gehad. In de algehele Nederlandse bevolking is dat slechts rond de acht procent. Bij mensen met autisme is dat dus tien keer zo veel, schrikbarend hoog!

“Eenzaamheid is een van de belangrijkste risicofactoren

Door Pieter Reintjes



Jaël van Bentum

Jaël (32) werkt als universitair docent bij de afdeling Klinische Psychologie aan de Universiteit Utrecht. Zij studeerde klinische psychologie (research master) en rondde onlangs haar promotieonderzoek af. Dit onderzoek gaat over terugkerende indringende beelden bij suïcidale mensen over hun toekomstige zelfdoding. Jaël onderzocht op welke wijze deze beelden zijn te verminderen. Daarnaast onderzoekt Jaël ook bepaalde factoren en groepen die een groter risico op zelfdoding hebben, zoals dit deelonderzoek in samenwerking met het NAR.

Download het promotieonderzoek van Jaël van Bentum *Suicide prevention: investigating novel ways to improve suicide prevention strategies* via de QR-code.



Waarom ben je dit onderzoek gestart?

Jaël: 'In literatuur komt naar voren dat mensen met autisme een hoge risicogroep voor zelfdoding vormen. Mijn oud-mentor Sander Begeer van de VU Amsterdam en participanten en stakeholders van en rondom het NAR vonden het belangrijk hiernaar onderzoek te doen. Omdat ik al ervaring had met dit onderwerp, hebben we een verkennend onderzoek onder 1164 respondenten uit het NAR uitgevoerd. We hebben extra vragen toegevoegd aan de jaarlijkse vragenlijsten over het onderwerp zelfdoding om erachter te komen hoe het zit in Nederland, want hier is weinig onderzoek naar gedaan.'

Wat is de toegevoegde waarde van het NAR?

'Het mooie is dat het NAR gerelateerd aan autisme is en dat iedereen kan meedoen met dit soort onderzoeken. Ik weet niet of zo iets ook in andere landen bestaat. De andere studies die ik in mijn onderzoek gebruik, zijn (wereldwijde) nationale studies, gebaseerd op databases van de hele bevolking. In Denemarken bijvoorbeeld krijgen wetenschappers allemaal informatie over de hele populatie en gaan daarin specifiek kijken naar mensen met autisme. Terwijl ik bij het NAR met mijn type vragen zelf wat kan sturen, omdat er ook andere gegevens zijn opgeslagen.'

Bedoel je daarmee de aanwezigheid van andere mentale problematiek?

'Ja. Vaak is er sprake van comorbiditeit, denk aan problematiek als depressie, angstklachten, maar ook symptomen die gerelateerd zijn aan autisme. Je ziet dan dat de therapeut alleen maar inzoomt op die autismeklachten en niet op de andere klachten die ook

suïcidale gevoelens kunnen versterken. Met de NAR-gegevens kun je naar specifieke variabelen/symptomen kijken, zodat je een beter inzicht krijgt.'

In je artikel noem je eenzaamheid als belangrijke voorspeller.

'Eenzaamheid is inderdaad een belangrijke algemene voorspeller, zo noem je dat, voor iemands levensloop: dan is het dus een risicofactor. Daarentegen was het weer niet specifiek een voorspeller voor mensen die last hadden van suïcidale gedachten in de afgelopen maand. Maar als iemand met autisme constant ervaringen heeft waarbij wordt bevestigd dat hij zich heel eenzaam voelt, en dat dan eigenlijk over een langere periode, dan is de kans dat zelfdodingsgedachten en -gevoelens worden ontwikkeld groter. Het is een misvatting dat mensen met autisme veel minder behoefte aan sociale contacten zouden hebben.'

Hoe zit het met het hebben van werk?

'Dat hebben we ook onderzocht en dat komt overeen met andere onderzoeken, namelijk dat het hebben van werk het risico op zelfdodingsgedachten niet verhoogt. Werkende mensen met autisme ervaren meer problematiek op de werkvloer en er zijn meer stressfactoren. Maar hebben mensen geen werk, dan heb je alle problematiek van je werkloosheid en de financiële stress en dat soort dingen. Maar we hebben niets gevonden wat invloed heeft op een verhoogd risico voor zelfdoding.'

Wat hield het vervolgcontact in?

'Omdat zelfdoding een gevoelig onderwerp is, hebben wij respondenten een telefonisch vervolgcontact aangeboden. Het was geen therapie sessie, maar als we merkten dat mensen echt last hadden van suïcidale gedachten en op dat moment niet in behandeling waren, dan stelden we voor dat zij de huisarts zouden bellen of iemand zouden benaderen voor de benodigde hulp. En dat is een paar keer gebeurd. Dat was fijn, men voelde zich echt gehoord en dat was heel positief, heel mooi, ja.'

Van de mensen met zelfdodingsgedachten had 38,7% een plan gemaakt en 15% deed een poging

Cijfers

Uit de resultaten blijkt dat de meerderheid (80%) van 1164 deelnemers tijdens hun leven aan zelfdoding heeft gedacht of een poging heeft ondernomen, waarvan 38,7% een plan heeft gemaakt en 15% een poging tot zelfdoding heeft gedaan. Bovendien heeft de helft (421 deelnemers) de afgelopen maand gedachten over zelfdoding gehad. Voor suïcidaal gedrag gedurende het hele leven werden de volgende voorspellende variabelen gevonden: psychiatrische comorbiditeit, eenzaamheid en het aantal autistische kenmerken. Voor suïcidale gedachten in de afgelopen maand waren psychiatrische comorbiditeit en de ernst van autistische kenmerken een significante voorspeller.

Hulp nodig?

- Blijf niet alleen rondlopen met zelfdodingsgedachten, laat iemand die je vertrouwt weten hoe je je voelt. Je kunt ook 24/7 gratis bellen met **0800-0113** of chatten met iemand via de website **113.nl**
- Bezoek je huisarts en onderzoek samen wat nodig is.
- Als je aan zelfdoding denkt of als je je zorgen maakt over iemand anders, download dan via de QR-code de *Factsheet Suïcidaliteit en autisme* van 113Zelfmoordpreventie. Of kijk op de site **113.nl**
- Download de 113 Backup App (tips en veiligheidsplan).



Factsheet Suïcidaliteit en autisme



113 Backup App



NAR informatie en aanmelden
nederlandsautismeregister.nl