




# 113 zelfmoord preventie

Binnenland

Steeds meer mannen van middelbare leeftijd plegen zelfmoord . 

[Nieuws](#) > Steeds meer mannen van middelbare leeftijd plegen zelfmoord

ma 9 mei 14:41

 3 minuten

Als mannen hun vrouw verliezen of arbeidsongeschikt worden, neemt de kans dat ze zelfmoord plegen toe. Dat geldt nog eens extra voor mannen tussen de 40 en 70 jaar oud. De kans dat die zichzelf om het leven brengen is namelijk sowieso groter dan bij andere groepen. Dit alles blijkt uit onderzoek van 113 Zelfmoordpreventie, de VU en Centrum Wiskunde & Informatica.



### **Waarom plegen mannen van middelbare leeftijd vaker zelfmoord?**

In 49% van de onderzochte gevallen is de oorzaak vaak depressie of overspannen. Het lukt ze niet om hiervoor de juiste hulp te vinden. Daarnaast vinden ze het vaak moeilijk om over hun emoties en ervaringen te praten. Bij millennials komt dit bijvoorbeeld minder vaak voor. Zij praten makkelijker over hun emoties.

### **Komt het voor in alle lagen van de bevolking?**

Het komt het vaakst voor bij mannen die een kleiner sociaal netwerk hebben. Als ze dan in de problemen komen door bijvoorbeeld een echtscheiding of ze worden werkloos dan kan het de verkeerde kant met ze op gaan. Ze denken vaak dat ze het wel alleen kunnen oplossen waardoor ze minder snel hulp zoeken. Zij zijn toch meer opgevoed van jongs af aan met: 'Mannen huilen niet!'

Daarnaast gebruiken mannen minder heftige middelen als het slecht met ze gaat. Vrouwen trekken over het algemeen eerder aan de bel bij instanties waardoor zij sneller en op tijd worden geholpen.

*Heb je naar aanleiding van dit gesprek behoefte om met iemand te praten over zelfmoordgedachten? Bel dan met 113.*

#### **Villa VdB**

*Villa VdB* (Omroep MAX) hoor je van maandag t/m donderdag van 14.00 tot 15.30 uur op NPO Radio 1. Gepresenteerd door Jurgen van den Berg.

