

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

# Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, [www.reprorecht.nl](http://www.reprorecht.nl)) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, [www.cedar.nl/pro](http://www.cedar.nl/pro)).

*No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.*

[info@boomamsterdam.nl](mailto:info@boomamsterdam.nl)  
[www.boomuitgeversamsterdam.nl](http://www.boomuitgeversamsterdam.nl)

*Als helpen niet helpt*

Alles bij elkaar genomen is het boek een aanrader voor gezinsleden van mensen met angst of dwang. Het biedt een (uitdagerend) houvast en geeft op een realistische manier hoop. Hoe vaak niet krijgen we de vraag van gezinsleden: 'Hoe reageer ik het best?' Het boek bevat geen kant-en-klare antwoorden maar tilt deze vraag naar een ander relationeel niveau: 'Hoe kan ik me anders opstellen ten aanzien van de angst of dwang, zonder mijn gezinslid als persoon uit het oog te verliezen?' In combinatie met een meer systemische benadering van dynamieken zoals meedwangen, geruststellen, vermijden en zich aanpassen, kan dit tot betekenisvolle veranderingen leiden. Als systeemtherapeut sterkt het

mij in de overtuiging dat we nog meer moeten inzetten op de context waarbinnen deze angstgerelateerde patronen tot een escalatie uitgroeien. De sleutel tot de-escalatie ligt niet enkel bij de persoon zelf en diens individueel behandeltraject, maar ook in het onderzoeken, beluisteren en op een consequent milde manier bijsturen van deze gezinscontext.

**Hanna Van Parys** is relatie- en gezinstherapeut, verbonden aan de Universitaire Dienst Psychiatrie van het UZ Gent. Ze is opleider binnen de permanente vorming Partnerrelatie-, Gezins- en Systeempsychotherapie van de Universiteit Gent. E-mail: [hanna.vanparys@ugent.be](mailto:hanna.vanparys@ugent.be).

**Doodzonde – Zelfmoord is nooit alleen**  
Julia von Graevenitz & Menno Visser (2020).  
Amsterdam: Studio Noodzaak. 335 pp. € 24,95.  
ISBN 9789090332246

**Nicoline van Nierop & Annerieke Luijendijk**

Het boek *Doodzonde – Zelfmoord is nooit alleen*, is een prachtig vormgegeven boek van Studio Noodzaak. De vormgeving maakt het boek aantrekkelijk. De titel roept echter ook aarzeling op. Doodzonde is een krachtterm met twee betekenissen. Aan de ene kant de betekenis van het onmetelijke verlies dat je ervaart als een dierbare overlijdt. Aan de andere kant de betekenis van een onvergeeflijke fout of zonde. Je vraagt je af wat je als lezer zult tegenkomen, met welke onvergeeflijke fout je wordt geconfronteerd en of je dat als naaste of hulpverlener kunt verdragen? Het tweede deel van de titel, *Zelfmoord is nooit alleen*, kalmeert enerzijds: verdriet

kan een startpunt vormen van verbinding. Anderzijds roept het ook spanning op: zal de doodzonde voor altijd met je meewandelen? De titel is in elk geval prikkelend. Zou dit boek nieuwe inzichten kunnen bieden in de complexe werkelijkheid rondom suïcidaliteit?

Het boek *Doodzonde* is geschreven vanuit een persoonlijke drijfveer van auteur Menno Visser, wiens vriend zelfmoord pleegde. De vraag die alle nabestaanden stellen: 'Hoe kon dit gebeuren, waar heb ik gefaald?' vormt de start van een intensief zoekproces naar een antwoord. Het levert een zoektocht op waarin langzaam de focus van schuldgevoelens verschuift naar een missie om zelfmoord te voorkomen. De auteur werkte bij het schrijven van dit boek samen met documentairemaakster Julia von Graevenitz. De zoektocht van beide auteurs begon met het maken van de documentaire *Doodzonde*, waarin de zelfdoding van twee veelbelovende jonge mensen werd besproken. Begin 2019 werd deze getoond aan het publiek. Na de vertoning

---

*Doodzonde – Zelfmoord is nooit alleen*

van de documentaire werd in talkshows met deskundigen gediscussieerd over dit onderwerp. Deze gesprekken en de onderlinge discussies tussen de schrijvers en het publiek zijn een bron van inspiratie voor dit boek.

Julia von Graevenitz, geboren in 1969 te München, maakte al vijftientig documentaires. Met haar films wil zij taboes bespreekbaar maken, mensen aan het denken zetten en met elkaar verbinden. Menno Visser, geboren in 1973 te Hilversum, werkte als directeur in diverse non-profitorganisaties. Hij brengt mensen en partijen via dialoog in beweging. Samen zijn ze eigenaar van Studio Noodzaak.

De kerngedachte van dit boek is: we hadden het samen kunnen voorkomen. Het richt zich uitdrukkelijk tot iedereen die te maken krijgt met iemand die suïcidaal is. De centrale vraag in het boek is: Waarom is het betrekken van naasten bij de behandeling van mensen met suïcidale gedachten zo lastig, maar toch zo belangrijk? En wat hebben hulpverleners nodig om naasten meer te betrekken?

Het boek start met een indrukwekkende proloog waarin Menno Visser de aanloop tot de suïcide en de periode na de suïcide van zijn vriend Roel op beeldende wijze beschrijft. Hij beschrijft zijn gevoelens van machteloosheid, angst en hoop die elkaar in hoog tempo afwisselen en maakt daarmee inzichtelijk hoe complex het is om vriend te zijn van Roel, die diep in de put zit.

De proloog geeft gelijktijdig een inblik in de worsteling die naasten ervaren wanneer zij geconfronteerd worden met de ons vertrouwde wereld van de psychiatrie. Een setting die voor hen volstrekt nieuw is en waarvan naasten de spelregels niet kennen. Als lezer ben je toeschouwer van de tragische afloop, die alleen maar pijnlijker wordt wanneer er geen wezenlijk contact

ontstaat tussen de betrokken zorgverleners (in dit geval de crisisdienst en de behandelend psychiater) en de nabestaanden. Dit deel van het boek grijpt je vast. Het maakt tastbaar en invoelbaar waar de sleutel ligt tot suïcidepreventie, maar ook tot goede nazorg.

Dit persoonlijke verhaal vormt de opmaat tot het theoretische deel van het boek waarin aan de hand van vijf thema's getracht wordt een compleet overzicht te geven van suïcidepreventie. De schrijvers hebben door middel van interviews de ervaring van hulpverleners (psychiaters, verpleegkundigen, huisartsen) en naasten opgetekend. De interviews vormen de omlijsting van de theorie.

In het eerste deel wordt een genuanceerd beeld geschetst over suïcide in historisch en ethisch perspectief. Het beschrijft het taboe in de samenleving en geeft de kleuring weer in ons woordgebruik (zelfmoord in tegenstelling tot zelfdoding). Onmiddellijk wordt een aantal taboes besproken die hulp in de weg staan. Een daarvan is: wanneer je spreekt over suïcide kun je een ander daartoe aanzetten.

Het tweede deel gaat over dood willen. Er volgt een beschrijving van kwetsbare doelgroepen en motivaties om te kiezen voor zelfdoding. In korte hoofdstukken wordt achtergrondinformatie gegeven over gedachten aan suïcide en het herkennen van signalen, en krijgt de lezer tips om het gesprek aan te gaan.

In het derde deel staan de naasten centraal. De hoofdstukken geven antwoord op de vraag waarom naasten vaak niet betrokken worden en hoe belangrijk het is dit te veranderen. De samenwerking tussen naasten en hulpverleners wordt vanuit zowel het perspectief van de naasten als dat van de hulpverlener besproken. Belangrijke thema's als privacy en professionaliteit komen aan de orde.

---

*Doodzonde – Zelfmoord is nooit alleen*

In het vierde deel staat de periode na een suïcide centraal. Wederom worden in korte hoofdstukken complexe thema's aangestipt. Deze thema's zijn onder andere het hanteren van gevoelens van schuld en schaamte en het bieden van nazorg.

In het laatste deel van het boek verschuift het perspectief van naasten en hulpverlener naar de maatschappelijke context rondom suïcidaliteit. Hier staat centraal welke systeemfactoren veranderd kunnen worden om tot betere zorg voor deze doelgroep te komen, zowel in de maatschappij als in de ggz.

In het theoretische gedeelte hinkt het boek op twee gedachten. Aan de ene kant lijken de schrijvers een volledig overzicht te willen geven over de theorie en de best practices ten aanzien van suïcidepreventie. Aan de andere kant is het boek een bundeling van ervaringen van zowel naasten als zorgverleners. Als leerboek schiet het boek tekort. Weliswaar worden veel relevante onderwerpen besproken, maar de diepgang ontbreekt. Ervaren zorgverleners zullen in dit boek geen antwoorden vinden op specifieke vragen.

Het boek slaagt er wel in erkenning te bieden en een bron van kennis te zijn voor naasten. Het is lezenswaardig omdat de auteurs niet uit de hulpverlening komen en geen vraag onbeantwoord laten. Opmerkelijk is dat zij een meervoudig perspectief innemen en compassie en respect tonen voor alle betrokkenen. Het geeft een inzicht in de ziel van zowel de nabestaanden als de zorgprofessional. Dit illustreert soms pijnlijk waar men elkaar niet lijkt te kunnen vinden in een echte dialoog over suïcide. De voortdurende herhaling van de noodzaak naasten te

betrekken maakt het boek op momenten stroperig.

Dat het thema suïcide ook naar een breder maatschappelijk plan wordt getrokken en dat ook de zoekende kant van de hulpverlening wordt belicht, is boeiend. Naast deze maatschappelijke kant, worden ook de politieke druk en de marktwerking in de zorg aan de orde gesteld. De angst om fouten te maken bij hulpverleners die stapsgewijs protocollen volgen of zich daarachter verschuilen, krijgt eveneens aandacht. Tegelijk is er oog voor de onmacht, het verdriet en de frustratie ervaren door hulpverleners.

Kortom, het boek is geschikt voor een groot publiek. Het is een uitgebreide weergave van de vele thema's die spelen rondom suïcide. Het is een dappere en geslaagde poging om het maatschappelijke taboe rondom suïcide te doorbreken, maar biedt geen vernieuwende inzichten. Het is geschreven in de lijn van zelfmoordpreventielijn 0900-0113 in Nederland en de zelfmoordlijn 1813 in België en past in de missie o suïcides.

De vraag wie er nu een doodzonde heeft gepleegd, blijft ook na het lezen gelukkig onbeantwoord. Als lezer en ervaren hulpverlener blijft het spannend wat we kunnen dragen en verdragen als het misgaat, als het anders loopt dan we wensen. Dat je dit niet alleen hoeft te doen is een geruststellende boodschap van deze publicatie.

**Nicoline van Nierop** is systeemtherapeut bij FIKScare. [www.fikscare.com](http://www.fikscare.com). E-mail: [Nicoline@fikscare.com](mailto:Nicoline@fikscare.com).

**Annerieke Luijendijk** is kinder- en jeugdpsychiater bij FIKScare. [www.fikscare.com](http://www.fikscare.com). E-mail: [Annerieke@fikscare.com](mailto:Annerieke@fikscare.com).