

# Suïcidaliteit onder LHBT'ers

**113** zelfmoord  
preventie

Mensen die lesbisch, homo, bi en/of transgender (LHBT) zijn of die gevoelens hebben, staan voor extra uitdagingen in vergelijking met anderen. Negatieve reacties, pesten en geweld komen veel voor. Dit maakt LHBT'ers kwetsbaar voor onder meer depressie en zelfmoord.

In dit factsheet zet 113 Zelfmoordpreventie in samenwerking met Movisie en de Rijksuniversiteit Groningen de meest recente cijfers op een rij.

**LHBT'ers hebben vaak zelfmoordgedachten.  
Ook doen ze veel vaker een zelfmoordpoging  
dan leeftijdsgenoten.**



## Zelfmoordgedachten

Bijna de helft van de Nederlandse lesbische, homo- en biseksuele (LHB)-volwassenen heeft ooit zelfmoordgedachten gehad (SCP 2012). Dit is ruim **5x** vaker dan in de algemene volwassen bevolking.



## Zelfmoordpogingen

Daarbij heeft een aanzienlijk deel van de LHB-volwassenen (8%; 6% van de homo- en biseksuele mannen en 10% van de vrouwen) ooit een zelfmoordpoging ondernomen. Dit cijfer is **4x** zo hoog als het aantal suïcidepogingen dat werd gerapporteerd door Nederlanders in de algemene bevolking (SCP, 2012).

*Van alle LHBT'ers hebben transgenders het het moeilijkst. Transgenders doen 5 tot 10 maal vaker een zelfmoordpoging en denken 7 maal vaker aan suïcide in vergelijking met niet-transgenders.  
(SCP, 2012)*

### Meisjes kwetsbaarder dan jongens



Lesbische en biseksuele meisjes rapporteren ongeveer **1,5x** vaker een zelfmoordpoging te hebben gedaan dan homojongens (SCP, 2010).

### LHB'ers met religieuze achtergrond



LHB-jongeren met een religieuze achtergrond lijken meer suïcidaliteit te rapporteren (SCP 2010), hoewel dit verband voor volwassenen niet werd bevestigd (SCP 2012).

### Geen verschil LHBT'ers in de stad of platteland



Zelfmoordgedachten en -pogingen komen even vaak voor bij LHBT'ers wonend in de stad als op het platteland (RUG/Nivel/UGent, 2017).

### Invloed coming out op zelfmoordgedachten



Onder LHBT'ers die nog niet uit de kast zijn gekomen, komen zelfmoordgedachten en zelfmoordpogingen vaker voor dan bij LHBT'ers die al uit de kast zijn (RUG/Nivel/UGent, 2017).

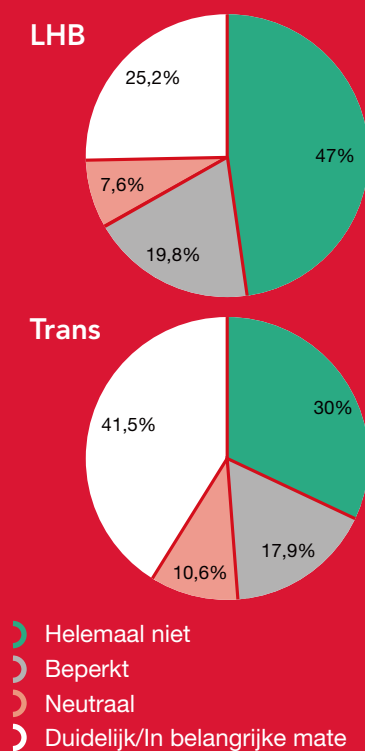
# De reactie van anderen op de coming out speelt een cruciale rol.

LHB'ers, transgenders en non-binaire mensen (mensen die zich noch man noch vrouw voelen, of beide, of er tussenin) die een positieve reactie van hun ouders en de rest van de omgeving krijgen, hebben minder vaak zelfmoordgedachten en -pogingen. Gepest en gediscrimineerd worden heeft een negatieve invloed. LHBT'ers die nog nooit zelfmoordgedachten hebben gehad of nog nooit zelfmoordpogingen hebben gedaan geven aan bij zware problemen op meer mensen te kunnen rekenen (RUG/Nivel/UGent, 2017).

## Invloed attitude rondom eigen oriëntatie/identiteit op zelfmoordgedachten

Een kwart van de LHB'ers en bijna de helft van de transgenders geeft aan dat de zelfmoordgedachten duidelijk of in belangrijke mate te maken hebben met de geaardheid of genderidentiteit. Deze gedachten namen vaak af na de coming out of na toegang tot transgenderzorg (RUG/Nivel/UGent, 2017).

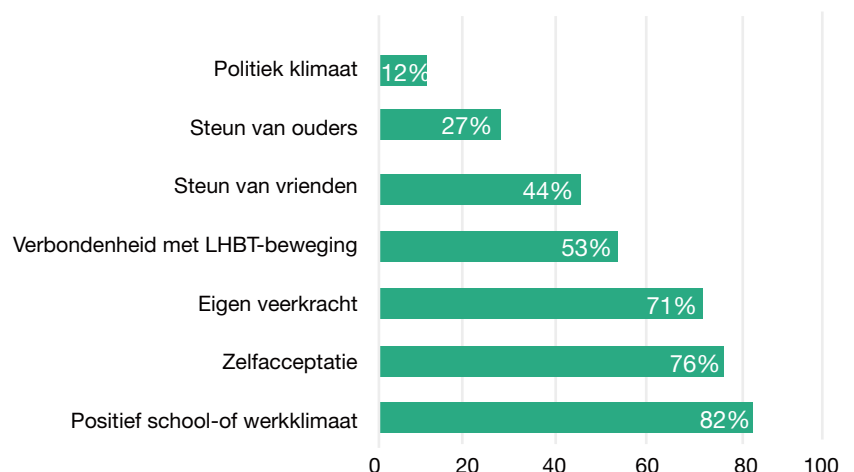
### In welke mate waren uw zelfmoordgedachten gelinkt aan uw geaardheid/genderidentiteit?



(RUG/Nivel/UGent, 2017).

### Beschermende factoren

Welke factoren zorgen ervoor dat LHBT'ers zich goed in hun vel voelen?



### Info en tips over homo-, lesbische, bi- of transgendergevoelens?

Voor jongeren die (misschien) LHBT zijn, zijn er info en tips op [iedereenisanders.nl](http://iedereenisanders.nl). Voor professionals die jongeren ondersteunen zoals hulpverleners, jongerenwerkers en docenten zijn er info en tips op [iedereenisanders.nl/ondersteuners](http://iedereenisanders.nl/ondersteuners). Vragen over (misschien) lesbisch, homo, bi of transgender zijn, kunnen zowel jongeren als volwassenen stellen via <http://switchboard.coc.nl/>.

#### (\*) Achtergrond Factsheet

Cijfers in dit factsheet komen uit studies van het Sociaal en Cultureel Planbureau (Van Bergen, 2010 en 2012, Keuzenkamp 2012, Kooiman 2012, Kuyper 2015), en het Nemesis 2011.

In Nederland is recent een online vragenlijst ontwikkeld door de Rijksuniversiteit Groningen en het NIVEL, in samenwerking met de Universiteit van Gent en University of Glasgow. Voor de werving werden 113 Zelfmoordpreventie en circa 70 organisaties voor LHBT'ers gevraagd om links naar de vragenlijst op hun websites of op social media te plaatsen. Daarnaast is voor de verspreiding ook gebruik gemaakt van gerichte advertenties op Facebook. De vragenlijst is ingevuld door 1.586 LHBT'ers.

#### (\*\*) Genderidentiteit

Cis: een persoon met een geboortegeslacht dat samenvalt met de persoonlijke identiteit als man/vrouw.

Transman: een persoon met een vrouwelijk geboortegeslacht, maar een mannelijke genderidentiteit.

Transvrouw: een persoon met een mannelijk geboortegeslacht, maar een vrouwelijke genderidentiteit.

Non-binair: Genderqueer, polygender, genderfluid, agender: een persoon die zich noch man noch vrouw voelt, of beide, of er tussenin.