

Froukje is chronisch suïcidaal: 'Als ik om me heen kijk, zie ik mogelijkheden'

Froukje is een leuke, spontane vrouw van begin 30. Ze studeert psychologie, heeft een leuk huis, vriend, hond, is dol op reizen en fotografie. Maar er is ook een andere kant: sinds haar 15de heeft ze een serie zelfmoordpogingen gedaan. 'Chronisch suïcidaal', is een van de vele labels die ze kreeg. Nog niet zo lang geleden werd een burgernetmelding voor haar verstuurd: verwarde vrouw vermist.

"Hoe dacht jij dat mijn huis eruit zou zien?", vraagt ze. Ze kent alle vooroordelen over 'verwarde' mensen. Die zijn werkloos, hun huis is een puinhoop, net als de rest van hun leven. Vaak zijn ze verslaafd en eenzaam.



Dat is een van de redenen dat ze dit interview wil geven, en dat ze eerder deze zomer haar verhaal deed op LinkedIn. Die post begon ze met de woorden: 'Ik ben die 'verwarde weggelopen vrouw'-melding van Burgernet. Verder schreef ze onder meer dat ze weleens door de politie is tegengehouden bij een poging. En dat ze lange tijd heeft gezwegen over haar psychische problemen, omdat ze het gevoel had dat ze zich daar 'enorm voor moest schamen'.

Die schaamte wil ze niet meer. Ze wil haar verhaal vertellen, zodat er meer begrip komt voor mensen die soms in de war zijn, en zodat anderen weten dat ze niet alleen zijn met hun worsteling. Hoe spannend ze het ook vindt om hiermee naar buiten te treden. Want ze weet dat er onbegrip komt. Mensen die haar egoïstisch vinden, gestoord, of erger.

“Ik kreeg zo veel reacties op mijn post. Van mensen die zelf een poging hadden gedaan of van wie een dierbare suïcide heeft gepleegd. Maar ook van een vrouw die graag eens met iemand wilde praten, maar niemand zei te kennen die suïcidaal is geweest. Dat is toch vreemd? Zo veel mensen hebben weleens met gedachten rondgelopen. Dat geeft aan hoe weinig erover wordt gepraat.”

Bij Froukje begonnen de gedachten al jong. Ze had een moeilijke jeugd waarin ze zich niet aan mensen kon hechten. Ze werd gepest en ook thuis vond ze door omstandigheden niet de veiligheid die een kind zo hard nodig heeft – waarom houdt ze graag privé, maar het resulteerde in wat complexe PTSS wordt genoemd: een complexe posttraumatische stressstoornis.

(Bron en volledig artikel [RTL Nieuws](#))

Heb jij vragen over zelfmoord?

Stichting 113 Zelfmoordpreventie: **bel 113 of 0800-0113 (gratis)**, of anoniem via de chat op de website [113.nl](https://www.113.nl)

24 uur per dag bereikbaar, 7 dagen per week
