



Evaluatie van een website over
psychisch welzijn voor holebi's en
transgender personen
[www.lumi.be]

STUDIERAPPORT

Vlaams Expertisecentrum Suïcidepreventie (VLESP), 2019

INHOUD

Inleiding	3
Kader	3
Onderzoeksvragen	3
Methode	4
Rekrutering	4
Online survey	4
Resultaten	5
Aantal respondenten	5
Baseline kenmerken	5
Geestelijke gezondheid	7
Ervaring met professionele hulp	9
Attitudes ten aanzien van professionele hulp	10
Evaluatie van de website	13
Conclusies	17

INLEIDING

Kader

In het kader van het Vlaams Actieplan Suicidepreventie werd met de steun van de Vlaamse Overheid een project opgezet om de website van Lumi www.lumi.be en de website van het Transgender Infopunt www.transgenderinfo.be uit te breiden met informatie en getuigenissen m.b.t. geestelijke gezondheid en suicidepreventie bij holebi's en transgender personen. Ter evaluatie van dit project werd een evaluatie- en effectiviteitsstudie opgezet van deze nieuwe website content door het Vlaams Expertisecentrum Suicidepreventie (VLESP). Dit rapport omvat het opzet, de resultaten en conclusies van deze studie.

Onderzoeksvragen

Volgende onderzoeksvragen stonden centraal in de studie:

- **Hoe evalueren gebruikers de nieuwe websitecontent?**
 - >> Concreet: in welke mate vinden holebi's en transgender personen de website en videogetuigenissen interessant, herkenbaar en hoopgevend?
- **Draagt de website bij tot een beter mentaal welzijn (met het oog op suicidepreventie)?**
 - >> Concreet: zorgt de website voor:
 - een beter inzicht in eigen psychisch welzijn en kennis over wat men kan doen en waar men terecht kan (bestaande hulpverlenende tools)?
 - een positievere attitude ten aanzien van professionele hulpverlening en een grotere bereidheid om de stap ernaartoe te zetten?
 - een afname van hopeloosheid?

METHODE

Rekrutering

Holebi's en transgender personen werden via een online oproep aangespoord om deel te nemen aan de studie. De oproep werd verspreid via de mediakanalen (voornamelijk websites en sociale media) van VLESP, Zelfmoord 1813, çavaria en het Transgender Infopunt. De oproep werd gelanceerd op 17 mei 2019 (Internationale Dag tegen Holebifobie en Transfobie), de rekruteringsperiode liep tot eind juli 2019.

Online survey

De studie bestond uit het invullen van twee online vragenlijsten, één voor het websitebezoek aan en één na het websitebezoek. Na het invullen van een informed consent (online) werden deelnemers gevraagd de eerste online vragenlijst in te vullen, waarna men de link naar de website www.lumi.be ontving. Na 5 dagen ontvingen deelnemers via e-mail vervolgens de link toegestuurd naar de tweede online vragenlijst ter evaluatie van de website.

In de **eerste online vragenlijst** (vóór het websitebezoek) werd gepeild naar:

- Baseline kenmerken (leeftijd; genderidentiteit; seksuele identiteit; opleiding);
- Het psychisch welzijn (psychische klachten, zelfmoordgedachten en -pogingen, hopeloosheid);
- Ervaring met en attitudes t.a.v. professionele hulp.

Waar mogelijk werd gewerkt met gestandaardiseerde vragenlijsten waaronder:

- Een verkorte versie van de 'Beck Hopelessness Scale (BHS)' voor het meten van hopeloosheid;
- De 'Attitudes Towards Seeking Professional Psychological Help – short form' (ATSPPH-SF)' voor het meten van attitudes.

In de **tweede online vragenlijst** (na het websitebezoek) werd opnieuw gepeild naar hopeloosheid en naar attitudes ten aanzien van professionele hulp. Aanvullend werd bevraagd hoe men de website evalueerde aan de hand van een aantal stellingen. De volledige vragenlijst is op aanvraag te verkrijgen bij VLESP: info@vlesp.be

Deze studie werd voorgelegd aan en goedgekeurd door het **Ethisch Comité** van het UZ Gent (Dossier nummer: B670201940061).

RESULTATEN

Aantal respondenten

In totaal namen 245 mensen deel aan de premeting. Een deel van hen (19) vulde deze niet volledig in, een deel vulde geen e-mailadres in (43) en een deel (82) nam niet deel aan de posttest nadien. Na datacleaning (uithalen dubbele respondenten en respondenten buiten de doelgroep) bleven nog **89 respondenten** over die de volledige pre- en postmeting invulden.

Baseline kenmerken

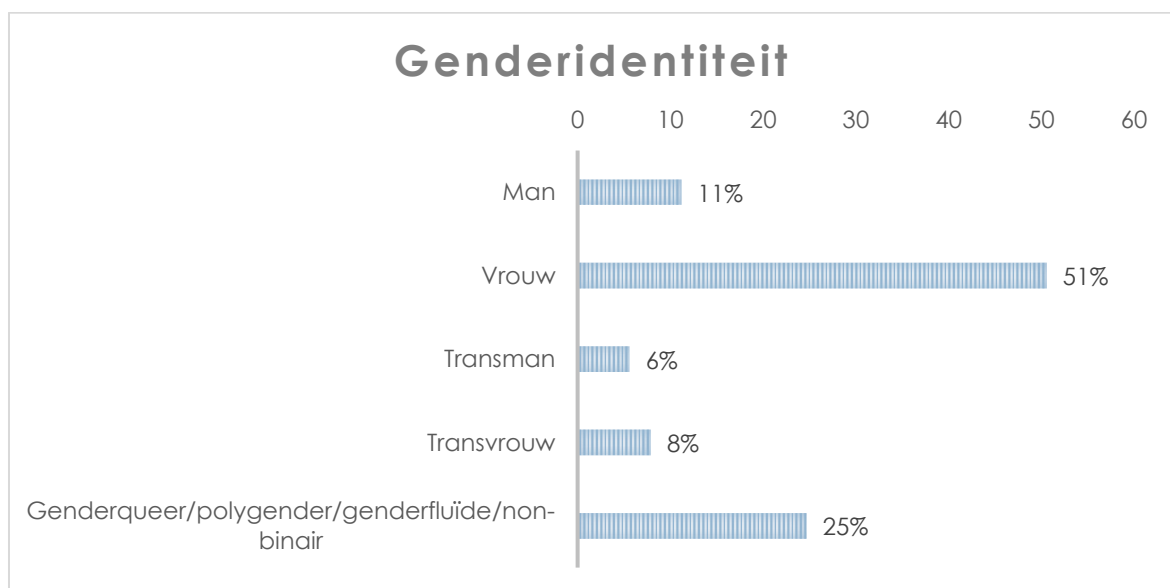
Geboortegeslacht

74% van de respondenten had een vrouwelijk geboortegeslacht, 26% een mannelijk geboortegeslacht.

Genderidentiteit

De helft van de respondenten (51%) identificeerde zich als vrouw, 11% identificeerde zich als man en 25% identificeerde zich als genderqueer/polygender/genderfluïde/nonbinair. Een aantal personen identificeerde zich als transman (6%) en transvrouw (8%). Zie figuur 1.

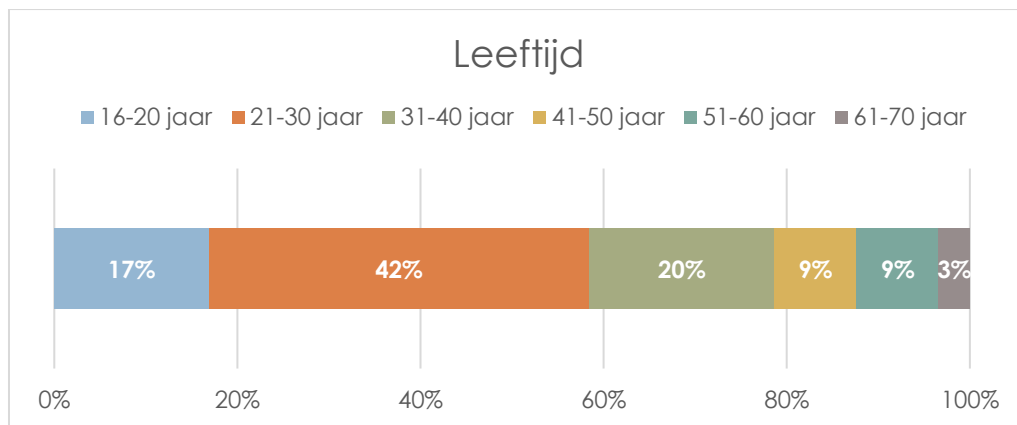
Fig. 1 – Genderidentiteit van de respondenten



Leeftijd

De leeftijd van de respondenten lag tussen de 16 en 70 jaar. De meerderheid van de respondenten (62%) was tussen de 21 en 40 jaar. Zie figuur 2.

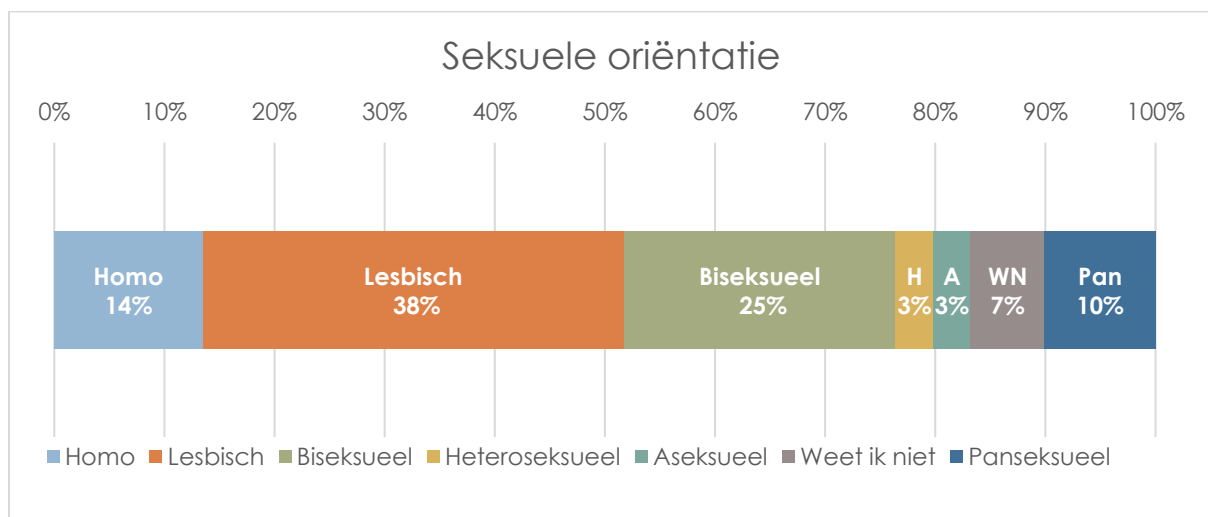
Fig. 2 – Leeftijd van de respondenten



Seksuele oriëntatie

14% van de respondenten identificeerde zich als homo, 38% als lesbisch en 25% als biseksueel. Opvallend was dat 10% zich identificeerde als 'anders' en dit specificieerde als 'Panseksueel'. Zie figuur 3.

Fig. 3 – Seksuele oriëntatie van de respondenten



Geboorteland, herkomst

94% van de respondenten was geboren in België. Van 17% van de respondenten waren één of beide ouders niet in België geboren.

Opleiding

58% had een diploma van hoger/universitair onderwijs, 42% een diploma van lager/middelbaar onderwijs.

Geestelijke gezondheid

Psychische klachten

De meerderheid van de respondenten kampten doorheen hun leven, maar ook recentelijk, met psychische klachten en zelfmoordgedachten.

97% van de respondenten had ooit psychische klachten. De meest voorkomende klachten waren depressieve klachten (gerapporteerd door 85% van de respondenten) en angstklachten (gerapporteerd door 66% van de respondenten). Deze klachten bleken ook recent, 64% van de respondenten die klachten rapporteerden hadden deze ook de afgelopen maand.

90% van de respondenten kampte ooit in hun leven met zelfmoordgedachten, ongeveer 1 op 3 van deze groep (34%) had die klachten ook de afgelopen maand. 44% ondernam ooit een zelfmoordpoging en 9% van deze groep ondernam een poging in het afgelopen jaar.

Hopeloosheid

De mate van hopeloosheid die respondenten ervaren op het moment van het invullen van de vragenlijsten werd gemeten aan de hand van vier items (verkorte versie van de BHS) die respondenten konden scoren als 0 (= onjuist) of 1 (= juist). Figuren 4 en 5 tonen respectievelijk de antwoorden op items 1 en 2 en items 3 en 4. Daaruit blijkt een gemiddeld lage mate van hopeloosheid bij de respondenten.

Fig. 4 – Mate van hopeloosheid van respondenten – baseline – item 1 en 2

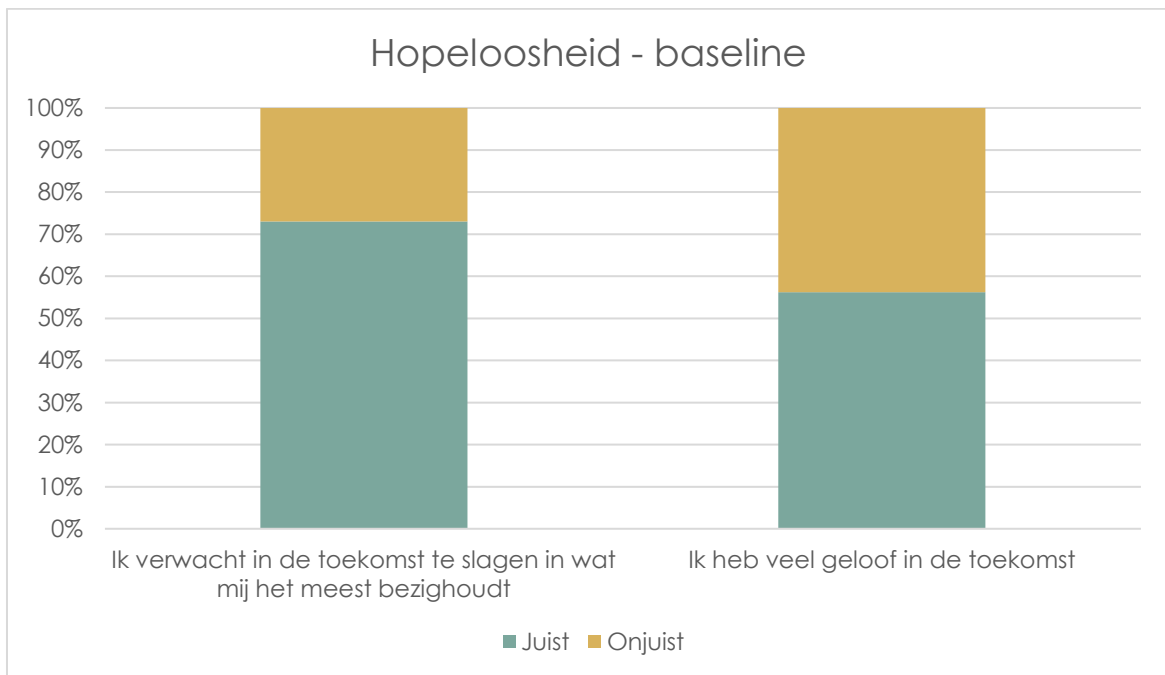
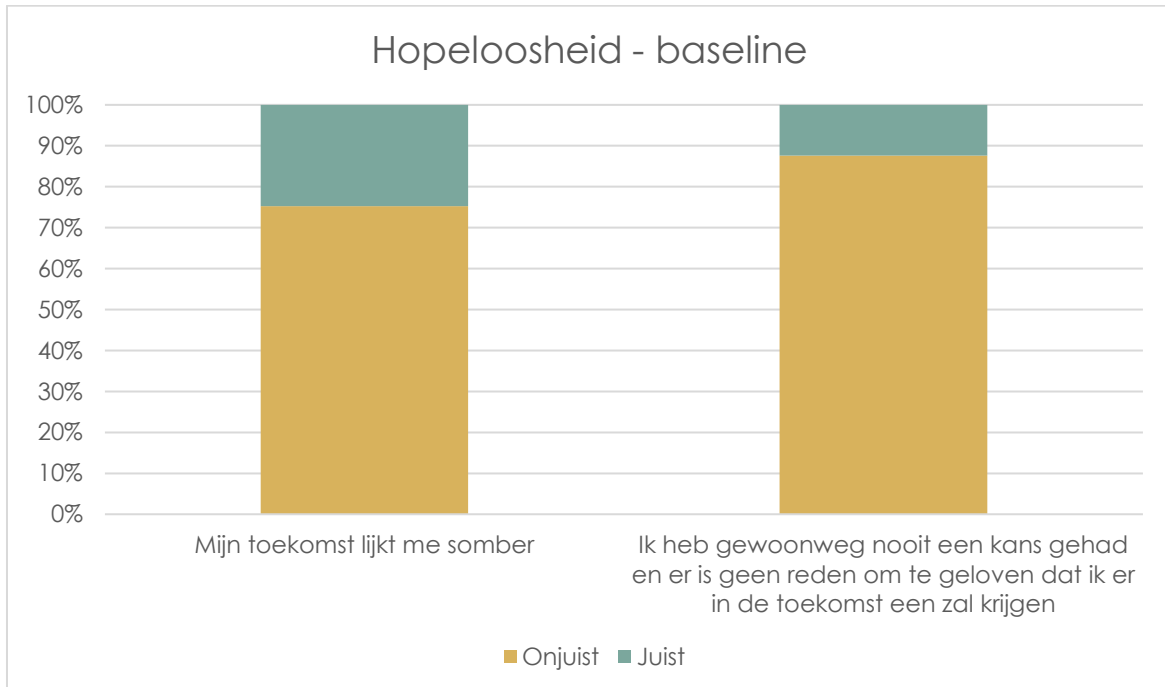


Fig. 5 – Mate van hopeloosheid van respondenten – baseline – item 3 en 4



Tabel 1 (zie onder) bevat de gemiddelde scores per item bij baseline en na het websitebezoek. Per item is de minimum score 0 en de maximum score 1. De items werden zo gecodeerd dat een hogere score op een hogere hopeloosheid duidt. Bij item 1 steeg de hopeloosheid, bij items 2 en 4 daalde de hopeloosheid en bij item 3 bleef de gemiddelde score gelijk. Deze verschillen tussen de baseline meting en de meting na het websitebezoek waren echter niet significant. We kunnen dus stellen dat het websitebezoek geen effect had op de hopeloosheid van de respondenten, noch positief, noch negatief.

Tabel 1 – Gemiddelde scores op de verkorte BHS – voor en na het websitebezoek

ITEMS VERKORTE BHS	Gemiddelde score bij baseline	Gemiddelde score na website-bezoek	Verskil	P-waarde
Ik verwacht in de toekomst te slagen in wat mij het meest bezighoudt	0.15	0.16	+0.01	p = 0.77
Mijn toekomst lijkt me somber	0.25	0.21	-0.04	p = 0.32
Ik heb gewoonweg nooit een kans gehad en er is geen reden om te geloven dat ik er in de toekomst een zal krijgen	0.12	0.12	0.00	p = 1.0
Ik heb veel geloof in de toekomst	0.44	0.37	-0.07	p = 0.083

Ervaring met professionele hulp

85% van de respondenten zocht ooit professionele hulp (bv. bij hulplijnen, huisarts, psycholoog, psychiater) voor psychische klachten en 46% was in begeleiding op het moment van de studie. 15% van de respondenten heeft nog nooit de stap naar professionele hulpverlening gezet. De meerderheid van de respondenten die

professionele hulp zochten, ervaarden deze als helpend. Van alle verschillende vormen van professionele hulpverlening wordt de psycholoog als meest helpend ervaren.

Attitudes ten aanzien van professionele hulp

Attitudes ten aanzien van professionele hulp voor psychische problemen werden gemeten aan de hand van tien items (ATSPPH-SF) die respondenten konden scoren op een schaal van 0 tot en met 3 (niet akkoord; eerder niet akkoord; eerder akkoord; akkoord).

Scores op de subschalen

Deze vragenlijst omvat twee subschalen. Een **eerste subschaal** meet de mate waarin respondenten open staan voor professionele hulp (i.e. de **openness scale**) (bv. "als ik op dit moment een ernstig psychisch probleem zou hebben, zou psychotherapie zeker een hulp voor me zijn"). Schaalscores op de openness scale worden berekend door de scores van item 1-5 op te tellen, waarbij een hogere score wijst op een grotere openheid voor professionele hulp. De minimum score is 0, de maximum score is 15.

Een **tweede subschaal** meet hoe waardevol respondenten professionele hulp achten (i.e. de **value scale**) (bv. "gegeven de kosten en de tijd die psychotherapie met zich mee brengt, valt het te betwijfelen of dit voor mij waardevol is"). Schaalscores op de value scale worden berekend door de scores van item 5-10 op te tellen. Een hogere score wijst op een positievere attitude ten aanzien van professionele hulp. De minimum score is 0, de maximum score is 15.

Tabel 2 toont de gemiddelde scores van de respondenten op beide subschalen, vóór en na het websitebezoek. Een t-test werd uitgevoerd om na te gaan of dit verschil significant was. Voor de subschaal openness werd een significante stijging gevonden, wat aangeeft dat respondenten na het websitebezoek meer openstonden voor het zoeken van professionele hulp. Voor de subschaal 'value'

werd een niet-significante stijging genoteerd. Op het geloven in de waarde van professionele hulp had het websitebezoek dus een minder groot effect.

Tabel 2 – Verschil in scores op de subschalen (attitudevragenlijst) 'Openness' en 'Value', vóór en na het websitebezoek.

ATTITUDEVRAGENLIJST SUBSCHALEN	Gemiddelde score bij baseline	Gemiddelde score na websitebezoek	P-waarde
Subschaal 'Openness'	10.8	11.6	P= 0.000
Subschaal 'Value'	10.8	11	P = 0.357

Scores per item

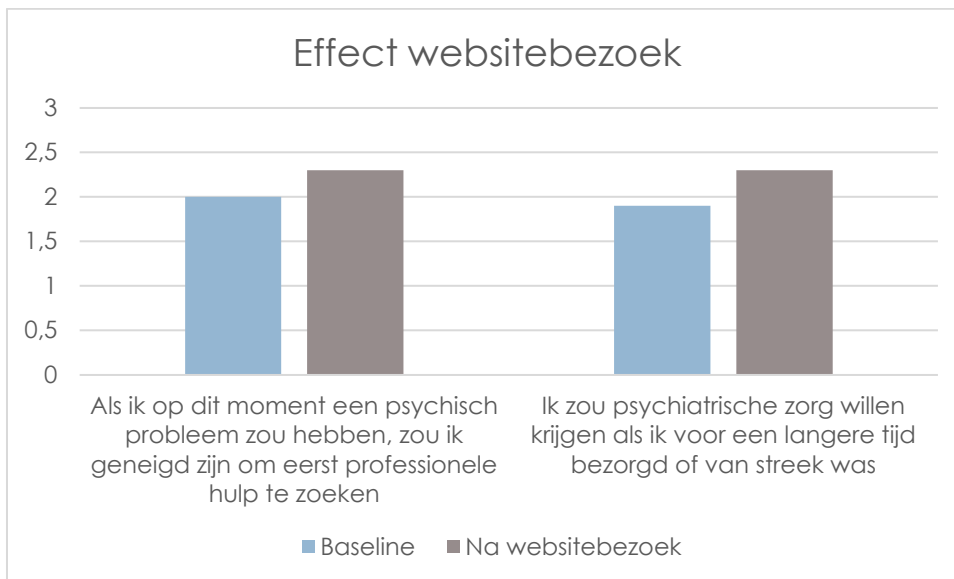
Onderstaande tabel toont de afzonderlijke scores per item. Per item is de minimum score 0 en de maximum score 3. De items werden zo gecodeerd dat een hogere score telkens op een positievere attitude duidt. Voor item 1 en 3 is er een significante stijging in de gemiddelde score na het websitebezoek, dit wordt ook weergegeven in figuur 6.

Tabel 3 – Verschil in scores op de items (attitudevragenlijst), vóór en na het websitebezoek.

ATTITUDEVRAGENLIJST INDIVIDUELE ITEMS	Gemiddelde score bij baseline	Gemiddelde score na websitebezoek	Vershil	P- waarde
Als ik op dit moment een psychisch probleem zou hebben, zou ik geneigd zijn om eerst professionele hulp te zoeken	2.0	2.3	+ 0.3	p = 0.000
Als ik op dit moment een ernstig psychisch probleem zou hebben, zou psychotherapie zeker een hulp voor me zijn	2.3	2.4	+ 0.1	p = 0.086

Ik zou psychiatrische zorg willen krijgen als ik voor een langere tijd bezorgd of van streek was	1.9	2.3	+ 0.4	p = 0.000
In de toekomst zou ik misschien ooit nog wel psychologische begeleiding willen krijgen	2.3	2.4	+ 0.1	p = 0.196
Het is weinig waarschijnlijk dat een persoon met een psychisch probleem dit alleen oplost – het is meer waarschijnlijk dat hij/zij dit oplost met professionele hulp	2.3	2.3	0	P = 0.783
Met een psycholoog praten over problemen lijkt me geen goede manier om emotionele conflicten te verwerken	2.2	2.2	0	P= 0.778
Het is bewonderenswaardig als iemand zijn psychische problemen en angsten zonder professionele hulp verwerkt	1.3	1.4	+ 0.1	P= 0.086
Gegeven de tijd en de kosten die psychotherapie met zich meebrengt, valt het te betwijfelen of dit voor mij waardevol is	1.9	2.0	+ 0.1	P= 0.288
Iedereen zou zijn problemen zelf moeten kunnen oplossen – psychologische hulpverlening is slechts een laatste redmiddel	2.7	2.6	- 0.1	P= 0.242
Zoals zoveel zaken, lossen psychologische problemen zich vanzelf op	2.7	2.7	0	P= 0.620

Fig. 6 – Significant effect ($p=0.000$) van het websitebezoek op attitudes



Evaluatie van de website

Om te evalueren hoe de respondenten de website ervaren, beantwoordden ze negen stellingen na de website doorlopen te hebben. Hieronder volgen de resultaten:

- 96% van de respondenten vond de website interessant en relevant**
 Voor dit item werden er geen significante verschillen gevonden naar geboortegeslacht, genderidentiteit, seksuele oriëntatie, leeftijd of diploma van de respondenten.
- 88% van de respondenten vond de website duidelijk**
 Voor dit item werden er geen significante verschillen gevonden naar geboortegeslacht, genderidentiteit, seksuele oriëntatie of leeftijd van de respondenten.
 Wel was er een verschil naar diploma: respondenten met een diploma lager/middelbaar onderwijs vonden de website minder duidelijk dan respondenten met een diploma hoger/universitair onderwijs.

- **87% van de respondenten zou de website aanraden aan andere LGBT+**
Voor dit item werden er geen significante verschillen gevonden naar geboortegeslacht, genderidentiteit, seksuele oriëntatie, leeftijd of diploma van de respondenten.
- **78% van de respondenten vond de informatie en getuigenissen herkenbaar**
Voor dit item werden er geen significante verschillen gevonden naar geboortegeslacht, genderidentiteit, seksuele oriëntatie of diploma van de respondenten.
Wel was er een verschil naar leeftijd: de jongste leeftijdscategorie (16-21j) vond de website meer herkenbaar dan de oudere leeftijdscategorieën
- **74% van de respondenten vond de informatie en getuigenissen hoopgevend**
Voor dit item werden er geen significante verschillen gevonden naar genderidentiteit, seksuele oriëntatie, leeftijd of diploma van de respondenten.
Wel werd er een verschil gevonden naar geboortegeslacht: respondenten met een vrouwelijk geboortegeslacht vonden de informatie en getuigenissen meer hoopgevend dan respondenten met een mannelijk geboortegeslacht.

De volgende twee stellingen polsten naar de mogelijke nieuwe inzichten die de website de respondenten bood met betrekking tot het psychisch welzijn van LGBT+ personen in het algemeen en met betrekking tot hun eigen psychisch welzijn.

46% van de respondenten ging akkoord tot helemaal akkoord met de stelling dat de website hen nieuwe inzichten bood in het psychisch welzijn van LGBT+ personen en een groot aantal respondenten (40%) antwoordde hier neutraal op. Zie figuur 7.

34% van de respondenten ging akkoord tot helemaal akkoord met de stelling dat de website hen nieuwe inzichten bood m.b.t. hun eigen psychisch welzijn. Ook op deze stelling antwoordde een groot aantal respondenten neutraal (40%). Zie figuur 8.

Wat deze twee stellingen betreft, werden er geen significante verschillen gevonden in de opinie van de respondenten naar geboortegeslacht, genderidentiteit, seksuele oriëntatie en leeftijd. Enkel wat diploma betreft, was er een significant verschil bij de tweede stelling: respondenten met een diploma lager/middelbaar onderwijs

rapporteerden meer nieuwe inzichten dan respondenten met een diploma hoger/universitair onderwijs.

Fig. 7 – Evaluatie website m.b.t. inzicht in psychisch welzijn LGBT+

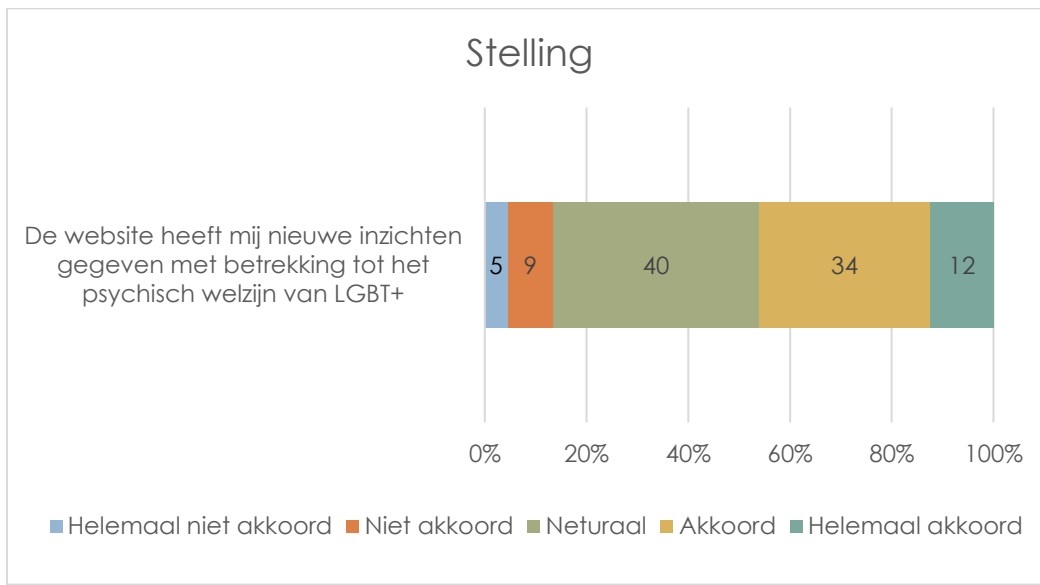
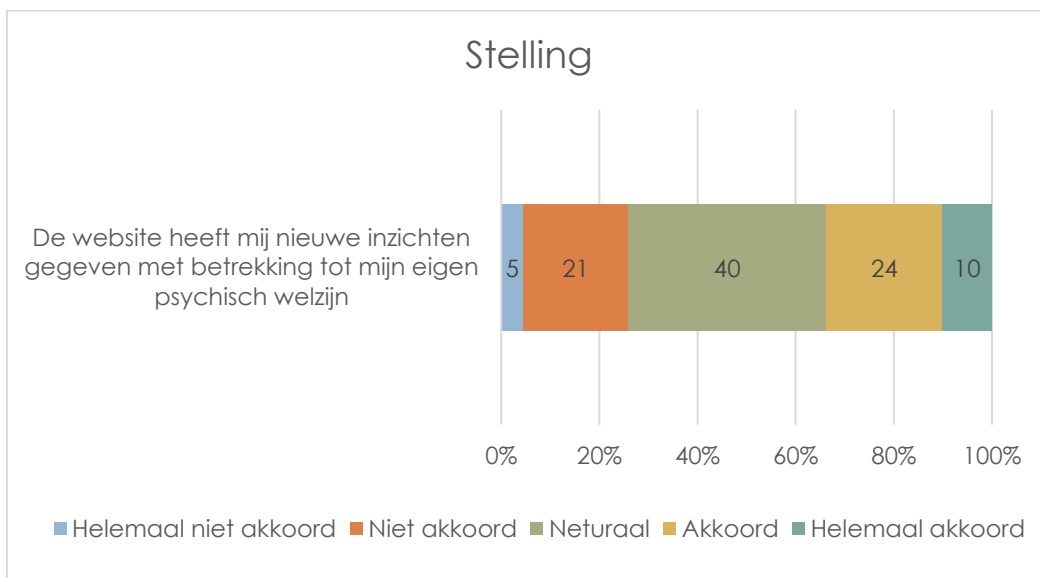
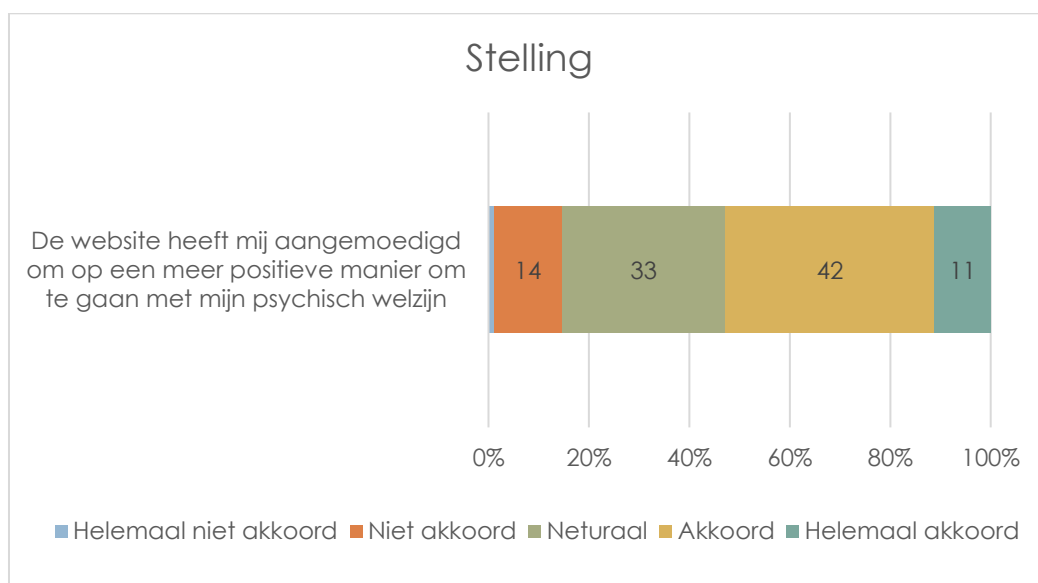


Fig. 8 – Evaluatie website m.b.t. nieuwe inzichten in eigen psychisch welzijn



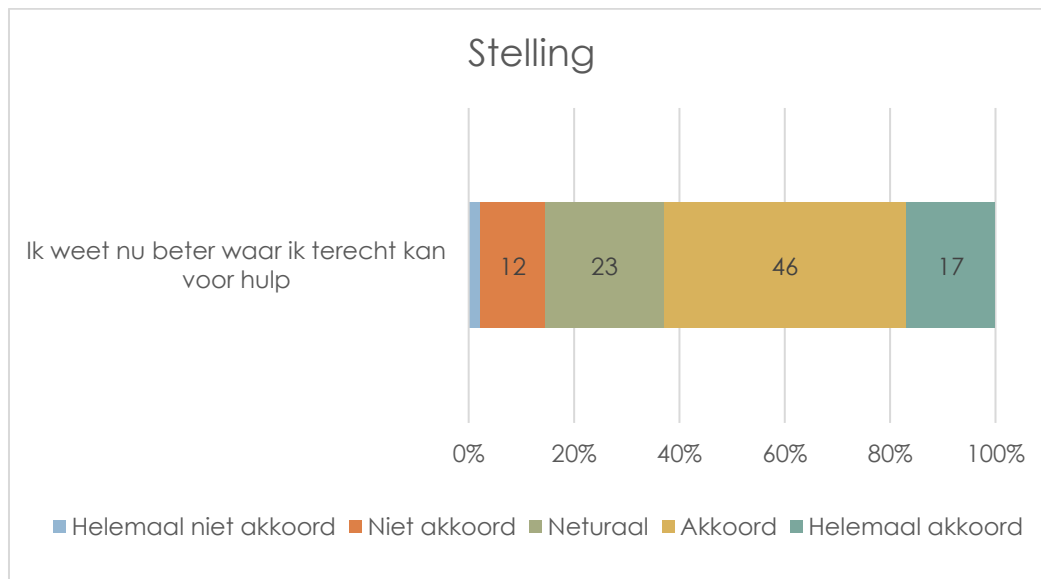
Uit de volgende stelling bleek dat de website de meerderheid van de respondenten (53%) aanmoedigde om op een meer positieve manier met hun psychisch welzijn om te gaan, zie figuur 9. Met betrekking tot deze stelling werden er geen significante verschillen gevonden naar geboortegeslacht, genderidentiteit, seksuele oriëntatie, leeftijd en diploma van de respondenten.

Fig. 9 – Evaluatie website m.b.t. omgaan met eigen psychisch welzijn



Tenslotte polste de laatste stelling of respondenten na het websitebezoek beter wisten waar terecht te kunnen voor hulp, 63% ging akkoord tot helemaal akkoord met deze stelling en 23% antwoordde hierop neutraal, zie figuur 10. Bij deze stelling werden er geen significante verschillen gevonden naar geboortegeslacht, genderidentiteit, seksuele oriëntatie, leeftijd en diploma van de respondenten.

Fig. 10 – Evaluatie website m.b.t. weten waar terecht kunnen voor hulp



CONCLUSIES

Deze evaluatie- en effectiviteitsstudie beoogde de nieuwe website van Lumi te evalueren. 87 respondenten namen deel aan de studie en vulden online een vragenlijst in vóór en na het bezoek aan de website. Het merendeel van de respondenten had een vrouwelijk geboortegeslacht (74%) en was tussen de 21 en 40 jaar (62%). De meest voorkomende seksuele oriëntaties waren lesbisch (38%) en biseksueel (25%). De meest voorkomende genderidentiteiten waren vrouw (51%) en genderqueer / polygender / genderfluïde / non binair (25%). Er werden dus relatief weinig mannen en homomannen bereikt in deze studie.

Zo goed als alle respondenten (97%) kampten ooit met psychische klachten, 64% van deze groep had deze klachten ook de afgelopen maand. 90% van de respondenten had ooit zelfmoordgedachten, 34% van deze groep kampte ook de afgelopen maand met zelfmoordgedachten. De mate van hopeloosheid van de respondenten echter (wat vaak gelinkt wordt aan zelfmoordgedachten) lag op het moment van deelname aan de studie eerder laag. Er werd ook geen significante daling gevonden in de mate van hopeloosheid na het bezoek aan de website, de lage baselinescore kan hierin een rol gespeeld hebben.

Een groot aandeel van de respondenten (85%) had ervaring met professionele hulp en 46% was in begeleiding op het moment van de studie. Attitudes ten aanzien van het zoeken van professionele hulp voor psychische problemen waren overwegend positief en stegen verder in de positieve richting na het bezoek aan de website. Deze stijging was significant voor wat betreft de openheid naar professionele hulp en niet significant voor wat betreft de waarde die wordt toegekend aan professionele hulp. De website hielp dus vooral om de openheid ten aanzien van professionele hulp verder te bevorderen.

Over het algemeen werd de website zeer positief geëvalueerd door de respondenten. 96% van de respondenten vond de website interessant en relevant. Respectievelijk 74% en 78% vond de informatie en getuigenissen op de website hoopgevend en herkenbaar. 87% van de respondenten zou de website aanraden aan andere LGBT+. Voor bijna de helft van de respondenten bood de website nieuwe inzichten m.b.t. het psychisch welzijn van LGBT+ personen. Tenslotte gaf de meerderheid van de respondenten aan dat de website hen positiever deed omgaan met hun eigen psychisch welzijn (53%) en dat ze beter wisten waar ze terecht konden voor hulp na het websitebezoek (63%).

De positieve evaluatie bleek ook uit de talrijke positieve reacties die respondenten meegaven aan het einde van de vragenlijst. Daarbij werd het belang van een website als deze benadrukt voor mensen die aan het begin van hun ontdekkings- of aanvaardingsproces als LGBT staan.

“Heel knappe website waar veel mensen iets aan gaan hebben. Was dit er maar geweest toen ik een tiener was...”

“Super initiatief! Ik had veel nood aan zo een sites met informatie en getuigenissen tijdens de eerste jaren dat ik wist dat ik lesbisch was.”

We kunnen concluderen dat de nieuwe website beantwoordt aan de nood aan meer informatie en getuigenissen over psychisch welzijn bij LGBT+ personen. Dat deze informatie en getuigenissen voor de grote meerderheid van de respondenten uit deze diverse steekproef heel herkenbaar en hoopgevend waren en ervoor kon zorgen dat het hen bovendien meer openstelde voor het zoeken naar professionele

hulp, kan beschermend werken voor de verdere preventie van psychische problemen en suïcide bij LGBT+ personen.

De hoge kwetsbaarheid van de doelgroep echter, zoals opnieuw bleek uit de cijfers in deze studie, vraagt ook om toekomstige initiatieven die meer actief kunnen inwerken op de psychische klachten en zelfmoordgedachten die holebi's en transgender personen ervaren. Een gedegen verdere samenwerking tussen holebi- en transgenderorganisaties en organisaties werkzaam in de geestelijke gezondheidszorg is daartoe aangewezen.

VRAGEN OVER DEZE STUDIE OF DIT RAPPORT?

Refereren naar dit rapport: “*Vlaams Expertisecentrum Suicidepreventie, 2019. Evaluatie van een website over psychisch welzijn voor holebi's en transgender personen [www.lumi.be]. Studierapport.*”

Contact: info@vlesp.be

Aanspreekpunt LGBT+ thema: eva.dumon@ugent.be

Voor info en hulp m.b.t. zelfmoordpreventie: www.zelfmoord1813.be

