



# Chat forebygger selvmord

31/8-2009:

**Ny evalueringsrapport viser, at chat i øjenhøjde på rådgivningssiden Girtalk.dk forebygger alvorlige problemstillinger som selvmord, cutting og ensomhed.**

Hver tiende time forsøger en pige i Danmark at tage sit eget liv med smertestillende piller. Og det mener ung til ung rådgivningssiden Girtalk.dk, at der skal gøres noget ved. En ny evaluering af rådgivningen foretaget af SUS (Socialt Udviklingscenter) viser da også, at tre ud af fire brugere af [www.girtalk.dk](http://www.girtalk.dk) føler, at det hjælper at chatte sig ud af de svære tanker.

- Evalueringen viser, at Girtalk.dk's tilgang til unge piger er brugbar, når de står i en sårbar situation. Det er vigtigt, at pigerne hurtigt modtager hjælp. Her er chatten et ufarligt fristed, hvor pigerne kan få hjælp til at fortælle deres tanker til andre. Ofte går pigerne nemlig helt alene med tankerne, og det er her, at det bliver farligt. På Girtalk.dk er vi brobyggere til forældre, professionel behandling og rådgivning. Igennem chat kan pigerne nemt udtrykke, hvad de har på hjertet, fortælle om det, der er svært og få ideer til, hvor de kan få yderligere hjælp, fortæller presseansvarlig Christina Høi.

I evalueringsrapporten udtaler en pige: - Jeg følte, at de frivillige var det eneste, jeg havde tilbage som lyspunkt i mit liv. Når jeg var på chatten, følte jeg, at jeg blev set og hørt og det var det, jeg havde brug for. De [frivillige] gav mig håb om, at et eller andet sted ude i den mørke fremtid ville jeg kunne finde lys... og det skulle jeg gå efter. De har støttet mig, når jeg havde brug for det. Og givet mig et los i røven, når jeg gik i stå. Og for mig var det, det der skulle til.

En anden bruger har også haft stor hjælp af chatsiden: - Det [Girtalk.dk] har fået mig til at se lysere på livet og vide, at døden ikke kun er den eneste udvej, men at livet godt kan blive godt igen, selvom man har sine dårlige tider. Og det har betydet rigtig meget for mig, for ellers tror jeg, at jeg godt kunne have et par selvmordsforsøg bag mig.

- I rapporten svarer 74 % af brugerne, at Girtalk.dk har hjulpet lidt, en del eller rigtig meget. Og det er efter evaluators mening et udtryk for en særdeles overbevisende brugertilfredshed. Denne udtalte tilfredshed bliver i øvrigt gentaget og underbygget i evalueringen af hele materialet, siger Christina Høi.

- For mange brugere spiller Girtalk.dk en væsentlig rolle i deres liv. Og for nogle er der virkelig tale om forskellen mellem liv og død, slutter Christina Høi.

*Rådgivningssiden Girtalk.dk blev oprettet i 2005 og har over 12.000 aktive profiler, brevkasse i Vi unge samt 35 frivillige ungerådgivere tilknyttet.*

## Yderligere oplysninger fås hos:

Christina Høi, Presseansvarlig på Girtalk.dk

Telefonnummer: 51880299

E-mail: [christina@girtalk.dk](mailto:christina@girtalk.dk)

**Kilde:** Evalueringsrapport 2009 foretaget af SUS (Socialt Udviklingscenter).