**Geen daden, maar woorden**

**Alles zat Hannah uit de tv-serie *13 reasons why* mee: ze was knap, jong en slim. Het leven lachte haar toe. Althans, zo leek het. In een van de laatste afleveringen zie je hoe Hannah haar polsen doorsnijdt. Dit riep veel discussie op; door de voorbeeldfunctie van Hannah zou haar zelfmoord leiden tot meer zelfmoord onder jongeren. Dit soort series zouden niet geschikt zijn voor jongeren. Ik vind echter dat deze serie een taboe bespreekbaar maakt: het is juist goed dat pesten en depressieve gedachten onder de aandacht gebracht worden.**

*13 Reasons why* is een populaire serie op Netflix. Vele jongeren kijken of hebben deze serie onlangs gekeken. Het gaat over een meisje, genaamd Hannah Baker, ze is 16 jaar oud en komt na het verhuizen op een nieuwe school. Ze wordt al meteen gepest en pleegt aan het einde van de serie zelfmoord. De serie heet *13 reasons why* omdat er elke aflevering (13 afleveringen) duidelijk wordt gemaakt, door middel van cassettebandjes die ze zelf heeft ingesproken voordat ze zelfmoord pleegde, waarom Hannah zelfmoord heeft gepleegd. In de serie zie je reacties van degenen die de bandjes beluisterd hebben. De reacties zijn voornamelijk negatief; je ziet ook dat velen pijn en verdriet hebben om de zelfmoord van Hannah.

**Depressie**Zelfmoord wordt vaak als taboe gezien en door deze serie wordt het bespreekbaar gemaakt. Als je er over praat, kan er geholpen worden en kan er een andere uitweg worden gezocht dan uit het leven stappen. Daarom is het juist goed dat deze serie er is zodat zelfmoord een gespreksonderwerp wordt en dat jongeren niet alleen naar de serie kijken, maar er ook over praten met anderen (andere jongeren, leraren en familie) op school en thuis. Popster Selena Gomez heeft om deze reden ook de serie financieel ondersteund, omdat ze dit in haar jeugd van dichtbij heeft meegemaakt.

**Herkenbaar**  
De serie speelt zich af op een herkenbare plek voor jongeren, de middelbare school. Op bijna elke school word er gepest of het nou een middelbare of een basisschool is. Veel scholieren kijken deze serie over de hele wereld. Het is een erg realistisch verhaal dat overal kan plaatsvinden. Doordat de situaties en de omgeving zo herkenbaar zijn, komt de serie dichtbij en grijpt zij jongeren aan en komt het verhaal bij hen binnen. Dat maakt dat ze er over gaan nadenken en ook met elkaar over zullen gaan praten. Door erover te praten kunnen anderen een depressie herkennen en hulp bieden. Zodat het niet tot zelfmoord komt. Dit was het doel van de maker van de serie en ik denk dat het erg goed gelukt is.

**Bewust**   
Voor jongeren is deze serie juist goed om te kijken omdat zij hier veel in zullen herkennen en leren hoe het niet moet. Jongeren beginnen zich steeds meer bewust te worden van hun eigen waarden en normen en hoe ze in het leven staan. Wat vind ik goed, en wat keur ik af? Wat vinden anderen van mij en hoe zie ik mezelf. De serie sluit goed aan bij deze fase van volwassen worden en laat zien dat onzeker zijn over jezelf normaal is, zeker op deze leeftijd. Er is een speciale aftermovie over de serie gemaakt. Deze staat ook op Netflix. Deze korte film bespreken de cast, producers en hulpverleners over de problemen in de serie en hoe jongeren daarmee om kunnen gaan.

**Spijt**   
In de serie zie je dat een vriendin een beetje doorheeft dat Hannah depressieve gedachten heeft en dat ze zich anders gedraagt dan gewoonlijk. Er wordt gesproken over het signaleren van de depressieve gedachten. Hannah en haar vriendin krijgen even later ruzie en haar vriendin besluit om het tegen niemand te vertellen en zo te laten. Nadat Hannah zelfmoord pleegde had ze hier ontzettend veel spijt van en wilde ze dat ze het wel tegen iemand verteld had, zodat iemand Hannah had kunnen helpen. Ik vind het goed dat dit wordt getoond in de serie. Zo zie je dat als ze het wel tegen iemand had gezegd, ze Hannah misschien had kunnen helpen en haar zelfmoord tegen had kunnen gaan. De kijkers kunnen daar wat van leren. Het is belangrijk een helpende hand te bieden.

**Voorkomen** **kan**  
Het doel van de serie is om het te laten zien wat er gebeurt als er iemand wordt gepest en dat het plagen uitmondt in pesten en het steeds erger wordt. Je ziet de hoofdpersoon steeds ongelukkiger wordt en uiteindelijk geen uitweg meer ziet. In plaats van over haar gedachten te praten, doet ze het allerergste wat iemand zichzelf aan kan doen; ze maakt een eind aan haar leven. Juist daarom is het zo belangrijk dat deze serie er is: dit soort daden zijn te voorkomen door woorden. Geen daden dus, maar praten over je problemen!