

SAVIŽUDYBIŲ PREVENCIJA: ATMINTINĖ ŽINIASKLAIDOS ATSTOVAMS



Psichikos sveikatos ir priklausomybės ligų skyrius
Pasaulio sveikatos organizacija

Savižudybių prevencija: atmintinė žiniasklaidos atstovams



IASP
*Tarptautinė savižudybių
prevencijos asociacija*

**Psichikos sveikatos ir priklausomybės ligų skyrius
Pasaulio sveikatos organizacija**

Vertėjas: **Augis Ambrazaitis**
Redaktorė: **Svetlana Rizgelytė**

© **Pasaulio sveikatos organizacija, 2008**

Visos teisės ginamos. Pasaulio sveikatos organizacijos leidinius galima įsigyti iš WHO Press, World Health Organization, 20 Avenue Appia, 1211 Geneva 27, Switzerland (Šveicarija) (tel. + 41 22 791 3264, faks. + 41 22 791 4857, el. paštas bookorders@who.int). Prašymai leisti atkurti ar versti PSO leidinius – komerciniam arba nekomerciniam platinimui, turi būti siunčiami WHO Press, toliau nurodytu adresu (faks. + 41 22 791 4806, el. paštas permissions@who.int).

Naudojami terminai ir šiame leidinyje pateikiama medžiaga niekaip neatspindi jokios Pasaulinės sveikatos organizacijos nuomonės dėl kurios nors valstybės, regiono, miesto ar srities arba jos valstybinių institucijų arba ribų ar sienų nustatymo teisinio statuso. Punktyrinė linija žemėlapiuose rodo apytiksles sienas – gali būti, kad dėl jų dar galutinai nesusitarta.

Tai, kad dokumente minimos kompanijos ar konkrečių gamintojų produktai, nereiškia, kad PSO juos rekomenduoja ar teikia jiems pirmenybę, lyginant su panašiomis kompanijomis ar gaminiais, kurie nėra paminėti. Išskyrus atvejus, kai įsivelia klaida ar netyčia praleista, produktų, esančių kieno nors nuosavybe, pavadinimai rašomi didžiosiomis raidėmis.

Pasaulio sveikatos organizacija ėmėsi visų tinkamų priemonių, kad patikrintų šiame leidinyje pateikiamą informaciją. Nepaisant to, dėl išspausdintos informacijos tikslumo jokių tiesioginių ar numanomų garantijų nesuteikiama. Atsakomybę už medžiagos interpretavimą ir naudojimą tenka skaitytojui. Jokiomis aplinkybėmis Pasaulio sveikatos organizacija neprisiima atsakomybės už žalą, kuri gali kilti naudojant medžiagą.

Išleido WHO Document Production Services, Ženeva, Šveicarija.

Lietuviško leidimo teisės suteiktos Valstybiniam psichikos sveikatos centrai

Turinys

Pratarmė	5
Trumpasis vadovas žiniasklaidos atstovams	8
Įvadas	9
Duomenys, patvirtinantys imitacines savižudybes	10
Atsakingas pranešimas	11
Patikimos informacijos šaltiniai	15
Kitos žiniasklaidos rūšys	16
1 priedas. Mokslinės literatūros apie imitacines savižudybes apžvalga	17
Literatūros sąrašas	20

Savižudybė ar bandymas nusižudyti yra viena iš daugiausia dėmesio pritraukiančių temų visuomenėje. Tinkamas visų sferų specialistų bendradarbiavimas su viešosios nuomonės formuotojais gyvybiškai svarbus savižudybių prevencijoje.

2016 m. vasario 29 d. Viešosios informacijos rengėjų, skleidėjų ir Visuomenės informavimo etikos asociacijos narių atstovų susirinkime priimtas naujasis Lietuvos visuomenės informavimo etikos kodeksas. Šis peržiūrėtas ir pataisytas dokumentas detaliai apibūdina žiniasklaidos veiksmus informuojant savižudybės ar bandymo nusižudyti atveju. Pirmą kartą Lietuvoje aiškus prioritetas teikiamas krizines situacijas patiriančių asmenų ir jų artimųjų orumo ir privatumo išsaugojimui, įvardijamas galimas žiniasklaidos poveikis bendruomenei, ugdant atsakingą ir sąmoningą informavimą ir komunikaciją.

Valstybinio psichikos sveikatos centro savižudybių prevencijos biuras nuo 2016 m. vykdo nuolatinę internetinės žiniasklaidos stebėseną, bendradarbiaudamas su pagrindinėmis nacionalinėmis ir regioninėmis informavimo priemonėmis. Džiugu, kad abipusiai siekiama bendro tinkamo informavimo veiksmų supratimo, vis labiau suvokiant milžinišką žiniasklaidos reikšmę mažinant savižudybės stigmą. Didėja suvokimas, kad savižudybių prevencija yra bendro valstybinių institucijų, nevyriausybinių iniciatyvų, žiniasklaidos, bendruomenių ir pilietinės visuomenės veikimo laukas. Viliamės, kad tinkamas informacijos platinimas ir sąmoningumo ugdymas palaipsniui taps Lietuvos žiniasklaidos savastimi.

Ona Davidonienė
Valstybinio psichikos sveikatos centro direktorė

PRATARMĖ

Savižudybė yra rimta visuomenės sveikatos problema, į kurią būtina atkreipti dėmesį, tačiau, deja, jos prevencija ir suvaldymas nėra lengvas uždavinys. Pažangiausi moksliniai tyrimai rodo, kad savižudybių prevencija, nors ir įmanoma, apima daug aspektų – pradedant geriausių įmanomų sąlygų vaikams ir jaunimui sudarymu, veiksmingu psichikos sutrikimų gydymu ir baigiant aplinkos rizikos veiksnių suvaldymu. Tinkamas informacijos platinimas ir sąmoningumo ugdymas yra kertiniai savižudybių programų prevencijos elementai.

1999 m. PSO pradėjo įgyvendinti pasaulinę savižudybių prevencijos iniciatyvą SUPRE (angl. Suicide prevention). Šis peržiūrėtas ir pataisytas bukletas yra vienas iš serijos leidinių, parengtų kaip SUPRE dalis ir skirtų tam tikroms socialinėms ir profesinėms grupėms, kurioms tenka ypatingas vaidmuo užkertant kelią savižudybėms. Peržiūrėtas ir pataisytas bukletas yra tęstinio bendradarbiavimo tarp PSO ir Tarptautinės savižudybių prevencijos asociacijos (TSPA) vaisius. Bukletas atspindi vieną ilgą ir įvairialypę grandinę, apjungiančią daugybę asmenų ir grupių, tarp kurių – sveikatos priežiūros specialistai, švietimo sektoriaus darbuotojai, socialinės tarnybos, vyriausybės, įstatymų leidėjai, viešosios nuomonės formuotojai, teisėsaugininkai, šeimos ir bendruomenės, grandį.

Esame ypač dėkingi profesoriui Diego de Leo iš Grifito universiteto (Brisbenas, Kvinslandas, Australija), parengusiam pirminę šio bukletą versiją. Be to, norėtume padėkoti ir dr. Lakshmi Vijayakumar iš organizacijos SNEHA (Čenajus, Indija) už jos pagalbą atliekant techninį šio dokumento redagavimą. Tekstą peržiūrėjo šie PSO Tarptautinio savižudybių prevencijos tinklo nariai, kuriems taip pat nuoširdžiai dėkojame:

dr. Sergio Pérez Barrero, Bajamo ligoninė, Granmos provincija, Kuba;

dr. Annette Beautrais, Kraistčerčo medicinos mokykla, Kraistčerčas, Naujoji Zelandija;

dr. Ahmed Okasha, Ain Šamso universitetas, Kairas, Egiptas;

prof. Lourens Schlebusch, Natalio universitetas, Durbanas, Pietų Afri-
rika;

prof. Jean-Pierre Soubrier, Kočino ligoninė, Paryžius, Prancūzija;

dr. Airi Värnik, Tartu universitetas, Talinas, Estija;

prof. Danuta Wasserman, Nacionalinis savižudybių tyrimo ir kontrolės
centras, Stokholmas, Švedija;

dr. Shutao Zhai, Nandzingo medicinos universitetas, Smegenų ligų li-
goninė, Nandzingas, Kinija.

Šį bukletą peržiūrėjo ir atnaujino TSPA žiniasklaidos darbo grupė.

Labai dėkojame ir šiems žmonėms už jų įnašą atnaujinant ir peržiūrint
bukletą:

doc. Jane Pirkis, Melburno visuomenės sveikatos mokykla, Melburnas,
Australija;

Karl Andriessen, Savižudybių prevencijos projektas, įgyvendinamas
Flandrijos psichikos sveikatos centruose, Gentas, Belgija;

Jane Arigho, Headline, Dublinas, Airija;

dr. Loraine Barnaby, Vest Indijos universitetas, Psichiatrijos ir visuo-
menės sveikatos katedra, Mona, Jamaika;

doc. Annette Beautrais, Kenterberio savižudybių prevencijos projektas,
Kraistčerčo medicinos ir sveikatos mokslų mokykla, Otago universite-
tas, Kraistčerčas, Naujoji Zelandija;

prof. R. Warwick Blood, Profesionalios komunikacijos mokykla, Kan-
beros universitetas, Kanbera, Australija;

prof. Thomas Bronisch, Makso Planko psichiatrijos institutas, Miun-
chenas, Vokietija;

dr. Sunny Collings, Socialinės psichiatrijos ir visuomenės psichikos
sveikatos tyrimų padalinys, Otago universitetas, Velingtono medicinos
ir sveikatos mokslų mokykla, Kraistčerčas, Naujoji Zelandija;

dr. John Connolly, Airijos suicidologijos asociacija, Dublinas, Airija;

Nico De fauw, Flandrijos artimųjų dėl savižudybės netekusiųjų darbo
grupė, Gentas, Belgija;

dr. Elmar Etzersdorfer, Furtbacho ligoninė, Psichiatrijos ir psichoterapijos klinika, Štutgartas, Vokietija;

King-wa Fu, Savižudybių tyrimo ir prevencijos centras, Honkongo universitetas, Kinija, Honkongo ypatingasis administracinis regionas;

dr. Gururaj Gopalakrishna, Nacionalinis psichikos sveikatos ir neuro-mokslų institutas, Bangalorė, Indija.

prof. Keith Hawton, Savižudybių tyrimo centras, Oksfordo universitetas, Oksfordas, Jungtinė Karalystė;

dr. Henning Herrestad, Savižudybių tyrimo ir prevencijos padalinys, Oslo universitetas, Oslo, Norvegija;

dr. Karolina Krysinska, Medicinos mokykla, Kvinslando universitetas, Brisbenas, Australija;

Ann Luce, Kardifo universitetas, Kardifas, Jungtinė Karalystė;

dr. Thomas Niederkrotenthaler, Medicinos psichologijos institutas, Visuomenės sveikatos centras, Vienos medicinos universitetas, Viena, Austrija;

dr. Paul Yip, Savižudybių tyrimo ir prevencijos centras, Honkongo universitetas, Kinija, Honkongo ypatingasis administracinis regionas.

Taip pat labai vertiname TSPA ir PSO bendradarbiavimą savižudybių prevencijos klausimais.

Atmintinė šiuo metu plačiai platinama, tikintis, kad ji bus išversta ir pritaikyta vietinėms sąlygoms – tai būtina sąlyga, kad medžiagos poveikis būtų kuo veiksmingesnis. Mielai lauksime komentarų ir prašymų suteikti leidimą bukletą išversti ir adaptuoti.

Alexandra Fleischmann, mokslininkė
José M. Bertolote, koordinatorius
Psichikos ir smegenų sutrikimų valdymo grupė
Psichikos sveikatos ir priklausomybės ligų skyrius

Brian L. Mishara
Prezidentas
Tarptautinė savižudybių
prevencijos asociacija

TRUMPASIS VADOVAS ŽINIASKLAIDOS ATSTOVAMS

- Pasinaudokite galimybe šviesti visuomenę savižudybės klausimais
- Venkite pateikti savižudybę kaip sensaciją, kaip įprastą įvykį arba kaip problemų sprendimo būdą
- Venkite pateikti informaciją apie savižudybes pirmuosiuose leidinių puslapiuose ar bereikalingai kartoti istorijas apie savižudybes
- Venkite tikslaus įvykusios savižudybės ar bandymo nusižudyti būdo aprašymo
- Venkite pateikti išsamią informaciją apie įvykusios savižudybės ar bandymo nusižudyti vietą
- Apdairiai parinkite žodžius antraštėms
- Nepersistenkite naudodami fotografijas ar vaizdo medžiagą
- Būkite itin atsargūs pranešdami apie įžymybių mirtis
- Parodykite deramą atjautą sielvartaujantiems žmonėms, kuriuos palietė savižudybė
- Pateikite informaciją, kur kreiptis pagalbos
- Atkreipkite dėmesį, kad žiniasklaidos atstovus taip pat gali paveikti savižudybė

ĮVADAS

Savižudybė yra didžiulė visuomenės sveikatos problema, turinti rimtų socialinių, emocinių ir ekonominių pasekmių. Pasaulyje per metus įvyksta apie vieną milijoną savižudybių ir nustatyta, kad kiekviena mirtis paveikia maždaug šešis žmones.

Savižudybes skatinantys ir jas užkardantys faktoriai yra sudėtingi ir nėra visiškai suprantami, tačiau akivaizdu, kad žiniasklaidai čia tenka svarbus vaidmuo. Viena vertus, žiniasklaidos pranešimai apie savižudybes gali paskatinti pažeidžiamus asmenis imituoti aprašytųjų atvejų elgesį, ypač jei savižudybė nušviečiama plačiai, ji aprašoma pirmuosiuose puslapiuose, pateikiama kaip sensacija ir (arba) tiksliai aprašomas savižudybės būdas. Kita vertus, atsakingas tokios informacijos pateikimas gali tapti visuomenės švietimo savižudybių klausimais priemone ir gali paskatinti tuos, kurie priklauso savižudybės rizikos grupei, kreiptis pagalbos.

Šioje medžiagoje trumpai apibendrinami duomenys apie žiniasklaidos įtaką savižudybėms, ir, jais naudojantis, pateikiami patarimai žiniasklaidos atstovams, kaip pranešti apie savižudybes. Raginama pranešti apie savižudybes apdairiai. Pripažįstama, kad tam tikrais atvejais apie savižudybę reikia pranešti dėl pačio fakto svarbos. Siūloma, kaip geriausiai užtikrinti, kad reportažas apie savižudybę būtų tikslus, atsakingas ir etiškas.

Pripažįstama, kad pranešimai apie savižudybes įvairiose šalyse gali skirtis. Esama kultūrinių skirtumų kalbant apie tai, ką tinka pranešti ir kaip įvykus savižudybei informacija apie ją gaunama. Atmintinėje pateikiamos bendros gairės, bet žiniasklaidos atstovus skatiname dirbti su savo savižudybių prevencijos bendruomene ir vadovautis vietinėmis nuostatomis, kai tai įmanoma.

Ši atmintinė skirta žiniasklaidos atstovams, dirbantiems spaudoje, televizijoje, radijuje ir internete. Rengdami reportažus, visų minėtų žiniasklaidos rūšių atstovai gali pasinaudoti dauguma iš išvardytų rekomendacijų, bet kai kurios jų tinka tik spaudai.

DUOMENYS, PATVIRTINANTYS IMITACINES SAVIŽUDYBES

Ištirta daugiau nei 50 imitacinių savižudybių. Atliekant sisteminę šių studijų peržiūrą, kaskart prieinama prie tos pačios išvados: žiniasklaidos pranešimai apie savižudybes gali paskatinti imitacines savižudybes. Iš šių tyrimų taip pat aiškėja, kad imitacinis elgesys gali labiau pasireikšti vienomis aplinkybėmis nei kitomis. Imitacinis elgesys kinta kaip laiko funkcija, pasiekdamas didžiausią reikšmę per pirmas tris dienas ir grįždamas į pradinę tašką per maždaug dvi savaites, nors kai kada trunka ir ilgiau. Tai susiję su įvykio nušvietimo mastu ir reikšmingumu – pranešimo apie savižudybę kartojimas ir didelio poveikumo istorijos turi daugiausiai įtakos imitaciniam elgesiui. Toks elgesys išryškėja, kai istorijoje aprašomas asmuo ir skaitytojas yra vienaip ar kitaip panašūs arba kai aprašomas asmuo yra įžymybė bei yra aukštai vertinamas skaitytojo ar žiūrovo. Tam tikri gyventojų pogrupiai (pvz., jauni žmonės ar sergantieji depresija) gali itin jautriai reaguoti į tokias žinias ir perimti imitacinės savižudybės elgseną. Galiausiai, ir turbūt svarbiausia yra tai, kad viešas savižudybės aprašymas, nurodant, koku būdu ji buvo įvykdyta, gali paskatinti savižudiškų minčių turinčius asmenis pasirinkti būtent aprašytąjį būdą.

Išsamesnė literatūros šia tema apžvalga pateikta 1 priede.

ATSAKINGAS PRANEŠIMAS

PASINAUDOKITE GALIMYBE ŠVIESTI VISUOMENĘ SAVIŽUDYBĖS KLAUSIMAIS

Yra daug klaidingų nuomonių apie savižudybes ir žiniasklaida gali atlikti savo vaidmenį griaudama įvairius mitus. Nusižudyti asmenį skatinantys veiksniai dažnai yra daugialypiai ir sudėtingi, tad apie juos negalima kalbėti supaprastintai. Savižudybė niekada neįvyksta dėl vienos priežasties ar vieno įvykio. Psichinė liga yra svarbus veiksnys, galintis paskatinti savižudybę. Impulsyvumas taip pat atlieka svarbų vaidmenį. Tokie psichikos sutrikimai, kaip depresija ar priklausomybę sukeliančių medžiagų vartojimas, gali turėti įtakos asmens gebėjimui susidoroti su įvairiais gyvenimą lydinčiais stresais ir tarpasmeniniais konfliktais. Taip pat reikia atsižvelgti ir į kultūrinius, genetinius bei socialinius ir ekonominius veiksnius. Beveik visada yra klaidinga savižudybės priežastį išvelgti tik viename įvykyje, pvz., jei neišlaikytas egzaminas ar nutrūksta santykiai, ypač tais atvejais, kai mirties aplinkybės nėra visiškai ištirtos. Savižudybė tikrai neturi būti pateikiama kaip būdas spręsti asmenines problemas. Savižudybės daugiamatiškumas sukrečia šeimos narius ir draugus, kurie, gedėdami dėl netekties, jaučia kaltę, pyktį, patiria stigmatizavimą ar pasijunta palikti, dažnai ieško įvykio priežasčių ir klausia savęs, ar buvo kokių nors ženklų, kurių jie nepastebėjo. Reportažai apie savižudybes, kuriuose svarstomos kai kurios iš šių sunkių pasekmių, gali tapti visuomenės švietimo įrankiu.

VENKITE PRANEŠTI APIE SAVIŽUDYBĘ KAIP APIE SENSACIJĄ, ĮPRASTĄ ĮVYKĮ AR PROBLEMŲ SPRENDIMO BŪDĄ

Žiniasklaidos atstovai, ko gero, geriau nei bet kas kitas supranta kalbos išraiškos priemonių svarbą perteikiant prasmę atspalvius. Jei savižudybei aprašyti vartojamos kalbos priemonės parodo savižudybę esant svarbia visuomenės sveikatos problema, tai taps visuomenės švietimo priemone. Kalbos išraiškos priemonės neturi iš savižudybės daryti sensacijos. Geriau rašyti „augantys skaičiai“ ir vengti tokių hiperbolizuotų frazių, kaip „savižudybių epidemija“, taip pat derėtų atsargiai naudoti žodį „savižudybė“ antraštėse. Vengtinas ir netinkamai pristatančių visuomenei savižudybę ar vaizduojančių ją kaip normalų reiškinį kalbos išraiškos priemonių vartojimas. Ne savo

kontekste naudojamas žodis „savižudybė“, pvz., „politinė savižudybė“, gali sumažinti bendruomenės jautrumą šios problemos svarbai. Tokie pasakymai, kaip „nesėkminga savižudybė“ gali būti suprasti taip, kad mirtis yra trokštama išeitis, todėl jų taip pat nederėtų vartoti. Kur kas tinkamesni ir ne taip stipriai skatinantys netinkamas aliuzijas žodžiai šiuo atveju būtų „mirtimi nepasibaigęs bandymas nusižudyti“. Nereikėtų sakyti „įvykdė savižudybę“ – ne tik dėl to, jog šis žodžių junginys implikuoja nusikaltimą ir prisideda prie praradusių artimą žmogų stigmatizavimo, bet ir dėl to, kad neskatina esančių savižudybės rizikos grupėje kreiptis pagalbos. Todėl geriau sakyti „įvyko savižudybė“. Kai kuriose pasaulio šalyse savižudybė laikoma nusikalstama veika.

VENKITE PATEIKTI INFORMACIJĄ APIE SAVIŽUDYBES PIRMUOSIUOSE LEIDINIŲ PUSLAPIUOSE AR BEREIKALINGAI KARTOTI ISTORIJAS APIE JAS

Savižudybės iškėlimas į pirmuosius puslapius ir nereikalingas istorijų apie jas kartojimas gali labiau paskatinti imitacinį elgesį nei subtilus šio fakto aprašymas. Būtų geriausia, kad istorijos apie savižudybes būtų talpinamos laikraščio vidiniuose puslapiuose, puslapio apačioje, o ne pirmajame puslapyje ar vidinio puslapio viršuje. Panašiai pranešti apie savižudybes reikėtų ir per televiziją – antroje ar trečioje žinių laidos dalyje, o radijo pranešimų eilėje nustumti informaciją apie jas tolyn ir nepadaryti šios žinios viena iš pagrindinių. Reikėtų apgalvoti, kiek pirminė istorija turėtų būti kartojama ar naujinama – į tai derėtų atkreipti dėmesį.

VENKITE TIKSLAUS ĮVYKUSIOS SAVIŽUDYBĖS AR BANDYMO NUSIŽUDYTI BŪDO APRAŠYMO

Reikėtų vengti detalaus įvykusios savižudybės ar bandymo nusižudyti būdo aptarinėjimo, nes toks nuodugnus nušvietimas gali paskatinti pažeidžiamus žmones bandyti tai pakartoti. Pavyzdžiui, pranešant apie vaistų perdozavimą, būtų neprotinga detalizuoti, kokios tai buvo medžiagos, koks jų kiekis ir derinys buvo suvartotas arba kaip medžiagos buvo įsigytos. Ypač atsargiems reikia būti, kai savižudybės būdas yra neįprastas. Nors šiuo atveju gali pasirodyti, kad tokia mirtis „nusipelno“ išsamesnio nušvietimo, visgi jos būdo aprašymas gali paskatinti kitus žmones juo pasinaudoti.

VENKITE PATEIKTI IŠSAMIĄ INFORMACIJĄ APIE ĮVYKUSIOS SAVIŽUDYBĖS AR BANDYMO NUSIŽUDYTI VIETĄ

Kartais vieta, kurioje įvyko savižudybė ar buvo bandoma nusižudyti, gali pelnyti „savižudybių vietos“ reputaciją, pvz., tiltas, aukštas pastatas, skardis, geležinkelio stotis ar pervaža. Siekdami nupasakoti įvykį, žiniasklaidos atstovai turėtų būti itin apdairūs ir nereklamuoti tokių vietų kaip „savižudybių vietų“, naudodami sensacijas išpučiančias kalbos išraiškos priemonės ar sureikšmindami toje vietoje įvykstančių atsitikimų skaičių.

APDAIRIAI PARINKITE ŽODŽIUS ANTRAŠTĖMS

Antraštėmis siekiama atkreipti skaitytojų dėmesį, pateikiant istorijos esmę vos keliais žodžiais. Antraštėse reikėtų vengti žodžio „savižudybė“, kaip ir tikslaus nusižudymo būdo ar vietos atskleidimo.

NĖPERSISTENKITE NAUDODAMI FOTOGRAFIJAS AR VAIZDO MEDŽIAGĄ

Nederėtų pateikti savižudybių nuotraukų ar filmuotos medžiagos, ypač tais atvejais, kai tai skaitytojui ar žiūrovui gali atskleisti savižudybės vietą ar būdą. Maža to, nereikėtų rodyti nusižudžiusiojo asmens nuotraukų. Prieš pateikiant tokius vaizdus, būtina gauti aiškų nusižudžiusiojo šeimos narių sutikimą. Šie vaizdai neturi būti talpinami pirmuosiuose puslapiuose ar reportažo pradžioje ir neturi nusižudžiusiojo vaizduoti patraukliai. Taip pat nedera spausdinti atsisveikinimo laiškų.

BŪKITE ITIN ATSARGŪS PRANEŠDAMI APIE ĮŽYMYBIŲ MIRTIS

Įžymybių mirtys yra neabejotinai svarbios naujienos ir jų paviešinimas dažnai laikomas viešojo intereso tenkinimu. Tačiau reportažai apie iškilių pramogų pasaulio atstovų ar politikų savižudybes gali ypatingai paveikti pažeidžiamų asmenų elgesį, nes visuomenė įžymybes garbina. Nusižudžiusios įžymybės šlovinimas gali leisti klaidingai manyti, kad visuomenė garbina ir savižudišką elgesį. Dėl to reportažus apie įžymybių savižudybes reikia rengti itin atsakingai. Reportažuose savižudybė neturi būti pateikiama kaip patrauklus įvykis, negalima atskleisti detalių apie jos įvykdymo būdą, tačiau reikėtų pateikti komentarų apie savižudybės poveikį aplinkiniams. Maža to,

reportažus reikia rengti atsakingai, kai pranešama apie įžymybės mirtį, kurios priežastis nėra aiški. Žiniasklaidoje pateikiamos spekuliacijos apie savižudybę gali būti žalingos, todėl geriau palaukti, kol mirties priežastis bus nustatyta.

PARODYKITE DERAMĄ ATJAUTĄ SELVARTAUJANTIEMS ŽMONĖMS, KURIUOS PALIETĖ SAVIŽUDYBĖ

Sprendimas paimiti interviu iš žmogaus, netekusio artimojo dėl savižudybės, turėtų būti gerai apgalvotas. Žmonės, susidūrę su netektimi dėl savižudybės, patys patenka į padidintos rizikos nusižudyti grupę. Žmonės, netekę mylimųjų, kurie nusižudė, yra pažeidžiami ir išgyvena sielvartą bei patiria kitų sunkumų. Visada dera gerbti privatumą.

SUTEIKITE INFORMACIJĄ, KUR KREIPTIS PAGALBOS

Informacija apie galimybes gauti pagalbą turi būti pateikiama straipsnio ar reportažo apie savižudybę pabaigoje. Konkretūs pagalbos šaltiniai priklauso nuo konteksto, tačiau visada galima nurodyti bendrosios praktikos gydytojų ar kitų sveikatos priežiūros specialistų, bendruomenės organizacijų kontaktus bei pagalbą telefonu teikiančių tarnybų telefono numerius. Pagalbos šaltinių sąrašas suteiks žmonėms, susidūrusiems su savižudybe, išgyvenantiems sunkų laikotarpį ar tiems, kuriuos pateikta istorija gali paskatinti susižaloti, galimybę nedelsiant kreiptis pagalbos.

ATKREIPKITE DĖMESĮ, KAD ŽINIASKLAIDOS ATSTOVUS TAIP PAT GALI PAVEIKTI SAVIŽUDYBĖ

Reportažo apie asmens savižudybę rengimas gali rezonuoti su pačių žiniasklaidos atstovų patirtimis. Tokios sąsajos gali būti ypač stiprios mažose, glaudžius ryšius palaikančiose bendruomenėse, su kuriomis žiniasklaidos atstovai gali turėti stiprių ryšių. Žiniasklaidos atstovus vienijančios organizacijos privalo suteikti visą reikiamą pagalbą, ypač savo jaunesiems kolegoms. Tokia pagalba galėtų būti išklausymas, susitarimas dėl kuravimo ir pan. Žiniasklaidos atstovai turėtų nedvejoti ir kreiptis pagalbos į pačią organizaciją ar už jos ribų, jei juos įvykis paveikė neigiamai.

PATIKIMOS INFORMACIJOS ŠALTINIAI

Žiniasklaidos atstovai, norėdami sužinoti apie savižudybes daugiau, turi remtis tikrais ir patikimais informacijos šaltiniais. Statistinius duomenis taip pat reikia interpretuoti atsakingai ir teisingai.

Daugelio pasaulio šalių vyriausybės statistikos agentūros teikia kasmetinius duomenis apie savižudybių skaičių savo šalyse, paprastai pagal amžių ir lytį*. Taip pat valstybės narės teikia Pasaulio sveikatos organizacijai (PSO) mirtingumo, įskaitant ir dėl savižudybių, duomenis, kartais net nuo 1950-ųjų metų. PSO tinklalapį galima rasti adresu <http://www.who.int>.

Daugelyje šalių veikia asociacijos, teikiančios bendrą informaciją apie savižudybes. Kai kurios šių organizacijų atlieka tam tikrą vaidmenį savižudybių prevencijos veikloje, teikia pagalbą žmonėms, turintiems minčių apie savižudybę ar sielvartaujantiems dėl įvykusios artimojo savižudybės, teikia advokatavimo paslaugas ir skatina tyrinėjimus. Tarptautinė savižudybių prevencijos organizacija (TSPO) yra tarptautinis šių vietinių organizacijų ekvivalentas, joje yra daugelio pasaulio šalių atstovų. TSPO tinklalapyje, kurį galima rasti adresu www.iasp.info, sukaupta daug duomenų, galinčių suteikti vertingos pirminės informacijos žiniasklaidos atstovams, rengiantiems medžiagą apie savižudybes. Gairės žiniasklaidai apie tai, kaip reikia pranešti apie savižudybę, sudarytos remiantis 30 šalių patirtimi ir pateiktos TSPO tinklalapyje.

Jei įmanoma, pagalbos reikia kreiptis ir į atskirus ekspertus. Tokie ekspertai gali padėti išsklaidyti savižudybes gaubiančius mitus. Jie gali pasiūlyti, kaip apskritai organizuoti savižudybių prevenciją ir kaip konkrečiai atpažinti ir suvaldyti savižudybės riziką.

* Reikia atsargiai lyginti tarptautinius savižudybių duomenis, nes įvairiose šalyse galioja skirtingi teisiniai reikalavimai, kuriais vadovaujantis nustatomas, kaip registruojama mirtis ir savižudybė.

KITOS ŽINIASKLAIDOS RŪŠYS

Šioje atmintinėje nagrinėjama, kaip savižudybės nušviečiamos tradicinėje žiniasklaidoje – laikraščiuose, televizijoje ir radijuje. Neabejotina, kad verta aptarti ir naujas žiniasklaidos rūšis, tokias kaip internetas. Interneto svetainės, kurių skaičius nuolat auga, pateikia išsamią informaciją apie savižudybių būdus, sudaro sąlygas grupinėms savižudybėms, išsamiai aprašo įžymybių savižudybes ir (arba) pateikia nusižudžiusiųjų nuotraukas. Be to, kino teatrų ir televizijos ekranuose bei scenose rodomuose menininkų kūrinuose vaizduojamos savižudybės gali daryti įtaką visuomenės požiūriui į savižudybes ir jos elgesiui. Šioje atmintinėje neaptariami autorių, atsakingų už tinklalapių, filmų, televizijos serialų ar sceninių kūrinių turinį, atsakomybės klausimai, bet tai nusipelno būti aptarta atskirai. Kaip bebūtų, šioje atmintinėje aptarti klausimai taip pat gali būti naudingi ir kitoms žiniasklaidos rūšims.

1 PRIEDAS. MOKSLINĖS LITERATŪROS APIE IMITACINES SAVIŽUDYBES APŽVALGA

Seniausias liudijimas apie žiniasklaidos įtaką savižudiškam elgesiui aptinkamas vėlyvajame XVIII amžiuje. 1774 metais buvo išleistas J. V. Gėtės romanas „Jaunojo Verterio kančios“, kuriame pagrindinis herojus nusišauna dėl meilės nepasiekiamai moteriai. Su romanu buvo siejama daugybė savižudybių, įvykusių visoje Europoje po jo išleidimo – daugelis nusižudžiusių rengėsi panašiai kaip kūrinio herojus Verteris ir nusižudė knygoje aprašytu būdu arba buvo rasti su šio romano egzemplioriumi. Dėl to ši knyga buvo uždrausta keliose Europos šalyse.

Imitacinis savižudiškas elgesys, pasireiškiantis kaip reakcija į reportažus apie savižudybes ar jų aprašymus naujienose ar pramoginėje žiniasklaidoje, buvo laikomas bemaž anekdotišku iki 1970 metų, kai Phillips'as išleido pirmąją tokio pobūdžio studiją, kurioje retrospektyviai palygino savižudybių, įvykusių tais mėnesiais, kai pirmuosiuose JAV spaudos puslapiuose buvo spausdinama informacija apie savižudybes, skaičių su savižudybių, įvykusių mėnesiais, kai tokių straipsnių spaudoje nebuvo, skaičiais. Studija nagrinėjo 20 metų laikotarpį ir nustatė, kad per tą laiką buvo 33 mėnesiai, kuriais pirmuose puslapiuose buvo išspausdinti straipsniai apie savižudybes, ir savižudybių skaičius buvo reikšmingai padidėjęs 26 mėnesius iš šių 33.

Po Phillips'o studijos buvo atlikta daugiau nei 50 imitacinių savižudybių tyrimų. Visos šios studijos įvairiais aspektais patvirtino pagrindinius įrodymus, kad toks ryšys yra. Visų pirma, vėlesni tyrinėtojai naudojo patobulintas metodikas. Pavyzdžiui, ir Wasserman² ir Stack'o³ tyrimų duomenys pakartojo Phillips'o pirminės studijos rezultatus – juose buvo išplėstas tiriamasis laikotarpis, panaudotos sudėtingesnės laiko serijų regresijos metodikos bei naudoti savižudybių santykiniai, o ne absoliutūs skaičiai. Antra, šiose studijose tirtos skirtingos žiniasklaidos rūšys. Pavyzdžiui, Bollen'as, Phillips'as⁴ ir Stack'as⁵ analizavo ryšį tarp imitacinių savižudybių ir istorijų apie savižudybes, paskelbtų visos JAV mastu per televizijos naujienų laidas, ir nustatė, kad savižudybių skaičius po tokių paviešinimų padidėdavo. Galiausiai, nors dauguma tokių ankstyvųjų tyrimų buvo atlikta JAV ir juose

buvo atsižvelgiama tik į įvykusias savižudybes, visgi vėlesnėse studijose tirti jau ir Azijos bei Europos šalių duomenys bei buvo susitelkta ties bandymais nusižudyti. Pavyzdžiui, Cheng ir kiti^{6, 7} bei Yip ir kiti⁸ vėliausiose studijose parodė įvykusių savižudybių ir bandymų nusižudyti skaičių didėjimą po žiniasklaidos pranešimų apie įžymybių savižudybes atitinkamai Kinijoje ir Taivano regione bei Kinijoje ir Honkongo ypatingajame administraciniame regione. Etzersdorfer'io, Voracek'o ir Sonneck'o^{9, 10} tyrimuose gauti panašūs įžymybių savižudybių nušvietimo Austrijos spaudoje rezultatai, iš kurių matyti, kad imitacinių savižudybių įvyko daugiau tuose regionuose, kuriuose spauda buvo daugiau platinama.

Išanalizavus šiose studijose pateiktus duomenis prieita prie tos pačios išvados: pranešimai apie savižudybes žiniasklaidoje gali paskatinti imitacinį savižudišką elgesį¹¹⁻¹³. Šiuose tyrimuose taip pat nustatyta, kad imitacija labiau pasireiškia vienomis aplinkybėmis nei kitomis. Imitacinių savižudybių skaičius kinta kaip laiko funkcija – paprastai pasiekia kulminaciją per tris pirmąsias dienas ir nuslūgsta po maždaug dviejų savaitių^{4, 14}, tačiau kartais trunka ilgiau¹⁵. Jis susijęs su įvykio žiniasklaidoje nušvietimo dažnumu ir mastu – pakartotinės ir didelį poveikį darančios istorijos labiausiai skatina imitacinį elgesį^{9, 10, 16}. Imitacinis elgesys būna itin ryškus, kai asmuo, apie kurio savižudybę pranešama, ir skaitytojas ar žiūrovas yra kokiu nors atžvilgiu panašūs¹⁷, arba kai pranešama apie įžymybę, kurią skaitytojas ar žiūrovas labai gerbia^{2, 3, 6, 8, 18}. Tam tikri visuomenės pogrupiai (pvz., jaunimas, sergantieji depresija) gali būti itin pažeidžiami ir pradėti imituoti savižudišką elgesį^{14, 19, 20}. Galiausia, ir, turbūt, svarbiausia yra tai, kad atviras savižudybės ir jos įvykdymo būdo nupasakojimas gali paskatinti savižudybes, pasinaudojant būtent tuo būdu^{9, 10, 21-24}.

Yra duomenų ir apie tai, kad žiniasklaida gali daryti ir teigiamą įtaką. Tai atskleidžia tyrimas, kuriuo buvo bandyta išsiaiškinti, ar žiniasklaida gali turėti įtakos įvykusių savižudybių ir bandymų nusižudyti skaičiaus sumažėjimui, jeigu nušviesdama savižudybę vadovaujasi „geriausios praktikos“ gairėmis.

Etzersdorfer'io ir jo kolegų tyrimas parodė, kad žiniasklaidai pradėjus vadovautis gairėmis, kaip turi būti pranešama apie savižudybes Vienos metro linijoje, sumažėjo sensacijas išpučiančių reportažų apie jas, o tai savo ruožtu 75 procentais sumažino savižudybių skaičių metro bei 20 procentų bendrą savižudybių skaičių Vienoje²⁵⁻²⁷. Dar svarbiau yra tai, kad pakartotinis šių gairių išplatėjimas visos šalies mastu pakeitė savižudybių tendenciją visoje Austrijoje. Ši teigiama įtaka labiau pasireiškė regionuose, kuriuose žiniasklaida uoliau vadovavosi minėtomis gairėmis ir procesas truko ilgesnį laiką²⁸.

Pabaigai reikia pasakyti, kad yra daug duomenų, patvirtinančių teiginį, jog žiniasklaidos pranešimo apie savižudybes būdas gali paskatinti imitacinį elgesį – tai patvirtina ir statistiškai reikšmingas įvykusių savižudybių ir bandymų nusižudyti skaičiaus padidėjimas. Tačiau yra savižudybių, kurios būtų įvykusios ir be žiniasklaidos nušvietimo, ir todėl jos nepatenka į žiniasklaidos paskatintų savižudybių skaičių – tai įrodo faktas, jog po tokių savižudybių nėra regimo savižudybių skaičiaus sumažėjimo. Žiniasklaidos atstovų pareiga yra skelbti informaciją apie savižudybes atsakingai, ieškoti pusiausvyros tarp visuomenės „teisės žinoti“ ir rizikos, kad informacija gali pakenkti.

LITERATŪROS SĄRAŠAS

1. Phillips DP. The influence of suggestion on suicide: Substantive and theoretical implications of the Werther effect. *American Sociological Review* 1974; 39 (3): 340–354.
2. Wasserman IM. Imitation and suicide: A re-examination of the Werther effect. *American Sociological Review* 1984; 49 (3): 427–436.
3. Stack S. A reanalysis of the impact of non-celebrity suicides: A research note. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 1990; 25 (5): 269–273.
4. Bollen KA, Phillips DP. Imitative suicides: A national study of the effects of television news stories. *American Sociological Review* 1982; 47 (6): 802–809.
5. Stack S. The effect of publicized mass murders and murder-suicides on lethal violence, 1968–1980: A research note. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 1989; 24 (4): 202–208.
6. Cheng ATA, Hawton K, Lee CTC, Chen THH. The influence of media reporting of the suicide of a celebrity on suicide rates: a population-based study. *International Journal of Epidemiology* 2007; 36 (6): 1229–34.
7. Cheng ATA, Hawton K, Chen THH, Yen AMF, Chen C-Y, Chen L-C, et al. The influence of media coverage of a celebrity suicide on subsequent suicide attempts. *Journal of Clinical Psychiatry* 2007; 68 (6): 862–6.
8. Yip PSF, Fu KW, Yang KCT, Ip BYT, Chan CLW, Chen EYH, et al. The effects of a celebrity suicide on suicide rates in Hong Kong. *Journal of Affective Disorders* 2006; 93 (1–3): 245–52.
9. Etzersdorfer E, Voracek M, Sonneck G. A dose-response relationship of imitational suicides with newspaper distribution. *Aust N Z J Psychiatry* 2001; 35 (2): 251.

10. Etzersdorfer E, Voracek M, Sonneck G. A dose-response relationship between imitational suicides and newspaper distribution. *Archives of Suicide Research* 2004; 8 (2): 137–145.
11. Pirkis J, Blood RW. Suicide and the media: (1) Reportage in non-fictional media. *Crisis* 2001; 22 (4): 146–154.
12. Stack S. Media impacts on suicide: A quantitative review of 293 findings. *Social Science Quarterly* 2000; 81 (4): 957–972.
13. Stack S. Suicide in the media: a quantitative review of studies based on non-fictional stories. *Suicide and Life Threatening Behavior* 2005; 35 (2): 121–33.
14. Phillips DP, Carstensen LL. Clustering of teenage suicides after television news stories about suicide. *New England Journal of Medicine* 1986; 315 (11): 685–689.
15. Fu KW, Yip PSF. Long-term impact of celebrity suicide on suicidal ideation: Results from a population-based study. *Journal of Epidemiology and Community Health* 2007; 61 (6): 540–546.
16. Hassan R. Effects of newspaper stories on the incidence of suicide in Australia: A research note. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 1995; 29 (3): 480–483.
17. Stack S. Audience receptiveness, the media, and aged suicide, 1968–1980. *Journal of Aging Studies* 1990; 4 (2): 195–209.
18. Stack S. Celebrities and suicide: A taxonomy and analysis. *American Sociological Review* 1987; 52 (3): 401–412.
19. Cheng ATA, Hawton K, Chen THH, Yen AMF, Chang J-C, Chong M-Y, et al. The influence of media reporting of a celebrity suicide on suicidal behaviour in patients with a history of depressive disorder. *Journal of Affective Disorders* 2007; 103: 69–75.

20. Phillips DP, Carstensen LL. The effect of suicide stories on various demographic groups, 1968–1985. *Suicide and Life Threatening Behavior* 1988; 18 (1): 100–114.
21. Ashton JR, Donnan S. Suicide by burning: A current epidemic. *British Medical Journal* 1979; 2 (6193): 769–770.
22. Ashton JR, Donnan S. Suicide by burning as an epidemic phenomenon: An analysis of 82 deaths and inquests in England and Wales in 1978–79. *Psychological Medicine* 1981; 11 (4): 735–739.
23. Veysey MJ, Kamanyire R, Volans GN. Antifreeze poisonings give more insight into copycat behaviour. *British Medical Journal* 1999; 319 (7217): 1131.
24. Hawton K, Simkin S, Deeks J, O'Connor S, Keen A, Altman DG, et al. Effects of a drug overdose in a television drama on presentations to hospital for self poisoning: Time series and questionnaire study. *British Medical Journal* 1996; 318 (7189): 972–977.
25. Etzersdorfer E, Sonneck G. Preventing suicide by influencing mass-media reporting: The Viennese experience 1980–1996. *Archives of Suicide Research* 1998; 4 (1): 64–74.
26. Etzersdorfer E, Sonneck G, Nagel Kuess S. Newspaper reports and suicide. *New England Journal of Medicine* 1992; 327 (7): 502–503.
27. Sonneck G, Etzersdorfer E, Nagel Kuess S. Imitative suicide on the Viennese subway. *Social Science and Medicine* 1994; 38 (3): 453–457.
28. Niederkrotenthaler T, Sonneck G. Assessing the impact of media guidelines for reporting on suicides in Austria: interrupted time series analysis. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry* 2007; 41 (5): 419–428.

KĄ DARYTI, JEIGU NUJAUČIATE, KAD JUMS ARTIMAS ASMUO KETINA NUSIŽUDYTI?

Ketinantys nusižudyti žmonės patys paprastai neieško pagalbos, be to, dažniausiai vengia kreiptis į specialistus. Pateikiame keletą rekomendacijų, ką galima daryti ir ko reikėtų vengti tuo atveju, nujaučiant, kad Jūsų artimasis galvoja apie savižudybę.

- Dėmesingai jį išklauskite.
- Atvirai klauskite, kas jį kamuoja, visai bandykite jį prakalbinti.
- Nebijokite tiesiai paklausti, ar kartais neketina nusižudyti, o gal jau pasirinko ir būdą.
- Nemėginkite įkalbinėti nesižudyti. Verčiau leiskite pajusti, kad juo rūpinatės, jį suprantate, kad jis nėra vienas, o noras nusižudyti – laikinas.
- Nepaliaudami raginkite nedelsiant kreiptis į gydytoją, psichologą arba psichikos sveikatos specialistą, padėkite nuvykti, palydėkite patys.
- Ištikus krizei, nepalikite žmogaus vieno.

Jūsų geranoriškos pastangos gali padėti artimajam atsisakyti minties apie savižudybę. Tačiau tai nėra lengva, todėl nelikite vieni, kreipkitės pagalbos ir patarimo į specialistus.

	Skambink	Rašyk
Jaunimo linija	8 800 28888*	www.jaunimolinija.lt/ laiskai www.jaunimolinija.lt/ pokalbiai-internetu
Vilties linija	116 123*	vilties.linija@gmail.com
Pagalbos moterims linija	8 800 66366*	pagalba@moteriai.lt
Linija Doverija (rusų k.)	8 800 77277 II–VI 16-20	—
Vaikų linija	116 111 I-VII 11-21	www.vaikulinja.lt
Krizių įveikimo centras Antakalnio g. 97, Vilnius	8 640 51555 I-V 16-20 VI 12-16	Skype: <i>krizesiveikimas</i>
Pagalba nusizudžius artimajam	—	www.artimiems.lt laukiam@artimiems.lt

* I-VII visą parą

Jeį staiga išskyla reali grėsmė gyvybei, sveikatai, saugumui skambinkite skubios pagalbos numeriu 112

Savižudybių prevencija: atmintinė žiniasklaidos atstovams – Vilnius: Sorre, 2017. – 24 p.

ISBN 978-609-8118-09-4

Informacinis leidinys apie savižudybių prevenciją žiniasklaidos atstovams.

Savižudybių prevencija: atmintinė žiniasklaidos atstovams

Vertė Augis Ambrazaitis
Redagavo Svetlana Rizgelytė

Tiražas 300 egz.

Išleido:
VšĮ „Sorre“
I. Šimulionio g. 10-197, LT-04330, Vilnius
tel. 8 5 216 9677
El. paštas sorre@sorre-sorre.com
www.sorre-sorre.com

Valstybinis psichikos sveikatos centras
Parko g. 21, LT.11205, Vilnius
El. paštas info@vpssc.lt
www.vpsc.lt



VALSTYBINIS
PSICHIKOS
SVEIKATOS
CENTRAS

2017