

Aniła Kwiatkowska

MIĘDZY WERTEREM A PAPAGENO, CZYLI JAK INFORMOWAĆ O SAMOBÓJSTWIE, ABY NIE ZASZKODZIĆ

STRESZCZENIE

Artykuł zarysowuje kilka wątków problematyki samobójstw na gruncie socjologicznym i medioznawczym. Dwie pierwsze części skupiają się na bardziej teoretycznym przedstawieniu tematu: aktualnych statystyk i problemów statystycznych oraz perspektyw teoretyczno-badawczych i efektów medialnych przekazów w kontekście samobójstw. Kolejne części podejmują natomiast wątki praktycznie i wskazują, jak poprawnie konstruować materiały dziennikarskie oraz jak zapobiegać samobójstwom każdego dnia.

Słowa kluczowe: samobójstwo, próba samobójcza, efekt Wertera, efekt Papageno, media

OD STATYSTYK DO CZYNÓW

Według danych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) z 2019 roku co 40 sekund popełniane jest samobójstwo na świecie, przy czym w krajach o wysokim dochodzie prawie trzy razy częściej przez mężczyzn niż kobiety [1]. W Polsce szacuje się, że codziennie na 15 przypadków samobójczej śmierci 12 przypada na mężczyzn. Wskaźnik samobójstw dla naszego kraju wynosi 16,2 na 100 tys. mieszkańców (22 miejsce na świecie), przy średniej 10,5 dla świata i 13,7 dla Europy [2]. Aby lepiej zobrazować skalę problemu, w Polsce w roku 2018 w wyniku wypadku drogowego zginęło 2862 osób [3], podczas gdy 6143 popełniło samobójstwo [4]. Liczba ta może być jeszcze większa, biorąc pod uwagę, że część osób z wypadków mogła w ten sposób umyślnie odebrać sobie życie.

Ci, którzy zabijają się w wypadkach samochodowych, nie zostają uchwyceni jako samobójcy. Ci, którzy po uśiłowanym samobójstwie umierają tygodnie lub miesiące później z odniesionych obrażeń lub wynikłych infekcji, nie są rejestrowani jako samobójcy; wiele przypadków tuszuje rodziny [5].

Problemów z dokładnym zliczeniem jest jednak znacznie więcej, np. Krzysztof Rosa kilka lat temu pisał o nierzetelności publikowanych w Polsce urzędowych danych statystycznych. Zwracał on uwagę, że błędy popełniane są już na samym początku tworzenia dokumentacji, m.in. kwalifikowanie zgonu samobójczego jako „wypadku” czy „zgonu z przyczyn nieznanych”, co może wynikać „albo z celowego działania tych, którym zależy na ukryciu prawdziwej przyczyny śmierci, albo niewiedzy, niekompetencji, uprzedzeń różnych osób, które decydują o ostatecznej formie zapisu w dokumencie” [6].

Istotną koncepcją teoretyczną próbującą wyjaśnić mechanizmy powstawania nierzetelności w dokumentach urzędowych jest teoria społecznych znaczeń samobójstw Jacka Douglasa, według której samobójstwo staje się społeczną konstrukcją, gdzie podstawową rolę odgrywa definicja sytuacji [7]. Oznacza to, że aby nazwać daną śmierć „samobójstwem” należy określić przyczynę zgonu, w co zaangażowane są różne strony: rodzina zmarłego, policjant, prokurator, lekarz itd. Przypisana przyczyna zgonu będzie zatem zależeć od chęci i możliwości pozyskania danych, które pomogłyby w kwalifikacji. Mając na uwadze powyższe trudności oraz ewentualnie popełniane błędy, można przyjąć, że podawane dane statystyczne są prawdopodobnie najmniejszą i najsłabiej reprezentatywną liczbą samobójstw.

22

W POSZUKIWANIU WINNEGO

Na gruncie socjologii zagadnienie samobójstwa ma status szczególny, ponieważ akt samobójczy jest świadomą rezygnacją jednostki z uczestnictwa w życiu społecznym. Socjologiczna perspektywa badań za główny cel poznawczy wyznacza ustalenie społecznych źródeł i uwarunkowań wpływających na powstawanie i nasilanie tego typu działań autodestrukcyjnych [8]. Punktem wyjścia naukowej analizy staje się zatem nie jednostkowy akt samobójczy, a funkcjonowanie społeczeństwa dookoła niego. Émile Durkheim, klasyk socjologicznej analizy samobójstw, dowodził, że samobójstwa nie są efektem indywidualnych cech jednostek, lecz zjawiskiem determinowanym cechami grup społecznych i typem społeczeństwa, w którym żyją [9].

Współczesne socjologiczne badania zachowań samobójczych dzielą się na trzy główne perspektywy teoretyczno-badawcze:

1. Perspektywa społecznej integracji – za jej twórcę uważa się wspomnianego E. Durkheima, który przede wszystkim analizował stopień integracji jednostki ze społeczeństwem oraz kontroli społeczeństwa nad zachowaniami jednostki.
2. Perspektywa modernizacyjna – skupiona jest na wpływie różnych aspektów procesu modernizacji (industrializacji, urbanizacji, edukacji itd.) na wzrost wskaźnika samobójstw.
3. Perspektywa analizy zachowań samobójczych – podkreśla sposób funkcjonowania i uczenia się (socjalizacji) norm społecznych i kulturowych (m.in. religijnych i etycznych) [10].

W ramach trzeciego opisywanego modelu warto wyróżnić nurt badań zajmujący się wpływem sposobu rozpowszechniania informacji o samobójstwie i próbach samobójczych przez media. Podkreślić należy w szczególności wagę mechanizmu powielenia wzorów zachowań samobójczych przez niektóre grupy społeczne (np. osoby młode, osoby rozważające samobójstwo czy osoby chore psychicznie). Upublicznione samobójstwo może służyć jako czynnik wyzwalający, który przy braku czynników ochronnych może doprowadzić do samobójstwa osoby podatnej. Taki proces określany bywa mianem „zarażenia samobójczego” [11].

Jednym ze słynniejszych przykładów takiego autodestrukcyjnego mechanizmu była powieść Johanna Wolfganga von Goethego pt. *Cierpienia młodego Wertera*. Książka, w której tytułowy bohater odbiera sobie życie w imię miłości, wywołała fascynację (niemal do poziomu kultu) w XVIII-wiecznej Europie. Podziw literackiego bohatera wyrażano m.in. poprzez podobny do niego ubiór (tzw. gorączka Wertera), sytuację życiową (niespełnioną miłość) oraz zakończenie życia z podobnych pobudek i nierzadko w podobny sposób.

Współcześnie efekt Wertera wywołują najczęściej mass media, a wiele badań dowodzi, że nieumiejętne informowanie o przypadkach samobójstw zwiększa liczbę prób samobójczych i samobójstw.

Największy wzrost prób samobójczych odnotowuje się w przypadku przekazów medialnych dotyczących popularnych muzyków, wokalistów, aktorów, sportowców oraz innych znanych i poważanych osób [12]. Przykładem może być sytuacja po śmierci Robina Williamsa (2014 r.), kiedy w cztery miesiące później w Stanach Zjednoczonych odnotowano 1841 więcej samobójstw [13].

Największy wzrost prób samobójczych odnotowuje się w przypadku przekazów medialnych dotyczących popularnych muzyków, wokalistów, aktorów, sportowców oraz innych znanych i poważanych osób. Przykładem mogą być 4 miesiące po śmierci Robina Williamsa (w 2014 r.), w ciągu których zaobserwowano o 1841 więcej samobójstw w Stanach Zjednoczonych.

Z kolei kiedy brytyjska telewizja pokazała historię na temat przedawkowania paracetamolu, zatrucia tym lekiem zwiększyły się o 17% w tygodniu po emisji programu i o 9% w kolejnym tygodniu. Wiele osób, które oglądało tenże program i przeżyło próbę samobójczą, stwierdziło, że wpłynął on na ich decyzję o podjęciu próby samobójczej [14]. Amerykańskie badanie z 2017 roku wykazało natomiast, że popularność młodzieżowego serialu *Trzynaście powodów* (ang. *13 Reasons Why*), który opisywał samobójstwo jednej z fikcyjnych bohaterek, związane było ze znaczącym wzrostem liczby internetowych wyszukiwań dotyczących samobójstwa, w tym o 26% więcej wyszukiwań hasła „jak popełnić samobójstwo”, 18% dla wyrażenia „popełnienie samobójstwa” i 9% więcej dla hasła „jak się zabić” [15].

Problem jest niemały, a WHO w programie LIVE LIFE dotyczącym prewencji samobójstw, jako jedną z głównych kwestii wyróżnia odpowiedzialne raportowanie przez media oraz związane z nim ograniczenie dostępu do informacji w sprawie samobójstw [16]. Możliwe jest bowiem uzyskanie mniej znanego efektu odwrotnego, zwanego efektem Papageno. Pochodzi on od imienia bohatera opery pt. *Czarodziejski flet* Wolfganga Amadeusa Mozarta. Papagonego zostaje powstrzymany przed samobójstwem dzięki pokazaniu mu innego rozwiązania jego problemów.

24

Choć działania takiego ochronnego mechanizmu są trudniejsze do zweryfikowania, to można wspomnieć o niezaobserwowaniu wzrostu samobójstw po śmierci Kurta Cobaina (w Stanach Zjednoczonych w 1994 roku) czy szwedzkiego DJ-a i producenta Avicii'ego (w 2018 roku). Po samobójczej śmierci amerykańskiej grunge'owej gwiazdy, wdowa po muzyku (Courtney Love) oraz media podawały telefony do instytucji interwencji kryzysowych, które zanotowały wzrost liczby zgłaszających się osób. Z kolei po samobójstwie skandynawskiego muzyka policja odmówiła podania powodu śmierci, a media informując o jego śmierci skupiały się na prewencji, m.in. zastanawiano się, czy można było zapobiec niepotrzebnej tragedii oraz podkreślano dostępność pomocy (wraz z podawaniem numeru telefonu, pod który można się zgłosić w razie kryzysu psychicznego).

PO PIERWSZE: NIE SZKODZIĆ

W Polsce mimo szeroko zakrojonych kampanii i szkoleń wciąż można znaleźć niewłaściwie skonstruowane przekazy medialne, które potencjalnie mogą przyczynić się do kolejnej niepotrzebnej śmierci. Zwykle nie wynikają one z braku dobrej woli, a z niewiedzy. Bazując na prewencyjnych zaleceniach WHO, w Polsce zostały opracowane kompendia wiedzy dla pracowników mediów, osób wypowiadających się w mediach oraz moderatorów treści w Internecie: *Poradnik dla mediów* [17], *Poradnik dla osób wypowiadających się dla mediów* [18] oraz *Poradnik dla moderato-*

rów i administratorów serwisów internetowych |19| (wszystkie są dostępne bezpłatnie w sieci).

Dobór słów, ilustracji czy tytułu przekazu medialnego może uratować czyjeś życie. Na barkach twórców mediów spoczywa obowiązek przestrzegania podstawowych zasad i tworzenia komunikatów tak, aby nie przyczynić się do kolejnych samobójstw. *Poradnik dla mediów* zaleca, aby tworząc materiał dotyczący samobójstwa podawać aktualne informacje o tym, gdzie i jak szukać pomocy oraz edukować opinię publiczną w temacie przyczyn i zapobieganiu samobójstwom, unikając przy tym szerzenia szkodliwych mitów. Wskazuje także, że należy zachować szczególną ostrożność w opisywaniu samobójstw znanych osób oraz przy przeprowadzaniu wywiadów z osobami, które utraciły bliskich w wyniku samobójstwa. Aby uniknąć najpowszechniejszych błędów występujących w materiałach prasowych, należy:

- NIE przedstawiać samobójstwa jako racjonalnego rozwiązania problemu,
- NIE opisywać szczegółowo metody, a szczególnie NIE popularyzować nowych metod,
- NIE podawać szczegółów dotyczących miejsca aktu,
- NIE używać dramatycznych określeń czy sensacyjnych nagłówków,
- NIE umieszczać historii o samobójstwie w widocznych miejscach i unikać ich powielania,
- NIE używać przygnębiających zdjęć ani materiałów wideo

Szczegółowo opisana nowa metoda samobójczej śmierci nieraz wyzwoliła epidemię kolejnych zgonów. Nie należy także sugerować, że śmierć była szybka, skuteczna, bezbolesna czy że rozwiązała czyjś problem. Sposób popełnienia samobójstwa można w materiale prasowym pominąć lub przedstawić ogólnie, podkreślając cierpienie i możliwe komplikacje. Negatywne określenia kojarzące daną metodę z niepożądanym skutkiem, mogą zmniejszyć ryzyko naśladownictwa tejże metody.

Równie ważne jest unikanie negatywnych określeń w odniesieniu do możliwości otrzymania pomocy czy poradenia sobie z problemem. Należy wystrzegać się także uproszczeń i spekulacji na temat domniemanego czynnika, który mógł doprowadzić do samobójstwa. Umyślne odebranie sobie życia nigdy bowiem nie jest spowodowane jednym czynnikiem, nawet jeśli rodzina, policja czy media nie znają innych.

Celem materiału dotyczącego samobójstwa, zamiast wywołania sensacji, powinno być pokazanie, w jakiej grupie wiekowej czy środowiskowej może pojawić się dany problem i informacje, jak sobie z nim poradzić. Warto podawać pozytywne

Należy wystrzegać się także uproszczeń i spekulacji na temat domniemanego czynnika, który mógł doprowadzić do samobójstwa. Umyślne odebranie sobie życia nigdy bowiem nie jest spowodowane jednym czynnikiem, nawet jeśli rodzina, policja czy media nie znają innych.

przykłady uzyskania pomocy, np. działań czy rozmów, które pomogły komuś w trudnej sytuacji.

Warto także podkreślić wagę internetowych portali, profili czy blogów, które bywają miejscem anonimowego wyrażenia kryzysu samobójczego. Przy administrowaniu i moderowaniu stronami internetowymi zaleca się monitoring komentarzy pojawiających się pod artykułami dotyczącymi samo-

bójstw. Często są one mieszanką treści pozytywnych i wspierających oraz hejtu skierowanego w stronę bliskich opisywanej osoby. W szczególnych przypadkach zaleca się wyłączenie możliwości komentarzy. Nie mniej ważne jest także śledzenie komentarzy osób przejawiających myśli samobójcze i opracowanie standardów odpowiedzi zawierających aktualne informacje o pomocy. Podanie numeru telefonu (np. do Centrum Wsparcia) może uratować życie drugiego człowieka.

KAŻDY MOŻE POMÓC

Jak zmniejszać liczbę samobójstw? Zapobieganie odbywa się na wielu płaszczyznach, a media są tylko jedną z nich. Nie mniej niż przekazy medialne na życie drugiej osoby może mieć wpływ każdy z nas. Wspomniane uprzednio poradniki zgodnie radzą, aby nie być obojętnym na osoby w kryzysie i nie lekceważyć ich wypowiedzi czy działań świadczących o myślach samobójczych. Ważne jest zaoferowanie swojej obecności, np. poprzez zaproponowanie pomocy, wsparcia, czasu, czy zadbanie o bezpieczne otoczenie dla potencjalnego samobójcy. W kolejnych krokach warto poszukać profesjonalnej pomocy, np. pomóc w znalezieniu lekarza czy podać numery wsparcia w sytuacjach kryzysowych. W ujęciu długoterminowym warto wzmacniać odporność psychiczną, zapewniając wsparcie w trudnych momentach życiowych, bez względu na wiek. Pomoc w przypadku trudności w szkole (np. *bullying*) czy starości jest tak samo ważna jak wsparcie w obliczu trudnych relacji w pracy (np. *mobbing*), relacji rodzinnych (np. rozwód), problemów finansowych czy choroby.

W pracy możemy przyczynić się do współtworzenia atmosfery sprzyjającej rozwojowi osobistemu i sprawnej komunikacji opartej na wzajemnym szacunku. Jednymi z zaleceń dla pracodawców jest zapewnienie standardów wzmacniających

odporność psychiczną oraz wdrażanie działań dających poczucie sensu i radości z dobrze wykonywanej pracy. Wśród przykładów można wymienić utworzenie systemu pomocy koleżeńskiej, tak aby każdy pracownik wiedział, gdzie i w jaki sposób może otrzymać wsparcie.

Streszczenie powyższych zaleceń dla przekazów medialnych może mieć zastosowanie nie tylko w pracy w mediach, ale również w życiu każdego z nas. Mediom, w szczególności internetowym, zależy na kontakcie ze swoimi odbiorcami. Każdy może się do nich zwrócić, wysyłając wiadomość do redakcji czy konkretnego dziennikarza i/lub zostawiając informację w dziale komentarzy. Ważne, aby była to informacja pouczająca (np. powołująca się na standardy WHO), a nie obraźliwa dla kogokolwiek. Warto pamiętać, że tak, jak każdy z nas jest odpowiedzialny za przyszłość mediów, tak również jesteśmy odpowiedzialni za życie drugiego człowieka.

LITERATURA CYTOWANA

- [1] *Suicide: one person dies every 40 seconds*, 9.09.2019, <https://www.who.int/news-room/detail/09-09-2019-suicide-one-person-dies-every-40-seconds> (dostęp: 30.12.2019).
- [2] *Suicide Rate By Country 2019*, 27.08.2019, <http://worldpopulationreview.com/countries/suicide-rate-by-country> (dostęp: 30.12.2019).
- [3] Komenda Główna Policji, *Wypadki drogowe w Polsce w 2018 roku*, aktualizacja: 2019, <http://statystyka.policja.pl/st/ruch-drogowy/76562>, Wypadki -drogowe-raporty-roczne.html (dostęp: 30.12.2019).
- [4] *Suicide Rate By Country 2019*, op. cit.
- [5] Cyt. za: K. Cygielska, 1976, *Samobójstwo*, [w:] *Zagadnienia patologii społecznej*, Adam Podgórecki (red.), Warszawa 1976.
- [6] K. Rosa, 2008, *(Nie)wiarygodność danych statystycznych dotyczących zachowań samobójczych. Perspektywa teoretyczna i praktyka społeczna*, "Przegląd Socjologiczny" 2008, nr 2 (61), s. 265-290.
- [7] J. Douglas, 1967, *Social Meanings of Suicide*, Princeton University Press.
- [8] K. Rosa, op. cit.
- [9] É. Durkheim, 2006, *Samobójstwo. Studium z socjologii*, Warszawa: Oficyna Naukowa.
- [10] K. Rosa, op. cit.
- [11] *Suicide Prevention and Intervention Summary of a Workshop Institute of Medicine (US) Committee on Pathophysiology and Prevention of Adolescent and Adult Suicide*, Washington (DC): National Academies Press (US) 2001.
- [12] T. Niederkrotenthaler, M. Voracek, H. Arno, i in., 2010, *Role of media re-*

- ports in completed and prevented suicide: Werther v. Papagenoeffects.* “The British Journal of Psychiatry”, nr 197, s. 234-243.
- [13] D.S. Fink, Santaella-Tenorio Julian, Keyes Katherine M., 2018, *Increase in suicides the months after the death of Robin Williams in the US*, “PLOS ONE,” nr 13(2).
- [14] S. Simkin, i in., 1995, *Media influence on parasuicide. A study of the effects of a television drama portrayal of paracetamol self-poisoning*, “The British Journal of Psychiatry”, nr 167, s. 754-759.
- [15] Ayers J.W., B.M. Althouse, E.C. Leas, M. Dredze, i in., 2017, *Internet Searches for Suicide Following the Release of 13 Reasons Why*, “JAMA Internal Medicine”, nr 177 (10), s. 1527–1529.
- [16] *LIVELIFE: Preventing suicide*, 2018, https://www.who.int/docs/default-source/mental-health/suicide/live-life-brochure.pdf?sfvrsn=6ea28a12_2&download=true (dostęp: 30.12.2019).
- [17] *Preventing suicide: a resource for media professionals*, aktualizacja: 2017, Geneva: World Health Organization, 2017, https://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/resource_media.pdf (dostęp: 30.12.2019).
- [18] A. Baran, A. Gmitrowicz, I. Koszewska, i in., 2018, *Rola mediów w promocji zdrowia psychicznego i w zapobieganiu samobójstwom. Poradnik dla pracowników mediów*, Warszawa, <http://www.itaka.org.pl/wp-content/uploads/2019/07/PORADNIK-I-skompresowany.pdf>
- [19] Ibidem

BETWEEN WERTHER AND PAPAGENO, OR HOW TO INFORM ABOUT SUICIDE SO AS NOT TO HARM

SUMMARY

The article outlines several threads of suicide-related issues in sociological and media studies. The first two parts focus on a more theoretical presentation of the topic: current analysis and statistical problems, theoretical perspectives and media effects in the context of suicide. The next parts, however, take up the threads more practically and show how to improve the construction of journalistic materials and how to prevent suicide every day.

Key words: suicide, suicide attempt, Werther effect, Papageno effect, media



Anita Kwiatkowska

anitamycak@gmail.com

Doktorantka nauk o mediach oraz magister dziennikarstwa i medioznawstwa w specjalizacji analityk mediów na Uniwersytecie Warszawskim. Od 2014 roku członkini zespołu Laboratorium Badań Medioznawczych UW oraz Centrum Analiz Medialnych. Trzykrotnie nagrodzona stypendium Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego za wybitne osiągnięcia naukowe. Naukowo interesuje się wpływem mediów na zmianę pokoleniowej tożsamości, socjologią mediów oraz metodologią medioznawczą.

