

PRANEŠIMAS SPAUDAI

Psichologai ragina žiniasklaidą laikytis santūrumo informuojant apie žymių žmonių savižudybes

2013 04 18

Lietuvos psichologų sąjunga ir Lietuvos telefoninių psichologinės pagalbos tarnybų asociacija apgailestauja ir reiškia užuojautą artimiesiems dėl žinomo aktoriaus ir televizijos laidų vedėjo Vytauto Šapranausko netekties. Suprasdami, kad ši žinia plačiai pasklis visuomenėje, kreipiamės į žiniasklaidos atstovus prašydami gerbti artimųjų skausmą ir atsakingai nušviesti šį įvykį.

Žiniasklaidoje pateikiama informacija apie visuomenėje gerai žinomus asmenis daro didelį poveikį žmonėms. Šis poveikis gali būti teigiamas – santūrus informavimas, susilaikymas nuo skubotų išvadų apie savižudybės priežastis ir psichologinės pagalbos galimybių nurodymas, gali paskatinti sunkumus išgyvenančius žmones kreiptis pagalbos. Tačiau žiniasklaidos informacijos poveikis gali ženkliai padidinti kitų savižudybių grėsmę visuomenėje. Naujų savižudybių grėsmę didina dažnas savižudybės aptarinėjimas viešojoje erdvėje, savižudybės aplinkybių detalizavimas, emociingi pranešimai, paviršutiniškos išvados apie savižudybės priežastis, kaltųjų ieškojimas ir kaltinimai, savižudybės romantizavimas. Netinkamai pateikta informacija apie savižudybes itin stipriai veikia vaikus ir paauglius bei žmones, kurie šiuo metu išgyvena sunkumus, turi minčių apie savižudybę, savo lytimi, amžiumi ir kitomis savybėmis yra panašūs į nusižudžiusį asmenį.

Lietuvos psichologų sąjunga ir Lietuvos telefoninių psichologinės pagalbos tarnybų asociacija ragina žiniasklaidos priemones laikytis santūrumo, informuojant apie žymių žmonių savižudybes. Taip pat raginame žurnalistus paisyti šių specialistų suformuluotų ir moksliniais tyrimais pagrįstų rekomendacijų:

- **Venkite pateikti išsamias savižudybės detales, detalų savižudybės būdo aprašymą.** Detalus savižudybės būdo aprašymas gali paskatinti kitus žmones, galvojančius apie savižudybę, pasirinkti šį būdą bei gali padidinti jų savižudybės riziką. Būtina vengti aprašymo, kiek ir kokių vaistų žmogus išgėrė, kokiomis konkrečiomis priemonėmis nusižudė, kur jas gavo.
- **Venkite supaprastintų savižudybės paaiškinimų.** Savižudybė visada yra sudėtingas ir kompleksiškas reiškinys. Konkretus įvykis niekada nebūna vienintelė savižudybės priežastimi, nes savižudybę lemia daugelio įvairių faktorių, įvykių, reiškinų visuma.
- **Neromantizuokite savižudybės.** Savižudybės romantizavimas didina galvojančių apie savižudybę žmonių riziką nusižudyti.
- **Venkite viešinti nusižudžiusių žmonių atsisveikinimo laiškų turinį.** Tokio pobūdžio informacija prisideda prie savižudybių romantizavimo.

- **Nepervertinkite „teigiamų“ savižudybės pasekmių.** Yra pavojinga rašyti, kad savižudybė turėjo „teigiamų“ pasekmių, privertė kitus gailėtis dėl savo elgesio arba garbinti nusižudžiusįjį. Tokiu būdu žmonėms, atsidūrusiems panašioje situacijoje, yra siunčiama žinia, kad savižudybė yra tinkamas problemų sprendimo būdas.
- **Savižudybė neturėtų būti pateikiama kaip tinkamas būdas spręsti sunkumus arba problemas.**
- **Pabandykite perteikti supratimą, kad savižudybės yra sudėtingas ir kompleksiškas reiškinys.** Savižudybės rizikos faktorių aptarimas ir analizė, laikantis nuostatos, kad savižudybė nėra vienintelio įvykio pasekmė, leidžia geriau suprasti savižudybę kaip sudėtingą reiškinį.
- **Atsižvelkite į vietą ir laiką:** jeigu vienoje vietoje įvyko kelios savižudybės viena po kitos, tai yra „puiki“ istorija žiniasklaidai, tačiau tokiu atveju reikia būti itin atsargiems, siekiant išvengti dar skaudesnių pasekmių.
- **Nurodykite konkrečias pagalbos galimybes tiek apie savižudybę galvojantiems žmonėms, tiek nusižudžiusiųjų artimiesiems.** Tai gali būti psichologinės pagalbos tarnybų telefonai, įstaigų, centrų, kuriuose galima rasti psichologinę pagalbą, kontaktai.
- **Rašydami apie savižudybes, atsargiai rinkite žodžius.** Venkite vartoti tokius žodžius, kaip „pavykusi/ nepavykusi“ savižudybė, „sėkmingas/ nesėkmingas“ bandymas nusižudyti; venkite žodžių, kurie sukuria dramatinį efektą (pvz., „savižudžių tauta“, „savižudybių epidemija“ ir pan.).

Nemokama psichologinė pagalba yra teikiama kiekviename Psichikos sveikatos centre (dažniausiai poliklinikose).

Nemokama emocinė parama telefonu: www.klausau.lt/telefonai

Nemokama emocinė parama internetu: www.klausau.lt/internetas

Informacija kontaktams:

Prof. Nida Žemaitienė, +37068645734
Lietuvos psichologų sąjungos Valdybos narė

Dr. Paulius Skruibis, +37068636979
Lietuvos psichologų sąjungos Valdybos narys
Lietuvos telefoninių psichologinės pagalbos tarnybų asociacijos prezidentas