

## ***Ekspertų išrinktas geriausias straipsnis***

### **Psichologė D.Gailienė: „Savižudybės priežasties nėra“**

Autorius: Mindaugas Nastaravičius, 15min.lt, 2010 07 13

Žiniasklaidai skaičiuojant pastaruoju metu nusižudžiusius verslininkus ir detaliam aprašant galimus tokio poelgio motyvus, psichologė, Vilniaus universiteto profesorė Danutė Gailienė kalba apie jautrumo mirčiai sumažėjimą ir atvejus, kai žiniasklaida gali paskatinti savižudybę.

– Didžioji dalis žiniasklaidos priemonių apie savižudybes praneša pirmuosiuose puslapiuose, žinių laidų pradžiose. Žurnalistai linkę sakyti, kad turinys yra toks, kokį jį nori matyti auditorija.

Vadinasi, turėčiau jūsų klausti, kodėl visuomenę taip domina savižudybės?

– Lietuvos žiniasklaida labai dažnai piktnaudžiauja šia fraze, Vakarų šalyse šis klausimas jau apie 20–30 metų nėra keliamas, nes visi žino, kad žiniasklaida savo turinį formuoja taip, kaip nori ji pati, o skaitytojas arba priima, arba atsisako. Požiūris, kad turinys yra toks, kokio jo nori skaitytojas – ir atsilikęs, ir nelabai sąžiningas.

Savižudybės visus labai domina ir mums visiems rūpi, nes tai – tragiškas ir neeilinis įvykis, todėl žiniasklaida čia itin svarbi – ji gali prisidėti ir prie skatinimo, ir prie savižudybės stabdymo. Nėra tiek svarbu, ar žiniasklaida praneša apie savižudybes, kiek tam skiria vietas. Svarbiausia – kaip tai pateikiama, nes čia ir pradeda veikti giluminiai psichologiniai mechanizmai, kurie ir gali pastūmėti žmogų nusižudyti.

– Kokie tie mechanizmai ir kaip jie veikia?

– Pirmiausia, viešai atspindima savižudybę gali paskatinti į savižudybę linkusį žmogų padaryti tą patį. Tam tikro charakterio ar emocinės būsenos žmogus yra veikiamas žiniasklaidoje matomų istorijų. Ir iš mokslinės praktikos, ir iš kasdienio gyvenimo stebėjimo galime matyti, kad savižudybės neretai įvyksta grandinės principu. Lietuvoje turime pavyzdžių, kai mažame miestelyje žmogus nusižudo ir per trumpą laiką čia fiksuojami dar keli savižudybės atvejai. Jeigu žiniasklaidoje savižudybės būdas aprašomas konkrečiai, detalizuojant, tai gali paskatinti tokios pat savižudybės pasikartojimą kitur.

Kitas poveikio būdas – motyvacijos pasirinkimas. Pastaruoju metu skaitėme ne vieną istoriją, kai verslininkas neišsprendė finansinių sunkumų ir nusižudė. Tai lyg pavyzdžiai, ką daryti, jei susidūrei su didelėmis ir, atrodo, neišsprendžiamomis problemomis.

– Pavyzdžiui, vieno dienraščio antraštė – „Sunkų gyvenimą iškeitė į mirtį“. Savižudybę parodoma kaip išėjimą?

– Taip, ir šis sudėtingas dalykas tokia antrašte yra suvulgarinamas. Be to, neįtikėtina, kaip tokia informacijai padidėja imlumas žmonių, kurių emocinė būklė nėra rami. Prisimenu, viena suaugusi moteris, kurios tėvas yra nusižudęs, yra sakiusi – net neišsivaizduojate, kaip mane traukia pranešimai apie savižudybes.

Iš jūsų paminėto pavadinimo matome ir trečią poveikio būdą – žiniasklaida mums visiems formuoja nuostatą, kad savižudybę yra vienas gyvenimo variantų. Jeigu žiniasklaida mėgaujasi savižudybių istorijomis, detaliam aprašo aplinkybes, mūsų visų jautrumas mirčiai ima mažėti. Kartu tampame mažiau jautrūs kitiems, kuriems gresia savižudybės pavojus.

– O kam toks pavojus gresia? Kodėl žmogus nusprendžia nusižudyti? Kiek tai susiję su priežasties gyventi ir gyvenimo vertės supratimu?

– Jeigu klausiate paprastai, kodėl žmogus nusižudo, paprastai ir atsakysiu – nežinau. Ir mokslas oficialiai yra įvardinęs, kad savižudybės priežasties nėra, niekas nežino, kodėl žmogus nusižudo. Yra daug galimų motyvų ir rizikos veiksnių, kurie gali susikaupti ir atvesti žmogų prie savižudybės. Prisimenant paskutiniu metu nusižudžiusių verslininkų istorijas, girdime apie esą vienintelę priežastį – skolas. Tačiau sveikas protas sako, kad negali taip būti. Galėčiau pateikti iškalbingą pavyzdį. Savižudybės labai susijusios su depresija. Tarp žmonių, sergančių klinicine depresija (tai yra liga, o ne sumizgusi nuotaika, kurią dažnai vadiname depresija), suicido rizika yra apie 10 proc.

Tai parodo savižudybės priežasčių sudėtingumą ir nevienareikšmiškumą. Nes jeigu savižudybes siesime su depresija, iš šio pavyzdžio matome, kad 90 proc. žmonių nusizudo ne dėl jos. – Ar dažnai savižudybė siejama su kerštu sau arba artimiems žmonėms?

– Specialistai, nagrinėjantys konkrečius motyvus, išryškina kelias savižudybių linijas. Viena jų yra kerštas, revanšas ar savęs nubaudimas. Kita linija, kuri nagrinėjama, vadinama pabėgimo linija. Čia dažniausiai naudojamas spąstų įvaizdis. Žinome, kad į spąstus patekęs žvėris kartais nusigrauzia leteną ir pasprunka, nes negali pakelti skausmo. Čia yra analogija su savižudišku elgesiu – žmogus nusprendžia kažką daryti, kad pabėgtų nuo skausmo, tačiau jis nebūtinai nori numirti. Norėti numirti ir norėti pabėgti nuo didelio skausmo nėra tas pats, tačiau kai kurie žmonės tokiu būdu miršta, o kiti tik mėgina žudytis, bet yra išgelbėjami. 70–80 proc. tokių žmonių antrą kartą gyvenime to nekartoja.

– Kaip skiriasi suaugusiųjų ir vaikų savižudybių motyvai?

– Vaikų ir paauglių savižudybės dažniau būna impulsyvios, todėl tokiais atvejais svarstoma, ar jie apskritai suvokia gyvenimo baigtinumą, kiek jie pajėgūs suprasti, kad arba numirsi, arba gyvensi. Vaikams ir paaugliams gali atrodyti, kad pabėgsiu, įrodysiu, tačiau gyvenimas tęsis toliau. O siejant su žiniasklaida, Lietuvoje esame darę kelias studijas, koks yra realus savižudybių skaičius ir kaip jis atsispindi žiniasklaidoje. Analizavome pagrindinius dienraščius ir labai įdomu, kad proporcija pagal amžiaus grupes skiriasi milžiniškai. Vaikų ir jaunuolių savižudybės mūsų žiniasklaidoje dešimtim kartų dažniau pateikiamos nei jų proporcija realybėje. Žiniasklaidai rūpi ne reali situacija, o noras pateikti kuo daugiau šurpinančių, bauginančių atvejų, nes vaiko savižudybę galima labai dramatiškai vaizduoti, spėlioti, apklausinėti kaimynus, klasės draugus ir prie šios istorijos grįžti nekart. O jeigu nusizudo vidutinio amžiaus geriantis vyras to įdomumo žiniasklaida nemato.

– Yra atliktas ne vienas tyrimas, fiksavęs, kad žiniasklaidoje detaliam aprašymui, koku būdu nusikaltėliai privertė žmones pasakyti savo banko sąskaitos kodus, toks būdas žaibiškai paplisdavo tarp kitų nusikaltėlių. Ar tokį principą galime taikyti svarstydami apie savižudybes?

– Čia ir yra esmė. Tokie dalykai tampa modeliu, pavyzdžiu. Žurnalistai turi įsisavinti, kad kuo dramatiškiau, romantiškiau, įtaigiau aprašys savižudybę, jos būdą, tuo didesnė tikimybė, kad gali prisidėti prie kito žmogaus savižudybės. Nuotrauka pirmame puslapyje, sensacinga antraštė, visos formuluotės apie „nepakeliamus likimo smūgius“ gali paskatinti kitą žmogų elgtis taip pat. Lietuvoje labai dažnai matome detalų metodo aprašymą. Pavyzdžiui, aprašoma kalinio savižudybė ir mes sužinome, kaip jis pasinaudojo viena ar kita galimybe. Arba detalizuojami iššokimai pro langą, aprašant, iš kokio aukšto buvo šokta. Taip pat matome paslėptą kitų kaltinimą, esą žmogų kažkas „privedė“ prie savižudybės. Tai labai pavojinga. Žurnalistai, rašydami apie tai, turi galvoti apie atsakomybę, apie pasekmes.

Psichologinės pagalbos telefonai:

„Vaikų linija“ – 8 800 11111, [www.vaikulinija.lt](http://www.vaikulinija.lt)

„Jaunimo linija“ – 8 800 28888, [www.jaunimolinija.lt](http://www.jaunimolinija.lt)

Psichologinė pagalba suaugusiems – 8 800 60700, [www.kpsc.lt](http://www.kpsc.lt)

Pagalbos moterims linija – 8 800 66366

Linija „Doverija“ (pagalba teikiama rusų kalba) – 8 800 77277

Vilniaus moterų namų krizių centras – 8 800 22008

Vaiko raidos centras – 8 5 275 75 64