



Slovene
Center for
Suicide
Research

NIJZ
Nacionalni inštitut
za javno zdravje



Nacionalni inštitut za javno zdravje

UP IAM Slovenski center za raziskovanje samomora

Ozara Slovenija

Slovensko združenje za preprečevanje samomora

Ljubljana, 13. maj 2024

Zadeva: Apel slovenskih suicidologov k odgovornemu poročanju o samomoru ob nedavnih dogodkih

Spoštovani ustvarjalci medijskih vsebin,

na vas se obračamo suicidologi in strokovnjaki, zaposleni v različnih slovenskih organizacijah, ki se ukvarjajo z raziskovanjem in preprečevanjem samomora. V luči nedavnih dogodkov, smrti 12 letne deklice zaradi samomora, in načinov, kako so ti dogodki predstavljeni v medijih, čutimo potrebo poudariti pomen odgovornega poročanja o samomoru. Način poročanja o samomoru ima lahko bodisi preventivne bodisi negativne učinke na javnost. Zavedamo se, da mediji o samomoru poročajo iz skrbi in z namenom ozaveščanja javnosti o tej pereči temi ter spodbujanja k preprečevanju samomorov. Vendar je ključnega pomena, da se pri tem upoštevajo smernice za odgovorno poročanje, da bi se izognili neželenih posledic, kot so posnemanje samomorilnega vedenja ali povečana stigmatizacija tistih, ki se soočajo s samomorilnimi mislimi. S tem dopisom vas prosimo, da kot ključni akterji v medijskem prostoru aktivno sodelujete z nami in previdno poročate o samomoru ter prispevate k učinkovitejšemu preprečevanju samomora.

Samorilno vedenje in samomor sta občutljivi temi, ki zahtevata premišljen in odgovoren način obravnave, še posebej, ko jo javno naslavljamo. Način novinarskega poročanja o samomoru lahko na uporabnike medija deluje na različne načine. Neodgovorno oziroma manj primerno poročanje (npr. senzacionalistično poročanje, poenostavljanje vzrokov za smrt) lahko vodi k povečanju stiske med uporabniki medija oz. bralci/gledalci/poslušalci medijske vsebine o samomoru ali celo spodbudi posnemanje poročanega dejanja. Nasprotno lahko odgovorno oziroma previdno poročanje o samomoru (npr. navajanje virov pomoči, navajanje zgodb posameznikov, ki so rešili težave) spodbudi posameznika k iskanju pomoči in prepreči najhujše.

Previdnost pri poročanju o samomoru je še toliko bolj pomembna, ko so v zgodbo vključeni otroci ali mladostniki. Slednji, še posebej pa otroci (osnovnošolci), so namreč zelo podvrženi posnemanju samomorilnega vedenja. Pojav posnemanja samomora med mladimi pogosto izhaja iz sovplivanja njihove ranljivosti in izpostavljenosti določenim načinom reševanja težav. Mladostniki so v razvojni fazi, ko intenzivno oblikujejo identiteto in se še posebej zgledujejo po vrstnikih in drugih posameznikih. Ko so v medijskih vsebinah podrobnosti o samomoru javno in pogosto izpostavljene, še posebej na način, ki je dramatičen ali romantičen, lahko mladostniki samomor prepoznajo kot enega izmed načinov reševanja lastnih težav. To lahko vodi do posnemanja, še posebej v situacijah, ko se mladi sami

soočajo s čustvenimi stiskami ali občutkom nemoči. Tveganje za posnemanje vedenja med mladimi se lahko namreč poveča tudi, kadar se mladostniki identificirajo s pokojnikom oziroma se čutijo povezane z njim (npr. zaradi podobnih značilnosti: starost, podobne težave v odnosih).

Vsako naslavljanje te teme –novinarski članek, objavo znanega zvezdnika na Instagramu ali razpravljanje skupine staršev na Facebooku – lahko zato večja učinek posnemanja. Prisotnost učinkov posnemanja samomora med mladostniki potrjujejo tudi epidemiološke študije iz tujine.

Da bi preprečili učinek posnemanja samomora med mladostniki (ter širšo javnostjo), vas želimo spodbuditi k odgovornemu načinu poročanja o samomoru. V nadaljevanju navajamo vsebine, ki se jim je pri poročanju o samomoru priporočljivo izogniti.

- Izognite se uporabi senzacionalističnega jezika v naslovu in vsebini ter uporabi jezika, ki samomor predstavlja kot način za izhod iz težav. Takšno poročanje lahko vodi k napačnemu razumevanju in občutku, da je samomor sprejemljiva rešitev.
- Izognite se poenostavljenemu poročanju o samomoru. Čeprav včasih na prvi pogled deluje, kot da je samomor posledica enega vzroka, je v ozadju običajno več dejavnikov tveganja, ki se med seboj prepletajo. Odločitev za samomor se redko zgodi naenkrat, temveč predstavlja konec procesa, ki se je lahko začel že dolgo pred izvedbo dejanja. V tem procesu se je tudi odločitev za samomor spreminjala in bila včasih bolj, včasih manj prisotna.
- Ne navajajte podrobnosti o lokaciji in metodi samomora. Podajanje takšnih informacij lahko nevede spodbudi posnemanje vedenja.
- Ne izpostavljajte prispevkov o samomoru in ne ponavljajte objav. Pogosto izpostavljanje ali poudarjanje takšnih tem lahko povzroči povečanje zanimanja ali zaskrbljenosti med javnostjo, kar lahko vodi v povečano verjetnost za posnemanje vedenja.

V nadaljevanju so navedene usmeritve, ki naj vam bodo v pomoč pri odgovornem poročanju o samomoru. Navedene so tudi informacije, ki jih je priporočljivo vključiti v medijske vsebine o samomoru.

- Izognite se poročanju o konkretnih primerih samomora. Ozaveščajte in informirajte javnost o značilnostih samomora na splošno in možnostih preprečevanja samomora.
- Navajajte informacije o tem, kje in kako poiskati pomoč v primeru samomorilne stiske. Vključite informacije o lokalnih in nacionalnih virih pomoči, kot so številke za klic v stiski in naslovi svetovalnih centrov. Slednje posameznike v stiski spodbudi k iskanju pomoči, hkrati pa nudi informacije, kam se lahko obrnejo po pomoč.
- Izražajte skrb, bodite tenkočutni in empatični pri vseh oblikah poročanja in novinarskih prispevkov (morebitnih intervjujev). Smrt zaradi samomora vpliva tako na bližnje, ki so izgubili otroka, sorojenca, prijatelja, sošolca ali sorodnika, kot tudi na druge, ki so bili del mladostnikovega življenja (npr. učitelji, drugi zaposleni na šoli, trenerji). Če prihajate v stik s temi osebami, bodite sočutni ter se izognite dodatnemu in nepotrebnemu povzročanju bolečine.
- Poročajte o zgodbah posameznikov, ki so se soočili z življenjskimi stiskami in/ali samomorilnimi mislimi ter rešili težave. Zgodbe o okrevanju in uspehu lahko nudijo upanje in motivacijo mladostnikom v stiski. Poudarite, da lahko iskanje pomoči pozitivno vpliva na izide reševanja težav in krepi duševno zdravje.



Slovene
Center for
Suicide
Research

NIJZ
Nacionalni inštitut
za javno zdravje



- Vključen avdio-vizualni material naj bo ustrezen. Uporabnika medijev naj spodbuja k iskanju pomoči in krepitvi upanje glede prihodnosti (npr. roki, ki se rokujeta, posameznika med pogovorom).

Predlagamo, da pri poročanju uporabljate skrbno izbrane besede, se izogibate senzacionalizmu in podajate informacije, ki lahko pomagajo preprečiti samomor. **Bodite pietetni do umrlega in do svojcev. V mislih imejte, da naj se zaradi spoštovanja do umrlega in njegovih svojcev tema samomora nikoli ne uporablja v namene večje branosti / gledanosti / poslušnosti medija.**

Več informacij o odgovornem poročanju o samomoru je na voljo na <https://nijz.si/publikacije/spregovorimo-o-samomoru-v-medijih/> in <https://zivziv.si/odgovorno-novinarsko-porocanje/>.

Sodelovanje med ustvarjalci medijskih vsebin in strokovnjaki za duševno zdravje je pri oblikovanju ustreznega javnega diskurza o samomoru ključnega pomena. Vabimo vas k rednemu dialogu in izmenjavi znanja, ki lahko pomagata oblikovati načine poročanja, ki so občutljivi, informativni in usmerjeni v preprečevanje samomora. Verjamemo, da lahko s skupnimi močmi in odgovornim pristopom zmanjšamo stigmatizacijo in delujemo preventivno ter tako gradimo varnejšo in bolj podporno družbo. Zahvaljujemo se vam za razumevanje in vašo zavezo k odgovornemu novinarstvu, ki spoštuje človeško dostojanstvo in prispeva k boljši družbi.

Z vsem spoštovanjem,

Suicidologi in drugi strokovnjaki, ki se ukvarjamo z raziskovanjem in preprečevanjem samomora na
, Nacionalnem inštitutu za javno zdravje, UP IAM Slovenskem centru za raziskovanje samomora, Ozari
Slovenija in Slovenskem združenju za preprečevanje samomora