

Selvmord i forbifarten: en undersøkelse om norske mediers omtale av selvmord i 2006

Ved Hege Lamark og Jan-Erik Andreassen



I over 70 år har norske presse levd med et generelt forbud mot å omtale selvmord. Ett år etter at Vær Varsom-plakaten ble forandret, finner vi svært mange selvmordssaker i mediene. Men den samfunnstjenlige journalistikken som optimistene håpet på, lar vente på seg.

Selvmord er et av de eldste yrkesetiske temaer for norske pressefolk. I den aller første Vær Varsom-plakaten, vedtatt av Norsk Presseforbund i 1936, het det at "selvmord, selvmordsforsøk og sinnssykdom bør ikke omtales uten i helt ekstraordinære tilfeller." Ved revisjonen i 1975 het det: "Selvmord eller selvmordsforsøk skal som hovedregel ikke omtales." Dette påbudet sto uendret fram til 1. januar 2006 da selvmordspunktet i pressens etiske retningslinjer fikk nytt innhold. Den nye regelen åpner for en noe mindre restriktiv praksis med hensyn til omtale av selvmord og selvmordsforsøk:

Vær varsom ved omtale av selvmord og selvmordsforsøk. Unngå omtale som ikke er nødvendig for å oppfylle allmenne informasjonsbehov. Unngå beskrivelse av metode eller andre forhold som kan bidra til å utløse flere selvmordshandlinger.

Vær Varsom-plakaten §4.9, gjeldende fra 1.1.2006

Vi har analysert norske mediers behandling av selvmord det første året etter revisjonen (Lamark & Andreassen, 2007). Rapporten presenterer tre delstudier:

- En statusbeskrivelse av selvmordsomtalen i et bredt, representativt utvalg av aviser, nettmedier, radio- og tv-kanaler.
- Intervjuer med journalister og redaksjonelle ledere som publiserte saker om selvmord i løpet av 2006.
- En tekstanalyse som sammenligner medieomtalen etter at to kjente menn, Jan Werner Danielsen og Svein Erik Bakke, døde brått mot slutten av året.

Undersøkelsen omfatter 865 innenriks-saker fra vel 60 ulike medier. Vi fant svært mange saker der begrepet *selvmord* inngår, men mye av journalistikken er forutsigbar, sjablongmessig og ikke minst distansert. Selvmord er fortsatt noe pressen helst holder på en armlengdes avstand.

Vær Varsom-plakaten ble endret, først og fremst for å bidra til større åpenhet rundt selvmord. Vår undersøkelse tyder på at endringen i ordlyden har skapt nye vanskeligheter. Journalistene opplever det som svært vanskelig å håndtere slike saker, og det er derfor fortsatt en svært høy terskel for selvmordssaker i mediene. Intervjuer med pressefolk som publiserte saker om selvmord i fjor, belyser hvorfor selvmordssaker oppleves som problematiske, vanskelige og ubehagelige å jobbe med.

Mangler trening

Det viktigste er antakelig at journalister rett og slett mangler trening i å dekke selvmord. I over 70 år har pressefolk lært å holde seg langt unna alt som har med selvmord å gjøre. Dermed har de fleste ingen erfaring og lite rutine å støtte seg til, og det syns flere gjør selvmordsakene ekstra vanskelige.

Prisgitt politikilder

Journalister som skal skrive om selvmord er prisgitt politikilder, som enten ikke vil si noe i det hele tatt, eller som snakker i koder. De sier for eksempel at "dette er en sann sak som dere ikke bruker å skrive om", eller de omtaler hendelsen som "en personlig tragedie". Journalistene kan også risikere at politifolk snakker om "personlig tragedie" – uten å mene selvmord. Dette gir opphav til misforståelser og uriktige selvmordsrykter.

Redd for å gjøre feil

Journalistene er generelt usikre og redde for å gjøre feil når de skal omtale selvmord. Denne usikkerheten preger også de redaksjonelle lederne. Å være redd for å gjøre feil er et veldig dårlig utgangspunkt for en journalist som skal nærme seg et så vanskelig tema med den nødvendige profesjonalitet.

Problematiske om metode

Den nye plakaten pålegger pressefolk å unngå omtale av metode "som kan bidra til å utløse flere selvmordshandlinger". Dette pålegget syns mange det er problematisk å forholde seg til. For hvordan

skal en nå vurdere hva som kan utløse flere selvmordshandlinger? Det er ikke kunnskap journalister kan forventes å ha. Dette skriver vi mer om nedenfor.

Støtter revisjonen

Inntrykket etter intervjuene er likevel ikke entydig negativt. De fleste pressefolk vi har snakket med, er positive til revisjonen av Vær Varsom-plakaten. De mener revisjonen har økt bevisstheten rundt dekning av selvmord, og sier at det nå reflekteres mer i redaksjonene over hvordan slike saker skal dekkes. Det var ett av målene bak revisjonen av selvmordspunktet; at journalister og mediefolk skal reflektere mer over hvordan selvmord omtales. Komiteen bak endringa mente den nye regelen ville skape en mer bevisst holdning til temaet.

Uklare premisser

I intervjusammenheng er det et grunnleggende prinsipp å gjøre premissene klare for intervjupersonen. Det betyr dels å avklare hva intervjuet skal handle om, dels å forklare hvilken sammenheng intervjuuttalelsen skal brukes i. Like viktig kan det være å avklare innholdet i sentrale begreper som brukes under intervjuet. Partene må vite at de snakker om det samme når de bruker et felles begrep.

I den nye Vær Varsom-plakaten virker det som om premissene ikke er gjort klare nok for de som skal bruke plakaten som rettesnor i sitt daglige arbeid. Denne kritikken gjelder særlig siste setning i det nye punktet: *Unngå beskrivelse av metode eller andre forhold som kan bidra til å utløse flere selvmordshandlinger.*

Problemet er grunngevinga for hvilke detaljer som ikke må publiseres. Journalister kan saktens påta seg å vurdere hva som har offentlig interesse. Det hører med til journalistikkens kjerne. Men å skulle vurdere "hva som kan bidra til å utløse flere selvmordshandlinger", oppleves som ei tung bær på skuldre som er stive og anspente fra før, fordi selvmord i utgangspunktet er et så vanskelig tema for de fleste. Noen journalister sier de kan for lite om det. Andre peker på at fagfolk

ikke tilbyr entydig kunnskap om hva som kan trigge den fryktede smitteeffekten. Mens atter andre oppfatter det som nærmest umulig å skulle omtale selvmord av offentlig interesse, uten å nevne metoden direkte eller indirekte. Uansett virker det ikke som om den nye paragrafen har fått journalistene til å slutte å "sky selvmordssaker som om det er ild", slik en journaliststudent oppfattet kollegenes holdning til temaet (Aarseth, 2006).

Stille i småavisene

Vår undersøkelse avdekker at små lokalaviser nesten ikke omtaler selvmord i det hele tatt. I denne delen av mediene er det altså fremdeles "stille i pressen" slik det het i en tittel i *Suicidologi* for fire år siden. Vi tror den viktigste årsaken er småavisenes nære relasjon til kildene i lokalmiljøet, noe som gjør temaet selvmord ekstra følsomt å ta tak i (Lamark & Morlandstø, 2002). Et annet funn er at de store lokalavisene (i vårt utvalg vil det si de største avisene i alle fylker) skriver like mye om selvmord som det riksavisene gjør. Dessuten omtales *selvmordsmetode* oftere i store lokalaviser enn i andre medier.

Omtale av selvmordsmetode forekommer likevel nokså sjelden når vi ser på hele materialet fra året 2006. Av 865 saker totalt er selvmordsmetode nevnt i 114 saker, mens 40 saker beskriver selvmordsmetode mer omfattende.

En uttalelse fra professor Lars Mehlum blir ofte sitert når presseomtale av selvmordsmetode er tema. Komiteen som forberedte revisjon av Vær Varsom-plakaten i 2005, gjengir uttalelsen i sin innstilling:

"Flere forskningsprosjekter har vist at sensasjonspreget omtale av konkrete tilfeller av selvmord blant unge mennesker, der sted og metode beskrives, og der det skildres detaljer rundt hendelsesforløpet, vil kunne føre til imiterende selvmordsadferd blant andre unge."

Mehlum hevder ikke at enhver omtale av selvmordsmetode har negativ effekt, slik mange har oppfattet det. Sitatet inneholder en rekke presiseringer, men disse ser ut til å ha blitt borte på vegen fra det selvmordsforebyggende fagmiljøet og til pressens Vær Varsom-plakat. Siste setning i selvmordspunktet blir av mange pressefolk oppfattet som en absolutt advarsel

mot enhver henvisning til selvmordsmetode. Dette bidrar igjen til å gjøre det nærmest umulig for en journalist å dekke feltet, slik en av våre informanter gir uttrykk for:

Det er for eksempel veldig ofte møteulykker mellom trailer og personbil. En av dem husker jeg kjempegodt. Allerede på åstedet snakka jeg med politimannen, som var skadestedsleder. Han fortalte – og dette fikk jeg bekräftet på telefon senere på dagen – at her hadde vedkommende kjørt målrettet i over hundre meter, og trailersjåføren hadde sagt at han så øya på han. Sånn. Det er klart at vi kunne ha omtalt det som et sjøldrap. Men det kan vi heller ikke, for der er det metode. Gardermobanen, folk som hopper ut der, folk som hopper fra Ahus [Akershus Universitetssykehus]. Vi hadde nettopp en sak hvor én hoppa flere meter og landa gjennom taket og inn i kiosken. Den omtalte vi ikke. Folk som hopper fra bruer, truer med å hoppe fra bruer, hvor veger blir stengt, det påvirker jo samfunnet, det får konsekvenser for bilister. Det er mange som lurar på hva som skjer. Det pleier vi heller ikke å omtale.

Vi etterlyser et presseetisk skille mellom på ene siden å nevne selvmordsmetode (indirekte) i en sak og på andre siden å beskrive selvmordsmetoden mer eller mindre detaljert. Den nye plakaten skiller ikke mellom nødvendig og unødvendig detaljert omtale. Dette er en svakhet.

Noen eksempler fra vår undersøkelse illustrerer hva slags omtale det kan være snakk om:

- VG skrev om "stor reduksjon i andelen skyteselvmord" på grunn av strengere våpenlover. Artikkelen nevner at "siden 90-tallet har andelen menn som tar livet sitt ved skyting gått jevnt og trutt nedover".
- Nordlys hadde en kritisk artikkel om Tromsøbilister som kjørte forbi da en mann «klatret på brua, men ingen stanset for å prøve å hindre et mulig selvmord".

Dette er eksempler på at mediene nevner selvmordsmetode. Disse sakene kunne knapt ha blitt omtalt i det hele tatt uten en slik (indirekte) henvisning til selvmordsmetoden.

Blant artiklene som beskriver selvmordsmetode, inngår en sak fra Hamar Arbeiderblad om dødsulykker på vegene. Ei analysegruppe har konkludert med at sju av 55 dødsulykker i region øst var selvalgte. Avisen gjengir gruppas konklusjon: "Ulykkene kjennetegnes som regel ved at bilfører uten bilbelte plutselig svinger over i motgående kjørefelt med vogntog eller lastebil."

Andre beskrivelser vi registrerte:

- "Ved sykehuset Innlandet på Gjøvik har tallet på selvmordsforsøk med paracetamol økt betydelig etter at det ble åpnet for salg i butikker og bensinstasjoner», skrev VG.
- Et selvmord om bord på "Christian V" ble etterforsket av politiet i Kristiansand. Agderposten skrev at den berusede unge mannen fikk tilsyn hver halve time. «Like fullt klarte mannen å gjennomføre selvmord ved bruk av egne klær".

Vi oppfatter ikke disse omtalene som nærgående eller unødvendig detaljert. Det kan virke som om frykten for å utløse

imiterende selvmord overskygger alle andre sider ved pressens omtale av selvmord. Det er uheldig dersom en slik overdreven frykt gjør at pressefolk fortsetter å behandle selvmord som tabu. Vi finner grunn til å minne om utgangspunktet for revisjonen: At omtale av selvmord også kan ha positiv effekt, blant annet ved å vise at selvmord er et problem som samfunnet kan og bør gjøre mer for å forebygge. Dessuten at omtale kan gjøre selvmord mindre stigmatiserende, slik det har skjedd med omtale av psykiske lidelser.

Få alternative innfallsvinkler

I undersøkelsen har vi kartlagt hvilke temaer selvmordssakene i pressen handler om, og hvilke risiko- og årsaksforklaringer som nevnes i samband med selvmord. Dette kan si noe om hvordan pressen forstår fenomenet selvmord i vårt samfunn. Rapporten konkluderer med at journalistikken i liten grad bidrar med nye innfallsvinkler og alternative syn. Pressen løfter sjelden fram risikofaktorer som samfunnet ikke har vært nok oppmerksom på tidligere. I så måte er undersøkelsen nedslående.

Innimellom skjer det likevel at lyskasteren rettes mot noe som ligger i halvmørket. Som i de relativt mange sakene om møteulykker mellom personbiler og tungtransport som ble publisert i 2006. Mediene bidro her aktivt til å spre kunnskap om at mange slike ulykker er kamuflerte selvmord, og at dette påfører lastebilsjåførene store

traumer, til og med selvmordstanker. Initiativet til de fleste sakene lå hos Norges Lastebileier Forbund og psykiater Hans-Olav Tunesvik, som intervjuet sjåfører som har vært involvert i slike møteulykker. Da hans rapport kom på bordet, fikk den stor medieoppmerksomhet, og noen aviser fulgte opp med egne reportasjer. Vi syns dette er eksempler på samfunnstjenlig journalistikk om selvmord.

På forhånd satte vi opp noen risikofaktorer, stort sett bygd på våre egne forestillinger om hva som kan forårsake eller forklare selvmord (sykdom, spilleavhengighet, mobbing, rus, overgrep, kjønn, utsatte grupper som homofile, innvandrere/asylsøkere og de som tidligere har prøvd å ta livet sitt.)

Vi fant mediasaker som nevner alle disse faktorene. Aller mest utbredt er det å omtale medisinske faktorer i sammenheng med selvmord. I denne kategorien inngår både omtale av psykiske lidelser som kan føre til selvmord, og saker om legemidler med selvmord eller selvmordstanker som mulig bivirkning.

Selvmordsproblematikken er meget sammensatt. Det samme kan sies om pressens omtale av risiko- og årsaksfaktorene. Noen mediasaker handler for eksempel om ensomhet og at samfunnet er blitt «kaldt». Andre saker knytter selvmordsrisiko til et bredt spekter av problemer. Mange artikler nevner selvmord eller selvmordstanker nærmest i en bisetning, uten at artikkelen går nærmere inn på dette temaet. Saken handler egentlig om noe annet, det være seg alt fra dårlig ånde og stort arbeidspress til fotballtrenere som får sparken på grunn av svake resultater i elitedivisjon. For å understreke alvorret, nevner journalisten at det omtalte problemet i verste fall kan forårsake selvmordstanker eller føre til selvmord.

Den påståtte selvmordsfaren tas ikke opp på ordentlig vis.

Vår undersøkelse viser at pressen inneholder et betydelig antall slike saker som nærmest sneier innom selvmordsproblematikk i forbifarten. Det er også vanlig å benytte selvmord som kraftuttrykk, for eksempel i sportsjournalistikk og politisk journalistikk.

Kritikk, åpenhet og håp

Undersøkelsen av pressens selvmordssdekning kom til etter initiativ fra Norsk Journalistlag. Ledelsen i organisasjonen ønsket svar på om den nye Vær Varsom-plakaten ville gi mer samfunnstjenlig journalistikk om selvmord. Det finnes flere syn på hva som er samfunnstjenlig i denne sammenhengen, men de fleste ønsker en journalistikk som bryter ned tabuer og bidrar til mer åpenhet om selvmord. Mange vil også mene at journalistikken om selvmord må være kritisk, den bør avdekke kritikkverdige forhold og beskytte enkeltmennesker mot overgrep. Noen vil si at pressen bør skrive mer om selvmord som problem og mindre om enkeltsaker. Fagfolk som jobber med selvmordsforebygging framholder gjerne at mediene må formidle håp, som en viktig dimensjon ved selvmord.

Vi fant at én av ti selvmordssaker formidler håp, slik vi tolker dette. Like mange – altså en av ti saker – gir direkte uttrykk for vilje til åpenhet om selvmord. Håp og åpenhet er ikke størrelser som det er enkelt å måle. Dette fikk vi en påminnelse om etter at bladet Tromsø og VG publiserte saker om en kvinne som klatret opp på rekkverket på Tromsøbrua for å ta livet sitt, men som så ble overtalt til å komme ned igjen. De to artiklene inngår i det lille mindretall av saker som etter vår vurdering formidler håp i sammenheng med selvmord. Men de samme to artiklene ble også innklaget og dømt i Pressens Faglige Utvalg, fordi bildebruken ble oppfattet som krenkende.

Publikum er ofte uenig med pressefolk om hva som er etisk forsvarlig og hva som ikke er det. En påminnelse om dette kom i form av et leserinnlegg i bladet Tromsø noen dager etter dramaet på Tromsøbrua:

Jenta som valgte livet

Onsdag 20. september leste jeg i "Tromsø" om jenta som ombestemte seg. Den handlingen mener jeg signaliserte håp. For hun viste for alle at til tross for at hun har en vanskelig livssituasjon som presset henne langt, så fikk hun motet tilbake og valgte livet. Håper hun og alle som henne, en dag får lyst til å dele sine erfaringer, slik at stadig flere velger livet. Uansett hva hun gjør videre, håper jeg hun får et godt liv. Håpet er der – for alle...

R.

Journalistikken om selvmord er ikke mindre kritisk enn annen journalistikk. Tretti prosent av sakene fra 2006 kritiserer noen eller noe. Det gjelder for samtlige selvmordssaker, uansett tema for øvrig. Ser vi derimot bare på de sakene som handler om selvmord og psykisk helsevern, finner vi en atskillig mer kritisk holdning. Hele sju av ti slike saker har et kritisk søkelys mot noe eller noen. Mest kritikk fram-kommer i saker som omhandler konkrete selvmord med tilknytning til sykehus eller institusjoner innenfor psykisk helsevern. Den kritiske holdningen er noe mindre dominerende i saker om selvmordsforsøk og i saker som tar opp selvmord mer generelt.

Et demokrati trenger journalister som tar opp systemer som ikke fungerer og som kritiserer når fagfolk ikke fanger opp signaler som kunne ha bidratt til å forhindre selvmord. Vi vil likevel advare mot en journalistikk som automatisk oppfatter ethvert selvmord som uttrykk for svikt i behandlingsapparatet. Virkeligheten er ofte mer sammensatt enn som så. Som det står i Norsk Presseforbunds veileder for omtale av selvmord: "Vær varsom med å forenkle bakgrunnen for selvmordet. Selvmord er aldri utløst av en enkelt faktor."

Tre råd

Etter å ha studert journalistikk om selvmord i et helt år, har vi tre råd å komme med:

- 1) Vi anbefaler dialogmøter mellom politi og presse, gjerne også med helsevesenets representanter som deltakere. Verken politifolk eller journalister begynner å te seg eller snakke på nye måter, bare fordi Vær Varsom-plakaten har fått ei ny formulering. Det må brukes tid på å skape en felles forståelse av hvordan en kan nærme seg målet om mer åpenhet om selvmord i samfunnet, inkludert i politiet og i mediene.
- 2) Journalister og redaktører trenger opplæring om selvmord som tema. De må også lære om seg selv og sine egne reaksjoner i møtet med mennesker som har erfaring med selvmordsproblematikk. La gjerne mennesker dele sine erfaringer og historier med pressefolk på lokale journalistkonferanser eller under interne seminarer i redaksjonen.

- 3) En ny komité er i ferd med å gjennomgå Vær Varsom-plakaten nok en gang. Vi ser gjerne at komitémedlemmene ser på selvmordspunktet på nytt, fordi særlig den siste setningen gjør selvmordssaker enda vanskeligere å håndtere for journalister. Da vi presenterte rapporten på Norsk Journalistlags landsmøte, framholdt vi forslaget fra den forrige revisjonskomitéen som en bedre formulering: *Unngå omtale av metode og andre forhold rundt selvmordet eller selvmordsforsøket som ikke er nødvendig for å oppfylle allmenne informasjonsbehov.*

Etter å ha møtt mange pressefolk til debatt siden april, er vi i dag mer usikre på om dette vil bidra til en åpnere og mer samfunnstjenlig journalistikk om selvmord. Det finnes gode argumenter for å fjerne hele selvmordspunktet fra Vær Varsom-plakaten. De andre etiske reglene i plakaten er dekkende også for omtale av selvmord, uten at de har samme negative bieffekt som det nye selvmordspunktet har vist seg å ha.

Det blir ikke mer åpenhet rundt selvmord i mediene dersom Vær Varsom-plakaten oppleves som "farlig" eller umulig å etterleve. I så fall vil stadig nye, unge journalister oppleve kolleger som konsekvent unngår saker om selvmord og sjefer som fortsetter å skyve imaginære selvmordssaker ut av arbeidslista.



Hege Lamark og Jan-Erik Andreassen har lang erfaring som journalister fra ulike medier. De arbeider nå ved Senter for journalistikk på Høgskolen i Bodø. Under Norsk Journalistlags landsmøte i april la de fram en undersøkelse om norske mediers omtale av selvmord i 2006.

Referanser

- Lamark, Hege & Andreassen, Jan-Erik. (2007). **Selvmord i forbifarten. En undersøkelse om norske mediers omtale av selvmord i 2006.** Utredning for Norsk Journalistlag. Hentet 10.06.2007 fra www.nj.no/Landsmote/filestore/Selvmordiforbifarten.pdf
- Lamark, Hege & Morlandstø, Lisbeth. (2002). **Hederlig menneske – god journalist.** Kristiansand: IJ-forlaget.

Norsk Presseforbund: **Veileder for omtale av selvmord.** Hentet 10.06. 2007 fra http://presse.no/Pressens_Faglige_Utvalg/Veileder_for_omtale_av_selvmord/

Aarseth, Elin-Therese. (2006): **Å skrive eller ikke skrive – et essay om selvmord som journalistisk minefelt.** Semesteroppgave ved Senter for journalistikk, Høgskolen i Bodø.

Ref. forts. fra s. 15 (E.A. Fadum: *Ensomhet og selvmord*)

Kirkens SOS. (2005). **Statistikk for Kirkens SOS.** [Upubliserat arbeid]

Løgstrup, K. E. (1999). **Den etiske fordring.** Oslo: Cappelen.

Long, J. Ch and Averill, J. R. (2003). **Solitude: An exploration of benefits of being alone.** Journal for the Theory of Social Behaviour, 331, 21-44.

Motto, J. A. & Bostrom, A. G. (2001). **A randomized controlled trial of postcrisis suicide prevention.** Psychiatric Services, 52, 828-833.

Nilsson, B. (2004). **Savnets tone i ensomhetens melodi.** Åbo: Åbo Akademis förlag.

Pierce, L. L., Wilkinson, L. K., & Anderson, J. (2003). **Analysis of the concept of aloneness. As applied to older women being treated for depression.** Journal of Gerontological Nursing, 29, 20-25.

Retterstøl, N., Ekeberg, Ø., & Mehlum, L. (2002). **Selvmord - et personlig og samfunnsmessig problem.** Oslo: Gyldendal Akademisk.

Rokach, A. & Brock, H. (1998). **Coping with loneliness.** The Journal of Psychology, 132, 107-127.

Rokach, A. (1990). **Surviving and coping with loneliness.** Journal of Psychology, 124, 39-54.

Rossow, I. (2004). **Suicidal atferd - endringer fra 1992 til 2002.** Tidsskrift for ungdomsforskning, 4, 77-85.

Stravynski, A. & Boyer, R. (2001). **Loneliness in relation to suicide ideation and parasuicide: a population-wide study.** Suicide Life Threat.Behav., 31, 32-40.

Thorsen, K. (2005). **Ensomhet blant eldre, selvmordsrisiko og utfordringer.** Suicidologi, 10, 4-10.

Vijayakumar, L. (2002). **Religion - en beskyttende faktor ved selvmord.** Suicidologi, 2, 9-12.

Yalom, I. D. (2000). **Eksistentiel psykoterapi.** København: Hans Reitzels forlag.