

Mediedekningen av Robin Williams' selvmord:

Hvordan unngå å ta livet av dine lesere

Ved Mary Hamilton

I går, da jeg var på vei til jobben, kom nyhetene om at skuespilleren Robin Williams var blitt funnet død i sin leilighet og at man antok at det dreide seg om selvmord. I dag, da jeg våknet om morgenen, var avisenes forsider fulle av dette stoffet. Avisene The Sun og The Metro hadde bestemt seg for å gå ut med detaljer om hvordan Williams hadde tatt sitt eget liv, mens The Mail og The Mirror fokuserte på årsakene til selvmordet. Alle fire avisene ignorerte fullstendig retningslinjene fra The Samaritans om hvordan man bør omtale selvmord i massemediene, der det heter at "sårbare personer kan bli påvirket av medieomtale av selvmord til å iverksette imiterende selvmordsadferd, spesielt hvis omtalen er omfattende, på fremtredende plass, sensasjonspreget og/eller eksplisitt beskriver selvmordsmetoden".

La oss være veldig tydelige; dette er ikke en hypotetisk fare. En systematisk gjennomgang av nesten hundre studier på verdensbasis har påvist en sterk og konsistent sammenheng mellom visse

typer av mediaomtale og økt risiko for selvmord blant sårbare personer. Selvmordene ved Bridgend i Wales er kjent for de fleste engelske journalister som et eksempel på hvordan mediene kan gjøre ting verre.

Mediene i Storbritannia ser i denne saken ut til å ha blitt inspirert av den amerikanske rettsmedisineren som offentliggjorde en ganske stor mengde detaljert informasjon om Williams' dødsfall – langt mer enn vi sannsynligvis ville fått fra en britisk rettsmedisiner. Men britiske medier har likevel en plikt ovenfor sine lesere til kritisk å gjennomgå og filtrere den informasjonen de får. De amerikanske mediene har skapt akkurat like store risikoer ved å rapportere om disse detaljene så fullstendig som de britiske mediene har gjort.

Storbritannia har man skåret sterkt ned på budsjettene til allerede overbelastede psykiatriske helsetjenester, samtidig som man har iverksatt en økonomisk velferdspolitik som har fjernet

mye penger fra de fattigste og tvunget mennesker som ikke er friske til å forsøke å arbeide til tross for funksjonshemninger som gjør det umulig for dem å gjøre dette på en trygg måte. En befolkning som allerede er sårbar er i ferd med å bli gjort enda mer sårbar på grunn av manglende tilgang til behandling og økonomisk støtte. Storbritannia er i ferd med å komme inn i en akutt psykisk helsekrise. Denne konteksten er viktig for den aktuelle situasjonen vi snakker om.

Årsaken til at massemediene ikke bør omtale selvmordsmetoder, er at slik kunnskap kan bevege noen fra å være passivt suicidale til å få en aktiv selvmordsplan. Kunnskap om hvor høyt noen hoppet, hvilke knuter som ble brukt ved hengning, hvilke medikamenter som ble inntatt eller hvilke barberblad man brukte, kan gi suicidale personer kunnskap om hvordan de skal utføre handlingen, hvordan de skal gå fram for å gjøre tankene som befinner seg i den hypotetiske sfære om til tanker som handler om den virkelige verden.



Selvsagt kan suicidale personer skaffe seg denne informasjonen ved å bruke Google, men det krever i så fall en viljehandling fra deres side. Denne handlingen representerer en barriere, et øyeblikk der man kan komme til å tenke over hva man faktisk gjør og vurdere andre muligheter. På Google er det også plassert krisetelefonnummere på fremtredende plass i søkeresultater. Dette er mer enn det noen av massemediene gjør når de rapporterer om selvmord. Når avisene tapetserer kunnskap om selvmordsmetoder på vegger og steder der man ferdes på vei til jobben, i det lokale supermarkedet eller på T-banen, fjerner de barrierene mot selvmord fullstendig. Budskapet er: Dette er hvordan du mest mulig effektivt kan ta livet av deg selv.

Selv om de ikke inneholder trinn-for-trinn-instruksjoner om hvordan man kan ta livet av seg selv, vil en vegg av avisforsider som knytter selvmord til en helt spesifikk årsak kunne gi en suicidal person en tankemessig ryggdekning for at selvmord er en fornuftmessig respons. Men selvmordstanker er for mange mennesker et tidsbegrenset problem, og det å distrahere seg bort fra tankene er en valid og fornuftig respons og av og til den eneste måten å unngå å handle på selvmordsimpulsene. Men det er vanskelig å opprettholde denne distraksjonen når en kjendis dør på denne måten, og det er enda vanskeligere når mediene ser ut til å kjøpe tanken om at for eksempel økonomiske problemer er en god grunn til å ta sitt eget liv.

At man søker etter mening og prøver å finne en rasjonell forklaring på hva som har skjedd er uunngåelig i forhold til selvmord. Men reduksjonistiske fremstillinger kan skade etterlatte familier ved å faktisk påstå at det var noe de etterlatte skulle ha gjort for å endre problemene. Disse historiene kan også fortelle suicidale lesere at det er mange gode grunner til å ønske å dø, og på

denne måten forsterker de også den beske logikken i akutt depresjon. Om du er aldri så velmenende i dine forsøk på å skrive medfølelse om en avdød, kan dette bli effekten av hva du uttrykker.

Den andre siden av denne saken i forhold til mediens omtale av Robin Williams' selvmord, er en rekke artikler som knytter hans komiske geni til hans depresjon og rusproblemer. Men han var brilliant på tross av sine psykiske problemer, ikke på grunn av dem. I slike saker søker vi ofte desperat etter en gnist av håp eller en positiv vinkling, og finner den kanskje i tanken om at hans geni bare kunne eksistere ved siden av hans tristhet. Men uten hans geni ville likevel galskapen gjenstå, og uten hans galskap ville kanskje det geniale ved Williams ha kunnet stråle så mye klarere. Du kan være et geni uten å være deprimert, og de som ikke har en alvorlig sykdom får som regel utført og utrettet mye mer og lever mye lengre liv enn de som er syke. Det eksisterer en underlig tvetydighet omkring tanken om "det gale geniet" som gir næring til folks angst for å søke behandling. Hva om jeg ikke lenger er meg selv uten depresjonen? Hva om jeg mister den kreative gnisten? Hva om jeg mister det siste av det som gjør livet mulig?

Til tross for vår frykt, som ikke alltid er ubegrunnet, for at behandlingen ikke vil virke eller kanskje vil være skadelig, er det likevel vår utfordring og vår byrde å søke hjelp og behandling, vi som lider av psykiske problemer. Man sier at vi skal snakke mer om depresjon, selv om det å snakke er det siste en deprimert person ønsker eller føler seg i stand til å gjøre, og selv om de fleste ikke er interessert i å høre. Vi blir bedt om å søke hjelp når hjelpen i virkeligheten ofte er utilgjengelig.

Sist gang jeg trengte behandling, tok det tolv måneder å få en time. Det var før den økonomiske krisen vi er inne i nå.

Jeg kan ikke forestille meg hvordan jeg skulle klare å krysse de barrierene som finnes for å kunne få hjelp i det offentlige helsevesenet hvis jeg var suicidal i dag, til tross for min stilling som relativt velstående og med kunnskap, innsikt og tilgang. Det er sannsynlig at Robin Williams klarte å skaffe den hjelpen han trengte, men det var ikke nok. Det er mange mennesker det ikke er nok for. Mange mennesker dør til tross for utmerket behandling. Vi trenger mer forskning, flere behandlingsmuligheter og vi trenger en revolusjon i psykisk helsevern. Men det vi får er avisforsider som gjør vår sykdom verre.

I bunn og grunn bryr mediene seg ikke om retningslinjer for hvordan selvmord skal omtales. Mediene bryr seg ikke om de menneskene som de burde ha beskyttet. Psykisk syke mennesker fremstilles som hovedsakelig to typer: de begavede og brillante for hvem døden er en unngåelig del av deres geni, og de fattige og underprivilegerte hvis død er irrelevant hvis den ikke er knyttet til en annen interessant historie. Mediene bryr seg ikke om at vi dør hvis vi ikke er berømte. Men hvis vi er det, så vil de noen ganger fremstille grufulle detaljer, uansett hvordan dette kan påvirke de av oss som fortsatt lever, som fortsatt kjemper og som fortsatt leser avisene og prøver å bevare håpet hver dag. Betyr det egentlig noe om noen flere tar livet sitt de nærmeste ukene? De var deprimerte. Det var ingenting noen kunne ha gjort.

Oversatt fra engelsk av Lars Mehlum



Mary Hamilton er en uavhengig skribent, spilldesigner og redaktør som bor i London, England. Artikkelen ble opprinnelig publisert på hennes blogg maryhamilton.co.uk