

Internetas ir savižudybės. Koks tarp jų ryšys?

IV-oji kasmetinė Vilniaus traumų psichologijos konferencija
Psichologinės traumos ir savižudiška elgesys besikeičiančioje visuomenėje

Jonas Eimontas
Vilniaus universitetas

Planas

- Internetas Lietuvoje
- Savižudybės Lietuvoje
- Internetas ir savižudybių rizika
- Internetas ir savižudybių prevencija
- Apibendrinimas

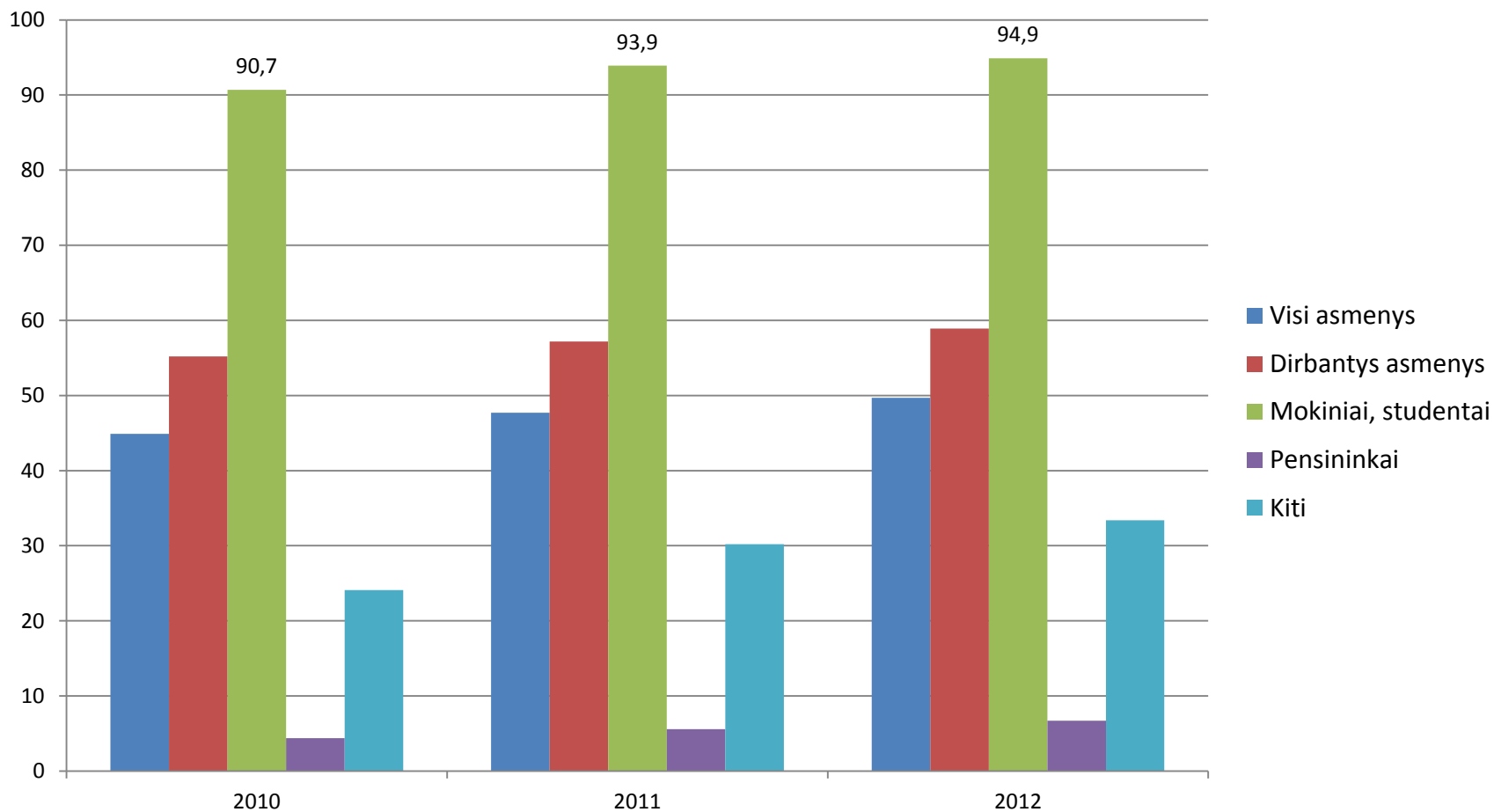
Internetas

- **Internetas** (angl. *internet*) – pasaulinis kompiuterių tinklas, jungiantis visuotinius ir vietinius kompiuterių tinklus.
- **Socialinės medijos** (angl. *social media*) – tai internetiniai dariniai, kurie leidžia žmonėms lengvai sukurti, patalpinti ir paskleisti informaciją.

Internetas Lietuvoje

- Interneto paplitimas Lietuvoje
- Interneto naudotojai

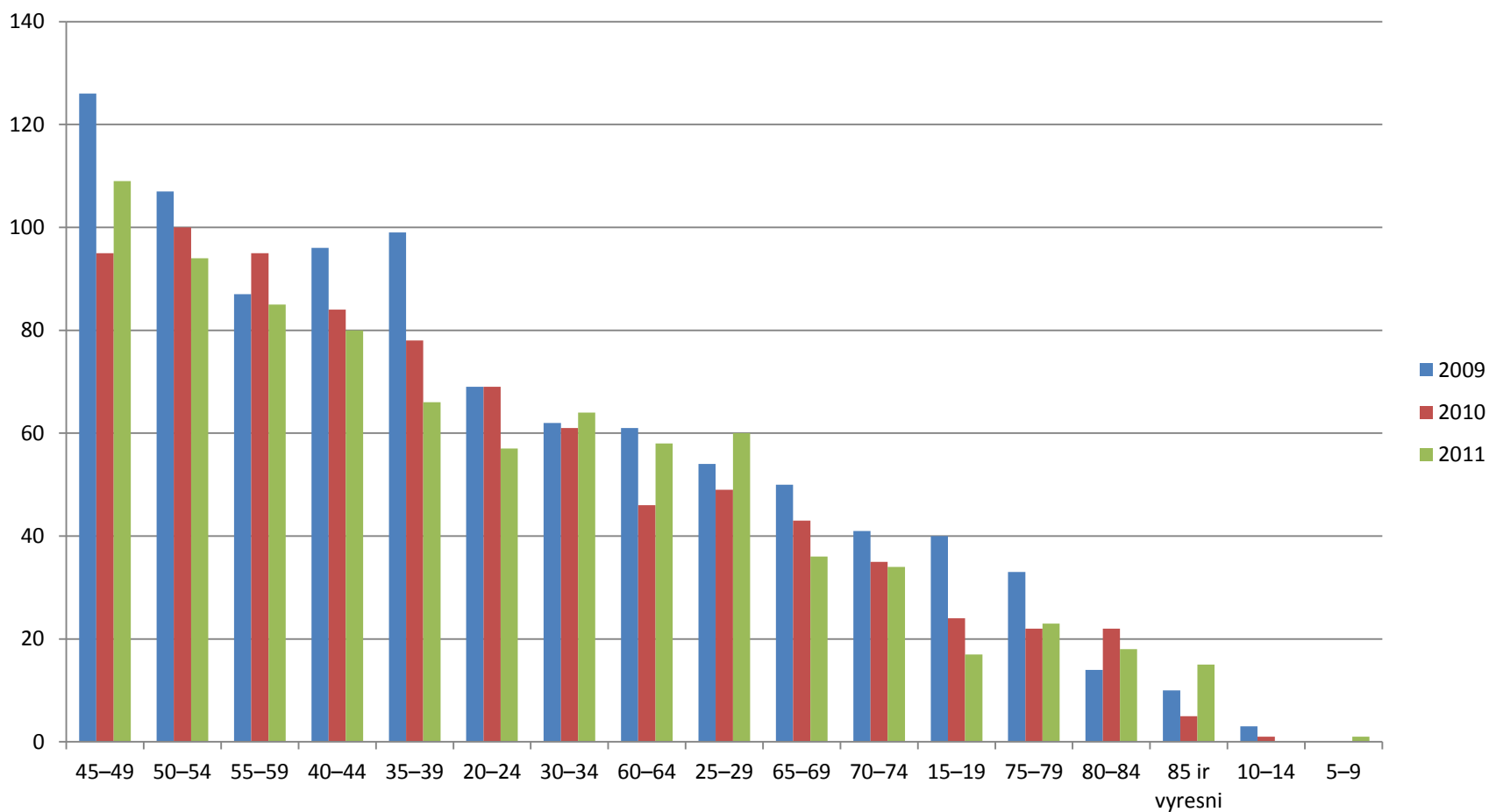
Žmonės naudojantis internetu kasdien per pastaruosius tris mėnesius pagal socialinę – ekonominę grupę (Lietuvos statistikos departamento duomenys, 2013)



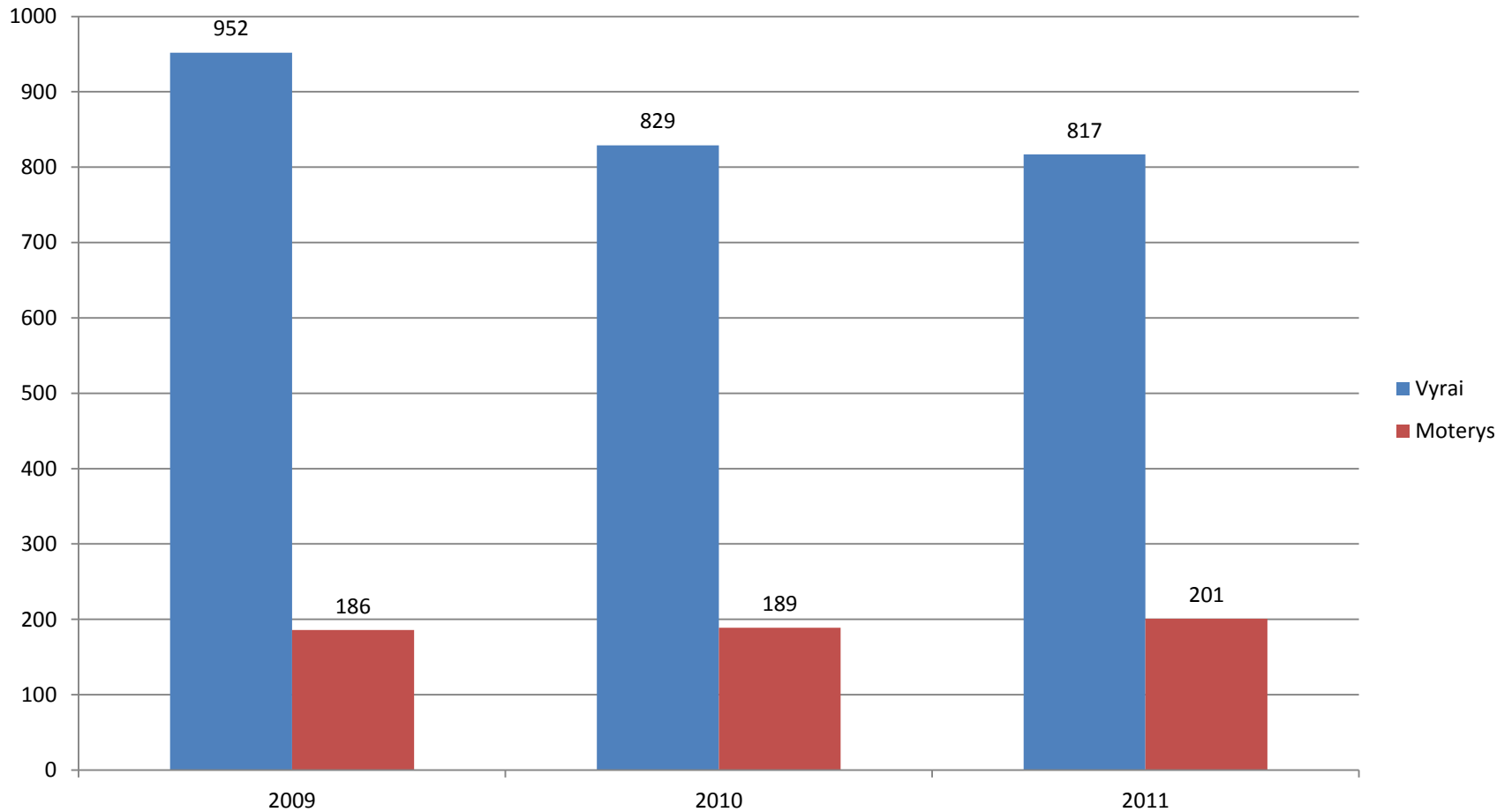
Savižudybės Lietuvoje

- Savižudybių statistika Lietuvoje 2009 – 2011 metais pagal amžių, lytį.

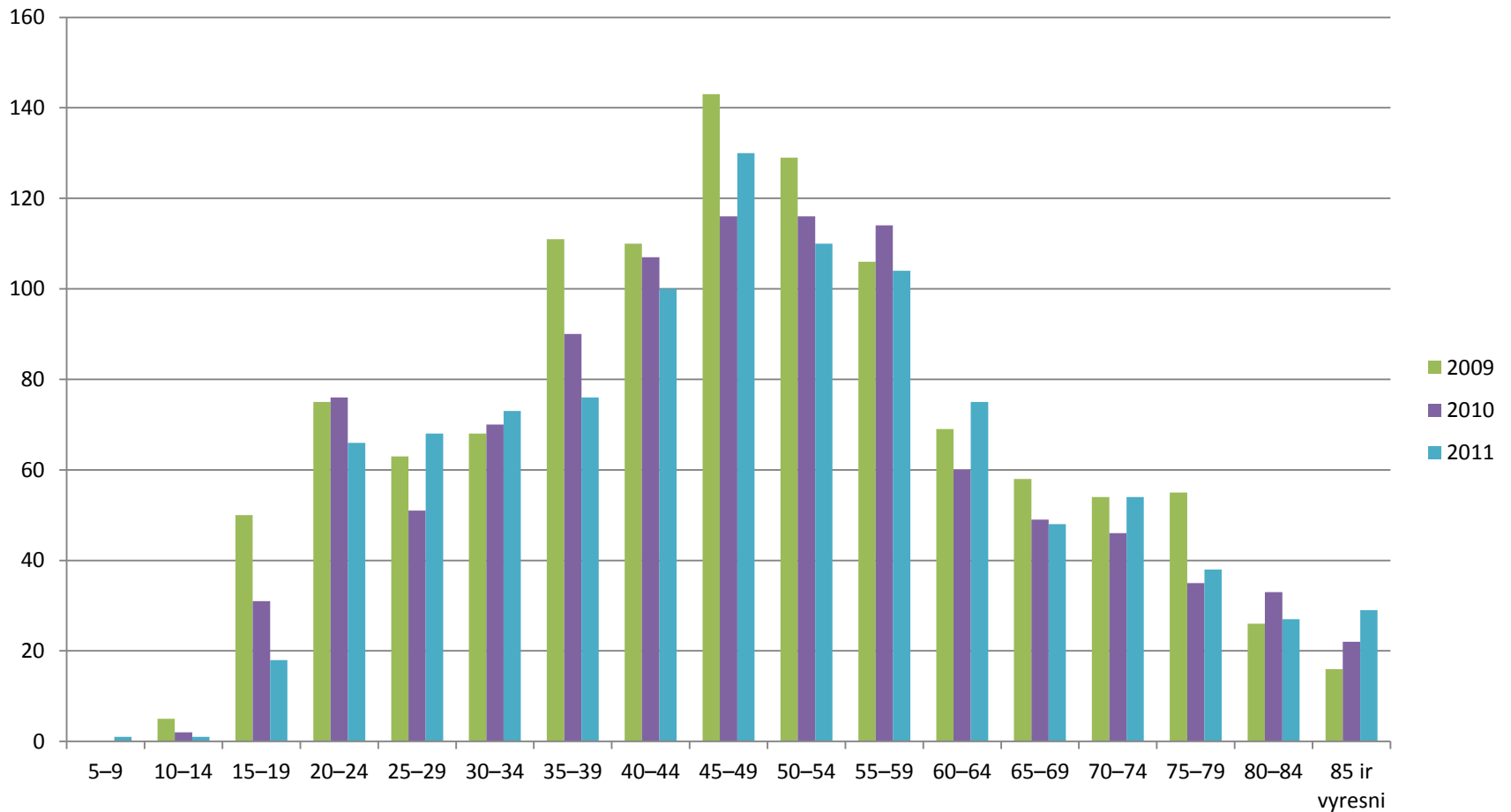
Vyrų savižudybės Lietuvoje 2009 – 2011 metais pagal amžiaus grupes (Lietuvos statistikos departamento duomenys, 2013)



Vyrų ir moterų savižudybės Lietuvoje 2009 – 2011 metais (Lietuvos statistikos departamento duomenys, 2013)



Savižudybės Lietuvoje 2009 – 2011 metais pagal amžiaus grupes (Lietuvos statistikos departamento duomenys, 2013)



Informacijos apie savižudybes prieinamumas internete

M. Graham 1998 metų tyrimas: Yahoo paieškos sistemoje įvesta *suicide*. Rasta 219 tinklalapių.

2013 m. Google paieškos sistemoje įvesta *suicide*. Rasta 226 000 000 rezultatų.

Biddle ir kt. (2008) atliko sistemingą tinklalapių paiešką panaudodami 12 su savižudybe susijusių terminų, tam, kad galėtų simuliuoti tipišką informacijos apie savižudybes ieškančio žmogaus paiešką:

maždaug 50 proc. tinklalapių buvo prosuicidinės orientacijos ir/arba pateikiantys faktinę informaciją apie savižudybę.

Recupero ir kt. (2008):

31 proc. neutralūs, 29 proc. antisuicidiniai, 11 proc. prosuicidiniai.

Internetas ir savižudybės

PAIEŠKOS FRAZĖ	REZULTATAS
Kaip nusižudyti	3 580 000
Nusižudyti	3 020 000
Noriu mirti	1 950 000
Noriu nusižudyti	213 000
Savižudybės metodai	193 000
Savižudybė	189 000
Nusižudysiu	93 800
Savižudybės būdai	72 300

Neigiama socialinių medijų įtaka savižudiškam elgesiui

- Patyčios internete.
- Imitacijos efektas.
- Savižudybės paktas.
- Instrukcijos kaip nusižudyti.
- Savižudybės normalizavimas. Teigiamos nuostatos į savižudybę formavimas.
- Diskusijų forumai, blogai

Patyčios internete

Paauglės dramą narplios teismas

Nustatyta, kad iš pradžių paauglės susikibo viename jau nugriautame vadinamojo Kosmonautų mikrorajono angare. Ten vieną 2007–ųjų liepos dieną susirinko apie 10 Jonavos paauglių. Šį kartą žiūrovų dirbtinai kurstytas incidentas buvo filmuojamas. Vėliau jo vaizdai išplatinti internete.

Po dviejų mėnesių 15-metės vėl aiškinosi santykius prie Varnutės upelio tvenkinių. Bėgdama nuo paskui ją besivelkančio patyčių šleifo, B.Ramaškaitė vėl buvo pakeitusi mokyklą – perėjusi į Jonavos Senamiesčio gimnaziją. Šis santykių aiškinimasis baigėsi jai surengta masine egzekucija, kurią stebėjo apie 20 žiūrovų. Iš pralaimėjusios dvikovą merginos buvo visaip tyčiojama. Ir vėl viskas buvo filmuojama, o 15-metę žeminantys vaizdai išplatinti internete. Prabėgus dviem mėnesiams nepilnametė nusižudė.

Greta Čižiniauskaitė, *Paauglės dramą narplios teismas* (2010 01 20):

<http://www.15min.lt/naujiena/aktualu/nusikaltimaiirnelaimes/paaugles-drama-narplios-teismas-59-80581>

Internetinis savižudybės paktas

Internetinis savižudybės paktas – tai susitarimas nusižudyti tarp 2 ar daugiau žmonių, dažniausiai tam tikru sutartu laiku ir dažnai tuo pačiu mirtinu būdu (Rajagopal, 2004).

Instrukcijos kaip nusižudyti

- Vaistai internetinėse parduotuvėse.
- 208 iš 220 bandymų žudyti vandenilio dujomis Japonijoje 2008 metais baigėsi mirtimi (Morii ir kt., 2011).

Savižudybė tiesioginiame eteryje

- Jaunuolis nusižudė tiesioginiame interneto eteryje, kai tuo metu įjungta kamera jo agoniją transliavo 1500 žmonių.
- Abrahamas K Biggsas, 19 metų jaunuolis iš Floridos, perdozavo vaistų, prieš tai pasirūpinęs, kad šią „ceremoniją“ pamatytų interneto svetainės Justin.tv lankytojai.
- Policijos duomenimis, kai kurie stebėtojai iš pradžių netgi skatino jį nusižudyti, manydami, kad vaikas juokauja. Tik po to, kai Abrahamas nejudėdamas (kamerai tebetransliuojant vaizdą) pragulėjo keletą valandų, kai kurie incidento liudytojai patikėjo įvykio rimtumu ir iškvietė policiją. Pareigūnai įsiveržė į vaikino kambarį ir rado jį lovoje negyvą. Tuo metu kamera vis dar veikė ir vaizdą transliavo tūkstančiams žmonių.
- Abrahamas apie planuojamą savižudybę pranešė iš anksto: parašė keletą žinučių viename, o atsisveikinimo laišką patalpino kitame interneto forume. Jame jis atskleidė, kiek vaistų žada išgerti ir kodėl ryžosi šiam žingsniui. Anot vaikino, jis nuolat jautėsi nevykėliu: „Aš – šiknius. Visus nuvyčiau ir jaučiu, kad niekada nepasikeisiu bei nepagerinsiu esamos padėties. Esu įsimylėjęs merginą, bet žinau, kad nesu jos vertas. Įsitikinau, kad mano gyvenimas nieko vertas – kad ir kaip besistengčiau, vistiek „susimaunu“.
- Vaikinas anksčiau jau ne kartą žadėjo nusižudyti, todėl minėtos interneto svetainės moderatoriai j dar vieną tokį pažadą pažiūrėjo pro pirštus.
- Nors savižudybės vaizdo įrašas iš Justin.tv svetainės buvo išimtas, daugybė trumpų vaizdo klipų ir paveikslėlių plačiai paplito po internetą.

http://www.alfa.lt/straipsnis/10237721/Tiesioginiame.interneto.eteryje.nusizude.jaunuolis=2008-11-21_13-03/#ixzz2NRqsiGLx

Diskusijų forumai, blogai

- Kelia grėsmę pažeidžiamoms grupėms, darydami įtaka apsisprendimui mirti nuo savižudybės (Biddle ir kt., 2008; Dunlop ir kt., 2011).
- Galiausiai toks bendravimas gali sumažinti abejonių ar baimių žmonėms, kurie yra ambivalentiškai dėl savižudybės.

Iš blogo

2010-01-04 22:07

SAVIŽUDĖ/atsiprašau.išeinu

Jaučiuosi sumautai. Ne, pagaliau dėl to nekaltas niekas. Dėl to kalta tik aš. nežinau kodėl darau tiek blogo aplinkiniams. Jie į mane deda tiek vilčių, tiek pasitikėjimo.

 [1 komentaras](#)

Ir gaila, kad tik tada, kai jie atveria man akis, tik tada aš pastebiu kiek prarandu ir kiek jie dėl manęs prisikenčia. Tarkim aš darau blogą sau. Ne kitiems, bet sau. Jiems vis vien skaudu. Jie duoda man užuominų, duoda man „paskutinį kartą“, kurį aš vis sugriaunu.

Ir žinau, kad pasitikėjimo vis mažėja. Mažėja. Bet didėja mano noras nebegyventi. Nebedaryti blogo tiems, kuriuos myliu labiau už viską pasaulyje kartu sudėjus. Tiems, kuriuos vertinu labiausiai šiam pasauly. Kurie man leidžia įkvėpti kartais daug daug sąžinės jausmo ir iškvėpti visą melą.

Ir **atsiprašau**, kad darau blogą, bet turbūt aš ir esu BLOGA. Turbūt esu blogis. Blogis, kuris kartais atsiskleidžia visomis galimomis galimybėmis. Ir aš nebepajėgiu kovoti su juo. Aš esu per daug silpna tam.

Ir kai atsitinka kažkoks dalykas, kuris priverčia tramdyti tavo ašaras, kai atsitinka tai, kas atrodo visiškai vaikiška, bet tau nuo jo pasidaro bloga. Tu sulaikai kvėpavimą, visas aplinkui sustoja ir tada...tada prasideda minčių lietus ir tu primąstai kiek tu DAUG padaręs ir kiek BEGALO daug norėtum ištaisyti. Bet yra vienas BET tu to negali padaryti. Tiesiog nesugebi.

O žmonės pamažu nusigręžia nuo tavęs. Nusika ir nuleidžia galvas, o tu prisimeni kokie jie svarbūs tau yra ir koks tu svarbus jiems BUVAI.

Kai kurios klaidos nebeištaisomos, kad ir kaip norėtusi. Kai kurios klaidos tave traumuos visą gyvenimą.

Iš blogo

Džiaugiuosi, kad maniškė ne tokia. Ir gerai visi sako : reikia duoti ANTRĄ ŠANSA. Bet aš tų šansų turėjau jau gal PENKIS , bet visada susimaunu. Toje pačioje vietoje, nes po velniais, aš nesu stipri.

Nesu stipri ir bijau, kad tai mato kiti. Dabar bijau verkti. Šiuo metu mano akyse pilna ledinių ašarų, bet aš bijau jas paleisti. Bijau, nes tada prasidės audra. Ašaros, isterija, daug klausimų ir daug klaidų. Klaidų, kurių **AŠ NEGALĖSIU IŠTAISYTI**. Dabar jaučiu, kaip ašaros nebegali susivaldyti. Bet aš bandau.

SAVIŽUDYBĖ. Mačiau reklamą, kad jei vaikas prasitaria apie savizudybę, reikia **PAKALBĖTI SU JUO APIE TAI**.

O aš noriu nusizudyti. Šiuo metu tai pats geriausias mano sprendimas. Pats teisingiausias, nes jau geriau nepatirsiu tai, ką dabar jaučiu..Tai per daug **s u n k u**.

Prašau pagalbos, nes manau, jog man nebegali padėti niekas..tik tie, ką įskaudinau, arba peilis;virvė;mašina;anything kas gali padėt išeit..

Žinau, kad prirašiau daug. Daug, bet negaliu nustoti. Atrodo, kai tik nebeliesiu klaviatūros, mano akys praplatės ir ašarų upeliai, audra, viskas susilies..pratrūksiu ir...ir..

Ir nors skaito tai nepažįstami, viliuosi , kad šį kartą tai pasieks tuos, kuriuos myliu ir kam šis įrašas skirtas.

AŠ ATSSIPRAŠAU. MYLIU. IR VELNIŠKAI ATSSIPRAŠAU.like always. Ir jei galima, nesmerkit manęs. **ATSSIPRAŠAU**.

Išeisiu.

Iš blogo

Klaida - mirti.
Gyvenk.

Indrė

2011-03-25 16:10

Senai berašei, tikiuosi dar gyveni. :) Ir gyveni nuostabų gyvenimą. Gaila, anksčiau nepamačiau šito, būtent tokią dieną mano nuotaika buvo lygiai tokia pati.. Aišku ir tebėra..

valdas

2013-02-15 10:18

prieš daugeliu metų buvau ties riba, gelbejau save kaip mokėjau, geriausiai padėjo intensyvus fizinis darbas, dabar tik juokas ima, bučiau išėjęs, kiek skausmo bučiau uždėjęs tėvams, ir kitiems mane mylintiems žmonėms. Kas šiandien atrodo nepakeliama, po kažkiek laiko atrodis labai lengva, prieš išeidami surinkit pagalbos tel.nr., mane tai sustsbdė.

Be gyvenimo

2013-03-12 16:03

Pats irgi tam ruošiuos

jonas

2013-03-12 18:29

sveiki,

Labai daugu galvoju apie savizudybe, gal atsirastu norinciu kartu taip padaryti. Gal turit minciu kaip tai padaryti kad nebutu taip skaudu artimiesiems, kad atrodydu kaip nelaimingas atsitikimas.

Internetas ir savižudybių prevencija

- Pagalbos linijos socialiniuose tinklalapiuose
- YouTube prevenciniai vaizdo įrašai
- Paieškos sistemos
- Specialios programėlės

Pagalbos linijos socialiniuose tinklalapiuose

- National Suicide Prevention Lifeline Facebook puslapis 2011 lapkritį turėjo daugiau nei 29 300 gerbėjų
- American Foundation for Suicide Prevention daugiau 77 200 gerbėjų (Luxton ir kt., 2012).
- „Jaunimo linija“ turi 817 gerbėjų Facebook puslapyje.
- „Vaikų linija“ virš 1300 gerbėjų.

YouTube prevenciniai vaizdo įrašai

- Organizacijų iniciatyva.
- National suicide prevention lifeline. „The Terry Wise Story: a suicide attempt survivor“
- Asmeninė iniciatyva.

ClickCEOP

Advice.. Help.. Report..



Apibendrinimas

- Internetas įgalino informacijos sklaidą realiu laiku tarp galutinių naudotojų.
- Kol kas trūksta tyrimų geriau paaiškinančių, kokią tiesioginę įtaką savižudiškam elgesiui turi socialinės medijos.
- Socialinės medijos gali prisidėti prie didėjančios savižudiško elgesio rizikos.
- Socialinės medijos gali būti sėkmingai panaudojamos savižudybių prevencijoje.

Ačiū už dėmesį!