

Halszka Witkowska

# *Samobójstwo* w kulturze dzisiejszej

Listy samobójców jako gatunek wypowiedzi i fakt kulturowy



Recenzenci

*Dr hab. Adam Czabański*

*Dr hab. Filip Mazurkiewicz, prof. UŚ*

Redaktor prowadzący

*Małgorzata Yamazaki*

Redakcja

*Grażyna Polkowska-Nowak*

Redakcja techniczna

*Maryla Broda*

Korekta

*Grażyna Ćwietkow-Góralna*

Indeksy

*Zofia Głowicka*

Projekt okładki i stron tytułowych

*Konstancja Szymacha*

Ilustracja na okładce

*Rafał Leszczyński*

Skład i łamanie

*Marcin Szczęśniak*

Publikacja dofinansowana przez Wydział „Artes Liberales” Uniwersytetu Warszawskiego

© Copyright by Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa 2021

Halszka Witkowska ORCID 0000-0001-7950-5877

ISBN 978-83-235-4687-0 (druk)    ISBN 978-83-235-4695-5 (pdf online)

ISBN 978-83-235-4703-7 (e-pub)    ISBN 978-83-235-4711-2 (mobi)

Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego

00-497 Warszawa, ul. Nowy Świat 4

e-mail: [wuw@uw.edu.pl](mailto:wuw@uw.edu.pl)

księgarnia internetowa: [www.wuw.pl](http://www.wuw.pl)

Wydanie 1, Warszawa 2021

Druk i oprawa:

# Spis treści

Uwagi wstępne .....	11
---------------------	----

## Część I. Wprowadzenie

### Rozdział 1

<b>Samobójstwo i list samobójcy – definicje, statystyki, typologia .....</b>	<b>19</b>
1.1. Definicje .....	19
1.2. Typologia zachowań samobójczych – podstawowe teorie .....	23
1.3. Statystyki zachowań samobójczych w Polsce i na świecie – skala zjawiska .....	27
1.3.1. Świat .....	27
1.3.2. Polska .....	29
1.4. List samobójcy – definicja i częstotliwość zjawiska .....	30

### Rozdział 2

<b>Historia badań listu pożegnalnego .....</b>	<b>36</b>
2.1. Badania polskie .....	36
2.2. Badania zagraniczne .....	40

### Rozdział 3

<b>List samobójcy jako fakt kulturowy i gatunek wypowiedzi .....</b>	<b>54</b>
3.1. Samobójstwo jako fakt kulturowy .....	54
3.2. List samobójcy jako fakt kulturowy .....	63
3.3. List samobójcy jako gatunek wypowiedzi .....	72

## Część II. Autentyczne zapisy tekstów samobójców

### Rozdział 4

<b>Struktura tekstu w listach samobójców .....</b>	<b>79</b>
--	-----------

### Rozdział 5

<b>Monolog ostateczny .....</b>	<b>88</b>
---------------------------------	-----------

Rozdział 6	
<b>List samobójcy jako wypowiedź performatywna</b>	101
Rozdział 7	
<b>Samobójca i jego świadectwo</b>	125
7.1. Sytuacja graniczna	126
7.2. Sytuacja graniczna – końcowy akt czy część procesu?	127
7.3. Samobójstwo to samotna podróż	129
7.4. Społeczna izolacja samobójcy	131
7.5. Samobójca i morderca	132
7.6. Obrzęd przejścia i pojęcie liminalności	133
7.7. Liminalność w problematyce suicydalnej	134
7.8. Gdzie jest miejsce dla samobójcy?	135
7.9. Świadectwo	137
Rozdział 8	
<b>Funkcje tekstu pożegnalnego</b>	141
8.1. Strategia pierwsza – nadawca używający funkcji	143
8.2. Strategia druga – nadawca rozwijający użyte funkcje	147
8.3. Znaczenia funkcji tekstu pożegnalnego dla zrozumienia celu zapisu	150
<b>Część III. List samobójcy w kulturze</b>	
Rozdział 9	
<b>Obraz samobójstwa we współczesnej kulturze masowej</b>	155
Rozdział 10	
<b>Obraz listu pożegnalnego i samobójcy w filmie fabularnym</b>	169
10.1. Samobójstwo jako temat filmowy	172
10.2. <i>Weronika postanawia umrzeć</i>	174
10.3. <i>Skazani na Shawshank</i>	178
10.4. <i>Trzy billboardy za Ebbing, Missouri</i>	180
10.5. Jak piszą filmowi samobójcy?	183
10.6. Podsumowanie – samobójstwo jako triada	186
Rozdział 11	
<b>Samobójca i list pożegnalny w literaturze</b>	188
11.1. Samobójcy wymagani i ich listy	192
11.2. <i>List N.N.</i>	194
11.3. Listy Wertera	198
11.4. List Kokorina	208
11.5. Listy bohaterów literackich w porównaniu z autentycznymi zapisami samobójców	214

---

Rozdział 12	
<b>Listy samobójców w Internecie</b> .....	219
12.1. Zagrożenia i nowe możliwości .....	219
12.2. E-pożegnanie i listy samobójców .....	232
12.2.1. Metodologia badawcza .....	232
12.2.2. E-pożegnanie – opis zjawiska .....	233
12.2.3. Strony zawierające przykłady listów pożegnalnych .....	237
12.2.4. Fora internetowe .....	240
12.2.5. Portale: Facebook, Instagram, Tumblr, Twitter, YouTube .....	246
12.2.6. Prywatne blogi .....	251
12.2.7. Strony publikujące poezję i opowiadania .....	254
12.2.8. Doniesienia prasowe .....	260
12.3. Wnioski .....	265

## Część IV. Zakończenie

Rozdział 13	
<b>Kilka słów o samobójstwie..., czyli różnica między narracją a relacją</b> .....	271
13.1. Śmierci nie ma .....	272
13.2. Narracja o samobójstwie .....	273
13.3. List pożegnalny jako relacja .....	275
<b>Podsumowanie</b> .....	277
<b>Bibliografia</b> .....	278
Źródła analizowane .....	278
Źródła wykorzystane .....	279
<b>Spis załączników</b> .....	290
Autentyczne listy z akt prokuratur warszawskich (skany) .....	290
Przykłady wątków suicydalnych w Internecie (zrzuty z ekranu) .....	291
<b>Załączniki</b> .....	293
<b>Indeks nazwisk</b> .....	359
<b>Indeks rzeczowy</b> .....	365

## Rozdział 12

### Listy samobójców w Internecie

#### 12.1. Zagrożenia i nowe możliwości

Światowa suycydologia stanęła w XXI wieku u progu nowego wyzwania, jakim jest Internet i umieszczane w nim treści o tematyce suicydalnej. Problem ten podnoszą badacze z dziedziny psychologii, socjologii, prawa czy zdrowia publicznego; mimo różnych perspektyw zgodnie przyznają, że Internet niesie ze sobą zarówno zagrożenie, jak i nowe możliwości profilaktyki samobójstw:

Ogólny potencjał Internetu, umożliwianie ludziom dostępu do informacji na temat form samopomocy w różnych schorzeniach i problemach, jak też otwieranie dzięki temu medium szans na prewencję samobójstw, ostatecznie ocenia się pozytywnie, ale opinie na temat niebezpieczeństw i korzyści forów samobójczych są mieszane i wyraźnie dominują w nich głosy zaniepokojenia<sup>1</sup>.

Wśród pozytywnych możliwości, jakie daje przestrzeń Internetu w zakresie rozwoju profilaktyki samobójstw, wymieniane są: strony oferujące wsparcie psychologiczne, fora prowadzone przez specjalistów, anonimowe czaty obsługiwane przez terapeutów, interaktywne kampanie społeczne, ogólnodostępne strony z informacjami z zakresu prewencji samobójstw<sup>2</sup> czy możliwość reagowania w przypadku niepokojących zachowań użytkowników portali społecznościowych<sup>3</sup>. Możliwość pomocy jest nie tylko szybka, ale także bezpłatna i anonimowa:

---

<sup>1</sup> C. Eichenberg, *Internet message boards for suicidal people: A typology of users*, „Cyberpsychology & Behavior” 2008, t. 11, z. 1, s. 107–116, przeł. R. Kuczyński.

<sup>2</sup> K. Rosa, P. Krzywania, *Ekspozycja zachowań samobójczych w sieci. Analiza stron internetowych*, w: K. Rosa, A. Czabański (red.), *Percepcja zachowań samobójczych. Między opiniami a doświadczeniem*, Kraków 2014, s. 271–273.

<sup>3</sup> A. Gawliński, *Namowa lub pomoc w samobójstwie. Aspekty kryminalistyczne i kryminologiczne*, Olsztynek 2017, s. 216–219.

Jak wykazuje analiza zasobów internetowych, wśród blogów istnieje też wiele takich funkcjonujących jako antysuicydalne poradniki. Pomagają one wielu ludziom zrozumieć swoje lęki i frustracje. Pisane także przez młodych ludzi, prawdopodobnie po suicydalnych incydentach, silnie oddziałują dzięki swojej autentyczności i emocjonalności<sup>4</sup>.

Przy wszystkich zaletach profilaktycznych cyberprzestrzeni należy także pamiętać o pojawiających się zagrożeniach, takich jak: internetowe pakt samobójcze<sup>5</sup>, anonimowe podżeganie do samobójstwa na forach i czatach<sup>6</sup>, poradniki instruujące, jak skutecznie popełnić samobójstwo, a także transmisje z samobójstw online<sup>7</sup>.

Samobójcze fora dyskusyjne w Internecie przyciągają zwłaszcza młodzież. Grozi to wzrostem liczby zachowań samobójczych, których skrajną postacią są pakt samobójcze. Na forach dyskusyjnych młodzi ludzie opisują przyczyny swoich cierpień, radzą i proszą o radę, zastanawiają się nad skutecznymi metodami autodestrukcji lub namawiają się wzajemnie na samobójstwo wspólne. Skala samobójstw inspirowanych takimi internetowymi dyskusjami może w nieodległej przyszłości znacznie wzrosnąć<sup>8</sup>.

Coraz powszechniej obecne w przestrzeni Internetu wątki dotyczące samobójstwa wymagają stałych badań i nowych metodologii, dzięki którym lepiej będzie można zrozumieć zachowania użytkowników Internetu w zakresie działań samobójczych. Nie da się ukryć, że we współczesnej suicydologii należy zwrócić szczególną uwagę na nowe media i podwoić wysiłki badawcze dotyczące tego obszaru:

Tematyka występowania zachowań samobójczych w sieci powinna stać się ważnym elementem dyskursu we współczesnej suicydologii, ze względu na ekspansywność tego zjawiska oraz stosunkowo niewielki zakres wiedzy na ten temat<sup>9</sup>.

Brunon Hołyst w rozdziale *Suicydologii* dotyczącym Internetu i jego roli w zapobieganiu samobójstwom tymi słowami otwiera rozważania dotyczące tego zagadnienia:

Wśród stron internetowych dotyczących samobójstwa prawie 40% zajmuje się zapobieganiem samobójstwom. Jednakże badania wykazują, że strony prosamobójcze są szerzej omawiane, a także bardziej uczęszczane. Zarówno strony internetowe prosamobójcze, jak i formy komunikacji online starają się rozpowszechniać poglądy, że samobójstwo stanowi dopuszczalną formę rozwiązywania problemów życiowych. Zwiększają one jednocześnie dostęp do potencjalnych metod samobójczych, prezentując ich długie

<sup>4</sup> A. Czabański, *Profilaktyka postsuicydalna dla młodzieży i jej rodzin*, Poznań 2009, s. 31.

<sup>5</sup> Tamże, s. 33–38.

<sup>6</sup> Tamże, s. 25–31.

<sup>7</sup> K. Rosa, P. Krzywania, *Ekspozycja zachowań samobójczych w sieci. Analiza stron internetowych*, s. 260.

<sup>8</sup> A. Czabański, *Profilaktyka postsuicydalna dla młodzieży i jej rodzin*, s. 25.

<sup>9</sup> K. Rosa, P. Krzywania, *Ekspozycja zachowań samobójczych w sieci. Analiza stron internetowych*, s. 281.

listy. Ponadto wzmacniają naciski grupowe, by dokonywać samobójstw, gloryfikując osoby, które to uczyniły, oraz zachęcając do nowych rodzajów samobójstw, jak pakty samobójcze organizowane przez Internet. Reportaże o popełnionych samobójstwach prezentujące w niewłaściwy sposób zachowania samobójcze wywołują komentarze, które upraszczają problemy samobójstw. Nie wolno zatem nie doceniać roli Internetu w kształtowaniu w społeczeństwach postaw wobec samobójstw<sup>10</sup>.

Hołyst nie tylko zwraca uwagę na szkodliwy wpływ treści o tematyce prosuicydalnej, lecz także podkreśla rolę komentarzy pojawiających się pod tego typu publikacjami. Ich wydźwięk jest bardzo często negatywny, gdyż niejednokrotnie albo mają one stygmatyzujący charakter, albo wręcz odwrotnie – gloryfikują czyn samobójczy. W jednym i drugim przypadku mamy do czynienia zwykle z powielanymi stereotypami społecznymi dotyczącymi autodestrukcji. Ich kształtu i treści nie można przy tym objąć kontrolą.

Wolność zamieszczania i komentowania treści w przestrzeni Internetu to podstawowa wartość tego medium. Stąd istotnym obszarem badawczym w suicydologii powinny stać się komentarze pod treściami nawiązującymi do samobójstwa publikowanymi online. Należy pamiętać, że badania dotyczące tej formy nowych technologii powinny być prowadzone w trybie ciągłym ze względu na ich zmienny, rozwojowy charakter. Właśnie ze względu na tę zmienność ograniczam się w swoich analizach do przyjrzenia się tylko poszczególnym typom zachowań użytkowników tej przestrzeni, a nie np. do dokładnego liczenia stron o podobnej tematyce. Badania oparte na statystykach treści o tematyce suicydalnej skazane są na nieaktualność.

Każdego roku zmienia się liczba stron z zawartością zarówno prosuicydalną, jak i profilaktyczną. Aby zarysować pewien całokształt tego wątku, należałoby przyjrzeć się wieloletnim tendencjom. Hołyst ilustruje to założenie tym, że w 1997 roku, używając wyszukiwarki internetowej *Inktomi/Hotbot*, kwerenda „samobójstwo” zwracała 130 tys. wyników. W roku 2008 wyników związanych z tym hasłem wpisanym w wyszukiwarkę Google było już 65 milionów<sup>11</sup>. Autor traktuje to jako dowód na to, że zainteresowanie tą tematyką rośnie w przestrzeni Internetu nieprzerwanie. Suicydologia powinna być elastyczna w doborze narzędzi badawczych sieci, stawiając większy nacisk na badania jakościowe oraz na studia przypadków. W ujęciu tym istotne staje się badanie postaw komunikacyjnych, reakcji społecznych, a także sposobów wyrażania emocji i opinii dotyczących tematów suicydalnych. Analizy poszczególnych zachowań mogą dużo powiedzieć nie tylko na temat wyobrażeń społecznych dotyczących samobójstwa, ale także tego, jak osoby z myślami samobójczymi albo po próbach wypowiadają się w przestrzeni wolnej od tabu. Pierwszy raz w historii suicydologii dzięki środowisku, jakie stwarza Internet, możliwe staje się obserwowanie spontanicznych zachowań ludzkich w kwestii autodestrukcji. Obserwacjom i analizom można poddać tu zarówno jednostki o tendencjach

<sup>10</sup> B. Hołyst, *Suicydologia*, Warszawa 2012, s. 1294.

<sup>11</sup> Tamże.



suicydalnych, jak i osoby niemające do czynienia z tą problematyką na co dzień. Najważniejszy jest jednak fakt, że wypowiedzi te pojawiają się w warunkach odtabulizowanych i nieograniczonych typowymi barierami społecznymi czy kulturowymi.

Badania wątków suicydalnych w przestrzeni Internetu wypada zacząć od przedstawienia zupełnie nowej dla tematyki samobójstw perspektywy komunikacyjnej, o której w rządowym raporcie tak piszą Iwona Koszewska, Marek Średniawa i Julia Koszewska:

Wyniki prowadzonych badań sugerują, że Internet i nowe media mogą znaleźć zastosowanie w prewencji samobójstw. Globalne upowszechnienie dostępu do Internetu oraz smartfonów i innych urządzeń przenośnych sprawiło, że wszyscy użytkownicy są prawie na stałe dołączeni do sieci, co otwiera możliwość kontaktu w dowolnym miejscu i o każdej porze. Towarzysząca temu wirtualna obecność w mediach społecznościowych spowodowała zmianę paradygmatu komunikacji i powrót do pierwotnego znaczenia i pełnego sensu słowa *communicare*, które przecież obejmuje nie tylko aspekt przekazywania informacji i interakcji, ale też współdzielenie, współuczestnictwo i tworzenie wspólnoty. Sprawia to, że nowe media mogą w znaczący sposób ograniczać izolację społeczną jednostek i otwierać szerszy dostęp do osób należących do grup ryzyka – potencjalnych samobójców<sup>12</sup>.

Nowe możliwości komunikacyjne powodują wiele zmian w samym podejściu do rozmowy o samobójstwie i autoagresji, poczynając od poczucia anonimowości użytkowników, dzięki któremu czują się oni bezpieczni i usytuowani poza zasięgiem społecznej stygmatyzacji:

[...] anonimowość sprawia, że osoby uczestniczące w dyskusji chętnie uzewnętrzniają swoje emocje i zamierzenia<sup>13</sup>.

Do tej pory samobójstwo było w zasadniczej większości przestrzeni społecznych tematem tabu – marginalizowanym, traktowanym z dystansem i często pomijanym. O samobójstwie nie wypadało żartować, nieodpowiednie było także publiczne przyznawanie się do przebytych prób samobójczych czy samookaleczeń, a także wspomnianie o śmierci samobójczej w rodzinie<sup>14</sup>. Internet stworzył możliwość podejmowania tematu samobójstwa bez społecznego tabu i narzuconych granic. Możemy w jego przestrzeni znaleźć zarówno żarty o samobójstwie, dokładne opisy metod popełnienia go, jak i wyznania osób po próbach, a także relacje osób, które straciły w ten sposób swoich bliskich.

---

<sup>12</sup> I. Koszewska i in., *Internet i nowe technologie w zapobieganiu samobójstwom*. Raport na zlecenie Ministerstwa Administracji i Cyfryzacji, Warszawa, 25.04.2014, s. 23.

<sup>13</sup> K. Rosa, P. Krzywania, *Ekspozycja zachowań samobójczych w sieci. Analiza stron internetowych*, s. 266.

<sup>14</sup> A. Bałandynowicz, *Reakcja społeczeństwa wobec problemu suicydalnego jednostki*, w: B. Hołyst i in. (red.), *Samobójstwo*, Warszawa 2002, s. 74–76.

Na różnorodność treści dotyczących samobójstwa, a także na szeroką gamę reakcji użytkowników zwraca uwagę w serii artykułów Adam Czabański:

Można zauważyć, że użycie tego pojęcia występuje w różnych kontekstach. Blogerzy piszą wiersze poświęcone tej tematyce, udzielają porad, służą pomocą w zniechęceniu do popełnienia tego czynu, wymyślają zagadki, a czasem nawet żartują<sup>15</sup>.

Internet jest miejscem, gdzie każdy może zabrać głos:

To medium stało się współcześnie najbardziej otwartą agorą społeczną, gdzie wymiana i swobodny przepływ informacji są jedną z jej najistotniejszych cech. Internet pełni nie tylko funkcję komunikacyjną, edukacyjną, socjalizacyjną, ale pozwala też wyrazić i przeżywać wybrane aspekty swojego JA, takie jak: stany emocjonalne, postawy wobec różnych kwestii, plany, zamierzenia, pragnienia, oczekiwania czy potrzeby<sup>16</sup>.

Powodem otwarcia się przestrzeni Internetu na tabuizowane dotąd tematy mogły być podstawowe warunki komunikacji w tej przestrzeni związane z postawami jej użytkowników. Internet oferuje swoim użytkownikom poczucie anonimowości, równości, a także nieograniczonego czasem i przestrzenią dostępu. Pozostawia także wybór dotyczący przyjęcia postawy biernej lub czynnej – użytkownik może (współ)tworzyć przestrzeń lub tylko z niej korzystać. Wychodząc z tych prostych założeń, wiele tematów uznawanych społecznie za nie stosowne, wstydlive lub niebezpieczne znajduje w cyfrowej przestrzeni miejsce do swobodnego ich omawiania. Popularne stało się na przykład korzystanie z wyszukiwarki internetowej tak, jakby była ona lekarzem pierwszego kontaktu; dotyczy to zwłaszcza wstydlivych przypadłości. Dla młodego pokolenia Google stał się pierwszym adresem, pod którym znaleźć można informacje dotyczące każdej kłopotliwej sprawy: „Po której stronie boli wyrostek?”, „Jak wygląda grzybica skóry?”, „Jak szybko schudnąć?”; często jednak pojawiają się obok również i takie pytania: „Jak szybko i bezboleśnie popełnić samobójstwo?”, „Jak się zabić?”, „Jak się powiesić na klamce?”.

Ze wstępnych badań przeprowadzonych przez zespół Iwony Koszewskiej wynika, że w przestrzeni polskojęzycznego Internetu najczęściej wyszukiwanymi przez internautów frazami związanymi z tematem samobójstw są „samobójstwo jak najłatwiej popełnić” i „samobójstwo powieszenie”<sup>17</sup>. Andrzej Gawliński zwraca uwagę na problem łatwiejszego dostępu do informacji dotyczących tego, jak odebrać sobie życie:

Internet służyć może więc jako podstawowy poradnik dla samobójców. Osoby planujące odebrać sobie życie wyszukują np. jakie metody są najskuteczniejsze, a przy

<sup>15</sup> A. Czabański, N. Markwitz, *Tematyka samobójstw w internetowych blogach*, „Poznańskie Zeszyty Humanistyczne” 2007, z. 8, s. 73–83.

<sup>16</sup> K. Rosa, P. Krzywiana, *Ekspozycja zachowań samobójczych w sieci. Analiza stron internetowych*, s. 257.

<sup>17</sup> I. Koszewska i in., *Internet i nowe technologie w zapobieganiu samobójstwom*, s. 29.

tym najmniej bolesne. [...] Prowadząc badania do pracy, spotkałem się w Internecie z licznymi rankingami samobójczych metod. Przede wszystkim śmierć jest określana jako główny, upragniony cel, a metody – „zapewniające sukces”<sup>18</sup>.

Autor zwraca także uwagę na coraz częstsze występowanie niebezpiecznych zjawisk: wspomaganie samobójstwa, cybersamobójstwa, samobójczych paktów i *cyberbullyingu*<sup>19</sup>. Czabański tak opisuje te przedostatnie:

Fora internetowe służą również jako miejsce, na którym można dokonać próby zawarcia paktu samobójczego. Charakterystyczna w tych warunkach anonimowość i mechanizm rozproszenia odpowiedzialności są źródłem stosunkowo radykalnych wypowiedzi użytkowników owych forów. Eskalacja nastrojów prosuicydalnych jest na takich forach wyraźna<sup>20</sup>.

Dalej zarysowuje ich nową charakterystykę:

Pojawiły się zatem nowe elementy konstruujące „nowoczesne” pakt samobójczy, w których jedynie pragnienie śmierci łączy uczestników. W tych paktach samobójczych przez Internet ludzi nie integruje jakieś szczególnie silne zinternalizowane poczucie wzajemnej lojalności, lecz podobny splot okoliczności skłaniający ich do wybrania śmierci<sup>21</sup>.

Obserwując badania i raporty z zakresu cybersuicydologii<sup>22</sup>, coraz częściej zwraca się uwagę na wielkie ryzyko, jakie niesie ze sobą ogólny i łatwy dostęp do informacji na temat wszelkich możliwych metod odbierania sobie życia<sup>23</sup>. Rankingi, poradniki, rysunki pozwalają użytkownikom nie tylko na uzyskanie informacji o tym, jak popełnić samobójstwo, ale także jak zrobić to skutecznie, bezboleśnie, a nawet estetycznie. W tym miejscu można przypomnieć słowa Alvareza, że ludzkim bezpiecznikiem hamującym przed masowym dokonywaniem samobójstw od zawsze był ból – jednak wraz z rozwojem technologicznym samobójcy mają coraz więcej możliwości na to, by się go pozbyć i odebrać sobie życie w sposób relatywnie bezbolesny i szybki<sup>24</sup>.

Niebezpiecznym zjawiskiem skupiającym szczególne zainteresowanie badaczy jest wzrostowa tendencja zachowań samobójczych wśród młodzieży, która zdaje się korelować z rozwojem technologii:

---

<sup>18</sup> A. Gawliński, *Namowa lub pomoc w samobójstwie. Aspekty kryminalistyczne i kryminologiczne*, s. 209–210.

<sup>19</sup> P. Drzewiecki, *Samobójstwa nastolatków w Internecie w perspektywie pedagogiki mediów*, „Kultura – Media – Teologia” 2011, t. 5, z. 2, s. 61–72.

<sup>20</sup> A. Czabański, *Profilaktyka postsuicydalna dla młodzieży i jej rodzin*, s. 28.

<sup>21</sup> Tamże, s. 36.

<sup>22</sup> A. Gawliński, *Namowa lub pomoc w samobójstwie. Aspekty kryminalistyczne i kryminologiczne*, s. 216–218.

<sup>23</sup> P. Drzewiecki, *Samobójstwa nastolatków w Internecie w perspektywie pedagogiki mediów*.

<sup>24</sup> A. Alvarez, *Bóg Bestia. Studium samobójstwa*, przeł. Ł. Sommer, Warszawa 2011, s. 163.

Okazuje się zatem, że charakterystyczna dla młodego wieku niedojrzałość emocjonalna i słaba internalizacja poszczególnych zasad moralnych (efekt niewiedzy, nonszalancji lub przesadnego poczucia własnej wolności osobistej) współlistnieje tu z wysokimi umiejętnościami użytkowania współczesnych, wyrafinowanych urządzeń umożliwiających zdobywanie wiedzy i przesyłanie jej na odległość. Owe procesy powodują kształtowanie się młodych ludzi wyalienowanych ze świata realnego, a przystosowanych do korzystania z nowoczesnych technologii. Pojawić się więc może swoiste rozdwojenie i osłabienie poczucia własnej wewnątrzsterowności. W konsekwencji powstają sploty okoliczności wzbudzające u wielu młodych ludzi wzrost postaw eskapistycznych, których skrajną formą są zachowania samobójcze<sup>25</sup>.

W przestrzeni Internetu treści dotyczące samobójstwa umieszczane są zasadniczo przez dwa typy nadawców: profesjonalistów – osoby zajmujące się tematyką suicydalną w obszarze swojej pracy, oraz nieprofesjonalistów – osoby zainteresowane z różnych powodów tą tematyką, ale pozbawione zawodowego wykształcenia i przygotowania<sup>26</sup>. Każda z tych grup tworzy specyficzne dla siebie domeny poruszania problematyki suicydalnej.

Profesjoniści pracują zwykle nad bezpiecznymi platformami, umożliwiającymi uzyskanie pomocy i wsparcia. Najczęstszymi dla tej grupy formami komunikacji są umieszczane w Internecie artykuły naukowe, strony www i wideo poruszające problem. Przykładem takiej prewencyjnej przestrzeni była do niedawna istniejąca (ostatni dostęp w styczniu 2019 roku) strona [www.jakodejsc.pl](http://www.jakodejsc.pl). Gdy użytkownik wyszukiwarki Google wpisywał kwerendę „chcę się zabić”, strona [www.jakodejsc.pl](http://www.jakodejsc.pl) pojawiała się jako jeden z pierwszych wyników. Po otwarciu w przeglądarce pojawiały się dwa pola: „Planuję popełnić samobójstwo” i „Chcę pomóc osobie planującej samobójstwo”. Po wyborze pierwszego pola użytkownik był przekierowywany do ankiety, z wyniku której dowiadywał się, czy cierpi na depresję i gdzie powinien zwrócić się po pomoc. Po wyborze alternatywnym strona prowadziła do publikacji<sup>27</sup> pod tytułem *Poradnik samobójstw w Polsce*, gdzie zebrane zostały podstawowe informacje z zakresu prewencji samobójstw: najczęstsze mity dotyczące samobójstwa, informacje, jak odczytywać sygnały wysyłane przez potencjalnych samobójców, a także podpowiedzi, jak rozmawiać z osobą myślącą o samobójstwie i czego unikać w takiej rozmowie. Takie witryny, jak [www.jakodejsc.pl](http://www.jakodejsc.pl), to przykład profesjonalnego podejścia do prewencji samobójstw – twórcy strony wykorzystali potencjał polegający na przekierowywaniu uwagi osób szukających metod samobójczych w Internecie na strony z treściami pomocowymi.

Użytkownicy nieprofesjonalni natomiast utylizują przestrzenie oparte na ogólnej komunikacji i interakcji: fora, czaty, grupy na portalach społecznościowych,

<sup>25</sup> A. Czabański, *Profilaktyka postsuicydalna dla młodzieży i jej rodzin*, s. 16–17.

<sup>26</sup> K. Rosa, P. Krzywiana, *Ekspozycja zachowań samobójczych w sieci. Analiza stron internetowych*, s. 262.

<sup>27</sup> *Poradnik samobójstw w Polsce*, [https://web.archive.org/web/20170721192533/http://jakodejsc.pl/wp-content/uploads/2017/06/poradnik\\_new.pdf](https://web.archive.org/web/20170721192533/http://jakodejsc.pl/wp-content/uploads/2017/06/poradnik_new.pdf) (dostęp: 4.05.2019 r.).

blogi czy memy<sup>28</sup>. Korzystają z nich również użytkownicy profesjonalni, ale niekoniecznie mają oni znaczący wpływ na charakter całości. Przykładami przestrzeni tworzonych przez osoby niezajmujące się profesjonalnie profilaktyką samobójstw mogą być fora, takie jak: <https://www.reddit.com/r/SuicideWatch/>, <https://www.reddit.com/r/TimeToGo/>, <https://www.reddit.com/r/SuicideBereavement/>, <http://www.autoagresywni.pl/>, lub prywatne blogi, np. <https://www.niepoddawajsie.pl/jak-sie-zabic/>, <http://haloziemnia.pl/jak-popelnic-samobojstwo/>, <http://stayfly.pl/2014/12/jak-skutecznie-i-bezbolesnie-popelnic-samobojstwo/>. Miejsca te charakteryzuje emocjonalne podejście do tematu, często podparte własnymi doświadczeniami.

W przypadku forów internetowych podstawą jest wymiana opinii i doświadczeń dotyczących autoagresji, depresji oraz samobójstwa. Użytkownicy często przybliżają szczegóły własnej choroby, leczenia, a także pobytu w szpitalach psychiatrycznych. Zwierają się z podejmowanych prób oraz opowiadają o samobójstwach bliskich osób. Pod ich wypowiedziami często otwiera się dyskusja, a wśród głosów życzliwych i pełnych empatii niekiedy pojawiają się akty agresji słownej oraz próby poniżenia innego użytkownika:

Treść komentarzy jest różnorodna, mieszczą się one między wyrazami współczucia dla samobójców a obroną przed krytyką forum. Większość użytkowników zgodnie twierdzi, że istnienie takiej strony pomaga im, gdyż mogą wtedy porozmawiać z innymi osobami o takich samych poglądach i spojrzeniu na akty suicydalne<sup>29</sup>.

Przykładem ciekawej inicjatywy prewencyjnej, zainicjowanej przez nieprofesjonalnego autora bloga: <http://stayfly.pl/2014/12/jak-skutecznie-i-bezbolesnie-popelnic-samobojstwo/>, jest umieszczenie na stronie wpisu pod mylącym tytułem „Jak skutecznie i bezboleśnie popełnić samobójstwo”. Po wejściu na stronę użytkownik zamiast opisu metod natrafia na wpis autora o tym, jak poradzić sobie z kryzysem psychicznym, a także gdzie szukać pomocy i wsparcia<sup>30</sup>.

Osoby profesjonalnie zajmujące się profilaktyką samobójstw w przestrzeni Internetu przestrzegają wielu zdefiniowanych przez WHO zasad związanych z podejmowaniem wątków suicydalnych publicznie. Zasady te między innymi zakładają: niepublikowanie materiałów graficznych przedstawiających metodę popełnienia samobójstwa, nieopisywanie szczegółów dotyczących sposobu i metody, nieprzybliżanie postaci samobójcy – jego rodziny, miejsca zamieszkania czy zainteresowań; niewskazane jest także gloryfikowanie czynów samobójczych, a nawet niewłaściwe jest używanie pozytywnych epitetów w pobliżu słowa „samobójstwo”<sup>31</sup>.

<sup>28</sup> Gatunek wypowiedzi internetowej zbudowany na podstawie schematu konstrukcyjnego wykorzystującego skonwencjonalizowane elementy związane z kulturą i historią Internetu.

<sup>29</sup> K. Rosa, P. Krzywania, *Ekspozycja zachowań samobójczych w sieci. Analiza stron internetowych*, s. 264.

<sup>30</sup> A. Gawliński, *Namowa lub pomoc w samobójstwie. Aspekty kryminalistyczne i kryminologiczne*, s. 223.

<sup>31</sup> WHO, Polskie Towarzystwo Suicydologiczne, *Zapobieganie samobójstwom. Poradnik dla pracowników mediów*, przeł. B. Mroziak, Warszawa 2003.

Przestrzenie tworzone przez użytkowników nieprofesjonalnych pozbawione są tych obostrzeń lub wprowadzają je tylko częściowo. Przykładem na to może być subforum znajdujące się na portalu [www.reddit.com](http://www.reddit.com) o nazwie *TimeToGo*. Zrzesza ono osoby, które planują swoje samobójstwo; wśród zasad dyskusji obowiązujących w tej przestrzeni jest zakaz zachęcania do popełnienia czynów o charakterze suicydalnym czy opisywania szczegółowych metod i porad dotyczących podjęcia próby lub jej miejsca. Forum umożliwia osobom myślącym o samobójstwie, a także tym, które podjęły ostateczną decyzję, przede wszystkim wymianę doświadczeń i rozmowę. Anonimowa dyskusja staje się tu często rodzajem skutecznej samopomocy, opierającej się na wzajemnym, autopsyjnym zrozumieniu oraz empatii. Pojawiają się tam jednak niekiedy również opisy cudzych samobójstw, fragmenty listów lub indywidualne plany na odebranie sobie życia, a także memy dotyczące samobójstwa. To przestrzeń do nieskrępowanej wymiany myśli, odczuć i przeżyć między ludźmi zdecydowanymi na odejście, ale szukającymi wciąż kontaktu z otoczeniem.

*TimeToGo* to tylko jeden z wielu przykładów funkcjonowania dyskursu internetowego wokół tematów suicydalnych. Czabański zauważa istotny fakt, że niektóre typy zachowań lub rozmów mogą mieć suicydogenny wpływ na użytkowników Internetu. Dotyczy to zwłaszcza dyskusji dotyczących metod dokonania samobójstwa; szczegółowe planowanie, opisy skuteczności sposobów na odebranie sobie życia mogą być przyczynkiem do zawiązania się paktu samobójczego, co w niektórych przypadkach może nawet doprowadzić do skutecznych samobójstw grupowych<sup>32</sup>. Ryzyko ukryte w tego typu komunikacji zdaje się być kluczowe dla zrozumienia złożoności Internetu w prewencji i profilaktyce samobójstw. Choć niektóre zachowania mogą wydawać się błahie i niegroźne, a rozmowy stwarzać pozory wzajemnego wsparcia, niewiele trzeba, by nadwreżyć granicę, której przekroczenie może prowadzić do tragedii. Czabański zwraca także uwagę na udowodnioną naukowo skłonność młodzieży do zbiorowych samobójstw. To właśnie ta grupa użytkowników jest wyjątkowo zagrożona; wynika to nie tylko z uwarunkowań psychologiczno-społecznych, lecz także z tego, że to młodzi ludzie są głównymi użytkownikami Internetu<sup>33</sup>.

Aby przedstawić kontekst podejmowanych przeze mnie badań dotyczących listów samobójców umieszczanych w Internecie, warto przybliżyć najpierw rodzaje komunikacji, jakie pojawiają się w tej przestrzeni. Użytkownicy poruszający tematykę suicydalną wykorzystują następujące, ogólne typy komunikacji: rozmowę, jednostronną wypowiedź, symbole oraz komunikaty oderwane<sup>34</sup>.

<sup>32</sup> A. Czabański, N. Markwitz, *Samobójcze fora dyskusyjne w Internecie – analiza zjawiska*, w: J. Kleban, W. Wierczycki (red.), *Era społeczeństwa informacyjnego*, Poznań 2006, s. 198.

<sup>33</sup> A. Czabański, *Profilaktyka postsuicydalna dla młodzieży i jej rodzin*, s. 33–38.

<sup>34</sup> Podział ten jest efektem pracy Suicydologicznego Koła Naukowego SKoN przy Wydziale „Artes Liberales” Uniwersytetu Warszawskiego.

Rozmowa – na tej formie komunikacji wokół problematyki suicydalnej opierają się: fora, czaty, grupy na portalach społecznościowych, a także wątki komentarzy pod treściami dotyczącymi samobójstwa. Miejsca te polegają na wymianie zdań między anonimowymi użytkownikami, często przestrzegane są na nich ustalone zasady, a dozór nad nimi pełni moderator. Nie ma kompetencyjnego limitu wypowiedzi, rad mogą tu udzielać zarówno profesjonalści, jak i osoby niemające przygotowania. Są to przestrzenie, które zraszają osoby myślące o samobójstwie, jak również te, które straciły bliskich w wyniku samobójstwa. Przykłady forów internetowych o tej tematyce: <https://www.reddit.com/r/SuicideWatch/>, <https://www.reddit.com/r/TimeToGo/>, <https://www.reddit.com/r/SuicideBereavement/>, <http://www.autoagresywni.pl/>, <http://przyjaciele.org/forum.php>.

Jednostronna wypowiedź – do tej kategorii zaliczamy przestrzenie, w których występują wypowiedzi dotyczące samobójstwa zamieszczone przez wyróżnionego autora, profesjonalistę lub nieprofesjonalistę: blogi, vlogi, profile na portalach społecznościowych, prywatne strony internetowe. Autor często dodatkowo ubogaca swoją wypowiedź, wykorzystując do tego zebrane przez siebie materiały w postaci zdjęć, filmów i hiperłączy. Blogger<sup>35</sup> lub vloger<sup>36</sup> opisuje przeżycia swoje i swoich najbliższych. Przez to, że sam publikuje treść, jaką chce, w przestrzeni przez siebie stworzonej ustawia pozostałych użytkowników w sytuacji ustosunkowywania się do jego wpisu. Do typu jednostronnej wypowiedzi możemy także zaliczyć profile na portalach społecznościowych, gdzie użytkownik upublicznia swoje posty. Należy zwrócić uwagę, że domyślnie zarówno na blogach, jak i portalach społecznościowych czy vlogach istnieje możliwość publikowania komentarzy. W ich przestrzeni między użytkownikami dochodzi do rozmowy dotyczącej treści umieszczonej przez autora komentowanego wpisu; nie wpływa ona jednak zazwyczaj na jego treść. Oto przykłady vlogów i blogów podnoszących tematykę suicydalną: <http://stay-fly.pl/2014/12/jak-skutecznie-i-bezbolesnie-popelnic-samobojstwo/>, <https://www.niepoddawajsie.pl/jak-sie-zabic/>, <http://www.miloscpo30.net/jak-popelnic-samobojstwo-szybko-i-skutecznie/>, <https://www.youtube.com/watch?v=aT1DM5d4jz4>, <https://www.youtube.com/watch?v=1e9KjI0ZvmI>.

Komunikaty o derwane – to najbardziej złożona forma komunikacji funkcjonującej w sieci i podejmującej tematy suicydalne. Składa się z usamodzielnionych – swobodnie krążących wśród używających je i modyfikujących użytkowników tekstów – wyrażań, obrazów, filmów i nagrań, niosących rozpoznawalne dla nich konotacje znaczeniowe. Funkcjonują one na prawach tych konotacji, uzasadniających ich formę i czyniących je czytelnymi; treść przekazu jest uprawnia przez stanowiące komunikacyjny skrót opakowanie. Użytkownicy tego typu przekazów korzystają z szerokiej gamy skojarzeń i zapożyczeń, konstruując

<sup>35</sup> Osoba prowadząca internetowy blog, czyli pamiętnik w zapisie cyfrowym udostępniany publicznie.

<sup>36</sup> Osoba prowadząca blog w formie zamieszczanych online nagrań wideo.

formę; autorstwo danego komunikatu najczęściej jest zatarte, funkcjonuje on jedynie w cytatach tworzących osobne znaczenie w danym kontekście użycia. Najłatwiej rozpoznawalnymi z komunikatów oderwanych są memy; wiele z tych treści ma charakter humorystyczny lub podtrzymujący na duchu. Oprócz krótkich fraz, obrazków, montaży, klipów czy komiksów pojawiają się także dłuższe formy, jak gry rozgrywane w przestrzeni mediów społecznościowych, różnego rodzaju wyzwania czy *creepypasty* (narracje, przeważnie o podłożu nieautentycznym, mające na celu wywołać strach u odbiorcy); samobójstwo jest częstym motywem, zwłaszcza w tej ostatniej formie.

Wyrazistymi przykładami funkcjonowania tego typu zjawiska były tzw. *Niebieski Wieloryb* i *Momo*. W jednym i drugim przypadku zmyślone historie, rozpowszechniane przez użytkowników Internetu, trafiły do mediów. *Niebieski Wieloryb* pojawił się w 2016 roku i został opisany przez dziennikarzy jako „zabójcza gra” popularna wśród rosyjskiej młodzieży. Miała ona polegać na wykonywaniu zadań wyznaczonych przez anonimowego mentora, np. „obudź się o 4 rano, wytnij na ręce wieloryba żyłkę” lub „usiądź na krawędzi okna”. Celem miało być doprowadzenie uczestnika do próby samobójczej. Nie ma jednak jednoznacznych dowodów na to, że gra taka kiedykolwiek istniała. Marcin Napiórkowski na swoim kulturoznawczym blogu pt. *Mitologie Współczesne* w następujący sposób opisuje początek medialnej paniki dotyczącej *Niebieskiego Wieloryba*:

Wszystko zaczęło się od artykułu Galiny Mursalijewy na portalu „Nowaja Gazeta” z 16 maja 2016 r. Autorka opisywała śledztwo związane ze śmiercią dwóch nastolatków (autentyczne), łącząc jednocześnie (bez dostatecznych podstaw) grę w wieloryba ze śmiercią 130 dzieci. Artykuł dobrze się klikał, więc przedrukowywały go kolejne media, czasem wzbogacając o nowe szczegóły, czasem tylko parafrazując, żeby uniknąć procesu o plagiat. 16 lutego 2017 r. ukazuje się w „Nowej Gazecie” kolejny tekst tej samej autorki, w którym zjawisko ma już skalę globalną, a do akcji rzekomo wkraczają już rosyjskie cybersłużby. Artykuł klika się jeszcze lepiej. Interesują się nim media na świecie. Dociera także do Polski. Kiedy przyjrzałem się kilku tekstom na ten temat opublikowanym na portalu Radia Zet, Wyborcza.pl oraz mamadu.pl, okazało się, że wszystkie stanowią kompilację tekstów z „Nowej Gazety”. Do tego autorzy ewidentnie przepisują, od siebie nawzajem, nie sięgając nawet do rosyjskich źródeł!<sup>37</sup>

Temat zdobył w Internecie wielki rozgłos, a media opisały grę jako autentyczne zagrożenie dla młodzieży, nadchodzące prosto z Rosji i pochłaniające po drodze młode ofiary. Niestety, błędna interpretacja i opieszałość w weryfikacji źródła przez osoby z branży medialnej spowodowały rozprzestrzenianie się fałszywych historii przedstawianych jako prawdziwe. W przypadku *Niebieskiego Wieloryba* miało to

<sup>37</sup> M. Napiórkowski, *Niebieski Wieloryb. Krótko o nowej niebezpiecznej legendzie*, *Mitologia Współczesna*, 11.03.2017, <https://mitologiawspolczesna.pl/niebieski-wieloryb-krotko-o-nowej-niebezpiecznej-legendzie/> (dostęp: 4.05.2019 r.).



jawne skutki negatywne. Nastolatkwowie, którzy natrafili na wzmianki dotyczące tej gry, próbowali ją odtworzyć i zachęcić do udziału innych użytkowników. W Polsce nie odnotowano żadnych ofiar, pojawiały się natomiast doniesienia o pojedynczych przypadkach samookaleceń. Rozpowszechniona narracja o grze stała się bardziej niebezpieczna niż sama gra. Przedstawiała samobójstwo jako zjawisko, które może przytrafić się każdemu – ale przede wszystkim sugerowała, że każdy może, w wyniku niejasnego wpływu fantomowej gry, paść jego ofiarą.

Co ciekawe, część zadań pochodzących z gry w świetle biopsychologicznego modelu samobójstwa<sup>38</sup> mogła mieć wpływ na gracza i wzbudzić lub wzmocnić myśli autodestrukcyjne. Zaburzenia snu, epatowanie przemocą, zachęcanie do autoagresji – to wszystko bodźce, które mogą oddziaływać negatywnie na psychikę jednostki, doprowadzając ją do stanu depresji lub myśli samobójczych. Dlatego przypadek *Wieloryba* jest o tyle ciekawy, że wiąże dwa prawdziwe zjawiska związane z samobójstwem: naśladownictwo oraz ryzyko wywołania u jednostki stanu depresyjnego. Jest to także przykład na to, jak bardzo zaszkodzić mogą nieodpowiedzialnie przygotowane przekazy medialne dotyczące samobójstwa<sup>39</sup>.

*Momo* bądź *Momo Challenge* (*Wyzwanie Momo*) to z kolei rzekome konto na platformach społecznościowych czy numer na WhatsApp-ie, który po nawiązaniu kontaktu za pomocą smartfona miał grozić użytkownikowi śmiercią, śledzić, a ostatecznie podlegać do samobójstwa. Twarzą aplikacji, „prześladującą” użytkownika, była tytułowa Momo – groteskowa postać z nienaturalnym uśmiechem wywołującym lęk i niepokój. W rzeczywistości był to wizerunek pochodzącej z 2016 roku rzeźby *Mother Bird* autorstwa Keisuke Aiso, wykorzystany dwa lata później przez nieznaną użytkownika jako ilustracja *creepypasty*, która zaczęła żyć własnym życiem<sup>40</sup>. Historia została podchwyczona w alarmistycznym tonie przez dziennikarzy, wkrótce jednak zdemaskowano tożsamość samej Momo, jak i fałszywość całego wyzwania.

W kategorii komunikatów oderwanych warto zwrócić uwagę na powszechne występowanie grafik, takich jak demotywatory<sup>41</sup> i inne memy, których celem bywa wzbudzenie empatii społecznej wobec osób po próbach samobójczych lub przechodzących depresję. Nie wszystkie zawierają treści pozytywne; duża liczba tego typu

<sup>38</sup> R. O'Connor, N. Sheehy, *Zrozumieć samobójcę*, przeł. A. Tanalska-Dulęba, Gdańsk 2003, s. 78–98.

<sup>39</sup> Grupa ds. mediów Zespołu roboczego ds. prewencji samobójstw i depresji przy Radzie ds. Zdrowia Publicznego Ministerstwa Zdrowia, *Rola mediów w promocji zdrowia psychicznego i w zapobieganiu samobójstwom. Poradnik dla pracowników mediów*, Warszawa 2018.

<sup>40</sup> S. Zimowska, *NEWS: upiorny Momo Challenge to fikcja*, CHIP, 5.03.2019, <https://www.chip.pl/2019/03/news-upiorny-momo-challenge-to-fikcja/> (dostęp: 4.05.2019 r.).

<sup>41</sup> Demotywator, demot – demotywuujący obrazek, połączenie wymownej ilustracji bądź zdjęcia z podpisem komentującym jego zawartość w duchu komicznego pesymizmu. Demotywatory są parodią plakatów motywacyjnych, funkcjonujących w biurowej kulturze amerykańskiej od lat 70. XX wieku.

przekazów stworzona jest w celu wyszydzenia zarówno czynu samobójczego, jak i osoby, która go podejmuje. Niekiedy szyderstwo ustępuje w niej miejsca grotesce lub ironii. Mimo negatywnego nacechowania takiego przekazu humor zasadniczo pomaga w przekraczaniu granic związanych z tematem tabu, umożliwia zachowanie dystansu do problemu, a także pozwala na stworzenie więzi społecznej z osobami o podobnym samopoczuciu psychicznym. Użytkownik trafiający na treści tego formatu dzięki nim zdaje sobie sprawę z istnienia większej liczby osób o podobnych problemach i poglądach<sup>42</sup>, nie jest już z nimi tak osamotniony.

Sposoby komunikacji dotyczącej wątków suicydalnych w przestrzeni Internetu pokazują, jak wielki obszar do zagospodarowania ma współczesna profilaktyka samobójstw. Wraz z upowszechnieniem się swobodnego dostępu do sieci pojawiły się nowe podejścia do tematów trudnych społecznie; samobójstwo jest tego bardzo dobrym przykładem. Trudno jednoznacznie określić, czy osoby z myślami samobójczymi dzięki nowym mediom częściej wykorzystują Internet jako bazę informacji o skutecznych metodach popełnienia samobójstwa i padają ofiarami namowy, czy też raźniej korzystają z ofert pomocy i treści o tematyce antysuicydalnej.

Istnieje potrzeba dalszych badań nad stopniem i zasięgiem negatywnego i pozytywnego wpływu mediów społecznościowych, jak też oceny skuteczności programów przeciwdziałania samobójstwom opartych na tego typu mediach. Niezbędne są też dalsze badania podgrup, które mogą być najbardziej podatne na wpływ promujących samobójstwo treści portali społecznościowych. Intuicja podpowiada, że należy skupić się w nich na ludziach nieletnich i młodych pełnoletnich, jako że spośród tych grup samobójstwo stanowi trzecią w kolejności przyczynę zgonów, jak również dlatego, że one właśnie z największym prawdopodobieństwem zetkną się w Internecie z treściami związanymi z samobójstwem<sup>43</sup>.

Suicydologowie wciąż nie są pewni, czy Internet ma więcej cech zagrażających czy pomagających użytkownikom w kryzysie suicydalnym. Podejmując wątki suicydalne, użytkownicy sieci zachowują się i rozmawiają swobodnie o samobójstwie; na różne sposoby – zarówno artystyczne, jak i humorystyczne – odblokowują ten trudny społecznie temat. Nie są ograniczeni kulturowym i społecznym tabu oraz znajdują się w bezpiecznym dystansie od możliwej osobistej stygmatyzacji ze strony otoczenia w życiu codziennym. Dzielią się swoimi przemyśleniami, obawami i wyobrażeniami; często opowiadają, jakie rodzaje terapii, leki czy życiowe sytuacje pomogły im wyjść z kryzysu. Publikowane bywają także osobiste historie osób po próbach samobójczych, którym udało się wrócić do życia i wygrać zarówno z depresją, jak i z myślami samobójczymi.

<sup>42</sup> Załączniki 1–4.

<sup>43</sup> D.D. Luxton i in., *Social media and suicide: A public health perspective*, „American Journal of Public Health” 2012, t. 102, z. 2, sup. 2, s. 195–200, przeł. R. Kuczyński.

Przykładem takiej zorganizowanej inicjatywy jest projekt *Live Through This*<sup>44</sup>. To kampania społeczna zainicjowana przez artystkę-fotografkę DeseRae L. Stage, która za pomocą krótkich wywiadów i portretów zdjęciowych przedstawia na stronie internetowej osoby, które przeżyły próbę samobójczą. Stage stara się ukazać ich siłę oraz uwypuklić to, jak poradziły sobie z kryzysem. Projekt jest otwarty, każdy może zgłosić się do udziału i opowiedzieć swoją historię online. W miarę możliwości artystka odwiedza wybranych chętnych, aby zrobić wywiad i zdjęcia. Celem inicjatywy jest walka z silnymi społecznie stereotypami dotyczącymi ludzi po próbach samobójczych – mówi się o nich często w kategorii przegranych, nieudaczników, tchórzy, szantażystów – bądź ocenia się ich zachowanie jako wymuszenie uwagi innych. Projekt *Live Through This* staje naprzeciw mitom dotyczącym samobójstwa i kryzysu psychicznego, pokazując, jak wielką trzeba mieć siłę, by pokonać kryzys, i że po próbie samobójczej nadal można żyć szczęśliwie. Internetowa forma nie tylko udostępnia, ale i wpisuje ideę w przestrzeń globalnej konwersacji, umożliwiając dzielenie się nią bezpośrednio przez użytkowników.

Wnikliwe obserwacje zarówno komunikacji, jak i postaw użytkowników poruszających wątki suicydalne w przestrzeni Internetu mogą w przyszłości przysłużyć się do stworzenia nowoczesnych programów prewencyjnych i profilaktycznych dostosowanych do potrzeb współczesnego, coraz bardziej zdigitalizowanego społeczeństwa. Do nowych mediów należy podchodzić jako do zupełnie nowego obszaru badawczego, pozwalającego na bezprecedensowe obserwacje społecznych i indywidualnych zachowań dotyczących autodestrukcji.

## 12.2. E-pożegnanie i listy samobójców

### 12.2.1. Metodologia badawcza

W badaniach listu pożegnalnego w przestrzeni Internetu postawiłam sobie następujące pytania badawcze:

- 1) w jakich kontekstach pojawia się list pożegnalny w Internecie?
- 2) do czego służy?
- 3) czy ma wzorzec?
- 4) czy autentyczność zapisu jest ważną kwestią?
- 5) jak użytkownicy Internetu komentują listy pożegnalne?

W trakcie badań skupiłam się na polskojęzycznych stronach internetowych, z drobnymi wyjątkami. Do wyszukania materiału posłużyłam się wyszukiwarką Google, wpisując kwerendy: „list samobójcy”, „list pożegnalny”, „jak wygląda list samobójcy?”, „jak napisać list samobójcy?”. Przeglądając kolejne strony, podzieliłam przestrzeń tematyczną, w której pojawia się list, na następujące kategorie:

<sup>44</sup> *Live Through This*, <https://www.livethroughthis.org/> (dostęp: 4.05.2019 r.).

- 1) strony edukacyjne zamieszczające przykłady listów pożegnalnych,
- 2) fora,
- 3) portale społecznościowe i serwisy, np. Facebook i YouTube,
- 4) prywatne blogi,
- 5) strony publikujące twórczość pisemną: poezje i opowiadania,
- 6) doniesienia prasowe.

Następnie wybrałam reprezentatywne dla danej przestrzeni przykłady. Badanie miało na celu przedstawienie zjawiska, jakim jest list samobójcy w przestrzeni Internetu: jak funkcjonuje, gdzie się pojawia i do czego służy. W wyniku wpisania w wyszukiwarkę kolejnych fraz dnia 15 stycznia 2019 r. uzyskałam przedstawione poniżej wyniki:

- 1) „list samobójcy” – 232 000 wyników w 0,34 sek.,
- 2) „list pożegnalny” – 198 000 wyników w 0,35 sek.,
- 3) „jak wygląda list samobójcy?” – 243 000 wyników w 0,40 sek.,
- 4) „jak napisać list samobójcy?” – 157 000 wyników w 0,38 sek.

W trakcie badań poddałam analizie ponad 400 stron internetowych nawiązujących do listu pożegnalnego samobójcy. Wśród witryn zawierających wątek listu pożegnalnego znalazły się: fora internetowe, blogi, portale edukacyjne, portale informacyjne, portale społecznościowe, serwisy wideo, portale psychologiczne, teksty naukowe, portale poetyckie, literackie, biblioteczne, filmowe oraz strony o tematyce kryminalistycznej. Skupiłam się tylko na tych witrynach, które cytują lub przedstawiają w dowolny sposób list samobójcy, w tym na stronach, których użytkownicy zamieszczają tekst, opatrując go tytułem „list pożegnalny” lub „list samobójcy”.

Badania dotyczące e-pożegnania przeprowadziłam na podstawie wywiadów z wolontariuszami fundacji Pogotowie Kryzysowe, a także dodatkowych materiałów, które mi udostępniłi. Korzystałam także z przykładów e-pożegnań opublikowanych na portalach społecznościowych, w których poszukiwaniu pomogli mi studenci uczęszczający na prowadzony przeze mnie kurs *Wprowadzenie do suicydologii, czyli interdyscyplinarne podejście do autodestrukcji* w roku akademickim 2018/19. Część danych zaczerpnęłam z zagranicznych badań opublikowanych w periodykach „Crisis” i „Suicidology”. Wszystkie cytowane fragmenty, wypowiedzi internautów, komentarze i listy zostały przytoczone w oryginalnym zapisie, bez ingerencji w błędy ortograficzne i stylistyczne.

### 12.2.2. E-pożegnanie – opis zjawiska

Wraz z rozwojem i rozpowszechnieniem się portali społecznościowych, takich jak Facebook, Instagram czy Twitter, pojawiło się nowe zjawisko ochrzczone przez badaczy mianem *e-suicide note*:

[...] e-list samobójczy zdefiniować można jako wyrażoną w formacie elektronicznym wiadomość od osoby zamierzającej popełnić samobójstwo. Myśli samobójcze wyrażane

bywają w następujących formatach elektronicznych: e-mail, SMS, informacje opublikowane na rozmaitych forach internetowych, takich jak blogi, Twitter, Facebook, a nawet zapisywane w postaci pliku tekstowego na pulpicie komputera danej osoby etc. E-list samobójczy może przyjąć formę tekstową, audio, wideo lub jakiejś ich kombinacji. Wiadomości audio i wideo bywają nagrywane za pomocą rozmaitych gadżetów, takich jak dyktafony czy domowe kamery wideo<sup>45</sup>.

Przekładając termin *e-suicide note*, przyjmuję za jego polski odpowiednik e - p o ż e g n a n i e. Jak zauważają cytowani wyżej badacze, takie portale, jak: YouTube, Facebook czy Instagram, stały się popularnym miejscem do zostawiania e-pożegnań. Materiały te bywają pomocne w prowadzonych śledztwach i pozwalają rozjaśnić okoliczności samobójstwa, ale szczególnie interesującym wątkiem podnoszonym przez suicydologów jest ich jakość prewencyjna. Dzięki temu, że zwykle publikowane są one w Internecie za życia autora, zwiększa się znacznie szansa uratowania osoby zamieszczającej taką wiadomość<sup>46</sup>.

Kwestię dalszego rozróżnienia między listem samobójcy a pozostawianym przez niego w sieci wpisem (*suicide post*) podjęła w swojej dysertacji dyplomowej Tatiana Prokofiewa<sup>47</sup>. Badaczka wskazała wiele różnic między tymi dwiema formami pożegnań; zwraca uwagę na formę zapisu, gramatykę, strukturę, a także różne postawy emocjonalne towarzyszące tym dwóm formom wypowiedzi:

Kolejną cechą autentycznego listu pożegnalnego jest wyrażenie w nim emocjonalnego stanu autora. Główną emocją rozróżniającą prawdziwe listy od wpisów jest strach przed dalszym życiem. Uczucie to pokazuje, że autor notki zdecydował się na popełnienie samobójstwa ze względu na strach przed kontynuowaniem egzystencji w obecnych warunkach. W autentycznych listach, w przeciwieństwie do wpisów, dało się również zauważyć podkreślane przez suicydentów poczucie ulgi [...]. Autentyczne notki pożegnalne wyrażają brak zainteresowania życiem, brak chęci kontynuowania egzystencji i ukazują dokonane już podjęcie ostatecznej decyzji o własnej śmierci. Z kolei w „suicide posts” wyrażone zostaje pragnienie lepszego życia i pewnego rodzaju opór co do podniesienia na siebie ręki<sup>48</sup>.

Tradycyjny zapis samobójcy pozostawiany jest często w miejscu podjętej próby i znajduwany dopiero wraz ze zwłokami. Często odbiorcą takiej wiadomości są tylko funkcjonariusze służb, osoba, która znalazła denata, i najbliższa rodzina. Najważniejszym aspektem jest jednak czas dotarcia komunikatu: list samobójcy trafia do swoich odbiorców z zasady po śmierci samobójcy. Natomiast e-pożegnanie

---

<sup>45</sup> C. Behera i in., *E-suicide note: A newer trend and its medico-legal implications in India*, „Medico-Legal Journal” 2014, t. 82, z. 2, s. 80–82, przeł. R. Kuczyński.

<sup>46</sup> Tamże.

<sup>47</sup> T. Prokofiewa, *Language Use in Two Types of Suicide Texts*, 2013, <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:668437/FULLTEXT01.pdf> (dostęp: 4.05.2019 r.).

<sup>48</sup> Tamże, s. 42–45, przeł. P. Durakiewicz.

potencjalnego samobójcy staje się od razu dostępne dla swoich internetowych odbiorców, jeszcze przed próbą. Dzięki temu możliwe staje się uratowanie takiej osoby poprzez poinformowanie przez innych użytkowników na czas służb bądź bliskich.

Niezwykle interesująca jest zmiana znaczenia zapisu samobójcy w przypadku e-pożegnania. Tradycyjny list pełni wymienione wcześniej w książce funkcje wpływu na swoich odbiorców, nadawca nie publikuje go jednak w środkach masowego przekazu – piszący zdecydowany jest, aby odczytanie przekazu nastąpiło dopiero po jego śmierci. Osoba publikująca e-pożegnanie w Internecie otwiera nie tylko drogę do komunikacji, lecz także pozostawia odbiorcom czas na reakcję. Taka sytuacja jest przykładem wołania o pomoc samobójcy. Jeżeli przyjmiemy, że sam gest pozostawienia listu tradycyjnego jest dowodem na przywiązanie jednostki do wspólnoty, to pozostawienie e-pożegnania może okazać się obciążonym ryzykiem testem, sprawdzającym siłę więzi rodzinnych oraz społecznych.

Wyżej cytowani badacze przytaczają historię 24-letniej kobiety, która w święta Bożego Narodzenia zostawiła na jednym z portali społecznościowych następującą wiadomość:

Took all my pills be dead soon bye everyone<sup>49</sup>.

Zamiast uzyskać od przyjaciół pomoc, została wyśmiana, a jej wpis zbagatelizowany. Następnego dnia policja znalazła jej ciało w jej własnym mieszkaniu. Przykładem pozytywnej reakcji na e-pożegnanie jest z kolei historia próby samobójczej nastolatki z Wołowa (woj. dolnośląskie), która dokonała wpisu<sup>50</sup> za pomocą anonimowego formularza na stronie fundacji Pogotowie Kryzysowe<sup>51</sup>. Wolontariusz Fundacji przekazał treść listu i zgłosił brak kontaktu z jego autorką policji. Służby przyjęły zgłoszenie, po czym rozpoczęły poszukiwania. Po kilku godzinach odnaleziono nastolatkę na stacji kolejowej – dziewczyna potwierdziła, że przyszła z zamiarem dokonania zamachu na własne życie<sup>52</sup>.

Dzięki tym dwóm przykładom możliwe jest zrozumienie zarówno szansy, jaką niosą ze sobą e-pożegnania, jak i ryzyka, które im towarzyszy. Z pewnością największą zmianą niesioną przez tego typu zapis samobójczy jest umożliwienie pomocy w momencie, gdy tylko samobójca upubliczni swoją wiadomość. Czas od publikacji do chwili podjęcia próby przez suicydenta daje szansę na uratowanie jego życia.

<sup>49</sup> C. Behera i in., *E-suicide note: A newer trend and its medico-legal implications in India*.

<sup>50</sup> Załącznik 5.

<sup>51</sup> Szczegółowy opis zdarzenia uzyskałam w trakcie wywiadu przeprowadzonego z założycielami fundacji.

<sup>52</sup> *18-latka chciała się zabić. Znaleźli ją na dworcu*, FAKT24, 24.09.2015, <https://www.fakt.pl/wydarzenia/polska/wroclaw/wolow-policjanci-udaremnili-samobojstwo-18-latki/40dyg9d> (dostęp: 4.05.2019 r.).

Istotnym zagrożeniem mogą być natomiast negatywne reakcje użytkowników, takie jak: wyszydzenie, ośmieszenie, a nawet podżeganie do samobójstwa. Osoba publikująca swoje e-pożegnanie w oczekiwaniu pomocy i wsparcia w momencie odrzucenia przez innych użytkowników może tylko upewnić się w swojej decyzji, co może doprowadzić np. do wybrania bardziej śmiertelnej metody samobójczej lub przyspieszyć samą próbę. W celu przybliżenia zjawiska załączam<sup>53</sup> przykłady e-pożegnań opublikowanych na forach internetowych. Należy jednak zaznaczyć, że w przeciwieństwie do dwóch poprzednich przykładów nie mam wiedzy dotyczącej dalszych losów autorów tych wypowiedzi.

Każdy z tych wpisów jest reprezentatywny dla zjawiska pozostawiania e-pożegnań na forach internetowych. Celem ich nadawców jest pożegnanie się ze wspólnotą, jaką współtworzyli w przestrzeni Internetu. W wypowiedziach pojawiają się podsumowania ich sytuacji życiowej, a także powody podjęcia ostatecznej decyzji. W przeciwieństwie do tradycyjnych listów pożegnalnych nie napotykamy w nich treści dotyczących szczegółów pochówku lub kwestii spadkowych – być może dlatego, że dotyczą one uwarunkowań materialnych, nierozciąganych na przestrzeń wirtualną przez jej użytkowników. Często poruszonym przez nadawców tematem jest akt podjęcia decyzji, zaznaczenie momentu, w którym autor kończy walkę o życie. Większość listów, choć przepełnionych rozpaczą i smutkiem, zachowuje słowa pocieszenia dla innych.

Wpisy o tematyce listu pożegnalnego często wywołują fale komentarzy innych użytkowników. Większość z nich ma odwieść osobę myślącą o samobójstwie od podjęcia próby; w załącznikach 6 i 7 warto zwrócić uwagę na rozszerzenie wątku dotyczącego choroby, problemów rodzinnych i osobistych. Szczegółowy opis bezradności, samotności, a także braku perspektyw na polepszenie sytuacji może świadczyć o nadal istniejącej chęci podtrzymania więzi społecznych. W przeciwieństwie do tekstu z załącznika 8, dwa pozostałe listy, poprzez swój rozbudowany charakter, mogą stanowić punkt wyjścia do dyskusji dla użytkowników forum. Opis procesu podjęcia decyzji, a także powodów kierujących nadawcą przekazu umożliwia odbiorcom wejście w konwersację i odwołanie się do podanych przez autora argumentów. Reakcje takie są dosyć częste, co można zauważyć w komentarzach pod tekstem z załącznika 6.

Należy zaznaczyć istotną różnicę między publikowanymi w Internecie e-pożegnaniem a tekstami nazywanymi „listem samobójcy”. E-pożegnanie to cyfrowy zapis upubliczniony za pomocą Internetu lub przesłany wiadomością w komunikatorze, sporządzony przez osobę planującą dokonanie działań samobójczych. Natomiast inną formą jest w tej przestrzeni list pożegnalny, inaczej: list samobójcy, który pojawia jako pewna forma wypowiedzi, której autor nie musi sam mieć w planach dokonania samobójstwa, gdyż celem publikacji jest głównie chęć podzielenia się jej formą i treścią z innymi użytkownikami.

<sup>53</sup> Załączniki 6–8.

Zagadnienie funkcjonowania e-pożegnań i listów pożegnalnych w przestrzeni Internetu wymaga kategoryzacji tych zjawisk i opisu miejsc, a także form występowania tych zapisów. W dalszej części rozdziału przeanalizuję ich przykłady według wyodrębnionych w części metodologicznej kategorii przestrzeni internetowych. W miejscach tych nie występują tylko autentyczne listy osób planujących samobójstwo – niektóre z tych stron zamieszczają teksty symulowane lub stylizowane na listy pożegnalne. Mając na względzie pytanie: czy istnieje wzorzec listu pożegnalnego samobójcy?, uznałam za stosowne przebadanie wszystkich przestrzeni internetowych, w których pojawia się tak nazywana forma, gdyż istotne zdaje się samo naśladowanie lub tworzenie fałszywych przykładów tej formy w przestrzeni Internetu.

### 12.2.3. Strony zawierające przykłady listów pożegnalnych

Po wpisaniu w wyszukiwarkę Google frazy „list pożegnalny” wśród początkowych wyników pojawiły się dwie strony o tematyce edukacyjnej: [www.sciaga.pl](http://www.sciaga.pl) i [www.bryk.pl](http://www.bryk.pl). Pod obydwoma tymi adresami użytkownicy najczęściej szukają przykładowych opracowań lektur lub wypracowań na zadawane najczęściej w szkołach tematy. Zamieszczane tam treści mają stanowić pomoc edukacyjną na różnych poziomach kształcenia, obejmującą wszystkie przedmioty z zakresu edukacji podstawowej. Można tam znaleźć zarówno rozwiązania zadań z chemii i matematyki, jak i podstawy gramatyki języka niemieckiego. Jednym z opracowanych na poziomie liceum zagadnień z języka polskiego na [sciadze.pl](http://sciadze.pl) okazał się „list pożegnalny do rodziny”<sup>54</sup>. Treści zamieszczone na stronie są recenzowane – 80% użytkowników oceniło ten konkretny tekst pozytywnie. Na stronie [bryk.pl](http://bryk.pl) także możemy znaleźć przykład „listu pożegnalnego do rodziców”<sup>55</sup>; tym razem praca jest na poziomie gimnazjalnym – również oceniona pozytywnie. Na [bryku.pl](http://bryku.pl) można też znaleźć „list samobójcy do przyjaciela”<sup>56</sup>.

Zjawisko publikowania przykładowych listów pożegnalnych świadczy o istniejącym wyobrażeniu na temat formy tego przekazu. Fakt umieszczenia tych tekstów na portalach edukacyjnych pozwala przyjąć założenie, że list samobójcy jest traktowany jako forma literacka. Strony takie jak [bryk.pl](http://bryk.pl) i [sciaga.pl](http://sciaga.pl) to miejsca, w których uczniowie mogą znaleźć odpowiedzi dotyczące zadanych ćwiczeń szkolnych. Pojawienie się wśród tych zadań przykładu listu pożegnalnego samobójcy świadczy o możliwym podejściu do tego tekstu jako do ćwiczenia poszerzającego kompetencje z zakresu twórczego pisania. Potwierdzeniem tej tezy niech będą trzy przytaczane niżej doniesienia prasowe, poruszające temat pisania listów pożegnalnych przez młodzież szkolną.

<sup>54</sup> Załącznik 9.

<sup>55</sup> Załącznik 10.

<sup>56</sup> Załącznik 11.