

# Medierapportering om självmord

- Att förebygga självmord: Ett stödmaterial för yrkesverksamma inom media (WHO)
- Internationell forskning om självmordsrapportering i medier
- Medierapportering om självmord i en svensk kontext
- Svenska dagstidningars rapportering om självmord 2000–2020
- Diskussion och frågor

Michael Westerlund, Fil.dr,

Forskningspecialist inom suicid och medierad kommunikation, Nationellt centrum för suicidforskning och prevention (NASP), Karolinska institutet

Universitetslektor/forskare, Institutionen för mediestudier (IMS), Stockholms universitet

Länk till stödmaterial:

<https://ki.se/media/240504/download>



Att förebygga självmord:  
**Ett stödmaterial för  
yrkesverksamma  
inom media**

Foto: Istockphoto



**Karolinska  
Institutet**

michael.westerlund@ki.se

210 x 297 mm

## Ansvarsfull medierapportering om självmord: **SNABBGUIDE**

### Att göra:

- Ge korrekt information om var det går att söka hjälp
- Informera allmänheten om fakta kring självmord och självmordsprevention, utan att sprida myter
- Låt rapporteringen innehålla skildringar om hur man kan hantera stress eller självmordstankar och hur man kan få hjälp
- Iaktta särskild försiktighet vid rapportering om kända personers självmord
- Iaktta försiktighet vid intervjuer med efterlevande familjemedlemmar eller vänner
- Ha förståelse för att yrkesverksamma inom media själva kan bli påverkade av rapportering om självmord

### Att undvika:

- Använd inte en framträdande placering för skildringar som rör självmord och undvik upprepning av sådan rapportering
- Använd inte ett språk som är sensationsartat eller som normaliserar självmord, eller presenterar det som en konstruktiv lösning på problem
- Beskriv inte explicit den självmordsmetod som använts
- Ge inte detaljerad information om den specifika platsen för självmordshandlingen
- Använd inte sensationsartade rubriker
- Använd inte foton, videoklipp eller länkar till sociala medier

# Innehåll

<b>Förord</b>	6
<b>Ansvarsfull medierapportering om självmord: snabbguide</b>	7
<b>Introduktion</b>	8
<b>Forskning om mediers påverkan på självmordsbeteende</b>	10
Rapportering som utgör en risk för självmordsbeteende	10
Positiva effekter av rapportering	10
<b>Ansvarsfull medierapportering</b>	12
Ge korrekt information om var det går att söka hjälp	12
Informera allmänheten om fakta kring självmord och självmordsprevention utan att sprida myter	12
Låt rapporteringen innehålla skildringar om hur man kan hantera stress eller självmordstankar och hur man kan få hjälp	12
lakta särskild försiktighet vid rapportering om kända personers självmord	13
lakta försiktighet vid intervjuer med efterlevande familjemedlemmar eller vänner	13
Ha förståelse för att yrkesverksamma inom media själva kan bli påverkade av rapportering om självmord	14
Använd inte en framträdande placering för skildringar som rör självmord och undvik upprepning av sådan rapportering	14
Använd inte ett språk som är sensationsartat eller som normaliserar självmord, eller presenterar det som en konstruktiv lösning på problem	14
Beskriv inte explicit den självmordsmetod som använts	15
Ge inte detaljerad information om den specifika platsen för självmordshandlingen	15
Använd inte sensationsartade rubriker	16
Använd inte foton, videomaterial eller länkar till sociala medier	16
<b>Källor med tillförlitlig information</b>	17
<b>Bilaga 1</b> Överväganden för digitala (nyhets-)medier	20
<b>Bilaga 2</b> Rapportering om massskjutningar och terrorism	21
<b>Bilaga 3</b> Översikt av den vetenskapliga litteraturen om mediers påverkan	22
<b>Slutsats</b>	25
<b>Referenser</b>	26
<b>Bilaga 4</b> Myter och fakta om självmord	29
<b>Bilaga 5</b> Förord från WHO:s original "Preventing suicide: a resource for media professionals" (2017)	31

# Werther effekt / Imitationseffekt

- Uppfattningen om att människor som tar del av mediernas framställningar om självmord riskerar att imitera dessa beteenden kan spåras tillbaka till publiceringen av Goethes brevroman *Den unge Werthers lidanden* som utkom år 1774.
- Från 1970-talet och framåt har en rad medieformer undersökts, t.ex. dagstidningar, TV, film, musik, litteratur och olika former av digital kommunikation på internet, och behandlat såväl fiktion som faktiska framställningar om självmord.

# Werther-effekt / Imitationseffekt

- Phillips studie från 1974 om dagstidningars rapportering om självmord på förstasidor visade på en tydlig imitationseffekt: rapportering om självmord på tidningars förstasidor leder till ett ökat antal självmord.
- Forskningen inom fältet pekar sammantaget mot att medierapportering om självmord i vissa fall kan utlösa självmordsbeteenden. (t.ex. Schmidtke & Schaller, 2000; Gould, 2001; Pirkis & Blood, 2001; Stack, 2005)

# Werther-effekt / Imitationseffekt

- Nyare studier har mer utvecklade och förfinade undersökningsmetoder, forskningsdesign och forskningsfrågor.
- Hög grad av sårbarhet i kombination med att starkt identifiera sig med en person vars självmordshandlingar har rapporterats om i medier utgör en tydlig riskfaktor för imitationsbeteende.
- Både självmord och självmordsförsök ökar särskilt tydligt efter nyhetsrapportering om kända personers självmord.
- Senare studier visar också att antalet efterföljande självmord tenderar att öka vid självmordsrapportering som:
  - repeterar/uppber en och samma självmordshandling
  - upprätthåller myter och felaktigheter om självmord
  - innehåller beskrivningar av specifika självmordsmetoder

(t.ex. Niederkrotenthaler m.fl., 2009; Niederkrotenthaler m.fl. 2012; Till m.fl., 2015; Westerlund & Niederkrotenthaler, 2021)

# Werther-effekt / Imitationseffekt

Skådespelaren Robin Williams



Amerikansk studie visar på en 10-procentig ökning av antalet självmord under en 5-månadersperiod efter självmordet. Ökningen var särskilt tydlig bland män och i åldersgruppen 30-44 år.

Fink DS, Santaella-Tenorio J, Keyes KM (2018) Increase in suicides the months after the death of Robin Williams in the US. *PLoS ONE* 13 (2): e0191405.



# Innehållsstudier

- Tidningarnas rapportering om självmordsfall var tydligt sensationsinriktade, stereotypa och felaktiga och att de bryter helt med exempelvis WHO:s rekommendationer
- Stor diskrepans mellan den verklighet som officiella data förmedlar och dagstidningarnas verklighetsbeskrivning
- Allmänheten riskerar att vilseledas i sina uppfattningar och får en felaktig bild av orsakerna till varför vissa människor tar sina liv.

# Innehållsstudier

Sammantaget visar ett stort antal olika innehållsstudier att:

- det främst rapporteras om celebriteters självmordshandlingar
- tonvikten ligger på självmord där våldsamma eller ovanliga metoder använts
- en oproportionerligt stor andel av rapporteringen behandlar unga människors självmord
- bakomliggande orsaker till självmordshandlingar negligeras ofta
- det oftast saknas information om alternativa lösningar och preventiva åtgärder

(T.ex. Shepard & Barraclough, 1978; Gappmair, 1980; Tantalo & Marchiori, 1981; Kuess & Hatzinger, 1986; Michel m.fl., 1995; Fekete and Schmidtke 1996; Au m.fl. 2004; Niederkrotenthaler m.fl., 2009a; Niederkrotenthaler m.fl., 2009b)

# Preventiva effekter av rapportering om självmord: Papageno-effekt

- Benämningen syftar på karaktären Papageno i Mozarts opera Trollflöjten som planerar att ta sitt liv då han tror sig ha förlorat sitt livs stora kärlek, men påverkas av andra att hitta bättre lösningar än självmord.

# Preventiva effekter av rapportering om självmord: Papageno-effekt

- Studier visar att medierapportering som beskriver sätt att konstruktivt hantera suicidalitet och psykosociala krissituationer kan minska antalet efterföljande självmord (Arendt m.fl., 2016; Till m.fl., 2018).
- Särskilt narrativ som betonar att människor kan hjälpa varandra och att suicidalitet kan motverkas har tydliga preventiva effekter (Till m.fl., 2023).
- Sammantaget understryker resultaten att medier kan bidra till det självmordsförebyggande arbetet genom att minimera felaktig och sensationsartad rapportering och maximera rapporteringen om hur man på ett konstruktivt sätt kan hantera suicidalitet, sårbarhet och negativa omständigheter.

# Sammanfattning av forskningsresultat

- Ju mer publicitet ett självmord får, desto större blir ökningen av faktiska självmordshandlingar (imitationseffekt).
- Imitationseffekterna är större bland ungdomar än vuxna.
- Likheter mellan självmordsmodellen och den potentielle självmordsimitatören (identifikation) är en avgörande faktor för att en självmordshandling ska äga rum.
- Risken för imitationseffekter (Werther-effekt) tycks öka om den porträtterade självmordsmodellen är en celebritet.
- Risken för imitationseffekter tycks också öka om den medierade framställningen behandlar ett autentiskt självmord och inte ett fiktivt.
- Dagstidningars rapportering om självmord verkar även ha en större inverkan än televisionens.
- Mer dramatiska och sensationsinriktade beskrivningar av självmordsfall i medier innebär större risk för imitationssjälvmord än balanserade framställningar.
- Medieframställningar om krishantering och hur man på ett konstruktivt sätt kan hantera självmordstankar verkar ha suicidpreventiva effekter (Papageno-effekt).

(Westerlund & Niederkrotenthaler, 2021)

# Medierapportering om självmord i en svensk kontext

Aftonbladet 27 januari 1900: notis

***Trött på lifvet.*** Från Hällestad telegraferas den 26 januari:

Lärarinnan i konstväfnad fröken Hanna Svensson, bördig från Skåne och som senast bodde här, afhände sig i går lifvet genom att dränka sig i Hällestadsån. Hennes döda kropp återfanns i dag. Alt tyder på, att hon äfven intagit gift. Sjuklighet i förening med tungsinthet antages vara orsaken till sjelfmordet. Hon var 46 år gammal.

Aftonbladet 5 februari 1900: notis

***Mord af vansinnig.*** Från Lidköping telegraferas den 4 februari: Natten mellan fredagen och lördagen utspelades i Håle socken ett hemskt familjedrama, i det femtioårige torparen A. Löf i ett anfall af vansinne med en yxa tillfogade sin fyrtioåriga hustru ett dödande hugg i halsen och därefter sökte begå sjelfmord genom att med en rakknif skära halsen af sig. Löf infördes i går till Lidköpings lasarett, där det visade sig, att såret var af ganska ofarlig beskaffenhet. Löf har förut varit intagen å vårdanstalt för sinnessjukdom.

# Medierapportering om självmord i en svensk kontext

PK 1905: "...själmordsnotiser, på grund af det menliga inflytande de ha på en kategori olyckliga människor, böra i möjligaste mån inskränkas i antal, och att meddelanden om själmordsförsök i allmänhet ej böra publiceras" (Börjesson, 1989: 6).

PK 1933: "Omnämn icke självmord eller självmordsförsök, som ej begåtts i samband med brott eller under särskilt uppseendeväckande omständigheter..." (Börjesson, 1989: 11).

Publicitetsreglerna 2024: Publicitetsreglerna för medier: "Iaktta stor försiktighet vid rapportering om självmord och självmordsförsök särskilt av hänsyn till anhöriga och vad ovan sagts om respekt för enskildas privatliv" (MO, 2024).

# Medierapportering om självmord i en svensk kontext

TV 4, 2004, *Kalla fakta*:

”Vi har haft många diskussioner på redaktionen inför det program ni nu ska få se. Stundtals har vi frågat oss om det verkligen är rätt att visa ett program om självmord, eftersom det sagts att det kan inspirera fler att ta sitt liv. Men nu säger experterna på det här att detta är en myt, att det i själva verket är precis tvärtom; att det går att minska antalet självmord om man bara vågar tala om saken och visa vad man kan göra”.



## Expressen 2004

SPORT | Fotboll Hockey Live-TV Målservice Speltips Kampsport Trav Vintersport



EN AV VÅRA STÖRSTA Brottaren Mikael Ljungberg blev 34 år. Han var en av de starkast lysande stjärnorna inom svensk brottning. Största bragden var när han tog OS-guld i Sydney år 2000. Han blev också utsedd till Årets Göteborgare och fick Victoriastipendiet 2001.

1 / 2

Foto: PETER WIDING

### OS-hjälten i brottning Mikael Ljungberg är död.

Han tog sitt liv på Mölndals sjukhus i Göteborg där han sedan söndagen vårdades för depression.

- En mycket tragisk händelse, en mycket stor förlust för brottningen, både mänskligt och sportsligt, säger Tony Stigsson, generalmajor och ordförande i Svenska brottningsförbundet.

michael.westerlund@ki.se

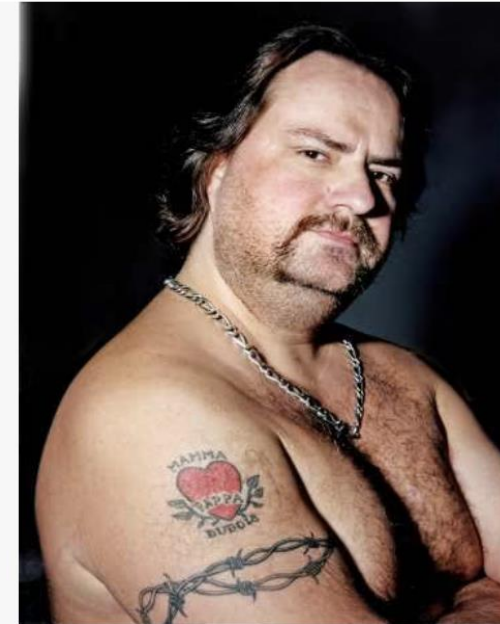
## Aftonbladet 2005

### Svullo tog sitt liv

Uppdaterad 2011-03-08 | Publicerad 2005-12-03

Dela Spara

Micke Dubois exsambo: Han ringde och grät



LOCKADE TILL SKRATT Micke Dubois alias "Svullo" lockade många till skratt med sin vulgohumor. "Han var före sin tid", konstaterar Aftonbladets Jan-Olov Andersson.

1 / 3

Foto: ANDREAS LUNDBERG

Skådespelaren och komikern Micke Dubois orkade inte leva längre.

I går hittade hans förra sambo honom död i ett källarförråd i Huddinge. – Jag tror jag har hans sista andetag inspelat på min mobil, säger hon.

Mikael "Micke" Dubois blev känd som rollfiguren Svullo i slutet på 1980-talet.

I går eftermiddag hittade hans förra sambo Gitte Nilsson, 35, honom död i den fas-tighet han flyttade in i efter att paret separerat.

Hon hittade honom i ett gemensamt källarförråd. Han satt på en stol och hade en snara om halsen.

# Svenska dagstidningars rapportering om självmord 2000–2020: En kvantitativ innehållsstudie

”Gen driver hjärnan att begå självmord”

”Pedofil sköt sig själv”

”Krisen utlöste självmordsvåg i Japan”



**Självmordssiffrorna fortsätter nedåt**

”Han hängde sig i häktet”

”Fler tar sitt liv framför tåget. Nu får lokförare i kris stöd av sina kollegor”

## Ny forskning om självmord i Sverige

**Insidan.** Varje år tar runt 1500 människor sitt liv i Sverige. Många av självmorden är alkoholrelaterade. Nu ska forskaren Lotfi Khemiri, bland annat verksam vid Karolinska institutet, titta mer på sambandet mellan beroendesjukdom och självmord. **Sidan 23**

### HAR DU SJÄLVMORDSTANKAR? HÄR KAN DU FÅ HJÄLP

- Är du närstående: Ta alltid självmordstankar eller planer på allvar.
- Prata och våga lyssna. Uttryck din oro och ställ frågor. Ge konkreta exempel på varför du tror att det finns en självmordsrisk.
- En självmordsnära person behöver träffa någon från psykiatri på en gång. Ring 112 eller åk till en akutmottagning. Om möjligt – lämna inte personen ensam.
- Betona att det går att få hjälp och att saker och ting kommer att bli bättre. Ring alltid 112 om läget är akut.

#### HIT KAN DU RINGA

- BRIS vuxentelefon: 077-150 50 50.
- BRIS – Barnens hjälptelefon: 116 111, [www.bris.se](http://www.bris.se).
- Självmordslinjen: 90 101, [chatt.mind.se](http://chatt.mind.se).
- Hjälpinjen: 0771-22 00 60.
- Jourhavande präst: Nås via 112.
- Föräldratelefon: 020-85 20 00.
- Jourhavande kompis: 020-22 24 44.
- Spes (Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandes stöd): [spes.nu](http://spes.nu).
- Telefonjouren: 08-34 58 73.

Källor: [mind.se](http://mind.se) och [www.spsistockholm.se](http://www.spsistockholm.se).

”Det bör finnas riktlinjer för hur man hanterar sexuella trakasserier på arbetsplatser”, säger Linda Magnusson-Hansson. Foto: Baran/Dalio

## Ny studie: Sexuella trakasserier på arbetet ökar risken för självmord

”Självmord tar fler liv än trafiken”

”Skolor ska bli bättre på att förebygga självmord”



”Armlös naziterrorist hängde sig”

”Jag tänkte ta mitt liv”

Samtalsjour.

## Självmordslinjen öppnar dygnet runt

”Psykiatripatient begick självmord efter utskrivning”

# Svenska dagstidningars rapportering om självmord 2000–2020

## Syfte och frågeställningar

Syftet med denna studie är att kartlägga omfattning och typ av rapportering gällande självmord i ett urval av svenska dagstidningar åren 2000 och 2020, samt att belysa de mest framträdande temana i dagstidningarnas framställningar av självmord och att undersöka i vilken mån rapporteringen är i linje med WHO:s stödmaterial för en balanserad och ansvarsfull rapportering om självmord.

## Forskningsfrågor

1. Hur ofta/mycket (frekvens) rapporteras det om självmord i svenska dagstidningar under åren 2000 och 2020?
2. Vilka övergripande typer, kategorier och teman (innehåll) kan framställningarna av självmord sorteras in i, och hur skiljer sig detta eventuellt åt mellan åren och vad gäller typ av tidning?
3. I vilken mån är dagstidningarnas rapportering om självmord i linje med WHO:s stödmaterial för en balanserad och ansvarsfull rapportering om självmord?

The collage features several newspaper headlines and a help box. On the left, a vertical headline reads "S- nar nt". In the top right, a red-bordered box titled "HAR DU SJÄLVMORDSTANKAR? HÄR KAN DU FÅ HJÄLP" lists various support services. In the center, a headline reads "Ny forskning om självmord i Sverige" with a sub-headline "Insidan. Varje år tar runt 1500 människor sitt liv i Sverige. Många av självmorden är alkoholrelaterade. Nu ska forskaren Lotfi Khemiri, bland annat verksam vid Karolinska institutet, titta mer på sambandet mellan beroendesjukdom och självmord. Sidan 23". Below this, another headline reads "Ny studie: Sexuella trakasserier på arbetet ökar risken för självmord". At the bottom, a headline reads "VARNINGEN FÖRE SJÄLVMORDET - FREDRIK KUNDE HA RÄDDATS" with a photo of a man in a dark setting.

**HAR DU SJÄLVMORDSTANKAR? HÄR KAN DU FÅ HJÄLP**

- Är du närstående: Ta alltid självmordstankar eller planer på allvar.
- Prata och våga lyssna. Uttryck din oro och ställ frågor. Ge konkreta exempel på varför du tror att det finns en självmordsrisk.
- En självmordsnära person behöver träffa någon från psykiatri på en gång. Ring 112 eller åk till en akutmottagning. Om möjligt – lämna inte personen ensam.
- Betona att det går att få hjälp och att saker och ting kommer att bli bättre. Ring alltid 112 om läget är akut.

**HIT KAN DU RINGA**

- BRIS vuxentelefon: 077-150 50 50.
- BRIS - Barnens hjälptelefon: 116 111, [www.bris.se](http://www.bris.se).
- Självmordslinjen: 90 101, [chatt.mind.se](http://chatt.mind.se).
- Hjälpinjen: 0771-22 00 60.
- Jourhavande präst: Nås via 112.
- Föräldratelefon: 020-85 20 00.
- Jourhavande kompis: 020-22 24 44.
- Spes (Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandes stöd): [spes.nu](http://spes.nu).
- Telefonjouren: 08-34 58 73.

Källor: [mind.se](http://mind.se) och [www.speisrockbo.se](http://www.speisrockbo.se).

**Ny forskning om självmord i Sverige**

**Insidan.** Varje år tar runt 1500 människor sitt liv i Sverige. Många av självmorden är alkoholrelaterade. Nu ska forskaren Lotfi Khemiri, bland annat verksam vid Karolinska institutet, titta mer på sambandet mellan beroendesjukdom och självmord. Sidan 23

**Ny studie: Sexuella trakasserier på arbetet ökar risken för självmord**

**"Självmord tar fler liv än trafiken"**

**"Skolor ska bli bättre på att förebygga självmord"**

**"Psykiatriker begick självmord efter utskrivning"**

**VARNINGEN FÖRE SJÄLVMORDET - FREDRIK KUNDE HA RÄDDATS**

# Svenska dagstidningars rapportering om självmord 2000–2020: En kvantitativ innehållsstudie

## Rikstidningar

- Aftonbladet (AB)
- Expressen
- Svenska Dagbladet (SvD)
- Dagens Nyheter (DN)

## Regiontidningar

- Göteborgsposten (GP)
- Sydsvenskan (SDS)
- Uppsala Nya Tidning (UNT)
- Arbetarbladet (AB Gävle)
- Vestmanlands Läns Tidning (VLT)
- Norrländska socialdemokraten (NSD)

ifffrorna  
edåt

ängde sig i häktet”

tåget.

töd av

S-  
nar  
it

## Ny forskning om självmord i Sverige

**Insidan.** Varje år tar runt 1500 människor sitt liv i Sverige. Många av självmorden är alkoholrelaterade. Nu ska forskaren Lotfi Khemiri, bland annat verksam vid Karolinska institutet, titta mer på sambandet mellan beroendesjukdom och självmord. **Sidan 23**

**HAR DU SJÄLVMORDSTANKAR? HÄR KAN DU FÅ HJÄLP**

- Är du närstående: Ta alltid självmordstankar eller planer på allvar.
- Prata och våga lyssna. Uttryck din oro och ställ frågor. Ge konkreta exempel på varför du tror att det finns en självmordsrisk.
- En självmordsnära person behöver träffa någon från psykiatri på en gång. Ring 112 eller åk till en akutmottagning. Om möjligt – lämna inte personen ensam.
- Betona att det går att få hjälp och att saker och ting kommer att bli bättre. Ring alltid 112 om läget är akut.

**HIT KAN DU RINGA**

- BRIS vuxentelefon: 077-150 50 50.
- BRIS – Barnens hjälptelefon: 116 111, [www.bris.se](http://www.bris.se).
- Självmordslinjen: 90 101, [chatt.mind.se](http://chatt.mind.se).
- Hjälpplinjern: 0771-22 00 60.
- Jourhavande präst: Nås via 112.
- Föräldratelefon: 020-85 20 00.
- Jourhavande kompis: 020-22 24 44.
- Spes (Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandes stöd): [spes.nu](http://spes.nu).
- Telefonjouren: 08-34 58 73.

Källor: [mind.se](http://mind.se) och [www.spesstockholm.se](http://www.spesstockholm.se)

## Ny studie: Sexuella trakasserier på arbetet ökar risken för självmord

”Självmord tar fler liv än trafiken”

”Skolor ska bli bättre på att förebygga självmord”

”Psykiatripatient begick självmord efter utskrivning”



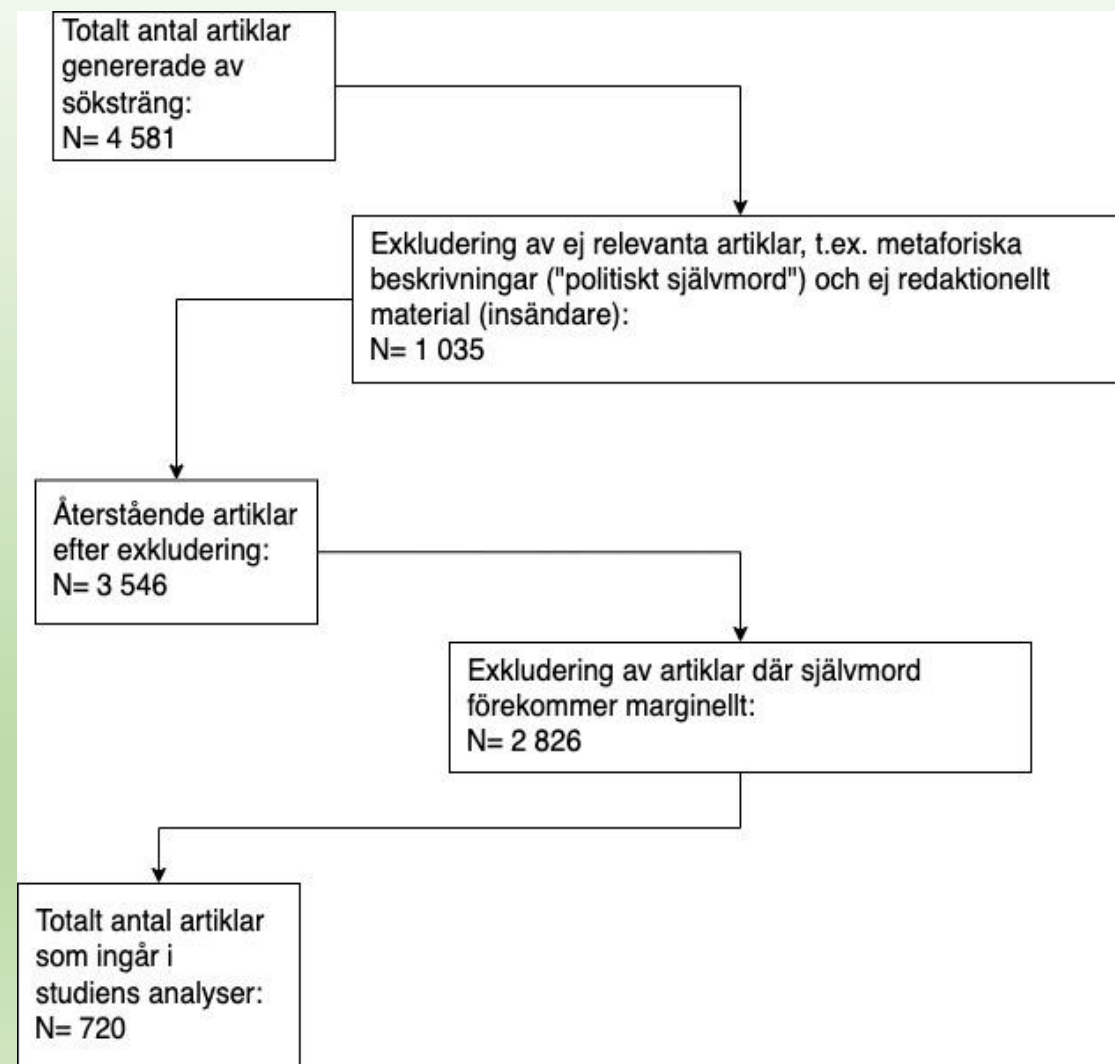
# Svenska dagstidningars rapportering om självmord 2000–2020

Artiklar insamlade från databasen  
Mediearkivet Retriever

Söksträng:

"sköt sig" OR "skjutit sig" OR "skjuta sig" OR "hänga sig" OR  
"hängt sig" OR "hängde sig" OR "livet av sig" OR "ta sitt liv"  
OR "tog sitt liv" OR (självord\* OR suicid\*) ANDNOT  
(självordsbomb\* OR självmordsdåd\* OR  
självordsattack\* OR självmordsattentat\*)

Figur 1: Flödesschema för urval av artiklar



# Svenska dagstidningars rapportering om självmord 2000–2020

Något färre artiklar om självmord år 2020 jämfört med år 2000

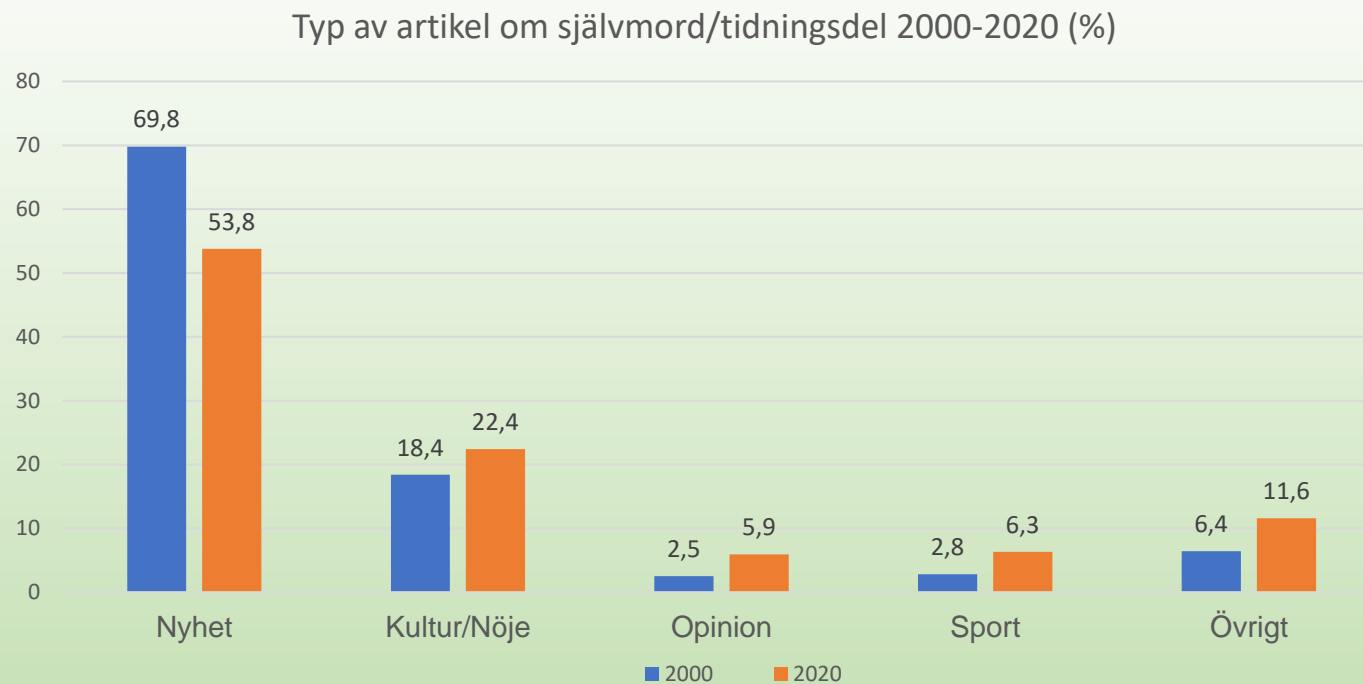
Artiklar där självmordsord överhuvudtaget nämns:

2000= 5,3/v    2020=3,9/v

Artiklar där självmord utgör ett framträdande innehåll:

2000= 1,0/v    2020= 0,8/v

## Figur 2: Typ av artikel/tidningsdel per år



. 183/ \*\*\*

*Kommentar: Ej VLT, NSD och Arbetarbladet. Värden för Cramér's V (cv) och Pearson Chi-Square (p) är angivet i tabellen: \* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$ ; ns= ej signifikant. N= 661*

# Tabell 10: Innehållskategorier i artiklar om självmord per år

Innehållskategorier	2000 n= 358	2020 n= 303	V och p
Död i självmord	41,6%	41,6%	.000 ns
Sociala, kulturella, filosofiska perspektiv etc.	21,2%	18,8%	.030 ns
Självmordsstatistik	19,3%	17,5%	.023 ns
Självmordsförsök	16,5%	11,6%	.070 ns
Forskning/Vetenskap	15,6%	12,9%	.039 ns
Självmordsprevention	14,5%	29,4%	.181***
Lagstiftning/Reglering	13,4%	18,2%	.065 ns
Självmordsplaner/-tankar	7,5%	9,6%	.036 ns
Mord följt av självmord	6,7%	5,6%	.023 ns
Självmordspakt	4,2%	1,3%	.086*
Assisterat/Eutanasi	1,7%	6,9%	.132***

Kommentar: Ej VLT, NSD och Arbetarbladet. Värden för Cramér's V (V) och graden av signifikans (p) är angivet i tabellen (\*p<.05; \*\*p<.01; \*\*\*p<.001; ns=ej signifikant). N=661

Han hängde sig i häktet. Sjuksköterska hittade 37-åringen i cellen  
 En 37-årig knarkbrottsling tog i går kväll livet av sig på Kronobergshäktet i Stockholm. Det var det andra självmordet på fem månader. - Mannen lyckades hänga sig med hjälp av sina kläder, berättade i förmiddags häkteschefen Lars-Åke Pettersson för Expressen.

Projekt mot självmord: Lyckat stöd till elever  
 Tre procent av åttondeklassarna i tio Stockholmsskolor har uppgett att de försökt begå självmord under det senaste året. I de skolor som har arbetat med ett förebyggande projekt har andelen självmordsförsök minskat.



Tabell 16: Stigma och alarmism i rubrik och brödtext per år

”Psykipatient begick självmord efter utskrivning”

Rubrik	2000 n=358	2020 n=303	V och p
Stigma	6,4%	5,3%	.024 ns
Alarmism/sensation	12,8%	5,6%	.123**
<b>Brödtext</b>			
Stigma	31,8%	25,1%	.074 ns
Alarmism/sensation	39,1%	25,7%	.142***

”Armlös naziterrorist hängde sig”

”Krisen utlöste självmordsvåg i Japan”

Kommentar: Ej VLT, NSD eller Arbetarbladet. Värden för Cramér’s V (V) och graden av signifikans (p) är angivet i tabellen (\*p<.05 \*\*p<.01; \*\*\*p<.001; ns=ej signifikant). N=661.

Tabell 19: Identifierande information, angiven självmordsmetod och självmordplats samt fakta om självmord och kontaktuppgifter om hjälp per år

**HAR DU SJÄLVMORDSTANKAR? HÄR KAN DU FÅ HJÄLP**

- Är du närstående: Ta alltid självmordstankar eller planer på allvar.
- Prata och våga lyssna. Uttryck din oro och ställ frågor. Ge konkreta exempel på varför du tror att det finns en självmordsrisk.
- En självmordsnära person behöver träffa någon från psykiatrin på en gång. Ring 112 eller åk till en akutmottagning. Om möjligt – lämna inte personen ensam.
- Betona att det går att få hjälp och att saker och ting kommer att bli bättre. Ring alltid 112 om läget är akut.

**HIT KAN DU RINGA**

- BRIS vuxentelefon: 077-150 50 50.
- BRIS – Barnens hjälptelefon: 116 111, [www.bris.se](http://www.bris.se).
- Självmordslinjen: 90 101, [chatt.mind.se](http://chatt.mind.se).
- Hjälp linjen: 0771-22 00 60.
- Jourhavande präst: Nås via 112.
- Föräldratelefon: 020-85 20 00.
- Jourhavande kompis: 020-22 24 44.
- Spes (Riksförbundet för suicidprevention och efterlevandes stöd): [spes.nu](http://spes.nu).
- Telefonjouren: 08-34 58 73.

Källor: [mind.se](http://mind.se) och [www.spesistockholm.se](http://www.spesistockholm.se).

	2000 n=149	2020 n=124	V och p
Namn	51,7%	79,8%	.293***
Ålder	62,4%	56,5%	.061 ns
Kön	91,3%	91,1%	.003 ns
Hemort	22,1%	25,8%	.043 ns
Celebritet	24,8%	44,4%	.206***
Självmordsmetod	68,5%	21,0%	.474***
Självmordsmetod i rubrik	8,7%	2,4%	.134*
Specifik självmordsplats	23,5%	12,1%	.147*
Fakta om självmord	0,7%	28,2%	.405***
Kontaktuppgifter	0,0%	37,9%	.500***

”Inspärrad för pennstöld - hängde sig i cellen”  
Expressen 2000-02-14

”Tågmördare begick självmord”  
Dagens Nyheter. 2000-06-30

Kommentar: Ej VLT, NSD eller Arbetarbladet. Värderna för Cramér's V (V) och graden av signifikans (p) är angivet i tabellen (\*p<.05 \*\*p<.01; \*\*\*p<.001; ns=ej signifikant). N=273.

# Sammanfattningsvis:

Förhållandevis stora förändringar mellan år 2000 och år 2020 vad gäller dagstidningarnas rapportering om självmord, i ett suicidpreventivt perspektiv både positiva och mer negativa förändringar.

- Positivt är att det publiceras betydligt mer om suicidprevention i tidningarna år 2020 än år 2000, och att detta har ökat särskilt mycket i de regionala tidningarna (den största innehållskategorin om självmord 2020).
- Positivt är också att självmordsmetoder och specifik självmordsplats nämns alltmer sällan i tidningarnas artiklar över tid, och att kontaktinformation om hjälp samt fakta om självmord har ökat över tid.
- Negativt är dock att det år 2020 i artiklar om självmordshandlingar fortfarande till stor del saknas information om var man kan söka hjälp samt fakta om självmord.
- Negativt är också att beskrivningar av självmordsmetoder och ett alarmistiskt/sensationsartat, samt stigmatiserande språkbruk fortfarande finns med i en relativt hög andel av artiklarna år 2020.

Fortsatt viktigt med ett självmordsförebyggande arbete för att minimera felaktig och sensationsartad rapportering och att maximera rapporteringen om hur man på ett konstruktivt sätt kan hantera suicidalitet, sårbarhet och negativa omständigheter.