

**Når pressen dekker selvmord**  
Effekten av den reviderte selvmordsparagrafen i Vær  
Varsom-plakaten



Universitetet  
i Stavanger

**Institutt for medie- og samfunnsfag**

Bacheloroppgave i journalistikk

2024

Ida Marie Larsen Korsen

# Forside

## Bacheloroppgave

Studieprogram: Journalistikk bachelorstudium

Opptaksår: 2021

Er oppgaven konfidensiell? NEI:  JA:

Kan oppgaven benyttes til undervisningsformål? JA:  NEI:

Forfatter

Studentnummer:	Navn:
267875	Ida Marie Larsen Korsen

Oppgavens tittel:

Når pressen dekker selvmord: Effekten av den reviderte  
selvmordsparagrafen i Vær Varsom-plakaten

Veileder: Julia Doksæter Horn

# Sammendrag

I denne oppgaven ser vi på effekten av den reviderte selvmordsparagrafen i Vær Varsom-plakaten. For å kunne gjøre dette har det blitt foretatt kvalitative semistrukturerte intervjuer som analyseres i tråd med relevant teori. Noen av hovedfunnene i oppgaven baserer seg på intervjuer utført med et utvalgsmedlem fra Norsk Presseforbund, samt redaktører i to forskjellige redaksjoner som begge følger Vær Varsom-plakaten. Oppgaven ser nærmere på hva endringen innebærer for norske redaksjoner, og hvordan den gamle formuleringen førte til restriktive holdninger og usikkerhet. Vi vil også se at endringen påvirker norske journalister fordi endringen legger opp til å kunne skrive mer om selvmord, og det vil derfor bli viktig å sette søkelys på hvordan man skal omtale selvmord optimalt sett. Både for å unngå overtramp hos etterlatte og å gjøre omtalen så glorifiserende at det kan medføre en smitteeffekt, selv om smitteeffekt er lite dokumentert i norsk forskning. Endringen følger en samfunnsutvikling hvor selvmord og omtale av selvmord er mindre tabubelagt. Det kommer blant annet fram at endringen har åpnet opp for at lokalavisa Fjell-Ljom skal sette selvmord på dagsordenen i et helt nytt prosjekt for å nedkjempe tabuer.

## **Forord**

Jeg vil gjerne takke Universitetet i Stavanger som har gitt meg grunnlaget til å skrive denne oppgaven. Jeg vil også takke min veileder, Julia Doksæter Horn, for god hjelp og oppfølging. Til slutt vil jeg takke alle informantene som har tatt seg tid til å hjelpe meg med forskningen.

# Innholdsfortegnelse

<b>1. Innledning</b> .....	<b>1</b>
1.1 Bakgrunn.....	1
1.2 Problemstilling.....	2
1.3 Forskningsobjekt.....	2
<b>2. Teori</b> .....	<b>2</b>
2.1 Hvorfor punktet ble endret.....	3
2.1.1 Minske usikkerheten i norske redaksjoner.....	3
2.1.2 Pressens informasjonsansvar.....	3
2.1.3 Smitteeffekten.....	4
2.2 Hva endringen innebærer for norske redaksjoner.....	5
2.3 Hvordan endringen påvirker journalistene.....	6
<b>3. Metode og utvalg</b> .....	<b>8</b>
3.1 Kvalitative semistrukturerte intervju.....	8
3.2 Innhenting og lagring av data.....	9
3.3 Informanter.....	10
<b>4. Funn fra empiri</b> .....	<b>11</b>
4.1 Formuleringen var restriktiv.....	11
4.2 Redaksjonene får mer veiledning.....	13
4.3 Selvmord skal settes på dagsordenen.....	14
<b>5. Analyse og drøfting</b> .....	<b>15</b>
5.1 Hvorfor ble punktet endret?.....	16
5.1.1 Punktet førte til usikkerhet.....	16
5.1.2 Punktet gikk utover informasjonsansvaret.....	16
5.1.3 Lite belegg for smitteeffekt.....	17
5.2 Hva innebærer endringen for norske redaksjoner?.....	18
5.3 Hvordan påvirker endringen norske journalister?.....	19
<b>6. Konklusjon</b> .....	<b>20</b>
<b>7. Kildeliste</b> .....	<b>23</b>

# 1. Innledning

Det aller første nummeret av avisa Fjell-Ljom på Røros i Trøndelag kom ut i 1886 (Fjell-Ljom, 2024). Den aller første artikkelen som omtalte selvmord kom først ut i februar 2024 (Nesvold, 05.04.24). Etter at selvmordsparagrafen i Vær Varsom-plakaten (VVP), punkt 4.9, ble revidert.

I en undersøkelse utført av Fireni-utvalget om erfaringene med VVP punkt 4.9 blant medlemmene i Norsk Journalistlag (NJ) og Norsk Redaktørforening (NR), kom det fram at én av tre journalister valgte å dekke selvmord sjeldnere fordi den gamle formuleringen skapte usikkerhet (Idås, 2023). I en redaksjon på 250 medarbeidere utgjør dette 83 journalister. Derfor ble det satt ned et utvalg som skulle jobbe med å omformulere punktet.

Gjeldende fra 2006 var ordlyden: «Vær varsom ved omtale av selvmord og selvmordsforsøk. Unngå omtale som ikke er nødvendig for å oppfylle allmenne informasjonsbehov. Unngå beskrivelse av metode eller andre forhold som kan bidra til å utløse flere selvmordshandlinger» (Brurås, 2020, s. 281).

Den nye ordlyden, som ble gjeldende fra 1. januar 2024, lyder slik:

Ved omtale av selvmord og selvmordsforsøk er det god presseskikk å vektlegge en nøktern framstilling. Vis hensyn til dem som er direkte berørt. Vær varsom ved omtale på et tidlig tidspunkt. Det kreves høy aktsomhet ved beskrivelse av metode og det spesifikke stedet for handlingen (Vær Varsom-Plakaten, 2024).

Formålet med denne oppgaven er å undersøke hva den nye formuleringen vil ha å si for journalister i Norge. Denne oppgaven er viktig fordi samfunnet er i stadig endring, og større åpenhet i samfunnet krever en presse som følger etter. Det er derfor viktig å undersøke om endringen har noe for seg, og å rette et kritisk blikk mot punktet og endringen.

## 1.1 Bakgrunn

Den første Vær Varsom-plakaten ble vedtatt i 1936, i frykt for å sette folk unødig i gapestokken (Brurås, 2020, s. 14). Fra plakaten opprinnelse og fram til 2005, lød selvmordsparagrafen slik: «Selvmord eller selvmordsforsøk skal som hovedregel ikke omtales» (Brurås, 2020, s. 281). Denne formuleringen var i tråd med en gammel samfunnsoppfatning om at selvmord er tabubelagt, men i nyere tider er det større åpenhet

rundt selvmord (Brurås, 2020, s. 281). Det har bidratt til at presseetikken har endret seg på lik linje med samfunnet (Brurås, 2020, s. 281). Men selv om samfunnet åpner seg opp, er selvmord blant de tingene man skal være ekstra varsom med når man omtaler det. Grunnen til at det finnes et eget punkt om dette i VVP, er fordi det finnes tilfeller hvor det er riktig å omtale selvmord. Blant disse er:

- tilfeller der selvmordet har sammenheng med et samfunnsproblem,
- tilfeller der mediene fra før har omtalt en forsvinning og kanskje leteaksjon - som altså ender med at man konstaterer selvmord,
- tilfeller der hendelsen skjedde i det offentlige rom, kanskje med mange vitner, og publikum har behov for å vite hva som skjedde,
- tilfeller der en offentlig person tar sitt eget liv (Brurås, 2020, s. 282).

## 1.2 Problemstilling

Problemstillingen for oppgaven er: *Når pressen dekker selvmord: Effekten av den reviderte selvmordsparagrafen i Vær Varsom-plakaten.* For å kunne drøfte problemstillingen, skal følgende forskningsspørsmål besvares:

1. Hvorfor har punktet om selvmord i VVP blitt endret?
2. Hva innebærer endringen av punktet for norske redaksjoner?
3. Hvordan blir journalister påvirket av endringen?

## 1.3 Forskningsobjekt

Oppgaven er strukturert med et teorikapittel, metodekapittel og analysekapittel. I teorikapittelet vil relevant teori bli presentert og drøftet. Videre følger et kapittel om metode hvor valg av metode og framgangsmåte begrunnes. Senere vil funn fra semistrukturerte kvalitative intervjuer bli lagt fram, som videre drøftes sammen med teori i analysekapittelet. Til slutt skal trådene samles i et konklusjonskapittel.

## 2. Teori

I dette kapittelet skal jeg presentere relevant teori knyttet til oppgaven, og forklare hvorfor teorien er viktig for oppgaven. I første del av kapittelet skal vi se nærmere på hvorfor pressen trenger et eget punkt for selvmord, deretter følger en diskusjon knyttet til hva endringen innebærer for journalister i redaksjoner og hvordan endringen påvirker dem.

## 2.1 Hvorfor punktet ble endret

### 2.1.1 Minske usikkerheten i norske redaksjoner

Det er Norsk Presseforbund som har vedtatt Vær Varsom plakaten, og som står for endringene i denne (Dette er PFU, 2024). Plakaten består av en rekke etiske normer for pressen, og gjelder både for trykte medier og TV og radio (Vær Varsom-Plakaten, 2024). Redaktører og medarbeidere plikter å legge disse normene til grunn for sin virksomhet (Vær Varsom-Plakaten, 2024). Det er Pressens Faglige Utvalg (PFU) som behandler klager mot norske medier (Dette er PFU, 2024). Alle redaktørstyrte medier knyttet til Norsk Presseforbund kan klages inn til PFU (Dette er PFU, 2024).

Derfor er det viktig at formuleringene i Vær Varsom-plakaten er tydelige og lette å tolke, så man unngår usikkerhet, som utvalget ville med den nye formuleringen av selvmordsparagrafen (Idås, 2023). Undersøkelsen utført av Fireni-utvalget om erfaringene med VVP punkt 4.9 konkluderer med at flertallet av journalistene ønsket større åpenhet rundt selvmord (Nybø, 2023). Det ble gitt flere tekstsvaer, som Reidun Kjelling Nybø har forsøkt å oppsummere.

Noen av tekstsvarene lyder som følger:

«Punktet har overlevert seg selv og bør fjernes helt.»

«For en ung journalist oppleves punktet som en enkel utvei for å slippe å snakke om noe som åpenbart er vanskelig.»

«Jeg synes formuleringene i VVP balanserer de ulike dilemmaene på ein fin måte, og at norsk presse generelt har blitt bedre til å omtale selvmord på en balansert måte. Jeg ser ikke behov for å endre formuleringene.»

«Jeg opplever at det nesten ikke er lov å omtale selvmord. Jeg tror at det for mange etterlatte hadde vært lettere om en leste mer om det. Det er lett å føle seg alene og ikke forstår. Hilsen ei som har opplevd selvmord i egen familie.» (Nybø, 2023).

Som vi ser er det journalister i undersøkelsen som mener at punktet om selvmord i VVP burde fjernes helt (Nybø, 2023). Her vektlegges blant annet informasjonsansvaret overfor befolkningen og at selvmord burde behandles som et samfunnsproblem.

### 2.1.2 Pressens informasjonsansvar

Informasjonsansvaret handler om at publikum har rett til å vite om det som har samfunnsmessig betydning, som saker som angår velferd og trygghet (Brurås, 2020, s. 40).



Som nevnt i innledningen trekker Brurås fram flere gode argumenter for hvorfor media til tider må skrive om selvmord. Journalistene som argumenterer for at punktet burde fjernes, mener blant annet at pressen ikke overholder informasjonssansvaret dersom man ikke skriver om selvmord (Nybø, 2023). Tidsskriftet utførte flere dybdeintervjuer med nære etterlatte etter selvmord hos unge menn i Norge, som blant annet fortalte at de ikke hadde sett tegn på psykisk sykdom før selvmordet (Rasmussen & Dieserud, 2018). «Etterlatte ga uttrykk for at fagfolk som regel understreker sammenhengen mellom selvmord og psykisk lidelse når de uttaler seg i mediene» heter det i artikkelen (Rasmussen & Dieserud, 2018). De etterlatte ga uttrykk for at det er et behov for informasjon til befolkningen om selvmord, og kompleksiteten ved handlingen (Rasmussen & Dieserud, 2018).

Åpenhet, dialog og diskusjon rundt temaet er altså ønsket - også i media. Som det kommer fram i dybdeintervjuene med etterlatte etter selvmord, mener de at det som kommer fram i media ikke alltid er tilfellet, og at det trengs informasjon om at det ikke nødvendigvis ligger psykisk lidelse bak når noen velger å ta livet sitt (Rasmussen & Dieserud, 2018).

På den andre siden finnes det grunnlag for hvorfor det behøves et eget punkt om selvmord i VVP.

### **2.1.3 Smitteeffekten**

Smitteeffekten, eller Werther-effekten, stammer fra dikteren Goethe som ga ut boken «Den unge Werthers lidelser» i 1774 (Brurås, 2020, s. 284). Boken handler om selvmord, som førte til en selvmordsbølge i Tyskland (Brurås, 2020, s. 284). I USA og England har det blitt gjort studier for å kartlegge om det er en sammenheng mellom omtale i media og selvmordsfrekvens (Brurås, 2020, s. 284). Flere undersøkelser dokumenterer en sammenheng (Brurås, 2020, s. 284). The British Medical Journal publiserte i 2020 funn fra forskning på sammenhengen mellom medieomtale og selvmord (BMJ, 2020). 31 studier ble analysert under forskningen, og det kom fram at risikoen for selvmord økte med 13 prosent i perioden etter at mediene omtalte at en kjent person tok selvmord (BMJ, 2020). Dersom metoden for selvmordet ble inkludert i artikkelen, var det en 30 prosent økning i selvmord utført med samme metode (BMJ, 2020). Forskerne konkluderte med at dekningsgraden av kjente personer som tar selvmord har en betydningsfull påvirkning for selvmord i befolkningen (BMJ, 2020).

På den andre siden kom forskerne fram til at generelle omtaler av selvmord, altså av ikke-kjente personer, ikke så ut til å ha denne effekten (BMJ, 2020). Det gir grunnlag for at rapportering av enkelt-selvmord ikke bidrar til en smitteeffekt. En av journalistene i undersøkelsen sammenligner omtale av selvmord med omtale av drap ved skyting, og at

pressen ikke unngår å skrive om skyting fordi det kan gi andre ideer om drap ved skyting (Nybø, 2023). Vedkommende mener derfor at det ikke burde gjøres unntak ved selvmordsreportasje (Nybø, 2023). Dette argumentet belyser påvirkningskraften pressen har, og at den ikke kun er forbeholdt selvmordsomtale.

Helsearbeidere og psykologer, på den andre siden, vil fortsatt være varsomme. I undersøkelsen til Idås kommer det fram at de psykologiske fagmiljøene og helsefagmiljøene stiller seg ulikt når det kommer til dette temaet (Idås, 2023). Noen mener at punktet i VVP ikke burde bli revidert, fordi det fungerer etter sin hensikt, mens andre mener punktet bør gi en mer konkret pekepinn (Idås, 2023). De vil altså beholde selvmordsparagrafen. Innspillene tar og til orde for å være restriktiv, og da særlig når det gjelder enkelt-selv mord, på bakgrunn av faren for smitteeffekt (Idås, 2023).

Utvalget konkluderte med at det burde forbli et punkt i VVP om selvmord fordi det bidrar til at redaksjonene er varsomme, men også fordi det understreker at selvmord er et samfunnsproblem som mediene bør omtale (Idås, 2023). Utvalget fikk også innspill om at omtale kan være belastende for etterlatte, og at det derfor bør være et eget punkt i VVP om dette (Idås, 2023). Punktet ble likevel revidert, da det kom tydelig fram at et flertall journalister mente den forrige formuleringen skapte usikkerhet (Idås, 2023).

Teorien er valgt ut for å belyse det første forskningsspørsmålet, om hvorfor punktet har blitt endret. Dette skal drøftes videre i analysekapittelet, opp mot funnene som blir lagt fram i metodekapittelet. Teorien er svært relevant da undersøkelsen ble gjort av utvalget for å komme fram til en revidert formulering i VVP, og det er viktig å poengtere at smitteeffekten også har en relevans når det kommer til medias dekning av selvmord.

## **2.2 Hva endringen innebærer for norske redaksjoner**

Videre følger forskningsspørsmålet om hva endringen innebærer for norske redaksjoner. Den forrige formuleringen brukte ordet «unngå» to ganger (Brurås, 2020, s. 281). I arbeidet utvalget gjorde i forkant av revisjonen av punkt 4.9, la de vekt på at de skulle fjerne ordet fra formuleringen (Idås, 2023). Denne restriktive tonen mente mange at sa for mye om hva mediene ikke skal gjøre, i stedet for hvordan de skal gå fram ved selvmordsomtale (Idås, 2023). Her kan man trekke inn det psykologiske aspektet ved VVP, og hvordan formuleringene påvirker måten journalistene anvender VVP i hverdagen.

I 2015 publiserte Linda Lai en kommentar kalt Ord som motiverer (Lai, 2015). Hun legger vekt på at de ordene som brukes på jobb har større effekt på motivasjon enn det man kanskje tror (Lai, 2015). Hun skriver blant annet at ord setter i gang ubevisste psykologiske reaksjoner, og legger vekt på forskjellen mellom positive og negative ord (Lai, 2015). Selvmord har tradisjonelt sett vært et tabubelagt emne som har blitt knyttet til skam, som har påvirket måten media omtaler det på (Brurås, 2020, s. 282). Den negative unngå-formuleringen er et eksempel på denne påvirkningen, og det viser hvordan ord kan påvirke folks holdninger.

På den andre siden, kan man ikke forvente at VVP gir svar på alle problemene man møter. Ifølge Brurås blir ikke presseetikken tatt på alvor dersom man kun bruker den som en håndbok som gir enkle svar i forskjellige situasjoner (Brurås, 2020, s. 313). Han mener at journalistenes mål burde være å utvikle analyseferdigheter, fordi flere etiske problemstillinger ikke har et tydelig svar (Brurås, 2020, s. 313). Dette trekker også en av journalistene fra utvalgets undersøkelse fram, «For redaktørene blir det fort en sovepute for å unngå å omtale et samfunnsproblem» heter det i tekstsvaret (Nybø, 2023). Det de sier er at den forrige formuleringen gjorde det lettere å skylde på VVP som begrunnelse for hvorfor en redaksjon eksempelvis ikke dekket selvmord.

Men selv om journalistene må kunne kjøre egne etiske vurderinger, skal man kunne henvende seg til VVP dersom man står overfor et etisk dilemma. Brurås påpeker også at det må få konsekvenser for hvordan man går fram i slike saker på grunn av faren for smitte (Brurås, 2020, s. 284). Et av tekstsvarene fra utvalgets undersøkelse etterlyser også større veiledning når det kommer til punkt 4.9, «Jeg tror vi trenger litt mer veiledning enn i dag» (Nybø, 2023).

Denne teorien er valgt ut for å belyse det andre forskningsspørsmålet om hva endringen innebærer for norske redaksjoner. Teorien sier noe om hvordan journalister tolker og tar i bruk VVP, og vil derfor være relevant å knytte opp mot funnene som har blitt hentet etter at paragrafen ble endret.

### **2.3 Hvordan endringen påvirker journalistene**

Som vi har sett i forrige delkapittel, er den nye formuleringen et forsøk på å gjøre det lettere for journalister å omtale selvmord. Når det kommer til hvordan journalistene blir påvirket av

endringen, er det flere ting å ta stilling til. Blant annet hvordan de velger å omtale selvmord på, nå som VVP åpner mer opp for det. I undersøkelsene BMJ utførte, konkluderte forskerne med at deknningen av kjente personer som tar selvmord har en betydningsfull påvirkning for selvmord i befolkningen (BMJ, 2020). Dette ble en sak da Ari Behn tok livet sitt i 2020. Pressen fikk kritikk for hvordan de dekket selvmordet. Forsker, Fredrik Walby, ved Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging (NSSF) fortalte i et intervju til NRK i 2020 at pressens dekning var for unyansert (Krantz & Edvardsen, 2020). «Det er det ensidige, hylende bildet hvor man bare fokuserer på personens sterke sider. Dette blir et vakuum og man lurer på hva som egentlig skjedde» sa Walby til NRK (Krantz & Edvardsen, 2020).

Generalsekretær Terese Grøm i Landsforeningen for etterlate etter selvmord (LEVE) forteller også til NRK at det kan komme en smitteeffekt fordi det blir så stort fokus på hyllesten etter selvmord (Krantz & Edvardsen, 2020). Hun mener det blir for lite fokus på at selvmord er en krise man må komme ut av og forebygging (Krantz & Edvardsen, 2020).

Forskning utført om mediedekningen av kjendis-selvmord og hyppige selvmord i Tyskland er også inne på dette (Schäfer & Quiring, 2015). Artikkelen nevner blant annet dette med observasjonslæring, og at mediadekning kan påvirke holdninger til selvmord og konsekvensene deretter (Schäfer & Quiring, 2015).

Kritikken Walby og Grøm rettet mot pressens dekning er et eksempel på negativ medieomtale fordi omtalen blir for glorifiserende (Krantz & Edvardsen, 2020). Schäfer og Quiring vektlegger også at nøyaktig beskrivelse av metode kan gjøre det lettere å imitere selvmord (Schäfer & Quiring, 2015).

De nevner derimot at all omtale av selvmord ikke automatisk fører til smitte, men at det kommer an på måten selvmordet blir rapportert på (Schäfer & Quiring, 2015). De peker også på økende bevis på at positiv mediaomtale kan bidra til å forhindre flere selvmord (Schäfer & Quiring, 2015). Dette er Brurås også inne på, og at sier blant annet at siden informasjon om temaet har en forebyggende effekt, kan det ikke være unntatt fra offentlig omtale (Brurås, 2020, s. 284-285). Måten media velger å skrive om på har derfor mye å si for utfallet, og Schäfer og Quiring skriver blant annet at media kan påvirke motivasjonsprosesser ved å presentere konsekvensene av selvmord på en bestemt måte (Schäfer & Quiring, 2015). For eksempel forskjellen på å fordømme selvmordet og det å skildre avdøde som en helt (Schäfer & Quiring, 2015).

Det å overholde dette informasjonsansvaret som Brurås er inne på uten å skildre avdøde på en glorifiserende måte som kan føre til smitte, er en utfordring norske redaksjoner og journalister

nå må ta stilling til ettersom VVP åpner opp. Denne teorien vil derfor bli relevant for å besvare siste forskningsspørsmål, om hvordan endringen påvirker journalister. Ettersom funnene baserer seg på intervjuer fra journalister, vil det være givende å knytte denne teorien opp mot ferske svar fra journalister som forholder seg til VVP og punktet om selvmordsomtale.

### 3. Metode og utvalg

I dette kapittelet redegjøres det for valg av metode. For å svare på problemstillingen: *Når pressen dekker selvmord: Effekten av den reviderte Vær Varsom-plakaten*, er det gjort kvalitative semistrukturerte intervjuer med informanter fra to aviser, samt en informant fra Pressens Faglige Utvalg. I de neste avsnittene presenteres informantene, og metodens styrker og svakheter.

#### 3.1 Kvalitative semistrukturerte intervju

For å finne den beste metoden, må man finne den metoden som gir data av størst relevans for problemstillingen (Halvorsen, 2008, s. 129). Derfor er kvalitative semistrukturerte intervjuer valgt som metode, fordi det vil kunne gi svar knyttet til erfaringer og refleksjoner gjort med henblikk på deknningen av selvmord. Semistrukturerte intervjuer gjenkjennes ved at det gir større fleksibilitet under intervju, og det er naturlig å stille oppfølgingsspørsmål (Østbye et al., 2013, s.105). Det var viktig å ha fleksibilitet til å stille oppfølgingsspørsmål i denne oppgaven, da funnene skulle være erfaringsbasert. Det ble utarbeidet to intervjuguider, én til redaktørene og én til informanten fra utvalget. Det var likevel naturlig å vike fra intervjuguiden for å stille oppfølgingsspørsmål.

Styrken med kvalitative intervjuer er blant annet at man får informasjon som man ikke nødvendigvis hadde fått tilgang til ved bruk av annen metode (Østbye et al., 2013, s. 103). Ettersom problemstillingen til denne oppgaven dreier seg rundt effekten av endringen av VVP, var det naturlig å velge en metode som kunne gi erfaringsbaserte svar. Endringen i VVP er fortsatt fersk, og det hadde nok ikke vært mye data å hente inn på så kort tid - og selv med data hadde det vært vanskelig å trekke slutninger om at en potensiell økning i saker om selvmord i en avis har en sammenheng med endringen i selvmordsparagrafen. Det måtte derfor være mulig å stille personlige spørsmål knyttet til egne tanker og refleksjoner for å kunne besvare forskningsspørsmålene på den mest optimale måten.

På den andre siden har kvalitative intervju også sine svakheter. For det første ligger det mye forberedelse bak intervjuene og det krever etterbehandling (Østbye et al., 2013, s. 105). Det er også tidkrevende og kan ta opp mye tid av forskningen (Østbye et al., 2013, s. 104). I denne oppgaven har de tre intervjuene blitt utført i et stort tidsrom. Det har vært givende i den forstand at forberedelsestiden før hvert intervju har gått inn i etterarbeidet med forrige intervju, og har dermed vært med på å utforme hvilke spørsmål som skulle stilles basert på tidligere svar. Det har derimot også ført til at tiden ble knapp mellom siste intervju og innleveringsfristen.

### **3.2 Innhenting og lagring av data**

I første omgang fikk hver av informantene en mail med en kort oppsummering av oppgaven, informasjon om hvorfor informantene er relevante for å kunne besvare problemstillingen, og et samtykkeskjema informantene skulle signere i forkant av intervjuet. I samtykkeskjemaet står det at alle informanter når som helst kan trekke seg fra prosjektet. Informantene har også blitt informert om at de kan kreve sitatsjekk. Alle intervjuene ble utført med diktafon og lagret kryptert i Nettskjema.

I forkant av intervjuene ble det utskrevet en intervjuguide som ble tatt i bruk under intervjuene. Intervjuguiden ble strukturert i tre deler:

1. Bakgrunn. Her ble spørsmålene rettet mot informantens utdanning og tidligere arbeidserfaring, for å troverdiggjøre kandidaten som informant til denne oppgaven.
2. Selvmord i media. Hvilke holdninger redaktørene, eller utvalgsmedlemmet, har hatt til selvmord i media tidligere.
3. Veien videre. I denne delen av intervjuene ble fokuset satt på hvordan endringen i VVP blir tatt i mot, særlig for å kunne besvare det tredje forskningsspørsmålet om hvordan redaksjoner blir påvirket av endringen.

I denne oppgaven ble det brukt diktafon fra Nettskjema, siden bruk av opptaker under kvalitative intervjuer er vanlig for å dokumentere hva som blir sagt (Østbye et al., 2013, s. 108). Opptaket ble automatisk transkribert i Nettskjema, slik at det var mulig å gå tilbake og lese over.

Det er både fordeler og ulemper med å bruke opptaker når man utfører intervju. Fordelene er som sagt at man får dokumentert det som faktisk blir sagt, men også fordi det gir muligheten til å finne ny relevans i intervjuet senere (Østbye et al., 2013, s. 108). Eksempelvis

så var det noe som ble sagt i et intervju med en informant som først ble brukt i oppgaven etter tilgang på ny informasjon fra en annen informant. Det er også lettere som forsker å være til stede under intervjuet og følge med på samtalen ved bruk av opptaker (Østbye et al., 2013, s. 108).

Ulempene ved bruk av opptaker er blant annet at ikke alle informanter er vant til å snakke i en mikrofon, som kan føre til at informanten snakker med viten om at det blir tatt opp (Østbye et al., 2013, s. 108).

To av intervjuene ble utført over Zoom, uten at dette gjorde intervjuene mer problematiske. Det var fortsatt mulig å møte informantene ansikt til ansikt, og det ga både meg og informantene større fleksibilitet når det kom til å finne et tidspunkt for intervjuet.

### **3.3 Informanter**

For å svare på forskningsspørsmålene om hvorfor punktet i VVP ble endret og hva denne endringen går ut på, ble det gjort et kvalitativt intervju med Trond Idås (f. 1962). Han er rådgiver i Norsk Journalistlag, og var en del av utvalget som tok den endelige avgjørelsen om å revidere punkt 4.9. Idås har vært i journalistlaget siden 1997. Han har bakgrunn som journalist i lokalavisen Gjengangeren i Horten, og som vernepliktig journalist i Forsvarets Forum. Idås fikk deretter jobb i Aftenposten, hvor han jobbet i om lag 12 år før han begynte i Norsk Journalistlag. Der jobber han i dag som rådgiver. Da utvalget for å endre punkt 4.9 i VVP ble satt ned i 2022, tok Idås del i arbeidet. Han ville derfor kunne bidra med å gi et bedre innblikk i hvordan utvalget har jobbet for å komme fram til omformuleringen av punktet.

Ettersom problemstillingen min dreier seg om hvordan norske redaksjoner forholder seg til selvmord og VVP, vil det være naturlig å intervjuer redaktører i to forskjellige redaksjoner. Lokalavisa Fjell-Ljom på Røros i Trøndelag hadde nylig dekket et selvmord i lokalmiljøet, og det ble derfor naturlig å bruke avisa i oppgaven. Ansvarlig redaktør og daglig leder, Nils Kåre Nesvold (f. 1958), har medieutdanning fra høgskulen i Volda og har jobbet som redaktør i en rekke redaksjoner før han tok over som redaktør hos Fjell-Ljom for fem år siden. Han har erfaring fra lokalaviser, samt erfaring som vaktstjef fra NRK. Han vil kunne gi et innblikk i hvordan de som redaksjon har jobbet med deknningen av selvmordet, og hvordan punktet i VVP spiller en rolle. Fjell-Ljom er medlem av Pressens Faglige Utvalg og følger VVP (Fjell-Ljom, 2024).

Regionavisen valgt som del av utvalget er Adresseavisen. Nyhetsredaktør Erlend Hansen Juvik (f. 1977) har utdanning i statsvitenskap fra NTNU i Trondheim, og har jobbet i

Adresseavisen siden 2001. Han har erfaring som nyhetsjournalist og krimjournalist, og ble ansatt som nyhetsredaktør i 2020. Adresseavisen er regionavisen for Trøndelag, og dekker blant annet nyheter fra Røros. Adresseavisen har ikke valgt å skrive om selvmordet som Fjell-Ljom har omtalt, så det var derfor interessant å utforske hvordan de ulike redaksjonene skriver om selvmord på. Adresseavisen er medlem av Pressens Faglige Utvalg og følger VVP (Adresseavisen, 2024).

Redaktører er intervjuet fordi det er de som har ansvaret for innhold som blir publisert, og som har siste ord med henblikk på hva som skal publiseres og ikke (Redaktørplakaten, 2024).

Dette materialet vil bli presentert i neste kapittel, og vil bli analysert i drøftingskapittelet.

## **4. Funn fra empiri**

I dette kapittelet skal hovedfunnene fra intervjuene presenteres. Funnene skal drøftes ved hjelp av teori senere i oppgaven, og presenteres knyttet til hvert forskningsspørsmål.

### **4.1 Formuleringen var restriktiv**

Utvalget for å revidere punkt 4.9 i VVP ble satt ned i 2022, men det har ifølge Idås vært diskusjoner rundt punktet siden forrige revisjon i 2006.

Det er en vanskelig balansegang, fordi det er ikke mediernes rolle å være en aktør i den forstand at media skal gå inn for å påvirke løpet. Vi har jo et ansvar i forhold til å forebygge selvmord, ved å øke informasjonen. Et utfall av det kan jo være færre selvmord (Idås, 11.03.24).

Endringen av punktet skal hjelpe å fjerne usikkerhet fra journalistene sin side. (Idås, 11.03.24). For norske redaksjoner innebærer endringen et skifte, som skal senke terskelen for dekning av selvmord. Idås mener denne usikkerheten kunne gjort at journalistene i større grad følte skyld og ansvar dersom omtalen førte til en smitteeffekt (Idås, 11.03.24).

Det vi ser er at mange redaksjoner fortsatt forholder seg til den gamle teksten som sa at mediene ikke skulle lage journalistikk om selvmord. Blant annet fordi mange av de som sitter som ledere i redaksjonene har vokst opp med den kulturen. Pluss at terskelen for å dekke det fortsatt er veldig høy, og at det er vanskelig å dekke det (Idås, 11.03.24).



Denne usikkerheten ligger til grunn for at punktet til slutt ble endret. Fordi det gikk utover informasjonsansvaret. «At media ikke skal omtale selvmord går i strid med medias samfunnsrolle. Det er en stor utfordring og har store konsekvenser» (Idås, 11.03.24).

Juvik er også inne på dette med informasjonsansvaret, og han tror den forrige formuleringen gjorde at ting ble tolket i en restriktiv retning (Juvik, 22.04.24). Det var blant annet en sak om en jente som ville hoppe av en bru i Trondheim som redaksjonen unngikk å skrive veldig lenge på grunn av den gamle paragrafen (Juvik, 22.04.24). Til slutt endte de opp med å skrive om saken fordi det ble gjentagende, og det førte til et stort volum av uttrykkninger, samt at hendelsen foregikk i et offentlig rom (Juvik, 22.04.24).

Når det kommer til smitteeffekten, har Idås under arbeidet med utvalget funnet ut at det er lite belegg for at smittefaren er reell i norsk forskning. Dette var en sentral del av argumentasjonen for at punktet burde endres (Idås, 11.03.24).

Det finnes rett og slett ikke norsk forskning på dette. Det finnes noen internasjonale studier, men det er veldig lite forskning på det. Men samtidig er det jo ingen som ønsker å ta risikoen på at noen tar livet sitt som følger av et avisoppslag (Idås, 11.03.24).

På grunn av de mange etiske fellene man kan gå i, ble det derfor bestemt at punktet i VVP skulle beholdes (Idås, 11.03.24). Selv om det er lite belegg for smitteeffekt i norsk forskning, forteller Idås at hensyn til avdødes ettermæle og avdødes pårørende også er viktige grunner til at punktet fortsatt står (Idås, 11.03.24).

Juvik i Adresseavisen er klar over smitteeffekten, og forteller at han har det i tankene når han vurderer selvmordssaker (Juvik, 22.04.24).

Det kan ikke framstå som en attraktiv løsning, fordi da har man bommet. Da har man gått i den fella som den forrige versjonen prøvde å unngå. Man skal ikke normalisere det, men man skal åpne for at mediene og samfunnet kan diskutere selvmord som et alvorlig samfunnsproblem, og bidra til å finne løsninger (Juvik, 22.04.24).

Videre i drøftingskapittelet blir disse funnene aktuelle for å belyse det første forskningsspørsmålet om hvorfor punktet ble endret. Funnene bygger videre på funnene fra teorikapittelet, og vil derfor være relevante i drøftingen.

## 4.2 Redaksjonene får mer veiledning

Den reviderte versjonen fra 2006 la fokus på å begrense omtalen av selvmord, som gjorde at journalister unngikk å omtale selvmord (Idås, 11.03.24). Ifølge Idås hadde punktet flere formuleringer som gjorde det vanskelig å vurdere for journalistene fordi det la opp til at man skulle unngå omtale (Idås, 11.03.24). Dette ser vi også i teorikapittelet, fra utvalgets undersøkelse (Idås, 2023). Idås mener denne usikkerheten kunne gjort at journalistene i større grad følte skyld og ansvar dersom omtalen førte til en smitteeffekt (Idås, 11.03.24).

Målet er altså at det skal bli lettere for journalistene å ta opp selvmord som et samfunnsproblem, samtidig som man skal unngå overtramp (Idås, 11.03.24). For å styrke formuleringen i VVP har utvalget også utarbeidet en veileder, som skal stå sammen med paragrafen (Idås, 11.03.24). Mer veiledning var det også noen som etterlyste i utvalgets undersøkelse (Nybø, 2023).

Vi forsøker å lage den [veilederen] såpass kortfattet at folk har tid til å lese den og få innspill. Så vi håper den er nyttig for de som omtaler det som vil unngå overtramp. Også håper vi at det vil gjøre det enklere å omtale selvmord, fordi du vet hva som er tenkt bak hver setning. Slik at det ikke er usikkerheten som fører til at du ikke omtaler det (Idås, 11.03.24).

Men selv om endringen, sammen med veilederen, skal senke terskelen for selvmordsomtale, er det til syvende og sist journalistene selv som avgjør hvilke saker som publiseres. Som nevnt i teorien, gir ikke paragrafene i VVP et tydelig svar på en etisk problemstilling (Brurås, 2020, s. 313). Dette er Juvik også inne på.

De etiske reglene er ikke matematikk. Alle sakene er så ulike, så reglene gir deg en retning, men det er du selv som må konkludere. Punktene i plakaten er gode hjelpemidler, og de gjør deg oppmerksom på at du står overfor en etisk problemstilling, men de er ikke utøvende (Juvik, 22.04.24).

Disse funnene skal, sammen med teori, belyse det andre forskningsspørsmålet om hva endringen innebærer for redaksjoner. Funnene er relevante fordi de sier noe konkret om hva

endringen har å si for journalister som tidligere har vært tilbakeholdende når det kommer til selvmordsomtale. De vil nå få et bedre formulert punkt i VVP, samt en veileder som skal sørge for at det ikke er usikkerhet som fører til at man unngår omtale. Funnene bygger også videre på det som har blitt trukket fram i teorikapittelet, om at journalistene ikke kun kan lene seg mot VVP når en beslutning skal bli tatt.

### **4.3 Selvmord skal settes på dagsordenen**

I februar publiserte avisen Fjell-Ljom en artikkel om at 19 år gamle Peder Angel hadde tatt sitt eget liv (Haugseggen, 2024). Nyheten ble først delt av nær familie via sosiale medier, som gjorde at avisa tok kontakt. Ifølge Nesvold var det flere grunner til at de valgte å skrive om dette selvmordet i avisen.

For det første så var han en kjent person som vi har skrevet veldig mye om i avisene våre tidligere. Vi har hatt mange saker om ham. Og når foreldrene gikk såpass åpent ut som de gjorde, så tenkte vi at da er det en grunn til at de gjør det (Nesvold, 05.04.24).

Dette er første gangen avisa har skrevet om selvmord (Nesvold, 05.04.24). Ifølge Nesvold har den gamle formuleringen i VVP vært grunnen til tilbakeholdenheten. «Jeg tror ikke det har vært et tema tidligere, fordi det har ligget i ryggmargen at man ikke skal skrive om det. Det er opplært» (Nesvold, 05.04.24).

Etter revisjonen som kom i januar, ble denne terskelen senket for Fjell-Ljom. Etter dekningen av selvmordet i februar, har avisa bestemt seg for å lage en serie som skal sette selvmord på dagsordenen. Prosjektet heter «Livsvilje», og målet er å hindre at det skjer flere selvmord i området (Nesvold, 05.04.24).

Den nye formuleringen i Vær Varsom-plakaten åpner for dette nå. Jeg tror hvis Vær Varsom-plakaten ikke hadde blitt endret, så har det vært vanskeligere for oss å ta opp dette temaet. Terskelen har nå blitt lavere for å omtale selvmord, og det skal ikke være tabu å omtale selvmord og død. Det er en del av livet (Nesvold, 05.04.24).

I prosjektet «Livsvilje» skal avisen publisere artikler, videoer og podkaster hvor de snakker om hvorfor folk velger å ta sitt eget liv (Nesvold, 05.04.24).

Vi skal ha sterke historier om hvordan selvmord påvirker familier og lokalsamfunn, fra de som har mistet noen som står dem nær. Vi skal snakke om mobbing og hvordan vi som samfunn har sviktet både mobbeofre og mobbere. Vi skal snakke om psykisk helse, skolens rolle, arbeidsplassen sin rolle, foreldre, familie og venners rolle. Vi skal snakke om hele samfunnet (Nesvold, 05.04.24).

Juvik i Adresseavisen synes også den nye formuleringen er lettere å tolke, men stiller seg kritisk til en hyppig selvmordsomtale som Nesvold presenterer (Juvik, 22.04.24).

Det som er viktig med nye bestemmelser, er at man ikke drar den for langt. At man ikke glemmer de gamle hensynene. Jeg synes den nye bestemmelsen er fornuftig, men som all annen etikk så er det jo vi som forvalter den fra dag til dag som må passe på at vi bruker den riktig (Juvik, 22.04.24).

Han påpeker blant annet at det er viktig at omtalen ikke blir glorifisert, men at det også må komme tydelig fram at selvmord ikke er en ønsket løsning på et problem (Juvik, 22.04.24). «Man må passe på at man kan hylle en person, men samtidig påpeke at handlingen ikke er en løsning. Man må legge et visst ansvar på personen som har tatt selvmord også» (Juvik, 22.04.24).

Han tror ikke den nye formuleringen kommer til å påvirke redaksjonen direkte, slik Nesvold opplever det, men at dersom de begynner å skrive mer om selvmord nå så er det på bakgrunn av at hele samfunnet er i endring (Juvik, 22.04.24).

Disse funnene skal brukes i drøftingen, for å besvare det tredje forskningsspørsmålet, om hvordan journalister blir påvirket av endringen i VVP. De er relevante fordi de gir fersk informasjon og erfaringer fra aktive redaktører i kjølvannet av endringen av selvmordsparagrafen.

## **5. Analyse og drøfting**

I dette kapitlet skal jeg drøfte funnene mine og svare på forskningsspørsmålene. Samlet sett vil det gjøre det mulig å belyse problemstillingen. Valgte teorier skal bli anvendt for å analysere det empiriske materialet.

## 5.1 Hvorfor ble punktet endret?

### 5.1.1 Punktet førte til usikkerhet

I teorien ble undersøkelsen til utvalget drøftet, og det kom fram at flertallet av journalistene som deltok ønsket større åpenhet rundt selvmord (Nybø, 2023). I sitt intervju forteller også Idås at det gamle punktet hadde flere formuleringer som la opp til at journalistene skulle unngå selvmordsomtale, og at det førte til usikkerhet (Idås, 11.03.24). Han er blant annet inne på dette med at media har et ansvar når det kommer til forebygging av selvmord ved å øke informasjonen (Idås, 11.03.24). Da krever det at VVP har en tydelig formulering. Som vist i teorien, er det viktig at journalister vet hvor terskelen ligger for slik omtale, slik at de ikke risikerer å bli felt av PFU (Dette er PFU, 2024). Men det er enda viktigere for å vise hensyn til avdødes ettermæle og avdødes pårørende, som Idås forteller i sitt intervju (Idås, 11.03.24).

### 5.1.2 Punktet gikk utover informasjonsansvaret

Adresseavisen unngikk å skrive om en sak som var av stor interesse for allmennheten, på grunn av den restriktive tonen i selvmordsparagrafen, og sier blant annet at han også tror den forrige formuleringen førte til at ting ble tolket i en restriktiv retning (Juvik, 22.04.24). Dette, som Idås er inne på, strider med den jobben journalister har i samfunnet, og det kan få konsekvenser dersom journalister unngår å skrive saker som er av samfunnsmessig betydning (Idås, 11.03.24). Dette poengterer også en av journalistene i undersøkelsen til utvalget, da de påpekte at journalister skriver om skyting uten å tenke at dette fører til flere drap ved skyting (Nybø, 2023).

De som ville fjerne paragrafen fra VVP fullstendig la informasjonsansvaret til grunn, og mente selvmord burde behandles som et samfunnsproblem (Nybø, 2023). I dybdeintervjuene Tidsskriftet utførte ga også selvmordsetterlatte uttrykk for at det er et behov for informasjon til befolkningen om selvmord, og kompleksiteten ved handlingen (Rasmussen & Dieserud, 2018).

På den andre siden, har forskere gitt uttrykk for at man burde være restriktiv, på bakgrunn av faren for smitteeffekt (Idås, 2023). Juvik er også inne på dette, og er tydelig på at selv om punktet åpner opp for omtale skal ikke normalisere det (Juvik, 22.04.24). Dersom selvmordsomtalen nå skulle blitt hensynsløs er det mulig revisjonen hadde fungert mot sin hensikt, og det kunne ført til mistillit fra folkets side. Dette med å sørge for at redaksjonene fortsatt er varsomme ved omtale var en av grunnene til at utvalget konkluderte med at punktet burde beholdes, som har blitt drøftet i teorikapittelet (Idås, 2023).

### 5.1.3 Lite norsk forskning på smitteeffekt

I teorien blir det trukket fram bevis på smitteeffekt i internasjonale medier (BMJ, 2020). Men som Idås påpeker, er det lite belegg for dette i norsk forskning, som var en sentral del av argumentasjonen for at punktet ble endret (Idås, 11.03.24). Noen i det psykologiske fagmiljøene og helsefagmiljøene mente likevel at det gamle punktet burde blitt stående, da det fungerte etter sin hensikt (Idås, 2023). Dette var det noen av journalistene fra tekstsvarene som mente også (Nybø, 2023).

Men som vi også ser i forskningen fra BMJ, fant de ikke den samme økningen i selvmord etter omtale av selvmord i den generelle befolkningen (BMJ, 2020).

I rapporten til Idås kommer det fram at den forrige formuleringen av VVP førte til at journalister valgte å unngå å skrive om selvmord (Idås, 2023). Ettersom pressen har vært lite involvert i selvmord fram til nå, er det ikke rart at man ikke ser en smitteeffekt. Det er dermed ikke sagt at mer omtale ikke kommer til å føre til en smitteeffekt. Mangel på erfaring på området kan føre til at journalister trækker feil. Dersom omtalen av selvmord går fra sjelden til ofte, og publikum blir eksponert for det på en daglig basis - som vi ser i prosjektet «Livsvilje» - kan det også hende dette fungerer triggende for lesere. Både etterlatte og de som kan bli påvirket til å utføre samme handling.

Men som også Juvik påpeker, så skjer denne endringen i tråd med samfunnets utvikling (Juvik, 22.04.24). Dermed kan det også være at denne hyppigere omtalen i media bidrar til å få selvmordstallene ned. Man kan heller ikke legge smitteeffekten til grunn for hvorfor man unngår selvmordsomtale når norsk forskning ikke støtter det.

Punktet har blitt endret fordi det førte til stor usikkerhet blant norske journalister (Idås, 2023). Formuleringen førte også til at ting ble tolket i en restriktiv retning, og at det gikk utover pressens informasjonsansvar. En endring i favør større åpenhet var ønsket av et flertall journalister, og etterlatte har og gitt uttrykk for at det trengs større informasjon om selvmord i media. Selv om det har vært ønsket om å fjerne paragrafen fullstendig, konkluderte utvalget med at punktet trengs av hensyn til pårørende og avdødes ettermæle (Idås, 11.03.24). Og selv om det finnes lite belegg for smitteeffekt i norsk forskning, er det fortsatt viktig å ha det i bakhodet nå som paragrafen åpner opp for omtale.

## 5.2 Hva innebærer endringen for norske redaksjoner?

Det utvalget ønsker med denne nye endringen, som Idås også påpeker, er at terskelen for å skrive om selvmord skal bli lavere (Idås, 11.03.24). At journalistene skal få en tydeligere bestemmelse, som åpner opp for at media kan delta i samfunnsdebatten i større grad (Idås, 11.03.24). Utvalget la vekt på å fjerne ordet «unngå» (Idås, 2023). Ordet har en negativ ladning, og som Lai skriver i sin kommentar, setter ord i gang ubevisste psykologiske reaksjoner (Lai, 2015). Måten vi blir presentert for regler har mye å si for hvordan vi overholder dem. Som Idås forteller i sitt intervju, kunne den gamle formuleringen i større grad ført til at journalistene følte på skyld dersom de omtalte selvmord og det bidro til en smitteeffekt (Idås, 11.03.24).

Nesvold bekrefter dette, og forteller at det lenge har ligget i ryggmargen at man som journalist ikke skal omtale selvmord, på bakgrunn av den gamle paragrafen i VVP (Nesvold, 05.04.24). Man kan derfor ikke forvente at den nye paragrafen gjør det lettere for journalister å omtale selvmord med en gang. Selv om den forrige versjonen av paragrafen var mer åpen enn versjonen som sto fram til 2006, er det altså denne mange eldre journalister - gjerne redaktører - har i bakhodet. Den som sa at selvmord og selvmordsforsøk som hovedregel ikke skal omtales (Brurås, 2020, s. 281).

På den andre siden, kan ikke journalistene la alt ansvaret være opp til paragrafen i VVP. Presseetikken skal ikke gi enkle svar i forskjellige etiske situasjoner (Brurås, 2020, s. 313). Et av tekstsvarene i utvalgets undersøkelse var også inne på dette med at den forrige formuleringen ble som en «sovepute» for å unngå omtale av et samfunnsproblem (Nybø, 2023). Juvik la også vekt på dette med at punktene i VVP er hjelpemidler, og at det er journalisten selv som må konkludere (Juvik, 22.04.24). Dette poengterer også Brurås, og han sier at det derfor burde være et mål for journalister å utvikle analyseferdigheter (Brurås, 2020, s. 313). Det at flere journalister har unngått å skrive om selvmord på bakgrunn av paragrafen i VVP viser at det er flere som kanskje har forholdt seg litt for slavisk til plakaten. Som Juvik er inne på, er det journalistene selv som skal ta avgjørelsene - det er ikke VVP som er utøvende (Juvik, 22.04.24).

Samtidig må journalistene kunne forvente et velformulert punkt om et tema som er såpass vanskelig. Dette påpeker Brurås, og sier blant annet at måten man går fram på i slike saker må få konsekvenser på grunn av faren for smitte (Brurås, 2020, s. 284). Som et av tekstsvarene sa, «Jeg tror vi trenger litt mer veiledning enn i dag» (Nybø, 2023). Som Idås forteller, jobber utvalget med å utarbeide en veileder som skal stå sammen med punkt 4.9 i

VVP (Idås, 11.03.24). Veilederen skal styrke paragrafen, og forhåpentligvis gjøre det enklere å omtale selvmord (Idås, 11.03.24). Idås håper også at veilederen kan bli nyttig for de som vil unngå overtramp (Idås, 11.03.24).

Endringen i VVP skal gjøre det lettere for journalister i norske redaksjoner å omtale selvmord. Bestemmelsen blir mer åpen, og derfor vil redaksjonene som tidligere har unngått selvmord på grunn av paragrafen måtte finne måter å skrive om temaet på nå. Den forrige formuleringen fikk blant annet kritikk fordi den gjorde det lettere for journalistene å unngå selvmordsomtale fullstendig (Nybø, 2023). Endringen innebærer derfor at journalistene nå kan følge utviklingen i samfunnet med en paragraf i VVP som er oppdatert. De vil få mer veiledning i den nye formuleringen fordi, samt at det vil stå en veileder sammen med paragrafen. Den skal sørge for at journalister ikke unngår omtale på grunn av usikkerhet (Idås, 11.03.24).

### **5.3 Hvordan påvirker endringen norske journalister?**

Hos lokalavisa Fjell-Ljom har endringen av punktet i VVP hatt en innvirkning på måten redaksjonen jobber med selvmord. Ifølge redaktøren selv har avisen aldri omtalt selvmord tidligere, men skal nå sette i gang et helt nytt prosjekt der de setter selvmord på dagsordenen (Nesvold, 05.04.24). Som Nesvold selv sier, skal det ikke være tabu å skrive om død og selvmord, fordi det er en del av livet (Nesvold, 05.04.24). Større åpenhet rundt selvmord kan være med å nedkjempe tabuer og feilinformasjon rundt selvmord. Som Rasmussen og Dieserud er inne på i sin artikkel, er det tydelig at det blant annet ønskes mer informasjon om at det ikke nødvendigvis ligger psykisk lidelse bak når noen velger å ta livet sitt (Rasmussen & Dieserud, 2018). Prosjektet til Fjell-Ljom kan bidra til å øke denne informasjonen, hvis det blir gjort riktig.

Hvis gjort feil, derimot, kan man gå i den fella som Juvik snakker om, der man får et uheldig utfall fordi det bildet man maler av avdøde blir for glorifiserende (Juvik, 22.04.24). Dette fikk pressen kritikk for da de dekket Ari Behns selvmord i 2020 (Krantz & Edvardsen, 2020). Det var for stort fokus på den glorifiserende delen av selvmordet, da det kun ble fokus på personens sterke sider (Krantz & Edvardsen, 2020). Som Juvik er inne på, må man passe på at man kan hylle en person, men samtidig legge et visst ansvar på personen som har tatt selvmord (Juvik, 22.04.24). Han trekker også fram faren for smitteeffekt nå som VVP åpner seg mer, og peker på risikoen ved et glorifiserende bilde ved selvmordsomtale (Juvik,



22.04.24). Det skal ikke normaliseres, men man skal fortsatt kunne omtale det for å bidra til en informasjon rundt noe som er et alvorlig samfunnsproblem (Juvik, 22.04.24).

Man må altså finne balansen mellom å kunne hedre vedkommende uten at man glorifiserer handlingen. For man skal ta hensyn til avdødes ettermæle, men fortsatt rette kritikk mot den handlingen avdøde har valgt å utføre. Schäfer og Quiring er inne på dette når de snakker om hvordan media kan påvirke motivasjonsprosesser ved å presentere selvmordet på en bestemt måte (Schäfer & Quiring, 2015). De, som Juvik også er inne på, snakker om dette med å fordømme selve handlingen (Schäfer & Quiring, 2015).

Nå som VVP legger opp til mer omtale av selvmord, er det viktig å finne denne balansegangen. For som Brurås sier, har informasjon om temaet en forebyggende effekt (Brurås, 2020, s. 284-285). Dette trekkes også fram i forskningen til Schäfer og Quiring, som skriver at det er økende bevis på at mediaomtale nettopp kan forhindre flere selvmord (Schäfer & Quiring, 2015).

Juvik i Adresseavisen tror ikke at endringen i VVP kommer til å føre til en umiddelbar endring i redaksjonen (Juvik, 22.04.24). Dette i motsetning til Nesvold i Fjell-Ljom, som ikke bare omtaler selvmord for første gang, men som skal sette selvmord på dagsordenen i prosjektet «Livsvilje» (Nesvold, 05.04.24). Likevel poengterer Juvik at endringen skjer i tråd med samfunnet i endring, og at det er pressen som følger etter (Juvik, 22.04.24). Journalistene må ta en stilling til måten man skriver om selvmord på, for å kunne bidra til åpenhet og å unngå å male et glorifiserende bilde.

## 6. Konklusjon

Denne oppgaven har sett på effekten av endringen av selvmordsparagrafen i Vær Varsom-plakaten. Først og fremst er det tydelig at denne endringen har vært ønsket lenge, som vi kan se i tekstsvarene fra utvalgets undersøkelse (Nybø, 2023). Utvalget har konkludert med at det behøves et eget punkt om temaet, for å sørge for varsomhet fra journalistenes side (Idås, 2023). Men det var også et flertall journalister som mente at punktet ikke står i tråd med samfunnsutviklingen, og at det burde blitt omformulert (Nybø, 2023). Forskning viser også økende bevis på at omtale av selvmord i media kan ha en forebyggende effekt (Schäfer & Quiring, 2015). Og selv om det er bevis på at smitteeffekt finnes i utenlandsk forskning, er det fortsatt lite belegg for dette i norsk forskning (Idås, 11.03.24). Smitteeffekten kan derfor ikke være avgjørende for hvordan punktet formuleres, fordi det også er naturlig at det ikke er

smitteeffekt fordi temaet er lite omtalt fra før. Dersom journalister unngår å skrive om ting som er av samfunnsnyttig betydning, gjør de ikke jobben sin (Idås, 11.03.24). Juvik i Adresseavisen kommer selv med et eksempel på dette da redaksjonen unngikk å skrive en sak i lang tid på bakgrunn av paragrafen (Juvik, 22.04.24). Som vi har sett både i teorikapittelet og i funnkapittelet, har den restriktive tonen i paragraf 4.9 gjort det lettere for journalister å unngå å skrive om selvmord. Punktet ble endret for å minske usikkerheten blant journalistene (Idås, 2023). Journalister skal ikke lenger kunne legge formuleringen i VVP til grunn for hvorfor de unngår selvmordsomtale.

For journalister innebærer endringen en paragraf som er i tråd med samfunnet vi lever i. Den forrige formuleringen var restriktiv, og brukte formuleringer som kunne føre til skyldfølelse dersom omtalen fikk negative konsekvenser (Idås, 11.03.24). Journalistene vil nå måtte omstille seg for å takle nye etiske utfordringer knyttet til temaet, som den nye formuleringen oppfordrer til i større grad. En veileder<sup>1</sup> blir også utarbeidet for å gi ekstra støtte og hindre overtramp (Idås, 11.03.24). Men selv om endringen gjenspeiler åpenhet i samfunnet, kan det være det tar tid før flere journalister tilpasser seg endringen. Som Nesvold i Fjell-Ljom sier, har det lenge sittet i ryggmargen at man ikke skal skrive om selvmord (Nesvold, 05.04.24). Men når journalistene er klare til å følge etter, er det positivt at de har en åpen formulering som kan veilede dem videre.

Nå er det ikke lenger et spørsmål om *om* man skal dekke selvmord, men et spørsmål om *hvordan* man skal dekke det. Vi ser at endringen av punktet påvirker journalister nettopp fordi det gir større frihet når det kommer til selvmordsomtale. Vi ser dette i prosjektet «Livsvilje» som lokalavisa Fjell-Ljom jobber med i kjølvannet av endringen (Nesvold, 05.04.24). Redaktøren bekrefter selv at den nye endringen åpner for at de kan gjennomføre dette prosjektet (Nesvold, 05.04.24). Det som blir viktig framover, er å unngå glorifiserende omtale når man dekker selvmord. Åpningen av VVP betyr ikke at det er fritt fram for all selvmordsomtale. Dette beviser utvalget fordi de valgte å fortsatt beholde punktet i stedet for å fjerne det helt (Idås, 2023). Juvik legger også vekt på at man ikke skal glemme de gamle hensynene, fordi selvmord skal ikke bli normalisert, men heller diskutert som et alvorlig samfunnsproblem (Juvik, 22.04.24). Det er en balansegang journalistene nå må forberede seg på å finne, fordi formuleringen legger ikke lenger opp til at man skal unngå omtale. Endringen tyder på en bevegelse mot større åpenhet og medias ansvar når det kommer til rapportering av selvmord for å gi informasjon til befolkningen.

---

<sup>1</sup> I tiden før denne oppgaven ble levert var veilederen ikke å oppdrive på PFUs hjemmeside, og er derfor ikke inkludert i oppgaven.

Ettersom endringen fortsatt er fersk, er det derfor ikke mulig å konkludere om hva effekten av endringen blir på lang sikt. Det burde derfor forskes videre på temaet.

## 7. Kildeliste

- Adresseavisen. (2024). Adressa - adressa.no. Hentet 9. mai, 2024, fra: <https://www.adressa.no/>
- BMJ. (18. mars, 2020). Association between suicide reporting in the media and suicide: systematic review and meta-analysis. *The BMJ*.  
<https://www.bmj.com/content/368/bmj.m575.abstract>
- Brurås, S. (2020). *Etikk for journalister* (6. utg.). Fagbokforlaget.
- Dette er PFU. (2024). Presse.no. Hentet 30. april, 2024, fra: <https://presse.no/pfu/dette-er-pfu/>
- Fjell-Ljom. (2024). *Om Fjell-Ljom*. Fjell-Ljom. Hentet 9. mai, 2024, fra: <https://www.fjell-ljom.no/om>
- Halvorsen, K. (2008). *Å forske på samfunnet: en innføring i samfunnsvitenskapelig metode* (5. utg.). Cappelen akademisk forlag.
- Haugseggen, M. (27. februar, 2024). – Tenk om vi kunne vist vår kjærlighet, tett i tett med lys gjennom hele sentrum. *Fjell-Ljom*.  
<https://www.fjell-ljom.no/lys-mot-mobbing-markering-mobbing/tenk-om-vi-kunne-vist-var-kjaerlighet-tett-i-tett-med-lys-gjennom-hele-sentrum/215268>
- Idås, T. (21. april, 2023). *Hvordan skal vi dekke selvmord?* 230421SKUP. Hentet 14. mars, 2024, fra: [https://presse.no/wp-content/uploads/2023/04/230421SKUP\\_rapport\\_selvmord.pdf](https://presse.no/wp-content/uploads/2023/04/230421SKUP_rapport_selvmord.pdf)
- Krantz, A., & Edvardsen, I. (4. januar, 2020). Selvmordsforsker kritisk til pressens dekning av Ari Behns død. *NRK*.  
<https://www.nrk.no/norge/selvmordsforsker-kritisk-til-pressens-dekning-av-ari-behns-dod-1.14845987>
- Lai, L. (2. februar, 2015). Ord som motiverer. *BI*.  
<https://www.bi.no/forskning/business-review/articles/2015/02/ord-som-motiverer/>
- Nybø, R. K. (2023). *Undersøkelsen-svar*. Presse.no. Hentet 19. april, 2024, fra: <https://presse.no/wp-content/uploads/2023/06/Undersokelsen-svar.pdf>
- Rasmussen, M., & Dieserud, G. (5. februar, 2018). Etterlattes erfaringer ved selvmord hos unge menn. *Tidsskrift for Den norske legeförening*.  
<https://tidsskriftet.no/2018/02/originalartikkel/etterlattes-erfaringer-ved-selvmord-hos-unge-menn>
- Redaktørplakaten*. (2024). Presse.no. Hentet 4. mars, 2024, fra: <https://presse.no/pfu/etiske-regler/redaktorplakaten/>
- Schäfer, M., & Quiring, O. (2015). The Press Coverage of Celebrity Suicide and the Development of Suicide Frequencies in Germany. *Health Communication*, 30(11), 1149-1158.  
<https://doi.org/10.1080/10410236.2014.923273>
- Vær Varsom-plakaten*. (2024). Presse.no. Hentet 3. april, 2024, fra: <https://presse.no/pfu/etiske-regler/vaer-varsom-plakaten/>
- Østbye, H., Helland, K., Knapskog, K., Larsen, L. O., & Moe, H. (2013). *Metodebok for mediefag* (4. utg.). Fagbokforlaget.