

Dopisy na rozloučenou

Smrt by měla být klidným přitakáním, láskyplným rozloučením se starými přáteli, se světem. Neměla by v ní být obsažena ani stopa tragédie.

Osho

Sebevražedné jednání vždy vzbuzovalo jistou fascinaci a zájem, k čemuž přispívá i skutečnost, že se jedná o historicky tabuizované téma. Jen malá pozornost je však věnována tomu, co někteří ze sebevrahů po sobě zanechávají, konkrétně jejich posledním myšlenkám a slovům, jež adresují ať už svým blízkým v podobně rodiny a přátel, nebo policii, či neznámému člověku, který nalezne jejich tělo. Ačkoliv v zahraničí existuje několik studií, jež se věnují obsahové či jazykové analýze dopisů na rozloučenou, autoři si nejsou vědomi obdobné studie v prostředí České republiky.

Předpokládá se, že motivace osob, které dokonají sebevraždu, a těch, jež se o sebevraždu pokoušejí, jsou zcela odlišné. Edwin S. Shneidman a Norman L. Farberow (1957) ve své klasické knize o pokusech o sebevraždu tento předpoklad explicitně vyjádřili tím, že knihu nazvali *Volání o pomoc*. Pokus o sebevraždu byl vnímán coby způsob, jak dát blízkým osobám najevo svou úzkost, jako výkřik hledající někoho, kdo pomůže. Na druhou stranu se zdá, že dokonané sebevraždy a pokusy o sebevraždu se liší v psychologických a psychiatrických charakteristikách pouze v jisté míře. Například David Lester, Aaron T. Beck a Larry Trexler (1975) zjistili, že míra deprese a beznaděje měřená objektivními sebesposuzovacími inventáři se zvyšovala s rostoucím sebevražedným úmyslem jedinců, kteří se o sebevraždu pokusili. Při zkoumání 56 možných korelátů sebevražedného úmyslu byla zjištěna řada významných rozdílů mezi oběma skupinami, z nichž byly vyvozeny předpovědi týkající se dokonáných sebevražd. Mnohá konkrétní zjištění potvrdila předchozí pozorování týkající se sebevražd, ale byly zaznamenány i některé odchylky od očekávání. Výsledky ukazují, že na podkladě studií věnovaných pokusům o sebevraždu lze formulovat závěry týkající se dokonáných sebevražd. Autoři například uvádějí, že ti, již následně sebevraždu ve sledovaném období dokonali, se podobali těm jedincům, kteří se o sebevraždu pokusili a vykazovali největší sebevražedný úmysl.

Sebevražda vyvolala velký zájem v různých oblastech, jako je například psychologie, fyziologie, sociologie, filozofie a náboženství. Někteří autoři uvádějí, že se bojíme myšlenky na sebevraždu, a přesto máme potřebu o ní racionálně uvažovat, přemýšlet, pokud to dokážeme, protože jednou

z personifikací naší doby je právě to, že se jedná o sebevražedný věk (Daghir, Naima 2011). Je zajímavé sledovat specifika sebevraždy, především tedy ta subjektivní, perspektivou samotných sebevrahů a jejich posledních slov, která v některých případech o sebevraždách poodhalují ještě něco více, než dokáže prostá statistika. Nechávejí nás nahlédnout do zákulisí, do posledních myšlenek transformovaných do slov. Posledních slov, posledních doteků papíru v okamžiku, kdy osoba ještě žila a cítila potřebu se rozloučit, urovnat své věci, vysvětlit. Omluvit se. Někdy však také ublížit, stejně tak, jak bylo reálně či domněle ublíženo jí.

Suicidium nemá žádný logický vzorec. Jednotlivé sebevraždy jsou si v mnohém podobné, ale nejsou stejné. Všichni lidé jsou individuálními existencemi, jedineční, zatíženi vlastními osudy, okolnostmi a problémy a končí svůj život na pozadí vlastních popudů. Obecně platí, že sebevražd mužů je více než sebevražd žen, což je na první pohled patrné i v předkládané analýze dopisů na rozloučenou. Na druhou stranu se ukazuje, že sebevražedné pokusy jsou čtenější u žen než u mužů, což je přičítáno tomu, že muži zpravidla používají účinnější prostředky k dosažení svého cíle, jako jsou střelné zbraně, bodnořezné nástroje nebo provaz, zatímco intoxikace léky je vnímána jako nejčastěji volený mechanismus sebevraždy u žen. Ačkoliv mnohé výzkumy ukazují, že jsou to ženy, které více propadají depresi, pro muže může být naopak těžší si tuto skutečnost přiznat a mluvit o ní. Postiženy mohou být prakticky všechny věkové skupiny. Sebevražedné indicie je nutné vždy brát vážně, nevnímat je pouze jako nevyhnutelnou součást náročného období dospívání nebo stárnutí (Stewart 2008; Daghir, Naima 2011).

Z dostupných studií vyplývá, že v dopisech na rozloučenou lze identifikovat několik společných témat. Antoon A. Leenaars (1999) poznamenal, že pisatelé dopisů často vyjadřují nesnesitelnou psychickou bolest, narušené mezilidské vztahy, odmítání ve smyslu agrese, která je zaměřená buď proti sobě samému, nebo proti druhé osobě či osobám, neschopnost se adaptovat, přizpůsobit, nepřímé vyjadřování, oslabené ego a zúžené poznání. Ting-Pong Ho, Paul Yip, Calvin Chiu a kolektiv (1998) se zaměřili na analýzu konkrétních pokynů (péče o rodinu, uspořádání pohřbu, splacení dluhu), vyjádřených afektů (odpuštění, hněv, zášť, obviňování, beznaděj, úleva, vyčerpání, shledání aj.) a zmíněných obtíží (nemoc, bolest, pracovní, finanční nebo školní problémy či problematické mezilidské vztahy).

Studium psychodynamiky sebevrahů by bylo možné zdokonalit, kdyby byly k dispozici větší vzorky jejich myšlenek. Takovým cenným zdrojem dat by byly deníky. Ty psané osobami, které později spáchaly sebevraždu, jsou však velmi vzácné. Příležitostně se objevila studie o takových denících. Lester (2006) si všiml, že záznamy v deníku italského spisovatele Cesareho Paveseho, který spáchal sebevraždu, naznačují, že po odmítnutí ze strany žen následovalo rychle Paveseho očerňování vlastních spisovatelských schopností, přičemž tyto pasáže byly s postupujícími stránkami jeho deníku stále častější. Analýzy byly provedeny také u deníku Arthura Inmana (Leenaars, Maltsberger 1994). Významným zdrojem informací jsou tak dopisy na rozloučenou, které část jedinců páchajících sebevraždu zanechává. S příchodem moderních komunikačních prostředků sebevrazi v současné době využívají ke zveřejňování sebevražedné komunikace včetně sebevražedných dopisů a videí pochopitelně také internet, zejména sociální platformy jako Facebook, Youtube a Twitter. Tyto formy komunikace se od standardních dopisů na rozloučenou liší tím, že zatímco klasické dopisy jsou určeny k přečtení až poté, co jedinec spáchá sebevraždu, příspěvky na internetu mohou být a velmi často i jsou přístupné již před smrtí jedince, s čímž někteří suicidéři nejspíše i kalkulují. V konkrétních případech pak ti, kdo si příspěvek přečtou nebo prohlédnou, upozorní úřady a potenciálnímu sebevrahovi tak může být ve smrtícím jednání zabráněno.

Deníky sebevrahů umožňují studovat sebevražedné myšlení v průběhu času, přičemž jejich zápisky mohou pokrývat období i několik měsíců, nebo dokonce let. John F. Gunn a David Lester (2012) ve své studii zkoumali příspěvky mladé dívky na stránkách sociální sítě v posledních

24 hodinách před její smrtí. To jim umožnilo studovat sebevražednou mysl v průběhu jednotek hodin před sebevražedným činem. Ve zprávách založených na nemocničních zápiscích, jež pořizoval personál u psychiatrických pacientů, kteří suicidium spáchali během hospitalizace, bylo zaznamenáno, že jejich nálada se před sebevražedným činem zlepšila (Keith-Spiegel, Spiegel 1967; Clements, Bonacci, Yere-vanian, Privitera, Kiehne 1985). Zmíněná studie nabízí jedinečný příspěvek k diskutované problematice, neboť analyzuje písemné zprávy zanechané sebevrahem z hlediska změn, k nimž došlo v posledních hodinách a minutách před činem. Stejně jako David Lester (2004; 2009) zaznamenali autoři studie v příspěvcích blíže smrti nárůst pozitivních emocí, což ale může být důsledkem krátkosti jednotlivých záznamů. Při individuálním zkoumání, a to i po minutách, byl každý příspěvek relativně krátký, zatímco při porovnání po hodinách byly zápisky obsáhlejší. Zajímavé bylo také omezení používání slova „já“ a odkazů na svou osobu.

James W. Pennebaker a Lori D. Stone (2004) zjistili podobný trend v průběhu času v deníku a Lester (2010) odhalil podobnou změnu ve dvou nahrávkách, které pořídil osmnáctiletý mladík v hodinách předtím, než se zastřelil. Tento mladý muž byl na nahrávce pořízené šest hodin před sebevraždou velmi orientován na sebe, zatímco při nahrávce zhotovené dvě hodiny před suicidiem se již mnohem více zaměřoval na druhé (Gunn, Lester 2012).

A pak jsou zde dopisy na rozloučenou. Dopisy na rozloučenou či jiné formy poznámek, které sebevrah zanechá, poskytují zajímavý zdroj přímých informací od sebevraha, přičemž kvalita sdělených údajů může být lepší než těch, které uvádějí okolní pozorovatelé. Dopis je často napsán krátce před sebevražedným činem a v této souvislosti existuje několik směrů výzkumu, které využívají dopisy na rozloučenou jako klíč k pochopení sebevraždy (Ho a kol. 1998). To se však v průběhu doby pochopitelně setkalo také s kritikou. Hlavním argumentem je, že tyto dopisy nemusejí být reprezentativní pro všechny oběti sebevražd, protože je zanechává pouze zlomek obětí (Ho, Yip, Chiu a kol. 1998; Girdhar, Leenaars, Dogra a kol. 2004; Kuwabara, Shiori, Nishimura a kol. 2006; Chia, Chia, Tai 2008). Psaní dopisů závisí také na míře gramotnosti a vyjádřené emoce nebo výroky mohou být neúplné, zkreslené, nepravdivé a obtížně hodnotitelné, zejména pokud jsou vytrženy z kontextu (O'Donnell, Farmer, Catalan 1993; Girdhar, Leenaars, Dogra a kol. 2004; Chia, Chia, Tai 2008). Zjištění proto mohou mít převážně kvalitativní charakter. S těmito problémy se však suicidologové potýkají neustále, neboť příslušná osoba (respondent) již zemřela a informace je tak třeba získávat zprostředkovaně. Z uvedené kritiky vycházejí autoři této publikace, přičemž při vlastní analýze a interpretaci dopisů na rozloučenou použili vzorek celkem 164 případů sebevražd, při nichž byly zanechány dopisy na rozloučenou v různém počtu i formě: od tradičních dopisů přes SMS zprávy, rozepsané vzkazy na počítači a zprávy a posty na sociálních sítích až po audiovizuální záznam. Autoři pro každý vybraný zkoumaný parametr stanovili přísná kritéria a sledovali kvantitativní zastoupení těchto parametrů ve vybraném vzorku. Veškeré interpretované proměnné pak dokládají i přímými citacemi ze samotných dopisů na rozloučenou, s nimiž bylo pracováno.

Dopisy na rozloučenou jako poslední sbohem, soupis úkolů a indicie

Na umírání lze nahlížet z medicínského, sociologického a psychologického hlediska. Umírání z pohledu behaviorálních věd závisí na splnění dvou podmínek. Zaprvé musí existovat objektivní předpoklad, že smrt nastane v omezeném časovém rozpětí, tedy dříve, než by se dalo očekávat

bez vnějšího poškozujícího stavu. Za druhé si jedinec uvědomil svůj stav způsobem, který má vliv na jeho cítění, myšlení a jednání, ať už vědomé, nebo nevědomé. Jinými slovy, aby bylo možné prohlásit jedince za umírajícího, musí existovat jak objektivně dané poškození nebo ohrožení, tak jeho subjektivní vnímání. V tomto převážně kognitivním pohledu je umírání obvykle dlouhý proces trvající týdny, měsíce, nebo dokonce roky. Uvedená psychologická definice umírání je odvozena ze situace lidí, kteří umírají z důvodu konkrétního onemocnění, ale přesto si nárokuje obecnou platnost. Specifickým rysem tohoto pohledu, který může čtenáři připadat zvláštní, je reverzibilita umírání. Pokud objektivní ohrožení pominulo nebo si jedinec to, že umírá, přestal uvědomovat, není již umírajícím člověkem. Z kognitivního hlediska psychologie tedy je možno zemřít několikrát (Wittkowski 2011; 2021).

Vycházet lze ze čtyř konceptů, které spolu do jisté míry souvisejí. *Vědomí umírání* se vztahuje k více či méně vědomému uvědomění si hrozby. Může se jednat o snížené vědomí jako v případě myšlenky „středního vědomí“ Averyho Wiemana (1972), která zahrnuje jakési nejisté vědění, představu, jež se nachází někde mezi věděním a nechtěním vědět, a která má přesto vliv na pocity a chování jedince (např. na obranné strategie). *Jistota umírání* znamená jasné vědění o vlastní fatální situaci. Jejím ústředním příznakem je pojetí sebe samého jako umírajícího člověka, přičemž dalším rysem je anticipační truchlení. Pokud je takový člověk schopen přijmout svůj osud, dosahuje *připravenosti na umírání*. Aniž by byl tento člověk jedincem se sebevražednými tendencemi, může ve svém myšlení a cítění aktivně usilovat o *vůli zemřít* (Wittkowski 2021).

Provedení sebevraždy je výsledkem složitého, stresujícího emočního zpracování. Představuje extrémní chování, které často vychází z negativního vnímání a zkresleného myšlení o sobě, druhých a životě (Rizk a kol. 2019; Oquendo a kol. 2020). Sebevražedný akt je jako takový sám o sobě dostatečně výmluvným. Proč jsou tedy důležitá slova zaznamenaná a zanechaná v jeho pozadí? Proč je důležité brát zřetel na poslední rozloučení jedince, jenž chce zemřít?

Dopisy na rozloučenou zanechává pouze menšina jedinců, kteří páchají sebevraždu. Dle studie Ting-Pong Hoa a kol. (1998) se zdá, že zanechávání takových dopisů není mezi osobami, které podnikají sebevraždu, náhodným jevem. Autoři uvádějí, že tendenci zanechávat dopisy na rozloučenou mají častěji mladé ženy, osoby s jiným než vdovským rodinným stavem, lidé s náboženským přesvědčením, bez předchozích sebevražedných pokusů, osoby, které nebyly v kontaktu s psychiatrem, a jedinci, již praktikují neimpulzivní způsoby sebevraždy. Dosavadní literatura srovnávající osoby, které dokonaly sebevraždu a zanechaly, respektive nezanechaly dopis na rozloučenou, uvádí rozporuplné výsledky. Autoři kromě jiného uvádějí, že osoby píšící dopis na rozloučenou cítí potřebu někomu něco sdělit. Tato potřeba může pramenit z jejich náboženského přesvědčení, přítomnosti pozůstalých příbuzných a z absence předchozího sebevražedného chování. Ve vzorku, s nímž autoři studie pracovali, se zhruba polovina osob, které sebevraždu dokonaly, ve svých dopisech na rozloučenou zmiňovala o svých potížích. Pokud se jedinci, kteří páchají suicidium, rozhodnou na základě své pocíťované potřeby vysvětlit okolnosti, které je k sebevraždě vedly, samotný dopis může mít (ale rozhodně nemusí) pro ně samotné, ale i pro pozůstalé příbuzné anebo přátele terapeutický účinek. Dopis na rozloučenou může poskytnout základ pro pochopení a racionalizaci neočekávaných sebevražd, které vyžadují určité vysvětlení. Kliničtí lékaři mohou dopisy na rozloučenou využívat k tomu, aby pozůstalým nebo přátelům pomohli projít procesem truchlení.

Práce Jamese Pennebakeru naznačuje, že používání jazyka je spolehlivým ukazatelem kognitivních procesů, přičemž autor provedl řadu studií s využitím počítačové analýzy písemných materiálů. James Pennebaker, Tracy Mayne a Martha E. Francis (1997) například testovali, zda výběr slov v určité kategorii (emocionální, kognitivní nebo sebereferenční) předpovídá fyziologický zdravotní stav. Cílem jejich výzkumu bylo prozkoumat slova, která lidé používají, když

hovoří o nedávném úmrtí blízké osoby, a předpovědět jejich následné fyzické a duševní zdraví. Slova týkající se emocí byla s fyziologickým zdravím spojena jen slabě. Avšak u jedinců, kteří v průběhu času používali více kognitivních slov, jako jsou ta odrážející používání kauzálních vztahů („protože“ nebo „důvod“) či vhléd („uvědomit si“ či „pochopit“), byla sledována vyšší míra zlepšení fyzického zdraví. Používání kauzálních slov znamenalo, že jedinci analyzovali vysvětlení, příčiny a důvody výskytu události a emocí, které prožívali. Používání slov pro vhléd odráželo míru, do jaké člověk odkazoval na kognitivní procesy nezbytné pro pronikavé odhalení situací a zapojoval se do nich.

Shannon Wiltsey Stirman a James Pennebaker (2001) zkoumali systematické rozdíly v tvorbě básníků, kteří zemřeli vlastní rukou, ve srovnání s básníky, již suicidium nespáchali. Autoři předpokládali, že básníci, kteří se posléze pro sebevraždu rozhodli, budou v průběhu času používat více slov označujících negativní emoce, méně slov pro emoce pozitivní a více slov spojených se smrtí. Sebevražední básníci ve studii byli porovnáváni (z hlediska věku, pohlaví, vzdělání, národnosti a doby) s básníky, kteří zemřeli přirozenou smrtí. Studie nezjistila významné rozdíly v počtu slov souvisejících se smrtí nebo negativních slov mezi básníky, již sebevraždu spáchali, a těmi, kteří nikoli. Básníci sebevrazi však používali výrazně více podstatných jmen v první osobě jednotného čísla než básníci, kteří se pro suicidium nerozhodli, což svědčí o větším zaměření na sebe samého (Barnes, Lawal-Solarin, Lester 2007).

Carole Chaski (2012) vyjmenovává některé fráze a obraty, které se v dopisech na rozloučenou opakovaně vyskytují. Jedná se o omluvy („Omlouvám se“, „Prosím, odpusťte mi“), výrazy lásky („Miluji tě“ nebo „Nemohu bez tebe žít“), vyjádření hněvu („Doufám, že jsi teď šťastný/spokojený“), stížnosti („Už to nemohu dál snášet“, „Nemohu dál“) nebo psychický šok („Od té doby, co...“ s odkazem na traumatizující událost jako např. rozchod, rozvod, úmrtí partnera).

Alexander Sboev, Dmitry Gudovskikh, Roman Rybka a Ivan Moloshnikov (2015) zmiňují, že psychologický stav autora (autorů) lze analyzovat pomocí psycholingvistických markerů v okamžiku zpracování dopisu. Mezi tyto markery patří zájmena, podstatná jména, přídavná jména, slovesa, příslovce, poměr přídavných jmen a sloves v dopisech, počet slov (slovních tokenů v korpusové lingvistice), průměrný počet slov použitých ve větě, poměr podstatných jmen a sloves, počet vykřičníků, počet emotikonů a tak dále. Na řadu těchto aspektů takzvané forenzní lingvistiky se při analýze dopisů na rozloučenou zaměřili také autoři této publikace. Z forenzně lingvistického hlediska obsahují dopisy na rozloučenou typické (jazykové) vlastnosti. Pro účely analýzy takových dopisů ve forenzní lingvistice je nutné využít poznatků ze všech teoretických lingvistických disciplín (včetně fonetiky, fonologie, morfologie, syntaxe, sémantiky, pragmatiky a analýzy diskurzu).

Dopisy na rozloučenou slouží jako užitečný dokument pro pochopení psychologických procesů těch, kteří dokonali sebevraždu (Leenaars 1996), a jsou někdy popisovány jako „okna do mysli zemřelého“ (Synnott a kol. 2018: 2). Několik mezinárodních studií ukázalo, že analýza těchto dopisů může osvětlit myšlenky a pocity sebevrahů (Callanan, Davis 2009; Stack, Rockett 2018; Synnott a kol. 2018). Dopis na rozloučenou může odrážet tísnivou mysl, často obsahuje pravopisné chyby, zabíhající myšlenky, nesmysly a nejasné narážky, zobrazující korpus emočně nabitých údajů (Cherry, Mahomed, de Bruijn 2012). Dosud neexistuje shoda ohledně toho, zda lze z dopisů na rozloučenou vyvozovat zobecňující závěry o sebevražedcích nebo o jedincích sebevraždu páchajících ve smyslu toho, zda se osoby, které zanechávají dopisy, liší od těch, jež je nezanechávají (Cerel a kol. 2014; Stack, Rockett, 2018; Synnott a kol. 2018).

Athena Lazarides, Douglas Wassenaar a Thabo Sekhesa (2019) ve své studii založené na analýze vzorku dopisů na rozloučenou identifikovali celkem dvanáct stěžejních témat. Jednalo se o vyjádření lásky a vděčnosti, o zdůvodnění sebevraždy, citové a praktické pokyny po smrti,

duchovní přesvědčení, prosbu o odpuštění, hněv a vztek, zoufalství a citovou bolest, starost o pozůstalé, beznaděj, neúspěšné milostné vztahy, finanční tíseň, depresi a vyčerpání a nakonec sebeobviňování. Bylo zjištěno, že tato témata do značné míry korespondují s několika mezinárodními studii, ale jsou různě řazena. Některé rozpory mohou být způsobeny metodologickými rozdíly na úrovni kódování. Je také možné, že některá z vyjmenovaných témat by bylo možné dále kombinovat a slučovat.

Na otázku, proč si někdo vezme život, bez ohledu na věk, neexistuje jediná odpověď. To byl hlavní argument Leenaarsova článku, v němž sebevraždu nazval „intrapyschickým dramatem na interpersonálním jevišti“ (Leenaars 1996). Konstatoval, že navzdory velkým podobnostem existují v sebevraždě rozdíly napříč životními obdobími a že adolescenti mají zřejmě více interpersonálních potíží než jedinci staršího věku. Nezabýval se však sebevraždami dětí a dospívajících. Na základě údajů z psychologické pitevní studie obětí sebevražd ve věku 15 let a mladších, provedené v letech 2007–2009, v níž 18 (43 %) zanechalo vzkaz přímo související s jejich sebevraždou, chtěli Anne Freuchen a Berit Grøholt (2015) posoudit, zda existují rozdíly mezi pisateli a nepisateli dopisů na rozloučenou, v čem tyto rozdíly spočívají, a popsat a prozkoumat obsah dopisů a komentovat jejich sdělení. Autoři konstatují, že pisatelé dopisů na rozloučenou vykazují znaky, které mohou naznačovat vyšší sebevražedný úmysl než ti, již dopis nezanechávají. Dopisy jsou koherentní a nevykazují zmatek ani ohromující emoce. Děti a mladiství zdůrazňují své vědomí toho, co se chystají udělat, a přebírají plnou odpovědnost. Ještě za života nesdělovali rodičům okolnosti a důvody, které později vedly k sebevraždě, a nesnažili se nalézt u nich radu či pomoc při hledání alternativních řešení. Dopisy vykazují několik podobností s těmi psanými staršími adolescenty (Leenaars a kol. 2001; Lester, Haines, Williams 2010) a nepotvrzují hypotézu autorů studie o zmatenosti mladých pisatelů těchto dopisů. Kromě toho byl vyvrácen počáteční předpoklad badatelů o menší vnitřní bolesti, protože ta byla často přítomna. Počet osob, které zanechaly dopis na rozloučenou, byl v této studii vysoký (43 %). Pokud budou pomínuty podklady typu školní slohové práce vyjadřující přímo či nepřímo vůli zemřít a hlasové vzkazy, zanechalo dopis 36 % osob z daného vzorku. Na rozdíl od jiných (Posener a kol. 1989) autoři shledali dopisy logickými, bez známek zmatku nebo zoufalství. Pisatelé dopisů zanechávají dojem kontroly a promyšlenosti, což podtrhuje skutečnost, že se také vzdali majetku, prováděli aktivní přípravu, a navíc před sebevraždou vykazovali změněné chování. Všechna tato jednání mohou svědčit o vyšším stupni sebevražedného úmyslu pisatelů dopisů – kromě toho, že skutečně zanechali dopis na rozloučenou, také učinili rozhodnutí ve smyslu závěrečné bilance. Překvapivě také jednali s cílem vyhledat pomoc a sdělovali své sebevražedné myšlenky častěji než osoby, které vzkazy nepsaly, i když nejednoznačným způsobem. Je lákavé to interpretovat jako známku jisté ambivalence či volání o pomoc: „Vidíte mě, zastavte mě!“ Bohužel se však autorům nepodařilo najít studie mladých pisatelů sebevražedných dopisů, které by tyto závěry a interpretace potvrzovaly či vyvracely (Freuchen, Grøholt 2015).

Zakladatel vědního oboru o sebevraždách Edwin Shneidman začal svou kariéru v losangeleském koronerském úřadě, kde studoval záznamy o sebevraždách. V roce 1949 objevil stovky dopisů na rozloučenou založených v záznamech veteránů, kteří spáchali sebevraždu, a odhadl, že dopis zanechal každý patnáctý sebevrah (Shneidman 1969). Zdá se, že v závislosti na době a kultuře se procento lidí, kteří spáchali suicidium a zanechali po sobě dopis, značně liší. Ve Spojených státech se procento takových lidí pohybuje přibližně mezi 10–43 % (Pestian, Matykiewicz, Linn-Gust 2012). Zajímavé je, jak se zdá, že v Japonsku se navzdory rostoucímu počtu sebevražd počet dopisů na rozloučenou nezvýšil, což naznačuje, že důvody sebevražd nemusejí souviset s aktem jejich psaní (Shioiri a kol. 2005). Dopisy na rozloučenou byly dlouho považovány za ukazatel závažnosti sebevražedného pokusu; pozdější práce však ukazují, že použití

dopisů na rozloučenou jako markeru závažnosti má podstatná omezení (Freedenthal 2007). Předchozí studie o lidech, kteří zanechali dopis na rozloučenou, ve srovnání s těmi, již tak neučinili, přinesly rozporuplné výsledky. Bylo zjištěno, že mezi těmi, kdo zanechávají vzkazy, a těmi, kdo nikoli, neexistují žádné významné systematické demografické rozdíly (Maris a kol. 2000). Pozdější rozsáhlé studie však naznačily, že rozdíly mohou existovat. Ve studii 5000 sebevražd v Japonsku bylo zjištěno, že pisatelé dopisů jsou častěji ženy, žijí samy a umírají metodami, jako jsou intoxikace oxidem uhelnatým, oběšení nebo použití ostrých nástrojů, zatímco sebevrazi, již žádný záznam nezanechají, mají více fyzických onemocnění a psychických poruch (Kuwabara a kol. 2006). Toto jsou aspekty kopírující příslušné období a geografickou lokaci, přestože řada aspektů je shodná a validní pro různé geografické lokace s ohledem na fakt, že sebevraždu lze považovat za kulturní univerzálii. V jiné studii 253 sebevražd v průběhu dvou let v Řecku bylo zjištěno, že pisatelé dopisů (26,1 % vzorku) častěji umírali oběšením nebo střelnou zbraní a měli v anamnéze méně psychiatrických onemocnění či hospitalizací na psychiatrii (Paraschakis a kol. 2012).

Studie 621 sebevražd z desetiletého vyšetřování úřadu soudního lékaře v jednom okrese v americkém Ohiu zjistila, že mezi těmi, kdo zanechali dopis, a těmi, kdo tak neučinili, nejsou ve většině demografických proměnných, duševním a fyzickém zdraví, sebevražedné anamnéze, precipitujících událostech a samotné sebevraždě příliš velké systematické rozdíly (Callanan, Davis 2009). Ze 40 zkoumaných nezávislých proměnných byla u těch, kteří dopisy na rozloučenou zanechali, vyšší četnost života v osamělosti a předchozího vyhrožování sebevraždou. V kombinaci s demografickými proměnnými tyto dva faktory vysvětlovaly méně než 6 % rozdílů mezi autory dopisů a těmi, kteří je nezanechali (Callanan, Davis 2009).

Přestože přítomnost či nepřítomnost dopisu na rozloučenou může mít pro pozůstalé osoby obrovský význam, zejména pokud přetrvávají otázky ohledně motivů jednání jejich blízkého, Julie Cerel a kol. (2014) naznačují, že přítomnost či nepřítomnost dopisu vypovídá pouze o velmi málo věcech. Zdá se, že ani demografické údaje zemřelého, ani okolnosti samotného úmrtí s tím, kdo zanechá dopis na rozloučenou, nesouvisí. Shneidman (1996: 14) sám poznamenal, že dnešní dopisy na rozloučenou se příliš neliší od dopisů, které objevil v roce 1949. Uvedl, že tato poslední sdělení nadále kolísají od těch, jež demonstrují úzkost spojenou s činem a jsou někdy přízemní a banální, až po ta, která nevyjadřují psychickou bolest spojenou se sebevraždou. Těm pozůstalým po sebevrahovi, již mohou mít značné pochybnosti o motivech a psychickém rozpoložení svého blízkého v době jeho smrti, může obsah těchto zápisů poskytnout neoceřitelný vhled a útěchu. Někteří naznačují, že takové záznamy mohou poskytnout vodítka, která vedou k uzdravení pozůstalých (Ho, Yip, Chiu, Halliday 1998) a vzhledu do utrpení jejich milovaného (Paraschakis a kol. 2012).

Dopisy na rozloučenou jsou bezpochyby cenným materiálem, který i přes limity interpretace o každém individuálním případě sebevraždy mnohé vypovídá. Každý z nich tvoří důležitý dílek skládačky dokreslující příběh, v jehož pozadí lze hledat širokou škálu příčin, bilancování, rozhodnutí a paletu emocí.