



SUICIDE NOTES AND MOTIVES FOR SUICIDE IN PSYCHOLOGICAL REPORTS COMPILED FOR THE JUDICIARY

Teresa JAŚKIEWICZ-OBYDZIŃSKA, Ewa WACH

Institute of Forensic Research, Kraków, Poland

Abstract

To establish the motives for the act is one of the main goals of the psychological evaluation required by judicial process in cases of suicide. In many cases, this makes it possible to prove or falsify the hypothesis that a person's death is the result of the actions of one or more other people who – in one way or another – have contributed to that person's decision to take their own life. Sometimes, people who die by suicide leave farewell notes indicating the person or people directly responsible for their deaths. Although notes of this kind offer an important source of information about the emotional states of their authors and their relationships with their social environments, they remain subjective. Indeed, it is often the case that thorough reviews of all of the material in the cases concerned do not support the thesis that a third party directly influenced the deceased's decision to end their own life. Moreover, in some instances, people who die by suicide have been found to have misled the people in their immediate environment. Nevertheless, where verified suicide notes exist, they remain a valuable source of information for psychologists. The article analyses ninety-three cases in which psychological reports were compiled to determine the motives for fatal suicide attempts. Suicide notes were found in thirty of these cases. The form and content of these notes are examined, and the options for their use in forensic reports are considered.

Keywords

Suicide; Suicide notes; Sudden death.

Received 29 December 2021; accepted 14 April 2022

I. Suicide notes in the subject literature

What, in essence, are the letters or other – most often handwritten – notes left by people who die by suicide or attempt to do so but are saved? What patterns can be discerned in their contents? To whom are they usually addressed? To what extent can they constitute a reliable source of information on the mental state of their authors, their thoughts on their own lives, successes, and failures, their social relationships and experiences and, as a consequence, a reliable source of information on the reasons – implied or explicit – they give for taking their own lives? Yet not all those

who die by suicide leave farewell notes, which raises the question of what it is that influences a person who decides to take their own life to also leave a written message with a specific content. The answers to these questions have long absorbed suicidologists.

The first scholarly works to address this matter appeared in the 1950s (Shneidman, Farberow, 1957). The contributions made by Edwin Shneidman, an American clinical psychologist regarded as the founder of suicidology, were of particular significance. Given the importance of his research in this field, it is worth looking at in some detail. In the 1950s, Shneidman was asked to write letters of condolence to people who

had lost loved ones through death by suicide. When searching the archives of the Los Angeles County Coroner's Office in connection with this task, he discovered 721 farewell letters gathered during investigations in that city in 1944–1953. It was established that in 15% of the instances of suicide recorded in that area in that time frame the person committing it had left such a letter. The ages of their authors ranged from thirteen to ninety-three. In collaboration with Norman Farberow, Shneidman planned several research projects based on analyses of the content of these letters. The research showed, among other things, that all of the feelings revealed in the letters of those who died by suicide, such as anger, hatred, revenge, fear, or self-revulsion, were very intense. However, the number of emotionally neutral statements, such as those conveying judgements, recommendations, and admonishments to the people closest to them, was also relatively high. Some of the letter writers simply stated their relief at having made their decisions. In one of the studies they designed, Shneidman and Farberow intended to create a control group made up of people who had survived an attempted suicide and compare their letters with those in the archive. This, however, proved to be extremely difficult. People who survive such an experience usually destroy the letters they write beforehand. In the end, the researchers formed a control group composed of people with characteristics similar to those of people who actually died by suicide, who were asked to write hypothetical farewell letters imagining that they would die by suicide.

It contained thirty-three white, married, protestant men, whose letters were compared with the actual letters of thirty-three suicides with similar characteristics. All were from southern California. Although Shneidman and Farberow were aware that the group was not representative, they treated this comparison of real and invented letters as the first step in a series of continuing studies. Ultimately, the analysis showed that authentic suicide notes contained more thoughts and reflections, suggesting that people who choose to take their own lives feel a greater, more pressing, need to express themselves in their final messages. There were also more statements in these letters indicating mental unease and there was an overall greater intensity of emotions such as hatred, self-blame, and desire for revenge. There were no quantitative differences, however, in the responses concerning relief felt having made the decision to die by suicide. The greatest difference appeared in the category of statements defined as emotionally neutral. It turned out that there were many more of them – detailed instructions for the disposal of their personal effects, for example – in

the actual letters. Shneidman and Farberow concluded that the writers of the actual farewell letters accepted the fact that they were about to die, which was an important existential dimension absent in the control group. In turn, the researchers interpreted the frequency with which suicides admonished the living in their final messages by suggesting that they were attempting through their words to exercise their power in the mortal world for the last time – in the hope that, in some way, their deaths would add weight and meaning to the instructions they formulated. They also pointed out that farewell letters can sometimes provide valuable information on the reasons people commit suicide and their psychological states at the time of death. As it turned out, sometimes the motive for suicide was expressed explicitly, sometimes only indirectly (Ramsland, 2012).

As Rory O'Connor and Noel Sheehy observe (2002), Shneidman changed his views on the meaning and importance of the information that can be gleaned by analysing the letters left by suicides. In the 1950s, he was convinced that these documents represented the best way to 'study the elements of the suicidal mind', a statement he called his thesis. He shifted his position in the 1970s, contending that the psychological knowledge supplied by suicide notes helps only to understand why the writer of a particular letter decided to take their own life, but does not support inferences regarding why people commit suicide at all. He thought that the mind of a suicide was subject to so many constraints that the content of the statements contained in a suicide note could not be meaningfully interpreted – here was Shneidman's 'antithesis' (O'Connor, Sheehy, 2002). Finally, in the 1980s, he adopted a more pragmatic position that he termed his 'synthesis'. What he had come to accept as valid was that letters can be a useful tool for explaining suicidal behaviour – provided they are analysed in the context of the deceased's life history and experiences (Shneidman, Farberow, 1957; O'Connor, Sheehy, 2002).

The proportion of deaths by suicide in which suicide notes of various kinds are left is difficult to determine unequivocally from the subject literature. What is more, no official statistics are available on the subject. To establish the number of suicide notes left by people who survive suicide attempts is harder still. Nevertheless, scholars do manage to gain access to letters, and assessments of considerable diversity are given in various publications on this subject. According, for example, to O'Connor and Sheehy (2002), 15%–30% of those who die by suicide leave notes, while Shneidman's investigations, cited above, report that documents of this kind were composed by

approximately 15% of those who died by suicide in the group he studied. Drawing upon the findings of sixteen major studies, Krzysztof Rosa (2015) states, in turn, that in the three most numerous samples analysed, the proportions of notes left were 30%, 23%, and 21%.

As already mentioned, suicidologists were also interested in who the people writing suicide notes were and whether they differed from the great majority of those who die by suicide but leave no messages behind. As O'Connor and Sheehy report, studies conducted in a number of different countries have found few such differences, the demographic profile of the two groups is similar, and one researcher suggested that the letter writers simply find it easier to write and, therefore, that the conclusions of letter analysis can be generalised to all suicide cases (O'Connor, Sheehy, 2002). In the light of information derived from practice, however, it should be stressed that this outlook raises doubts. The form of the letters suicides leave behind them varies, and in many cases their content is very meagre and limited to just a few words or sentences. To draw conclusions on this basis about ease of written expression as a specific reason for leaving suicide notes is therefore difficult. It should rather be supposed that these reasons are associated with the communication mechanisms – in respect of those they are close to – of the particular person writing the letter.

Large-group studies conducted in Japan into a group of 5,000 people who died by suicide found that women, single people, and people who have chosen brutal methods of taking their own lives leave notes most often. Notes from people who had committed suicide due to physical illness or mental disorders (current or historic) were rarely found in this group. At the same time, the Japanese researchers stated that over a period of twenty-one years of economic recession in Kobe the percentage of those who died by suicide and left notes remained unchanged while the number of cases of death by suicide rose. The authors conjectured that this result could suggest that the reason for a death by suicide has no influence on the leaving of a suicide note. They stressed that the behaviour of those who die by suicide is influenced by many cultural, ethnic, and racial factors. They went on to assert, however, that the question could not be definitively resolved without further research (Shioiri et al., 2005; Kuwabara, et al., 2006).

The results of other studies cited in the subject literature show that letters are more often left by women than men, by those who have survived the death of a partner, and by those whose rationale for dying by suicide is philosophical. The wish to console loved

ones or, on the contrary, to arouse a sense of guilt in the people around them, are the reasons most frequently indicated for leaving suicide notes. The research also shows that the content of the letters and the reasons given for the decision to die by suicide are largely dependent on the gender and age of the person concerned. In this way, young people write more often of their feelings, of a lack of understanding shown of their feelings by the people around them, and of problems with people they are in love with or like very much. For their part, the middle-aged indicate despondency, burnout, and difficulty in coping with the challenges life presents. The elderly, whose suicide notes convey concrete instructions on the organisation of their funerals or how their wealth is to be divided, give their reasons for their decisions to commit suicide more rarely. It furthermore emerges from the studies cited in the literature that people who are mentally ill leave very few suicide notes (O'Connor, Sheehy, 2002; Rosa, 2015). It is telling, however, that even today, when almost by reflex we communicate with others using computers and telephones, the majority of farewell notes are written by hand. It can therefore be stated that this is the final, material trace that a person who dies by suicide leaves behind them. Having said that, it should not be forgotten that not all suicide notes are written in the final moments of life: some are composed and written earlier, and some are even written in stages, which sometimes makes it possible to reconstruct the planning of a suicide.

In the Polish suicidological literature, few studies have been devoted to the notes left by those who die by suicide. One of them, which is important too for the subject of this report, is the well-known criminological contribution made by Władysław Wójcik, which is based on evaluations of several hundred suicide notes compiled for the needs of the judiciary in 1948–1962. It discusses selected issues involved in identifying the handwriting of suicides, such as where the note is found, the writing implements and other equipment used, the substrate written on, the content of the letters (four basic themes are distinguished here: the last will and testament, statements of the reasons for deciding to die by suicide, the parties 'guilty' of the death, and bidding loved ones farewell), the number of words the text contains and, finally, determining whether the note was written by the person dying by suicide, which involves a number of stages of identification research (Wójcik, 1963). Other interesting investigations of the theme under consideration were undertaken by Krzysztof Rosa, who analysed the contents of notes written by thirty people who had attempted to die by suicide (by taking medicines/drugs) but had

been saved. In the conclusions to his study, he draws attention, among other things, to the importance of the information contained in farewell letters and the potential for its use in a variety of specific matters concerning suicides (Rosa, 2015).

II. Suicide notes in the context of forensic psychological reports

In suicide cases, psychologists are most often appointed to construct a profile of the deceased in situations in which it has proved impossible in the course of an investigation to unequivocally determine whether that person died as a result of suicide, murder, or accidental death. This is the case when the results of examinations conducted by forensic pathologists provide no indication of the cause and mechanism of death. One way in which this question can be resolved is by identifying the possible motives for suicide of a person with particular mental characteristics (as reconstructed by psychological analysis of the available materials) in the life situation they are ascertained to have been in preceding their death. Psychologists might also reconstruct a deceased person's life situation and psychological profile in cases where the fact of suicide raises no evidential doubts in itself, but it remains important to determine whether the behaviour of another person or group of people could have contributed to the decision taken by the person who died by suicide. Given that abetting a suicide risks criminal liability under Polish law, it is important to establish the circumstances set out above. In most cases, the procedural bodies seeking the opinions of forensic psychologists will then expect the latter to compile reports that indicate how, and to what extent, specific individuals contributed to a decision to die by suicide. In other words, what influence did other people have on a particular life situation and the way in which the suicide experienced it as critical, hopeless, and offering no way out? This is relevant because a sense of hopelessness is regarded as the most significant risk factor for death by suicide.

When compiling this type of report, the basic tasks of the forensic psychologist are therefore to reconstruct the psychological profile of the deceased and their mental state at the time of death, to establish the motives for the death by suicide, and to determine whether or not third parties had an influence on the deceased's decision to die in this way. The information necessary to carry out this task is first of all obtained from the case file, from psychological interviews conducted with selected people from the suicide victim's

environment, and from documents concerning the victim's state of health, education, profession, and hobbies and interests. Analysis of the deceased person's compositions or creations, which are an important source of information about the way they experience certain situations and/or social relationships, to explain the behaviour leading to death by suicide represents a further important stage in compiling a report of this kind (Jaśkiewicz-Obydzińska, Wach, 2013a, 2013b, 2014, 2018; Wach, 2020).

The suicide note – insofar as one was written and retrieved and insofar as its authorship is not in doubt – of course occupies a special place among the compositions and creations that are the handiwork of the person whose profile is being reconstructed. The difficulty that arises here, however, is whether the suicide note is a reliable source of information on the mental state, situation, and social relationships of its author. In fact, the subject literature stresses that – in terms of their perceived options, their emotions, their feelings, and their relations with others – the majority of people who die by suicide experience the world around them in a constricted way, which is one characteristic of presuicidal syndrome as described by Ringel (Ringel, 1992; Jamison, 1999). However, the most appropriate view would appear to be that, provided other sources of information about the deceased's life are taken into account and analysed, suicide notes can serve as useful tools for explaining suicidal behaviour. A well-known example from the subject literature is Shawn Shea's clinical analysis of Kurt Cobain's suicide note, in which he suggests that before assessing suicide risk it is first necessary to determine whether the person concerned has answered two fundamental questions: (1) Will my pain end and my problems be solved? (2) Is suicide compatible with my ethical principles? (Shea, 2002). Provided that information is gathered about the deceased from other sources that are, in accordance with the principles of report writing for the requirements of the judiciary, as objective as possible, the information contained in a suicide note can serve as a platform for formulating hypotheses concerning the reasons for a death by suicide or contribute to testing them.

III. Research aim and methods

The aim of this research is to assess the usefulness of suicide notes in supporting authoritative pronouncements in cases that seek to establish the causes of the sudden death (or disappearance) of a specific individual. In ninety-three such cases, in each of which

enquiries were conducted and forensic-psychological reports were issued, specialists at Institute of Forensic Research, as instructed by the prosecutor or court, reconstructed the psychological profiles of deceased or disappeared people in order to comment on the possible causes and motives for their sudden deaths and so assist the procedural bodies in their final decisions to attribute them to suicide, murder, or accident. Two types of indicators were analysed. First, indicators were identified that directly characterise the notes' authors – for example, their age and gender, the total number of letters left, and the subject of the case referred to the Institute in connection with their deaths. Second, the analysis also included indicators serving as a basis for drawing indirect conclusions about the specific mental characteristics of the letter writers (especially their emotional states), such as, for example, the form of the texts, the places in which they were left, and the contents of the messages addressed to the people around them. Two further matters of interest were (1) how, as they compiled their reports, forensic specialists used information about the reasons letter writers gave for their suicide attempts and (2) how far these reasons corresponded with the motives finally accepted by the specialists based on the totality of information gathered. In this way, the method adopted for analysing the material was primarily designed to establish the options for using a suicide note to infer the causes of, or reasons for, a suicide attempt.

IV. Discussion

Thirty suicide notes were found in the ninety-three cases analysed, which represents 32% of the cases studied. However great this proportion might be when compared with the data in the literature, it remains the case that notes were either not left or not retrieved in the great majority of the cases. Of the total number of ninety-three cases, sixty-nine involved adults (74%) and twenty-four concerned people aged eighteen or under (26%); reconstructions of psychological profiles of the deceased (or disappeared) were undertaken in all of them. Of the adults, twenty-one (30%) left letters, which included twelve men (57%) and nine women (43%). This result differs from the results reported in the subject literature, which indicate that women leave notes more often. Interestingly, a similar trend was seen in the eighteen and under group. Here, notes were left by a total of six people (25%), including five boys but only one girl. Although this is a small group, which precludes drawing more general conclusions about this circumstance, could this disproportion

between boys and girls be associated with something specific about the group studied? Did the cases analysed in it raise doubts among the procedural bodies as to the causes of death?

The suicide notes left in five of seven cases in which a pathological motive for suicide associated with psychological illness was adopted were written in stages, that is, they were begun well before the attempt and then corrected and supplemented. In thirteen (57%) of the twenty-three cases in which the task of the forensic specialists was to state cause of death as either suicide or murder they decided that suicide was more likely, while in the remaining ten (43%) they decided that murder was more likely. Only in three cases did they accept an accident as the probable cause of death. By reference to the nature of the case and the resulting question asked of forensic specialists regarding the cause of death (suicide, murder, accident), the issue of the absence of a suicide note was also investigated. In thirty-three (57%) of the sixty-three cases in which no farewell notes were found on, or in the vicinity of, the deceased, the forensic specialists' reports were intended to establish the motive for their suicide, in twenty-three (37%) they were intended to determine cause of death as either suicide or murder, and in seven (11%) to differentiate between suicide and accident. The fact of leaving a suicide note can constitute important grounds for inferring the possible planning of a suicide attempt, but in almost half of the cases analysed (45%), the forensic specialists were able to establish that a suicide attempt had been planned based on other premises – despite no note having been left.

The contents of the letters were also explored. As the results indicate, as many as 82% of letter writers (in the group of women and in the group of men equally) gave the reason for their decision to die by suicide in their final messages. Women composed words of leave-taking to loved ones more often than men (in as great a proportion as 73% of cases, while men did so in only 53% of cases). Women also expressed the helplessness and powerlessness they were experiencing and feeling in respect of the situations they were in far more often than men (63%), who did this in only 18% of cases. What is more, only women gave guidance regarding the future and upbringing of children in their letters (37%). Men, in turn, more often mentioned specific individuals responsible, in their view, for the situation that led them to decide to die by suicide. Hence, 40% of men indicated guilty parties compared to 27% of women. Only men mentioned financial difficulties as the cause of the problematic situation leading to the decision to die by suicide. This factor was indicated by 14% of men and by not one of the women in the group

studied. An identical proportion of women and men included instructions for the disposal of their property after their deaths in their letters (22%). Taking account of the factors stated above by the letter writers as having a connection with their decisions to die by suicide, the correspondence between the reasons given in the letters and the motive finally accepted by forensic specialists having reported on their enquiries was also investigated. It was found that the reasons given by the letter writers corresponded with the specialists' findings in 63% of the cases studied.

The extracts from suicide notes that appear below provide specific illustrations of the contents of letters described in more general terms above. As already stated, people who die by suicide sometimes leave farewell letters in which they directly name the people responsible for their decision to do so. It should not be forgotten, though, that however valuable notes may be as a source of information about how a person who decided to die by suicide experienced a particular situation and/or their relationship with the people and community around them, the assessments they contain remain very subjective. In many cases, it cannot be stated following analysis of the material that those named in the letters definitely influenced a person's decision to take their own life. There are also cases in which suicides intentionally deceive the people around them by concealing the true motive for a decision or shifting responsibility onto others. Accusations of this kind are made, for example, by perpetrators of murder who later commit suicide and who usually blame their deaths on the law enforcement bodies. These cases are illustrated by an excerpt from a note left by a man who killed his wife and infant daughter and, a few weeks later, at a decisive moment in the investigation when he became aware that the police had convincing evidence against him, committed suicide:

*There is no life for me any more without Izabela and my little daughter. (...) I keep saying I didn't do it, but the police don't believe me. (...) It's to do with the mother-in-law or Halina (...). Look for the one who did it, the one who turned everything on me. (...) You, the Police, look for the culprit – because I'll haunt you forever from beyond the grave (...). I am disappointed in the police, if I knew they'd find the murderer; perhaps I'd still want to live, I'd light a candle for them and mourn, but the way it stands what have I got to live for if I'm under suspicion? (...) Another person who died by suicide, who had also earlier killed his wife, accused her of contributing to both these acts in the note he left behind: *I did it for the good of my daughters, their mother was whoring around, and she crushed me too.* Some farewell notes call for particular*

people to be protected. Yet forensic psychological examination of the life situation of the person who has died by suicide can reveal the people to be protected as the very people whose behaviour has made the decision to commit suicide more likely. A farewell note written by a ten-year-old boy defending his alcoholic mother is especially mournful in its import. She neglected the boy entirely and even left him for days at a time without any food or money and with no one to look after him. He knew that everyone had a low opinion of her and it hurt him deeply. He died by suicide at precisely the moment when problems at school – connected with his frequent absences – were coming to a head. He could not cope with the adversity, but he did not want the school – or anybody – to blame his mother for his predicament. Here is an excerpt from his letter:

I am writing this letter to the whole of My family, perhaps I did something stupid, that I committed suicide. The most I loved and I love my mom and my auntie Zosia, who did a lot for me, but that would be forgetting about Jo my sister who I love very much too. Tomek, keep playing football at the club you really are good at it and respect your mom who wants things to be good for you (...). If you play football you might get on television (...). I'm leaving you my television games and my books if you want them. Don't anyone blame my mom for this because if somebody says anything stupid about her I'll go round and scare him. Marek K.

A letter from a woman who was unhappy in her marriage is a further example of a message written with the intention of protecting a loved one against possible accusations of abetting the suicide of its author. In love with her husband and having a very high opinion of him, she was herself a woman of low self-esteem who was jealous of him and unsure of his feelings. She expressed all of these emotions in her farewell letter while at the same time attributing all of the responsibility for the situation solely to herself:

I was to blame for everything. You were innocent, pure. (...) I cannot say what was happening to me because I didn't know myself what was happening to me, that I suspected you. I was not a good wife or a good mother. Goodbye, better you all forget about me.

In some cases, the note writers express very varied concerns and feelings in their final messages. Sometimes they do this in a way that relieves some of the tension arising, for example, from a long-standing conflict with the people around them. The story of sixteen-year-old Frank, whose self-destructive behaviour was largely the consequence of the overprotective attitude of his parents, offers an example of this. The

circumstances of the boy's death by suicide indicated that he was determined and that he was carrying out an intention to which he had already given much thought. The intense biological and psychological changes typical of adolescence, which are accompanied by the formation of a value system and world view, alter young people's relationship with their parents. It is a time, moreover, when the peer group becomes more and more important, which Frank's parents did not accept. What is more, neither did they approve of his closest friends. The lack of proper communication with his parents, his inability to express his own needs, and the outward subordination of himself to his parents when in reality he was experiencing powerful conflict arising from the discrepancy between his own needs and the compulsion to fulfil their expectations, caused him to perceive their behaviour as extremely restrictive. This led to a growing rebelliousness within him, yet he was unable to express it in a face-to-face confrontation with his parents. His farewell note, which is entitled 'Testament', can be understood as a means of expressing all of these emotions:

I leave my telephone to Maciej K. Dad, Mom, please buy Maciej a PlayStation™ so that he has something to remember me by. Please bury me in my Wisła Kraków shirt, because it's my club. (...) Mom, dad, I wanted to lighten your ... [sentence unfinished]. After the sheet of paper had been unfolded, more writing was visible – this time in capital letters: **ENOUGH! FUCK YOU, MOM AND DAD. FUCK YOU, BYE BYE!**

As the contents of the letter show, the boy began by clearly stating his fondness for his friend, who had not been accepted by his parents. He then began another sentence, which was probably intended as a message to his parents justifying his action. Yet instead of completing it by saying why he had decided to die by suicide, he ended the letter with an outburst of aggression – the aggression that he had not expressed in everyday contact with his parents. This reaction probably did not help to relieve the tension, and may even have exacerbated the situation. The boy may have decided that, having expressed such negative feelings towards his parents, there was no longer any possibility of resolving the conflict.

Letters at once accusatory and defensive were also among those left by people in the group studied. Here is a note from a pupil to his parents, in which he defends his death by suicide, while simultaneously identifying specific individuals responsible for it. He also calls upon his loved ones to continue the fight he no longer has strength for:

I had to do it, the head teacher and X have ruined my health (...). I defended myself as well as I could but

they carried on destroying me. Fight for me and show them that you'll win. Leave Mr Y alone.

The following suicide note from a woman who had been in treatment for several years for depression, had been serially hospitalised, and who had made a number of previous attempts on her own life contains a moving description of a psychological state, and especially of negative emotions, including hopelessness, resignation, and mental suffering. In the end, she committed suicide by throwing herself out of a window. This happened directly following her discharge from hospital, where she had been revived after a suicide attempt involving poisoning herself with drugs/medicines:

I live under a burden of severe stress. I have not withdrawn far from the edge of the abyss and I keep returning. Enveloped in a sense of my own hopelessness, I am tormented by unending fatigue, bouts of depression, spiritual nausea, and a lack of sustained interest in anything at all. I am pervaded by meaninglessness, weariness, and depression whether what I am doing is simple or complex, pleasant or unpleasant, or requires thought or only simple, mechanical repetition. Nothing is ever safe and good and well. I am unfit to live and I am a failure. I am my own affliction. I cannot go on. I do not want there to be a future. I would not be able to live through another day.

The writers of letters intended to explain a decision to commit suicide to loved ones express powerlessness and a lack of energy and prospects. They also count on forgiveness from loved ones and formulate solemn pleas and instructions, sometimes using form to stress their importance: *My beloved son, there is no place for me, I just cannot go on. It is as if I had cancer. I love you very, very deeply – forgive me. To all those who might be saddened – I am sorry. Kacper – do not forget Grandma. Frank – do not forget Kacper.*

The form of suicide notes and the places in which they are left were also investigated. Where form is concerned, the great majority were handwritten on paper; only two took the form of an SMS. The formal features of the handwritten notes varied widely and no patterns were observed in this respect. Some were exceptionally meticulous, which was visible both in the way the letters and words were drawn and in the choice of fine paper to write on. Others were slipshod (deletions, crossings out, stains, random choice of substrate, haphazard placement on the page, illegible handwriting). By reference to changes appearing in the formal features of the handwriting, it was possible to detect in a number of them, however, that the author's emotional or even psychophysical state had changed as the writing proceeded – and had usually

deteriorated. Neither were patterns observed in respect of the places in which the notes were left. Several farewell letters were carefully displayed, either in a prominent position adjacent to the corpse or in the pockets of the deceased's clothing. It can be surmised that in these cases the writers intended their farewell letters to be found quickly. There were farewell letters too – with or without envelopes – that were found among the victims' other documents or personal belongings in desks, dressers, and handbags, among school notebooks, in the places where they most liked to spend time or work, such as garages, kitchens, and bedrooms, and even in wastebins. It is therefore likely that it did not much matter to this set of writers whether their notes were found at all. It would appear that, as with care taken over their form, where the farewell messages are left and how they are displayed most likely depend on the psychological characteristics of their authors, which they must also have manifested in their everyday lives.

V. Summary

This study of psychological enquiries and reports concerning cases of sudden death and the suicide notes sometimes associated with them identifies a number of interesting patterns that could be of use when making inferences in similar cases. Although no suicide notes were found in two-thirds of cases investigated by IES in which the causes of sudden death were undetermined, it remained possible to conduct enquiries and compile reports useful for resolving them. Where the causes of death or disappearance cannot be established in a case, the absence of a suicide note does not in itself support the conclusion that it is a murder or an unfortunate accident. Neither does its absence rule out the possibility that the suicide was planned by a specific person. By the same token, that a suicide note has been written does not preclude a sudden or impulsive act. The conclusions drawn in these cases rest on an analysis of the victim's final moments, of information from the scene, and of the formal features of the suicide note. Unlike in the subject literature, the majority of suicide notes written in the cases examined here were written by men. Can it therefore be said of the women who died by suicide and left farewell letters that there were no significant doubts on the part of their loved ones or the procedural bodies as to the nature of the act, so that the investigations into their deaths were concluded comparatively quickly and did not require expert investigation? The most common reason for both men and women to write suicide

notes was to give a motive for death by suicide. The frequency of other reasons for drafting them differed between the two groups:

- Women: expressing helplessness, addressing words of farewell to loved ones, giving guidance on the future of children, identifying the people to blame for their decision to take their own lives, providing instructions for the disposal of property.
- Men: identifying the people to blame for their decision to take their own lives, giving instructions for the disposal of property, providing information about financial difficulties.

The motives for suicide of those writing notes composed in stages over a certain period of time were most often pathological (the notes supplied information that could potentially be used to reconstruct the development of pathological mechanisms). The motives victims gave in farewell letters for death by suicide were not automatically accepted as causes of death, but were treated as subjective assessments of their psychological states, life situations, relationships with the people around them and, sometimes, as deliberate attempts to mislead these people – all of which required verification by analysing data from other sources. Inconsistency between the motives given in the letters and those reconstructed in the course of an expert enquiry was established in almost 40% of the cases studied. The form of the notes, and the places in which they are left, are determined by the individual characteristics of the people concerned; no significant patterns associated with the motive for death by suicide were identified. Indirectly, these features were useful for reconstructing the emotional states at the time they wrote their final messages of the people who decided to die by suicide and the circumstances of their deaths.

References

1. Jamison, K. R. (1999). *Noc szybko nadchodzi. Zrozumieć samobójstwo, by mu zapobiec*. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
2. Jaśkiewicz-Obydzińska, T., Wach, E. (2013a). Psycholog w niespecyficznej roli: odtwarzanie sylwetki samobójcy. *Na Wokandzie*, 3, 28–30.
3. Jaśkiewicz-Obydzińska, T., Wach, E. (2014). Psycholog sądowy wobec problemu samobójstwa – rola i zadania. (In) K. Rosa, A. Czabański (Eds.), *Percepcja zachowań samobójczych. Między opiniami a doświadczeniem* (pp. 13–29). Kraków: Przetwarzalnia Pracownia DTP i Grafiki.

4. Jaśkiewicz-Obydzińska, T., Wach, E. (2018). Psychologiczna ekspertyza w sprawach dotyczących samobójstwa dzieci i nastolatków. *Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka*, 17(3), 75–85.
5. Jaśkiewicz-Obydzińska, T., Wach, E. (2013b). Rola osób z otoczenia w motywacji zamachów samobójczych – trudny problem sądowej ekspertyzy psychologicznej. (In) J. Stojer-Polańska, A. Biederman-Zaręba (Eds.), *Samobójstwo. Stare problemy, nowe rozwiązania* (pp. 161–171). Kraków: Wydawnictwo JAK.
6. Kuwabara, H., Shioiri, T., Nishimura, A., Abe, R., Nushida, H., Ueno, Y., Akazawa, K., Someya, T. (2006). Differences in characteristics between suicide victims who left notes or not. *Journal of Affective Disorders*, 1–3, 145–149.
7. Makara-Studzińska, M. (2013). Przyczyny prób samobójczych u młodzieży w wieku 14–18 lat. *Psychiatria*, 10(2), 76–83.
8. O'Connor, R., Sheehy, N. (2002). *Zrozumieć samobójcę*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
9. Pilecka, B. (2005). *Osobowościowe korelaty prób samobójczych u młodzieży*, wyd. II. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
10. Ramsland, K. (2012). Suicide Notes. They come in all varieties, including silence. Retrieved November 19, 2021 from: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/shadow-boxing/201210/suicide-notes>.
11. Ringel, E. (1992). *Nerwica a samozniszczenie*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
12. Rosa, K. (2015). Listy pożegnalne niedoszłych samobójców. Analiza treści. *Przegląd Socjologiczny*, 64(4), 103–128.
13. Shea, S. C. (2002). *The practical art of suicide assessment. a guide for mental health professionals and substance abuse counselors*. Hoboken: John Wiley & Sons, Inc.
14. Shioiri, T., Nishimura, A., Akazawa, K., Abe, R., Nushida, H., Ueno, Y., Kojika-Maruyama, M., Someya, T. (2005). Incidence of note-leaving remains constant despite increasing suicide rates. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 59, 226–228.
15. Shneidman, E. S., Farberow, N. (1957). *Clues to suicide*. New York: McGraw-Hill.
16. Wach, E. (2020). Samobójstwo czy zabójstwo – odtwarzanie sylwetki psychologicznej osoby nieżyjącej. (In) G. Teresiński (Ed.), *Medycyna sądowa. Tom 2: Diagnostyka sądowa* (pp. 864–868). Warszawa: PZWL.
17. Wójcik, W. (1963). Listy pożegnalne samobójców. *Problemy Kryminalistyki*, 46, 784–793.

Corresponding author

Ewa Wach
Institute of Forensic Research
ul. Westerplatte 9
PL 31-033 Kraków
e-mail: ewach@ies.gov.pl

LISTY POŻEGNALNE JAKO ŹRÓDŁO INFORMACJI O MOTYWACH ZAMACHU SAMOBÓJCZEGO W EKSPERTYZACH PSYCHOLOGICZNYCH DLA POTRZEB WYMIARU SPRAWIEDLIWOŚCI

I. Listy pożegnalne samobójców w świetle literatury przedmiotu

Czym są w istocie listy czy inne, najczęściej odręczne, notatki pozostawiane przez osoby, które zmarły w wyniku zamachu samobójczego lub dokonały takiej próby, ale zostały odratowane? Jaki przekaz i do kogo adresowany listy te zawierają najczęściej? W jakim stopniu mogą one stanowić wiarygodne źródło informacji o stanie psychicznym autora, jego przemyśleniach na temat własnego życia, sukcesów i porażek, jego relacji i doświadczeń społecznych, a w konsekwencji wskazywanych przez tę osobę wprost bądź w sposób pośredni przyczyn dokonanego na swoje życie zamachu? Gdy się weźmie pod uwagę, że nie wszyscy samobójcy zostawiają listy pożegnalne, nasuwa się też pytanie – co wpływa na to, że osoba zdecydowana pozbawić się życia postanawia zostawić także pisemny komunikat określonej treści? Odpowiedź na te pytania od dawna interesowała suicydologów.

Pierwsze naukowe opracowania dotyczące tej problematyki przypadają na lata pięćdziesiąte XX wieku (Shneidman, Farberow, 1957). Istotny był zwłaszcza wkład Edwina Shneidmana, amerykańskiego psychologa klinicznego, uważanego za twórcę suicydologii. Ze względu na znaczenie jego badań w tym zakresie warto poświęcić im nieco więcej uwagi. W latach 50-tych XX wieku Shneidman został poproszony o napisanie listów kondolencyjnych do osób, które utraciły swoich bliskich w wyniku dokonanych przez nich zamachów samobójczych. Przeglądając w związku z tym zadaniem archiwa biura koronera w Los Angeles, Shneidman odkrył 721 listów pożegnalnych zabezpieczonych w toku śledztw prowadzonych tam w latach 1944–1953. Ustalono, że pozostawiło je około 15% ofiar samobójstw dokonanych w tym czasie w tym rejonie kraju. Ich autorami były osoby w wieku od 13 do 96 lat. Wspólnie z Normanem Farberowem Shneidman zaplanował kilka projektów badawczych opartych na analizie treści tych listów. Przeprowadzone przez nich badania wykazały m.in., że wszelkie ujawniane w listach samobójców uczucia, takie jak: gniew, nienawiść, zemsta, strach lub wstręt do samego siebie, były bardzo intensywne. Jednak stosunkowo dużo było również wypowiedzi uczuciowo neutralnych, takich jak wyrażanie ocen, formułowanie zaleceń i ostróg dla osób z otoczenia. Pewna liczba autorów listów po prostu deklarowała ulgę z podjęcia swej decyzji.

W jednym z projektowanych badań Shneidman i Farberow zamierzali stworzyć grupę kontrolną składającą się z osób, które przeżyły dokonaną próbę samobójczą, i porównać ich listy z listami znalezionymi w archiwum. Okazało się to jednak bardzo trudne. Osoby, które przeżywały takie doświadczenie, najczęściej niszczyły listy, które wcześniej napisały. Ostatecznie badacze stworzyli grupę kontrolną z osób posiadających podobne cechy, jakimi charakteryzowały się ofiary udanych zamachów samobójczych. Osoby te poproszono, aby napisały hipotetyczne listy pożegnalne, wyobrażając sobie, że wkrótce dokonają zamachu samobójczego. Grupę kontrolną stanowiło 33 białych mężczyzn, żonatych, protestantów, a napisane przez nich listy porównano z autentycznymi listami 33 samobójców o podobnych cechach. Wszyscy pochodzili z Południowej Kalifornii. Jakkolwiek autorzy projektu zdawali sobie sprawę, że grupa nie jest reprezentatywna, traktowali jednak to porównanie listów autentycznych i wymyślonych jako pierwszy krok w podjętych badaniach. Ostatecznie analiza wykazała, że autentyczne listy pożegnalne zawierały więcej przemyśleń i refleksji, co sugeruje, że osoby zdecydowane pozbawić się życia odczuwają większą potrzebę wypowiedzenia się w swoim ostatnim przesłaniu. W listach autentycznych było też więcej wypowiedzi wskazujących na dyskomfort psychiczny oraz ogólnie intensywniejsze emocje jak nienawiść, samoobwinianie, chęć zemsty. Nie było natomiast różnic ilościowych w wypowiedziach dotyczących odczuwanej ulgi z powodu podjętej decyzji. Największa różnica pojawiła się w kategorii wypowiedzi określonych jako neutralne uczuciowo. Okazało się, że w autentycznych listach było ich dużo więcej, na przykład szczegółowe dyspozycje co do rozporządzenia pozostawianymi rzeczami. Shneidman i Farberow doszli do wniosku, że autorzy prawdziwych listów pożegnalnych akceptowali fakt, że wkrótce umrą, którego to istotnego wymiaru egzystencjalnego brak było w grupie kontrolnej. Z kolei biorąc pod uwagę to, jak często prawdziwi samobójcy w swoich ostatnich przekazach upominali żywych, badacze zinterpretowali ten fakt, sugerując, że samobójca stara się w ten sposób po raz ostatni okazać swoją władzę w świecie doczesnym, niejako licząc, że jego śmierć doda wagi i znaczenia formułowanym przez niego zaleceniom. Wskazali też, że listy pożegnalne mogą niekiedy dostarczyć cennych informacji na temat powodów, dla których ludzie popełniają samobójstwo oraz ich stanu psychicznego w chwili śmierci. Jak się

okazało, czasem motyw dokonania zamachu był wyrażony wprost, czasem tylko pośrednio (Ramsland, 2012).

Warto przypomnieć, że, jak podają O'Connor i Sheehy, poglądy Shneidmana na temat znaczenia informacji, jakie można uzyskać z analizy listów pozostawionych przez samobójców, ulegały zmianom. W latach 50-tych XX wieku był on przekonany, że te dokumenty są najlepszą drogą do „badania elementów umysłu samobójcy”, a stwierdzenie to nazywał swoją tezą. W latach 70-tych zmienił zdanie, dowodząc, że wiedza psychologiczna, jakiej dostarczają listy pożegnalne, pomaga jedynie zrozumieć, dlaczego autor konkretnego listu zdecydował pozbawić się życia, nie dają jednak podstaw do wnioskowania o tym, dlaczego ludzie w ogóle popełniają samobójstwa. Uważał, że umysł samobójcy podlega tyłu ograniczeniom, że nie można sensownie interpretować treści wypowiedzi znajdujących się w liście pożegnalnym, była to „antyteza” Shneidmana (O'Connor, Sheehy, 2002). Ostatecznie, w latach 80-tych XX wieku, Shneidman przyjął stanowisko bardziej pragmatyczne, które nazwał „syntezą”. Uznał, że listy mogą być użytecznym narzędziem do wyjaśnienia zachowań samobójczych pod warunkiem, że będą analizowane w kontekście historii życia i doświadczeń zmarłego (Shneidman, Farberow, 1957; O'Connor, Sheehy, 2002).

Na podstawie danych z literatury przedmiotu trudno jednoznacznie ustalić, jaki procent osób, które dokonały skutecznych zamachów samobójczych, pozostawia różne formy komunikatów pożegnalnych. Brak na ten temat oficjalnych statystyk. Jeszcze trudniej ustalić liczbę listów pożegnalnych pisanych przez osoby, które dokonały próby samobójczej, ale zostały odratowane. Do listów docierają jednak badacze i w różnych publikacjach na ten temat podawane są oceny o znacznej rozpiętości. Np. O'Connor i Sheehy podają, że listy zostawia 15 do 30% samobójców (O'Connor, Sheehy, 2002), z cytowanych wyżej badań Shneidmana wynika, że dokumenty takie pozostawiło około 15% zmarłych w wyniku samobójstwa w badanej przez niego grupie. Rosa z kolei, powołując się na ustalenia płynące z przeglądu szesnastu dużych badań, stwierdza, że w trzech największych analizowanych próbach odsetek pozostawionych listów wynosił 30%, 23% i 21% (Rosa, 2015).

Jak już wspomniano, suicydologów interesowało też to, kim są osoby piszące listy pożegnalne i czy różnią się one od zdecydowanej większości samobójców, którzy dokonują skutecznych zamachów na swoje życie, ale nie pozostawiają żadnych wiadomości. Jak podają O'Connor i Sheehy, z badań prowadzonych w różnych krajach wynika, że różnic tych znaleziono niewiele, profil demograficzny obu grup jest podobny, a jeden z badaczy sugerował, że autorzy listów mają po prostu większą łatwość pisania, a zatem wnioski wynikające z analizy listów można uogólniać na wszystkie przypadki samobójstw (Stengl, 1964; O'Connor, Sheehy, 2002).

Podkreślić należy, że w świetle danych z praktyki pogląd ten nasuwa jednak wątpliwości. Pozostawiane listy mają zróżnicowane formy, często ich treść jest bardzo uboga, ograniczona zaledwie do kilku wyrazów lub paru zdań, zatem trudno na tej podstawie wnioskować o łatwości pisemnego wypowiedzenia się jako specyficznej przyczynie pozostawiania listów pożegnalnych. Należy raczej przypuszczać, że przyczyny te są związane z mechanizmami sposobu komunikowania się z otoczeniem konkretnej osoby, która sporządza list.

Z przeprowadzonych na dużej grupie badań japońskich (5000 osób, które popełniły samobójstwo) wynika, że listy zostawiają najczęściej kobiety, osoby samotne, a także ludzie, którzy wybrali brutalne metody pozbawienia się życia. Rzadko w tej grupie znajdowały się wiadomości od osób, które popełniły samobójstwo z powodu choroby fizycznej lub zaburzeń psychicznych (aktualnych lub wcześniejszych). Jednocześnie badacze japońscy stwierdzili, że w okresie 21 lat recesji ekonomicznej w Kobe wskaźnik procentowy pozostawianych przez samobójców listów utrzymywał się na tym samym poziomie przy jednoczesnym wzroście przypadków śmierci z powodu samobójstw. Autorzy przypuszczali, że wynik ten może sugerować, iż przyczyna samobójstwa nie wpływa na fakt pozostawienia listu. Podkreślili, że zachowania samobójców uwarunkowane są wieloma czynnikami kulturowymi, etnicznymi i rasowymi. Ostateczne wyjaśnienie tego problemu wymaga jednak dalszych badań (Shioiri i in., 2005; Kuwabara i in., 2006).

Z wyników innych badań cytowanych w literaturze przedmiotu wynika, że listy częściej zostawiają kobiety niż mężczyźni, osoby, które przeżyły śmierć partnera oraz takie, które swoją decyzję motywowały racjami filozoficznymi. Jako najczęstsze powody pozostawienia listu wskazuje się chęć pocieszenia bliskich bądź przeciwnie – wzbudzenia w osobach z otoczenia poczucia winy. Z badań wynika też, że treść listów oraz podawane przyczyny decyzji o dokonaniu zamachu są w dużej mierze zależne od płci i wieku samobójcy. I tak ludzie młodzi piszą częściej o uczuciach, braku zrozumienia ze strony otoczenia, problemach z sympatiami. Osoby w wieku średnim wskazują na przygnębienie, poczucie wypalenia, trudności sprostania wymaganiom, jakie niesie życie. Ludzie starsi rzadziej piszą o przyczynach swojej decyzji, przekazują w listach konkretne instrukcje dotyczące organizacji pogrzebu lub podziału pozostawionego przez nich majątku. Z cytowanych w literaturze badań wynika też, że bardzo niewiele listów pożegnalnych zostawiają chorzy psychicznie (O'Connor, Sheehy, 2002; Rosa, 2015). Co jednak charakterystyczne, nawet obecnie, kiedy w korespondencji z innymi zasadniczo korzysta się przede wszystkim z komputera czy telefonu, większość listów pożegnalnych jest pisana ręcznie. Można więc powiedzieć, że jest to ostatni materialny ślad, który samobójca po sobie zostawia. Warto przy tym zaznaczyć, że

nie wszystkie listy pisane są w ostatnich chwilach życia, zdarzają się też komunikaty przygotowywane już wcześniej, a nawet etapami, co czasami pozwala odtworzyć proces planowania zamachu na swoje życie.

W polskiej literaturze suicydologicznej niewiele jest prac poświęconych listom pożegnalnym samobójców. Jedno ze znanych opracowań, znaczące też dla przedmiotu niniejszego doniesienia, to praca kryminalistyczna Władysława Wójcika oparta na ekspertyzach kilkuset listów pożegnalnych analizowanych dla potrzeb wymiaru sprawiedliwości w latach 1948–1962. Autor skoncentrował się w niej na omówieniu wybranych zagadnień związanych ze specyfiką identyfikacji pisma samobójców, takich jak: miejsce znalezienia listu, użyte środki pisarskie, podłoże wykorzystane do pisania, treść listów (wyróżnia tu 4 podstawowe tematy: ostatnia wola, wypowiedzi o przyczynach zamachu na swoje życie, „winni” samobójstwa, pożegnanie z najbliższymi osobami), objętość tekstów i wreszcie etapy badań identyfikacyjnych zmierzających do ustalenia, czy list pisał sam samobójca (Wójcik, 1963). Innymi interesującymi badaniami dotyczącymi omawianego tematu zajmował się Rosa. Dokonał on analizy treści listów napisanych przez 30 osób, które usiłowały popełnić samobójstwo poprzez zażycie leków, jednak zostały odratowane. We wnioskach swojej pracy zwraca m.in. uwagę na znaczenie informacji zawartych w listach pożegnalnych i możliwości ich wykorzystania w różnych szczegółowych kwestiach dotyczących problematyki samobójstw (Rosa, 2015).

II. Miejsce listów pożegnalnych w ekspertyzach sądowo-psychologicznych

W sprawach dotyczących śmierci samobójczej biegli psychologowie najczęściej są powoływani w celu odtworzenia sylwetki psychologicznej osoby nieżyjącej w sytuacji, gdy w trakcie śledztwa nie udało się jednoznacznie stwierdzić, czy osoba ta zmarła w wyniku samobójstwa, zabójstwa czy nieszczęśliwego wypadku. Zdarza się to wówczas, kiedy wyniki badań medyków sądowych nie pozwalają na ustalenie przyczyny i mechanizmu śmierci. Wskazanie możliwych motywów samobójstwa osoby o określonych właściwościach psychicznych (odtworzonych w wyniku przeprowadzenia analizy psychologicznej dostępnych materiałów), w ustalonej sytuacji życiowej poprzedzającej jej śmierć, może pozwolić na rozstrzygnięcie tej kwestii. Proces odtwarzania sylwetki psychologicznej osoby nieżyjącej oraz jej sytuacji życiowej psycholog może przeprowadzić także w tych przypadkach, gdy sam fakt samobójstwa nie budzi wątpliwości dowodowych, natomiast istotne jest ustalenie, czy do decyzji samobójcy mogło przyczynić się zachowanie innej osoby lub grupy osób. Ustalenie wskazanych wyżej okoliczności ma istotne znaczenie, gdyż zgodnie

z polskim prawem za przyczynienie się do popełnienia zamachu samobójczego grozi odpowiedzialność karna. Organy procesowe zasięgające opinii biegłych psychologów najczęściej oczekują wówczas, że ekspertyza pozwoli na wskazanie, w jaki sposób i w jakim stopniu konkretne osoby przyczyniły się do decyzji o podjęciu próby samobójczej. Inaczej ujmując – jaki był wpływ innych osób na określoną sytuację życiową i sposób jej przeżywania przez samobójcę jako sytuacji krytycznej, beznadziejnej, bez wyjścia, gdyż to właśnie poczucie beznadziejności uważane jest za najważniejszy czynnik ryzyka popełnienia samobójstwa.

Zasadniczym zadaniem biegłego psychologa w tego typu ekspertyzach jest zatem odtworzenie sylwetki psychologicznej osoby nieżyjącej i jej stanu psychicznego w chwili śmierci, ustalenie motywów zamachu i ewentualnego wpływu osób trzecich na podjęcie tej decyzji. Podstawą uzyskiwania informacji niezbędnych do wykonania tego zadania są akta sprawy, wywiady psychologiczne przeprowadzone z wytypowanymi osobami z otoczenia ofiary samobójstwa, wszelkie dokumenty dotyczące jej stanu zdrowia, przebiegu edukacji, pracy zawodowej czy realizowanych zainteresowań. Istotnym etapem opracowywania takiej ekspertyzy jest także analiza wytworów osoby nieżyjącej jako ważnego źródła informacji o sposobie przeżywania określonych sytuacji lub/i relacji społecznych w celu wyjaśnienia zachowania prowadzącego do samobójstwa (Jaśkiewicz-Obydzińska, Wach, 2013a, 2013b, 2014, 2018; Wach, 2020).

Wśród wytworów pochodzących z ręki osoby, której sylwetka jest odtwarzana, szczególne miejsce zajmuje oczywiście list pożegnalny, o ile został napisany, znaleziony, i jego autorstwo nie budzi wątpliwości. Problem, jaki się tu pojawia, to pytanie, czy list samobójcy jest wiarygodnym źródłem informacji dotyczących stanu psychicznego autora, jego sytuacji i relacji społecznych. Jak wynika z literatury przedmiotu, podkreśla się bowiem, że większość osób dokonujących aktów samobójczych odbiera otaczającą rzeczywistość w sposób zawężony (w zakresie swoich możliwości, emocji, uczuć i relacji z innymi), charakterystyczny dla syndromu presuicydalnego opisanego przez Ringela (Ringel, 1994; Jamison, 1999). Najwłaściwszy jednak wydaje się pogląd, iż listy mogą być użytecznym narzędziem wyjaśniania zachowań samobójczych, wymaga to jednak uwzględnienia danych o życiu zmarłego pochodzących także z innych źródeł i analizowania ich w tym kontekście. Znanym z literatury przedmiotu przykładem może być analiza kliniczna listu pożegnalnego Kurta Cobaina dokonana przez Shawna Christophera Sheę, który zresztą sugeruje, że aby ocenić ryzyko popełnienia samobójstwa przez konkretną osobę, należy wcześniej ustalić, czy ta osoba zdołała już sobie odpowiedzieć na dwa zasadnicze pytania: czy mój ból się skończy, a problemy zostaną rozwiązane, i czy samobójstwo jest zgodne z moimi zasadami etycznymi (Shea,

2002). Informacje zawarte w liście pożegnalnym mogą stanowić podstawę formułowania hipotez dotyczących przyczyny zamachu samobójczego konkretnej osoby lub przyczynić się do ich weryfikacji pod warunkiem zebrania o zmarłym także informacji z innych, możliwie obiektywnych źródeł, zgodnie z zasadami opracowywania opinii dla potrzeb wymiaru sprawiedliwości.

III. Cel i metoda badań

Celem przeprowadzonych badań była ocena przydatności listów pożegnalnych do wypowiadania się w sprawach dotyczących ustalenia przyczyn nagłej śmierci (zaginięcia) konkretnych osób. W sprawach tych biegli IES, zgodnie z postanowieniem prokuratury lub sądu, opracowywali sylwetki psychologiczne osób nieżyjących (zaginionych) w celu wypowiedzenia się o ewentualnych przyczynach i motywach ich nagłej śmierci, aby pomóc organom procesowym w ostatecznym ustaleniu, czy było to samobójstwo, zabójstwo czy też nieszczęśliwy wypadek. Analizie poddano 93 sprawy, w których przeprowadzono ekspertyzy i wydano opinie psychologiczno-sądowe. Przedmiotem analizy były dwa rodzaje wskaźników. Z jednej strony wyodrębniono wskaźniki charakteryzujące bezpośrednio autorów listów – np. ich wiek i płeć, ogólna liczba pozostawionych listów czy przedmiot sprawy skierowanej do Instytutu w związku ze śmiercią tych osób. Z drugiej strony analizą objęto też takie, które mogły stanowić podstawę do wnioskowania pośrednio o konkretnych właściwościach psychicznych autorów listów (zwłaszcza ich stanie emocjonalnym), jak np. forma tych dokumentów, miejsce ich pozostawienia oraz treść komunikatu skierowanego do osób z otoczenia. Przedmiotem zainteresowania był także sposób wykorzystania przez biegłych w opracowywanej ekspertyzie informacji o przyczynach zamachu podawanych przez autorów listów oraz ich zgodność z motywami ostatecznie przyjętymi przez biegłych na podstawie całokształtu zebranych informacji. Tak więc przyjęta metoda analizy materiału miała na celu przede wszystkim ustalenie możliwości wykorzystania listu pożegnalnego do wnioskowania o przyczynie zamachu samobójczego.

IV. Omówienie wyników analizy

W analizowanych 93 sprawach znaleziono 30 listów pożegnalnych, co stanowi 32% badanych przypadków. Tak więc, jakkolwiek procent ten jest wysoki w porównaniu z danymi z literatury, to jednak w zdecydowanej większości przypadków listów nie pozostawiono bądź nie zostały one odnalezione. W badanej grupie spraw, w której odtwarzano sylwetkę psychologiczną zmarłych (lub zaginionych) znajdowało się 69 osób dorosłych

(74%) i 24 osoby poniżej 18 roku życia (26%). W grupie dorosłych listy pozostawiło 21 osób (30%), w tym 12 mężczyzn (57%) i 9 kobiet (43%). Jest więc to wynik odmienny od wyników badań podawanych w literaturze przedmiotu, które wskazują, iż listy częściej pozostawiają kobiety. Co ciekawe, podobna tendencja zaznaczyła się w grupie osób poniżej 18 roku życia, w której listy pożegnalne pozostawiło 6 osób (25%), w tym tylko 1 dziewczynka i 5 chłopców. Mała liczebność grupy nie pozwala wprawdzie na formułowanie bardziej ogólnych wniosków dotyczących tej okoliczności, nasuwa się jednak pytanie, czy taka proporcja nie jest związana ze specyfiką badanej grupy – analizowane w niej przypadki nasuwają wątpliwości organów procesowych co do przyczyn ich śmierci.

Spośród 7 przypadków, w których przyjęto patologiczny, związany z chorobą psychiczną motyw samobójstwa, w 5 pozostawiony list pożegnalny był sporządzany etapowo, tzn. rozpoczynany w czasie odległym od zamachu, a następnie korygowany i uzupełniany.

Wśród 23 przypadków, w których biegli mieli wypowiedzieć się, czy powodem śmierci było samobójstwo czy zabójstwo, w 13 (57%) przyjęli, że raczej samobójstwo, a w 10 (43%) wypowiedzieli się, że bardziej prawdopodobne było zabójstwo. Tylko w 3 przypadkach biegli przyjęli jako prawdopodobną przyczynę śmierci nieszczęśliwy wypadek.

Analizie poddano także problem braku listu pożegnalnego w zależności od charakteru sprawy i skierowanego w związku z tym pytania do biegłych co do przyczyny śmierci (samobójstwo/zabójstwo/nieszczęśliwy wypadek). Spośród 63 badanych spraw, w których nie odnaleziono przy zmarłych listów pożegnalnych, w 33 przypadkach (57%) opinia biegłych miała przyczynić się do ustalenia motywu ich samobójstwa, w 23 (37%) dotyczyła wypowiedzenia się, czy było to samobójstwo czy zabójstwo i w 7 (11%) różnicowania między samobójstwem i nieszczęśliwym wypadkiem. Fakt pozostawienia listu pożegnalnego może być ważną przesłanką do wnioskowania o ewentualnym planowaniu zamachu samobójczego, jednak w blisko połowie analizowanych przypadków (45%) biegli ustalili elementy planowania zamachu samobójczego na podstawie innych przesłanek mimo braku pozostawionych listów.

Przedmiotem analizy była także treść listów. Jak wskazują wyniki, aż 82% autorów listów (jednakowo w grupie kobiet i mężczyzn) podawała w swoim ostatnim komunikacie przyczynę decyzji o pozbawieniu się życia. Kobiety częściej formułowały słowa pożegnania do bliskich, bo aż w 73% przypadków, podczas gdy uczyniło to tylko 53% mężczyzn. Kobiety także zdecydowanie częściej (63%) wyrażały przeżywane poczucie bezradności i bezsilności wobec swojej sytuacji, co wystąpiło w listach zaledwie 18% mężczyzn. Tylko kobiety też w swoich listach pozostawiały wskazówki dotyczące losów

i wychowania dzieci (37%). Mężczyźni z kolei częściej wskazywali konkretne osoby odpowiedzialne w ich ocenie za sytuację, która doprowadziła ich do podjęcia decyzji o samobójstwie. „Winnych” wskazało 40% mężczyzn i 27% kobiet. Tylko mężczyźni wymieniali problemy finansowe jako przyczynę trudnej, prowadzącej do decyzji o samobójstwie sytuacji, czynnik ten wskazało 14% mężczyzn i ani jedna kobieta z badanej grupy. Po 22% kobiet i mężczyzn zamieściło w listach pożegnalnych wskazówki co do rozporządzenia po śmierci ich mieniem.

Biorąc pod uwagę wymienione wyżej czynniki wskazywane przez autorów listów jako mające związek z ich decyzją pozbawienia się życia, analizie poddano też zgodność podawanych w listach przyczyn z motywem przyjętym ostatecznie przez biegłych po przeprowadzeniu ekspertyzy. Okazało się, że zgodność taka wystąpiła w 63% analizowanych przypadków.

Ilustrację opisywanych wyżej treści zawartych w listach pożegnalnych badanej grupy mogą stanowić poniższe przykłady. Jak już wspomniano, zdarza się, że samobójcy zostawiają listy pożegnalne, w których bezpośrednio wskazują osoby odpowiedzialne za ich decyzję. Należy jednak pamiętać, że jakkolwiek listy stanowią ważne źródło informacji o sposobie przeżywania określonej sytuacji lub/i relacji z otoczeniem, jest to jednak ocena bardzo subiektywna. W wielu przypadkach analiza materiału ostatecznie nie potwierdza jednoznacznego wpływu wskazanych osób na decyzję o pozbawieniu się życia. Bywają też przypadki świadomego wprowadzenia w błąd otoczenia, np. ukrywania prawdziwego motywu swojej decyzji czy przerywania odpowiedzialności na innych. Takie oskarżenia kierowane są np. przez sprawców zabójstw, którzy potem popełniają samobójstwo. Zazwyczaj odpowiedzialnością za swoją śmierć obarczają organy ścigania. Ilustracją tych przypadków może być np. fragment listu mężczyzny, który zabił żonę i kilkuniesięcną córeczkę, a samobójstwo popełnił kilka tygodni później, w przełomowym momencie śledztwa, kiedy zdał sobie sprawę, że policja dysponuje poważnymi dowodami przeciwko niemu: *Nie ma już dla mnie życia bez Izabeli oraz mojej córeczki. (...) Ciągle powtarzam, że tego nie zrobiłem, choć policja mi nie wierzy. (...) To sprawa teściowej lub Haliny. (...) Szukajcie sprawcę, który wszystko skierował na mnie. (...) Wy Policja szukajcie sprawcy, bo ja z za grobu nie dam Wam spokoju (...). Mam żal do Policji, gdybym wiedział, że znajdziecie mordercę, to może jeszcze bym chciał żyć bym im świeczkę zaniósł, a tak po co mam żyć skoro jestem podejrzany (...).* Inny samobójca, który także wcześniej zabił żonę, w pozostawionym liście pożegnalnym oskarżył ją o przyczynienie się do obu tych czynów: *To zrobiłem dla dobra moich córek, ich mama się kurwiła, mnie też wykończyła.*

Listy pożegnalne mogą mieć też charakter ochraniający określone osoby z otoczenia, chociaż w wyniku

analizy sytuacji życiowej ofiary samobójstwa dokonanej przez biegłych może okazać się, że to właśnie ta osoba swoim zachowaniem do takiej decyzji się przyczyniła. Szczególnie dramatyczny w swojej wymowie jest list dziesięciolatka napisany w obronie matki alkoholiczki. Chłopiec był przez nią całkowicie zaniedbywany, pozostawiany nawet na kilka dni bez żadnej opieki, jedzenia, pieniędzy. Małoletni zdawał sobie sprawę, że otoczenie osądza matkę bardzo negatywnie, silnie to przeżywał. Samobójstwo popełnił w chwili nasilenia się problemów szkolnych związanych z jego częstymi nieobecnościami. Nie radził sobie z trudnościami, ale nie chciał, żeby szkoła lub inne osoby obwiniały matkę za jego trudną sytuację. Oto fragment jego listu z zachowaniem oryginalnej pisowni: *Piszę ten list do całej Mojej rodziny, może zrobiłem głupstwo, rze popełniłem samobójstwo. Najbardziej kochałem i kocham mamę i ciocię Zosie, która dla mnie wiele zrobiła, ale zapomniałbym o Asi mojej siostrze którą też bardzo kocham. Tomek graj dalej w piłkę nożną w klubie naprawdę jesteś w tym dobry i szanuj mamę która chce dla ciebie dobrze (...). Jak będziesz grał w piłkę może będziesz w telewizji (...). Zostawiam ci gre telewizyjną i moje książki jeśli ty będziesz chciał. Nie obwiniajcie zato mojej mamy bo jeśli ktoś naniom powie coś gupiego to doniego przyde i go będę straszył. Marek K.*

Innym przykładem komunikatu napisanego z intencją ochrony osoby bliskiej przed ewentualnymi zarzutami przyczynienia się do dokonanego przez autorkę samobójstwa, jest list kobiety, która nie była szczęśliwa w małżeństwie. Zakochana w mężu i bardzo pozytywnie go oceniająca, o własnej niskiej samoocenie, była o niego zazdrosna, niepewna jego uczuć. W liście pożegnalnym dała wyraz tym wszystkim uczuciom, jednocześnie wyłącznie sobie przypisując całą odpowiedzialność za tę sytuację: *Wszystkiemu winna byłam ja. Ty byłeś niewinny, czysty. (...) Nie mogę powiedzieć, co się ze mną działo, bo sama nie wiedziałam co się ze mną działo, że Cię podejrzewałam. Nie byłam dobrą żoną ani matką. Żegnaj Was, lepiej o mnie zapomnijcie.*

Zdarza się, że w ostatnim przekazie autorzy sygnalizują bardzo różnicowane problemy i uczucia. Czasami robią to w sposób, który w pewnej mierze pozwala na rozładowanie napięcia związanego np. z przeżywaniem długotrwałego konfliktu z najbliższym otoczeniem. Przykładem może być historia szesnastoletniego Franka, którego zachowanie autodestrukcyjne było w znacznej mierze konsekwencją nadopiekuńczej postawy rodziców. Okoliczności samobójczej śmierci chłopca wskazywały na jego determinację i realizację zamiaru, o którym już wcześniej rozmyślał. Intensywne zmiany biologiczne, psychiczne, kształtowanie systemu wartości i światopoglądu, typowe dla okresu adolescencji, wpływają, jak wiadomo, na zmianę relacji z rodzicami. Charakterystyczne dla tego okresu jest coraz większe znaczenie rówieśników, czego rodzice Franka nie akceptowali, co

więcej nie aprobowali też jego najbliższych kolegów. Brak prawidłowej komunikacji z rodzicami, nieumiejętność wyrażenia własnych potrzeb, pozorne podporządkowanie się rodzicom, a w rzeczywistości przeżywanie silnego konfliktu wynikającego z rozbieżności pomiędzy własnymi potrzebami a przymusem realizowania ich oczekiwań powodowały, że chłopiec odbierał ich zachowania jako silnie ograniczające. Prowadziło to do narastania u niego buntu, którego jednak nie umiał wyrazić w bezpośredniej konfrontacji z rodzicami. Jego list pożegnalny, zatytułowany „Testament”, jest pewną formą wyrażenia wszystkich tych uczuć:

Telefon przekazuję Maćkowi K. Proszę was rodzice o zakup dla Maćka play station, aby miał pamiątkę po mnie. Proszę pochować mnie w koszulce Wisły Kraków, bo to mój klub. (...) Mamo, tato chciałem wam ulżyć w [zdanie niedokończone]. Po rozłożeniu kartki widoczny był dalszy zapis sporządzony dużymi literami: NA TYM KOŃCZĘ! JEBCIE SIĘ NA RYJ MAMO I TATO. HUIJ WAM W DUPE PA!

Jak wynika z treści listu, chłopiec zaznaczył wyraźnie sympatię dla nieakceptowanego przez rodziców kolegi, rozpoczął też następnie zdanie, które miało być prawdopodobnie komunikatem dla rodziców usprawiedliwiającym jego czyn. Zamiast to jednak przedstawić, ostatecznie zakończył list skierowanym do rodziców wybuchem agresji, której nie wyrażał w codziennych kontaktach. Reakcja ta najprawdopodobniej nie wpłynęła na rozładowanie napięcia, a nawet można przypuszczać, że zaostrzyła sytuację. Chłopiec mógł uznać, że po wyrażeniu tak negatywnych uczuć wobec rodziców nie ma już możliwości rozwiązania konfliktowej sytuacji, w jakiej się znalazł.

Wśród listów pozostawionych przez osoby z badanej grupy były też listy oskarżająco/obronne. Poniżej list ucznia do rodziców, w którym usprawiedliwia swój zamach samobójczy, jednocześnie wskazując konkretne osoby odpowiedzialne za tę decyzję, formułuje też wobec bliskich oczekiwania, że będą kontynuować jego wysiłki w sytuacji, w której on nie ma już na to siły: *Musiałem to zrobić zrujnowali mi zdrowie Dyrektor i X (...). Bronilem się jak mogłem niszczyli mnie nadal. Walczcie za mnie i pokażcie im że wygracie. Zostawcie w spokoju pana Y.*

Przejmujący opis stanu psychicznego, a w szczególności negatywnych emocji, poczucia beznadziejności, rezygnacji, cierpienia psychicznego, zawiera list kobiety leczonej od kilku lat z powodu depresji, wielokrotnie hospitalizowanej po kilku wcześniejszych próbach samobójczych. Ostatecznie popełniła samobójstwo, rzucając się z okna, co nastąpiło bezpośrednio po jej powrocie ze szpitala, gdzie została odratowana po zamachu samobójczym polegającym na zatruciu się lekami: *Żyję pod brzemieniem ciężkiego stresu. Nie odeszłam daleko od skraju przepaści i wciąż nad nią wracam. Dokucz mi ciągle zmęczenie, napady przygnębienia, duchowe*

mdłości, brak trwałego zainteresowania czymkolwiek, obejmujące poczucie własnej beznadziei. Poczucie bezsensu, znużenie i przygnębienie dopada mnie przy czynnościach prostych i skomplikowanych, przyjemnych i nieprzyjemnych, mechanicznych i wymagających myślenia. Nigdy nie jest bezpiecznie i dobrze. Nie nadaję się do życia, jestem niepowodzeniem. Sama dla siebie jestem piekłem. Nie mogę już dłużej. Nie chcę żeby była przyszłość. Nie umiałabym przeżyć następnego dnia.

W listach, które mają usprawiedliwić przed bliskimi zamach samobójczy, autorzy wyrażają poczucie bezsilności, brak energii i perspektyw. Liczą też na wybaczenie ze strony bliskich i formułują zalecenia, podkreślając czasem ich znaczenie i wagę formą: *Synku kochany, Nie ma dla mnie miejsca, dłużej po prostu nie mogę. To tak jakbym miała raka. Kocham Was bardzo, bardzo – wybacz mi. Wszystkich, którym będzie może smutno – przepraszam. Kacper – pamiętaj o Babci. Franku – pamiętaj o Kacprze.*

Analizie poddano też formę i miejsce pozostawienia listów. Jeśli chodzi o formę tych dokumentów, to przeważająca większość została napisana ręcznie na papierze, tylko dwa listy były sporządzone jako SMS-y. Cechy formalne listów odręcznych były bardzo zróżnicowane, nie zaobserwowano w tym zakresie żadnych prawidłowości. Niektóre listy odznaczały się szczególną starannością, widoczną zarówno w rysunku pisma, jak i wyborze eleganckiego papieru, na którym zostały sporządzone. Inne zostały napisane niedbale (skreślenia, plamy, przypadkowe podłoże, przypadkowe rozmieszczenie na kartce, nieczytelny charakter pisma). W niektórych listach natomiast widać było pojawiające się zmiany w formalnych cechach rysunku pisma, wyraźnie wskazujące na zmianę stanu emocjonalnego czy wręcz psychofizycznego autora, najczęściej jego pogarszanie się w trakcie pisania. Nie zaobserwowano też żadnych prawidłowości jeśli chodzi o miejsce pozostawienia listu. Kilka z listów pożegnalnych zostało starannie wyeksponowanych na widocznym miejscu, w bezpośrednim sąsiedztwie zwłok lub w kieszeniach ubrania denata. Można przypuszczać, że intencją autorów w tych przypadkach było, aby dokument został szybko znaleziony. Niektóre z listów, włożone do koperty (lub nie), znajdowały się wśród innych dokumentów lub rzeczy osobistych ofiary (biurko, komoda, torebka), wśród zeszytów szkolnych, w „ulubionym” miejscu pracy/pobytu (garaż, kuchnia, sypialnia), a nawet w koszu na śmieci. Prawdopodobne jest więc, że w tych przypadkach dla autorów listów nie miało większego znaczenia, czy dokument ten w ogóle zostanie odnaleziony. Wydaje się, że miejsce i sposób ekspozycji pozostawienia ostatniego przekazu, podobnie jak dbałość o jego formę, są najprawdopodobniej uwarunkowane właściwościami psychicznymi autorów, które musieli przejawiać także w swoim codziennym funkcjonowaniu.

V. Podsumowanie

Przeprowadzona analiza ekspertyz psychologicznych w sprawach nagłego zgonu oraz znajdujących się w nich listów pożegnalnych pozwoliła na wskazanie kilku interesujących prawidłowości, które mogą być przydatne dla wnioskowania w podobnych sprawach.

W 2/3 przypadków nieustalonych przyczyn nagłej śmierci opracowywanych w IES nie odnaleziono listów pożegnalnych osób pokrzywdzonych, ich brak nie uniemożliwił jednak przeprowadzenia ekspertyzy przydatnej dla rozstrzygnięcia sprawy.

W sytuacji nieustalonych przyczyn śmierci/zaginięcia sam brak listu pożegnalnego nie przemawiał za wersją zabójstwa ani nieszczęśliwego wypadku. Brak listu samobójczego nie wykluczał też, że dokonany zamach samobójczy był przez konkretną osobę zaplanowany. Sporządzenie listu pożegnalnego z kolei nie wykluczało możliwości impulsywnego/podjętego nagle czynu. W tych przypadkach wnioskowanie opierało się na analizie okoliczności ostatnich chwil życia ofiary, danych z miejsca zdarzenia czy formalnych cech listu.

W badanych sprawach autorami większości listów byli mężczyźni (inaczej niż w literaturze). Nasuwa się zatem pytanie: czy można w związku z tym sądzić, że w przypadkach samobójczych śmierci kobiet pozostawiających listy pożegnalne nie pojawiały się istotne wątpliwości ze strony osób bliskich ani organów ścigania co do charakteru czynu, co ostatecznie powodowało, że śledztwo w sprawie śmierci tych kobiet było stosunkowo szybko zamykane i nie wymagało zasięgnięcia opinii biegłych?

Najczęstszym powodem sporządzania listów pożegnalnych zarówno przez kobiety, jak i mężczyzn, było podanie motywu podjętego samobójstwa. Częstotliwość innych powodów sporządzania listów różniła obydwie grupy:

- kobiety: wyrażanie bezsilności, słowa pożegnania kierowane do bliskich, formułowanie wskazówek dotyczących losów dzieci, wskazanie winnych swojej decyzji, zalecenia co do dysponowania mieniem,
- mężczyźni: wskazanie winnych, dysponowanie mieniem, informacje o problemach finansowych.

Autorami listów sporządzanych w pewnym przedziale czasu, etapowo, najczęściej byli samobójcy z motywów patologicznych (dostarczały one ewentualnych danych do odtworzenia rozwoju patologicznych mechanizmów).

Wskazywany przez samobójców w listach pożegnalnych motyw dokonania zamachu nie był przyjmowany automatycznie jako przyczyna ich śmierci, lecz traktowany jako subiektywna ocena ich stanu psychicznego, sytuacji życiowej, relacji z otoczeniem, a czasem jako świadome wprowadzanie w błąd otoczenia, co wymagało weryfikowania w toku analizy danych pochodzących z innych źródeł. Brak zgodności motywu wskazanego

w liście i odtworzonego w toku ekspertyzy stwierdzono prawie w 40% analizowanych przypadków.

Forma i miejsce pozostawienia listów były uwarunkowane indywidualnymi właściwościami osób, nie stwierdzono istotnych prawidłowości związanych z motywem pozbawienia się życia. Pośrednio te cechy były przydatne do odtworzenia stanu emocjonalnego autorów listów w chwili ich sporządzania oraz okoliczności ich śmierci.