



Projektas

„Sveikos gyvensenos įgūdžių formavimas ir psichikos sveikatos gerinimas“

Finansuojamas 2014–2021 m. Europos ekonominės erdvės finansinio mechanizmo programos „Sveikata“ lėšomis

ADAPTUOTAS ELEKTRĖNŲ SAVIVALDYBEI

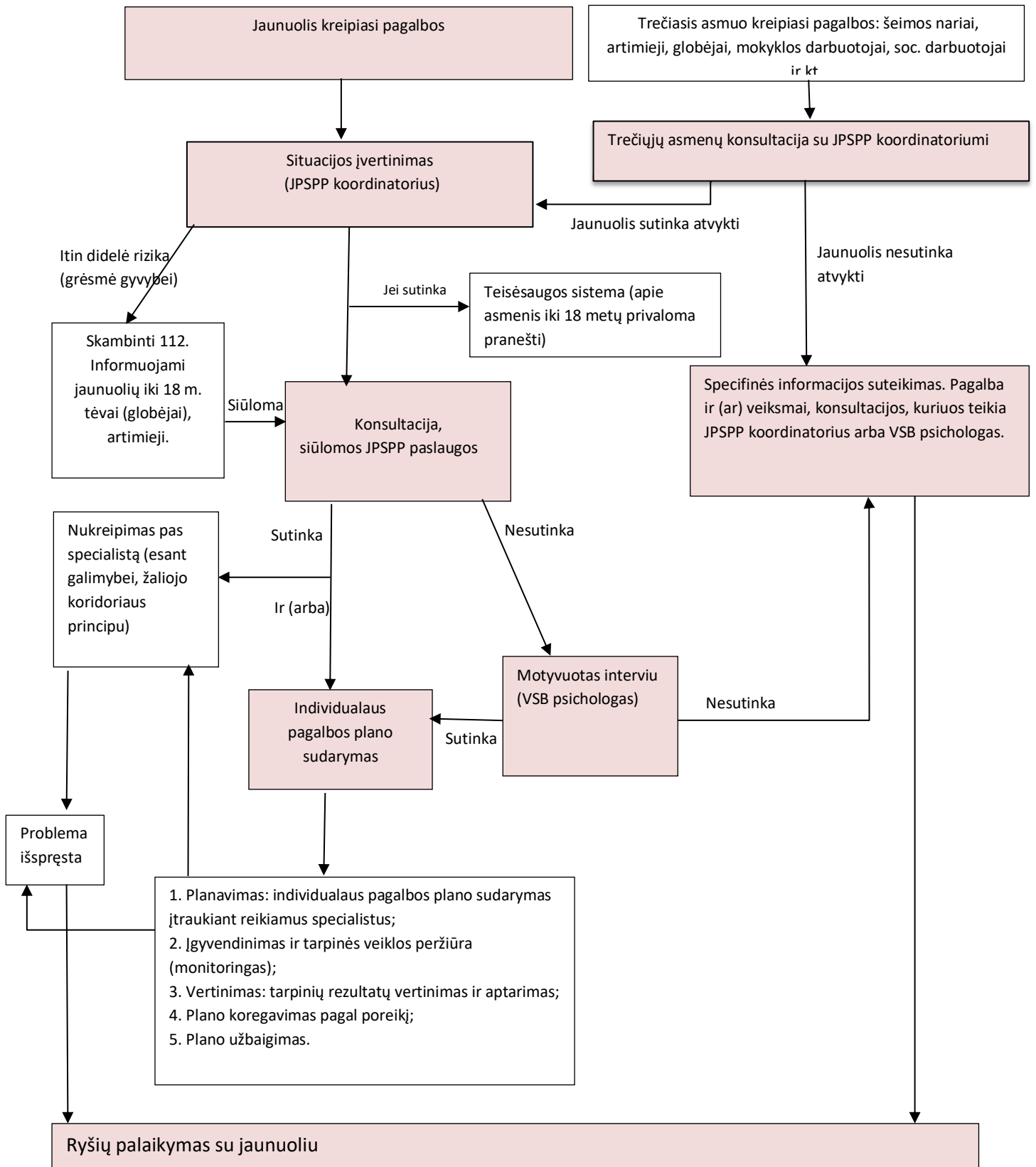
PAGALBOS SEKSUALINIO SMURTO ATVEJU ALGORITMAS

ASMENINIO KONTAKTO ATVEJIS

Pagalbos seksualinio smurto atveju algoritmas aprašo su seksualiniu smurtu susijusios rizikos įvertinimą, pagalbos organizavimo ir prevencijos veiklų tvarką asmeninio kontakto atveju 14–29 metų amžiaus asmenų grupei.

2023, Elektrėnai

1. Bendroji schema



Seksualinis smurtas – bet koks seksualinis veiksmas, kurio metu buvo siekta lytinio akto, nepageidaujami seksualiniai veiksmai, komentarai ar iniciatyvos, skirtos paveikti ar kitaip nukreiptos prieš asmenį naudojant prievartą. Prievartautojas gali būti bet kuris asmuo, nepriklausomai nuo jo santykių su auka, bet kurioje aplinkoje, įskaitant (bet neapsiribojant) namus ar darbo aplinką.

Seksualinis smurtas gali būti:

- Prievarta, patiriama iš sutuoktinio ar partnerio
- Išprievartavimas, įvykdytas nepažįstamo ar pažįstamo žmogaus
- Nenorimos seksualinės iniciatyvos ar priekabiavimas (pvz., mokykloje, darbe)
- Seksualinis protiškai ar fiziškai neįgalių žmonių prievartavimas
- Vaikų prievartavimas arba išnaudojimas
- Kita

Aukos įkalbinėjimo, įtikinėjimo ar bauginimo būdai:

- Smurtavimas, fizinės jėgos naudojimas
- Psichologinis spaudimas
- Šantažavimas
- Grasinimai (smurtu, atleidimu iš darbo, pažymio sumažinimu)

Svarbu paminėti, kad seksualinis smurtas gali įvykti ir tada, kai žmogus negali duoti sutikimo, t. y. kai yra išgėręs, apsvaigęs nuo narkotikų, miega ar yra psichiškai nepajėgus.

2. Jaunuolis kreipiasi pagalbos

Pokalbis su jaunuoliu

Jaunuolis, kuris patyrė ar yra įtariama, kad patyrė seksualinį smurtą, gali būti sujaudintas arba turėti polinkį į depresiją. Jis gali jausti bejėgiškumą, baimę, kaltę, gėdą ar net pyktį. Dažnai nukentėjusysis gali jaustis pasimetęs, sugniuždytas, tačiau pasitaiko tokių, kurie gali demonstruoti priešišumą, pyktį ar net agresyvumą. Jaunuoliai, kurie smurtą nuolat patiria artimoje aplinkoje, būna žemos savivertės, neretai prisiima atsakomybę už smurtautojo veiksmus, neigia baimę ir pyktį, kaltina save, mano, kad niekas negali išspręsti jų problemų. Siekiant numalšinti fizinį ar psichologinį skausmą, piktnaudžiuojama alkoholiu ir kitomis psichoaktyviosiomis medžiagomis.

Norint išsiaiškinti situaciją, jaunuoliui turi būti sukurta aplinka, kurioje jis gali saugiai pasipasakoti, kas jam nutiko. Jei įtariama, kad smurtautojas artimas nukentėjusiam asmeniui, negalima diskutuoti apie patirtą prievartą kitų jo šeimos narių akivaizdoje.

Išsiaiškinęs, kad jaunuolis kreipėsi dėl seksualinio smurto, koordinatorius turi bendrauti taip, kad neišgąsdintų ar kitaip jo nepaveiktų. Jeigu koordinatorius mano, kad negalės konsultuoti, visas procesas turėtų būti perduotas Visuomenės sveikatos biuro (toliau – VSB) psichologui.

Bendrieji bendravimo principai

Pagalba smurto aukoms apima keturis etapus:

- Kontakto su nukentėjusiuoju užmezgimas
- Informacijos apie situaciją rinkimas
- Problemos sprendimas
- Grįžtamasis ryšys

Kontakto su nukentėjusiuoju užmezgimas

Prieš kalbant su nukentėjusiuoju pasiruošti svarbu ne tik specialistui, paruošti reikia ir aplinką: turi būti jauku, patogūs baldai, nepernelyg ryškus apšvietimas.

Siekiant pelnyti jaunuolio pasitikėjimą (ypač patyrusio seksualinį smurtą) gali būti svarbu netgi tai, kaip su juos pasisveikinama. Reikėtų vengti kūniško kontakto – prievartą patyręs asmuo jautriai reaguoja į bet kokį prisilietimą. Nereikėtų jo skubinti, pasiūlyti prisėsti, kur jam patogiu, pasiūlyti arbatos ar vandens – reikia jam suteikti laiko apsiprasti su aplinka. Labai svarbu, kad nukentėjusysis pasijustų saugus, todėl reikia kuo ramesnės aplinkos (reiktų pasirūpinti, kad pokalbio metu nebūtų varstomos durys, neskambėtų telefonas).

Kalbantis svarbu sėdėti vienas priešais kitą tame pačiame lygyje, be jokių barjerų (pvz., stalo). Pokalbio metu reikia stebėti savo neverbalinę kalbą, t. y. nekryžiuoti ir neslėpti rankų, jas laikyti atvirais delnais. Specialistas savo neverbaline kalba turi skleisti ramybę, patikimumą, empatiją (nejudinti kojų, rankų, nemanipuliuoti rankose laikomais daiktais).

Informacijos apie situaciją rinkimas

Siekiant kuo geresnės komunikacijos yra labai svarbus santykio tarp nukentėjusiojo ir specialisto sukūrimas. Todėl reikia aktyviai klausytis (tikslintis, perfrazuoti, gilintis), tikėti nukentėjusiuoju, jo nekaltinti, o akcentuoti, kad tai, kas įvyko, yra ne jo kaltė. Svarbu palaikyti nukentėjusįjį – tai vienas iš svarbesnių veiksnių, padedančių nukentėjusiajam greičiau atsigauti ir sumažinti negatyvias pasekmes.

Kalbant su jaunuoliu, patyrusiu seksualinę prievartą, svarbu, kad jis pasijustų stiprus, galintis kontroliuoti.

Konsultuodamas nukentėjusį, specialistas negali jam patarinėti! Nukentėjusysis pats turi nuspręsti, kas jam geriausia. Specialisto vaidmuo – parodyti, kad supranta. Kalbantis nereikia bijoti pasitikslinti informacijos, klausti – tai parodo, kad specialistui iš tiesų rūpi, ką jaunuolis patyrė.

Jaunimui palankių sveikatos priežiūros paslaugų (toliau – JPSPP) koordinatorius (arba VSB psichologas), bendraudamas su jaunuoliu, jam padeda nuspręsti, ką geriau daryti, kur kreiptis. Norėdamas kuo labiau padėti nukentėjusiajam, specialistas turi nukreipti jį pas atitinkamos srities sveikatos priežiūros specialistus (pvz., psichologą, ginekologą). Jaunuoliui atsisakius, koordinatorius turi užtikrinti, kad jis pats yra pasiruošęs išklaudyti ir padėti, kiek jam leidžia kompetencija ir galimybės. Bendromis jėgomis jaunuolis ir JPSPP koordinatorius turi rasti geriausią variantą.

Problemos sprendimas

Išklausius situaciją, svarbu bendromis jėgomis ją įvertinti, tik tada ieškoti išeičių, problemos sprendimo būdų.

Grįžtamasis ryšys

Aptaręs su nukentėjusiuoju visus galimus pagalbos būdus, specialistas turi jaunuolį užtikrinti, kad šiuo susitikimu jų kontaktas nesibaigė. Galima paprašyti nukentėjusį su specialistu susisiekti telefonu, elektroniniu paštu ar kitomis priemonėmis, kad praneštų, kaip jam sekėsi, kaip jaučiasi. Specialistas gali suteikti galimybę esant poreikiui ar norui nukentėjusiajam pas jį apsilankyti.

JPSPP koordinatorius (ar VSB psichologas) turi užtikrinti, kad viso pokalbio metu jaunuolis jaustųsi jaukiai ir laisvai. Kuo labiau nukentėjusysis pasitikės specialistu, tuo geriau galės išsakyti, kas jam nutiko. Specialistas NIEKADA negali kaltinti ar smerkti jaunuolio dėl to, kas įvyko. Tokių komentarų, kaip „gal tai įvyko dėl to kaip buvai apsirengęs (-usi)“ ar „galėjai geriau apsisaugoti“ ir pan. negali būti. Svarbiausia – padėti nukentėjusiajam surasti jam reikalingą pagalbos būdą.

Pokalbio metu specialistas (JPSPP koordinatorius ar psichologas) turi išsiaiškinti visų pirma, kokį seksualinį smurtą jaunuolis patyrė, t. y. ar tai išprievartavimas, ar priekabiavimas.

Išprievartavimo atveju svarbu išsiaiškinti, ar reikalingos sveikatos priežiūros paslaugos, arba kada tai įvyko. Įkalčiai išlieka iki 72 val., todėl specialistas turi paskatinti jaunuolį kreiptis į sveikatos priežiūros įstaigą ir/arba policiją (abejais atvejais atitinkami specialistai surinks įkalčius reikalingus tolimesniems procedūroms).

Konfidencialumo užtikrinimas:

JPSPP koordinatorius, siekdamas užtikrinti konfidencialumą, nukreipdamas jauną asmenį asmens sveikatos priežiūros paslaugoms žaliąjo koridoriaus principu, gali sudaryti paciento kodą¹.

1	2	3	4	5	.	6	7	8	9	10
					.					

1, 2 – amžius,

3 – lytis [V, M],

4–6 – gyvenamoji vieta (administracinės teritorijos kodas)

7–10 – pirmosios dvi jaunuolio vardo ir pirmosios dvi pavardės raidės

3. Situacijos įvertinimas

Kai jaunuolis kreipiasi dėl seksualinio smurto, JPSPP koordinatorius pirmiausia turi išsiaiškinti, kas tiksliai nutiko, kadangi seksualinis smurtas apima daug formų (nuo priekabiavimo iki išžaginimo). Jeigu sužalojimai akivaizdūs ar kaip kitaip pakenkta jaunuolio sveikatai ir reikalinga skubi medicininė pagalba (grėsmė gyvybei), koordinatorius nedelsdamas skambina 112.

Lytiniai santykiai per prievartą

Privertimas lytiškai santykiauti – tai prievartinis (grasinant susidoroti fiziškai, psichologiškai, emociškai ar kitokiais būdais) lytinės aistros tenkinimas tarp tos pačios ar skirtingos lyties asmenų bet kokiomis lytinio santykiavimo formomis, kurios neapima intervencijos į nukentėjusiojo kūną.

Seksualinis prievartavimas – prievartinis lytinės aistros tenkinimas tarp tos pačios arba skirtingos lyties asmenų kitais nei LR BK 149 str. numatytais būdais (neatliekant vaginalinio lytinio akto). Lytinė aistra tenkinama prieš nukentėjusiojo valią analiniu, oraliniu arba kitokio fizinio sąlyčio būdu (lytinė aistra tenkinama dirginant vyro ar moters lyties organus, liečiant lyties organu kito asmens kūną, kišant į nukentėjusiojo išangę lyties organą, pirštus arba daiktus ir kt.).

Išžaginimas – lytiškas santykiavimas su žmogumi prieš šio valią naudojant fizinį smurtą ar grasinant tuoj pat jį panaudoti, ar kitaip atimant galimybę priešintis, ar naudojantis bejėgiška nukentėjusio asmens būkle.

Visi šie atvejai yra įrašyti į baudžiamąjį kodeksą ir baudžiami laisvė atėmimu. Tačiau įvykis nagrinėjamas tik tada, kai yra pateiktas nukentėjusiojo skundas.

Jei manoma, kad vaiką seksualiai išnaudojo šeimos nariai (tėvai, globėjai ar kiti artimieji), turi būti susisiekiama su vaikų teisės apsaugos tarnybomis ir pranešama apie įvykį. Apie nepilnamečių seksualinio smurto atvejus yra būtina pranešti policijai, nepranešimas užtraukia teisinę atsakomybę.

JPSPP koordinatorius turi paaiškinti jaunuoliui, jog tik pranešus policijai bus galima vykdyti tyrimą. Koordinatorius turėtų paskatinti tokį jaunuolio sprendimą, tačiau neversti ir jei jis vis dėlto atsisako pranešti, negali jo teisti, smerkti ar kitaip kaltinti jaunuolį dėl jo apsisprendimo. Koordinatorius turi palaikyti bet kokį nukentėjusiojo sprendimą ir kiek galėdamas padėti.

Priekabiavimas

Seksualinis priekabiavimas – nepageidaujamas, užgaulus (raštu, žodžiu ar fiziniu veiksniu) išreikštas seksualinio pobūdžio elgesys, kuriuo buvo siekta įžeisti asmens orumą ir sukurti bauginančią, priešišką, žeminančią ar įžiedžiančią aplinką.

Seksualinio priekabiavimo formų gali būti įvairių – nuo akivaizdaus seksualinio elgesio (pvz., fizinis kontaktas) iki ne tiek pastebimų, bet vis vien žeidžiančių asmenį poelgių (pvz., komentarai dėl išvaizdos, nužiūrinėjimas ir pan.).

Galima išskirti dažnai pasitaikančius veiksnus, būdingus seksualiniam priekabiavimui:

- Žodinis:
 - Seksualiniai juokeliai
 - Nepageidaujami komentarai apie kūną ir išvaizdą
 - Klausinėjimas apie privatų gyvenimą
 - Vulgarus humoras, susijęs su lytimi ir lyčių stereotipinėmis rolėmis
- Fizinis elgesys:
 - Nepageidaujamas fizinis kontaktas arba jo reikalavimas
 - Prisiglaudimas
 - Bučiavimas
 - Nepageidaujami apsikabinimai, prisilietimai ar kitoks kontaktas
- Vizualus elgesys:
 - Seksualiniai gestai
 - Nužiūrinėjimas, gašlūs žvilgsniai
 - Piešinių, plakatų, nuotraukų (seksualinio pobūdžio) kabinimas ir rodymas
- Naudos siūlymas:
 - Tam tikri pažadai už seksualinius santykius
 - Reikalavimas susitikinėti mainais už paaukštinimą, algos padidinimą, siuntimą mokytis ar už komandiruotes
 - Psichologinis spaudimas siūlant darbą ar paaukštinimą, pakeliant ar taisant pažymį ar prižadant niekam neatskleisti paslapties mainais už seksualines paslaugas
- Nepageidaujamas dėmesys:
 - Vis pasikartojantis kvietimas į pasimatymą (nors buvo atsisakyta)
 - Dovanos, nepageidaujamas dėmesys ar flirtas
- Naudojimas virtualia erdve:
 - Įvairių nepadorių, vulgarių vaizdo įrašų ar nuotraukų siuntinėjimas
 - Seksualinio pobūdžio pranešimai socialiniuose tinkluose

Norint išsiaiškinti seksualinio priekabiavimo atvejį, svarbiausia išsiaiškinti, kaip viską vertina auka. Jei elgesys aukos akimis buvo nepriimtinas, nereikalingas ir žeidžiantis, nėra svarbu, ar taip pat mano ir pats priekabiautojas. Dažniausiai jie teisinasi, kad norėjo būti mandagūs, palankūs ar parodyti simpatiją. Svarbiausia – aukos pozicija.

Jei kyla klausimų, ar tai priekabiavimas, ar flirtas, reikėtų atkreipti dėmesį:

- Ar dėl žmogaus komentarų ir (ar) elgesio nukentėjusysis (-ioji) jaučiasi nepatogiai, nejaukiai?
- Ar priekabiautojas leidžia sau taip elgtis dėl profesinių pareigų skirtumo (darbdavys/darbuotojas, dėstytojas/studentas ir kt.)?

- Ar žmogaus elgesys yra nepageidaujamas, užgaulus?
- Ar žodžiu, raštu, fiziniu veiksniu išreikštas elgesys yra seksualinio pobūdžio?

Seksualinis priekabiavimas įrašytas į baudžiamąjį kodeksą, tačiau nagrinėjamas tik tada, kai yra nukentėjusiojo nusiskundimas.

JPSPP koordinatorius (arba VSB psichologas) turi paskatinti pranešti apie įvykį, bet neversti – apsisprendžia pats nukentėjusysis.

Jei bus kreipiamasi į teisėsaugos įstaigas, visą situacijos analizę vykdys jie. Tačiau koordinatorius turi būti pasiruošęs padėti tyrimo procesui – suteikdamas papildomą informaciją ar tiesiog palaikydamas jaunuolį šio proceso metu.

Jei jaunuolis vis dėlto nusprendė nepranešti apie įvykį, koordinatorius konsultuoja jaunuolį (tai negalioja, jei seksualinį smurtą patyrė nepilnametis – tokiu atveju visada pranešama).

4. Konsultacija, siūlomos JPSPP paslaugos

Išsiaiškinęs visą situaciją, koordinatorius kartu su jaunuoliu nusprendžia dėl tolimesnių veiksmų. Dažniausiai nukentėjusiesiems nuo seksualinio smurto reikia:

- Psichologinės pagalbos
- Skubiosios kontracepcijos
- Gydomo arba profilaktikos nuo lytiškai plintančių ligų
- ŽIV testo
- Informacijos apie neplanuotą nėštumą
- Jei nusprendžia pateikti skundą policijai – specialistų apžiūros.

Todėl jaunuoliui sutinkant ir pageidaujant yra suorganizuojamos sveikatos priežiūros paslaugos žaliojo koridoriaus principu. Svarbu atsiminti, kad jei seksualinis smurtas įvyko prieš mažiau nei 72 val., tai dar nuo kūno galima surinkti įkalčius, todėl jaunuolis turi būti kuo greičiau nukreiptas į sveikatos priežiūros įstaigą ir/ar policiją.

5. Individualaus pagalbos plano kūrimas

Individualaus pagalbos plano fazės:

- **Planavimas.** Atlikus išsamią asmens ir jo šeimos situacijos analizę parengiamas individualizuotas kompleksškai teikiamų paslaugų teikimo ir koordinavimo planas. Planą sudaro JPSPP koordinatorius. Atsižvelgiant į konkretų atvejį yra įtraukiamas psichologas ir (ar) kiti reikalingi specialistai iš tarpinstitucinės komandos. Plano sudarymo metu identifikuojami paslaugos gavėjo poreikiai, parenkamas poreikiams tenkinti reikalingų priemonių, pagalbos būdų, paslaugų kompleksas. Plane detalčiai numatomi tikslai, uždaviniai, etapai, priemonės, priemonių pagalba numatyti pasiekti rezultatai, pagalbos būdai ir vykdymo terminai. Asmuo

aktyviai dalyvauja plano parengimo procese. Planas pasirašytinai suderinamas su paslaugos gavėju.

- **Igyvendinimas.** JPSPP koordinatorius, atsižvelgdamas į planą, nukreipia paslaugos gavėją gauti tinkamas paslaugas, koordinuoja teikiamas paslaugas naudodamas tiek sveikatos, tiek socialinių, tiek bendruomeninių paslaugų tinklą. Kiekvienas sėkmingas paslaugos gavėjo žingsnis ir tikslo pasiekimas yra įvardijamas ir įvertinamas. Paslaugos gavėjas informuojamas apie veiksmo ir priemonės tikslą, pobūdį ir tikėtiną rezultatą prieš nukreipiant paslaugos gavėją gauti šias paslaugas.
- **Stebėseną.** Stebėsenos metu JPSPP koordinatorius nuolat seka, vykdo ir esant poreikiui koreguoja plano įgyvendinimą. Visos stebėsenos metu vyksta bendras tęstinis bendradarbiavimas su paslaugos gavėju. Susitikimų metu aptariamas plano įgyvendinimas, vertinamas veiksmingumas ir pažanga, įvedamos korekcijos ar papildymai.
- **Užbaigimas.** Paslaugos teikimas baigiamas įgyvendinus visas numatytas plano priemones.

6. Motyvuotas interviu

Motyvuotas interviu seksualinio smurto aukoms turi būti atliekamas atsargiai. Tikslas yra įtikinti jaunuolį sutikti kreiptis pagalbos į atitinkamus specialistus arba sutikti pranešti apie įvykį policijai. Tačiau jis neturi būti verčiamas, viskas turi būti daroma subtiliai. Motyvuotą interviu rekomenduojama atlikti VSB psichologui. Daugiau informacijos apie šio metodo taikymą galite rasti: [http://www.smlpc.lt/media/file/Skyriu_info/Metodine_medziaga/Helps_leidinys_visas%20\(3\).pdf](http://www.smlpc.lt/media/file/Skyriu_info/Metodine_medziaga/Helps_leidinys_visas%20(3).pdf)

7. Trečiųjų asmenų konsultacija su JPSPP koordinatoriumi

Į koordinatorių gali kreiptis ne pats jaunuolis, bet tretieji asmenys, t. y. artimieji, bendramoksliai ar bendradarbiai, draugai ir pan. Koordinatorius turi juos išklausti ir patarti, ką daryti. Visų pirma siekiama, kad pats jaunuolis apsilankytų pas koordinatorių. Jeigu nepavyksta, yra konsultuojami tretieji asmenys. Jiems suteikiama informacija apie poreikį kreiptis į policiją arba į sveikatos priežiūros įstaigą. Esant poreikiui, tretiesiems asmenims gali būti teikiama VSB psichologo pagalba. Jei apie seksualinį smurtą tik įtariama, koordinatorius turi patarti aktyviai stebėti, kas vyksta, nurodant galimus perspėjamuosius ženklus.

Perspėjamieji ženklai universitetinio amžiaus jaunimui:

- Jaunuoliui pasireiškia depresijos simptomai, tokie kaip nuolatinis liūdesys, energijos stoka, miego ar mitybos pokyčiai ir pan.
- Savižala, mintys apie savižudybę arba suicidinis elgesys
- Žema savigarba
- Lytiškai plintančios ligos
- Nerimas ar jaudinimasis dėl situacijų, kurios anksčiau nekeldavo tokių emocijų
- Specifinių vietų ar situacijų vengimas
- Padidėjęs narkotikų ar alkoholio vartojimas

*Svarbu atkreipti dėmesį, kad kai kurie perspėjamieji ženklai gali atsirasti ne dėl seksualinio smurto, o visiškai dėl kitų priežasčių (pvz., nauja gyvenamoji vieta, išvykimas iš namų ir t. t.). Todėl labai svarbu tiesiog to žmogaus pasiteirauti, kas vyksta, ar viskas gerai.

Perspėjamieji ženklai paaugliams:

- Nejprastas svorio padidėjimas arba sumažėjimas
- Nesveiki valgymo įpročiai, tokie kaip persivalgymas arba apetito stoka
- Smurto požymiai, tokie kaip mėlynės ar nubrozdinimai
- Lytiškai plintančios ligos
- Depresijos simptomai, tokie kaip nuolatinis liūdesys, energijos stoka, miego ar mitybos pokyčiai ir pan.
- Savęs žalojimas
- Per didelis nerimas ar jaudinimasis
- Sumažėjęs rūpinimasis savimi (suprastėjusi higiena, išvaizda ir pan.)
- Suicidinis elgesys
- Alkoholio ar narkotikų vartojimas

Perspėjamieji ženklai vaikams:

- Fiziniai požymiai:
 - Lytiškai plintančios ligos
 - Lytinių organų traumos (pvz., nepaaiškinamas kraujavimas)
 - Mėlynės ir nubrozdinimai
- Elgesio požymiai:
 - Nepalaujamas kalbėjimas ar net žinios lytinėmis temomis
 - Paslaptys, slapukavimas, mažiau kalbama
 - Nenori likti vienas su tam tikru asmeniu arba bijo būti atskirtas nuo pagrindinio globotojo. Ypač svarbu, jei tai naujas elgesys
 - Grįžta „išaugtas“ elgesys, pvz., nykščio čiulpimas
 - Per didelis paklusnumas
 - Seksualinis elgesys, neprideramas tokio amžiaus vaikui
 - Leidžia nejprastai daug laiko vienas
 - Gėdijasi nusirengti drabužius einant maudytis ar persirengiant
- Emociniai požymiai:
 - Pasikeitę mitybos įpročiai
 - Pasikeitusi nuotaika, atsiradęs agresyvumas
 - Sumažėjusi savivertė
 - Per didelis nerimavimas ar baimė
 - Nepaaiškinamai pablogėjusi sveikata, ypač padidėjusios problemos su pilvu arba atsiradę galvos skausmai
 - Sumažėjęs susidomėjimas mokykla
 - Košmarai, baimė būti paliktam vienam naktį
 - Savižala

Jeigu pastebimi nors kokie seksualinio smurto požymiai, siūloma pasikalbėti su pačiu jaunuoliu ir pasiūlyti jam pagalbą bandant jį nukreipti pas JPSPP koordinatorių.

Konsultuodamas trečiuosius asmenis koordinatorius turi paaiškinti jų vaidmenį seksualinio smurto prevencijoje:

Ką daryti pamačius seksualinį priekabiavimą ar potencialų seksualinį smurtą:

- Sukurkite situaciją, kuria nukreiptumėte smurtautojo dėmesį:
 - Tikslas – pertraukti vykstantį veiksma ir sukurti progą aukai pabėgti į saugią vietą.
*Svarbu sukurti tokią situaciją, kuria nekeltumėte grėsmės sau
- Tiesiogiai paklausti aukos, ar viskas gerai, ar reikia pagalbos.
- Praneškite tos įstaigos atsakingiems asmenims.
 - Kartais saugiausias būdas – tiesiogiai kreiptis į žmones, kurie gali padėti toje situacijoje (priklausomai nuo aplinkos, tai gali būti mokytojas, barmenas, apsauginis ar tiesiog įstaigos darbuotojas)
- Pasitelkite kitus žmones:
 - Paprašykite žmonių pagalbos padėti aukai. Dažnai užtenka daugumos parodyto susirūpinimo siekiant sustabdyti situaciją.

Dažnai žmonės nusprendžia ignoruoti vykstantį smurtą dėl įvairių priežasčių, tokių kaip:

- „Nežinau ką daryti ar ką sakyti“
- „Nenoriu sukelti scenos“
- „Ne mano reikalas“
- „Kas nors kitas padės“

Nors tokios mintys yra normalios, bet svarbu suprasti, kad dėl mūsų neveiklumo kas nors gali nukentėti. Dažnai pašaliniai, pastebėję neįprastą veiklą (pvz., vaikas priekabiauja prie merginos, kuri aiškiai to nenori), turi galią sustabdyti seksualinio smurto atvejį. Metodas, kuriuo pašaliniai žmonės yra įgalinami padėti žmogui bėdoje – neignoruoti, o pasidomėti – yra vadinamas pašalinio asmens metodu. Šis būdas paskatina žmogų keisti esamas normas (pvz., smurto toleravimas (situacijos ignoravimas)) ir skatinti elgesį, kuris apsaugos nuo įvairių rūšių smurto. Seksualinio smurto prevencijai yra svarbu įtraukti pašalinius žmones į įtartiną situaciją siekiant padėti aukai.

8. Specifinės informacijos suteikimas

Kai atvykęs jaunuolis po motyvacinio pokalbio, skirto jį paskatinti kreiptis pagalbos, atsisako tą daryti, arba trečiajam asmeniui nepavyko įkalbinti jaunuolio ateiti į konsultaciją su JPSP koordinatoriumi, jiems turi būti suteikiama visa informacija, kuri gali būti naudinga ateityje.

Suteikiama informacija, kur nukentėjęs jaunuolis ar jo artimieji gali kreiptis pagalbos savivaldybėje, taip pat nurodomi kiti, visoje šalyje pagalbą smurto atveju teikiančių įstaigų kontaktai, jeigu asmuo nuspręstų atsisakyti savivaldybėje teikiamų paslaugų, pvz. dėl konfidencialumo.

Tapimo smurtautoju rizikos veiksniai

Norint išvengti pakartotinio seksualinio smurto ar tiesiog žinoti, kas tai paskatina, reikia suprasti, kodėl žmogus seksualiai smurtauja prieš kitą žmogų. Šie rizikos veiksniai padidina tikimybę, kad

žmogus taps smurtautoju, tačiau ne visi žmonės, patenkantys į šią rizikos zoną, pradeda smurtauti. Šie veiksniai prisideda prie pasekmės, bet nebūtinai yra tiesioginė priežastis. Geriau suprantant šiuos veiksnius, galima atrasti prevencijos galimybes:

Individualūs rizikos veiksniai:

- Alkoholio ir (ar) narkotikų vartojimas
- Nusikalstamumas
- Empatijos trūkumas
- Bendras agresyvumas ir smurto laikymas normaliu
- Ankstyva seksualinė veikla
- Pirmenybė beasmeniams lytiniams santykiams (lytiniai santykiai be prisirišimo)
- Priešiškumas moterims
- Griežtas tradicinių lyčių vaidmenų laikymasis
- Hipervyriškumas
- Suicidinis elgesys
- Patirta seksualinė viktimizacija arba smurtavimas
- Vaikystėje patirtas seksualinis smurtas
- Vaikystėje pastebėtas šeimoje vykstantis smurtas

Veiksniai, susiję su santykiais:

- Šeimos aplinka, kurioje būta fizinio smurto ir konfliktų
- Vaikystėje patirtas fizinis, seksualinis ar emocinis smurtas
- Emociškai nepalanki šeimyninė aplinka
- Prasti santykiai su tėvais, ypač su tėvu
- Ryšiai su seksualiai agresyviais, hipervyriškais ir linkusiais į nusikalstamumą bendraamžiais
- Įsitraukimas į agresyvius arba smurtinius santykius
- Šeimos garbė svarbesnė nei aukos sveikata ar saugumas

Bendruomeniniai veiksniai:

- Skurdas
- Darbo trūkumas
- Policijos ir teisminės sistemos palaikymo trūkumas
- Bendra tolerancija seksualiniam smurtui bendruomenėje
- Silpnos bendruomenės sankcijos prieš seksualinius smurtautojus

Visuomeniniai veiksniai:

- Visuomeninės normos, kurios palaiko seksualinį smurtą
- Visuomeninės normos, kurios palaiko vyrų pranašumą ir seksualinę teisę
- Visuomeninės normos, kurios palaiko moterų nepilnavertiškumą ir seksualinį paklusnumą
- Silpni įstatymai ir politika, susijusi su seksualiniu smurtu ir lyčių lygybe
- Aukštas nusikalstamumas ir įvairios smurto formos

Seksualinio smurto prevencijai daug įtakos turi mokymai apie įvairias smurto formas, lytinius santykius ir pan. Kuo didesnė dalis žmonių žinos apie seksualinio smurto požymius, pasekmes ar būdus, kaip padėti aukai, tuo didesnė tikimybė sumažinti seksualinio smurto atvejų.

Informacijos sklaida taip pat labai svarbi asmenims, patyrusiems seksualinį smurtą. Jiems svarbiausia yra suteikti informaciją, ką daryti patyrus seksualinį smurtą.

Patarimai nukentėjusiajam, kaip elgtis patyrus seksualinį smurtą:

- Pasitraukite į saugią vietą. Susisieki su draugu, šeimos nariu arba asmeniu, kuriuo pasitikite ir kuris galėtų jums padėti.
- Jei nusprendėte pranešti teisėsaugai, darykite tai nedelsiant, taip pradėsite kontroliuoti situaciją ir pasijusite saugiau.
- Jei nusprendėte pateikti kaltinimus, iki jus apžiūrės specialistas nesimaudykite nei vonioje, nei po dušu, nevalgykite, negerkite jokių gėrimų (įskaitant alkoholį), neikite į tualetą, nevalykite dantų arba neskalaukite burnos, nerūkykite, neskalbkite savo drabužių, nesvarbu, kokie purvini jie būtų. Išsaugokite bet kokią servetėlę ar medžiagą, kurią panaudojote valydama (-as) nuo savęs nešvarumus. Visi aukščiau išvardinti veiksmai gali sunaikinti svarbius įrodymus.
 - Jei labai norite šlapintis, o specialistai dar nespėjo jūsų apžiūrėti, nusišlapinkite į švarų (geriausia sterilų) indelį. Tarpvietės nevalykite nei nusišlapinę, nei nusiųštinę.
 - Jei yra galimybė, persirenkite drabužius (taip pat ir apatinius) ir sudėkite juos į skirtingus popierinius maišelius. Nedėkite į plastikinius, nes juose gali dingti įkalčiai. Nelankstykite ir nepurtykite drabužių. Jei drabužius prieš nusirengiant reikia sukarchyti, pasistenkite nekirpti per dėmes, kurios potencialiai gali būti tiesioginiai įkalčiai, pvz., kraujas, sperma, seilės ar kitos išskyros.
 - Čiaudėdami, kosėdami ir kalbėdami neprisidengkite drabužiais, kuriuos vilkite.
 - Jei užpuolikas naudojo prezervatyvu, pasistenkite jį išsaugoti, įdėkite į popierinį maišelį.
- Įkalčius ant žmogaus kūno galima aptikti iki 72 val. nuo įvykio, tačiau geriausia kreiptis per 24 val., nes kiti įkalčiai gali būti prarasti dar greičiau, pvz., sutvarkius kambarį, kuriame įvyko nusikaltimas arba palijus, jei įvykis buvo lauke. Jei jums reikalinga skubi gydytojo pagalba (kraujavimas, trauma), kuo greičiau kreipkitės į artimiausios gydymo įstaigos skubiosios pagalbos skyrių.
- Jei skubi pagalba šiuo metu nereikalinga, į gydytoją kreipkitės artimiausiu metu, geriausia ne vėliau kaip per 72 val. po įvykio. Gydymo įstaigoje jums bus suteikta visa reikalinga informacija apie skubiąją kontracepciją ir jos poreikį, lytiškai plintančias infekcijas, jų profilaktiką ir gydymą. Jei nenorėsite, medicininė apžiūra jums nebus atliekama.

Tam tikri mokymai gali padėti seksualinio smurto prevencijoje:

- Mokymai apie sveiką ir saugią draugystę bei intymius santykius
 - Šių mokymų tikslas – sumažinti seksualinį smurtą, kuris atsiranda tarp partnerių arba šeimoje. Šis požiūris gali padėti sustiprinti komunikavimo ir konfliktų sprendimo

įgūdžius, taip pat sukuria supratingų, pagarbių, nesmurtinių santykių lūkestį. Šių įgūdžių skatinimas ir praktikavimas yra labai svarbus seksualinio smurto prevencijoje.

- Mokymai, skirti sumažinti moterų viktimizaciją.
 - Šiuo būdu siekiama sustiprinti moterų sugebėjimus atpažinti smurto rizikos veiksnius santykiuose bei kitose situacijose, taip pat skatinti, įgalinti moteris nebijoti veikti. Tai gali apimti emocinių ir fizinių barjerų, kurie trukdo imtis veiksmų aptarimą, pvz.: baimė, lytinių normų supratimas.

Siekiant užskirti kelią seksualiniam smurtui, šia tema turi būti plačiai kalbama visuomenėje. Kuo labiau bus kalbama apie smurto pasekmes, požymius ir t. t., tuo labiau didės seksualinio smurto netoleravimas.

9. Ryšių palaikymas su jaunuoliu

Seksualinio smurto atvejais yra labai svarbu palaikyti ryšius su nukentėjusiuoju, ypač kai vyksta tyrimas (jei nukentėjusysis nusprendžia pateikti skundą). Tuo metu jie labiausiai pažeidžiami ir jiems reikia daugiausia palaikymo. Kadangi jaunuolis pirmasis žengė žingsnį kreipdamasis į JSPSP koordinatorių, šis turi jį palaikyti visame toliau vykstančiame procese. Turi pasidomėti, kaip jis jaučiasi, kaip vyksta tyrimas ir ar nereikia pagalbos.

10. Pagrindinės Elektrėnų savivaldybės institucijos ir organizacijos

Elektrėnų savivaldybės institucijos ir organizacijos	Adresas, tel. nr.
Elektrėnų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras	Taikos g. 8B, Elektrėnai tel. nr. +370 659 67579
VšĮ Elektrėnų psichikos sveikatos priežiūros centras	Taikos g. 6A, Elektrėnai tel. nr. 8 (528) 39646
VšĮ Elektrėnų pirminės sveikatos priežiūros centras	Taikos g. 6, Elektrėnai tel. nr. +370 528 58220
UAB „MediCA“ klinika	Draugystės g. 12, Elektrėnai Tel. nr. (8 528) 40142
VšĮ Vievio sveikatos priežiūros centras	Liepų g. 16, Vievis (8 528) 27237, 26 301, 54 304 8 687 86 873
VšĮ Elektrėnų ligoninė	Taikos g. 8, Elektrėnai tel. nr. (8 528) 39 553
VšĮ Abromiškių reabilitacijos ligoninė	Sanatorijos g. 72, Abromiškių km. tel. nr. (8 528) 58 360
Elektrėnų socialinių paslaugų centras	Draugystės g. 3-2, Elektrėnai Tel. nr. (8 528) 39 690
Elektrėnų savivaldybės jaunimui palankių sveikatos priežiūros paslaugų koordinacinis	Taikos g. 8B, Elektrėnai tel. nr. +37065915727

centras	
Elektrėnų policijos komisariatas, Vilniaus apskrities vyriausiasis policijos komisariatas	Draugystės g. 32, Elektrėnai Bendrasis pagalbos centras 112
Elektrėnų priešgaisrinė gelbėjimo tarnyba	Elektrinės g. 16, Elektrėnai Bendrasis pagalbos centras 112
Reabilitacijos centras „Naujas gyvenimas“	Latvių km. 4, Kazokiškių sen., Elektrėnų sav. Tel. nr. +37064017025
Elektrėnų „Versmės“ gimnazija	Saulės g. 30, Elektrėnai tel. nr. 8 (528) 39 616
Elektrėnų savivaldybės Vievio gimnazija	Šviesos g. 4, Vievis tel. nr. 8 (528) 26 211
Elektrėnų „Ažuolyno“ progimnazija	Rungos g. 24, Elektrėnai tel. nr. 8 (528) 39626
Elektrėnų savivaldybės Semeliškių gimnazija	Trakų g. 73, Semeliškės tel. nr. 8 (528) 32537
Elektrėnų profesinio mokymo centras	Rungos g. 18, Elektrėnai Tel. nr. 8 (528) 39 523
Elektrėnų savivaldybės Kietaviškių pagrindinė mokykla	Saulės g. 3, Kietaviškės tel. nr. 8 (528) 44 617
Elektrėnų šeimos namai	Draugystės g. 3, Elektrėnai tel. nr. 8 (528) 34130
Elektrėnų šeimos namų vaikų dienos centras	Draugystės g. 3, Elektrėnai tel. nr. 8 (528) 39706
Elektrėnų socialinių paslaugų centro Kazokiškių vaikų dienos centras	Mokyklos g. 1, Kazokiškių k., Kazokiškių sen., Elektrėnų sav. tel. nr. 8 (528) 44438
Elektrėnų savivaldybės švietimo paslaugų centras	Rungos g. 5, Elektrėnai tel. nr. 8 (528) 34 271
Elektrėnų savivaldybės švietimo paslaugų centro pedagoginė psichologinė tarnyba	Rungos g. 5, Elektrėnai tel. nr. 8 (528) 39 784
Elektrėnų meno mokykla	Rungos g. 5, Elektrėnai tel. nr. (8-528) 39816
Elektrėnų savivaldybės Vievio meno mokykla	Semeliškių g. 40, Vievis tel. nr. 8 (528) 26197
Elektrėnų savivaldybės sporto centras	Draugystės g. 20, Elektrėnai tel. nr. 8 (528) 39578; 8 (528) 39760
Elektrėnų LDK Algirdo šaulių 1-oji kuopa (Lietuvos šaulių sąjunga)	Pergalės g. 9B, Elektrėnai Tel. nr. +370 610 84743
Elektrėnų savivaldybės jaunimo reikalų taryba	Rungos g. 5, Elektrėnai Tel. nr. +37064729938
Elektrėnų kultūros centro Atviras jaunimo centras	Draugystės g. 2, Elektrėnai tel. nr. 8 (528) 54 330
Elektrėnų kultūros centro Vievio atvira jaunimo erdvė	Trakų g. 7, Vievis tel. nr. +370 6999 4370
Elektrėnų kultūros centro Pakalniškių atvira jaunimo erdvė	Mokyklos g. 3, Pakalniškės Tel. nr. 867517563

Elektrėnų savivaldybės vaiko gerovės komisija	Rungos g. 5, Elektrėnai Tel. nr. 8 528 58069
Vilniaus apskrities vaiko teisių apsaugos skyrius Elektrėnuose	Elektrinės g. 8, Elektrėnai. Tel. 861082538
Lietuvos probacijos tarnyba, Vilniaus regiono skyrius, Elektrėnai	Rungos g. 22, Elektrėnai Tel. nr. 868517052
Moterų informacijos centras	Tel. nr. 8 5 2629003, 8 650 95216 spc@lygus.lt

Skubią psichologinę pagalbą teikiančios organizacijos:

Nr.	Įstaiga	Telefonas	Adresas
1.	Jaunimo linija	8 800 28 888	http://www.jaunimolinija.lt/internetas
2.	Vaikų linija	116 111	http://www.vaikuliniija.lt/
3.	Vilties linija	116 123	http://paklausk.kpsc.lt/contact.php
4.	Pagalbos moterims linija	8 800 66 366	pagalba@moteriai.lt (el. pašas)
5.	„Pagalba Sau“ visą parą		https://pagalbasau.lt/
6.	Vyrų krizių centras	(8 662)26770, (8 673) 83934	http://vyrukrizes.lt/ info@vyrukrizes.lt
7.	http://www.vlk.lt/kurkreiptisemocpagalbos		