Kaip šeši narsūs socialiniai darbuotojai smurto prieš moteris artimoje aplinkoje problemą ėmėsi spręsti

Šis leidinys yra skirtas socialiniams darbuotojams. Jis parengtas ir išleistas vykdant projektą „Stop smurtui prieš moteris: nuo sąmoningumo didinimo iki nulinės tolerancijos aukų kaltinimui“. Leidinio rengimą finansiškai parėmė Europos Sąjunga pagal Teisių, lygybės ir pilietiškumo programą. Leidinio turinys negali būti vertinamas kaip pateikiantis Europos Sąjungos nuomonę. Projektą įgyvendina Lygių galimybių kontrolieriaus tarnyba kartu su Žmogaus teisių stebėjimo institutu, Lygių galimybių plėtros centru ir socialinės reklamos agentūra „Nomoshiti“.

Projektas iš dalies finansuojamas Europos Sąjungos Teisių, lygybės ir pilietiškumo programos lėšomis.

LYGIŲ GALIMYBIŲ KONTROLIERIAUS TARNYBA

VISŲ REIKALAS
www.visureikalas.lt

LYGIŲ GALIMYBIŲ PLĖTROS CENTRAS

Žmogaus teisių stebėjimo institutas

NOMOSHITI

LEIDINĮ RENGĖ:
Aurelija Auškalnytė
Margarita Jankauskaitė
Mintautė Jurkutė
Vilana Pilinkaitė-Sotirovič

DIZAINERĖ:
Jurga Juodytė

TEKSTO REDAKTORĖ:
Emilija Visockaitė

Už leidinį atsakinga VšĮ „Lygių galimybių plėtros centras“.
Be VšĮ „Lygių galimybių plėtros centras“ sutikimo šį leidinį draudžiama atgaminti bet kokia forma ar būdu, viešai skelbti, įskaitant padarymą viešai prieinamu kompiuterių tinklais (internete), išleisti ar versti, platinti jo originalą ar kopijas parduodant, nuomojant, teikiant spaudai ar kitaip perduodant nuosavybėn.

Cituojant būtina nurodyti šaltinį ir už leidinį atsakingą organizaciją – VšĮ „Lygių galimybių plėtros centras“.

© VšĮ „Lygių galimybių plėtros centras“, 2019

Turinys

Sveikinu prisijungus!	7
Kokį elgesį vadinate smurtu artimoje aplinkoje?	8
Su kokio tipo smurtu susiduria moterys?	14
Iš kokio elgesio atpažįstate sisteminį smurtą?	19
Kodėl moterys nepalieka smurtautojų?	24
Kokie vyrai smurtauja?	30
Kaip padėti moteriai čia ir dabar?	33
Baigiamoji pastaba	44
Priedai	
• Kur kreiptis pagalbos?	45
• Bendrieji principai kalbant apie smurtą su jį galimai patiriančia kliente	46
• Saugumo planas	47
• Konflikto ir sisteminio smurto skirtumai	49
• Pakartotinio smurto rizikos įvertinimas	50
• Lygiavertės partnerystės nuostatos	51
• Specializuotų pagalbos centrų kontaktai	52
Literatūros sąrašas	56

Pokalbio dalyviai

Asta

Socialinė darbuotoja, aktyvi asociacijos narė, neseniai dalyvavo mokymuose apie sisteminį vyrų smurtą prieš moteris artimoje aplinkoje

Birutė

Socialinė darbuotoja, prieš kelis metus baigė studijas, domisi lyčių lygybės klausimais

Roma

Ilgametę profesinę patirtį turinti socialinė darbuotoja, anksčiau dirbusi specializuotame pagalbos centre

Simona

Socialinė darbuotoja, neseniai baigė nemokamus e-kursus apie sisteminį vyrų smurtą prieš moteris puslapyje ***www.visureikalas.lt/mokymai***

Domas

Socialinis darbuotojas, studijas baigė ir kurį laiką dirbo Danijoje

Edita

Socialinė darbuotoja, palaiko pažangias kolegų inciatyvas

Sveikinu prisijungus!
Sukūriau grupę, skirtą smurto artimoje aplinkoje klausimams aptarti. Kviečiu visas ir visus aktyviai dalyvauti ir pakviesti prisijungti tuos, kuriems šie klausimai galėtų būti aktualūs. Noriu čia aptarti, kaip galėtume geriau padėti smurtą patiriančioms moterims.

Kaip gerai, kad sukūrei tokią grupę! Jau seniai norėjau apie tai pasikalbėti platesniame bendradarbių rate. Viešumoje pastaruoju metu dažnai girdžiu apie smurtą šeimoje. Pastebiu ir darbe nemažai panašių situacijų, bet man nėra iki galo aišku, ką aš, kaip socialinė darbuotoja, galiu ir ko negaliu padaryti, kai matau ar žinau apie smurtą.

Ačiū, kad prijungėte ir mane prie šios diskusijos. Smurtas prieš moteris yra didelė problema ir ne visada lengva apie ją kalbėti. Visame pasaulyje moterys ir mergaitės dažniausiai patiria būtent intymaus partnerio ir seksualinį smurtą[1]. Man dėl to skaudu ir kaip socialinei darbuotojai, ir kaip paauglės mamai. Daug tuo domėjausi ir galėsiu pasidalinti viskuo, ką žinau.

Taip! Man atrodo baisiausia, kad tai dažniausiai vyksta už uždarų durų. Todėl mes, socialiniai darbuotojai, kasdien bendraudami su žmonėmis ir patekdami į jų aplinką, galime žinoti daugiau nei kiti specialistai ir padėti. Manau, kad būtent mes galime įžvelgti ir pirmuosius smurto požymius bei paskatinti kreiptis pagalbos, kol viskas nenuėjo per toli...

Visiškai pritariu! Mūsų vaidmuo svarbus, o atsakomybė – didžiulė. Tačiau aš baiminuosi, kad mūsų galimybės dažnai būna labai ribotos. Ypač dėl to, kad pagalbos sėkmė priklauso ir nuo kitų institucijų: policijos pareigūnų elgesio, vaiko teisių, mokyklos reakcijos ir t. t. Dažnai sistema neveikia taip, kaip reikia ir kaip norėtųsi.

Tai gal ir pabandykime kartu pasiaiškinti, kaip savo darbe galime padėti, turėdami tokias galimybes, kokios yra. Man pačiai labai praverstų jūsų patarimai ir pavyzdžiai iš praktikos.

Gal iš pradžių pasiaiškinkime, ar vienodai suprantame, apie ką kalbame. **Kokį elgesį vadinate smurtu artimoje aplinkoje?**

Na, aš galiu parašyti, kaip smurtas apibrėžiamas Lietuvos įstatymuose. Apsaugos nuo smurto artimoje aplinkoje įstatyme smurtas apibrėžiamas kaip „veikimu ar neveikimu asmeniui daromas tyčinis fizinis, psichinis, seksualinis, ekonominis ar kitas poveikis, dėl kurio asmuo patiria fizinę, materialinę ar neturtinę žalą“.
Taip pat paaiškinta, kas yra artima aplinka. Ją „sudaro asmenys, siejami arba praeityje sieti santuokiniais, partnerystės, svainystės ar kitais artimais ryšiais, taip pat asmenys, kartu gyvenantys ir tvarkantys bendrą ūkį“[2].

Kaip gerai, kad įstatyme pabrėžta, jog smurtas artimoje aplinkoje nėra tik fizinis!
Toks elgesys dažniausiai pasireiškia daugeliu formų, įskaitant psichologinį, ekonominį, seksualinį smurtą ar socialinę izoliaciją... o dažniausiai apima viską.

Tikrai gerai apibrėžta, nes labai ilgai buvo manoma, kad smurtas yra ir gali būti tik fizinis. Štai ir tyrimai rodo[3], kad žmonės Lietuvoje geriausiai atpažįsta fizinį smurtą, o kitos jo formos, pavyzdžiui, ekonominis smurtas, ne taip gerai pastebimos.

Nieko keista. Kai kurie žmonės nepažįsta kitų smurto formų. Kai pradedu kalbėti apie emocinį smurtą – kartais į mane pasižiūri kreivai.

Manęs tai irgi nestebina. Manau, kad daugelis dalykų net ir nelaikomi smurtu dėl paplitusių stereotipų. Pavyzdžiui, vis dar gajus įsitikinimas, kad vyras yra šeimos galva ir turi teisę kontroliuoti finansinius ir kitus šeimos klausimus. Arba manoma, kad egzistuoja „sutuoktinės pareiga“ – suprask jokių „man skauda galva“, kai vyras užsimano sekso. Juk tai ne kas kita kaip pirmieji smurto požymiai!

Paminėjai stereotipus, todėl užduosiu klausimą, kurio pati dažnai sulaukiu ir ne visada žinau, kaip atsakyti.
Kodėl kalbant apie smurtą artimoje aplinkoje taip pabrėžiamas lyties aspektas?
Kodėl minimos tik nukentėjusios moterys – argi vyrai nepatiria smurto?

Aišku, patiria. Čia ir problema: kartais abu atrodo kalti. Viskas susimaišę: smurtas, alkoholis, socialinių įgūdžių stoka...

Nesutinku. Pakalbėkime apie statistiką. Lietuvoje surinkti duomenys rodo, kad moterys sudaro 8 iš 10 nuo smurto artimoje aplinkoje nukentėjusių asmenų[4,5], o vyrai – 9 iš 10 įtariamųjų smurtu.

Oho! Tikrai, akivaizdus disbalansas lyties požiūriu: absoliuti dauguma nukentėjusiųjų yra moterys, o smurtavusiųjų – vyrai. Tik aš vis tiek nemanau, kad tai reiškia, jog vyrai apskritai nepatiria smurto.

Aš labai dažnai susiduriu su smurtą patyrusiais vyrais.

To neigti ir nereikia. Vyrai, kaip socialinė grupė, patiria daug smurto. Tik ne šeimoje, o gatvėje. Bendros tendencijos leidžia prognozuoti, kad jų patiriamas smurtas greičiausiai bus vienkartinis (gal net atsitiktinis) smurtinis epizodas, kuris įvyks viešoje vietoje, o užpuolikas bus kitas nepažįstamas, artimais ryšiais nesusijęs vyras.

Gali būti. Be to, esu mačiusi statistiką[6], kad apie pusę vyrų, kurie smurtą patiria artimoje aplinkoje, irgi nukenčia nuo kitų vyrų.

Kaip suprasti nuo kitų vyrų?

Na, nuo savo sūnų, brolių, suaugusių vaikų – kitų šeimos narių vyrų.

Vertinant bendras tendencijas, kurios rodo, kad tai dažniau nutinka gatvėje, panašu, kad siekiant išvengti smurto, vyrams patartina kuo daugiau laiko praleisti namuose.

Na, o moterims namai tikrai nėra saugi oazė. Čia rizika patirti smurtą didesnė nei gatvėje[7]. Filmuose užpuolikas dažniausiai rodomas kaip krūmuose tykantis maniakas. Tačiau realybėje kasmet nuo savo partnerių ir sutuoktinių nukenčia tūkstančiai moterų.

Man taip pat atrodo neteisinga, kad vyrų naudojama sisteminė prievarta dažnai žiniasklaidoje ar net ir kitų kolegų pavadinama tiesiog konfliktais poroje ar barniais šeimoje. Juk tai iš esmės skirtingi dalykai!
Konfliktų ar barnių atveju abu partneriai yra lygiaverčiai: bet kuris iš jų gali sukelti konfliktą, būti kaltas dėl jo, bet vėliau atsiprašyti ir viską aptarti.
O sisteminės prievartos atveju vaidmenys niekada nesikeičia: agresorius visada yra vienas ir tas pats ir, pasirodo, tai beveik visada būna vyrai. Jie kontroliuoja, persekioja, baugina, psichologiškai gniuždo savo partneres...

Ir tai daro sistemingai. Tačiau niekas to nemato. Todėl man argumentas, kad „vyrai irgi patiria smurtą“, atrodo kaip patogus būdas moterų artimoje aplinkoje patiriamo smurto problemą sumažinti, jos nematyti ar net išvis paneigti.

Ne kartą darbe mačiau atvejų, kai smurtauja ir suaugę sūnūs prieš senyvas motinas.

Tikėtina, kad tai buvo sisteminio smurto atvejai, o toks smurtas sukelia kur kas sunkesnių pasekmių nei paprastas užpuolimas.

Kai smurtautojas yra iš artimos aplinkos, stipriai sumažėja pagalbos galimybės. Jei užpuola prašalaitis, artimieji stengiasi padėti, palaiko, užjaučia.
Kai agresorius yra vienas iš savų, artimieji dažnai palaiko smurtautojo pusę, kaltina nukentėjusią moterį ar ragina pakentėti – tai dėl vaikų, tai vardan šeimos išsaugojimo...

Kalbant apie smurtą iš lyčių perspektyvos, svarbu nepamiršti ir platesnio kultūrinio konteksto. Smurtinis vyrų elgesys yra labiau toleruojamas, skatinamas, netgi paverčiamas susižavėjimo objektu. Netikit? Įsijunkit televizorių...

Na... yra tiesos. Yra tam tikras lyties aspektas... Aplink mane gana daug manančių, kad naudoti jėgą yra labai vyriška.

Romantizuojami ir moteris kontroliuojantys vyrai. Suprask: labai myli, todėl pavydi ir seka kiekvieną žingsnį.

Bet „vyriškas pavydas“ – trukdymas bendrauti su draugais, šeimos nariais, nuolatinis įtarinėjimas dėl neištikimybės, telefono, socialinių tinklų paskyrų ar elektroninio pašto tikrinimas – iš tiesų yra viena iš sisteminio smurtautojo elgesio strategijų – siekis kontroliuoti!

Kita vertus, moterų agresija vyro atžvilgiu ir apskritai moterų agresija yra nepriimtina – net tuomet, kai reikia apsiginti. Jos ir auklėjamos kaip tos, kurios turi pasirūpinti ir globoti kitus, būti jautrios ir švelnios sielos. Ne veltui dauguma socialinių darbuotojų yra moterys. Šių kultūrinių normų negalime pamiršti, jei norime suprasti galios skirtumus tarp moterų ir vyrų, būdingus sisteminiam smurtui.

Hmm... reikės apie tai pagalvoti ir pastebėti, kas vyksta mano aplinkoje.

Smagu matyti gausėjantį prie pokalbio prisijungusių žmonių būrį. Drąsiai dalinkitės savo mintimis.
Anądien kalbėjome, kad smurtas gali būti labai skirtingas. Dirbant su konkrečiu atveju, manau, labai svarbu įvertinti smurto tipą. Tik tada galima imtis veiksmingos pagalbos. **Su kokio tipo smurtu susiduria moterys?**

Ačiū, kad pakvietėte prisijungti. Skaičiau ankstesnį pokalbį ir radau sau visai naujos informacijos. Apie smurto tipus esu šiek tiek girdėjęs. Artimoje aplinkoje smurtas gali būti epizodinis, pasipriešinimo ir sisteminis[8].

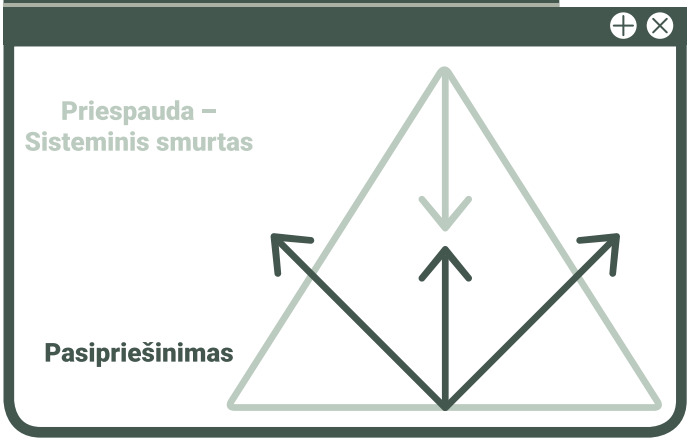
Sveikas prisijungęs, Domai. Taip, tavo įvardytas skirstymas yra labiausiai paplitęs. *Epizodiniu smurtu* laikomas veiksmas, kuris nėra nei sistemingas mėginimas kontroliuoti kitą asmenį, nei siekis ištrūkti iš žlugdančios kontrolės.
Ši kategorija apima įvairias smurto artimoje aplinkoje apraiškas, susijusias su situacine agresija, kurią gali išprovokuoti skirtingi žmogui nemalonūs dirgikliai.
Ypač tuo atveju, jei asmuo buvo socializuotas reaguoti agresyviai, pavyzdžiui, į tam tikrus įžeidimus, asmeninės erdvės pažeidimą ir pan.

Žinau, jog kartais toks smurtas gali būti siejamas ir su psichoaktyvių medžiagų vartojimu, kai susilpnėja asmens gebėjimas sąmoningai kontroliuoti savo elgesį. Bet *epizodinis smurtas* artimoje aplinkoje pasireiškia ypač retai. Jį dažniau pastebime viešoje erdvėje.

Tikrai taip. Na, o štai *pasipriešinimo smurtas* yra reakcija į ilgalaikę prievartą. Jis apima leistiną ir neleistiną jėgos naudojimą ar kitokius veiksmus atsakant į smurtautojo elgesį.
Į pavojų reaguojame skirtingai: vieni stengiasi išvengti agresoriaus, kiti stoja į kovą, o tai lemia, kad ilgai terorizuotos moterys kartais nužudo savo kankintojus.

Taip, pastebėjau, kad moteris gali bandyti nutraukti smurtą keliais būdais: derėdamasi su smurtautoju, kreipdamasi pagalbos į šeimos narius ir draugus, jį ramindama, reikšdama pyktį ir priešiškumą, mėgindama nebūti šalia, atsiskirti, išeidama arba... naudodama jėgą.

Įkeliu čia pasipriešinimo sisteminiam smurtui schemą, kuri leis geriau suprasti šio tipo smurtą[9].



Žiūrint į schemą akivaizdu, kad pasipriešinimo smurtas yra skirtas ne sužaloti, o apsiginti.

Gal tai iš dalies paaiškina, kodėl kartais abu – vyras ir moteris – atrodo vienodai kalti.

Būtent! Todėl kiekvienu atveju reikėtų ieškoti *sisteminio smurto* ženklų. O sisteminis smurtas yra pasikartojantis elgesys, kai bauginant, naudojant prievartą ir kitas kontrolės taktikas su intymiu partneriu kuriami ir palaikomi dominavimu grįsti santykiai.
Tai – tikslingas įvairių elgesio formų naudojimas, siekiant suvaržyti kito žmogaus autonomiją.

Iš esmės atrodo, kad sisteminis smurtas yra kur kas sudėtingesnis nusikaltimas nei paprastas užpuolimas. Bet skirtumas tarp jų tikrai neatpažįstamas taip lengvai.

Taip, nes svarbu ne asmens sužalojimo stiprumas.
Siekiant tiksliai įvertinti padėtį, būtina atkreipti dėmesį ir į poros santykių dinamiką: jie gali būti lygiaverčiai arba pagrįsti dominavimu.
Konfliktams būdinga tai, kad abu santykio dalyviai yra lygiaverčiai: abu gali konfliktą ir išprovokuoti, ir aptarti, o diskusija keičia jį sukėlusio asmens elgesį.
Konflikto iniciatorius jaučiasi atsakingas už tai, kas įvyko.

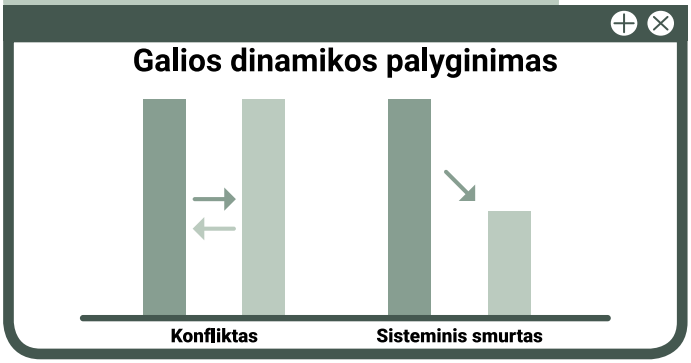
Tuomet, kai partneriai geriau vienas kitą pažįsta, konflikto tikimybė mažėja, nes tai – abiejų žmonių, kurie atsižvelgia į vienas kito požiūrį, problema.
Bet čia – svajonių santykiai...

Paprasčiau tariant, konfliktas yra spontaniška reakcija, kurią (dažniausiai) išprovokuoja išoriniai veiksniai (pavyzdžiui, nusiminimas, nuovargis, baimė). Konfliktus galima išspręsti abiejų pusių sutarimu, ieškant kompromisų ir tobulinant santykius[10].
Kita vertus, sisteminis smurtas reiškiasi reguliariai. Ir svarbiausias bruožas yra tas, kad agresoriaus ir aukos vaidmenys nesikeičia. Būtent todėl tokie santykiai negali būti sėkmingai aptarti, o diskusija šiuo klausimu neatneša pokyčių.
Be to, smurtas nuolat stiprėja, nes smurtautojas nori bet kokia kaina išsaugoti kontrolę ir dominavimą.
Prievarta reiškiasi dėl netolygaus ekonominės, socialinės, kultūrinės ir fizinės galios pasiskirstymo. Smurtautojas neprisiima atsakomybės ir kaltina nukentėjusį asmenį.

Tokiuose santykiuose pripažįstamas tik vienas – stipresniojo – požiūris. Svarbiausia suprasti, kad smurtauti pasirenkama sąmoningai. Smurtautojas apgalvotai pasirenka, kada, kur ir kaip naudoti prievartą. Dėl to man atrodo, kad už padarytą skriaudą ir žalą negali būti tiesiog atleista. Juk tai – nusikaltimas! Juk po užpuolimo gatvėje niekas nesitiki, kad auka ims ir atleis smurtautojui. Visi sutinka, kad už tai turi būti nubausta ir atlyginta.

Tikrai! Todėl ir smurto artimoje aplinkoje problemą spręsti galima tik pasitelkus išorės priemones: teisėsaugos, kitų institucijų intervenciją, skyrybas ar kitą pagalbą, padedančią įveikti nukentėjusiam asmeniui būdingą bejėgiškumą, baimę, savigraužą[11].
Suprantu, kad mūsų pagalba taip pat labai svarbi.

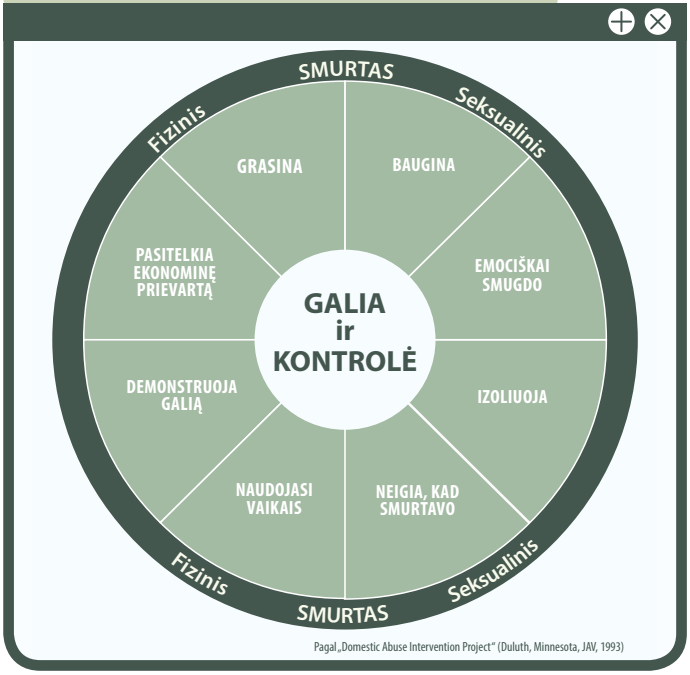
Štai kaip galios dinamiką galima palyginti grafiškai.



Sveiki. Iki šiol nedrįsau čia parašyti, nes nesijaučiu daug žinanti apie šią temą. Tačiau norėčiau jūsų paklausti, **iš kokio elgesio atpažįstate sisteminį smurtą?**
Į ką reikėtų atkreipti dėmesį praktikoje susiduriant su tokiais atvejais?

Labai džiaugiuosi, kad grąžinai mus prie praktikos. Aš pati, eidama pas šeimą, kurioje įtariu smurtaujant, tiesiog skaičiuoju, kiek naudojama vadinamųjų galios ir kontrolės strategijų. Ar smurtautojas baugina partnerę, valdo padėtį, verčia paklusti, manipuliuoja artimąja aplinka ir tarnybomis ir pan.

Įkeliu išsamų aprašymą, kurį pateikia smurto šeimoje ekspertai. Jie šias Astos minėtas strategijas vadina „galios ir kontrolės ratu“[12]. Teigiama, kad iš jo ištrūkti labai sudėtinga.



Šią schemą autoriai aiškina taip:
siekdami kontroliuoti smurtautojai naudoja įvairias galios ir kontrolės strategijas.

1. Jie gali naudoti **bauginimo** strategiją. Kai kuriais atvejais atpažinti ją nėra sunku, pavyzdžiui, smurtautojas pietų metu pagriebia ir sudaužo lėkštę, iš kurios valgė moteris, sulaužo jai svarbius daiktus ar kankina jos mylimus naminius gyvūnus, išsitraukia ginklą arba leidžia suprasti, kad jį turi. Kitais atvejais bauginimo būdai gali būti sunkiau atpažįstami aplinkiniams, pavyzdžiui, labai konkretūs gestai, veiksmai ar žvilgsniai, kurie moteriai, patiriančiai smurtą, neša nepasitenkinimo arba „tu dar atsiimsi“ žinutę.

2. **Emocinis smukdymas** arba emocinė prievarta yra antroji galios ir kontrolės strategija. Ji apima moters žeminimą, niekinimą, kuris gali būti tiesioginis („tu nieko nesugebi“) arba šiek tiek užslėptas, tarsi sukuriant tokias situacijas, kad ji pasijustų nevertinga, neadekvati, kalta. Pravardžiavimas arba vadinimas necenzūriniais žodžiais taip pat gali prisidėti prie emocinės prievartos.

3. Trečioji strategija – **izoliacija**. Smurtautojas kontroliuoja, ką moteris daro, su kuo susitinka, netgi tai, ką skaito ar kur naršo internete. Tokį elgesį dažniausiai pateisina pavydu ir meile. Išties toks moters atribojimas nuo išorinių kontaktų, emocinės prievartos poveikį padaro dar reikšmingesnį, o jos savivertė vis mažėja. Be to, moteris netenka galimybės gauti palaikymą, pagalbą, suprasti, kas vyksta santykiuose.

4. Dar viena strategija – **neigimas, kad smurtavo arba smurto masto menkinimas**, pavyzdžiui, „aš tik šiek tiek tave pastūmiau, tu pati tyčia susižeidei“, „nedramatizuok, ko čia žliumbi, juk nieko tau nepadariau“. Smurtautojas taip pat gali sakyti, kad pati moteris išprovokavo smurtą, jo „nusipelnė“. Nuolat patiriamas smurtas gali stipriai žaloti moters psichikos sveikatą. Norėdama apsisaugoti nuo sunkių emocijų, kurias išgyvena, ji gali net „patikėti“ smurtautojo žodžiais, kad smurto nebuvo ar jis buvo nežymus, laikinai išstumdama prisiminimus iš sąmoningos atminties.

5. **Naudojimasis arba manipuliavimas vaikais** laikomas penktąja galios ir kontrolės strategija. Tai reiškia, kad smurtautojas verčia moterį jaustis netikusia mama, verčia jausti kaltę dėl vaikų, grasina, kad juos atims. Kai kuriais atvejais smurtautojas pasitelkia vaikus žinučių perdavimui taip įtraukdamas į smurtinį elgesį, taip pat gali prašyti vaikų stebėti mamą, pranešti, ką ji daro. Išsiskyrimo atveju tėvo su vaikais pasimatymai taip pat gali tapti erdve, kurią smurtautojas išnaudoja priekabiavimui ar grasinimams.

6. Šeštoji strategija yra **vyriškos galios demonstravimas**. Smurtautojas su partnere elgiasi kaip su tarnaite arba kaip absoliutus diktatorius. Jis priima visus sprendimus vienas, nepasitaręs. Aiškiai nusprendžia, kokios pareigos šeimoje yra „vyriškos“ ir „moteriškos“. Tokiu būdu moteriai primetami visi tradiciškai moteriški darbai, kurių našta ji negali pasidalinti su vyru.

7. **Ekonominės prievartos pasitelkimas** taip pat laikomas galios ir kontrolės strategija. Smurtautojas draudžia ieškoti darbo. Kitais atvejais – verčia palikti darbą. Netekusi arba neturėdama savo pajamų moteris yra priversta jų prašyti. Tuo atveju smurtautojas riboja jai duodamus pinigus, kontroliuoja, kur jie išleidžiami. Jei moteris turi santaupų, vyras jas atima. Apskritai ji negali nieko sužinoti apie šeimos biudžetą, negali dalyvauti priimant sprendimus, kur leisti pinigus.

8. Paskutinė, aštuntoji, strategija yra **tiesioginis grasinimas ir prievartinis grasinimų įgyvendinimas**. Tai gali būti bet kokie grasinimai sužaloti, padaryti ką nors blogo, palikti. Kai kurie grasinimai gali priminti šantažą, pavyzdžiui, grasinimas, kad nusižudys, jei partnerė kažkaip pasielgs, pavyzdžiui, papasakos kitiems apie patiriamą prievartą arba su juo išsiskirs. Šantažuojama gali būti ir įvairiomis tarnybomis, verčiama atsiimti kaltinimus. Kai kuriais atvejais smurtautojas gali versti moterį užsiimti nelegaliomis veiklomis, o vėliau grasinti apie tai pranešti policijai.

Kol pavyksta partnerę kontroliuoti smurto rate išvardytais veiksmais, fizinės jėgos arba seksualinės prievartos smurtautojas nenaudoja. Bet jeigu moteris nori ištrūkti iš šio voratinklio, atsikratyti primestos valdžios, išsiskirti, nepasiduoti terorizavimui,

smurtautojas imasi fizinės ir seksualinės prievartos. Taip jėga grąžindamas ją į „galios ir kontrolės rato“ vidų ir situacija kartojasi. Patekus į jį ištrūkti išties labai sunku.

Skaitydama apie galios ir kontrolės ratą tiesiog matau prieš akis konkrečias šeimas, su kuriomis dirbau, ir vėl iš naujo suprantu, kodėl moteriai taip sunku palikti smurtautoją. Jos pasitikėjimas savimi visiškai sumenksta, ji jaučia realią grėsmę, kad, prabilusi apie smurtą, bus izoliuota nuo išorinio pasaulio. Manipuliuojama net ir vaikais. Nieko keista, kad išsiskyrimas yra ilgas ir sunkus procesas.

Ypač jeigu moteris praradusi profesinius įgūdžius ir negali susirasti darbo, negauna artimųjų paramos, turi priklausomybių nuo psichoaktyvių medžiagų, patiria depresiją ar susiduria su kitais sunkumais.

Džiaugiuosi, kad kalbame ir apie seksualinį smurtą. Mūsų kultūroje neįprasta, netgi tabu kalbėti apie seksualumą. Tačiau svarbu žinoti, kad, jeigu smurtas yra pasiekęs fizinės prievartos lygį, didelė tikimybė, kad moteris patiria ir seksualinę prievartą. Ji naudojama siekiant dar labiau pažeminti, sugniuždyti ir užtildyti moterį.
Juk prisipažinimas apie patirtą seksualinę prievartą, ir ypač šeimoje, gali sukelti stiprų gėdos jausmą. Net ir mums nėra lengva apie tai kalbėti.

Labai svarbu patikinti, kad dėl to, kas jai nutiko, moteris nėra kalta ir gėda turėtų būti ne jai.

Nusikaltimą daro smurtautojas ir tik jis privalo už tai atsakyti.

Kolegos, o jei pastebite, kad galios ir kontrolės strategijos yra naudojamos, ką darote?

Man atrodo, moterims pirmiausia svarbu sulaukti emocinės paramos, būti išklausytoms be vertinimo ir gauti patvirtinimą, kad smurtas nėra jų kaltė, o sunkūs jausmai – visiškai suprantami.

Taip pat svarbu perteikti tikėjimą tuo, kas sakoma. Pavyzdžiui, *„jums turėjo būti labai baisu“, „tai išties pavojinga situacija“.* Juk smurtautojas dažnai stengiasi įtikinti, kad tai, ką jis daro, nėra smurtas, kad *„tavo pasakojimu niekas nepatikės“.*

Ir dar reikia pabrėžti, kad smurtas yra visiškai nepriimtinas. Aš stengiuosi joms pakartoti: *„Nenusipelnėte, kad su jumis būtų šitaip elgiamasi“, „jis neturi teisės taip daryti“.*

Aš čia kažko nesuprantu.
Kodėl moterys nepalieka smurtautojų? Jeigu būtų taip blogai, aš tikrai nelikčiau tokiuose santykiuose. Kai kurios jų pasakoja apie gražias akimirkas, kurios viską atperka, kalba apie tai, kad jų meilė stipresnė už nesutarimus.

Mano praktikoje šio klausimo retai pavyksta išvengti. Visiems labai rūpi, *„kodėl ji nepalieka smurtautojo?“*, užuot pasiteiravus, *„kodėl jis nesiliauja smurtavęs?“*

Simona, klausimas išties natūralus. Su moterimi elgiamasi siaubingai, tai kodėl ji nebėga? Juk visi gelbėjasi, kai juos puola. Kita vertus, jau kalbėjome apie tai, kas psichologiškai darosi su galios ir kontrolės rate atsidūrusia moterimi. Yra ir daugybė kitų priežasčių, kurios nulemia sprendimą likti santykiuose. Visų pirma, paliekant smurtautoją, didėja susidorojimo (nužudymo) rizika ir moterys tai puikiai jaučia.

Kai kurios moterys, su kuriomis kalbėjausi, labai bijojo prarasti vaikus.

Kartais stabdo ir aplinkinių nepalaikymas, visuomenės spaudimas „bet kokia kaina išsaugoti šeimą“.

Aš manau, kad kalti ir lyčių stereotipai. Juk būtent jie įtvirtina nuostatas, kad moteris turi

paklusti vyrui, ir lemia daugybės moterų faktinę finansinę priklausomybę.

Apklausos rodo[13], kad vadovaujamės mitais ir esame linkę kaltinti smurtą patyrusias moteris. Pavyzdžiui, nuostatai, kad norėdama moteris visada gali nutraukti santykius su smurtautoju ir išsiskirti su smurtaujančiu vyru, pritaria 9 iš 10 respondentų (taip mano 89 proc. vyrų ir 81 proc. moterų).

Bet juk realybėje bauginimai, persekiojimai, šantažas dažnai nesibaigia net įvykus oficialioms skyryboms ar kitaip nutraukus santykius.

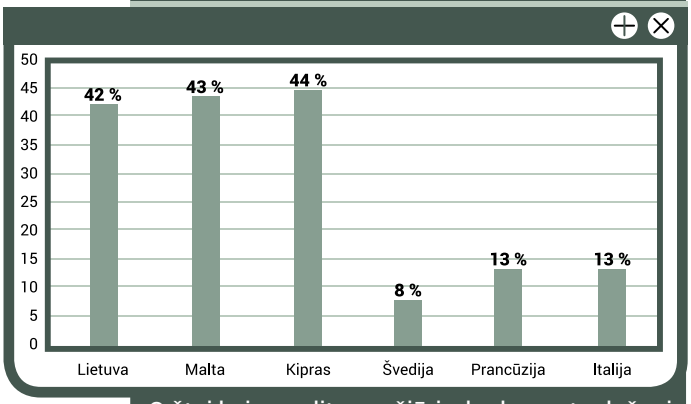
Tiesa ta, kad rizika būti sužalotai ar nužudytai gerokai išauga, kai mėginama atsiriboti nuo agresoriaus[14]. Tik jis sprendžia, kada nutraukti persekiojimą, o šią nuomonę gali paveikti tik griežtos teisinės poveikio priemonės ar aplinkos spaudimas.

Skaičiau šį tyrimą. Mokslininkai nustatė pakartotinio smurto, kuris gali baigtis nužudymu, rizikos rodiklius: santykių nutraukimas tokį pavojų padidina 76,7 proc.

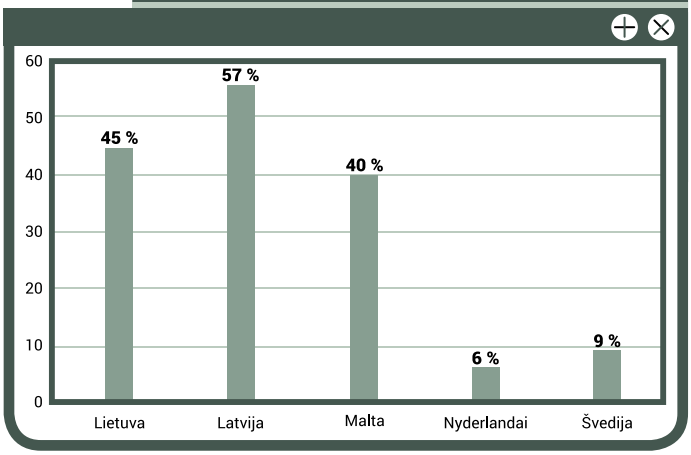
Oho! Suprantama, kodėl nėra lengva pasiryžti tokiam žingsniui.
Kiek atsirastų norinčiųjų pasinaudoti greito gydymo metodu, jei jį taikant tikimybė numirti išauga 80 proc.?

Tačiau kas antras Lietuvos gyventojas mano, kad vyrų smurtą patyrusios moterys žino, į kokius santykius veliasi (51 proc.), be to, yra linkusios „sutirštinti spalvas“ kaltindamos vyrus dėl smurto (53 proc.) ir pačios dažnai išprovokuoja tokį elgesį (53 proc.), taigi iš esmės pačios turėtų prisiimti atsakomybę dėl pasekmių.

Baisu. Aš radau ir tarptautinę statistiką[15]: negaliu patikėti, kaip prastai atrodome, lyginant su kitomis Europos šalimis.
Paveikslėlyje matyti, kiek žmonių pritaria nuomonei, kad moterys išsigalvoja arba išpučia kaltinimus dėl smurto ar iššaginimo.



O štai kaip paplitęs požiūris, kad smurtą dažnai išprovokuoja pati nukentėjusioji.



Na taip, skirtumai akivaizdūs...

9 iš 10 (94 proc.) Europos Sąjungos respondentų mano, kad nedera bandyti kontroliuoti partnerį: drausti matytis, susisiekti su šeima ir draugais, atsisakyti duoti pinigų ar mobilųjį telefoną bei atimti oficialius dokumentus. Tačiau Lietuva (35 proc.) ir Rumunija (33 proc.) yra vienintelės šalys, kur žmonės gana dažnai mano, kad toks elgesys neturėtų būti vertinamas kaip neteisėtas. Palyginimui: taip mano 5 proc. Portugalijos ir 6 proc. Švedijos respondentų.

Lietuva taip pat yra vienintelė šalis Europos Sąjungoje, kur 1 iš 5 teigia, kad nėra nieko blogo mėginti tokiu būdu kontroliuoti partnerį ir kad toks elgesys neturėtų būti vertinamas kaip neteisėtas[16].

Kai visuomenė linkusi pateisinti vyrų kontrolę, smurtą išgyvenusioms moterims ypač sunku atsiskleisti ir kreiptis pagalbos, nes aplinkiniai (šeimos nariai, draugai, kolegos, o kartais ir specialistai) tik patvirtina smurtautojo brukamą požiūrį, kad „dėl visko kalta ji pati“.

Taip. Kai visuomenė palaiko agresorių, o nuolatinę įtampą ir smurto baimę išgyvenančios moterys delsia kreiptis pagalbos, problema tik gilėja.

Mums pravartu žinoti, kad nukentėjusiųjų norą bendradarbiauti su policija, socialiniais darbuotojais ir kitomis institucijomis gali varžyti smurtautojo atsako baimė, socialinė izoliacija,

finansinė ir emocinė priklausomybė, sužalota savivertė.
Moterys dažnai gąsdinamos, kad bus sužalotos, nužudytos pačios ar jų vaikai, jei mėgins išeiti.
40–45 proc. sutuoktinio nužudomų moterų būna išsiskyrusios arba nori nutraukti santykius.

Jos nesiryžta išeiti ir todėl, kad jaučia gėdą, dažnai neturi į ką kreiptis ir nežino apie teikiamas paslaugas.
Moterys taip pat paprastai neturi tokių finansinių galimybių kaip vyrai, tad bijo, kad išsiskyrimas pasmerks jas ir vaikus nepritekliui ir skurdui.

Daugelis nukentėjusiųjų nenori nutraukti santykių ir dėl to, kad myli partnerį ir iš tikrųjų tikisi, kad jis pasikeis, nustos smurtauti.

Vienoje šeimoje, su kuria dirbau, vyras grasino nusižudysiąs, jei partnerė išeis. Ir ji neišėjo labai ilgai, nors smurto buvo daug. Tikrai susikuria tam tikra emocinė priklausomybė.

Visos šios priežastys gali lemti ir tai, kad patyrusi smurtą ir jau pranešusi policijai moteris norės atsiimti savo kaltinimus, pradės ginti smurtautoją.
Taip elgtis ją gali versti ir pats agresorius.

Bet jeigu šeimos lieka kartu ir niekas nesikeičia, ilgainiui man mažėja noras padėti moteriai kalbėti apie smurtą. Atrodo, kad viskas veltui.

Taip, kartais toks jausmas kyla. Tačiau nepriklausomai nuo to, nori moteris palikti smurtautoją ar ne, turėtume jai suteikti informaciją ir pagalbą tokią, kokios tuo metu reikia.

Pritariu. Nors emociškai tikrai nelengva matyti, kaip moteris lieka smurtiniuose santykiuose. Turime nustoti ieškoti priežasčių, dėl ko ji šiuo metu elgiasi taip, kaip elgiasi, nustoti abejoti jos sprendimais ir įsiklausyti į poreikius siūlant galimas išeitis.
Aš bet kokiu atveju perduodu informaciją apie krizių centrus, specializuotų pagalbos centrų teikiamą pagalbą. Patariu pagalvoti apie saugumo plano sudarymą.

Kad ir kas nutiktų, socialinis darbuotojas turi būti atviras moters istorijai ir gerbti jos sprendimą. Turime stengtis neišgąsdinti savo primygtiniais pasiūlymais, o svarbiausia – nekaltinti ir nemanyti, kad žinome geriau už ją pačią, ką tuo metu reikia daryti.

Tai labai sunku padaryti, bet pritariu, kad tikrai vertėtų stengtis.

Manęs neapleidžia mintis, kad gal per daug svarstome, kodėl moterys nepalieka smurtautojų ir pamirštame paklausti svarbiausio dalyko: **kokie vyrai smurtauja?**
Tai jie pažeidžia įstatymus, žaloja gyvenimus, atneša didelių nuostolių visuomenei. Būtų gerai žinoti, kaip juos atpažinti.

Kanados mokslininkai[17] nustatė, kad, priešingai, nei mano dauguma, pagrindinė vyrų smurto prieš moteris priežastis yra ne piktnaudžiavimas alkoholiu, sunki vaikystė ar nesėkmės darbe, o nuostatos, susijusios su moterimis.

Kokios konkrečiai nuostatos?

Smurtautojai įsitikinę, kad visos moterys yra blogos ir siekia išnaudoti vyrus. Visos yra arba „kekšės“, arba „princesės“, kurias būtina dresuoti ir parodyti tikrąją vietą.
Jie mano, kad moteris privalo būti ištikima vyrui ir negali jo palikti, nebent vyras nuspręstų kitaip.
Ir apskritai į moterį žiūrima kaip į privalančią vyrus aptarnauti buityje ir seksualiai.

Kitaip tariant, moters jie nelaiko pilnaverčiu žmogumi.

Ši aplinkybė daug ką paaiškina: galima smurtautojui padėti įveikti priklausomybę nuo alkoholio, įveikti vaikystės traumas ar pasiūlyti įsidarbinimo programas, bet, jeigu nesikeis jo nuostatos moterų atžvilgiu, turėsime alkoholio nevartojantį ir sėkmingai darbo rinkoje integruotą smurtautoją.

Vadinasi, turėtume daugiau dėmesio skirti smurto artimoje aplinkoje prevencijai, antraip nuolat dirbsime tik su pasekmėmis.

Prevencija labai svarbi, bet visos tarnybos daug labiau pasiruošusios reaguoti į krizę, o ne užsiimti prevencija.

Tikrai pritariu. Bet tai turėtų keistis. Smurtinio elgesio keitimas, o dar geriau, nesmurtinio elgesio normų įtvirtinimas būtų puiki prevencija – ji po truputį jau pradeda veikti.

O ką mums konkrečiai reikėtų daryti?

Radau rekomendacijas, kuriose nurodoma, kad galia ir kontrole besiremiantį smurtautojų elgesį būtina keisti lygiavertės partnerystės nuostatomis.

LYGIAVERTĖS PARTNERYSTĖS NUOSTATOS

Sąžiningumas: gebėjimas rasti abiem priimtinus konfliktų sprendimo būdus, priimti pokyčius ir kompromisus;

Negrasinantis elgesys: gebėjimas kalbėti taip, kad moteris, išreikšdama save ir elgdamasi taip, kaip mano esant tinkama, jaustųsi saugi ir priimama;

Pagarba: gebėjimas išklausyti partnerę nesmerkiant, suprasti ir palaikyti, gerbti jos nuomonę;

Pasitikėjimas ir pagalba: mokėjimas remti partnerės gyvenimo tikslus, pripažinti ir gerbti jos teisę turėti savo jausmus, draugus, veiklą ir nuostatas;

Atsakingumas: gebėjimas prisiimti atsakomybę už savo veiksmus, pripažinti, kad praeityje naudojo smurtą ir klydo, bendrauti atvirai ir sąžiningai;

Atsakinga tėvystė: dalinimasis rūpinimosi vaiku pareigomis, nesmurtinio elgesio pavyzdžio rodymas vaikui;

Atsakomybės pasidalijimas: teisingas darbo pasidalijimas abipusiu susitarimu, šeimos sprendimų priėmimas kartu;

Ekonominė partnerystė: ekonominių sprendimų priėmimas kartu, užtikrinant, kad abu turėtų naudos iš finansinių susitarimų.

Turi būti nuosekliai stiprinama lyčių lygybė visoje visuomenėje, ne tik dirbant su smurtautojais, kitaip niekur nepajudėsime.

Taip, mums su tokiu iššūkiu susidoroti būtų sunku. Bet juk galime atkreipti klientų dėmesį į tai, kad svarbu dalintis atsakomybėmis, padėti formuoti atsakingos tėvystės įgūdžius, kartu priimti sprendimus dėl finansų, gerbti vienas kitą.

Žinoma, geriausia būtų dirbti tik su smurtautoju ir apsaugoti visas galimas aukas. Tačiau dažnai tai ne mūsų galioje, be to, tuo pačiu metu reikia suteikti pagalbą ir moterims, realiai patiriančioms smurtą. Kiekvienas žinome daug tokių atvejų. Norėčiau grįžti prie esminio klausimo: **kaip padėti moteriai čia ir dabar?**

Svarbiausia, kad mes drąsiai ir atvirai pradėtume pokalbį apie smurtą, nes moteriai, kuri jį patiria, gali būti nepaprastai sunku prabilti pirmai.

Sutinku. Moterys dažnai abejoja, ar jomis apskritai kas nors patikės, ar supras, kad jos „neišpučia“ ir „neieško“ problemų.

Man teko susidurti su atvejais, kai moterys manė pačios pajėgsiančios susitvarkyti. Joms atrodė, kad jeigu šeima ar draugai sužinos apie smurtą, tai jos pasijus pažemintos.

Manau, toks nerimas patiriamas dažnai. Jeigu man reikėtų prisipažinti, kad patiriu smurtą – galbūt irgi jausčiausi nevykusi, nes juk pati pasirinkau partnerį, varu niekas nevarė...

Taip, bet tu (bet kuri moteris) juk nežinai, kad jis ims smurtauti. Be to, niekas nemokė, kaip atpažinti pirmuosius smurto grėsmės ženklus.

Kai kurios moterys nėra girdėjusios, kad smurtas būna ne tik fizinis, bet ir seksualinis, psichologinis.
Kitais atvejais jos gali būti linkusios sumenkinti arba normalizuoti prievartą ir, jeigu ji – tik emocinė, vertinti kaip nepakankamai rimtą[18].

Yra ir dar daugiau priežasčių, kodėl prisipažinimas, kad patiri smurtą, nėra greitas. Tai kartais vadinama „atsivėrimo šokiu“.
Tai reiškia, kad moteris atsiskleidžia tik iš dalies, tuomet tarsi įsibaimina dėl to, ką pasakė, ir kuriam laikui pradingsta. Kitą kartą ji vėl atsiveria, tačiau galbūt kitu laiku ir kitoje vietoje. „Šokis“ tęsiasi...

O, kokia įdomi metafora, tikrai padeda įsivaizduoti šį procesą.

Vadinasi, jei mano klientė „šokyje“ atsitraukia ir pasako, kad „šiaip jis – nuostabus vyras“ ir „aš jam atleidau, nes labai myliu, o jis pažadėjo niekad daugiau to nedaryti“, tai dar nereiškia, kad mano raginimas nesitaikstyti su smurtu buvo nieko vertas.
Galbūt ji išsigando susivokusi, kokia rimta jos padėtis, bet vėliau viską permąstys ir papasakos apie tai kam nors kitam.

Aš irgi vieną kartą maniau, kad visos mano pastangos – perniek. Bet po keleto metų klientė jau buvo palikusi smurtaujantį partnerį ir apsilankė padėkoti. Pasirodo, kad mano

žodžiai buvo pirma kibirkštis, padėjusi jai suprasti, kas vyksta. Nepaisant to, kad tuo metu ji neigė smurtą.

Sunkiau prabilti ir smurtą patiriantiems vienalytėse porose[19]. Tai gali būti susiję su „išviešinimo“ baime, homofobišku personalo elgesiu, neigiamu visuomenės požiūriu į LGBT*.

Norėdama kalbėti apie smurtą aš laikausi kelių pagrindinių principų: visada bendrauju akis į akį, nedalyvaujant partneriui ar kitam šeimos nariui. Pokalbį pradedu nuo bendresnių klausimų, o vėliau apie partnerio smurtą paklausiu ir tiesiai. Pradžioje teiraujuosi: *„Kokia padėtis namuose?“, „Kaip klostosi santykiai su partneriu?“, „Gal vyksta kas nors, kas galėtų daryti poveikį jūsų sveikatai?“, „Gal yra kažkas, ko neaptarėme, kas galėjo prisidėti prie tokios jūsų būklės?“*

Aš dažniausiai klausiu tiesiai: *„Gal partnerio elgesys kartais jus baugina?“, „Ar jaučiate nerimą dėl savo ir vaikų saugumo?“, „Ar partneris verčia jaustis nelaiminga ar gniuždoma?“, „Ar partneris kada nors yra jus bauginęs, fiziškai sužalojęs?“*

Manau, reikia paaiškinti klientei ir tai, apie ką mes kalbame – kad prievarta šeimose yra labai paplitusi, kodėl taip yra ir kad niekas neturi gyventi bijodamas partnerio ar sutuoktinio.

Iš patirties žinau, kad apie smurtą reikia kalbėti tiesiai, bet draugiškai ir šiltai. Taip parodome, kad kalbėti apie smurtą yra normalu, o klientė nėra vienintelė, kuri su tuo susiduria.

Taip pat svarbu neparodyti nuostabos ar šoko, sužinojus apie moters patirtą smurtą, nes tai sustiprins jos vienišumo, baimės jausmą ir vėl paskatins užsidaryti savyje.

Ypač dėmesingai reikėtų kalbėtis su negalią turinčiomis moterimis, nes jos partnerių smurtą rizikuoja patirti daug dažniau nei kitos[20].

O koks yra jūsų pirmas veiksmas, jei moteris visgi papasakoja patirianti smurtą?

Pirmiausia stengiuosi pasirūpinti jos saugumu: suprasti, kokį pavojų jai kelia partneris. Tam padeda smurto *rizikos lygio* įvertinimas. Štai keletas kontrolinių klausimų[21]. Kuo daugiau teigiamų atsakymų, tuo didesnė smurto rizika.

SMURTO RIZIKOS LYGIO ĮVERTINIMAS	TAIP
1. Ar smurtas padažnėjo pastaraisiais metais?	
2. Ar fizinis smurtas sustiprėjo pastaraisiais metais?	
3. Ar buvo naudojamas ginklas arba juo gąsdinama?	
4. Ar partneris bandė dusinti?	
5. Ar partneris vertė lytiškai santykiauti?	
6. Ar partneris vartoja narkotikus?	
7. Ar partneris gąsdino ją nužudysiąs? Ar ji tiki, kad jis gali tai padaryti?	
8. Ar partneris kasdien apsvaigęs nuo psichoaktyvių medžiagų (alkoholio, narkotikų)?	
9. Ar partneris kontroliuoja daugumą arba visus jos veiksmus?	
10. Ar partneris smurtauja ir visuomet jos pavydi?	
11. Ar ji bandė žudytis arba sakė tai padarysianti?	
12. Ar partneris kada bandė žudytis arba sakė tai padarysiąs?	
13. Ar partneris smurtauja prieš vaikus?	
14. Ar partneris smurtauja ne namuose?	
15. Ar ji buvo sumušta būdama nėščia?	

Manau, kad saugumą galima padėti užtikrinti kartu parengiant *saugumo planą*, kurį ji turėtų su savimi, o didelio streso akimirką galėtų pasižiūrėti ir tarsi rasti atsargines duris, kurios padėtų pabėgti.
Tokiame plane įvardijami žmonės ir telefonai, kuriais galima kreiptis, daiktai, kuriuos būtina pasiimti, pavyzdžiui, asmens dokumentai.

Toks planas būtinas ir kai moteris grįžta pas smurtautoją, ir kai planuoja jį palikti. Nesvarbu, koks šiuo metu jos sprendimas, reikia padėti susidaryti situaciją atitinkantį saugumo planą. Jo būtina laikytis, pajutus grėsmę savo ir vaikų saugumu[22].

Nustačius, kad smurto rizika aukšta, taip pat reikėtų su moterimi aptarti, kaip ji gali apsaugoti save ir vaikus. Svarbu išsiaiškinti, ar yra ženklų, padedančių nustatyti, kad partneris naudos smurtą. Kaip ir kur pabėgti? Kuris kambarys saugiausias, o kuriame nėra išėjimo?

Aš visuomet patariu vengti vonios ir kitų kambarių be išėjimo.
Virtuvė – ypač pavojinga vieta, nes ten yra peilių ir kitų aštrių daiktų.

Reikėtų apsvarstyti, kaip palikti namus nesukeliant įtarimo. Pavyzdžiui, išnešant šiukšles, išvedant pasivaikščioti šunį...
Jei moteris turi vaikų, reikėtų patarti su jais pasikalbėti apie situacijas, kai būtina kuo skubiau išeiti iš namų. Ką daryti prasidėjus smurtui, kur bėgti, kam pranešti. Galima išmokyti vaikus paskambinti pagalbos telefonu.

Jei vaikai labai maži, mama turėtų susitarti su kuo nors, kam galėtų juos nuvesti.

Manau, svarbu išsiaiškinti ir tai, ar yra kaimynų, pas kuriuos galima pasislėpti? Galbūt galima susitarti, kad, išgirdę smurtaujant, būtent jie paskambintų policijai. Pas kaimynus galima laikyti ir saugumo krepšį su keletu drabužių ir kitų daiktų.

Aš visuomet atsargiai patariu slėptis pas pažįstamus. Nustatyta, kad apsistoti krizių centre saugiau nei pas gimines ar draugus[23].

Jei tokio centro nėra, dar galima pasiūlyti apsistoti socialinių paslaugų centre.

Bet gali būti, kad moteris nenorės niekur keltis iš namų.

Tuomet jai reikia palikti informaciją su specializuoto pagalbos centro ir kitų konsultacijų telefonų numeriais.
Aš paprašau laikyti šią informaciją vietoje, kur smurtautojas neras.

Būtų dar geriau, jeigu ji atmintinai išmoktų galinčių padėti asmenų ir tarnybų telefono numerius: draugės, mamos, specializuoto pagalbos centro ir policijos.

Tuo atveju, kai moteris po pokalbio apie prievartą visgi nutaria likti su smurtautoju, ji turėtų žinoti, kad smurto metu svarbu pasikliauti nuovoka: kartais geriau pabėgti, o kartais – nuraminti smurtautoją. Daryti bet ką, kas padėtų apsisaugoti.
Visada reikėtų turėti omenyje keletą vietų, kur krizės atveju galima eiti, jei tektų laikinai pabėgti.

Jei smurtą patyrusi moteris išvarė smurtautoją ir gyvena viena, reikėtų patarti pakeisti durų ir langų užraktus.
Įvesti patikimesnę gaisro signalizacijos, stiklo dūžio, užraktų apsaugos sistemą, geresnį apšvietimą.

Ir šiuo atveju moteris turėtų išmokyti vaikus pavojingoje situacijoje paskambinti policijai arba artimiesiems ir draugams. Taip pat svarbu informuoti mokytojus ir darželio auklėtojus, kas gali pasiimti vaikus, ir susitarti dėl kitų vaikų apsaugos formų.

Manau, reikėtų pasiteirauti moters, kokie vaikų globos variantai padėtų jai ir vaikams būti saugiems? Gal įpareigojimas smurtautojui gyventi atskirai būtų išeitis?

Taip, įpareigojimas smurtautojui gyventi atskirai gali būti svarbi pagalba. Aš ne kartą skatinau moteris tuo pasirūpinti.

Specializuotų pagalbos centrų specialistai gali suteikti detalesnę informaciją visais šiais klausimais, susijusiais su vaikų globa, skyrybomis ir moters bei vaikų saugumu.

O jei klientė nutarė palikti smurtautoją, svarbu kartu apsvarstyti[24]: kaip ir kada saugiausia tai padaryti? Ar ji turi savo transportą? Pinigų? Vietą, kur eiti? Ar nebijos prireikus paskambinti policijai?

Reikėtų padėti jai nutarti, kam pasakys, kad išeina, o kam – ne. Taip pat – ką gali padaryti, kad smurtautojas jos nerastų? Kas yra jos pagalbos tinklas, kuriuo pasitiki?

Dažnai iškyla klausimas, kaip jai saugiai nueiti į darbą ir nuvesti vaikus į mokyklą ar darželį? Todėl siūlau pakeisti savo įprastus kelius, parduotuves, kavines, kitas viešas vietas, kuriose paprastai lankydavosi.

Bet kuriuo atveju pravartu turėti paruoštą saugumo krepšį, kuriame būtų svarbiausi dokumentai (arba jų kopijos):
pasas, vaikų gimimo ir vestuvių liudijimai, sutartis su banku ir kredito kortelių kodai, šiek tiek pinigų, būtiniausi vaistai ir receptai jiems (jei prireiktų pačiai ar vaikams).
Taip pat jame gali atsidurti atsarginiai namų ir automobilio raktai, užrašinė su svarbiausiais telefono numeriais, keletas asmeninių daiktų: šiek tiek drabužių ir vaikų mėgstamų žaislų.

Moteris turėtų su drauge ar kitu padedančiu asmeniu sutarti slaptažodį, kurį pranešus

jie žinotų, kad smurtas kartojasi ir reikia pagalbos.
Paprašyti kaimynės, kad, išgirdusi triukšmą namuose, kviestų policiją.
Pasipasakoti artimiausiems žmonėms – gal jie pasiūlys ir kitų pagalbos būdų.

Mes turime atkreipti dėmesį, kad, pasiryžus skirtis, reikės padaryti ir tai:
pasikeisti telefono SIM kortelę ir išsaugoti ten svarbiausius telefono numerius;
atsidaryti asmeninę sąskaitą banke, kur po truputį galėtų atsidėti pinigų, ir pagalvoti, kas galėtų paskolinti pinigų įsikūrimui ir savarankiško gyvenimo pradžiai;
iš anksto apsvarstyti, kur galėtų apsistoti: galbūt priimtų artimieji, o gal ras išeitį pati (pavyzdžiui, priims siūlymą apsigyventi krizių centre).

Bet svarbiausia, kolegos, turime nepamiršti, kad bet koks saugumo planas turi būti sudaromas TIK kartu su moterimi.
Geriausia surašyti ranka, tada leisti jai peržiūrėti, jei reikia, pataisyti ir tuomet jau suteikti galimybę patvirtinti bei pritarti, kad jos situacijai būtent toks planas ir galėtų tikti.

Moteris reikia skatinti naudotis nemokamomis specializuoto pagalbos centro (SPC) teisininkų paslaugomis ir išsiaiškinti viską apie skyrybų procesą, turto dalybas ir vaikų auginimo teises.
Susisiekti su SPC konsultantais ji turėtų net ir tuomet, kai jaus palaikymo trūkumą – specialistai suteiks paramą ir pagalbą.

Bet kokiu atveju moteris galima paraginti užsukti į savitarpio pagalbos forumą smurtą patyrusioms moterims, kuriame galima pasikalbėti bei pasitarti su panašioje situacijoje esančiomis moterimis. Jį galima rasti čia: ***www.moterysmoterims.lt***.

Buvau užsukusi. Ten labai daug informacijos. Tikrai verta rekomenduoti smurtą patyrusioms moterims – savitarpio pagalba labai svarbi. Be to, šiame interneto puslapyje pateikiama detali informacija, kaip ištrinti naršymo istoriją, kad smurtautojas nesužinotų apie moters lankymąsi forume.

Svarbu, kad moteris teigiamai vertintų kiekvieną savo tvirtą žingsnį ir pozityvų sprendimą, net jei kartais nepasiseka. Mes turime padėti jai įvertinti visas pastangas palikti smurtautoją.

Turime padrąsinti aktyviau paprašyti pagalbos ir to nesigėdyti.
Jei moteris dirba, gali apie situaciją papasakoti darbdaviui ir kolegoms. Gal vadovas galės perkelti į kitą darbo vietą (kitą skyrių, kabinetą), pakeisti telefono numerį, informuoti apsaugos darbuotojus (jei tokių yra), kad neįleistų smurtautojo ir neteiktų jam jokios informacijos apie darbuotoją.

Man klientė minėjo, kad jos ryžtą ieškoti pagalbos ir išeiti iš situacijos labai sustiprino apsisprendimas apie savo situaciją papasakoti kuo platesniam žmonių ratui.
Viena vertus, tai padariusi galėjo sulaukti daugiau pagalbos, kita vertus, kai visi apie tai sužinojo, ryžtas išeiti tik padidėjo. Gal galima šią praktiką pasiūlyti ir kitoms?

Kiekviena, aišku, spręs pagal savo situaciją, bet kas kartą turėtume palaikyti ir paaiškinti, kad smurtas artimoje aplinkoje – plačiai paplitusi problema, todėl nėra ko gėdytis, bet reikia nedelsiant prašyti pagalbos.

Baigiamoji pastaba

Lietuvoje surinkti duomenys rodo, kad moterys sudaro aštuonis iš dešimties nuo smurto artimoje aplinkoje nukentėjusių asmenų[25, 26], o vyrai – devynis iš dešimties įtariamųjų smurtu. Akivaizdus disbalansas lyties požiūriu: absoliuti dauguma nukentėjusiųjų yra moterys, o smurtavusiųjų – vyrai. Dėl šios priežasties ir aiškaus suvokimo, kaip plačiai lyčių nelygybė paplitusi mūsų visuomenėje, šiame leidinyje kalbant apie asmenis, patyrusius smurtą artimoje aplinkoje vartojama moteriškoji, o apie smurtautojus – vyriškoji giminė. Tačiau mes pripažįstame, kad smurtą artimoje aplinkoje gali patirti įvairaus amžiaus ir socialinio sluoksnio žmonės, ne tik moterys, bet ir vyrai. Taigi visa pateikta informacija apie sisteminį smurtą gali būti pritaikyta ir tais atvejais, kai moteris smurtauja prieš vyrą arba LGBT* porose – vyrui smurtaujant prieš vyrą arba moteriai prieš moterį.

Priedai

Kur kreiptis pagalbos?

www.moterysmoterims.lt
Savitarpio pagalbos forumas smurtą patyrusioms moterims.

www.visureikalas.lt
Daugiau informacijos, kaip atpažinti sisteminį smurtą ir kur kreiptis pagalbos.

8 800 66366
www.moters-pagalba.lt
Emocinė parama telefonu moterims kasdien, visą parą.

112
Patyrus bet kokį smurto protrūkį, nedelsiant skambinti bendruoju pagalbos telefonu.

Bendrieji principai kalbant apie smurtą su jį galimai patiriančia moterimi

Išklausykite
Paprastas klausymasis be vertinimo gali paskatinti kreiptis pagalbos.

Paklauskite
Bendrai apie santykius: ar jie daro poveikį sveikatai, arba tiesiai apie tai, ar patiria smurtą.

Parodykite, kad tikite
Neabejokite moters žodžiais, išreiškite supratimą.

Paskatinkite atsivėrimą
Parodykite, kad suprantate, kaip sunku kalbėti apie tokią patirtį, bet vis tiek verta.

Pabrėžkite smurto nepriimtinumą
Tai padarykite kategoriškai.

Jokiu būdu nekaltinkite
Aiškiai išreikškite, kad keisdama savo elgesį moteris negali išvengti smurto. Už jį atsakingas tik smurtautojas.

Saugumo planas

Patarti

- Atmintinai išmokti galinčių padėti žmonių ir tarnybų telefonus.
- Iš anksto suplanuoti, kur bėgti, jei smurtas pasikartos.
- Suruošti ir paslėpti pas artimuosius būtiniausius daiktus, jei nepavyktų grįžti namo:

> dokumentus ar jų kopijas: pasą, vaikų gimimo,
>
> santuokos liudijimus,
>
> šiek tiek pinigų,
>
> sutartį su banku ir kredito kortelių kodus,
>
> būtiniausius vaistus ir receptus jiems,
>
> atsarginius namų ir automobilio raktus,
>
> užrašinę su svarbiausiais telefono numeriais,
>
> keletą asmeninių daiktų: šiek tiek drabužių ir vaikų mėgstamų žaislų[27].

Padrąsinti prašyti pagalbos

- Sutarti su drauge/-u slaptažodį, kurį pasakius ji(s) kvies policiją.
- Paprašyti kaimynės/-o, kad, išgirdusi (-ęs) triukšmą, skambintų policijai.
- Pasipasakoti artimiems žmonėms, gal jie pasiūlys kitų pagalbos būdų.

Smurtui namuose pasikartojus

- Pasikliauti nuojauta: pajutus, kad kyla pavojus sveikatai ir gyvybei, bėgti su vaikais į saugią vietą.
- Vengti uždarų erdvių ir vietų su pavojingais daiktais.
- Turint galimybę, iš karto skambinti į policiją.

Jeigu pasiryžtama skirtis

- Pasikeisti telefono SIM kortelę ir išsaugoti joje svarbiausius telefono numerius.
- Atsidaryti asmeninę sąskaitą banke ir po truputi joje atsidėti pinigų.
- Apgalvoti, kas galėtų paskolinti pinigų savarankiškam įsikūrimui.
- Apsvarstyti, kur, reikalui esant, galėtų apsistoti (pas artimuosius, o gal krizių centre).
- Pasiruoštą veiksmų planą aptarti su artimaisiais ir SPC ar krizių centro darbuotojais.
- Pasinaudoti nemokamomis SPC teisininkų paslaugomis ir išsiaiškinti viską apie skyrybų procesą, turto dalybas ir vaikų auginimo teises.
- Susisiekti su SPC darbuotojais, jeigu jaus palaikymo trūkumą.

Konflikto ir sisteminio smurto skirtumai[28]

Konfliktai	Sisteminis smurtas
Atsitiktiniai ir nereguliarūs	Reguliarus
Inicijuoti gali abi pusės	Agresoriaus ir aukos vaidmenys nesikeičia
Abi pusės gali juos aptarti. Diskusija keičia asmens, kuris sukėlė konfliktą, elgesį	Negali būti sėkmingai aptartas, nėra pokyčių po diskusijos
Kuo geriau partneriai vienas kitą pažįsta, tuo mažesnė konflikto tikimybė	Smurtas nuolat stiprėja
Konfliktą išprovokavęs asmuo jaučiasi atsakingas	Smurtautojas neprisiima atsakomybės ir kaltina nukentėjusiąją
Tai – abiejų, į vienas kito požiūrį atsižvelgiančių žmonių problema	Prievarta reiškiasi dėl galios disbalanso (ekonominio, socialinių lyčių vaidmenų, fizinės jėgos)
Spontaniška reakcija į (dažniausiai) išorinius veiksnius (pavyzdžiui, nusiminimas, nuovargis, baimė)	Smurtauti pasirenkama sąmoningai
Žala gali būti kompensuota	Už tai, kas padaryta, negali (ir neturi) būti atleista
Sprendimas susijęs su santykiais	Sprendimas įmanomas tik pasitelkus išorės priemones (skyrybas, policijos intervenciją, psichologinę pagalbą smurtą patyrusiai moteriai ar savipagalbą)
	Nukentėjusio asmens savijauta: bejėgiškumas, baimė, savigrauža

Pakartotinio smurto rizikos įvertinimas

Klausimai	Taip
1. Ar smurtas padažnėjo pastaraisiais metais?	
2. Ar fizinis smurtas sustiprėjo pastaraisiais metais?	
3. Ar buvo naudojamas ginklas arba juo gąsdinama?	
4. Ar partneris bandė dusinti?	
5. Ar partneris vertė lytiškai santykiauti?	
6. Ar partneris vartoja narkotikus?	
7. Ar partneris gąsdino ją nužudysiąs? Ar ji tiki, kad jis gali tai padaryti?	
8. Ar partneris kasdien apsvaigęs nuo psichoaktyvių medžiagų (alkoholio, narkotikų)?	
9. Ar partneris kontroliuoja daugumą arba visus jos veiksmus?	
10. Ar partneris smurtauja ir visuomet jos pavydi?	
11. Ar ji bandė žudytis arba sakė tai padarysianti?	
13. Ar partneris smurtauja prieš vaikus?	
14. Ar partneris smurtauja ne namuose?	
15. Ar ji buvo sumušta būdama nėščia?	

Lygiavertės partnerystės nuostatos

Sąžiningumas: gebėjimas rasti abiem priimtinus konfliktų sprendimo būdus, priimti pokyčius ir kompromisus.

Negrasinantis elgesys: gebėjimas kalbėti taip, kad moteris, išreikšdama save ir elgdamasi taip, kaip mano esant tinkama, jaustųsi saugi ir priimama.

Pagarba: gebėjimas išklausyti partnerę nesmerkiant, suprasti ir palaikyti, gerbti jos nuomonę.

Pasitikėjimas ir pagalba: mokėjimas remti partnerės gyvenimo tikslus, pripažinti ir gerbti jos teisę turėti savo jausmus, draugus, veiklą ir nuostatas.

Atsakingumas: gebėjimas prisiimti atsakomybę už savo veiksmus, pripažinti, kad praeityje naudojo smurtą ir klydo, bendrauti atvirai ir sąžiningai.

Atsakinga tėvystė: dalinimasis rūpinimosi vaiku pareigomis, nesmurtinio elgesio pavyzdžio rodymas vaikui.

Atsakomybės pasidalijimas: teisingas darbo pasidalijimas abipusiu susitarimu, šeimos sprendimų priėmimas kartu.

Ekonominė partnerystė: ekonominių sprendimų priėmimas kartu, užtikrinant, kad abu turėtų naudos iš finansinių susitarimų.

Specializuotų pagalbos centrų kontaktai

Akmenės r.
Moterų veiklos informacijos centras
8 652 24 232
mvic@splius.lt

Alytaus m. ir r.
Alytaus miesto moterų krizių centras
8 645 45 287
ammkc@aktv.lt

Anykščių r.
Anykščių moterų užimtumo ir informacijos centras
8 615 45 464
anyksciumoterys@gmail.com

Birštono r.
Asociacija „Kauno moterų draugija“
8 603 89 833
kmd.asoc@gmail.com

Biržų r.
Lietuvos agentūros „SOS vaikai“ Panevėžio skyrius
8 699 86 866
paramosnamai@gmail.com

Druskininkų r.
Alytaus miesto moterų krizių centras
8 645 45 287
ammkc@aktv.lt

Elektrėnų r.
Moterų informacijos centras
(85) 262 9003
8 65095 216
spc@lygus.lt

Ignalinos r.
Visagino šeimos krizių centras
8 699 20 069
8 686 60 657
viltisvskc@gmail.com

Jonavos r.
Moters pagalba moteriai
8 618 40 044
info@moters-pagalba.lt

Joniškio r.
Moterų veiklos informacijos centras
8 652 24 232
mvic@splius.lt

Jurbarko r.
Tauragės moterų užimtumo ir informacijos centras
(8 446) 61 565
8 616 55877
taurage@moterscentras.w3.lt

Kaišiadorių r.
Asociacija „Kauno moterų draugija“
8 603 89 833
kmd.asoc@gmail.com

Kalvarijos r.
Marijampolės apskrities moterų veiklos centras
(8 343) 59 525
8 633 55 007
spc.mar@gmail.com

Kauno m.
Kauno apskrities moterų krizių centras
8 679 31 930
kaunoaspc@kamkc.lt

Kauno r.
Asociacija „Kauno moterų draugija“
8 603 89 833
kmd.asoc@gmail.com

Kazlų Rūdos r.
Marijampolės apskrities moterų veiklos centras
(8 343) 59 525
8 633 55 007
spc.mar@gmail.com

Kelmės r.
Tauragės moterų užimtumo ir informacijos centras
(8 446) 61 565
8 616 55877
taurage@moterscentras.w3.lt

Kėdainių r.
Moters pagalba moteriai
8 618 40 044
info@moters-pagalba.lt

Klaipėdos m.
Klaipėdos socialinės ir psichologinės pagalbos centras
(8 46) 350 099
8 650 60 094
kmn@moteriai.lt

Klaipėdos r.
Kretingos moterų informacijos ir mokymo centras
(8 445) 78 024
8 605 82 331
kretingosmoterys@gmail.com

Kretingos r.
Kretingos moterų informacijos ir mokymo centras
(8 445) 78 024
8 605 82 331
kretingosmoterys@gmail.com

Kupiškio r.
Lietuvos agentūros „SOS vaikai“ Panevėžio skyrius
8 699 86 866
paramosnamai@gmail.com

Lazdijų r.
Alytaus miesto moterų krizių centras
8 645 45 287
ammkc@aktv.lt

Marijampolės r.
Marijampolės apskrities moterų veiklos centras
(8 343) 59 525
8 633 55 007
spc.mar@gmail.com

Mažeikių r.
Telšių krizių centras
(8 444) 74 282
8 609 02 636
8 682 29 459
kriziucentras@gmail.com

Molėtų r.
Anykščių moterų užimtumo ir informacijos centras
8 615 45 464
anyksciumoterys@gmail.com

Neringos m.
Klaipėdos socialinės ir psichologinės pagalbos centras
(8 46) 350 099
8 650 60 094
kmn@moteriai.lt

Pagėgių r.
Koordinacinis centras „Gilė“
8 610 10 715
koordinaciniscentras@gmail.com

Pakruojo r.
Moterų veiklos informacijos centras
8 652 24 232
mvic@splius.lt

Palangos m.
Klaipėdos socialinės ir psichologinės pagalbos centras
(8 46) 350 099
8 650 60 094
kmn@moteriai.lt

Panevėžio m. ir r.
Lietuvos agentūros „SOS vaikai“ Panevėžio skyrius
8 699 86 866
paramosnamai@gmail.com

Pasvalio r.
Lietuvos agentūros „SOS vaikai“ Panevėžio skyrius
8 699 86 866
paramosnamai@gmail.com

Plungės r.
Telšių krizių centras
(8 444) 74 282
8 609 02 636
8 682 29 459
kriziucentras@gmail.com

Prienų r.
Asociacija „Kauno moterų draugija“
8 603 89 833
kmd.asoc@gmail.com

Radviliškio r.
Moterų veiklos informacijos centras
8 652 24 232
mvic@splius.lt

Raseinių r.
Raseinių krizių centras
8 657 87 475
info@kriziucentras.eu

Rietavo r.
Telšių krizių centras
(8 444) 74 282
8 609 02 636
8 682 29 459
kriziucentras@gmail.com

Rokiškio r.
Lietuvos agentūros „SOS vaikai“
Panevėžio skyrius
8 699 86 866
paramosnamai@gmail.com

Skuodo r.
Kretingos moterų informacijos ir mokymo centras
(8 445) 78 024
8 605 82 331
kretingosmoterys@gmail.com

Šakių r.
Marijampolės apskrities moterų veiklos centras
(8 343) 59 525
8 633 55 007
spc.mar@gmail.com

Šalčininkų r.
Moterų informacijos centras
(85) 262 9003
8 65095 216
spc@lygus.lt

Šiaulių m. ir r.
Moterų veiklos informacijos centras
8 652 24 232
mvic@splius.lt

Šilalės r.
Koordinacinis centras „Gilė“
8 610 10 715
koordinaciniscentras@gmail.com

Šilutės r.
Kretingos moterų informacijos ir mokymo centras
(8 445) 78 024
8 605 82 331
kretingosmoterys@gmail.com

Širvintų r.
Moterų informacijos centras
(85) 262 9003
8 65095 216
spc@lygus.lt

Švenčionių r.
Moterų informacijos centras
(85) 262 9003
8 65095 216
spc@lygus.lt

Tauragės r.
Tauragės moterų užimtumo ir informacijos centras
(8 446) 61 565
8 616 55877
taurage@moterscentras.w3.lt

Telšių r.
Telšių krizių centras
(8 444) 74 282
8 609 02 636
8 682 29 459
kriziucentras@gmail.com

Trakų r.
Moterų informacijos centras
(85) 262 9003
8 65095 216
spc@lygus.lt

Ukmergės r.
Moters pagalba moteriai
8 618 40 044
info@moters-pagalba.lt

Utenos r.
Anykščių moterų užimtumo ir informacijos centras
8 615 45 464
anyksciumoterys@gmail.com

Vilkaviškio r.
Marijampolės apskrities moterų veiklos centras
(8 343) 59 525
8 633 55 007
spc.mar@gmail.com

Vilniaus m. ir r.
Moterų informacijos centras
(85) 262 9003
8 65095 216
spc@lygus.lt

Visagino r.
Visagino šeimos krizių centras
8 699 20 069
8 686 60 657
viltisvskc@gmail.com

Varėnos r.
Alytaus miesto moterų krizių centras
8 645 45 287
ammkc@aktv.lt

Zarasų r.
Visagino šeimos krizių centras
8 699 20 069
8 686 60 657
viltisvskc@gmail.com

Literatūros sąrašas

1. Birutė Bebaimė (2016) Pirmas Lietuvoje smurto prevencijos komiksas.
2. Campbell, J. C. (1986) 'Assessment of risk of homicide for battered women'. Advances in Nursing Science, 8, 36–51.
3. Dobash, R. E., Dobash, R. P. (2015) When Men Murder Woman. Oxford University Press.
4. Global Plan of Action: Health systems address violence against women and girls (2016) World Health Assembly, Resolution 69.5. WHO Department of Reproductive Health and Research. Prieiga internetu: *http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA69/A69_9-en.pdf.*
5. Global Study on Homicide (2018). United Nations Office on Drugs and Crime. Prieiga internetu: *https://www.unodc.org/documents/data-and-analysis/GSH2018/GSH18_Gender-related_killing_of_women_and_girls.pdf.*
6. Intymaus partnerio smurtavimo apraiškos Lietuvoje – nukentėjusiųjų perspektyva (2018). Prieiga internetu: *https://hrmi.lt/tyrimo-ataskaita-intymaus-partnerio-smurtavimo-apraiskos-lietuvoje-moteru-perspektyva/.*
7. Learning Track Manual. Making Laws a Work to End Violence Against Women and Girls: A Regional Conference for Central and Eastern Europe. June 12–14, 2017. Developed by Voices Against Violence and Global Rights for Women.
8. Lietuvos gyventojų tyrimas apie lygias galimybes (2017). Prieiga internetu: *https://lygybe.lt/data/public/uploads/2017/11/lietuvos-gyvenoju-poziuris-i-smurta-patyrusias-moteris.pdf.*
9. LR Apsaugos nuo smurto artimoje aplinkoje įstatymas. Prieiga internetu: *https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.400334.*
10. LR Vidaus reikalų ministerijos tinklalapis: *https://www.ird.lt/lt/paslaugos/nusikalstamu-veiku-zinybinio-registro-nvzr-paslaugos/ataskaitos-1/nusikalstamumo-ir-ikiteisminiu-tyrimu-statistika-1/view_item_datasource?id=1568&datasource=4693&page=1.*
11. Oficialiosios statistikos tinklalapis: *https://osp.stat.gov.lt/naujienos?articleId=6104470.*
12. Pence, E., Paymar, M. (1993) Educational Group For Men who Batter. The Duluth Model. Springer Publishing Company. New York. Prieiga internetu: *https://www.theduluthmodel.org/.*
13. Perttu, S., Kaselitz, V. (2006) Partnerio smurto problemos sprendimas – rekomendacijos nėščiųjų, gimdyvių ir kūdikių priežiūros specialistams. Yliopistopaino.
14. Relf, M. V., Glass, N. (2006) 'Gay and lesbian relationships and intimate partner abuse'. In: Roberts, G., Hegarty, K., Feder, G. (ed.) Intimate partner abuse and health professionals: New approaches to domestic violence. London: Churchill Livingstone Elsevier, p. 213–228.
15. Perttu, S., Kaselitz, V. (2006) Partnerio smurto problemos sprendimas – rekomendacijos nėščiųjų, gimdyvių ir kūdikių priežiūros specialistams. Yliopistopaino. Pagal: Schornstein (1997) Domestic Violence and Health Care. Sage Publications.
16. Special Eurobarometer 449. Report. Gender-based Violence (2016), p. 58–59. Prieiga internetu: *https://data.europa.eu/euodp/data/dataset/S2115_85_3_449_ENG.*
17. Statistikos departamento oficialiosios statistikos tinklalapis: *https://osp.stat.gov.lt/naujienos?articleId=6104470.*
18. Van der Veur, D., Vrethem, K., Titley, G., Tóth, G. (2007) Gender Matters. A manual on addressing gender-based violence affecting young people. Council of Europe. Prieiga internetu: *http://eycb.coe.int/gendermatters/.*
19. Waalen, J., Goodwin, M. M., Spitz, A. M., et al. (2000) 'Screening for intimate partner violence by health care providers: barriers and interventions'. Am J Prev Med;19: 230–7.

Išnašos

[1]Global Plan of Action: Health systems address violence against women and girls (2016).
[2]LR Apsaugos nuo smurto artimoje aplinkoje įstatymas.
[3]Lietuvos gyventojų tyrimas apie lygias galimybes (2017); Intymaus partnerio smurtavimo apraiškos Lietuvoje – nukentėjusiųjų perspektyva (2018).
[4]Oficialiosios statistikos tinklalapis.
[5]LR Vidaus reikalų ministerijos tinklalapis.
[6]Ten pat.
[7]Global Study on Homicide 2018.
[8]Voices Against Violence and Global Rights for Women (2017).
[9]Schema parengta naudojantis Voices Against Violence and Global Rights for Women (2017).
[10]Van der Veur, et al. (2007).
[11]Ten pat.
[12]Pence, Paymar (1993).
[13]Lietuvos gyventojų tyrimas apie lygias galimybes (2017).
[14]Campbell (1986).
[15]Special Eurobarometer 449. Report. Gender-based Violence (2016).
[16]Ten pat.
[17]Dobash (2015).
[18]Waalen, et al. (2000).
[19]Relf, Glass (2006).
[20]Perttu, Kaselitz (2006).
[21]Ten pat.
[22]Oficialiosios statistikos tinklalapis.
[23]Vidaus reikalų ministerijos tinklalapis.
[24]Birutė Bebaimė (2016).
[25]Perttu, Kaselitz (2006).
[26]Ten pat.
[27]Birutė Bebaimė (2016).
[28]Van der Veur, et al. (2007).