



ĮSIKLAUSYTI IR VEIKTI: JAUNIMO BALSAS APIE SMURTĄ IR ROMANTINIUS SANTYKIUS.

Tyrimų ataskaitos ir rekomendacijos

Autorė: Jurgita Pečiūrienė

Projektas: „Sveiki, santykiai! Atpažink, suprask, kurk“
(Nr.SAAPA08733/2025)

Tyrimus finansavo:



Lietuvos Respublikos
socialinės apsaugos
ir darbo ministerija

Tyrimus organizavo:



Vilnius, 2025 m.

Leidinyi parengtas pagal projektą „Sveiki, santykiai! Atpažink, suprask, kurk“, kuris finansuotas LR socialinės apsaugos ir darbo ministerijos lėšomis



Išvadas: du tyrimai – viena kryptis

Šis leidinys pristato du atskirus, tačiau tematiškai susijusius tyrimus, kuriuos vienija bendras tikslas – stiprinti jaunimo gebėjimą atpažinti žalingus romantinius santykius ir kurti sveikus, pagarbius ryšius. Abu tyrimai atskleidžia, kad nors jaunimas dažnai geba atpažinti akivaizdžias smurto formas, vis dar trūksta sistemingo švietimo apie sveikus santykius, o žalingas elgesys neretai normalizuojamas dėl mitų, stereotipų ir emocinės priklausomybės.

Pirmoje leidinio dalyje pristatoma jaunimo apklausos **„Meilės mitai: jaunuoliai žalinguose santykiuose“** analizė, atskleidžianti, kaip žiniasklaida, socialiniai tinklai ir popkultūra formuoja jaunimo nuostatas bei mitus apie romantinius santykius, kurdamos klaidingus lūkesčius ir ignoruodamos kontrolės bei smurto apraiškas. Tyrimas parodė, kad merginos dažniau nei vaikinai atpažįsta toksiškus santykius, tačiau giliai įsišakniję stereotipai vis dar trukdo priimti sprendimą pasitraukti iš smurtinių santykių.

Antroje dalyje dėmesys skiriamas smurto prevencijos būdams ir priemonėms, kurios, remiantis jaunimo nuomone, yra tinkamiausios bei paveikiausios informuojant apie smurtinį elgesį ir jo atpažinimą. Grupinių (fokus) diskusijų su bendrojo ugdymo, profesinių ir aukštųjų mokyklų moksleiviais bei studentais analizė **„Išgirstas jaunimas: veiksmingos smurto prevencijos priemonės ir efektyvios komunikacijos būdai“** atskleidžia emocinius ir socialinius barjerus, trukdančius pasitraukti iš žalingų santykių – gėdą, izoliaciją ir pasitikėjimo savimi stoką. Tyrimo rezultatai pabrėžė švietimo, emocinio raštingumo ir palaikymo tinklo svarbą.

Abu tyrimai kartu pateikia išsamų vaizdą apie jaunimo patirtis, iššūkius ir poreikius, susijusius su nesmurtiniais romantiniais santykiais. Abiejų analizių pabaigoje pateikiamos rekomendacijos, skirtos stiprinti formalųjų ir neformalųjų jaunimo švietimą, kurti įtraukią, jaunimui artimą komunikaciją bei skatinti aktyvų jų dalyvavimą kuriant pokytį.



TURINYS

I. KIEKYBINIO TYRIMO „MEILĖS MITAI: JAUNUOLIAI ŽALINGUOSE SANTYKIUOSE” ATASKAITA IR REKOMENDACIJOS	4
Įvadas	4
Tyrimo metodologija	4
Tyrimo rezultatai	5
Tiriamųjų socialinė demografinė charakteristika	5
Žalingų romantinių santykių atpažinimas	6
Jaunuolių nuostatos apie žalingus santykius	7
Nuostatų formuotojai	11
Reakcija į nesveikų santykių apraiškas	13
Švietimo apie sveikus tarpusavio santykius svarba	15
Išvados	17
1. Nuostatos ir jų formavimas	17
2. Priežastys, kodėl jaunuoliai nepalieka žalingų romantinių santykių	18
3. Švietimo svarba	18
Šaltiniai	19
Priedas. Klausimynas „Meilės mitai: jaunuoliai žalinguose santykiuose“	20
II. KOKYBINIO TYRIMO „IŠGIRSTAS JAUNIMAS: VEIKSMINGOS SMURTO PREVENCIJOS PRIEMONĖS IR EFEKTYVIOS KOMUNIKACIJOS BŪDAI” ATASKAITA IR REKOMENDACIJOS	24
Tyrimo metodologija	24
Analizė	25
Žalingo ir smurtinio elgesio (ne)atpažinimas	25
Kliūtys, trukdančios palikti žalingus ar smurtinius santykius	26
Populiariausi socialiniai tinklai	28
Rekomenduojami papildomi informacijos sklaidos kanalai	29
Patraukiantis dėmesį turinys ir nuomonės formuotojų įtaka	30
Rekomenduotinas turinys žalingų ar smurtinių santykių prevencijai vykdyti ir jo pateikimo formos socialiniuose tinkluose	32
Švietimo svarba ir bendraamžių įtaka	35
Išvados	37
Rekomendacijos	37

I. KIEKYBINIO TYRIMO „MEILĖS MITAI: JAUNUOLIAI ŽALINGUOSE SANTYKIUOSE” ATASKAITA IR REKOMENDACIJOS

IVADAS

Romantiniai santykiai jaunimo gretose yra reikšminga jų socialinio vystymosi dalis, tačiau tyrimai atskleidžia, kad dalis šių santykių pasižymi žalingomis ar net smurtinėmis apraiškomis, kurios daro neigiamą poveikį jaunuolių elgesiui ateityje. 2024 m. Moterų informacijos centro atliktas tyrimas „Sveiki romantiniai santykiai“ (Purvanekienė G., Pečiūrienė J., 2024) atskleidė, kad seksualiniai santykiai be sutikimo, kaltės jausmas atsisakius intymumo, kontrolė, pavydas, emocinis ir fizinis smurtas vis dar yra dažni reiškiniai tarp jaunuolių. Kiek daugiau nei trečdaliui vaikinių ir apie ketvirtadaliui merginų, išskyrus profesinio mokymo įstaigų mokines, iš kurių tokį elgesį priima beveik pusė, atrodo priimtina apšaukti savo partnerę (-į), jei ji (-s) nuolat ginčijasi, kabinėja si ar nepagarbiai elgiasi. Minėto tyrimo rezultatai rodo, kad nors fizinis smurtas dažniausiai atpažįstamas kaip netinkamas elgesys, kitos žalingo elgesio formos – partnerio kontrolė, emocinis spaudimas ar persekiojimas – dažnai nėra jaunimo suvokiamos kaip smurtinio elgesio apraiškos. Tarptautinių tyrimų, tokių kaip Eurobarometras (2024), rezultatai rodo, kad stereotipai apie romantinius santykius, meilės mitai ir žiniasklaidos įtaka prisideda prie žalingų santykių normalizavimo. Jaunuoliai dažnai tiki, kad smurtaujantis partneris gali pasikeisti arba kad jie patys gali pakeisti partnerio elgesį. Šios nuostatos kartu su žemu pasitikėjimu savimi, baime likti vienam ar socialiniu spaudimu lemia, kad jaunuoliai lieka toksiškuose santykiuose.

Projekto „Sveiki, santykiai! Atpažink, suprask, kur“ įgyvendinimo metu atliktos apklausos tikslas buvo išsiaiškinti, kaip jaunuoliai Lietuvoje vertina nesmurtinius ir smurtinius santykius, kokie šiuo klausimu pasireiškia lyčių ir gyvenamosios vietos skirtumai bei kokie veiksniai lemia sprendimą likti žalinguose santykiuose.

TYRIMO METODOLOGIJA

Tyrimo tikslas – išsiaiškinti jaunimo požiūrį į žalingų romantinių santykių apraiškas ir išanalizuoti priežastis, lemiančias jaunuolių polinkį paklusti kontrolei romantiniuose santykiuose, neatsisakyti smurtinių santykių ir juos normalizuoti.

Tyrimo hipotezė – jaunuoliai lieka žalinguose santykiuose dėl informacijos ir žinių stokos apie tokio elgesio atpažinimą bei pagalbos ir palaikymo gavimo galimybes.

Apklausoje dalyvavusių respondentų atsakymai lyginami pagal lytį ir gyvenamąją vietovę (didieji miestai, miestai ir miesteliai).

Tyrimo metodai – internetinė Lietuvos jaunuolių, priklausančių 16–22 metų amžiaus grupei, apklausa ir analizė.

Apklausa: pagal J. Pečiūrienės sudarytą klausimyną apklausa buvo atlikta internetu 2025 m. gegužės 14–21 d.

Duomenų analizė: Duomenų analizei buvo naudojamos Microsoft 365 programos – Microsoft Forms ir Pivot Table Excel.

TYRIMO REZULTATAI

Tiriamųjų socialinė demografinė charakteristika

Iš viso į kvietimą dalyvauti apklausoje atsiliepė 631 respondentas, iš kurių 594 (94 %) sutiko užpildyti anketą.

Toliau nagrinėsime 594 dalyvių atsakymus. Apklaustųjų pasiskirstymas pagal lytį, amžių ir gyvenamosios vietos tipą yra pateiktas 1 lentelėje.

1 lentelė. Respondentų sudėtis

	N	%
IŠ VISO	594	100
Lytis:		
Merginos	366	62
Vaikinai	215	36
Kita	13	2
Amžius:		
16–18 m.	475	80
19–22 m.	119	20
Gyvenvietės tipas:		
Didmiestis (Vilnius, Kaunas, Klaipėda, Šiauliai, Panevėžys Alytus, Marijampolė)	258	43,4
Miestas (daugiau kaip 10 000 gyv.)	108	18,2
Miestelis (mažiau kaip 10 000 gyv.)	228	38,4

Tyrimas nėra reprezentatyvus nacionaliniu lygmeniu, kadangi respondentų pasiskirstymas pagal socialines-demografines grupes buvo nevienodas. Dėl itin mažo jaunuolių, pažymėjusių „Kita“ lytis, skaičiaus nėra galimybės jų skirstyti į grupes pagal gyvenamąją vietą, bei negalima patikimai vertinti atsakymų reikšmių ir taikyti procentinių išraiškų, todėl jų atsakymai nebus įtraukti į detalesnę analizę. Toliau nagrinėjami 581 respondento atsakymai.

2 lentelė. Tyrime dalyvavusių merginų ir vaikinų pasiskirstymas pagal mokymo įstaigas

Mokymo įstaiga	Merginos	Vaikinai
Vidurinė mokykla, gimnazija	289	175
Profesinio rengimo įstaiga	5	19
Kolegija	9	4

Universitetas	56	13
Nesimoko	7	4
Viso	366	215

Duomenys analizuoti pagal lytį ir gyvenamąją vietą, todėl buvo išskirtos šešios besimokančiųjų socialinės grupės:

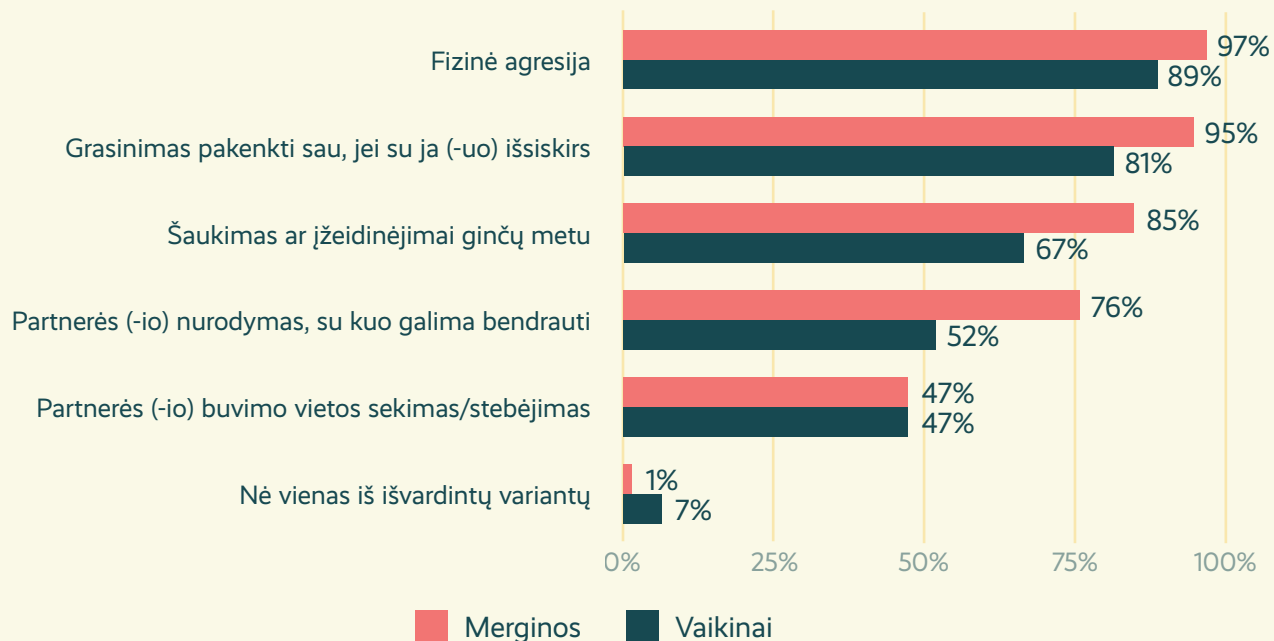
- merginos, gyvenančios didmiestyje;
- vaikinai, gyvenantys didmiestyje;
- merginos, gyvenančios mieste;
- vaikinai, gyvenantys mieste;
- merginos, gyvenančios miestelyje, gyvenvietėje, kaime;
- vaikinai, gyvenantys miestelyje, gyvenvietėje, kaime.

Žalingų romantinių santykių atpažinimas

Kiekybinio tyrimo metu buvo siekta atskleisti jaunimo požiūrį į žalingų romantinių santykių apraiškas ir identifikuoti priežastis, lemiančias jaunuolių polinkį paklusti kontrolei romantiniuose santykiuose, neatsisakyti smurtinių santykių ir juos normalizuoti.

Pirmiausia siekta išsiaiškinti, ar jaunuoliai fizinio ir psichologinio smurto apraiškas romantiniuose santykiuose identifikuoja kaip žalingą elgesį (žr. 3 lentelę). Tik 1,9 % merginų ir beveik keturis kartus daugiau vaikinių (7,9 %) nemano, kad tokie elgesio modeliai, kaip nurodymas partnerei (-iui), su kuo galima bendrauti, šaukimas ar įžeidinėjimai ginčų metu, fizinė agresija, partnerės (-io) buvimo vietos stebėjimas bei grasinimas pakenkti sau, jei partneris (-ė) nuspręstų išsiskirti, yra smurtiniai ar žalingi (žr. 1 pav.).

Jaunimo apklausos rezultatai atskleidžia, kad fizinio ir psichologinio smurto atpažinimo lygis yra aukštas. Fizinė agresija atpažįstama dažniausiai – ją smurtiniu elgesiu pripažįsta 97,0 % merginų ir 89,3 % vaikinių. Vis dėlto nerimą kelia tai, kad 10,0 % vaikinių nemano, kad fizinė agresija yra viena iš smurtinio bendravimo, esant romantiniuose santykiuose, formų. Grasinimą pakenkti sau, jei partnerė (-is) nuspręstų nutraukti santykius, smurtiniu elgesiu įvardija dauguma jaunuolių (94,8% merginų ir 81,4 % vaikinių), o tai rodo, kad manipuliacinės kontrolės formos yra atpažįstamos ir vertinamos kritiškai. Šaukimą ar įžeidinėjimus ginčų metu kaip smurtinį elgesį pripažįsta 84,7 % merginų ir žymiai mažesnė dalis vaikinių – 66,5 %. Tai atitinka 2024 m. atlikto tyrimo rezultatus, kurie parodė, kad maždaug ketvirtadalis merginų ir kiek daugiau nei trečdalis vaikinių apšaukimą partnerės (-io) atžvilgiu vertina kaip priimtina elgesį situacijose, kai ši (-s) nuolat ginčijasi, kabinėjasi ar elgiasi nepagarbiai (Purvanekienė G., Pečiūrienė J., 2024). Daugiausia jaunuolių, nepriskiriančių tokio elgesio smurtinėms formų, gyvena mieste, beveik perpus mažiau jų gyvena miestelyje, o trečdaliu mažiau – didmiestyje. Tiek merginos, tiek vaikinai rečiausiai persekiojimą, t. y. partnerės (-io) buvimo vietos sekimą ar stebėjimą, atpažįsta kaip smurto formą – tik 47 % respondentų šį elgesį priskiria smurtiniam. Šiek tiek daugiau nei pusė vaikinių (52,1 %) mano, kad partnerės (-io) nurodymai, su kuo galima bendrauti, yra kontroliuojančio elgesio apraiška, tuo tarpu taip manančių merginų yra trečdaliu daugiau (76 %).



1 pav. Elgesys, laikomas smurtiniu ar žalingu romantiniuose santykiuose, pagal lytį

Apibendrinat reikia pažymėti, kad tyrimo rezultatai rodo tendenciją, kad dauguma jaunuolių geba atpažinti fizinio ir psichologinio smurto apraiškas romantiniuose santykiuose, tačiau tam tikros elgesio formos vis dar nėra vienareikšmiškai vertinamos kaip žalingos.

Fizinė agresija yra plačiausiai atpažįstama – ją kaip smurtinį elgesį vertina reikšminga dauguma respondentų, ypač merginos. Vis dėlto nerimą kelia tai, kad maždaug vienas iš dešimties vaikinių fizinės agresijos apraiškų nepriskiria smurtiniams elgesio modeliams. Psichologinio smurto formos, tokios kaip šaukimas, įžeidinėjimai ar partnerio kontrolė, taip pat dažnai atpažįstamos, tačiau tarp lyčių išlieka reikšmingas skirtumas – vaikinai šias apraiškas toleruoja dažniau nei merginos.

Ypač sunkiai jaunuolių atpažįstama smurto forma yra persekiojimas. Partnerio kontrolė, pavyzdžiui, nurodymas, su kuo galima bendrauti, taip pat vertinama nevienodai: tik pusė vaikinių šį elgesį priskiria toksiškoms santykių formoms, o taip manančių merginų yra gerokai daugiau. Jaunimo apklausos duomenys rodo, kad nors bendras smurto atpažinimo lygis yra aukštas, tam tikros smurtinio elgesio formos išlieka menkiausiai identifikuojamos ir vis dar yra normalizuojamos, ypač tarp vaikinių. Tai išryškina poreikį stiprinti švietimą apie psichologinį smurtą ir kontrolės apraiškas, kurios dažnai nėra aiškiai atpažįstamos, tačiau daro reikšmingą žalą santykių kokybei ir emocinei gerovei.

Jaunuolių nuostatos apie žalingus santykius

Romantiniai santykiai jaunimo gretose dažnai yra veikiami stereotipinių nuostatų ir mitų, kurie gali lemti smurto toleravimą ar net pateisinimą. Atlikto tyrimo duomenys atskleidė, kad ryškiausias lyčių nuomonių skirtumas pasireiškė vertinant partnerės (-io) smurtinio elgesio atleidimo galimybę situacijoje, kai smurtas buvo panaudotas pirmą kartą ir po jo smurtavęs asmuo atsiprašė. Šiai nuostatai pritarė tik 8 % merginų, kai vaikinių – net 38 %, o tai rodo, kad beveik penkis kartus daugiau vaikinių nei merginų linkę toleruoti smurtines apraiškas romantiniuose santykiuose.

Analizuojant skirtumus pagal gyvenamąją vietą, nustatyta, kad beveik trečdalis jaunimo, gyvenančio miestuose (31 %), pritarė partnerio (-ės) smurtinio elgesio atleidimui, jei smurtas buvo

panaudotas pirmą kartą ir po jo atsiprašyta. Tuo tarpu didmiesčiuose šiai nuostatai pritarė 20 %, o miesteliuose – 21 % respondentų. Pažymėtina, kad šiuo klausimu lyčių skirtumas ryškesnis: tik 8 % merginų, gyvenančių didmiestyje, pritarė partnerio (-ės) smurtinio elgesio atleidimui, kai vaikinių pritarimas buvo beveik penkis kartus didesnis ir siekė 38 %. Panašūs lyčių skirtumai užfiksuoti ir miestuose bei miesteliuose (žr. 4 lentelę).

4 lentelė. Atsakymai į teiginį „Jei partnerė (-is) kartą panaudojo smurtą, bet atsiprašė, ji (-s) nusipelno atleidimo“ pagal lytį ir gyvenamąją vietą, %

	Sutinku ar visiškai sutinku		Nesutinku ar visiškai nesutinku		Nežinau	
	Mergina	Vaikinas	Mergina	Vaikinas	Mergina	Vaikinas
Didmiestis	8	38	81	39	11	21
Miestas	22	43	60	36	17	20
Miestelis	13	39	76	38	11	24

Kitas reikšmingas lyčių skirtumas išryškėjo vertinant nuostatą, susijusią su smurtą patyrusio asmens kaltinimu dėl patirtos situacijos. Remiantis Eurobarometro (2024) duomenimis, 43 % ES gyventojų nesutinka su teiginiu, kad moterys, dalindamosi savo intymiomis nuotraukomis, yra bent iš dalies atsakingos už tai, jei šiais atvaizdais vėliau dalijamasi internete be jų sutikimo. Daugiausia šiam teiginiui pritariančių respondentų užfiksuota Latvijoje (74 %) ir Lietuvoje (70 %). Be to, vidutiniškai aštuoni iš dešimties respondentų (79 % ES ir 82 % Lietuvoje) laikė nepriimtiniu vyro siekį kontroliuoti partnerės veiklą bei bendravimą su kitais (pvz., naudojimąsi mobiliuoju telefonu, veiklą socialiniuose tinkluose ir pan.).

Atliktos jaunimo apklausos „Meilės mitai: jaunuoliai žalinguose santykiuose“ rezultatai iš dalies sutampa su Eurobarometro (2024) tyrimo duomenimis. Tyrimas atskleidė, kad reikalingas nuoseklus jaunimo švietimas apie tai, jog smurtą patyręs asmuo nėra atsakingas už patirtą smurtą. Apklausos duomenimis, 60 % vaikinių teigė manantys, kad asmenys, kurie lieka smurtiniuose santykiuose, patys yra kalti, kai tokią pačią nuostatą išreiškė kiek daugiau nei 36 % merginų (žr. 3 lentelę). Reikšmingų skirtumų pagal gyvenamąją vietą nenustatyta, išskyrus tai, kad didmiesčiuose gyvenančiųjų dalis, kaltinanti smurtą patyrusiuosius (50 %), buvo šiek tiek didesnė nei gyvenančių miestuose ir miesteliuose (po 44 %).

Dauguma jaunuolių (89 % merginų ir 73 % vaikinių) nepritarė teiginiui, kad šaukimas ir įžeidinėjimai yra normali santykių dalis (žr. 5 lentelę), ir šiuo klausimu nenustatyta skirtumų pagal gyvenamąją vietą. Šią tendenciją patvirtina ir 1 paveiksle pateikti duomenys, rodantys, kad 84,7 % merginų ir 66,5 % vaikinių tokį elgesį priskiria smurtui. Nedidelis neatitikimas tarp šių rezultatų galėjo susidaryti todėl, kad dalis jaunuolių nelaiko šaukimo ir įžeidinėjimų priimtiniu elgesiu santykiuose, tačiau jų taip pat nepriskiria smurtinėms apraiškoms.

Aiškinantis jaunimo nuostatas dėl partnerės (-io) telefono tikrinimo (žr. 5 lentelę), nustatyta, kad vaikinai yra labiau linkę toleruoti elgesį, kai poroje tikrinamas vienas kito telefonas, t. y. pažeidžiama asmeninė erdvė ir ribos. Apklausos rezultatai rodo, kad net 41 % vaikinių normalizuoja šį elgesį, kai merginų – 27 %. Dauguma jaunuolių, gyvenančių didmiesčiuose (63 %), nepritarė nuostatai, kad partnerio (-ės) telefono tikrinimas yra priimtina sveikų santykių apraiška, tačiau miestuose ir miesteliuose taip manančiųjų buvo mažiau (atitinkamai 47 % ir 51 %).

Tolygiai pasiskirstė merginų ir vaikinių nuomonės dėl vadinamosios „meilės mito“ nuostatos, kad partnerio (-ės) pavyduliavimas rodo rūpestį santykiais: šiam teiginiui pritarė 44 % merginų ir 45 %

vaikinių (žr. 5 lentelę). Vis dėlto vaikinių grupėje buvo daugiau abejojančiųjų (22 %, palyginti su 14 % merginų). Taip pat nustatyta, kad merginos dažniau nei vaikinai nepritarė šiai nuostatai (atitinkamai 42 % ir 33 %). Pagal gyvenamąją vietą išryškėjo tendencija, jog didmiesčiuose gyvenantys jaunuoliai (44 %) dažniau nepritarė teiginiui, kad pavyduliavimas rodo rūpestį santykiais, nei miestų (31 %) ir miestelių (36 %) gyventojai.

5 lentelė. Nuostatos apie žalingus romantinius santykius pagal lytį, %

	Sutinku ar visiškai sutinku		Nesutinku ar visiškai nesutinku		Nežinau	
	Mergina	Vaikinas	Mergina	Vaikinas	Mergina	Vaikinas
Jei tu pavydi partnerės (-io), reiškia, kad tau tikrai rūpi santykiai	44	45	42	33	14	22
Normalu, kad pora tikrina viena (s) kito (s) telefonus	27	41	61	46	12	13
Šaukimas ar įžeidinėjimas ginčų metu yra normali romantinių santykių dalis	7	16	89	73	4	11
Jei partnerė (-is) kartą panaudojo smurtą, bet atsiprašė, ji (-s) nusipelno atleidimo	12	40	76	38	12	22
Tie, kurie lieka smurtiniuose santykiuose, yra iš dalies patys kalti	36	60	58	28	7	12

Atlikto tyrimo „Meilės mitai: jaunuoliai žalinguose santykiuose“ metu taip pat siekta nustatyti priežastis, dėl kurių, respondentų nuomone, žmonės nenutraukia žalingų ar smurtinių santykių. Nors kiekvienis santykiai yra unikalūs, toksiškiems santykiams visuomet yra būdingas sąmoningas siekis paveikti ir kontroliuoti savo partnerę (-į). Siekiant išsiaiškinti jaunimo nuomonę apie tokio pobūdžio santykius, respondentų buvo prašoma įvertinti įvairias jų apraiškas: nepasitikėjimą partnere (-iu), bendravimo su draugais ar artimaisiais ribojimą, pavydą, asmeninių ribų peržengimą, spaudimą, dominavimą, pašaipas ir kritiką, bauginimą.

Tyrime dalyvavusių respondentų atsakymai dėl priežasčių, kodėl smurtiniai santykiai nėra nutraukiami, rodo, kad didelė dalis jaunuolių linkę vadovautis mitais, jog partneris (-ė) laikui bėgant pasikeis arba kad jie patys gali pakeisti partnerio (-ės) elgesį. Tyrimo duomenys taip pat atskleidė, kad merginos dažniau nei vaikinai pateikė nuomonę apie priežastis, dėl kurių žmonės nepalieka žalingų romantinių santykių (žr. 2 pav.).

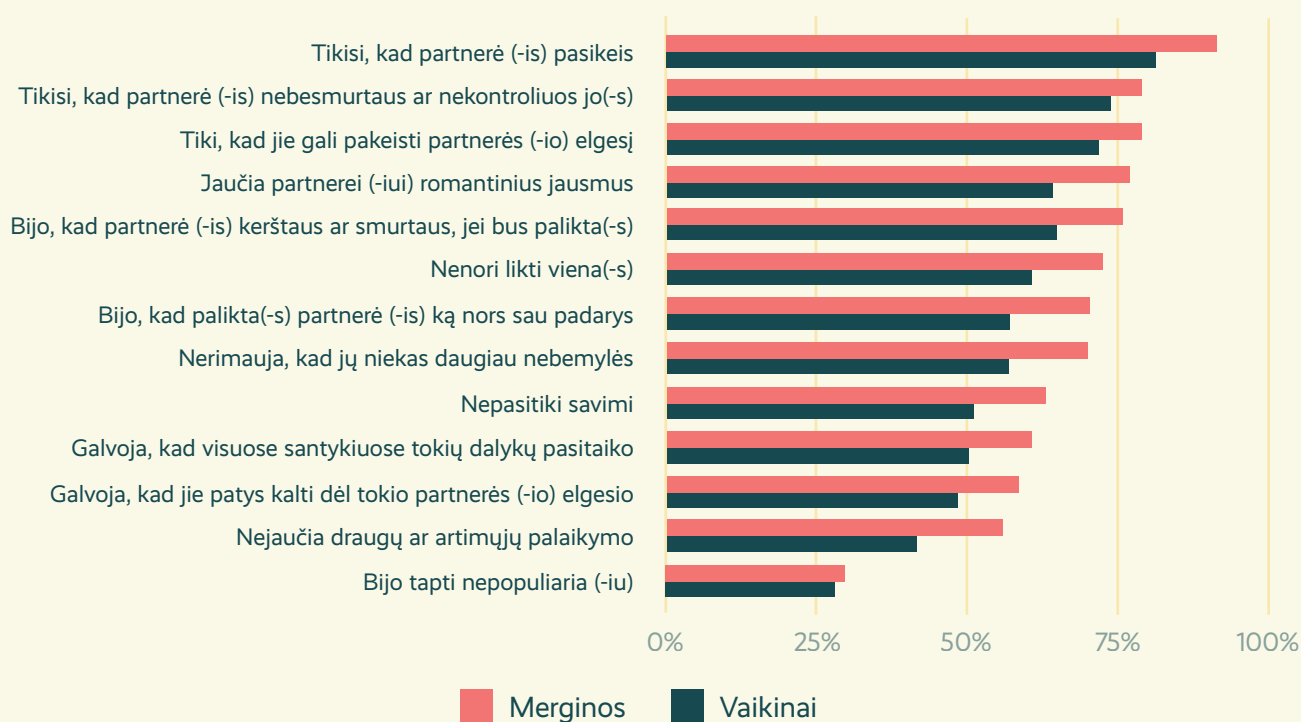
Absoliuti dauguma merginų (91,3 %) ir dauguma vaikinių (81,4 %), tiki mitu, kad partnerė (-is) gali pasikeisti ir ateityje nesmurtauti. Panaši dalis jaunuolių taip pat pritarė teiginiui, kad jie patys gali pakeisti smurtaujančių partnerių elgesį (78,7 % merginų ir 71,6 % vaikinių).

Kitu mitu, kad partneris ateityje nebesmurtaus ar nebekontroliuos, tiki 78,7 % merginų ir 74 % vaikinių. Reikšminga dalis respondentų taip pat išreiškė baimę, jog partnerė (-is) gali kerštauti ar smurtauti, jei būtų palikta (-s). Šie rezultatai rodo neigiamas tendencijas jaunimo romantinių santykiuose: iš esmės tai atskleidžia, kad romantiniai santykiai jaunimo tarpe nėra sveiki, nes dauguma mano, kad santykių nutraukimas gali kelti keršto ar smurto riziką (taip mano 75,7 % merginų ir 65,1 % vaikinių). Tad kyla klausimas, kokia šių negastavimų kilmė, ir tai dar kartą patvirtina, kad jaunimui trūksta švietimo apie sveikus santykius. Be to, 60,7 % merginų ir 50,2 % vaikinių normalizuoja smurtinius santykius, manydami, jog visuose santykiuose tokių dalykų pasitaiko.

Nemaža dalis jaunuolių nurodė, kad asmenys nesiryžta išeiti iš smurtinių santykių dėl nepasitikėjimo savimi (63,1 % merginų ir 51,2 % vaikų). Su tuo glaudžiai susijęs ir įsitikinimas, kad jų daugiau niekas nemylės – šiai nuostatai dažniau pritarė merginos (69,9 %), palyginti su vaikais (56,7 %). Jaunuoliai taip pat išreiškė baimę, kad, išsiskyrus su smurtaujančiu partneriu, jie nesusilauks draugų ar artimųjų palaikymo. Tai leidžia manyti, jog visuomenės požiūris „geriau smurtaujantis partneris nei joks“ gali daryti įtaką sprendimui pasilikti smurtiniuose santykiuose. Svarbu pažymėti, kad ženkliai didesnė dalis merginų (56 %) nei vaikų (36,7 %) išreiškė nerimą nesulaukti palaikymo.

Šie jaunimo apklausos rezultatai rodo visuomenės nuostatų kaitos būtinybę, nes smurtą patyręs asmenys ir taip dažnai vengia ar bijo kreiptis pagalbos. Tai gali būti siejama su tendencija kaltinti ne smurtautoją, o smurtą patyrusį asmenį, nors už smurtinį elgesį atsakingas yra pats smurtautojas. Tyrimo duomenimis, net šešios iš dešimties merginų ir beveik penki iš dešimties vaikų kaltina save dėl smurtinio partnerės (-io) elgesio.

Tyrimo duomenys atskleidė, kad net 72,4 % merginų ir 60,5 % vaikų nesiskiria su toksišku ar smurtaujančiu romantiniu partneriu, nes nenori likti viena (-s). Beveik trečdalis respondentų nurodė, jog nenutraukia smurtinių santykių dėl baimės tapti nepopuliaria (-iu), ir šiuo klausimu nustatytas mažiausias lyčių nuomonių skirtumas. Būtent šie apklausos rezultatai rodo jaunuolių, ir ypač merginų, itin žemą savivertę romantinių santykių kontekste.



2 pav. Priežastys dėl kurių nepalieka smurtinių santykių, pagal lytį, %

Analizuojant duomenis pagal gyvenamąją vietą, pastebimi nežymūs skirtumai, išskyrus kelis aspektus, kurie išryškėja tam tikrose emocinio saugumo ir savivertės srityse. Miestų gyventojai dešimtadaliu rečiau nurodė nepasitikintys savimi ir tiek pat mažiau jų pažymėjo, kad nejaučia draugų palaikymo, palyginti su kitų vietovių gyventojais. Miestų gyventojai taip pat rečiau linkę kaltinti save dėl smurtinio partnerės (-io) elgesio – taip mano 48 % miestų gyventojų, 54 % miestelių gyventojų ir 59 % didmiesčių gyventojų. Šie duomenys leidžia daryti prielaidą, kad jei asmenys pasitiki savimi ir jaučia emocinį palaikymą iš kitų, jie mažiau linkę manyti, kad yra patys kalti dėl patiriamo smurto santykiuose.

Apklaustieji taip pat patys nurodė priežastis, dėl kurių asmenys nepalieka žalingų romantinių santykių. Šios priežastys dažniausiai susijusios su ekonomine priklausomybe, informacijos apie sveikus santykius stoka, nepasitikėjimu savimi ir baime keisti esamą situaciją. Pavyzdžiui, respondentai pažymėjo: „Tapo finansiškai priklausomas, pvz., kartu nuomavosi butą, ir dabar bijo išsikraustyti arba neturi kur išsikraustyti“, „Pinigai“. Tokie atsakymai rodo, kad materialiniai aspektai gali tapti kliūtimi nutraukti žalingus romantinius santykius.

Informacijos apie sveikus santykius trūkumas taip pat išryškėjo kaip reikšmingas veiksnys: „Prisirišimas yra vienas iš faktorių, meilė nebūtina, tačiau pripratimas yra daug galintis“, „Yra labai stipriai manipuliuojamas antros pusės“, „Tai viskas, ką jie žino“. Šie atsakymai atskleidžia, kad kai kurie jaunuoliai neturi alternatyvių žinių ar patirties, leidžiančios atpažinti nesveikus santykius ir priimti sprendimą juos nutraukti.

Nepasitikėjimas savimi ir pokyčių baimė taip pat buvo įvardyti kaip svarbios priežastys: „Prisitaiko prie aplinkybių ir taip yra patogiau nei užmegzti naujus romantinius santykius su naujais žmonėmis“. Tai rodo, kad emocinis komfortas ir baimė dėl nežinomybės gali trukdyti priimti sprendimą nutraukti žalingus santykius.

Iškalbingas vieno respondento komentaras:

„Priklausau nuo pačio žmogaus, kuris turi partnerį(-ę). Jeigu pats žmogus savęs negerbia, t. y. nepasitiki savo gebėjimais, nežino savo vertės ar neturi 'limitų', tas žmogus ir pasiliks su žalingu partneriu, nes jis mato tik to partnerio gerąsias puses, o blogųjų pusių arba nemato, arba ignoruoja, gyvena netikroje realybėje.“ Šis atsakymas atskleidžia gilų psichologinį mechanizmą, kai žema savivertė ir emocinis prisirišimas lemia pasilikimą žalinguose santykiuose, nepaisant jų neigiamo poveikio.

Apklaustos rezultatai rodo, kad nors dauguma jaunimo atpažįsta smurtinį elgesį ir jį vertina neigiamai, vis dar gajūs mitai ir stereotipai, kurie trukdo smurtą romantiniuose santykiuose patiriantiems asmenims nutraukti žalingus santykius. Tyrimo duomenys atskleidė, kad vaikinai dažniau nei merginos pateisina smurtą, o gyvenamoji vieta daro įtaką požiūriui į kontrolės ir pavydo apraiškas santykiuose. Dalis jaunuolių kaltina save dėl patiriamo smurto, bijo likti vieni ar nesulaukti palaikymo, o tai leidžia daryti prielaidą apie žemą savivertę ir emocinio saugumo stoką.

Apibendrinant, nurodytos priežastys patvirtina hipotezę, kad jaunimui trūksta švietimo apie sveikus santykius, artimų žmonių palaikymo ir kritinio visuomenės mąstymo, kuris leistų identifikuoti smurtautoją kaip atsakingą už smurtą, o ne auką.

Nuostatų formuotojai

Siekiant nustatyti veiksnius, darančius įtaką jaunuolių nuostatoms apie meilę ir romantinius santykius, bei šaltinius, kurie palaiko su jais susijusius mitus, tyrimo „Meilės mitai: jaunuoliai žalinguose santykiuose“ metu respondentų buvo prašyta įvertinti žiniasklaidos ir socialinių tinklų vaidmenį. Tyrimo duomenys atskleidė bendrą tendenciją, kad merginos dažniau nei vaikinai pritarė pateiktiems teiginiams. Vis dėlto šis skirtumas labiau sietinas ne su didesne vaikinių nepriitariančiųjų dalimi, bet su tuo, kad reikšmingai daugiau vaikinių nei merginų pasirinko atsakymo variantą „Nežinau“, ypač vertindami smurtą, matytą ar matomą tėvų šeimose, ir išsakydami nuomonę ar populiarūs asmenys įžymybės bei nuomonės formuotojai toliau laikomi romantiškais ir išlieka populiarūs po to, kai viešai demonstravo smurtinius ar žalingus romantinius santykius.

Ženkli dauguma jaunuolių (81 % merginų ir 66 % vaikinių) pritarė, kad filmai, serialai ir muzika formuoja žmonių įsivaizdavimą, kokia turi būti meilė ir romantiniai santykiai (žr. 4 lentelę). Tai leidžia daryti prielaidą, jog medijų turinys, palaikantis meilės mitus, formuoja atitinkamas auditorijos nuostatas, įskaitant ir nuomonę, kad smurtą patyrę asmenys yra patys atsakingi už tai, kas jiems nutiko. Jaunuolių nuomonės šiuo klausimu skyrėsi pagal gyvenamąją vietą: pritarimą dažniausia

išreiškė didmiesčių gyventojai (85 %), rečiau miestų (71 %) ir miestelių jaunimas (68 %).

Kitas daugiausia pritarimo sulaukęs teiginys, kad socialiniai tinklai ir žiniasklaida formuoja asmenų lūkesčius apie meilę ir romantinius santykius. Šiai nuostatai pritarė 78 % merginų ir 60 % vaikų. Rezultatai taip pat parodė skirtumus pagal gyvenamąją vietą: didmiesčiuose pritarusiųjų buvo daugiausia (80 %), o miestuose (64 %) ir miesteliuose (65 %) jų dalis buvo mažesnė. Reikšmingesnis lyčių skirtumas išryškėjo tarp didmiesčių gyventojų – šiam teiginiui pritarė 89 % merginų ir tik 68 % vaikų.

Kiek mažiau apklaustųjų pritarė teiginiui, kad jaunuoliai smurtinį elgesį mato savo šeimos narių santykiuose. Šiam teiginiui pritarė beveik trečdaliu daugiau merginų (75 %) nei vaikų (49 %). Labiausiai tokią nuomonę palaikė didmiesčiuose gyvenantis jaunimas (73 %) ir rečiau – miesteliuose (62 %) bei miestuose (57 %) gyvenantys respondentai. Taip pat nustatyti ganėtinai žymūs lyčių nuomonių skirtumai: didmiesčiuose tam pritaria dauguma merginų (85 %) ir kiek daugiau nei pusė vaikų (54 %), o miestuose ir miesteliuose tokių vaikų mažiau (atitinkamai 46 % ir 47 %), ir ypač mažiau merginų (atitinkamai 69 % ir 47 %).

Labai panaši apklaustųjų dalis pritarė teiginiui, kad socialiniai tinklai ar žiniasklaida palaiko mitus apie romantinius santykius – taip manė 78 % merginų ir 60 % vaikų. Nuomonę, kad šie kanalai dažnai romantizuoja toksišką elgesį romantiniuose santykiuose, palaikė 68 % merginų ir 54 % vaikų, o teiginiui, kad socialiniai tinklai ar žiniasklaida kartais skatina žalingus ir kontroliuojančius romantinius santykius, pritarė 66 % merginų ir 56 % vaikų. Nuomonės dėl šių dviejų teiginių tarp gyvenančių skirtingo dydžio miestuose skyrėsi kaip ir prieš tai teiginyje – juos mažiau palaiko vaikinai, gyvenantys miestuose ir miesteliuose, lyginant su didmiesčiuose gyvenančiais vaikinais.

Remiantis tyrimo rezultatais, galima daryti prielaidą, jog jaunuoliai yra pakankamai atlidūs nuomonės formuotojams ir populiariems asmenims, net jei šie demonstravo smurtinius ar žalingus romantinius santykius. Vaikų atsakymai pasiskirstė apylygiai tarp pritariančių, nepritariančių ir neapsisprendusių grupių. Tuo tarpu merginų nuomonės pasiskirstė aiškiau: beveik pusė (48 %) pritarė nuomonei, kad nuomonės formuotojai išlieka populiariūs, net jei demonstravo smurtinį elgseną santykiuose, 35 % nepritarė, o 17 % neturėjo nuomonės. Pagal gyvenamąją vietą ryškiausi skirtumai nustatyti tarp didmiesčių jaunimo: čia 51 % pritarė, o 31 % nepritarė. Miestuose šis pasiskirstymas buvo tolygesnis (atitinkamai 44 % ir 34 %), o miesteliuose nuomonės pasidalijo beveik po lygiai (žr. 6 lentelę).

Taip pat nustatyti nuomonių skirtumai pagal gyvenamosios vietovės dydį ir respondento lytį. Daugiau nei pusė didmiesčio gyventojų merginų (59 %) pritarė teiginiui, kad nuomonės formuotojai, net ir demonstruodami smurtinį elgesį, išlieka populiariūs, kai taip manančių vaikų dalis yra 40 %. Lyčių skirtumas mažėjo gyvenamosios vietovės gyventojų skaičiui mažėjant: miestų gyventojų grupėje šiam teiginiui pritarė 48 % merginų ir 39 % vaikų, o miesteliuose – 38 % merginų ir 28 % vaikų.

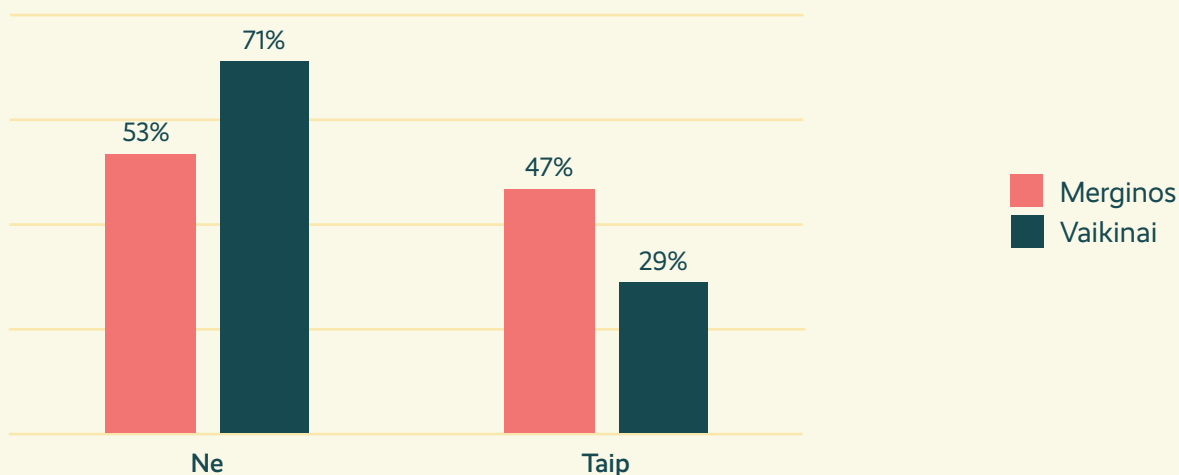
Apibendrinant šiuos tyrimo rezultatus, galima daryti išvadą, kad jaunuoliai, gyvenantys didmiesčiuose, geriau supranta medijų – žiniasklaidos, socialinių tinklų, filmų ir kt. – daromą įtaką romantinių santykių suvokimui.

4 lentelė. Atsakymai į teiginį „Jei partnerė (-is) kartą panaudojo smurtą, bet atsiprašė, ji (-s) nusipelno atleidimo“ pagal lytį ir gyvenamąją vietą, %

	Sutinku ar visiškai sutinku		Nesutinku ar visiškai nesutinku		Nežinau	
	Mergina	Vaikinas	Mergina	Vaikinas	Mergina	Vaikinas
Filmų, serialų ir muzika formuoja mūsų įsivaizdavimą kokia turi būti meilė ir romantiniai santykiai	81	66	10	14	8	20
Socialiniai tinklai ir žiniasklaida formuoja mūsų lūkesčius apie meilę ir romantinius santykius	78	60	14	20	8	20
Nepaisant to, kad kai kurie populiariūs asmenys ar nuomonės formuotojai demonstravo smurtinius ar žalingus romantinius santykius, jie vis tiek yra laikomi romantiškais ir išlieka populiariūs	48	36	35	34	17	31
Socialiniai tinklai ar žiniasklaida dažnai romantizuoja toksišką elgesį romantiniuose santykiuose	68	54	19	24	13	22
Socialiniai tinklai ar žiniasklaida kartais skatina žalingus ir kontroliuojančius romantinius santykius	66	56	19	23	16	21
Jaunuoliai smurtinį elgesį mato savo šeimos narių santykiuose	75	49	7	19	19	31

Reakcija į nesveikų santykių apraiškas

Tyrimo „Meilės mitai: jaunuoliai žalinguose santykiuose“ metu buvo siekta nustatyti, kaip jaunuoliai reaguoja į smurtinių santykių apraiškas tarp draugų porų. Rezultatai atskleidė, kad beveik pusė apklaustų merginų (47 %) ir trečdalis vaikų (29 %) yra pastebėję smurtinius ar žalingus santykius draugų porose (3 pav.). Šis skirtumas gali būti aiškinamas tuo, jog merginos dažniau nei vaikinai smurtinius poros santykius vertina kaip nesveikus, todėl dažniau atpažįsta tokio elgesio apraiškas draugų romantiniuose santykiuose.



3 pav. Mačiusieji smurtinius santykius draugų porose, pagal lytį, %

Analizuojant rezultatus pagal gyvenamąją vietą nustatyta, kad smurto apraiškas romantiniuose draugų santykiuose dažniau pastebėjo respondentai, gyvenantys didmiesčiuose (42 %), rečiau – miesteliuose (39 %) ir mažiausiai – miestuose (36 %). Miesteliuose gyvenančios merginos (47 %) dvigubai dažniau nei vaikinai (24 %) atpažino žalingus santykius draugų porose. Didmiesčiuose ir miestuose gyvenančių merginų ir vaikinių atsakymų skirtumas siekė 15 %.

Jaunimo apklausos metu buvo siekiama išsiaiškinti, ar jaunuoliai reaguoja pastebėję žalingus santykius draugų porose. Respondentų, kurie nurodė matę smurtinį ar žalingą elgesį draugų romantiniuose santykiuose, buvo papildomai klausiama, ar jie į tokią situaciją reagavo aktyviai. Šio tyrimo kontekste aktyvus reagavimas ar prevencinis veikimas apėmė tokį elgesį:

1. Pasakėte draugei (-ui), jog jums atrodo, kad draugės (-o) santykiai yra žalingi.
2. Įsikišote, kai draugė (-as) patyrė smurtą ar partnerės (-io) kontrolę.
3. Pranešėte vyresniam asmeniui ar pagalbos institucijoms, kad draugė (-as) patyrė smurtą.

Dėl, respondentų manymu, draugų žalingų romantinių santykių labiau nerimavo merginos (93 %) nei vaikinai (79 %). Pagal gyvenamąją vietą daugiau nerimavusiųjų buvo tarp didmiesčių ir miestelių (po 93 %) jaunimo, o mažiausiai – tarp miestuose gyvenančiųjų (69 %). Kiek mažesnė dalis respondentų nurodė, kad pasakė savo draugei (-ui), jog jiems atrodo, kad draugės (-o) santykiai yra žalingi – taip pasielgė 88 % merginų ir 74 % vaikinių. Merginų atsakymuose reikšmingų skirtumų pagal gyvenamąją vietą nenustatyta, tačiau vaikinių grupėje jie ryškūs – didmiesčiuose 82 % vaikinių pasikalbėjo su smurtiniuose santykiuose esančia (-iu) drauge (-u) ar aktyviai į tai reagavo, miestuose tokių buvo 67 %, o miesteliuose – 65 %.

Dar mažesnė jaunuolių dalis nurodė įsikišę, kai draugė (-as) patyrė smurtą ar kontrolę. Taip pasielgė daugiau nei pusė merginų (59 %), bet mažiau nei pusė vaikinių (42 %). Pagal gyvenamąją vietą nustatyta, kad miestuose (50 %) ir miesteliuose (47 %) gyvenantys vaikinai dažniau imdavosi prevencijos veiksmų nei didmiesčiuose gyvenantys vaikinai (36 %). Lyčių skirtumas priklausomai nuo gyvenamosios vietos yra nereikšmingas.

Lyginant su kitomis aktyvaus reagavimo formomis, mažiausia dalis jaunuolių pranešė vyresniam asmeniui ar pagalbos institucijoms apie draugės (-o) patirtą smurtą – taip elgėsi 24 % merginų ir 13 % vaikinių. Vis dėlto šie rezultatai rodo, kad net ketvirtadalis merginų yra linkusios aktyviai reaguoti ir pranešti vyresniems asmenims ar institucijoms, siekdamas padėti smurtiniuose santykiuose esančioms (-tiems) draugėms (-ams).

Analizuojant skirtumus pagal gyvenamąją vietą, nustatyta, kad prevencijos veiksmų dažniau ėmėsi miestelių (24 %) ir miestų (23 %) nei didmiesčių (18 %) gyventojai. Taip pat pažymėtina, kad didmiesčiuose institucijoms apie draugės (-o) patiriamą smurtą praneštų vienodas vaikinių ir merginų skaičius (po 18 %), kai tarp miestuose ir miesteliuose gyvenančių respondentų išryškėjo žymus lyčių skirtumas. Trečdalis miestuose gyvenančių merginų (30 %) ir penkis kartus mažiau vaikinių (8 %) praneštų vyresniam asmeniui ar pagalbos institucijoms, o miesteliuose – 28 % merginų ir 6 % vaikinių. Tai rodo, kad miestų ir miestelių vaikinai kreiptųsi į institucijas dėl draugės (-o) patiriamo smurto maždaug dvigubai rečiau nei didmiesčių gyventojai.

Apibendrinant galima teigti, kad nors jaunuoliai dažnai nerimavo dėl nesveikų santykių draugų porose, aktyvių veiksmų ėmėsi tik mažesnė jų dalis, ir kuo prevencinis veiksmas reikalauja aktyvesnio įsitraukimo, tuo rečiau jis atliekamas. Miestuose ir miesteliuose gyvenantys jaunuoliai dažniau nurodė, jog gyvenimo įgūdžių pamokose yra girdėję apie sveikus santykius, tad galima daryti prielaidą, kad būtent dėl šios priežasties didesnė jų dalis ėmėsi aktyvių prevencinių veiksmų pastebėję nesveikų santykių apraiškas draugų porose. Tačiau pažymėtina, kad didmiesčiuose gyvenantys jaunuoliai dažniau nurodė, jog dėl draugės (-o) patiriamo smurto kreiptųsi pagalbos į institucijas ar vyresnius asmenis.

Švietimo apie sveikus tarpusavio santykius svarba

Ankstyvas vaikų ugdymas lyčių lygybės ir nesmurtinių tarpasmeninių santykių srityje yra esminis veiksnys siekiant ilgalaikių pokyčių visuomenėje. Vaikai, jaunuolės ir jaunuoliai turi būti mokomi ne tik atpažinti ir kritiškai vertinti romantinių santykių mitus, pavyzdžiui, įsitikinimą, kad partnerės (-io) elgesį galima pakeisti ar kad tik nepasižymintys kontrole santykiai yra vertingi, bet ir ugdomi kurti lygiaverčius, tarpusavio pagarba grįstus ryšius.

Lietuvoje net 70 % gyventojų mano, kad jaunimą reikėtų daugiau mokyti apie lyčių lygybę. Šiai nuomonei dažniau pritaria moterys (74 %) nei vyrai (66 %). Apklausos duomenys rodo, kad jauni žmonės daugiausiai informacijos apie lyčių lygybę gauna iš socialinių tinklų, o mažiausiai – iš kino, meno ar literatūros (Lygių galimybių kontrolieriaus tarnyba, 2024). Tai leidžia daryti išvadą, kad formalus švietimas šioje srityje vis dar nėra pagrindinis informacijos šaltinis, o tai kelia iššūkių siekiant sisteminio ir nuoseklaus ugdymo šioje srityje.

Analizuojant tyrimo „Meilės mitai: jaunuoliai žalinguose santykiuose“ duomenis, svarbu įvertinti, kiek jaunuoliai buvo supažindinti su sveikų tarpusavio santykių principais bei smurtinio elgesio atpažinimu. Remiantis apklausos duomenimis, kad kiek mažiau nei ketvirtadalis (22 %) apklausoje dalyvavusių 16–22 metų jaunuolių (19 % merginų ir 25 % vaikų) yra dalyvavę mokymuose apie sveikus santykius, vykusiuose mokymo įstaigose. Pažymėtina, kad tokios tematikos mokymuose dalyvavo mažesnė dalis jaunuolių, gyvenančių didmiesčiuose (16 %), lyginant su gyvenančiais miestuose (28 %) ar miesteliuose (25 %).

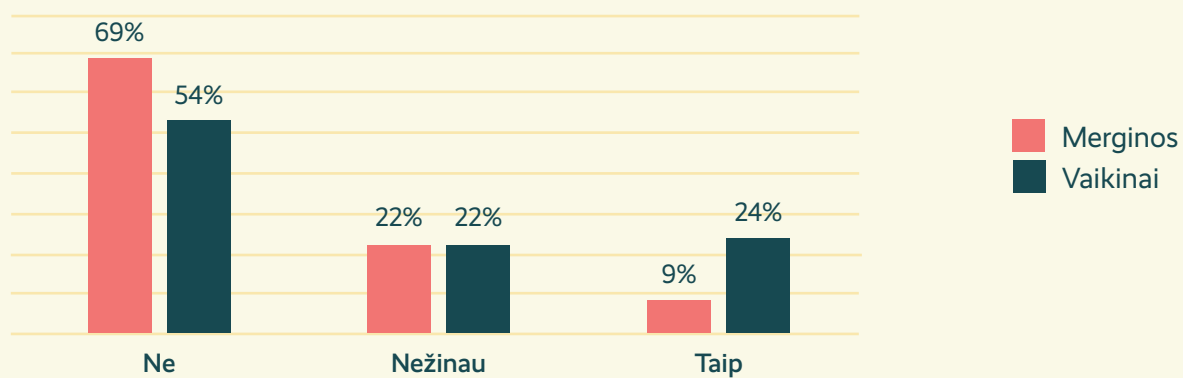
Nors bendras lyčių skirtumas tarp visų respondentų nėra ryškus, analizuojant duomenis pagal gyvenamąją vietą išryškėjo tam tikros tendencijos. Miesteliuose daugiau merginų (11 %) nei vaikų (7 %) dalyvavo mokymuose, kurių metu buvo nagrinėjamos sveikų santykių temos, tuo tarpu miestuose ir didmiesčiuose situacija priešinga – čia didesnė dalis dalyvių buvo vaikinai (atitinkamai 7 % ir 11 %), palyginti su merginomis (4 % ir 5 %). Šie duomenys leidžia daryti prielaidą, kad didesniuose miestuose vaikų švietimui šioje srityje galimai skiriama daugiau dėmesio arba kad merginos ir vaikinai skirtingai interpretuoja, kas priskiriama mokymams apie nesmurtinius santykius.

Atlikta jaunimo apklausa atskleidė, kad daugiau nei pusė respondentų (60 %) mano, jog jaunimui nepakanka švietimo, mokymų apie sveikus, nesmurtinius santykius. Šiai nuostatai pritarė didesnė dalis merginų (67 %) nei vaikų (46 %).

Nagrinėjant rezultatus pagal gyvenamąją vietą išryškėjo reikšmingi skirtumai: didmiesčiuose gyvenantys respondentai (27 %) dažniau nei miestų (11 %) ar miestelių (21 %) gyventojai nurodė, kad mokymų apie sveikus santykius nepakanka. Ryškiausias lyčių skirtumas pastebimas tarp miestelių gyventojų – čia beveik dvigubai daugiau merginų nei vaikų mano, kad tokio švietimo trūksta (žr. 4–6 pav.).

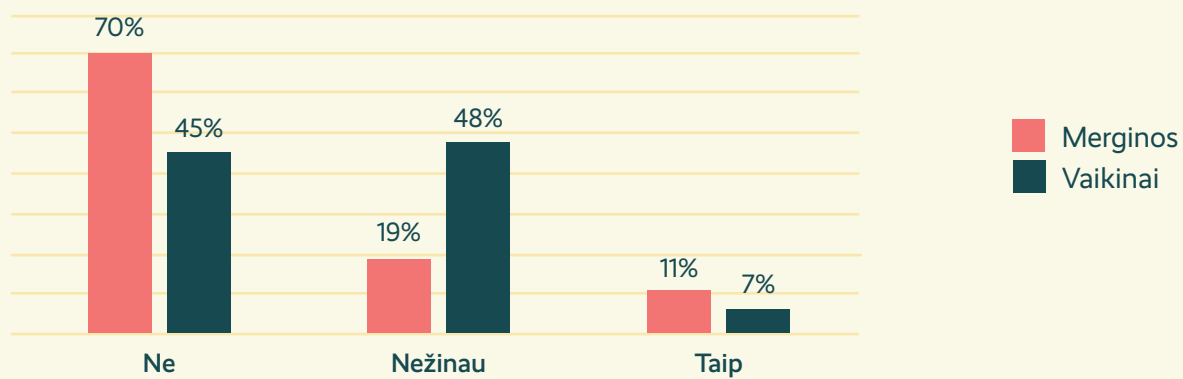
Pastebėtina, kad nors daugiausia merginų, dalyvavusių mokymuose, gyvena miesteliuose, būtent ši grupė taip pat dažniausiai nurodė, jog tokių mokymų nepakanka. Tai leidžia daryti prielaidą, kad jaunuoliai, turėję galimybę dalyvauti švietimo veiklose šia tema, labiau suvokia jų svarbą ir poreikį nei tie, kurie tokios patirties neturėjo.

Didmiestis



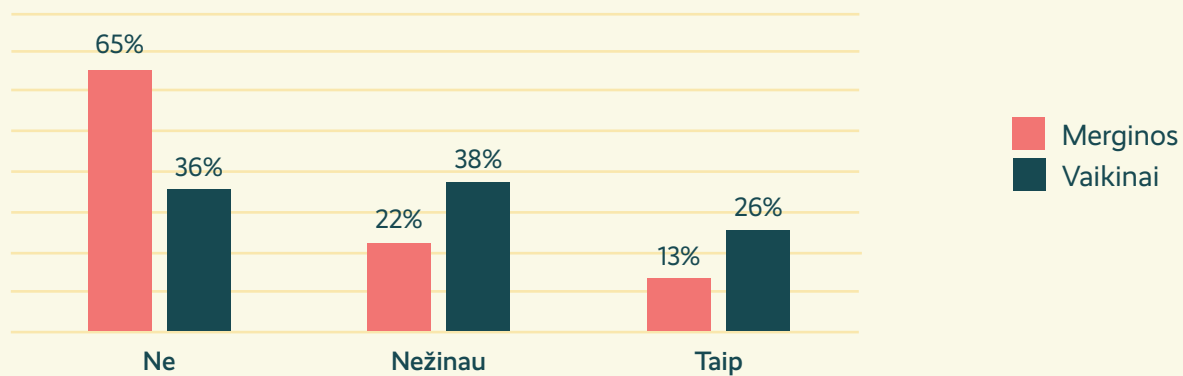
4 pav. Mokymų apie sveikus santykius pakankamumas didmiesčiuose pagal lytį, %

Miestas



5 pav. Mokymų apie sveikus santykius pakankamumas miestuose pagal lytį, %

Miestelis



6 pav. Mokymų apie sveikus santykius pakankamumas didmiesčiuose pagal lytį, %

Būtina atkreipti dėmesį, kad trečdalis apklaustųjų (32 %) mokėsi bendrojo ugdymo įstaigose dar tuo metu, kai gyvenimo įgūdžių ugdymo programa dar nebuvo patvirtinta ir įgyvendinama švietimo įstaigose. Todėl tolesnėje analizėje nagrinėti tik tų jaunuolių atsakymai, kurių mokymosi laikotarpiu gyvenimo įgūdžių ugdymo pamokos jau buvo įtrauktos į ugdymo procesą.

Galima būtų tikėtis, kad ši programa atliepia jaunuolių poreikį gauti žinių apie sveikus tarpusavio santykius. Tačiau net 66 % apklaustųjų nurodė, kad gyvenimo įgūdžių ugdymo pamokose šiai temai aptarti nėra skiriamas dėmesys. Nors lyčių skirtumas šiuo klausimu nėra didelis (taip atsakė 69 % merginų ir 62 % vaikinių), tačiau pagal gyvenamąją vietą jis yra reikšmingas: net 74 % didmiesčiuose ir 75 % miestuose gyvenančių jaunuolių teigė, kad gyvenimo įgūdžių ugdymo pamokose nėra kalbama apie sveikus, nesmurtinius santykius, o taip miesteliuose gyvenančių ir taip manančių jaunuolių buvo gerokai mažiau – 55 %.

Apibendrinant apklausos duomenis, galima daryti išvadą, kad jaunuoliams trūksta švietimo apie sveikus, nesmurtinius santykius, o jų išsakyta nuomonė patvirtina ugdymo šiomis temomis užtikrinimo svarbą ir būtinybę.

IŠVADOS

Apibendrinant mokslinėje literatūroje pateiktus duomenis apie nuostatas ir mitus, susijusius su sveikais romantiniais santykiais, ir atlikto tyrimo „Meilės mitai: jaunuoliai žalinguose santykiuose“, skirto išsiaiškinti jaunimo požiūrį Lietuvoje į šias nuostatas ir mitus bei nustatyti priežastis, dėl kurių jaunuoliai linkę paklusti kontrolei romantiniuose santykiuose, neatsisakyti smurtinių santykių ir juos normalizuoti, rezultatus, galima formuluoti kelias išvadas.

Nors jaunimo gebėjimas atpažinti fizinį ir psichologinį smurtą romantiniuose santykiuose yra pakankamai aukštas, tačiau tyrimo rezultatai atskleidė, kad jaunuoliams trūksta sistemingo ir nuoseklaus švietimo apie sveikus, nesmurtinius santykius bei būdus ir galimybes, kaip nutraukti smurtinius santykius ar padėti iš jų ištrūkti kitiems jaunuoliams. Respondentų nuomonė patvirtino šio ugdymo svarbą ir poreikį. Tyrimo duomenys taip pat parodė, kad merginos dažniau nei vaikinai įvairias smurtinio elgesio formas vertina kaip nesuderinamas su sveikų santykių konceptu ir geriau atpažįsta toksiškus ryšius draugų romantiniuose santykiuose.

1. Nuostatos ir jų formavimas

Apklausos rezultatai parodė, kad dauguma jaunuolių geba atpažinti akivaizdžias smurto formas – šaukimas ir įžeidinėjimai nelaikomi priimtina tarpusavio bendravimo forma (taip mano 89 % merginų ir 73 % vaikinių). Vis dėlto dalis smurto ar kontrolės apraiškų tebėra normalizuojamos, ypač tarp vaikinių. Lyčių skirtumai šiuo klausimu priklausomai nuo gyvenamosios vietos ypač išryškėjo dėl teiginio „Jei partnerė (-is) kartą panaudojo smurtą, bet atsiprašė, ji (-s) nusipelno atleidimo“: su šiuo teiginiu sutiko tik 8 % didmiestyje gyvenančių merginų, palyginus su beveik penkis kartus daugiau (38 %) vaikinių.

Panašiai vaikinai dažniau nei merginos pateisina asmeninės erdvės pažeidimus, tokius kaip partnerio telefono tikrinimas (atitinkamai 41 % ir 27 %). Pastebėti ir respondentų nuomonių skirtumai pagal gyvenamąją vietą: didmiesčių gyventojai dažniau (63 %) nei miestų ar miestelių gyventojai (atitinkamai 47 % ir 51 %) laiko tokį kontroliuojantį elgesį žalingų santykių dalimi.

Tyrimas atskleidė, kad jaunuolių nuostatos apie romantinius santykius dažnai grindžiamos mitais ir stereotipais. Dauguma respondentų pripažįsta, kad žiniasklaida, socialiniai tinklai, filmai ir popkultūra formuoja jų lūkesčius ir nuomonę apie romantinius santykius, kur žalingi santykiai dažnai pateikiami kaip priimtini ar net geidžiami. Daugiau nei pusė merginų ir vaikinių mano, kad socia-

liniai tinklai romantizuoja toksišką elgesį, o populiarūs asmenys, net ir demonstruodami žalingus santykius, išlieka idealizuojami. Šios tendencijos ypač ryškios tarp vaikinių ir mažesniuose miestuose gyvenančių jaunuolių.

2. Priežastys, kodėl jaunuoliai nepalieka žalingų romantinių santykių

Didžioji dauguma jaunuolių tiki mitais apie galimybę pakeisti smurtaujantį partnerį. Net 91,3 % merginų ir 81,4 % vaikinių mano, kad smurtaujantis partneris gali pasikeisti, o beveik tiek pat tiki, kad jie patys gali pakeisti partnerio elgesį. Dauguma jaunuolių tiki ir kitu mitu, kad partneris nustos smurtauti ar kontroliuoti. Šios nuostatos rodo ne tik informacijos trūkumą, bet ir žemą savivertę bei emocinę priklausomybę.

Pažymėtina, kad jaunuoliai dažnai nurodė šias pasilikimo žalinguose santykiuose priežastis: baimę patirti vienetą, keršto grėsmę, socialinio statuso praradimą ar meilės netektį. Ypatingai nerimą kelia ir tai, kad šešios iš dešimties merginų ir beveik penki iš dešimties vaikinių mano, jog smurtą patyrę asmenys yra patys kalti dėl partnerio elgesio. Tai rodo giliai įsišaknijusius stereotipus ir smurtą patyrusių kaltinimo tendencijas. Šios nuostatos kartu su žemu pasitikėjimo savimi lygiu, baime likti vienam ar socialiniu spaudimu lemia tai, kad jaunuoliai pasilieka toksiškuose santykiuose.

Nors dalis jaunuolių pastebi smurtinio elgesio apraiškas savo draugų romantiniuose santykiuose, tik nedidelė jų dalis imasi aktyvių veiksmų. Pastebėta, kad kuo aktyvesnės intervencijos reikalauja situacija, tuo mažiau jaunuolių ryžtasi ją įgyvendinti, o tai atskleidžia ne tik žinių, bet ir įgalinimo stoką.

3. Švietimo svarba

Tyrimo rezultatai atskleidė akivaizdžią jaunimo švietimo apie sveikus, nesmurtinius santykius stoką, o respondentų nuomonė patvirtino šio ugdymo svarbą ir būtinybę. Pažymėtina ir tai, kad dauguma jaunuolių, į kurių bendrojo ugdymo procesą buvo integruota ir gyvenimo įgūdžių pamoka, teigė, jog jos metu sveikų ir nesmurtinių santykių temos nebuvo nagrinėjamos.

Dauguma apklaustųjų (60 %) nurodė, kad švietimo šiomis temomis nepakanka, ir kiek mažiau nei ketvirtadalis jaunuolių nurodė dalyvavę mokymuose apie sveikus santykius. Ši nuomonė vyravo tarp merginų ir didmiesčių gyventojų. Ženkliai daugiau gyvenančių didmiestyje (27 %) nei gyvenančių mieste (11 %) ar miestelyje (21 %) mano, kad mokymų šia tematika nepakanka. Reikšmingiausias lyčių skirtumas užfiksuotas tarp miestelių gyventojų – čia beveik dvigubai daugiau merginų nei vaikinių mano, kad švietimo apie sveikus santykius trūksta. Pastebėtina, kad tokie mokymai dažniau vyksta miestelių mokyklose (19 %), palyginti su didmiesčių (9 %) ar miestų (5 %) švietimo įstaigomis. Be to, miestelių jaunuoliai dažniau nei kitų vietovių gyventojai imasi aktyvių veiksmų pastebėję žalingus santykius draugų porose, kas leidžia daryti prielaidą apie teigiamą švietimo poveikį.

Ypač svarbu pabrėžti, kad švietimas atlieka ne tik informacinę, bet ir vertybinę funkciją – jis padeda keisti stereotipinio požiūrio, jog smurtą patyręs asmuo yra kaltas dėl patirtos prievartos, keitimo. Ugdymas turi formuoti nuostatą, kad atsakomybė už smurtinius veiksmus visada tenka smurtautojui, nes tai yra būtina sąlyga siekiant ilgalaikių pokyčių visuomenėje.

Įvertinant tyrimo rezultatus, rekomenduojama stiprinti tiek formalųjį, tiek neformalųjį švietimą apie nesmurtinius santykius, ypač didmiesčiuose ir miestuose, taip pat skirti daugiau dėmesio kibernetinio smurto socialiniuose tinkluose ir persekiojimo atpažinimui.

ŠALTINIAI

European Commission, 2024. Eurobarometer: Gender stereotypes. Violence against women.

Prieiga: [Gender stereotypes - Violence against women - November 2024 - - Eurobarometer survey](#)

Lygių galimybių kontrolieriaus tarnyba, 2024. Lyčių nelygybė Lietuvoje: reprezentatyvi visuomenės nuomonės apklausa.

Prieiga: <https://lygybe.lt/tyrimai/lyciu-nelygybe-lietuvoje-reprezentatyvi-visuomenes-nuomones-apklausa-2024/>

Purvaneckienė G., Pečiūrienė J., 2024. Kiekybinio tyrimo „Sveiki romantiniai santykiai“ ataskaita.

Prieiga: https://www.specializuotospagalboscentras.lt/wp-content/uploads/2025/01/2.-Kiekybinio-tyrimo_Sveiki-romantiniai-santykiai_ataskaita.pdf

PRIEDAS. Klausimynas „Meilės mitai: jaunuoliai žalinguose santykiuose“

K1. Ar sutinkate dalyvauti tyrime?

- ☐ Taip
- ☐ Ne

K2. Jūsų amžius:

- ☐ 16-18
- ☐ 19-22

K3. Jūsų lytis:

- ☐ Moteris
- ☐ Vyras
- ☐ Kita

K4. Gyvenamoji vietovė:

- ☐ Didmiestis (Vilnius, Kaunas, Klaipėda, Šiauliai, Panevėžys, Alytus, Marijampolė)
- ☐ Miestas (10 000 – 50 000 gyv.)
- ☐ Miestelis, gyvenvietė, kaimas (mažiau kaip 10 000 gyv.)

K5. Švietimo įstaigos tipas:

- ☐ Vidurinė mokykla, gimnazija
- ☐ Profesinio rengimo centras
- ☐ Kolegija
- ☐ Universitetas
- ☐ Nesimokau

K6. Ar kada nors esate buvę romantiniuose santykiuose?

- ☐ Taip
- ☐ Ne

2024 m. įvykusių diskusijų su jaunuoliais metu jie minėjo, kad smurtas jaunuolių romantiniuose santykiuose paplitęs, nes jauni žmonės neatpažįsta smurto požymių. Tačiau turime itin mažai informacijos, kas lemia tai, kad jaunuoliai paklūsta kontrolei romantiniuose santykiuose ir /ar normalizuoja žalingus santykius. Jūsų atsakymai padės geriau suprasti kaip merginos ir vaikinai jaučiasi ir ką patiria romantiniuose santykiuose. Jūsų atsakymai į anketoje pateiktus klausimus suteiks galimybę parengti efektyvias ir tikslingas smurto prevencijos jaunimo romantiniuose santykiuose priemones.

K7. Kokį elgesį laikote smurtiniu ar žalingu romantiniuose santykiuose?

(pažymėkite visus tinkamus variantus)

- ☐ Partnerės (-io) nurodymas, su kuo galima bendrauti
- ☐ Šaukimas ar įžeidinėjimai ginčų metu
- ☐ Fizinė agresija (smūgiai, stumdymas, daiktų gadinimas, durų spardymas ir pan.)
- ☐ Partnerės (-io) buvimo vietos sekimas / stebėjimas
- ☐ Grasinimas pakenkti sau, jei su ja (-uo) išsiskirs
- ☐ Nė vienas iš išvardintų variantų

K8. Ar sutinkate su šiais teiginiais? Įvertinkite kiekvieną teiginį

(Visiškai sutinku Sutinku Nesutinku Visiškai nesutinku Nežinau)

- ☐ Jei tu pavydi partnerės (-io), reiškia, kad tau tikrai rūpi santykiai
- ☐ Normalu, kad pora tikrina viena(s) kito(s) telefonus
- ☐ Šaukimas ar įžeidinėjimas ginčų metu yra normali romantinių santykių dalis
- ☐ Jei partnerė (-is) kartą panaudojo smurtą, bet atsiprašė, ji(-s) nusipelno atleidimo
- ☐ Tie, kurie lieka smurtiniuose santykiuose, yra iš dalies patys kalti

Klausdami apie žalingus romantinius santykius, turime omenyje nepasitikėjimą partnere (-iu), bendravimo su draugais ar artimaisiais apribojimą, pavydą, asmeninių ribų peržengimą, spaudimą, dominavimą, pašaipas ir kritiką, bauginimą. Visi santykiai yra skirtingi, tačiau toksiški santykiai visada yra susiję su sąmoningu siekiu paveikti ir kontroliuoti savo partnerę (-į). Norime sužinoti priežastis, kodėl, jūsų nuomone, žmonės nenutraukia žalingų ar smurtinių santykių.

K9. Kaip manote, dėl ko jaunuoliai nesiryžta išeiti iš žalingų santykių?

(pažymėkite visus tinkamus variantus)

- ☐ Tikisi, kad partnerė (-is) nebesmurtaus ar nekontroliuos jo(-s)
- ☐ Tikisi, kad partnerė (-is) pasikeis
- ☐ Tiki, kad jie gali pakeisti partnerės (-io) elgesį
- ☐ Galvoja, kad jie patys kalti dėl tokio partnerės (-io) elgesio
- ☐ Jaučia partnerei (-iui) romantinius jausmus
- ☐ Bijo, kad partnerė (-is) kerštaus ar smurtaus, jei bus palikta(-s)
- ☐ Bijo, kad palikta(-s) partnerė (-is) ką nors sau padarys
- ☐ Galvoja, kad visuose santykiuose tokių dalykų pasitaiko
- ☐ Nepasitiki savimi
- ☐ Nejaučia draugų ar artimųjų palaikymo
- ☐ Bijo tapti nepopuliaria (-iu)
- ☐ Nerimauja, kad jų niekas daugiau nebemylės
- ☐ Nenori likti viena(-s)
- ☐ Kita (įrašykite) _____

K10. Ar teko draugų tarpe tarp porų matyti smurtinius ar žalingus santykius?

- ☐ Taip
☐ Ne

Jei taip:

K11. Įvertinkite kiekvieną teiginį, ar tokiu atveju jūs:

(Taip | Ne | Nežinau)

1. Nerimavote dėl draugų romantinių santykių, nes manėte kad jie žalingi?
2. Pasakėte draugei (-ui) jog jums atrodo kad draugės (-o) santykiai yra žalingi?
3. Įsikišote, kai draugė (-as) patyrė smurtą ar partnerės (-io) kontrolę?
4. Pranešėte vyresniam asmeniui ar pagalbos institucijoms, kad draugė (-as) patyrė smurtą?

K12. Ar šie teiginiai atitinka Jūsų nuomonę? Įvertinkite kiekvieną teiginį

(Visiškai sutinku | Sutinku | Nesutinku | Visiškai nesutinku | Nežinau)

1. Filmai, serialai ir muzika formuoja mūsų įsivaizdavimą kokia turi būti meilė ir romantiniai santykiai
2. Socialiniai tinklai ir žiniasklaida formuoja mūsų lūkesčius apie meilę ir romantinius santykius
3. Nepaisant to, kad kai kurie populiarūs asmenys ar nuomonės formuotojai demonstravo smurtinius ar žalingus romantinius santykius, jie vis tiek yra laikomi romantiškais ir išlieka populiariais
4. Socialiniai tinklai ar žiniasklaida dažnai romantizuoja toksišką elgesį romantiniuose santykiuose
5. Socialiniai tinklai ar žiniasklaida kartais skatina žalingus ir kontroliuojančius romantinius santykius
6. Jaunuoliai smurtinį elgesį mato savo šeimos narių santykiuose

K13. Ar esate dalyvavę mokymuose (pvz., mokykloje ar seminaruose) apie sveikus santykius?

- ☐ Taip
☐ Ne

K14. Ar jaunimui pakanka švietimo, mokymų apie sveikus (nesmurtinius) santykius?

- ☐ Taip
☐ Ne
☐ Nežinau

K15. Ar gyvenimo įgūdžių ugdymo pamokose kalbama apie smurtinius santykius?

- ☐ Taip
☐ Ne
☐ Kai mokiausi mokykloje, tokios programos dar nebuvo

Visi jūsų atsakymai yra konfidencialūs ir bus naudojami tik tyrimo tikslais. Jei jūs arba kažkas, ką pažįstate, patiria smurtą, kreipkitės pagalbos.

Nemokamai emocinę pagalbą teikia Jaunimo linija:

8 800 28888

Konsultacijos telefonu ir internetu, o taip pat ir informacija apie smurtą:

<https://jaunimolinija.lt/>

<https://www.vaikulinja.lt/>

<https://www.specializuotospagalboscentras.lt/>

II. KOKYBINIO TYRIMO „IŠGIRSTAS JAUNIMAS: VEIKSMINGOS SMURTO PREVENCIJOS PRIEMONĖS IR EFEKTYVIOS KOMUNIKACIJOS BŪDAI“ ATASKAITA IR REKOMENDACIJOS

TYRIMO METODOLOGIJA

Tyrimo metodika

Tyrimo tikslas – išsiaiškinti, kokie smurto prevencijos būdai, metodai ar priemonės būtų tinkami ausi ir paveikliausi informuojant jaunos žmones apie smurtinį elgesį bei jo atpažinimą.

Tyrimo metodas – grupinės (fokus) diskusijos su bendrojo ugdymo, profesinių ir aukštųjų mokyklų moksleiviais ir studentais.

Tyrime taikyta tikslinė atranka pagal švietimo įstaigą, vietovę ir lytį. Nors diskusijų grupėse dalyvauti užsiregistravo palyginti nedaug vaikinių, diskusijų dieną jų prisijungė daugiau nei buvo planuota. Lentelėje pateikiama informacija apie vykusią diskusijų grupių dalyvių pasiskirstymą pagal vietovę, švietimo įstaigą ir lytį:

Diskusijų grupės data	Vietovė	Švietimo įstaiga	Dalyvių skaičius pagal lytį
2025 05 20	Miestų, miestelių, gyvenviečių gyventojai	Aukštojo mokslo įstaiga, profesinė mokykla, bendrojo ugdymo mokykla	6 merginos, 4 vaikinai
2025 05 21	Didmiesčių gyventojai	Aukštojo mokslo įstaiga, bendrojo ugdymo mokykla	5 merginos, 1 vaikinai

Anoniminės diskusijos vyko nuotoliniu būdu, naudojantis platforma MS Teams. Dalyviai prie susitikimo jungėsi pasirinktu el. pašto adresu, nenaudodami vaizdo kamerų, ir buvo kviečiami prisistatyti pseudonimu neatskleidžiant savo tikrą vardą ir pavardžių Diskusijos pradžioje jie dar kartą patvirtino iš anksto el. paštu pateiktą sutikimą dėl garso įrašo darymo. Garso įrašas, parengus diskusijų išrašus ir ataskaitą, buvo sunaikintas.

Grupinių diskusijų trukmė siekė nuo 73 iki 90 minučių.

Duomenų analizei taikyta teminė analizė. Diskusijos dalyvių citatų nuorodos sudarytos iš trijų ženklų pagal šį principą:

- pirmoji raidė nurodo vietovės dydį (D – didmiestis, M – miestai, miesteliai);
- antroji raidė nurodo informanto lytį (M – mergina, V – vaikinai);
- skaičius nurodo eilės numerį diskusijų grupės dalyvių sąrašė (pvz., MM1 – miestelyje gyvenanti mergina, pirma diskusijos dalyvė; DV3 – didmiestyje gyvenantis vaikinai, trečias diskusijos dalyvis).

ANALIZĖ

Žalingo ir smurtinio elgesio (ne)atpažinimas

Abiejų diskusijų grupių dalyviai sutiko, jog jaunimas Lietuvoje menkai atpažįsta žalingus ar smurtinius santykius, dalis jų apraiškų vis dar yra normalizuojamos, todėl itin svarbu mokytis atpažinti tokių santykių požymius: „Man irgi atrodo, kad nu tas gal pirminis dalykas, tai jo išmokti atpažinti. Kas yra tie smurtiniai santykiai?“ (DM5).

1 lentelėje pateikti diskusijos dalyvių išskirti socialiniai ir kultūriniai veiksniai, kurie trukdo atpažinti žalingą ar smurtinį elgesį. Pagrindinė kliūtis jaunimui atpažinti žalingus ar smurtinius santykius yra sistemingas švietimo apie smurtą trūkumas. Diskusijų dalyviai pabrėžė, kad mokyklose beveik neskiriama dėmesio psichologiniam ar emociniam smurtui aptarti, todėl jaunuoliai dažnai nesuvokia, kada ir kaip santykiai tampa žalingi. Be to, įvairios smurto formos socialinėje aplinkoje neretai normalizuojamos, dėl to jas sunku identifikuoti kaip netinkamas, o tai apriboja galimybę formuoti kritiniam mąstymui, padedančiam atpažinti žalingus, toksiškus romantinius santykius. Nemaža dalis informantų akcentavo emocinio raštingumo būtinybę ir empatijos trūkumą tarp jaunimo bei visuomenės. Didmiesčio gyventojai pažymėjo, kad „...dar labai priklauso nuo to, kokiame burbulė sukiš ir kokia koks yra socialinis socialinės medijos turinys, kurį žiūri, ir ką tavo draugai aplinkui mano, nes jeigu yra esi apsuptas žmonių, kurie kaip ir kalbasi apie tai, diskutuoja, stengiasi tas temas išviešinti ir kažkaip apie sveikatą psichologinę, ne tik fizinę kalba“ (DM3). Kalbėdami apie smurtą kibernetinėje erdvėje, diskusijos dalyviai pabrėžė švietimo apie tokio smurto apraiškas ir pobūdį svarbą.

1 lentelė. Informantų įvardinti socialiniai ir kultūriniai veiksniai

Socialiniai ir kultūriniai veiksniai	Diskusijų citatos
Švietimo stoka apie smurto prevenciją, jo atpažinimą	„Kai tu nelabai žinai, į ką reiktų atkreipti dėmesį, tai dažnai ir būna taip, kad tiesiog neatpažįsta tokių dalykų jauni žmonės“ (DM2). „Jauni žmonės tiesiog nėra mokomi atpažinti sveikų ir toksiškų santykių, juos atskirti“ (MM3). „Daugelis jaunų žmonių nesuvokia, kad tam tikras elgesys yra smurtas“ (MM5). „... yra labai normalizuota daug smurto apraiškų. Tai turbūt pats pirmas žingsnis ir yra tas toks emocinis raštingumas, kad atpažinti tas apraiškas kaip kažkas, kas neturėtų būti toleruotina, nes įvairūs tokie dalykai, kaip ten vaikinai partneriui nepatinka. Kaip tu rengiesi ar nepatinka tavo draugės ir trokšta kontroliavimo“ (DM1). „... pakankamai retai yra edukuojama, ypač, sakykim, mokyklose, kur jauni žmonės dažniausiai lankosi, tai retai yra šneka ma apie tokius dalykus, kaip sakykim, nebūtinai fizinis smurtas, bet ir psichologinis smurtas. Tiesiog neatpažįsta tokių dalykų jauni žmonės“ (DM2). „Empatijos moterims, nukentėjusioms tikrai trūksta“ (DM1).

Smurto kibernetinėje erdvėje atpažinimas

„Reikėtų informuot žmones, kaip smurtas pasireiškia socialiniuose tinkluose“ (MM2).

„Dauguma žmonių bijo pasakyti, kad buvo auka... bijo, kad iš jų dar labiau nusijuoks“ (MM4).

„... čia yra vienas iš svarbiausių veiksmų, ką turėtų daryti galbūt tėvai ... tėvai apie tai atvirai turėtų šnekėtis su savo vaikais ir nuo labai labai mažo amžiaus, ta prasme. Jeigu jau, na sakykim, pirmoje klasėje vaikas gauna telefoną, tai... Aš manau, kad jau tuomet prieš gavimą telefono turi būti kažkokios informacijos pateikta ir galbūt ne tokiu būdu, kad išgąsdinti tą vaiką, kad jis ten negali to telefono naudoti, kaip jisai nori, bet labiau tiesiog toks, kaip ir įspėjimas, ir perspėjimas“ (DM2).

„Galima būtų kalbėti apie tam tikrus prevencijos būdus, kurių mes neturim realiame pasaulyje, nes ta internetinė virtuali erdvė - jinai yra kitokia ir jinai turi savo pavojų ir savo labai didelių grėsmių, kurių nėra realiam gyvenime. Bet taip pat yra ir būdų: t.y jeigu anksti pagavus - nu va kalbėti apie tai, kad gali tiesiog užblokuoti žmogų, tu realiam gyvenime to nepadarysi, jūs esat vieną šalia kito, tu neužblokuosi. Tu gali internete užblokuoti, gali reportinti. Gali dar tikriausiai įvairių dalykų daryti ir kad kalbėtų ir apie tai, ir man rodos, užblokuoti žmogų yra žymiai mažiau netgi baisu, aš taip manyčiau, negu jau realybėje išeiti iš kažkokio santykio. Tai kažkaip gal priminti tą, kad yra tų dalykų, kam gali daryti ir tu pats, ir ką kiti žmonės virtualioje erdvėje taip pat gali daryti ir padėti vienas kitam smurto atvejais“ (DM5).

Kliūtys, trukdančios palikti žalingus ar smurtinius santykius

Pagrindinės priežastys, dėl kurių jauni žmonės nelinkę išeiti iš žalingų santykių, yra emocinė priklausomybė, savivertės trūkumas, gėda, socialinė izoliacija ir visuomenės nuostatos, stigmatizuojančios tokį asmenį (žr. 2 lentelę).

Diskusijose išryškėjo, kad jaunuoliai dažnai neturi palaikančios aplinkos ar artimųjų, su kuriais galėtų pasitarti. Ypač reikšmingu aspektu buvo įvardytas pasitikėjimo savimi praradimas – smurtiniai santykiai dažnai palieka gilų psichologinį poveikį. Diskusijų dalyviai pabrėžė, jog stiprūs ryšiai su artimaisiais, emocinis raštingumas, žinios apie sveikus santykius ir tikėjimas savimi yra esminiai veiksniai, kurie padėtų žengti pirmą žingsnį. Pastebima, kad visuomenės kritiška ar neigiama reakcija dažnai nukreipiama į nukentėjusį asmenį, o ne į smurtautoją. Tai dar labiau apsunkina sprendimą nutraukti smurtinius santykius: „... daug žmonių ir ir nutyli, ir nepasisako, ir pagalbos neprašo, jei nukentėjo. Būtent dėl tos va tokios gėdos iš visuomenės pusės, kuri irgi tikrai ateina“ (DM1).

Dalis informantų emocinę priklausomybę ir paramos trūkumą įvardijo kaip pagrindines kliūtis išeiti iš smurtinių ar žalingų santykių. Todėl jauniems žmonėms itin svarbu turėti palaikymo tinklą ir aiškų veiksmų planą.

Diskusijų grupių dalyviai nurodė, kad asmens, su kuriuo būtų galima pasitarti ir kuris palaikytų sprendimo priėmimo bei įgyvendinimo metu, buvimas ir parama padėtų išeiti iš žalingų santykių: „...kas padeda išeiti, man dar atrodytų, stiprus santykis ir ryšys su kitais žmonėmis savo gyvenime ar šeima, ar draugais, ar tais pačiais mokytojais, dėstytojais, kaip nu kaip gaunasi, kaip yra, bet gal tas, kad kai žmogus turi stiprius ryšius ir santykius, ir gali pasitikėti ir kitais asmenimis savo gyvenime, su kuriais neturi romantinių santykių, labai labai padėtų, gal saugiau jaustis išeinant iš to

romantinio santykio“(DM5). Didmiesčių gyventojai labiau akcentavo savivertės ir pasitikėjimo savimi svarbą: „Santykis ir su savim - turėtų būti bent minimalus pasitikėjimas savimi, kažkaip. Nes labai dažnai smurtiniai santykiai priverčia jaustis menkesne...” (DM3).

1 lentelė. Informantų įvardinti socialiniai ir kultūriniai veiksniai

	Diskusijų citatos
Kliūtys, trukdančios išeiti iš smurtinių ar žalingų santykių	„Sunkiausia būna, kai jau prasideda tas visas smurtas – sunku išeiti.” (MM2) „Smurtiniai santykiai sužlugdo pasitikėjimą savimi.” (MM5) „... didelė izoliacija dažnai atsiranda tokiuose santykiuose. Tai pats pirmas, kad ir nedidelis žingsnis šiek tiek iš to tokio burbulo savo išlįsti ir paieškoti, ta prasme, ar naujų pažinčių, ar atsiremti į savo jau turimus artimuosius... Šiuose santykiuose tarp tų dviejų žmonių ir labai dažnai ir yra tokia kontrolė dėlto, nes žmogus izoliuotas labai būna ir atskirtas nuo kitų artimųjų, o į juos atsiremiant iš tikrųjų žymiai lengviau yra.” (DM1) „Žmonės labai daug jaučia gėdos ir kartais tai yra būtent pateikta visuomenės visokių įsitikinimų apie tai, kaip veikia dalykai tose smurtiniuose santykiuose. Tai kai ypatingai socialinėse medijose iškyla įvairios istorijos apie nukentėjusiuosius ir kai jos tikrai yra plačiai diskutuojamos, yra labai svarbu, kad nebūtų šito gėdos aspekto, kad nebūtų gėdinama auka, kad visų pirma būtų taikoma atsakomybė būtent smurtautojui ir kvestionuojamas jo elgesys, o ne taip, kaip auka galėjo pati išprovokuoti tokį skriaudimą, kokį patyrė.” (DM1)
Veiksniai, galintys paskatinti išeiti iš smurtinių ar žalingų santykių	„Padėtų šeima, draugai, artimieji, kas supranta tokius jaunus žmones” (MV4). „Pats pirmas žingsnis yra emocinis raštingumas... atpažinti tas apraiškas kaip kažką, kas neturėtų būti toleruotina” (DM1). „Stiprus ryšys su kitais žmonėmis... padeda jaustis saugiau išeinant iš to romantinio santykio“ (DM5). „... arba čia jau jeigu atpažįsti, tai tada po to lengviau tas emocijas, aišku, sudėlioti į dėžutes. Bet manau, kad dar ir tikėjimo savim kažkaip“ (DM3). „... tai galbūt ir tos vilties reikėtų turėti, kad viskas dar bus gerai ir, aišku, labai stipraus palaikymo, tai visą laiką padeda ir pokalbis su pačiais artimiausiais žmonėmis aplink save. Nes iš tiesų, jeigu turi aplinkoje, kaip čia įvardinti na? Galbūt tokius žmones, kurie lengviau atpažįsta tokias situacijas, tai jie galbūt tave gali ir padrąsinti atlikti tą pirmą žingsnį ir išeiti iš tokios padėties. ... labai svarbu yra tas pozityvumas ir tikrai pasitikėjimas savimi“ (DM2). „Reikalingas teisingas palaikymas ten šeimos, draugų, turbūt informacija kažkokia, galbūt daugiau suteiktos informacijos, kažkoks tai planas sukurtas tam” (MM3). „Reikėtų kažkaip informuoti tuos žmones, kaip kokiais pavidalais gali pasireikšti visas smurtas socialiniuose tinkluose. Ir priemonėm, kaip sustabdyti jį” (MM2). „Turėjimas tokio ryžto kažkiek vis dėlto irgi padeda išlipti iš tokių toksiškų santykių” (DM3).

Populiariausi socialiniai tinklai

Grupinių diskusijų metu nustatyta, kad pagrindiniai socialiniai tinklai, kuriuose jaunuolės ir jaunuoliai praleidžia daugiausia laiko, yra „Instagram“ ir „TikTok“. Kitos populiariausios socialinės platformos tarp jaunimo – „Messenger“ ir „Snapchat“, o „Whatsapp“, „Discord“, „Facebook“ ir „Pinterest“ naudojamos gerokai rečiau.

Diskusijos dalyvių nuomone, socialinis tinklas „Instagram“ yra tinkamiausia platforma edukacinei informacijai skleisti dėl galimybės lengvai įterpti nuorodas ir dėl lietuviško turinio prieinamumo. Tuo tarpu „TikTok“ labiau siejamas su pramoginiu turiniu, mažiau naudotinas rimtai informacijai, tačiau tinkamai suformuotas algoritmas leidžia pasiekti ir edukacinį turinį (žr. 3 lentelę). „Instagram“ programėlė įvardinta kaip efektyviausia platforma skleisti žinutes: „... šitoj diskusijoj išgirdom ir šiaip iš pažįstamų, ir man susidaręs įspūdis, kad daugiausiai naudojamos Instagram'u. Taip pat aš bent jau žinau, kad mano kažkoks algoritmas Instagram'e yra žymiai labiau lietuviškas negu, tarkim, Tik-Tok'e – jis labiau būna iš užsienio. O vat Instagram'e tikrai, daugiausiai matau lietuvišką turinį. Kas gal ir yra aktualiausia, kas Lietuvoje vyksta?“ (DM5). Diskusijose dalyvavę jaunuoliai teigė, kad socialinėse platformose kasdien vidutiniškai praleidžia po 4–7 valandas.

3 lentelė. Tarp informantų populiariausi socialiniai tinklai ar platformos

	Diskusijų citatos
Socialinių tinklų pasirinkimas	„Instagram ... man patinka, kad ten nerodo žmonių, kurių tu neseiki, ir tu pats gali pasirinkti žmones, kuriuos tu nori matyti, kuriuos tu nori stebėti. Tai automatiškai, sakykim, jeigu tu stebi kažką ir tu pamatai, na, kad tas žmogus nekelia kažkokio keisto turinio ar dar kažką tai? Tu tą žmogų automatiškai gali tiesiog sekti ir tau niekas ten nei siūlys kažkokio kito žmogaus, ir taip pat tu gali savo anketą padaryti privačia ir kad kiti žmonės neturėtų lengvos prieigos prie tavo anketos. Na ir aš manau, kad man čia tokia kaip pagrindinė socialinė erdvė, kurioje būnu...“ (DM2). „Ir aš taip pat manau, kad ir iš techninės pusės Instagram'as yra visai patogūs, nes labai lengva įdėti įvairias nuorodas, ant tų nuorodų lengva paspausti“ (DM5). „TikTok labiau atsipalaidavimui: trumpi video, mažiau edukacinio turinio“ (DV1). „Man tai patinka žiūrėti, pavyzdžiui, kaip TikTok, nes yra įdomių vaizdelių, gali linksmai pažiūrėti ir praleist laiką, o YouTube, nes gali atrasti visokių tutorialų, kaip reikia kažką daryt“ (MV1). „...labiausiai, ką visi naudojam, tai yra platformos Messenger, nes ten dažniausiai visi yra susisiekimai. Vyresnio amžiaus žmonės, bet taip pat yra ir išimčių, naudoja ir Feisbuk'ą. Jaunesni labiau, manau, naudoja, pavyzdžiui, kaip programėles Snapchat arba Instagram, taip pat žinau ir vaizdo įrašų programėles, kuriose irgi galima kelti visokius video, tai kaip TikTok.“ (MM4). „Instagram'e atpalaiduojantis turinys, kadangi labai trumpos formos video lengvai susižiūri, daug mąstyti nereikia, o YouTube irgi kaip tiesiog platforma, kur galiu žiūrėti turinį, tik ten

jau ir būna, kartais ir mokslinį turinį, kažkokį informatyvų, edukacinio, kartais irgi visiškai pramoginė” (DM5).

„Man gal patinka visokios gal: naujienų socialiniuose tinkluose sužinau kažką naujo ir šiaip, nežinau, arba ką nors juokingo. Video visokie irgi pagerina nuotaiką.” (MM6)

Rekomenduojami papildomi informacijos sklaidos kanalai

Jaunimo laikomi veiksmingiausiais informacijos sklaidos kanalais yra socialiniai tinklai (žr. 3 skyrių), mokykla ir kai kuriais atvejais – renginiai. Mokykla išskirta kaip prioritetinga vieta, kurioje turėtų vykti švietimas apie žalingus santykius: „Reikėtų pradėti nuo mokyklų – kad vaikai būtų pažindinami nuo mažens.“ (MM4). Spausdintinė medžiaga (pvz., skrajutės) diskusijose dalyvavusių jaunuolių vertinama kritiškai, išskyrus atvejus, kai ji siejama su skaitmeniniu turiniu (pvz., QR kodais). Nuomonės dėl televizijos ir radijo išsiskyrė: didmiesčiuose gyvenantys jaunuoliai teigė, kad beveik nežiūri televizijos ir nesiklauso radijo, tad šiuos informacijos kanalus vertina kaip mažai efektyvius, priešingai nei mažesnių miestų gyventojai, kurie mano, kad šie kanalai yra veiksmingi siekiant užtikrinti švietėjiškos informacijos sklaidą (žr. 4 lentelę).

4 lentelė. Informantų nurodyti papildomi informacijos sklaidos kanalai

	Citatos iš diskusijų
Spausdinta informacija	„Skrajutės gali būti veiksmingos, jei jose yra QR kodas į socialinę erdvę“ (DM2). „Skrajutės dažnai atrodo kaip reklama, o ne rimta informacija“ (DM3). „Vaikų linija – labai svarbi, nes leidžia anonimiškai pasikalbėti“ (DM2). “...koks nors renginys kokiame nors Vingio parke ar dar kur nors ir jisai (renginys) yra skirtas jaunimui, ir ten dažniausiai tikrai ir susirenka tokia auditorija ir jos būna tikrai labai daug, nes pakankamai lengva jaunos žmones sudominti ir, nesvarbu, ar ta šventė yra susijusi su tuo, ar – ne, bet aš manau, kad skrajučių dalijimas būtų tikrai puiki idėja, todėl, nes, sakykim, skrajutėje nebūtina galėtų būti kažkokia informacija iš karto pateikta. Bet tai galėtų būti tas pats QR kodas į socialinę erdvę, kurioje galima pasiskaityti apie tai, ir aišku, na nežinau kaip kitiems, bet man asmeniškai, jeigu kažkas paduoda kokią nors skrajutę, tai tikrai perskaitau, kas ten yra parašyta, tiesiog iš tokio vien įdomumo. Tai manau, kad tai visai būtų naudinga ir efektinga” (DM2).
Kiti informacijos kanalai	„Gal būtų gerai, jeigu transliuotų per radiją, nes vis tiek dažnai klausau, o taip, kad pamatyti ir nu pasižiūrėt, kas ten vyksta. Tai turbūt per Google, kai eini ten išmeta žinias arba Facebook’e” (MV1). „... kad labiausiai, kur galėtų skleisti, tai tiesiog per kad ir paprastas žinias, nes tiesiog yra bijoma kalbėti šia tema viešai. Manau, kad bent jau pradedant nuo žinių ar to paties radijo būtų labai jau didelis žingsnis” (MM4).

„... gal labiau per žinias kokias, nes vis tiek daugiau žmonių klausosi ir pasiektų didesnę auditoriją” (MM1).

„pati asmeniškai televizija beveik nesinaudoju. Radiją girdėdavau anksčiau, kai važiuodavau su tėvais į mokyklą fone, bet dabar tai gal ir galėtų suveikti, bet vėl priklauso. Nuo, tarkim, matau, kad mano brolis, kai važiuoja į mokyklą, tai jis irgi sėdi užsidėjęs ausines ir ne visai klausosi, kas ten vyksta aplinkui. Tai manau, vėl būtų labai sudėtinga” (DM5).

„Manau, gal būtų gerai, kad reklamos daugiau apie tai kalbėtų, nes vis tiek kokį Youtube žiūri, vis tiek turi peržiūrėtą reklamą, kad savo tą kitą video žiūrėtum ir kad neįsisuktum ir daugiau žmonių pamatytų. Ir jau turėtų minty, kad tokie dalykai vyksta” (MM6).

„Jeigu paimti tas pačias reklamas, kurias rodo autobusuose, kiek važiuoju, ir kartais pati, ir dažnai matau, kad jauni žmonės nelabai stebi aplinkui, važiuoja su ausinėm. Irgi žiūrėdami į tą telefoną, ten stotelėj sėdėdami irgi taip pat” (DM5).

Patraukiantis dėmesį turinys ir nuomonės formuotojų įtaka

Abiejų diskusijų dalyviai pabrėžė, kad informacija turėtų būti pateikiama interaktyviai ir įtraukiančiai, nes tai skatina domėtis turiniu. Vienas iš efektyviausių būdų perteikti informaciją, jų nuomone, yra trumpi vaizdo įrašai, kurie gali būti ne tik informatyvūs, bet ir emociškai paveikūs ar net humoristiniai. Tokio formato turinys jaunimo kasdien sekamas ir vertinamas kaip patrauklus.

Socialinių tinklų vaidmuo informacijos sklaidoje įvardijamas kaip itin svarbus, tačiau kartu keliama ir reikalavimai turinio kokybei. Jaunimas skeptiškai vertina komercinį ar dirbtinai pateiktą turinį: „Jeigu tai jusis kaip reklama, tai gali būti atmetimo reakcija” (DM5). Todėl pabrėžiamas nuoširdumo ir autentiškumo poreikis.

Diskusijų dalyviai pabrėžė, kad nuomonės formuotojai (influenceriai) gali atlikti reikšmingą vaidmenį, tačiau jų įsitraukimas turėtų būti pagrįstas asmeniniu santykiu su tema arba bendradarbiavimu su ekspertais. Kaip vienas iš siūlomų formatų buvo įvardytos tiesioginės transliacijos, kuriose dalyvautų ne tik nuomonės formuotojai, bet ir tam tikros srities specialistai – tai leistų suderinti informacijos patikimumą ir auditorijos dėmesio išlaikymą. Jaunuoliai taip pat išreiškė nuomonę, kad influenceriai galėtų veikti kaip tarpininkai, padedantys pasiekti platesnę auditoriją, pačią informaciją turėtų perteikti specialistai: „... labai pritarčiau tam, kad turinio kūrėjai, nuomonės formuotojai irgi gali, ir turėtų, ir labai veiktų tai, jeigu jie apie tai kalbėtų, ir apie tas grėsmes ir pavojus” (DM5).

Taip pat buvo akcentuota, kad patrauklus turinys dažnai yra susijęs su aktualiomis, atpažįstamomis temomis, kurios rezonuoja su asmenine patirtimi ar kasdienybe. Pavyzdžiui, kalbėjimas apie santykius socialiniuose tinkluose iš karto patraukia dėmesį, nes tai yra tema, kurią daugelis jaunuolių gali susieti su savo gyvenimu. Be to, buvo pastebėta, kad net ir humoristinis ar pramoginis turinys gali paskatinti gilintis į rimtesnes temas, jei jis pateikiamas tinkamai. Kaip pavyzdį jaunuoliai minėjo komikus ir tinklalaidžių (podcast'ų) kūrėjus, nagrinėjančius aktualias temas savo turinyje; tokio turinio žiūrėjimas ar klausymas daugelį jaunuolių skatina savarankiškai ieškoti papildomos informacijos atitinkamomis temomis kituose šaltiniuose.

Apibendrinant galima teigti, kad efektyvi informacijos sklaida jaunimui turėtų būti grindžiama keliomis pagrindinėmis nuostatomis: turinys turi būti trumpas, vizualiai patrauklus ir emociškai paveikus (žr. 5 lentelę).

5 lentelė. Informantų įvardintas turinys, kuris patraukia dėmesį ir nuomonės formuotojų įtaka

	Diskusijų citatos
Trumpų vaizdo įrašų (video) naudojimas	„... man asmeniškai efektyviausia tas, sakykim, tokia forma būtų video sukūrimas dėlto, kad na šiais laikais labai daug kas visokių vaizdėlių, sakykim, žiūri ar šiaip kažkokius kažkokius vaizdo įrašus. Tai manau, kad būtent video sukūrimas pasiektų tokią platesnę auditoriją, kur gali nueiti ir tarp jaunuolių, ir tarp vyresnio amžiaus žmonių“ (MM4). „Man asmeniškai tai trumpas, aiškus emocinis video.“ (MM3). „Mano manymu, video būtų geriausi“ (MV3). „Juokingi ar ne tik juokingi, nu, ta prasme, turbūt dėl video tiesiog“ (MM3). „Yra live transliacijos. Aš esu pastebėjusi nebūtinai tokiomis temomis, bet esu pastebėjusi, kaip žmonės susijungia su būtent jau savo srities specialistais, kurie turi irgi platformas. Na, ir jie tada, sakykim, savo auditorijai, praneša, jog vyks live transliacija. Ir tos transliacijos metu bus aptariamose tam tikros temos ir, na, galbūt tada žmonėms yra tiesiog patogiau kažkaip prisijungti į tokią transliaciją. Žinant, kad ne tik tas nuomonės formuotojas apie tai šnekės, tačiau prie jo šalia bus ir tos srities profesionalas ... manau, kad irgi yra pakankamai geras būdas“ (DM2).
Turinys, patraukiantis dėmesį	„Tiksliai negaliu pasakyti, kas būna juokinga, bet nu akį visada pagauna kažkoks juokingas vaizdo įrašas, kur kažkas juokinga atsitinka“ (MM6). „Man patraukliausia tai gal yra aktualios ir atpažįstamos temos. Pavyzdžiui, jeigu kokiuose socialiniuose tinkluose kalbama apie santykius, tai iš karto patraukia dėmesį, nes būna daugybė nuomonių ir galima tiesiog kaip ir pasiimti iš informacijos, iš to ir sužinoti ten daugiau apie tam tikrą temą“ (MM1). „Kai duoda receptą, kaip pasidaryti skaniai pavalgyti arba dėl sporto“ (MV2). „Akį visada pagauna kažkoks juokingas vaizdo įrašas“ (MM2). „Pirmas žingsnis – pasiekti platesnę auditoriją, o tada nukreipti į patikimus šaltinius“ (DM1).
Nuomonės formuotojų (influencerių) vaidmuo	„Na, sakykim, smurtas artimoje aplinkoje tikrai yra labai opi problema šių dienų visuomenėje ir žiūrint, kaip influenceriai kalbėtų apie šią problemą, tai vienu atveju tai yra gerai, nes jie skleistų tokią, kaip sakyti, žinutę, kad reikia kalbėti apie šią problemą, bet kitu atveju manau, kad apie šią problemą turėtų kalbėti tie žmonės, kurie jau yra susidūrę su šia, su tokia situacija, o ne asmenys, kurie kitaip pasakius, sėdi labai šilčiau ir gražiai, ir tiesiog pašneka, nes jų yra paprašyta, arba jei už tai išvis gauna net atlygį, tai aš manau, kad labiausiai kas paveiktų tai asmeniniai žmonės, jau susidūrusių su šia problema išsakymai“ (MM4).

Nuomonės formuotojų (influencerių) vaidmuo	„Jeigu tie influenceriai turi patirties smurte ar dar kažko ir jeigu jie pasidalintų tai pasiektų didesnę auditoriją.“ (MM1). „Laura Rimkutė ir Audrius Kaluginas dalijosi vertingomis žiniomis apie emocinę sveikatą ar santykius“. (MV4). „Jeigu tai jausis kaip reklama, tai gali būti atmetimo reakcija“ (DM5). „Jie (influenceriai) gali padaryti teigiamą įtaką ir padrąsinti kitus viešai kalbėti“ (DM2). „... labai pritarčiau tam, kad turinio kūrėjai, nuomonės formuotojai irgi gali, ir turėtų, ir labai veiktų, jeigu jie apie tai kalbėtų, ir apie tas grėsmes ir pavojus“ (DM5). „tikrai labai mėgstu Lietuvos komikų įvairius podcast'us ir įvairių klausausi, ir žiūriu, ir dažnai jie būna aptarę tam tikras aktualijas arba ir politinis įvykius, kurie įvyko, ir bent jau man tai veikia taip, kad jie ten aptarė, pajuokauja, aš pasigaunu ir tada jau nueinu LRT žiūrėti ar skaityti, ar ieškoti jau ir ten mokslinių labiau straipsnių “ (DM5).
Specialistų į(si)traukimas	„Pirmas žingsnis – pasiekti platesnę auditoriją, o tada nukreipti į patikimus šaltinius“ (DM1). „Informacija turėtų dalintis specialistai... bet influenceriai gali pasidalinti savo patirtimi“ (DM3). „Nežinau, gal geriau specialistas, kuris labiau išmano kalbėti apie tai, nes influenceris gali ne taip perteikti tą informaciją“ (DV1). „O aš sutikčiau su tuo, kad vis dėlto informacija turėtų dalintis specialistai, bet galbūt savo patirtimi, manau, kad skaityti apie žmonių patirtis irgi gali būti naudinga ir, jeigu influenceriai vis dėlto nuspręstų atvirai dalintis tuo, tai aš manau, kad tai irgi sulauktų dėmesio ir tikrai galėtų būti variantas“ (DM3).

Rekomenduotinas turinys žalingų ar smurtinių santykių prevencijai vykdyti ir jo pateikimo formos socialiniuose tinkluose

Diskusijų grupėse dalyvavusio jaunimo nuomone, veiksmingiausias turinys yra trumpas, vizualiai patrauklus ir emociškai paveikus. Tokie formatai kaip trumpi vaizdo įrašai, animacijos ar simboliniai ženklai (pvz., raudonos vėliavėlės ar rankų gestai) padeda ne tik atkreipti dėmesį, bet ir sukelti emociją. Emocinis ryšys yra būtinas tam, kad auditorija ne tik pastebėtų turinį, bet ir susimąstytų apie jo prasmę. Jaunimo teigimu, turinys turi būti aktualus ir atspindėti jų kasdienybę, todėl svarbu naudoti lietuvišką kontekstą ir realias situacijas: „per mažai tikros realybės ir tikrų pavyzdžių iš gyvenimo“ (MM1).

Jaunimas nori girdėti tikras istorijas iš žmonių, kurie patys patyrė smurtą ar žalingus santykius. Tokios istorijos sukelia empatiją, padeda atpažinti panašias situacijas savo aplinkoje ir skatina ieškoti pagalbos. Nuoširdžiai perteiktos asmeninės patirtys įvardijamos kaip paveikiausias būdas kalbėti apie jautrias temas. Taip pat akcentuota, kad šios istorijos turėtų būti pateikiamos kartu su aiškiomis gairėmis, ką daryti tokiose situacijose, nes jaunimui dažnai trūksta konkretaus veiksmų plano ir informacijos apie pagalbos galimybes. Didmiesčių diskusijos dalyviai kaip įsimintiną pavyzdį nurodė reklamą, kurioje rankos pirštų gestu parodoma, kad asmuo yra smurto pavojuje:

„Rankų gestai, kur moterys ypatingai kur parodo, kai kad joms ten jos yra pavojuje” (DM4), „... kai reikia pagalbos ir tas rankų gestas yra toks paprastas, bet man asmeniškai jis labai įsiminė, ir jei, ir aš dabar neklystu, tai aš jį pirmą kartą pamačiau” (DM2).

Interaktyvus turinys, leidžiantis jaunuoliams balsuoti, išreikšti nuomonę ar dalyvauti viktorinose, sukuria įsitraukimo jausmą ir stiprina asmeninį ryšį su tema. Jaunimas nori būti ne tik informacijos gavėjas, bet ir aktyviais dalyviais. Svarbus ir kultūrinis artumas – merginos ir vaikinai nori matyti turinį, atspindintį jų aplinką, kalbą ir kasdienybę. Lietuviškas kontekstas, vietinės istorijos ir pažįstami simboliai padeda geriau suprasti problemą ir ją priimti kaip aktualią. Kalbos vartoseną taip pat turi reikšmės: pasirinktos formuluotės lemia, kaip suvokiamas smurtą patyręs asmuo ir smurtautojas, todėl itin svarbu vengti išraiškų, perkeliančių kaltę nukentėjusiam asmeniui.

Galiausiai labai svarbus yra bendraamžių įtraukimas. Jaunimas išreiškia didesnę pasitikėjimą turiniu, kuris kuriamas jų bendraamžių ar su jų dalyvavimu. Tokios iniciatyvos ne tik didina pasitikėjimą, bet ir skatina solidarumą. Dalyvavimas kampanijose, dalijimasis turiniu ar net jo kūrimas tampa ne tik informacijos sklaidos, bet ir asmeninio augimo bei socialinės atsakomybės forma.

Apibendrintos ir pagal atskirus požymius susisteminotos diskusijos dalyvių nuomonės apie efektyvios švietėjiškos kampanijos elementus yra pateiktos 6 lentelėje.

6 lentelė. Informantų įvardinti efektyvios švietėjiškos kampanijos elementai

	Citatos iš diskusijų grupės
Efektyvios švietėjiškos kampanijos elementai	„Trumpas, aiškus, emocinis video“ (MM3). „Vizualiniai elementai turi būti aiškūs, su didelėmis raidėmis“ (MM1). „Tikras ryšys gimsta iš pagarbos, ne iš kontrolės ir baimės. Rinkis bendravimą be smurto“ (MV4). „Gal kokį animacinį filmuką padaryti – kad dėmesys nenutrūktų“ (MM2). „Aiškus ir gal su didelėmis kokiomis raidėmis ir nu trumpas, ir kad visi gerai suprastų ir nebūtų labai gal“ (MM1). „... trumpesnis turinys turbūt būtų labiau pritaikomas platesnei auditorijai. Ir aš taip pat irgi, galbūt su Instagram’u labiau sutinku kaip pagrindine medija, per kurią dalintis galima“ (DM3). „Manau, būtų geriausia, jeigu parodytų dalykus taip, kaip yra, ir kad dėmesys nenutrūktų“ (MM2). „Mačiau žmones, kurie iš tikrųjų yra tokiose situacijose ir dėl to jie sako, kad jiems tai padėjo arba kad jie rodo, nufilmuoja save, kad va čia va tada buvo, kai man reikėjo pagalbos, o aš dariau šitaip tai. „... ir šiaip gal tiesiog labai paprastas dalykas ir labai suprantamas visiems būtų, kad mes naudojame tokį dalyką, tam tikrą ženklą ar kokį gestą, kai mums reikia pagalbos, arba patalpose kaip skiriamąjį ženklą, kad tu žinai, kad ten yra saugu pasikalbėti, gal vat toksai dalykas?“ (DM4). „Gal kokį animacinį filmuką padaryti?“ (MM2).
Autentiškos asmeninės istorijos	„Tai visada būna efektyviausias būdas... reikia emocinio kabluko“ (DM1). „Norėčiau išgirsti jų nuomonės, kaip jie patyrė... kaip išvengti tokių santykių“ (DV1).

	„Lengviau pasitikėti žmogumi, kuris pats tai patyrė“ (DM5). „...reikėtų pradėti nuo tokio labiau švietėjiškumo tokio, kad nebijoti dalintis visokiom patirtim, nes, kaip žinome, dauguma žmonių bijo pasireikšti ir bijo pasakyti, kad aš buvau au-ka. Sakykim, dėl kažkokio tai smurtinio ar psichologinio ten nukentėjimo ir bijo, kad iš jų dar labiau nusijuoks arba dar kažkas atsitiks. Todėl manau, kad labiausiai reikėtų nebijoti dalintis savo patirtimi, kad kiti žmonės žinotų, jog viskas yra praeinama ir kad galima bandyti ieškoti pagalbos net ir pas svetimus žmones, kad kartais net svetimas žmogus gali labiau padėti negu savas, nes kartais savam galima bijoti išsipasakoti taip plačiai, o svetimam atrodo, tu papasakosi ir na, jis nežino tavo visos istorijos, kaip čia pasakyti, viso gyvenimo“ (MM4). „Aš irgi manau, kad gal yra per mažai tos tikros realybės ir tų tikrų pavyzdžių iš gyvenimo, tai manau, kad reikėtų daugiau to konkretesnio turinio ir trūksta to kalbėjimo apie realias situacijas“ (MM1). „Aš manau, kad čia turbūt visada yra ir veiksmingiausias bū-das. Aišku, tai reikalauja labai daug drąsos ir ryžto. Na šitie žmonės susiduria tikrai su visų įvairiomis reakcijomis, kartais labai negatyviom, kai jie dalinasi šitomis istorijomis ir taip pat būna kaltinami, kad jie patys maždaug išprovokavo šitą smur-tingą kažkokį elgesį“ (DM1). „... jeigu apie šitas temas kalba žmogus, patyręs tą smurtą ir išėjęs už tų santykių, yra lengviau juo pasitikėti, tais dalykais, kuriuos tas žmogus sako, ir labiau paliečia, ir daugiau tų stip-rių emocijų sukelia ir tada iš tų emocijų... Man irgi atrodo, jei-gu kur anksčiau kalbėjom, (kažkas sakė), kad tipo dažniausiai nėra tos energijos žiūrėti edukacinę informatyvų turinį“ (DM5).
Vaizdinis ir interaktyvus turinys	„Būtent galima balsuoti, kažkaip sudalyvauti, kažkaip tavo nuomonės prašo. Tai aš manau, kad jaunimą tai labai patrau-kia. Dabar matau, kad tai yra labai populiariu tarp įvairių reklamų, kad būtent yra kažkoks tas interaktyvus“ (DM1). „Bent tas turinys socialiniuose tinkluose turėtų skatinti varto-toją įsitraukti. Tai man kažkaip atrodo, kad galbūt nuotraukos ir tokie realesni ryškesnio dizaino siužetai labiau atkreipia dė-mesį, bent man taip patinka“ (DM3). „Interaktyvumas labai patraukia“ (DM1). „Labiausiai patraukė pirma nuotrauka su raudona vėliavėle... tai labai šiuolaikiška“ (DM4). „Interaktyvumas labai patraukia... kai klausia tavo nuomonės, jautiesi išgirstas“ (DM2). „Vizualai su kryžiuokais ir varnelėmis įtraukia... pradedi galvoti apie savo gyvenimą“ (DM3).
Prioritetas nacionaliniam kontekstui	„... geriausia kontekstas būtų rodyti iš lietuviškos tos pusės, nes tuomet gal labiau parodomas tas vidus iš arčiau, kaip net nežinau, kaip įvardinti, bet kad žmonės labiau suprastų, gal labiausiai geriau yra daryti viską, kas yra čia pat“ (MM4). „... esu naudojusi TikTok programėlę, tai ten tikrai yra turinys mažiau lietuviškas nei Instagram programėlėje“ (DM2).

Kalbos vartojimo svarba	„Galim žiniasklaidoj pakeisti, kad ne mergina buvo ten sumušta, o vaikinai sumušė merginą – ir kažkaip visai kitaip skamba, kai tu vos ne kaip tą pagrindinį veiksnį sakini dedai smurtautoją, o auka irgi taip, tai kaip mes apie tai kalbame ir kaip mes formuojame pačius sakinius iš lingvistinės pusės” (DM5).
Parama bendraamžių iniciatyvoms	„Tai manau, jeigu sakykim, mano bendraamžiai darytų tokį kažkokį tai, nu sakykim video, ir manęs paprašytų įsitraukti arba pasidalyti, jeigu tai turėtų mano akim, jeigu tai kažkiek paveiktų žmones, tai aš manau, kad tikrai prisijungčiau ar pasidalinčiau, bet jeigu tas visas, sakykim, video būtų padarytas taip atmetinai arba padaryta taip, kad dėl reikalo, tai aš manau, kad nelabai keisčiausi (informacija), nes esu už tai, kad geriau daryti gerai arba išvis nedaryti. Ir dėl interaktyvios kompanijos – tai aš manau, kad įsitraukčiau, nes visuomet reikėtų skleisti žinią ir padėti nieko nekainuoja ir, manau, kodėl gi ne?” (MM4). “Tai aš manau, įsitraukčiau. Na, nu labiau pasitikėčiau bendraamžių nuomone nei suaugusiųjų. Jie gal labiau suprastų mane. Ir jeigu (turinys) būtų vertas dėmesio” (MM5). „Aš dalyvaučiau interaktyviose kompanijose, jeigu tai padėtų kažkam, ir norėčiau šiaip praplėsti savo žinias. Ir dėl tų viktorinų, tai manau, kad aš asmeniškai tai norėčiau dalyvauti, nes irgi norėčiau pažiūrėt, kiek žinau ant šitos temos” (MM2).

Švietimo svarba ir bendraamžių įtaka

Grupinių diskusijų dalyviai akcentavo, kad švietimas apie žalingus ar smurtinius romantinius santykius neturėtų būti orientuotas vien tik į merginas. Pasak didmiesčių atstovų, būtina daugiau dėmesio skirti vaikinių švietimui – ne tik kaip atpažinti smurtą, bet ir kaip suvaldyti savo emocijas, kaip reaguoti į draugo smurtinį elgesį bei kaip su juo kalbėtis: „Paskaitos arba netgi dienos kažkokios stovyklos būtų vaikams tvarkytis su emocijomis” (DM2); „Man tik buvo kilusi trumpa mintis pridėti prie to, kad irgi reikia, ką reikia labai eduoti – būtų berniukus, kad dar tikrai aš esu žymiai daugiau girdėjęs ir mačius diskusijų, ir TAMO programėlėje tai, kaip merginai atpažinti tą smurtą ir kaip iš jo išeiti. Bet man atrodo dar labai svarbi dalis, kalbant apie berniukas, yra vat kaip berniukai ar ten vaikinui kalbėti su savo draugu, kuris galbūt smurtauja, ar yra kažkaip smurtavęs? Ir kad tas irgi galėtų labai paveikti tavo bendraamžių nuomonę apie tavo poelgį, galėtų gal ir tau padaryt tam tikrą poveikį ir jo... Ir kad berniukai būtų eduoti ir apie tai, kaip išvengti, kodėl tai vyksta, kaip tai vyksta, kaip tai atpažinti ir taip pat galbūt dar viena diskusija būtų ką daryti, jeigu pastebėjai, kad tavo draugas smurtauja, kaip su tuo draugu kalbėti, kaip su juo bendrauti, kam pranešti?” (DM5).

Taip pat jaunuolių buvo siūloma, kad informacinių technologijų pamokose būtų aptariami pavojai, susiję su dirbtiniu intelektu ir socialiniais tinklais, galinčiais lemti ir turėti įtakos smurtinėms situacijoms. Mokymai jaunimui apie žalingus ir smurtinius santykius turėtų vykti mišrioje grupėje, kuriose, skatinant dialogą (pvz., diskusijose ratu), būtų ugdomi empatija ir abipusis supratimas.

Bendraamžių įtaka taip pat išryškėjo kaip svarbus veiksnys. Nors vertinama savarankiška nuomonė, daugelis diskusijos dalyvių pripažino, kad bendraamžių nuomonė jiems yra svarbi. Pasiatikėjimas bendraamžių nuomone dažnai yra didesnis nei suaugusiųjų, todėl bendraamžių iniciuotos kampanijos ar diskusijos gali būti itin veiksmingos. Jaunimas nori būti įtrauktas į turinio kūrimą ir sklaidą, nes tai leidžia jiems jaustis išgirstiems ir svarbiems, bet nepamiršti, kad „Reikia

skelbti svetaines ar kontaktus, į kuriuos būtų galima kreiptis“ (MM2).

Susistemintos diskusijos dalyvių nuomonės apie bendraamžių įtaką ir švietimo poreikį yra pateiktos 7 lentelėje.

7 lentelė. Informantų nuomonė apie bendraamžių įtaką ir mokymų poreikį

	Citatos iš diskusijų grupės
Bendraamžių įtaka	„Labai didelė vertybė – turėti savo nuomonę ir jos laikytis“ (MM4). „Labiau pasitikėčiau bendraamžių nuomone nei suaugusiųjų“ (MM5). „Draugų nuomonė tokiems dalykams neturėtų daryti įtakos“ (MV3). „Manau, kad visuomet yra gerai išklaudyti, ką turi pasakyti tiek draugai. Tiek draugai mūsų turėtų išklaudyti, tiek mes draugų, bet manau, kad šiais laikais labai didelė vertybė yra turėti savo nuomonę ir savo nuomonės laikytis, o ne klausyti kažko ir eiti palei kitų nuomonę ir pamiršti savo vidinius įsitikinimus“ (MM4).
Švietimas, mokymai	„Kaip kalbėti su draugu, kuris smurtauja?“ (DM5). „Reikia edukuoti berniukus... kaip atpažinti, kaip išvengti, kaip kalbėti su draugu, kuris smurtauja“ (DM5). „Paskaitos arba netgi dieninės kažkokios stovyklos būtų vaikinams tvarkytis su emocijomis“ (DM2). „Šitame dialoge turi dalyvauti visi... labai svarbu, kad vaikinai keistų savo elgesį“ (DM1). „Kai žmonės sėdi rate, o ne eilėmis, diskusija tampa efektyvesnė“ (DM2). „Nes aišku, kad jauniems žmonėms didžiausią įtaką daro tėvų nuomonė, ir manau, kad jeigu jau tėvai pasisako, jog tai yra rimta ir kad tu gali matyti daug neteisingos informacijos ir neteisingų kitų žmonių veiksmų, tai manau, kad automatiškai tos jaunos smegenėlės taip ir supranta, kad ne viskuo galima pasitikėti toje internetinėje erdvėje“ (DM2). „... turbūt mokykloje informacinių technologijų pamokos turėtų irgi būti susiję dabar su dirbtinio intelekto gebėjimais. Pavyzdžiui, tai aš manau, kad tai sukelia dar daugiau pavojų ir grėsmių būtent socialiniuose tinkluose – ir net ir su smurtiniais atvejais susijusių. Tai manau, kad būtent mokykloje per tam skirtas pamokas arba diskusijas vyresnių klasių moksleiviams irgi taip pat galima būtų pakankamai informatyviai, bet taip pat paveikiai ir tiesiog išugdyti įgūdžius, kad jie galėtų atpažinti“ (DM3). „Jei tu pakeli ranką ir smurtauji prieš merginą, kaip ir pažemini, parodai, kad ji silpnoji lytis, ir parodai kaip ir psichologinį silpnumą“ (DV1).

IŠVADOS

1. Jaunimas dažnai neatpažįsta žalingų santykių dėl švietimo stokos, smurto normalizavimo ir emocinės priklausomybės.
2. Gėda, izoliacija ir pasitikėjimo savimi stoka apsunkina sprendimą pasitraukti iš smurtinių santykių. Švietimas, emocinio raštingumo ugdymas ir palaikymo tinklas yra pagrindiniai veiksniai, galintys padėti įveikti šiuos sunkumus.
3. „Instagram“ įvardyta kaip efektyviausia platforma edukacijai vykdyti, tačiau pažymėtina, kad jaunimui itin svarbus turinio nuoširdumas. Nuomonės formuotojų įtaka jaunuoliams priklauso nuo jų kuriamo turinio autentiškumo.
4. Informacijos šaltiniai turi būti ne tik patikimi, bet ir emociškai įtraukiantys. Labiausiai paveikūs yra trumpi, emociingi, vizualiai patrauklūs vaizdo įrašai, paremti tikromis, autentiškomis istorijomis.
5. Artimųjų ir bendraamžių palaikymas yra vienas svarbiausių veiksnių priimant sprendimą pasitraukti iš žalingų, smurtinių santykių. Sprendimui išeiti iš smurtinių santykių turi įtakos ne tik informacijos apie smurtinių santykių požymius bei atpažinimą prieinamumas, bet ir aplinkinių supratingumas bei pasitikėjimas savimi.
6. Jaunimas nori būti aktyvia informacijos sklaidos proceso dalimi, o ne tik pasyviais jos gavėjais. Diskusijų dalyvių nuomone, interaktyvios kampanijos, kuriamos įsitraukiant jaunimą, yra veiksmingesnės. Be to, jaunimas labiau pasitiki bendraamžių iniciatyvomis nei oficialiomis kampanijomis.

REKOMENDACIJOS:

1. Kurti trumpą, vizualiai patrauklų turinį „Instagram“ platformoje.
2. Kurti trumpus, emociškai ir vizualiai patrauklius vaizdo įrašus, skirtus ir kitoms socialinėms platformoms.
3. Švietėjiškose kampanijose tikslinga naudoti realias patirtis ar istorijas, leidžiančias jaunimui lengviau atpažinti save tokiose situacijose.
4. Skatinti jaunimą dalytis asmeninėmis istorijomis, kurios kuria emocinį ryšį.
5. Į švietėjiškas kampanijas įtraukti nuomonių formuotojus (influencerius), turinčius asmeninės patirties ar ekspertinių žinių, užtikrinti, kad turinys būtų nuoširdus ir nekomercinis.
6. Naudoti interaktyvius formatus – viktorinas, balsavimus, žaidimus.
7. Naudoti jaunimui atpažįstamus simbolius ir kalbą (pvz., raudonos vėliavėles).
8. Akcentuoti, kad pagalbos ieškojimas yra normalus ir drąsus veiksmas, o ne silpnumo požymis.
9. Skatinti bendraamžių iniciatyvas, grindžiamas pasitikėjimu ir savitarpio pagalba.
10. Viešinti pagalbos kontaktus (pvz., internetines svetaines, telefono linijas) aiškiai ir prieinamai.
11. Organizuoti mokyklose ir jaunimo centruose mišrias švietėjiškas diskusijas, įtraukiant merginas, vaikus ir nebinarinius asmenis.
12. Kelti jaunimo emocinį raštingumą, mokyti apie savivertę, sveikus santykius bei skaitmeninį saugumą nuo ankstyvo amžiaus (vaikystės).