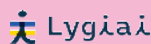


METODOLOGINĖ PRIEMONĖ:

KAIP ATPAŽINTI IR REAGUOTI Į SMURTĄ PRIEŠ LBT MOTERIS IR NEBINARINĖS LYTINĖS TAPATYBĖS ASMENIS



**Metodologinė priemonė: kaip
atpažinti ir reaguoti į smurtą
prieš LBT moteris ir
nebinarinės lytinės tapatybės
asmenis.**

Leidėjas: **Nacionalinė LGBT
teisių organizacija LGL**

Odminių g. 11-4, 01122 Vilnius
www.lgl.lt
office@gay.lt
ISBN: 978-609-420-871-3

Leidinyi parengtas
bendradarbiaujant su projekto
organizacijomis partnerėmis:
asociacija „Lygiai“, VšĮ „Stebėk
teises“ ir VšĮ „Valandėlė sau“.

Leidinio bibliografinė
informacija pateikiama
Lietuvos nacionalinės Martyno
Mažvydo bibliotekos
Nacionalinės bibliografijos
duomenų banke (NBDB).

Nemokamas leidinyi.

Tiražas – 100 egz.

Spausdino: „Petro ofsetas“

Naujoji Riovonių g. 25C, 03153
Vilnius

Ši metodinė medžiaga parengta įgyvendinant projektą „Matomos (-i) ir girdimos (-i): atsakas smurtui lyties pagrindu LBT moterų bei nebinarinės lytinės tapatybės asmenų atžvilgiu“ (Nr. GR-001-LT).

Projektu siekiama prisidėti prie saugesnės ir įtraukesnės visuomenės kūrimo bei stiprinti pagalbos mechanizmus LBT moterims, patiriančioms smurtą dėl lyties.



**Finansuoja
Europos Sąjunga**

Finansuojama Europos Sąjungos lėšomis. Tačiau išreiškiamas požiūris ar nuomonė yra tik autoriaus ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar Europos Komisijos požiūrį ar nuomonę. Nei Europos Sąjunga, nei Europos Komisija negali būti laikoma už juos atsakinga.

TURINYS

1. Įvadas 6

- 1.1. Projektas, metodologinės medžiagos tikslas ir paskirtis **6**
- 1.2. Tikslinių grupių apžvalga **7**
- 1.3. Kodėl ši tema svarbi specialistams **8**
- 1.4. Kaip naudotis šia metodine priemone **9**

2. Pagrindinės sąvokos ir apibrėžimai 10

- 2.1. Seksualinė orientacija **10**
- 2.2. Lytinė tapatybė **11**
- 2.3. Lyties raiška **11**
- 2.4. Smurto rūšys **12**
- 2.5. Diskriminacija ir neapykantos nusikaltimai **13**

3. Smurto prieš LBT moteris ir nebinarinius asmenis specifika 15

- 3.1. Dažniausios smurto formos **15**

- 3.2. „Nematomumo“ instituciniu lygmeniu problema **16**
- 3.3. Daugialypės diskriminacijos aspektai **17**
- 3.4. Kliūtys kreipiantis pagalbos **17**

4. Rizikos veiksniai ir pažeidžiamumas 19

- 4.1. Socialiniai, kultūriniai ir instituciniai veiksniai **19**
- 4.2. Smurto artimoje aplinkoje specifika **19**

5. Kaip atpažinti smurtą 21

- 5.1. Pagrindiniai požymiai **21**
- 5.2. Elgesio, emociniai ir socialiniai signalai **21**
- 5.3. Praktiniai pavyzdžiai **22**

6. Kaip tinkamai reaguoti 23

- 6.1. Pirmasis kontaktas su nukentėjusiaja **23**

6.2. Saugaus ir pagarbaus bendravimo principai **24**

6.3. Kaip užtikrinti konfidencialumą **24**

6.4. Antrinė viktimizacija **25**

6.5. Praktiniai reagavimo žingsniai **25**

7. Institucijų vaidmuo ir bendradarbiavimas 27

7.1. Socialinių tarnybų funkcijos **27**

7.2. Policijos vaidmuo **27**

7.3. Tarpinstitucinis bendradarbiavimas **28**

8. Teisinis reglamentavimas 29

8.1. Nacionaliniai teisės aktai **29**

8.2. Tarptautiniai žmogaus teisių standartai **31**

8.3. Smurto ir diskriminacijos reglamentavimas **33**

8.4. Aukų teisės **35**

9. Komunikacija ir jautrumo didinimas 39

9.1. Įtrauki kalba **39**

9.2. Kaip kurti saugią aplinką institucijose **39**

9.3. Darbuotojų kompetencijų stiprinimas **39**

9.4. Stereotipų mažinimas **39**

10. Naudingi kontaktai ir resursai 40

10.1. Pagalbos linijos **40**

10.2. Krizių centrai **41**

10.3. LGBTI teisių organizacijos **41**

11. Priedas. Komiksai 43

1. Įvadas

1.1. Projektas, metodologinės medžiagos tikslas ir paskirtis

Ši metodinė priemonė parengta įgyvendinant projektą „Matomos (-i) ir girdimos (-i): atsakas smurtui lyties pagrindu LBT moterų bei nebinarinės lytinės tapatybės asmenų atžvilgiu“. Projektas siekia spręsti Lietuvoje egzistuojančią, bet dažnai nematomą problemą – sisteminį smurtą, nukreiptą prieš LBT moteris ir nebinarinius asmenis. Nors tikslų duomenų Lietuvoje trūksta, Europos Sąjungos Pagrindinių teisių agentūros atlikti tyrimai rodo, kad 60-80 proc. LGBTI asmenų, patyrusių smurtą, niekur nesikreipia, nes netiki, kad jais bus tikima. Tai rodo, kad mūsų paramos aukoms sistema šių atvejų tiesiog neužfiksuoja. Nors smurtas dėl lyties Lietuvoje yra pripažįstamas kaip socialinė problema, į LBT moterų ir nebinarinių asmenų patirtis dažnai nėra atsižvelgiama formuojant politiką ar praktinio reagavimo į smurtą praktiką. Dėl šios priežasties susidaro situacija, kai dalis nukentėjusiųjų lieka už paramos sistemos ribų. Šia metodine priemone siekiama užpildyti šią spragą.

Jos tikslas – suteikti specialistams žinių, įgūdžių ir praktinių gairių, leidžiančių geriau suprasti smurto specifiką ir tinkamai reaguoti. Priemone taip pat siekiama stiprinti institucijų gebėjimą veikti nuosekliai ir jautriai, mažinant diskriminacijos riziką. Ji orientuota ne tik į reagavimą, bet ir į prevenciją. Metodika padeda atpažinti ankstyvuosius smurto signalus ir užkirsti kelią jo eskalacijai.

Šios medžiagos paskirtis yra praktinė. Ji gali būti naudojama kaip kasdienio darbo vadovas, mokymų pagrindas ar institucinių procedūrų tobulinimo įrankis. Be to, ji pasitelkia sisteminį požiūrį į problemą. Tai reiškia, kad smurtas suprantamas ne tik kaip individualus atvejis, bet ir kaip struktūrinių veiksnių pasekmė.

1.2. Tikslinių grupių apžvalga

LBT moterys ir nebinarinės lytinės tapatybės asmenys pasižymi didesniu pažeidžiamumu dėl daugialypės diskriminacijos. Šių asmenų patirtys formuojasi kelių socialinių tapatybių sankirtoje. Tai reiškia, kad jie gali patirti diskriminaciją vienu metu dėl lyties, seksualinės orientacijos ir lytinės tapatybės. Tokia tapatybių sankirta didina smurto riziką ir apsunkina galimybes gauti pagalbą.

Lesbietės ir biseksualios moterys dažnai susiduria su smurtu artimoje aplinkoje, kuris nėra atpažįstamas dėl stereotipų. Vis dar vyrauja įsitikinimas, kad smurtas vyksta tik heteroseksualiuose santykiuose. Dėl to tokie atvejai gali būti ignoruojami arba netinkamai interpretuojami.

Translytės moterys ir nebinariniai asmenys susiduria su papildomais iššūkiais. Jie dažnai patiria ne tik smurtą, bet ir institucijų nesupratimą ar netinkamą elgesį. Tai gali pasireikšti netinkamu įvardžių vartojimu, lytinės tapatybės neatitikimu asmens tapatybės dokumentuose ar paslaugų neprieinamumu.

Svarbu pabrėžti, kad ši grupė nėra vienalytė. Patirtys skiriasi priklausomai nuo amžiaus, regiono, socialinės padėties ar migracijos statuso. Todėl būtina taikyti individualizuotą požiūrį. Specialistai turėtų vengti apibendrinimų ir vertinti kiekvieną situaciją individualiai, atsižvelgiant į kontekstą.

1.3. Kodėl ši tema svarbi specialistams

Ši tema yra itin svarbi, nes specialistai dažnai yra pirmasis kontaktas nukentėjusiajam. Jų reakcija gali turėti lemiamą įtaką tolimesniems sprendimams. Jei reakcija yra nejautri ar neprofesionali, asmuo gali daugiau nebesikreipti pagalbos. Tai didina smurto tęstinumo riziką.

Vienas pagrindinių iššūkių – kompetencijų trūkumas. Daugelis specialistų nėra apmokyti dirbti su LBT moterimis ar nebinarinės lytinės tapatybės asmenimis. Dėl to kyla nesusipratimų, kurie gali būti interpretuojami kaip diskriminacija.

Taip pat svarbi antrinės viktimizacijos rizika. Ji pasireiškia tada, kai nukentėjusysis patiria papildomą žalą dėl institucijų veiksmų. Tai gali būti kaltinimas, abejojimas ar problemos nuvertinimas.

Tinkamai parengti specialistai gali reikšmingai pagerinti situaciją. Jie gali sukurti saugią aplinką, paskatinti kreiptis pagalbos ir prisidėti prie smurto mažinimo.

1.4. Kaip naudotis šia metodine priemone

Ši metodinė priemonė sukurta kaip praktinis įrankis. Ji gali būti naudojama kasdieniame darbe su klientais.

Ji taip pat tinkama mokymams. Mokymų metu galima analizuoti situacijas, diskutuoti ir ugdyti praktinius įgūdžius. Tai padeda geriau įsisavinti informaciją.

Priemonė gali būti pasitelkiama ir instituciniu lygmeniu. Ji padeda peržiūrėti esamas procedūras ir jas tobulinti. Tai ypač svarbu siekiant nuoseklumo.

Svarbu, kad ši metodika būtų naudojama ne tik kaip informacinė medžiaga. Ji turėtų tapti kasdienės praktikos dalimi. Tokiu būdu galima pasiekti realių pokyčių.

2. Pagrindinės sąvokos ir apibrėžimai

2.1. Seksualinė orientacija

Seksualinė orientacija (angl. „sexual orientation“) – asmens nuolatinis gebėjimas jausti gilius romantinius, emocinius ir (ar) fizinius jausmus kitiems asmenims ar trauką jiems. Apima hetero-, homo-, bi-, pan- ir aseksualumą, taip pat daugybę kitų seksualinės orientacijos išraiškų.¹

Lesbietė yra moteris, kuri jaučia seksualinę ir (ar) emocinę trauką moterims. **Biseksualios moterys** jaučia seksualinę ir (ar) emocinę trauką tiek vyrams, tiek moterims.

Svarbu suprasti, kad seksualinė orientacija nėra pasirinkimas. Ji yra natūrali žmogaus savybė. Tačiau visuomenėje vis dar egzistuoja stereotipai, kurie lemia diskriminaciją.

Dėl šių stereotipų LBT moterys dažnai patiria smurtą. Jis gali būti tiek fizinis, tiek psichologinis.

Specialistams svarbu nevertinti ir nedaryti prielaidų. Kiekvienas asmuo turi teisę į savo tapatybę.

1 CEB/2023/HCLM/29/Annex I, p. 30 (iš UNICEF / IOM Glossary).

2.2. Lytinė tapatybė

Lytinė tapatybė (angl. „gender identity“) apibūdina unikalų kiekvieno asmens lyties pajautimą bei su tuo susijusį savęs (ne)priskyrimą konkrečiai lyčiai. Lytinė tapatybė formuojasi bei kinta biologinės lyties, socialinės lyties ir lytinės raiškos patirčių pagrindu. Lytinės tapatybės pajautimas tam tikrais atvejais turi įtakos asmens santykiui su savo kūnu bei fizine išvaizda. Dėl šios priežasties gali būti atliekamos tam tikros fizinės išvaizdos koregavimo procedūros, potencialiai apimančios ir medicininės bei chirurgines procedūras.

Translytė moteris yra moteris, kurios lytinė tapatybė neatitinka gimimo momentu priskirtos lyties.

Nebinarinės lytinės tapatybės asmuo (angl. „non-binary“) yra skėtinis terminas, apibūdinantis žmones, kurie save apibrėžia už binarinės vyro-moters lyčių sistemos ribų. Kai kurie nėra vienai lyčiai savęs nepriskiriantys asmenys save priskiria prie translyčių asmenų, o kai kurie ne.

Translyčių moterų ir nebinarinės lytinės tapatybės asmenų tapatybės dažnai ignoruojamos. Tai gali lemti diskriminaciją ir smurtą.

Svarbu gerbti asmens tapatybę. Pagarba apima ir tinkamų įvardžių vartojimą.

2.3. Lyties raiška

Lyties raiška (angl. „gender expression“) – būdas, kaip žmogus išoriškai išreiškia savo lytinę tapatybę. Tai apima tokius dalykus kaip apranga, šukuosena, kūno kalba, balso tembras ar bendras elgesys – kitaip tariant, viską, ką kiti žmonės gali pastebėti ir pagal ką susidaro įspūdį apie žmogaus lytį.

Ši raiška yra labai individuali ir yra glaudžiai susijusi su tuo, kaip žmogus pats save suvokia, tačiau ji nebūtinai sutampa su visuomenėje įprastais „vyriškumo“ ar „moteriškumo“ standartais. Dėl to du žmonės, turintys tą pačią lytinę tapatybę, gali save išreikšti visiškai skirtingai.

Lyties raiška gali neatitikti visuomenės normų. Dėl to asmenys gali patirti neigiamą reakciją.

Lyties raiška neturi būti vertinama ar ribojama. Ji yra žmogaus saviraiškos dalis.

2.4. Smurto rūšys

Smurtas gali būti suprantamas plačiai ir apima:

- » **Fizinis smurtas:** fizinė žala, padaryta mušant, spardant ar atliekant bet kokius kitus veiksmus, kurie fiziškai sužaloja asmenį;
- » **Psichologinis smurtas:** veiksmai ar žodžiai, sukeltys emocinę žalą ir paveikiantys asmens psichologinę gerovę (nuolatinė kritika, grasinimai, manipuliacija, kontrolė, kt.);
- » **Ekonominis smurtas:** finansinių resursų (darbo, pinigų) kontroliavimas ar ribojimas, siekiant padaryti asmenį finansiškai priklausomą nuo kito asmens;
- » **Seksualinis smurtas:** bet koks seksualinis veiksmas be sutikimo, įskaitant nepageidaujamą seksualinį kontaktą bei prievartą;
- » **Seksualinis priekabiavimas:** nepageidaujamas seksualinis elgesys, komentarai ar gestai;

- » **Persekiojimas:** pasikartojantis, nepageidaujamas dėmesys ar asmens sekimas, dėl kurio asmuo jaučiasi išsigandęs ar nesaugus;
- » **Priverstinė santuoka:** asmens vertimas tuoktis prieš jo valią, naudojant spaudimą, grasinimus ar emocinę manipuliaciją.
- » **Priverstinė sterilizacija:** medicininės procedūros, po kurios asmuo nebegalės pastoti, atlikimas be pilno ir informuoto sutikimo.

2.5. Diskriminacija ir neapykantos nusikaltimai

Tiesioginė diskriminacija: kai su asmeniu elgiamasi mažiau palankiai nei su kitais dėl jo seksualinės orientacijos, lytinės tapatybės ar lyties požymių.

Netiesioginė diskriminacija: kai dėl akivaizdžiai neutralios nuostatos ar praktikos asmenys dėl savo seksualinės orientacijos, lytinės tapatybės ar lyties požymių atsiduria nepalankesnėje padėtyje nei kiti.

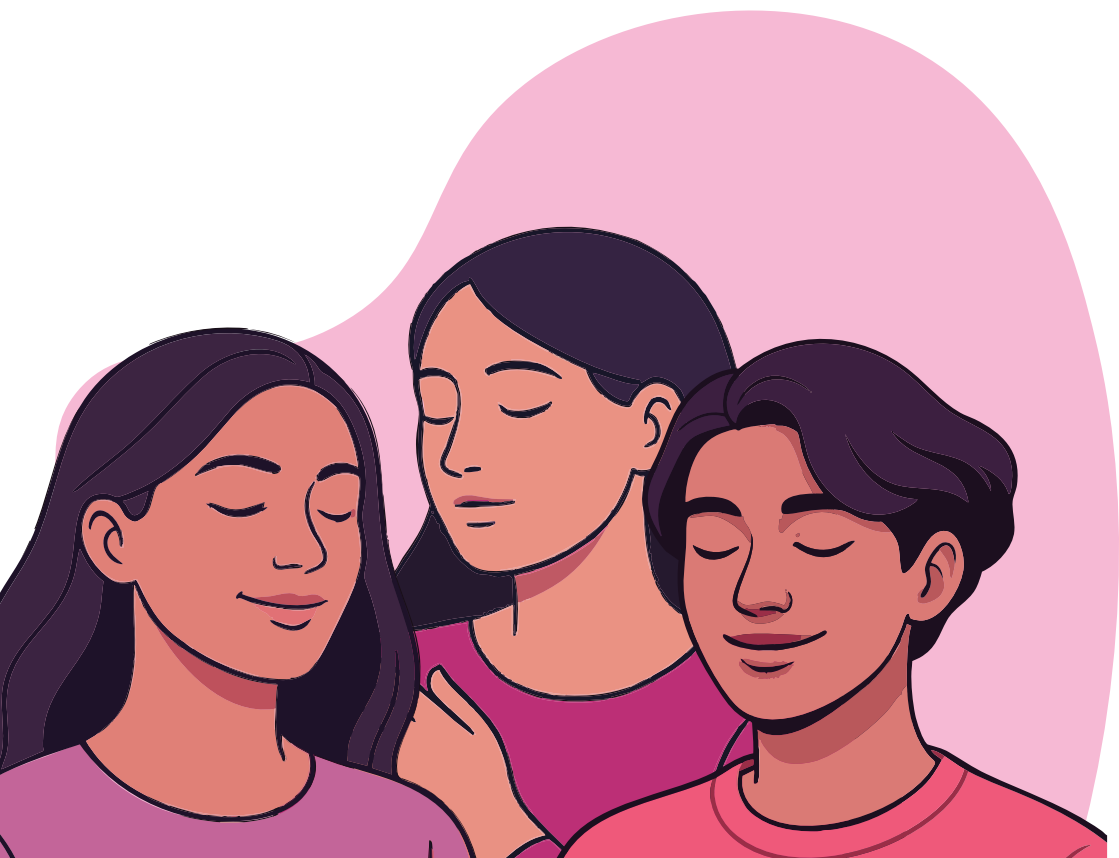
Daugialypė diskriminacija: diskriminacija dėl kelių pagrindų.

Neapykantos nusikaltimai yra nusikalstamos veiklos, kurios padaromos dėl neapykantos ar išankstinio nusistatymo prieš tam tikras žmonių grupes. Kad nusikaltimas būtų laikomas neapykantos nusikaltimu, jis turi atitikti du kriterijus: pirma, incidentas turi būti laikomas nusikaltimu pagal baudžiamąją teisę; antra, incidentas turi būti pagrįstas neapykanta.

Neapykantos incidentas yra bet koks incidentas, kuris grindžiamas kažkieno išankstiniu nusistatymu dėl asmens rasės, religijos, seksualinės orientacijos, lytinės tapatybės,

negalios ar kitų pagrindų. Ne visi neapykantos atvejai prilyginami nusikalstamoms veikoms, tačiau ne mažiau svarbu, kad apie juos būtų pranešta policijai. Neapykantos nusikaltimų rūšys: fizinis užpuolimas; žodinis priekabiavimas, įskaitant grasinimus ir pravardžiavimą; neapykantos kurstymas.

Šie reiškiniai dažnai susiję su smurtu.



3. Smurto prieš LBT moteris ir nebinarinius asmenis specifika

3.1. Dažniausios smurto formos

Smurtas prieš LBT moteris ir nebinarinius asmenis dažnai pasižymi specifinėmis formomis, kurios nėra būdingos arba rečiau atpažįstamos kitose grupėse. Viena iš tokių formų yra kontrolė, susijusi su asmens tapatybės atskleidimu. Smurtautojas(-a) gali grasinti „atskleisti“ nukentėjusiosios seksualinę orientaciją ar lytinę tapatybę šeimai, darbdaviui ar visuomenei. Tokia kontrolė ypač stipri aplinkose, kuriose vyrauja stigma ar diskriminacija.

Taip pat dažnas psichologinis smurtas, nukreiptas į asmens tapatybę. Tai gali būti nuolatinis tapatybės neigimas, žeminimas ar bandymas „pakeisti“ asmenį. Tokios praktikos gali būti susijusios ir su vadinamosiomis „konversinėmis praktikomis“, kurios daro didelę žalą psichinei sveikatai.

Smurtas artimoje aplinkoje šiose grupėse dažnai lieka nepastebėtas. Vis dar gajus įsitikinimas, kad smurtas egzistuoja tik heteroseksualiuose santykiuose. Dėl to tiek nukentėjusiosios, tiek specialistai gali neatpažinti situacijos kaip smurto.

Be to, LBT moterys ir nebinariniai asmenys dažniau patiria viešą smurtą, įskaitant priekabiavimą, grasinimus ar fizinius išpuolius. Tokie atvejai dažnai susiję su neapykantos motyvais ir gali vykti viešose erdvėse, darbo vietose ar švietimo įstaigose.

3.2. „Nematomumo“ instituciniu lygmeniu problema

Vienas iš esminių iššūkių yra smurto „nematomumas“. Institucijos dažnai neturi sisteminių mechanizmų, leidžiančių identifikuoti LBT moterų ir nebinarinių asmenų patirtis. Duomenų apie šias grupes trūkumas lemia, kad problema nėra tinkamai įvertinama nei politikos formavimo, nei praktinio reagavimo lygmeniu.

Dėl standartizuotų procedūrų trūkumo specialistai dažnai remiasi bendromis smurto atpažinimo schemomis, kurios neapima šių grupių specifikos. Tai lemia situacijas, kai smurtas lieka neatpažintas arba netinkamai interpretuojamas.

Nematomumas taip pat pasireiškia įstaigų dokumentacijoje. Paramą teikiančių institucijų formos ir klausimynai dažnai nenumato galimybės identifikuoti neheteroseksualių santykių ar nebinarinių tapatybių. Tai dar labiau apsunkina situacijos vertinimą.

Dėl šių priežasčių nukentėjusiosios gali jaustis nematomos ir nesuprastos. Tai mažina jų pasitikėjimą institucijomis bei norą kreiptis pagalbos ateityje. Be to, tokia situacija gali versti LBT asmenis jaustis nesaugiai atskleidžiant savo tapatybę, nes dokumentuose nenumatyti ar neįvardyti tapatybės variantai gali sudaryti įspūdį, kad ir pati aplinka ar institucija nėra LBT asmenims draugiška.

3.3. Daugialypės diskriminacijos aspektai

LBT moterys ir nebinarinės lytinės tapatybės asmenys dažnai patiria daugialypę diskriminaciją. Tai reiškia, kad diskriminacija vyksta ne vienu, o keliais pagrindais vienu metu. Pavyzdžiui, asmuo gali patirti diskriminaciją dėl lyties ir tuo pačiu dėl seksualinės orientacijos ar lytinės tapatybės.

Ši tapatybių sankirta sukuria papildomą pažeidžiamumą. Smurtas tokiomis atvejais yra sudėtingesnis, nes jis susijęs su keliomis socialinėmis tapatybėmis. Tai apsunkina ir pagalbos teikimą, nes standartinės intervencijos gali būti nepakankamos.

Papildomi veiksniai, tokie kaip negalia, migracijos statusas ar ekonominė padėtis, gali dar labiau sustiprinti pažeidžiamumą. Todėl būtina vertinti situaciją kompleksiskai.

Specialistams svarbu suvokti šią tapatybių sankirtą ir neapriboti problemos tik vienu pagrindu. Tik taip galima užtikrinti adekvatų reagavimą.

3.4. Kliūtys kreipiantis pagalbos

Viena iš pagrindinių problemų yra tai, kad nukentėjusios dažnai nesikreipia pagalbos. Tam yra kelios priežastys. Pirmiausia – baimė būti nesuprastoms ar patirti diskriminaciją. Daugelis jų jau turi ankstesnių neigiamų patirčių su institucijomis.

Taip pat svarbus veiksnys yra stigma. Asmenys gali bijoti, kad jų tapatybė bus atskleista be jų sutikimo. Tai ypač aktualu mažesniuose miestuose ar bendruomenėse.

Nepasitikėjimas institucijomis yra dar viena reikšminga kliūtis. Jei institucijos laikomos nejautriomis ar diskriminuojančiomis,

kreipimasis pagalbos tampa mažiau tikėtinas.

Be to, trūksta informacijos apie prieinamas paslaugas.

Daugelis nukentėjusiųjų nežino, kur kreiptis ar kokią pagalbą gali gauti. Tai patvirtina naujausi Europos Pagrindinių Teisių Agentūros duomenys: 51 proc. trans moterų, 19 proc. trans vyrų ir 22 proc. nebinarinės ir kitos lytinės tapatybės žmonių per pastaruosius 12 mėnesių jautėsi diskriminuojami darbe arba ieškant darbo, tačiau daugiau nei 90 proc. jų neieškojo pagalbos². Lietuvos kontekste šią problemą stiprina tai, kad lytinė tapatybė ir lyties raiška į nacionalinę teisinę sistemą nėra įtraukti kaip atskiri nediskriminavimo pagrindai³, o nacionalinis tyrimas parodė, kad patys translyčiai ir nebinarinės lytinės tapatybės asmenys išreiškė stipriausią mokymų apie teises galimybes ir teisinę apsaugą (M = 4,37 iš 5), darbo teisę (M = 4,33) ir LGBTQIA+ organizacijas (M = 4,31) poreikį⁴.

2 European Union Agency for Fundamental Rights (FRA), 2024, LGBTIQ Survey III data explorer, <https://fra.europa.eu/en/publications-and-resources/data-and-maps/2024/eu-lgbtq-survey-iii>.

3 Rūkaitė, K., 2025, Transcending Barriers: Translyčių asmenų įtraukties darbovietėje skatinimas. Nacionalinė apžvalga – Lietuva, Vytauto Didžiojo universitetas, p. 5.

4 Rūkaitė, K., 2025, Transcending Barriers: Translyčių asmenų įtraukties darbovietėje skatinimas. Nacionalinė apžvalga – Lietuva, Vytauto Didžiojo universitetas, p. 14.

4. Rizikos veiksniai ir pažeidžiamumas

4.1. Socialiniai, kultūriniai ir instituciniai veiksniai

Smurto riziką lemia ne tik individualūs santykiai, bet ir platesnis socialinis kontekstas. Neigiamos visuomenės nuostatos, homofobija, bifobija ir transfobija kuria aplinką, kurioje smurtas tampa labiau toleruojamas arba ignoruojamas.

Kultūriniai stereotipai taip pat prisideda prie problemos. Jie gali formuoti klaidingą suvokimą apie santykius ir smurto pobūdį. Pavyzdžiui, įsitikinimas, kad „moterys nesmurtauja“, gali lemti smurto neigimą tos pačios lyties santykiuose.

Instituciniai veiksniai apima procedūrų trūkumą, kompetencijų stoką ir netinkamą komunikaciją. Jei institucijos nėra pasirengusios dirbti su šiomis grupėmis, jos gali netyčia prisidėti prie žalos.

Šių veiksnių visuma sukuria sisteminę aplinką, kurioje smurtas tampa sunkiau atpažįstamas ir sprendžiamas.

4.2. Smurto artimoje aplinkoje specifika

Smurtas artimoje aplinkoje LBT moterų ir nebinarinių asmenų atžvilgiu turi specifinių bruožų. Vienas iš jų – kontrolė per tapatybės atskleidimą. Smurtautoja (-s) gali naudoti šią informaciją kaip spaudimo priemonę.

Taip pat dažna socialinė izoliacija. Nukentėjusioji gali būti atskiriama nuo bendruomenės ar paramos tinklo. Tai apsunkina galimybes ieškoti pagalbos.

Emocinė manipuliacija taip pat yra dažna. Ji gali būti susijusi su kaltės jausmo kūrimu ar savivertės menkinimu.

Svarbu suprasti, kad tokios smurto formos gali būti mažiau matomos, tačiau jų poveikis yra itin stiprus.



5. Kaip atpažinti smurtą

5.1. Pagrindiniai požymiai

Smurtą galima atpažinti pagal tam tikrus požymius, tačiau jie ne visada yra akivaizdūs. Nukentėjusioji gali rodyti baimę, nerimą ar vengimą kalbėti apie santykius.

Kartais pasireiškia fiziniai požymiai, tačiau dažniausiai tai yra emociniai ar elgesio pokyčiai. Todėl svarbu stebėti visumą.

5.2. Elgesio, emociniai ir socialiniai signalai

Elgesio pokyčiai gali apimti atsitraukimą nuo socialinės aplinkos, sumažėjusį aktyvumą ar vengimą bendrauti. Emociniai signalai dažnai apima gėdą, kaltę ar bejėgiškumą.

Socialiniu lygmeniu gali būti pastebima izoliacija. Asmuo gali nutraukti ryšius su artimaisiais ar bendruomene.

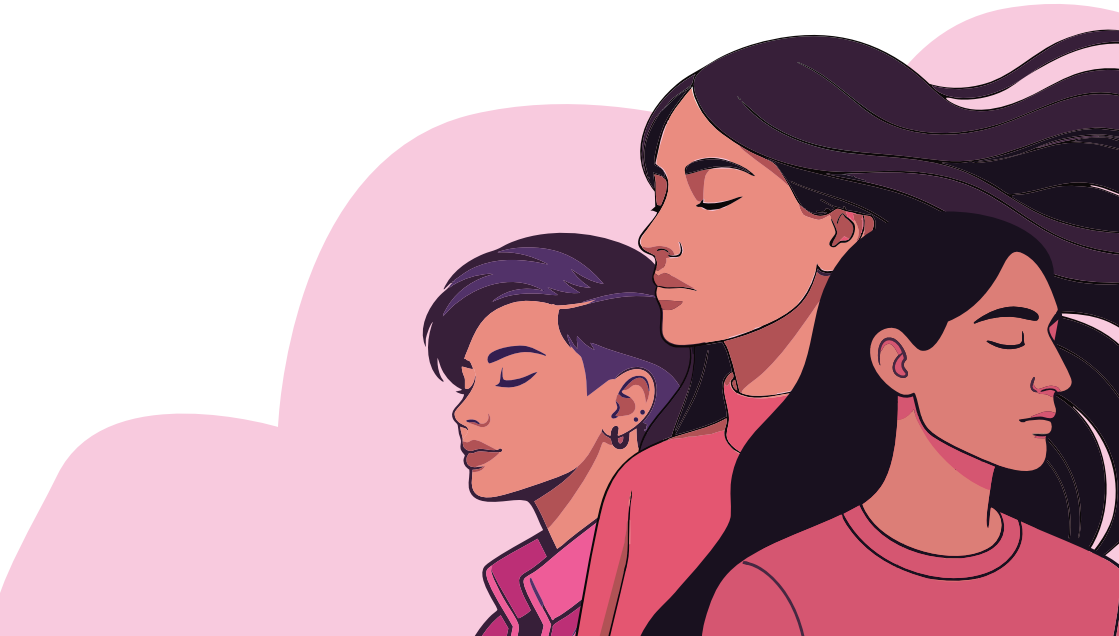
Šie signalai dažnai yra subtilūs, todėl svarbu juos vertinti platesniame kontekste.

5.3. Praktiniai pavyzdžiai

Praktikoje smurtas gali pasireikšti įvairiai. Pavyzdžiui, asmuo gali nuolat tikrinti partnerės telefoną, riboti jos judėjimą ar drausti bendrauti su kitais.

Kitas pavyzdys – nuolatinis žeminimas ar grasinimai atskleisti tapatybę. Taip pat gali pasitaikyti ekonominė kontrolė ar seksualinis spaudimas.

Svarbu, kad specialistai gebėtų atpažinti šias situacijas kaip smurtą.



6. Kaip tinkamai reaguoti

6.1. Pirmasis kontaktas su nukentėjusiaja

Pirmasis kontaktas su nukentėjusiaja yra vienas svarbiausių momentų visame pagalbos teikimo procese. Nuo to, kaip specialistas reaguoja pirmo susitikimo metu, dažnai priklauso, ar asmuo jausis saugus ir ar bus pasirengęs toliau bendradarbiauti. Nukentėjusioji gali būti patyrusi ne tik smurtą, bet ir neigiamas patirtis institucijose, todėl gali būti įsitempusi, nepasitikinti specialistais ar jausti baimę.

Svarbu sukurti aplinką, kurioje žmogus jaustųsi išgirstas. Tai reiškia ne tik klausytis, bet ir parodyti, kad pasakojimas yra svarbus ir priimamas rimtai. Specialistui būtina vengti skubėjimo ar per greito problemos „sprendimo“, nes pradžioje svarbiausia yra saugumo ir pasitikėjimo kūrimas.

Pirmasis sakinytis galėtų būti, pavyzdžiui: „Aš esu čia, kad jus išklausyčiau ir padėčiau užtikrinti jūsų saugumą. Viskas, ką pasakysite, liks konfidencialu.“

Taip pat svarbu leisti asmeniui pačiam nuspręsti, kiek jis nori atskleisti. Spaudimas kalbėti ar detalizuoti gali sukelti papildomą stresą. Reikia gerbti asmens ribas ir tempą.

Pirmojo kontakto metu rekomenduojama aiškiai įvardyti savo vaidmenį ir galimybes padėti. Tai padeda sumažinti nežinomybę ir suteikia struktūros jausmą.

6.2. Saugaus ir pagarbaus bendravimo principai

Saugus bendravimas prasideda nuo pagarbos. Specialistui svarbu gerbti asmens tapatybę, vartoti tinkamus įvardžius ir nevertoti diskriminuojančios ar stereotipinės kalbos. Net ir nedidelės klaidos gali turėti didelį poveikį pasitikėjimui.

Empatija yra esminis principas. Tai reiškia gebėjimą suprasti ir priimti žmogaus patirtį be vertinimo. Reikia vengti frazių, kurios gali sumenkinti jo patirtį, pavyzdžiui, „galbūt nebuvo taip blogai“.

Svarbu vengti daryti prielaidas. Negalima manyti, kad specialistas žino, ką žmogus patiria, vien žinodamas jo tapatybę. Kiekviena situacija yra unikali.

Bendravimas turėtų būti aiškus ir suprantamas. Reikia vengti sudėtingų terminų, kurie gali būti nesuprantami.

6.3. Kaip užtikrinti konfidencialumą

Konfidencialumas yra viena svarbiausių sąlygų kuriant pasitikėjimą. Nukentėjusiosios dažnai bijo, kad jų informacija bus atskleista be jų sutikimo, ypač jei tai susiję su jų seksualine orientacija ar lytine tapatybe.

Specialistas turi aiškiai nurodyti, kaip bus tvarkoma asmeninė informacija. Tai apima duomenų saugojimą, dalijimąsi informacija ir galimus išimtinus atvejus, kai informacija gali būti perduota trečiosioms šalims.

Svarbu gauti aiškų ir informuotą sutikimą prieš dalijantis bet kokia informacija su kitomis institucijomis. Asmuo turi suprasti, kaip bus tvarkomi jo duomenys.

Taip pat būtina užtikrinti tinkamą aplinką. Pokalbiai turėtų vykti saugioje, privačioje aplinkoje.

6.4. Antrinė viktimizacija

Antrinė viktimizacija vyksta tuomet, kai nukentėjusioji patiria papildomą žalą dėl institucijų veiksmų. Tai gali būti neigiama reakcija, aukos kaltinimas ar abejojimas ja.

Reikia vengti klausimų, kurie gali būti interpretuojami kaip kaltinantys auką, pavyzdžiui, „kodėl neišėjai anksčiau“. Tokie klausimai gali sustiprinti kaltės jausmą.

Taip pat svarbu nesiremti stereotipais. Pavyzdžiui, prielaida, kad tos pačios lyties santykiuose nėra smurto, yra klaidinga ir žalinga.

Negalima nuvertinti asmeninės patirties. Net jei situacija gali pasirodyti „nereikšminga“, ji gali turėti didelį poveikį asmeniui.

6.5. Praktiniai reagavimo žingsniai

Reagavimas turėtų būti nuoseklus ir struktūruotas. Pirmiausia reikia įvertinti saugumo situaciją. Jei yra tiesioginė grėsmė, būtina imtis skubių veiksmų, pavyzdžiui, nedelsiant skambinti skubiosios pagalbos tarnyboms, užtikrinti, kad nukentėjusioji patektų į saugią aplinką, ir, jei įmanoma, likti su ja iki atvyks pagalba.

Tik įsitikinus, kad asmens saugumas yra užtikrintas, galima pereiti prie tolimesnių pagalbos teikimo žingsnių.

Toliau svarbu suteikti informaciją apie galimas pagalbos

formas. Tai gali būti teisinė, psichologinė ar socialinė parama⁵.

Reikia aptarti galimus veiksmų scenarijus, tačiau sprendimus turi priimti pats asmuo. Specialistų vaidmuo yra padėti, o ne nuspręsti.

Svarbu užtikrinti tęstinumą. Pagalba neturėtų apsiriboti vienu kontaktu, todėl rekomenduojama iš anksto susitarti dėl tolimesnio bendravimo ir pasiūlyti pakartotinį susisiekimą po tam tikro laiko (pavyzdžiui, po kelių dienų ar savaitės). Toks tęstinis kontaktas padeda įvertinti situacijos pokyčius, sustiprina pasitikėjimą ir parodo, kad pagalba yra nuosekli bei prieinama.

5 Jei ieškote pagalbos ar papildomos informacijos, galite pasinaudoti šiais šaltiniais:

Prabilk – informacija ir pagalba nukentėjusiems nuo smurto artimoje aplinkoje: www.prabilk.lt

Visus specializuotos kompleksinės pagalbos centrų (SPC) kontaktus rasite čia: <https://socmin.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/seima-ir-vaikai/seimos-politika/smurto-artimoje-aplinkoje-prevencija/#SPC>

Visą parą teikiančių emocinės ir psichologinės paramos tarnybų kontaktai:

https://socmin.lrv.lt/public/canonical/1763977024/5863/Emocines_ir_psichologines_pagalbos_kontaktai_11.23.pdf

7. Institucijų vaidmuo ir bendradarbiavimas

7.1. Socialinių tarnybų funkcijos

Socialinės tarnybos atlieka svarbų vaidmenį teikiant ilgalaikę pagalbą. Jos dažnai yra pirmasis kontaktas ir koordinuoja pagalbos procesą.

Jos teikia emocinę, socialinę ir praktinę pagalbą. Taip pat padeda nukentėjusiajai orientuotis sistemoje.

Svarbu, kad socialinės tarnybos būtų jautrios LBT moterų ir nebinarinių asmenų patirtims. Tai reiškia gebėjimą atpažinti situacijos specifiškumą ir tinkamai reaguoti.

7.2. Policijos vaidmuo

Policija yra atsakinga už saugumo užtikrinimą. Ji dažnai yra pirmoji institucija, į kurią kreipiamasi smurto atveju.

Svarbu, kad policijos pareigūnai gebėtų atpažinti neapykantos motyvus. Tai turi įtakos tyrimo eigai.

Policija taip pat turi užtikrinti pagarbų bendravimą. Netinkamas elgesys gali sumažinti pasitikėjimą sistema.

7.3. Tarpinstitucinis bendradarbiavimas

Efektyvus reagavimas į smurtą reikalauja institucijų bendradarbiavimo. Viena institucija negali užtikrinti visapusiškos pagalbos.

Svarbu užtikrinti informacijos mainus, laikantis konfidencialumo principų. Taip pat būtina aiškiai apibrėžti atsakomybes.

Bendradarbiavimas leidžia užtikrinti nuoseklų pagalbos procesą ir sumažinti spragas.



8. Teisinis reklamentavimas

8.1. Nacionaliniai teisės aktai

8.1.1. Konstitucinis pagrindas

Lietuvos Respublikos Konstitucijos 29 straipsnis – pamatinis diskriminacijos draudimo šaltinis, kuriuo grindžiami visi žemiau nurodyti įstatymai. Straipsnyje nustatyta:

„Įstatymui, teismui ir kitoms valstybės institucijoms ar pareigūnams visi asmenys lygūs. Žmogaus teisių negalima varžyti ir teikti jam privilegijų dėl jo lyties, rasės, tautybės, kalbos, kilmės, socialinės padėties, tikėjimo, įsitikinimų ar pažiūrų pagrindu.“

Konstitucinis Teismas yra išaiškinęs, kad 29 straipsnio diskriminacijos draudimų sąrašas nėra baigtinis – jis apima ir seksualinę orientaciją bei lytinę tapatybę. Konstitucija yra tiesioginio taikymo aktas (6 str.).

8.1.2. Apsaugos nuo smurto artimoje aplinkoje įstatymas Nr. XI-1425

Lietuvos Respublikos apsaugos nuo smurto artimoje aplinkoje įstatymas (priimtas 2011-05-26, Nr. XI-1425), iš esmės pakeistas 2022-03-15 (pakeitimo įstatymo Nr. XIV-934), nauja redakcija nuo 2023 m. liepos 1 d. – yra pagrindinis specialusis teisės aktas, reglamentuojantis smurtą artimoje aplinkoje.

Svarbiausi 2022–2023 m. pakeitimai:

- » Apsaugos nuo smurto artimoje aplinkoje orderis – nauja prevencinė priemonė, kurią policijos pareigūnas skiria per 12 valandų nuo pranešimo gavimo, nustačius smurto artimoje aplinkoje pavojaus riziką. Orderis galioja 15 dienų ir įpareigoja smurto pavojų keliantį asmenį: laikinai išsikelti iš gyvenamosios vietos (neatsižvelgiant į nuosavybės teisę į būstą); nesilankyti aukos gyvenamojoje vietoje; nesiartinti nustatytu atstumu; nebendrauti ir neieškoti ryšių su auka.
- » Orderis taikytinas nepriklausomai nuo santykių tipo.



Praktinė pastaba: Nors partnerystės registravimo instituto tos pačios lyties poroms Lietuvoje nėra, apsaugos orderis ir kitos smurto artimoje aplinkoje priemonės taikomos pagal faktinę gyvenamąją situaciją.

8.1.3. Lygių galimybių įstatymas Nr. IX-1826

Lietuvos Respublikos lygių galimybių įstatymo (priimtas 2003-11-18, Nr. IX-1826) paskirtis – įgyvendinti Konstitucijos 29 straipsnio nuostatas. Draudžiama diskriminacija dėl, *inter alia*, lytinės orientacijos. Nors Lygių galimybių įstatyme nenumatyta speciali apsauga lytinės tapatybės pagrindu, skundai, susiję su translyčių asmenų diskriminacija gali būti nagrinėjami remiantis saugomu lyties pagrindu.

Diskriminacijos atveju įrodinėjimo pareiga perkeliama atsakovui – skundžiamas asmuo ar institucija turi įrodyti, kad lygių galimybių principas nebuvo pažeistas. Nukentėjęs asmuo turi teisę per teismą reikalauti atlyginti tiek turtinę, tiek neturtinę žalą. Šias nuostatas prižiūri Lygių galimybių kontrolieriaus tarnyba (Gedimino pr. 11, Vilnius; www.lygybe.lt), kuriai skundą galima pateikti per 3 mėnesius nuo diskriminacijos incidento.

8.2. Tarptautiniai žmogaus teisių standartai

8.2.1. Europos Žmogaus teisių konvencija (EŽTK)

Lietuva ratifikavo Europos žmogaus teisių konvenciją 1995 m. Šios nuostatos ypač aktualios translyčių ir LGBTQIA+ asmenų apsaugai: 3 straipsnis draudžia kankinimus ir nežmonišką ar žeminantį elgesį, o pagal Europos Žmogaus Teisių Teismo (EŽTT) praktiką valstybė atsako tuomet, kai jos institucijos netinkamai reaguoja į smurtą. 8 straipsnis garantuoja teisę į privataus ir šeimos gyvenimo gerbimą, apimdamas lytinę tapatybę ir seksualinę orientaciją kaip sudedamąsias privataus gyvenimo dalis. 14 straipsnis draudžia diskriminaciją naudojantis konvencijoje garantuotomis teisėmis, įskaitant

diskriminaciją dėl lyties, seksualinės orientacijos ir kitų pagrindų.

Byloje *Macatė prieš Lietuvą* (EŽTT Didžioji kolegija, 2023) Teismas konstatavo, jog Lietuvos teisinis reguliavimas skatino tos pačios lyties santykių stigmatizaciją. Šiuo sprendimu, be kita ko, rėmėsi Konstitucinis Teismas 2024–2025 m., vertindamas tos pačios lyties partnerystės reglamentavimą.

8.2.2. ES direktyva 2024/1385 dėl kovos su smurtu prieš moteris ir smurtu artimoje aplinkoje

2024 m. gegužės 14 d. Europos Parlamento ir Tarybos priimta direktyva (ES) 2024/1385 yra pirmasis ES lygmens teisės aktas, skirtas kovai su smurtu prieš moteris ir smurtu artimoje aplinkoje. Lietuva privalo šią direktyvą perkelti į nacionalinę teisę iki 2027 m. birželio 14 d.

Direktyva kriminalizuoja naujas veikas ir nustato papildomas pareigas valstybėms narėms. Baudžiamosios teisės objektu tampa intymių nuotraukų ar vaizdo įrašų viešinimas internete be asmens sutikimo (angl. *revenge porn*), taip pat kibernetinis persekiojimas, priekabiavimas ir neapykantos kurstymas virtualioje erdvėje. Valstybėms narėms nustatomi griežtesni atsiskaitymo ir įrodymų rinkimo įpareigojimai, o pirmenybė teikiama aukų saugumui ir gerovei visame procese. Sveikatos priežiūros, teisėsaugos ir socialinio darbo specialistai privalo veikti pagal lyčiai jautrius ir į traumos patirtį atsižvelgiančius protokolus.

8.3. Smurto ir diskriminacijos reglamentavimas

8.3.1. Smurtas artimoje aplinkoje – teisinis pagrindas

Pagal Apsaugos nuo smurto artimoje aplinkoje įstatymą (Nr. XI-1425, nauja redakcija nuo 2023-07-01), smurto artimoje aplinkoje sąvoka apima bet kokius smurto veiksmus tarp asmenų, susietų artimais ryšiais – t. y. santykiškai, egzistuojančiais ar egzistavusiais anksčiau, įskaitant partnerystę, bendras gyvenamąsias patalpas ar bendrą ūkio tvarkymą.

Pagrindinės teisinio reguliavimo spragos, kurias svarbu žinoti praktikoje:

- » Tos pačios lyties poroms nėra registruotos partnerystės instituto (2025 m. Konstitucinis Teismas konstatavo, kad tai prieštarauja Konstitucijai, tačiau Seimas dar nepriėmė įstatymų). Tačiau tai nereiškia apsaugos nebuvimo – smurto artimoje aplinkoje apsaugos priemonės taikomos pagal faktinę situaciją.
- » Psichologinio ir ekonominio smurto registracija – neproporcingai maža. Specialistai turi aktyviai klausti apie šias smurto formas ir jas fiksuoti.
- » Aukų privataus gyvenimo apsauga baudžiamajame procese nėra aiškiai reglamentuota – seksualinė orientacija ar lytinė tapatybė gali tapti žinoma be asmens sutikimo. Rekomenduojama aktyviai užtikrinti konfidencialumą.

8.3.2. Diskriminacijos reglamentavimas

Diskriminacija dėl seksualinės orientacijos, lytinės tapatybės ir lyties raiškos draudžiama keliais teisės aktų lygmenimis:

- » Lygių galimybių įstatymas (Nr. IX-1826): draudžia diskriminaciją valstybės ir savivaldybių institucijose, švietimo įstaigose, darbo vietose, paslaugų teikime. Diskriminacijos pagrindų sąraše tiesiogiai įvardyta lytinė orientacija, lytinė tapatybė ir lyties raiška.
- » Darbo kodeksas (Nr. IX-926), 26 str.: draudžia visų formų diskriminaciją (nustato nebaigtinį saugomų pagrindų sąrašą) darbo vietoje ir įtvirtina įrodinėjimo pareigos perkėlimą atsakovui.
- » Administracinių nusižengimų kodeksas (Nr. XIII-1626): nustato atsakomybę už apsaugos nuo smurto orderio pažeidimą, taip pat už Lygių galimybių kontrolieriaus reikalavimų nevykdymą.

8.4 Aukų teisės

8.4.1. Konstitucinis pagrindas – Konstitucinio Teismo doktrina

Konstitucinis Teismas yra suformavęs svarbią doktriną, tiesiogiai reikšmingą LBT asmenų apsaugai:

- » KT 2019 m. sausio 11 d. nutarimas: pirmą kartą konstatavo, kad Konstitucijos 29 str. draudžia diskriminaciją seksualinės orientacijos ir lytinės tapatybės pagrindu. Teismas pabrėžė, kad tokia diskriminacija kartu yra ir žmogaus orumo žeminimas. Nutarime taip pat pažymėta, kad demokratinėje valstybėje vyraujančios daugumos nuostatos ar stereotipai negali būti konstituciškai pateisinamas pagrindas diskriminuoti asmenis dėl seksualinės orientacijos ar lytinės tapatybės.
- » KT 2024 m. gruodžio 18 d. nutarimas Nr. KT101-N15/2024: papildomai patvirtino, kad Konstitucija draudžia tokį teisinį reguliavimą, kuris kurtų prielaidas stigmatizuoti tos pačios lyties santykius.
- » KT 2025 m. balandžio mėn. nutarimas: konstatavo, kad tos pačios lyties porų partnerystės nebuvimas Civiliniame kodekse prieštarauja Konstitucijai ir diskriminuoja asmenis dėl jų seksualinės orientacijos. Seimui pavesta priimti atitinkamus teisės aktus.



Praktinė reikšmė: LBT moterys ir nebinariniai asmenys, patiriantys diskriminaciją iš institucijų pusės, turi konstitucinio lygio pagrindą ginti savo teises.

8.4.2. Pagrindinės aukų teisės pagal galiojančią teisę

Smurtą patyrę asmenys turi šias teises, grindžiamas įstatymais ir ES direktyvomis:

- » **Teisė į informaciją** (ES Direktyva 2012/29/ES, 4 str.): auka turi teisę nuo pat pirmojo kontakto su institucijomis gauti suprantamą informaciją apie savo teises, prieinamas paslaugas ir proceso eigą. Ši informacija turi būti teikiama aktyviai.
- » **Teisė į apsaugos nuo smurto orderį** (ANSAAĮ Nr. XI-1425, nauja redakcija): policija privalo įvertinti situaciją ir, nustačius riziką, skirti orderį per 12 valandų. Auka turi teisę teismo tvarka skųsti sprendimą skirti ar neskirti orderį per 15 dienų.
- » **Teisė į specializuotą kompleksinę pagalbą:** pagalba teikiama nepriklausomai nuo to, ar pradėtas ikiteisminis tyrimas. Pagalbą teikiančios tarnybos:



- » **Teisė į konfidencialumą ir duomenų apsaugą:** seksualinė orientacija ir lytinė tapatybė yra ypatingos kategorijos asmens duomenys pagal Bendrąjį duomenų apsaugos reglamentą (BDAR, Reglamentas (ES) 2016/679). Jų atskleidimas be sutikimo yra teisės pažeidimas. Specialistai privalo užtikrinti, kad ši informacija nepatektų į bylos dokumentus, jei tai nėra būtina.
- » **Teisė į pagarbų elgesį ir apsaugą nuo antrinės viktimizacijos:** institucijų pareigūnai privalo vartoti aukos pageidaujamus įvardžius ir lytinę tapatybę atitinkantį kreipinį. Tai grindžiama KT doktrina (2019, 2024) ir Konstitucijos 29 str. diskriminacijos draudimu.
- » **Teisė į individualų pažeidžiamumo vertinimą** (ES Direktyva 2012/29/ES, 22 str.): LBT moterys ir nebinariniai asmenys, dėl seksualinės orientacijos ar lytinės tapatybės patiriantys papildomą riziką, gali būti pripažinti ypatingai pažeidžiamomis aukomis. Joms baudžiamajame procese taikomos papildomos apsaugos priemonės: specialios apklausos sąlygos, pašalintas ryšys su smurtautoja (-u) ir kt.
- » **Teisė į valstybės garantuojamą teisinę pagalbą:** asmenims, neturintiems pakankamai lėšų, garantuojama nemokama teisinė pagalba (advokato paslaugos) baudžiamajame procese pagal Valstybės garantuojamos teisinės pagalbos įstatymą Nr. IX-1571.
- » **Teisė skųsti diskriminaciją:** Lygių galimybių kontrolieriaus tarnyboje (www.lygybe.lt) skundas pateikiamas per 3 mėnesius nuo pažeidimo. Kontrolierius gali skirti administracines nuobaudas pažeidėjams.

8.4.3. Žinotinos teisinio reguliavimo spragos

Specialistai turėtų žinoti šias aktualias teisinio reguliavimo spragas:

- » **Partnerystės instituto nebuvimas:** tos pačios lyties porų santykiai teisinės apsaugos požiūriu silpnesni – ypač paveldėjimo, globos, bendro turto klausimais, kol nėra pakankamo lyčiai neutralios partnerystės instituto reguliavimo.
- » **Smurtas lyties pagrindu:** lytinė tapatybė ar lyties charakteristikos sąvokos nebuvo įtraukti į ANSAAJ naują redakciją (2022).
- » **Lyties teisinio pripažinimo procedūros:** translytėms moterims ir nebinariniams asmenims iki šiol nėra aiškios administracinės lyties įrašo pakeitimo procedūros. Tai sukuria praktinių iššūkių (dokumentuose esančios lyties neatitikimas) kreipiantis pagalbos.
- » **Duomenų rinkimas:** institucijos sistemingai nerenka duomenų apie smurto aukų seksualinę orientaciją ar lytinę tapatybę, todėl LBT asmenų patirtis sistemiskai nematoma.

9. Komunikacija ir jautrumo didinimas

9.1. Įtrauki kalba

Kalba formuoja požiūrį. Todėl svarbu vartoti neutralią ir pagarbą užtikrinančią kalbą.

Netinkama kalba gali sukelti atstūmimo jausmą.

9.2. Kaip kurti saugią aplinką institucijose

Saugios aplinkos kūrimas apima tiek fizinius, tiek emocinius aspektus. Tai reiškia aiškias taisykles ir pagarbų bendravimą.

9.3. Darbuotojų kompetencijų stiprinimas

Reguliarūs mokymai yra būtini. Jie padeda atnaujinti žinias ir stiprinti įgūdžius.

9.4. Stereotipų mažinimas

Stereotipai daro didelę įtaką sprendimams. Todėl svarbu juos atpažinti ir mažinti.

10. Naudingi kontaktai ir resursai

10.1. Pagalbos linijos

Pagalbos linijos yra viena lengviausiai prieinamų pagalbos formų. Jos suteikia galimybę greitai gauti emocinę paramą ir informaciją apie tolimesnius veiksmus. Dažnai tai yra pirmas žingsnis pagalbos paieškos procese, nes nereikalauja fizinio atvykimo ir užtikrina anonimiškumą.

Skubios pagalbos atveju svarbiausia kreiptis bendruoju pagalbos numeriu **112**, kuris veikia visą parą. Šiuo numeriu galima ne tik skambinti, bet ir siųsti SMS žinutes, kas yra ypač svarbu, jei nukentėjusioji negali kalbėti ar turi klausos ar kalbos negalią. Policija, gavusi pranešimą, gali nedelsiant reaguoti ir užtikrinti fizinį saugumą.

Be skubios pagalbos, Lietuvoje veikia ir emocinės paramos linijos, kurios teikia psichologinę pagalbą. Šios linijos padeda žmogui išsikalbėti, sumažinti stresą ir geriau suprasti savo situaciją. Jos taip pat gali suteikti informaciją apie kitus pagalbos šaltinius.

Pagalbos linijų privalumas yra jų prieinamumas ir lankstumas. Tačiau svarbu, kad specialistai neapsiribotų vien jų rekomendavimu, o padėtų nukentėjusiajai žengti tolimesnius žingsnius.

10.2. Krizių centrai

Krizių centrai teikia kompleksinę pagalbą. Jie padeda spręsti įvairias situacijas.

Krizių centrai ir **specializuotos pagalbos centrai** teikia kompleksinę pagalbą smurtą patyrusiems asmenims. Jie yra vienas svarbiausių pagalbos sistemos elementų, nes gali suteikti ne tik emocinę, bet ir praktinę bei teisinę pagalbą.

Lietuvoje veikiantys Specializuotos kompleksinės pagalbos centrai pasiekiami bendru numeriu **0 700 55516**. Šie centrai veikia visoje šalyje ir užtikrina, kad pagalba būtų prieinama nepriklausomai nuo gyvenamosios vietos. Gavę informaciją iš policijos ar pačios nukentėjusiosios, centro specialistai susisiekiama su asmeniu ir pasiūlo pagalbą.

Šiuose centruose teikiamos įvairios paslaugos: psichologinės konsultacijos, teisinė pagalba, informavimas apie teises ir galimybes, taip pat pagalba bendraujant su kitomis institucijomis. Specialistai padeda sudaryti saugumo planą ir priimti sprendimus dėl tolimesnių veiksmų.

Svarbu tai, kad į šiuos centrus galima kreiptis ir savarankiškai, nelaukiant policijos įsikišimo ar kritinės situacijos. Pagalba teikiama įvairiais būdais – telefonu, elektroniniu paštu ar kitomis priemonėmis.

Krizių centrų veikla yra orientuota į ilgalaikį problemos sprendimą. Jie ne tik reaguoja į krizę, bet ir padeda atkurti saugumo jausmą bei savarankiškumą.

10.3. LGBTI teisių organizacijos

Papildomą, specializuotą pagalbą LBT moterims ir nebinarinės lytinės tapatybės asmenims Lietuvoje teikia

nevyriausybines organizacijos, dirbančios žmogaus teisių srityje. Šios organizacijos turi specifinių žinių apie diskriminacijos, smurto ir socialinės atskirties patirtis, su kuriomis susiduria LGBTI bendruomenės nariai. Dėl to jos gali pasiūlyti saugesnę, jautresnę ir labiau individualizuotą pagalbą.

Viena tokių organizacijų Lietuvoje yra **Nacionalinė LGBT teisių organizacija** LGL. Organizacija teikia konsultacijas, informaciją apie teises, padeda orientuotis pagalbos sistemoje ir, esant poreikiui, gali nukreipti į kitas pagalbos paslaugas. LGL taip pat aktyviai dirba švietimo, advokacijos ir diskriminacijos mažinimo srityse, todėl gali būti svarbus partneris tiek nukentėjusiems asmenims, tiek specialistams.

Kontaktai:

Telefonas: +370 5 261 0314

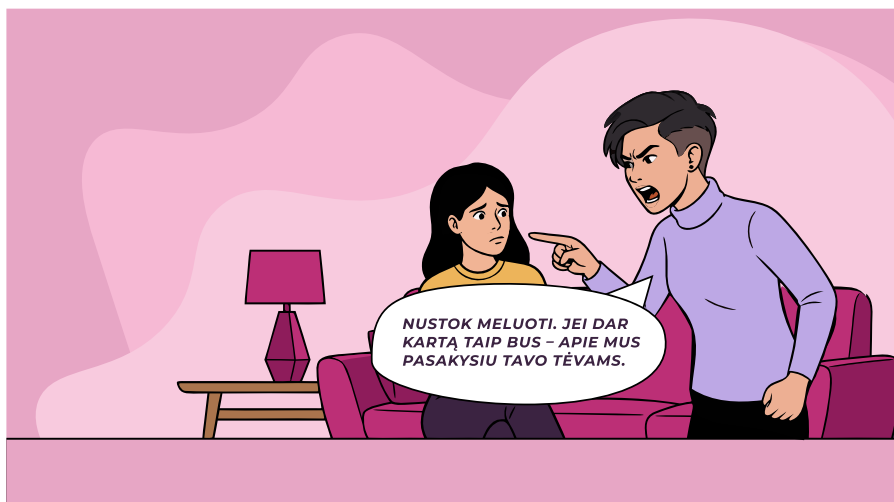
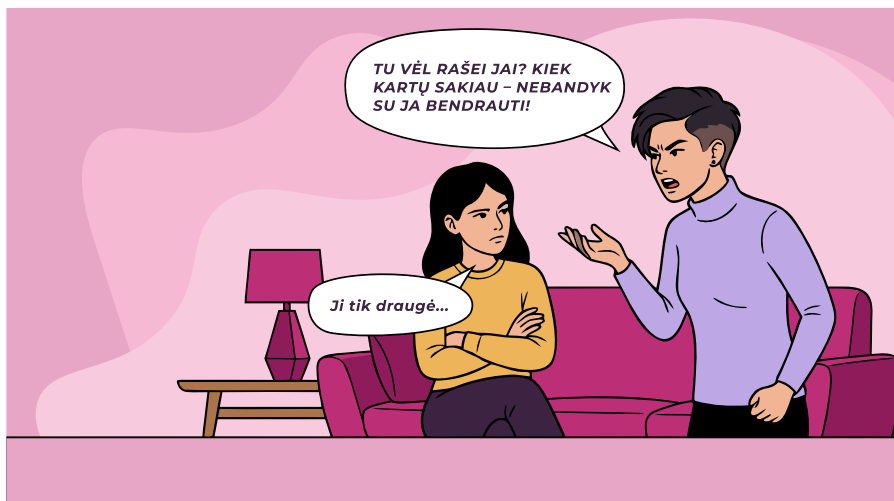
El. paštas: office@gay.lt

LGL taip pat suteikia galimybę kreiptis anonimiškai ir neformaliai, kas yra ypač svarbu asmenims, kurie dar nėra pasirengę kreiptis į valstybines institucijas.

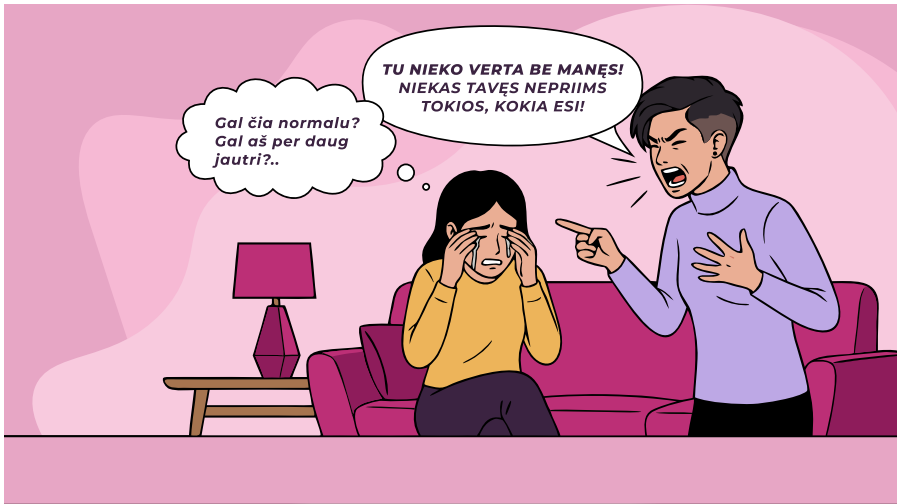
Specialistams rekomenduojama bendradarbiauti su šiomis organizacijomis ir, esant poreikiui, nukreipti nukentėjusiąją į jas. Toks bendradarbiavimas leidžia užtikrinti labiau įtraukią, jautrią ir efektyvią pagalbą.

1 Priedas. Komiksai

1 scena – Namai (įtampa)



2 scena – Lūžio momentas



3 scena – Pirmas kreipimasis pagalbos



4 scena – Įvardijimas



5 scena – Saugumo planas

