

yra pasikartojantis, nepageidaujamas, įtampą ar baimę keliantis elgesys. Dažnai įprasta manyti, kad elgesys yra pavojingas tuomet, kai yra agresijos apraiškų, tačiau iš tiesų net nereikia agresyvių veiksmų, kad sukeltum žmogui įtampą, neigiamai atsiliepiančią jo psichinei ir fizinei sveikatai, darbinei veiklai, socialinei aplinkai“, – sako VAD Kriminalinės žvalgybos valdybos vyriausioji specialistė, psichologė Emilija Garbaliuskaitė.

Persekiojamą žmogų kamuoja kaltė, gėda, baimė likti vienam, bejėgiškumas, pyktis, nesaugumas, nuolatinis stresas. Dėl to jis gali imti piktnaudžiauti alkoholiu, narkotikais, receptiniais vaistais, jį gali pradėti kamuoti mintys apie savižudybę. „Poveikis fizinei sveikatai pasireiškia negalėjimu išsimiegoti ir nuolat patiriamu nesaugumo pojūčiu, budrumo būseną. Lėtinio streso padariniai – galvos skausmas, padidėjęs kraujospūdis. Taip pat žmogų gali kamuoti virškinamojo trakto sutrikimai, galvos svaigimas, oro stygius“, – vardija pašnekovė.

Negalėjimas pasitikėti kitais sukelia neigiamą poveikį esantiems ir būsimiems artimiems santykiams. Persekiojimo auka saugumo sumetimais gali būti priversta pakeisti gyvenamąją vietą, telefono numerį, vardą ar net išvaizdą.

Ir buvę sutuoktiniai, ir kaimynai

Kada nepageidaujamas dėmesys tampa persekiojimu? „Iš esmės, jeigu žmogus, kuris įkyriai rodo dėmesį, išgirsta „ne“, bet ir toliau taip pat elgiasi, nors tas jo elgesys – nepageidaujamas ir keliantis įtampą kitam, tai jau yra persekiojimas“, – aiškina VAD Kriminalinės žvalgybos valdybos vyriausioji specialistė, psichologė Elžbieta Malūnavičienė.

Persekiojami gali būti skirtingi tiek savo amžiumi, tiek lytimi, tiek santykiu su aukomis. „Persekiojimas gali kilti tiek iš asmeninių, tiek iš profesinių santykių. Dažniausiai jį lemia nutrūkę artimi santykiai, kai vienas iš buvusios poros jaučiasi atstumtas be pagrindo, nori tęsti santykius ir to siekia“, – teigia pašnekovė.

Tačiau gali būti ir taip, jog žmonių nesieja ir niekada nesie-

jo artimi santykiai, tačiau vienas iš jų to nori, rodo įkyrų dėmesį. „Žmogus gali įsivaizduoti, kad patinka kitam, kad jausmai – abipusiai, nors taip nėra. Toks persekiojimas dažnai kyla iš vienišumo“, – pabrėžia psichologė.

Imti persekioti gali ir kaimynai. „Tam pasitelkiamos įvairios institucijos, pavyzdžiui, kaimynai apskundžiami vandens ar elektros tiekėjams, kad „atsuko“ skaitiklius, ar Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos specialistams, jog nesirūpina vaikais, jų neprižiūri ir pan., nors iš tikrųjų taip nėra. Tų skundų gali būti daugybė, taigi persekiojamas žmogus gyvena patirdamas nuolatinę įtampą“, – aiškina E. Garbaliuskaitė.

Persekiojimo, kylančio dėl profesinių santykių, priežastimi neretai tampa suteiktos ar, pasak persekiotojo, nekokybiškai suteiktos paslaugos. „Tai pasakytina apie, pavyzdžiui, plastinės chirurgijos specialistų darbą. Būna atveju, kai gydytoją ima persekioti operacija nepatenkintas pacientas. Taip pat su persekiojimu susiduria teisėsaugos pareigūnai, politikai, šou verslo atstovai“, – sako E. Garbaliuskaitė.

Nuo atviro sekimo iki picų vidurnaktį

Įprastai persekiojimą įsivaizduojame kaip žmogaus sekimą, stebėjimą. „Neretai pasitelkiamos ir išmaniosios technologijos, pavyzdžiui, GPS vietos nustatymo įranga pritvirtinama prie automobilio ir auka tokiu būdu stebima. Naudojamosi persekiojamo žmogaus telefonu, kompiuteriu, juose diegiamos įvairios sekimo programos, kurioms fiktyvios anketos socialiniuose tinkluose ir pan.“, – pasakoja E. Malūnavičienė.

Kartais persekiojimas pasireiškia nepageidajamu buvimu

šalia, pavyzdžiui, persekiotojas stoviniuoja prie aukos namų, darbovietės, vaikų darželio, eina į tą pačią kavinę, sporto klubą ir t. t. Būna ir tokių atvejų, kai persekiotojas rausiasi aukos šiukšliadėžėje, ieško kokių nors įkalčių ar priemonių, kurias galėtų panaudoti. Persekiojimas gali pasireikšti ir nepageidajamomis dovanomis, kai asmuo jokių dovanų nenori. „Vienas persekiotojas užsakė savo aukai picą vidury nakties. Tai – stresas: žmogus sulaukė skambučio į duris, turėjo keltis, aiškintis – nesuprato, kas vyksta. Tokia patirtis nėra maloni, juo labiau jeigu ji kartojasi“, – sako E. Garbaliuskaitė.

Vyrai linkę tylėti

Skaičiuojama, kad maždaug 7 proc. žmonių patiria persekiojimą. „Lietuvoje persekiojimas nėra kriminalizuotas, tad ir tikslų duomenų, kiek jis paplitęs, nėra. Taigi remiamės užsienio patirtimi. Kita vertus, ir svetur pateikiami skaičiai labai skiriasi, tad realus persekiojimo paplitimo mastas gali būti žymiai didesnis. Taip pat turėtume atsižvelgti į tą faktą, kad vyrai apie persekiojimą kalba gerokai rečiau nei moterys“, – tvirtina E. Malūnavičienė.

Deja, mūsų visuomenėje vyrai dažnai susiduria su stereotipais, net kaltinimais ar gėdinimu, kas iš dalies ir lemia nenorą išsipasakoti ar kreiptis pagalbos. „Nepriklausomai nuo lyties, mes galime susidurti su persekiojimu ir turime žinoti, kur galime kreiptis pagalbos, nebijoti jos prašyti. Tačiau šiandien vis dar gajus įsitikinimas, kad vyras turi pats susitvarkyti, nes jis – vyras“, – teigia E. Garbaliuskaitė.

Kita dažna reakcija – pašiepiamas. Suprask, jeigu tave persekioja moteris, taip rodo dėmesį,

turėtum džiaugtis. „Persekiojimas yra nepageidaujamas, įtampą keliantis elgesys. Apie jokių malonų dėmesį čia nekalbama, tad tokie stereotipai tik apsunkina padėtį“, – pabrėžia A. Berezovskis ir atkreipia dėmesį, kad nuo persekiojančio asmens elgesio gali kentėti ne tik pirminė persekiojimo auka, bet ir jos artimieji, pažįstami, kolegos ar kiti asmenys, kurie bando auką apsaugoti.

Nenuvertinkite pavojaus

Kaip elgtis, jeigu jus persekioja? „Persekiojamas persekiotojui nelygus. Kartais gali pakakti griežto „ne“. Tai pasakytina ypač apie atvejus, kai įkyrus nepageidaujamas elgesys kyla dėl netinkamo kito asmens elgesio traktavimo. Pavyzdžiui, kito žmogaus šypsena, malonus bendravimas traktuojamas kaip abipusė simpatija ir imamasi įkyriai rodyti dėmesį. Tokiu atveju reikėtų pabandyti pasikalbėti su žmogumi, paaiškinti jam, kad galbūt buvote netinkamai suprastas ir kad toks jo elgesys jums yra nepriimtinas“, – pataria E. Malūnavičienė.

Jei ir toliau sulaukiate nepageidaujamo dėmesio, paaiškinkite, kad bet koks tolesnis skverbimasis į asmeninį gyvenimą nebus toleruojamas – bus informuota teisėsauga. Jeigu asmuo jums pažįstamas, – jo artimieji, giminaičiai, draugai, bendradarbiai. Toks informavimas apie paviešinimą gali atgrasyti nuo nepageidaujamo elgesio. „Baimė, kad apie tokį elgesį sužinos artimieji, draugai, bendradarbiai ar dėl to bus kreipiamasi į teisėsaugą, dalį persekiotojų atgraso. Jeigu matote, kad jūsų atveju tai nepadeda, iš tiesų imkitės viešinimo“, – ragina A. Berezovskis.

Susidūrus su tokiu elgesiu svarbu imtis saugumo priemonių, net jei persekiojantis žmogus yra gerai pažįstamas. „Kartais žmonės kankina baimės ar gėdos jausmas, ką pagalvos kiti. Ypač tada, kai persekiotojas – buvęs sutuoktinis ar draugas. Taip pat nuvertinama rizika. Auka mano, kad gerai pažįsta persekiotoją, ir nesitiki, kad jis, pavyzdžiui, galėtų imtis smurto. Tačiau niekada negalima nuvertinti pavojaus“, – atkreipia dėmesį pašnekovas.

SKAIČIAI IR FAKTAI

- 25 proc. moterų ir 11 proc. vyrų teigia, kad buvo persekioti.
- Persekiojimas gali trukti vidutiniškai 2 metus.
- 1 iš 3 persekiojimo atvejų gali peraugti į fizinį smurtą.
- 3 iš 4 moterų, kurios buvo nužudytos savo partnerio, buvo jo persekios.
- Daugelis persekiojimo aukų teigia, kad yra kamuojamos nepasitikėjimo ir įtarumo, baimingumo, nervingumo, pykčio, paranojos ir depresijos simptomų.