

"Tvirtas sprendimas"



**Kaip atsisakyti
dalyvauti
nusikalstamoje
veikloje?**

Su Jumis bendrauja
Evaldas Karmaza

"atsisakau"

Renginio taisyklės



- 🎧 Išjungiame telefonus ir kitus elektroninius prietaisus, nebent jų reikia pamokai.
- 🗣️ Norint kalbėti ar užduoti klausimą, pakeliame ranką.
- 👂 Kai kalba kitas, atidžiai klausome ir nepertraukinėjame.
- 🤝 Gerbiame visų nuomones, net jei su jomis nesutinkame.
- 😊 Būname draugiški ir mandagūs vieni su kitais.
- 🗣️ Kalbame ramiu balsu, kad netrukdytume kitiems.
- 🧠 Aktyviai dalyvaujame pamokoje - užduodame klausimus ir dalijamės mintimis.
- li>• 🚻 Į tualetą einame tik būtiniais atvejais, stengdamiesi netrukdyti pamokai.
- ⌚ Gerbiame laiką - į pamoką ateiname punktualiai ir neskubame išeiti.
- 🧹 Paliekame klasę tvarkingą - sutvarkome savo darbo vietą pamokos pabaigoje.

"Nusikalstamų situacijų atpažinimas kasdienybėje"



 **Mokykla – vieta, kur nusikalstami pasiūlymai slepiasi po nekaltais kvietimais** (Tyrimai rodo, kad dauguma pirmųjų pasiūlymų įsitraukti į neteisėtą veiklą mokykloje prasideda nuo frazių "Ei, ar nori išbandyti?" arba "Tik pažiūrėk, nieko nereikia daryti" – būtent toks neįpareigojantis tonas mažina įtarumą)

 **Kiemas ir laisvalaikio erdvės – kur dingsta suaugusiųjų akys** (Tyrimai su jaunimu, patekusi į teisėsaugos akiratį, rodo, kad daugiau nei du trečdaliai pirmųjų rimtų pažeidimų įvyksta neprižiūrimose erdvėse, kur jauni žmonės jaučiasi "nematomais" – parkuose, apleistuose pastatuose, prekybos centrų užkampuose)

 **Internetas – erdvė, kur nusikalstami pasiūlymai gali pasiekti tave namie** (Kibernetinio saugumo ekspertai įspėja, kad internete rizikos yra dar sunkiau atpažįstamos nei realiame gyvenime – nusikaltėliai dažnai slepiasi po netikrais profiliais, apsimesdami bendraamžiais ar siūlydami "pelningas galimybes" be jokios rizikos)

 **Socialiniai tinklai – "draugiškos" aplinkos su paslėptais pavojais** (Elektroninius nusikaltimus tiriančių specialistų duomenimis, daugiau nei pusė jaunų žmonių, nukentėjusių nuo sukčiavimo ar kitų elektroninių nusikaltimų, teigia, kad pirmąjį kontaktą užmezgė per socialinių tinklų grupes, skirtas jų pomėgiams ar interesams)

Kasdienės aplinkos rizikos



2024 m. gegužės 9 d. Vilniuje kilo gaisras prekybos centro „IKEA“ sandėlyje. Tyrimo metu paaiškėjo, kad šis incidentas buvo tyčinis padegimas, kurį įvykdė nepilnametis pilietis. 2025 m. kovo 17 d. Generalinė prokuratūra perdavė Vilniaus apygardos teismui baudžiamąją bylą, kurioje šiam nepilnamečiui pareikšti kaltinimai dėl veikimo Rusijos naudai, siekiant destabilizuoti valstybės struktūras.

Šis atvejis pabrėžia, kaip socialiniai tinklai gali būti naudojami verbavimui ir manipuliacijai, ypač pažeidžiamų asmenų atžvilgiu. Nepilnamečiai gali būti lengvai paveikiami per internetines platformas, kuriose jiems siūlomi įvairūs atlyginimai ar kitos paskatos už neteisėtus veiksmus. Šiuo atveju, nepilnametis buvo įtrauktas į veiklą, kuri turėjo ne tik materialinių, bet ir politinių pasekmių.

Pavyzdys



Mokykloje:

- Pasiūlymai susitikti neįprastose, atokiose mokyklos vietose
- Neįprasti daiktai ar pinigų sumos pas bendramokslius
- Paslaptingi "verslai" ar "galimybės užsidirbti"

Kieme/laisvalaikio erdvėse:

- Nepažįstami vyresnio amžiaus asmenys, rodantys dėmesį paaugliams
- Pasiūlymai apsilankyti privačiose, nuošaliose vietose
- Spaudimas laikyti tam tikras veiklas paslapyje nuo tėvų

Interte:

- "Per geri, kad būtų tiesa" pasiūlymai užsidirbti
- Prašymai atskleisti asmeninę informaciją mainais į prizus ar galimybes
- Nepažįstami žmonės, kurie pernelyg greitai tampa "gerais draugais"

Rizikos ženklai skirtingose aplinkose:



🗣️ **"Visi taip daro" – galingiausia manipuliacijos forma** (Socialinės psichologijos tyrimai atskleidė, kad jauniems žmonėms didžiausią įtaką daro įsitikinimas, jog tam tikras elgesys yra norma tarp bendraamžių. Tačiau realybėje dauguma paauglių nedalyvauja nusikalstamoje veikloje – sukuriamą "normalumo iliuziją")

👤 **Nusikalstami pasiūlymai retai skamba kaip nusikaltimai** (Teisėsaugos specialistai pastebi, kad į neteisėtą veiklą įtraukiama vartojant eufemizmus – vagystė vadinama "pasiskolinimu", kyšis – "padėka", elektroninis sukčiavimas – "sistemos apėjimu", neteisėtas turinio siuntimas – "dalinimusi")

🕒 **Skubinimas priimti sprendimą – klasikinis manipulatoriaus metodas** (Žmonės, siekiantys įtraukti į nusikalstamą veiklą, dažnai naudoja skubino taktiką – "tik dabar", "paskutinė galimybė", "jei ne tu, tai kažkas kitas" – nes žino, kad apgalvotas sprendimas dažniausiai būna atsisakymas)

🔗 **Laipsniško įtraukimo strategija – nuo nekalto dalykų link nusikaltimo** (Kriminologai išskiria vadinamąją "kojos duryse" techniką, kai iš pradžių prašoma mažo, nekalto veiksmo, kuris vėliau tampa pagrindu prašyti vis didesnio įsitraukimo. Tyrimai rodo, kad sutikus su mažu pradiniu prašymu, psichologiškai tampa daug sunkiau atsisakyti didesnių)

Kaip maskuojami nusikaltimai:

- **Vagystė pateikiama kaip:** "Niekas nepastebės", "Jie turi per daug", "Jie apdrausti"
- **Patyčios pristatomos kaip:** "Tiesiog juokaujame", "Jis pats prašosi", "Visi taip daro"
- **Sukčiavimas vadinamas:** "Gudriuėjimu", "Sistemos apėjimu", "Verslo galimybe"
- **Vandalizmas pristatomas kaip:** "Meninis išraiškos būdas", "Maištas prieš sistemą", "Pramoga"



"Normalumo
iliuzija" ir
maskavimo
technikos

1. "Turiu būdą, kaip visi galime gauti geresnių pažymių be mokymosi..."
2. "Žinau, kaip gauti naujausius žaidimus nemokamai, niekas nesužinos..."
3. "Galiu parodyti, kaip patekti į mokyklos sistemą ir pakeisti tam tikrus dalykus..."
4. "Jei padėsi man su šia 'preke', gausi dalį pelno..."
5. "Mano draugas ieško žmonių, kurie leistų pasinaudoti savo banko sąskaita pervedimui..."
6. "Turiu nuotraukų apie [klasioko vardas], kurias galėtume 'juokais' paskleisti..."

MASKUOTI
PASIŪLYMAI - KĄ
SLEPIA ŠIE
ŽODŽIAI? 🔍



🚩 **Prašymai laikyti paslaptį nuo suaugusiųjų – ryškiausia raudona vėliava** (Psichologai ir teisėsaugos specialistai vieningai sutaria: jei kas nors prašo nieko nesakyti tėvams, mokytojams ar kitiems suaugusiems, tai beveik visada reiškia, kad veiksmas yra potencialiai žalingas arba neteisėtas)

💰 **Neįtikėtinai lengvi pinigai – spąstai, į kuriuos įkliūva net protingi žmonės** (Finansinio raštingumo ekspertai pabrėžia: bet koks pasiūlymas uždirbti pinigų neįdedant darbo, rizikos ar investicijų beveik visada yra apgaulė. Verslo pasaulyje galioja taisyklė – jei skamba per gerai, kad būtų tiesa, taip ir yra)

👁️ **Graslinimas, šantažas, manipuliacija – nusikalstamos veiklos palydovai** (Tyrėjų duomenimis, daugiau nei trys ketvirtadaliai jaunų žmonių, įsitraukusių į nusikaltimus, prisipažįsta, kad tam tikrame etape susidūrė su grasinimais ar šantažu, jei bandė pasitraukti. Tai standartinė taktika išlaikyti žmones įtrauktus)

🔄 **Kaltės ir gėdos kėlimas – psichologiniai pančiai** (Psichologai atkreipia dėmesį, kad įtraukiant į nusikalstamą veiklą dažnai naudojamas kaltės jausmas: "Tu jau dalyvavai", "Dabar jau per vėlu trauktis", "Pagalvok, ką pasakytų sužinoję tavo tėvai". Šie psichologiniai spąstai verčia žmogų jaustis, kad nebeturi pasirinkimo)

Pavojaus ženklai,
į kuriuos verta
atkreipti dėmesį



16 smulkių "pokštų", kurie artėja prie teisės pažeidimo

Mokyklos aplinkoje

1. **Svetimų daiktų slėpimas** 📦 (Kai paslėpi klasioko kuprinę ar telefoną "juokais", tai gali būti traktuojama kaip svetimo turto pasisavinimas arba trukdymas naudotis savo nuosavybe)
2. **Mokyklos inventoriaus "modifikavimas"** 🖋️ (Suolų, kėdžių ar sienų žymėjimas, net ir nedideliais piešiniais ar užrašais, yra turto gadinimas, už kurį gali tekti atlyginti žalą)
3. **Kontrolinių darbų fotografavimas ir dalinimasis** 📷 (Tai ne tik akademinis nesąžiningumas, bet potencialiai ir autorių teisių pažeidimas, nes mokytojai turi teises į savo sukurtą turinį)
4. **"Pokštai" su mokyklos kompiuteriais** 💻 (Kitų prisijungimų naudojimas, programų diegimas ar nustatymų keitimas be leidimo gali būti traktuojamas kaip neteisėtas prisijungimas prie informacinės sistemos)



Virtualioje erdvėje

5. **Netikrų profilių kūrimas kito asmens vardu** 👤 (Tai gali būti traktuojama kaip tapatybės vagystė arba šmeižtas, priklausomai nuo to, koks turinys skelbiamas)
6. **Kitų asmenų nuotraukų montażas ir platinimas** 🖼️ (Net ir "juokais" modifikuotos ir platinamos nuotraukos be asmens sutikimo gali pažeisti privatumo ir atvaizdų teises)
7. **Slaptažodžių "nuskaitymas" ir prisijungimas prie svetimų paskyrų** 🔑 (Netgi trumpalaikis prisijungimas prie kito žmogaus paskyros be leidimo yra neteisėtas elektroninių duomenų perėmimas)
8. **Neteisėto turinio siuntimasis "tik pažiūrėti"** 📺 (Autorių teisėmis apsaugoto turinio – filmų, muzikos, žaidimų – nelegalus atsisiuntimas yra nusižengimas, net jei tai daroma be pelno siekimo)



16 smulkių "pokštų", kurie artėja prie teisės pažeidimo

Viešose vietose

9. Įėjimas į apleistus pastatus "patyrinti" 🏠 (Įsibrovimas į svetimą nuosavybę, net jei pastatas atrodo apleistas, gali būti traktuojamas kaip neteisėtas įsibrovimas)
10. Prekių kainų lipdukų keitimas parduotuvėse 🏷️ (Tai laikoma sukčiavimu – bandymu gauti prekę už mažesnę kainą apgaulės būdu)
11. Važiavimas viešuoju transportu be bilieto "nes tik viena stotelė" 🚆 (Tai yra paslauga be apmokėjimo, klasifikuojamas kaip smulki vagystė ir administracinis pažeidimas)
12. Mažų daiktų "pasiskolinimas" iš parduotuvių 🖋️ (Net nedidelės vertės daiktų paėmimas be sumokėjimo yra vagystė, nepriklausomai nuo daikto vertės)

Socialiniuose santykiuose

13. Privatūs pokalbiai įrašinėjami be sutikimo 📞 (Pokalbių įrašymas be pašnekovo žinios ir sutikimo gali pažeisti privatumo teisę ir duomenų apsaugos įstatymus)
14. Grasinimas pavišinti žinomą paslaptį 😬 (Tai gali būti traktuojama kaip šantažas arba psichologinis smurtas, ypač jei reikalaujama kažką daryti mainais už tylėjimą)
15. "Testiniai" skambučiai pagalbos tarnyboms 📞 (Melagingų pranešimų teikimas pagalbos tarnyboms yra baudžiamas, nes tai eikvoja svarbius resursus ir gali pakenkti tiems, kam tikrai reikia pagalbos)



"PILKA ZONA" 🔍

Kviečiu įvertinti kiekvieną situaciją pakeliant ranką pagal šiuos kriterijus:

- Kas mano, kad šis veiksmas vis dar yra nekaltas pokštas?
- Kas mano, kad tai jau yra teisės pažeidimas?
- Kas žino asmeniškai žmogų, kuris yra taip pasielgęs?
- Kas žino atvejį, kai toks "pokštas" baigėsi rimtomis pasekmėmis?

Diskusijos klausimas klasei:

Kodėl manai, kad šie "pokštai" atrodo nekalti, nors iš tiesų jie gali turėti rimtų teisinių pasekmių? 💬

(Galimi atsakymai: juos daro daug bendraamžių, apie pasekmes paprastai nekalbama, dažnai nėra akivaizdžios aukos ar žalos, trūksta teisinio švietimo, įtaka iš socialinių tinklų "iššūkių")



Mokykloje:

- Svetimų daiktų slėpimas – LR CK 6.263 str. (žala turtui), BK 178 str. (vagystė, jei net grąžinama)
- Mokyklos inventoriaus „modifikavimas“ – LR CK 6.263 str. (turto gadinimas)
- Kontrolinių fotografavimas ir platinimas – Autorių teisių įstatymas
- Kompiuterių pokštai – BK 196 str. (neteisėtas prisijungimas), Administracinių nusižengimų kodeksas (ANK) 207 str.

Virtualiai:

- Netikri profiliai – BK 154, 155 str. (šmeižtas, įžeidimas), Asmens duomenų apsaugos įstatymas
- Nuotraukų montażas be sutikimo – CK 2.22 str. (teisė į atvaizdą)
- Svetimų paskyrų naudojimas – BK 196 str.
- Neteisėtas turinio siuntimas – BK 192 str. (neteisėtas kūrinių panaudojimas)

Viešose vietose:

- Įsibrovimas į pastatus – BK 165 str.
- Kainų lipdukų keitimas – BK 182 str. (sukčiavimas)
- Važiavimas be bilieto – ANK 416 str.
- Mažų daiktų paėmimas parduotuvėje – BK 178 str.

Santykiuose:

- Pokalbių įrašymas be sutikimo – CK 2.24 str., Asmens duomenų apsaugos įstatymas
- Grasinimai dėl paslapčių – BK 145 str. (grasinimas), BK 181 str. (šantažas)
- Netikri skambučiai pagalbos tarnyboms – BK 285 str. (melagingas pranešimas)
- Daikto „pasiskolinimas“ be leidimo – BK 178 str., priklausomai nuo aplinkybių – BK 180 str. (plėšimas)

"PILKA ZONA" "JUODOUOJA"



Elgesys / pažeidimas	Teisinis pagrindas	Galimos pasekmės
Smulkios vagystės (parduotuvė, mokykla)	BK 178 str., ANK 116 str.	Įspėjimas, bauda iki 300 €, tėvų atsakomybė
Viešosios tvarkos pažeidimai (keiksmas, triukšmas)	ANK 481 str., 488 str.	Įspėjimas, bauda iki 90 €, prevencinė priežiūra
Neteisėtas kompiuterių ar paskyrų naudojimas	BK 196 str.	Atsakomybė nuo 14 m., bauda, tėvų pareiga atlyginti žalą
Melagingi pranešimai (skambučiai pagalbai)	BK 285 str.	Atsakomybė nuo 14 m., viešieji darbai, bauda
Smurtas ar grasinimai	BK 140–145 str.	Baudžiamoji atsakomybė nuo 14 m.
Turtinės žalos padarymas	CK 6.263 str., ANK 116 str.	Civilinė atsakomybė, tėvų pareiga atlyginti
Šmeižtas ar nuotraukų platinimas	BK 154–155 str., CK 2.22 str.	Atsiprašymas, bauda, teismo sprendimas
Vagystė be įsilaužimo (pvz. paspirtukas)	BK 178 str.	Nuo 14 m. atsakomybė, įrašas duomenų bazėje
Neteisėtas turinio siuntimas (filmų, žaidimų)	BK 192 str.	Bauda, administracinė atsakomybė
Alkoholio ar tabako vartojimas	ANK 132 str., Alkoholio kontrolės įstatymo 18 str. 1 d., Tabako kontrolės įstatymo 19 str. 1 d.	Bauda iki 90 €, informuojami tėvai, socialinės tarnybos

Dažniausi teisės pažeidimai tarp nepilnamečių – kas gresia?

Pastaba - pasekmės gali skirtis



 **Didžioji dalis jaunimo, patekusio į teisėsaugos akiratį, prisipažįsta, kad pirmąjį nusižengimą padarė pasiduodami draugų spaudimui** (Nusikalstamumo prevencijos Lietuvoje centro tyrimai atskleidžia, kad daugiau nei septyni iš dešimties jaunuolių, susidūrusių su teisėsauga, savo pirmuosius nusižengimus sieja su bendraamžių įtaka)

 **Paauglių polinkis rizikuoti dramatiškai išauga, kai jie yra grupėje** (Steinbergo ir kolegų atliktų tyrimų duomenimis, tikimybė, kad jaunas žmogus priims rizikingą sprendimą, reikšmingai padidėja, kai jis yra tarp bendraamžių, lyginant su situacijomis, kai sprendimus priima būdamas vienas)

 **Beveik pusė mokyklose fiksuojamų vagysčių pradžioje buvo pateisinamos kaip nekalti juokai** (Lietuvos švietimo ministerijos ataskaitoje "Saugios mokyklos aplinka" nurodoma, kad didelė dalis mokyklose pastebimų vagysčių pradžioje buvo laikomos "pokštu" ar "išdaiga", o tai rodo, kaip jaunimas dažnai nesuvokia savo veiksmų teisinių pasekmių)

 **Tik nedidelė dalis paauglių sugeba atpažinti subtilias manipuliacijos formas** (R. Barkauskienės ir kolegų tyrimas apie paauglių kritinį mąstymą parodė, kad mažiau nei penktadalį jaunuolių geba identifikuoti netiesioginį ar subtilų spaudimą įsitraukti į neteisėtą veiklą, kas daro juos ypač pažeidžiamus manipuliacijoms)

Administracinė atsakomybė nuo 16 metų

- Pagal LR administracinių nusižengimų kodeksą, asmenys **nuo 16 metų** gali būti traukiami atsakomybėn už didžiąją dalį nusižengimų (pvz., triukšmą, alkoholio vartojimą, smulkų chuliganizmą).

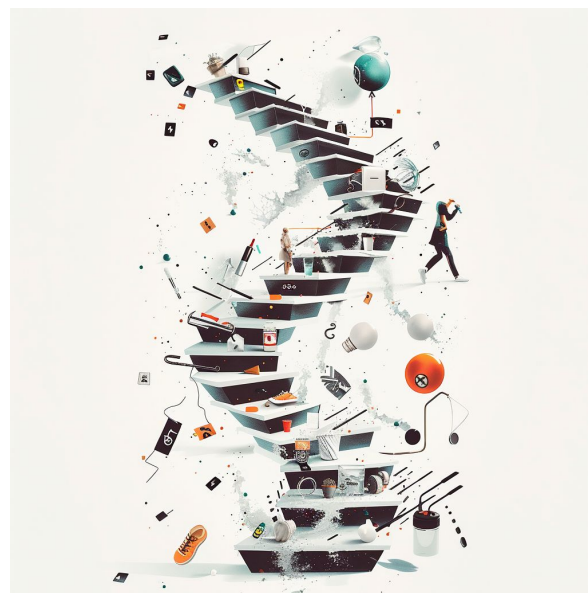
Baudžiamoji atsakomybė nuo 14 metų

- LR Baudžiamojo kodekso 13 straipsnis tikrai nurodo, kad **už tam tikrus sunkius nusikaltimus (pvz., nužudymą, sunkų sveikatos sutrikdymą, plėšimą ir kt.) atsakomybė taikoma jau nuo 14 metų.**

Tėvų atsakomybė už vaikų žalą

- Civilinis kodeksas (CK 6.276 straipsnis) aiškiai nustato: **už nepilnamečio padarytą žalą atsako tėvai ar globėjai, jei neįrodo, kad elgėsi rūpestingai.**

AR ŽINOJAI? 



ŽINOK SAVO TEISES IR ATSAKOMYBĘ 



"Nusikaltimų darymo psichologija"



🧠 **Smegenų "apdovanojimo sistema" gali tapti spąstais** (Nusikalstama veikla aktyvuoja smegenų dopamino sistemas, sukeldama stiprų malonumo jausmą – tą patį, kuris veikia priklausomybės atveju. Neuromokslininkai įrodė, kad adrenalinas, jaudulys ir "lengvų pinigų" pojūtis veikia smegenis panašiai kaip narkotinės medžiagos)

🧑 **"Nusikalstamas gyvenimo būdas" daug žada, bet mažai duoda** (Ilgalaikiai tyrimai su nusikalstama veiklą vykdančiais asmenimis atskleidė, kad dauguma jų gyvena nuolatiniame strese, nepasitikėjime ir baimėje. Daugiau nei trys iš keturių nusikaltėlių pripažįsta, kad jų gyvenimo kokybė žymiai blogesnė nei atrodė iš šalies)

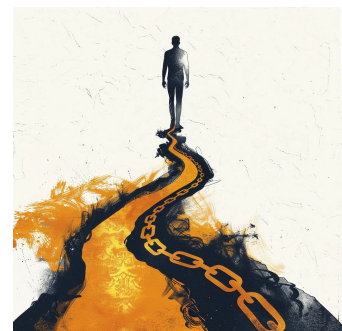
🔗 **Išėjimo kaina didėja su kiekvienu žingsniu gilyn** (Kriminologiniai tyrimai rodo, kad kuo ilgiau asmuo dalyvauja nusikalstamoje veikloje, tuo sunkiau iš jos išeiti – ne tik dėl psichologinių, bet ir dėl labai praktinių priežasčių: įsipareigojimų nusikalstamoms grupuotėms, įgūdžių teisėtam darbui trūkumo, socialinių ryšių praradimo)

🧑 **Nusikaltėlio "karjeros" iliuzija – kodėl dauguma baigia blogai** (Statistika negailestinga: devyni iš dešimties nuolatinių nusikaltėlių baigia vieną iš trijų kelių – kalėjime, su rimtomis sveikatos problemomis arba tampa smurto aukomis. Vidutinė "gatvės" nusikaltėlio karjera trunka vos 3-5 metus prieš rimtas pasekmes)

Tikros istorijos apie nusikaltėlių "sėkmę":

- Vidutinis gatvės narkotikų pardavėjo uždarbis, atmetus visas išlaidas ir rizikas, nesiekia net minimalaus atlyginimo (Levitt & Venkatesh tyrimas)
- Daugiau nei pusė profesionalių vagių patiria rimtas fizines traumas per savo "karjerą"
- Nuolatinių nusikaltėlių vidutinė gyvenimo trukmė yra beveik dešimtmečiu trumpesnė nei bendraamžių
- Trys iš keturių ilgalaikių nusikaltėlių **turi neidentifikuotus ar negydytus psichikos sveikatos sutrikimus**

Kodėl žmonės
pasirenka
nusikaltimų
kelį



 **"Slydimo efektas" – mažų žingsnelių galia** (Socialinė psichologija įrodė, kad dideli nusižengimai paprastai neprasideda nuo didelių sprendimų. Vietoj to, veikia vadinamasis "slippery slope" (slydimo efektas) – kai mažos taisyklių laužymo praktikos palaipsniui atbukina sąžinę ir paruošia didesnėms peržengimams)

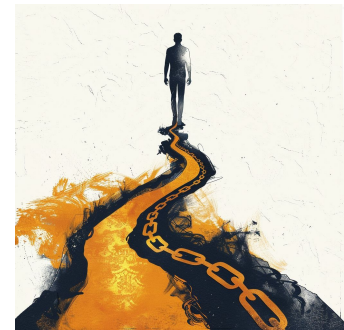
 **Nusikaltimo racionalizavimas – kaip protas apgauna pats save** (Kriminologai identifikavo kelis klasikinius paaiškinimų tipus, kuriuos naudoja nusikaltėliai: "Visi taip daro", "Niekas nenukentėjo", "Jie nusipelnė to", "Man priklauso", "Tik šį kartą". Šie pasiteisinimai veikia kaip psichologiniai įrankiai, leidžiantys išvengti kaltės jausmo)

 **"Moralinis aklumas" – laipsniškas vertybių praradimas** (Tyrimai parodė, kad nuolatinis moralinių taisyklių laužymas sukelia "etinį pritaikymą" – procesą, kai žmogaus protui vis lengviau ignoruoti elgesį, kuris prieštarauja jo paties vertybėms. Šis procesas veda prie moralinės dezorientacijos, kai žmogus nebeatpažįsta savo veiksmų žalingumo)

 **Nusikaltėlio identiteto formavimasis – pavojingas savęs apibrėžimas** (Kriminologai įrodė, kad vienas pavojingiausių momentų yra tada, kai žmogus pradeda matyti save kaip "nusikaltėlį" ar "blogiuką". Šis identiteto pokytis drastiškai didina tikimybę, kad jis ir toliau elgsis nusikalstamai, nes "tai tiesiog kas aš esu")

Slydimo pavyzdžiai iš tikrų istorijų:

- "Pradėjau nuo nedidelių prekių 'pasiskolinimo' iš darbo... per metus tai išaugo į reguliarias vagystes, kurios galiausiai kainavo man karjerą ir teistumą."
- "Iš pradžių tai buvo nekaltas melas mokesčių deklaracijoje... vėliau – sukčiavimas su visa įmonės buhalterija."
- "Viskas prasidėjo nuo 'nekalto' draugo paprašymo perduoti paketą... netrukus jau buvau įsitraukęs į platinimo tinklą."
- "Maniau, kad tik šį kartą padėsiu jiems įsilaužti... po metų jau vadovavau įsilaužimų grupei."



Laisvės kaina - asmuo, nuteistas už vagystę su įsibrovimu, praleidžia vidutiniškai 2-5 metus kalėjime. Ką per tą laiką prarastum tu? Kokio amžiaus būtum išėjęs?

Santykių kaina: Kaip pasikeistų tavo santykiai su:

- Šeima?
- Draugais?
- Būsimais darbdaviais?
- Potencialiais partneriais?

Galimybių kaina: Kokių galimybių netektum turėdamas teistumą?

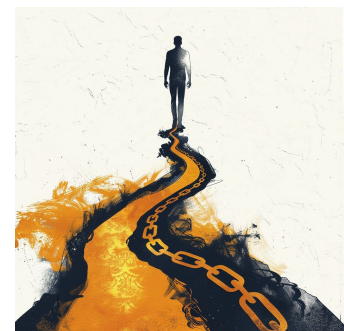
- Išsilavinimo srityje
- Karjeros srityje
- Kelionių srityje
- Finansų srityje

Vidinio pasaulio kaina: Kaip, tavo manymu, pasikeistų:

- Tavo savivertė?
- Saugumo jausmas?
- Pasitikėjimas kitais?
- Požiūris į ateitį?

Slydimo efektas ir moralinė dezorientacija

NUSIKALTIMO
KAINA 



 **Paauglių smegenys: "Akceleratoriaus ir stabdžių" disbalansas** (Neuromokslininkai nustatė, kad paauglystėje emocinė smegenų dalis (limbinė sistema) vystosi greičiau nei sprendimų priėmimo dalis (prefrontalinė žievė). Tai sukuria situaciją, tarsi automobilis turėtų veikiantį akceleratorių, bet neišvystytus stabdžius)

 **Impulso ir planavimo kova – kodėl paaugliai labiau rizikuoja** (Smegenų vizualizacijos tyrimai rodo, kad paauglių smegenyse rizikingo sprendimo metu ypač aktyvuojasi atlygį numatančios sritys, o rizikos įvertinimo sritys veikia silpniau nei suaugusiųjų. Tai biologškai paaiškina, kodėl **paaugliams sunkiau atsisipirti "čia ir dabar" pagundai**)

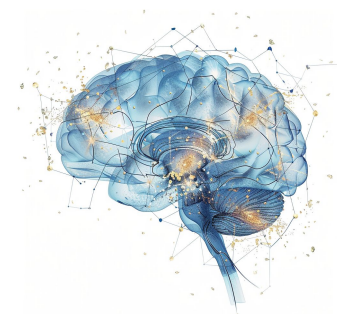
 **Smegenų brendimas – 25 metų kelionė** (Ilgalaikiai smegenų tyrimai parodė, kad prefrontalinė žievė, atsakinga už planavimą, pasekmių numatymą ir impulsų kontrolę, pilnai subręsta tik apie 25-uosius gyvenimo metus. Tai nereiškia, kad paaugliai negali priimti gerų sprendimų, bet jiems reikia daugiau struktūros ir palaikymo)

 **Gera žinia – smegenys nuolat keičiasi** (Neuromokslininkai patvirtina: smegenys pasižymi neuroplastiškumu – gebėjimu keistis visą gyvenimą. Tai reiškia, kad net ir žmonės, įsitraukę į nusikalstamą veiklą, turi biologinį potencialą pakeisti savo elgesį ir mąstymo būdus)

Patarimai, kaip padėti savo smegenims:

- **Praktikuok "pauzės mygtuką"** – įprotį atidėti sprendimą bent kelioms minutėms
- Sąmoningai apmąstyk rizikingų sprendimų ilgalaikes pasekmes
- Sukurk aplinką, kuri padeda tavo smegenims – apsisupk žmonėmis, kurie priima gerus sprendimus

Smegenų vystymasis ir rizikos suvokimas



"Praktinės atsisakymo strategijos"



- **Aiškus ir tiesioginis "NE" yra tavo teisė ir galia** (Tyrimas parodė, kad 4 iš 5 atvejų, kai paauglys aiškiai ir nedviprasmiškai pasako "ne", spaudimas nutrūksta iškart arba po vieno pakartojimo)
- **"Sugėdusi plokštelė" – kartok tą patį atsakymą** (Kai įkyriai spaudžia, efektyviausia technika yra ramiai kartoti tą patį atsisakymą – "Ne, aš to nedarysiu", "Ne, man tai netinka", "Ne, nedomina" – neieškant naujų argumentų)
- **"Alternatyvos pasiūlymas" – atsisakyk ir nukreipk dėmesį** (Viejoje nepatogaus atsisakinėjimo, siūlyk kitą veiklą: "Ne, bet galėtume užuot to..." – ši strategija išsaugo santykius ir kartu aiškiai parodo tavo poziciją)
- **"Vertybinis skydas" – atsisakyk remdamasis principais** (Susieti atsisakymą su asmeninėmis vertybėmis ar tikslais daro jį tvirtesnį: "Ne, tai prieštarauja mano vertybėms/tikslams/įsitikinimams" – tyrimai rodo, kad tokius atsisakymus sunkiausia palaužti)

Tvirtu "NE" sakymo technikos

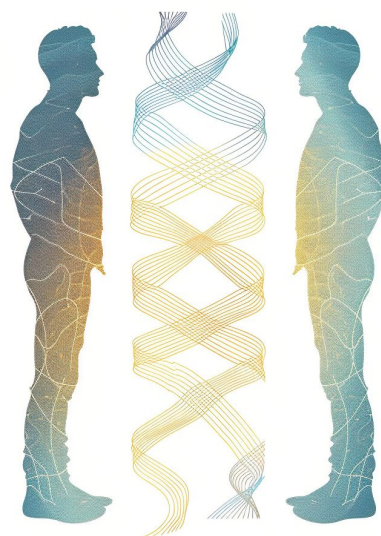


Praktinės frazės pavojingose situacijose:

- "Man reikia daugiau laiko pagalvoti, negaliu nuspręsti dabar" (laiko laimėjimo taktika)
- "Mano tėvai/mokytojai tikrina mano buvimo vietą, negaliu rizikuoti" (autoriteto panaudojimas)
- "Jei tai būtų tikrai gera idėja, nereikėtų manęs įtikinėti" (loginis argumentas)
- "Aš jau esu įsipareigojęs kitai veiklai/žmogui" (išankstinio įsipareigojimo technika)

1. **Scenarijus** - draugas siūlo praleisti pamokas ir pasislėpti mokyklos rūsyje, kur "niekas nerastas". *Kaip mandagiai, bet tvirtai atsisakysi?*
2. **Scenarijus** - grupelė klasiokų kviečia prisijungti prie plano "pasiskolinti" keletą energinių gėrimų iš parduotuvės. *Kokį atsisakymą panaudos?*
3. **Scenarijus** - pažįstamas siūlo užsidirbti pinigų parašant kito mokinio namų darbus už atlygį. *Kaip atsisakysi ir kartu išsaugosi santykius?*
4. **Scenarijus** - draugas tau rašo, kad turi "būdą gauti atsakymus" prieš kontrolinį darbą ir kviečia dalyvauti. *Kaip reaguosi?*

IŠBANDYK SAVO ATSISAKYMO ĮGŪDŽIUS



 **Balso tonas: ramus, tvirtas ir be atsiprašinėjimo** (tvirtas, vidutinio garsumo balso tonas be virpėjimo ar dvejojimo signalizuoja pasitikėjimą ir ryžtą. Pratinkis kalbėti šiek tiek žemesniu tonu nei įprastai – tai suteikia daugiau autoriteto)

 **Stovėseną: tiesi, atvira ir užimanti erdvę** (tiesi laikysena, pečiai atlošti, galva pakelta ir kojos pečių plotyje padidina tavo fizinį buvimą erdvėje ir siunčia pasąmoninį signalą, kad esi tvirtas savo pozicijoje)

 **Akių kontaktas: pastovus, bet ne agresyvus** (tiesioginis žvilgsnis į pašnekovo akis demonstruoja tavo nuoširdumą ir tvirtumą, tačiau perdėtas spoksojimas gali būti supastas kaip iššūkis – geriausias balansas yra 70% laiko palaikyti akių kontaktą)

 **Rankų gestai: atviri ir aiškūs** (naudok atvirus rankų judesius – tai sustiprina tavo žodžius. Delnas iškeltas "stop" ženklu yra universalus ribų nustatymo signalas, kurį supras netgi agresyviai nusiteikę žmonės)

Trys būdai kaip atsisakymas atrodo ir skamba:

1. **Silpnas atsisakymas:** Sulenktai stovint, žiūrint į žemę, tyliai balsu murmant "Ne, gal... nežinau... turbūt ne..."
2. **Agresyvus atsisakymas:** Įsitempus, garsiai, grubiu tonu: "NE! Ar tu išprotėjai? Jokiu būdu!"
3. **Tvirtas ir pagarbus atsisakymas:** Tiesiai stovint, ramiu tonu, žiūrint į akis: "Ne, aš nesutinku. Tai man netinka."

 **"SOS signalas" – susitark su artimaisiais iš anksto** (Sutark su tėvais ar patikimu draugu slapta žinutę ar frazę, kuri reiškia "man reikia pagalbos išeiti iš situacijos". Pavyzdžiui, žinutė "Kada šiandien pietūs?" gali reikšti "paskambink man dabar ir sakyk, kad turiu grįžti namo")

 **"Išankstinis išėjimas" – pasirūpink atsitraukimo planu** (Prieš eidamas į potencialiai rizikingas vietas ar susitikimus, visada turėk paruoštą priežastį išeiti: iš anksto suplanuotas skambutis, laikmatis telefone, įsipareigojimas namuose)

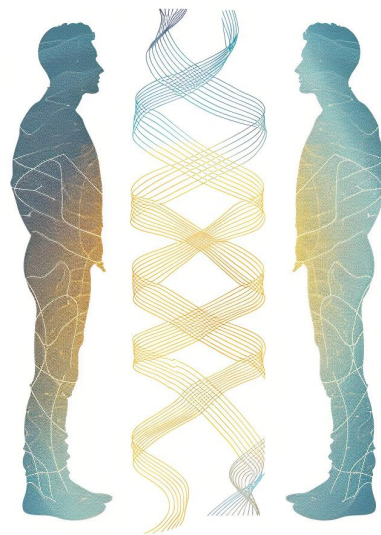
 **"Draugų sistema" – niekada neik vienas į rizikingas situacijas** (Susitark su patikimu draugu visada prižiūrėti vienas kitą: jei vienas nori išeiti, kitas prisijungia be klausimų)

 **"Situacijos pakeitimas" – naudok netikėtumą kaip taktiką** (Kartais geriausia išeities strategija yra netikėtai pakeisti temą, pajuokauti ar pradėti kalbėti apie visai ką kitą – tai suteikia tau laiko ir erdvės atsitraukti)

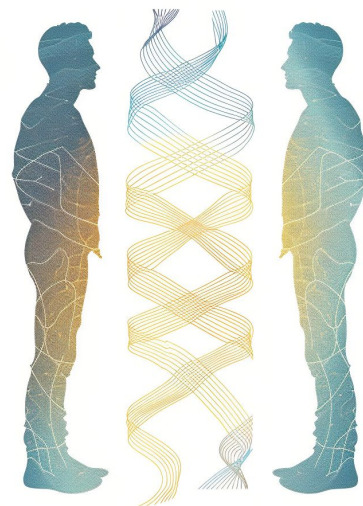
Greitos išėjimo frazės:

- "Velnias, man skambina mama/tėtis, turiu atsiliiepti" (greitai ištrauki telefoną)
- "Visiškai pamiršau, kad turiu būti kitoje vietoje prieš 10 minučių!"
- "Man pradėjo skaudėti pilvą/galvą, turiu eiti namo"
- "Gavau žinutę, kad namuose problema, turiu grįžti"
- "Mano baterija beveik išsikrovė, turiu grįžti namo kol dar galiu navigacijos programėlę naudoti"

Kūno kalba ir balso tonas



Išėjimo strategijos iš pavojaingų situacijų



"Pasitaisymo kelias"



● **Sustok ir įvertink situaciją – pirmas žingsnis visada sustoti** (žmonės, kurie nedelsiant nutraukia netinkamą elgesį, turi 3 kartus didesnę tikimybę išvengti rimtesnių pasekmių nei tie, kurie tęsia, bandydami "išsisukti" – Nusikaltimų prevencijos centro duomenys)

● **Neignoruoک įvykusio – neigimas tik pablogina situaciją** (psichologinis mechanizmas, vadinamas "kognityviniu disonansu", verčia mus pateisinti savo blogus sprendimus dar blogesniais veiksmais – pripažinimas, kad suklydom, nutraukia šią grandinę)

● **Dokumentuok faktus – užsirašyk, kas, kada ir kaip įvyko** (tikslus situacijos dokumentavimas padeda ne tik teisiškai, bet ir psichologiškai – struktūruojant įvykį, sumažėja nerimas ir atsiranda kontrolės jausmas. Surašyk: kas nutiko, kas dalyvavo, kada įvyko, kokios buvo aplinkybės)

● **Veik greitai, bet nepamenuok – laiku priimti sprendimai mažina žalą** (kuo ilgiau atidėliojamas problemos sprendimas, tuo sudėtingesnės tampa pasekmės. Jaunimo teisių ekspertai pabrėžia, kad ankstyvas reagavimas gali būti lemiamas faktorius nustatant pasekmes)

Dažniausios klaidos po ribos peržengimo:

- Bandymas nusišėpti ar sunaikinti įkalčius (tai beveik visada pablogina situaciją)
- Melas bandant išsisukti (vienas melas veda prie kito, sukuriant vis didesnę problemą)
- Kitų kaltinimas ar atsakomybės perkėlimas (teisiškai retai padeda, o moraliai apsunkina situaciją)
- Bandymas spręsti rimtas problemas be suaugusiųjų pagalbos (kai situacija rimta, profesionali pagalba būtina)

Ką daryti, jei riba jau peržengta?



👂 **Atsakomybės prisiėmimas – ne gėda, o stiprybės ženklas** (Gebėjimas prisiimti atsakomybę už savo veiksmus yra vienas svarbiausių emocinės brandos požymių. Žmonės, kurie sugeba pasakyti "Aš suklydau", paprastai greičiau atkuria pasitikėjimą ir pagarbą)

🔗 **Žalos atlyginimas – konkretūs veiksmai svarbiau už žodžius** (Atkuriamosios justicijos tyrimai rodo, kad materialinės ar emocinės žalos atlyginimas turi didesnį teigiamą poveikį tiek pažeidėjui, tiek nukentėjusiajam nei bausmė. Paklausk savęs: "Kaip galiu ištaisyti tai, ką sugrioviau?")

🏠 **Lietuvoje veikia alternatyvios programos pirmiesiems pažeidimams** (Nepilnamečiams, pirmą kartą padariusiems nesunkius pažeidimus, dažnai siūlomos mediacijos programos, visuomenei naudingi darbai ar ugdymo priemonės vietoj tradicinių bausmių. Šias galimybes verta išnagrinėti su teisininko pagalba)

🌱 **Elgesio pokyčio planas – struktūruotas būdas keistis** (Efektyvus pasitaisymo planas visada apima: 1) Aiškų netinkamo elgesio pripažinimą, 2) Supratimą, kas paskatino tokį elgesį, 3) Konkretius veiksmus užkirsti kelią pasikartojimui, 4) Būdus atlyginti padarytą žalą)

Pasitaisymo galimybių pavyzdžiai:

- Mediacija tarp pažeidėjo ir nukentėjusiojo (tarpininkaujant profesionalui)
- Socialinių įgūdžių ugdymo programos (pykčio valdymas, empatijos ugdymas)
- Visuomenei naudingi darbai (pritaikyti pagal pažeidimo pobūdį)
- Specializuotos prevencinės programos mokyklose ar bendruomenėse
- Intensyvi konsultavimo programa su psichologu ar socialiniu darbuotoju

- **(Situacija)** Tu dalyvavai smulkioje parduotuvės vagystėje su grupe draugų. Kaip jautiesi? Ką darytum kitą dieną?
- **(Situacija)** Mokykloje dalyvavai platinant melagingą informaciją apie mokytoją socialiniuose tinkluose. Mokytojas sužinojo ir labai išgyvena. Kokie tavo veiksmai?
- **(Situacija)** Pasidavei spaudimui ir padėjai klasiokui nusirašyti kontrolinio metu. Abu buvote pagauti. Kaip elgtumeis pokalbyje su mokytoju?
- **(Situacija)** Dalyvavai įsilaužiant į apleistą pastatą "tik pažiūrėti", bet buvai užfiksuotas vaizdo kameromis. Ką darytum?

Kiekvienu atveju įvertink:

- Kam reikėtų prisipažinti?
- Kaip galėtum atlyginti žalą?
- Ką padarytum, kad situacija nepasikartotų?

Atsakomybės prisiėmimas ir pasitaisymo galimybės



ĮVERTINK SITUACIJAS IR GALIMUS SPRENDIMUS



 **Pagalbos šaltiniai – žinok, kur kreiptis krizės atveju** (Lietuvoje veikia keletas konfidencialių pagalbos linijų ir tarnybų, kur jaunimas gali kreiptis patekęs į bėdą: "Jaunimo linija" (8 800 28888), "Vaikų linija" (116 111), taip pat mokyklų psichologai ir socialiniai pedagogai, kurie privalo laikytis konfidencialumo)

 **Išsirink tinkamą suaugusįjį – ne kiekvienas gali padėti** (Renkantis, kam pasipasakoti, ieškok žmogaus, kuris: 1) Moka išlaikyti ramybę krizinėse situacijose, 2) Sugeba išklausti neteisdamas, 3) Turi pakankamai žinių ar patirties patarti, 4) Geba išlaikyti konfidencialumą, kai tai įmanoma)

 **Antrasis šansas – teisė, kurią turi kiekvienas** (Resocializacijos tyrimai rodo, kad didesnė dalis jaunuolių, kurie gavo tinkamą pagalbą po pirmųjų pažeidimų, niekada nebegrįžta prie nusikalstamos veiklos. Lietuvos teisės sistema pripažįsta nepilnamečių teisę į "švarią pradžią" – teistumo duomenys apie nepilnamečių nusižengimus yra riboto prieinamumo)

 **Istoriją kuri tu, ne tavo klaidos – identiteto formavimo galia** (Psichologai pabrėžia, kad etiketės "nusikaltėlis" ar "pažeidėjas" priėmimas kaip savo identiteto dalies yra vienas didžiausių resocializacijos stabdžių. Vietoj to, paaugliai turėtų būti skatinami matyti save kaip besimokančius iš klaidų ir augančius žmones)

Pagalbos ieškojimo žingsniai:

1. **Pripažink sau**, kad reikia pagalbos (tai sunkiausias, bet būtinas žingsnis)
2. **Identifikuok tinkamą žmogų** (mokytojas, tėvai, psichologas, socialinis pedagogas, patikimas giminaitis)
3. **Pasiruošk pokalbiui** (apgalvok, ką nori pasakyti, kokios pagalbos tau reikia)
4. **Pradėk nuo faktų**, ne pasiteisinimų (aiškiai išdėstyk, kas įvyko)
5. **Paprašyk konkrečios pagalbos** ("Man reikia patarimo, kaip pasikalbėti su tėvais", "Nežinau, kaip atlyginti padarytą žalą")

Pagalbos
ieškojimas ir
antrojo
šanso
konceptija



"Vertybių kompasas"



 **Vertybės – tavo vidinis kompasas sudėtinguose pasirinkimuose** (Vertybių psichologijos tyrimai rodo, kad žmonės, kurie aiškiai įvardija ir vadovaujasi savo vertybėmis, turi daug didesnį atsparumą neigiamai aplinkos įtakai ir grupės spaudimui)

 **Pažink save – tavo reakcijos atskleidžia tavo vertybes** (Atkreipk dėmesį, kada jautiesi pasipiktinęs, sujaudintas ar įkvėptas – šie jausmai signalizuoja apie tavo gilumines vertybes. Pavyzdžiui, jei tave erzina nesąžiningumas, tikėtina, kad sąžiningumas yra viena tavo pagrindinių vertybių)

 **Stiprink vertybes per kasdienes veiksmus – praktika kuria įpročius** (Moksliniai tyrimai patvirtina: mūsų vertybės stiprėja, kai reguliariai elgiamės su jomis suderintai, net mažuose kasdiniuose veiksmuose. Psichologai tai vadina "vertybių įgyvendinimo praktika")

 **Peržiūrėk savo vertybių sistemą augdamas – brandos požymis** (Vertybės nėra iškalta akmenyje – jos natūraliai evoliucionuoja mums bręstant ir įgyjant naujos patirties. Gebėjimas reflektuoti ir adaptuoti savo vertybių sistemą yra vienas svarbiausių brandos ženklų)

Dažniausios jaunimo vertybės ir jų raiška:

- **Teisingumas:** pasipriešinimas patyčioms, sąžiningas elgesys net kai niekas nemato
- **Lojalumas:** pastovumas draugystėje, gebėjimas išlaikyti pasitikėjimą
- **Autonomija:** savarankiškų sprendimų priėmimas, nepasiduodant grupės spaudimui
- **Sąžiningumas:** tiesos sakymas net kai tai nepatogu
- **Rūpestis:** pagalba kitiems, atjautimas, pastebėjimas, kai kažkam reikia paramos

Asmeninių vertybių identifikavimas ir stiprinimas



-  **Moralinis mąstymas vystosi etapais – kur tu esi dabar?**
(Psichologas Lawrence Kohlberg nustatė, kad moralinis mąstymas vystosi nuo paprastos orientacijos į bausmes ir atlygį vaikystėje, per socialinių normų laikymąsi paauglystėje, iki brandaus mąstymo, pagrįsto universaliais etikos principais)
-  **Dilemų sprendimas – treniruotė moraliniam mąstymui**
(Moralinių dilemų svarstymas skatina prefrontalinės žievės vystymąsi – smegenų dalies, atsakingos už etinį mąstymą ir sprendimų priėmimą. Neuromokslininkai patvirtina, kad ši smegenų dalis pilnai subręsta tik apie 25-uosius gyvenimo metus)
-  **Perspektyvų keitimas – įsijautimas į kitų padėtį** (Empatijos tyrimai rodo, kad gebėjimas pažvelgti į situaciją iš kito žmogaus perspektyvos yra vienas svarbiausių moralinio vystymosi elementų. Tokia praktika stiprina "veidrodinius neuronus" – smegenų struktūras, atsakingas už empatiją)
-  **Globalus mąstymas – matyk platesnį savo veiksmų poveikį**
(Vienas iš brandaus moralinio mąstymo požymių yra gebėjimas įvertinti ne tik tiesioginį, bet ir netiesioginį bei ilgalaikį savo veiksmų poveikį įvairiems žmonėms ir aplinkai)

Moralinio mąstymo ugdymas



Asmeninių vertybių identifikavimas ir stiprinimas

- 🏆 **Ilgalaikiai tikslai – tavo gyvenimo kelrodžiai** (Paaugliai, kurie turi aiškius ilgalaikius tikslus, daugiau nei dvigubai rečiau įsitraukia į rizikingą elgesį, palyginti su bendraamžiais be tokių tikslų. Tikslas kuria prasmės jausmą, kuris yra galingas apsauginis veiksnys)
- ⌚ **"Ateities aš" – vienas galingiausių psichologinių įrankių** (Smegenų vizualizacijos tyrimai parodė įdomų faktą: kai žmonės galvoja apie save ateityje, aktyvuojasi tos pačios smegenų sritys, kurios veikia galvojant apie visai kitą žmogų. Sugebėjimas emociškai susisiekti su savo "ateities aš" stipriai pagerina sprendimų kokybę)
- ↻ **"Jei-tada" planas – paprastas būdas atsispirti pagundai** (Paprasti "jei-tada" planai ("Jei nutiks X, tada aš darysiu Y") gali beveik trečdaliu padidinti atsparumą pagundai. Šie planai veikia automatizuodami tinkamą reakciją prieš pagundai paveikiant emocijas)
- 📦 **Smegenų "karštas" ir "šaltas" režimas – pažink kaip veikia tavo sprendimai** (Neuromokslininkai išskiria du smegenų režimus: "karštą" (emocinį, impulsyvų, orientuotą į momentinį malonumą) ir "šaltą" (racionalų, apgalvotą, orientuotą į ilgalaikę gerovę). Paauglystėje "karštas" režimas vystosi greičiau, sukurdamas natūralų disbalansą)



Efektyvios strategijos trumpalaikiams impulsams valdyti:

- **5 minučių taisyklė:** kai susiduri su pagunda, priversk save palaukti 5 minutes prieš nusprendžiant
- **Pergalvok situaciją:** užduok sau klausimą "Ką mano "ateities AŠ" po 5 metų patartų man dabar?"
- **Pakeisk aplinką:** fiziškai pasitrauk iš pagundą keliančios situacijos, net jei tai reiškia trumpą pasivaikščiojimą
- **Įsivaizduok pasekmes:** detaliai vizualizuok visas galimas pasekmes, jei pasiduotum pagundai
- **Primink sau savo ilgalaikius tikslus:** turėk juos užrašytus telefone ar piniginėje

