

**Tikrų nusikaltimų (angl. *true crime*) žanras tapo fenomenaliu reiškiniu, pritraukiančiu milijonus žiūrovų, klausytojų ir skaitytojų visame pasaulyje. Tyrimai rodo, kad net [84 proc. 13 metų ir vyresnių JAV gyventojų vartoja šio pobūdžio turinį](#), o jo populiarumas neblėsta. Kodėl mes taip mėgstame pasinerti į tikrų nusikaltimų istorijas, kurios atskleidžia tamsiausius žmonijos elgesio aspektus?**

Kauno technologijos universiteto (KTU) psichologas Eimantas Lukoševičius pasakoja, kad kriminalinio pobūdžio turinys patrauklus ne tik šiuolaikinėje kultūroje – pirmoji tikrų nusikaltimų istorija, išleista dar XVII a., sulaukė didelio visuomenės susidomėjimo.

Tokių kūrinių, kurie žavėjo skaitytojus ne vieną dešimtmetį, egzistuoja daugybė. Pavyzdžiui, Artūro Konano Doilio Šerloko Holmsio serija, Agatos Kristi detektyvai ar Trumano Kapotės knyga „Šaltu krauju“.

Pasak jo, nors kriminalinių kūrinių išraiška ir pobūdis laikui bėgant keitėsi, juose išlieka nusikaltimų, jų tyrimų, teisingumo siekio, žmogaus psichologijos analizės ir visuomenėje aktualių problemų atspindžiai. Visi šie aspektai itin ryškiai atsiskleidžia ir tikrais nusikaltimais paremtuose žanro kūriniuose.

„Pažiūrėkime, kiek daug „YouTube“ vaizdo įrašų ar „Reddit“ forumų yra skirti tikrų nusikaltimų temoms – juose nagrinėjamos įvairios teorijos ir prielaidos. Žmonės atranda aspektus, kurie juos domina, arba kelia klausimus, į kuriuos dar nerado atsakymų, o tai dar labiau žadina smalsumą. Taigi, natūralu, kad įsitraukimas į tokio pobūdžio turinį tik auga“, – pastebi KTU psichologas.

### **Natūralus žmogaus smalsumas**

E. Lukoševičius teigia, kad pagrindinė priežastis, kodėl žmonės taip traukia tikrų nusikaltimų istorijas, slypi žmogaus prigimtyje – natūraliame smalsume. Žmonės nori suprasti, kas, kaip ir kodėl vyksta, o šis žanras kupinas naujų, negirdėtų istorijų ir detalių, kurios iškrenta iš kasdienybės rėmų.

Jis pažymi, kad nagrinėdami nusikaltimus ir susidurdami su pavojinga, neįprasta gyvenimo puse, žmonės patiria intensyvių emocijų – nuo smalsumo ir jaudulio iki pasitenkinimo ar adrenalino pliūpsnių. Šios emocijos skatina natūralų norą vėl ir vėl grįžti prie tokio turinio.

„Kai kurie žmonės tikrų nusikaltimų žanrą laiko būdu susidoroti su savo baimėmis, nepatiriant realaus pavojaus. Saugioje ir kontroliuojamoje aplinkoje analizuodami nusikaltimų istorijas, sąmoningai ar nesąmoningai kuriame strategijas, padedančias suprasti, kaip įveikti baimes ir elgtis, jei kada nors atsidurtume panašioje situacijoje. Be to, išgyventa grėsminga situacija per pasakojimą suteikia pasitikėjimo savimi“, – sako KTU psichologas.

E. Lukoševičiaus teigimu, mes visi turime įgimtą poreikį kontroliuoti aplinką, kad užtikrintume savo saugumą. Kai įvyksta nusikaltimai, pasaulis atrodo pavojingas ir nekontroliuojamas.

Tačiau žiūrėdami šio žanro kūrinius, mes dažnai stebime, kaip nusikaltėliai daro klaidas,

kaip nusikaltimai yra išaiškinami, o kaltieji sučiumpami. Tai leidžia atkurti saugumo jausmą ir sugrąžina kontrolės pojūtį į mūsų gyvenimus.

### **„Saugus siaubas“ ir adrenalinas**

KTU psichologas pastebi, kad tikrų nusikaltimų žanrą mėgstantys žmonės gali būti smalsūs ir žingeidūs. Jiems įdomi psichologija, žmonių elgesys, tamsioji visuomenės pusė ir rečiau sutinkamos elgesio formos.

Pasak jo, šie asmenys gali mėgti galvosūkius ir logiką – jie bando analizuoti veikėjų sprendimus ar sujungti tyrimo detales.

„Išskirčiau „saugaus siaubo“ ir adrenalino mėgėjus, kurie žiūrėdami tokias istorijas gali patirti adrenalino antplūdį, nesusidurdami su realiu pavojumi. Tai gali būti ir empatiški žmonės, siekiantys užjausti kitus, nes tikros kriminalinės istorijos leidžia jiems tai daryti, nepatiriant trauminių išgyvenimų“, – pažymi E. Lukoševičius.

Šį žanrą gali žiūrėti ir baimingi bei baikštūs žmonės, kurie siekia apmąstyti istorijos pabaigą, nuspėti nusikaltėlio klaidas ar ieškoti būdų, kaip apsisaugoti, jei kada to prireiktų.

### **Žala psichologinei sveikatai**

KTU psichologas dalijasi, kad riba, kai šio žanro žiūrėjimas tampa žalingas psichologinei sveikatai, yra individuali ir labai priklauso nuo paties žiūrovo – jo ankstesnių patirčių, asmenybės bruožų, vertybių ir kitų veiksnių.

Pavyzdžiui, žmogus, vaikystėje patyręs trauminių išgyvenimų, susijusių su fizine prievarta, gali itin jautriai reaguoti net ir į vieną tokio pobūdžio kūrinį. Tai gali sukelti stiprias emocijas, atgaivinti senus prisiminimus ar net vėl priversti išgyventi patirtą traumą.

„Kai kuriems jautresniems žiūrovams tikrų nusikaltimų turinys gali kelti nerimą, sustiprinti jau egzistuojančias baimes ar net suformuoti naujas. Tokie žiūrovai gali pradėti jaustis nesaugiai kasdienybėje, ieškoti pavojų ten, kur jų nėra, ir pernelyg sureikšminti iš pažiūros grėsmingus, tačiau iš tikrųjų nepavojingus dalykus. Pavyzdžiui, kiekvienas įtartinas žmogus gali pasirodyti kaip potencialus nusikaltėlis, o didesnis automobilis – kaip nusikaltėlio transporto priemonė“, – sako jis.

Pasak E. Lukoševičiaus, dėl padidėjusio nerimo ir baimių toks žiūrovas gali pradėti vis dažniau tikrinti, ar užrakintos namų durys, ar uždaryti visi langai, kas gali trukdyti ramiai užmigti. Šios baimės taip pat gali skatinti izoliaciją ir santykių ribojimą, o tai ilgainiui neigiamai veikia bendrą psichinę sveikatą.

„Labai svarbu atpažinti momentą, kai reikėtų padaryti pertrauką nuo tokio turinio.

Kiekvienam tikrų nusikaltimų mėgėjui siūlyčiau atidžiau įsivertinti savo būseną ir užduoti sau kelis klausimus: ar tapote budresnis nei įprastai? Ar padidėjo jūsų bendras nerimo lygis? Ar bijote išeiti iš namų? Ar jūsų mintyse nuolat sukasi nusikaltimų temos? Jei bent į vieną iš šių klausimų atsakėte „taip“, tai yra ženklas, kad laikas padaryti pertrauką nuo tikrų nusikaltimų turinio“, – aiškina KTU psichologas.

### **Nusikaltėlių romantizavimas**

Šiuolaikinėje žiniasklaidoje ir populiariojoje kultūroje vis dažniau žavimasi nusikaltėliais, tačiau jų romantizavimas gali turėti rimtų pasekmių. E. Lukoševičius pažymi, kad toks požiūris ypač žalingas vaikams, paaugliams, jauniems suaugusiesiems ir tiems, kurių vertybinės nuostatos dar nėra pilnai susiformavusios.

Romantizuojant nusikaltėlius, dažnai pabrėžiamos tam tikros jų savybės ar elgesys, kurie gali iškreipti besiformuojančios asmenybės pasaulio suvokimą ir sukelti neteisingas nuostatas. Tai gali lemti klaidingą įsivaizdavimą apie tai, kas yra priimtina, kokiais žmonėmis verta žavėtis ir koks elgesys yra toleruotinas ar net atleistinas.

„Kita problema kyla dėl to, kad romantizuojant nusikaltėlius, turinčius tam tikrų psichikos sutrikimų, dažnai sukuriamas klaidingas įvaizdis visuomenėje. Tai gali iškreipti supratimą apie šias ligas ir apie tai, kaip iš tikrųjų elgiasi žmonės, sergantys psichikos sutrikimais“, – sako KTU psichologas.

E. Lukoševičius pažymi, kad sunku prognozuoti, kuri istorijos pusė – nusikaltėlio ar aukos – labiau pritrauks žiūrovų dėmesį. Tai priklauso nuo to, kaip istorija pateikiama: ar daugiau dėmesio skiriama nusikaltėliui, jo asmenybei, gyvenimo istorijai ir motyvams, ar aukoms ir jų patirčiai.

„Vis dėlto manau, kad daugiau žmonių susidomės nusikaltėlio motyvais, nes žudikų elgesys dažnai būna šokiruojantis ir nepažįstamas. Tuo tarpu aukos reakcija greičiausiai bus labiau pažįstama ir suprantama“, – dalijasi jis.

### **Skatina loginį mąstymą**

E. Lukoševičiaus teigimu, tikėtina, kad kuo dažniau susiduriame su situacijomis, vaizduojamomis tikrų nusikaltimų turinyje, tuo labiau mažėja mūsų jautrumas ir empatija nusikaltimams, žmogžudystėms, aukų skausmui ir kančioms. Tai gali turėti įtakos ir moraliniams principams bei požiūriui, ypač žmonėms, kurie dar neturi aiškiai susiformavusios vertybių sistemos.

„Norint to išvengti, paprasčiausias būdas – riboti tokio turinio žiūrėjimą. Taip pat kaip atsvarą verta rinktis atpalaiduojantį, pramoginį ir pozityvų turinį, kuris leistų pamatyti ir šviesiąją gyvenimo pusę“, – dalijasi jis.

Tiesa, KTU psichologo manymu, tikrų nusikaltimų žanro žiūrėjimas gali turėti teigiamą poveikį asmeniui, tačiau tai priklauso nuo kelių veiksnių: kaip istorija pateikta, kokios detalės atskleidžiamos ir kiek daug tokio turinio žmogus suvartoja.

„Vis dėlto, šio žanro žiūrovas dažnai aktyviai įsitraukia į pasakojimą, siekdamas susieti istorijos ir tyrimo detales, o tai padeda lavinti kritinį ir loginį mąstymą“, – pažymi jis.

Be to, toks turinys gali būti naudingas ugdant gebėjimą apsaugoti save ir artimuosius arba suprasti, kaip elgtis pavojingose situacijose. Taip pat žiūrovas gali išmokti pastebėti tam tikrus elgesio modelius, atpažinti galimai pavojingus asmenis ir ženklus, kurie įspėja apie grėsmę.

KTU psichologas: kodėl mus taip traukia tikri nusikaltimai?

