Globa

Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos žurnalas

Nr. 4 (12),
2015 m., gruodis

Psichikos neįgalieji susidraugavo su kūdikių namų mažyliais **9** p.

Artėjančių švenčių proga – Kalėdų oratorija **15** p.

Mielieji,

Artėjant gražiausioms žiemos šventėms prisiminkime, kas mus džiugino per šiuos metus, ir padėkokime už tai sau ir aplinkiniams, pasidžiaukime pasiekimais, apmąstykime naujus siekius ir tikslus, kuriuos, dirbdami kartu, padėdami vieni kitiems, galėsime pasiekti.

Tegul stebuklingas šv. Kalėdų metas neša sėkmę darbuose, įkvėpimą kūryboje, viltį ir laimę širdyse.

Džiugių šv. Kalėdų ir laimingų Naujųjų metų!

Nuoširdžiai,
Socialinės apsaugos ir darbo ministrė
Algimanta Pabedinskienė

Klauskite psichologo

Toliau tęsiame psichologinių konsultacijų ciklą. Primename žurnalo skaitytojams – užduokite klausimą specialistui, ir Jums bus atsakyta artimiausio žurnalo puslapiuose.
Šįkart – Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos psichologės Linos BUČYTĖS atsakymas.

KLAUSIMAS:

Dirbu su neįgaliųjų grupe, rengiu jiems užsiėmimus. Tačiau yra vienas psichikos negalią turintis žmogus, kuris nuolat trukdo visai grupei. Jis replikuoja, triukšmauja, kalba ne į temą, taip trikdydamas ne tik mano, bet ir kitų grupės narių darbą.

Kyla minčių, kad jį reikėtų išbraukti iš grupės sąrašų. Tačiau stabdo mintis, kad jis, be mūsų organizacijos, daugiau neturi kur eiti. Ką tokiu atveju patartų psichologas?

ATSAKYMAS

Suprantu, kad vienas nederamai besielgiantis žmogus gali trikdyti visos grupės darbą, sukelti nemalonių jausmų ne tik grupės vadovui, bet ir kitiems grupės dalyviams. Gali kilti noras apriboti jo lankymąsi organizacijoje ar iš viso išbrauti iš sąrašų. Bendravimas su tokiu žmogumi gali būti tikras iššūkis.

Derėtų suprasti, kad taip jis gali elgtis ne tam, kad mus supykdytų ar sutrukdytų. Daugelis turinčiųjų psichikos negalią išgyvena nerimą, įtampą, baimę. Neretai šie jausmai išsilieja per negatyvius veiksmus, kartais pačiam žmogui nesuprantant, kad jis daro kažką netinkamo, negalint savęs suvaldyti, sukontroliuoti. Juk ir mes, laikantys save sveikais, užklupus vidiniam nerimui, nevalingai daug vaikštome ar daug kalbame, negalime susikaupti. Kiekvienas savo jausmus išreiškiame vis kitaip, kiekvienas turime tam teisę.

Reikia suprasti, kad vienokią ar kitokią negalią turinčio žmogaus reakcija gali būti susijusi su jo liga. Neretai šie žmonės yra jautrūs kintančiai, nenuspėjamai aplinkai, nepažįstamiems žmonėms ar neįprastoms gyvenimiškoms situacijmos. Bet kokie pokyčiai negatyvų elgesį gali sustiprinti.

Kaip elgtis, kai grupėje yra visiems likusiems trukdantis asmuo?

Visų pirma, neprarasti savitvardos, reaguoti ramiai. Nepriimti jo elgesio asmeniškai, tiesiogiai. Suprasti, kad žmogus tiesiog gali jaustis blogai, išgyventi įtampą, nerimą. Būtų gerai, jei atsirastų darbuotojas, galintis tokiam žmogui skirti individualų dėmesį, kuris galėtų pakalbėti su juo, nuraminti.

Galima grupės veiklą reguliuoti taisyklėmis. Paprastai bet kokioje grupėje galioja tam tikri susitarimai ir taisyklės, užtikrinančios visų grupės narių saugumą, gerovę ir bendradarbiavimą. Taisyklės gali būti įvairios. Pavyzdžiui: *Kalbame po vieną. Kalbame į temą. Kalbame ramiai, nešaukiame.* Nepertraukinėjame vieni kitų. Būtų naudinga, jei taisykles visi grupės dalyviai aptartų ir patvirtintų drauge. Žmogui, nesilaikančiam taisyklių, galima draugišku ir įtikinamu tonu priminti apie jas. Gali būti, kad reikės tai priimti ne vieną kartą. Taip pat nepamiršti pastebėti bei padrąsinti, kai žmogus elgiasi tinkamai. Kartais žmogus tiesiog negali dalyvauti grupėje veikloje, jam grupinis darbas tiesiog netinka.

Grupė taip pat reaguoja į jiems trukdantį žmogų, kuris nedalyvauja bendroje veikloje. Netinkamai besielgiantis iš kolegų gali sulaukti kritiško atsako. Kaip rodo praktika, neretai jo ir sulaukia. Paprastai tas atsakas būna labai taiklus ir nesumeluotas. Tokiu atveju gali kilti konfliktinių situacijų, kurių sprendimui reikės kantrybės ir laiko.

Tikiu, kad grupės vadovui tokiais atvejais norėtųsi rėžti iš peties – pareikalauti, kad nuolat trukdantis žmogus tiesiog neateitų į užsiėmimus. Tačiau patarčiau neskubėti. Žmogus, turintis psichikos negalią, ir taip dažnai mato pasaulį kaip jam nedraugišką, nesaugų ar net priešišką. Nepatvirtinkime tokių jo nuostatų. Nesustiprinkime tokio įsitikinimo. Žmogus ateina į užsiėmimus ieškodamas pagalbos. Padėkime jam nusiraminti, raskime tinkamiausią priėjimą prie jo.

Nuo kitų metų – neveiksnumo reforma

Lina Jakubauskienė

Nuo 2016-ųjų sausio 1-osios Lietuvoje įsigalios naujas požiūris į žmogaus teises. Šalyje pradedama neveiksnumo reforma. Apie tai lapkričio 19-ąją kalbėta Lietuvos sutrikusio intelekto žmonių globos bendrijos „Viltis" organizuotame seminare „Naujas požiūris į žmogaus teises. Neveiksnumo reforma Lietuvoje".

Keičiasi požiūris į neįgaliuosius

Pagal iki 2016-ųjų pradžios Lietuvoje galiojusius įstatymus, asmenį pripažinus neveiksniu, jis netekdavo teisės savo vardu veikti visose gyvenimiškose srityse. Nebūta galimybės žmogų neveiksniu ar ribotai veiksniu pripažinti tik tam tikrose srityse, pavyzdžiui, finansinėje. Nuo Naujųjų metų ši situacija keisis. Laipsniškai bus peržiūrimos visų žmonių, kuriems iki šiol buvo pripažintas neveiksnumas, bylos.

„Visų pirma reikia keisti visuomenės požiūrį į neįgaliuosius. Šiems žmonės turi būti sudarytos kitos galimybės tvarkyti savo asmeninį gyvenimą, patiems nuspręsti, ko jie nori ir kas jiems yra geriau", - aiškino Lietuvos neįgaliųjų forumo prezidentė Dovilė Juodkaitė

Susirinkusiems ji priminė pagrindines Neįgaliųjų teisių Konvencijos nuostatas, suteikiančias galimybę žmonėms su psichikos ar proto negalia naudotis tomis pačiomis teisėmis, kaip ir kiti žmonės.

Nukelta į **4** p.

Atkelta iš **3** p.

„Žmonėms, turintiems psichikos negalią, tereikia vienokios ar kitokios pagalbos, kad jie galėtų tas teises realizuoti. Valstybės prievolė – jiems padėti savo teises įgyvendinti“, - sakė D. Juodkaitė.

Jos teigimu, daug metų Lietuvoje galiojo vadinamasis medicininis požiūris į negalią, kurį dabar keičia socialinis. „Ne liga padaro žmogų neįgaliu, toks jis tampa sąveikoje su socialine aplinka. Šiuo metu susiklostęs požiūris į negalią yra kliūtis neįgaliajam lygiavertiškai dalyvauti gyvenime“, - teigė D. Juodkaitė.

Pasak jos, žmonių su negalia lygybę prieš įstatymą numato Konvencijos 12-asis straipsnis. Čia nurodoma, jog „neįgalieji turi teisinį veiksnumą lygiai su kitais asmenimis visose gyvenimo srityse“. Valstybės, ratifikavusios Konvenciją, privalo imtis atitinkamų priemonių, kad suteiktų neįgaliesiems galimybę pasinaudoti pagalba, kurios jiems gali prireikti įgyvendinant savo teisinį veiksnumą.

Konvencijoje pripažįstama lygybė prieš įstatymą visiems neįgaliems asmenims, taip pat ir su psichikos ar intelekto negalia. „Konvencija numato, kad turi būti paisoma asmens teisių, valios ir pageidavimų. Būtent neįgalaus žmogaus norai turi būti dėmesio centre, svarbu sudaryti geriausias sąlygas jam gyventi ir veikti“, - aiškino D. Juodkaitė.

Neveiksnių asmenų – nemažai

Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos duomenimis, 2014-aisiais šalyje gyveno apie 250 tūkst. neįgalių asmenų, gaunančių netekto darbingumo pensijas ar išmokas. Proto ir psichikos negalią turinčių asmenų Lietuvoje yra apie 35 tūkstančius.

2014 m. suaugusiųjų socialinės globos namuose gyveno apie 6 800 asmenų. Penktadalis iš jų – neveiksnūs. „Iki šiol neveiksnumas buvo nustatomas remiantis vien tik medicininiais kriterijais. Ne paslaptis, jog būta ir piktnaudžiavimo atvejų: neveiksniu asmenį pripažindavo ir šeimos nariai, norintys pasisavinti turtą“, - kalba D. Juodkaitė.

Jos teigimu, kai kurie žmonės apie savo neveiksnumą bei skirtą globą asmuo sužinodavo net po metų nuo teismo sprendimo priėmimo, atsitiktinai nuvykę į pasų poskyrį pasikeisti tapatybės kortelės ar kitais atvejais.

„Štai vienas žmogus pasakoja, jog tik per pokalbį su gydančiu gydytoju sužinojo esantis pripažintas neveiksniu... prieš 20 metų. Per tuos metus jis savarankiškai gyveno, paveldėjo turtą. Kas įdomiausia, jam nebuvo nustatyta globa. Pastebėtina, kad neveiksnumo klausimas dėl savo specifiškumo ir galimų pasekmių yra didelė problema ir itin jautri tema psichikos ligomis sergantiems

asmenims. Jie baiminasi būti pripažintais neveiksniais be jų žinios ir sutikimo“, - sakė D. Juodkaitė.

Psichikos sutrikimus turintys žmonės vis dar tebėra pažymėti didele stigma, visuomenės požiūris į juos – neigiamas, trūksta informacijos apie šiuos žmones. Dėl šių priežasčių asmenims su psichiatrine diagnoze ypač dažnai siekiama bei palyginti lengvai pasiekiama neveiksnumo pripažinimo.

Permainos – nuo Naujųjų

Nuo 2016-ųjų neveiksnumas žmonėms su psichikos ar proto negalia galės būti nustatomas tik tam tikrose gyvenimo srityse. Be to, išplečiama asmenų grupė, kuriems taikomi įvairių teisių apribojimai ir pagalba priimant sprendimus.

Tam tikrose srityse neveiksniu pripažintam žmogui bus skiriamas globėjas, kuris veiks asmens vardu tik toje srityje. „Įžvelgiame ir kai kurių problemų, kurios gali kilti nustatant neveiksnumą. Jei teisėjas nutars, veiksnumas galės būti apribotas visose ar beveik visose gyvenimo srityse. Be to, neišsprendžiamas klausimas dėl trečiojo asmens veikimo atstovaujant kitą asmenį“, - kalba D. Juodkaitė.

Nuo sausio 1-osios šioje srityje atsiranda ir daugiau naujovių. Tai – dalinis teisių apribojimas konkrečiose gyvenimo srityse, prieš tai atlikus individualų gebėjimų įvertinimą psichikos ir proto sutrikimų turintiems asmenims. Šiuo atveju asmeniui paliekama teisė pačiam kreiptis į teismą dėl statuso peržiūrėjimo, tai gali būti daroma ne dažniau kaip kartą per metus.

Be to, numatomas privalomas statuso peržiūrėjimas kiekvienais metais. Tai darys Neveiksnių asmenų būklės peržiūrėjimo komisija savivaldybėse.

Įstatymas numato, jog asmeniui turi būti užtikrinamas teisinis atstovavimas. Žmogus pats gali pasirinkti advokatą, arba jis jam skiriamas per valstybės garantuojamą teisinę pagalbą.

Ribotas veiksnumas galės būti nustatomas tik konkrečiose gyvenimo srityse, žmogui skiriamas rūpintojas, kuris veikia kartu su asmeniu tik toje srityje. „Ir čia iš anksto įžvelgiame tam tikrų problemų: nėra automatinio dalinio veiksnumo peržiūrėjimo, nors pats asmuo tai gali inicijuoti bet kada. Be to, nėra privalomo teisinio atstovavimo-advokato reikalavimo, išlieka trečiųjų asmenų atstovavimas asmeniui“, - aiškina D. Juodkaitė.

Naujos pagalbos priimant sprendimus teikimo formos

Nuo naujųjų atsiranda ir daugiau naujovių neveiksnumo nustatymo srityje. Tai – išankstinis nurodymas, kurį žmogus, turintis psichikos negalią, galės užpildyti iš anksto. Čia jis išreikš savo nuomonę dėl jam rūpimų klausimų ateityje: globėjo, rūpintojo, gyvenamosios vietos ar pan. Šis dokumentas turės būti patvirtintas notaro ir registruojamas Neveiksnių asmenų registre. Tokiu atveju jis tampa privalomu laikytis visiems tretiesiems asmenims, išskyrus tuos atvejus, jeigu pasikeičia aplinkybės

Be to, pilnametis veiksnus fizinis asmuo galės sudaryti pagalbos teikimo sutartis su kitu pilnamečiu veiksniu žmogumi, jeigu dėl psichikos sutrikimo ar kitų aplinkybių (ligos, amžiaus, kt.) jam sudėtinga priimti sprendimus savarankiškai. Šis dokumentas taip pat turės būti tvirtinamas notaro bei registruojamas Neveiksnių asmenų registre.

Peržiūrės teismai

Įsigaliojus įstatymui, laipsniškai visų asmenų, kurie teismo pripažinti neveiksniais iki šio teisinio reguliavimo įsigaliojimo, statusą pirmą kartą peržiūrės teismas. Taigi daug kas šioje srityje priklausys ir nuo teisėjų kompetencijos, jų požiūrio į psichikos ar proto negalią turinčius žmones.

Naujojo įstatymo rengėjai tikisi, kad jam įsigaliojus, bus užtikrinta: neveiksniu pripažinto asmens teisės nebus ribojamos neproporcingai ilgą laiką. Taip pat viliamasi užkirsti kelią situacijoms, kai neveiksniu pripažinto asmens globėjas, piktnaudžiaudamas savo teisėmis ar netinkamai vykdydamas savo pareigas, net ir asmens sveikatai pagerėjus, nesikreipia į teismą dėl asmens pripažinimo veiksniu.

Atsiradus riboto veiksnumo sąvokai, asmenys, kuriems neveiksnumas bus pripažintas tam tikrose srityse, išvengs finansinių problemų, kurios kyla dėl greitųjų kreditų ar kitų finansinių įsipareigojimų, priimamų tuo metu, kai žmogus negali suprasti savo veiksmų.

Vilniaus rajone rūpinamasi žmonėmis, turinčiais psichikos negalią

Lina Jakubauskienė

Gruodžio 8-ąją Nemenčinės neįgaliųjų dienos užimtumo centre surengtas Neįgaliųjų reikalų tarybos narių ir Vilniaus rajono savivaldybės atsakingų darbuotojų susitikimas. Pasak Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos vadovo Vaidoto Nikžentaičio, Vilniaus rajonas – vienas iš geriausių, teikiančių paslaugas žmonėms su psichikos negalia.

Paslaugų – daug

Nors Vilniaus rajonas įkurtas tik 1995-aisiais, jo gyventojams teikiama nemažai įvairių socialinės reabilitacijos paslaugų. Iš viso rajone veikia aštuonios nevyriausybinės organizacijos, tarp jų – ir padedančios žmonėms, turintiems psichikos negalią.

„Socialinių paslaugų tikslas – tenkinti asmens gyvybinius poreikius, sudaryti nežeminančias sąlygas, kai žmogus pats to padaryti neįstengia. Savo rajone teikiame įvairias paslaugas, atsižvelgdami į jų reikalingumą“, - sakė Vilniaus rajono merė Marija Rekst.

Pasak jos, steigiant socialinių paslaugų įstaigas, sprendžiamos ir rajono gyventojų užimtumo problemos. Merė pasidžiaugė, jog Vilniaus rajono savivaldybė socialinės rūpybos srityje Lietuvoje pelnė aukštą devintąją vietą. Tačiau, pasak V. Nikžentaičio, tai, kas šiame rajone daroma psichikos neįgaliesiems, turėtų būti vertinama dar geriau.

Ypatingas dėmesys – žmonėms su psichikos negalia

„Už tai skirčiau jūsų rajonui ir pirmąją ar antrąją vietą. Iš Vilniaus rajono galėtų pasimokyti daugelis kitų. Čia veikia ir pagalbos centrai vaikams, ir atokvėpio tarnybos. Niekada neteko girdėti iš šio rajono gyventojų kokių nors nusiskundimų. Jei tik kreipiamės pagalbos, mums niekada nebūna atsakyta. Norėtųsi pagirti ir puikiai dirbančias tikslines grupes. Galbūt padaryta dar ne viskas – rajone galėtų atsirasti apsaugoto būsto programos, kitos naujos paslaugos. Tačiau tai – ateities darbai. Būtų džiugu, jei Vilniaus rajonas taptų pionieriais, pradėjusiais įgyvendinti inovatyvias programas Lietuvoje“, - sakė V. Nikžentaitis.

Pasak jo, Vilniaus rajono savivaldybė – tai pavyzdys, kaip padėti žmonėms, turintiems psichikos negalią, realiai, o ne vien tik žodžiais.

VšĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos“ direktorė Algė Nariūnienė paprašė rajono merės tarpininkauti, kad Vilniaus rajono poliklinikoje būtų sukurtos geresnės sąlygos žmonių su psichikos negalia užsiėmimams. Merė pažadėjo ieškoti būdų išspręsti ir šiai problemai.

„Mums labai svarbu padėti neįgaliesiems, rasti bendrą kalbą. Reikšmingas ir bendradarbiavimas su NVO sektoriumi – pirkti iš jų paslaugas pigiau, negu steigti dideles savo įstaigas. Norėtųsi daugiau šio sektoriaus paslaugų rajone“, - kalbėjo M. Rekst.

Užimtumo kambario paslaugos – svarbios

Apie Užimtumo terapijos kambario, įsikūrusio Psichikos dienos stacionaro patalpose, veiklą, pasakojo specialistė Janina Šokaitienė.

„Teikti tokias paslaugas žmonėms su psichikos negalia paskatino Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrija. Padedant žmonėms, turintiems psichikos negalią, labai svarbu ne tik medicininiai, bet ir socialiniai problemos sprendimo būdai“, - pasakoja J. Šokaitienė.

Ji pasakojo, kokios paslaugos teikiamos Vilniaus rajono gyventojams, kaip jos padeda šiems žmonėms sveikti ir gyventi visavertį gyvenimą.

„Iki šiol rajone panašios paslaugos nebuvo teikiamos. Atrodo, paprasti dalykai – gimtadienio paminėjimas, išvyka į gamtą, prie jūros – žmonėms su psichikos negalia duoda labai daug. Atėję pas mus, žmonės su psichikos negalia susidraugauja, pamilsta vieni kitus. Tai – paprasti dalykai, tačiau jie apsaugo nuo savižudybių, smurto, alkoholizmo, kitų problemų“, - aiškina J. Šokaitienė.

Pasak jos, labai svarbu žmogiškas požiūris į turinčiuosius psichikos negalią. „Iki tol, kol buvo įkurti Užimtumo kambariai, šie žmonės mūsų rajone buvo apleisti. Dabar jie keliauja po Lietuvą, dalyvauja parodose, mugėse, džiaugiasi savo darbeliais. Paprasta padėka už dalyvavimą parodoje jiems suteikia daugiau laimės nei kitam suteiktų padovanotas limuzinas. Jau spėjome įsitikinti: paslauga, kurią teikiame žmonėms su psichikos negalia, labai reikalinga. Bendraudami, stebėdami ligos paūmėjimą, mokome žmones pačius pastebėti būsenos blogėjimą. Tokiu būdu mūsų žmonėms rečiau tenka atsidurti ligoninėse, valstybė sutaupo hospitalizacijai skiriamus pinigus. Gydymas stacionare kainuoja labai brangiai“, - kalba J. Šokaitienė.

Visi žmonės užimtumo kambario užsiėmimus lanko tik savo noru. Tiems, kurie gyvena toliau nuo Nemenčinės, kelionė autobusu apmokama. „Tačiau mūsų rajonas – žiedinis, jo skersmuo – apie 70 kilometrų. Todėl, be abejo, iš nutolusių kaimų ne visada žmonės turi galimybę atvažiuoti ar grįžti namo. Ne visur važiuoja autobusai“, - kalba J. Šokaitienė.

Pasak Neįgaliųjų reikalų departamento direktorės Astos Kandratavičienės, NVO vaidmuo teikiant paslaugas žmonėms su negalia labai svarbus. „Norėtųsi kalbėti ne tik apie tai, kokios paslaugos jau teikiamos, tačiau ir apie ateitį – atvejo vadybą, apsaugoto būsto problemas. Tik kalbantis, bendradarbiaujant tarpusavyje galima išspręsti visas problemas“, - reziumuoja A. Kandratavičienė.

Autorės nuotraukos

Žmonės su psichikos negalia ir žiniasklaida: kaip surasti bendrą kalbą

Lina Jakubauskienė

Gruodžio 10-ąją Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrija pakvietė kolegas, žiniasklaidos atstovus, su neįgaliaisiais dirbančius specialistus į konferenciją tema: „Visuomenės informavimo priemonės Lietuvoje: neįgaliųjų socialinės integracijos ar atskirties didinimas?"

Objektyvumas – svarbu

Pasak Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos vadovo, labai svarbu, kad žiniasklaidoje būtų pateikiama etiška informacija apie žmones, turinčius psichikos negalią. Deja, kol kas taip nėra. „Norėjosi apie etiką padiskutuoti su laidų vedėjais, prodiuseriais, ypač – su Komunikacijos fakulteto studentais. Deja, šios srities atstovų sulaukėme labai mažai", - kalbėjo V. Nikžentaitis.

Žmonių, turinčių įvairias negalias, leidiniams lėšų skiria Neįgaliųjų reikalų departamentas prie Socialinės apsaugos ministerijos. Pasak direktorės pavaduotojos Jolantos Šliužienės, svarbu, kad žmonės su negalia būtų vaizduojami pozityviai. Be to, neįgaliesiems svarbu turėti savo leidinius. Dėl šios priežasties Neįgaliųjų reikalų departamentas pastaruoju metu finansuoja du projektus: keleto neįgaliųjų organizacijų žurnalus bei naują interneto rubriką „Aš galiu".

„Internetas pastaruoju metu tampa vis svarbesnis, jis suteikia galimybę pasiekti platesnį visuomenės ratą. Tačiau artimiausiu metu išliks ir kiti žmonėms su negalia skirti leidiniai", - žadėjo J. Šliužienė.

Toliau išlaikyti žurnalų leidybą ragino ir V. Nikžentaitis – pasak jo, didžioji dalis žmonių su psichikos negalia neturi ne tik interneto, bet ir kompiuterių, todėl rašytinė spauda vis dar tebėra vienintelė galimybė sužinoti aktualią informaciją.

Neigiami aspektai

Valstybinio psichikos sveikatos centro direktorė Ona Davidonienė kalbėjo apie tai, kokią įtaką visuomenei daro žiniasklaida. „Žiniasklaida – tai ne tik internetas, spausdinti leidiniai, televizija. Pastaruoju metu vis didesnę įtaką daro socialiniai tinklai, kurie tam tikra prasme tampa žiniasklaida. Šiuolaikinė žiniasklaida labai svarbi informacijos teikimo, savišvietos prasme, tačiau jos poveikis ne visada teigiamas žmonėms, turintiems psichikos sutrikimų", - sakė O. Davidonienė.

Jos teigimu, ypač reikia stebėti, ką žiūri ir kokiuose interneto tinklapiuose naršo mūsų vaikai. „Dabartinėje animacijoje labai daug smurto, pykčio. Rodomi robotai, kraupūs vaizdai, agresija, kuri padeda siekti pergalės. Tokiu būdu vaikams siunčiama žinia, kad taip pasiekti pergalę yra normalu. Todėl nereikia stebėtis, iš kur mūsų vaikuose tiek daug žiaurumo, pykčio, patyčių", - teigė O. Davidonienė.

Pasak jos, nemenka grėsmė žmonių, turinčių psichikos sutrikimų, tyko ir socialiniuose tinkluose. „Šiais žmonėmis manipuliuojama, jais pasinaudoja tam tikros grupuotės. Jaunimas įtraukiamas į sektas, nusikalstamas grupuotes. Verbuotojai puikiai išmano žmonių psichologiją ir geba atsirinkti, kurį žmogų galima „užkabinti" dėl jo naivumo, nesuvokimo, socialinių įgūdžių stokos", - aiškina gydytoja.

Pasak jos, žiniasklaida nėra blogis, tačiau svarbu neperžengti ribos, stebėti, kad nesusiformuotų priklausomybė nuo televizijos ar interneto.

Ji taip pat kritikavo pokalbių laidas, į kurias kviečiami ir ne visai aplinką suprantantys ar primityviai suprantantys žmonės.

Neįgaliųjų vaizdiniai dienraščiuose

Mykolo Romerio universiteto Edukologijos ir socialinio darbo instituto doc. dr. Rita Raudeliūnaitė pristatė pranešimą „Negalios socialiniai vaizdiniai Lietuvos dienraščiuose".

Tyrimui buvo pasirinkti keturi populiarūs dienraščiai, turintys didžiausią auditoriją, peržiūrėta šimtas procentų numerių per pusmetį, rasti 136 straipsniai negalios tematika.

R. Raudeliūnaitė pristatė tiek teigiamus, tiek neigiamus negalios socialinius vaizdinius tirtuose dienraščiuose. „Teigiami vaizdiniai siejami su tuo, kad negalia žmonėms tapusi įprasta gyvenimo dalimi, neįgalieji parodomi kaip gana veiklūs, aktyvūs, dalyvaujantys visuomenės gyvenime asmenys. Į neįgalų asmenį žiūrima per naująją negalios sampratą, naują prizmę, norima pamatyti, ką žmogus gali, o ko – ne. Neigiami negalios vaizdiniai gali būti sulygi-

nami su medicininiu modeliu. Į žmones su negalia žiūrima pro patalogijos prizmę, jie pateikiami kaip našta sau ir artimiesiems, valstybės išlaikytiniai ir panašiai“, - aiškino R. Raudeliūnaitė.

Pasak jos, atlikta apžvalga galėtų būti žingsnis negatyvių negalios vaizdinių keitimo link.

Žiniasklaidos atstovai

Lietuvos žurnalistų sąjungos atstovės Rasos Liškauskaitės teigimu, žurnalistai neturi nuostatos pateikti visuomenei vien tik neigiamos informacijos – jie norėtų rašyti ir teigiamus straipsnius apie žmones su negalia, tačiau susiduria su leidinių savininkais, kuriems reikalingi reitingai.

„Kiekvienas mes savyje turime etiką. Gaila, tačiau šiuolaikinė žiniasklaida vis labiau krypsta komercializacijos link“, - aiškino R. Liškauskaitė.

Apie žurnalistų profesinę etiką kalbėjo Visuomenės informavimo etikos komisijos pirmininkė Vaiva Žukienė. Ji pristatė teisės aktus, reguliuojančius žiniasklaidos veiklą.

Kalbėjusioji aiškino auditorijai, kokie pažeidimai žiniasklaidoje yra dažniausi, kaip baudžiami etikos nesilaikantys leidiniai ar laidos.

Kalbėjusioji peržvelgė per penkerius metus gautus skundus. Tarp jų žmonių su negalia sudaro tik menką dalį – veikiausiai neįgalūs žmonės tiesiog nežino, į ką kreiptis. „Žmonės turėtų žinoti, jog žurnalistui draudžiama žeminti, šaipytis iš fizinės negalios ar trūkumų net tada, kai negalią turintis žmogys yra nusikaltęs. Draudžiama prieš tokius žmones kurstyti neapykantą, negatyvias emocijas“, - aiškino V. Žukienė.

Pasak jos, žurnalistas turi suprasti, jog ne visi žmonės suvokia, kad yra vaizduojami neigiamai. Pokalbių laidose kai kurie žmonės dėl menko išsilavinimo ar turintys suvokimo problemų išstatomi pajuokai. Tokiais atvejais ne visada gelbsti ir laidų prodiuseriams skiriamos baudos – jas atsveria iš reklamos surenkami pinigai.

Visuomenės informavimo priemonių įtaka socialinio darbo aplinkoje

Apie tai kalbėjo Audronė Kasperavičienė, Kėdainių socialinės globos namų direktorė, Socialinių įstaigų vadovų asociacijų prezidentė.

Pasak jos, žurnalistai, net ir matydami problemas, ne visada gali apie jas kalbėti – daug ką sprendžia savininkai. „Viešoje erdvėje globos įstaigos nuolat įvardijamos kaip blogis, teigiama, jog jos neužtikrina gyvenimo orumo. Tačiau dažnai visuomenei pateikiami faktai neatitinka tikrovės, žemina dirbančiųjų pastangas, tokiu būdu nutylimos svarbios problemos“, - aiškino A. Kasperavičienė.

Pasak jos, kol kas Lietuvoje žurnalistų bijomasi – tai yra blogai. „Būtų gerai, jei galėtume dirbti kaip viena komanda“, - sakė A. Kasperavičienė.

Pranešimą „Visuomenės psichologinės įtakos aspektai per informavimo priemones“ pristatė VšĮ Utenos psichikos sveikatos centro medicinos psichologė Alma Želvienė.

„Kartais, vaizduojant žmones žiniasklaidoje, nepagalvojama, kaip jie gyvens toliau. Kiekvienas iš mūsų turėtume galvoti apie etiką. Reikia rašyti apie gėrį, nes blogis ir taip gerai matomas“, - teigė A. Želvienė.

Apie informacinės sklaidos problemas ir jų sprendimo būdus kurčiųjų bendruomenėje kalbėjo Kurčiųjų draugijos prezidentas Vytautas Pivoras.

Pasak jo, kol kas pernelyg mažai laidų per televiziją rodomos verčiant į gestų kalbą. „Nors gestų kalba pripažinta kurčiųjų gimtąja kalba, kurčiųjų siekis matyti laidas gimtąja kalba neįgyvendinamas“, - kalbėjo V. Pivoras. Kol kas reikiamą informaciją kurtiesiems padeda gauti asmeniniai asistentai.

Nukelta į **8** p.

Atkelta iš **7** p.

Situaciją būtina keisti

Įmonių grupės „Penki kontinentai“ komunikacijos vadovas Gytis Vincevičius skaitė pranešimą tema: „Socialinių projektų komunikacija: ką daryti, kad būtumėte išgirsti?“. Jis pristatė keletą pagrindinių principų, kaip neįgaliųjų organizacijų naujienos gali atsidurti pirmuosiuose žiniasklaidos puslapiuose.

Pasak jo, šios organizacijos turi ką parodyti visuomenei, ir žurnalistai naujienas mielai paskelbs, jei bus laikomasi kai kurių principų. „Informacija, kurią norite paskleisti plačiau, turi būti trumpa ir aiški. Pagelbėti gali ir į renginius kviečiamos žvaigždės. Jei pasikviesite į renginį žinomą žmogų, tai taip pat padės pritraukti žiniasklaidos atstovų dėmesį. Norėdami sukurti informaciją apie savo organizaciją, atsiminkite keletą pagrindinių principų, ir viskas pavyks“, - aiškino G. Vincevičius.

Apie Lietuvos radijo indėlį mažinant neįgaliųjų socialinę atskirtį kalbėjo Lietuvos radijo laidos „Arčiau manęs“ vedėja Gemutė Padribonienė. Pasak jos, pastaruoju metu žiniasklaidos dėmesys neįgaliųjų temoms mažėja, Atgimimo laikais jo būta gerokai daugiau.

Jos teigimu, dabartinėje žiniasklaidoje daug neteisingos, net melagingos informacijos. Visuomenės reakcija į ją turėtų būti gerokai griežtesnė.

Pasak VšĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos“ direktorės Algės Nariūnienės, be žiniasklaidos šiuolaikinės visuomenės gyvenimas neįsivaizduojamas. Tačiau žmonės, dirbantys tiesiogiai su žmonėmis, turinčiais psichikos negalią, pastabi daug neigiamų dalykų.

„Jei įvyksta nusikaltimas, negalios aspektas būtinai pabrėžiamas. Dar neaišku, ar žmogus tikrai sutrikusios psichikos, tačiau žiniasklaidoje apie tai jau būna ištrimituota. Tačiau tik du procentus nusikaltimų padaro turintys psichikos negalią žmonės“, - aiškina A. Nariūnienė.

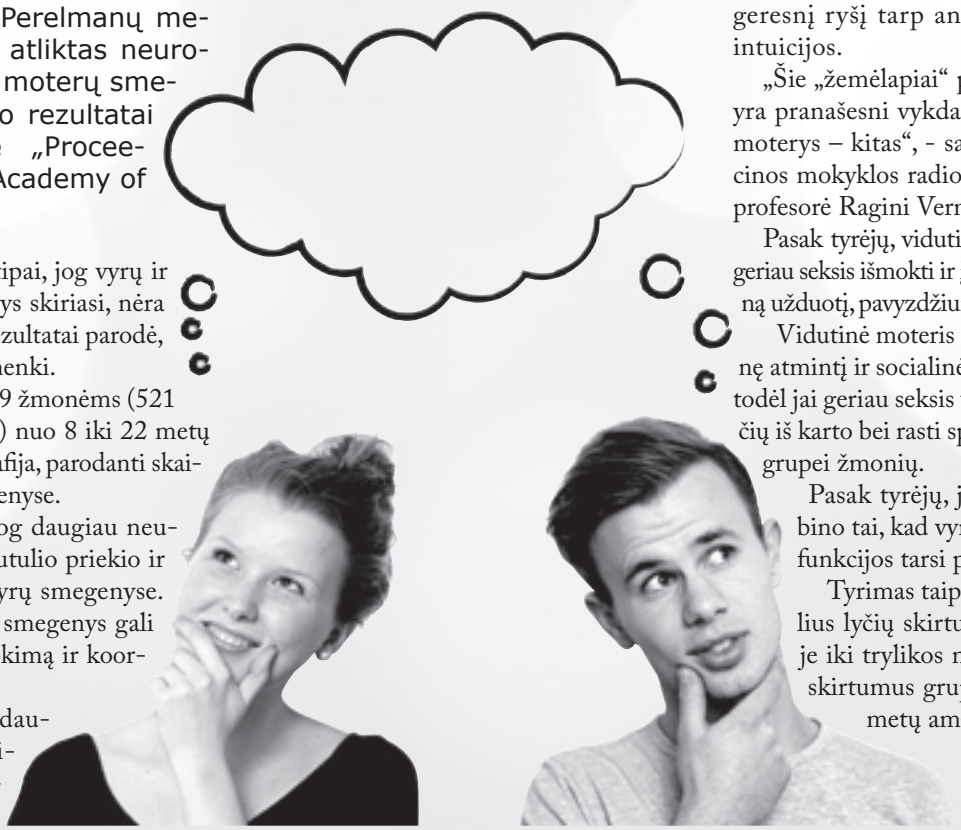
Pasak jos, žurnalistai turėtų jautriau aprašinėti žmonės su psichikos negalia, reaguoti į jų problemas. „Nė vienas nesame pasirašę sutarties su likimu ir nežinome, kas laukia ateityje. Gaila, tačiau, žurnalistai su mumis dažnai kalba pakeltu tonu, net nebandydami įsigilinti į žmonių su psichikos negalia situaciją. Nerimą kelia ir mūsų žmonės, kviečiami filmuotis į įvairias laidas. Jie nesupranta, kad iš jų – tyčiojamasi, kad jie - išnaudojami“, - kalba A. Nariūnienė.

A. Nariūnienė pasidžiaugė, kad internete atsirado nauja rubrika „Aš galiu“, kur neįgalieji pateikiami teigiamai. „Norėtųsi, kad visuomenei būtų pateikiama kuo objektyvesnė informacija. Kad kuo mažiau būtų tendencingų straipsnių“, - kalba A. Nariūnienė.

Autorės nuotraukos

Kuo skiriasi vyrų ir moterų smegenys?

JAV Pensilvanijos Perelmanų medicinos mokykloje atliktas neuronų jungčių vyrų ir moterų smegenyse tyrimas. Jo rezultatai paskelbti žurnale „Proceedings of National Academy of Sciences“.



Pasak tyrėjų, stereotipai, jog vyrų ir moterų smegenų jungtys skiriasi, nėra be pagrindo. Tyrimo rezultatai parodė, jog šie skirtumai – nemenki.

Atliekant tyrimą, 949 žmonėms (521 moteriai ir 428 vyrams) nuo 8 iki 22 metų atlikta difuzinė tomografija, parodanti skaidulų trajektorijas smegenyse.

Tiriant nustatyta, jog daugiau neuronų jungčių tarp pusrutulio priekio ir galinės dalies esama vyrų smegenyse. Tai rodytų, kad tokios smegenys gali lengviau suderinti suvokimą ir koordinuotus veiksmus.

Moterų smegenyse daugiau jungčių tarp kairiojo ir dešiniojo pusrutulių – tai rodytų geresnį ryšį tarp analitinės funkcijos ir intuicijos.

„Šie „žemėlapiai“ paaiškina, kodėl vyrai yra pranašesni vykdant vienas užduotis, o moterys – kitas“, - sakė Perelmanų medicinos mokyklos radiologijos departamento profesorė Ragini Verma.

Pasak tyrėjų, vidutiniam vyrui veikiausiai geriau seksis išmokti ir įvykdyti kokią nors vieną užduotį, pavyzdžiui, orientuotis aplinkoje.

Vidutinė moteris tikriausiai turės geresnę atmintį ir socialinės kognicijos įgūdžius, todėl jai geriau seksis vykdyti keletą užduočių iš karto bei rasti sprendimus, kurie tiktų grupei žmonių.

Pasak tyrėjų, juos labiausiai nustebino tai, kad vyrų ir moterų smegenų funkcijos tarsi papildo vienos kitas.

Tyrimas taip pat atskleidė nedidelius lyčių skirtumus amžiaus grupėje iki trylikos metų, be to, didesnius skirtumus grupėje nuo keturiolikos metų amžiaus.

Parengta pagal užsienio spaudą

Psichikos neįgalieji susidraugavo su kūdikių namų mažyliais

Lina Jakubauskienė

VšĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos" Edukacinio centro globotinius aplankė mažyliai iš Vilniaus sutrikusio vystymosi kūdikių namų. Draugystės iniciatorė – muzikos vadovė Julija Kovalenko, dirbanti tiek vienoje, tiek kitoje įstaigoje.

Vaikams svarbu bendrauti

„Įgyvendiname projektą „Ištiesk draugystės ranką", kuriuo siekiame tenkinti vaikų prigimtinius kultūros, socialinius, sveikatos saugojimo, pažintinius poreikius, taip pat ugdyti vaikų kūrybiškumą. Bendradarbiavimas su žmonėmis iš kitų įstaigų – šio projekto dalis", - sakė kūdikių namų auklėtoja Audrė Preikšaitienė.

Edukacinis centras – ne pirmoji vieta, kur lankėsi kūdikių namų mažyliai; jie jau spėjo susidraugauti su Vaikystės sodo" vaikais, „Žolynėlio" darželinukais, Biržiškos gimnazijos mokiniais. „Tokiu būdu skatiname mažylius domėtis bendraamžiais, kitais žmonėmis, suprasti, ką jie jaučia, ugdome draugiškumą bei norą veikti kartu", - aiškina A. Preikšaitienė.

Prieš susitikimus su kitų įstaigų auklėtiniais, kūdikių mažyliai mokosi naujų dainų, šokių, ruošia dailės darbelius. „Apsilankymai įvairiose įstaigose – ir priežastis supažindinti vaikus su dailės, muzikos, šokio technikomis, ugdyti jų kūrybiškumą", - sako A. Preikšaitienė.

Šventė – smagi

Dauguma kūdikių namų vaikų turi vienokią ar kitokią negalią, tačiau jie – linksmi ir kūrybingi. Ir Edukacinio centro globotiniams bei dirbantiesiems jie drauge su J. Kovalenko ir auklėtojomis parengė linksmą ir nuotaikingą programą. Vaikų dainelėms, šokiams neliko abejingas nė vienas – mažylių paraginti, dainavo ir šoko visi – tiek centro globotiniai, tiek dirbantieji.

Savo programėlę vaikučiams parengė ir Edukacinio centro globotiniai. „Programą vaikams ruošėme daug kruopščiau nei paprastai. Apgalvojome, kas jiems galėtų būti įdomu, parinkome dainelių, eilėraštukų. Inscenizavome pasaką „Katinėlis ir gaidelis", patys pasigaminome dekoracijas", - pasakoja Edukacinio centro socialinė darbuotoja Vilma Kunsmonaitė.

Vaikams patiko tiek parinktos dainos, tiek neįgaliųjų suvaidintas spektaklis. Jie aktyviai dalyvavo vaidinime, patarinėjo pasakos herojams, plojo katučių, dainavo kartu.

Žada bendradarbiauti ir toliau

Pasibaigus programai, visi dar ilgai nesiskirstė. Vaikai ir suaugusieji vaišinosi arbata, saldumynais, žaidė ir linksminosi kartu.

„Labai džiaugiuosi, kad sulaukėme tokių mielų svečių. Labai patiko jų programėlė, patiko su jais pabendrauti, pažaisti. Malonu, kad mažyliai mus pakvietė į svečius, galėsime bendrauti su jais ir toliau", - įspūdžiais dalijosi Vladas.

Tuo, kad bendravimas nenutrūks, džiaugėsi ir Eglė. „Vaikučiai – labai mieli, bendra šventė buvo labai miela ir šilta. Būtinai stengsiuosi dalyvauti bendruose renginiuose ir toliau", - sakė moteris.

Iš anksto centro globotiniai paruošė mažyliams dovanėles, kurias, drauge su saldumynais lauktuvėms, įteikė išvykstantiems namo.

„Šventė buvo labai miela ir jaudinanti, vaikučių pasirodymas – nuostabus. Mažyliai nepaliko abejingo nė vieno mūsų globotinio – jie nešiojo vaikučius ant rankų, žaidė, šoko kartu, drauge pūtė ir gaudė muilo burbulus. Visi lauksime naujų susitikimų", - sakė VšĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos" vadovė Algė Nariūnienė.

Autorės nuotraukos

„Lemties bičiuliai“ – vieningi it kumštis

Lina Jakubauskienė

Širvintų sutrikusios psichikos žmonių globos bendrija „Lemties bičiuliai“ įsikūrusi miesto poliklinikos patalpose. Du kartus per savaitę čia renkasi širvintiškiai, norintys pabūti kartu, pabendrauti, užsiimti širdžiai miela veikla.

Veikla – įvairi

„Ateiname čia ne tik tada, kada vyksta užsiėmimai. Ateiname kiekvieną kartą, kai liūdna, kai reikia gero žodžio ar patarimo. Vadovė Aldona visada priima mus kaip savus, pasikalba, nuramina. Čia visada gera užsukti“, - sako širvintiškis Kostas.

Tądien, kai lankėmės Širvintose, bendrijos nariai šventė Jūratės gimtadienį. Tortas, kurį tradiciškai jubiliatui nuperka surinkę pinigų kolegos, jau buvo suvalgytas. Tačiau

Jūratė džiaugėsi draugų surašytais sveikinimais bei palinkėjimais.

„Bendrijos narių gimtadienius švenčiame kiekvieno mėnesio paskutinį trečiadienį. Sudainuojame „Ilgiausių metų“, suvalgome tortą, išgeriame arbatos, kavos, pasikalbame. Tai jau tapo gražia „Lemties bičiulių“ tradicija“, - pasakoja bendrijos vadovė Aldona Šeipūnienė.

„Lemties bičiuliai“ ne tik švenčia gimtadienius ir kitas šventes – jie sportuoja, keliauja, drauge lanko koncertus, parodas.

„Dalyvaujame rajone rengiamose neįgaliųjų sporto varžybose, iškovojome ne vieną apdovanojimą, pelnėme ne vieną medalį. Ypač mėgstame žaisti boulingą. Susirinkę į užsiėmimus, žaidžiame šaškėmis, šachmatais“, - apie sportinę veiklą pasakoja Kostas.

Be to, „Lemties bičiulių“ nariai labai mėgsta keliauti. Jau aplankyta kone visa Lietuva; vien šiais metais surengtos ekskursijos į Anykščius, Druskininkus, lankytasi Molėtų observatorijoje. Kitais metais planuojama išvyka į Pakruojo dvarą.

„Kelionės naudingos dar ir dėl to, kad padeda ugdyti neįgaliųjų savarankiškumo įgūdžius. Atsidūrę svetimoje vietoje, jie mokosi nepasimesti, padėti vieni kitiems. Todėl išvykų reikšmę būtų sunku pervertinti“, - kalba A. Šeipūnienė.

„Lemties bičiulių“ globotiniai – laukiami svečiai mieste vykstančiuose koncertuose, parodose. Širvintų kultūros namų vadovė juos į renginius priima nemokamai.

Padeda įveikti stresą ir baimes

Ne paslaptis, jog žmonės, turintys psichikos negalią, visuomenėje dar ne visada jaučiasi saugūs. Todėl vadovė daug dėmesio skiria baimės, streso įveikimui. „Esu medicinos felčerė, medicinos žinių darbe prireikia gana dažnai. Dirbdamas su žmonėmis, turinčiais psichikos negalią, privalai išmanyti apie ligas, jų eigą, žinoti, kaip elgtis vienoje ar kitoje situacijoje. Žinau, kad mano globotiniai patiria įvairių baimių, todėl mokau jas įveikti“, - pasakoja vadovė.

Paklausti – ko labiausiai bijo, širvintiškiai vardija: svetimų žmonių, apkalbų, aplinkos, to, kas šiuo metu vyksta pasaulyje.

„Aplinkiniai į žmones, turinčius psichikos negalią, vis dar žiūri negatyviai. Mūsiškiai sulaukia apkalbų, piktų pastabų. Todėl svarbu išmokyti juos nekreipti dėmesio į neigiamas aplinkinių reakcijas, mokyti nuo jų atsiriboti. Tai padeda padaryti baimės, streso įveikimo užsiėmimai“, - kalba A. Šeipūnienė.

Širvintiškiai ypač mėgsta spręsti įvairius psichologinius testus, mielai dalyvauja autogeninėse treniruotėse, kurios ramina ir padeda stiprinti sveikatą. Ne mažiau svarbu ir tai, kad kiekvienas čia išklausomas, gali pasidalinti džiaugsmais bei rūpesčiais.

„Atėjęs į užsiėmimus, visada išsikalbu, pabendrauju, pasijuntu laimingas. Visada traukia čia ateiti. Vadovė labai gera, ji mums – kaip antroji mama. Net jei ateini kamuojamas prastos nuotaikos, išeini visada laimingesnis“, - pasakoja Arvydas.

Tapo gerais draugais

„Lemties bičiulių“ nariai bendrauja tarpusavyje ne tik formaliai, per užsiėmimus; jie eina vieni pas kitus į svečius, o prireikus visada atskuba į pagalbą. „Esam patikimi, artimi draugai. Džiaugiuosi, kad „Lemties bičiuliai“ padėjo tokių susirasti. Šiuo metu bendrijoje susidaręs tvirtas branduolys. Gal tai ir ne visada gerai – atėjusiam naujam žmogui sunkiau prie mūsų pritapti“, - aiškina Kostas.

Kartu širvintiškiai eina į gamtą, kepa šašlykus, dalyvauja miesto šventėse. Visi jie labai mėgsta dainuoti, tačiau kol kas bendrija neturi muzikos vadovo. „Anksčiau dainuodavome kartu su psichologe, kuri puikiai grojo gitara. Tačiau dabar psichologės nebėra, todėl padainuojame tik sau, per įvairias šventes“, - pasakoja Kostas.

„Lemties bičiuliai“ prisideda ir prie miesto gerovės. Jie – aktyvūs kasmet vykstančios akcijos „Darom“ dalyviai. „Norisi, kad aplinka būtų gražesnė, todėl noriai tvarkomės, renkamės į talkas. Norėtume dirbti ir kitus darbus, deja, rajone mums tinkamų darbo vietų labai trūksta“, - kalba „Lemties bičiulių“ nariai.

Laukiami bet kada

Bendrija veikia jau penkiolika metų. Jos nariai nuolat keičiasi – vieni ateina, kiti išeina. Keturi jau iškeliavo Anapilin. „Be abejo, dažniau lankosi žmonės, kurie gyvena mieste. Iš kaimų atvyksta rečiau. Tačiau jų sulaukiu šiokiomis dienomis – atvažiavę į miestą, bendrijos nariai būtinai užsuka pabendrauti, išsipasakoti“, - kalba A. Šeipūnienė.

Jos teigimu, į užsiėmimus ateina ir žmonės, kuriems poliklinikoje teikiamos psichosocialinės reabilitacijos paslaugos. Abiejų organizacijų veiklos glaudžiai susipynusios.

„Būna, kad naujokai iš pradžių tenori pasėdėti, pasiklausyti. Toli gražu ne kiekvienas pasilieka, pritampa. Žmonės, turintys psichikos negalią, labai jautrūs, dirbti su jais sunku. Tačiau visi maniškiai – labai jautrūs ir geri. Stengiuosi juos visada išklausyti, padrąsinti, patarti. Kiekvienas ateina su visomis bėdomis, kurias tenka spręsti. Dažnai sulaukiu skambučių ir ne darbo metu – žmonės skambina ir vakarais, ir savaitgaliais. Dirbant tokį darbą, tenka išmokti gyventi globotinių gyvenimą“, - pasakoja vadovė.

Aldona savo globotiniams negaili gerų žodžių – pasak jos, jie jautrūs, dėmesingi, nepiktybiški, nuoširdūs. „Pasiilgstu jų kaip šeimos narių. Jei kuriam nors nutinka nelaimė, visi sulekia išsyk padėti“, - kalba A. Šeipūnienė.

Darbai ir problemos

„Lemties bičiulių“ narių nuomone, vieta, kur jie galėtų ateiti, pabūti kartu – labai reikalinga. „Prieš septynetą metų rajono valdžia norėjo bendriją uždaryti. Patys ėjom pas merą ir prašėm, kad ją paliktų. Neįsivaizduoju, kaip reikėtų gyventi be čia susirastų draugų, be užsiėmimų, be šilto vadovės žodžio. Mums, neįgaliesiems, tos šilumos reikia kaip niekam kitam“, - kalba Kostas.

A. Šeipūnienės teigimu, psichikos neįgaliesiems labai svarbu, kad į psichikos neįgaliuosius būtų žiūrima kaip į visaverčius visuomenės narius. Vadovei nerimą kelia ir menkstantis finansavimas neįgaliųjų reikmėms. „Pas mus daug tokių žmonių, kurie negali gyventi savarankiškai, o globos įstaigos jų nepriima. Jei mieste būtų atidaryti savarankiško gyvenimo namai, nauda būtų ir savivaldybei, ir neįgaliesiems“, - kalba vadovė. Ji jau dairosi patalpų, kurios būtų netoli poliklinikos, kad savarankiškai gyvenančius žmonės būtų galima lengviau prižiūrėti.

Dar viena problema – ligoninės, slaugos skyriai nepriima žmonių su psichikos negalia. „Šiems žmonėms reikia kuo daugiau nemedikamentinių paslaugų. Kaip rodo mūsų patirtis, galėdami užsiimti širdžiai miela veikla, neįgalieji rečiau serga, rečiau pakliūva į ligonines. Štai maniškiai nesigydę ligoninėse po 6-8 metus, nors anksčiau į jas patekdavo po keletą kartų per metus. Tai rodo, kokios svarbios mūsų teikiamos paslaugos“, - kalba vadovė.

Vadovė mielai užleistų savo darbo vietą jaunesniam vadovui. Deja, tokio kol kas neatsiranda. „Išeiti neleidžia mano globotiniai. Vos tik užsimenu, kad man metas būtų pailsėti, pasipila prašymai jų nepalikti. Šiuo metu susiformavęs itin draugiškas mūsų kolektyvas. Esame it kumštis. Prireikus pagalbos, tereikia paskambinti vienam, ir per pusvalandį į pagalbą atskuba visi“, - pasakoja A. Šeipūnienė.

Paslaugos – reikalingos

Tuo, kad poliklinikoje teikiamos užimtumo paslaugos žmonėms, turintiems psichikos negalią, patenkinti ir poliklinikos vadovai. „Džiugu, kad mūsų rajone teikiama vis daugiau paslaugų šiems žmonėms. Turime vaikų psichiatrą, kuris padeda spręsti vaikų problemas. Be to, turime labai gerą psichiatrų ir kitų specialistų komandą, tad galiu teigti, jog paslaugų žmonėms, turintiems psichikos negalią, pakanka“, - kalba Širvintų poliklinikos vyriausioji gydytoja Nijolė Dimšienė.

Pasak jos, puikiai dirba ir „Lemties bičiulių“ bendrija. „Stebiuosi vadovės entuziazmu. Puiku, kad gaudami užimtumo paslaugas, žmonės su psichikos negalia rečiau atsiduria gydymo įstaigose. Tačiau Širvintose vis dar trūksta psichologo paslaugų. Trūksta ir pagalbos kenčiantiems nuo įvairių priklausomybių“, - pasakoja sako vadovė.

Liepos mėnesį Širvintų poliklinikoje pradėtos teikti ir psichosocialinės reabilitacijos paslaugos, finansuojamos iš Ligonių kasų. Jas širvintiškiai pradėjo teikti vieni iš pirmųjų Lietuvoje.

„Reikia, kad žmonės, turintys psichikos negalią, turėtų kur ateiti. Pabūti kartu jiems ypač svarbu. Tiek „Lemties bičiulių“, tiek psichosocialinės reabilitacijos paslaugos glaudžiai susiję. Komandinis darbas ypač svarbus, teikiant žmonėms su psichikos negalia įvairiapusę pagalbą“, - teigia V. Lučiūnienė.

Pasaulinės psichikos sveikatos dieną – šventė neįgaliesiems

Spalio 10-ąją pasaulis mini Pasaulinę psichikos sveikatos dieną. Tai – proga dar kartą priminti visiems apie psichikos sveikatos problemas, atsigręžti į tuos, kurie kenčia nuo psichikos sutrikimų, tuos, kuriems labiausiai reikia mūsų pagalbos.

Psichikos sveikata ir ligų priežastys

Psichikos sveikata susideda iš daugybės įvairių veiksnių. Tai – ir gebėjimas būti savimi tarp kitų, emocinė ir dvasinė būsena, kuri leidžia žmogui džiaugtis gyvenimo pilnatve, taip pat išgyvenant skausmą ir liūdesį.

Psichikos sveikata – tai ir gebėjimas išreikšti save tokiais būdais, kurie teikia malonumą pačiam individui ir aplinkiniams, gebėjimas pačiam daryti sprendimus ir už juos atsakyti.

Kol kas medicina bejėgė atsakyti į klausimą, kas sukelia psichikos ligas. Kol kas žinomos ne visos psichikos ligų priežastys. Tačiau dažniausios – paveldimumas, nuolatinis stresas, nedarbas, skurdas, piktnaudžiavimas psichotropinėmis medžiagomis, taip pat fizinė negalia.

Mini kasmet

Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrija Pasaulinę psichikos sveikatos dieną mini kasmet. Ta proga ir šiemet VšĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos“ Vilniaus Edukaciniame centre surengta smagi šventė tiek centrą lankantiems neįgaliesiems, tiek ir svečiams bei bendrijos darbuotojams.

„Džiaugiamės, kad šią dieną galime būti drauge su jumis, pabendrauti, atšvęsti kartu. Tikimės, kad ir ateityje mus visus sies gražus bendradarbiavimas“, - sakė Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos vadovas Vaidotas Nikžentaitis.

„Gera pabūti visiems kartu, tačiau norėtume, kad jūs visi būtumėte sveiki, kad mums nereikėtų susirinkti minėti tokios progos. Tačiau jei jau likimas taip lėmė, džiaugiamės, kad galime jums pagelbėti, pabūti drauge“, - kalbėjo VšĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos“ vadovė Algė Nariūnienė.

Šoko, dainavo, skaitė eiles

Pasak Edukacinio centro socialinės darbuotojos Vilmos Kunsmonaitės, emocinė būsena turi didelės įtakos pscihikos sveikatai, todėl šventės, ekskursijos, kiti renginiai žmonėms su psichikos negalia ypač svarbūs. „Kai džiaugiamės gyvenimu, jaučiamės sveikesni. Ta proga norėtųsi priminti: saugokime vieni kitus, ištarkime laiku gerą žodį. Džiaukimės kiekviena diena. Tai sustiprins visų mūsų sveikatą“, - ragino Vilma.

Prie šventės rengimo šįkart prisidėjo visi centro lankytojai. Jie drauge su socialine darbuotoja rašė scenarijų, sprendė, kokias dainas dainuos susirinkusiems, kokios eilės, sentencijos, posakiai tinka tokiai progai.

Vladas, Tomas ir Denisas suvaidino savo pasirinktą sakmę „Eik į saulę ir nepamesk svajonės“. Vaikinai patys gamino ir dekoracijas pasirodymui.

„Šventei pradėjome ruoštis prieš savaitę. Visi kartu aptarėme, kokia turėtų būti šventės programa, siūlėme savo dainas, eilėraščius. Ieškojome tekstų, repetavome. Laikas prieš šventę buvo įtemptas, tačiau šventė – linksma ir smagi. Nesijaudinau nei dainuodamas, nei vaidindamas. Visi žmonės čia

savi, nėra prieš ką jaudintis. Tokie renginiai labai prisideda prie mūsų sveikatos“, - kalbėjo Vladas.

Dalyvavo visi

Pačių neįgaliųjų pasirinktas dainas smagiai traukė visi – tiek bendrijos darbuotojai, tiek ir centrą lankantys neįgalieji. Padainuoti solo susirinkusiems išdrįso ir svečias – Karoliniškių psichikos sveikatos centro lankytojas Maksimas. Jam taip pat plodami pritarė visi šventės dalyviai.

Pasveikinti Edukacinio centro lankytojų atvyko svečiai iš Naujosios Vilnios Savarankiško gyvenimo namų, Žirmūnų Psichikos sveikatos centro. Kolegos iš Naujosios Vilnios jau tradiciškai surengė pasirodymą – paskaitė šventės dalyviams tiek savo sukurtų, tiek Lietuvos poetų eilių.

Šventės dalyviai apdovanojo vieni kitus šypsenomis ir geromis emocijomis. Emocijų loteriją padėjo paruošti psichologė Lina.

„Ši šventė – teigiamų emocijų šventė. Norėtųsi priminti – nebijokime svajoti. Svajonės, meilė, gerumas, teigiami prisiminimai padeda atitolinti visas ligas“, - kalbėjo Vilma.

Šventės dalyviai ilgokai nesiskirstė ir pasibaigus programai. Skambant smagiai muzikai, jie šoko, dainavo, bendravo tarpusavyje, fotografavosi, dalijosi emocijomis. Nė vienas namo neišėjo be lauktuvių – kiekvienas gavo po žmonių su negalia rankomis parengtą dovanėlę.

Vilniaus rajono centrinės poliklinikos darbuotojams – žmonių su psichikos negalia darbelių mugė

Lina Jakubauskienė

Gruodžio 18-ąją Vilniaus rajono centrinės poliklinikos salėje šurmuliavo Kalėdų mugė. Ją surengė Vilniaus rajone įsikūrusių dviejų Užimtumo kambarių lankytojai.

Renginys – šventiškas

Toks renginys poliklinikoje surengtas jau antrą kartą. Pirmą kartą savo darbeliais žmonės su psichikos negalią prekiavo prieš šv. Velykas.

„Pirmasis renginys paliko įspūdį poliklinikos dirbantiesiems. Todėl nusprendėme savo darbelius pristatyti ir prieš Kalėdų šventes“, - sako Psichikos sveikatos centro specialistė Janina Šokaitienė.

Darbelius žmonės su psichikos negalia parodai rengė keletą mėnesių. Ant mugės prekystalių galėjai rasti visko: ir megztų drabužėlių vaikams, ir šiltų kojinių, ir suvenyrų, kalėdinių dovanų, žvakidžių, spalvingų atvirukų.

„Mūsų žmonės – gabūs. Padedami kūrybingų vadovių, jie sukuria ne tik gražių, bet ir buityje naudingų darbelių. Džiaugiamės, kad jie sulaukia tokio didelio poliklinikos darbuotojų susidomėjimo“, - sako J. Šokaitienė.

Pasak Vilniaus rajono centrinėje poliklinikoje veikiančio Užimtumo kambario socialinės darbuotojos Robertos Uselytės, įvairūs darbeliai – žmonių su psichikos negalia kasdienė veikla. Tačiau, rengdamiesi mugei, jie pagalvojo apie tai, kad darbeliai būtų aktualūs, naudingi, kad tai būtų dovanos artimiesiems Kalėdų proga.

Be to, galimybė parduoti savo sukurtus gaminius – ir proga žmonėms su psichikos negalia užsidirbti eurą ar kitą. Dalis už parduotus darbelius surinktų pinigų atiteko jų kūrėjams, dalį Užimtumo kambarių vadovės panaudos įvairioms priemonėms bei higienos reikmenims pirkti.

„Rankdarbiams skiriame dvi dienas per savaitę. Dar dvi dienas – maisto gaminimui. Abi šios veiklos – labai reikalingos. Mūsų žmonės atvyksta iš viso Vilniaus rajono, todėl nepavalgius ištverti dieną jiems būtų sunku“, - pasakoja R. Uselytė.

Jos teigimu, kuriant darbelius, galvota apie naudą tiek kuriantiems, tiek ir tiems, kurie gaminius įsigis. „Labai svarbu buvo sukurti šventinę nuotaiką visiems, kurie ateis į mugę. Tikiuosi, tai padaryti pavyko“, - sako R. Uselytė.

Visiems – tiek mugės dalyviams, tiek vadovams, padėjusiems kurti dirbiniuis, VšĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai“ direktorė Algė Nariūnienė įteikė Padėkos raštus.

„Ačiū jums visiems už nuoširdų darbą. Ačiū, kad esate, kad kuriate, kad gebate suteikti džiaugsmą aplinkiniams“, - kalbėjo A. Nariūnienė.

Paslaugos – labai reikalingos

Užimtumo projektas Vilniaus rajone pradėtas įgyvendinti 2009-aisiais. Tuo metu Vilniaus rajono centrinės poliklinikos patalpose įsikūrė pirmasis Užimtumo kambarys. „Iš pradžių lankytojų buvo vos vienas kitas, ir tie patys – itin nedrąsūs. Atėję jie tik išgerdavo kavos, arbatos, ir vėl išsiskirstydavo. Reikėjo laiko rasti kelią į šių žmonių širdis“, - pasakoja J. Šokaitienė.

Vilniaus rajone šiuo metu veikia du Užimtumo kambariai, įkurti prie Psichikos sveikatos centrų. Antrasis žmones su psichikos negalia sutinka Nemenčinės psichikos dienos stacionaro patalpose. Projektas finansuojamas Neįgaliųjų socialinės integracijos programos lėšomis, projektus savivaldybėms teikia VšĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnyba“.

Iš viso Lietuvoje šiuo metu yra šešiolika Užimtumo kambarių. Jų steigimą inicijavo Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrija.

„Labai svarbu, kad žmonės, turintys psichikos negalia, nesėdėtų užsidarę tarp keturių sienų, kad jie galėtų pabendrauti, užsiimti miela veikla. Svarbios ir Užimtumo kambariuose teikiamos psichologo paslaugos. Svarbu atkurti ar ugdyti socialinius įgūdžius, mokyti laikytis asmeninės higienos. Kartais tenka pradėti nuo paprasčiausių dalykų – mokymosi prieš valgį nusiplauti rankas, įsisiūti sagą ar išsivirti kiaušinį. Yra tokių žmonių, kurie iki šiol nemokėjo atlikti ir tokių elementarių darbų“, - sako J. Šokaitienė.

Užsiėmimus Nemenčinės Užimtumo kambaryje lanko apie penkiolika Vilniaus rajono gyventojų, turinčių psichikos negalią. Pasak socialinės darbuotojos Jelenos Kondratavičienės, žmonės su psichikos negalia vis dar pažymėti didele stigma, jie sunkiau bendrauja su aplinkiniais, sunkiau prisitaiko prie aplinkos.

„Kuomet šie žmonės turi širdžiai mielos veiklos, ir ligos atkryčiai būna rečiau. Galime stebėti, ar jie geria vaistus, ar būklė nepablogėjusi. Ir tai yra labai svarbu“, - kalba J. Kondratavičienė.

Pasak J. Šokaitienės, panašios paslaugos žmonėms su psichikos negalia – tiesiog neįkainojamos. „Esame arčiausiai šių žmonių, geriausiai matome jų nuotaikas, būsenas. Esame dėkingi VšĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybai“, kad į užsiėmimus gali atvykti žmonės su psichikos negalia ir iš tolimesnių rajono kampelių. Autobusų bilietus jiems apmoka tanyba“, - sako J. Šokaitienė.

Autorės nuotraukos

Artėjančių švenčių proga – Kalėdų oratorija

Vilma Kunsmonaitė

Šiais metais artėjančių gražiausių metų švenčių proga VšĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos" globotiniams nusprendėme surengti itin originalią šventę.

Pajusti šv. Kalėdų dvasią

Norėjosi priminti, kas iš tiesų yra šv. Kalėdos, norėjosi, kad visi pajaustų jų dvasią. Pastaruoju metu žmonės, beieškodami dovanų, begamindami valgius, besisukdami kasdienių darbų rutinoje, pamiršta, kad šv. Kalėdos – tai Jėzaus gimimo šventė, pamiršta šios šventės prasmę bei esmę. Kaip tik dvasinį šių dienų aspektą šįkart labiausiai norėjosi pabrėžti.

Todėl, suradę tinkamą ištrauką iš Biblijos, nusprendėme ją inscenizuoti. Scenarijų kūrėme drauge su globotiniais. Norėjosi, kad šventės laukimą pajustų visi, visi pagal išgales įneštų savo indėlį į jos kūrimą. Sudėlioję ir apgalvoję scenarijų, dalijomės vaidmenimis, mokėmės tekstą, gaminomės drabužius bei dekoracijas. Muzikos vadovė Julija Kovalenko su mūsų globotiniais atskirai mokėsi dainų bei Kalėdų giesmių. Vėliau jas įjungėm į scenarijų. Repetavom spektaklį kasdien, kai tik rasdavome bent minutę laisvesnio laiko. Visi tai darėme su didžiuliu entuziazmu.

Bendras tikslas, pasirengimas gražiai šventei mūsiškius labai suvienija. Atsiranda bendrystės jausmas, bendra atsakomybė, noras, kad šventė pavyktų, būtų graži ir įsimintina. Kiekvienam globotiniui buvo paskirtas tegu ir nedidelis, bet atskiras vaidmuo. Buvo svarbu, kad kiekvienas pasijustų svarbiu, reikšmingu ir reikalingu.

Dar kurdami scenarijų sugalvojome, kaip į vaidinimą įtraukti ir darbuotojus. Toks vaidinimo posūkis visiems buvo netikėtas, tačiau smagus. Tiek bendrijos vadovas Vaidotas Nikžentaitis, tiek „Pagalbos ir informacijos šeimai" tarnybos direktorė Algė Nariūnienė, tiek kiti darbuotojai mielai įsijungė į vaidinimą, kūrė savas improvizacijas. Tai gerokai pagyvino šventę.

Rengėsi visi

Po Kalėdų oratorijos, vaizdavusios Kristaus gimimą, šventė tęsėsi toliau prie vaišių stalo. Vaišes taip pat ruošėme vis drauge. Iš pradžių sugalvojome, kaip gražiai papuošti stalą – pagaminome žvakidžių, žvakių, kitų dekoracijų. Iš anksto papuošėme ir patalpas, kur vyks renginys. Moterys kepė pyragėlius, gamino saldumynus, tepė sumuštinius. Ir čia kiekvienas stengėsi nelikti nuošalyje, įnešti savo indėlį.

Mūsų globotiniai iš anksto surengė Kalėdų paštą, kur kūrė šventinius sveikinimus tiek vieni kitiems, tiek ir darbuotojams. Sveikinimų šiais metais buvo prikaupta išties daug.

Iš anksto visi rašė ir laiškus Kalėdų seneliui. Besėdint visiems prie vaišių stalo, apsilankė ir jis – su didžiuliu maišu dovanų. Kiekvienas Kalėdų seneliui išsakė savo palinkėjimus, skaitė eiles, dainavo dainas.

„Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos" psichologė Lina iš anksto parengė kiekvienam prasmingus palinkėjimus švenčių bei ateinančių Naujųjų metų proga.

Pasibaigus oficialiajai daliai bei vaišėms, šventės dalyviai dar ilgai nesiskirstė. Jie bendravo tarpusavyje, aptarinėjo gautas dovanas, dalijosi įspūdžiais. Visų atsiliepimai apie neįprastą renginį buvo kuo puikiausi. Džiaugiamės, kad pavyko pasidovanoti tiek šventę sau, tiek padovanoti ją darbuotojams.

Linos Jakubauskienės nuotraukos

Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių bendrijos žurnalas „Globa“

Rėmėjai:

Janssen

Redaktorė Lina Jakubauskienė
Tel. 8 699 788 27
El. p. lina@cargo.lt
Dizainerė Ilona Chmieliauskaitė

Redakcijos adresas:
Viršuliškių g. 34,
LT–05 110 Vilnius.
Įmonės kodas 291942170

Spausdino:
Bendra Lietuvos ir Danijos
įmonė UAB „Baltijos kopija”.
Kareivių g. 13B,
LT–09109 Vilnius

Tiražas 500 vnt.

ISSN 2335–8572

9 772335 857000