

Lietuvos sutrikusios psichikos
žmonių globos bendrijos žurnalas

Nr. 2 (18),
2017 m., birželis

Globala



Išmanioji programėlė padės
įvertinti psichikos būklę

5 p.



Aktyvaus poilsio stovykla –
prie Pailgio ežero

10 p.



Joninių šventės proga – koncertas dienos
centro „Šviesa“ lankytojams

15 p.

Medicinos bibliotekoje – Osvaldo Žvirblio darbų paroda

Lina Jakubauskienė

Gegužės 11-ąją Lietuvos Medicinos bibliotekoje atidaryta tautodailininko Osvaldo Žvirblio paroda, pavadinta „Delnuos šiaudų kaip saulę nešiosi“.



Patyręs menininkas

Osvaldas darbelius iš šiaudų kurti pradėjo dar besimokydamas mokykloje. Pirmieji jo kūriniai – Gedimino, Trakų pilys, žvejas, stumiantis valtį į jūrą, gėlių kompozicijos. Kai kurie pirmieji darbeliai demonstruoti ir Medicinos bibliotekoje surengtoje parodoje.

Be to, nemažai Osvaldo darbų iškeliavę į užsienį. Jis juos ne tik parduoda, bet ir dovanoja. Menininko sukurti darbai eksponuoti ne vienoje parodoje.

Osvaldas sako pats atradęs savitą savo darbų techniką: pirmiausia jis nuspiešia vaizdą, kaip turėtų atrodyti būsimas paveikslas, tada atskirai išpjausto kiekvieną detalę iš popieriaus, apklijuoja ją ruošiniais iš šiaudų. Tada vėl karpą, pjausto, dėlioja detales ant drobės, kol gimsta originalus ir meniškas kūrinys.

2016-aisiais Osvaldas tapo Vilniaus miesto Tautodailininkų bendrijos nariu, jo darbai eksponuoti Tautodailininkų sąjungos parodoje „Auksinis vainikas“, kuri vyko Nalšios muziejuje Švenčionių mieste.

Parodos atidaryme – draugai ir kolegos

Visi, kalbėjusieji per Osvaldo parodos atidarymą, pabrėžė jo darbų savitumą bei originalumą. „Osvaldo darbai primena mums senąsias lietuvių tradicijas, ragina atsigręžti į senąją tautodailę, kuri vis dar tebėra mūsų viduje, nors ir giliai pasislėpusi“, – sakė Vilniaus miesto psichikos sveikatos centro Psichosocialinės reabilitacijos skyriaus meno terapeutas Mantas Televičius.

Pasak Vilniaus miesto psichikos sveikatos centro direktoriaus Martyno Marcinkevičiaus, Osvaldo darbai jį žavi nuo seno. „Tokių technikos, kokią naudoja Osvaldas, iki tol niekur neteko matyti. Nuolat įsigyju jo darbų, turiu jų ir namuose, ir kabinete, be to, dovanoju juos draugams, kolegoms, svečiams įvairiomis progomis. Osvaldo darbų turi ir Vilniaus miesto meras, ir sveikatos ministras. Man šie darbeliai – be galo šilti, simbolizuojantys šilumą ir meilę“, – sakė M. Marcinkevičius.

Jis taip pat džiaugiasi, kad Osvaldas dirba su ligoninės pacientais, perduoda jiems savo patirtį. „Kartu su savo sukurta technika, Osvaldas perduoda savo mokiniams ir širdies šilumą bei džiaugsmą kurti. Puiku, kad patalpas jau galime puošti ne tik Osvaldo, bet ir jo mokinių darbais“, – sako M. Marcinkevičius.

Osvaldu, kaip darbuotoju, džiaugėsi ir Psichosocialinės reabilitacijos skyriaus vadovas. „Kai ateinu į darbą, Osvaldą jau visada randu

darbo vietoje. Jis pamato, ko trūksta, kuria ne tik darbus, be ir jausmą mūsų skyriuje. Jis – ne tik šiltas, bet ir labai praktiškas žmogus. Osvaldo rengiami užsiėmimai ugdo žmonių praktinius gebėjimus, padeda jiems atitrūkti nuo problemų. Tikimės, kad kartu su juo visi kartu kaip komanda ir bendražygiai nuveiksime dar daug naudingų darbų“, – teigia skyriaus vadovas Janas Hilbigas.

Patinka kitiems menininkams

Kolegos darbais nuoširdžiai žavisi ir tautodailininkė Irma Barauskaitė. „Jo technika stulbina. Sunku įsivaizduoti, kad tiek įvairių spalvų galima išgauti iš tokios paprastos medžiagos kaip šiaudas. Pasirodo, tai ypač tauri medžiaga. Lietuvoje kūrinių iš šiaudų tradicijos labai gili. Manau, Osvaldas kaip niekas kitas vertas tautodailininko vardo, kuris jam buvo suteiktas praeitais metais“, – sakė I. Barauskaitė.

Apie savo darbus susirinkusiems pasakojo ir pats Osvaldas. „Nuolat stebiu, kur auga rugiai, juos auginu ir savo sklype. Iš patirties žinau, kada juos rinkti, kaip džiovinti, kaip išgauti vieną ar kitą spalvą. Rugio šiaudas paveikslams tinka geriausiai. Šiaudas – labai jautri ir tauri medžiaga. Tai – asmenybė, kaip ir bet kuris medis ar augalas“, teigia Osvaldas.

Meniškus, originalius, liaudiškais motyvais sukurtus darbelius gerai vertina ir kolegos tautodailininkai.

Autorės nuotraukos



Tarptautiniame pasauliniame psichiatrijos forume – apie problemas ir iššūkius

Lina Jakubauskienė

Gegužės 3–6 dienomis Lietuvoje pirmą kartą vyko tarptautinės pasaulinės psichiatrijos forumas. Jame dalyvavo per šimtą specialistų iš viso pasaulio.

Lietuvos problemos

Gegužės 3-iąją Seime surengtas forumas, kur kalbėta apie iššūkius psichikos sveikatos srityje. Pasak Seimo narės Agnės Širinskienės, labai svarbu apžvelgti nūdienos situaciją, suprasti, kur šiuo metu yra Lietuva. „Situacija sudėtinga, Lietuvoje daug smurtinių mirčių, savižudybių. Daug nusizudo vaikų ir paauglių“, – aiškino A. Širinskienė.

Pasak jos, tam, kad situacija keistųsi, labai svarbu skatinti tarpinstitucinį bendradarbiavimą, mokyti įvairiais institucijas dirbti kartu. „Savižudybių problemas galima išspręsti tik suvaldžius rizikos veiksnius – sumažinus streso, patyčių, ypač – mokyklose. Labai svarbu riboti alkoholio vartojimą, didinti psichikos sveikatos paslaugų prieinamumą vaikams“, – kalbėjo A. Širinskienė.

Seimo narės teigimu, psichikos sveikatos paslaugos geriau prieinamos dideliuose miestuose. Nedideliuose rajonuose trūksta vaikų psichologų, psichiatrų. „Praktika rodo, kad pacientas, kuris palieka stacionarinio gydymo įstaigą, negauna ambulatorinių paslaugų. Kai žmogus negauna tęstinio gydymo, jį dažniau ištinka ligos atkryčiai, tada vėl tenka gydytis, taip susidaro užburtas ratas, o gydimui reikia vis daugiau lėšų. Be to, psichikos negalią turintys asmenys stigmatizuojami, susiduriama su žmogaus teisių problemomis, neužtikrinamos jų teisės į privatų gyvenimą“.

Sveikatos apsaugos ministras Aurelijus Veryga sako, kad dėl psichikos sveikatos situacijos Lietuvoje vis dar tenka raudonuoti ne tik jam, bet ir daugeliui specialistų tarptautinėse konferencijose. Tačiau negalima nematyti ir Lietuvos pasiekimų. „Geri pasiekimai mūsų šalyje vyksta, pastaruoju metu pasiektas lūžis savižudybių prevencijos srityje. Šiuo metu apie tai daug kalbama, sukurta komisija Seime, kuri skirta vien tik šiems klausimams spręsti“, – sako A. Veryga.

Jis gerai vertina Psichikos sveikatos centrų atsiradimą, kur teikiamos ir ambulatorinės paslaugos. Tačiau Lietuvoje vis dar labai trūksta psichiatrų, Psichikos sveikatos centrai pernelyg menkai bendradarbiauja su kitomis institucijomis.

Pasak ministro, puiku, kad vis daugiau teikiama psichosocialinės rehabilitacijos paslaugų, savižudybių prevencijos biurui keliami labai ambicingi tikslai. „Pastaruoju metu Lietuvos specialistai parengė psichikos sveikatos priežiūros įstatymo projektą, kuris leis sumažinti stigmą, padės kitaip pažvelgti į pacientus, taps žingsniu į priekį kitaip žiūrint į šalia mūsų gyvenančius žmones“, – sako A. Veryga.

Pasauliniu aspektu

Apie asociacijos gaires kalbėjo Pasaulinės psichiatrijos asociacijos prezidentas Dineshas Bughra. Pasak jo, statistika rodo, jog psichikos ligomis gali susirgti vienas iš keturių suaugusių žmonių.

„Psichinės sveikatos problemos pernelyg svarbios, kad būtų paliktos ekspertams. Jos yra visų mūsų reikalas. Problema ta, kad apie tai nepakankamai kalbama. Be to, trūksta finansavimo moksliniams tyrimams, susijusiems su psichikos ligomis. Psichiatriją niekada nepakaks, tad dera pažvelgti į problemą kitaip, visuomenei prisiimti atsakomybę už psichikos sveikatą. Labai svarbu riboti priėjimą prie priemonių, kuriomis galima nusižudyti, mažinti alkoholizmą, padėti labiausiai pažeidžiamoms visuomenės grupėms, skirti daugiau dėmesio jaunimui ir vyresnio amžiaus žmonėms“, – sakė D. Bughra.

Helen Herman, Pasaulio psichiatrijos asociacijos išrinktoji prezidentė, kalbėjo apie socialinę politiką ir psichikos sveikatą. Pasak jos, labai svarbu užtikrinti gydymą bei atsigavimą po psichikos ligų. „Psichikos sveikata yra bendrosios sveikatos dalis. Būtina dirbti su visais specialistais, kurie teikia paslaugas klientams, paremti grupes, užtikrinančias bendradarbiavimą tarp visų sričių“, – sakė H. Herman.

Ji taip pat pristatė pagrindinius veiksmus, kenkiančius psichikos sveikatai. Pasak H. Herman, kalbant apie psichikos sveikatos gerinimą, reikia kalbėti apie socialinius

Būtina užtikrinti, kad į socialinį darbą ateitų dirbti tik gerai parengti savo srities profesionalai



Lietuvos socialinio darbo tarybos posėdyje su Švietimo ir mokslo ministerijos atstovais diskutuota dėl privalumų ir grėsmių, švietimo ir mokslo ministro įsakymu nustatytą naują kvalifikacinių laipsnių sąrangą. Pagal ją 2017 m. pradėjusiems studijuoti asmenims baigus studijas bus suteikiami platesnio profilio kvalifikaciniai laipsniai.

Pagal šią naująją tvarką po kelerių metų bus atsisakyta suteikti socialinio darbo kvalifikacinį laipsnį (profesinio bakalauro, bakalauro, magistro), kuris kaip reikalavimas siekiantiems dirbti socialiniais darbuotojais yra įvardintas Socialinių paslaugų įstatyme. Jį turėtų pakeisti socialinių mokslų kvalifikacinis laipsnis, diplome nurodant tik socialinio darbo kryptį.

„Būtina užtikrinti, kad į socialinį darbą ateitų dirbti tik gerai parengti savo srities profesionalai, gilinę žinias būtent šioje srityje, bei kad nenukentėtų socialinio darbo identitetas, kuris vis dar formuojasi, visuomenė suvoktų socialinio darbo svarbą ir prasmę, žinotų, kad tai aukštų kompetencijų ir specialaus pasirengimo reikalaujantis darbas“, – sakė socialinės apsaugos ir darbo ministras Linas Kukuraitis.

Socialinis darbas įtvirtintas įstatyme kaip profesija, nustatant, kad šį darbą dirba tik socialiniai darbuotojai, įgiję socialinio darbo kvalifikacinius laipsnius, tik 2015 m. Todėl, pasak Lietuvos socialinio darbo tarybos narių, vykdant aukštojo mokslo kvalifikacinių laipsnių sąrangos pertvarką yra labai svarbu įvertinti grėsmes šios jaunos profesijos formavimuisi ir studijų kokybei. Posėdžio metu sutarta ieškoti sprendimų būdų šioms grėsmėms išvengti.

Ministras Linas Kukuraitis taip pat pasidalijo su Lietuvos socialinio darbo tarybos nariais informacija aktualiais socialinės apsaugos ir darbo politikos klausimais. Taryba aptarė artimiausius savo darbus, sutarė toliau dirbti socialinių darbuotojų, kaip atvejo vadybininkų, funkcijų išgryninimo srityje, o kitą posėdį grįžti ir prie socialinių darbuotojų darbų saugos temos.

Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos informacija

Nukelta į 4 p.



Atkelta iš 3 p.

veiksnius, turinčius įtakos sveikatai. Jie suskirstyti į keletą grupių: tai visos skurdo formos, lyčių nelygybė ir panašiai. „Moterys gyvena skurdžiau negu vyrai. Esama ir kitų nelygybės atvejų. Visi šie veiksniai turi įtakos tiek fizinei, tiek psichinei sveikatai. Dar vienas labai reikšmingas veiksnys – smurtas artimojoje aplinkoje“, – sakė specialistė.

Turintieji psichikos negalią vis dar išgyvena socialinę atskirtį, todėl reikalingos politinės priemonės šiai problemai spręsti. „Visų šių klausimų negalima spręsti atskirai, būtina dirbti kartu tiek psichikos sveikatos, tiek socialinės srities specialistais. Be to, teikiant paslaugas, labai svarbu užtikrinti šeimos narių dalyvavimą“, – kalbėjo H. Herman.

Pasak jos, būtina planuoti miestus taip, kad jų aplinka būtų palanki ne tik žmonėms su judėjimo negalia, bet ir psichikos sveikatai. Chaotiškai sukurtos miestų sritys ne tik nepatogios žmonėms gyventi, bet ir turi neigiamą poveikį psichikos sveikatai.

„Įvairios konsultacijos, parama visuomenei – tai metodai, kurie gali padėti spręsti psichikos sveikatos problemas. Labai svarbi ir psichikos ligų prevencija“, – teigė H. Herman.

Pastaruoju metu pasaulyje vis daugiau dėmesio skiriama savižudybių prevencijai. „Turime galvoti apie ryšį su žmonėmis, kurie pasikėsino į savo gyvybę. Labai svarbu matyti asmenis, kurie palieka psichikos sveikatos įstaigas. Visų šalių nacionalinės politikos formuotojai turi atsižvelgti į įvairius aspektus, suvokti, kokie metodai geriausi jų šalyje“, – sako H. Herman.

Apie skandinavų patirtį

Apie alkoholio ir savižudybių prevenciją ir politiką šiaurės šalyse kalbėjo Pasaulinės psichiatrijos asociacijos atstovas Šiaurės Europoje Hyrki Korkeila. Pasak jo, nors Skandi-

navijos šalys yra laikomos gerovės valstybėmis, tačiau mirtingumas nuo savižudybių čia vis dar tebėra didelis. Jis sako, jog psichikos ligomis sergantys pacientai susiduria su didesne rizika nusižudyti.

H. Korkeila pristatė Skandinavijos šalyse įgyvendintus projektus, skirtus alkoholizmo, priklausomybių problemai mažinti. Tyrimais įrodyta, jog alkoholio vartojimas tiesiogiai susijęs su savižudybėmis.

Vykdam projektus Švedijoje, Suomijoje, Danijoje ir Norvegijoje stengiasi pagerinti psichikos priežiūrą, mokyti su žmonėmis dirbančius darbuotojus pastebėti depresiją. Be to, vykdyti projektai mokyklose, visuomenei aiškinta, kas yra psichikos sveikata.

„Daug buvo dirbama su specialiomis rizikos grupėmis, taip pat vaikais ir paaugliais. Buvo siekiama suteikti daugiau žinių apie psichikos sveikatą, taip pat apie gydymą bendrosios praktikos gydytojams, psichiatrinį ligoninių personalui ir pan. Siekta stebėti tuos, kurie bandė nusižudyti, patyrė psichologinį stresą. Daug dėmesio skirta ir pagalbos teikimui sergančiųjų artimiesiems“, – pasakojo H. Korkeila.

Projektais taip pat siekta mokyti pirminės priežiūros specialistus teikti pagrindines prevencijos paslaugas, skleisti informaciją apie įrodymais pagrįstus gydymo metodus, gerinti pagrindines sveikatos specialistų kompetencijas, kalėjimų darbuotojų kompetencijas, analizuoti pastaruoju metu įvykusių savižudybių atvejus po to, kai žmogus buvo išleistas iš gydymo įstaigos. „Labai svarbu kurti savanorišku pagrindu dirbančias asociacijas, kurios tiesiogiai padėtų psichikos problemų turintiems žmonėms“, – sakė H. Korkeila.

Įgyvendinti projektai padėjo Skandinavijos šalyse sumažinti savižudybių skaičių, taip pat – suvartojamo alkoholio kiekį. Į šią patirtį Suomijos specialistas ragino atsižvelgti ir Lietuvos įstatymų kūrėjus.

„Mažinti alkoholio kainas – prasta mintis. Taip pat būtina riboti amžių žmonių, kurie gali įsigyti alkoholio, patekti į barą, kur juo prekiaujama. Labai svarbu reglamentuoti alkoholio reklamą“, – teigė H. Korkeila.

Pasak jo, psichikos sveikata prastėja, kai žmogus netenka darbo ar patiria stresą darbo vietoje. „Toku atveju darbuotojas turi teisę gauti psichologinę pagalbą. Taip pat labai aktualus klausimas – kaip integruoti į darbo rinką turinčiuosius psichikos negalią. Svarbu, kad įvairios institucijos dirbtų kartu. Valstybės pareiga – teikti paramą darbdaviams, kad jie galėtų paremti žmones, jaučiančius stresą, kad jie galėtų paimti laisvadinius. Jei turi lėtinių gretutinių ligų, reikia galvoti apie skirtingus atvejus ir ligas“, – kalbėjo H. Korkeila.

H. Korkeila sako, jog Skandinavijos šalyse gerinti psichikos sveikatą padeda viešumas. Praėjusio šimtmečio pabaigoje Suomijoje apie psichikos ligas imta kalbėti viešai, apie tai prabilo žymūs žmonės. Tai padėjo atsiverti ir eiliniams šalies gyventojams. „Suomijoje buvo įgyvendintas projektas, kur buvo svarstoma, kaip darbuotojai turėtų kalbėti, jei jaučiasi prislėgti, neįvertinti. Reikia galvoti apie galimybę pakeisti jiems darbo vietą, skirti kitas užduotis. Darbdaviui geriau turėti žmogų, kuris gydosi ir greitai pasveiksta, negu ilgai serga“, – teigė H. Korkeila.

Specialisto teigimu, labai svarbu laiku darbo vietoje pastebėti lyčių diskriminaciją, gerinti santykius tarp darbuotojų, kad būtų išvengiama streso ar psichinių ligų paūmėjimo. Daugiau dėmesio dera skirti ir jauniems žmonėms, stebėti, ar jiems neprasižada psichikos ligos, skatinti laiku kreiptis pagalbos. „Žmonės turi žinoti, jog psichikos liga nėra gyvenimo pabaiga. Svarbu, kad jie gautų tinkamą gydymą, taip pat – pagalbą bendruomenėse“, – sakė Pasaulinės psichiatrijos asociacijos atstovas Šiaurės Europoje.

Autoreės nuotrauka

Išmanioji programėlė padės įvertinti psichikos būklę

Lina Jakubauskienė

Pirmoji ir kol kas vienintelė profesinio tobulinimo ir gerosios užsienio praktikos pritaikymo programa Lietuvoje „Kurk Lietuvai“ suteikia galimybę profesionalams savo žiniomis ir idėjomis prisidėti prie modernios Lietuvos ateities kūrimo. Dviejų programos dalyvių – Kristinos Medžiaušytės bei Donato Paulausko – iniciatyva pristatyta mobilioji aplikacija „Pagalba sau“, skirta stiprinti žmonių psichikos sveikatą.

Kuriant programėlę, prisidėjo Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministerija, UAB „TeleSoftas“, Valstybinis psichikos sveikatos centras, „Jaunimo linija“ bei Prezidentės kampanija „Už saugią Lietuvą“. Parsisiuntus programėlę, galima stebėti savo emocinę savijautą, nuotaiką. Be to, jas galima ne tik vertinti, bet ir keisti.

Tokia programėlė – naujovė Lietuvoje. Tačiau išmaniosios technologijos psichikos sveikatos srityje pasaulyje paplitusios plačiai. Pasak K. Medžiaušytės, žmogaus sveikatos būklei stebėti išmanieji telefonai naudojami dažnai. Juose integruoti akselerometrai, mikrofonai, GPS, įvairūs sensoriai leidžia stebėti įvairius žmogaus sveikatos aspektus. „Psichikos sveikatai gerinti skirtose programėlėse dažnai taikomi kognityvine elgesio terapija grįsti savipagalbos pratimai, kurie čia pat gali padėti sumažinti ankstyvuosius streso, depresijos ir kitų emocinių sunkumų simptomus. Šios programėlės taip pat atlieka ir prevencinę funkciją – jos edukuoja, skatina sąmoningumą apie emocinę sveikatą ir ją stiprina“, – sako K. Medžiaušytė.

Tarp programėlės rėmėjų – ir Prezidentės kampanija „Už saugią Lietuvą“. Pristatant programėlę „Pagalba sau“ visuomenei, Prezidentė Dalia Grybauskaitė atsiuntė sveikinimą programėlės kūrėjams, pristatymo dalyviams. „Tai – labai svarbi pro-

gramėlė visai Lietuvai, skirta tam, kad visuomenės psichikos sveikata gerėtų. Prieš metus mūsų pradėta kampanija „Už saugią Lietuvą“ kviečia gerinti visuomenės emocinę sveikatą, drąsiai kalbėti apie problemas. Džiugu, kad atsiranda vis naujų iniciatyvų. Pagalba kitam prasideda nuo pagalbos sau. Todėl ši programėlė – labai svarbus įrankis visiems, kurie skiria dėmesio sau, taip pat – ir visuomenei“, – sakoma Prezidentės atsiųstame sveikinime.

K. Medžiaušytės ir D. Paulausko idėja įgyvendino UAB „TeleSoftas“, kurianti programėles išmaniesiems įrenginiams. Jos vadovas Algirdas Stonys tikisi, kad mobiliąją aplikaciją prisidės prie visuomenės sveikatos gerinimo.

Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministras Aurelijus Veryga vertina iniciatyvą kaip socialiai atsakingo verslo pavyzdį. „Dėkoju visiems, kurie prisidėjo prie programėlės atsiradimo – tiek jos kūrėjams, tiek ekspertams, kurie konsultavo ir padėjo sukurti turinį“, – sakė A. Veryga.



Ministras taip pat skatino visus išbandyti programėlę ir ją naudotis, taip pat pateikti atsiliepimus apie ją, kurie suteiktų galimybę atsirasti naujoms, papildomoms funkcijoms.

Pasak K. Medžiaušytės, „Pagalba sau“ – tai universali, ne specializuota priemonė, kuria naudotis gali bet kuris žmogus. Reikalingas tik išmanusis telefonas ir nuoširdus noras tobulėti ir padėti sau.

Programėlę sudaro penkios dalys, kur jos naudotojas pirmiausia įvertina savo būklę, gali čia pat atlikti įvairius pratimus, rasti Lietuvoje veikiančias pagalbos linijas, pagalbos žemėlapi. Čia taip pat pateikiama daug edukacinės medžiagos, kurią parengė įvairių sričių specialistai.

Šiuo metu programėle gali naudotis tik „Android“ vartotojai, tačiau nuo liepos mėnesį tikimasi paleisti ir „iOS“ versiją. Programėlę parsisiųsti galima per „Google play“.

Autorės nuotraukos



Darbas su neįgaliaisiais padėjo atrasti talentą

Lina Jakubauskienė

Irma Barauskaitė-Klimkienė viena iš pirmųjų Lietuvoje susidomėjo meno terapija. Dvi dešimtys metų ji paskyrė Respublikinės Vilniaus psichiatrinės ligoninės pacientams. Dirbdama su jais, moteris atrado ir širdžiai mielą meno sritį – karpinius. Dabar Irma – Lietuvos tautodailininkų sąjungos Vilniaus bendrijos skyriaus narė, jos darbai plačiai pasklidę ne tik po Lietuvą, bet ir po užsienio šalis.



Pakvietė klasės draugė

Baigusi architektūros studijas, Irma daug metų dirbo paminklosaugos srityje. Tik Lietuvai tapus nepriklausoma, jos gyvenimas pasisuko kita linkme. „Tuo metu iš esmės keitėsi požiūris ir į žmones, turinčius psichikos negalią. Klasės draugė psichiatrė Danguolė Survilaitė, susidomėjusi meno terapija, pasiūlė dirbti su sergančiais psichikos ligomis. Nedvejodama sutikau“, – prisimena Irma. Tuo metu meno terapija Lietuvoje dar buvo negirdėta naujovė, tad abi specialistės domėjosi įvairių šalių patirtimi, mokėsi iš kolegų užsienyje.

„Pradėjome nuo trumpų užsiėmimų. Darbas man labai patiko, tad po kurio laiko pradėjau ligoninėje dirbi visu etatu“, – pasakoja moteris. Pirmieji jos užsiėmimų lankytojai – ketvirtojo vyrų psichiatrijos skyriaus pacientai. Jiems įdomiausia buvo darbai iš medžio, metalo. „Gavome medienos nuopjovų iš medžio perdirbimo įmonių, dėliodavome įvairias mozaikas, improvizavome“, – mena Irma. Vėliau prie meno terapijos užsiėmimų prisijungė moterys ir vaikai.

Iš pradžių trūko ir lėšų, ir medžiagų darbeliams. Meno terapeutui teko pasitelkti išmonę ir vaizduotę. „Su mumis pasidalinti

patirtimi atvykusius kolegas amerikiečius apstulbino tai, ką darome. „Ne jūs iš mūsų, o mes iš jūsų turėtume mokytis“, – sakė jie. Reikėjo nemažai išradingumo, kad dirbdami su paprasčiausiomis medžiagomis, turėtume ką pasiūlyti pacientams“, – prisimena Irma.

Įsitraukdavo į kūrybos procesą

Moterį nustebino užsiėmimų poveikis – prie meno prisilietę pacientai keitėsi tiesiog akyse. Ji negali pamiršti itin sunkios būklės paciento, kuris garsėjo netramdomu elgesiu. „Vos atsikėlęs, jis pradėdavo dainuoti, klykti, šūkauti. Niekas šio žmogaus negalėdavo nuraminti. Man pavyko jį įkalbėti

piešti. Vyras turėjo muzikinį išsilavinimą, todėl piešdavo operas – scenovaizdį, o kitoje lapo pusėje surašydavo libretą. Nė pati nepastebėjau, kaip tarp mudviejų atsirado ryšys. Visas personalas stebėjosi, kad žmogus nurimo, nebetriukšmaudavo. Ir tokių atvejų buvo ne vienas“.

Kitas vyras sakėsi atradęs gyvenimo prasmę tik pradėjęs kurti. Jo darbeliai pasižymėjo ypatinga technika: gyvūnų kūnus jis sudėliodavo iš skirtingų popieriaus skiaučių. Netrukus žmogus ėmė dalyvauti parodose, nauja veikla jį įtraukė, padėjo sveikti.

Pasak Irmos, dirbant su psichikos negalią turinčiais žmonėmis, būtina įvertinti įvairius aspektus. Tai – ir jų nuotaika, ir savijauta, ir sugebėjimai. Kiekvienam moteris stengėsi pasakyti ką nors gero, pozityvaus. „Niekam nesu režusi – nupiešei negražiai. Kiekviename darbelyje galima rasti originalių detalių, kažką įdomaus. Tai ir pabrėždavau“.

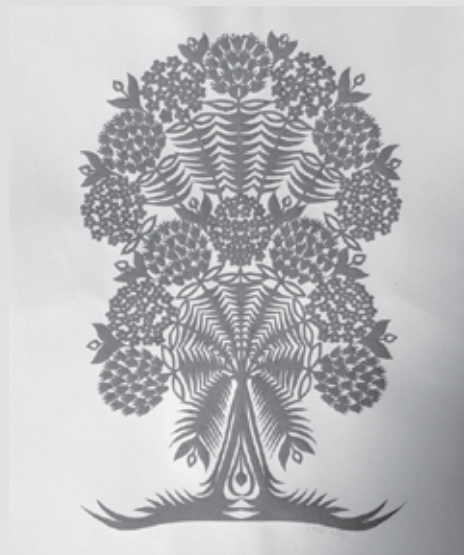
Ji sako, jog ne visi pacientai galėdavo išlaikyti dėmesį, turėdavo kantrybės pabaigti pradėtą darbą. Kai kurie po pirmojo užsiėmimo daugiau nebepasirodėdavo. Tačiau didžiąją dalį sergančiųjų kūrybos procesas sudomindavo ir įtraukdavo. Tiesiog kiekvienam reikėjo parinkti tinkamą veiklą. „Dažnas, atėjęs į užsiėmimus, prašydavo balto popieriaus lapo – toks buvo piešimo mokytojų mokyklose įdiegtas standartas. Pamažu įtikindavau žmones, kad kūrybos procesas kur kas įvairesnis“, – kalba Irma.

Sergantiems psichikos ligomis, nerekomenduojama dirbti su aštriais daiktais, vengti peilių, žirklių. Tačiau meno terapeutai geba atrasti įvairių, itin originalių būdų, kurie suteikia galimybę negalią turintiems žmonėms tapti kūrėjais. „Būdama meno plenere Lenkijoje, susipažinau su menininku, kuris moko turinčiuosius autizmo sutrikimą, nevaldančius rankų, neišlaikančius teptuko žmones. Jo technika itin savita: lieti įvairiaspalvius acetoninius dažus ant popieriaus. Taip gimsta labai įdomūs paveikslai, o neįgalieji įgyja galimybę pajauti spalvą, dažą“, – pasakoja Irma.

Tačiau daug metų dirbusi su sergančiais psichikos ligomis, specialistė vis dėlto nepervertina meno terapijos naudos. Jos teigimu, ši terapijos rūšis negali būti panacėja ir atstoti gydymo, ji turėtų būti taikoma drauge su medikamentais, kitomis terapijos rūšimis.

Moteris ir dabar, būdama pensininke,





skaito socialiniams darbuotojams paskaitas apie meno terapiją, noriai dalijasi sukaupta praktinio darbo patirtimi.

Atrado pasaulimą

Irma sako, jog darbas su sergančiais psichikos ligomis padėjo jai ne tik kitaip pažvelgti į jų gyvenimą, bet ir pačiai atrasti naują pasaulimą. Dabar jos didžiausia gyvenimo aistra – karpiniai.

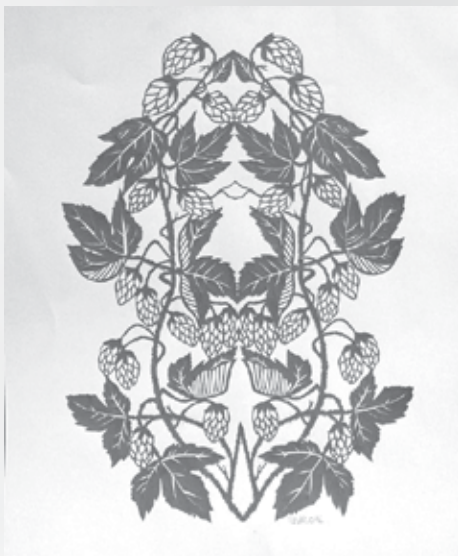
„Viena kolegė domėjosi karpiniais iš popieriaus. Tas darbas mane žavėjo – stebėjau, kaip galima rankomis pagaminti tokius stebuklus. Tačiau pati karpinių ryžausi imtis tik pamačiusi, kaip dirba specialistė“, – pasakoja Irma. Procesas moterį įtraukė – jau penkiolika metų ji kuria originalius, savitus karpinius. „Pradėjau nuo nedidelių darbėlių – dovanėlių kolegoms ar draugams ar netradicinių užuolaidėlių kambariui papuošti. Vėliau perėjau prie rimtesnių, didesnių darbų“, – mena Irma.

Nuolat tobulindama savo karpinių techniką, Irma nė pati nepastebėjo, kaip sukaupe kelias dešimtis darbų pirmajai parodai. Ji pristatyta Respublikinėje Vilniaus psichiatrijos ligoninėje.

Priimta į tautodailininkų gretas

Antroji karpinių paroda, vykus Vilniaus Medicinos bibliotekoje prieš porą metų, menininkei tapo lemtinga: joje apsilankę Lietuvos tautodailininkų sąjungos Vilniaus bendrijos skyriaus atstovai pasiūlė jai tapti sąjungos nare. Tokiu būdu moteriai atsivėrė platesni horizontai. Ji išsyk pakviesta dalyvauti respublikinėje parodoje „Karpinių Kalėdos“, vėliau – parodose Kaune, Šakiuose, Švenčionyse ir kituose miestuose.

Būdama Tautodailininkų sąjungos nare, moteris turėjo progos pakeliauti, susipažinti su kolegomis kitose šalyse. Ypač didelį įspūdį Irmai paliko seminaras Bal-



tarusijos mieste Molodečne, kur veikia liaudies menų kolegija. „Karpymo meno čia mokomasi ketverius metus. Vaikiniai dažniausiai renkasi techniką iš šiaudų, merginos – karpinius. Kolegijoje mokoma įvairių dalykų – komponavimo, technikos, istorijos, medžiagų pažinimo. Studentus moko žymiausi meno specialistai. Baltarusių darbai – nuostabūs, profesionalūs. Tačiau ir mūsų meistrai stebina savitumu ir originalumu“, – kalba Irma.

Menininkė nuolat ieško naujų motyvų – ji stebi gamtą, architektūros paminklus. Augalai jos karpiniuose – stilizuoti, tačiau atpažįstami. Įkvėpimo moteris randa ir audinių raštuose ar net etiketėse. „Daug darbų atsiranda kam nors paprašius. Štai draugės važiavo į Izraelį, paprašė karpinių paveikslų dovanoms. Taip gimė kompozicija su paukščiais“.

Iš pirmo žvilgsnio Irmos darbai gali pasirodyti simetriški, tačiau taip nėra: elementai abiejose pusėse šiek tiek skiriasi. „Lankydama nuostabaus grožio rytų mieste Samarkande, stebėjau įvairias architektūrines detales. Senoviniuose pastatuose durys tarsi ir vienodos, tačiau, įsižiūrėjus iš arčiau, ornamentai skiriasi. Bandau panašias idėjas, motyvus pakartoti ir savo darbuose“, – pa-

sako Irma.

Laiko negaili

Nors moters kūriniai vadinami karpiniais, ornamentus popieriuje ji išpjausto specialiais peiliukais. Žirkles naudoja tik tuomet, kai reikia apkarpyti kontūrus.

Į klausimą, kiek laiko prireikia vienam ar kitam darbui išpjaustyti, Irmai atsakyti nelengva. „Kartais eskizą nupiešiu per dieną, kartais ji nuolat taisau, tikslinu, vėl ir vėl grįžtu prie detalių. Tada užtrunku ir keletą dienų. Pats pjaustymas – sunkus fizinis darbas. Peilis pritrina nuospaudas, dirbant pasilenkus, paskausta nugarą. Vieną karpinį sukuriam maždaug per tris dienas“, – pasakoja menininkė. Jai nuobodžiausia darbo dalis – paveikslų klijavimas ant lapo. Kartais šis ypatingo kruopštumo reikalaujantis procesas užtrunka ir visą dieną.

Menininkė džiaugiasi, kad karpymo menas atgimsta ne tik Lietuvoje, bet ir pasaulyje, juo susidomi vis daugiau žmonių, o originalūs, daugybės kruopštumo bei kantrybės reikalaujantys darbai vis dažniau pritaikomi praktiškai.

Autorės nuotraukos

Asmeninio asistento paslaugos žmonėms su negalia labai reikalingos

Lina Jakubauskienė

Asmeninio asistento paslaugos labai svarbios gelbstint psichikos negalią turintiems žmonėms. Asmeninio asistento ypač reikėtų tiems, kurie palieka globos įstaigas ir kuriasi bendruomenėse. Tačiau kol kas šios paslaugos žmonėms su psichikos negalia tebėra sunkiai prieinamos.



Ne prabanga, o būtinybė

Gegužės 3-iają, kai visoje Europoje vyko renginiai, skirti savarankiško gyvenimo dienai paminėti, į Prezidentūrą aptarti asmeninio asistento paslaugų teikimo problemas rinkosi Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos, Neįgaliųjų reikalų departamento, Seimo, neįgaliųjų organizacijų, visuomeninių judėjimų atstovai.

Pasak Lietuvos neįgaliųjų forumo prezidentės Dovilės Juodkaitės, labai svarbu, kad žmonių su negalia problemos būtų matomos aplinkiniams, kad šie žmonės taptų oriais visuomenės nariais. Prie jų savarankiškumo daug prisideda ir tinkamai parinktas asmens asistentas.

Seimo narys Justas Džiugelis priminė, koks svarbus neįgaliam žmogui savarankiškumas. „Asmeninis asistentas padėjo man kurti verslą, mylėti, dirbti, ne tik svajoti, bet ir pildyti svajones. Asmeninis asistentas lydi mane kiekviename žingsnyje jau dešimtį metų. Gaila, kad ne visi neįgalieji gali sau tai leisti. Asmeninis asistentas suteikia neįgaliam žmogui galimybę netapti našta. Tai – ne prabanga, o būtinybė“.

Pasak Socialinės apsaugos ir darbo ministro Lino Kukuraičio, asmeninis asistentas – tai viena paslaugų, kuri garantuoja teisę gyventi savarankiškai bendruomenėje. Gaila, tačiau panašių paslaugų Lietuvoje labai trūksta. „Vis dar dominuoja globos, paramos, socialinių paslaugų paradigma. Visos jos – asistencialistinės, kur stipresnis padeda silpnesniam. Globa Lietuvoje neretai perauga į hiperglobą, tai nuolat vyksta institucijose“.

Jo teigimu, asmeninis asistentas unikalus tuo, kad jis gali teikti tokias paslaugas, kokių reikia neįgaliajam žmogui. „Šiuo metu Lietuvoje vienokias ar kitokias asmeninio asistento paslaugas gauna apie 20 tūkst. žmonių. Labai svarbu, kad atsirastų šios pareigybės reglamentavimas“.

Svarbu lygybei užtikrinti

Susirinkusius pasveikino Švedijos ambasados pirmoji sekretorė Susanna Hughes. Švedijos politika – suteikti kiekvienam neįgaliajam šansą gyventi savarankiškai. Asmeninio asistento pareigybė šioje šalyje atsirado 1994-aisiais. Tuomet dirbti šį darbą mokyti medikai, socialiniai darbuotojai. „Tokia pa-

slauga naudinga Švedijos ekonomikai, nes šeimos nariai turi galimybę dirbti. Švedijos pavyzdys turėtų įkvėpti ir Lietuvą“, – sakė S. Hughes.

Pasak VDU Socialinio darbo katedros profesoriaus, socialinių mokslų daktaro, Jungtinių Tautų eksperto Jono Ruškaus, visi žmonės gimsta laisvi ir lygūs, tai garantuoja visuotinė žmogaus teisių deklaracija, Jungtinės tautos. „Negalią turintys asmenys yra bene labiausiai pasaulyje diskriminuojama grupė. Vis dar vyrauja jų nuvertinimas, iš jų atimamas teisinis veiksnumas, jie apgyvendinami globos įstaigose, kur tebeveikia neįgaliųjų rezervatai. Lietuva šioje srityje yra tipinė regiono valstybė Rytų Europoje. Čia tebevyksta savotiškas dvigubas žaidimas – tarsi kažkas daroma, tačiau kartu ir nieko“, – sakė J. Ruškus.

Pasak jo, neįgalieji galėtų būti visaverčiai visuomenės nariai, jei jiems būtų teikiamos asmeninio asistento paslaugos. Deja, kol kas tebeinvestuojama į atskirtį ir diskriminaciją. J. Ruškaus teigimu, globa – tai atgyvenusi negalios samprata, nurodanti į paternalistinę, arba neįgaliųjų sudaiktinančių požiūrį. „Žmogaus teisės – savarankiški asmens sprendimai, kurie pagrįsti socialine įtrauktimi ir socialiniu dalyvavimu įprastose gyvenimo srityse ir veiklos bendruomenėje“, – teigė J. Ruškus.

Pasak jo, atėjo metas žmonėms su negalia rinktis ne segregaciją, o savarankišką gyvenimą su pagalba bendruomenėje. „Pats žmogus turi pasirinkti asistentą tiems poreikiams, kurie jam atrodo reikalingi, o ne kažkieno sugalvoti“. Jo teigimu, asmeninis asistentas – tai esminis savarankiško gyvenimo įrankis.

Švedijos patirtis

Švedė socialinė darbuotoja Susanna Jensen pristatė Švedijos patirtį. Ji jau 37-erius metus dirba su intelekto ir psichikos negalia turinčiais žmonėmis. „Norėjau tapti veterinarijos gydytoja, tačiau taip susiklostė, kad pradėjau dirbti su negalia turinčiais žmonėmis. Tai buvo mano likimas. Dabar mano tikslas – padaryti taip, kad neįgaliųjų gyvenimas būtų geresnis“.

Švedijoje jau 1994-aisiais priimtas įstatymas, kuriame apibrėžta nuostata: visi žmonės turi būti ugdomi individualiai, atsižvelgiant į kiekvieno negalią. Nuo tada šioje šalyje daug kas pasikeitė. Žmogus pats įgalinamas priimti sprendimus.

„Turime padaryti taip, kad žmonės su negalia galėtų gyventi visavertį gyvenimą, mes

turime į juos įsiklausyti net tada, kai jie negali kalbėti. Reikia domėtis žmogumi, su kuriuo dirbi, svarbu ir pagarba jo norams, taip pat atvirumas, supratimas. Labai svarbus specialisto nuolankumas, neįgaliajam privailai tarnauti“, – teigia S. Jessen.

Pasak jos, į pokyčius reikia žiūrėti iš neįgaliojo pozicijų. Labai svarbus ryšys tarp teikiančio paramą ir ją gaunančiojo. „Dirbant su turinčiaisiais negalią labai svarbu, kad personalas suprastų vertybes. Svarbu sudaryti neįgaliesiems galimybes naudotis tomis pačiomis teisėmis ir galimybėmis, nediskriminuoti žmonių negalios pagrindu. Kiekvienas turi būti gerbiamas, įtraukiamas į visuomenės gyvenimą. Vyrai ir moterys turi būti traktuojami vienodai“, – teigia J. Jessen.

Lietuvoje – neįteisintos

Socialinė darbuotoja Kristina Dūdonytė praėjusiais metais stažavosi Švedijoje ir domėjosi ten neįgaliesiems teikiamomis paslaugomis, garantuojančiomis jų savarankiškumą. Jos teigimu, Lietuvoje šios paslaugos įteisinimas ypač aktualus dabar, kai valstybė pertvarko socialinės globos sistemą ir pereina prie paslaugų plėtos žmonėms su negalia bei šeimoms bendruomenėse.

Jos teigimu, asmeninis asistentas užtikrina reikiamą pagalbą atliekant tam tikrus veiksmus, kurių asmuo negali pats pasidaryti dėl savo negalios. Tai – asmens higiena, buities darbai, komunikavimas ir bendravimas su aplinkiniais, vairavimas ar judėjimas aplinkoje ir pan. „Paslaugos vartotojas pats apsisprendžia dėl jam teikiamų paslaugų apimtį, taip pat ir dėl to, kas jam teiks vieną ar kitą pagalbą, kokias konkrečias užduotis asistentas vykdys, koku metu ir kaip“, – aiškina K. Dūdonytė.

Pasak jos, asistento darbas nekvalifikuotas, nereikalaujantis ypatingos ar specialios patirties, jį gali atlikti įvairaus amžiaus ir skirtingai profesinei aplinkai priklausantys žmonės.

Latvijoje susiduria su problemomis

Latvė Gunta Anca pasakojo, kaip Latvijoje veikia asmeninio asistento mechanizmas. Pasak jos, diegiant asmeninio asistento paslaugas, labai svarbu atsakyti į pagrindinius klausimus: ar tikrai jos bus naudingos bei kaip jos bus finansuojamos.

Jos teikimu, bet kuriuo atveju valstybė turėtų užtikrinti, kad finansavimas pasiektų tikslinę grupę. Asmeninio asistento pareigybės įteisinimas – tai ir galimybė steigti naujas darbo vietas, prisidėti prie šeimos narių užimtumo, neįgaliųjų įtraukimo į darbo rinką

Kaip teigiamą pavyzdį latvė mini Skan-

dinavijos valstybes. Ten numatytos tiesioginės išmokos, parama žmonėms su negalia teikiama visą parą, septynias dienas per savaitę. Latvijoje šioms paslaugoms skiriamos lėšos nuolat mažinamos, nes biudžete nepakanka lėšų.

Vakarų Europos gerovės šalyse sudaroma galimybė organizuoti asmeninio asistento paslaugas iš įvairių paslaugų teikėjų, įtraukiant ir labdarą, taip yra Didžiojoje Britanijoje, Prancūzijoje ir kt.

Rytų Europos šalyse gerų iniciatyvų apstu. Tačiau viskas vis dar vykdoma per projektus. Jie prasideda ir baigiasi, todėl būtina užtikrinti paslaugų tęstinumą. Pasak G. Ancos, Viduržemio regiono šalyse esama viltį teikiančių eksperimentų, tačiau globą čia dažniau teikia šeimos. Čia nelabai tikima asmeninio asistento mechanizmu, tam skiriama labai mažai valandų.

G. Anca sako, jog vis dar tebesama ir sumaištis terminologijoje. „Kai kalbama apie asmens asistentą, turima omeny asmuo, kuris kompensuoja negalią, nuveikia ar kompensuoja tai, ko žmogus negali pats padaryti. Latvijoje asmeninis asistentas – tai tas pats, kas anksčiau buvo vadinamas palydovu“.

G. Ancos teigimu, Latvijoje asmeninio asistento paslaugas gauna vos 25 proc. žmonių, turinčių teisę ją gauti. Likusiems ši paslauga neteikiama. „Kodėl taip yra, atsakymų daug. Tai priklauso nuo gydytojų komisijos vertinimų, taip pat nuo to, ar neįgalus žmogus dirba ar mokosi. Jei ne, nėra priežasties gauti šias paslaugas. Manau, jog įvertinimas dažnai atliekamas netinkamai, nes tik labai maža dalis negalią turinčių žmonių gauna asmeninio asistento paslaugas“, – kalba G. Anca.

Asmeninio asistento pagalba Latvijoje teikiama 40 valandų per savaitę. Darbuotojui mokama minimali alga. Asmeninis asisten-

tas padeda negalią turinčiam žmogui nuvykti į darbą, mokslus, į renginius, padeda prisidėti prie savanoriškų organizacijų, praleisti laisvalaikį.

Tam, kad gautų asmeninio asistento paslaugas, negalią turintis asmuo Latvijoje turi kreiptis į valstybės komisiją ir prašyti paslaugos. Reikalingi trys dokumentai: iš gydytojo, socialinio darbuotojo, taip pat žmogus turi save įvertinti pats. Socialinės globos skyriuje su neįgalioju ir žmogumi, kuris galėtų būti asmeninis asistentas, pasirašoma trišalė sutartis. Pinigai iš valstybės biudžeto siunčiami į socialinės rūpybos skyrių, kuris apmoka tiesiogiai asmeniniam asistentui.

„Asmeninis asistentas turi turėti patirties, būti dirbęs su žmonėmis, turinčiais negalią. Ta patirtis gali būti tiek praktinė, jokių kitų kvalifikacinių reikalavimų nėra keliamas. Dažnai kyla klausimas: ar gali asmeniniu asistentu būti šeimos narys? Dėl to daug diskutuojama. Viena vertus, šeimos narys geriausiai žino, kaip padėti artimajam, tačiau jis daro tą patį darbą, kurį darė, todėl pokyčių šeimoje nėra“, – teigia G. Anca.

Jos manymu, jei paslaugą teikia šeimos nariai, sudėtinga kontroliuoti jų kokybę. Be to, tai neprisideda prie neįgaliųjų socialinių igūdžių tobulinimo. „Šeimos nariai galėtų tapti asistentais tik ribotais atvejais, kai nėra kitos išeities. Reikėtų siekti vienodo mechanizmo taikant šias paslaugas“, – teigia G. Anca.

Pasak jos, nustatant asmeninio asistento poreikius, Latvijoje dažniau atsižvelgiama į žmogaus sutrikimus, o ne jo gyvenimo bei darbo sąlygas.

Nors asmeninio asistento pareigybės Lietuvoje kol kas neregamentuota, tačiau tai padaryti jau rengiamasi: asmeninio asistento instituto įteisinimas įtrauktas į Vyriausybės veiksmų programą.



Aktyvaus poilsio stovykla – prie Pailgio ežero

Lina Jakubauskienė

Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrija kasmet rengia aktyvaus poilsio (atokvėpio) stovyklą šeimoms, kuriose bent vienas iš šeimos narių turi psichikos negalią. Šiais metais neįgalieji ir jų šeimų nariai poilsiaavo prie Pailgio ežero.



Pasak Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos vadovo Vaidoto Nikžentaitio, daugelio žmonių, turinčių psichikos sutrikimų, būklė labai priklauso nuo šeimų materialinės ir emocinės paramos. „Artimieji, gyvendami su šeimos nariu, kurio psichika sutrikusi, dažnai patiria stresą. Todėl pagalba turi būti teikiama visiems: tiek turintiems negalią, tiek ir jų šeimos nariams“, – sako V. Nikžentaitis.

Jo teigimu, tokiu būdu užtikrinami geresni psichosocialinės reabilitacijos rezultatai. „Išsivysčiusiose valstybėse vyrauja požiūris, kad psichikos sveikatos prevencija neįmanoma be šeimos prevencijos ir gerovės kūrimo, todėl įgyvendinama daugybė programų, tokių kaip apsaugoto būsto, atokvėpio stovyklų, skirtų negalią turinčių žmonių šeimoms. Tuo pačiu keliu einame ir Lietuvoje“, – teigia V. Nikžentaitis.

Šiais metais į birželio viduryje vykusią stovyklą susirinko 35 dalyviai. Didžioji dalis jų – turintys negalią.

„Panašios stovyklos – tai puiki proga patobulinti bendravimo įgūdžius, šeimoms susipažinti, pasidalinti patirtimi. Ne paslaptis, kad daugelis šeimų yra pernelyg globėjiškos,



suteikiančios per mažai savarankiškumo negalią turintiems šeimos nariams. Kaip tik todėl kasmet į stovyklą keliauja ir psichologas, čia vyksta įvairūs užsiėmimai“, – sako V. Nikžentaitis.

Šiais metais psichologė Alma Želvenienė darbo turėjo kaip niekada daug. Su ja norėjo pabendrauti tiek turintieji psichikos negalią, tiek ir jų šeimų nariai. „Puiku, kad galėjome gauti tokią konsultaciją. Gyvendamas su negalią turinčiu žmogumi, ne visada žinai, kaip elgtis, kaip spręsti konfliktines situacijas. Psichologės konsultacijos buvo labai naudingos“, – sako klaipėdietė Danutė, į stovyklą atvykusi kartu su neįgalium sūnumi.



Ne viena kalbinta šeima, dalyvavusi aktyvaus poilsio stovykloje pirmą kartą, teigė, jog iš pradžių atvykti į nežinomą vietą buvo bangu. Tačiau, jų teigimu, pajutę stovyklos ramybę, specialistų rūpestį, visi greitai apsiprato, susirado draugų. „Vienas mūsų tikslų ir buvo pagerinti bendravimo įgūdžius, paskatinti artimųjų įsitraukimą į bendruomenines veiklas. Labai svarbu, kad čia neįgaliejių šeimos panašiose stovyklose gali susipažinti, pasidalinti tiek savo bėdomis, problemomis, tiek ir patirtimi“, – sakė V. Nikžentaitis.

Trečią kartą atokvėpio stovykloje poilsiaavęs Gitas iš Pasvalio, atvykęs čia su drauge, džiaugėsi puikiu poilsiu, gera nuotaika. „Kiekvienais metais mus čia pasitinka ne tik draugiški, paslaugūs, geranoriški darbuotojai, bet ir puikus oras. Viskas čia įdomu – tiek paskaitos, tiek konsultacijos, tiek laisvalaikio veiklos. Visiems ypač patiko susipažinimo vakaras, taip pat talentų konkursas, kuriame apdovanoti visi, pralaimėjusių nebuvo“, – šypsosi Gitas.

Pasak jo, jam su drauge atokvėpio stovykloje poilsiauti patinka labiau negu prie jūros. „Prie jūros daug žmonių, daug šurmulio. Čia – tik ramybė ir tikras atokvėpis. Kasmet su drauge labai laukiame šios stovyklos, kasmet mielai poilsiaujame prie ežero“.

Drąsiai stovykloje jautėsi ir pirmą kartą čia atvykusios Ona ir Audronė – mama ir dukra iš Kauno. „Žinoma, iš pradžių būta įvairių baimių. Tačiau jau pirmąją dieną supratome, kad jos buvo nereikalingos. Iškart pritapome prie kitų žmonių, o nuostabi gamta, aplink tvyranti ramybė tiesiog sužavėjo“, – sako Audronė.

Mergina neslepia: ne vienerius metus ją kamuoją sunki depresija. Ji ypač buvo paūmėjusi šių metų pradžioje, tačiau medikams pavyko pritaikyti tinkamus vaistus, tad Audronė pastaruoju metu jaučiasi geriau. „Be abejo, sveikti padeda ir saulė, puikus oras. Gaila, kad stovyklai skirta tiek mažai laiko – vos trys dienos. Tačiau ir tiek pakanka, kad pasikrautum geros energijos ilgam“, – šypsosi Audronė.

Mama Ona džiaugiasi, kad stovyklautojus pasitinka itin malonūs darbuotojai, visada pasirengę padėti ar patarti.

Stovyklautojams, kaip ir kasmet, parengta daugybė įvairių veiklų. Specialistai jiems skaitė paskaitas įvairiomis aktualiomis temomis, kiekvienas norintis galėjo sportuoti, žaisti stalo žaidimus. Tačiau didžiausią įspūdį visiems paliko susipažinimo ir talentų vakarai.

Ypač kruopščiai visi rengėsi talentų vakarui. Šventės vedėjais paskirti Danutė ir Gitas visą dieną ruošė scenarijų, komandomis suskirstyti stovyklos dalyviai repetavo dainas, šokius, eilėraščius. Renginys tradiciškai baigėsi vakarone prie laužo, smagiomis dainomis bei šokiais.

Visi stovyklos dalyviai pripažino, kad išsiskirstyti – sunku. Tačiau visi jie teigė paršivežantys namo daugybę įspūdžių ir puikios nuotaikos užtaisą ilgam laikui.

Autorės nuotraukos

Vasaros ligoninėje – sporto šventė

Lina Jakubauskienė

Besilankantieji VŠĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai“ tarnyboje šiemet jau antrąjį kartą pakviesti dalyvauti Vilniaus psichikos sveikatos centro, kitaip vadinamo Vasaros ligoninė, rengiamoje sporto šventėje. Šiemet rungtynių trasose čia varžėsi vienuolika komandų.

Visų komandų pavadinimai – išmoningi. Varžybose rungsi „Vasaros penketukas“, „Kūlgrinda“, „Vėtrungė“, „Rasčio vilkai“, „Radvilų komanda“, „Marių kapitonai“, „Vytenio centras“, „Laisvos burės“, „Saulė“, „Antrokai“, „Kalniečiai“.

Pasak Vilniaus miesto psichikos sveikatos centro Psichosocialinės rehabilitacijos skyriaus slaugos administratorės Daivos Kalantienės, kasmet vasaros pradžioje vykstanti sporto šventė jau tapo gražia tradicija. „Džiugu, kad visi varžybų dalyviai nusiteikę sportiškai – ne tik klientai, bet ir Vasaros ligoninės darbuotojai, kurie ne tik prisideda organizuojant šventę, bet ir patys būna aktyvūs jos dalyviai“.

Psichosocialinės rehabilitacijos skyriaus vadovas Janas Hilbigas sako, jog panašūs



renginiai sergantiems psichikos ligomis suteikia daugiau gyvenimo džiaugsmo, pasitikėjimo savimi. „Tam, kad sportas taptų kasdiene gyvenimo dalimi, reikia išsiugdyti įgūdžius. Svarbu – pradėti, toliau sportoti taps lengviau ir natūraliau“, – sakė J. Hilbigas.

Vasaros ligoninės direktorius Martynas Marcinkevičius džiaugėsi, kad sporto šventę visada lydi puikus, vasariškas oras. „Aki vaizdu, kad Dievas mus myli. Per daugybę metų nepasitaikė atvejo, kad lietus, dargana būtų sugadinę mūsų šventę. Džiugu, kad šventės dalyvių nuolat daugėja. Bijau, kad netrukus teks plėsti pagrindinę mūsų aikštę, kad visi dalyviai sutilptų“, – juokavo M. Marcinkevičius.

Įstaigos vadovas kasmet pats dalyvauja šventėje – žaidžia iš ligoninės darbuotojų sudarytoje krepšinio komandoje. „Nelaikau savęs šventės globėju – esu toks pats dalyvis, kaip ir jūs“, – sakė M. Marcinkevičius, skubėjęs nusimesti oficialų įstaigos vadovo kostiumą ir apsirengti sportinę aprangą.

Prieš pradėdami renginį, sporto šventės dalyviai tradiciškai sugiedojo Vasaros ligoninės himną bei iškėlė šventės vėliavą.

Komandos jau tradiciškai suskirstytos į du pogrupius. Kiekvienos komandos kapitonas ištraukė lapelį su starto numeriu. Šiemet komandoms parinktos trys rungtys. Kaip ir kasmet, teko mušti kėglius; kiekvienas žaidėjas turėjo po tris bandymus. Maksimalus gautų taškų skaičius – vienuolika. Jei visi kėgliai buvo numušami pirmuoju bandymu, daugiau kamuolio ridenti nereikėjo. Jei ne – buvo skaičiuojama, kiek kėglių iš viso numušta.

Dar viena tradicinė rungtis – baudų mėtymas. Pirmasis metimas buvo skirtas bandymui, toliau – trys įskaitiniai metimai. Svarbiausia taisyklė varžybų dalyviams – neperžengti baudos linijos.

Komandoms šiemet sumanyta ir nauja rungtis – pereiti per tarp medžių nutiestą lyną. Tai padaryti reikėjo kaip įmanoma greičiau. Lynu ėjo po vieną komandos narį, kiti laukė išsirikiavę eilute. Įveikęs trasą, varžybų dalyvis privalėjo pribėgti prie komandos draugo ir paduoti jam ranką.

Azarto, puikios nuotaikos netrūko nė vienam dalyviui. Nors kai kurie sako, jog iš pradžių jiems išsijudinti buvo nelengva. Vilnietis Rokas varžybose dalyvauja pirmą kartą. Pasak vaikinų, ypač sudėtinga ne varžytis rungtynių trasose, o po ligos pasirodyti viešai.

Tie varžybų dalyviai, kurie dalyvavo ne pirmą kartą, teigė baimių nejauciantys. „Suzinojusi, kad Vilniuje vyksta sporto šventė, labai norėjau į ją patekti. Esu čia jau antrą kartą. Kaskart puikios nuotaikos pasisėmiu ilgam“, – kalbėjo kaunietė Rasa.

Komandoms įveikus visas tris rungtis, paaiškėjo varžybų nugalėtojai. Pirmajame pogrupyje pirmąją vietą laimėjo „Rasčio vilkai“. Antrąją vietą užėmė Vytenio centro komanda, trečiąją – „Laisvos burės“.

Antrajame pogrupyje laimėtojais tapo „Kūlgrinda“, antri – „Radvilų“ komanda, treti – „Kalniečiai“.

Tradicinėse krepšinio varžybose po atkaklios kovos ligoninės darbuotojus nugalėjo iš klientų sudaryta komanda.

Autorės nuotraukos



Specialistų komandos pristatytame tyrime – psichikos sveikatos stiprinimo galimybės

Lina Jakubauskienė

Lietuvos specialistų komanda atliko tyrimą „Psichikos sveikatos ir gerovės paradigmu kaita Lietuvoje: empiriškai validaus modelio link“. Jo tikslas – įvertinti įvairius psichikos sveikatos parametrus, taip pat sužinoti pacientų bei specialistų nuomonę apie psichikos ligų gydymo metodus, išsiaiškinti, kokia finansinė našta gydant sergančiuosius psichikos ligomis tenka valstybei.



Tyrimo tikslai

Pasak VU Filosofijos fakulteto Socialinio darbo katedros doc. dr. Eglės Šumskienės, tyrimą atliko tarpdisciplininė specialistų komanda, kurią sudarė psichologė dr. Vaiva Klimaitė, psichiatras prof. Arūnas Germanavičius, VU Socialinio darbo katedros darbuotoja dr. Donata Petružytė ir ekonomistė dr. Liubovė Murauskienė, taip pat sociologė, socialinė darbuotoja dr. Jurga Mataitytė-Diržienė. „Visi jie stengėsi išsiaiškinti, kaip Lietuvoje vyksta psichikos sveikatos priežiūros reforma, ar ji iš tiesų vyksta, kaip „dreifuojama“ tarp medicininio ir biopsichosocialinio požiūrio į sergančiuosius psichikos ligomis“, – sako E. Šumskienė.

Specialistai turėjo galimybę gauti duomenis iš įvairių institucijų apie žmones, kurie gydėsi psichikos ligoninėse, sužinoti, kokias paslaugas jie yra gavę. Be to, buvo apklausti pacientai – kaip jie buvo gydyti ligoninėse, kaip vertina suteiktą gydymą. „Buvo svarbu įvertinti, ar šioje srityje stebėsena pakankama, ar sprendimai nepriimami intuityviai. Labai svarbi buvo ir finansavimo schemos analizė“, – teigia E. Šumskienė.

Pasak jos, tyrėjai įsitikino, kad lėšos dažnai panaudojamos neracionaliai, prioritetai paskirstomi neteisingai. Daugiausia pinigų skiriama gydymui ligoninėse, medikamentams, jų trūksta įvairioms tarpinėms paslaugoms. „Pastaruoju metu keičiasi aplinka ligoninėse. Jose švaru, tvarkinga. Tačiau gydant sergančiuosius psichikos ligomis, vis dar remiamasi medikamentiniu modeliu. Nesun-

ku patekti pas gydytoją ir išsirašyti kompensuojamųjų vaistų. Kitokio psichiatrų dėmesio pacientams trūksta“, – teigia E. Šumskienė.

Daug dėmesio tyrėjai skyrė savižudybių problemoms, kurių vis dar Lietuvoje tebėra daug. Šią problemą, kaip vieną pagrindinių, pabrėžia daugelis specialistų. Pastaruoju metu šioje srityje daug kas daroma, tačiau sėkmingų priemonių, kurios padėtų sumažinti savižudybių skaičių, vis dar nerandama. „Tai – didžiausia psichikos sveikatos sistemos nesėkmė. Kol kas Lietuvai nepavyksta pasinaudoti užsienio šalių patirtimi, pritaikyti ją savo šalyje. Nesėkmės uždėjo fatališkumo, stigmos antspaudą: esame savižudžių tauta, ir nieko čia nepadarysi. Dažnai tai konstatuojama kaip faktas, racionalių sprendimų neieškoma“, – sako E. Šumskienė.

Pacientų ir ekspertų požiūris skiriasi

V. Klimaitė tyrė, kaip psichikos sveikatos paslaugas vertina jų gavėjai ir pacientai. Pasak jos, ekspertai labiau pabrėžia medikamentinio gydymo naudą, o pacientai – psichoterapinio. „Psichikos sutrikimas reiškia ne tik paciento būklės pablogėjimą, bet ir negatyvų savęs vertinimą, emocinius sunkumus, santykių problemas, bendros gyvenimo kokybės pablogėjimą. Kai šalia medikamentinio taikomos ir psichologinis gydymo būdas“, – pabrėžia V. Klimaitė.

Jos teigimu, psichoterapiniam gydymui bei kitoms nemedikamentinėms gydymo priemonėms vis dar neskiriama pakankamai dėmesio, šios paslaugos teikiamos fragmentuotai.

V. Klimaitė pristatė savo atlikto tyrimo dalyvius, jo metodiką. Iš viso tyrime dalyvavo 38 žmonės, lankęsi įvairiuose Vilniaus miesto Psichikos sveikatos centruose, turintys įvairių sutrikimų. „Daugelis pacientų supranta, kad medikamentinis gydymas – būtinas. Tačiau jie baiminasi pašalinio vaistų poveikio ir mano, kad vis dėlto pagrindinis gydymas turėtų būti psichoterapija. Pacientui šis gydymas sudėtingesnis – reikia pačiam dėti pastangas. Tačiau jei pats nedirb-

si su savimi, niekas tavęs neišgydys“, – sakė V. Klimaitė.

Medikamentinis gydymas įvertintas kaip labai svarbus mažinant simptomus, o psichoterapinis – gydant problemas, tai yra, ligos, priežastį.

Nuo ko priklauso sergančiųjų būklė?

Savo komandos vykdytos pacientų apklausos rezultatus pristatė A. Germanavičius. „Norėčiau pabrėžti: visi tyrimo duomenys – konfidencialūs, siekėme, kad pacientai, dalyvavę tyrime, jaustųsi saugiai. Po analizės visos anketos buvo sunaikintos“, – pasakoja A. Germanavičius.

Pasak jo, iš pradžių apklausti žmonės, besigydančys stacionare, jie stebėti ir apklausti vėliau. „Tai – pirmasis toks tyrimas Lietuvoje. Jis parodė, kad mūsų žmonių psichikos sveikata yra prasta. Tai lemia ir ekonominiai, ir socialiniai procesai, taip pat koordinavimo trūkumas tarp įvairių ministerijų. Pagrindinis rodiklis, kuriuo išsiskiriame – savižudybių skaičius. Nors džiaugiamasi, kad jų mažėja, tačiau yra ir grėsminga tendencija – daugėja nepatiksintų mirties priežasčių“, – sako psichiatras.

Tyrimo tikslas buvo išsiaiškinti, kaip bendra sunkiais sutrikimais sergančių pacientų būklė priklauso nuo demografinių rodiklių, lyties, išsilavinimo, šeiminės padėties, amžiaus, patirtų galvos traumų, dominuojančios rankos ir gaunamų pajamų. Į tyrimą įtraukti tik pacientai, kurie sutiko dalyvauti apklausoje. Daugiausia jų – turintys psichikos elgesio sutrikimų dėl alkoholio vartojimo, taip pat sergantys šizofrenija, turintys afektinių sutrikimų ir pan. Į tyrimą nebuvo įtraukti žmonės, kurie patyrė ypač sunkų ir ūmų ligos epizodą.

Iš viso apklausti 267 dalyviai, kurių amžiaus vidurkis – 40 metų. Daugiausia – sergantys depresija ir paranoidine šizofrenija. Pacientai taip pat buvo suskirstyti į grupes pagal darbingumo lygį. Pasak A. Germanavičiaus, ypač ryškūs skirtumai buvo tarp depresija ir šizofrenija sergančių pacientų. Pastarųjų būklė ženkliai sunkesnė, veikla kur kas labiau sutrikdyta.

Tyrėjai priėjo prie išvados, kad aukštesnį išsilavinimą turintys žmonės, galintys nurodyti, kuo serga, jaučiasi geriau. Sunkiau psichikos ligomis serga kairairankiai, galvos trauma yra papildomas veiksnys, komplikuojantis būklę. Turinčiųjų partnerių būklė taip pat geresnė. Didesnes pajamas gaunančių pacientų bendras veiklos vertinimas buvo geresnis.

Ligos – ekonominė našta visuomenei

Ekonomistės D. Petružytė ir L. Murauskienė tyrė ekonominę psichikos ligų naštą visuomenei. Pasak D. Petružytės, su įvairiomis įstaigomis pavyko sutarti, kad jos teiks duomenis, neatskleisdamos žmonių tapatybės. „Džiaugiamės, kad įstaigų vadovai suprato tyrimo tikslus, įvertino tai, kad reikia naujų žinių apie Lietuvos visuomenės psichikos sveikatos būklę“.

Tyrimo tikslas – įvertinti ekonominę psichikos ligų naštą, remiantis 5356 asmenų duomenimis iš įvairių Vilniaus miesto duomenų bazių.

L. Murauskienė pristatė tyrimo metodiką, tirtų pacientų skaičių, jų diagnozes. Sąnaudos ligoms gydyti skirstytos į tiesiogines, netiesiogines bei neapčiuopiamas. Jos teigimu, daugiausia išlaidų skiriama stacionariniam gydymui. Brangiausiai kainuoja šizofrenijos gydymas. Prie skiriamų vaistų prisideda ir sąnaudos vaistams, kuriais gydomos ir gretutinės besigydančių psichikos sutrikimus ligos.

Pasak specialistės, susirgusių psichikos ligomis žmonių draudžiamosios pajamos mažėja, žmonės „iškrenta“ iš darbo rinkos. Tokiu būdu reikia daugiau lėšų netekto darbingumo pensijoms ar pašalpoms. „Ženklaus tiek sergančiųjų psichikos ligomis iškritimas iš darbo rinkos, tiek ir pajamų praradimas“, – sakė L. Murauskienė.

Vis dar mažai lėšų skiriama ne medikamentams, o papildomoms paslaugoms. Jos ligoninėse teikiamos tik epizodiškai. „Kai prabyla skaičiai, situacija tampa aiškesnė. Kuomet matome, kiek lėšų skiriama stacionariniam gydymui ir kiek stabilios būklės užtikrinimui, aiškėja tikri rezultatai. Pastaroji suma atrodo apgailėtina“, – sakė E. Šumskienė.

Žiniasklaidoje vis dar vaizduojami negatyviai

Psichikos sveikatos sutrikimų diskursus akademinėje ir profesinėje literatūroje bei žiniasklaidoje nagrinėjo J. Mataitytė-Diržienė. Ji išnagrinėjo 2015-ųjų publikacijas akademinuose moksliniuose žurnaluose, susijusiuose su psichikos sveikata, taip pat žiniasklaidos publikacijas.

„Gaila, tačiau sutrikusios psichikos asmenys žiniasklaidoje vis dar tebėra objektai. Labai retai pateikiamose publikacijose jie

yra aktyvūs dalyviai. Net psichikos asmenų kūrybiškumas pristatomas tarsi diagnozė. Analizuojant įvairias problemas, apklausiami specialistai, dirbantys su pacientais, o ne patys žmonės. Teigiami dalykai – daugelyje publikacijų galima pastebėti psichosocialinę paradigmą. Tačiau vis dar nesuvokiama, kad sergantis psichikos ligomis nėra pacientas ar paslaugų gavėjas, o lygiavertis asmuo“, – kalbėjo J. Mataitytė-Diržienė.

Pasak jos, sergančiųjų psichikos ligomis paveikslas žiniasklaidoje vis dar neretai būna negatyvus, jie vaizduojami kriminaliniame kontekste.

Tyrimo vertė

A. Germanavičiaus teigimu, atlikdami tyrimą specialistai išsiaiškino, kad psichikos rodiklių vertinimas vis dar vyksta fragmentiškai, trūksta nuolatinės priežiūros. „Liūto dalį psichikos ligoms gydyti skirtų lėšų pasiima farmacininkai. Ambulatorinėms grandims skiriama vis mažiau. Lėšos turėtų būti paskirstomos taip, kad jos atneštų kuo daugiau ekonominės naudos“, – sakė psichiatras.

Jo teigimu, tyrimas parodė, jog lėšų skirstymas psichikos ligoms gydyti vis dar nėra gerai suplanuotas procesas. „Kol kas nėra „filtrų“, kurie garantuotų, kad stacionare gydytisi tik tie žmonės, kuriems tokia pagalba yra būtina. Jei dalis pacientų būtų gydomi ambulatoriškai, galėtume sutaupyti nemažai lėšų. Reikėtų ir daugiau bendruomeninių paslaugų, sergančiųjų priežiūros namuose“, – sakė A. Germanavičius.

Jo teigimu, tyrimo rezultatai galėtų turėti įtakos ir savižudybių mažėjimui. „Jei savižudybių rizika būtų geriau identifikuojama, būtų užtikrintas pagalbos bandžiusiems nusižudyti tęstinumas, galėtume gerokai sumažinti savižudybių skaičių bei sutaupyti nemažai valstybės lėšų“, – teigė psichiatras.

Pasak E. Šumskienės, tyrėjų komanda parengs rekomendacijas ir sieks, kad jos būtų išgirstos bei įgyvendintos. „Visi mūsų specialistai dirba ne tik akademinį darbą, bet ir nevyriausybiniam sektoriuje. Dalinsimės tyrimo rezultatais su tais, kurie priima sprendimus. Labai svarbu, kad visos institucijos, dirbančios su psichikos sutrikimų turinčiais žmonėmis, būtų suinteresuotos galutiniu rezultatu“, – pabrėžia E. Šumskienė.

Autorės nuotraukos



Jubiliejinė dainų šventė „Uždainuokime kartu“ vyks Kaune

Lina Jakubauskienė

Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos rengiama dainų šventė „Uždainuokime kartu“ jau tapo gražia tradicija. Šventė šiais metais vyko jau keturioliką kartą. Neįgaliųjų kolektyvai rinkosi Pamario krašte, Šilutės kultūros ir pramogų centre.



Muzika – svarbi

Šventė „Uždainuokime kartu“ skirta psichikos negalią turintiems asmenims iš visos Lietuvos. „Mūsų bendruomenėse yra talentingų žmonių, kuriems muzika – kasdienis palydovas. Žmonės su psichikos negalia dainuoti moko talentingi vadovai, o galimybė pasirodyti kasmet suburia, motyvuoja kūrybinei veiklai, skatina užimtumą ir lavina muzikinius įgūdžius“, – sakė Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos vadovas Vaidotas Nikžentaitis.

Pasak jo, dainų šventės dalyviai kasmet kruopščiai renka repertuarą, ieško naujų melodijų, originalių išraiškos būdų. „Šventėje neįgalieji ne tik varžosi dėl įvertinimo, geriausiojo titulo, bet ir susitinka savo likimo draugus, su kuriais susidraugauja, ta draugystė tęsiasi ilgą laiką. Tokiu būdu lavinami ir žmonių su negalia bendravimo įgūdžiai“, – sakė bendrijos vadovas.

Be to, žmonės su negalia nuolat ieško naujų išraiškos būdų, originaliais savo rankų darbais papuošia dainininkų aprangą. Tai – taip pat nemenkos erdvės neįgaliųjų žmonių kūrybingumui.

Nukelta į 14 p.



Atkelta iš 13 p.

Vyko Šilutėje

Kasmet „Uzdainuokime kartu“ vyksta vis kitame Lietuvos mieste. Šiomet graži šventė vyko Šilutės rajono savivaldybėje – pernai vykusiam „Uzdainuokime kartu“ pergalę šventė šio miesto žmonių su sielos negalia klubas „Sielos paguoda“.

Rengiant dainų šventę, su Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrija aktyviai bendradarbiavo Vilniaus miesto Psichikos sveikatos centro psichosocialinės rehabilitacijos skyriaus darbuotojai. Renginio vedėjai Mantvilė Grybauskaitė ir Algirdas iš anksto paruošė scenarijų, parinko sentencijų apie muziką, jos naudą žmogaus savijautai bei sveikatai. „Kiekvieną pavasarį vykstanti šventė – tarsi didžiųjų metų darbų pabaiga, jų įvertinimas“, – dėkodama susirinkusiems, kalbėjo skyriaus vadovė Daiva Kalantienė.

Šventės dalyvius sveikino Šilutės rajono savivaldybės vadovai. „Nepraraskite optimizmo ir visada pasitikėti savo širdimi, nes ji visada parodo teisingą kelią. Džiaugiuosi, kad negalią turintys žmonės realizuoja save visuomenėje, gerina savo gyvenimo kokybę“, – sakė Šilutės rajono savivaldybės Administracijos direktorius Sigitas Šeputis.

Sveikinimo žodį taip pat tarė Socialinės paramos skyriaus vedėjas Alvidas Šimelionis, Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos vadovas Vaidotas Nikžentaitis bei Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos direktorė Algė Nariūnienė.

Dainininkus iš visos Lietuvos vertino autoritetinga komisija, kurią sudarė Šilutės



kultūros namų direktorė Jūratė Pancerova, Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos pirmininkas Vaidotas Nikžentaitis, bendrijos valdybos pirmininkė Algė Nariūnienė, A. Šimelionis ir D. Kalantienė.

Dainos – įvairios

Pirmieji scenoje tradiciškai pasirodė šventės šeimininkai – Šilutės rajono kolektyvai ansamblis „Vita“ bei „Karčema“. Sudainavę keletą nuotaikingų dainų, šilutiškai sukūrė susirinkusiems į renginį šventišką nuotaiką.

Iš viso šiais metais „Uzdainuokime kartu“ pasirodė trylika kolektyvų. Pirmieji konkurso programą pradėjo žmonių su sielos negalia klubo „Sielos paguoda“ dainininkai. Vėliau į sceną lipa Mažeikių sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos „Gyvenimo spalvos“, Šiluvos, neįgaliųjų globos bendrijos, VšĮ „Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos“, Vilniaus miesto Psichikos sveikatos centro „Kūlgrindos“ klubo, Plungės sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos „Mūsų atžala“, Kauno klubo „Likimo draugai“, Lietuvos sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos Tau-

ragės filialo, Kaišiadorių, Telšių, Vilkaviškio sutrikusios psichikos žmonių globos bendrijos, Šiaulių miesto neįgaliųjų klubo „Dvasinė šiluma“, bendrijos „Vilties linija“ kolektyvai.

Kaip visada, šventės dalyvių repertuaras buvo įvairus. Plungės kolektyvas traukė autentiškas žemaičių dainas, skambėjo kitų kolektyvų atliekami lietuvių ir užsienio autorių kūriniai, taip pat savos kūrybos dainos.

Įvertinimai

V. Nikžentaitis sakė, kad išrinkti geriausiai pasirodžiusį kolektyvą komisijai nebuvo lengva: visi šventės dalyviai pasirodė gerai. Tačiau po ginčų, diskusijų bei svarstymų komisija paskelbė kolektyvą, kuris tapo šiųmetės „Uzdainuokime kartu“ nugalėtoju. Tai – Kauno klubo „Likimo draugai“ ansamblis, vadovaujamas Vincento Kursos.

Į sceną tradiciškai pakviesti, pagerbti bei apdovanoti visi šventės dalyviai rengusių kolektyvų vadovai. Kiekvienam iš jų prizus pagamino tautodailininkas Osvaldas Žvirblis. Darbelius iš šiaudų vyras kuria nuo pat vaikystės, o pirmą kartą specialius prizus respublikinei neįgaliųjų dainų šventei „Uzdainuokime kartu“ sukūrė pernai.

Kolektyvo „Likimo draugai“ vyrams įteiktas dar ir pereinamasis „Uzdainuokime kartu“ prizas. Metus prieš tai juo džiaugėsi pamario dainininkai. Nugalėtojai čia pat scenoje sutraukė pergalę lėmusią dainą.

Vyks Kaune

Kadangi kasmet šventę rengia praėjusių metų konkurso nugalėtojai, kitais metais „Uzdainuokime kartu“ vyks Kaune. Kauniečiai jau buvo tapę šventės šeimininkais 2013-aisiais, kai tapo 2012-aisiais Šiauliuose vykusios dainų šventės laureatais.

Nuoširdžiai su neįgaliaisiais dirbantis kolektyvo vadovas džiaugėsi gražiu įvertinimu. „Laimėti visada malonu. Stengiamės dalyvauti visur, kur esame kviečiami. Daina, muzika mums – atgaiva širdžiai ir sielai“, – sakė kolektyvo vadovas.

Visi šventės dalyviai skirstėsi pasisėmę geros nuotaikos, pasiryžę dalyvauti „Uzdainuokime kartu“ ir kitais metais. Respublikinis renginys baigėsi visų šventės dalyvių sudainuota tradicine daina „Mūsų dienos – kaip šventė“.

Autorės nuotraukos



Joninių šventės proga – koncertas dienos centro „Šviesa“ lankytojams

Lina Jakubauskienė

Joninių proga dienos centras „Šviesa“ pasikvietė Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos dainininkus. Ansamblis, vadovaujamas Julijos Kovalenko, ne tik surengė gražų Joninių koncertą, bet ir padovanojo likimo draugams gražią šventę.

Dienos centrą „Šviesa“ lanko sutrikusio intelekto asmenys nuo šešiolikos metų. Jiems nustatytos įvairios negalios. Centre jiems sudarytos sąlygos lavinti kasdienio gyvenimo įgūdžius, atskleisti savo talentus, dalyvauti bendruomenės gyvenime.

„Šviesos“ globotiniai mielai bendrauja su panašaus likimo draugais. Ir šįkart Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos dainininkų jie labai laukė, koncertui ruošėsi.

„Atvažiuome pasveikinti jūsų visų su gražia švente. Linkiu jums Joninių proga atrasti paprasto žiedą, kuris išpildytų visus jūsų norus“, – linkėjo Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos direktorė Algė Nariūnienė.

Jau tradiciškai tarnybos socialinė darbuotoja Vilma Kunsmonaitė parengė šventės scenarijų, parinko eilių, sentencijų, linksmų pasakojimų apie Jonines, šios šventės tradicijas bei burtus.

Puikia nuotaika, gera energija užsikrėtė visi – tiek dainininkai, tiek žiūrovai. Lyriškas, liaudiškas dainas keitė smagios, tarnkios melodijos. Kartu su dainininkais dainavo ir plojo visa salė.



Pabaigoje visi kartu sudainavo tradicine tapusią Pagalbos ir informacijos šeimai tarnybos dainą „Mūsų dienos – kaip šventė“. Abiejų įstaigų vadovai apsikeitė atminimo

dovanėlėmis ir sutarė, kad prieš Jonines užsimezgusi draugystė nenutrūks. Naujieji draugai ne kartą vyks vieni pas kitus į svečius.

Autorės nuotraukos



**Lietuvos sutrikusios
psichikos žmonių
bendrijos žurnalas
„Globa“**

Rėmėjai:



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

