



**LIETUVOS TELEFONINIŲ  
PSICHOLOGINĖS PAGALBOS  
TARNYBŲ ASOCIACIJA**

Rasų g. 20, Vilnius LT-11351. Tel. (8 5) 231 34 37, faks. (8 5) 231 34 39. El. paštas info@klausau.lt, interneto svetainė www.klausau.lt  
Įmonės kodas: 124211124, AB SEB Vilniaus bankas, a/s LT677044060001241074

## **Minint psichikos sveikatos dieną, specialistai ragina daugiau investuoti į prevenciją**

Psichikos sveikata – tai geros savijautos pojūtis, emocinė ir dvasinė būseną, kuri leidžia žmogui džiaugtis gyvenimo pilnatve, išgyventi skausmą ir liūdesį. Psichikos sveikata – tai ne vien psichikos ligos ar sutrikimo nebuvimas. Tačiau kalbėdami apie psichikos sveikatą, mes vis dar koncentruojamės į ligas ir jų gydymą, o ne į prevenciją. Nuoširdus pokalbis ir palaikymas sunkioje emocinėje situacijoje gali padėti žmogui įveikti sunkumus, kurie, nesulaukus tokios paramos, galėtų komplikuotis ir reikalautų ilgo ir sudėtingo gydymo. Taip Pasaulinės Psichinės sveikatos dienos išvakarėse (ji minima spalio 10 d.) kalba Lietuvos telefoninių psichologinės pagalbos tarnybų asociacijos (LTPPTA) prezidentas dr. Paulius Skruibis.

„Mūsų asociacijos tarnybose dirbantys savanoriai ir psichikos sveikatos specialistai atsiliepia į įvairius sunkumus išgyvenančių žmonių skambučius ir elektroninius laiškus. Deja, paramos sulaukia ne visi. Daugeliu atvejų emocinės paramos ieškantys žmonės girdi užimtos linijos signalą, nes tuo metu visomis veikiančiomis linijomis jau vyksta pokalbiai“, – tvirtina P. Skruibis.

Tai kad emocinę paramą žmonėms teikiančios tarnybos visuomenei yra reikalingos ir svarbios, rodo ne tik įspūdinga skambučių statistika (pavyzdžiui, praėjusiais metais LTPPTA tarnybos atsiliepė į 277 038 skambučius, tuo tarpu bandymų prisiskambinti būta virš 6 milijonų), bet ir šią vasarą „Spinter tyrimų“ atlikta viešosios nuomonės apklausa. Net 68 proc. apklaustųjų mano, kad emocinės paramos tarnybos mūsų visuomenėje yra būtinos. 76 proc. respondentų pasisako už tai, kad tarnybų veiklą 50 procentų ir daugiau turėtų finansuoti valstybė.

„Tarnybų veiklai reikalingą finansavimą paprastai skiria valstybės ir savivaldybės institucijos, verslo įmonės bei privatūs asmenys. Tačiau surenkamų lėšų vos pakanka esamai situacijai palaikyti. Todėl šiais metais LTPPTA parengė ir Socialinės apsaugos ir darbo ministerijai pristatė emocinės paramos tarnybų plėtros projektą, kurį įgyvendinus tarnybos galėtų atsiliiepti maždaug į 416 tūkstančių skambučių, kitaip tariant, į perpus daugiau nei dabar. Nors iš ministerijos yra gautas neigiamas atsakymas, asociacija tikisi, jog valstybė ras lėšų šio projekto įgyvendinimui jau kitais metais“, – teigia P. Skruibis.

Lietuvos Respublikos Seimo 2007 m. patvirtintoje psichikos sveikatos strategijoje akcentuojama prevencija ir nevyriausybinių organizacijų vaidmuo, sprendžiant psichikos sveikatos problemas. Strategijoje taip pat teigiama, kad valstybinėse sveikatos programose didžiausią dėmesį reikėtų skirti šiuo metu aktualiausioms problemoms spręsti – vaikų dvasinės sveikatos, emocinės ir socialinės raidos sutrikimų prevencijai, tėvų mokymui tinkamai auginti vaikus, savižudybių, priklausomybių ir prievartos prevencijai, jaunimo sveikatos problemų sprendimui. „Labai norėtūsi, kad šie žodžiai pagaliau taptų realybe, tačiau kol kas matome, jog prevencijai lėšų nerandama ir toliau“, – sako P. Skruibis.

LTPPTA duomenimis, dažniausiai į emocinės paramos tarnybas 2011 metais skambino vaikai ir paaugliai nuo 11 iki 16 metų. Šio amžiaus skambintojai sudarė 21,4 procentą visų skambinusiųjų. 16,7 proc. skambintojų buvo vaikai nuo 7 iki 11 metų. Dar viena skambintojų kategorija – jaunuoliai nuo 16 iki 18 metų, jie sudarė 6,1 proc. visų skambinusiųjų.

Pagrindinėmis problemomis, dėl kurių jauni žmonės kreipėsi pagalbos, įvardijamos šios: santykiai su tėvais (9,05 proc. visų problemų skaičiaus), savižudybės (7,55 proc.), santykiais su kitos lyties atstovais (7,26 proc.), neturėjimas ką veikti (5,49), santykiais su draugais (5,12 proc.), fizinė sveikata (4,76 proc.) ir kt. Suaugę žmonės į pagalbos telefonu linijas skambino dėl tokių juos slegiančių problemų, kaip: psichinė sveikata (9,82 proc. visų problemų skaičiaus), santykiai su sutuoktiniu/partneriu (8,95 proc.), alkoholis ir jo sukeltos problemos (4,62 proc.), santykiai su vaikais (3,65 proc.), finansiniai sunkumai (2,86 proc.) ir kt. Tuo tarpu vaikų patiriamos problemos yra būdingos jų amžiui: sunkumai, bendraujant su bendraamžiais (12,31 proc. visų

problemų skaičiaus), patyčios (9,96 proc.), sunkumai santykiuose su tėvais (8,16 proc.), fizinės sveikatos sunkumai (5,37 proc.), patirta fizinė prievarta (5,24 proc.), laisvalaikio ir užimtumo (3,91 proc.).

Šiuo metu į asociaciją yra susivienijusios 13 organizacijų, kurios organizuoja 5 linijų darbą: „Jaunimo linijos“, „Vaikų linijos“, „Pagalbos moterims linijos“, „Vilties linijos“ ir „Linija Doverija“ (pagalba teikiama rusų kalba). 2012 m. iš valstybės biudžeto linijoms buvo skirta 635 tūkstančiai litų. Iš jų – 413 tūkstančių litų gyventojų skambučiams apmokėti ir 222 tūkstančiai administravimo išlaidoms iš dalies padengti. Emocinės paramos tarnybų plėtros plano biudžetas 2013 m. sudarytų 1 474 320 litų. Dar tiek pat lėšų tarnybos būtų pasirengusios pritraukti pačios iš verslo įmonių, privačių asmenų ir kitų rėmėjų.

**Daugiau informacijos:**

Dr. Paulius Skruibis, LTPPTA prezidentas: [paulius@jaunimolinija.lt](mailto:paulius@jaunimolinija.lt), mob. tel. +37068636979.