

## Savonorių teikiama psichologinė pagalba – tokia pat efektyvi, kaip specialistų

Telefoninėse psichologinės pagalbos tarnybose dirbantys savanoriai gali suteikti tokią pat efektyvią arba netgi dar efektyvesnę pagalbą nei profesionalai. Vienintelė sąlyga – savanoriai privalo būti gerai parengti darbui prie telefono. Tokią išvadą, remdamasis savo atliktais tyrimais, daro Lietuvoje viešintis vienas garsiausių pasaulio savižudybių prevencijos specialistų prof. Brian L. Mishara.

Šiandien Lietuvos Respublikos Vyriausybėje vykstančioje tarptautinėje konferencijoje „Telefoninių pagalbos tarnybų vaidmuo savižudybių prevencijoje“ Kvebeko universiteto Savižudybių ir eutanazijos tyrimų ir intervencijos centro direktoriaus, Befrienders Worldwide vicepirmininko B. Misharos pristatytų mokslinių tyrimų duomenimis, apie 60-80 proc. skambinusiųjų į pagalbos linijas sako sulaukę pagalbos, o geriausiai ją suteikia labiau patyrę savanoriai.

Taigi, telefoninių pagalbos linijų ar kitų savanorišką pagalbą teikiančių organizacijų (ypač tų, kurios pagalbą teikia internetu) plėtra ir patyrusių savonorių išlaikymas, anot profesoriaus, galėtų būti vienas iš tų milžiniškų investicijų nereikalaujančių, tačiau didžiulį potencialą turinčių dalykų, kuriuos vertėtų įtraukti į nacionalines savižudybių prevencijos programas.

Konferencijos dalyvius pasveikinęs Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministras Vytenis Povilas Andriukaitis sakė, kad suburta darbo grupė šiuo metu įvairiais aspektais nagrinėja savižudybių problemą, ieško būdų, kaip būtų galima jos sprendimą perorientuoti nuo medicininių prie kur kas labiau universalių priemonių. Pasak ministro, dauguma efektyvių priemonių savo esme nėra medicininės, taigi sprendimo reikėtų ieškoti ne tik medicinoje, o visuomenėje, skatinant bendruomeniškumą, stiprinant švietimo ir kitus sektorius.

Dr. Paulius Skruibis, Lietuvos telefoninių psichologinės pagalbos tarnybų asociacijos (toliau – Asociacija) prezidentas, sako, kad Asociacija pateikė siūlymus LR Socialinės apsaugos ir darbo ministerijai bei LR Sveikatos apsaugos ministerijai, kaip dar labiau išplėsti pagalbos telefonu apimtis. Pagal Asociacijos parengtą planą, per septynerius metus planuojama smarkiai padidinti pagalbos prieinamumą ir atsiliiepti apie 700 000 skambučių per metus.

Per pirmąjį 2013 m. pusmetį visos Asociacijos vienijamos tarnybos atsiliiepė į 178 778 skambučius. Pernai tuo pat laikotarpiu buvo atsiliiepta į 150 634 skambučius. Asociacijos vienijamos emocinės paramos tarnybos pastaruoju metu šiek tiek padidino savonorių skaičių ir atsižvelgdamos į skambučių srautus pakeitė skirtingu metu veikiančių linijų skaičių. Taigi, tokios minimalios investicijos bendrą atsiliieptų skambučių skaičių padėjo padidinti kone penktadaliu (18,7 proc.).

Nepaisant to, bandymų prisiskambinti vis tiek yra gerokai daugiau (2013 m. antrąjį ketvirtį atsiliiepta tik į vieną iš 16 skambučių), o vėl padidėjęs savižudybių skaičius signalizuoja apie didėjančią pagalbos poreikį. 2013 m. sausį–birželį Lietuvoje nusižudė 557 asmenys – tai 18,5 proc. daugiau nei per 2012 metų atitinkamą laikotarpį, kai nusižudė 470 asmenų.

„Savižudybė – impulsyvus veiksmas. Daliai šių žmonių tikrai būtų buvę galima padėti, jei tą akimirką jie būtų sulaukę pagalbos. Vis dėlto emocinės paramos telefonu pasiūla mūsų šalyje dar neatitinka jos poreikio, – kalba P. Skruibis. – Paradoksalu: norinčių savanoriauti užtektų – tarnybos paprasčiausiai finansiškai nepajėgios apmokyti dar daugiau savonorių, nes vieno savonorio parengimas darbui kainuoja apie 2 tūkst. litų.“

Lietuvos telefoninių psichologinės pagalbos tarnybų asociacija šiuo metu vienija 10 organizacijų, kurios organizuoja 5 linijų darbą: „Jaunimo linijos“, „Vaikų linijos“, „Pagalbos moterims linijos“, „Vilties linijos“ ir „Linija Doverija“ (pagalba teikiama rusų kalba).

Daugiau informacijos:

Dr. Paulius Skruibis, Lietuvos telefoninių psichologinės pagalbos tarnybų asociacijos prezidentas  
El. paštas [paulius@jaunimolinija.lt](mailto:paulius@jaunimolinija.lt), mob. tel. +37068636979.