

Po savanorystės neišėini basas

Daiva ŠALC

Trūksta pilietiškumo, visada ieško apčiuopiamos naudos, retas išties pagalbos ranką – į Lietuvos piliečių daržą būtų galima mesti ne vieną panašų akmenį.

Tačiau čia, kaip ir visame pasaulyje, atsiranda tokių žmonių, į kuriuos mestas akmuo atsimuštų kaip nuo skydo. Savanoriai be jokio atlygio teikia nemokamą paramą telefonu, internetu ir užsiima kitokia visuomenei naudinga veikla.

Psichologinė ir emocinė parama – ne tas pats

Turbūt dažnas Lietuvos gyventojas yra girdėjęs apie savanorius, tačiau dauguma menkai težino apie jų veikla ir yra susidarę realybę iškreipiantį vaizdą: esą telefonu ir internetu nemokamą pagalbą teikia tik psichologai, jų savanoriška veikla užgožia visas kitas gyvenimo sritis ir jie nieko nespėja.

Visa tai netiesa. Apie pusę savanorių sudaro psichologijos išsilavinimo neturintys žmonės, dažniausiai – studentai: medicinos, socialinio darbo, kompiuterinių mokslų, fizikos, žurnalistikos, ekonomikos. Dalis jų ne tik studijuoja, bet dar dirba, turi šeimas, ir viską spėja. Kai kurie sėkmingai tai daro trečius ar net aštuntus metus iš eilės.

Viena iš savanoriškų telefoninių psichologinės paramos tarnybų, rengiančių savanorius-konsultantus, yra „Jaunimo linija“, kurios veiklą Vilniuje organizuoja „Jaunimo psichologinės paramos centras“ (JPPC). Jo generalinis programų ir Vilniaus „Jaunimo linijos“ direktorius, psichologas Paulius Skruibis sako, kad ne blogesni, o kartais net geresni „Jaunimo linijos“ savanoriai ir jų mokytojai būna specialaus psichologinio išsilavinimo neturintys žmonės.

„Apskritai turbūt reikės keisti savo tarnybos apibūdinimą - iš psichologinės pagalbos į emocinės paramos liniją, nes „Jaunimo linija“ orientuojasi į emocinę paramą, kurią gali suteikti nebūtinai psichologas. Tai gali padaryti ir žmogus, kuris yra tiesiog geras klausytojas, jautrus, supratingas bei sugebantis įsijausti į kito žmogaus problemas, palaikyti jį“, - „Jaunimo linijos“ veiklos tikslą apibūdino P. Skruibis.

Apie pusę savanorių sudaro psichologijos išsilavinimo neturintys žmonės, dažniausiai – studentai: medicinos, socialinio darbo, kompiuterinių mokslų, fizikos, žurnalistikos, ekonomikos.

Kursus baigia ne visi

Šiuo metu Vilniuje yra apie 60 „Jaunimo linijos“ savanorių, kurie teikia vienkartinę emocinę paramą telefonu ir internetu. Nuo spalio mėnesio maždaug 50 žmonių lanko parengiamuosius kursus, kuriuos, tikėtina, baigs apie pusę. Mat jau dabar kai kurie patys supranta, kad savanoriavimas jiems netinka, o su kitais tarnyba nepratęsia sutarčių.

„Visiškai netinkamų žmonių savanoriavimui yra nedaug, tačiau ne visus žmones galime apmokyti per ribotą laiką“, - situaciją paaiškino psichologas P. Skruibis.

Žmogus, susidomėjęs savanoriavimu „Jaunimo linijoje“, iš pradžių turi užsiregistruoti į informacines dienas, kurios vyksta kartą per mėnesį ar du. Valandos trukmės organizacijos pristatyme pasakojama apie jos veiklą, parengiamuosius kursus, atsakoma į visus klausimus: taip kandidatas į savanorius pats save įvertina, ar jam tinka savanoriavimas, ar turėtų tiek laiko.

Du mėnesius savanoriaujanti Ausma Sakalauskaitė, dar besimokydama Kauno J. Gruodžio konservatorijoje, svarstė, ar toliau mokytis muzikos, ar rinktis psichologiją. Baigusi konservatoriją, ji įstojo į Lietuvos muzikos ir teatro akademiją.

„Atradusi „Jaunimo liniją“, jaučiuosi labai gerai: nemečiau muzikos, kuri man yra labai svarbi, ir kompensavau psichologijos poreikį“, - pasakojo dvidešimt šešerių A. Sakalauskaitė, dirbanti koordinatorė M. K. Čiurlionio menų mokykloje, o savaitgaliais vargonuojanti bažnyčioje.

Kitas savanoris - Vilniaus universiteto telekomunikacijų fizikos ir elektronikos ketvirtakursis Kšištof Zmitrovič pripažino, kad iš pradžių buvęs nedrašu, tačiau ilginiui jis į centro veiklą įsitraukė aktyviau: šiuo metu studentas turi dvejų metų savanorystės stažą, priklauso savanorių-konsultantų tarybai, rengia pristatymus studentams apie „Jaunimo liniją“ ir kartu su A. Sakalauskaite mokosi būti savanorių mokytoju.

Vilniuje yra apie 60 „Jaunimo linijos“ savanorių, visoje Lietuvoje – daugiau nei 100.

Modeliuojamos įvairios situacijos

Susipažinęs su JPPC, žmogus ateina į atranką, kurioje vyksta pokalbis grupelėse po 6-8 žmones: bandoma susipažinti su atėjusiais, sužinoti, kaip jie sprendžia problemas.

„Tai yra gana asmeniškai pokalbiai, tačiau ir darbas „Jaunimo linijoje“ toks: žmogus turi būti asmenišką, atviras, mokėti rasti bendrą kalbą su kitais, todėl amžius nėra svarbus –

netrūksta kursus lankančių trisdešimtmečių ar keturiasdešimtmečių“, - tvirtino Vilniaus „Jaunimo linijos“ direktorius P. Skruibis.

Parengiamieji kursai trunka pakankamai ilgai – 76 valandas (5 mėnesius). Juose daugiausia laiko skiriama modeliuojamoms situacijoms – vienas savanoris skambina, kitas bando su juo kalbėti. Mokomasi užmegzti su skambinančiuoju kontaktą, išklausti jį, paskatinti kalbėti.

„Kaip pilotai iš pradžių mokosi skristi ne tikru lėktuvu, o imitatoriumi, tai ir čia yra kažkas panašaus“, - paaiškino psichologas.

Parengiamieji kursai trunka 76 valandas (5 mėnesius). Juose teorijos mažai – daugiausia dėmesio skiriama įvairioms modeliuojamoms situacijoms.
--

Iš pradžių budėjimas kelia įtampą

Baigę kursus, savanoriai turi nuolat tobulėti, kiekvieną mėnesį kelti kvalifikaciją. Prie telefono savanoris budi vieną arba du kartus per mėnesį (iš viso 10 val.). Kartais savanoris visą budėjimą be pertraukų konsultuoja, o kartais sulaukia daugiau pajuokavimų, kai prisiskambinę padeda ragelį, tyli arba sako, kad tiesiog neturėję ką veikti.

„Pirmasis budėjimas turbūt visiems būna sunkus – juk pirmą kartą kelsi ragelį, nežinai, kas paskambins. Jautiesi kaip eidamas į sceną – ir malonu, ir baisu“, - pirmuosius savo patyrimus prisiminė K. Zmitrovič.

„Jaunimo linijos“ telefonu skambina įvairūs žmonės - nuo vaikų iki pensininkų. Juos slegiančios problemos taip pat skirtingos. Vis dėlto galima sakyti, kad kiekvienoje problemoje yra santykių aspektas.

„Kasdien sulaukiame skambučių iš žmonių, kurie galvoja apie savižudybę, ketina tai padaryti arba jau yra pradėjęs save žaloti – išgėrę vaistų, persipjovę venas ar pan. Skambina daug žmonių, patyrusių prievartą ar su valgymo sutrikimais“, - pasakojo psichologas P. Skruibis.

Dėl to savanorių darbas yra nelengvas, kartais įtemptas, ir jam reikia turėti savo palaikymo šaltinį. Tokiu atveju jie gali paskambinti namuose budinčiam savanorių mokytojui. Galiausiai išmokstama atsiriboti nuo skambučių sukeltų emocijų.

Per mėnesį savanoris budi vieną arba du kartus (iš viso 10 val.).

Svarbu būti išklausytam

Anot savanorės A. Sakalauskaitės, skambinti „Jaunimo linijos“ telefonu visų pirma skatina anonimiškumas, nemokama, bet kuriuo paros metu prieinama parama.

„Svarbu pagalbos sulaukti laiku, nes, žmogus, kurį apniko mintys nusižudyti, turi turėti su kuo pasikalbėti tada, kai jam labiausiai to reikia. Taip pat yra tokių temų, apie kurias su

draugais ne visada pasikalbėsi, o su mumis galima kalbėtis apie visas problemas atvirai“, - pritaria jai K. Zmitrovič.

Pokalbio metu savanoris pirmiausia stengiasi, kad skambinantysis pasijustų išklaudytas. Konsultantas negali jam patarinėti, nes kiekvienas žmogus yra skirtingas, o patarimai – labai subjektyvus dalykas, todėl svarbu, kad žmogus pats ieškotų sprendimo. Jeigu jis prašo informacijos, į ką galėtų kreiptis, savanoris, turėdamas socialinės informacijos banką, gali duoti reikiamus kontaktus, pvz., psichologo, vaikų teisių apsaugos tarnybos ir pan.

Skambinti „Jaunimo linijos“ telefonu skatina anonimiškumas, nemokama, bet kuriuo paros metu prieinama parama.

Duodamas gauni dvigubai

Savanorių draugai, artimieji dažnai iš pradžių į savanorystę žiūri skeptiškai, nesuvokia, kad iš tokios veiklos pats gauni labai daug – žinių, patirties, atsakomybės, prasmingumo jausmą, kuris net užgožia nuovargį po naktinio budėjimo.

„Jeigu ieškai savanorystės, tai ir pats išeini ne basas, o su vidiniu pasitenkinimu. Tuo labiau, kai yra noras, susiplanuoji laiką turiningiau, ir viską spėji“, - neabejojo A. Sakalauskaitė:

Už parengiamuosius kursus, kad galėtų dirbti prie pagalbos telefono, lietuviai neturi mokėti, tačiau, pavyzdžiui, Japonijoje jie kainuoja maždaug 2-3 tūkst. litų. Tai nestebina Vilniaus „Jaunimo linijos“ direktoriaus P. Skruibio, nes daugelis žmonių ateina būtent dėl mokymų, kurie suteikia vertingų įgūdžių, nepriklausomai nuo to, ką žmogus veikia gyvenime.

Lietuvoje parengiamieji kursai nemokami, tačiau Japonijoje jie kainuoja maždaug 2-3 tūkst. litų

Pagalbos poreikis didžiulis

Savanoriai įsipareigoja „Jaunimo linijai“ dirbti bent 350 val., tačiau didesnę dalis darbuojasi gerokai ilgiau.

„Aš pats esu budėjęs 1000 valandų ir nesu čia toks vienintelis. Yra 5-7 savanoriai, perkopę 1000 valandų, keli dirba „Jaunimo linijoje“ 7-8 metai, o tokių, kurie darbuojasi 3-5 metus yra daug“, - budėjimo mastais nustebino psichologas P. Skruibis.

Anksčiau savanoriai tam skirdavo 20-30 val. per mėnesį, tačiau pridėjus kvalifikacijos kėlimo užsiėmimus, mėnesinius susirinkimus, savanoriai, ypač dirbantys studentai, greitai „perdegdavo“.

„Pastebėjome, kad savanorių paruošiamo pakankamai, tačiau jie gana greitai išsineša iš tarnybos, todėl šį rudenį sumažinom budėjimui skiriamą laiką nuo 25 iki 10 val. per mėnesį. Dabar savanoriai ruošiami telefonų linijų skaičiaus didinimui“, - ateities planus dėstė P. Skruibis.

Vieną metų prieš „Jaunimo liniją“ telefonų būdavo dažniausiai 2-3 savanoriai. Žmonių, bandančių paskambinti, yra gerokai daugiau negu „Jaunimo linija“ gali atsilipti: per metus bandymų būna 2 mln., o atsakoma tik į 100 tūkst skambučių.

„Norinčių savanoriauti yra, tačiau kainuoja jų paruošimas, išlaikymas, kvalifikacijos kėlimas, darbo koordinavimas, patalpų išlaikymas. Esame paskaičiavę, kad, norint išlaikyti dabartinę „Jaunimo liniją“ Vilniuje, Kaune ir Klaipėdoje ir truputį didinti savanorių bei telefonų linijų skaičių, per metus mums užtektų pusės milijono litų“, - teigė psichologas.

Per metus į „Jaunimo liniją“ bandoma prisiskambinti 2 mln. kartų, o atsakoma tik į 100 tūkst. skambučių.
--

Lietuviai nenusiteikę remti

„Jaunimo linija“ yra nevyriausybinė organizacija, todėl valstybė neprivalo finansuoti jos veiklos. Tarnyba yra priversta pati ieškoti kitokių finansavimo šaltinių: renka lėšas iš įvairių projektų, privačių rėmėjų, žmonių, skiriančių savo 2 proc. nuo pajamų mokesčio. Didžiausias JPPC rėmėjas ketverius metus buvo Švedų fondas „Carnegie Social Initiative“, o iš Lietuvos verslininkų nuo 2003 metų stabiliai remia akcinė bendrovė TEO LT.

„Tai yra pilietiškumo pavyzdys, nes dažnai iš verslininkų išgirdavome į neviltį varančius klausimus: „Kas mums iš to?“, „Kokią reklamą galėsite pasiūlyti?“. Tačiau tai yra socialinė atsakomybė - tikra parama gali būti ir yra viešinama, tačiau ji neatsiperka tiesiogiai finansiškai. Jeigu verslininkas nori remti iš tikrųjų, jis neturi galvoti, kaip jam tai atsiperks, o tiesiog investuoti į pasirinktą sritį“, - paaiškino P. Skruibis.

Su dabartinėmis lėšomis Vilniaus „Jaunimo linijai“ sudėtinga išlaikyti esamą situaciją, jau nekalbant apie jos plėtimą. Praėjusiais metais iš dviejų papildomų finansavimo šaltinių – Britų prekybos rūmų ir tarptautinės Vilniaus moterų asociacijos – parengus dar vieną papildomą savanorių grupę, organizacija atsidūrė užburtame rate: norint atsilipti į daugiau skambučių, reikia didinti savanorių ir telefonų linijų skaičių, tačiau kuo savanorių daugiau, tuo sunkiau juos išlaikyti. Pavasarį tarnyba ketina taip pat rinkti papildomą kursą, tačiau Vilniuje jį vėl finansuos ne Lietuvos šaltinis – tikimasi gauti paramą iš Nyderlandų ambasados.

„Jaunimo liniją“ daugiausia remia užsienio valstybės.
