



**2023 01 01 -2023 12 31 laikotarpiu VŠĮ Krizinio nėštumo centras vykdyto projekto „Kompleksinė konsultacinė pagalba šeimoms krizinio nėštumo metu, krizinių nėštumų bei nėštumo nutraukimų prevencija“ ataskaita.**

**Projektą finansavo:** Lietuvos respublikos Socialinės apsaugos ir darbo ministerija.  
Finansavimas – 9000 eurų.

**Projekto tikslas** - krizinių nėštumą patiriančioms moterims ir jų šeimoms teikti kompleksines konsultacines paslaugas, materialinę, finansinę paramą ir vykdyti krizinių nėštumų, abortų prevenciją ir ankstyvąją šeimų krizių prevenciją.

Projekto metu suteiktos 1275 konsultacijos asmenims išgyvenantiems įvairias krizinio nėštumo situacijas. Pagalbą gavo virš 100 šeimų.

Pagalba buvo teikiama asmenims, besikreipiantiems iš visos Lietuvos. Pagal individualų poreikį buvo suteikiamos nuo 1 iki 5 psichologo konsultacijų, o esant ypatingam poreikiui ir dar daugiau. Psichosocialinė pagalba teikiama iki vaiku sukaks 2 metai, tad projekto metu buvo tęsiama dar prieš 2023 m. pradėta teikti pagalba, bei pradėta teikti tęstinė pagalba naujai besikreipusiems asmenims. Suteikti 35 kūdikio kraiteliai, 10834 vnt. sauskėlių, 29 vežimėliai, 14 lovelių, daug rūbų besilaukiančioms moterims ir jų vaikams, kitų higienos priemonių mamoms ir vaikams. Pagimdė 77 moterys. Finansinės paramos suteikta už daugiau nei 5620 eurų.

Buvo teiktos ne tik psichologinės (493), socialinės (659) bei psichiatro (10) konsultacijos, tačiau labai reikalingos teisininko (5), ginekologo (13), dulos/žindymo/akušerės (80), dvasinės (3), kūno terapija (1) kiti emocinio palaikymo susitikimai (11). Moterims išgyvenančioms krizinius nėštumus buvo labai svarbu gauti emocinį palaikymą, svarbu jausti, kad jos nėra vienos jų sudėtingose situacijose, svarbu žinoti, kad jos bus aprūpintos bent esminiais, kūdikio augimui reikalingais daiktais, priemonėmis, o ir bus į ką atsiremti emociškai, gauti patarimų kokios yra jų teisės dėl vaiko išlaikymo, įvairių kitų pagalbų galimybių. Netekus kūdikio (tiek dėl persileidimo, tiek po aborto) taip pat labai svarbu turėti su kuo pasidalinti savo išgyvenimais, kad sumažėtų kaltės, kaltinimo, savigraužos, bejėgiškumo ir beprasmybės jausmai. Buvo teikiamam pagalba ir moterims po gimdymo. Taip užkertamas kelias depresijos atsiradimui, krizėms šeimoje.

**Besikreipusių skaičiai pagal priežastis:**

Nėštumo nutraukimas – 50; Pagalba apsispręsti (nėra aiškiai nusprendusi nutraukti nėštumą ar gimdyti) – 50; Įvairiapusės pagalbos poreikis (apsisprendusi gimdyti, bet reikia pagalbos; gali būti jau pagimdžiusi, tačiau reikia pagalbos) – 94; Pagalbos po persileidimo, kūdikio netekties poreikis – 46; Dėl pogimdyminės depresijos – 15; Pagalbos po aborto poreikis-6; Dėl kito



asmens, pagalbos tam asmeniui suteikimo – 5; Kitokios informacijos paklausimas (įvairūs klausimai susiję su pastojimo galimybe – svarstymas, laukaisi ar ne, kas būtų, jei lauktųsi bei kt.) – 8

## **GRUPĖS:**

Buvo planuota, kad bus organizuotos 5 savitarpio paramos grupės. Jų skaičių viršijome – buvo 6 (2 grupės po persileidimo, 1 grupė išgyvenančioms krizinį nėštumą, 1 grupė po gimdymo su dula kaip prevencija pogimdyminės depresijos atsiradimui, bei 2 grupės išgyvenančioms sunkias emocijas po gimdymo).

Grupėse siekta suteikti emocinę paramą bei sudaryti sąlygas moterims išsikalbėti, pajusti bendrystės, bendravimo, priklausymo grupei pojūtį, padrašinti, išsakyti, įvardyti jausmus, viena kitai suteikti emocinį palaikymą. Siekta palaikymo, išklauso, nevertinančio priėmimo, atjautos, įgalinimo, savęs priėmimo.

**Poveikis:** dalyvės džiaugėsi galimybe pasidalinti savo istorijomis ir būti išgirstos, priimtos; supratos su visais savo jausmai. Moterys įsisamonino, kad nėra nei tobulų mamų, nei tobulų motinysčių; tapo aišku, kad motinystėje yra visokių dienų ir tai nereiškia, kad mama yra bloga; dalyvės išmoko džiaugtis mažomis kasdieninėmis pergalėmis; ir, galiausiai, įsisamonino, kaip svarbu pasirūpinti savo poreikiais, kad po to galėtų atliepti vaiko poreikius. Moterims kiek palengvindavo emocinę būklę išsikalbėjimas, jausmų išsakymas. Taip pat informacija suteikta apie gimdymą, žindymą, laikotarpį po gimdymo.

Įvertinus moterų komentarus, pasibaigus grupėms, galime daryt išvadas, kad bendravimas, dalijimasis patirtimi su panašius išgyvenimus patyrusiomis moterimis bei padedant konsultantui, psichologui ar kitiems prie tam tikros grupės besijungiantiems įvairių sričių specialistams, veikia moteris teigiamai, padeda joms nurimti, priimti savo situaciją, pažvelgti į ją naujai. Tai suteikia stiprybės, ramybės, padeda užkirsti kelią psichinių sutrikimų atsiradimui, depresijai, pogimdyminei depresijai, prisideda prie geresnio šeimos psichoemocinio klimato, užkerta kelią gilesnėms krizėms šeimoje. Moterų emocinę būklę palengvindavo išsikalbėjimas, jausmų išsakymas. Taip pat buvo suteikta informacija apie gimdymą, žindymą, laikotarpį po gimdymo.

1 grupės užsiėmimo trukmė būdavo 1,5- 2 valandos.

## **Iš viso, projekto laikotarpyje vyko šios grupės:**

1. Savitarpio paramos grupė po persileidimo. Data: 2023 01 18 - 2023 03 29. Dalyvių – 9, susitikimų – 11.
2. Savitarpio paramos grupė besilaukiančioms (krizinį nėštumą išgyvenančioms). Data: 2023-01-19 - 2023 04 24. Dalyvių - 4, susitikimų – 13.
3. Savitarpio paramos grupė po gimdymo su dula. Data: 2023 01 31 – 2023 04 04. Dalyvių - 6, susitikimų - 20.



Krizinio  
Nėštumo  
Centras

4. Savitarpio paramos grupė sunkias emocijas po gimdymo išgyvenančioms. Data: 2023 01 31 – 2023 04 04. Dalyvių – 9, susitikimų – 10 .
5. Savitarpio paramos grupė sunkias emocijas po gimdymo išgyvenančioms. Data: 2023 05 09 – 2023 07 11. Dalyvių – 7, susitikimų – 10 .
6. Savitarpio paramos grupė po persileidimo. Data: 2023 10 11 – 2023 12 20. Dalyvių – 9, susitikimų -10.

Apie projekto veiklas buvo skelbiama organizacijos internetiniame puslapyje. Taip pat buvo reguliariai viešinama FB paskyroje (rėmėjas, įvairūs informaciniai įrašai apie pagalbos galimybes, suteiktą pagalbą, pačią problematiką, įvairūs atsiliepimai). Buvo vykdoma intensyvi projekto vykdomų veiklų viešinimo kampanija: buvo atspausdinta 11800 vnt. skrajučių bei 400 vnt. plakatų. Jie buvo platinami po įvairias Lietuvos medicinos bei socialines įstaigas, visuomenės sveikatos biurus, įvairias gausiai lankomas vietas. Per metus išplatinta visa ši medžiaga. Ją gavo virš 70 skirtingų įstaigų, organizacijų. Iš tiesų buvo išplatinta daugiau informacinių medžiagų, nes atsispaudėme papildomai. Išplatinta 16100 vnt skrajučių, 400 plakatų, 2000 vnt lankstinukų apie nėštumo nutraukimo galimus padarinius.

	<b>Vieta</b>	<b>Data</b>	<b>Skrajutės APIE PAGALBĄ</b>	<b>Plakatai APIE PAGALBĄ</b>	<b>Lankstinukai APIE Nėštumo nutraukimo pasekmes</b>
1	Kauno Krikščioniškieji gimdymo namai	2023 01 04	200	2	50
2	Telšių arkivyskupijos šeimos centras	2023 01 04	500	8	200
3	Prienų VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 02 26	100		10
4	Akušerių konferencijos metu	2023 03 02	3000	20	10
5	Sveikatos dienos 2023 metu	2023 02 24 -26	1000	20	25
6	Vilniaus gimdymo namai	2023 03 16	400	4	20
7	Klaipėdos m. socialinės paramos centras	2023 03	300	4	25
8	Klaipėdos universitetinė lig. gimdymo skyrius	2023 04 05	200	2	25
9	VšĮ Jūrininkų spc	2023 03 28	300	2	50
10	VšĮ Respublikinė Klaipėdos ligoninė, ginekologijos sk.	2023 03 25	300	2	50
11	UAB SALVIJOS med. centras Jūreivių g. 19	2023 03 25	200	2	20

12	UAB SALVIJOS med. centras Manto g. 2	2023 03 25	200	2	20
13	UAB SALVIJOS med. centras Bandužių g. 16	2023 03 25	200	2	20
14	Panevėžio VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 04 18	50		10
15	Varėnos VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 04 18	50	5	10
16	Kauno r. pedagoginė psichologinė tarnyba	2023 04 18	150		
17	LSMU Kauno ligoninė	2023 04 18	200	1	
18	Kėdainių VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 04 18	150	10	10
19	Varnių parapija	2023 04 30	50	2	
20	Vilkaviškio parapija	2023 04 30	50	2	
21	Kretingos parapija	2023 04 30	50	2	
22	Žemaičių Kalvarijos parapija	2023 04 30	50	2	
23	Telšių parapija	2023 04 30	30	2	
24	Parduotuvė Nėštukėms Klaipėdoje	2023 05 02	100	1	20
25	Klaipėdos Universitetinės ligoninės gimdymo skyrius	2023 04 25	300	2	50
26	Šakių VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 05 31	600	30	150
27	Marijampolės savivaldybė	2023 05 21	100		
28	Marijampolės parapija	2023 05 21	50	1	
29	Camelia vaistinė, Šilainiai	2023 05 18	50		
30	Druskininkų socialinių paslaugų centras	2023 07 31	50	2	10
31	Panevėžio VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 08 02	500	30	70
32	Utenos VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 08 02	400	20	50
33	Rokiškio VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 08 02	300	10	50
34	Vilniaus gimdymo namai	2023 08 08		2	
35	Santaros klinikos (akušerijos ir gimdyo skyriai)	2023 08 09	200	15	10
36	Antakalnio poliklinika (šeimos gydytojai, ginekologai)	2023 08 30	300	10	10

37	Šiaulių VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 08 10	150	3	50
38	Antakalnio poliklinika (psichologams, psichiatrams)	2023 08 31	100	2	
39	Prekybos miestelis Urmas Kaune, paroda	2023 08 13	50		
40	Vilijampolės parapija	2023 09 05		1	
41	Krikščioniškieji gimdymo namai	2023 09 06	150	3	50
42	P. Mažylio gimdymo namai	2023 09 06	50	1	10
43	Šančių poliklinika Kaunas	2023 08 14		1	
44	Kauno spc	2023 09 08	600	25	30
45	Šeimos santykių institutas Kaunas	2023 09 21	20		
46	Kauno VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 09 27	1000	50	150
47	Mažeikių VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 09 19	200	5	50
48	Kretingos VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 09 19	200	3	25
49	Tauragės VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 09 19	200	6	50
50	Šilutės VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 09 19	200	5	50
51	Plungės VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 09 19	100	2	25
52	Telšių VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 09 19	200	5	25
53	Alytaus VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 09 19	200	2	25
54	Šalčininkų soc.paslaugų centras	2023 09 19	100	1	25
55	Vilkaviškio VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 09 19	300	5	30
56	Klaipėdos raj. VSB (platins po savo teritorijos medicinos įstaigas)	2023 09 19	100	2	30
57	Klaipėdos psichiatrinė ligoninė	2023 09	200	5	10
58	Įvairūs Gargždų m.kosmetikos salonai	2023 09	200	5	25
59	Vilniaus Universiteto ligoninė Antakalnio klinikos Gimdymo skyriams	2023 11	300	2	20



Krizinio  
Nėštumo  
Centras

60	Krizinio nėštumo centre išdalinta įvairiems lankytojams/partneriams	2023 01 -12 30	100	10	100
61	Klaipėdos MANO ŠEIMOS DAKTARAS 5 padaliniai	2023 11 01	200	5	25
62	Įvairioms Lietuvos ligoninėms (platino KNC savanorė - kūdikių hig. priemonių vadybininkė)	2023 11 08	50	10	20
63	3 poliklinika, Klaipėda	2023 11 23	100	1	
64	Jūrininkų poliklinika, Klaipėda	2023 11 23	50		
65	Akušerių Konferencija, Klaipėdos rajonas	2023 11 23	150	10	150
66	KUL anestezijos ir ginekologijos skyrius	2023 11 23	50	1	
67	Pal. J. Matulaičio parapijos renginys "Šeimadienis"	2023 09	50	10	50
68	Ginekologijos klinika Life	2023 12 21	50		
	<b>Iš viso:</b>		<b>16100</b>	<b>400</b>	<b>2000</b>

**Radio reklama:** Gegužės 01-15 dienoms per LRT radiją transliuota audio reklama krizinio nėštumo tematikoje. Viso 30 transliacijų 27 sek. trukmės. Taip pat buvo reguliariai duodami interviu TV, radijo laidose, duodami interviu portalams, žurnalams:

#### **Interviu:**

1.2023 01 03, LNK vakaro žinios; Apie medikamentinį abortą; <https://lnk.lt/zinios-1830/Visi/185472>

2.2023 01 23, LNK vakaro žinios; Apie besilaukiančių ir susilaukusių socialinę padėtį; <https://lnk.lt/zinios/Visi/188093>

3.2023 06 26, LNK žinios. Apie smurtą šeimoje, iškeldinimą smurautojo ir pan.

4.2023 09 04, LNK "Labas vakaras, Lietuva". Apie laikotarpį po gimdymo.

5. 2023 06 26, Interviu LNK žinioms 18.30; Apie smurtą šeimoje, iškeldinimą smurautojo ir pan.

#### **Straipsniai portaluose:**

1.2023 11 30; Delfi. Apie emocinę pagalbą įvairiose krizinio nėštumo situacijose.

<https://www.delfi.lt/plus/gyvenimas-visuomene/papasakojo-su-kokiomis-problemomis-lietuves-kreipiasi-i-krizinio-nesumo-centra-tokiu-istoriju-niekur-kitur-neisgirsi-95213769>



2.2023 10 14; Delfi. Dėl kokių situacijų į Centrą gali kreiptis moterys, kokią pagalbą teikiame, drąsinima skreiptis pagalbos. Skaitykite daugiau: <https://www.delfi.lt/seima/istorijos/apie-nepagrazintas-ir-nenutyletas-moteru-patirtis-norisi-kad-gyvenimas-vyktu-pagal-plana-taciau-taiviska-pakeicia-94790463>

3.2023 10 25; TV3.lt. Apie tai, ką išgyvena moterys, netekusios savo vaikų | Visą straipsnį galite rasti: <https://www.tv3.lt/naujiena/gyvenimas/netekusi-4-savo-vaiku-greta-ryzosi-prabilti-atvirai-jos-pasakojimas-sukrecia-n1267230?fbclid=IwAR1euNOWfLDkTOscZWS-f1Nt2qJgjkDlJQxEDoOA7Cc4bC7FsTsslcZQGw>

4.2023 10 23. Bernardinai.lt. Apie KNC veiklą ir teikiamos pagalbos spektrą Z. Tomilinienė: per dešimtmetį gimė daugiau nei 600 kūdikių, kurių galėjo ir nebūti (bernardinai.lt)

5.2023 10 06; TV3.lt. Apie nepilnametės nėštumą Prakalbo apie pastojusią 11-metę ir panašius atvejus: tėvai išsigandę, o mergaitės tikisi, kad nėštumas praeis | tv3.lt

Radijo laidos:

1.2023 01 27; LRT "Gyvenimo citrinos". Tris dukteris viena auginanti Mariana: esu laiminga, kad atsispyriau aplinkos spaudimui ir išsaugojau neplanuotą nėštumą.

2. 2023 10 13; Marijos radijas "Aktualijos. Apie KNC ir įvairiapusę pagalbą kalba centro psichologė ir soc. Darbuotoja.

3. 2023 10 10; "Žinių radijas" Aktualijų laida. Vadovės pokalbis apie Centro pagalbą krizinio nėštumo metu, po persileidimų, po gimdymo, apie savitartpio paramos grupes, kaip mes kaip visuomenė turime padėti moterims, nelikti abejingiems.

4. 2023 11 20, Kalba mamos. Su kokiomis istorijomis ir iššūkiais ateina moterys ieškoti pagalbos, kokios gyvenimo aplinkybės verčia rinktis ar gimdyti kūdikį, ar ne, kokią nemokamą pagalbą Krizinio nėštumo centras teikia.

**Straipsniai žurnale:**

1.2023 metinis leidinys „Nėštukės“. Pogimdyminės depresijos tematika.

2.2023 06 numeris. „Mamos žurnalas“. Apie daugiavaikes šeimas.

3.2023 12 numeris. „Kelionė“. Apie persileidimus.

4.2024 12 numeris. „Kelionė“. Dulos pagalba.

5.2023 rudenio – žiema. „Sveiki pirmieji metai“. Apie pogimdyminį laikotarpį.

**5 FB postai:**

2023 05 03. Savipagalbos būdai: 5M metodas.



2023 06 29. Apie gimdymą.

2023 09 20. Apie persileidimą.

2023 10 25. 4 trimestras - laikas po gimdymo.

2023 11 07. Kas lemia pogimdyminę depresiją?

### **Įvairūs kiti veišinimo būdai:**

1.2023 02 24-26; Dalyvavome parodoje "Sveikatos dienos" Kaune.

2.2023 03 02; Dalyvavome Metiniame akušerių suvažiavime.

3.2023 03 03; Centro veiklų pristatymas Vilniaus kolegijos slaugos specialybės Studentams.

4.2023 03 03; Centro pristatymas konferencijoje skirtoje besilaukiančioms šeimoms.

5.2023 04 18; Centro pristatymas Karjeros dienoje, psichologijos katedra LSMU.

6.2023 10 04; Centro pristatymas SMK Aukštosios mokyklos bendrosios praktikos slaugos studentams.

7. Centro reklama medikų žurnaluose "Lietuvos akušerija ir ginekologija" bei "Lietuvos bendrosios praktikos gydytojas" - vasario, kovo, gruodžio mėnesiais.

### **Dalyvavimas darbo grupėse:**

1.2023 09 21; Socmin. Susitikimas dėl emocinės pagalbos nėščiosioms, neseniai pagimdžiusioms mamoms ir tėčiams.

2.2023 09 13; SAM. Diskusija apie pagalbos besilaukiančioms moterims ir mamoms, patiriančioms psichikos sveikatos sunkumų, sistemos stiprinimą, orientuojantis į nėštumo ir pogimdyminiu laikotarpiu atsirandančius iššūkius, geresnį jų atpažinimą ir pagalbos suteikimą, taip pat aplinkos palaikymo stiprinimą.

3.2023 09 27; Posėdis Seimo Sveikatos reikalų komitete. Pogimdyminė depresija ir kiti psichikos sveikatos sutrikimai nėštumo ir pogimdyminiu laikotarpiu: problemos mastas Lietuvoje ir priemonės savalaikiškai bei veiksmingai psichologinei pagalbai užtikrinti.

4.2023 11 08; Darbo grupė. Diskusija: Pogimdyminės depresijos prevencijos komunikacija.

Pagal projektą buvo apmokėtos ir prarvestos 7 paskaitos jaunimui tema "Žmogaus gyvybės vystymasis. Neplanuotas nėštumas, jo išėitys ir pasekmės". Jas išklauė 181 moksleivis. O iš viso buvo prarvestos 67 paskaitos įvairiose Lietuvos mokyklose, kurias išklauė 1708 moksleiviai.





Lapkričio 11-12 dienomis vyko 2 dienų darbuotojų ir savanorių mokymai. Juose dalyvavo 20 asmenų.

**Mokymų temos:**

- 1." Konsultavimo krizinio nėštumo metu specifika. Konsultavimo ypatumai. Dileminių situacijų aptarimas.“ Lektorė: Kristina Ušackienė.
2. „Konsultavimo ypatumai moterims, patyrusioms persileidimą, naujagimio netektį. Dileminių situacijų aptarimas.“ Lektorė: Lina Jurėnienė
3. „Moterų patyrusių abortą konsultavimo ypatumai. Dileminių situacijų aptarimas,,. Lektorė: Kristina Šironienė.