



Kuo gyvena tėviai ir globėjai?

Šįkart įsiprašėme į tėvių savipagalbos grupės susitikimą. Čia su būsimais ir esamais tėviais, globėjais bei jais besirūpinančiais VšĮ „Sotas“ specialistais pasišnekėjome apie tai, kaip žmonėms sekasi pereiti įvaikinimo procedūrą, ar sunku tam ryžtis, kokių bėdų ir džiaugsmų kyla įsivaikinant. Kadangi kalbamės labai asmeniškomis temomis, herojų vardai pakeisti.

Mes jau susigyvenę!

Susitikimą labai praskaidrina kartu su tėviais atėjęs šaunus 8 mėn. berniukas. Visi susirinkusieji sutinka: nežinodamas nė neįtartum, kad jis yra įvaikintas. Aurelijaus ir Ramunės šeimoje Juliukas auga jau 5 mėn., ir jie visi jau susigyvenę.

Ramunė ir Aurelijus: Dabar atrodo, kad viskas taip ir turėjo būti. Aišku, iš pradžių, paršivežus 3 mėn. lėliuką namo, viskas atrodė labai keista.

Iš pradžių sutvarkėme for-

malumus ir lankėme privalomus GIMK (Globėjų ir tėvių mokymo ir konsultavimo) kursus. Kai praėjo 9 mėn. nuo kursų lankymo pradžios, raštu gavome informacijos apie mums siūlomą vaiką – sužinojome apie jo sveikatos būklę, pamatėme nuotrauką.

Nuvykę į globos įstaigą su juo susipažinti, patyrėme nemenką šoką. Globos namų direktorė pasakė: „Labai keista, kad jums siūlo įvaikinti šį vaiką, nes jis turi daug sveikatos sutrikimų, jo mama turi

psichikos negalę...“ Mes buvome priblokšti – juk raštu gavome kitokią informaciją.

Tiesa, iš karto pradėjome galvoti apie tai, kaip reikės vaikeliui padėti, į kokius specialistus kreiptis, o ne apie tai, kad reikia jo atsisakyti... O tada paaiškėjo – direktorė tiesiog supainiojo vaikus. Aišku, kai įstaigoje gyvena keliasdešimt vaikų, juos lengva supainioti, bet visgi norėtusi, kad prieš atvykstant tėviams atsakinga darbuotoja susigaudytų, apie kurį globotinį bus kalbama.

Teigiami ir neigiami jausmai

Aurelijus: Įvaikintojams skirti kursai žmones sustiprina – paprastai bijome to, ko nežinome, o kai pradedi orientuotis situacijoje, jau nebebaisu. Labai svarbu tai, kad įsivaikinti vienodai norėjome mes abu ir dabar vienas kitą palaikome. Kai aš po darbo grįžtu namo, matau, kad žmona tikrai pavargusi. Tada griebiu vežimėlį ir einu į lauką pasivaikščioti (sūnelis tą labai mėgsta), o kai grįžtu, ji jau būna atgavusi jėgas.

Ramunė: Per mokymus supratau – esu dėkinga moteriai, kuri pagimdė tokį šaunų berniuką (juk galėjo nuspręsti jo ir negimdyti...). Taip pat labai naudinga buvo paskaitos dalis apie emocijų reiškimą. Aš savo emocijas reiškiu konkrečiai,

pavyzdžiui, sakau, kad pyktu, kad man kažkas nepatinka ar mane nervina. Vyras tą ne visuomet atskleisdavo ir kartais aš turėdavau spėlioti, kas jam negerai. Po kursų jau ir jis stengiasi aiškiai pasakyti, kas jam kelia nerimą.

Psichologas, GIMK mokytojas Andrius Atas: Labai svarbu, kad tėviai ar globėjai išmokyti suprasti ir tinkamai išreikšti savo jausmus. Įsivaizduokite, kad į šeimą atkeliauja vaikas,

rėtų didelių fizinių ar psichinių nukrypimų nuo normos, tarlim, vaisiaus alkoholinio sindromo ir pan. Visgi mūsų visuomenėje būtų sunku tinkamai auginti tokį vaiką, nors geriau išsivysčiusiose šalyse jie mieliai įvaikinami ir tėviai jiems suteikia tikrai daug. Smulkių vaiko sveikatos sutrikimų nebijome.

A.Ato komentaras: Žmonės, kurie turi noro ir galimybių skirti dalį savo laiko vaikams, tegul nebijo į mus kreiptis. Nereikia



Norisi įvaikinti, ne globoti, nes atrodo, kad tada vaikas bus visateisis šeimos narys.

kuris turi savyje daug pykčio, – juk jis, nors ir mažiukas, jaučiasi blogai dėl to, kad buvo paliktas. Jei šeimoje jis girdės, kad pykti yra negražu, jausmai tiesiog kunkuliuos jo viduje. Vieną dieną jie išsiverš, visiems pridarant žalos. Tad jeigu susipykę sutuoktiniai dvi dienas nesišneka tarpusavyje ir nenori keistis, jie nėra pasirengę įvaikinti.

Norisi daryti gera

Jonas ir Veronika į GIMK mokymus atėjo iki galo neapsisprendę, ar nori vaiką globoti, ar įsivaikinti. Dabar ruošiasi priimti galutinį sprendimą, taip pat laukia GIMK programos specialistų vertinimo, ar jie yra tinkami rūpintis vaiku.

Jonas ir Veronika: Mes užauginame du savo vaikus ir dar jaučiamės pakankamai jauni bei turintys jėgų tam, kad padėtume likimo nuskriaustiems. Jei specialistų sprendimas bus mums palankus, lauksime savojo vaikučio. Mūsų pageidaujamas vaiko amžius – 1–3 metukai. Žinoma, gaila tų vaikų, kurie į globos namus patenka jau būdami vyresni, bet manome, kad juos sunkiau perauklėti, jeigu turi blogų įpročių. Kadangi esame vyresnio amžiaus, neturime ir poreikio auginti kūdikį.

Kaip ir daugelis lietuvių, pageidavome, kad vaikas netu-

galvoti, kad tėviai ar globėjai kažkokie ypatingi, – jie paprasti žmonės, kurie nori daryti gera. Galima ateiti ir neapsisprendus, ar jus domina įvaikinimas, ar globa, o per mokymus atrastumėte savo kelią.

Vienas biologinis, kitas – įvaikintas

Violeta lietuvė, o jos vyras Jakobas – italas, šeima gyvena Lietuvoje. Jie dabar laukia individualių pokalbių su specialistais ir išvadų, ar yra tinkami tapti tėviais, – vien noro neužtenka.

Violeta: Mes kartu esame daugiau nei dešimt metų, auginame savo biologinį ketverių metų vaiką. Jau seniau su vyru pašnekėdavome, kad norėtume dviejų vaikučių, – vieno savo, kito įvaikinto. Mano nėštumas buvo labai komplikotas ir antro vaiko tikriausiai nė negalėtume turėti, tad dabar dar aiškiau, kad norėsime įsivaikinti. Galiausiai vieną dieną vyrui pasakiau: gana vien apie tai kalbėti, metas imtis veiksmų, ir užsirašiau pas gydytoją medicinines pažymas.

Po mokymų noras įsivaikinti tik sustiprėjo. Norisi įvaikinti, ne globoti, nes atrodo, kad tada vaikas bus visateisis šeimos narys. Globos atveju atrodytų, kad kažkas nebaigta iki galo.



Naujasis Microlife bekontaktis termometras NC150



- Temperatūros matavimas nesiliečiant prie kūno tik per 3 sekundes
- Higieniškas ir saugus
- Platus matavimo diapazonas (0-100°C)
- Plačios pritaikymo galimybės (žmogaus kūno, aplinkos, skysčių bei kitokių objektų temperatūrai matuoti)

Teiraukitės vaistinėse.

Informacija telefonu (8-5) 2745460 bei www.microlife.lt
Parduotuvė internete www.medactive.lt



Jeigu įvairinimo procesas jus gąsdina, galbūt tai reiškia, kad įvairinimo jums ir nereikia.

Norėtume ne kūdikio, o maždaug 1,5–4 metų vaiko. Ar nebaisu, kad mūsiškis ir įvaikintas vaikas nesutars tarpusavyje? Laukdamiesi antro ar trečio savo vaiko, žmonės paprastai tikisi, kad vaikai sutars gerai, ir mes tikimės to paties. Bet nesvajojau, kad, vos vienas kitą pamatę, vaikai taps geriausiais draugais.

Socialinė darbuotoja, GIMK mokytoja Nijolė Giknienė: Pasitaiko atvejų, kai savo vaikų turintys žmonės įvaikintam vaikui skiria didžiąją dalį savo meilės ir dėmesio, nes jis nuskriaustas likimo. Jiems atrodo savaime suprantama, kad su jų nuosavais vaikais viskas gerai, o iš tikrųjų šiems pradeda trūkti dėmesio. Taigi reikia neužmiršti, kad dėmesio reikia ne tik įvaikintiems, bet ir saviems vaikams.

Daug kas atrodė kitaip

Asta mokymus jau išklausiusi ir keletą mėnesių draugauja su septynmete mergaite, pirmoje Jore. Kol kas Asta dar tik savanorė, bet ketina tvarkyti dokumentus ir tapti Jorės globėja. Pradžioje savaitgaliais ji lankydavosi globos namuose, vėliau gavo leidimą kviestis mergaitę pas save.

Asta: Kai pradėjau lankyti GIMK mokymus, man daug kas atrodė kitaip. Norėjau įvaikinti, o apie globą neturėjau supratimo. Bet pasidomėjusi supratau, kad globa yra ne mažiau vertingas dalykas nei įvaikinimas. Matau, kad tai, ką dabar darau, teikia vaikui daug džiaugsmo.

Mokymai man padėjo realiau vertinti situaciją. Gyvenu viena, turiu dvi dukras studentes, kitų artimų žmonių nėra daug. Kai

per užsiėmimą manęs užklauso: „Įsivaizduokite, kad patyrėte traumą ir turite gultis į ligoninę, – kas pasirūpins vaiku?“, susimąščiau. Dabar matau, kad nereikia nė ligoninės, – net ir imant vaiką pas save savaitgaliais būna situacijų, iš kurių vienai išsisukti nelengva. Tačiau tai tikrai įmanoma.

Iš pradžių įsivaizdavau, kad norėčiau bendrauti su mažesniu vaiku, trimečiu ar keturmečiu. Kai pradėjau ieškoti tinkamo, skambinau į trejus globos namus (nustebau, bet niekas vaiko globoti man nesiuo – turėjau klausinėti pati). Galiausiai vienuose globos namuose man pasiūlė septynmetę. Dabar manau, kad viskas susiklostė gerai, – juk ir septynmečiams ar vyresniems vaikams reikia meilės, dėmesio. Iš pradžių užmegzti kontaktą su vyresniu vaiku gal ir sunkiau, bet vėliau pavyksta rasti bendrą kalbą.

Jorė labai daug kalba apie savo šeimą, su kuria negyvena kelerius metus, ir ją labai gražiai vaizduoja, nors jos tėvai – narkomanai ir jos beveik nelanko. Tarkim, sykį ji rišosi šaliką, kuris, aiškiai buvo matyti, kad pirktinis, bet mergaitė gyrėsi, neva tą šaliką jai numezgė ir išsiuvinėjo jos mama. Kartais net sunku atsirinkti, kas yra tikrovė, o ką ji išsigalvoja.

N.Giknienės komentaras: Daugelis lietuvių galvoja, kad jei jau ims rūpintis vaiku, šis turėtų būti tarsi jų nuosavybė – įvaikintas, o ne globojamas. Asta šaunuolė, kad suprato, jog gali save dalyti ir nepuoselėdama nuosavybės jausmo.

Nebūtina gimdyti patiems

Lauros vyras, kaip ir Violetos vyras, iš Italijos. Jis turi savų vaikų iš ankstesnės santuokos. Dėl įvaikinimo Laura su juo daug tarėsi, kol pagaliau tam

ryžosi. Dabar laukia specialistų išvados, ar juodu tam tinkami.

Laura: Vyras įvaikinimui ryžosi greičiau nei aš, nes aš vis tikėjau, kad turėsime savo biologinių vaikų... Tik po kurio laiko susitaikiau su tiesa, kad vaikai gali ateiti ir kitaip, – nebūtina jų pagimdyti pačiam. Šis suvokimas yra džiuginantis.

Norėtume mažo vaikučio, nes noriu visą jo augimą matyti ir jam padėti nuo pačios pradžios. Nesvarbu, ar bus mergaitė, ar berniukas.

Kai jau pateikėme įvaikinti reikiamus dokumentus, dar prieš mokymus visiems artimiesiems pranešėme apie šį savo sprendimą.

A.Ato komentaras: Vieni žmonės dar prieš pradėdami lankyti kursus artimiesiems pasako, kad mėgins tapti tėvais, kiti nemato reikalo niekam to pasakoti. Su tais artimaisiais, kurie bus vaiko gyvenime svarbūs, rekomenduojame pasikalbėti iš anksto. Būna, šie pasako: „Šaunuoliai, seniai taip reikėjo“, bet būna ir tokių, kurie pradeda verkti ir atkalbinėti nuo šio žingsnio.

Vaikų auginimas yra ne dviejų žmonių reikalas, ir naivu tikėtis, kad apsieisite be pagalbos. Tarkim, klasikinė situacija: vaikas atsikelia ryte, turėdamas 37,5 °C temperatūros. Kas galės atskubėti į pagalbą, jei jums būtinai reiks į darbą? Siūlome tai apgalvoti iš anksto.

Apie įvaikinimo procedūrą

Laura: Prieš prasidedant mokymams gal ir atrodo, kad viskas jums aišku, nereikia jokių paskaitų, bet jos tikrai pasirodo naudingos. Per mokymus buvo sunku, kai reikėjo atlikti užduotį: pasakyti įsivaizduojamam vaikui, kad jis yra įvaikintas. Tai, kad apie įvaikinimą vaikams reikia sakyti nuo mažens, man buvo naujiena, o dar reikėjo suvaidinti situaciją... Tačiau apskritai ir man, ir mano vyrui mokymai pasirodė įdomūs, naudingi.



A. Atas: Man rodos, Lauro minėtas pratimas nėra didžiausias sunkumas. Sunkiausia tai, kad mes, atsakingi darbuotojai, imame žmonėms „lįsti į dūšią“. Kartais išklausinėjame tokių asmeniškų dalykų, apie kuriuos net sutuoktiniai tarpusavyje nešneka. Bet mes, vertintojai, turime gerai pažinti žmones, kuriems patikėsime beglobius vaikus.

Laura: Laikas laukiant įvaikinimo bėga greitai. Jeigu yra

noru, visus formalumus sutvarkyti nėra sudėtinga. Tiesa, per dieną to nepadarysite, nes reiks užsirašyti į eilę poliklinikoje dėl sveikatos pažymos ir pan.

A. Atas: Jei žmogui yra sunku surinkti reikiamus dokumentus, dalyvauti mokymuose ir laukti vaiko 6–9 mėn., tai ir vaiko auginimas jam gali tapti dideliu sunkumu. Tad jeigu jus gąsdina pats įvaikinimo procesas, galbūt tai reiškia, kad jo jums ir nereikia.

GINTARĖ KAIRYTĖ

Įtėvių vertinimo kriterijai

Patalpoje, kurioje vyksta įtėvių mokymai, ant sienos kabo lapas su surašytais gebėjimais, kurie įvertinami, priimant sprendimą, ar žmonės tinkami įvaikinti:

1 Saugios aplinkos užtikrinimas ir fizinių vaiko poreikių tenkinimas.

2 Vaiko raidos poreikių tenkinimas bei raidos sunkumų kompensavimas.

3 Vaiko ryšių su biologine šeima užtikrinimas.

4 Pagalba vaikui užmezgant saugius ir patvarius ryšius.

5 Bendradarbiavimas sprendžiant vaiko ir šeimos problemas.

A. Atokomentaras: Dažniausiai norintieji įvaikinti „susikerta“ ties antru iš išvardytų punktų, kai mes, vertintojai, suabejojame, ar žmonės tikrai pasirengę tenkinti visus vaiko poreikius. Jiems gali kliudyti tai, kad nėra

iki galo susitaikę su mintimi, jog negali turėti savo vaiky, arba tai, kad nemoka tinkamai reikšti savo jausmų.

Kartais kliudo ir trečias punktas – žmonėms nelengva susitaisyti su mintimi, kad vaikas nėra jų nuosavybė. Taigi jie galbūt nepasirengę jam padėti tinkamai suprasti savo istorijos (įvaikinus) ar palaikyti ryšių su jo biologine šeima (globojant).

Retkarčiais pritrūksta ketvirto gebėjimo – teikti pagalbą vaikui užmezgant saugius ryšius. Taip būna, kai tarp sutuoktinių yra tarpusavy nesutarimų ar kai jie turi rimtų iš vaikystės užsilikusių neišspręstų problemų.

Jeigu rašome neigiamą išvadą, išvardijame, dėl kokių priežasčių žmonės nepasirengę tapti globėjais ar įtėviais, ir nurodome, ką jie galėtų pakeisti, kad taptų tinkami.

BENE DAUGIAUSIAI SAULĖS VIENOJE KAPSULĖJE

OILESEN Vitaminas D₃ 1000 – natūralios kilmės maisto papildas, padedantis aprūpinti organizmą vitaminu D₃.

Vitamino D₃ mums trūksta ne tik žiemą, bet ir vasarą, nes naudojame kremus nuo saulės bei nepakankamai laiko leidžiame lauke.*



valentis

Oilesen D₃ 400 ir Oilesen D₃ 1000. Maisto papildai. Vitaminas D₃ šaltinis. Vitaminas D padeda palaikyti normalią kaulų ir dantų būklę, normalią raumenų funkciją ir imuninės sistemos sveiką, normalią kalcio ir fosforo absorbciją bei (arba) įsisavinimą. Vitaminas D reikalingas normaliam vaikų kaulų augimui ir vystymuisi. Mokslininkai ir gydytojai susirūpinę, kaip užtikrinti, kad vitamino D trūkumas nekeiktų grėsmės gyventojų gyvenimo kokybei, todėl vyksta tyrimai intensyvios diskusijos. Paskutiniu metu skelbomos tokios vitamino D vartojimo normos Centrinės Europos gyventojams: kūdikiams ir vaikams iki metų: 400 - 600 TV per dieną. Vaikams ir paaugliams iki 18 metų: 600 - 1000 TV per dieną, priklausomai nuo kūno svorio ir buvimo saulėje. Suaugusiems ir vyresniojo amžiaus žmonėms: 800 - 2000 TV per dieną, priklausomai nuo kūno svorio ir buvimo saulėje. Nėščiosioms antrą nėštumo trimestrą: 1500 - 2000 TV.* Maisto papildas neturėtų būti vartojamas kaip maisto pakaitalas. Labai svarbu sveika ir subalansuota mityba bei sveikas gyvenimo būdas. Šaltinis: Fludowski P et al. Practical guidelines for the supplementation of vitamin D and treatment of deficits in Central Europe. Endocrinologia Polska 2013; 64(4):319-327.