

## Asta – dovanojanti kitiems nuoširdžius pokalbius

### Diena su...

Savatoriška veikla šiais laikais yra labai skatinama ir gerbiama. Visgi dar nėra tiek daug žmonių, kurie savo laisvalaikį neatlygintinai aukotų kitų labui, kilniam tikslui.

[sitraukti į savatorišką veiklą ryžosi buvusi kupiškė Asta Jurėnaitė. Ji yra bendravimo telefonu ir pagalbos garbaus amžiaus žmonėms programos „Sidabrinė linija“ savanorė.

Su Asta susitikome Kupiškyje, kai ji buvo iš sostinės atvykusi aplankyti mamos ir kitų artimųjų.

Banguolė

ALEKNIENĖ-ANDRIJAUSKĖ

#### Veikli nuo jaunumės

Asta papasakojo, kad Vilniuje gyvena nuo 1991-ųjų. Šiuo metu dirba vienoje didelėje sostinės įmonėje personalo vadove ir teisininke. Jos darbe nestingia bendravimo su žmonėmis, visokių dokumentų tvarkymo. Visgi norėjosi dar kažką gero ir įdomaus nuveikti, nes iš prigimties esanti labai veiklus žmogus.

„Kai mokiausi Kupiškio vidurinėje mokykloje, mokytojos Audronės Šarskuvienės padedami, mokiniai buvo įsteigę „Gerųjų paslaugų biurą“. Jo veikloje ir aš aktyviai su kitais bendraminčiais dalyvavau. Lankydavome senelius. Jiems atnešdavome iš



Buvusi kupiškė Asta Jurėnaitė – „Sidabrinės linijos“ savanorė.

Autorės nuotrauka

šulinio vandens, malkų, nuėdavome į parduotuvę nupirkti maisto produktų, padėdavome apsitvarkyti namuose. Tai buvo mano savatoriškos veiklos pradžiamokslis“, – sakė pašnekovė.

Be studijų, darbo, visuomet buvo ir kitokios veiklos. Ne vienerius metus Asta bendradarbiavo su vienu mezginių propaguojančiu žurnalu ir demonstruodavo įvairius megztų, nertų drabužių modelius. Šiuo metu dar kartais pakviečiama į pradedančių drabužių dizainerių kolekcijų demonstravimą. Kartais filmuojasi įvairiuose reklaminiuose filmukuose.

#### Apie „Sidabrinę liniją“

„Sidabrinė linija“ Astos gyvenime atsirado, kai Marius Čiuželio paramos ir labdaros fondas prieš trejus metus organizavo akciją „Prisiliesk“. Svarbiausia šios akcijos idėja buvo padiskutuoti, ar seniems žmonėms Lietuvoje gera gyventi. Svarstant, kaip galima būtų pakeisti vyresnio amžiaus žmonių kasdienybę, suteikti jai daugiau spalvų ir džiaugsmo, kurį duoda gyvas bendravimas, ir išsirtuliojo programa „Sidabrinė linija“.

„Papasčiausiai atėjo toks gyvenimo momentas, kai pajutau, kad galiu ne tik imti, bet ir duoti. Aš moku bendrauti su vyresniais žmonėmis, turiu daug tetų, su kuriomis nuolat palaikau ryšį. Lietuvoje yra daug organizacijų, kurios rūpinasi garbaus amžiaus žmonėmis. Tai ir Maltos ordinas, ir „Caritas“, ir kt. Dažniausiai šios organizacijos teikia įvairią socialinę paramą, pavyzdžiui, dalija maistą. O nuoširdiems ilgesniems pokalbiams su globojamu žmogumi, kitaip tariant, emocinei, psichologinei paramai nebelineka laiko. Tą spragą stengiasi užpildyti „Sidabrinė linija“, teikianti nemokamų pokalbių galimybę senyvo amžiaus žmonėms. Su jais kalbasi specialiai tam parengti savanoriai. „Sidabrinė linija“ skirta vienišiesiems, atskirtų ir izoliaciją išgyvenantiems seneliams. Draugystė ir pokalbiai telefonu su savanoriais padeda vyresnio amžiaus žmonėms rasti pašnekovą ir nutraukti vienatvės tylą. Senolis nuolatiniam bendravimui gali užsiregistruoti pats, jam gali padėti užsiregistruoti artimieji, jį prižiūrintys socialiniai darbuotojai ar kiti jį pažįstantys žmonės. „Sidabrinės linijos“ konsultantės, sulaukę senolio skambučio, jį išklauso ir užregistruoja bendravimo telefonu paslaugą. Pirmiausia konsultantės pasikalba su senoliu, išsiaiškina, kas jam rūpi, kuo jis domisi, kaip gyvena, ir pasiūlo parinkti jam „telefoninį draugą“ – pašnekovą



Asta Jurėnaitė visus, kuriems stinga nuoširdžių pokalbių, ragina kreiptis į „Sidabrinę liniją“.

Nuotraukos iš asmeninio Astos Jurėnaitės albumo

Projekto rėmėjas



Asta Jurėnaitė su savo kolegomis.

nuolatiniam bendravimui „Sidabrinėje linijoje“. Norėdamas susirasti nuolatini bendravimo telefonu pašnekovą ar pajutęs poreikį būti išklaustas, senolis gali skambinti nemokamu telefonu 8 800 80 020 nuo pirmadienio iki penktadienio nuo 8 iki 20 val.“, – pasakojo Asta.

Ji pridūrė, kad siekiant apsaugoti savo pašnekovų saugumą, „Sidabrinėje linijoje“ naudojamas virtualus skambučio centras – taip užtikrinama, kad pašnekovų sujungimas vyks anonimiškai. „Sidabrinė linija“ neklausia jokių pašnekovų asmens duomenų, išskyrus vardą, gyvenamos vietovės pavadinimą ir pagrindinius pomėgius ar interesus.

#### Iš asmeninės patirties

Šiuo metu ji turi dvi pašnekoves. Su jomis kalbasi bent vieną kartą per savaitę arba pagal poreikį. Pasak Astos, pokalbis gali trukti ir dešimt minučių, ir valandą. Būna, kad ta draugystė su senoliu perauga ir į gyvą bendravimą. Bet tam reikia „Sidabrinės linijos“ administratorių sutikimo. Antai su viena šaunia savo pokalbininke ėjusi pasižiūrėti filmo „Šimtas metų kartu“. Vėliau ji aptarusios.

„Su savo telefoninėmis pašnekovėmis kalbame ir apie perskaitytas knygas, matytus filmus, laidas, ir įvairiais buitines klausimais. Tokie paprasti nuoširdūs pokalbiai yra svarbiau nei kažkokios iškaltos dogmos. Vienai savo pašnekovei daviau užduotį per savaitę nors kartą išeiti į lauką, nesėdėti ištisai namuose. Vėliau paskambinusi pasiteiravau, ar įvykdė užduotį. Buvo smagu išgirsti teigiamą atsakymą. Su viena močiute bendraudamos telefonu dažnai abi padainuodavome vieną kitą dainos posmelį. Ji labai mėgo dainas ir neturėjo su kuo dainuoti. Buvo juokinga situacija, kai darbe kartą mane užtiko kolegės kabinete dainuojant į telefono ragelį. Kartais nežinau, kaip atsakyti į savo pašnekovių klausimus, stinga informacijos. Tuomet paprašau, kad palauktų, kol apie vieną ar kitą dalyką pasiskaitysiu, paieškosiu informacijos. Taigi šis bendravimas ir mane skatina tobulėti. Taip pat labai svarbu jaustis reikalinga. Būna ir taip, kad mano pašnekovės susirūpina, kodėl neskambinu. Pasitaiko visokių situacijų, kai negali sutartu metu pasikalbėti, bet taip nutinka labai retai ir visi dalykai derinami su „Sidabrinės linijos“ administracija. Ji visuomet primena apie būsimą pokalbį“, – tvirtino Asta.

Ji sakė, kad kai kurie kolegos, pažįstami stebisi, iš kur turinti tiek kantrybės ir noro kalbėtis su garbaus amžiaus žmonėmis. Dažnai jie prisižįsta, kad nesuranda laiko su savo artimaisiais pabendrauti, kai jiems to labai reikia.

„Ne visi „Sidabrinės linijos“ klientai yra vieniši žmonės. Dalis jų turi ir vaikų, ir anūkių. Deja, jų tarpusavio bendravimas gana fragmentiškas. Viena senolė guodėsi, kad ją vaikai, anūkai prižiūri, pagamina maisto, bet dažniausiai valgį greitosiomis per duris paduoda net į vidų neužeidami ir lekia toliau savo reikalais. Socialinių tarnybų bendravimas su senoliais irgi labai panašus – aptvarkyti namus, kažką atnešti, paduoti, palydėti galbūt pas gydytoją. Nuoširdiems pokalbiams, diskusijoms, senimo pasakojamoms istorijoms išklausti laiko nebelineka. Juolab kad tokių žmonių, kuriems teikiama socialinė pagalba, yra ne vienas. Aš kalbėdamasi su senyvo amžiaus žmonėmis matau prasmę. Iš pirmo žvilgsnio jų gal ir nuobodokos istorijos, bet kai gerai išsiklausai, pradedi jose išvelgti visokių pamokomų, įdomių dalykų. Be to, gera atsipūsti ir nuo tiesioginio darbo, kur esi išsprautas į griežtokus rėmus. Žinoma, „Sidabrinės linijos“ pokalbiams visi savanoriai rimtai ruošiami. Su psichologais mokomės analizuoti visokias situacijas. Kartais paskambini žmogui, o jis prastos nuotaikos, nenori kalbėti. Tai po truputį pradedi apie savijautą teirautis, ką veikė, ką šiuo metu daro ir, žiūrėk, žmogaus intonacija linksmesnė pasidaro, ir geras pusvalandis pokalbio išeina.

Būna ir taip, kad senolis nori pakeisti savo pašnekovą savanorį, nes nesutampa jų interesai. Tai jis gali padaryti vėl paskambinęs į „Sidabrinę liniją“. Pavyzdžiui, vienas žmogus skundėsi, kad su juo nešnekama apie religiją. Tuomet buvo jam ieškoma žmogaus, kuris apie tai galėtų kalbėtis. Man lengva bendrauti su senoliais, kurie mėgsta skaityti knygas, domisi teatru, kinu ir apskritai kultūriniu gyvenimu. Tie dalykai man irgi artimi. Mokykliniais metais norėjau studijuoti lietuvių kalbą ir literatūrą, rašiau eilėraščius, bet viskas susiklostė kitaip. Šiuo metu irgi nesunkiai galiu kokią proginią sveikinimą sukurti. Draugai tuo reikalu į mane dažnai kreipiasi“, – pasakojo Asta ir pridūrė, kad pastarieji dalykai tai jos giminės bruozas.

Paklausta, ar norėtų kada nors sugrįžti gyventi į gimtąjį miestą, pašnekovė teigė, kad sulaukusi pensinio amžiaus, ko gero, taip ir padarysianti. O šiuo metu jai labai gera gyventi Vilniuje, kur verda gyvenimas, kur yra gerokai daugiau galimybių pasireikšti ir darbinėje, ir kultūrinėje veikloje.

„Kupiškis labai jaukus, gražus miestukas, kur sugrįžus atsigauna širdis. Gera čia pabūti, artimuosius aplankyti. Manau, kad Kupiškyje turėtų būti patogiu gyventi vyresnio amžiaus žmonėms ir šeimoms, auginančioms mažus vaikus. Šiuo metu čia apsigyventi patį nenorėčiau. Dar ne laikas“, – išsakė savo nuomonę Asta.