

Projektas įvykdytas pagal sutartį Nr. GVP/PTS/1569

2023 m. vasario 27 d.

PROJEKTO „DOVANOK PSICHOLOGINĘ PAGALBĄ ŠVENTINIU LAIKOTARPIU“ VEIKLOS IR FINANSINĖ ATASKAITA



Projekto vykdytojas:

El. pašto adresas: info@krizesiveikimas.lt Internetinė svetainė: www.krizesiveikimas.lt

Per www.aukok.lt surinkta: 2 444,97 €

SANTRAUKA

Projekto tikslas - padėti šventiniu laikotarpiu psichologines krizes išgyvenantiems žmonėms, turintiems finansinių sunkumų.

Kiekybiniai projekto rezultatai

- Suteiktų nemokamų individualių psichologinių konsultacijų skaičius (pirminės + tęstinės konsultacijos): 45 (15+30).
- Psichologinę pagalbą gavusių žmonių skaičius: 15 (7 iš jų gavo tęsines konsultacijas).
- Profesinį palaikymą gavusių organizacijos psichologų skaičius: 15.
- Suorganizuotų individualių supervizijų specialistams skaičius: 1.
- Suorganizuotų grupės supervizijų skaičius: 3.

Keletas projekto akimirų

Kvietimai aukoti projektui:



Krizių įveikimo centras
2 d. · 🌐

#DOVANOKKALEDAS 🍷

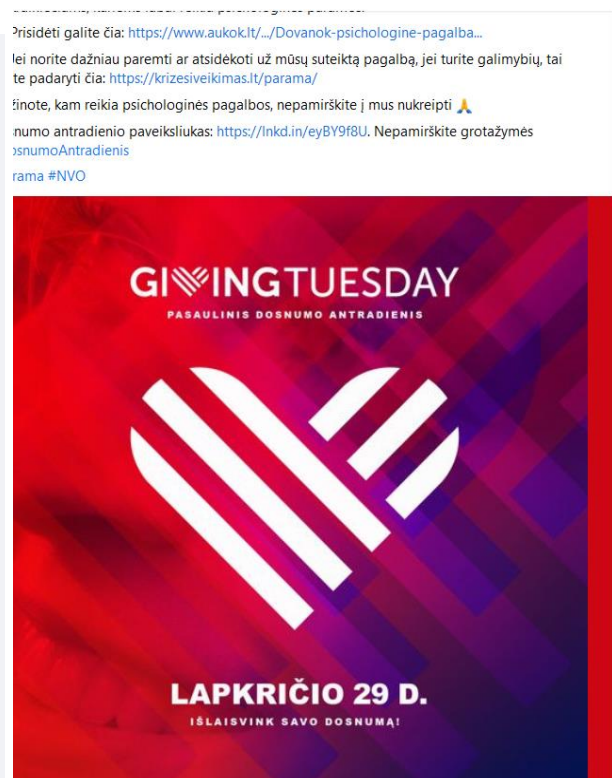
Jau pradėdame ruoštis, nes, žinome, kad gražiosios žiemos šventės bus ne visiems gražios... 😞
Vienišiems, psichologinius ir finansinius sunkumus patiriantiems žmonėms – tai bus ypač sunkus metas. Kviečiame jus prisidėti nors ir nedidele auka ir padėti išgyvenantiems krizę šventiniu laikotarpiu gauti NEMOKAMĄ PSICHOLOGŲ PAGALBĄ.

Padėkime tiems, kurie neturi galimybių mokėti už lankymąsi pas psichologą.

Su jumis ir @Aukok mes galime būti stipresni! 🍷 Kviečiame dalintis šiuo kvietimu ❤️

<https://www.aukok.lt/.../Dovanok-psichologine-pagalba...>

AUKOK.LT
Dovanok psichologinę pagalbą šventiniu laikotarpiu
Gražiosios žiemos šventės – ne visiems gražios... Vienišiams, psichologinius ir finansinius sunku...



Prisidėti galite čia: <https://www.aukok.lt/.../Dovanok-psichologine-pagalba...>

Jeigu norite dažniau paremti ar atsidėkoti už mūsų suteiktą pagalbą, jei turite galimybių, tai galite padaryti čia: <https://krizesiveikimas.lt/parama/>

Atsiminkite, kam reikia psichologinės pagalbos, nepamirškite į mus nukreipti 🙏

Šiandien, antradienio, paveikslukas: <https://lnkd.in/eyBY9f8U>. Nepamirškite grotažymės #DovanokAntradienis

Ar žinote, kaip padėti? #NVO

GIVING TUESDAY
PASAULINIS DOSNUMO ANTRADIENIS

LAPKRIČIO 29 D.
IŠLAISVINK SAVO DOSNUMĄ!



[Pranešimas spaudai](#) apie dažnai šventiniu laikotarpiu patiriamus psichologinius sunkumus.

INFORMACIJA APIE ORGANIZACIJĄ

„Krizių įveikimo centras“ – profesinės savanorystės pagrindu sukurta organizacija, kurioje daugiau nei 10 metų yra teikiamos profesionalios psichologinio konsultavimo paslaugos. Patyrę psichologai atiduoda savo laiką ir jėgas tiems, kurie patenka į sudėtingas gyvenimo situacijas ir nebeturi jėgų laukti planinės pagalbos ar negali už ją sumokėti.

Mes teikiame pirminę nemokamą, konfidencialią pagalbą nuotoliniu būdu ir gyvai. Išankstinė registracija nereikalinga. Tęstinė krizinė pagalba (iki 8 konsultacijų) yra teikiama už socialinę kainą – 10 eur.

Kasdien kovojame su didžiausių socialinių problemų padariniais: savižudybės, smurtas, skurdas, priklausomybės, sunkios sveikatos problemos. Taip pat rengiame mokymus aktualiomis krizės įveikimo temomis, konsultuojame organizacijas.

INFORMACIJA APIE PROJEKTĄ

Projekto veiklos, eiga

Projekto laikotarpis: 3 mėnesiai (2022 m. lapkričio mėn. – 2023 m. sausio mėn.).

2022 m. „Krizių įveikimo centro“ ir KOG instituto atlikto tyrimo duomenimis, psichologinę krizę išgyvena 42,2 proc. žmonių – t.y. net 12,5 proc. daugiau nei 2021 m. panašiu metu. Ekonominių sunkumų, pandemijos, besitęsiančio karo kontekste nutinkančios asmeninės krizės paveikia stipriau, nebepakanka asmeninių resursų, draugų pagalbos, tad dažniau kreipiamasi į psichikos sveikatos specialistus. Tyrimas taip pat atskleidė, kad susidūrus su problemine situacija, palaikančiųjų ratas tampa mažesnis, nei tikėtasi, tad profesionali pagalba tampa dar svarbesnė.

Projekto laikotarpiu pastebėta, kad, kaip ir kasmet, svarbiausių metų švenčių laikotarpiu ir po jų daugiau žmonių kreipiasi į psichologus pagalbos, o pastaruoju metu dar juntamas ir didesnis poreikis psichologinę pagalbą gauti nemokamai dėl sudėtingesnės finansinės situacijos.

Šio projekto laikotarpiu buvo teikiama nemokama individuali psichologinė pagalba Lietuvoje gyventiems žmonėms (tame tarpe ir nuo karo bėgantiems ukrainiečiams), padedant tvarkytis su iškilusiais psichologiniais sunkumais.

Pirmojo projekto etapo metu buvo renkamos lėšos, skelbiama informacija organizacijos svetainėje, Facebook paskyroje, informacija dalinomės organizacijos viduje tarp savanorių, rėmėjų, bendruomenės.

Antrojo etapo metu sukaupus pradinį fondą, buvo teikiama nemokama psichologinė pagalba. Projekto lėšos buvo naudojamos tais atvejais, kai besikreipiančiam žmogui buvo reikalingos konsultacijos, tačiau dėl tuo metu patiriamų finansinių sunkumų jis ar ji negalėjo susimokėti 10 eurų kainos arba buvo ištikę ypač dramatiški pokyčiai gyvenime.

Projekto viešinimo metu buvo surinkta 49 proc. numatytos projekto sumos, tad ir planuotos veiklos buvo vykdomos pagal finansines galimybes.

Projekto metu **psichologų pagalba buvo suteikta 15 į „Krizių įveikimo centrą“ besikreipusių žmonių, projekto laikotarpiu išgyvenusių krizę.** Buvo teiktos pirminės bei tęstinės konsultacijos.

Projekto rezultatai

Projekto metu buvo teikiama nemokama psichologinė pagalba šventiniu laikotarpiu besikreipusiems žmonėms, kurie tuo metu turėjo finansinių sunkumų, taip pat buvo užtikrinamas tinkamas rūpestis organizacijoje psichologinę pagalbą teikusiems specialistams, atlikti svarbūs savanorių sistemos atnaujinimo darbai.

1. Nemokama psichologų pagalba buvo teikiama individualiai.

Individualios psichologų konsultacijos krizes išgyvenantiems žmonėms: 15 pirminių ir 30 tęstinių konsultacijų.

Projekto metu žmonės kreipėsi dėl skirtingų krizinių situacijų: karo Ukrainoje nulemtų psichologinių sunkumų, netekties, skyrybų, minčių apie savižudybę, slegiančios nuotaikos švenčių metu.

Per trumpą projekto laikotarpį pirminė pagalba buvo suteikta 15 žmonių, tęstinės konsultacijos užtikrintos 7 žmonėms (1 paauglė mergaitė, 5 moterys, 1 vyras), 4 iš jų Lietuvoje gyvenantys pabėgėliai iš karo siaubiamos Ukrainos. Didžioji dalis individualių konsultacijų vyko gyvai, atvykus į centro patalpas, mažesnioji – susiskambinus vaizdo skambučiais per Messenger, Zoom programas.

Konsultacijų teikimo tvarka krizes išgyvenantiems ir finansinius sunkumus tuo metu patiriantiems žmonėms:

- **Pirmos (pirminės) konsultacijos** visiems besikreipiantiems yra nemokamos, galima kreiptis be išankstinės registracijos, 6 dienas per savaitę. Pirminės konsultacijos suteiktos **15 žmonių.**

- **2 – 8 krizinės tęstinės konsultacijos buvo suteiktos 6 žmonėms.**

Didžiąją dalį besikreipusiųjų pakako iki 8 konsultacijų ciklo tam, kad jie suprastų ir priimtų esamą situaciją bei atrastų vidinių resursų ją keisti. Tai patvirtina ir ilgametė organizacijos patirtis: kai kuriems žmonėms būnant krizinėje situacijoje konsultavimo laikotarpiu neišryškėja gilesnės psichologinės problemos, jie į įprastą gyvenimą grįžta greičiau.

- **9 tęstinės konsultacijos buvo suteiktos 1 žmogui.**

Ši grupė tęstinių konsultacijų buvo skirta žmogui, kuriam pabaigus ankstesnį 8 konsultacijų ciklą ir toliau sunkiai išgyvenant susiklosčiusią situaciją, turint gilesnių psichologinių problemų, reikėjo tęstinės psichologų pagalbos atrandant vidinių resursų keisti situaciją, sustiprėti.

Daliai klientų konsultacijos buvo tęsiamos ir toliau jau kitų projektų rėmuose.

2. Rūpestis psichologinę pagalbą teikiančiais organizacijos specialistais

2.1. Individuali supervizija 1 organizacijos specialistui.

Siekiant užtikrinti projekte dalyvaujančių specialistų profesinę higieną, 2022 gruodžio mėn. buvo suteikta 1 individuali supervizija, kurios metu aptarta sudėtingesnė situacija ir suteiktas profesinis palaikymas dėl konsultuojamo ukrainiečio.

2.2. Grupės supervizijos 14 organizacijos specialistų.

2022 m. gruodžio – 2023 m. sausio mėn. vyko 3 grupės supervizijos, po 90 min. kiekvienoje supervizijoje dalyvavo 6-8 psichologai, dalis tų pačių žmonių prisijungė į visas 3 supervizijas. 2 supervizijos buvo skirtos psichologinės pagalbos nuo karo nukentėjusiems specifikai.

Projekto lėšomis buvo pasirūpinta jaukia aplinka į konsultacijas ateinantiems žmonėms.

3. Savanorių sistemos atnaujinimo darbai.

Projekto laikotarpiu buvo atlikti svarbūs organizacijos savanorių valdymo sistemos darbai: atnaujinta kabinetų rezervacijos ir informacinių pranešimų siuntimo funkcijos. Tai leidžia efektyviau planuoti veiklą, planuoti konsultacijas, rezervuoti ir prireikus koreguoti kabinetų užimtumą bei dalintis esama svarbia informacija.

Projekto biudžetas

	Planuota išleisti, €	Išleista, €	Išlaidas įrodantys dokumentai
I. Personalo kaštai (su mokesčiais)		392,00	
Projekto vadovo darbo užmokestis	800,00	392,00	Atlyginimo žiniaraštis 2022 – 11; Atlyginimo žiniaraštis 2022 – 12; Atlyginimo žiniaraštis 2023 – 01;
II. Prekių įsigijimas		113,00	
Priemonės šventinio laikotarpio konsultacijoms (higienos, dezinfekcijos priemonės, arbata, kava, skanumynai)	300,00	113,00	SF V003 Nr. 12059916*; SF MAX987230000168
III. Paslaugų įsigijimas		1728,82	
Patalpų supervizijoms vykdyti nuoma ir komunalinės išlaidos	500,00	232,00	SF VMS_AD_EUR 10756*; SF ENE Nr. 183085
Užmokestis už buhalterines paslaugas	300,00	146,82	SF PRF4665*; SF PRF4797*; SF PRF4860*
Užmokestis psichologams už individualias konsultacijas	1 500,00	755,00	SF AA Nr. 029; SF AA Nr. 030*; SF AŽ 3; SF Nr. 7; SF 2023-K02
Užmokestis psichologams už individualias supervizijas	200,00	50,00	SF Nr. 21

	Planuota išleisti, €	Išleista, €	Išlaidas įrodantys dokumentai
Užmokestis psichologams už grupės supervizijas	500,00	300,00	SF KIC Nr. 087
IT paslaugos savanorių valdymo sistemos gerinimui	200,00	125,00	SF A 002
Komunikacijos paslaugos	250,00	120,00	SF AD Nr. 2301022
IV. Kitos išlaidos		40,00	
Kuras	50,00	20,00	SF Nr. 801649517*
Telekomunikacijos išlaidos/nuotolinio bendravimo licencijos mokesčiai	50,00	20,00	SF SAP Nr. 273502042*
V. Aukok.lt paslaugų suma	7 proc.	171,15	
Iš viso:	5 000,00	2 444,97	

*likusi sąskaitos dalis apmokėta iš kitų lėšų

PATVIRTINIMAS

Tvirtinu, kad ataskaitoje ir faktines išlaidas pagrindžiančiuose finansiniuose dokumentuose pateikta informacija yra tiksli ir teisinga, ir sutinku, kad ji būtų viešai skelbiama.

Organizacijos vadovas

Kristina Lymantaitė

