

patirtis



Partnerių išbandymas

Ligita VALONYTĖ
LR korespondentė

Abu buvusios dainininkės, grožio konkurso „Mis Lietuva '96“ nugalėtojos Sandros Chlevickaitės (nuotr.) vaikai – netyčiukai.

Aštuonerių su puse metų Augusto tėvas – praeityje garsus krepšininkas Šarūnas Marčiulionis.

Trečiuosius einančio Emilio tėvas – grupės „G&G Sindikatas“ narys Andrius Glušakovas-Pushas.

Nors netekėjusi moteris neplanavo nė vieno vaiko, abu sūnus jai – didžiausia vertybė, o santykiai su vyrais – loterija.

– **Augusto laukėtės būdama labai jauna. Ar neplanuotas nėštumas pakeitė jūsų santykius su kūdikiu tėvu?** – paklausiau trisdešimtmetės S.Chlevickaitės.

– Netikėtai nėštumas manęs nesukrėtė, neišmušė iš vėžių – labai džiaugiausi, kad gims kūdikis.

Bet tuo metu ištkio santykių krizė su vaiko tėvu. Ji užklupo ne dėl mano nėštumo.

Nors išsiskyrėme, kai laukiausi Augusto, buvo kitų priežasčių, kodėl nesiklijavo mano ir Šarūno gyvenimas.

– **Beveik prieš ketverius metus užmezgėte romaną su reperiu Pushu. Koks buvo jo požiūris į vaikus?**

– Maždaug po pusmečio draugystės su Andriumi pradėjome labai daug kalbėti apie vaikus.

Žinojome vyro ir moters santykių pasekmes.

Bet mėnesių tikslumu tikrai neplanavome kūdiko. O kai sužinojome, kad tapsime tėvais, labai apsidžiaugėme. Emilis taip pat buvo labai laukiamas. Aš visada norėjau turėti daugiau nei vieną vaiką.

– **Andrius neišigando, kad laukiatės netyčiuko?**

– Jei žmonės myli vienas kitą, net ir neplanuoto vaiko gimimas nieko nekeičia. Nemanau, kad porą išskiria vaikai.

Kadangi su Andriumi santykiai dar iki Emilio gimimo buvo darnūs, kūdikis mūsų ryšį tik dar labiau sutvirtino. Juk vaiko gyslomis teka mudviejų kraujas. Emilis – mūsų meilės kūrinys.

Gimus sūnui, su Andriumi perpus prisirišome atsakomybę: vienodai dalijamės jo priežiūra, buities rūpesčiais.

– **Ar norėtumėte auginti daugiau vaikų?**

– Neplanuojame (kvatojasi). Turime du judrius berniukus, tad veiklos netrūksta.



Neplanuotas nėštumas – ne tik jaunų žmonių problema. Lietuvoje net pusė moterų prisipažino bent kartą pastojusios neplanuotai.

jausmų pasaulyje

Neplanuotas nėštumas – lyg šaltas dušas porai

Nauja gyvybė, besibeldžianti į pasaulį, – didelis džiaugsmas tėvams. Bet tik tuomet, kai ji laukiama. Lietuvoje kasmet dėl neplanuoto nėštumo abortui ryžtasi apie dešimt tūkstančių moterų.

Rūta PERŠONYTĖ
LR korespondentė

A tsakingai šeimos pagausėjimą planuoja tik kas antra pora. Tai parodė neseniai šalyje atliktas tyrimas, kurį inicijavo *ziedas.lt*, o atliko rinkos tyrimų kompanija „Synopticom“.

Šio tyrimo metu buvo apklausti 18–45 metų Lietuvos miestų gyventojai, turintys vaikų, – 412 moterų ir 116 vyrų.

Paaiškėjo, kad neplanuotas nėštumas – ne tik jaunimo, kuriam trūksta informacijos apie kontracepciją, problema.

Net 55 procentai moterų nuo 18 iki 45 metų prisipažino bent kartą pastojusios neplanuotai.

Tai reiškia, kad kas antra pora bent kartą gyvenime išgyveno neplanuotą nėštumo padarinius.

Beveik kas antra neplanuotai pastojusi moteris prisipažino nenaudojusi jokių apsaugojimo priemonių – apvaisinimo pora tikėjosi išvengti nutraukdama lytinį aktą.



Valilėno nuotr.

Gydytojos I.Rudzikienės teigimu, kontracepcija turi rūpėti abiem partneriams, ne tik moteriai.

Trečdalis porų naudojo prezervatyvus, o kas ketvirta moteris vartojo kontraceptines tabletes.

Plyšo prezervatyvas, sveikatos sutrikimai, kiti vaistai, dėl kurių susilpnėjo kontraceptinės priemonės poveikis, pamiršta išgerti piliulė – tokios nurodomos priežastys, dėl kurių nepavyko išvengti nėštumo.

Trys iš dešimties neplanuotai pastojusių moterų galvoja apie abortą, o viena iš dešimties jam ryžtasi.

Neplanuotas nėštumas turi įtakos ir vyrų, ir moters psichologinei būklei.

Nors daugiau nei pusė moterų tvirtino, kad džiaugėsi sužinojusios apie neplanuotą nėštumą, nemaža dalis jų tuo pat metu jautė stresą, baime, nerimą.

Eleonora dvyliktoje klasėje buvo priversta nutraukti nėštumą – to reikalavo tėvai, baimindamiesi, kad kūdikis sugriaus dukters gyvenimą, užkirs kelią karjerai.

Gabi mergina įgijo puikų išsilavinimą, padarė karjerą, ištekėjo.

Tačiau per dešimt metų ji niekaip negalėjo susilaukti vaikų.

Biologinis laikrodis negailestingai tikėjo, Eleonora labai troško palikuonių. To norėjo ir jos vyras. Moters išgyvenimai virto depresija.

Kalbėdama su psichologe-psichoterapeute, Eleonora kaltino save ir tėvus dėl praeityje nutraukto nėštumo. Nelaiminga moteris savyje sukauptą daug pykčio – ji niekaip negalėjo sau atleisti.

Nesisaugo kas antra moteris

- Rytoj, rugsėjo 26 dieną, jau ketvirtus metus iš eilės bus minima Pasaulinė kontracepcijos diena. Jos metu siekiama atkreipti dėmesį į neplanuoto nėštumo problemas, teikti informaciją apie apsaugojimo priemones.
- Beveik kas antra apklausoje dalyvavusi moteris prisipažino, jog šiuo metu nenaudoja jokių kontraceptinių priemonių.
- Lietuvoje populiariausias kontraceptikas – prezervatyvai. Dar moterys renkasi hormoninę kontracepciją (tabletes, žiedą, pleistrą) ir spirale.
- Daugelis apklausoje dalyvavusių vyrų įsitikinę, jog saugotis nepageidaujamo nėštumo turėtų abu partneriai. Nors kas trečias vyras žino, kad jo žmona ar draugė naudoja apsaugojimo priemonę, pusė stipriosios lyties atstovų negalėjo pasakyti, kokią.

„Nežinau, kaip baigėsi šios moters istorija. Kai mes išsiskyrėme, ji dar nebuvo pastojusi.

Tačiau psichologams visada tenka susidurti su poelgių pasekmėmis. Laimingų istorijų mums niekas nepasakoja“, – sakė vilnietė psichologė-psichoterapeutė Rūta Bačiulytė.

Kartais jai tenka ilgai kalbėtis su paciente, kad suvoktų, kodėl ši apatiška, liūdna.

Neretai paaiškėja: kadaise moteriai buvo atliktas abortas ir ji nepajėgė su tuo susitaikyti.

„Jautriai asmenybei nėštumo nutraukimas gali sukelti įvairių pasekmių – savo vertės sumažėjimą, neapykantą priešingai lyčiai, intymių santykių baime, nusivylimą gyvenimu.

Tačiau negalima teigti, kad visoms moterims abortas – katastrofa ir gyvenimo žlugimas. Tai priklauso nuo moters psichikos“, – sakė psichologė-psichoterapeutė.

R.Bačiulytės nuomone, abortas nėra vien moters sprendimas.

Dažniausiai jį lemia daug aplinkybių: nepakankamai geros materialinės sąlygos, partnerio nenoras turėti vaikų, ant kortos pastatyta asmeninė karjera.

„Žinia apie neplanuotą nėštumą daugeliui sukelia stresą, nerimą. Bet tai irgi priklauso nuo asmenybės charakterio.

Dažnas žmogus dažnai nėra pasirengęs kuo nors rūpintis, atsisakyti savo poreikių. Tada net planuotas nėštumas sukelia paniką“, – pasakojo R.Bačiulytė.

Tinkama kontraceptinė priemonė – saugesnis ir tiesesnis kelias į gyvenimo pilnatvę. Taip mano vilnietė ginekologė Inga Rudzikienė. Gydytoja mano, kad saugus seksas ne tik padeda išvengti neplanuoto nėštumo, bet ir apsaugo partnerius nuo nereikalingo streso.

– **Pasaulyje seniai įvyko seksualinė revoliucija, visiems prieinama informacija apie kontracepcijos priemones. Kodėl iki šiol tiek daug porų susiduria su neplanuotu nėštumu?** – paklausiau Pašilaičių šeimos medicinos centro ginekologės I.Rudzikienės.

– Daug kas priklauso nuo to, kur moteris gyvena, kokia jos finansinė padėtis, išsilavinimas, ar ji turi galimybę lankytis pas ginekologą.

Be to, kai kurie žmonės neigiamai vertina hormoninius kontraceptikus, nors tokio požiūrio negali pagrįsti jokiais motyvais.

Taip pat įtakos turi religiniai aspektai. Griežtai bažnytinių nuostatų besilaikančios moterys rečiau vartoja kontracepcijos priemones.

Taip pat svarbu, su kuo moteris konsultuojasi. Blogai, jei informacijos apie apsaugojimo priemones ji gauna tik iš kaimynės ar draugės.

Lietuvoje trūksta sveikatos priežiūros specialistų ar tarnybų, kurios konsultuotų, kaip kurti šeimos santykius, planuoti vaiko atėjimą į pasaulį.

– **Kokios kontraceptinės priemonės populiariausios?**

– Moterys svajoja apie tokią priemo-

nę, kurią būtų galima įsigyti be recepto, už prieinamą kainą, kad galėtų ją vartoti kartą per mėnesį ar rečiau, kad ji būtų saugi, ją vartojant nedidėtų svoris, priemonė neturėtų šalutinių reiškinių, kad nustojus ją vartoti vaisingumas akimirksniu sugrįžtų.

Idealių kontraceptikų dar nėra išrasta. Tačiau specialistas gali parinkti labiausiai moters organizmui tinkančią priemonę.

Lietuvoje populiariausia kontraceptinė priemonė – prezervatyvai. Bet jie turi trūkumų. Moterys, naudojancios prezervatyvus, anksčiau ar vėliau paprašo saugesnės priemonės.

Apie 11 proc. vaisingo amžiaus moterų vartoja hormoninę kontracepciją, dažniausiai – tabletes. Bet šiuo metu populiareja kontraceptinis žiedas.

Jis naudojamas kartą per mėnesį ir turi mažiausiai estrogenų, todėl saugus ir gerai toleruojamas.

Žiedą renkasi ir tos moterys, kurioms dėl greito gyvenimo tempo sunku kasdien prisiminti laiku išgerti tabletę.

– **Kiek apie moters pasirinktą kontracepciją turi žinoti jos partneris?**

– Tai turi rūpėti abiem. Bet pastebėjau, kad dalis vyrų nieko nematuoja apie kontracepciją.

Prieš keletą metų iš vieno vaikino išgirdau klausimą: „Pradėjau draugauti su mergina, kuri geria kontraceptines piliules.

Neseniai pastebėjau, kad man iš burnos sklinda blogas kvapas. Ar jūs nemanote, kad man reikėtų kuo greičiau su ja išsiskirti?“

Tik labai mažai apie kontracepciją žinantys žmogus gali pamanyti, kad draugė, vartodama kontraceptikus, gali turėti įtakos jo virškinimui.

– **Nors yra daug priemonių, daugybė porų nutraukia lytinį aktą. Ką apie tai manote?**

– Minėtas tyrimas atskleidė, kad tarp porų, kurios nutraukdavo lytinį aktą, ir tų, kurios tik kartais skaičiuodavo vaisingas dienas, o kitu metu viską palikdavo Dievo valiai, nėštumų skaičius buvo vienodas.

Todėl nutraukto lytinio akto nevadinčiau apsaugojimo priemone.

– **Kokia dažniausia moters reakcija, kai po ginekologo apžiūros ji sužino, jog laukiasi?**

– Jei nėštumas neplanuotas, ji sutrinka. Net jeigu nemąsto apie nėštumo nutraukimą, nerimauja: ar ji tikrai pasiruošusi vaiko gimimui, ar turi pakankamai lėšų jį išlaikyti, ar partneris džiaugsis netikėta žinia, kaip susiklostys jų tarpusavio santykiai?

Neretai pirmaisiais neplanuoto nėštumo mėnesiais būsimoji motina skundžiasi pilvo skausmais, nors jie dažniausiai būna psichologinio pobūdžio, sukelti streso.

Daugelį moterų, kurios pasiryžta nutraukti nėštumą, kankina moraliniai aspektai. Nors abortas būna atliktas sėkmingai, kai kurios išgyvena dvasinę krizę, savigraują, kaltės jausmą.

Ir kito, jau planuoto, nėštumo laukia su nerimu.

diagnozė

Ar esate pasiruošę tėvystei?

Planuotas vaikas ar netyčiukas – nėra didelio skirtumo, jei esate subrendę tėvystei ar motinystei. Ar taip yra iš tikrųjų, sužinosite atsakę į šio testo klausimus.

1. **Ar žmogus, kurį mylite ir su kuriuo kuriate bendrą ateitį, planuoja šeimos pagausėjimą, kaip ir jūs?**

- A. Taip.
- B. Ne.
- C. Einame to link.

2. **Ką mąstote apie vaikus?**

- A. Myliu juos ir nekantrauju turėti atžalų.
- B. Auginti vaikus – tikra kančia!
- C. Žinau, kad vieną dieną norėsiu jų turėti.

3. **Kur šiuo metu gyvenate?**

- A. Nuosavame būste.
- B. Gyvename su tėvais/draugais.
- C. Nuomojamame būste, bet planuojame įsigyti savo.

4. **Kokių išsilavinimo/karjeros ambicijų turite?**

- A. Jau įgyvendinau savo tikslus.
- B. Dar mokausi.
- C. Kol kas nepasiekiau to, ko norėjau, bet grįžti prie mokslų nebeplanuoju.

5. **Kokia jūsų savijauta, sveikatos būklė?**

- A. Aukiausia!
- B. Turiu rimtų sveikatos problemų.
- C. Gera, bet turėčiau gyventi sveikiau.

6. **Kaip įsivaizduojate smagų vakarą su partneriu (-e)?**

- A. Kino teatre pažiūrėti filmą.
- B. Iki paryčių siausti vakarėlyje.

C. Romantiška vakarienė, šiek tiek muzikos ar šokių.

7. **Kaip apibūdintumėte judviejų su partneriu ryšį?**

- A. Solidūs: esame įsipareigoję vienas kitam.
- B. Šiuo metu įtempti.
- C. Dažniausiai puikūs, nors dar reikia „šlifuoti kampus“.

8. **Kokios judviejų svajonių atostogos?**

- A. Atokioje saloje.
- B. Kraują kaitinančiame žygyje.
- C. Pramogų parke.

9. **Kaip jaučiatės, jei jūsų paprašo ar jums pasiūlo palaikyti ant rankų kūdikį?**

- A. Ramus (-i) ir laimingas (-a).
- B. Puolu į paniką, jei kūdikis sunerimsta, ima verkti.
- C. Nerimauju, bet vėliau atsipalaiduju.

10. **Ką jums sako jūsų tėvai?**

- A. „Laukiame nesulaukiame anūku!“
- B. „Jums dar per anksti turėti vaikų.“
- C. „Ar pagalvojate apie vaikus?“

11. **Ar sutariate kalbėdamiesi apie būsimų vaikų religinį auklėjimą?**

- A. Taip, abu esame panašios nuomonės.
- B. Niekada apie tai nekalbėjome.
- C. Diskutavome apie tai, bet prie vienos nuomonės dar nepriėjome.



Daugiausia A atsakymų

Judu vis dar svarstote, ar esate pasiręę. Taip! Galite drąsiai žengti šį žingsnį. Testo rezultatai rodo, kad esate ne tik emociškai, fiziškai, bet ir finansiskai pasiręę susilaukti atžalų. Sėkmės!

Daugiausia B atsakymų

Jūs susimąstote apie vaikus tik todėl, kad jų jau turi jūsų bendraamžiai bičiuliai ar giminės. Tačiau vaikas – ne mados reikalas. Jo auginimas, priežiūra atims daug laiko ir pastangų. Nepatingėkite paieškoti atsakymo, kaip pasikeistų jūsų gyvenimas, į pasaulį pasibeldus planuotam ar neplanuotam kūdikiui.

Daugiausia C atsakymų

Apie atžalas kalbėjotės ne kartą, svarstėte, kad laikas jau būtų tinkamas, bet vis dar jaučiatės įsitempę. Neišgyvenkite, taip būna daugeliui.

Kartu su partneriu (-e) turėtumėte susėsti ir atvirai pasikalbėti – ne per pietus ar reklaminę pertrauką žiūrėdami filmą. Aptarkite savo emocinę būklę, sveikatą, finansinius dalykus ir nutarkite, ar tikrai reikėtų palaukti, ar jau ne.

Nesvarbu, kokį sprendimą priimsite, – toks pokalbis jūsų santykiams suteiks perspektyvos.

Parengė Milda ZAVARSKYTĖ