

μηνύματα

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ



Ιδιοκτησία Διεύθυνση:

Σ.Ο.Ψ.Υ.

Πανελλήνιος Σύλλογος Οικογενειών
για την Ψυχική Υγεία

Δήλου 3, Βύρωνας, 162 31

Τηλ./Fax: 210-76 40 277

www.eufami.gr

www.iatronet.gr/sopsi

e-mail:sopsi@ath.forthnet.gr

ΩΡΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΓΡΑΦΕΙΟΥ:

Δευτέρα: 9:00-3:00 π.μ.

5:00-7:00 μ.μ.

Τρίτη: 9:00-3:00 π.μ.

5:00-7:00 μ.μ.

Τετάρτη: 1:00-8:00 μ.μ.

Πέμπτη: 9:00-3:00 μ.μ.

Παρασκευή: 9:00-3:00 μ.μ.

Εκδότης/Διευθυντής:

Πέτρος Ανδρόνικος
Δήλου 3, Βύρωνας, 162 31
Τηλ./Fax: 210-76 40 277

Συντακτική Επιτροπή:

Π. Ανδρόνικος
Α. Ασκούνη-Στρούμπου
Χ. Γραμανδάνη
Μ. Κανελλή-Παπανικολάου

Επιστημονική Επιτροπή:

Μαρίνα Οικονόμου
Ψυχίατρος, Επ. Καθηγήτρια Παν/μίου Αθηνών
Γιώργος Παπαδημητρίου
Ψυχίατρος, Αν. Καθηγητής Παν/μίου Αθηνών
Δημήτρης Κολλοστούμπος
Ψυχίατρος

Επιμέλεια Ύλης:

Μ. Κανελλή-Παπανικολάου

Διορθώσεις:

Χ. Ανδρονίκου - Ρ. Κυρίτση
Μ. Χαρίτων

Υπεύθυνος Σχεδίασης & Παραγωγής:

EDILYS A.E.E.

Εμπορικό Κέντρο «ΑΙΘΡΙΟ»,
Αγ. Κωνσταντίνου 40, 151 24, Μαρούσι
τηλ. 210-6195994, e-mail edilys@acn.gr

Σελιδοποίηση: Άρης Δερμάνης

ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

Τα ενυπόγραφα άρθρα
εκφράζουν προσωπικές απόψεις

EDITORIAL

Όπως ήδη γνωρίζετε, την Κυριακή 5 Δεκεμβρίου 2006 έγινε η εκλογοπολιτιστική συνέλευση του Σ.Ο.Ψ.Υ.

Η σύνθεση του νέου ΔΣ είναι η εξής:

- Πέτρος Ανδρόνικος Πρόεδρος
- Φανή Λώλη Αντιπρόεδρος
- Έφη Βασιλάκου Γεν. Γραμματέας
- Γιώργος Μανδάλης Ταμίας

ΜΕΛΗ

- Ελευθερία Ζερβάκη - Σμυρναίου
- Βασίλειος Ξηρομερίτης
- Λυδία Τυράκη

Θα ήταν όμως μεγάλη παράλειψη αν δεν αναφέραμε τα τέσσερα μέλη του προηγούμενου Συμβουλίου που προσέφεραν ποηλιά στο Σωματείο μας.

ΕΞΕΛΕΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ:

- Φωτεινή Γωγούση Πρόεδρος
- Αλεξάνδρα Δημητρακοπούλου Μέλος
- Παναγιώτα Φιλιππού Μέλος

Βαρβάρα Καζή: Από τα πρώτα βήματα του Συλλόγου στις επάλξεις. Διετέλεσε ταμίας του Σωματείου επί σειρά ετών και Αντιπρόεδρος τα δύο τελευταία χρόνια. Η εθελοντική προσφορά της τόσο **ανεκτίμητη**, που ανεπιφύλακτα θα τη χαρακτηρίζαμε **«στυλοβάτη»** του Σ.Ο.Ψ.Υ..

Στέλιος Καντσός: Παλιό μέλος του Σ.Ο.Ψ.Υ.. Διετέλεσε Γεν. Γραμματέας του φορέα μας επί σειρά ετών. Φιλότιμος, πρόθυμος, με χιούμορ. Η προσφορά του σημαντική και **ανεκτίμητη**. **Εθελοντής** που σίγουρα είναι **άξιος συχαρητηρίων**.

Φώτης Βέργης: Μέλος του Σ.Ο.Ψ.Υ. αρκετά χρόνια. Τα τελευταία χρόνια μέλος του ΔΣ. Ο άνθρωπος για όλες τις δουλειές. Η βοήθειά του **πολύτιμη**. Πάντα βρισκόταν δίπλα μας για οτιδήποτε χρειαζόμασταν. Η φράση που κυριαρχούσε: **«Θα μας βοηθήσει ο Φώτης»**

Ευτύχιος Ευτυχίδης: Από τα νεότερα μέλη του Σωματείου μας. Διετέλεσε ταμίας τα δύο τελευταία χρόνια. **Δραστήριος**, πρόθυμος εξυπηρετικός. Η εθελοντική προσφορά του χρήσιμη, σημαντική. **Ήταν πάντα παρών σε όλα.**

Τους ευχαριστούμε θερμά!

[περιεχόμενα]

1. Editorial	2
2. Η Εξέλιξη	3
3. Το taboo της ψυχικής ασθένειας	4
4. Η τέχνη ως τόπος και τρόπος αποσιγματοποίησης	7
5. Λίγα λόγια για τη χοροθεραπεία	8
6. Η Τέχνη του Χορού	9
7. Η Ψυχή και ο Χορός	9
8. Ανακοινώσεις	10
9. Χριστουγεννιάτικη γιορτή στο Κέντρο Ημέρας	11
10. Το πρώτο και το τελευταίο πορτραίτο του Βαν Γκογκ	12
11. Μια επίσκεψη στις Σέρρες	13
12. Εορτασμός της Εθνικής Ημέρας Ατόμων με Αναπηρία	14
13. Θεατρική παράσταση "Το γάλα"	17
14. Μπαμπά ντρέπομαι που είσαι άρρωστος	19
15. Επιστολή στον Σ.Ο.Ψ.Υ. από τη ΔΥΨΑ	20
16. Επιστολή στον Πρόεδρο της Ελληνικής Δημοκρατίας	21
17. Χαμένοι στη μετάφραση	22
18. 9ο Εκπαιδευτικό Συνέδριο της GAMIAN στο Βέλγιο	22
19. Νέα τελευταία στιγμές/Ευχαριστούμε θερμά	23



23-10-97 Πάμε θάλασσα, μαμά.

Ένα γκρίζο πρωινό του Οκτώβρη «ξύπνησες» μετά από αϋπνία μηνών, αδύνατο ψηλό αγόρι, αμούστακο και νοστάληγες τη θάλασσα. Ζητούσες φυγή, ζητούσες γαλήνη, ζητούσες θάνατο; Εγώ δεν κατάλαβα. Εσύ όμως ήξερες. Διαισθανόσουν ότι ήταν η τελευταία μέρα ζωής, η πρώτη του θανάτου.

Ξεκίνησες το γολγοθά σου με το σταυρό στον ώμο. Χείμαρος τα ασυνάρτητα λόγια στο γιατρό. ΕΣΥ μόνο κατάφερες να τον πείσεις. Και άνοιξαν οι πύλες της δικής σου κόλασης.

Εγώ συνοδοιπόρος, τ' αγκάθια όμως που ματώνουν την αθώα ακόμα ψυχή σου είναι όλα δικά σου.

Όχι, κυρία μου, όχι απαισιόδοξες σκέψεις, όχι κλάμα, όχι πόνο, όχι απόγωση. ΟΧΙ! Απαγορεύεται να «αδειάζεις» το σώμα σου στην καρέκλια. Η επιστήμη, ξέρετε, προχωρεί, μαθαίνει, θεραπεύει (ίσως), ποτέ Ίαση, ποτέ ΖΩΗ ΑΛΗΘΙΝΗ.

Σε ντάντεψα ξανά απ' την αρχή. Σε νανούρισα, σε τάϊσα λιωμένη τροφή, σε μπανιάρισα. Σου είπα παραμύθια. Ναι, παραμύθια. Ιστορίες απλές, αθώες, όταν σ' έσφιγγα στην αγκαλιά μου προσπαθώντας απεγνωσμένα να συγκρατήσω το «μυαλό» σου να μη φύγει. Ούρλιαζες, βέλαζες, πονούσες. Μα που ποναγες; Που πονά, αλήθεια, ένας ψυχικά ασθενής;

Αναλαμπή! Για όλους έχει η ζωή, μάνα! Εάφνου σε βλέπω να ξυρίζεσαι. Μεγάλωσες. Δεν κατάλαβα πότε πέρασες από την εφηβεία στην ενηλικίωση.

9 Χρόνια μετά

Μην αφήνετε, κυρία μου, το γιο σας να μένει χωρίς εσώρουχο στο σπίτι, γιατί θα το κάνει και ΜΕΤΑ.

Έκπληξη! ΜΕΤΑ!! Υπάρχει ΜΕΤΑ;

Φτάνω σπίτι με τον απόηχο της μαγικής λέξης να βουίζει στα αυτιά μου. Πως είναι δυνατόν! Εγώ ζω ώρα την ώρα, μέρα τη μέρα. Δεν ζω, αναπνέω με τους ρυθμούς της δικής του ανάσας. Ξαποσταίνω σαν νά' ναι το τελευταίο μου βράδυ. Τι να εννοεί ο γιατρός, άραγε; Ότι όλα αυτά θα τελειώσουν κάποτε; Ότι θα γίνουν ένα κακό όνειρο;

Είναι μάταιο, είπε κάποια στιγμή ο αγαπημένος μου ανηψιός, ο οποίος τον φρόντισε, έτρεξε για κείνον, ξενύχτησε για κείνον σαν αδελφός, σαν πατέρας. Ήταν, θυμάμαι, στο ξεκίνημα της καριέρας του, παιδί δραστήριο, πάντα έτοιμο ν' αρπάξει κάθε καλή ευκαιρία που του παρουσιαζόταν.

Κι όμως! Αφουγκραζόταν πάντα, ένωθε τον πόνο του ξαδέλφου του και τον σκέπαζε με τις φτερούγες της αγάπης του, σαν, μαθές, πολύπειρος από τα άσχημα χτυπήματα της ζωής.

Θεία, καλημέρα. Καλά, δεν το πιστεύω! Μόλις έφυγε ο Γιάννης από το γραφείο μου. Πίναμε καφέ και μου έλεγε πόσο καλά πέρασε στην κατασκήνωση. Ήταν ενθουσιασμένος. Μου είπε ότι σε λίγο πιάνει δουλειά. Δε χόρταινα να τον ακούω! Δεν πίστευα στα μάτια μου. Παράτησα τη δουλειά και συζητώντας παρασυρθήκαμε σε κείνες τις κουβέντες που κάναμε παλιά. Βρήκα τον ξάδελφό ξανά. Γύρισε!

Σεβαστή



Μια διαφορετική εκδήλωση για τον εορτασμό της Παγκόσμιας Ημέρας για την Ψυχική Υγεία

Ομιλία της κ. Μαρίας Οικονόμου

Επιστημονικά Υπεύθυνη του Προγράμματος κατά του Στίγματος της Ψυχικής Ασθένειας, ΕΠΙΨΥ, με θέμα: «Το taboo της ψυχικής ασθένειας»

(Συνέχεια απ' το προηγούμενο Τεύχος)

Ψυχική ασθένεια είναι ένας όρος που χρησιμοποιείται για να εκφράσει ένα ευρύ φάσμα συμπτωμάτων και εμπειριών που επηρεάζουν την ψυχική υγεία, προκαλούν προβλήματα στη σκέψη, στο συναίσθημα και τη συμπεριφορά του ανθρώπου αλλά και στην επικοινωνία του με το συνάνθρωπο. Η ψυχική ασθένεια μπορεί να αναφέρεται σε καταστάσεις πολύ διαφορετικές μεταξύ τους, από την κατάθλιψη και τις αγχώδεις διαταραχές ή τις φοβίες, μέχρι την πιο σοβαρή που είναι η σχιζοφρένεια. Μπορεί να προσβάλλει άτομα κάθε ηλικίας, παιδιά, εφήβους, ενήλικες και ηλικιωμένους και μπορεί να παρουσιαστεί σε κάθε οικογένεια. Μπορεί να επηρεάσει την ψυχοσυναισθηματική και κοινωνική ζωή τόσο του ατόμου όσο και της οικογένειάς του και να απειλήσει όχι μόνο την ποιότητα της ζωής αλλά και την ίδια την ανθρώπινη ζωή οδηγώντας στην αυτοκτονία, στην πρόληψη της οποίας είναι αφιερωμένη αυτή τη χρονιά, η **παγκόσμια ημέρα για την ψυχική υγεία**. Δυστυχώς, παρότι οι σύγχρονες θεωρίες υποστηρίζουν ότι οι ψυχικές ασθένειες είναι και αυτές ασθένειες όπως οι σωματικές και παρόλη την επιστημονική πρόοδο και εξέλιξη στις μεθόδους αντιμετώπισης και θεραπείας, ακόμα και σήμερα η ψυχική ασθένεια, προβάλλει ως κάτι «διαφορετικό», ανεξήγητο και μυστηριώδες, που περιβάλλεται από λαθεμένες απόψεις, δοξασίες και φόβους. Αυτό έχει να κάνει με την έννοια του κοινωνικού στίγματος το οποίο προσδίδει στην ψυχική ασθένεια μυθοποιητικά στοιχεία και παραπέμπει σε απλοστευτικούς συνειρμούς που την ταυτίζουν με την «τρέλλα». Η ψυχική ασθένεια είναι ακόμα και σήμερα ένα θέμα **ταμπού**.

Είναι εντυπωσιακό ότι στο σύγχρονο κόσμο της τεχνολογικής εξέλιξης, της mediοκρατίας αλλά και

της άνθησης των ανθρωπιστικών κινημάτων, το **κοινωνικό στίγμα** που συνοδεύει την ψυχική νόσο παραμένει ισχυρό και επικρατούν ακόμα η άγνοια, οι προκαταλήψεις και οι απαξιοτικές λογικές για τον άνθρωπο που υποφέρει. Το κοινωνικό στίγμα αποτελεί ένα από τους βασικούς λόγους που αποτρέπει το σύγχρονο άνθρωπο από το να αναζητήσει θεραπεία και να αξιοποιήσει τα θεραπευτικά επιτεύγματα της σύγχρονης Ψυχιατρικής. Πιθανότατα δεν υπάρχει καμιά άλλη ασθένεια στη δυτική κοινωνία όπου το «χάσμα» ανάμεσα στη διατιθέμενη και πρέπουσα φροντίδα και σε αυτήν που πραγματικά λαμβάνει ο ασθενής, είναι τόσο μεγάλο όσο στην ψυχική διαταραχή. «Αν αφεθούν χωρίς θεραπεία, οι ψυχικές διαταραχές μπορούν να αποβούν θανατηφόρες» είπε ο Γ.Γ. του ΟΗΕ κ. Κόφι Ανάν, στο μήνυμά του για τη σημερινή Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας. Ειδικά δε για τις αυτοκτονίες προσθέτει ότι «έναν από τους καλύτερους τρόπους για τη μείωση των καταστροφικών συνεπειών των αυτοκτονιών είναι η καταπολέμηση της άγνοιας, η υπεύθυνη ενημέρωση, η μείωση του στίγματος και η αντιμετώπισή τους μέσα σ' ένα περιβάλλον αλληλεγγύης».

Η προαγωγή της υπεύθυνης ενημέρωσης για τις ψυχικές διαταραχές αλλά και της ιδέας της αλληλεγγύης είναι δύο μόνο από τις αξίες που προωθούνται στη διεθνή προσπάθεια αποστιγματισμού της ψυχικής ασθένειας. Όπως και η ψυχική ασθένεια έχει την παγκόσμια αναφορά της, έτσι και το στίγμα που τη συνοδεύει είναι ένα φαινόμενο που «δε γνωρίζει σύνορα» και η αναγκαιότητα καταπολέμησής του προβάλλει επιτακτική σε διεθνές επίπεδο. Με αυτό το σκεπτικό, το 1996, η **Παγκόσμια Ψυχιατρική Εταιρεία (ΠΨΕ)** έθεσε τα θεμέλια για ένα παγκόσμιο πρόγραμμα για την καταπολέμηση του στίγματος που συνοδεύει την πιο σοβαρή, αλλά και πιο έντονα στιγματισμένη ψυχική διαταραχή, τη **σχιζοφρένεια**. Η σχιζοφρένεια είναι εκείνη η ψυχική διαταραχή που παραπέμπει στις πιο «σκοτεινές» πτυχές της ψυχικής ασθένειας και, ταυτόχρονα, στην υποτιθεμένη βία και επικινδυνότητα του ψυχικά ασθενή, γεγονός που συνεπάγεται

Μια διαφορετική εκδήλωση για τον εορτασμό της Παγκόσμιας Ημέρας για την Ψυχική Υγεία

και την κοινωνική απομόνωσή του. Αναδεικνύεται ως η νέα «δαιμονοποιημένη» ασθένεια, όπως ήταν στο παρελθόν η φυματίωση ή, πιο πρόσφατα, ο καρκίνος. Κατά συνέπεια, η μείωση του στίγματος που σχετίζεται με τη σχιζοφρένεια θα άνοιγε το δρόμο για την καταπολέμηση του στίγματος που συνοδεύει και άλλες ψυχικές διαταραχές, αλλά και, γενικότερα, οποιαδήποτε ασθένεια που της αποδίδονται οι σημασίες του κοινωνικά αποδιοπομπαίου και τυγχάνει κοινωνικής απομόνωσης.

Η Παγκόσμια Ψυχιατρική Εταιρεία ανέθεσε στο **Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής** (Ε.Π.Ι.Ψ.Υ.) τη διαμόρφωση, ανάπτυξη και υλοποίηση του Ελληνικού Προγράμματος κατά του Στίγματος της Σχιζοφρένειας με επικεφαλής τον καθηγητή και ακαδημαϊκό Κώστα Στεφανή. Η επιλογή της χώρας μας σε αυτή την προσπάθεια ήταν πολύ σημαντική γιατί δόθηκε η ευκαιρία να έρθει στην επιφάνεια ένα θέμα taboo που μέχρι τώρα καλυπτόταν και στην ελληνική κοινωνία από ένα «πέπλο μυστηρίου», ενδεδυμένου με πολλούς μύθους, δοξασίες και προκαταλήψεις.

Έτσι, τον Ιανουάριο του 2000, με κεντρικό μήνυμα "**As ανοίξουμε τις πόρτες**", ξεκίνησε και στην Ελλάδα το Πρόγραμμα κατά του Στίγματος της Σχιζοφρένειας, με κύριο στόχο την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση της κοινής γνώμης για τη σχιζοφρένεια και την ανάπτυξη δράσεων για την αλληλαγών των αρνητικών απόψεων, τη βελτίωση των στάσεων του κοινού. Σήμερα, με στόχο την καταπολέμηση του στίγματος που συνοδεύει όχι μόνο τη σχιζοφρένεια, αλλά τις ψυχικές ασθένειες γενικά, το Ε.Π.Ι.Ψ.Υ. υλοποιεί ένα ευρύτερο πρόγραμμα, το **«Πρόγραμμα κατά του Στίγματος της Ψυχικής Ασθένειας»**. Το πρόγραμμα αυτό είναι ένα επιστημονικό πρόγραμμα που δραστηριοποιείται πολυεπίπεδα στους τομείς της έρευνας, της εκπαίδευσης, της επικοινωνίας και της συνηγορίας, με το σχεδιασμό ενός πλάνου δράσεων εθνικού βεληνεκού. Οι τομείς δράσεων του προγράμματος περιλαμβάνουν τη διερεύνηση των γνώσεων και στάσεων απέναντι στα άτομα με σοβαρή ψυχική ασθένεια,

την οργάνωση ειδικά σχεδιασμένων προγραμμάτων σε φοιτητές, μαθητές, δημοσιογράφους, επαγγελματίες υγείας και οικογένειες ασθενών, τη διάχυση έγκυρης ενημέρωσης στην επιστημονική κοινότητα (μέσα από σεμινάρια, ημερίδες, συνέδρια), αλλά και στο ευρύ κοινό (μέσα από τη διάθεση ενημερωτικού και επικοινωνιακού υλικού, αλλά και την ιστοσελίδα www.epipsi.gr). Παράλληλα το Πρόγραμμα κατά του Στίγματος των Ψυχικών Διαταραχών έχει αναπτύξει στενή συνεργασία με συλλόγους οικογενειών και ασθενών, με μη κυβερνητικές οργανώσεις που μάχονται το στίγμα, αλλά και με εκπροσώπους των ΜΜΕ, της τοπικής αυτοδιοίκησης και της πολιτείας.

Είναι όμως επιστημονικά τεκμηριωμένο ότι οι στάσεις είναι δύσκολο να αλλιάξουν, όπως εξίσου δύσκολο είναι να σπάσουν οι μύθοι και οι προκαταλήψεις που περιβάλλουν την ψυχική διαταραχή. Απαιτείται μακρόχρονη προσπάθεια, διάχυση της πληροφορόρησης και προπαντός εμπλοκή και συνεργασία πολλών διαφορετικών ανθρώπων και φορέων, από διάφορους τομείς της κοινωνίας και της πολιτείας. Η ελληνική πολιτεία το 2003, μέσα από την πρωτοβουλία του Υπουργείου Υγείας και Πρόνοιας αλλά και προσωπικά του τότε Υπουργού, καθηγητή Κώστα Στεφανή, κατάφερε να αναδείξει το θέμα του κοινωνικού στίγματος και της ανάγκης αποστιγματισμού σε ευρωπαϊκό επίπεδο. Στο πλαίσιο της Ελληνικής Προεδρίας της Ευρωπαϊκής Ένωσης, οργάνωσε την Ευρωπαϊκή Συνδιάσκεψη με θέμα «Ψυχική Ασθένεια και Στίγμα στην Ευρώπη», με τη συμμετοχή των Υπουργών από όλες τις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης, που πραγματοποιήθηκε στην Αθήνα από τις 27 έως τις 29 Μαρτίου του 2003. Σκοπός της Ευρωπαϊκής Συνδιάσκεψης ήταν να εξετάσει τις τελευταίες εξελίξεις στο πεδίο των ψυχικών ασθενειών και του στίγματος στην Ευρώπη, ώστε το Συμβούλιο των Υπουργών της Ευρώπης να καταλήξει σε συγκεκριμένα συμπεράσματα και να διαμορφώσει εφαρμόσιμες σε πρακτικό επίπεδο προτάσεις. Τα συμπεράσματα της Συνδιάσκεψης αυτής δημοσιεύτηκαν στην επίσημη εφημερίδα της Ευρωπαϊκής

Μια διαφορετική εκδήλωση για τον εορτασμό της Παγκόσμιας Ημέρας για την Ψυχική Υγεία

Ένωσης.

Ωστόσο, είναι πολλά ακόμα αυτά που πρέπει ακόμα να γίνουν στη χώρα μας. Το Πρόγραμμα κατά του Στίγματος της Ψυχικής Ασθένειας του Ε.Π.Ι.Ψ.Υ., προσπαθεί να σπάσει τη σιωπή, **να ανοίξει το διάλογο** και να αναδείξει το θέμα, με σκοπό να τονώσει την ευαισθητοποίηση και να παρακινήσει τόσο την κοινή γνώμη, όσο και τους επίσημους φορείς, στην αποτελεσματική αντιμετώπιση των διαστάσεων που παίρνει ο κοινωνικός στιγματισμός των ατόμων με ψυχικές διαταραχές. Αναζητά νέες ιδέες, επιδιώκει συνεργασίες με διάφορους φορείς και σε ποικίλα πεδία, παίρνει πρωτοβουλίες, τολμά και δοκιμάζει καινοτομικές προσεγγίσεις. Σε αυτό το πλαίσιο οργανώνονται και οι παραστάσεις της Ακαδημίας Μπαλέτων Μπολσόι (Bolsoi Ballet Academy) στο Μέγαρο Μουσικής.

Γιατί όμως, μια τέτοια εκδήλωση;

Το Στίγμα επηρεάζει όλες τις πτυχές της ζωής του ατόμου που πάσχει. Πάνω απ' όλα επηρεάζει τη σχέση του με τον εαυτό του και το οδηγεί στην εσωστρέφεια και τον αυτοστιγματισμό, αλλά και τη σχέση του με τους άλλους, με το περιβάλλον.

Η Τέχνη, από την άλλη πλευρά, αποτελεί μια ανθρώπινη δραστηριότητα δημιουργίας που αναπλάθει και αναδιευθετεί το άτομο στη σχέση του με τον εαυτό του, τον άλλο, τον κόσμο γύρω του. Είναι ταυτόχρονα ένας χώρος που μπορεί να αναζητηθεί το καινούργιο, να δοκιμαστεί το διαφορετικό, να απορριφθεί το τετριμμένο. Αλλά πάνω απ' όλα η τέχνη ηλυτρώνει, συγκινεί και ενώνει τους ανθρώπους. Γι' αυτόν ακριβώς το λόγο είναι τόσο σημαντική η συνεισφορά της στην υπέρβαση των στερεοτύπων, των προκαταλήψεων και των διακρίσεων, που συχνά οδηγούν στον κοινωνικό εξοβελισμό των ατόμων που παρεκκλίνουν από τα πρότυπα του μέσου όρου.

Η τέχνη αναδεικνύεται έτσι σε ένα δυνατό όπλο ενάντια στο στιγματισμό και την περιθωριοποίηση, όχι μόνο των ατόμων που πάσχουν από ψυχικές

διαταραχές, αλλά κάθε κοινωνικά αποκλεισμένη ομάδα.

Να λοιπόν γιατί ένα πρόγραμμα κατά του στίγματος της ψυχικής ασθένειας, μιας ασθένειας που προσδιορίζεται όχι μόνο βιολογικά αλλά και ψυχολογικά και κοινωνικά, θα πρέπει να συνδιαλέγεται με το χώρο της τέχνης.

Έτσι, το Πρόγραμμα κατά του Στίγματος της Ψυχικής Ασθένειας στηρίζει και στηρίζεται από εκδηλώσεις τέχνης.

Επιλέγει να συνεργαστεί με καλλιτεχνικά έργα και καλλιτέχνες-δημιουργούς, που προωθούν μέσα από τη δουλειά τους μια καινούργια, ελπιδοφόρα, χωρίς στερεοτυπικές αναπαραστάσεις, όψη της ψυχικής ασθένειας.

Επιλέγεται από δυνάμεις του καλλιτεχνικού χώρου που θέλουν να αφιερώσουν κάποιο μέρος της δραστηριότητάς τους στον αποστιγματισμό της ψυχικής ασθένειας.

Είναι μια σχέση αμφίδρομη και ζωτική. Ζωτική για τα άτομα που πάσχουν, τις οικογένειές τους, τους φίλους τους, ζωτική για τους επιστήμονες που αναζητούν εργαλεία πέρα από τις κλασικές επιστημονικές τους γνώσεις για να στηρίξουν τον αγώνα του ασθενή τους για κοινωνική ενσωμάτωση, ζωτική για κάθε καλλιτέχνη που επεκτείνει τις ανησυχίες του στα όρια μεταξύ παθολογικού και φυσιολογικού, εκεί που η τέχνη μπορεί να ηλυτρώσει, γεφυρώνοντας τα χάσματα.

Έτσι, το πρόγραμμά μας έχει στηρίξει και έχει στηριχθεί ως τώρα από πολλές καλλιτεχνικές εκδηλώσεις, όπως θεατρικές παραστάσεις, κινηματογραφικές προβολές, μουσικές συναυλίες, εκθέσεις ζωγραφικής και σήμερα, παραστάσεις χορού, καταδεικνύοντας ότι Τέχνη και Επιστήμη μπορούν να συμπορευτούν και να συνεισφέρουν ουσιαστικά στην υπόθεση του αποστιγματισμού της ψυχικής ασθένειας.

As μην ξεχνάμε άλλωστε ότι **το στίγμα ηλυτρώνει, η τέχνη ενώνει.**

Η Τέχνη ως τόπος και τρόπος αποστιγματισμού

Το Σώμα ωθεί το Πνεύμα προς την Ύπαρξη. Γεννάει το νου μέσα από τα σπλήνα ενός άλλου σώματος. Στη συνέχεια ο κορμός στηρίζει το κεφάλι. Σώμα και νους μαζί, εξαπλώνονται, διερευνούν το περιβάλλον, μεγαλώνουν. Ο νους κατευθύνει το σώμα εκφράζεται μέσα απ' αυτό, δονείται, συγκινείται. Αρχέγονοι συνταξιδιώτες, σώμα και νους, έχουν τους δικούς τους κώδικες ισορροπίας, άλληλοτε συνειδητούς άλληλοτε ασυνειδητούς. Μηνύματα ισορροπίας ή διαταραχής μεταφέρονται από το νου στο σώμα και αντίστροφα. Χημικές ενώσεις που ονομάζονται νευροδιαβιβαστές. Ψυχικές ενώσεις που λέγονται σχέσεις. Κοινωνικές ενώσεις που βαφτίζονται ομάδες.

Για τη λειτουργία του ανθρώπου στη ζωή και στην τέχνη, σώμα και νους πρέπει να συνεργαστούν σε τρία επίπεδα. Το Πραγματικό, το Φανταστικό και το Συμβολικό. Στο πραγματικό, το σώμα προσφέρει το βιολογικό υπόστρωμα, σάρκα, οστά, χυμούς.

Στο φανταστικό, τη δύναμη της εσωτερικής αναπαράστασης, την ικανότητα που έχουμε να φανταζόμαστε τον κόσμο ακόμη κι όταν αυτός δεν είναι εκείνη τη στιγμή παρών. Στο συμβολικό, το «σαν να», την ευχή και την ελπίδα της υπόθεσης.

Ο χορός ανήκει στις παραστατικές τέχνες. Προϋποθέτει ότι η εσωτερική νοητική αναπαράσταση του ατόμου θα γίνει εκφραστική παράσταση. Απαιτεί τη συνεργασία στα τρία αυτά επίπεδα λειτουργίας. Επίμονη σωματική εκγύμναση, δημιουργική φαντασία, συμβολικούς κώδικες που θα συμπυκνώσουν τα λεκτικά νοήματα σε λόγο του σώματος. Διαταραχή σε κάποια από αυτά τα επίπεδα μπορεί να κάνει το χορό ασθενικό, μισό, ανούσιο, τυποποιημένο, ή αδιάφορο.

Πέρα όμως από όλα αυτά, η καλλιτεχνική δημιουργία απαιτεί την υπέρβαση. Αυτή την ιδιαίτερη ενέργεια που ξεπερνά την τεχνική, τις οδηγίες, τη μέθοδο και γίνεται οδός προς το καινούργιο. Αυτή την ιδιαίτερη ψυχική οργάνωση και δύναμη που θα κάνει το "jete" του χορού ένα «ζήτω» για τη ζωή.

Ο χορός όμως δε βρίσκεται μόνο στις αίθουσες χορού και στις δημόσιες τελετές. Ψήγματα χορού βρίσκονται στην καθημερινή μας στάση, κίνηση, θέση στο χώρο. Ο χορός είναι αναπόσπαστο μέρος της ύπαρξής μας. Η κωδικοποίηση της κινητικής μας συμπεριφοράς σε μια αναγνωρίσιμη κοινωνικά μορφή που την αποκαλούμε «χορό», είναι μια ψυχοσωματική δυνατότητα, θεραπευτική για τον κάθε άνθρωπο. Δε χρειάζεται να έχουμε κάποιο πρόβλημα για να χορέψουμε. Ένα πρόβλημα όμως μπορεί να μας στερήσει τη δυνατότητα να χορεύουμε. Όταν ο χορός χρησιμοποιείται για να αντιμετωπίσει σωματικά και ψυχικά προβλήματα τότε χρειάζεται να ακολουθήσει τις μεθόδους της ψυχοθεραπείας. Στην περίπτωση αυτή ονομάζεται «χοροθεραπεία». Η χοροθεραπεία και γενικά οι θεραπείες μέσω των διαφόρων μορφών τέχνης αποτελούν σήμερα σημαντικό συμπλήρωμα της φαρμακοθεραπείας και των διαφόρων άλλων μορφών ψυχοθεραπείας για τη θεραπευτική αντιμετώπιση και αποκατάσταση ατόμων με ψυχική ασθένεια. Και αποτελούν ιδιαίτερα ένα τρόπο για να έρθει κοντά το κοινό με το διαφορετικό, το φυσιολογικό με το παθολογικό, είτε αυτά είναι άτομα είτε κομμάτια της ψυχής μας. Ο χορός μας μαθαίνει τα βήματα για να μπορούμε δυνατά στη ζωή, για να μην είναι η ζωή μας μέσα στο χώρο ένα στίγμα, ένας χορός χωρίς χαρά.

Λάμπρος Γιώτης

Ψυχίατρος - Δραματοθεραπευτής

Επιστημονικός Συνεργάτης ΕΠΙΨΥ

Λίγα λόγια για τη χοροθεραπεία

«Αυτός που έχει μάτια για να δει και αυτιά για να ακούσει, μπορεί να πειστεί ότι κανένας θνητός δεν μπορεί να κρατήσει ένα μυστικό. Αν τα χείλη του είναι σιωπηλά, φλυαρεί με τις άκρες των δακτύλων του...» είχε πει κάποτε ο Σ. Φρόυντ. Η (αυθόρμητη) κίνηση και η προσωπικότητα είναι άρρηκτα συνδεδεμένες από τη βρεφική ηλικία και μετέπειτα σε όλη τη διάρκεια της ζωής μας. Η εκφραστική συμπεριφορά του ατόμου παρατηρείται σ' αυτό που κάνει ή δεν κάνει αυτός ο άνθρωπος για να επικοινωνήσει, καθώς επίσης και στις σχεδιασμένες ή μη σχεδιασμένες επιδράσεις του πάνω στο περιβάλλον.

Επίσης, η ανθρώπινη εκφραστική συμπεριφορά παίρνει πολλές μορφές πέρα από τη λεκτική. Η Χοροθεραπεία επικεντρώνει την προσοχή της στα άτομα με βασικό εργαλείο την κίνηση και το χορό, βελτιώνει την αντίληψη και την αίσθηση που έχει το άτομο για το σώμα του, έτσι διαμορφώνει μία καινούρια εικόνα του σώματος και των σωματικών του ορίων.

Να αναφερθώ και πάλι στην μεγάλη πρόκληση και ενόραση του Σ. Φρόυντ, ο οποίος θεωρούσε ότι το μυαλό είναι μεταφορά του εαυτού που βιώνει και ο οποίος είναι σωματικός, δηλαδή, με μια παράλληλη απόχρωση, μπορούμε να πούμε ότι η αίσθηση του φυσικού εαυτού περιέχει τον ψυχολογικό εαυτό.

Στη χοροθεραπεία ποιότητες του ζωντανού κόσμου του ατόμου, όπως ο ρυθμός, ο ήχος, το σχήμα, η μορφή, η υφή, η ισορροπία, το βλέμμα του στον εξωτερικό κόσμο που τον περιβάλλει, η ίδια η φύση του ανθρώπου ξανά προσεγγίζονται, δημιουργώντας μια καινούρια και διαφοροποιημένη σωματογνωσία, επομένως και διαφορετική αντίληψη του εαυτού του.

Οι ψυχολογικές καταστάσεις αντανakλούνται σε αντιστοιχίες της φυσιολογίας, η ένταση και η χαλά-

ρωση είναι τα στοιχειώδη συστατικά της μουσικής ποιότητας, του μουσικού τόνου, που συνδέονται με την ψυχική διάθεση. Κάθε συναίσθημα εκφράζεται στη στάση του σώματος, η οποία μορφοποιείται μέσα από τη διαδοχή έντασης και χαλάρωσης. Επίσης, το συναίσθημα εκφράζεται στους τρόπους αναπνοής του ανθρώπου και στις κινήσεις του. Ο χορός, δραστηριότητα που ενώνει το σώμα, το συναίσθημα και το νου γίνεται καταλύτης στον χώρο της θεραπείας, για τις εσωτερικές διαδικασίες που συνθέτουν την συγκινητική εμπειρία. Στο βιβλίο του, «Ανάλυση Χαρακτήρων», ο Βίλχελμ Ράιχ περιγράφει ότι η μουσική ένταση αποτελεί συχνά μία αντίσταση, η οποία εμποδίζει την έκφραση του συναισθήματος. Η χοροθεραπευτική μου εμπειρία μου δείχνει ότι όσο πιο έντονα νοσεί ψυχικά ένας άνθρωπος, τόσο υφίσταται έκπτωση και διαταράσσεται η εκφραστική του κινητικότητα.

Στην ψύχωση αυτό το φαινόμενο παρατηρείται αναμφισβήτητα. Η εικόνα του σώματος δεν είναι συγκροτημένη, παραμένει σκόρπια και διαμελισμένη. Ο συντονισμός στην εκφραστική κίνηση αυτών των ατόμων είναι τόσο δύσκολος που μοιάζει σχεδόν ακατόρθωτος. Η έννοια του χώρου και του προσανατολισμού είναι ασαφής.

Αιχλάζοντας, λοιπόν, ή μετατρέποντας την «ταυτότητα» της κίνησης του ατόμου, βαθιά αποξενωμένου από τον εαυτό του και τους άλλους, και οδηγώντας το να αρχίσει ένα διάλογο, με βήματα που ξεκινούν τόσο απλά, όσο το να τολμήσει να τεντωθεί και να κινηθεί, σε σχέση με το χοροθεραπευτή, παρατηρούμε αργές αλληλαγές, σχεδόν σιωπηλές, στη συμπεριφορά του και στην ψυχική του ισορροπία.

Πανερίτη Ζωή

Καθηγήτρια Κλασσικού Χορού στην Κρατική Σχολή Ορχηστρικής Τέχνης-Χοροθεραπεύτρια

Η Τέχνη του Χορού

«Ο καθηγητής ψυχιατρικής Irvin Yalom τοποθετεί τη δημιουργική διαδικασία ανάμεσα στις βαθύτερες προσπάθειες της ανθρωπότητας να βρει απάντηση στο ζήτημα του νοήματος της ζωής. Τοποθετεί τη δημιουργική διαδικασία ανάμεσα στην αγάπη για έναν αγώνα, την αγάπη για τους άλλους και τη λατρεία μιας θεότητας.

Στην τέχνη του χορού η διαδικασία αυτή περιλαμβάνει και το σωματικό κάματο. Έτσι, με έναν ενδιαφέροντα τρόπο, μοιάζει να έχει τις δυνατότητες να γίνει διπλό βήμα στην αγωνία της ψυχής.

Δεν είμαι ειδικός και δεν ξέρω που ακριβώς αρχίζει η διαταραχή της ψυχής.

Είναι εκεί που τελειώνει τι;

Αγαπώ πολύ την τέχνη και δε μου αρέσει να τη βλέπω σαν θεραπευτική διαδικασία.

Την έχω ανάγκη να είναι και επικίνδυνη.

Όμως μου είναι δύσκολο να φανταστώ ότι αυτό το ταξίδι για την ανακάλυψη της συμμετρίας, της ισορροπίας, της αίσθησης του χώρου και των δυνατοτήτων να διαχειρίζεται τη βαρύτητα που αποκτά το ανθρώπινο σώμα με το χορό, αφήνει αδιάφορη την ψυχή.

Μοιάζει σαν μύηση και στη δική της ισορροπία.

Τα ήλω αυτά γιατί όταν στα 18 μου χρόνια πέρασα από τη ζωγραφική στο χορό, θυμάμαι τον εαυτό μου να εντοπίζει στην άσκηση, το λόγο για τον οποίο αισθανόμουν καλύτερα με τη ζωή».

Δημήτρης Παπαϊωάννου

Χορογράφος - Σκηνοθέτης

Η Ψυχή και ο Χορός

Το άμεσο και απαραίτητο επακόλουθο της προσπάθειας είναι η μορφή που διαγράφει το σώμα μέσα στο χώρο. Η μορφή της κεχορευμένης κίνησης δεν εξαρτάται πια από τις σχέσεις μεταξύ των διάφορων μερών του σώματος, αλλά από το κάθε μέρος του σώματος μέσα στη σχέση του με το χώρο που το περιβάλλει. Ο Χορός είναι λοιπόν συγχρόνως περιέχων και περιεχόμενος. Είναι η σύνδεση ανάμεσα στο φυσιολογικό και το ψυχικό, το σφυγμό και το σφύζον, ανάμεσα στην "κατάσταση της δημιουργίας" και την επενέργεια της κάθαρσης. Είναι ο ουσιαστικός δεσμός που ενεργεί ανάμεσα στα όντα, δίχως αυτά να προσφεύγουν κατ' ανάγκην στο λόγο.

Daniel Lommel

Χορογράφος, Καλλιτεχνικός Διευθυντής της Ομάδας

«Αέναον Χοροθέατρο», Καθηγητής κλασικού χορού

Κέντρο Ημέρας του Σ.Ο.Ψ.Υ.: μια εναλλακτική πρόταση για τους συγγενείς σας

Το Κέντρο Ημέρας του Σ.Ο.Ψ.Υ. λειτουργεί σε ένα ζεστό και καθαίσιθτο χώρο, ως τόπος συνάντησης, επικοινωνίας και ψυχαγωγίας για τα μέλη του. Απευθύνεται σε ενήλικα άτομα που πάσχουν από μια σοβαρή ψυχική νόσο και ζουν στην κοινότητα. Το εβδομαδιαίο πρόγραμμα του Κέντρου περιλαμβάνει ψυχοθεραπευτική υποστήριξη, εκπαίδευση σε κοινωνικές δεξιότητες και δραστηριότητες με ψυχαγωγικό και δημιουργικό χαρακτήρα.

Το Κέντρο Ημέρας βρίσκεται στην οδό Νεαπόλεως 9-11 στο Βύρωνα. Λειτουργεί καθημερινά 16:00-20:00, αλλά και τα Σαββατοκύριακα από τις 18:00-20:00, καλύπτοντας με ουσιαστικό τρόπο τις ανάγκες των ασθενών για έξοδο από το σπίτι. Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνείτε με την κα Βερνίκου και τον κo Κατσαμάγκo στο 210-7663007.

Περισσότερος χρόνος για τα μέλη μας στην ομάδα υποστήριξης

Η ομάδα υποστήριξης του Σ.Ο.Ψ.Υ., που πραγματοποιείται στα γραφεία του Συλλόγου μας από την ψυχολόγο κα Χ. Γραμανδάνη, από την Τετάρτη 7 Φεβρουαρίου 2007 θα ξεκινά στις 17:00 και θα τελειώνει στις 18:30.

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΣΥΓΧΡΗΜΑΤΟΔΟΤΟΥΜΕΝΩΝ ΕΝΕΡΓΕΙΩΝ ΕΚΤ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΝΩΣΗ - ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

Ε.Π. «ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ & ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗ
ΠΡΟΩΘΗΣΗ ΤΗΣ ΙΣΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΕΥΚΑΙΡΙΩΝ ΠΡΟΣΒΑΣΗΣ ΣΤΗΝ ΑΓΟΡΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΚΑΙ
ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΓΙΑ ΕΚΕΙΝΟΥΣ ΠΟΥ ΑΠΕΙΛΟΥΝΤΑΙ
ΜΕ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟ

«ΕΛΠΩΡΗ»: ΕΠΙΧΟΡΗΓΗΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΡΟΧΗ ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΩΝ &
ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΙΚΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ Β΄ ΚΥΚΛΟΣ

Το Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής - ΕΠΙΨΥ υλοποιεί πρόγραμμα με στόχο την κοινωνική και εργασιακή προετοιμασία των ατόμων με ψυχική ασθένεια για να επωφεληθούν από τις πολιτικές απασχόλησης για τις ευπαθείς ομάδες ανέργων και να ενταχθούν, είτε σε προγράμματα κατάρτισης ή απασχόλησης, είτε στην ελεύθερη αγορά εργασίας.

ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- Άτομα με ψυχική νόσο, 18-55 ετών
- Κάρτα ανεργίας για ΑμΕΑ του ΟΑΕΔ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ: 20 συνεδρίες, ατομικές ή ομαδικές, με περιεχόμενο συμβουλευτικό, ενημερωτικό για εργασιακά θέματα, ψυχοθεραπευτικό, υποστηρικτικό, ψυχοεκπαιδευτικό κλπ. Συμμετοχή σε κοινωνική λήσχη. Δυνατότητα για συμμετοχή της οικογένειας.

Πληροφορίες στα 210-6170819, 210- 6170821 & 210-6170822

ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΙΑΤΙΚΗ ΓΙΟΡΤΗ ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΗΜΕΡΑΣ ΤΟΥ Σ.Ο.Ψ.Υ.

Το πνεύμα των Χριστουγέννων υποδέχτηκαν την Τετάρτη 20 Δεκεμβρίου τα άτομα με ψυχική ασθένεια, που καθημερινά περνούν δημιουργικά το χρόνο τους στο **Κέντρο Ημέρας του Πανελληνίου Συλλόγου Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία (Σ.Ο.Ψ.Υ.)**, μαζί με τους συγγενείς και τους φίλους τους. Σε μια χαρούμενη γιορτή, που δεν έλειψαν ο χορός, η μουσική, το τραγούδι, τα δώρα και οι παραδοσιακές χριστουγεννιάτικες λιχουδιές, ο νεοσύστατος χώρος του Κέντρου Ημέρας, που συμπλήρωσε περίπου μισό χρόνο λειτουργίας, πλημμύρισε από αγάπη, ζεστασιά και ελπίδα.

Στη γιορτή παρευρέθηκε το Διοικητικό Συμβούλιο του Σ.Ο.Ψ.Υ., η Πρόεδρος της Πανελληνίας Ομοσπονδίας Συλλόγων Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία κα Αλεξάνδρα Στρούμπου, αλλά και μέλη του απερχόμενου Διοικητικού Συμβουλίου. Ο Πρόεδρος του Δ.Σ. του Σ.Ο.Ψ.Υ. κος Πέτρος Ανδρόνικος με μεγάλη συγκίνηση αναφέρθηκε στο παρελθόν αλλά και στο μέλλον του Συλλόγου, στο οποίο αναφέρθηκε και ο κος Βασίλειος Ξηρομερίτης, νέο μέλος του Δ.Σ., ενώ η Επιστημονικά Υπεύθυνη του Ξενώνα του Σ.Ο.Ψ.Υ., ψυχίατρος Μαρίνα Οικονόμου εξήρε την προσφορά της απερχόμενης

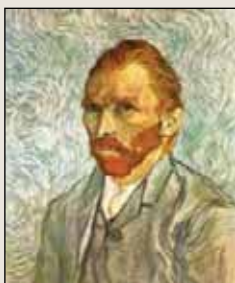
Αντιπροέδρου του Συλλόγου κας Βαρβάρας Καζή. Επίσης, μεταξύ άλλων τόνισε το σημαντικό ρόλο του Κέντρου Ημέρας στην κοινωνική επανένταξη των ασθενών αλλά και τη μοναδική καινοτομία του, η οποία έγκειται στο γεγονός ότι λειτουργεί καθημερινά, αλλά και τα Σαββατοκύριακα, από τις 4 το απόγευμα μέχρι τις 9 το βράδυ. Το Κέντρο Ημέρας, το οποίο στελεχώνεται από τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας που εργάζονται στον Ξενώνα



του Σ.Ο.Ψ.Υ. αλλά και από πολλούς εθελοντές, έμεινε ανοιχτό και κατά τη διάρκεια των διακοπών των Χριστουγέννων.

Η έκπληξη, όμως, της βραδιάς ήταν οι παρουσιάστες της εκπομπής Lifestyle του ALTER Νίκος Παπαδάκης και Νάντια Μπουλλέ που έγιναν «ένα» με τη μεγάλη αυτή παρέα και, σε ρόλο Αϊ Βασίλη, μοίρασαν πλούσια δώρα, μια ευγενική προσφορά των καταστημάτων Notos Galleries. Η παρουσία του Νίκου και της Νάντιας έδωσε μεγάλη χαρά σε όλους τους παρευρισκόμενους και έστειλε ένα νηχρό μήνυμα αλληλεγγύης, ανθρωπιάς και αισιοδοξίας, σε μια γιορτή που ήταν όλοι εκεί, εκτός από το στίγμα και την προκατάληψη.

Το πρώτο και το τελευταίο πορτραίτο. Βαν Γκόγκ



(Στη μοναξιά της τρέλλας ή στην τρέλλα της μοναξιάς).

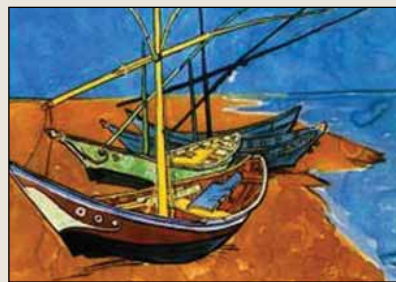
Ήταν το Γενάρη του 1889 που φιλοτέχνησε την πρώτη αυτοπροσωπογραφία του με το κομμένο αυτί. Αναπαράσταση μιας αληθινής προσωπικής του εμπειρίας, όταν λίγες βδομάδες πριν είχε έρθει πρόσωπο με πρόσωπο με

την πρώτη επώδυνη κρίση της αρρώστιας του. Είχε προηγηθεί όμως και είχε παγιωθεί μέσα του η σιγουριά της «μοναξιάς». Μόνος στον κόσμο. Ένα βίωμα υπαρξιακό που τον κυνήγησε σε όλη του τη ζωή και τελικά τον εξουθένωσε ψυχικά. Το βίωμα της μοναξιάς και της αποτυχίας. Αποτυχημένος έμπορος έργων τέχνης. Αποτυχημένες θεολογικές σπουδές. Αποτυχημένος δάσκαλος και ιεροκήρυκας. Αποτυχημένη επικοινωνία με τις γυναίκες και τον έρωτα. Αποτυχημένη προσπάθεια να κερδίσει μόνος του το ψωμί του. Αποτυχία να κρατήσει γύρω του ανθρώπους, συνοδοιπόρους του στην τέχνη και στις ιδέες - κορύφωση της απελπισίας του και λόγω της τραυματικής του προσήλωσης στον Γκωγκέν, η απόφαση του τελευταίου να φύγει μακριά. Και ένα βράδυ, 23 Δεκέμβρη του 1888, ενώ ο Γκωγκέν ανύποπτος βγαίνει να κάνει τον περίπατό του, ο Βίνσεντ (Βαν Γκογκ) εμφανίζεται μπροστά του σιωπηλός, κρατώντας το ξυράφι στο χέρι. Τη νύχτα εκείνη και μέσα στη μοναξιά του «κίτρινου σπιτιού» έκοψε το δεξί αυτί του με το ξυράφι, το τύλιξε σε ένα μαντήλι και το πρόσφερε - συμβολική χειρονομία - σε μια πόρνη. Ο πρώτος εγκλημασιός του. Δεκατέσσερις μέρες σε νοσοκομείο-άσυλο. «Το μπανταρισμένο αυτί» του «φιλοτεχνείται» στο ατελιέ του αμέσως μετά την έξοδό του από το ίδρυμα. Από τη δεξιά πλευρά το φασκιωμένο με λευκό «πένθιμο» επίδεσμο αυτί, από την αριστερή η ειδυλλιακή χαρά της γιαπωνέζικης στάμπας, το ίδιο το θαύμα της καθημερινής ζωής. «Δεν τοηλώ να ζητήσω από άλλους καλλιτέχνες να έρθουν εδώ μετά από ό,τι έγινε. Κινδυνεύουν να χάσουν το μυαλό τους όπως εγώ», θα γράψει στον αδελφό του τον Τεό, το Φλεβάρη του 1889. Λίγες μέρες μετά, συμπτώματα μανίας καταδιώχνης θα τον αποκόψουν οριστικά από τους ανθρώπους και την αγωνία του να διοχετεύσει τη στοργή και την πίστη του σ' αυτούς. Το άσυλο είναι ο δρόμος



που η «φοβισμένη» κοινωνία υποδεικνύει για τον καλλιτέχνη. «Η αυλή του νοσοκομείου στο Άρη» και ο «Ανθισμένος δενδρόκηπος» - παιχνίδια ελπίδας με την απελπισία σε μια κλειστοφοβική ατμόσφαιρα, που τα λουλουδάκια δε δραπετεύουν προς την ελευθερία του απλωμένου ορίζοντα.

Το τελευταίο πορτραίτο του (Σεπτέμβρης του 1889), σ'ένα εξυλιωμένο μεταφυσικό γκριζοπράσινο - μπλέ στροβιλιζόμενο φόντο, με τη ματιά του όλο ένταση στραμμένη στο «απρόσιτο», σ'αυτό που δεν του προσφέρθηκε παρόλο που το αναζήτησε με την ψυχή, με την τέχνη του. Και ήταν των ανθρώπων η κίνηση της χαράς γύρω του. Όμως «οι καρέκλες» έμειναν οριστικά άδειες στους πίνακές του. «Νιώθω τρομακτική διαύγεια τις στιγμές που η φύση είναι τόσο όμορφη. Δεν είμαι πια βέβαιος για τον εαυτό μου και οι πίνακες μοιάζουν να έχουν βγει από όνειρο»... μέσα σ'ένα τέτοιο όνειρο, σούρουπο θα ήτανε της 27 Ιουλίου 1890, βασιλεία των χρυσών σταροχώραφων, πήγε στα χωράφια, και εκεί, μοναχική ανθρώπινη φιγούρα στον τελευταίο πίνακα αυτοπροβολήθηκε στο στήθος, για να περάσει, δυο μέρες αργότερα στην ένταση του απόκοσμου φωτός.



Υπέκυψε στην αρρώστια του, θα μπορούσαμε να πούμε απλά με όρους που υπογορεύει η αστόχαστη καθημερινή γλώσσα μας.

Μια ενδιαφέρουσα έκδοση στην αγγλική γλώσσα, του ψυχιάτρου Erwin van Meekeren, διευθυντή του κέντρου διαταραχών της προσωπικότητας στη Χάγη, με τίτλο: *Starry starry night-life and psychiatric history of Vincent van Gogh* (Beneck N.I., Amsterdam 2003), επιχειρεί διατρέχοντας βιογραφικούς σταθμούς της ζωής του Β.Βαν Γκογκ, να προσδιορίσει με ακρίβεια το είδος της διαταραχής, της ψυχικής του ασθένειας. Όμως τι έχει το προβάδισμα σ'αυτό το «διάλογο» κοινωνίας και ατομικής ψυχικής ενδοχώρας και τι είναι πιο αποτελεσματικό να «αιχμαλωτιστεί» στα ερμηνευτικά μας εργαλεία; Και στην προσπάθειά μας να πραΰνουμε τον κόσμο και να τον προσφέρουμε κατά μικρές νησίδες εξημερωμένο στην υπερβάλλουσα, ευάλωτη ευαισθησία συνανθρώπων μας - πριν σπεύσουμε με την απόλυτη ετυμηγορία μιας διάγνωσης. Μια προσέγγιση πολλαπλών περιβαλλόντων (βιολογικών, κοινωνικών, ψυχικών, των ιεραρχήσεων και της αλληλεπίδρασής τους στις δραματικές κορυφώσεις ενός ψυχικού νοσήματος, σε συνδυασμό και με την ιδιαιτερότητα της καλλιτεχνικής ευφυΐας) θα μπορούσε, ίσως, να ενδυναμώσει τον αγώνα μας για αυτή την ενεργό κίνηση προς την ανθρωπιά, που τόσο όλοι μας την έχουμε ανάγκη.

Κασσιανή Βρεττού,

Ψυχολόγος

(εργάζεται εθελοντικά στο Πρόγραμμα κατά του Στίγματος της Ψυχικής Ασθένειας του ΕΠΙΨΥ)

Σέρρες, μια όμορφη και δυναμική πόλη του Βορρά με ευαίσθητους κατοίκους και ισχυρό κοινωνικό ιστό. Βρέθηκα εκεί στις 11 και 12 Νοέμβρη 06. Δεν είναι περίεργο ότι στην πόλη αυτή έχει αναπτυχθεί ο Σύλλογος Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία, ο Σ.Ο.Φ.Ψ.Υ Ν. Σερρών.

Οι δραστηριότητες του Συλλόγου ποικίλες και συνεχείς. Μετάφραση ενός αξιόλογου βοηθήματος, του βιβλίου «Μαθαίνοντας για τη σχιζοφρένεια» - «Αχτίδες Ελπίδας», του ετήσιου ονειροδρόμιου, του περιοδικού «Υποστήριξη», άλλων ενημερωτικών εντύπων κ.α. Επισκέψεις σε σχολεία για ευαισθητοποίηση εκπαιδευτικού και μαθητικού πληθυσμού, συνεχές πρόγραμμα ενημερωτικών εκδηλώσεων για το κοινό. Το πιο σημαντικό και ανθρώπινο, το σταδιακό χτίσιμο μιας ζεστής αγκαλιάς για νεαρά άτομα που βιώνουν την ψυχική ασθένεια ή άλλες δυσκολίες με δημιουργικές δραστηριότητες που γεμίζουν το χρόνο τους και δίνουν νόημα στη ζωή τους και με ομάδες υποστήριξης τόσο για τους ίδιους όσο και για τις οικογένειές τους. Και όλα αυτά με την εθελοντική δουλειά αξιόλογων πολιτών της κοινωνίας των Σερρών που τους αξίζουν τα πιο θερμά συγχαρητήρια για τις ικανότητες και την ανθρωπιά τους.

Η κινητήριος δύναμη, η Πρόεδρος του Συλλόγου Ελένη - Νίκη Νομίδου, η οικογένειά της και όλο το ΔΣ του Συλλόγου.

Αφορμή της επίσκεψης μου και πραγματοποίηση μιας από καιρό επιθυμίας μου, μια ακόμη εκδήλωση του Συλλόγου το πρωί της Κυριακής της 12 Νοέμβρη, που οργάνωσε με τη συνεργασία της Αστικής μη Κερδοσκοπικής Εταιρείας «Καλειδοσκόπιο» και της δυναμικής Προέδρου κ. Μαρίας Φαφαλιού - Δραγώνα.

Η ημερίδα αφιερωμένη στη μνήμη του Γιώργου Φαηλελάκη από τα Χανιά, ποιητή που έφυγε στα 41 του χρόνια αφού πάλησε και νίκησε την ψυχική ασθένεια.

Θέμα, η Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση, όχι όπως τη βλέπουν οι «ειδικοί», αλλά όπως τη βλέπουν οι ίδιοι οι άνθρωποι που αντιμετωπίσαν και αντιμετωπίζουν τις δυσκολίες που η ψυχική ασθένεια δημιουργεί. Πρωταγωνιστές στην Ημερίδα οι ίδιοι.

Διακριτική η παρουσία δύο ξεχωριστών ψυχιάτρων συντονιστών, του Αντώνη Λιοδάκη από τα Χανιά και του Γιώργου Ασρινάκη από την Αθήνα, που έδωσαν απλά και ανθρώπινα μηνύματα.

Με ευαισθησία και απλότητα νέοι άνθρωποι μίλησαν για το πως κέρδισαν το στοίχημα να τα βγάλουν πέρα στον καθημερινό αγώνα τους

- με την ψυχική ασθένεια.
- με τα προβλήματα που δημιουργεί το στίγμα και ο κοινωνικός αποκλεισμός και πως το ίδιο το

άτομο τα αντιμετωπίζει τόσο με τους δικούς του ανθρώπους όσο και στο πλαίσιο της εργασίας.

- πως θα πρέπει να ξαναχτίσουν τις προσωπικές σχέσεις με την οικογένεια, τον/την σύντροφο, τις ιατρικές υπηρεσίες, το κοινωνικό περιβάλλον.
- το μεγάλο ζητούμενο της εύρεσης εργασίας, της υποστήριξης στο εργασιακό περιβάλλον, της ανεργίας και της απραξίας .

Οι «πρωταγωνιστές» της ημερίδας μίλησαν ακόμα για την αξία της ψυχοεκπαίδευσης και της υποστήριξης των οικογενειών ώστε να αναπτυχθούν καλύτερες γέφυρες επικοινωνίας και σχέσεων αλλά και για την πορεία ανάπτυξης της προσωπικής ευθύνης του εαυτού.

Συγκινητική ήταν η απαγγελία ποιημάτων από το Γιώργο Κοκκινίδη από το Ηράκλειο, ενός άλλου ανθρώπου που έχει κερδίσει το στοίχημα της ζωής. Αν και Κυριακή πρωί και μέρα ηλιόλουστη, η αίθουσα ήταν γεμάτη από γονείς, φίλους, τα ίδια νεαρά άτομα που συμμετέχουν στο πρόγραμμα του



Συλλόγου. Όλη η κοινωνία των Σερρών παρούσα. Μεστός και απλός, ανθρώπινος ήταν ο χαιρετισμός του βουλευτή Σερρών κ. Ευγένιου Χαϊτίδη.

Με ιδιαίτερη ικανοποίηση επισκέφτηκα τα γραφεία του Συλλόγου, τους χώρους που τα παιδιά δημιουργούν και επικοινωνούν και διαπίστωνα πόσα πολλά μπορούν να γίνουν όταν υπάρχει αγάπη για τον άνθρωπο.

Ευχαριστώ το Σ.Ο.Φ.Ψ.Υ Σερρών που μου έδωσε την ευκαιρία να ζήσω αυτή την εμπειρία.

Ασφαλώς τέθηκαν τα προβλήματα όμως αυτό έγινε σε κλίμα αισιοδοξίας και ελπίδας για ένα καλύτερο μέλλον και ένα δικαιότερο κόσμο.

Θερμά συγχαρητήρια στο Σύλλογο Οικογενειών και Φίλων για την Ψυχική Υγεία Ν. Σερρών. Εύχομαι να έχει πάντα ενθουσιασμό και δύναμη να δημιουργεί σε όλους Ευτυχισμένο Νέο Χρόνο.

Από την Πρόεδρο της ΠΟΣΟΨΥ
Δρ Αλεξάνδρα Ασκούνη-Στρούμπου
Παιδιάτρο

Εορτασμός της Εθνικής Ημέρας Ατόμων με Αναπηρία

Ο εορτασμός της Εθνικής Ημέρας Ατόμων με Αναπηρία σηματοδοτήθηκε αυτή τη χρονιά για πρώτη φορά με δύο εκδηλώσεις, που δείχνουν την πλήρη πολιτική και κοινωνική αναγνώριση των θεμάτων της αναπηρίας από την ανώτατη πολιτική ηγεσία αλλά και την ηθική δέσμευση της πολιτείας για ισότιμη ένταξη στην κοινωνική ζωή του τόπου.

Στα πλαίσια αυτά:

- Στις 1-12-2006 παρατέθηκε Δεξίωση από τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας κ. Κároλο Παπούλια στο Γενικό Συμβούλιο της Εθνικής Συνομοσπονδίας Ατόμων με Αναπηρίες - ΕΣΑμεΑ και στους εκπροσώπους των Ομοσπονδιών ατόμων με αναπηρία και Ομοσπονδιών οικογενειών μελών της ΕΣΑμεΑ. Στην εκδήλωση παραβρέθηκαν οι κ. κ. Μαρίνα Οικονόμου - Λαλιώτη, Γεώργιος Κυπριώτης, Αλεξάνδρα Ασκούνη Στρούμπου, Πέτρος Ανδρόνικος, Ελένη Νομίδου, Τασία Ανδρουτσοπούλου, Διονυσία Παπαγιάννη, Φανή Λώλη, Παρασκευή Κυριακίδου, Ευαγγελία Εμμανουηλίδου, Ελένη Γεωργιάδου, Ιωάννης Κικίδης, καθώς και εκπρόσωποι των συλλόγων Σ.Ο.Ψ.Υ. και μελών της ΠΟΣΟΨΥ. Αναμφίβολα, μία δυναμική παρουσία από το χώρο της Ψυχικής Υγείας.



- Στις 7-12-06 παρατέθηκε γεύμα από τον αρχηγό της αξιωματικής αντιπολίτευσης κ. Γεώργιο Παπανδρέου στο Γενικό Συμβούλιο της ΕΣΑμεΑ και στους Προέδρους των Ομοσπονδιών μελών της ΕΣΑμεΑ. Εκ μέρους της ΠΟΣΟΨΥ παρέστη η υπογράφοσα.

Αλεξάνδρα Ασκούνη - Στρούμπου

Πρόεδρος της ΠΟΣΟΨΥ

Ημερίδα για την αντιμετώπιση μεταβολικών προβλημάτων που παρουσιάζονται στα άτομα με ψυχική ασθένεια

Στις 11 Νοεμβρίου 2006 πραγματοποιήθηκε στη Βαρκελώνη επιστημονική ημερίδα με θέμα την αντιμετώπιση μεταβολικών προβλημάτων που παρουσιάζονται στα άτομα με σοβαρή ψυχική νόσο. Η ημερίδα διοργανώθηκε από την Παγκόσμια Συμμαχία Προάσπισης της Ψυχικής Ασθένειας (GAMIAN Ευρώπης) και την Πανευρωπαϊκή Ομοσπονδία Συλλόγων Οικογενειών για την Ψυχική Ασθένεια (EUFAMI). Αφορμή για τη συγκεκριμένη διοργάνωση στάθηκε η έρευνα UNITE (που πραγματοποιήθηκε με την υποστήριξη της φαρμακευτικής εταιρείας Pfizer Inc) από την οποία προέκυψε ότι κάποια φάρμακα προκαλούν ανεπιθύμητες ενέργειες στους ασθενείς, οι οποίες δημιουργούν το μεταβολικό σύνδρομο (παχυσαρκία, αυξημένη περιφέρεια της μέσης, υπερχοληστεριναιμία, υπετριγλυκεριδαιμία, υπέρταση και παθολογική δοκιμασία ανοχής στη γλυκόζη). Στην ημερίδα, παρου-

σιάστηκαν τα ευρήματα της έρευνας UNITE και συζητήθηκαν τα μέτρα που μπορούν -και πρέπει να ληφθούν προκειμένου να διασφαλιστεί η επιτυχημένη διαχείριση της ψυχικής αλλά και της σωματικής-φυσικής υγείας των ασθενών. Κατά τη διάρκεια των workshops οι επαγγελματίες στο χώρο της υγείας και κυρίως οι οικογένειες και οι ασθενείς είχαν την ευκαιρία να διατυπώσουν τις απόψεις τους σε σχέση με την ανάγκη αλλά και τους τρόπους αφύπνισης της κλινικής κοινότητας (τροποποιήσεις στο νομοθετικό πλαίσιο, κινητοποίηση EUFAMI και GAMIAN, προβολή και δημοσιοποίηση του θέματος μέσα από τα ΜΜΕ κ.α.).

Χριστίνα Γραμανδάνη

Ψυχολόγος Υγείας MSc

ΤΟ 9^ο ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΤΗΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΑ 12-15 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

Το Διοικητικό Συμβούλιο της Παγκόσμιας Εταιρείας Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης (World Association for Psychosocial Rehabilitation) και ο Ελληνικός Κλάδος της, οργάνωσαν το 9^ο Παγκόσμιο Συνέδριο της Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης με θέμα:

«Η ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΣΤΗΝ ΕΠΟΧΗ ΤΗΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΠΟΙΗΣΗΣ: ΠΟΛΙΤΙΚΗ - ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ - ΕΡΕΥΝΑ»

στην Αθήνα μεταξύ 12 και 15 Οκτωβρίου 2006 στο Διεθνές Συνεδριακό Κέντρο του Μεγάρου Μουσικής, υπό την αιγίδα της Παγκόσμιας Οργάνωσης Υγείας και άλλων διεθνών οργανισμών. Από ελληνικής πλευράς τέθηκε υπό την αιγίδα του Προέδρου της Ελληνικής Δημοκρατίας, του Υπουργείου Υγείας & Κοινωνικής Αλληλεγγύης, του Πανεπιστημίου Αθηνών, του Δήμου Αθηναίων και άλλων φορέων. Ο Πρόεδρος της Δημοκρατίας κ. Παπούλιος τίμησε με την παρουσία του το Συνέδριο και κήρυξε την έναρξή του.

Η επιλογή της Αθήνας έγινε για να τιμηθεί η Χώρα μας για τις πολύχρονες και επίπονες προσπάθειες όλων μας για την επίτευξη της Ψυχιατρικής Μεταρρύθμισης.

Το Συνέδριο αυτό ακολουθεί μια σειρά από οκτώ προηγούμενα επιτυχημένα παγκόσμια Συνέδρια που έγιναν σε Λυών (1986), Βαρκελώνη (1989), Μόντρεαλ (1991), Δουβλίνο (1993), Ρότερνταμ (1996), Αμβούργο (1998), Παρίσι (2000) και Νέα Υόρκη (2003).

Η ΠΕΨΑ (WAPR) ιδρύθηκε το 1986 στη Λυών από ομάδα εμπνευσμένων στελεχών-ακτιβιστών του χώρου της ψυχικής υγείας της διεθνούς ακαδημαϊκής κοινότητας και γρήγορα αναπτύχθηκε έτσι ώστε σήμερα να έχει Κλάδους σε πάνω από 60 χώρες ενώ είναι Εταιρεία συνεργαζόμενη με τον ΟΗΕ και τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας. Οι κύριοι στόχοι της Εταιρείας είναι η προώθηση της οργάνωσης υπηρεσιών και εκπαίδευσης στους τομείς της Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης & Ψυχικής Υγείας καθώς και της προαγωγής της ποιότητας ζωής των ατόμων που νοσούν από χρόνια ψυχική νόσο και οικογενειών τους και προστασίας των δικαιωμάτων τους.

Στην Αθήνα εορτάστηκαν τα είκοσι (20) χρόνια της Εταιρείας. Το θέμα του Συνεδρίου ήταν αφιερωμένο στα φαινόμενα της Παγκοσμιοποίησης και στο πώς αυτά επιδρούν στην παροχή υπηρεσιών και προγραμμάτων για την αποκατάσταση των χρόνιων ψυχικά αρρώστων σε όλες τις γεωπολιτικές περιοχές του πλανήτη. Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στις πολιτικές που αναπτύσσονται, στις πρακτικές που έχουν αποδειχθεί αποτελεσματικές και στην έρευνα.

Στο Συνέδριο συμμετείχαν τα μεγαλύτερα ονόματα του διεθνούς επιστημονικού χώρου της ψυχικής υγείας και ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης όπως οι Robert Paul Liberman, John Talbott, Marianne Farkas, J.L.Roelandt, Martin Gittelman, Gill Haddock, Mario Maj, S.P.Sashidaran, J.P. Wilken, Heinz Katschnig, Siegfried Kasper, N.Bouras, W. Fleischhacker.

Οι συνοδικές επιστημονικές εκδηλώσεις ανήλθαν στις τετρακόσιες (400) στις οποίες συμπεριλαμβάνο-

νται 35 συμπόσια, 30 κύριες ομιλίες (lectures), 160 posters, 6 workshops, 48 ειδικές διαλέξεις και 128 ελεύθερες ανακοινώσεις. Οι συνολικά συμμετέχοντες υπερέβησαν τους χίλιους (1000) και παρέστη ένας σημαντικός αριθμός χρηστών υπηρεσιών ψυχικής υγείας, καθώς και μέλη των οικογενειών τους, μέσα από τους Διεθνείς και Ελληνικούς Συλλόγους τους.

Στο Συνέδριο συζητήθηκαν θέματα που απασχολούν το διεθνή και ελληνικό χώρο της ψυχικής υγείας, όπως ο αποϊδρυματισμός, το στίγμα και οι στάσεις απέναντι στους ψυχικά αρρώστους, οι εναλλακτικές μορφές της περίθαλψης απέναντι στο Άσυλο, η Κοινωνική Ψυχιατρική και Αποκατάσταση, οι ψυχοθεραπείες και οι ψυχοφαρμακοθεραπείες στις χρόνιες ψυχικές παθήσεις, η πολιτική οικονομία της ψυχοκοινωνικής αποκατάστασης και

τέλος η ανάπτυξη υπηρεσιών για χρόνιους ψυχικά αρρώστους στις χώρες του Τρίτου Κόσμου.

Μιλώντας για τον Τρίτο Κόσμο, πρέπει να τονισθεί ότι στο Συνέδριο προσκλήθηκαν ως υπότροφοι περίπου 30 νέοι επιστήμονες από την Αφρική και την Ασία.

Τέλος, πρέπει να σημειωθεί ότι νέος Πρόεδρος της Παγκόσμιας Εταιρείας Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης είναι ο καθηγητής της ψυχιατρικής του Πανεπιστημίου Αθηνών Μιχάλης Γ. Μαδιανός.

Πιστεύουμε ότι το 9ο Παγκόσμιο Συνέδριο Ψυχοκοινωνικής Αποκατάστασης αποτέλεσε ένα πολύτιμο forum ανταλλαγών ιδεολογίας, εμπειριών και επιστημονικών απόψεων για τη βελτίωση των συνθηκών ποιότητας ζωής των χρόνιων ψυχικά αρρώστων σε ένα παγκοσμιοποιημένο πλανήτη.

Χαιρετισμός εκ μέρους της ΠΟΣΟΨΥ Από την Πρόεδρο Αλεξάνδρα Στρούμπου

Εξωχότατε κ.πρόεδρε της Δημοκρατίας,

Βρίσκομαι εδώ ως εκπρόσωπος του κινήματος των οικογενειών του ΣΟΨΥ.

Ένα κίνημα που άρχισε το 1993 με την ίδρυση του πρώτου συλλόγου οικογενειών του ΣΟΨΥ. Το κίνημα αυτό βρίσκεται πια σε ανοδική πορεία με την ίδρυση πολύ δραστήριων συλλόγων και σε άλλες πόλεις της Ελλάδος, οι οποίοι από το 2002 έχουν συστήσει Ομοσπονδία, την ΠΟΣΟΨΥ.

Η ομοσπονδία αποτελείται από 9 συλλόγους με 2000 μέλη, ενώνει τη φωνή τους, συντονίζει κοινές δράσεις, προβάλλει τις ανάγκες και τα αιτήματά τους και προσπαθεί να παρεμβαίνει για την ενδυνάμωση της πολιτικής για την ψυχική υγεία στη χώρα μας.

Ευχόμαστε το σημαντικό αυτό συνέδριο να επεξεργασθεί νέες ιδέες και να προτείνει λύσεις που θα δώσουν απάντηση στις πολυπληθείς ανάγκες των ανθρώπων με ψυχική νόσο και των οικογενειών που τους στηρίζουν.

Ο κύριος στόχος οφείλει να είναι όχι απλά οι άνθρωποι αυτοί να ζουν έξω από τα ιδρύματα αλλά να τους δοθεί η δυνατότητα να ζουν μέσα στην κοινωνία ως ενεργοί πολίτες στο βαθμό που ο καθένας μπορεί.

Πιστεύουμε ότι οι κοινωνικές αξίες που μας ενώνουν ως πολίτες της Ευρώπης θα αποτελέσουν τον κύριο άξονα για την πολιτική για την ψυχική υγεία και στη χώρα μας.



Η παράσταση "Το Γάλα" της 19ης Οκτωβρίου 2006 αφιερώθηκε στην προσπάθεια του ΕΠΙΨΥ για τον αποστιγματισμό της Ψυχικής Ασθένειας

Όταν ξεκίνησε να παίζεται το «Γάλα», σε διάφορες συζητήσεις ή σχετικές ερωτήσεις, φοβούμενος μην τυχόν παρεξηγηθεί ως ένα έργο από αυτά που φτιάχνουν οι Αμερικάνοι - έχουν μάλιστα και ειδική κατηγορία γι' αυτά, έργα για handicapped people τα ήνε, βλήπε «Rainman» (Ο άνθρωπος της βροχής), «Ο Σολίστας», «Ένας υπέροχος άνθρωπος», «Τα παιδιά ενός κατώτερου Θεού», «Το θαύμα της Άννυ Σάλλιβαν» κ.λ.π. - υποστήριζα ότι το «Γάλα» δεν είναι ένα έργο για τη σχιζοφρένεια ή για οποιαδήποτε άλλη διαταραχή του νου και της ψυχής.

Και να, που τώρα βρίσκομαι εδώ σε μια παράσταση του έργου αφιερωμένη στον αγώνα κατά του στίγματος των ψυχικών διαταραχών. Και το πιο δύσκολο: Να πρέπει να μιλήσω γι' αυτή την υπόθεση. Και δεν είναι ότι δε θέλω. Είναι

ότι θα πρέπει ν' αφήσω πια τα λόγια να κυλήσουν ελεύθερα. Τα λόγια που ήθελα να πω σε όλους αυτούς τους θεατές που ήρθαν κι έρχονται να δουν την παράσταση, και πιο ειδικά σ' εκείνους που έφευγαν όχι απλώς συγκινημένοι αλλά κάτι άλλο: **Τ α ρ α γ μ έ ν ο ι**.

Ναι, γιατί με έκπληξη οδυνηρή διαπίστωσα πόσο πολλοί άνθρωποι που είδαν το έργο είχαν άνθρωπο δικό τους, ή στο ευρύτερο συγγενικό περιβάλλον, με παρόμοιο ή παρεμφερές πρόβλημα.

Τα λόγια αυτά λοιπόν που ένας κόμπος στο λαιμό δε μ' άφηνε να τους πω λίγο πριν καθούν μέσα στη νύχτα, καθώς και κάποια ντροπή ίσως. Μια αμνηχανία για το ότι το έργο είχε αγγίξει κάτι μύχιο μέσα τους έναν βαθύ πόνο, «εκείνη τη δαγκωματιά στην καρδιά» που ήξει και ο Αντώνης μέσα στο έργο.

Κι αυτές τις περιπτώσεις, νιώθω πως ο καλλιτέχνης που θέλει να είναι τίμιος με τον εαυτό του δεν τις βιώνει σαν έναν θρίαμβο της τέχνης του. Η τέχνη είναι σαν να σκάβεις σ' ένα ορυχείο προσπαθώντας να εξορύξεις πολύτιμο ορυκτό. Μέχρι που διαπιστώνεις ότι εκείνο που γυάλιζε πέρα μέσα στο σκοτάδι, δεν ήταν χρυσός, αλλά ένα ζευγάρι μάτια να σε κοιτούν. Κι εκεί πια σταματάς να κάνεις τέχνη. Εκεί σιωπάς.

Ή, αν μιλήσεις, μιλάς άμεσα βάζοντας στην μπάντα τα σκαπτικά εργαλεία της όποιας τέχνης σου. Κι αυτό, η αμεσότητα δηλαδή και το άνοιγμα της καρδιάς, είναι κάτι που το χρωστάμε όλοι μας σ' αυτούς τους αν-

θρώπους: Ψυχικά ασθενείς και οικείους τους. Γιατί, εκεί, στον προθάλαμο της ένταξης ανάμεσά μας, σ' εμάς τους «φυσιολογικούς», είναι που τις περισσότερες φορές εκδηλώνεται η ψυχική διαταραχή.

Εκεί, καθώς ο έφηβος ή ο νέος άνθρωπος υποτίθεται πως πρέπει να γλιστρήσει ήρεμα και απαλά από το περιβάλλον της οικογένειας στο ευρύτερο κοινωνικό περιβάλλον... Εκεί, κάτι συμβαίνει, ένα ατύχημα, κάτι πάει στραβά.

Κι αρχίζουν οι φόβοι, η ανασφάλεια, η καχυποψία ότι δεν είσαι αποδεκτός, ότι σε σχολιάζουν, ότι σε απορρίπτουν, ότι θέλουν το κακό σου.

Η τρέλα - αυτό που εύκολα ήμε τρέλα ή στο θέατρο το ήμε παράλογο (όχι όμως τόσο με τον τρόπο που δηλώνει ο όρος «θέατρο του παραλόγου» όσο με

τον τρόπο που ψηλάφησαν το παράλογο της ανθρωπίνης ύπαρξης οι αρχαίοι τραγικοί) - η τρέλλα λοιπόν, είναι ένας ωκεανός απέραντος και οι διάφορες κοινωνίες μας, βάρκες που πιανόμαστε πάνω τους, ν' ανεβούμε. Αν οι πιο πολλοί από εμάς τα έχουμε καταφέρει, ή έτσι τουλάχιστον νομίζουμε (γιατί πάντα κά-

ποιο μεγάλο κύμα μπορεί απότομα να μας παρασύρει κι εμάς), αυτός δεν είναι λόγος να επαναπαυόμαστε και να χαζεύουμε κάποιους που δεν τα κατάφεραν και βοηδοδέρνουν στα κύματα ή γαντζωμένοι στην άκρη της βάρκας εκλιπαρούν για ένα χέρι να τους τραβήξει. Και δεν είναι καν θέμα ηθικής τάξεως αυτό.

Είναι θέμα υπαρκτικής φύσεως για την ίδια, την οποία κοινωνία μας. Γιατί, ας μην ξεχνιόμαστε: Οι βάρκες μας μπορεί να είναι και χάρτινες «Μια μαλακία, μια τεράστια μαλακία», ήξει ο Λευτέρης. Κι αυτό που θα μπορούσε να τις κάνει αληθινές και στέρεες είναι η αλληλεγγύη και η συμπόνια με το πιο βαθύ αίσθημα της λέξης. Προκόβουν οι κοινωνίες που μπορούν να δεξιώνονται και να αφομοιώνουν δημιουργικά το διαφορετικό. Αυτές που μπορούν ακόμα ν' αποδέχονται.

Κι αν δεν είναι έτοιμες; Αν υπάρχει προκατάληψη; Φόβος; Τότε ας κοιτάξουμε μέσα μας εμείς οι ίδιοι. Ας αρχίσει αυτός ο φαύλος κύκλος να σπάει από εμάς τους ίδιους. «Κόφτο ρε, θα μας παραξηγήσουνε», έλεγε ο Αντώνης στον Λευτέρη. Γιατί ένας ψυχικά



Η παράσταση "Το Γάλα" της 19ης Οκτωβρίου 2006 αφιερώθηκε στην προσπάθεια του ΕΠΙΨΥ για τον αποστιγματισμό της Ψυχικής Ασθένειας

ασθενής στην παρέα μπορεί και να μας χαλάει το κέφι ή το image, να μας εκθέτει, να θυμίζει σ' όλους μας τον άγριο ωκεανό. Έ, ας μας «παραξηγούνε» οι άλλοι όμως. Σε τέτοιες περιπτώσεις είναι που μετράμε τους φίλους μας. Και το αξίζουν αυτοί οι άνθρωποι αυτοί. Γιατί είναι οι δικοί μας άνθρωποι, εκείνοι που, αν ήταν καλά, οι ίδιοι θα μας έδιναν ένα ποτήρι νερό και όχι οι διάφορες επιφανειακές σχέσεις με τις οποίες πασχίζουμε να ξεγελάσουμε τη δίψα της ζωής μέσα μας.

Αυτό το ποτήρι το νερό ή ένα ποτήρι ζεστό γάλα - «μαλακό», ας τους το δώσουμε πρώτα - πρώτα εμείς, η οικογένειά τους, οι συγγενείς τους, και όποιος άλλος θέλει, ας κάτσει στο ίδιο τραπέζι μαζί μας και μαζί τους. Ας είναι η ύπαρξη αυτών των ανθρώπων κριτήριο για το ποιοι είναι αληθινοί φίλοι μας, ποιοι τους αποδέχονται και κατ' επέκτασιν δέχονται κι εμάς. Ας γίνει η ίδια η οικογένεια - ναι, εμείς με τη δαγκωμάτιά στην καρδιά, αυτή τη σκιά από τις τύψεις στα πνεμόνια, εμείς που σαν προθάλαμος ένταξης στην κοινωνία κάποιο λάθος μπορεί να κάναμε, σε κάτι να φταιξαμε, μπορεί όμως και να μη φταιγαμε εμείς, να έφταιγαν τα γονίδια ή κάτι άλλο, μπορεί... μπορεί... Ας είμαστε εμείς οι ίδιοι ξανά ο προθάλαμος, γιατί ό,τι κι αν έχει γίνει, αυτός ο ρόλος της οικογένειας δεν ακυρώνεται. Και μάλιστα μετά την εκδήλωση της διαταραχής είναι ακόμα πιο πολύ αναγκαίος. Όχι ως καβούκι όπου μέσα του κρύβεται φοβισμένος ο αδερφός μας, ο πατέρας μας, το παιδί μας, αλλιά ως επαλήθεριο για το άνοιγμα προς τους άλλους.

Και αυτοί οι «άλλοι»; Αυτοί οι τρομεροί «άλλοι»;... Πώς διαπαιδαγωγούνται; Πώς μαθαίνουν ότι δεν έχουν να φοβούνται τίποτα; Εδώ και στις σχέσεις μεταξύ μας εμείς οι «άλλοι» δεν διακινδυνεύουμε τίποτα, πόσο μάλλον να διακινδυνεύσουμε στη σχέση ή στην επαφή με την ψυχική ασθένεια.

Κι όμως εδώ είναι που πρέπει να δοθούν οι ευκαιρίες στους ανθρώπους αυτούς να δείξουν ότι κανείς δεν έχει να φοβάται τίποτα, παρά μόνο μήπως χάσει ετοιματζιδικες πεποιθήσεις και στερεότυπα. Εδώ είναι που αρχίζει ο αγώνας κατά του στιγματισμού, ο αγώνας οργανισμών όπως ο Σ.Ο.Ψ.Υ. (Σύλλογος Οικογενειών για την Ψυχική Υγιεινή) ή το ΕΠΙΨΥ (Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής), εδώ οι συγγενείς συναντώνται και αντιμετωπίζουν το πρόβλημα μαζί, όχι πια σαν ένα ένοχο μυστικό, αλλιά στα ίσα, σ' αλήθεια, μεθοδικά και με αξιοπρέπεια.

Εδώ είναι που αρχίζει και ο ρόλος του κράτους. Να δίνει (το κράτος) ποσόστωση σε εξετάσεις και προσλήψεις για ανθρώπους με προβλήματα ψυχικής

υγείας. Είναι καλύτερα σε κάποιες θέσεις να μπαίνουν κάποιοι που έχουν την αγωνία να αποδείξουν κάτι στον εαυτό τους και στους άλλους, παρά κάποιοι που έχουν την αγωνία μόνο να βολευούνται. Και επιτέλους, το κράτος πρέπει να φιλοσοφήσει κάποια στιγμή για το ρόλο του μέσα στην κοινωνία. Τι μήνυμα περνάει υποδόρια στους πολίτες του όταν ψαλιδίζει κάθε είδος κοινωνικής πρόνοιας; Γιατί δεν είναι δαπάνες απλώς αυτές που περικόπτει. Είναι η ίδια η ιδέα της κοινωνικής μέριμνας και της αλληλεγγύης, αξίες καθαρά κοινοτικές που συνεχούν μια κοινωνία, και τις οποίες η θεσμική κεφαλή αυτής της κοινωνίας ροκανίζει σιγά - σιγά μέσα πια και στο υποσυνείδητο των πολιτών της και τις υποκαθιστά με τη ληθάνουσα ψυχο-νοοτροπία του «ζήσε εσύ και άσε τους άλλους να υποφέρουν».

Εδώ μπαίνει και ο ρόλος των δήμων. Της Πόλης. Η έγνοια για τον πάσχοντα συμπολίτη, να μη μένει δηλαδή εκτός πόλης, αλλιά να συμμετέχει ενεργά και μέσα από την καθημερινή επαφή με τους άλλους συμπολίτες της συνοικίας του, της γειτονιάς του, να ραγίζει ο φόβος και από τις δυο μεριές. Να αποκαθίσταται το αίσθημα του ανήκειν, της κοινότητας μέσα στην καρδιά του πληγωμένου ανθρώπου.

Έναν τέτοιο πληγωμένο νέο άνθρωπο είδαμε απόψε σ' αυτήν εδώ την παράσταση. Δε σημαίνει βέβαια πως το βάρος του έργου πέφτει αποκλειστικά σ' αυτόν, τον Λευτέρη. Ανάλογα με το που έχει ο κάθε θεατής τη δικιά του ρωγμή μέσα του, εκεί, πιστεύω, ότι έρχεται και κάθετα η παλάντζα του κάθε έργου. Τον βλέπουμε αυτόν τον άνθρωπο μέσα στο έργο να έχει μια παράφορη, κάποια στιγμή και επιθετική συμπεριφορά. Θέλω να πω μόνο αυτό: Ένα πληγωμένο ζώο όταν καταλάβει πως το φοβούνται, αποθρασύνεται και επιτίθεται. Ένας πληγωμένος άνθρωπος όταν νιώσει πως τον φοβούνται, α π ε λ π ί ζ ε τ α ι. Και τότε μπορεί να κάνει κι αυτός το ίδιο. Όμως όσο ίδιο δείχνει το αποτέλεσμα, τόσο διαφορετική είναι η αιτία: Το ζώο διεκδικεί την επιβίωσή του. Ο άνθρωπος, το πρόσωπό του. Και ο φόβος των άλλων προς αυτόν, τον ακυρώνει ως πρόσωπο. Αντίθετα, η αποδοχή τον κατακυρώνει και τον ολοκληρώνει ως τέτοιο.

Ευχαριστώ.

Βασίλης Κατσικονούρης

Συγγραφέας του έργου «Το Γάλα»

«Μπαμπά, ντρέπομαι που είσαι άρρωστος»

Δεν ήταν πια παιδί να μπερδεύεται ανάμεσα στα παντελόνια του, ούτε μωρό να πηλασιάζει το κορμί του, όταν έκανε να απομακρυνθεί από κοντά της. Ήταν κοπέλα 27 ετών.

Ο πατέρας της έκανε ό,τι παραπάνω μπορούσε για να της δώσει την καλύτερη μόρφωση. Εκείνη προτίμησε τελικά να τελειώσει δραματική σχολή, χωρίς βέβαια να ασχοληθεί με αυτό που σπούδασε. Ο μπαμπάς όμως ήθελε το καλύτερο γι' αυτήν.

Τη μητέρα της την γνώρισε στη νιότη του, την παντρεύτηκε από έρωτα, αλλά αυτός ο γάμος δεν κράτησε παρά επτά χρόνια. Η αγάπη όμως και το χρέος για την κόρη του δε σβήσανε ποτέ. Ακόμη και σήμερα που η σύνταξή του είναι όση και οι δικές της μηνιαίες αποδοχές, αυτός της καλύπτει το ενοίκιο του σπιτιού της κάθε μήνα ανελλιπώς.

Καθηγητής φιλολογίας, από τους καλύτερους, ο πατέρας αποφασίζει να ξενιτευτεί για να έχει καλύτερες αποδοχές και να πληρώνει έτσι το κολλέγιο της κορούλης του.

Η Γερμανία όμως είναι σκληρή και η μοναξιά

σκληρότερη. Εκεί θα εκδηλωθεί για πρώτη φορά η ψυχική νόσος. Παρ' όλα αυτά γυρνώντας στην Ελλάδα δε θα πάει να μείνει στην ήσυχη επαρχία που μένουν οι γονείς του, αλλά θα προτιμήσει να πάει στην αφιλόξενη Αθήνα, γιατί εκεί είναι η κορούλη του που σε δύο χρόνια ετοιμάζεται να δώσει Πανελλήνιες Εξετάσεις και θέλει να είναι κοντά της, για να την βοηθήσει. Δε μετράει η δική του υγεία, αλλά η κόρη του.

Και τώρα αυτή, αν και δεν είναι πλέον παιδί, μ' ένα στιλέτο κατευθείαν στην καρδιά: «Μπαμπά, ντρέπομαι που είσαι άρρωστος».

Τι να πεις αλήθεια; Ότι την αρρώστια δεν την ψωνίζουμε; Έρχεται και πρέπει να τη δεχθούμε και να την αντιμετωπίσουμε καρτερικά. Ότι η ψυχική νόσος δεν είναι τόσο σπάνια όσο φανταζόμαστε; Ένας στους τέσσερις μπορεί να νοσήσει. Όχι να κλέψει, ώστε να ντρέπεται για τον κλέφτη, αλλά να νοσήσει. Να νοσήσει και να πονέσει!

Ευαγγελινή Μπαλιτατζή

Ψυχοεκπαίδευση: Η πρώτη ομάδα για αδέρφια είναι πια γεγονός

Το Σάββατο 16 Δεκεμβρίου πραγματοποιήθηκε στον ΣΟΨΥ ομάδα ψυχοεκπαίδευσης για αδέρφια ατόμων που έχουν κάποια σοβαρή ψυχική ασθένεια. Είναι η πρώτη φορά που στην Ελλάδα «εγκαινιάζεται» μια τέτοια πρωτοβουλία, που έχει ως στόχο να καλύψει τα «ειδικά» αιτήματα και ερωτήματα που έχουν τα αδέρφια γύρω από την ασθένεια και τις επιπτώσεις που αυτή μπορεί να έχει στη δική τους ζωή.

Η ανάγκη για τη διοργάνωση ομάδων ψυχοεκπαίδευσης που θα απευθύνονται αποκλειστικά σε αδέρφια αναδύθηκε μέσα από τις υποστηρικτικές ομάδες συγγενών, αλλά και μέσα από τις ομάδες ψυχοεκπαίδευσης στις οποίες συμμετέχουν, εκτός από γονείς, και αδέρφια ατόμων με ψυχική ασθένεια.

Στην ομάδα συμμετείχαν 16 αδέρφια. Τα θέματα τα οποία συζητήθηκαν, μεταξύ άλλων, ήταν:

- Κληρονομικότητα

- Συμπτώματα -αίτια - θεραπεία -πορεία της ασθένειας
- Συναισθήματα (σύγχυση, θυμός, φόβος, ντροπή, απόρριψη, πίεση, ζήλια, ενοχές, θλίψη)
- Πώς να μιλήσουν στους άλλους για την αρρώστια του αδελφού-ής τους; Πώς να το πουν στο σύντροφό τους;
- Ζητήματα υποκειμενικής και αντικειμενικής επιβάρυνσης
- Τρόποι επικοινωνίας με τον ασθενή
- Στερεότυπα, μύθοι και προκαταλήψεις
- Στίγμα - αυτοστιγματισμός

Απαντήσεις σε όλα τα παραπάνω ερωτήματα έδωσαν οι ψυχίατροι Μαρίνα Οικονόμου και Δημήτριος Κολλοστούμπης. Η δεύτερη συνάντηση της ομάδας πραγματοποιήθηκε το Σάββατο 20 Ιανουαρίου 2007.

ΕΠΙΣΤΟΛΗ ΣΤΟΝ Σ.Ο.Ψ.Υ. ΑΠΟ ΤΗ ΔΥΨΑ «Συνεργασία, ειλικρίνεια και αγώνας»

Η συνεργασία οικογένειας, ασθενούς και γιατρού είναι το τρίπτυχο που πρέπει να προβάλλεται για την απόκτηση της ψυχικής γαλήνης όλων.

Για να καρποφορήσει όμως η προσπάθεια, απαραίτητη προϋπόθεση είναι η συγκατάθεση του ίδιου του ασθενούς. Τόσο ο ίδιος ο ασθενής όσο και το στενό οικογενειακό του περιβάλλον πρέπει να ενημερώνονται για τον τρόπο αντιμετώπισης της ψυχικής ασθένειας. Είναι πολύ σημαντικό, ο ασθενής να μη χάνει τον αυτοσεβασμό του. Πρέπει να διατηρεί την αυτοκυριαρχία του, να αντιμετωπίζει τις δυσκολίες της ζωής με σωστή κρίση και να εκτιμά τις αξίες της. Κι αυτό δεν είναι δύσκολο να γίνει αν εξηγηθεί στον ασθενή πόσο σημαντικό είναι να ακολουθεί τη φαρμακευτική αγωγή του ή υποβοηθητικά και κάποια μορφή ψυχοθεραπείας.

Ο ρόλος του γιατρού - ή ακριβέστερα του περιβάλλοντος περίθαλψης - είναι ιδιαίτερα κρίσιμος και κυρίως σχετικά με μια παράμετρο που συχνά υποτιμάται. Η ειλικρίνεια και η προσήνεια στη σχέση με τον ψυχικά ασθενή παίζουν καταλυτικό ρόλο. Ο φόβος της εξαπάτησης, της υποκρισίας και της ρατσιστικής συμπεριφοράς κάνει τους ψυχικά ασθενείς καχύποπτους και επιφυλακτικούς. Η κατάσταση αυτή δημιουργεί αρνητικό πνεύμα και κλονίζει σχέσεις που πρέπει να είναι εμπιστοσύνης. Έτσι αναπτύσσονται αισθήματα ανασφάλειας, φόβου και απαισιοδοξίας, που κάνουν τον ασθενή να βλέπει κινδύνους εκεί που δεν υπάρχουν και προκαλούνται προβλήματα προσαρμοστικότητας.

Πρέπει επίσης να είναι ξεκάθαρο πως ο ρόλος του γιατρού δεν μπορεί να εκφυλίζεται σε ένα απλό, μηχανικό συνταγογράφο αλλήλ να προσδιορίζεται μέσα από το συντονιστικό και υποστηρικτικό του χαρακτήρα. Ο ασθενής και η οικογένειά του έχουν ανάγκη από ένα συμπαραστάτη με γνώση και κατανόηση και όχι έναν απαθή διεκπεραιωτή.

Πάνω από όλα, όμως, αυτό που μετράει είναι ο ίδιος ο ασθενής. Για να επιβιώσει πρέπει να είναι ένας μαχόμενος άνθρωπος. Δεν μπορούμε να αντιμετωπίζουμε την ασθένεια μοιρολατρικά, γκρινιάζοντας και περιμένοντας από τους άλλους βοήθεια, στήριγμα και προώθηση. Δεν πρέπει να είμαστε ριψάσπιδες, να προτιμούμε τη φυγή από τον αγώνα, να αδρανούμε και να επαναπαυόμαστε στον οίκτο των άλλων. Η ανακάλυψη του εαυτού μας είναι η πρώτη πηγή δύναμης για τον αγώνα της ζωής.

Αθηνά Καρατζογιάννη

Εκπρόσωπος «ΔΥΨΑ»

(Δικαιώματα - Υποχρεώσεις Ψυχικά Ασθενών)

Επιστολή στον κ. Κάρολο Παπούλια

Κο Κάρολο Παπούλια

Πρόεδρο της Ελληνικής Δημοκρατίας

Προεδρικό Μέγαρο

Βασιλέως Γεωργίου Β΄ 2

Αθήνα 100 28

ΕΛΛΑΔΑ

13 Νοεμβρίου 2006

Αγαπητέ κύριε Πρόεδρε,

Είμαι ενθουσιασμένη, αλλή συνάμα θεωρώ ότι ήταν για μένα μεγάλη τιμή, που μου δόθηκε η ευκαιρία, τόσο ως μέλος οικογένειας η ίδια όσο και ως Πρόεδρος της Ευρωπαϊκής Ομοσπονδίας Συλλόγων Οικογενειών Ατόμων με Ψυχικές Διαταραχές (EUFAMI), να γνωρίσω εσάς και τη σύζυγό σας στην τελετή έναρξης του Παγκοσμίου Συνεδρίου για την Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση που διεξήχθη στην Αθήνα τον περασμένο Οκτώβρη. Μου έδωσε επίσης μεγάλη χαρά το γεγονός ότι ήσασταν παρών όταν προσφώνησα το χαιρετισμό μου, μεταφέροντας παράλληλα τις εγκάρδιες ευχές όλων των μελών της EUFAMI. Σημαίνει πραγματικά πολλή για τις οικογένειες σε πανευρωπαϊκό επίπεδο να γίνεται ειδική μνεία σε αυτές κατά τη διάρκεια τόσο σημαντικών εκδηλώσεων, όπως το Συνέδριο που διοργάνωσε η Παγκόσμια Εταιρεία για την Ψυχοκοινωνική Αποκατάσταση (WAPR).

Για τον Σ.Ο.Ψ.Υ., τον Πανελλήνιο Σύλλογο Οικογενειών για την Ψυχική Υγεία, ήταν μεγάλη χαρά και τιμή που η EUFAMI προσεκήληθη να συμμετάσχει στις εργασίες του Συνεδρίου.

Κατά τη διάρκεια της παραμονής μου στην Αθήνα, ο Σ.Ο.Ψ.Υ. προσκάλεσε εμένα και τα μέλη της EUFAMI από την Ιταλία και το Μαρόκο να πραγματοποιήσουμε μια εκπαιδευτική επίσκεψη στον Ξεώνα και το Κέντρο Ημέρας του Σ.Ο.Ψ.Υ., στην οδό Νεαπόλεως 9 -11 στο Βύρωνα. Και οι δύο αυτές δομές δημιουργήθηκαν από τον Σ.Ο.Ψ.Υ. και λειτουργούν υπό την εποπτεία του.

Ειλικρινά, εντυπωσιάστηκα με όλα όσα είδα και κυρίως με αυτά που «αισθάνθηκα» και θα ήθελα να σας συγχαρώ για την οικονομική ενίσχυση που προσφέρετε στον Σ.Ο.Ψ.Υ. επιτρέποντας στους ανθρώπους που τον απαρτίζουν να δουν το όραμα και τις ιδέες τους να παίρνουν σάρκα και οστά.

Η παραδειγματική λειτουργία των δομών του Σ.Ο.Ψ.Υ. με τη συνδρομή του κράτους συνιστά αναμφίβολα ένα θαυμάσιο παράδειγμα για το μέγεθος των εγχειρημάτων που μπορούν να επιτευχθούν στο πλαίσιο ενός μοντέλου συνεργασίας. Είμαι δε πεπεισμένη ότι αντίστοιχες πρωτοβουλίες μπορούν να αναπτυχθούν και σε άλλες περιοχές της Ελλάδας.

Ελπίζω πραγματικά εσείς και η σύζυγός σας να μπορέσετε να επισκεφτείτε και οι ίδιοι προσωπικά τον Ξεώνα και το Κέντρο Ημέρας του Σ.Ο.Ψ.Υ., καθώς έχω την αίσθηση ότι αυτές οι δομές αποτελούν ένα πολύ καλό παράδειγμα όπου το δημόσιο χρήμα έχει επενδυθεί και αξιοποιηθεί με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

Θα ήθελα να σας ενημερώσω ότι προωθώ αντίγραφο της παρούσης επιστολής στον Πρόεδρο του Σ.Ο.Ψ.Υ. κο Πέτρο Ανδρόνικο γιατί θα ήθελα να μοιραστώ μαζί του τη χαρά που ένιωσα κατά τη διάρκεια της πρόσφατης επίσκεψής μου στην όμορφη χώρα σας.

Ειλικρινά δική σας,

Inger Nilsson

Πρόεδρος της EUFAMI

«Χαμένοι στη μετάφραση...»

Επιτυχημένη ήταν η παρέμβαση του ΣΟΨΥ στην εταιρεία Village Films με αφορμή την προβολή της ταινίας με τον ανακριβή και σιγματιστικό τίτλο «Ο Σχιζοφρενής δολοφόνος με το πριόνι: η αρχή». Ειδικά ενημερωτικά φυλλάδια του Συλλόγου μας, που καταρρίπτουν τη μυθολογία και τα στερεότυπα που εδώ και δεκαετίες αναμασά η κακόγουστη επιλογή τίτλου της συγκεκριμένης ταινίας, διανεμήθηκαν σε όλους τους κινηματογράφους και δίδονταν στα ταμεία μαζί με τα εισιτήρια. Σε αυτό το σημείο θα ήταν παράλειψη να μην ευχαριστήσουμε τον κύριο Χάρη Αντωνόπουλο, Πρόεδρο και Διευθύνοντα Σύμβουλο της Village Roadshow για την ευαισθησία που επέδειξε για μια ακόμη φορά, καθώς και τις συνεργάτιδες του κυρίες Μαριάννα Σταμάτη και Κατερίνα Ραφτοπούλου για την άμεση δωρεάν εκτύπωση και διανομή των φυλλαδίων. Γιατί το αίτημά μας για αλλαγή του τίτλου μπορεί να μην ικανοποιήθηκε, όμως είμαστε σίγουροι ότι κάποιο λιθαράκι έχει μπει έτσι ώστε στο μέλλον να μη χρειαστεί ούτε εμείς αλλιά ούτε και κάποιος άρρωστος συγγενής μας να έρθουμε αντιμέτωποι με μια στρεβλή εικόνα που μας προσβάλλει αλλιά κυρίως μας πληγώνει...

9ο Εκπαιδευτικό Συνέδριο της GAMIAN στο Βέλγιο

Μεγάλη επιτυχία σημείωσε το 9ο Διεθνές Συνέδριο της GAMIAN που πραγματοποιήθηκε στις 2-4/11/2006 στο Βέλγιο, με θέμα «Κοινωνική και Οικονομική επίδραση της Ψυχικής Ασθένειας: Αναζητούνται λύσεις». Στο Συνέδριο συμμετείχαν 32 χώρες με 80 αντιπροσώπους. Την Ελλάδα αντιπροσώπευσαν η Πρόεδρος της ΠΟΣΟΨΥ κ. Α. Ασκούνη-Στρούμπου, ο Πρόεδρος του Σ.Ο.Ψ.Υ. κ. Πέτρος Ανδρόνικος και το μέλος του Δ.Σ. του ΣΟΨΥ κ. Γ. Μανδάλης.

Κατά το 3ήμερο Συνέδριο συζητήθηκαν θέματα όπως η κοινωνική υποστήριξη των ψυχικά ασθενών, η αντιμετώπιση της διπολικής διαταραχής, έρευνες για το στίγμα και της επιπτώσεις του, καθώς και οι οικονομικές και κοινωνικές επιπτώσεις της ψυχικής ασθένειας.

Επίσης οργανώθηκαν τα εξής εργαστήρια:

1. Πρότυπο Πρόγραμμα Ελέγχου Υπηρεσιών που παρέχει η Κοινότητα (Πρόγραμμα AUDIT).

Συντονιστής του εργαστηρίου αυτού ήταν ο Πρόεδρος του Σ.Ο.Ψ.Υ., ο οποίος είναι υπεύθυνος για την εφαρμογή του προγράμματος στον Ελληναϊκό χώρο. Το Πρόγραμμα στην Αγγλική και Ελληνική γλώσσα ευρίσκεται στην ιστοσελίδα του Σ.Ο.Ψ.Υ. (www.iatronet.gr/SOPSI).

2. Παραδοσιακή Ιατρική.

3. Δημιουργικότητα και Ψυχικές Ασθένειες.

4. Κοινωνικές Υπηρεσίες

Κατά τη διάρκεια του Συνεδρίου έγιναν αρχαιρεσίες για την ανάδειξη του νέου Δ.Σ. της GAMIAN. Στο Δ.Σ. αυτό εξελέγη για δεύτερη 2ετία ο Πρόεδρος του Δ.Σ. του Σ.Ο.Ψ.Υ. κ. Π. Ανδρόνικος, ως εκπρόσωπος της Ελλάδος.



Νέα τελευταίας στιγμής

Την 9η Ιανουαρίου 2007, ο Πρόεδρος του Σ.Ο.Ψ.Υ. κ. Π. Ανδρόνικος και η Πρόεδρος της Επιστημονικής Επιτροπής κα. Μ. Οικονόμου-Λαλιώτη επισκέφθηκαν στο Υπουργείο Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης την Ειδική Γραμματέα Ψυχικής Υγείας και Κοινωνικής Ένταξης κ. Μ. Τροχάνη και συζήτησαν τα ακόλουθα θέματα:

- 1) Επίλυση του γνωστού θέματος της Συνταξιοδότησης των Ψυχικά ασθενών (κατάργηση του ορίου ηλικίας)
- 2) Επιτακτική ανάγκη δημιουργίας ενός προστατευ-

ομένου διαμερίσματος από τον Σ.Ο.Ψ.Υ. και
3) Αύξηση της οικονομικής ετήσιας επιχορήγησης του Σ.Ο.Ψ.Υ.

Η κα. Τροχάνη κατανόησε τα θέματα που αναπτύχθηκαν λεπτομερώς από τους ανωτέρω εκπροσώπους του Σ.Ο.Ψ.Υ. και ζήτησε να της δοθούν περαιτέρω πληροφορίες σχετικά με το θέμα της συνταξιοδότησης.

Στο επόμενο τεύχος θα αναφερθούμε στην εξέλιξη των ζητημάτων μας.

Ευχαριστούμε θερμά

Ευχαριστούμε θερμά

- **την κα. Σοφία Στάϊκου, Πρόεδρο του Πολιτιστικού Ιδρύματος του Ομίλου Πειραιώς: 2.000 €**
- **την κα. Άννυ Πετράκη (Εταιρεία ΙΟΛΚΟΣ): 480 €**
- **τον κο. Δημήτρη Παρασκευόπουλο (Δημοτικό Σύμβουλο Πειραιά): 240 €**

για την αγορά εισιτηρίων στη θεατρική παράσταση "**Μάρτυρας Κατηγορίας**" στο **Θέατρο Δανδουλάκη** στις 4 Οκτωβρίου 2006. Τα κέρδη από τα έσοδα της παράστασης αυτής δόθηκαν υπέρ του Σ.Ο.Ψ.Υ. Επίσης ευχαριστούμε την ΠΟΣΟΨΥ, τα μέλη και φίλους του Σ.Ο.Ψ.Υ. που πρόθυμα ανταποκρίθηκαν και η παράσταση έγινε σε μία κατάμεστη αίθουσα, με αποτέλεσμα και τα μηνύματά μας να περάσουν στο κοινό αλλήλ και οι οικονομικά να ενισχυθεί ο Σ.Ο.Ψ.Υ.

Θερμές ευχαριστίες και πάλι στη διακεκριμένη καλλιτέχνη **κα. Κάτια Δανδουλάκη.**

Ευχαριστούμε ακόμη την Εταιρεία **Notos Galleries** για τη δωρεά ύψους **5.000 €** υπέρ του Σ.Ο.Ψ.Υ..

Τέλος, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε το τηλεφωνικό βιβλιοπωλείο «Ο φίλος του βιβλίου στην πόρτα σας», που προσφέρει στα μέλη του Σωματείου μας τη δυνατότητα να αγοράζουν όλων των ειδών τα βιβλία με έκπτωση από 10% έως 20%, κατόπιν τηλεφωνικής παραγγελίας, στα τηλέφωνα 210 9957771, 210 9959945 (παράδοση στο χώρο σας) καθώς και όλους όσοι κατά καιρούς βοηθούν οικονομικά και εθελοντικά το Σωματείο μας.

Θερμά συλλυπητήρια

Θερμά συλλυπητήρια στην οικογένεια του ζωγράφου Δημήτρη Ρίτσου, αρωγού μέλους του Σωματείου μας επί σειρά ετών. Ο Δημήτρης Ρίτσος φιλοτέχνησε το σήμα του Σωματείου μας και στάθηκε πάντα στο πλευρό μας όποτε τον χρειαζόμασταν. Στη μνήμη του οι κ. κ. Πέτρος και Χαρά Ανδρονίκου κατέθεσαν 50 Ευρώ στο Σ.Ο.Ψ.Υ..

Θα θέλαμε να υπενθυμίσουμε και να παρακαλέσουμε όλα τα μέλη μας να φροντίζουν για την πληρωμή της συνδρομής τους την οποία ο Σύλλογος έχει ανάγκη όχι μόνο για οικονομικούς λόγους, αλλά και για να αποδεικνύει τον αριθμό των ενεργών μελών του.

ΕΤΗΣΙΑ ΣΥΝΔΡΟΜΗ:

Ευρώ 30 για το πρώτο μέλος του Συλλόγου από κάθε οικογένεια.

Ευρώ 5 για το δεύτερο ή τρίτο μέλος από κάθε οικογένεια

Αρ. Λογαριασμού: ΕΤΕ 082/480 250 -02

Ανακοίνωση

- Κείμενα τα οποία μας έχουν αποσταλεί και δεν έχουν δημοσιευθεί, θα χρησιμοποιηθούν σε επόμενα τεύχη.
- Παρακαλούμε τα κείμενά σας να αποστέλλονται έγκαιρα και εφόσον είναι δυνατό σε ηλεκτρονική μορφή ή δακτυλογραφημένα.
- Για το επόμενο τεύχος θα πρέπει τα άρθρα σας να μας έχουν σταλεί μέχρι τις 28 Φεβρουαρίου.

ΕΔΡΑ Σ.Ο.Ψ.Υ.:

ΔΗΛΟΥ 3, ΒΥΡΩΝΑΣ 162 31
ΤΗΛ./ΦΑΞ: 210-7640277
e-mail: sopsi@ath.forthnet.gr
www.eufomi.org
www.iatronet.gr/minimata/minimata.html

ΞΕΝΩΝΑΣ Σ.Ο.Ψ.Υ.:

ΝΕΑΠΟΛΕΩΣ 9-11, ΒΥΡΩΝΑΣ 162 32
ΤΗΛ./ΦΑΞ: 210- 7649670
e-mail: xsopsi@otenet.gr

ΚΕΝΤΡΟ ΗΜΕΡΑΣ Σ.Ο.Ψ.Υ.:

ΝΕΑΠΟΛΕΩΣ 9-11, ΒΥΡΩΝΑΣ 162 32
ΤΗΛ./ΦΑΞ: 210- 7663007
e-mail: xsopsi@otenet.gr

**Τα «μηνύματα» εκδίδονται με την ευγενική χορηγία της
ΦΑΡΜΑΣΕΡΒ ΛΙΛΛΥ Α.Ε.Β.Ε.**

