

# Ψυχοκοινωνικές διαστάσεις της προσφυγικής συνθήκης

---

ΣΥΝΕΡΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

---



© Κέντρο Ημέρας Βαβέλ/Συν-ειρμός ΑμΚΕ Κοιν. Αθήνηλεγγύης 2019

Το εγχειρίδιο αυτό αποτελεί μέρος του εκπαιδευτικού υλικού με τίτλο:  
*Ψυχοκοινωνικές διαστάσεις της προσφυγικής συνθήκης - Συνεργική προσέγγιση*

Είναι προϊόν κοινής προσπάθειας  
του **Κέντρου Ημέρας Βαβέλ (Συν-ειρμός ΑμΚΕ Κοιν. Αθήνηλεγγύης)**  
και του **Centre for Trauma, Asylum and Refugees (University of Essex)**  
στο πλαίσιο έργου που χρηματοδοτήθηκε εξ ολοκλήρου  
από το **Open Society Foundations**.

Το εγχειρίδιο συνοδεύεται από διαφάνειες και βίντεο.

#### **Ομάδα Έργου:**

- Επιστημονικός υπεύθυνος: Καθηγητής Ρένος Παπαδόπουλος
- Συντονιστής: Νίκος Γκιωνάκης
- Διοικητικός υπεύθυνος έργου: Ευγενία Γιαννοπούλου

#### **Μέλη:**

- Ασημακοπούλου Μαριάννα
- Γρατσάνη Σταματία
- Κατσούλη Μαρία
- Μοσκώφ Αμίνα
- Φιλάρης Πελοπίδας
- Χονδρού Φανή

ISBN 978-618-82737-3-3

Επιμέλεια κειμένου: Λουκία Μπεζέ, Νίκος Γκιωνάκης  
Προτεινόμενη βιβλιογραφική αναφορά: Παπαδόπουλος Ρ.Κ. (Επιμ.) *Ψυχοκοινωνικές διαστάσεις της προσφυγικής συνθήκης - Συνεργική προσέγγιση*. Έκδοση του Κέντρου Ημέρας Βαβέλ (Συν-ειρμός ΑμΚΕ Κοιν. Αθήνηλεγγύης) και του Centre for Trauma, Asylum and Refugees (University of Essex). Αθήνα, 2019.

Η φωτογραφία του εξωφύλλου είναι του Μάριου Λόλιου.

Η πνευματική ιδιοκτησία αποκτάται χωρίς καμία διατύπωση και χωρίς την ανάγκη ρήτρας απαγορευτικής των προσβολών της. Κατά το Ν. 2387/20 (όπως έχει τροποποιηθεί με το Ν. 2121/93 και ισχύει σήμερα) και κατά τη Διεθνή Σύμβαση της Βέρνης (που έχει κυρωθεί με το Ν. 100/1975) απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αποθήκευση σε κάποιο σύστημα διάσωσης και γενικά η αναπαραγωγή του παρόντος έργου με οποιονδήποτε τρόπο ή μορφή, τμηματικά ή περιληπτικά, στο πρωτότυπο ή σε μετάφραση ή άλλη διασκευή, χωρίς γραπτή άδεια του εκδότη.

Το παρόν εγχειρίδιο είναι αναρτημένο στον ιστότοπο: [www.babeldc.gr/library](http://www.babeldc.gr/library)



# Ψυχοκοινωνικές διαστάσεις της προσφυγικής συνθήκης

---

ΣΥΝΕΡΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

---

Αθήνα 2019



# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ



# ΠΡΟΛΟΓΟΣ

---

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

---

Σχετικά με το εκπαιδευτικό υλικό και το εγχειρίδιο . . . . .19

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ

---

Προσφυγική συνθήκη και ψυχοκοινωνική διάσταση  
Σκοπός - Προσδοκώμενα αποτελέσματα - Λέξεις κλειδιά . . . . .27

1. Μύθοι και πραγματικότητα στις κρατούσες αντιλήψεις  
για τις μεταναστευτικές ροές . . . . .28

2. Υπάρχει αυτό που ονομάζουμε «προσφυγική συνθήκη»; . . . . .32

2.1. Κοινωνικο-ιστορική κατασκευή του προσφυγικού φαινομένου . . . . .32

2.2. «Προσφυγική ταυτότητα»: Εξαφανίζοντας τη φωνή . . . . .34  
των ανθρώπων

2.3. Επανεξετάζοντας την «προσφυγική συνθήκη» . . . . .36

3. Εισαγωγή στην ψυχοκοινωνική προσέγγιση

3.1. Σύντομη ιστορική αναδρομή. . . . .38

3.2. Τι σημαίνει η ψυχοκοινωνική προσέγγιση; . . . . .38

3.3. Διλήμματα . . . . .39

3.4. Ανθρώπινα Δικαιώματα και ψυχοκοινωνικός τομέας . . . . .40

3.5. Ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις και τραυματοκεντρικές  
παρεμβάσεις . . . . .41

4. Θεωρητικές προσεγγίσεις και πρακτικές εφαρμογές  
ψυχοκοινωνικών παρεμβάσεων . . . . .42

*Άσκηση 1η*

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ

---

### Γνωσιολογικό πλαίσιο

Σκοπός - Προσδοκώμενα αποτελέσματα - Λέξεις κλειδιά. . . . .51

1η Ενότητα | Απώλεια του οικείου χώρου και νοσταλγικός αποπροσανατολισμός . . . . .52

1.1. Ακούσια αποικεσία και φάσεις της προσφυγικής εμπειρίας . . . .52

1.2. Ο οικείος χώρος ως δυναμικό σύστημα και η σύνδεσή του με την ταυτότητα . . . . .56

1.3. Διατάραξη της οντο-οικολογικής σταθερότητας: Νοσταλγικός αποπροσανατολισμός . . . . .59

### Άσκηση 2η

2η Ενότητα | Τραύμα . . . . .62

2.1. Επτά ομάδες εννοιών για τη λέξη τραύμα. . . . .63

2.2. Τραύμα - Ετυμολογία και σημασίες . . . . .63

2.3. Επανεξετάζοντας την κυρίαρχη αντίληψη για το τραύμα . . . . .65

2.4. Άτομο τραυματισμένο ή άτομο κατακλυσμένο από αρνητικές εμπειρίες; . . . . .66

3η Ενότητα | Ευαλωτότητα . . . . .67

3.1. Η ευαλωτότητα ως αποτέλεσμα ενός συνόλου παραγόντων . . . .68

3.2. Η ευαλωτότητα ως έννοια δυναμική και εξαρτώμενη από το πλαίσιο και τις σχέσεις . . . . .68

3.3. Εργαλειοποίηση της ευαλωτότητας . . . . .69

4η Ενότητα | Ο κίνδυνος της θυματοποίησης . . . . .70

4.1. Διαχωρίζοντας το θύμα από την ταυτότητα του θύματος. . . . .70

4.2. Το τρίγωνο του θύματος. . . . .72

5η Ενότητα | Πιθανές αντιδράσεις στην αντιξοότητα. . . . .74

5.1. Κατασκευασμένη απάντηση στην αντιξοότητα . . . . .74

### Άσκηση 3η

5.2. Παράγοντες που καθορίζουν τις διαφορετικές αντιδράσεις	
Άσκηση 4η . . . . .	76
Άσκηση 5η . . . . .	77
5.3. Το Πλέγμα Αντιξοότητας . . . . .	77
5.4. Ανθεκτικότητα . . . . .	80
5.5. Ανάπτυξη Ενεργοποιούμενη από την Αντιξοότητα . . . . .	82
6η Ενότητα   Πολυπηλοκότητα - Μοναδικότητα	
- Ολότητα (ΠΟΜΟΛΟ) . . . . .	85
6.1. Η απώλεια της πολυπηλοκότητας - το πρώτο θύμα της αντιξοότητας . . . . .	85
6.2. Αποκαθιστώντας την Πολυπηλοκότητα . . . . .	87
6.3. Μοναδικότητα . . . . .	88
6.4. Ολότητα . . . . .	89
Άσκηση 6η	

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ

---

Η συνεργική προσέγγιση

Σκοπός - Προσδοκώμενα αποτελέσματα - Λέξεις κλειδιά . . . . . 93

1η Ενότητα | Συνεργικές vs τεχνολογικές παρεμβάσεις . . . . . 94

- 1.1. Αποσαφηνίζοντας τη διάκριση μεταξύ τεχνολογικών και συνεργικών παρεμβάσεων . . . . . 94
- 1.2. Συνεργασία στη συνεργική προσέγγιση. . . . . 94
- 1.3. Το ΠΟΜΟΛΟ στη συνεργική προσέγγιση . . . . . 95
- 1.4. Αποδόμηση της διάκρισης ειδικού - ασθενή . . . . . 95
- 1.5. Σύνοψη της διαφοροποίησης συνεργικών και τεχνολογικών παρεμβάσεων . . . . . 96

2η Ενότητα | Δουλεύοντας με το Πλέγμα Αντιξοότητας . . . . . 97

- 2.1. Διάγραμμα του Πλέγματος Αντιξοότητας . . . . . 98
- 2.2. Επίγνωση της υποκειμενικότητας: Διατηρώντας την ισορροπία ανάμεσα στις κατηγορίες αντιδράσεων. . . . . 99

2.3. Διάκριση των πιθανών αρνητικών αντιδράσεων . . . . .	99
2.4. Αποτίμηση των ανθεκτικών στοιχείων . . . . .	101
2.5. Ανάπτυξη ενεργοποιούμενη από την αντιξοότητα . . . . .	102
2.6. Η δυσκολία να προσδιορίσουμε την ανθεκτικότητα και την ανάπτυξη που ενεργοποιείται από την αντιξοότητα . . .	104

### Άσκηση 7η

3η Ενότητα   Καταγραφή πιέσεων, προκλήσεων και υποστηρικτικών συστημάτων . . . . .	112
3.1. Πιέσεις και προκλήσεις από το παρελθόν . . . . .	112
3.2. Κατανοώντας τις ψυχοπαιστικές συνθήκες του παρόντος . . . .	113
3.3. Συνεργασία στην αναγνώριση των πιέσεων . . . . .	115
3.4. Εργαλεία για την καταγραφή των πιέσεων και των στηρίξεων στο παρόν . . . . .	116
4η Ενότητα   Αποδυναμώνοντας την ταυτότητα του θύματος . . . . .	119
4.1. Η θυματοποίηση και η δυσκολία συμβιβασμού των Νομικών αφηγημάτων (π.χ. Ανθρώπινα Δικαιώματα) με την ψυχοκοινωνική προσέγγιση . . . . .	120
4.2. Το Πλήγμα Θύματος . . . . .	120
4.3. Ευρύτερες επιπτώσεις του Πλήγματος Θύματος και ανάγκη αποδόμησης της «χρησιμότητας» της ευαλωτότητας . . . . .	121
5η Ενότητα   Πώς να είμαστε θεραπευτικοί στην καθημερινή πρακτική . . . . .	123
5.1. Πρώτη επαφή: Σχέσεις εξουσίας, εμπιστοσύνη, υιοθέτηση κανόνων . . . . .	123
5.2. Έχοντας τον ρόλο του «μάρτυρα» στις ανθρώπινες ιστορίες .	125
5.3. Ανακτώντας την εμπιστοσύνη και την προβλεψιμότητα . . . . .	126
6η Ενότητα   Ο στόχος της ένταξης . . . . .	127
6.1. Η περίπτωση της Ελλάδας και η ανάγκη αλλαγής του αφηγήματος . . . . .	128
6.2. Συνέχεια των υπηρεσιών . . . . .	128



6.3. Το ΠΟΜΟΛΟ και οι διαφορετικές διαστάσεις της ένταξης . . .	129
6.4. Καταγραφή πιέσεων και χρήση του Πλέγματος Αντιξοότητας στην ένταξη. . . . .	129

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ

---

Δουλεύοντας με οικογένειες, πατέρες και πρόσφυγες με εμπειρίες βασανιστηρίων . . . . .	134
Σκοπός - Προσδοκώμενα αποτελέσματα - Λέξεις κλειδιά . . . . .	134
1η Ενότητα   Δουλεύοντας με οικογένειες προσφύγων . . . . .	134
1.1. Η οικογένεια ως υποστηρικτικό σύστημα . . . . .	134
1.2. Αλληλαγές στη δομή και δυναμική των οικογενειών των προσφύγων. . . . .	135
1.3. Γονεοποίηση (parentification) των ανηλίκων. . . . .	137
1.4. Οικογενειακές συγκρούσεις και σύγχυση λόγω των ψυχοπιεστικών παραγόντων που σχετίζονται με την ενσωμάτωση στη νέα κοινωνία . . . . .	139
1.5. Υποστηρίζοντας οικογένειες στην ανακάλυψη των θετικών επιπτώσεων της ακούσιας αποικεσίας . . . . .	140
1.6. Συμπερασματικές σκέψεις γύρω από την υποστήριξη των οικογενειών. . . . .	142
Άσκηση 8η . . . . .	143
Άσκηση 9η . . . . .	145
2η Ενότητα   Δουλεύοντας με πατέρες πρόσφυγες . . . . .	147
2.1. Θηλυκοποίηση του προσφυγικού πληθυσμού . . . . .	147
2.2. Οι πολλαπλές λειτουργίες του πατέρα στο οικογενειακό σύστημα . . . . .	148
2.3. Ιδιαίτερες απώλειες και δυσκολίες για τους πατέρες . . . . .	150
2.4. Υποστηρίζοντας πατέρες πρόσφυγες να ξαναβρούν τα δυνατά τους σημεία μέσα από το Πλέγμα Αντιξοότητας και το ΠΟΜΟΛΟ. . . . .	152
2.5. Συμπερασματικές σκέψεις γύρω από την υποστήριξη των πατέρων . . . . .	156

## Άσκηση 10η

3η Ενότητα | Δουλεύοντας με πρόσφυγες με εμπειρίες

βασανιστηρίων . . . . . 157

3.1. Διαφορετικές διαστάσεις και πραγματικότητες στους πρόσφυγες με εμπειρίες βασανιστηρίων . . . . . 158

3.2. Τυπικές αντιδράσεις στην εμπειρία βασανιστηρίων, συμπεριλαμβανομένων των θετικών αντιδράσεων . . . . . 160

3.3. Αποδομώντας παγιωμένες αντιλήψεις . . . . . 162

3.4. Ανθρώπινη επαφή και συνεργασία έναντι συγκατάθεσης . . . . 163

3.5. Συμπερασματικές σκέψεις γύρω από την υποστήριξη προσφύγων με εμπειρίες βασανιστηρίων . . . . . 165

## Άσκηση 11η

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ

---

Φροντίδα επαγγελματιών

Σκοπός - Προσδοκώμενα αποτελέσματα - Λέξεις κλειδιά . . . . . 170

1η Ενότητα | Επιπτώσεις της εργασίας με τους πρόσφυγες

στους επαγγελματίες . . . . . 172

1.1. Ψυχολογικές επιπτώσεις λόγω της φύσης της εργασίας. . . . . 172

1.2. Προκλήσεις που σχετίζονται με τις συνθήκες εργασίας σε συγκεκριμένα πλαίσια . . . . . 175

1.3. Διαφορετικά είδη στρες . . . . . 177

2η Ενότητα | «Αντίδοτα» στις προκλήσεις . . . . . 179

2.1. Πλαίσια υποστήριξης . . . . . 180

Ομάδες εποπτείας . . . . . 180

Ομάδες στήριξης προσωπικού . . . . . 181

Διακλαδικές ομάδες προσωπικού . . . . . 182

Αρχική και Συνεχιζόμενη Εκπαίδευση . . . . . 182

2.2. Όταν η προσφυγική εμπειρία δεν ταυτίζεται με το τραύμα, η υποστήριξη των προσφύγων δεν φέρνει εξουθένωση . . . . 184

2.3. Τελευταία σχόλια για τη φροντίδα των επαγγελματιών . . . . . 185

Άσκηση 12η . . . . . 186

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΚΤΟ

---

Συνεργασία γλωσσικών διευκολυντών με άλλους επαγγελματίες Σκοπός - Προσδοκώμενα αποτελέσματα - Λέξεις κλειδιά . . . . .	189
1η Ενότητα   Η σημασία της διερμνείας . . . . .	190
1.1. Η γλώσσα ως στοιχείο της κουλτούρας του πρόσφυγα . . . . .	190
Άσκηση 13η. . . . .	190
1.2. Πότε είναι απαραίτητη η συνεργασία με γλωσσικό διευκολυντή; . . . . .	191
2η Ενότητα   Προετοιμασία της συνάντησης. . . . .	191
2.1. Επιλογή γλωσσικού διευκολυντή . . . . .	191
2.2. Ενημέρωση του γλωσσικού διευκολυντή . . . . .	192
Ζητήματα που χρήζουν ιδιαίτερης προσοχής . . . . .	193
2.3. Διάταξη θέσεων στο δωμάτιο της συνάντησης . . . . .	193
3η Ενότητα   Πραγματοποίηση της συνάντησης . . . . .	194
3.1. Πρώτη συνάντηση . . . . .	194
3.2. Κατά τη διάρκεια της συνάντησης. . . . .	195
3.3. Ζητήματα που χρήζουν ιδιαίτερης προσοχής . . . . .	196
3.4. Συμπεριφορές που πρέπει να αποφεύγονται κατά τη διάρκεια της συνάντησης. . . . .	197
3.5. Αλλαγή στη δυναμική της σχέσης. . . . .	198
4η Ενότητα   Μετά τη συνάντηση . . . . .	199
4.1. Συζήτηση μεταξύ επαγγελματία και γλωσσικού διευκολυντή. . . . .	199
4.2. Υποστήριξη γλωσσικού διευκολυντή . . . . .	199
Ζητήματα που χρήζουν ιδιαίτερης προσοχής. . . . .	200

## ΕΠΙΛΟΓΟΣ

---

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

---

Ενδεικτικές απαντήσεις στις ασκήσεις . . . . .	205
--	-----

# ΠΡΟΛΟΓΟΣ



**Τ**ο εγχειρίδιο που έχετε στα χέρια σας απευθύνεται σε όσους εργάζονται με πρόσφυγες, είτε ως εθελοντές είτε ως έμμισθοι εργαζόμενοι, προτείνοντας όχι ένα ακόμη, αλλά ένα διαφορετικό εγχειρίδιο. Στο σύνολό του, κείμενο και συνοδευτικό υλικό από διαφάνειες και βίντεο, παρουσιάζει ένα διαφορετικό, από τα συνήθη, εννοιολογικό πλαίσιο που επιτρέπει πριν απ' όλα την κατανόηση της προσφυγικής συνθήκης ώστε οι όποιες παρεμβάσεις να αποκτούν νόημα.

Το Κέντρο Ημέρας Βαβέλ από την έναρξη της λειτουργίας του (τον Νοέμβριο του 2007) έθεσε ως στόχο, μεταξύ άλλων, την υποστήριξη όσων ασχολούνται με μετανάστες και πρόσφυγες. Η υποστήριξη αυτή παίρνει τρεις μορφές: την αρχική και συνεχιζόμενη κατάρτιση, την εποπτεία και τη διεπαγγελματική συμβουλευτική.

Για την επίτευξη αυτού του στόχου το Βαβέλ έχει προβεί σε ποικίλες ενέργειες: μετάφραση και έκδοση εγχειριδίων και οδηγών, οργάνωση και διεξαγωγή σεμιναρίων και εκπαιδευτικών προγραμμάτων, παροχή εποπτείας σε μεμονωμένους επαγγελματίες ή ομάδες εργαζομένων σε διάφορους φορείς και σε διαφορετικούς χώρους, διοργάνωση και διεξαγωγή επιστημονικών εκδηλώσεων και δράσεων ενημέρωσης - ευαισθητοποίησης, παροχή συμβουλευτικών υπηρεσιών σε μεμονωμένους εργαζόμενους για την επιτυχή αντιμετώπιση των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν στην εργασία τους. Επίσης στην ιστοσελίδα του Βαβέλ ([www.babeldc.gr](http://www.babeldc.gr)) αναρτάται συνεχώς σχετικό υλικό.

Σε αυτή την προσπάθεια είναι σημαντική η συνεισφορά εξωτερικών συνεργατών. Μεταξύ αυτών ξεχωρίζουμε ως ιδιαίτερα εποικοδομητική τη συνεργασία με το **Centre for Trauma, Asylum and Refugees** (CTAR) του Πανεπιστημίου του **Essex** (<https://www.essex.ac.uk/centres-and-institutes/trauma-asylum-and-refugees>) και ιδιαίτερα με τον Διευθυντή του, Καθηγητή Ρένο Παπαδόπουλο.

Η συνεργασία του Βαβέλ με το CTAR και τον Ρ. Παπαδόπουλο είναι μακρόχρονη και μέσα από αυτήν καταβάλλεται προσπάθεια για την από κοινού παραγωγή επιστημονικού και εκπαιδευτικού έργου. Το εκπαιδευτικό υλικό «Ψυχοκοινωνικές διαστάσεις της προσφυγικής συνθήκης - Συνεργική προσέγγιση» είναι ένα από τα προϊόντα αυτής της συνεργασίας.

Η ιδέα στην οποία στηρίζεται το όλο εγχείρημα (και βασίζεται στη θεωρητική προσέγγιση του Καθηγητή Ρένου Παπαδόπουλου) είναι ότι, όπως κάθε φαινόμενο, η προσφυγική συνθήκη χαρακτηρίζεται από τη δική της πολυπλοκότητα, μοναδικότητα και ολότητα και ότι οι ίδιοι οι παρεμβαίνοντες είναι μέρος αυτής της συνθήκης.

Ακολουθώντας αυτή την προσέγγιση, την οποία ο Ρένος Παπαδόπουλος ορίζει ως

συνεργική, καθίσταται απαραίτητο να αναζητηθεί η ιδιαίτερη και συγκεκριμένη πολυπλοκότητα, μοναδικότητα και ολότητα της εκάστοτε προσφυγικής συνθήκης.

Είναι ευνόητο ότι στην πολυπλοκότητα συμπεριλαμβάνονται όχι μόνο οι πρόσφυγες αλλιά και όσοι εργάζονται με ή για αυτούς, καθώς επίσης και το πλαίσιο μέσα στο οποίο οι μεν και οι δε «συναντιούνται». Είναι ακόμη ευνόητο, χωρίς να είναι αυτονόητο, πως η μοναδικότητα της προσφυγικής συνθήκης πρέπει να αναδύεται κάθε φορά που λαμβάνει χώρα η «συνάντηση» και ότι κάθε άνθρωπος αντιλαμβάνεται και βιώνει τη συνθήκη αυτή με τον δικό του ιδιαίτερο τρόπο και σίγουρα με τρόπο που μεταβάλλεται μέσα στον χρόνο. Είναι τέλος ευνόητο ότι όταν αναφερόμαστε στην ολότητα εννοούμε την αναγνώριση του Άλλου μέσα στη συνολική ανθρώπινη υπόστασή του κι όχι μόνο ως πρόσφυγα. Επιπλέον, σε όλα αυτά εμπλέκεται και η επίγνωση των δικών μας προκαταλήψεων (που δεν είναι λανθασμένες, αλλιά ελληπιείς και περιορισμένες, όπως πολύ εύστοχα επισημαίνει η νιγηριανή συγγραφέας Chimamanda Ngozi Adichie) εφόσον αυτές διαμορφώνονται μέσα από ποικίλες επιρροές, μεταξύ των οποίων κυρίαρχη θέση κατέχουν το εκάστοτε κυρίαρχο κοινωνικό αφήγημα και η γνωσιολογία μας.

Η μεθοδολογία που ακολουθείται στην αναζήτηση της πολυπλοκότητας, της μοναδικότητας και της ολότητας του φαινομένου εκπορεύεται από την αναγνώριση της ανάγκης να υιοθετηθεί ένας κατευθυντήριο άξονας που να παίρνει υπόψη του τόσο την ουσιοκρατική όσο και την κονστρουκτιβιστική προσέγγιση. Κατά συνέπεια είναι αναπόφευκτη η αναζήτηση μιας συνεργικής στάσης: η αναζήτηση αυτή οδηγεί στη συνειδητοποίηση ότι η πραγματικότητα των ανθρώπων δεν είναι δεδομένη και στατική, αλλιά συν-κατασκευάζεται. Στη διεργασία συν-κατασκευής, ο ρόλος του επαγγελματία είναι ισότιμος -χωρίς να είναι ίδιος- με αυτόν του πρόσφυγα. Άρα, ο επαγγελματίας δεν είναι ειδικός επειδή γνωρίζει πώς να επανορθώσει μια κατάσταση ή να λύσει ένα πρόβλημα, αλλιά επειδή αναγνωρίζει ότι υπάρχουν πτυχές που δεν τις γνωρίζει (και άλλες, που δεν γνωρίζει ότι δεν τις γνωρίζει...), ενώ ταυτόχρονα γνωρίζει πώς να συνεργαστεί με έναν άνθρωπο, μια ομάδα, μια κοινότητα με τρόπο που να επιτρέπει τον εντοπισμό αυτής της πολυπλοκότητας, μοναδικότητας και ολότητας όχι μόνο της συνθήκης του άλλου (εν προκειμένω του πρόσφυγα) αλλιά και αυτής που συν-διαμορφώνουν όταν συναντιούνται.

Πάντα στη βάση της συνεργικής προσέγγισης, κομβικές έννοιες όπως, «ταυτότητα», «τραύμα», «ευαλωτότητα», «ανθεκτικότητα» ορίζονται διαφορετικά ενώ δίνεται έμφαση στην περιγραφή και εξήγηση όρων όπως «οικείος χώρος», «νοσταλγικός αποπροσανατολισμός», «ανάπτυξη που ενεργοποιείται από την αντιξοότητα» και άλλους.

Είναι σημαντικό να επισημάνουμε για όποιον ενδιαφέρεται να έρθει σε επαφή με αυτή την προσέγγιση ότι φιλοδοξία του εκπαιδευτικού υλικού δεν είναι να εκπαιδεύσει (άλλωστε, η εκπαίδευση δεν περιορίζεται στη συμμετοχή σε σεμινάρια) όσο να ευαισθητοποιήσει και να ενημερώσει. Η εκπαίδευση απαιτεί άλλου τύπου ενέργειες και δεσμεύσεις τόσο από τη μεριά του «εκπαιδευτή» όσο και από τη μεριά του «εκπαιδευόμενου» και, βέβαια, μεγαλύτερη χρονική διάρκεια.

Η διάρθρωση του εγχειριδίου ακολουθεί την παραγωγική λογική, από το γενικό στο ειδικό: Στις πρώτες ενότητες γίνεται αναφορά στο θεωρητικό πλαίσιο και στη συνέχεια προσεγγίζονται ειδικά θέματα: των προσφυγικών οικογενειών, των προσφύγων που είναι πατέρες, των προσφύγων με εμπειρίες βασανιστηρίων, της συνεργασίας διερμηνέων-λογοίων επαγγελματιών και της φροντίδας επαγγελματιών και εθελοντών που εργάζονται στο πεδίο.

Σε κάθε ενότητα προτείνονται ασκήσεις που επιτρέπουν στον ενδιαφερόμενο να εξοικειωθεί με τις ειδικότερες πτυχές της συνεργικής προσέγγισης και παρέχεται η σχετική βιβλιογραφία. Τέλος, τα κείμενα παραπέμπουν στις διαφάνειες, που συνοδεύουν το εγχειρίδιο, καθώς και στα βιντεοσκοπημένα αποσπάσματα από το πιλοτικό σεμινάριο, που πραγματοποιήθηκε (βλ. παρακάτω), τα οποία δίνουν τη δυνατότητα πληρέστερης παρουσίασης συγκεκριμένων θεματικών. Δυο βιντεοσκοπημένες προσομοιώσεις συνεντεύξεων στις οποίες δίνεται έμφαση στη συνεργασία με διερμνείς (με τη μορφή «DOs» και «DON'Ts») συμπληρώνουν το υλικό και παρουσιάζονται στο τέλος του πέμπτου κεφαλαίου.

Οι ενέργειες που οδήγησαν στην ολοκλήρωση του έργου ήταν:

- Η σύσταση της ομάδας έργου,
- Ο σχεδιασμός των δράσεων και η έναρξη εκτέλεσης του έργου,
- Η διεξαγωγή συνεντεύξεων με πρόσφυγες αιτούντες άσυλο και επαγγελματίες,
- Η βιβλιογραφική έρευνα,
- Η συλλογή υλικού,
- Η διεξαγωγή τριήμερου σεμιναρίου ενημέρωσης - ευαισθητοποίησης (Η ψυχοκοινωνική διάσταση της προσφυγικής συνθήκης: από την υποδοχή στην ένταξη. Συνεργική προσέγγιση) στην Αθήνα στις 28-30 Σεπτεμβρίου 2018, βλ. <http://babeldc.gr/seminario-i-psykokoinoniki-diastrasi-tis-prosfygikis-synthikis/>) με στόχο τη δοκιμαστική παρουσίαση του εκπαιδευτικού υλικού και τη βελτίωσή του,
- Η σύνταξη του εγχειριδίου και συνολικότερα η ετοιμασία του εκπαιδευτικού υλικού σε δυο γλώσσες, αγγλική και ελληνική,
- Η παραγωγή σύντομων βίντεο που υποστηρίζουν την εκπαιδευτική παρέμβαση.

Το έργο είχε δωδεκάμηνη διάρκεια (από τον Ιανουάριο έως τον Δεκέμβριο 2018).

Το εκπαιδευτικό υλικό θα συμπληρωθεί: (α) με τη συγγραφή ενός εγχειριδίου που θα απευθύνεται σε εκπαιδευτές, και (β) με τη διεξαγωγή σεμιναρίων εκπαίδευσης εκπαιδευτών. Αυτές οι ενέργειες θα ολοκληρωθούν μέσα στο 2019.

## Η ΟΜΑΔΑ ΕΡΓΟΥ

Την επιστημονική ευθύνη του εγχειρήματος έχει ο Καθηγητής Ρένος Παπαδόπουλος. Το θεωρητικό μέρος του εγχειριδίου βασίζεται στις δικές του αναζητήσεις και το σύνολο του υλικού δημιουργήθηκε υιοθετώντας τις δικές του απόψεις. Ο Καθηγητής Ρένος Παπαδόπουλος καθοδήγησε τους συγγραφείς του εγχειριδίου, συντάξε τις διαφάνειες που το συνοδεύουν και επέβλεψε το σύνολο του επιστημονικού έργου.

Την ευθύνη συγκρότησης, οργάνωσης και συντονισμού της ομάδας έργου έχει ο Νίκος Γκιωνάκης, επιστημονικός υπεύθυνος του Βαβέλ.

Μέλη της ομάδας έργου είναι οι:

- Μαριάννα Ασημακοπούλου, MA, ψυχολόγος
- Σταματία Γρατσάνη, PhD, ψυχολόγος-ψυχοθεραπεύτρια, εκπαιδύτρια εκπαιδευτών ενηλίκων
- Μαρία Κατσούλη, MA, κοινωνική επιστήμονας
- Αμίνα Μοσκόφ MA, συμβουλευτική ψυχολόγος
- Πελοπίδας Φιλάρης, MA, ψυχολόγος
- Φανή Χονδρού, PhD, ψυχολόγος

Η κατανομή καθηκόντων στα μέλη της ομάδας έργου ήταν η ακόλουθη:

- Η Μαριάννα Ασημακοπούλου ανέλαβε τη συγγραφή της ενότητας που αφορά στην εκπαίδευση διερμηνέων και άλλων επαγγελματιών,
- Η Σταματία Γρατσάνη είχε την ευθύνη για τη διάρθρωση του υλικού σε εκπαιδευτικές ενότητες, την αξιολόγηση του πιλοτικού σεμιναρίου και τη σύνταξη σχετικής έκθεσης, την καθοδήγηση των συγγραφέων του εγχειριδίου ώστε αυτό να έχει τη μορφή εκπαιδευτικού υλικού,
- Η Αμίνα Μοσκόφ συνέβαλε στη συγγραφή της ενότητας για τη φροντίδα των επαγγελματιών,
- Η Μαρία Κατσούλη (που συμμετείχε στο έργο το πρώτο εξάμηνο του 2018)



εργάστηκε για τη συγκέντρωση και κατηγοριοποίηση πρωτότυπου υλικού του Καθηγητή Ρένου Παπαδοπούλου, τη σύνδεση βασικών εννοιών με σύγχρονα φαινόμενα - παραδείγματα, τη διεξαγωγή και απομαγνητοφώνηση συνεντεύξεων με επαγγελματίες ψυχικής υγείας, τη δημιουργία διαφανειών και τη διαμόρφωση της ροής του εκπαιδευτικού υλικού,

- Ο Πελοπίδας Φιλάρης και η Φανή Χονδρού είχαν την ευθύνη για:
  - Την διεξαγωγή συνεντεύξεων με πρόσφυγες, αιτούντες άσυλο και επαγγελματίες, την επεξεργασία τους και την αξιοποίησή τους για τους σκοπούς του εγχειριδίου,
  - Την βιβλιογραφική έρευνα,
  - Την συγγραφή του εγχειριδίου στην ελληνική και αγγλική γλώσσα,
  - Την οργάνωση του τριήμερου εκπαιδευτικού σεμιναρίου στις 28-30 Σεπτεμβρίου 2018 στην Αθήνα.

Η γενναιόδωρη υποστήριξη του Open Society Foundations κατέστησε δυνατή την παραγωγή του εκπαιδευτικού υλικού. Τους ευχαριστούμε θερμά!

**Νίκος Γκιωνάκης**

*Συντονιστής της ομάδας έργου*

# ΕΙΣΑΓΩΓΗ



# Σχετικά με το εκπαιδευτικό υλικό και το εγχειρίδιο

## ΣΤΟΧΟΣ ΤΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ

Ο γενικός στόχος του εγχειριδίου είναι η παρουσίαση ενός εννοιολογικού πλαισίου και η εξοικείωση των ενδιαφερόμενων με αυτό, ώστε να μπορούν να το χρησιμοποιούν για την αντιμετώπιση των καθημερινών προκλήσεων που συναντούν στην εργασία τους με ανθρώπους που αναζητούν διεθνή προστασία. Πτυχές αυτού του πλαισίου αναφέρονται σε ήδη γνωστά, πολυσυζητημένα θέματα τα οποία, για διάφορους λόγους, συχνά παραβλέπονται ή παραμελούνται στην καθημερινή πρακτική. Άλλες έννοιες είναι λιγότερο γνωστές, πιστεύουμε όμως ότι η θεωρητική και βιωματική τους προσέγγιση είναι εξαιρετικά πολύτιμη για την κατανόηση της προσφυγικής συνθήκης.

Κοινό χαρακτηριστικό όλων των προσεγγίσεων είναι το βάρος που δίνεται στην *ψυχοκοινωνική* διάσταση. Αυτό το εκπαιδευτικό υλικό δεν επιδιώκει να διδάξει στους επαγγελματίες πώς βελτιώνεται η «ψυχική υγεία» των προσφύγων, αλλά να τους βοηθήσει να κατανοήσουν καλύτερα τη βιωμένη πραγματικότητα των ανθρώπων με εμπειρίες *ακούσιας αποικείας\**, δημιουργώντας έτσι, μέσα από την κατανόηση, πιο αποτελεσματικούς τρόπους προσέγγισης αυτών των ανθρώπων στην ολότητά τους.

Για τον σκοπό αυτό, είναι πολύ σημαντικό να αναφερθούν τα τρία διαφορετικά είδη μάθησης μέσω των οποίων το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό θα επιδιώξουμε να μεταδοθεί στους εκπαιδευόμενους:

---

\* «... ως “ακούσια αποικεία” (involuntary dislocation) εννοώ όλα εκείνα τα φαινόμενα που συνδέονται με τις καταστάσεις που δημιουργούνται όταν κάποιος πρέπει να εγκαταλείψει το σπίτι του ακούσια, ως συνέπεια διαφόρων ειδών αναταράξεων: πολιτικών, περιβαλλοντικών, κλιματικών καθώς και κοινωνικο-οικονομικών. Μπορεί να γίνει λόγος για ψυχολογική εξορία και άλλες μορφές κοινωνικής περιθωριοποίησης, αλλά σαφώς είναι μεγάλη η διαφορά ανάμεσα σε κάποιον του οποίου το σπίτι καταστράφηκε εκ θεμελίων από μια πυρκαγιά ή διώχτηκε από τη χώρα καταγωγής του και κάποιον που, εξ αιτίας του σεξουαλικού προσανατολισμού του, δεν μπορεί να συνεχίσει να ζει σε μια συγκεκριμένη χώρα και αποφασίζει να μετακινηθεί σε ένα άλλο κράτος, ακόμη κι αν αμφότερες είναι μορφές ακούσιας αποικείας. Επομένως, για να επικεντρωθούμε στις διαφορές, είναι σημαντικό, αρχικά, να επικεντρωθούμε σε εκείνες που έχουν αναλογίες. Προτιμώ τη χρήση του όρου “ακούσια” παρά “εξαναγκαστική” επειδή δεν είναι παρούσα πάντα η σωματική βία και προτιμώ τη χρήση του όρου “αποικεία” σε σύγκριση με τον όρο “μετανάστευση” επειδή η “μετανάστευση” είναι ένας όρος κατά το μάλλον ή ήττον ασαφής: γίνεται λόγος για “μετανάστευση” ακόμη και για τα πουλιά, ως ένα “φυσικό” φαινόμενο, ενώ ο όρος “αποικεία” αποδίδει με ακρίβεια τη μοναδική εμπειρία που μπορεί να βιώσει ένα ανθρώπινο ον». (Papadopoulos, 2015b, σ. 6)

**ΔΙΔΑΚΤΙΚΗ/ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ:** με την παρουσίαση και συζήτηση συγκεκριμένων θεωρητικών εννοιών, απόψεων και μοντέλων.

**ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ:** με ασκήσεις ή δραστηριότητες που φιλοδοξούμε να αξιοποιηθούν από τους εκπαιδευόμενους προκειμένου αυτοί να ασκηθούν στις δεξιότητες που θα διδαχθούν κατά τη θεωρητική παρουσίαση.

**ΒΙΩΜΑΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ:** ασκήσεις για την εξοικείωση των εκπαιδευόμενων, μέσα από τη βιωματική συμμετοχή, με θέματα σχετικά με το ευρύ φάσμα της προσφυγικής εμπειρίας και την παροχή υποστήριξης στον πληθυσμό των προσφύγων.

Φυσικά θα υπάρξουν περιπτώσεις όπου η διάκριση μεταξύ των δυο τελευταίων ειδών μάθησης δεν θα είναι εμφανής, αλλιώς στόχος μας δεν είναι, φυσικά, αυτή η διάκριση. Η χρησιμοποίηση διαφορετικών μέσων αποσκοπεί στην εξασφάλιση της μετάδοσης γνώσεων και δεξιοτήτων που θεωρούνται ωφέλιμες στην καθημερινή εργασιακή πρακτική με πρόσφυγες και στη δημιουργία συνθηκών για προβληματισμό γύρω από στάσεις και αντιλήψεις που θα επιτρέψουν, ίσως, να φυτρώσει ένας σπόρος αλληλαγής.

## ΣΕ ΠΟΙΟΥΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ ΑΥΤΟ ΤΟ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ;

Αυτό το εγχειρίδιο απευθύνεται στους επαγγελματίες που εργάζονται, υπό διάφορες ιδιότητες, με πρόσφυγες και εσωτερικά εκτοπισμένους πληθυσμούς. Θα θεωρηθεί επιτυχία αν το εκπαιδευτικό υλικό αποδειχθεί χρήσιμο τόσο για εκείνους που αλληλεπιδρούν καθημερινά με τους ωφελομένους, έχοντας ως αποστολή την υποστήριξη και φροντίδα τους (ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, γιατρούς, εκπαιδευτικούς, κ.ά.), όσο και για όσους απασχολούνται σε οργανωτικές και διοικητικές θέσεις, σε επίπεδο χάραξης πολιτικής, αλλιώς και για τους εργαζόμενους στον τομέα των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, δικηγόρους, κ.ά. Οι απόψεις που παρουσιάζονται φιλοδοξούν να έχουν τόσο θεωρητική όσο και πρακτική αξία (εφαρμόσιμη στην εργασιακή πρακτική) για τους επαγγελματίες και κατ' επέκταση να είναι προς όφελος των ατόμων για ή με τα οποία εργάζονται.

Πέρα από τους επαγγελματίες, που στοχεύει άμεσα να υποστηρίξει, αυτό το εγχειρίδιο θα μπορούσε να είναι, επίσης, χρήσιμο και για άλλα άτομα στο πλαίσιο των γενικότερων ενδιαφερόντων τους για σκοπούς αυτομόρφωσης και, φυσικά, για φοιτητές, που πρόκειται να ξεκινήσουν σύντομα να εργάζονται με αιτούντες άσυλο και πρόσφυγες.

## ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΩΝ ΠΡΟΟΠΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΜΗ-ΑΠΛΟΥΣΤΕΥΤΙΚΩΝ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΩΝ

Στο συγκεκριμένο εγχειρίδιο γίνεται προσπάθεια ενοποίησης μιας σειράς, συχνά περιοριστικών, προσεγγίσεων και μέσων για την απόκτηση γνώσεων, που χρησιμοποιούνται για την υποστήριξη των προσφύγων. Η συνεργική προσέγγιση βασίζεται τόσο στις ουσιοκρατικές (essentialist) όσο και στις κονστρουκτιβιστικές (constructivist) προοπτικές, καθώς και στις παραγωγικές (deductive) και επαγωγικές (inductive) προσεγγίσεις.

Η ουσιοκρατική προοπτική ασχολείται με τη φύση της κατάστασης των προσφύγων και επιδιώκει να διερευνήσει τις πραγματικές απώλειες που έχουν βιώσει, ενώ στο επίκεντρο της έρευνας βρίσκονται τα συγκεκριμένα γεγονότα που διαμόρφωσαν την εμπειρία τους. Η κονστρουκτιβιστική προοπτική δίνει έμφαση στον τρόπο με τον οποίο οι πρόσφυγες αυτοπροσδιορίζονται καθώς και στις ανάγκες και στις εμπειρίες τους στο πλαίσιο των ευρύτερων κοινωνικοπολιτικών συνθηκών. Στο επίκεντρο αυτής της προσέγγισης βρίσκονται οι ποικίλες επιδράσεις που διαμορφώνουν τη συνολική τωρινή κατάσταση των προσφύγων.

Συχνά, λόγω συστημικών/οργανωτικών πιέσεων, οι παραδοσιακές προσεγγίσεις και η βιβλιογραφία για τη φροντίδα των προσφύγων τονίζουν την πρώτη, αγίζοντας μόνο επιφανειακά τη δεύτερη. Η προσέγγιση που παρουσιάζεται σε αυτό το εγχειρίδιο στοχεύει στη συνειδητοποίηση της πολυπλοκότητας και του πολυδιάστατου χαρακτήρα της κατάστασης των προσφύγων, μαζί με όλα όσα αυτή συνεπάγεται.

Η εγκυρότητα των απόψεων που αποτυπώνονται σε αυτό το εκπαιδευτικό υλικό βασίζεται επίσης σε μια επιστημολογική ευελιξία όσον αφορά τη χρήση τόσο απαγωγικών όσο και επαγωγικών μεθόδων προκειμένου να επιτευχθεί η επιθυμητή κατανόηση. Οι παραγωγικές μέθοδοι (deductive methods) αφορούν τη συγκέντρωση γνώσεων μέσω γενικών αρχών και κανόνων (νομοθετική προσέγγιση - nomothetic approach), ενώ οι επαγωγικές μέθοδοι (inductive methods) προσανατολίζουν τη γνώση μέσα από τις συγκεκριμένες και μοναδικές εμπειρίες του ανθρώπου που βρίσκεται μπροστά μας (ιδιογραφική προσέγγιση - idiographic approach). Υποστηρίζουμε τη χρήση και των δυο μεθόδων στην καθημερινή επαφή με τους ανθρώπους ώστε να είμαστε δεκτικοί, να έχουμε το θάρρος, την εμπιστοσύνη και την εμπειρία να δούμε τους εκτοπισμένους ως άτομα από τα οποία έχουμε να μάθουμε πολλά.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Papadopoulos, RK (2015) Trauma e processi di resilienza. Un approccio psicosociale. Prospetive sociali e sanitarie, XLV, 2: 6-9

## ΣΤΟΧΟΙ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό επιχειρεί να αξιοποιήσει διάφορους τρόπους μάθησης. Θεωρείται, επομένως, χρήσιμο να προσδιοριστούν οι στόχοι του σε τρία επίπεδα:

### A. Σε επίπεδο γνώσεων, οι ενδιαφερόμενοι θα είναι σε θέση:

- Να γνωρίσουν και να εξοικειωθούν με μια ολοκληρωμένη ψυχοκοινωνική προσέγγιση για την κατανόηση των διαφορετικών πτυχών της προσφυγικής εμπειρίας.
- Να εντυφύσουν σε μια συστημική προσέγγιση της έννοιας της κρίσης καθώς και της διαχείρισης της κρίσης.
- Να εμβαθύνουν σε επιμέρους πτυχές της προσφυγικής εμπειρίας και των επιπτώσεών της σε άτομα, οικογένειες, κοινότητες και κοινωνίες.
- Να διακρίνουν την πολυπλοκότητα, τη μοναδικότητα και την ολότητα κάθε ιδιαίτερου φαινομένου.

### B. Σε επίπεδο ικανοτήτων, θα είναι σε θέση:

- Να εξοικειωθούν με τη συνεργική προσέγγιση στην κατανόηση και υποστήριξη προσφύγων.
- Να ασκηθούν στην «ιδιογραφική» κατανόηση των αναγκών και των προσδοκιών των προσφύγων που αναζητούν υποστήριξη.
- Να μάθουν να διακρίνουν τις αρνητικές συνέπειες της έκθεσης σε αντιξοότητες, τα χαρακτηριστικά που παραμένουν αναλλοίωτα και την ανάπτυξη που ενεργοποιείται μέσω της αντιξοότητας, αξιοποιώντας το «Πλέγμα Αντιξοότητας».
- Να αναπτύξουν δεξιότητες υποδοχής/προσέγγισης προσφύγων που έχουν βιώσει ιδιαίτερα σοβαρές αντιξοότητες (βία, απώλεια προσφιλών προσώπων).
- Να ασκηθούν στη διεπαγγελματική ομαδική συνεργασία για τη φροντίδα των προσφύγων.
- Να εξοικειωθούν με την αξιοποίηση «χρήσιμων πλαισίων εργασίας» στην καθημερινή τους δραστηριότητα, με ιδιαίτερη έμφαση στην υποδοχή, ακρόαση, κατανόηση και υποστήριξη.

### Γ. Σε επίπεδο στάσεων, θα είναι σε θέση:

- Να προβληματιστούν γύρω από το κυρίαρχο αφήγημα όσον αφορά τα ζητήματα της

ανθεκτικότητας και της ευαλωτότητας, εντάσσοντας στην εργασιακή τους πρακτική νέους τρόπους κατανόησής τους.

- Να είναι σε θέση να αποφεύγουν τη θυματοποίηση των ανθρώπων που φροντίζουν.
- Να υιοθετούν στάσεις που αναγνωρίζουν την πολυπλοκότητα, τη μοναδικότητα και την ολότητα κάθε ανθρώπου, οικογένειας, ομάδας ή κοινότητας που φροντίζουν.
- Να αναζητούν την εφαρμογή πρακτικών που αναδεικνύουν την ανθεκτικότητα των ανθρώπων και την ανάπτυξή τους μέσω της αντιξοότητας, σεβόμενοι ταυτόχρονα την οδύνη τους.
- Να αποκτήσουν την ευελιξία για την αποδοχή καινοτόμων προσεγγίσεων στα ζητήματα που αφορούν στην ψυχοκοινωνική διάσταση στον χώρο του προσφυγικού.

## ΕΠΙΔΙΩΞΕΙΣ ΤΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ

Το συγκεκριμένο εγχειρίδιο έχει ευρύτερους στόχους από εκείνους της μονοδιάστατης προσέγγισης της «ψυχικής υγείας των προσφύγων», στην οποία επικεντρώνεται η διεθνής βιβλιογραφία. Η υπόθεση εργασίας μας είναι ότι ένα συνεκτικό, ενοποιημένο πλαίσιο σκέψης θα προσφέρει στους εργαζόμενους, που έχουν ως αποστολή την υποστήριξη των προσφύγων, τη δυνατότητα να δουν τον πρόσφυγα ως ένα περίπλοκο, πολύπλευρο και μοναδικό ον, του οποίου οι εμπειρίες και οι αντιδράσεις επηρεάζονται από πληθώρα παραγόντων. Κάθε μια από τις έννοιες που θα παρουσιαστούν θα έχει μεγαλύτερη αξία αν νοηθεί ως μέρος του συνόλου του θεωρητικού και πρακτικού υλικού, το οποίο θα επιχειρήσει να επαναπροσδιορίσει τις κυρίαρχες αντιλήψεις.

Το εκπαιδευτικό υλικό επιδιώκει να δημιουργήσει ένα μη-απλοστευτικό εννοιολογικά ορθό εργαλείο με τη βοήθεια του οποίου οι επαγγελματίες που δουλεύουν με εκτοπισμένους πληθυσμούς θα ενθαρρυνθούν να προσεγγίσουν την κατάσταση, πηγαινόντας πέρα από την κυρίαρχη αφήγηση για τους πρόσφυγες. Το εγχειρίδιο έχει σχεδιαστεί για να διευκολύνει την κατανόηση των πραγματικών διαστάσεων ενός φαινομένου που συχνά περιορίζεται στην κυρίαρχη αντίληψη για το τραύμα, η διαίωση της οποίας φέρνει τόσο τους πρόσφυγες όσο και τις κοινωνίες υποδοχής τους αντιμέτωπους με παράδοξες καταστάσεις. Πρέπει να τονιστεί ότι για να γίνει κατανοητή η προσφυγική συνθήκη, τα άτομα που ασχολούνται με αυτήν πρέπει να εξετάσουν το ευρύτερο πλαίσιο μέσα στο οποίο λαμβάνουν χώρα οι αμοιβαίες επιρροές, μεταξύ των προσφύγων και των κοινοτήτων υποδοχής, καθώς και τους σύνθετους παράγοντες που επηρεάζουν την κατανόησή τους ως προς τις ανάγκες των προσφύγων.

## ΕΜΦΑΣΗ ΣΕ ΤΡΕΙΣ ΟΜΑΔΕΣ ΤΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ

Μέρος αυτού του εγχειριδίου αφιερώνεται, αποδίδοντας έτσι και έναν φόρο τιμής, σε τρεις συγκεκριμένες ομάδες: α) στις οικογένειες προσφύγων, β) στους πατέρες πρόσφυγες, και γ) στους πρόσφυγες με εμπειρίες βασανιστηρίων. Το Κέντρο Ημέρας Βαβέλ και το Centre for Trauma, Asylum and Refugees (CTAR) του Πανεπιστημίου του Essex έχουν ασχοληθεί επισταμένως, τα τελευταία χρόνια, με αυτές τις τρεις κατηγορίες και πιστεύουμε ότι αξίζει να μοιραστούμε την εμπειρία που έχει αποκτηθεί καθώς επίσης την τεχνογνωσία που έχει παραχθεί. Η δυναμική και η πολύπλευρη σημασία της οικογένειας, η σχετική «παραμέληση» των πατέρων προσφύγων σε σχέση με τις μητέρες και τα παιδιά ως συνέπεια της αυξανόμενης «θηλυκοποίησης του πληθυσμού των προσφύγων» καθώς και η ανάγκη εξειδίκευσης των προσεγγίσεων για τα άτομα που έχουν εκτεθεί σε ακραίες βιαιότητες επηρέασαν την επιλογή μας να αφιερώσουμε ένα μέρος του εκπαιδευτικού υλικού στην κατανόηση και υποστήριξη αυτών των ομάδων.

## ΔΟΜΗ ΚΑΙ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΤΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ

Στο πρώτο κεφάλαιο του εγχειριδίου γίνεται μια επισκόπηση της προσφυγικής συνθήκης και μια περιγραφή της ψυχοκοινωνικής προσέγγισης. Στο δεύτερο και στο τρίτο κεφάλαιο παρουσιάζονται οι άξονες της συνεργικής προσέγγισης. Το τέταρτο κεφάλαιο επικεντρώνεται στις τρεις ειδικές κατηγορίες προσφύγων που αναφέρθηκαν παραπάνω. Το πέμπτο και το έκτο κεφάλαιο αναφέρονται στη φροντίδα/υποστήριξη επαγγελματιών που εργάζονται με τον προσφυγικό πληθυσμό καθώς και στη συνεργασία με τους γλωσσικούς διευκολυντές. Κάθε κεφάλαιο χωρίζεται σε μια σειρά από ενότητες και υπο-ενότητες, περιλαμβάνει δε πρακτικές και βιωματικές δραστηριότητες ώστε οι εκπαιδευόμενοι ή αναγνώστες να μπορέσουν να κατανοήσουν τα εννοιολογικά στοιχεία που παρουσιάζονται και να ασκηθούν σε αυτά. Για τη διευκόλυνση της κατανόησης του υλικού, σε κάθε κεφάλαιο υπάρχουν παραπομπές στις διαφάνειες που συνοδεύουν το κείμενο, καθώς και σύνδεσμοι που παραπέμπουν τους αναγνώστες σε σχετικά βιντεοσκοπημένα αποσπάσματα από το τριήμερο σεμινάριο με τον Καθηγητή Ρένο Παπαδόπουλο.

Παρόλο που είναι προτιμότερο τα κεφάλαια του εγχειριδίου να διαβαστούν με τη σειρά που παρουσιάζονται, κάθε κεφάλαιο μπορεί να λειτουργήσει και μόνο του. Προτείνουμε στους αναγνώστες να προσπαθούν να εφαρμόζουν τις πρακτικές ασκήσεις ή δραστηριότητες αμέσως μετά την ολοκλήρωση κάθε ενότητας, ώστε να αφομοιώσουν καλύτερα το διδακτικό υλικό που παρουσιάζεται και να οικειοποιηθούν τις, υπό εκπαίδευση, δεξιότητες.



## ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ ΚΑΙ ΜΕΛΕΤΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΩΝ ΣΤΙΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΒΙΩΜΑΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ

Οι αφηγήσεις/ιστορίες και τα υποθετικά σενάρια που χρησιμοποιούνται για τους σκοπούς των ασκήσεων είναι εμπνευσμένα από πραγματικά περιστατικά. Ονόματα, χώρες και καταστάσεις έχουν βεβαίως αλληλάβει για λόγους εμπιστευτικότητας. Οι αφηγήσεις αυτές προέκυψαν από ποικίλες συνεντεύξεις (ή σε κάποιες περιπτώσεις μέσα από θεραπευτικές σχέσεις) με εκποισθέντες, οι περισσότερες από τις οποίες πραγματοποιήθηκαν για τους συγκεκριμένους σκοπούς του παρόντος εγχειριδίου.

## ΔΙΑΠΙΣΤΩΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΙΛΟΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΥΛΙΚΟΥ

Το εκπαιδευτικό υλικό εφαρμόστηκε πιλοτικά και αξιολογήθηκε σε ένα τριήμερο σεμινάριο, διάρκειας 24 ωρών, το οποίο πραγματοποιήθηκε στην Αθήνα, στις 28-30 Σεπτεμβρίου 2018. Το σεμινάριο παρακολούθησαν 30 επαγγελματίες διαφορετικών ειδικοτήτων, με εμπειρία στην εργασία με αιτούντες άσυλο και πρόσφυγες. Ο διαδραστικός χαρακτήρας του σεμιναρίου και οι βιωματικές δραστηριότητες επέτρεψαν την εποικοδομητική συνεργασία μεταξύ των επαγγελματιών από διαφορετικούς κλάδους και την ανταλλαγή γνώσεων. Καθώς η περιορισμένη διάρκεια του σεμιναρίου θεωρήθηκε μη ικανοποιητική, η εκπαίδευση αυτή προτείνεται να έχει διάρκεια πέντε ημερών έως μιας εβδομάδας, ενδεχομένως με ένα σύντομο διάλειμμα πριν την παρουσίαση της ενότητας που εστιάζει στις τρεις κατηγορίες προσφύγων.

Κρίνεται επίσης ωφέλιμο και εμπλουτιστικό για τους αναγνώστες ή εκπαιδευόμενους κάποιες από τις πρακτικές ασκήσεις που προτείνονται, να τις επεξεργάζονται, να τις συζητούν και να απαντούν σε αυτές από κοινού με συναδέλφους τους. Πιστεύουμε ότι αυτό θα ενισχύσει την κατανόηση των εννοιών που παρουσιάζονται και θα βοηθήσει τους εκπαιδευόμενους να αξιοποιήσουν στο έπακρο το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό ώστε να το εφαρμόσουν στο πλαίσιο της επαγγελματικής τους δραστηριότητας.

Καθώς ένα μέρος του διδακτικού υλικού ενδέχεται να είναι εντελώς νέο για κάποιους από τους αναγνώστες, θεωρείται σημαντικό ο καθένας να έχει τον χρόνο και την υποστήριξη που χρειάζεται ώστε να εμπεδώσει καλύτερα τις νέες έννοιες και τους νέους τρόπους σκέψης και να αναπτύξει τις απαραίτητες δεξιότητες για τη δουλειά του με πρόσφυγες.



# Προσφυγική συνθήκη και ψυχοκοινωνική διάσταση

## ΣΚΟΠΟΣ

Το κεφάλαιο αυτό έχει ως στόχο να παρουσιάσει και να διερευνήσει ορισμένες διαδρομές μέσα από τις οποίες έννοιες όπως η «προσφυγική συνθήκη» και η «ταυτότητα του πρόσφυγα» παρουσιάζονται διαχρονικά στο κυρίαρχο αφήγημα για τους πρόσφυγες. Θα γίνει μια σύντομη ανασκόπηση του περιεχομένου των ψυχοκοινωνικών προσεγγίσεων καθώς και των πρακτικών εφαρμογών τους.

## ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο τέλος του κεφαλαίου οι αναγνώστες θα είναι σε θέση:

- Να προβληματιστούν γύρω από ορισμένα δεδομένα όσον αφορά τη μετανάστευση και την προσφυγική εμπειρία,
- Να αντιληφθούν το παράδοξο: κάποιος να αντιμετωπίζει τον πρόσφυγα ως «ανθρωπιστικό πρόβλημα», αλλά παράλληλα να του στερεί τη φωνή του,
- Να κατανοήσουν γιατί η ιδέα μιας προκατασκευασμένης (pre-set) «προσφυγικής συνθήκης» είναι επιζήμια για την κοινωνία αλλά και περιοριστική/μεροληπτική,
- Να προσδιορίσουν τα χαρακτηριστικά που συνθέτουν μια ψυχοκοινωνική προσέγγιση καθώς και να προβληματιστούν ως προς μια σειρά διλημάτων που αναδύονται,
- Να διακρίνουν τις διαφορές μεταξύ μιας ψυχοκοινωνικής παρέμβασης και μιας παρέμβασης που εστιάζεται στο τραύμα,
- Να βελτιώσουν την κατανόσή τους ως προς τις αρχές που συνθέτουν στην πράξη μια ψυχοκοινωνική προσέγγιση.

**Λέξεις-κλειδιά:** Προσφυγική συνθήκη, ταυτότητα του πρόσφυγα, προσφυγική εμπειρία, ανθρωπιστικό πρόβλημα, ψυχοκοινωνική διάσταση, ανθρώπινα δικαιώματα, IASC, Sphere Project, OPSIC.

## 1. ΜΥΘΟΙ ΚΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΣΤΙΣ ΚΡΑΤΟΥΣΕΣ ΑΝΤΙΛΗΨΕΙΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΤΙΚΕΣ ΡΟΕΣ

Φαίνεται να είναι κοινά αποδεκτό ότι τις τελευταίες δεκαετίες η παγκοσμιοποίηση έχει οδηγήσει σε μεγάλη αύξηση καθώς και σε ποικιλότητα και πολυμορφία του πληθυσμού της παγκόσμιας μετανάστευσης. Συνήθως το φαινόμενο αυτό μεταφράζεται ως μια «συνεχιζόμενη κρίση» και όλο και περισσότερες χώρες επηρεάζονται από τα μεταναστευτικά ρεύματα (Castles & Miller, 2009). Όσον αφορά την ευρωπαϊκή κοινωνικοπολιτική κατάσταση, η ιδέα αυτή διαφαίνεται στους υπάρχοντες κανονισμούς σχετικά με τα σύνορα και τις αναδυόμενες πολιτικές απαγόρευσης των μετακινήσεων ως μέτρο αντιμετώπισης των επικείμενων κινδύνων (Tsianos & Karakayali, 2010).

Παρόλα αυτά, πρόσφατες έρευνες (για παράδειγμα των De Haas, κ.ά., 2018) δείχνουν ότι μεταξύ του 1950 και του 2015, ο συνολικός αριθμός των μεταναστών, σε όλο τον κόσμο, αυξήθηκε με τον ίδιο ρυθμό που αυξήθηκε και ο παγκόσμιος πληθυσμός. Αυτό που έχει αλλιάξει από τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο και μετά είναι η κατεύθυνση των μεταναστευτικών ρευμάτων. Αυτή η αλλαγή κατεύθυνσης οφείλεται κυρίως στην αποαποικιοποίηση, καθώς και σε μια περίοδο ενθάρρυνσης των μεταναστευτικών ροών προς χώρες της Βόρειας Ευρώπης, που τις δεκαετίες του 1970 και του 1980 αναζητούσαν φτηνό εργατικό δυναμικό.

Ειδικότερα, όσον αφορά τους πρόσφυγες, προκαλεί έκπληξη το γεγονός ότι μεταξύ του 1990 και του 2010, ο αριθμός των προσφύγων σε παγκόσμιο επίπεδο παρουσίασε γενικά μια πτωτική τάση, μετά την κατάπαυση των πολέμων σε περιοχές της Λατινικής Αμερικής και της Αφρικής. Ο συνολικός αριθμός των προσφύγων αυξήθηκε και πάλι από το 2010 έως το 2016, κυρίως λόγω του εμφύλιου πολέμου στη Συρία (UNHCR, 2017).

Σχετικά με τη σύντομη ιστορία του φαινομένου, το μεγαλύτερο μέρος της βιβλιογραφίας για τους πρόσφυγες αναφέρει την αναγκαστική μετανάστευση ως «πρόβλημα του Τρίτου Κόσμου» (Gordenker, 1983 | Harrell-Bond, 1986 | Malkki, 1995). Φαινομενικά, μια τέτοιου τύπου κατανόηση δείχνει να δικαιολογεί τις δυτικές πολιτικές που στρέφονται στην «άμυνα κατά της μετανάστευσης». Οι υποστηρικτές της πολιτικής αυτής μοιάζει να αγνοούν ότι πάνω από το 85% των προσφύγων παγκοσμίως παραμένουν σε χώρες του Τρίτου Κόσμου (Czaika & De Haas, 2014). Επιπλέον, η αντίληψη ότι η φτώχεια παράγει πρόσφυγες έρχεται σε αντίθεση με το γεγονός ότι δεν είναι οι καταστάσεις ακραίας οικονομικής στέρξης που συνήθως εξαναγκάζουν τους πληθυσμούς να μετακινηθούν και να διεκδικήσουν το διεθνές καθεστώς του πρόσφυγα (Malkki, 1995), αλλά πληθώρα άλλων παραγόντων.

Τα στατιστικά στοιχεία και οι σχετικές πληροφορίες δεν συμβαδίζουν με το σημερινό προσφυγικό αφήγημα. Με τον ανάλογο τρόπο που αντιλαμβανόμαστε την προσφυγική συνθήκη ως πρόβλημα του Τρίτου Κόσμου, αντιλαμβανόμαστε κάποιες χώρες ως αυτές που «παράγουν» πρόσφυγες και άλλες χώρες ως αυτές που δέχονται πρόσφυγες. Αυτή η αντίληψη δεν στηρίζεται σε δημογραφικά στοιχεία, που άλλωστε είναι εξαιρετικά πολύπλοκα, και ως εκ τούτου είναι λανθασμένη. Για παράδειγμα, η Συρία, είναι ευρέως γνωστή ως η χώρα που «εξάγει» τον μεγαλύτερο όγκο προσφυγικών πληθυσμών παγκοσμίως, όμως επί του παρόντος έχει, εντός των συνόρων της, περισσότερα από 6 εκατομμύρια εσωτερικά εκτοπισθέντες, ενώ ταυτόχρονα φιλοξενεί έναν μεγάλο αριθμό προσφύγων από το Ιράκ και χώρες της Αφρικής (Aburas, Najeeb, Baageel, & Mackey, 2018).

Παρομοίως, η κατεύθυνση της μεταναστευτικής ροής για χώρες όπως η Βραζιλία, η Βενεζουέλα και η Αργεντινή έχει μέσα σε λίγα χρόνια (ή ακόμη και μήνες) αντιστραφεί πλήρως (De Haas κ.ά, 2018), κυρίως λόγω των οικονομικών κρίσεων. Τούτες οι μεταβολές κατεύθυνσης φανερώνουν την αβεβαιότητα, την πολυπλοκότητα και την πιθανή μεταβλητότητα όσον αφορά το ζήτημα του κατά πόσο μια χώρα παράγει ή δέχεται μετανάστες.

Συνεπώς, μια πιο ακριβής αντίληψη της υπάρχουσας κατάστασης μας οδηγεί να κατανοήσουμε ότι παγκόσμιες αλλά και εθνικές κοινωνικο-οικονομικές διεργασίες ή μεταρρυθμίσεις έχουν ωφελήσει υπέρμετρα κάποιες χώρες (ή πόλεις ή ομάδες ανθρώπων μέσα σε πόλεις, κλπ) ενώ την ίδια στιγμή έχουν επιβαρύνει άλλες. Σύγχρονες τάσεις της μεταναστευτικής πολιτικής έχουν ευνοήσει τη μετανάστευση ειδικευμένων ανθρώπων με συγκεκριμένες δεξιότητες που συχνά προέρχονται από συγκεκριμένες περιοχές ενώ έχουν υπαγορεύσει ορθότατα και πιο απαγορευτικούς νόμους όσον αφορά τους ανειδίκευτους και αιτούντες άσυλο μετανάστες (Florida, 2006). Όπως θα δούμε στη συνέχεια, για τους ανθρώπους αυτής της κατηγορίας, πολλές φορές ο μοναδικός τρόπος ανάκτησης και διεκδίκησης των βασικών δικαιωμάτων τους ή απλών κοινωνικών ευεργετημάτων είναι η προβολή της ευαισθητότητάς τους.

Η επισκόπηση αυτή θεωρείται ιδιαίτερα σημαντική πριν την παρουσίαση συγκεκριμένων εννοιών που σχετίζονται με αυτό που έχει οριστεί ως «προσφυγική συνθήκη». Είναι επιτακτική η ανάγκη να κατανοηθεί η προσφυγική εμπειρία και γενικότερα η μετανάστευση ως πολύπλοκα φαινόμενα πέραν των παραδοσιακών, οικονομικών πραγματικοτήτων. Θέματα όπως η ανάπτυξη, η κοινωνική πολιτική, η ανισότητα, παίζουν σημαντικό ρόλο στον καθορισμό των μεταναστευτικών παραμέτρων με συχνά παράδοξους τρόπους και η ευαισθητοποίηση ως προς τις πραγματικότητες αυτές θα βοηθούσε στον επαναπροσ-

διορισμό του αφηγήματος. Αντί ο κόσμος να διαιρείται σε μέρη που δέχονται πρόσφυγες και σε μέρη που στέλνουν πρόσφυγες, με βάση την αναφορά σε ανακριβή στοιχεία και παρερμηνευμένες καταστάσεις, πρέπει ίσως να δοθεί χώρος για την ανάπτυξη μιας πιο ειλικρινούς, βιώσιμης και ανθρώπινης μετα-μεταναυστικής (post-migration) κοινωνίας.

### ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΤΙΚΕΣ ΡΟΕΣ: ΜΥΘΟΙ ΚΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ

- Μεταξύ του 1950 και του 2015, ο συνολικός αριθμός των μεταναστών ανά τον κόσμο αυξήθηκε μόνο με τον ίδιο ρυθμό που αυξήθηκε και ο παγκόσμιος πληθυσμός.
- Αυτό που πραγματικά έχει αλλάξει από τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο και μετά είναι η κατεύθυνση των μεταναστευτικών ρευμάτων

### ΑΛΛΑΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΑΦΗΓΗΜΑ

- Η αναγκαστική μετανάστευση ως “πρόβλημα του Τρίτου Κόσμου”  
ΑΛΛΑ
- Η ιδέα ότι «η φτώχεια παράγει πρόσφυγες» έρχεται σε αντίθεση με το γεγονός ότι δεν είναι μόνο οι καταστάσεις ακραίας οικονομικής στέρησης που συνήθως εξαναγκάζουν τους πληθυσμούς να μετακινηθούν αλλά πληθώρα διαφορετικών παραγόντων.

### ΑΛΛΑΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΑΦΗΓΗΜΑ

- Μύθος: «Κάποιες χώρες παράγουν πρόσφυγες και κάποιες χώρες δέχονται πρόσφυγες».
- Βλέπε το παράδειγμα της Συρίας - ‘εξάγει’ τον μεγαλύτερο όγκο προσφυγικών πληθυσμών παγκοσμίως ενώ φιλοξενεί περισσότερους από 6 εκατομμύρια εσωτερικά εκτοπισθέντες εντός των συνόρων της.

### Η ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ

- Παγκόσμιες αλλά και εθνικές κοινωνικοοικονομικές διαδικασίες έχουν δυσανάλογα επωφελήσει κάποιες χώρες (ή πόλεις, ομάδες ανθρώπων μέσα σε πόλεις, κλπ.), ενώ έχουν επιβαρύνει άλλες χώρες (ή πόλεις).
- Σύγχρονες τάσεις στην μεταναστευτική πολιτική ευνοούν την μετανάστευση ειδικευμένων ανθρώπων με συγκεκριμένες δεξιότητες ενώ διατηρούν ολοένα πιο απαγορευτικούς νόμους όσον αφορά ανειδίκευτους μετανάστες και αιτούντες άσυλο

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Aburas, R., Najeeb, A., Baageel, L. & Mackey, T. K. (2018). The Syrian conflict: a case study of the challenges and acute need for medical humanitarian operations for women and children internally displaced persons. *BMC medicine*, 16(1), 65.
- Castles, S. & Miller, M. J. (2009). Migration in the Asia-Pacific region. *Migration Information Source Online Journal*.
- Czaika, M. & De Haas, H. (2014). The globalization of migration: Has the world become more migratory? *International Migration Review*, 48(2), 283-323.
- De Haas, H., Czaika, M., Flahaux, M. L., Mahendra, E., Natter, K., Vezzoli, S. & Villares-Varela, M. (2018). *International migration: Trends, determinants and policy effects*. Ανακτημένο από <https://www.imi-n.org/publications/international-migration-trends-determinants-and-policy-effects>
- Florida, R. (2006). The flight of the creative class: The new global competition for talent. *Liberal Education*, 92(3), 22-29.
- Gordenker, L. (1983). Refugees in developing countries and transnational organization. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 467(1), 62-77.
- Harrell-Bond, B. E. (1986). *Imposing aid: emergency assistance to refugees*. Oxford: Oxford University Press.
- Malkki, L. H. (1995). Refugees and exile: From “refugee studies” to the national order of things. *Annual review of anthropology*, 24(1), 495-523.
- Tsianos, V. & Karakayali, S. (2010). Transnational migration and the emergence of the European border regime: an ethnographic analysis. *European journal of social theory*, 13(3), 373-387.
- UNHCR (2017). *Global Trends. Forced Displacement in 2016*. Geneva: UNHCR. Ανακτημένο από <https://www.unhcr.org/statistics/unhcrstats/5943e8a34/global-trends-forced-displacement-2016.html>

## 2. ΥΠΑΡΧΕΙ ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΟΝΟΜΑΖΟΥΜΕ «ΠΡΟΣΦΥΓΙΚΗ ΣΥΝΘΗΚΗ»;

“ *Οι άνθρωποι που είναι πρόσφυγες μπορεί να βρεθούν γρήγορα σε έναν ρευστό κόσμο πέρα ή πάνω από την πολιτική και πέρα ή πάνω από την ιστορία – έναν κόσμο στον οποίο απλώς είναι θύματα. Αυτός ο ρευστός κόσμος, χωρίς τη βαρύτητα της ιστορίας και της πολιτικής, μπορεί τελικά να γίνει ένα βαθιά απάνθρωπο περιβάλλον για τους πρόσφυγες.*

Liisa H. Malkki

### 2.1. ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ-ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΤΟΥ ΠΡΟΣΦΥΓΙΚΟΥ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΥ

Η έρευνα γύρω από τον εκτοπισμό ανθρώπων, όπως την ξέρουμε σήμερα, βασίζεται, σε εννοιολογικό επίπεδο, σε έναν κρίσιμο διαχωρισμό: αυτόν ανάμεσα στους μετανάστες και τους πρόσφυγες (Hein, 1993). Αυτός ο διαχωρισμός αφορά τους μετανάστες, οι οποίοι συγκροτούν την οικονομική μορφή μετανάστευσης, και τους πρόσφυγες, που αποτελούν την πολιτική μορφή μετανάστευσης. Αν αναλογιστούμε ότι η απαρχή τόσο της γενεαλογίας του πρόσφυγα όσο και της σύγχρονης έρευνας γύρω από τον εκτοπισμό ανθρώπων μπορεί να εντοπιστεί στην Ευρώπη μετά το τέλος του Β' Παγκοσμίου Πολέμου (Zolberg, Suhrke, Aguayo, 1989), αντιλαμβανόμαστε ότι η «επιστημονική κατανόηση» της προσφυγικής εμπειρίας βρίσκεται σε πρώιμο στάδιο. Η παραδοχή αυτή δεν παραβλέπει το γεγονός πως άνθρωποι αναγκάζονταν να αφήσουν τα σπίτια τους σε αναζήτηση καλύτερων συνθηκών εδώ και αιώνες, αλλά τονίζει πως αυτή η περίοδος αποτελεί το πρώτο ιστορικό σημείο, όπου προτάθηκαν και χρησιμοποιήθηκαν «στρατηγικές και συστήματα διαχείρισης» μαζικών εισροών ανθρώπων σε παγκόσμιο επίπεδο (Marrus, 1985). Αυτά τα συστήματα διαχείρισης αποτέλεσαν την αρχή της «κοινωνικής κατηγορίας του πρόσφυγα» ως ένα ηθικό, νομικό και παγκόσμιο ζήτημα για το οποίο έπρεπε να βρεθεί μια λύση.

Ασφαλώς, όταν μιλάμε για «στρατηγικές και συστήματα διαχείρισης», αναπόφευκτα πρέπει να αναφερθούμε στη δημιουργία του προσφυγικού καταυλισμού (camp) ως σημαντικού μηχανισμού εξουσίας (Malkki, 1995). Η χωροταξική απομόνωση στο καθεστώς του καταυλισμού επέτρεψε την εφαρμογή διαφόρων μεθόδων εξουσίας (π.χ., τον διαχωρισμό, την πειθαρχία, τις συγκεκριμένες μορφές εκπαίδευσης έως και την αποκατάσταση) ώστε να



καταστεί η φροντίδα και ο έλεγχος των προσφύγων μια τυποποιημένη πρακτική. Στο σημείο αυτό φαίνεται πως το «προσφυγικό πρόβλημα» γνώρισε σε πολύ μικρό χρονικό διάστημα μια εννοιολογική αλλαγή: από στρατιωτικό πρόβλημα στα τελευταία χρόνια του πολέμου, όταν στρατολογήθηκε μεγάλος αριθμός ανθρώπων, μετατράπηκε σε πρόκληση ανθρωπιστικής φύσης όταν ο πόλεμος τελείωσε και έπρεπε να βρεθούν λύσεις για την πληθώρα των ανθρώπων που είχαν συγκεντρωθεί στη Γερμανία (Wyman, 1998). Αυτή η εννοιολογική μετατόπιση παραμένει πεισματικά άθικτη μέχρι σήμερα, όπου η προσφυγική εμπειρία αποτελεί ανθρωπιστικό πρόβλημα, και παρόλα αυτά υπέρμετρος αριθμός προσφύγων και εσωτερικά εκτοπισθέντων διαμένουν σε καταυλισμούς (Oesch, 2017).

Οι διεθνείς οργανισμοί που ασχολούνται με την παροχή ανθρωπιστικής βοήθειας έχουν ουσιαστικά διαμορφώσει το αποκαλούμενο *διεθνές προσφυγικό σύστημα* (Gallagher, 1989 & Barnett, 2002). Η διαχείριση των προσφυγικών ζητημάτων, όπως έχουν προκύψει μέχρι σήμερα, έχει οδηγήσει σε έρευνες ή σε αυτό που ονομάζουμε μελέτες πάνω στον προσφυγικό πληθυσμό, που μοιάζουν να προσδιορίζουν το όλο ζήτημα ως πρόβλημα ανάπτυξης (Tsianos, Karakayali, 2010; Malkki, 1995). Η αντίληψη των προκλήσεων της προσφυγικής συνθήκης ως πρόβλημα ανάπτυξης έχει κατά κάποιο τρόπο σφραγίσει το τι συνεπάγεται το προσφυγικό ζήτημα. Μπορεί η σχετική συζήτηση να υπερβαίνει τους σκοπούς αυτού του εγχειριδίου, ωστόσο μια τέτοια αποσαφήνιση, από ανθρωπολογική σκοπιά, δείχνει τη μεγάλη ανάγκη που υπάρχει να επαναπροσεγγίσουμε τους ανθρώπους ως υποκείμενα με ανάγκες, ελπίδες και προσωπικές ταυτότητες.

### **ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ-ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΤΟΥ ΠΡΟΣΦΥΓΙΚΟΥ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΥ**

- Η περίοδος μετά τη λήξη του Β' Παγκοσμίου Πολέμου, σήμανε ιστορικά το πρώτο σημείο όπου προτάθηκαν και χρησιμοποιήθηκαν στρατηγικές και συστήματα διαχείρισης μαζικών εισροών ανθρώπων σε παγκόσμιο επίπεδο.
- Αυτά τα συστήματα διαχείρισης αποτέλεσαν την αρχή της “κοινωνικής κατηγορίας του πρόσφυγα” ως ένα παγκόσμιο ηθικό και νομικό ζήτημα το οποίο απαιτούσε λύση.

### **ΤΟ ΠΡΟΣΦΥΓΙΚΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΩΣ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ**

- Η διαχείριση των επακόλουθων προσφυγικών ζητημάτων έχει οδηγήσει σε μελέτες πάνω στον προσφυγικό πληθυσμό, που μοιάζουν να προσδιορίζουν το όλο ζήτημα ως *πρόβλημα ανάπτυξης*.

## 2.2. «ΠΡΟΣΦΥΓΙΚΗ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ»: ΕΞΑΦΑΝΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗ ΦΩΝΗ ΤΩΝ ΑΝΘΡΩΠΩΝ

Μεγάλο μέρος των πρώιμων κειμένων σχετικά με το προσφυγικό φαινόμενο, όπως του Stein (1981) ή του Keller (1975), πιστά στο γνωστό αφήγημα, οικοδόμησαν την έννοια μιας γενικότερης «προσφυγικής εμπειρίας». Ωστόσο, η αντίληψη ότι οι διάφορες προσφυγικές εμπειρίες μπορούν να γενικευθούν, καθώς και η άποψη ότι υπάρχει κάτι σαν την ουσία ή τα χαρακτηριστικά του πρόσφυγα είναι ιδιαίτερα επιζήμια καθώς προϋποθέτει, κατά κάποιο τρόπο, ότι η προσφυγική συνθήκη είναι ενιαία, ομοιογενής και «δια-ιστορική» (Malkki, 1995). Βεβαίως, αυτό θυμίζει μια εγγενή πτυχή της ανθρώπινης υπόστασης: το «χάραγμα» στοιχείων, που προέρχονται από ιστορικά και πολιτικά πλαίσια, πάνω στα σώματα και τις εμπειρίες ανθρώπων που λόγω συγκυριών βρίσκονται εν μέσω διενέξεων. Αυτή η προσέγγιση όχι μόνο απλοποιεί περίπλοκες και μεταβαλλόμενες κοινωνικές καταστάσεις ώστε να φαίνονται ως χαρακτηριστικά συγκεκριμένων ατόμων, αλλά έχει τελικά οδηγήσει στην κατάταξη ετερογενών (πολιτιστικά αλλά και εμπειρικά) ομάδων ή ατόμων σε μια κατηγορία ανθρώπων που βιώνουν απaráλληλες συνθήκες και έχουν τις ίδιες ανάγκες παρέμβασης (Dustmann, Fasani, Frattini, Minale, & Schönberg, 2017).

Σε αυτό το σημείο διακρίνουμε δυο παράδοξα: το πρώτο παράδοξο είναι ότι ενώ ο υποτιθέμενος διαχωρισμός των προσφύγων από τους υπόλοιπους μετανάστες αποτελεί την πολιτική πτυχή του ζητήματος, με το πέρασμα των χρόνων, η προσφυγική εμπειρία απο-πολιτικοποιείται όλο και περισσότερο. Η θεσμοθέτηση των απαγορεύσεων και των συνοριακών πολιτικών στη σημερινή «Ευρώπη-Οχυρό» (Tsianos & Karakayali, 2010) αποδεικνύει πόσο εύκολα η συζήτηση περνά από το πολιτικό επίπεδο στο οικονομικό και το αναπτυξιακό. Το δεύτερο παράδοξο αφορά το πώς ένα «πρόβλημα» που έχει προσδιοριστεί και ερευνηθεί ως ανθρωπιστικό έχει τόσο βαθύτατα υποβιβάσει την ανθρώπινη αξιοπρέπεια και έχει εξαλείψει τη φωνή των ανθρώπων με τους οποίους ασχολείται. Οι αληθινοί εμπλεκόμενοι αυτών των κοινωνικών, ιστορικών και πολιτικών συνθηκών έχουν υποβιβαστεί σε «βουβά θύματα».

Μια ανάγλυφη απεικόνιση όσον αφορά την αφαίρεση της φωνής από τους πρόσφυγες δίνεται από την McClintock (1992) που σημειώνει ότι «οι πληγές μιλάνε δυνατώτερα από τις λέξεις». Η διαρκής αναζήτηση της δυτικής κοινωνίας για αντικειμενικά, αξιόπιστα στοιχεία μας σπρώχνει προς αυτή την κατεύθυνση: αφού οι πληγές μοιάζουν να είναι μια πιο συνεπής πηγή γνώσης σε σχέση με τις υποκειμενικές αφηγήσεις των ανθρώπων που έχουν υποστεί αυτές τις πληγές, ο «ιδανικός πρόσφυγας» είναι

εκείνος που δεν είναι πλέον σε θέση να τον εμπιστευτούμε καθώς η άποψή του έχει σπιλωθεί από τις δύσκολες καταστάσεις που έχει βιώσει.

\* \* \*

## Ένα παράδειγμα ανθρωπολογικής μελέτης (Malkki, 1996) - Πρόσφυγες Χούτου

Αναφερόμενη στους πρόσφυγες από το Μπουρουντί στη Ρουάντα και την Τανζανία, η Malkki αναδεικνύει την κατάργηση της φωνής του πρόσφυγα. της φωνής του πρόσφυγα. Μετά από πολύχρονη ανθρωπολογική μελέτη των προσφύγων Χούτου και του προσωπικού που δούλευε μαζί τους, φάνηκε ότι η επιφυλακτικότητα ως προς την αξιοπιστία των προσφύγων πήρε τη μορφή στερεότυπου. Το στερεότυπο για τους Χούτου ήταν ότι επρόκειτο για «ανειλικρινείς ανθρώπους που πάντα ήλνε παραμύθια». Αποτέλεσμα αυτού ήταν ότι επιβλήθηκαν παρεμβάσεις μέσα στους καταυλισμούς για τις οποίες οι ίδιοι οι άνθρωποι που τους αφορούσαν δεν ρωτήθηκαν καν, παρότι είχαν να κάνουν με τη δική τους ευημερία. Η αναξιπιστία που τους αποδίδεται συμφωνεί με μια επικρατούσα άποψη σχετικά με τη φροντίδα των προσφύγων της σύγχρονης εποχής: οι πρόσφυγες δεν πρέπει να υποστηρίζονται για τον εαυτό τους (για το δικό τους όφελος), αλλά παρά τον εαυτό τους (παρά το τι προσδιορίζουν οι ίδιοι ως όφελός τους). Με άλλα λόγια, οι επαγγελματίες είναι πάντοτε αυτοί που ξέρουν τι χρειάζονται οι πρόσφυγες καλύτερα από τους ίδιους. Αυτή η στάση υιοθετείται μέχρι σήμερα σε πολλούς καταυλισμούς και από οργανώσεις που ασχολούνται με τη φροντίδα μεταναστών (Oesch, 2017).

Ωστόσο, μια πιο εμπειρισταωμένη μελέτη με τους ίδιους τους Χούτου και όχι με αυτούς που τους φρόντιζαν (όταν δηλαδή τους δόθηκε ο λόγος), εμφάνισε μια διαφορετική εικόνα. Αναγνωρίζοντας τη μακρά διάρκεια του πολέμου και παραδεχόμενοι ότι η εμφύλια σύγκρουση στην πατρίδα τους θα μπορούσε να κρατήσει πολλά χρόνια ακόμη, οι Χούτου είχαν νοηματοδοτήσει την προσφυγική συνθήκη τους με διαφορετικό τρόπο. Αντί να προσδιορίζουν τους εαυτούς τους ως αβοήθητα θύματα, υιοθέτησαν και εκτίμησαν τις συνθήκες διαβίωσής τους ως ένα προστατευτικό νομικό καθεστώς και μια μοναδική ηθική συνθήκη. Οι Χούτου αντιλαμβάνονταν την υπόστασή τους ως κάτι το οποίο κάποιος γίνεται με την πάροδο του χρόνου, σαν ένα κληρονομικό χαρακτηριστικό που προσφέρει στους ίδιους ή στους απογόνους τους μια σημαντική εμπειρία και στάση ζωής πριν την οριστική τους επανεγκατάσταση στην πατρίδα τους.

\* \* \*

Οι περισσότερες προσεγγίσεις που παρουσιάζονται σε αυτό το εγχειρίδιο στηρίζονται στην άποψη ότι η αντιξοότητα και η ατυχία δεν είναι μόνο πληγές, αλλιά και μονοπάτια προς κάτι καλύτερο, μεγαλύτερο ή ανώτερο.

### 2.3. ΕΠΑΝΕΞΕΤΑΖΟΝΤΑΣ ΤΗΝ «ΠΡΟΣΦΥΓΙΚΗ ΣΥΝΘΗΚΗ»

Θεωρούμε σημαντικό να επανεξετάσουμε τις θεσμικές πτυχές αυτού του ζητήματος. Η αποπολιτικοποίηση και απο-ιστορικοποίηση των συνθηκών κάτω από τις οποίες οι άνθρωποι μεταναστεύουν είναι ευρωπαϊοκεντρικές αλλιά και αθήεις. Μετά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, οι σχέσεις εξουσίας είναι αυτές που προσδιόρισαν τις περισσότερες πτυχές της προσφυγικής εμπειρίας, κάτι που ισχύει σε πολύ μεγάλο βαθμό έως σήμερα (Oesch, 2017). Η αναγνώριση των ιστοριών είναι ίσως το πρώτο βήμα για μια αληθινή και αποτελεσματική υποστήριξη εκτοπισμένων ανθρώπων. Είτε υπάρχουν κατηγορίες προσφύγων που έχουν ομοιογενή χαρακτηριστικά είτε όχι, η αυτονόητη πρακτική να βλέπουμε τους ανθρώπους ως άτομα και όχι ως κατηγορίες που παρουσιάζουν μια υποκείμενη παθολογία είναι το λιγότερο που μπορούμε να κάνουμε.

Αυτό το οποίο θα συζητηθεί σε βάθος είναι οι τρόποι με τους οποίους μπορούν να συνδυαστούν τα ανθρώπινα δικαιώματα, η νομική διάσταση, και η ψυχοκοινωνική διάσταση, έτσι ώστε οι άνθρωποι αυτοί να ανακτήσουν τη φωνή τους. Ένας από τους πρωταρχικούς ρόλους των ερευνητών και των επαγγελματιών θα πρέπει να είναι η αποδόμηση της ιδέας του «αρχετυπικού πρόσφυγα» (Malkki, 1996), αναζητώντας τρόπους ενεργοποίησης ενάντια στην «σιωπή» τους. Η αποδόμηση γενικευμένων απόψεων και στερεότυπων αποτελεί ένα ουσιαστικό βήμα ούτως ώστε να θυμίζουμε στους εαυτούς μας ότι κάθε άνθρωπος, πίσω από το δεητίο ειδήσεων, όπως και κάθε άνθρωπος που συναντούμε στον δρόμο έχει όνομα, συγγενείς, ιστορία, πεποιθήσεις, ελπίδες και επιθυμίες.

Η διαδεδομένη αντίληψη ότι οι ακαδημαϊκοί και οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας «γνωρίζουν καλύτερα» πρέπει να αναθεωρηθεί. Ο διάλογος οφείλει να συμπεριλάβει τους ανθρώπους για τους οποίους δημιουργούνται οι παρεμβάσεις, όσο κι αν αυτό μπορεί να αποδειχθεί δύσκολο στο πλαίσιο των καταυλισμών ή κάποιων επισφαλών δομών.

Παραπάνω παρουσιάστηκε η θέση μας σχετικά με αυτό που έχει ονομαστεί «η προσφυγική συνθήκη». Στην επόμενη ενότητα γίνεται μια ανασκόπηση του τι συνεπάγεται μια ψυχοκοινωνική προσέγγιση, θέμα που θα αναπτυχθεί σε βάθος στα κεφάλαια που ακολουθούν.

### ΑΛΛΑΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΑΦΗΓΗΜΑ

- Η ιδέα ότι οι διάφορες προσφυγικές εμπειρίες μπορούν να γενικευθούν, και η ιδέα ότι υπάρχει κάτι σαν την ουσία ή τα χαρακτηριστικά του πρόσφυγα προϋποθέτει ότι η προσφυγική συνθήκη είναι ενιαία, ομοιογενής και “δια-ιστορική”.
- ▶ Το προσφυγικό φαινόμενο απο-πολιτικοποιείται και απο-ιστορικοποιείται

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Barnett, L. (2002). Global governance and the evolution of the international refugee regime. *International Journal of Refugee Law*, 14(2-3), 238-262.
- Dustmann, C., Fasani, F., Frattini, T., Minale, L. & Schönberg, U. (2017). On the economics and politics of refugee migration. *Economic policy*, 32(91), 497-550.
- Gallagher, D. (1989). The evolution of the international refugee system. *International Migration Review*, 23(3), 579-598.
- Hein, J. (1993). Refugees, immigrants, and the state. *Annual Review of Sociology*, 19(1), 43-59.
- Keller, S. L. (1975). *Uprooting and social change: The role of refugees in development*. New Delhi: Manohar Book Service.
- Malkki, L. H. (1995). Refugees and exile: From “refugee studies” to the national order of things. *Annual review of anthropology*, 24(1), 495-523.
- Malkki, L. H. (1996). Speechless emissaries: Refugees, humanitarianism, and dehistoricization. *Cultural anthropology*, 11(3), 377-404.
- Marrus, M. R. (1985). *The unwanted: European refugees in the twentieth century*. New York: Oxford University Press.
- McClintock, A. (1992). The angel of progress: pitfalls of the term “post-colonialism”. *Social text*, (31-32), 84-98.
- Oesch, L. (2017). The refugee camp as a space of multiple ambiguities and subjectivities. *Political Geography*, 60, 110-120.
- Stein, B. N. (1981). Part VI: Resources: The Refugee Experience: Defining the Parameters of a Field of Study. *International Migration Review*, 15(1-2), 320-330.
- Tsianos, V. & Karakayali, S. (2010). Transnational migration and the emergence of the

European border regime: an ethnographic analysis. *European journal of social theory*, 13(3), 373-387.

Wyman, M. (1998). *DPs: Europe's Displaced Persons, 1945-51*. New York: Cornell University Press.

Zolberg, A. R., Suhrke, A. & Aguayo, S. (1992). *Escape from violence: Conflict and the refugee crisis in the developing world*. Oxford: Oxford University Press.

### 3. ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

#### 3.1. ΣΥΝΤΟΜΗ ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ

Παρότι οι ρίζες του όρου «ψυχοκοινωνικός» μπορούν να εντοπιστούν στο 1890, η χρήση του έγινε ευρέως γνωστή από τον ψυχολογικό Erik Erikson (1956). Ο Erikson πρωτοπόρησε περιγράφοντας τα γνωστά πλέον «ψυχοκοινωνικά στάδια της ανάπτυξης», επικεντρώνοντας σε έννοιες όπως η κρίση ταυτότητας και η κατανόηση της δόμησης της ταυτότητας μέσα από έναν συνδυασμό βιολογικών, ψυχολογικών και κοινωνικών διεργασιών. Η συνεισφορά του έγινε εφιαλτήριο ώστε να εφαρμοστεί σε κοινωνικά ζητήματα ένα φάσμα ψυχαναλυτικών θεωριών, ανοίγοντας τον δρόμο για πιο εμπνευσμένες μεθόδους ερμηνείας. Μια πιο πρόσφατη ψυχαναλυτική εξέλιξη του όρου προωθήθηκε από τον Craib (1992), αποκαλούμενη *ψυχαναλυτική κοινωνιολογία*, η οποία στηρίζεται στην ανάγκη να περιγραφούν μη παρατηρήσιμες ανθρώπινες συμπεριφορές και συναισθήματα μέσω της κοινωνιολογικής ανάλυσης.

#### 3.2. ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ Η ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ;

Η ψυχοκοινωνική προσέγγιση αφορά στην κατανόηση της ευημερίας ως μια κατάσταση όπου η ψυχολογική και η κοινωνική πραγματικότητα αλληλεπιδρούν σε σημείο να είναι σχεδόν αλληλένδετες στη υποκειμενική εμπειρία του ανθρώπου. Η κύρια πρόθεση μιας ψυχοκοινωνικής προσέγγισης είναι να παίρνει υπόψη της τη συνδυασμένη επίδραση τριών πτυχών ενός ατόμου. Πρώτον, τις ενδοψυχικές πτυχές, οι οποίες αναφέρονται στην ψυχολογική εμπειρία ενός ανθρώπου (συναισθήματα, φόβοι, ελπίδες, επιθυμίες). Δεύτερον, τις διαπροσωπικές πτυχές, που αναφέρονται στις αλληλεπιδράσεις με άλλους ανθρώπους και με τις πραγματικότητες καθώς και με τα συναισθήματα τα οποία αυτές

προκαλούν. Τρίτον, τις κοινωνικοπολιτικές πτυχές, που αναφέρονται στο ευρύτερο πλαίσιο και στις παραμέτρους που σχετίζονται με το κοινωνικό και το πολιτισμικό υπόβαθρο ενός ανθρώπου. Με απλά λόγια, η ψυχοκοινωνική προσέγγιση λαμβάνει υπόψη την αλληλεπίδραση ανάμεσα στην εσωτερική και την εξωτερική πραγματικότητα ενός ατόμου, τη γενικότερη εμπειρία του ως μέλος μιας οικογένειας, μιας ομάδας, μιας κοινότητας καθώς και την έκφραση της εμπειρίας αυτής.

### ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ: ΚΥΡΙΕΣ ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ

Στόχος η κατανόηση της ολότητας του ατόμου:

- Ενδοψυχικό πεδίο ('εσωτερικές' ψυχολογικές εμπειρίες, συναισθήματα, φόβοι, ελπίδες, όνειρα)
- Διαπροσωπικό πεδίο (αλληλεπίδραση με τους άλλους: σχέσεις- πραγματικότητα και συναισθήματα / πώς είναι πραγματικά και πώς βιώνονται από το άτομο)
- Κοινωνικο-πολιτικό πεδίο (το ευρύτερο πλαίσιο, διάφοροι παράμετροι και συνθήκες που το ορίζουν)

## 3.3. ΔΙΛΗΜΜΑΤΑ

Όπως γίνεται κατανοητό, ο πολυδιάστατος χαρακτήρας του όρου ανοίγει ένα εύρος συζητήσεων σχετικά με ζητήματα για το πώς θα πρέπει να διαμορφωθεί μια ψυχοκοινωνική παρέμβαση. Τέτοια ζητήματα μπορεί να είναι πολιτικά, όπως η συζήτηση γύρω από την αντικειμενικότητα της στάσης ενός επαγγελματία και του τρόπου με τον οποίο υποστηρίζεται η θέση ενός εξυπηρετούμενου. Μπορεί επίσης να είναι φιλοσοφικά, όπως για παράδειγμα, κατά πόσο θεωρούμε τα ανθρώπινα δικαιώματα αυτονόητα, διότι υπάρχουν καταστάσεις όπως η εξομάλυνση του καθεστώτος ενός καταυλισμού που έχουν κάτι άλλο να μας πουν για την τάση της κοινωνίας να δεχτεί μια «επείγουσα αναστολή της πορείας ζωής και των ανθρωπίνων δικαιωμάτων». Τα ζητήματα μπορούν βεβαίως να είναι και εννοιολογικά – τα οποία αναφέρονται στις ποικίλες και διαφορετικές ερμηνείες του τι θα πρέπει να περιλαμβάνει η ψυχοκοινωνική προσέγγιση (ενδεικτικό είναι ότι κανένα σύγχρονο εγχειρίδιο δεν ορίζει συγκεκριμένα τι είναι η ψυχοκοινωνική παρέμβαση). Ασφαλώς, υπάρχουν επίσης ηθικά ζητήματα: πόσο επαρκής είναι η κοινωνική και πολιτισμική κατανόσή μας, και κατά πόσο μπορούμε να συνδεθούμε με τον άνθρωπο απέναντί μας ώστε η παρέμβασή μας να μην αποτελεί παραβίαση της ολότητάς του.

Αυτό το φάσμα προσεγγίσεων δυσκολεύει την προσπάθειά μας να δημιουργήσουμε παρεμβάσεις που να σέβονται πλήρως την ιδιαιτερότητα που θα αντιμετωπίσουμε. Πολλές από τις παρεμβάσεις ανθρωπιστικής ψυχοκοινωνικής βοήθειας που εφαρμόστηκαν τη δεκαετία του 1980 και του 1990 ως αντιμετώπιση έκτακτης ανάγκης (όπως για παράδειγμα, ο σεισμός στην Αρμενία, οι πόλημοι στη Γιουγκοσλαβία) είχαν περιορισμένο εύρος εφαρμογής. Πολλές από αυτές ήταν κυρίως ιατρικές, άλλες ήταν κυρίως ψυχολογικές, ενώ άλλες έδωσαν έμφαση στα ανθρώπινα δικαιώματα ανάλογα με τις περιστάσεις έκτακτης ανάγκης. Έτσι, παρότι η «ταμπέλα» του ψυχοκοινωνικού κυριάρχησε στη συζήτηση, σε μια εποχή που η χρήση του όρου ήταν πολύ συχνή, η υποστήριξη που προσφέρθηκε σε αυτά τα πλαίσια δεν ήταν πραγματικά ψυχοκοινωνική.

### 3.4. ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ

Στο σημείο αυτό, για να αποφευχθεί κάθε σύγχυση όσον αφορά σχετικά ζητήματα, πρέπει να τονιστεί ότι το συγκεκριμένο εγχειρίδιο προωθεί μια ολοκληρωμένη προσέγγιση που επιχειρεί να συνδυάσει το ψυχοκοινωνικό αφήγημα με το αφήγημα περί ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Τα δυο αυτά θα πρέπει να είναι συμπληρωματικά και όχι διακριτά. Αυτό σημαίνει ότι το ενδιαφέρον στρέφεται: α) στα γεγονότα και δεδομένα που συνέβησαν στους ανθρώπους (π.χ., ποιος έκανε τι σε ποιον) και στα αποδεικτικά στοιχεία για τις επιπτώσεις αυτών (αφήγημα των ανθρωπίνων δικαιωμάτων), και β) στο πώς αυτά τα γεγονότα βιώθηκαν, ποιες οι επιδράσεις τους και πώς νέες ταυτότητες δημιουργήθηκαν ως μέρος αυτής της εμπειρίας (ψυχοκοινωνικό αφήγημα).

#### ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ: ΚΥΡΙΕΣ ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ

Η προσέγγιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων επικεντρώνεται:

- κυρίως στα γεγονότα, την αντικειμενική πραγματικότητα, ποιος έκανε τι σε ποιον, πού και πότε, υπό ποιους όρους, αποδεικτικά στοιχεία για όλα αυτά.
- επίσης, στα αποδεικτικά στοιχεία για τις επιπτώσεις αυτών των γεγονότων.

Η Ψυχοκοινωνική προσέγγιση επικεντρώνεται:

- κυρίως στην εμπειρία των γεγονότων
- στους παράγοντες που οδήγησαν/συνέβαλαν σε αυτή την εμπειρία
- στις επιπτώσεις αυτής της εμπειρίας (π.χ., σχηματισμός ταυτότητας, κ.λπ.)
- στους παράγοντες που συμβάλλουν στη διατήρηση αυτών των εμπειριών και ταυτοτήτων

Και οι δύο προσεγγίσεις είναι απαραίτητες για μια αποτελεσματική, ενοποιημένη παρέμβαση.



### 3.5. ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΚΑΙ ΤΡΑΥΜΑΤΟΚΕΝΤΡΙΚΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ

Συχνά η συμφιλίωση του ψυχοκοινωνικού με τα ανθρώπινα δικαιώματα αποδεικνύεται δύσκολος στόχος. Ένας εγγενής κίνδυνος είναι ο υπερτονισμός του τραύματος λόγω των βίαιων συγκρούσεων, της κοινωνικοπολιτικής αστάθειας και του πολέμου καθώς και του γενικότερου αντίκτυπου του εκτοπισμού. Η βασική μέριμνα είναι οι άνθρωποι να απολαμβάνουν την προστασία, φροντίδα και υποστήριξη που δικαιούνται όχι επειδή έχουν υποστεί φυσικό ή ψυχολογικό τραυματισμό, αλλά λόγω των ανθρωπίνων δικαιωμάτων που έχουν και των συμφωνιών προστασίας που έχουν υπογραφεί από διεθνείς οργανισμούς. Μια ψυχοκοινωνική προσέγγιση σημαίνει ουσιαστικά να δοθεί απάντηση στον ανθρώπινο πόνο, αλλά όχι με την ιατρικοποίηση ή την παθολογικοποίησή του. Η ψυχοκοινωνική υποστήριξη δεν προϋποθέτει απαραίτητα την ψυχοθεραπεία (χωρίς αυτό να σημαίνει ότι την αποκλείει).

Για λόγους σαφήνειας, είναι σκόπιμο να κάνουμε στο σημείο αυτό τη διάκριση ανάμεσα στις ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις και τις παρεμβάσεις που είναι επικεντρωμένες στο τραύμα. Στο ζήτημα αυτό επανερχόμαστε συχνά σε όλες τις ενότητες του εγχειριδίου.

---

**ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ:** Αφορούν το γενικότερο βίωμα της προσφυγικής εμπειρίας, συμπεριλαμβανομένων των δυσκολιών, λόγω έλλειψης πόρων, της πρόσβασης σε κοινωνικές και υγειονομικές υπηρεσίες, του στρες της ένταξης, της δημιουργίας κοινωνικών δεσμών και της εύρεσης επαφών, κλπ. Θα πρέπει να εξεταστούν ταυτόχρονα οι διάφοροι ψυχοκοινωνικοί παράγοντες ούτως ώστε να επιτευχθεί μια ολοκληρωμένη κατανόηση των προσφυγικών εμπειριών.

---

**ΤΡΑΥΜΑΤΟΚΕΝΤΡΙΚΕΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ:** Η έμφαση δίνεται στις επιδράσεις των τραυματικών εμπειριών πριν την εγκατάσταση στη νέα χώρα, χρησιμοποιώντας ειδικές θεραπευτικές τεχνικές.

---

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Craib, I. (1992). Psychoanalysis and Social Theory: The Limits of Sociology.

The Journal of Nervous and Mental Disease, 180(3), 212.

Erikson, E. H. (1956). Ego identity and the psychosocial moratorium. In H. L. Witmer & R. Kotinsky (Eds.), New perspectives for research in juvenile delinquency (pp. 1-23), Washington, DC: U.S. Children's Bureau.

## 4. ΘΕΩΡΗΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ

Μεγάλος αριθμός εγχειριδίων που αναφέρονται στις θεμελιώδεις αρχές ψυχικής υγείας και ψυχοκοινωνικής μέριμνας δίνουν έμφαση σε περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης (emergency care). Όπως είπαμε παραπάνω, το εγχειρίδιο αυτό δεν έχει τον σκοπό να χρησιμοποιηθεί ως «εγχειρίδιο κατευθυντήριων γραμμών» που αποτελεί πανάκεια της προσφυγικής συνθήκης. Ωστόσο, τέτοιου τύπου προσπάθειες που καταγράφουν χρήσιμες αρχές και αξίες θεωρούνται εξαιρετικά πολύτιμες όσον αφορά την παροχή υπηρεσιών ψυχοκοινωνικής υποστήριξης. Τρεις τέτοιες πρωτοβουλίες θα δοθούν ως παράδειγμα:

- Οι Κατευθυντήριες Οδηγίες για την Ψυχική Υγεία και την Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη σε Καταστάσεις Έκτακτης Ανάγκης της Διυπηρεσιακής Μόνιμης Επιτροπής (Inter-Agency Standing Committee - IASC) (2007/2018).
- Το Sphere Project, Χάρτης Ανθρωπιστικής Βοήθειας και Στοιχειωδών/Ελάχιστων Απαιτήσεων Ανθρωπιστικής Αντίδρασης (2018).
- Το OPSIC Project, Προαγωγή της Ψυχικής Υγείας και Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης, Κατευθυντήριες Γραμμές για την Ψυχική Υγεία και την Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη (MHPSS) σε συνθήκες μετά από καταστροφές (2015).

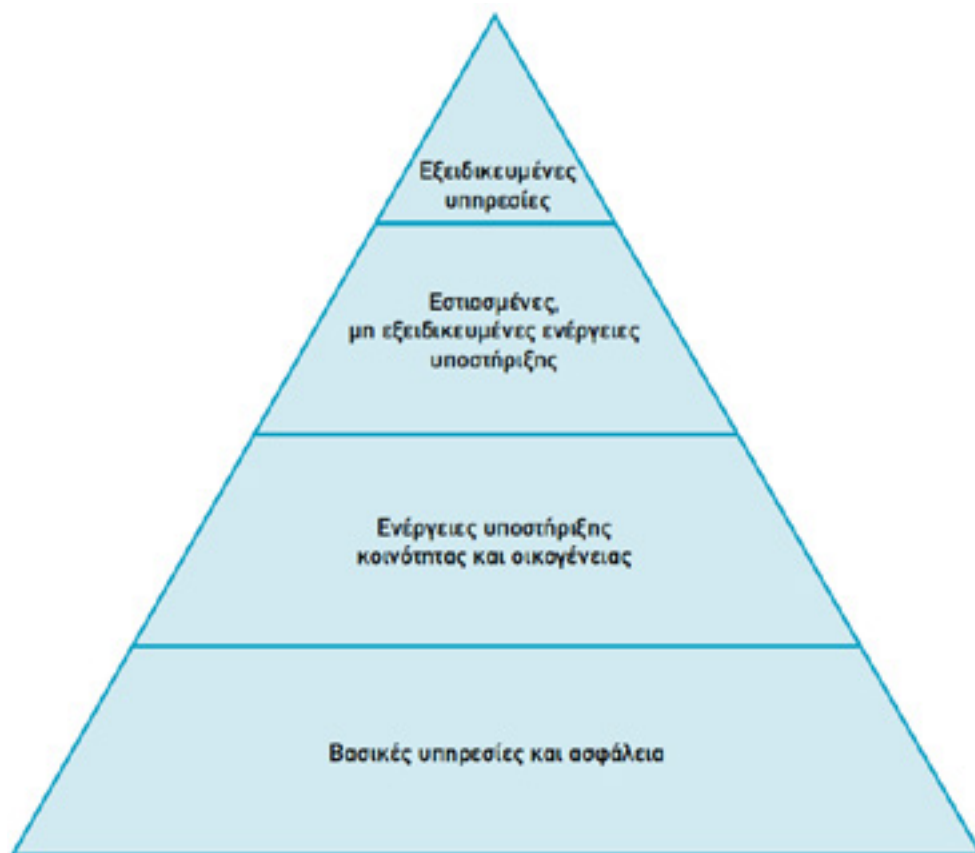
Στον Πίνακα που ακολουθεί καταγράφονται οι βασικές αρχές των τριών αυτών εγχειριδίων. Όπως μπορεί να διαπιστώσει κανείς, κάποιες από αυτές τις αρχές είναι γενικές ενώ άλλες προσανατολίζονται στις εξειδικευμένες ανάγκες και τη στήριξη συγκεκριμένων ομάδων ανθρώπων.

## ΠΙΝΑΚΑΣ 1. ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ ΕΚΤΑΚΤΗΣ ΑΝΑΓΚΗΣ

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ	IASC & NATO-TENTS GUIDANCE	THE SPHERE PROJECT	ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ OPSIC
<b>Αρχή 1</b>	Εξασφάλιση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και της ισότητας.	Αρχή της μη βλάβης.  Θα πρέπει να αποφεύγεται η πρόκληση περαιτέρω βλάβης σε όσους έχουν εκτεθεί σε αντιξοότητες (για παράδειγμα κατασκευή οικισμών σε μη ασφαλείς περιοχές).	Αντιμετωπίζουμε όλους τους ανθρώπους με σεβασμό και αξιοπρέπεια.
<b>Αρχή 2</b>	Αρχή της μη πρόκλησης περαιτέρω βλάβης.  Υπάρχει περίπτωση η ανθρωπιστική βοήθεια να επιφέρει μη σκόπιμη βλάβη. Θα πρέπει να αποφεύγεται η έκθεση σε διάφορες μορφές κινδύνου.	Πρόσβαση σε αμερόληπτη βοήθεια.  Θα πρέπει να διασφαλίζεται η γενικευμένη πρόσβαση στη βοήθεια που παρέχεται, ειδικά σε όσους είναι ιδιαίτερα ευάλωτοι ή αντιμετωπίζουν κάποιο είδος αποκλεισμού.	Αναποκρινόμαστε με ανθρωπιά και υποστηρικτικό τρόπο σε όσους βιώνουν έντονο, δυσφορικό στρες. Π.χ., Οι πρώτες βοήθειες ψυχικής υγείας (Psychological First Aid-PFA) είναι ένα σύνολο απλών κανόνων και τεχνικών που μπορούν να χρησιμοποιηθούν από όλους (επαγγελματίες και μη) για την αντιμετώπιση ατόμων σε κατάσταση έντονου δυσφορικού στρες.

<p><b>Αρχή 3</b></p>	<p>Κατάσθρωση σχεδίων δράσης με τη χρήση των διαθέσιμων πόρων και δυνατοτήτων.</p>	<p>Προστασία των ανθρώπων από φυσικές και ψυχο-κοινωνικές επιπτώσεις που απορρέουν από βιώματα βίας ή ψυχοπαιστικές καταστάσεις. (π.χ., εξαναγκαστική ένταξη στον στρατό, εξαναγκαστική μετακίνηση ή παρεμπόδιση μετακίνησης.)</p>	<p>Παρέχουμε ενημέρωση σχετικά με υπηρεσίες, δομές στήριξης και νομικά δικαιώματα και υποχρεώσεις.</p>
<p><b>Αρχή 4</b></p>	<p>Χρήση ολοκληρωμένων συστημάτων υποστήριξης.</p>	<p>Προάσπιση και διεκδίκηση δικαιωμάτων, παροχή θεραπείας και αποκατάστασης της ζημιάς που έχει προκληθεί από εμπειρίες βιαιοτήτων. Εδώ εντάσσεται και η παροχή εξατομικευμένης βοήθειας σε άτομα που έχουν υποστεί κακοποίηση ή βιασμό.</p>	<p>Παρέχουμε ψυχο-εκπαίδευση σχετική με τα βιώματα λόγω ψυχοπαιστικών παραγόντων και χρησιμοποιούμε κατάλληλη γλώσσα χωρίς εξειδικευμένους όρους.</p>
<p><b>Αρχή 5</b></p>	<p>Παροχή πολυεπίπεδης υποστήριξης. Σύμφωνα με την πυραμίδα του IASC (βλ. παρακάτω Σχήμα 1):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Βασικές υπηρεσίες και ασφάλεια.</li> <li>- Υποστήριξη στην κοινότητα και την οικογένεια.</li> <li>- Εστιασμένες, μη ειδικές υπηρεσίες.</li> <li>- Ειδικές υπηρεσίες.</li> </ul>		<p>Δίνουμε προτεραιότητα στην προστασία και στην ψυχοκοινωνική στήριξη των παιδιών και ιδιαίτερα των παιδιών που έχουν αποχωριστεί την οικογένεια τους, είναι ασυνόδευτα ή με ειδικές ανάγκες.</p>

<b>Αρχή 6</b>	Πρόληψη, σχεδιασμός, προετοιμασία και παροχή συμβουλών.		Ενισχύουμε την οικογενειακή υποστήριξη.
<b>Αρχή 7</b>	Σχεδιασμός βασισμένος στις ανάγκες των οικογενειών και των κοινοτήτων.		Αναγνωρίζουμε και προστατεύουμε τα άτομα με ειδικές ανάγκες.
<b>Αρχή 8</b>	Ανάπτυξη, βιωσιμότητα και ανάκτηση της ψυχοκοινωνικής ανθεκτικότητας.		Εφαρμόζουμε πολιτισμικά συναφείς παρεμβάσεις και εξασφαλίζουμε ικανοποιητική διερμηνεία.
<b>Αρχή 9</b>	Συνδυασμός της ψυχοκοινωνικής υποστήριξης και φροντίδας της ψυχικής υγείας με τις πολιτικές και την ανθρωπιστική βοήθεια, την πρόνοια και το έργο τόσο των παρεμβάσεων κοινωνικής στήριξης όσο και των παρεμβάσεων του τομέα της υγείας.		Φροντίζουμε για την παροχή φαρμακευτικής αγωγής σε άτομα με σοβαρές ψυχικές διαταραχές.
<b>Αρχή 10</b>	Οι υπεύθυνοι, οι αντίστοιχοι επικεφαλής, οι επαγγελματίες, οι εθελοντές, οι ερευνητές και οι εμπειρογνώμονες θα πρέπει να συμφωνούν σε ένα κοινό σύνολο προδιαγραφών.		Δεν ξεκινάμε άμεσα ψυχοθεραπεία λόγω πιθανής διακοπής ή αδυναμίας συνέχισης της θεραπείας.
<b>Αρχή 11</b>			Παρακολούθηση και διαχείριση της ευεξίας του προσωπικού και των εθελοντών.
<b>Αρχή 12</b>			Δεν εργαζόμαστε σε απομόνωση, απαιτείται συντονισμός και συνεργασία με άλλους.



**Σχήμα 1: Πυραμίδα IASC**

*Σύνοψη των βασικών αρχών για την ψυχική υγεία και την ψυχοκοινωνική στήριξη σε περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης: σημεία ομοιότητας*

Παρότι το συγκεκριμένο εκπαιδευτικό υλικό δεν θα ασχοληθεί με τις διαφορές ανάμεσα στα υπάρχοντα εγχειρίδια, θεωρείται χρήσιμη η αναφορά σε έννοιες, απόψεις και αρχές οι οποίες σκιαγραφούν αυτό που προϋποθέτει μια ψυχοκοινωνική παρέμβαση. Από τον παραπάνω πίνακα προκύπτουν πέντε κοινός άξονες:

1. Αξιοπρέπεια και σεβασμός.
2. Πολιτισμική διαφοροποίηση.
3. Πολυεπίπεδη στήριξη.
4. Ζητήματα ψυχικής υγείας και ευημερίας.
5. Συνεργασία και συντονισμός.

Όσον αφορά την **αξιοπρέπεια και τον σεβασμό**, το καθοριστικό στοιχείο είναι πως η παροχή στήριξης σημαίνει ότι, πέρα από συμβατικά χαρακτηριστικά και παρεμβάσεις, αναζητείται η κατανόηση των ποικίλων τρόπων με τους οποίους βιώνονται οι αντιξοότητες από διαφορετικούς ανθρώπους. Η αρχή της μη πρόκλησης περαιτέρω βλάβης είναι ιδιαίτερα σημαντική στο σημείο αυτό.

Η **διαφοροποίηση** αναφέρεται κυρίως στη χρήση απλού (κατανοητού) λεξιλογίου, αλληλά και στην ενσωμάτωση/αξιοποίηση ενός πλαισίου στη δουλειά μας που να λαμβάνει υπόψη πολιτισμικά στοιχεία ή θρησκευτικές παραδόσεις που ενδέχεται να παίζουν σημαντικό ρόλο (π.χ. μια έντονη πνευματική εμπειρία που δεν είναι απαραίτητα ένδειξη ψύχωσης), ιδιαίτερα σε περιπτώσεις απώλειας και θλίψης.

Η **πολυεπίπεδη υποστήριξη** αναφέρεται τόσο σε μια ιεράρχηση αναγκών (πυραμίδα IASC), όσο και στην εξειδικευμένη στήριξη ευπαθών (και μη) ομάδων, όπως οι άνθρωποι με εμπειρίες βασανιστηρίων, τα ασυνόδευτα ανήλικα, οι οικογένειες και οι κοινότητες.

Τα **ζητήματα ψυχικής υγείας και ευημερίας** πραγματεύονται τη σημαντικότητα της εξατομικευμένης θεραπείας (όχι ψυχοθεραπείας) και τη στήριξη όχι μόνο των ωφελούμενων αλληλά και των ίδιων των επαγγελματιών, υπό το πρίσμα της προώθησης της ψυχοκοινωνικής ανθεκτικότητας.

Τέλος, η **συνεργασία και ο συντονισμός**, που φαίνεται να είναι ζητήματα ιδιαίτερα δύσκολα σε πολλή σύγχρονα πλαίσια, αναφέρονται στην ομαλή σύμπραξη παραγόντων και οργανώσεων. Αποφεύγοντας τον ανταγωνισμό, θα πρέπει να υπάρχει διάλογος, να συνεισφέρουν όλοι στη δημιουργία προδιαγραφών, να οργανώνουν και να υλοποιούν σχέδια με βάση κοινές και προσυμφωνημένες αξίες. Είτε έμμεσα είτε άμεσα, οι αρχές αυτές παίζουν σημαντικό ρόλο για μια αποτελεσματική *ψυχοκοινωνική προσέγγιση*.

## **Άσκηση 1η** (βλ. Papadopoulos, 2010)

Παρακαλώ πάρτε ένα φύλλο χαρτί και γράψτε 10 δικά σας χαρακτηριστικά που απαντούν στην ερώτηση: «Ποιος είμαι;» Γράψτε ό,τι νομίζετε πως σας χαρακτηρίζει, ό,τι περνάει από το μυαλό σας. Έχετε στη διάθεσή σας 10 λεπτά.

Τώρα φανταστείτε ότι έχετε αναγκαστεί να γίνετε πρόσφυγας. Διαβάστε προσεκτικά κάθε ένα από τα 10 χαρακτηριστικά που γράψατε και σημειώστε εκείνα που νομίζετε ότι είναι πιθανό να αλληιάξουν ως αποτέλεσμα της προσφυγικής εμπειρίας σας. Πόσα από αυτά τα χαρακτηριστικά αλληιάζουν; (Θα μπορούσαν να είναι κανένα, λίγα ή όλη.)

Συλλογιστείτε γύρω από την εξής ερώτηση: Όταν ένας άνθρωπος αναγκάζεται να φύγει από τη χώρα του και να γίνει πρόσφυγας, τι αλληιάζει και τι παραμένει άθικτο;



## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Inter-Agency Standing Committee (IASC). (2019). Κατευθυντήριες Οδηγίες της IASC για την Ψυχική Υγεία και την Ψυχοκοινωνική Υποστήριξη σε Καταστάσεις Έκτακτης Ανάγκης. Geneva, Switzerland. Ανακτημένο από [https://babeldc.gr/wp-content/uploads/2019/01/IASC\\_Guidelines\\_GR.pdf](https://babeldc.gr/wp-content/uploads/2019/01/IASC_Guidelines_GR.pdf)

Sphere Association (2018). The Sphere Handbook: Humanitarian Charter And Minimum Standards in Humanitarian Response. Geneva, Switzerland. Ανακτημένο από <https://spherestandards.org/wp-content/uploads/Sphere-Handbook-2018-EN.pdf>

Papadopoulos, R.K. (2010). Working with refugee and asylum seeking families. In “Race” And Culture. Tools, Techniques and Trainings. A Manual for Professionals. Edited by Singh, R. & Dutta, S. London: Karnac.

Project Operationalizing Psychosocial Support (OPSIC). (2015). The Comprehensive Guideline on Mental Health and Psychosocial Support (MHPSS) in Disaster Settings. Ανακτημένο από <https://www.uibk.ac.at/psychologie/fachbereiche/psychotraumatology/resources/opsic-mhpss-comprehensive-guideline-june-2016.pdf>

HOME



# Γνωσιολογικό\* πλαίσιο

## ΣΚΟΠΟΣ

Το συγκεκριμένο κεφάλαιο επιδιώκει να εισαγάγει ένα νέο τρόπο σκέψης όσον αφορά τις διάφορες πτυχές της προσφυγικής εμπειρίας και τους διαφορετικούς τρόπους με τους οποίους τα άτομα αντιδρούν σε αυτήν. Η εξοικείωση των αναγνωστών με μια σειρά «πλαισίων σκέψης» εκτιμάται ότι θα τους βοηθήσει να αξιοποιήσουν μια καινοτόμο προσέγγιση υποστήριξη αιτούντων άσυλο, εσωτερικά εκτοπισμένων και προσφύγων.

## ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο τέλος του κεφαλαίου οι αναγνώστες θα είναι σε θέση:

- Να κατανοήσουν σε βάθος το φαινόμενο της ακούσιας αποικεισίας που σχετίζεται με την πολύπλευρη σημασία της απώλειας του οικείου χώρου,
- Να κατανοήσουν την έννοια του νοσταλγικού αποπροσανατολισμού ως συνέπεια της απώλειας της οντο-οικολογικής τους σταθερότητας,
- Να συνειδητοποιήσουν τις διαφορετικές σημασίες του «τραύματος» και να αναρωτηθούν σχετικά με την κυρίαρχη αντίληψη περί τραύματος,
- Να προσδιορίσουν το ευρύ φάσμα των πιθανών αντιδράσεων στις αντιξοότητες και να εξοικειωθούν με το Πλέγμα Αντιξοότητας,
- Να αντιληφθούν τις αρνητικές επιπτώσεις που έχει η ανάγνωση της πραγματικότητας των προσφύγων με όρους «ευαλωτότητας»,
- Να αναγνωρίσουν τη χρήση της «θυματοποίησης» στο κυρίαρχο αφήγημα σχετικά με τους πρόσφυγες και να κατανοήσουν τη σημασία της αποδόμησης αυτής της πρακτικής,
- Να μπορούν να διακρίνουν και να αποκαθιστούν τη - συχνά χαμένη- πολυπλοκότητα, μοναδικότητα και ολότητα του προσφυγικού φαινομένου, των ίδιων των προσφύγων, των εμπειριών τους και των αντιδράσεών τους.

---

\* «Γνωσιολογία είναι η θεωρία της γνώσης, η έρευνα για τους τρόπους με τους οποίους γνωρίζουμε. Όταν διατυπώνεται μια θέση για ένα ζήτημα, δεν μας ενδιαφέρει τόσο η συγκεκριμένη θέση πάνω σ' αυτό το ζήτημα, αλλά κυρίως ο τρόπος με τον οποίο φθάνουμε σ' αυτήν τη θέση... Με άλλα λόγια, η ίδια η διαδικασία της διατύπωσης μιας νέας θεωρίας μας ενδιαφέρει στο βαθμό που μας υποδεικνύει τρόπους με τους οποίους φθάνουμε να διατυπώνουμε απόψεις οι οποίες θεωρούνται έγκυρες, θεωρούνται, δηλαδή, ότι αποτελούν γνωστικές πίστεις, παραδοχές γνωσιακά έγκυρες.» (Ξανθόπουλος, 2017).

**Λέξεις-κλειδιά:** Ακούσια αποικεσία, οικείος χώρος, οντο-οικολογική σταθερότητα, νοσταλγικός αποπροσανατολισμός, τραύμα, ευαλωτότητα, Πλέγμα Αντιξοότητας, πολυπληθικότητα, μοναδικότητα, ολότητα.

## 1η ΕΝΟΤΗΤΑ ΑΠΩΛΕΙΑ ΤΟΥ ΟΙΚΕΙΟΥ ΧΩΡΟΥ ΚΑΙ ΝΟΣΤΑΛΓΙΚΟΣ ΑΠΟΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ



*«Κανείς δεν φεύγει από το σπίτι του εκτός κι αν αυτό μοιάζει με το στόμα καρχαρία. Και τρέχεις προς τα σύνορα μόνο όταν βλέπεις όλη την πόλη να κάνει το ίδιο».*

**Warsan Shire**



Πριν αναφερθούμε στις έννοιες που θα συναντήσουμε σε όλη την πορεία χρήσης του εγχειριδίου, είναι σκόπιμο να τονιστεί και πάλι ότι το υλικό που παρουσιάζεται αναγνωρίζει την προσφυγική εμπειρία ως εξαιρετικά μοναδική και πολύπλευρη. Παρόλα αυτά, υποστηρίζεται ότι υπάρχει ένα ιδιαίτερα σημαντικό, κοινό χαρακτηριστικό που μοιράζονται όλοι οι πρόσφυγες, αυτό της *ακούσιας απώλειας του οικείου χώρου*.

Οι έννοιες που θα συζητηθούν στη συνέχεια σχετίζονται με τις επιπτώσεις αυτής της απώλειας και τελικά με την ανάδυση του *νοσταλγικού αποπροσανατολισμού* - ενός δυσάρεστου βιώματος με διαλυτικές επιπτώσεις στα άτομα που έχουν αναγκαστεί να εγκαταλείψουν τον οικείο χώρο τους, η οποία δεν συνιστά ψυχιατρική διαταραχή.

### 1.1. ΑΚΟΥΣΙΑ ΑΠΟΙΚΕΣΙΑ ΚΑΙ ΦΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΡΟΣΦΥΓΙΚΗΣ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ

Ένας όρος που συχνά θα εναλλιάσεται με τον όρο πρόσφυγες είναι αυτός των *ακούσια εκτοπισμένων*, των ατόμων δηλαδή που έχουν υποστεί ακούσια αποικεσία. Αυτός ο όρος θεωρείται πιο περιεκτικός από τον όρο πρόσφυγες, καθώς περιλαμβάνει και τους εσωτερικά εκτοπισμένους και, ως εκ τούτου, είναι λιγότερο περιοριστικός ως προς τα πλαίσια σκέψης που εξετάζονται σε αυτό το εγχειρίδιο.

Η ακούσια αποικεσία είναι ένας καθαρά περιγραφικός όρος για το συγκεκριμένο φαινόμενο, χωρίς νομικές, ψυχολογικές και πολιτικές προεκτάσεις. Αφορά στις καταστάσεις οι οποίες προκύπτουν όταν κάποιος εγκαταλείπει ακούσια τον «οικείο χώρο» του εξαιτίας ποικίλων αιτιών ή αναταραχών. Οι άνθρωποι δεν μπορούν πλέον να παραμείνουν στον οικείο χώρο τους, λόγω διαφόρων αντιξοοτήτων, και αναγκάζονται να απομακρυνθούν από αυτόν και να αναζητήσουν καινούριο, χωρίς στην ουσία να έχουν άλλα περιθώρια επιλογής πέρα από τη φυγή. Έχει σημασία να τονιστεί ότι αν τα άτομα αυτά είχαν πραγματικά μια επιλογή, δεν θα είχαν εγκαταλείψει τον οικείο τους χώρο.

Ο όρος «ακούσια» αντιπαρατίθεται με τον όρο «εξαναγκαστική» μετανάστευση η οποία πάντα υπονοεί την άμεση ή έμμεση άσκηση βίας. Η ακούσια αποικεσία υπονοεί περισσότερο μια σωματική αλλιά και ψυχολογική αποικεσία, με τη μεταφορική έννοια του όρου. Η ακούσια αποικεσία αναφέρεται σε δυο ξεχωριστές αλλιά αλληληλένδετες πτυχές της αποικεσίας: 1) την ιδιαίτερη εμπειρία κάποιου (ατόμου, οικογένειας, κοινότητας) που δεν αισθάνεται πλέον τον οικείο του χώρο ως τέτοιο, και 2) την ίδια την απομάκρυνση (κυρίως φυσική, γεωγραφική αλλιά και ψυχολογική) από τον χώρο που μέχρι τότε αισθανόταν ως οικείο.

### ΑΚΟΥΣΙΑ ΑΠΟΙΚΕΣΙΑ

Τα φαινόμενα που σχετίζονται με τις καταστάσεις οι οποίες δημιουργούνται όταν κάποιος εγκαταλείπει ακούσια τον «οικείο χώρο» του εξαιτίας ποικίλων λόγων και αναταραχών:

- Πολιτικοί (πρόσφυγες, αιτούντες άσυλο, εσωτερικά εκτοπισμένοι (IDPs))
- Κλιματικοί, μετεωρολογικοί (φυσικές καταστροφές ή μεταβολές)
- Περιβαλλοντικοί (βιομηχανικές εξελίξεις ή καταστροφές)
- Κοινωνικο /οικονομικοί, (μετανάστες), ψυχολογική «εξορία», περιθωριοποίηση

#### Ακούσια

σε αντίθεση με την «εξαναγκαστική» μετανάστευση η οποία υπονοεί την άμεση ή έμμεση άσκηση βίας

#### Αποικεσία

σε αντίθεση με τη μετανάστευση ή την εκτόπιση ή τη μετοικεσία.

### ΑΚΟΥΣΙΑ ΑΠΟΙΚΕΣΙΑ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟΥ

Καθάρως περιγραφικός όρος ενός φαινομένου, δηλαδή ένας φαινομενολογικός όρος  
> Όχι νομικός, ψυχιατρικός, ψυχολογικός ή πολιτικός όρος

Λόγω διαφόρων μορφών αντιξοότητας, οι άνθρωποι:

- (α) Δεν είναι πλέον σε θέση να βιώσουν τον οικείο χώρο τους ως βιώσιμο
- (β) Αναγκάστηκαν να απομακρυνθούν από αυτούς τους χώρους και να αναζητήσουν καινούριους
- (γ) Αν πραγματικά είχαν επιλογή δεν θα είχαν εγκαταλείψει τον χώρο αυτό. Θα ήθελαν να ανατρέψουν τις συνθήκες που κατέστησαν αδύνατη τη συνέχιση της παραμονής και διαμονής τους στον οικείο χώρο τους.

### ΑΚΟΥΣΙΑ ΑΠΟΙΚΕΣΙΑ ΔΥΟ ΣΤΙΓΜΕΣ

Η ακούσια αποικεσία αναφέρεται σε δύο ξεχωριστές αλληλά αλληληλένδετες πτυχές:

- 1) Όταν το άτομο, η οικογένεια ή μια κοινότητα αισθάνεται πως ο οικείος χώρος δεν είναι πια οικείος. Αυτό είναι συγκεκριμένο είδος αποικεσίας, αναφέρεται στην αποσύνδεση από το συνεχές βίωμα του οικείου χώρου, με όλη όσα αυτό προϋποθέτει
  - 2) Η ίδια η μετακίνηση (κυρίως φυσική, γεωγραφική αλλά και ψυχολογική) μακριά από το χώρο (πρώην σπίτι) που έπαψε πια να είναι βιώσιμος οικείος χώρος
- Ο όρος «αναγκαστικός/ή εκτοπισμός/μετακίνηση/μετανάστευση» αναφέρεται μόνο στη δεύτερη πτυχή και δεν καλύπτει την πρώτη.

### Η ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΗΣ ΑΠΟΙΚΕΣΙΑΣ

Μακρόχρονη διαδικασία και όχι απομονωμένο, διακριτό γεγονός  
Η όλη διαδικασία από τον εκτοπισμό στην μετεγκατάσταση.

### ΑΚΟΥΣΙΑ

Μη εκούσια:

Αν είχα επιλογή, θα προτιμούσα:

Να μείνω ανενόχλητος στον οικείο μου χώρο, και

Να ανατρέψω τις συνθήκες που κατέστησαν αδύνατη τη διαμονή στο σπίτι μου.

## Η ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΤΗΣ ΑΠΟΙΚΕΣΙΑΣ

Πέντε στάδια:

1. Η αίσθηση ότι ο οικείος χώρος δεν είναι πια βιώσιμος (οικείος)
2. Η αναζήτηση μιας νέας αίσθησης οικειότητας σε σχέση με ένα άλλο χώρο που να τον νοιώθω ασφαλέστερο και πιο βιώσιμο
3. Η εύρεση και κατοίκηση αυτού του νέου χώρου
4. Η προσπάθεια εγκατάστασης σε αυτόν τον χώρο προκειμένου να γίνει πραγματικά και αισθητά ένας νέος οικείος χώρος, ένα νέο σπίτι
5. Η προσπάθεια να διαχειριστούμε τη συσχέτιση
  - όλων αυτών των φάσεων
  - μεταξύ του προηγούμενου σπιτιού (οικείου χώρου), του παρόντος σπιτιού και του ιδανικού σπιτιού.

## Η πορεία της προσφυγικής εμπειρίας μπορεί να χωριστεί ενδεικτικά σε τέσσερις φάσεις (Paradopoulos, 2002).

Η πρώτη **φάση της αναμονής**, προηγείται της ακούσιας αποικεσίας και αφορά στην περίοδο των επικείμενων κινδύνων και στην πάλη των ατόμων να αναστρέψουν τις αρνητικές συνθήκες και να αποτρέψουν τις επιπτώσεις τους.

Η δεύτερη φάση κατά την οποία τα **καταστρεπτικά γεγονότα** λαμβάνουν χώρα περιλαμβάνει, πιθανόν, την πραγματική βία, την καταστροφή, και σίγουρα την αποκρυστάλλιση της αίσθησης «του να μη νιώθεις πλέον το σπίτι σου ως οικείο χώρο».

Η τρίτη φάση είναι αυτή της **επιβίωσης**, η οποία καλύπτει το χρονικό διάστημα από τη στιγμή που ο πρόσφυγας καταφέρνει να σώσει τη ζωή του, βρίσκεται στον δρόμο της αναζήτησης ενός νέου τόπου και το μέλλον φαντάζει αβέβαιο.

Η τελευταία και τελική φάση, αυτή της **ένταξης**, αφορά το νέο ξεκίνημα, τη ζωή στη χώρα υποδοχής με όλες τις δυσκολίες και πιέσεις που αυτή συνεπάγεται.

Η αναφορά στις τέσσερις φάσεις κρίνεται σημαντική καθώς φαίνεται ότι, ακόμα και σήμερα, η υποστήριξη των προσφύγων από τους επαγγελματίες στον ψυχοκοινωνικό τομέα αρχίζει και τελειώνει στο στάδιο των καταστρεπτικών γεγονότων, στοχεύει δηλαδή, αποκλειστικά στη δεύτερη από τις παραπάνω φάσεις. Θεωρείται πολύ πιο ουσιαστικό και ωφέλιμο να διερευνηθούν οι επιπτώσεις όλων των βιωμάτων της ζωής των ατόμων που αναγκάστηκαν να αφήσουν τις χώρες τους. Για παράδειγμα, αντίστοιχη έμφαση πρέπει να δοθεί και στον αντίκτυπο που μπορεί να είχαν τα βιώματα που προηγήθηκαν των αρνητικών συμβάντων, που οδήγησαν στην ακούσια αποικεσία, αλλά και στις πιέσεις που μπορεί οι πρόσφυγες να βιώνουν στις χώρες υποδοχής ακόμα και πολλά χρόνια μετά την άφιξή τους.



## 1.2. Ο ΟΙΚΕΙΟΣ ΧΩΡΟΣ ΩΣ ΔΥΝΑΜΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΚΑΙ Η ΣΥΝΔΕΣΗ ΤΟΥ ΜΕ ΤΗΝ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ

Ο οικείος χώρος, δεν αναφέρεται μόνο στο σπίτι ως κτίριο, αλλά στην ολότητα των διαστάσεων που εμπεριέχονται σε αυτόν τον όρο (Papadopoulos, 2002). Οικείος χώρος είναι η έδρα της οικογενειακής ζωής καθώς και το μέρος όπου κάποιος κατοικεί ή που δέχεται φροντίδα με όλες τις εμπειρίες και τα συναισθήματα που συνδέονται με αυτό. Προφανώς, η έννοια του οικείου χώρου περιλαμβάνει μια σειρά φυσικών και ψυχολογικών διαστάσεων. Ο οικείος χώρος προσφέρει ένα προστατευτικό, ασφαλές κέλυφος, μια αίσθηση του "ανήκειν" και γενικά καλύπτει ένα μεγάλο αριθμό βασικών αναγκών που σπάνια είναι απολύτως αντιληπτές και συνειδητές (Bowlby, 1988).

Η ακούσια απώλεια του οικείου χώρου μπορεί να αποτελέσει πηγή δυσφορίας όχι μόνο λόγω της πραγματικής χρησιμότητάς του ως ασφαλούς καταφυγίου, αλλά κυρίως λόγω της εσωτερικής σύγχυσης που προκαλείται από την απώλεια των αφηγήσεων και των συναισθημάτων που θεωρούνταν δεδομένα σε όλες τις πτυχές της ζωής. Με απλά λόγια, ο οικείος χώρος περιλαμβάνει τόσο αφηρημένες όσο και συγκεκριμένες διαστάσεις. Όταν οι άνθρωποι στερούνται απότομα τη σταθερότητά τους, η έννοια του οικείου χώρου εξιδανικεύεται, ενώ η πολυπλοκότητα της *πραγματικής ζωής* (που περιλαμβάνει θετικές και αρνητικές πτυχές) ξαφνικά παραμελείται. Η ασυνείδητη προσπάθεια συμφιλίωσης των αντιλήψεων του *ιδεώδους και του πραγματικού*, καθώς και του *αφηρημένου και του συγκεκριμένου* είναι αυτό που μπορεί να αναφέρεται ως το κεντρικό παράδοξο γύρω από τον οικείο χώρο (Papadopoulos, 2002).



Όπως μπορεί κάποιος να συμπεράνει, ο οικείος χώρος είναι ταυτόχρονα ένα δυναμικό σύστημα, ένα σύνολο και ένας συστημικός κόμβος σχέσεων μέσα στον χώρο (φυσικός χώρος αλληλά και γεωγραφικός, ψυχολογικός, κοινωνικός, πνευματικός, κλπ.), μέσα στον χρόνο (συνέχεια στον χρόνο, βιωμένες αλληλαγές, επαναλήψεις και ρουτίνες). Σε αυτόν τον κόμβο περιλαμβάνονται επίσης διαπροσωπικές σχέσεις αλληλά και σχέσεις με αντικείμενα, γεγονότα, τόπους, ιδεολογίες, κλπ.

Επομένως, ανάλογα με τον κύκλο ζωής, τις ρουτίνες ή τις αλληλαγές σε οποιαδήποτε από τα προαναφερθέντα επίπεδα, μπορεί να υπάρχουν για τον καθένα, *πολληπληθεί οικείοι χώροι* που σχετίζονται με διαφορετικά περιβάλλοντα. Για τους επαγγελματίες που καλούνται να βοηθήσουν θεραπευτικά, αυτή η τελευταία επισήμανση είναι συχνά σημαντικό να μεταδοθεί στους εξυπηρετούμενους σε μια προσπάθεια να αναγνωρίσουν οι ίδιοι ότι δεν υπάρχει υποκείμενη παθολογία που πυροδοτεί την «αίσθηση του χαμένου» ή τα αρνητικά συναισθήματα που βιώνουν. Ο οικείος χώρος μπορεί να διακριθεί σε χώρο του παρελθόντος (που είχες, έχασες και ψάχνεις να ξαναβρείς), του παρόντος (που έχεις τώρα και συχνά δεν είναι όπως θα τον ήθελες) και εξιδανικευμένο οικείο χώρο (ένα ιδεώδες που έχεις στο μυαλό σου για το πώς θα ήθελες να είναι ο οικείος χώρος σου). Ένας από τους πρωταρχικούς στόχους αυτού του εκπαιδευτικού εγχειριδίου είναι να «καταρρίψει» αυτές τις διακρίσεις ανάμεσα στους τρεις οικείους χώρους σε κυριολεκτικό επίπεδο και να βοηθήσει τα ακούσια εκτοπισμένα άτομα να αναμορφώσουν την αφήγηση γύρω από τα αμφιθυμικά συναισθήματα και τις αντιδράσεις τους.

### ΟΙΚΕΙΟΣ ΧΩΡΟΣ

Συστημικός κόμβος σχέσεων ανάμεσα σε:

- Χώρο: φυσικός χώρος αλληλά και πολιτισμικός, κοινωνικός, πνευματικός, ψυχολογικός. Με φυσικές, κοινωνικές, πολιτισμικές, πνευματικές (θρησκευτικές), ψυχολογικές διαστάσεις
- Χρόνο: (διαχρονικότητα)
- Σχέσεις: διαπροσωπικές αλληλά και σχέσεις με αντικείμενα, γεγονότα, αφηγήσεις, ιδεολογίες, κλπ.

Πολληπλητές διαστάσεις που συνδέονται με τον οικείο χώρο  
Σπίτι ως Έδρα Ταυτότητας

Για την κατανόηση της πολληπλοκότητας των συναισθημάτων και των αντιδράσεων αυτών των ανθρώπων είναι επίσης σημαντικό να αναφερθούμε στην έννοια της ταυτότητας.

Η ταυτότητα συγκροτείται από απτά και μη απτά στοιχεία. Τα απτά στοιχεία αναφέρονται σε εξωτερικές, ευδιάκριτες πτυχές όπως η ηλικία, το φύλο, η κοινωνική κατάσταση, η εθνικότητα, κλπ., ενώ τα μη απτά στοιχεία, που ορίζονται ως το *Ψηφιδωτό Υπόβαθρο της Ταυτότητας*, αφορούν στα συναισθήματα των ατόμων, τους ρυθμούς και τις συνήθειες, την αίσθηση του ανήκειν και την αλληλεπίδραση χώρου-χρόνου-σχέσεων. Το ψηφιδωτό υπόστρωμα της ανθρώπινης εμπειρίας είναι αυτό που μας επιτρέπει να συνθέτουμε ένα συνεκτικό σύνολο πάνω στο οποίο «εδράζονται» τα απτά στοιχεία.

Ο μοναδικός συνδυασμός μεταξύ απτών και μη απτών στοιχείων της ταυτότητας οδηγεί σε μια αίσθηση προβλεψιμότητας και «οντο-οικολογικής σταθερότητας» (Papadopoulos, 2014). Η οντο-οικολογική σταθερότητα αναφέρεται στη μοναδική σχέση της ολότητας του ατόμου (ολότητα του είναι του, της ύπαρξής του) με την ολότητα της οικολογίας του (δηλαδή, τη σχέση του με το ανθρώπινο και φυσικό περιβάλλον του οποίου είναι μέρος). Είναι μια δυναμική αίσθηση διευθετημένης πραγματικότητας, οικειότητας και προβλεψιμότητας του μοτίβου της ζωής που επιτρέπει στα άτομα να «διαβάζουν τη ζωή».

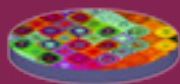
### ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ (1)



Απτά στοιχεία:

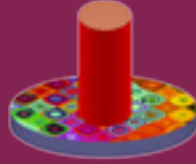
Φύλο, ηλικία, φυσικά και ψυχολογικά χαρακτηριστικά, επάγγελμα, οικογένεια, οικονομική κατάσταση, ιδεολογία, θρησκευτικές πεποιθήσεις, δραστηριότητες, hobbies, πολιτισμική ταύτιση, εθνική ταύτιση, κλπ

### ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ (2)



Μη Απτά στοιχεία: (Ψηφιδωτό Υπόβαθρο Ταυτότητας)

- Αισθήσεις: όραση (π.χ., τοπίο, φύση, αρχιτεκτονική, άνθρωποι, αντικείμενα). Ακοή (π.χ., ήχοι της φύσης, ανθρώπινοι ήχοι, ανθρώπινες ομιλίες, γλώσσα, μουσική). Όσφρηση (π.χ., ανθρωπογενείς, φυσικές οσμές, μυρωδιές). Γεύση (π.χ., εδέσματα, αέρας). Αφή (π.χ., υφή των υφασμάτων, φύση)
- Αίσθηση του ανήκειν: σε οικείο χώρο, σε οικογένεια, σε κοινότητα, σε πολιτισμικό πλαίσιο, στο σώμα μου, σε μια χώρα (που υπάρχει και που έχω πρόσβαση σ' αυτήν).

**ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ (3)**

Ο μοναδικός συνδυασμός μεταξύ "απών" και "μη απών"  
στοιχείων της ταυτότητας  
= προβλεψιμότητα  
= "όντο οικολογική σταθερότητα"

**ΝΟΣΤΑΛΓΙΚΟΣ ΑΠΟΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ**

Χαρακτηριστικά:

- Απώλεια της ικανότητας για πρόβλεψη, της ικανότητας να "διαβάζει τη ζωή"
- Αίσθηση αποπροσανατολισμού, δυσφορίας
- Αίσθηση μη πραγματικού, ακατάληπτο κενό, απώλεια ασφάλειας, ανησυχία
- Απώλεια οικειότητας, εμπιστοσύνης
- Διάχυτο άγχος, Ψυχικός πόνος
- Πάγωμα /ψυχική 'κατάψυξη'

ΑΛΛΑ και

- Ευκαιρία για νέες νοηματοδοτήσεις!

### 1.3. ΔΙΑΤΑΡΑΞΗ ΤΗΣ ΟΝΤΟ-ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΗΣ ΣΤΑΘΕΡΟΤΗΤΑΣ: ΝΟΣΤΑΛΓΙΚΟΣ ΑΠΟΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ

Για τους ακούσια εκτοπισμένους, οι περισσότερες διαστάσεις του οικείου χώρου και ο μοναδικός συνδυασμός απών και μη απών στοιχείων της ταυτότητάς τους «διαταράσσονται» ή διασαλεύονται. Τα άτομα αισθάνονται ανεξήγητο κενό, αβεβαιότητα και αδυναμία πρόβλεψης. Όταν η «όντο-οικολογική σταθερότητα» του ατόμου διαταράσσεται, αυτό που συχνά δημιουργείται είναι ο *νοσταλγικός αποπροσανατολισμός* (NA). Ο NA δεν είναι ψυχιατρική διαταραχή (νοσολογική οντότητα) αλλά μια σύνθετη πραγματικότητα που προκαλεί δυσφορία, μια δυσάρεστη εμπειρία που έχει επιπτώσεις τις οποίες βιώνουμε συνήθως αρνητικά. Ο NA χαρακτηρίζεται από πόνο, οδύνη αλλά και λαχτάρα για επιστροφή στον οικείο χώρο. Βιώνεται μέσα από την απώλεια της δυνατότητας για πρόβλεψη, την αίσθηση αποπροσανατολισμού, τη δυσφορία, την αίσθηση του μη πραγματικού, την ανησυχία, την ανασφάλεια, την απουσία οικειότητας, την έλλειψη εμπιστοσύνης, το διάχυτο άγχος, την αίσθηση «παγώματος», αλλά και από μια ανάγκη για νέες νοηματοδοτήσεις.

Καθώς η αίσθηση του νοσταλγικού αποπροσανατολισμού είναι βαθιά ριζωμένη μέσα στους ανθρώπους και δεν συνειδητοποιείται εύκολα, οι αιτίες και η «θεραπεία» τους είναι δύσκολο να προσεγγιστούν. Αυτή η πολυπλοκότητα μας φέρνει πίσω στην πιθανή πολυπλοκότητα των οικείων χώρων. Η ερώτηση εδώ είναι η εξής: Βιώνουμε νοσταλγία για έναν παρελθοντικό, συγκεκριμένο και πραγματικό οικείο χώρο που τοποθετείται σε ένα συγκεκριμένο μέρος ή για κάποιο μελλοδικό, αφηρημένο, εξιδανικευμένο, μη-στατικό και φανταστικό;

Ο ΝΑ είναι μια φυσιολογική απάντηση σε μη φυσιολογικές συνθήκες, η οποία δεν επηρεάζει μόνο αυτούς που αναγκάστηκαν να μετακινηθούν ακουσίως αλλιά και όλους όσοι εμπλέκονται ή έχουν κάποια σχέση μαζί τους: όσοι ασχολούνται επαγγελματικά ή εθελοντικά με αυτούς τους ανθρώπους, η ευρύτερη κοινωνία, αυτοί με τους οποίους ζουν μαζί στο παρόν και όσοι έμειναν πίσω. Είναι επομένως απαραίτητο όλοι αυτοί οι "σημαντικοί άλληλοι" να κατανοήσουν την ανάγκη των προσφύγων να αποκαταστήσουν τα απτά στοιχεία του οικείου χώρου τους και την αίσθηση του ανήκειν.

Άμεσα ή έμμεσα, πολλή σημασία που θα παρουσιαστούν στο συγκεκριμένο εκπαιδευτικό εγχειρίδιο θα αφορούν τον τρόπο με τον οποίο εργαζόμαστε με τον νοσταλγικό αποπροσανατολισμό. Η κατανόηση του ευρέος φάσματος των αποπροσανατολιστικών πιέσεων που δημιουργούν προβλήματα στη ζωή των προσφύγων και της φύσης και των αποτελεσμάτων αυτού του αποπροσανατολισμού διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στο χτίσιμο αυθεντικών θεραπευτικών σχέσεων. Εάν η εμπειρία αυτή φυσιολογικοποιείται και επικοινωνείται σωστά, χωρίς βεβαίως να παραβλέπεται η οδύνη, ο ΝΑ μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως ευκαιρία για ανανέωση και νέα νοσηματοδότηση της ζωής.

### ΟΝΤΟ-ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΗ ΣΤΑΘΕΡΟΤΗΤΑ

- Η μοναδική σχέση της ολότητας του ατόμου με την ολότητα της οικολογίας του (δηλ. με το ανθρώπινο και φυσικό περιβάλλον του)
- Αναφέρεται στη μοναδική Οντολογία του ατόμου (η ολότητα του "είναι", της ύπαρξης, της πραγματικότητας – πέρα από το σύνολο των συνήθως αναγνωρίσιμων πτυχών ενός ατόμου)
- Αναφέρεται στη μοναδική 'οικολογία' (δηλ. τη μοναδική σχέση του ατόμου με το ανθρώπινο και φυσικό περιβάλλον του οποίου είναι μέρος)
- Μη συνειδητή αναγνώριση της ύπαρξης, φύσης και συνεπειών της οντο-οικολογικής σταθερότητας
- 'Οικολογία' (μοναδική σχέση με το ανθρώπινο και φυσικό περιβάλλον)

Όταν η οντο-οικολογική σταθερότητα διαταράσσεται, προκύπτει ο Νοσταλγικός Αποπροσανατολισμός.

### ΝΟΣΤΑΛΓΙΚΟΣ ΑΠΟΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ

Δεν είναι ψυχιατρική διαταραχή (νοσολογική οντότητα) αλλιά είναι

- Μία σύνθετη πραγματικότητα που προκαλεί δυσφορία - μια δύσκολη εμπειρία που προκαλεί ένα ευρύ φάσμα επιδράσεων τις οποίες βιώνουμε συνήθως αρνητικά
- Αποτέλεσμα της ακούσιας αποικεσίας (της προσφυγικής εμπειρίας), η οποία διαταράσσει ή διασαλεύει τον το μοναδικό συνδυασμό απτών και μη απτών στοιχείων της ταυτότητας.

### ΝΟΣΤΑΛΓΙΚΟΣ ΑΠΟΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ

- Οι πρόσφυγες δεν αποτελούν μία διαγνωστική κατηγορία με διακριτά ψυχοπαθολογικά χαρακτηριστικά

ΑΛΛΑ

- Το γεγονός ότι όλοι έχουν βιώσει την ακούσια απώλεια του οικείου χώρου τούς κάνει να μοιράζονται μία βαθιά αίσθηση νοσταλγίας για αποκατάσταση αυτής της απώλειας
- Νόστος: η λαχτάρα της επιστροφής στην εστία (Ομηρος)
  - Άλγος: πόνος, οδύνη
  - Νοσταλγία: πόνος/λαχτάρα για την επιστροφή στην εστία, στον οικείο χώρο.

### ΝΟΣΤΑΛΓΙΚΟΣ ΑΠΟΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ

Χαρακτηριστικά:

- Απώλεια της ικανότητας για πρόβλεψη, της ικανότητας να "διαβάζει τη ζωή"
- Αίσθηση αποπροσανατολισμού, δυσφορίας
- Αίσθηση μη πραγματικού, ακατάληπτο κενό, απώλεια ασφάλειας, ανησυχία
- Απώλεια οικειότητας, εμπιστοσύνης
- Διάχυτο άγχος, Ψυχικός πόνος
- Πάγωμα /ψυχική 'κατάψυξη'

ΑΛΛΑ και

- Ευκαιρία για νέες νοηματοδοτήσεις!

Για μια εισαγωγική αναφορά στην ακούσια αποικεσία από τον Καθ. Παπαδόπουλο, δείτε [εδώ](#)

Για εκτενέστερη αναφορά στην έννοια του χώρου, χρόνου και σχέσεων, δείτε [εδώ](#)

Για εκτενέστερη αναφορά στα απτά και μη απτά στοιχεία της ταυτότητας, δείτε [εδώ](#)

Για εκτενέστερη αναφορά στις ουσιώδεις και επουσιώδεις αλληλαγές στην ταυτότητα μετά από απώλειες, δείτε [εδώ](#)

Για εκτενέστερη αναφορά στον νοσταλγικό αποπροσανατολισμό, δείτε [εδώ](#)

## Άσκηση 2η

Σκεφτείτε πώς η ιδέα του οικείου χώρου και η απώλειά του παρουσιάζονται στην ακόλουθη αφήγηση αυτού του νεαρού πρόσφυγα. Επίσης, συλλογιστείτε γύρω από την έννοια του νοσταλγικού αποπροσανατολισμού ως συνέπεια αυτής της απώλειας. Προσπαθήστε να δείτε πίσω από αυτή την αφήγηση και πέρα από τα προφανή στοιχεία αυτής της απώλειας. Αναλογισθείτε τα λησάνοντα νοήματα ή τις μη απτές διαστάσεις που μπορούν να εξηγήσουν τους λόγους του νοσταλγικού αποπροσανατολισμού.

«Μου λείπει η παλιά μου ζωή γενικά... Δεν μπορώ να συνηθίσω! [Μου λείπει] η ατμόσφαιρα των αφρικανικών εκκλησιών, οι λειτουργίες στην εκκλησία, ο αφρικανικός πολιτισμός, τα έθιμά μας, οι γιορτές μας, οι συνήθειες μας, τα τεράστια τραπέζια για γεύματα, η καθημερινή μας ζωή. Μερικές φορές βρισκόμαστε με ανθρώπους από τη χώρα μου που μένουν εδώ για να γιορτάσουμε μαζί ή κάτι τέτοιο, αλλά δεν είναι το ίδιο. Κάτι φαίνεται να λείπει. Δεν μπορώ να το εξηγήσω, αλλά πάντα κάτι λείπει. Αυτά που έχω χάσει με θλίβουν πολύ».

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Ξανθόπουλος, Χ. (2017). Εισαγωγή στην Επιστημολογία. [Σημειώσεις μαθήματος] Ανακτημένο από <http://pandemos.panteion.gr/index.php?op=record&pid=iid:5149&lang=el>
- Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. New York: Basic Books.
- Papadopoulos, R. K. (2002). Refugees, home and trauma. In R.K. Papadopoulos (Ed). Therapeutic care for refugees: No place like home (pp. 9-39). London: Karnac.
- Papadopoulos, R. K. (2014). Trauma and Resilience. A psycho-social approach. [PowerPoint slides] Ανακτημένο από <http://www.terrenuoveonlus.it/wp-content/uploads/2015/05/Slides-papadopoulos-RKP-Terrenuove-21-Nov-2014.pdf>

## 2η ΕΝΟΤΗΤΑ ΤΡΑΥΜΑ

Στην ενότητα αυτή θα εξετάσουμε μια έννοια στην οποία έχει επικεντρωθεί το μεγαλύτερο μέρος της βιβλιογραφίας γύρω από τους πρόσφυγες, αυτή της κυρίαρχης ιδέας του τραύματος. Θα επιχειρηθεί μια σοβαρή κριτική του τρόπου με τον οποίο το τραύμα έχει διαμορφώσει ουσιαστικά όλες τις συζητήσεις σχετικά με αυτό που ονομάζεται «προσφυγική

κατάσταση ή συνθήκη». Θα παρουσιαστούν πρώτα οι διαφορετικές έννοιες του τραύματος και η αρκετά περίπλοκη ετυμολογία της λέξης. Έπειτα, θα επιχειρηθεί μια κριτική ματιά στην κυρίαρχη αντίληψη του τραύματος.

## 2.1. ΕΠΤΑ ΟΜΑΔΕΣ ΕΝΝΟΙΩΝ ΓΙΑ ΤΗ ΛΕΞΗ ΤΡΑΥΜΑ

Γενικά οι άνθρωποι στην καθημερινή γλώσσα αλλιώς και οι επαγγελματίες χρησιμοποιούν συχνά τη λέξη «τραύμα», αδιάκριτα, για να αναφερθούν σε ένα ευρύ φάσμα φαινομένων. Αυτές οι χρήσεις μπορεί να ποικίλουν και να αναφέρονται στις εξής ομάδες εννοιών:

- Στην καθομιλούμενη γλώσσα: Οποιαδήποτε μορφή δυσφορίας.
- Στην ψυχανάληση: Ενδοψυχική ανάπτυξη παθολογικών δομών.
- Στην ψυχιατρική: Ψυχιατρική διαταραχή από εξωτερικούς παράγοντες όπως η πολυσυζητημένη διαταραχή στρες μετά από ψυχοτραυματική εμπειρία (*PTSD*).
- Αντιδράσεις στην αντιξοότητα: Αποπροσανατολισμός, αποσταθεροποίηση, αντιδράσεις σε μη φυσιολογικές καταστάσεις.
- Στις ανθρωπιστικές και κοινωνικές επιστήμες: Στην τέχνη, τη λογοτεχνία, την ιστορία, την κοινωνιολογία, το θέατρο, κλπ.
- Εξειδικευμένες αντίξοες καταστάσεις: Τραύμα διαζυγίου, καταστροφών, συντάξεως, οικονομικό, πολιτικό, κλπ.
- Συλλογικό τραύμα: Εθνικό, κοινωνικό, πολιτισμικό, μετα-αποικιακό, κλπ.

Η ασάφεια που γεννά αυτή η υπερβολική χρήση του όρου έχει αναπόφευκτα εισβάλλει και σε μεγάλο μέρος των αφηγήσεων γύρω από τους πρόσφυγες.

## 2.2. ΤΡΑΥΜΑ - ΕΤΥΜΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΣΗΜΑΣΙΕΣ

Η λέξη *τραύμα* είναι ετυμολογικά συνδεδεμένη με την ελληνική λέξη «**τιπρώσκω**», που σημαίνει «τριπύω» και κατ' επέκταση «πληγώνω». Το τραύμα είναι το σημάδι που παραμένει μετά από τραυματισμό, δηλαδή η πληγή. Ωστόσο, μια πιο εμπεριστατωμένη διερεύνηση της λέξης δείχνει ότι η ρίζα του «τιπρώσκω» πιθανόν να είναι η λέξη «τείρω», που σημαίνει «τρίβω/διατριπύω» (Παπαδόπουλος, 2002). Στην αρχαία ελληνική γλώσσα, το ρήμα «τείρω» έχει δύο διαφορετικές έννοιες: «τρίβω/τριπύω» και «σβήνω/διώχνω μακριά» (που στα αγγλικά μεταφράζονται αντίστοιχα ως *rub in* και *rub away*).

Ανάλογα με τις διαφορετικές σημασίες του ρήματος «τείρω», μπορούμε να συμπεράνουμε ότι η λέξη «τραύμα» μπορεί να έχει την έννοια του τραύματος ή τραυματισμού ως αποτέλεσμα της «τριβής», ή μπορεί να παραπέμψει στο αποτέλεσμα του «τρίβω, σβήνω και δώχνω μακριά τα υπολείμματα που ήταν πάνω στην επιφάνεια, δηλαδή το αποτέλεσμα του σβσίματος ή καθαρισμού» (Papadopoulos, 2002, 2007). Με βάση την πρώτη έννοια του τραύματος, μια τραυματική εμπειρία μπορεί να δημιουργεί πληγή όταν η προστατευτική μεμβράνη «τρυπιέται» και αφήνει σημάδι. Με αυτή την έννοια, αποτελεί τη βλάβη που δημιουργεί πόνο, δυσφορία, ακόμη και αντιδράσεις που χαρακτηρίζονται ως «ψυχολογικό τραύμα» ή άλλη μορφή ψυχοπαθολογίας. Οι πληγές αυτές μπορεί να έχουν μακροχρόνιες συνέπειες, αφήνοντας ανεξίτηλο σημάδι.

Παρ' όλα αυτά, υπό το πρίσμα της δεύτερης σημασίας της λέξης, το τραύμα μπορεί να προσφέρει μια ευκαιρία για ανανέωση, αναζωογόνηση, όταν οι προηγούμενες απόψεις, αξίες, πεποιθήσεις και τρόποι ζωής διαγράφονται και εισάγονται νέες προτεραιότητες, ιδέες, έννοιες, ικανότητες, τρόποι ζωής (Papadopoulos, 2002, 2007). Υπό αυτό το πρίσμα, η προσφυγική εμπειρία, αν και αδιαμφισβήτητα επώδυνη και συχνά επιβλαβής για ορισμένα άτομα, μπορεί, κάτω από τις κατάλληλες συνθήκες, να είναι ταυτόχρονα μια εμπειρία που μεταμορφώνει και δίνει μια νέα ευκαιρία ζωής.

### ΤΡΑΥΜΑ ΕΤΥΜΟΛΟΓΙΚΕΣ ΡΙΖΕΣ ΚΑΙ ΕΙΚΟΝΕΣ

- Τίρωσκω  
πληγή, ελάττωμα, έλλειψη, ανεπάρκεια, παθολογία
- Τείρω  
(α) Τριβή (to rub in) – τρύπα, πληγή, ελάττωμα  
(β) Τριβή (to rub off, away) – σβήσιμο, εξάλειψη, απάλειψη, ανανέωση  
Η δυνατή τραυματική εμπειρία που 'σβήνει' το παρελθόν και επιτρέπει-υποχρεώνει το άτομο να δει την ζωή του με νέο τρόπο, νέες προτεραιότητες, κλη  
Adversity-Activated Development (AAD)  
Ανάπτυξη που πηγάζει, ενεργοποιείται από την Αντιξοότητα.



**ΤΡΑΥΜΑ:****ΣΟΒΑΡΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΕΤΥΜΟΛΟΓΙΚΩΝ ΔΙΑΣΤΑΣΕΩΝ**

- Τραύμα: Το σημάδι που αφήνει το τρύπημα ή η τριβή: η πληγή
  - Τείρω: Τρίβω
- Αστέρας: Σημάδι στον ουρανό (και "σταρ")  
 Τέρας: Ο σημαδεμένος άνθρωπος (από τον Θεό)  
 Τρανός: Αυτός που επέζησε της τριβής  
 "Σημεία και τέρατα": Τα σημάδια που μεταδίδει η τριβή των συγκυριών, τα μηνύματα του Θεού στους ανθρώπους  
 Ο "τραυματισμένος άνθρωπος" είναι και "τέρας" και "σταρ" και "τρανός"!

## 2.3. ΕΠΑΝΕΞΕΤΑΖΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΚΥΡΙΑΡΧΗ ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΓΙΑ ΤΟ ΤΡΑΥΜΑ

Έχοντας πλῆρον ξεφύγει από την περιοριστική κατανόηση του όρου του τραύματος, πρέπει να επικεντρωθούμε στην απλουστευτική και γραμμική σχέση ανάμεσα στην ετυμολογία και τη γνωσιολογία. Η τραυματολογία φαίνεται να υποδηλώνει μια αιτιώδη-απλουστευτική (causal-reductive) σχέση μεταξύ των εξωτερικών γεγονότων και των συνεπειών τους. Συγκεκριμένα, υποδηλώνει ότι η έκθεση σε συγκεκριμένα γεγονότα προκαλεί τραυματισμό στους ανθρώπους που τα υφίστανται (Papadopoulos, 2001a). Με την έννοια αυτή, υπάρχει λογικά μόνο μια πιθανή έκβαση της έκθεσης σε καταστρεπτικά γεγονότα. Ως εκ τούτου, ολόκληρος ο προσφυγικός πληθυσμός ανάγεται σε μια κατηγορία «τραυματισμένων» ατόμων.

Ωστόσο, η θεώρηση όλων των προσφύγων μέσα σε ένα πλαίσιο παθολογίας (Papadopoulos & Hildebrand, 1997) τούς επιβάλλει στερεοτυπικά χαρακτηριστικά, αποκλείει τα νοήματα που αποδίδουν οι ίδιοι στις αντιξοότητες τους και τους πολλαπλούς παράγοντες που επηρεάζουν τις αντιδράσεις τους σε αυτές και, τελικά, διαιωνίζει την παθολογία και την αίσθηση αδυναμίας τους (Papadopoulos, 2001b).

Υποστηρίζεται ότι αυτό το περιοριστικό αφήγημα πρέπει να εγκαταλειφθεί και, αντίθετα, να υιοθετηθεί ένας τρόπος σκέψης που καταρρίπτει την ιδέα της προσφυγικής εμπειρίας ως εγγενώς τραυματικής. Το κάθε γεγονός δεν βιώνεται με τον ίδιο τρόπο, από όλους. Τα νοήματα που αποδίδονται σε κάθε γεγονός, το γενικότερο πλαίσιο μέσα στο οποίο λαμβάνει χώρα αυτό το γεγονός και ένα πλήθος παραγόντων που συμβάλλουν στην ξεχωριστή εμπειρία αυτού του γεγονότος από τον καθέναν ασκούν καθοριστική επίδραση στον τρόπο με τον οποίο το κάθε άτομο βιώνει και αντιδρά στο γεγονός.

**ΓΝΩΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΣΤΙΞΗ****ΤΟ ΤΡΑΥΜΑ ΩΣ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ ΚΑΙ ΩΣ ΑΙΤΙΑ**

- Το τραύμα ως σημάδι (ουλή, αποτέλεσμα αντιξοότητας) αλλη και ως "σημαίνον" που νοηματοδοτεί τα μετέπειτα
- Κόμμα, άνω τελεία, τελεία
- Κόμμα: Τραύμα ως "σημαίνον" που νοηματοδοτεί νοήματα (μηνύματα) για τους παθόντες, και για τους άλλους. Έχει επίδραση, συνέπειες, επιπτώσεις
- Το τραύμα ως αιτία περαιτέρω επακόλουθων (όχι μόνο ψυχοπαθολογίας)
- Τελεία: Οι θεωρίες για το ψυχικό τραύμα (και οι τεχνικές για την αντιμετώπισή του) σταματούν στο τραύμα ως αποτέλεσμα, χωρίς να διερευνούν τα μετέπειτα σημαίνοντα (εκτός από την στάση: ψυχοπαθολογία).

**ΓΡΑΜΜΙΚΗ ΓΝΩΣΙΟΛΟΓΙΑ "ΤΡΑΥΜΑΤΟΣ"  
ΚΥΡΙΑΡΧΗ ΑΦΗΓΗΣΗ**

Το τραύμα είναι αποτέλεσμα της αντιξοότητας  
Αιτία > αποτέλεσμα  
Causal - reductive Αιτιώδης αναγωγική.

**2.4. ΑΤΟΜΟ ΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΕΝΟ Η ΑΤΟΜΟ ΚΑΤΑΚΛΥΣΜΕΝΟ ΑΠΟ ΑΡΝΗΤΙΚΕΣ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ;**

Η ερώτηση που προκύπτει, έπειτα από την αναφορά στο κυρίαρχο αφήγημα για το τραύμα, είναι η εξής: Χρειάζεται να προσδιορίσουμε κάποιο πρόβλημα, ώστε οι ειδικοί να απαντήσουν σε αυτό ή κάποια παθολογία, ώστε οι ειδικοί να απαντήσουν σε αυτήν; Όχι! Αντίθετα φαίνεται να είναι πιο χρήσιμο να επαναπροσδιοριστεί η κατάσταση στην οποία κάποιος θεωρείται «τραυματισμένος» ως μια κατάσταση στην οποία ένα άτομο έχει κατακλυστεί από δυσκολίες. Αντί οι επαγγελματίες που δουλεύουν με πρόσφυγες να προσπαθούν να εφαρμόσουν εξειδικευμένες στο τραύμα παρεμβάσεις, θα ήταν καλύτερο να προσπαθήσουν να δημιουργήσουν από κοινού έναν χώρο όπου μπορούν να σκεφτούν και να αναλογιστούν καθώς και να μειώσουν τις συναισθηματικές πιέσεις και την τάση προς εκδραμάτιση (acting out).

Η δημιουργία υποστηρικτικών συνθηκών και η παροχή ανθρώπινης κατανόησης μπορεί κάποιες φορές να είναι πολύ πιο πολύτιμη από την εξειδικευμένη παρέμβαση.

- Για εκτενέστερη αναφορά στις 7 χρήσεις του όρου «τραύμα» από τον Καθ. Παπαδόπουλο, δείτε [εδώ](#)
- Για εκτενέστερη αναφορά στις διαφορετικές ετυμολογικές ρίζες του τραύματος από τον Καθ. Παπαδόπουλο, δείτε [εδώ](#) και [εδώ](#)

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Papadopoulos, R. K. & Hildebrand, J. (1997). Is Home Where The Heart Is? Narratives Of Oppositional Discourses in Refugee Families. In R. K. Papadopoulos & J. Byng-Hall (Eds.), Multiple Voices: Narrative in Systemic Family Psychotherapy (pp. 206-236). London: Duckworth.

Papadopoulos, R. K (2001a). Refugee Families: issues of systemic supervision. Journal of Family Therapy, 23(4), 405-422.

Papadopoulos, R. K. (2001b). Refugees, therapists and trauma: Systemic reflections. Context: The Magazine of the Association for Family Therapy, 54, 5-8.

Papadopoulos, R. K. (2002). Refugees, home and trauma. In R.K. Papadopoulos (Ed). Therapeutic care for refugees: No place like home (pp. 9-40). London: Karnac.

Papadopoulos, R. K. (2007). Refugees, trauma, and adversity-activated development. European Journal of Psychotherapy and Counselling, 9(3), 301-312.

## 3η ΕΝΟΤΗΤΑ ΕΥΑΛΩΤΟΤΗΤΑ



*«Ο κόσμος με εξώθησε σε μια κατάσταση ψυχικής φευδαρχίας. Και θέλητε να καταστήσω τον εαυτό μου ευάλωτο απέναντί σας. Πόση ευαλωτότητα νομίζετε ότι μπορεί να αντέξει ένα άτομο; Θέλητε να ξεσκίσω τη σάρκα μου και να σταθώ στον άνεμο, γεμάτος αίματα κι ευαισθησία;»*



Azareen Van der Vliet Oloomi, από το **Call Me Zebra**

Το αφήγημα γύρω από το τραύμα έχει αναπόφευκτα φέρει στην επιφάνεια μια «κουλτούρα ευαλωτότητας». Δυστυχώς, τα άτομα μπαίνουν αυτόματα σε μια θέση αβοηθητότητας και για να μπορέσουν να εξασφαλίσουν τα βασικά ανθρώπινα δικαιώματά τους καλούνται συνήθως να αποδείξουν τον βαθμό της ευαλωτότητάς τους.

### 3.1. Η ΕΥΑΛΩΤΟΤΗΤΑ ΩΣ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ ΕΝΟΣ ΣΥΝΟΛΟΥ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ

Η ευαλωτότητα είναι μια ιδιαίτερα δύσκολη έννοια μέσα στο προσφυγικό αφήγημα. Όταν οι επαγγελματίες προσεγγίζουν ένα ακούσια εκτοπισμένο άτομο, είναι εξίσου σημαντικό να αναγνωρίζουν και να μην υποτιμούν την οδύνη τους όσο και να διασφαλίζουν ότι η αδιαμφισβήτητη ευαλωτότητά του δεν θα γίνει στοιχείο της ταυτότητάς του. Επειδή αυτή η διαχωριστική γραμμή είναι εξαιρετικά λεπτή, συχνά και αναπόφευκτα παραβιάζεται, καθώς η απόκτηση ενός εγγράφου που να αποδεικνύει την ευαλωτότητά τους είναι μάλλον αναγκαία συνθήκη για τη διεκδίκηση των δικαιωμάτων των προσφύγων, και απαιτείται εξαιρετική εμπειρία και ευαισθησία για να διατηρήσει ένας επαγγελματίας αυτήν την ισορροπία.

Όπως έχει παρουσιαστεί ενδελεχώς και στο εγχειρίδιο με τίτλο *Enhancing Vulnerable Asylum Seekers Protection* (Papadopoulos, 2010), η ευαλωτότητα είναι αποτέλεσμα τεσσάρων κατηγοριών παραγόντων:

- η κατάσταση / οι συνθήκες που βιώνει το άτομο που θεωρείται ευάλωτο,
- οι υποκείμενες αιτίες που δημιουργούν τη συγκεκριμένη ευαλωτότητα στο άτομο,
- οι παράγοντες που προκαλούν/πυροδοτούν την ευαλωτότητα, και
- οι συνθήκες του περιβάλλοντος που επηρεάζουν είτε αρνητικά είτε θετικά τις αρνητικές επιπτώσεις των παραγόντων που προκαλούν/πυροδοτούν την ευαλωτότητα.

Δυστυχώς, οι περισσότεροι επικεντρώνονται σχεδόν αποκλειστικά στη δεύτερη κατηγορία και, ορισμένες φορές, στην τρίτη κατηγορία παραγόντων και έτσι περιορίζουν τις ιστορίες ζωής των ατόμων ανατρέχοντας σε γενικεύσεις. Η περιοριστική θεώρηση της ευαλωτότητας οδηγεί και σε μια υπεραπλουστευμένη θεώρηση των αιτίων και των αποτελεσμάτων.

### 3.2. Η ΕΥΑΛΩΤΟΤΗΤΑ ΩΣ ΕΝΝΟΙΑ ΔΥΝΑΜΙΚΗ ΚΑΙ ΕΞΑΡΤΩΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΚΑΙ ΤΙΣ ΣΧΕΣΕΙΣ

Οι αντιξοότητες τις οποίες ένα άτομο έχει βιώσει κατά τη διάρκεια της προσφυγικής του

εμπειρίας δεν μπορούν να θεωρηθούν παρά το μισό της ιστορίας του. Το πώς κάποιος βιώνει και επηρεάζεται από αυτές τις αντιξοότητες είναι το άλλο μισό, αν όχι το πιο σημαντικό. Όπως αναφέρει ο Papadopoulos (2010), η ευαλωτότητα είναι δυναμική, μεταβαλλόμενη και εξαρτάται από το πλαίσιο (τον χώρο, τον χρόνο και τις συνθήκες) και τις σχέσεις αλληλεπίδρασης με άλλα άτομα, ομάδες, υπηρεσίες, κλπ. Επιπρόσθετα, όπως θα δούμε παρακάτω, η ευαλωτότητα ενός ατόμου επηρεάζεται συχνά εξίσου από τις τρέχουσες ψυχοπαιστικές (και συχνά απάνθρωπες) συνθήκες στις κοινωνίες υποδοχής καθώς και από τις αντιξοότητες στις οποίες εκτέθηκε ο πρόσφυγας πριν τη φυγή από τη χώρα καταγωγής του.

### 3.3. ΕΡΓΑΛΕΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΕΥΑΛΩΤΟΤΗΤΑΣ

Ο Marlowe (2010) κατακρίνει τη χρησιμοποίηση του τραύματος και της ευαλωτότητας για τον προσδιορισμό του κυρίαρχου στάτους (master status) των προσφύγων που στερεί σχεδόν πλήρως από αυτούς την πραγματική τους ταυτότητα. Οι τραυματικές ιστορίες χρησιμοποιούνται ευρέως ως η ευκολότερη μορφή του «κοινωνικού νομίσματος» (social currency). Αντί να επικεντρώνονται στην ενδυνάμωση των προσφύγων, στη δημιουργία ενός θεραπευτικού περιβάλλοντος για αυτούς ή στην υιοθέτηση μιας απλής στάσης ανθρωπιάς και βοήθειας σε μια δύσκολη και συγχυτική για αυτούς περίοδο, οι επαγγελματίες αναγκάζονται μερικές φορές να σπαταλούν μεγάλο μέρος του πολυτίμου χρόνου τους «μετρώντας» επίπεδα ευαλωτότητας.

Είναι επιτακτική ανάγκη οι άνθρωποι που έρχονται σε επαφή με πρόσφυγες να αντιληφθούν την προσωρινή φύση της ευαλωτότητάς τους και να παρατηρούν προσεκτικά και να επισημαίνουν τις αλλαγές (έστω και τις πιο μικρές) που συμβαίνουν στα επίπεδα αυτά όσο δουλεύουν μαζί τους. Αυτό αποτελεί ένα σημαντικό σημείο όσων θα εξετάσουμε στα επόμενα κεφάλαια: στόχος είναι η απομάκρυνση από την εργαλειοποίηση της ευαλωτότητας και η κατανόηση ότι η δυναμική ευαλωτότητα ενός πρόσφυγα, σε μια συγκεκριμένη στιγμή και περίσταση, δεν μπορεί να καθορίσει τον ίδιο και τις ικανότητές του.

---

Για εκτενέστερη αναφορά στην ευαλωτότητα, και πιο συγκεκριμένα σε σχέση με τη συνεργική προσέγγιση, από τον Καθ. Παπαδόπουλο, δείτε [εδώ](#)

---

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Marlowe, J. M. (2010). Beyond the Discourse of Trauma: Shifting the Focus on Sudanese Refugees. *Journal of Refugees Studies*, 23(2), 183-188.

Papadopoulos, R. K. (2010). Enhancing Vulnerable Asylum Seekers' Protection (EVASP) Trainers' Handbook. Rome: International Organisation for Migration. Ανάκτηση από <https://babeldc.gr/wp-content/uploads/2018/06/EVASP-TrainersHandbookOnline.pdf>

## 4η ΕΝΟΤΗΤΑ Ο ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΤΗΣ ΘΥΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗΣ

Συζητώντας γύρω από την ευαλωτότητα, είδαμε ότι οι άνθρωποι, για τους οποίους οι οικονομικές και κοινωνικές ευκαιρίες έχουν εκμηδενιστεί, υιοθετούν τον ρόλο του τραυματισμένου, αβοήθητου και ευάλωτου, καθώς αυτός είναι συχνά ο μόνος τρόπος πρόσβασης στην παροχή κοινωνικής, νομικής και ιατρικής υποστήριξης. Συχνά αυτό συμβαδίζει με μια βαθιά αίσθηση της απώλειας του ελέγχου και της αυτονομίας (Bala, 2005) και «αναγκάζει» τους πρόσφυγες να αναγάγουν τη θυματοποίηση σε κυρίαρχο κομμάτι της ταυτότητάς τους. Αν μάλιστα σκεφτούμε ότι κάποιος που θεωρείται θύμα γίνεται συχνά αντικείμενο αγάπης, συμπάθειας και συμπόνιας εξαιτίας των δυσκολιών της ζωής του (Cyrulnik, 2009), μπορούμε εύκολα να κατανοήσουμε γιατί τα ακούσια εκτοπισμένα άτομα, ακόμα και ασυνείδητα, «εκμεταλλεύονται» τον πόνο τους για να προσεληκύσουν τη φροντίδα και τη συμπάθεια της κοινωνίας υποδοχής.

### 4.1 ΔΙΑΧΩΡΙΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΘΥΜΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΤΟΥ ΘΥΜΑΤΟΣ

Είναι πολύ σημαντικό να γίνει ο διαχωρισμός ανάμεσα στο θύμα και στην *ταυτότητα του θύματος*. Το να είσαι θύμα είναι αντίδραση σε ή συνέπεια συγκεκριμένων γεγονότων ή περιστάσεων, ενώ η ταυτότητα του θύματος υποδηλώνει μια κατασκευή στο πλαίσιο της αλληλεπίδρασης μεταξύ των προσφύγων και αυτών που παρέχουν υπηρεσίες ή των κοινωνικών δομών. Η ταυτότητα του θύματος τείνει να διαιωνίζεται, έχει ιατρογενείς παθολογικές επιπτώσεις και συνεπάγεται μεγάλο βαθμό εξάρτησης και μαθημένης αβοηθσίας\*.

\*Μαθημένη αβοηθσία: αναφέρεται στη συναισθηματική κατάσταση και συμπεριφορά που εμφανίζει το άτομο ενώ έχει εκτεθεί επανειλημμένα σε οδυνηρά ή αρνητικά ερεθίσματα από τα οποία δεν είναι σε θέση να

Στο επόμενο κεφάλαιο γίνεται μια πιο εμπειριστατωμένη ανάλυση σχετικά με τις εκδηλώσεις και αντιδράσεις των ατόμων που θεωρούνται θύματα, υιοθετούν την ταυτότητα του θύματος, κλπ.

Υπάρχουν συγκεκριμένα χαρακτηριστικά που σχετίζονται με την κατάσταση της θυματοποίησης. Ένα θύμα πρέπει συνθήως να δέχεται προστασία και να του παρέχεται καταφύγιο, θεωρείται αθώο, έχει πάντα δίκιο, δεν μπορεί να αμφισβητηθεί και, ίσως το σημαντικότερο, δεν αντιμετωπίζει τις δικές του ευθύνες (μέχρι να θεωρηθεί ότι βγαίνει από αυτή την κατάσταση ή αλλιώς «θεραπεύεται»). Αυτά τα χαρακτηριστικά δυστυχώς οδηγούν στην αποδυνάμωση των ανθρώπων, ενώ τους στερούν τη δυνατότητα να επαναπροσδιορίσουν τις εμπειρίες τους και να έρθουν σε επαφή με άλλες πτυχές των δυνατοτήτων τους που έχουν ενεργοποιηθεί μέσω αυτών των εμπειριών.

### **ΘΥΜΑ ΚΑΙ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΘΥΜΑΤΟΣ ΜΙΑ ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗ**

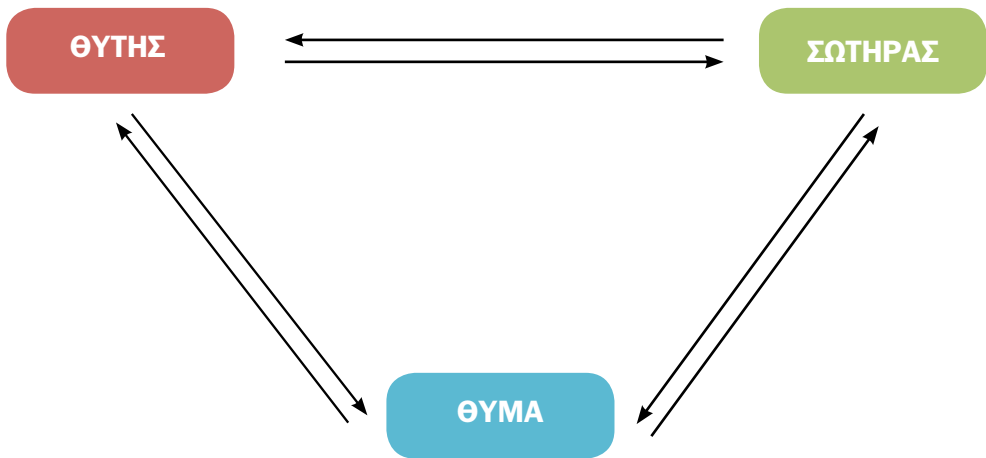
Θύμα: Αντίδραση σε, αποτέλεσμα συγκεκριμένων γεγονότων, συγκυριών, καταστάσεων

Ταυτότητα θύματος: Συν-κατασκευή μέσα στο πεδίο αμοιβαίων αλληλοεπιδράσεων (με παρόχους υπηρεσιών και γενικότερα κοινωνικά σχήματα)

Ταυτότητα θύματος: Τείνει να απολιθώνεται, ιατρογενείς επιπτώσεις, εξάρτηση, μαθημένη αβοηθητικότητα (learned helplessness).

Για εκτενέστερη αναφορά πάνω στη διαφοροποίηση «θύματος» και «ταυτότητας του θύματος» από τον Καθ. Παπαδόπουλο, δείτε [εδώ](#)

ξεφύγει. Μετά από τέτοιες εμπειρίες, συχνά αποτυγχάνει να "διαφύγει" και από νέες αρνητικές καταστάσεις όπου πιθανόν να μπορούσε. Με άλλα λόγια, μαθαίνει ότι είναι αβοήθητος. Έχει αποδεχθεί ότι έχει χάσει τον έλεγχο και έτσι εγκαταλείπει την προσπάθεια, ακόμα και αλληάζουν οι συνθήκες που τον δυσκόλευαν. Αυτό το άτομο έχει αποκτήσει μαθημένη αβοηθησία. Η κατάσταση αυτή μοιάζει με τα συμπτώματα της απόσυρσης, παραίτησης κλπ., τα οποία μπορεί να εκδηλωθούν στην κλινική κατάθλιψη (Seligman, 1972)



## 4.2. ΤΟ ΤΡΙΓΩΝΟ ΤΟΥ ΘΥΜΑΤΟΣ

Όπως έχει επανειλημμένα τονιστεί, η χρησιμοποίηση της ταυτότητας του θύματος, δηλαδή του ατόμου που πονά και επομένως βρίσκεται σε ανάγκη, είναι αμφίδρομη και εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τους ανθρώπους που προσφέρουν ανακούφιση ή βοήθεια (καθώς και από την ευρύτερη κοινωνία). Αυτό αποτυπώνεται στην ιδέα του τριγώνου του θύματος, που αναφέρεται στην τριάδα: θύμα-θύτης-σωτήρας (Karpman, 1968).

Όχι μόνο τα θύματα μπορούν να έχουν συγκεκριμένα οφέλη μέσα από την υιοθέτηση του συγκεκριμένου ρόλου, αλλά και οι επαγγελματίες μπορεί να έλκονται από την ιδέα ότι αυτοί είναι που θα τείνουν το χέρι βοήθειας. Μαζί με την επιθυμία να νιώσουν ότι βοηθάνε, η ενίσχυση της αυτοεκτίμησής τους και η αίσθηση ότι είναι «σπουδαίοι» ως σωτήρες μπορεί να διατηρηθεί μέσα από αυτόν τον ρόλο.

Αυτό γίνεται ακόμα πιο προβληματικό καθώς αυτό το «σχήμα σωτηρίας» παρατείνεται όταν ο επαγγελματίας προσκοιλήται επίμονα στον ρόλο του σωτήρα ακόμη και μετά την περίοδο που ο εξυπηρετούμενος θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ως ευάλωτος. Με λίγα λόγια, η ταυτότητα του σωτήρα δημιουργείται μέσα από τα κυρίαρχα κοινωνικά αφηγήματα και στη συνέχεια ενισχύεται περαιτέρω μέσα από τις ατομικές φαντασιώσεις του επαγγελματία, ότι είναι απαραίτητος ως σωτήρας, και τελικά εδραιώνεται και παρατείνεται μέσα από αυτό το «ιδανικό» που εξυπηρετεί τόσο τον επαγγελματία όσο και τον ακούσια εκτοπισμένο.

Επιπλέον, οι θύτες, που σχηματίζουν την τρίτη πλευρά του τριγώνου, συνήθως διδραματίζουν τον ρόλο αυτού που βρίσκεται στο στόχαστρο και καταδικάζεται τυφλά.



Δεν χρειάζεται να είναι πάντα οι ίδιοι άνθρωποι ή ομάδες καθώς νέα άτομα τείνουν να εμφανίζονται όταν οι προηγούμενοι δεν μπορούν πλέον να καταλάβουν αυτή τη θέση. Το τρίγωνο διατηρείται όταν υπάρχει ένας θύτης που παραμένει ενεργός στο μυαλό του πρόσφυγα, κάνοντάς τον να βλέπει τον κόσμο άσπρο ή μαύρο (Drozdek & Wilson, 2007) και συνεχίζει να ζει με την ανάγκη εκδίκησης. Εδώ ο ρόλος ενός επαγγελματία γίνεται κρίσιμος: όχι μόνο πρέπει να διασφαλιστεί ότι το τρίγωνο θύτης-θύμα-σωτήρας «σπάει», αλλά και να αποφευχθεί να γίνει η επιθυμία για εκδίκηση/ αντίποινα προς έναν συγκεκριμένο στόχο μια εμμονή των προσφύγων, παρεμποδίζοντας την πρόοδό τους.

Η αποφυγή της θυματοποίησης θα περιγραφεί ως ένας από τους πρωταρχικούς στόχους των πηλασιών σκέψης που το εγχειρίδιο εισάγει. Στόχος της ενότητας αυτής ήταν να επισημάνει το σύνθετο ζήτημα της θυματοποίησης και τους παράγοντες μέσα από τους οποίους διαιωνίζεται. Στο επόμενο κεφάλαιο, αναλύονται οι τρόποι με τους οποίους θα επιχειρηθεί να «αποδομηθεί» η κοινωνική αντίδραση που διαμορφώνεται μέσα από το τρίγωνο της θυματοποίησης.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Bala, J. (2004). Beyond the personal pain: integrating social and political concerns in therapy with refugees. In D. Ingleby (Ed.), *Forced migration and mental health: rethinking the care of refugees and displaced persons* (pp. 169-182). New York: Springer.
- Cyrułnik, B. (2009). *Resilience. How your inner strength can set you free from the past*. London: Penguin Books.
- Drozdek, B. & Wilson, J. P. (2007). *Voices of Trauma. Treating Psychological Trauma Across Culture*. Berlin: Springer Science & Business Media.
- Karpman, S. (1968). Fairy tales and script drama analysis. *Transactional analysis bulletin*, 7(26), 39-43.
- Seligman, M. E. P. (1972). Learned helplessness. *Annual Review of Medicine*, 23(1), 407-412.

## 5η ΕΝΟΤΗΤΑ

### ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑ



*«Εάν δεν μπορείτε να διαβάσετε τα όμορφα πράγματα που έχουν συμβεί στη ζωή κάποιου, γιατί να νοιαστείτε για τη θλίψη του; Να γιατί οι άνθρωποι δεν μας αγαπούν εμάς τους πρόσφυγες. Επειδή γνωρίζουν μόνο τα τραγικά κομμάτια της ζωής μας, κι έτσι νομίζουν ότι είμαστε τραγικοί άνθρωποι.»*



**Chris Cleave, Little Bee**

Αυτή η ενότητα εισάγει μια προοπτική πέρα από τον κυρίαρχο κοινωνικό λόγο για το τραύμα, μια διαφορετική οπτική γωνία μέσα από την οποία μπορεί κάποιος να δει τις αντιδράσεις των προσφύγων στις αντιξοότητες. Αυτή η οπτική θα μπορούσε να βοηθήσει τα άτομα που δουλεύουν με πρόσφυγες να ξεφύγουν από την παγίδα της ευαλωτότητας και της θυματοποίησης.

### 5.1. ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΗ ΑΠΑΝΤΗΣΗ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑ

Έχουμε αναφερθεί ήδη στο επιχειρήμα ότι τα εξωτερικά γεγονότα διαδραματίζουν εν μέρει μόνο ρόλο στον συνολικό αντίκτυπο μιας εμπειρίας. Έχει τονιστεί η σημασία της υποκειμενικής διεργασίας κατανόησης και απόδοσης νοήματος σε αυτά τα γεγονότα. Είναι χρήσιμο να κατανοηθούν οι διαφορετικές απαντήσεις στις εμπειρίες καταστροφικών γεγονότων ως κατασκευασμένες απαντήσεις. Οι κατασκευασμένες απαντήσεις υπερβαίνουν τις άμεσες επιπτώσεις, οι οποίες προκύπτουν από συγκεκριμένες αιτίες, δηλαδή από τα εξωτερικά γεγονότα. Αυτό που είναι πιο σημαντικό είναι οι συνέπειες του τρόπου με τον οποίο τα άτομα τα ίδια έχουν επεξεργαστεί τα γεγονότα και τις αρχικές τους αντιδράσεις σε αυτά (Papadopoulos, 2011). Όπως τονίζει ο Papadopoulos (2011), αυτή η αρχική απάντηση διαμορφώνεται κυρίως μέσα από τρεις κατηγορίες παραγόντων:

- τον τρόπο με τον οποίο οι άηθοι αντιλαμβάνονται την απάντηση ενός ατόμου,
- τον τρόπο με τον οποίο το άτομο αντιλαμβάνεται την αντίδρασή του, και
- τον τρόπο με τον οποίο τα κύρια μοτίβα απαντήσεων συνδέονται με τα "συλλογικά συστήματα νοηματοδότησης" μιας συγκεκριμένης κοινότητας, κουλτούρας και κοινωνίας.

Αυτοί οι παράγοντες αλληλεπιδρούν μεταξύ τους με έναν τρόπο αμοιβαίας ενεργοποίησης, που σημαίνει ότι ο ένας ενεργοποιεί τον άλλον μέσα από πολύπλοκους και απροσδιόριστους (μοναδικούς για το άτομο) μηχανισμούς.

### Άσκηση 3η

Στο παρακάτω κείμενο, προσπαθήστε να σκεφτείτε πώς η αρχική αντίδραση αυτού του νεαρού στις αντιξοότητες έχει υποστεί επεξεργασία και έχει οδηγήσει στην «κατασκευασμένη» απάντησή του:

#### [Έφηβος πρόσφυγας]

«Ξέρω ότι αυτό ακούγεται φρικτό, αλλά όλα όσα είδα και έζησα με έκαναν πολύ θυμωμένο... ακόμα και τώρα, έχω συχνά αρνητικές σκέψεις και αισθάνομαι ηυπημένος. Όταν έρχονται τέτοιες σκέψεις στο μυαλό μου, προσπαθώ να τις διώξω και να προχωρήσω στη ζωή μου. Έτσι συνεχίζεται η ζωή. Αλλά δεν μπορείς απλά να αφήσεις τις κακές αναμνήσεις πίσω, επειδή αυτές οι σκέψεις συνεχίζουν να επιστρέφουν. Όταν κάτι τόσο κακό έχει συμβεί, απλά δεν μπορείς να το ξεχάσεις. Θέλω να προχωρήσω στη ζωή μου, αλλά δεν είναι εύκολο... Αλλά πλέον δεν έχω θυμό. Έχω συγχωρήσει τους ανθρώπους που έκαναν κακά πράγματα σε μένα επειδή τώρα είμαι καλά στη ζωή μου και έχω μέλλον. Εάν δεν τους είχα συγχωρήσει, θα ήμουν ακριβώς όπως αυτοί. Τώρα, εγώ τους δίνω ένα μάθημα καλοσύνης. Έχω μάθει να είμαι καλός άνθρωπος. Κι έχω μάθει να βοηθάω τους άλλους και να μην βλάπτω κανέναν».

## 5.2. ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΚΑΘΟΡΙΖΟΥΝ ΤΙΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ

Ανεξάρτητα από το μέγεθος μιας αντιξοότητας, το πλαίσιο μέσα στο οποίο αυτή έλαβε χώρα έχει σημασία. Το πραγματικό γεγονός, η εμπειρία αυτού του γεγονότος και το νόημα που συνδέεται με το γεγονός επηρεάζονται με τη σειρά τους από την αλληλεπίδρασή τους με διάφορους παράγοντες. Αν και ένας κατάλογος τέτοιων παραγόντων δεν θα μπορούσε ποτέ να είναι ολοκληρωμένος, είναι χρήσιμο να αναφέρουμε ορισμένους από αυτούς σε μια προσπάθεια να κατανοήσουμε την πολυπλοκότητα τέτοιων φαινομένων. Οι επαγγελματίες θα πρέπει να ερευνούν τους παρακάτω παράγοντες:

**ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ:** ιστορικό, ψυχολογικά χαρακτηριστικά, μηχανισμοί αντιμετώπισης προβλημάτων (*coping*), δυνατά στοιχεία/αδυναμίες, κοινωνικό στάτους, μόρφωση, «προ-νοσηρή προσωπικότητα», φύλο, ηλικία, συστήματα νοσηματοδότησης.

**ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΣΧΕΣΕΩΝ:** Συστήματα στήριξης («κοινωνικό κεφάλαιο» (*social capital*), οικογένεια (προσωπική, εκτεταμένη), κοινότητα (τοπική/ευρύτερη, διεθνής).

**ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΩΝ ΚΑΤΑΣΤΡΕΠΤΙΚΩΝ ΣΥΜΒΑΝΤΩΝ:** προβλεψιμότητα, απομόνωση, διάρκεια, μακροπρόθεσμες επιπτώσεις.

**ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΠΟΛΙΤΙΚΟΙ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟΙ, κ.ά. ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ:** π.χ. κυρίαρχο κοινωνικό αφήγημα για το τραύμα, κτλ.

## Άσκηση 4η

Στο ακόλουθο κείμενο, προσπαθήστε να προσδιορίσετε τις **διαφορετικές κατηγορίες παραγόντων** που έχουν επηρεάσει δυνττικά την αντίδραση του ατόμου στις εμπειρίες του, καθώς και το νόημα που αποδίδεται σε αυτές.

### [Πολιτικός πρόσφυγας]

**«Με κάνει να νιώθω περήφανος γιατί έκανα κάτι στο οποίο πίστευα...**

Αυτό που έχω μάθει από την οικογένειά μου είναι ότι υπάρχουν μόνο άνθρωποι, δεν υπάρχει κανένας διαχωρισμός μεταξύ των ισλαμικών διαιρέσεων... Σίγουρα τα έχασα όλα, αηλιά το έκανα για να προστατέψω τη χώρα μου, να την προστατεύσω από αυτή την κυβέρνηση... Οι δυσκολίες είναι μέρος της ζωής. Ο καθένας πρέπει να ζήσει δυσκολίες, απλά αυτό που πέρασα εγώ ήταν διαφορετικό... Σωστά, δεν βιώνουμε όλοι τα γεγονότα με τον ίδιο τρόπο. Μπορεί να ζήσουμε το ίδιο γεγονός, απλά όλοι αντιδρούμε με διαφορετικούς τρόπους. Επηρεαζόμαστε από το ίδιο γεγονός με διάφορους τρόπους. Ίσως εγώ επηρεαζόμουν πολύ αρνητικά από κάτι, απλά εσύ θα μπορούσες να το μετατρέψεις σε κάτι

Θετικό, να αξιοποιήσεις πλήρως αυτή τη δυσκολία την οποία περνούσες... Το να φύγω από τη χώρα μου ήταν θέμα επιβίωσης. Αλλά δεν είναι κάτι για το οποίο έχω μετανιώσει. Έχω λόγους να είμαι μακριά».

- Ειδικά Συστήματα Νοσηματοδότησης που χρησιμοποιούνται για την αποτίμηση των γεγονότων και την εμπειρία αυτών των γεγονότων: πολιτικά, θρησκευτικά, ιδεολογικά
- Τρέχουσες συνθήκες, περιστάσεις και σχέσεις
- Μελλοδικές προοπτικές, και συγκεκριμένα, ελπίδα ή έλλειψη ελπίδας
- ΕΠΙΠΛΕΟΝ, πλήθος κοινωνικοπολιτικών, πολιτισμικών, οικονομικών και νομικών παραγόντων

#### ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΟ ΠΩΣ ΒΙΩΝΟΥΜΕ ΤΑ ΓΕΓΟΝΟΤΑ (ΔΚΝ)<sup>1</sup>

- Προσωπικά χαρακτηριστικά: ιστορικό, ψυχολογικά χαρακτηριστικά, μηχανισμοί αντιμετώπισης προβλημάτων (coping), δυνατά στοιχεία/ αδυναμίες, κοινωνικό στάτους, μόρφωση, «προ-νοσηρή προσωπικότητα»
- Χαρακτηριστικά σχέσεων: Συστήματα στήριξης («κοινωνικό κεφάλαιο»): Οικογένεια (προσωπική, εκτεταμένη), κοινότητα (τοπική / ευρύτερη, διεθνής)
- Φύλο, Ηλικία, Φύλη
- Θέση ισχύος: βαθμοί απομόνωσης, αίσθημα αδυναμίας και ταπείνωσης
- Συνθήκες πραγματικών καταστρεπτικών συμβάντων: προβλεψιμότητα, απομόνωση, διάρκεια, μακροπρόθεσμες επιπτώσεις.

### Άσκηση 5n

Τώρα φανταστείτε ότι πρέπει να φύγετε από αυτό που ονομάζετε σήμερα οικείο χώρο σας.

Αναλογιστείτε και σημειώστε ορισμένες πιθανές απαντήσεις σας σε αυτή την εμπειρία και ορισμένους παράγοντες που ενδέχεται να έχουν επηρεάσει την απάντησή σας σε αυτή τη δύσκολη κατάσταση.

Προσπαθήστε να κάνετε τον διαχωρισμό ανάμεσα σε προσωπικούς, διαπροσωπικούς, συγκυριακούς και κοινωνικοπολιτικούς παράγοντες.

Έπειτα σκεφτείτε τις διάφορες αλληλεπιδράσεις μεταξύ των παραγόντων και τον βαθμό στον οποίο κάποιος απ' αυτούς επηρεάζει τους άλλους.

### 5.3. ΤΟ ΠΛΕΓΜΑ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑΣ

Η προσπάθεια ενοποίησης όλων αυτών των δυναμικά αλληλεπιδρώντων παραγόντων, που καθορίζουν τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι αντιμετωπίζουν τις αντιξοότητες, οδήγησαν στη δημιουργία ενός εργαλείου που επιτρέπει μια πιο περιεκτική εξερεύνηση των απαντήσεων στην αντιξοότητα. Ο Παπαδόπουλος (2007, 2015) δημιούργησε το Πλέγμα Αντιξοότητας (*Adversity Grid*), ένα εργαλείο που περιγράφει τρεις κύριες κατηγορίες πιθανών αντιδράσεων σε σημαντικές αντιξοότητες (όπως αυτές που συνοδεύουν την προσφυγική εμπειρία).

#### Η ΠΡΩΤΗ ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ ΤΙΣ ΑΡΝΗΤΙΚΕΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ

Ο Παπαδόπουλος (2007) διακρίνει τρία επίπεδα με βάση τη σοβαρότητα των αρνητικών αντιδράσεων:

1. **Φυσιολογική Ανθρώπινη Οδύνη (ΦΑΟ) (*Ordinary Human Suffering - OHS*)**. Είναι η πιο συνηθισμένη ανθρώπινη αντίδραση απέναντι στην απώλεια και σε κάθε μορφής «τραγωδία» στη ζωή. Οι άνθρωποι που υποφέρουν και πονούν δεν εμφανίζουν καμία παθολογική κατάσταση, αυτό που αισθάνονται είναι ένα απολύτως φυσιολογικό κομμάτι στην πορεία της ζωής τους. Κατά συνέπεια, είναι άτοπο να ιατροκοποιείται αυτή η μορφή δυσφορίας και οδύνης αλλιώς και να θεωρείται ότι πρέπει (και είναι δυνατόν) να εξαλειφθεί από τη ζωή των ανθρώπων. Οι άνθρωποι μαθαίνουν να ζουν με την απώλεια και την οδύνη και δομούν τους εαυτούς τους μέσα από τέτοιου είδους εμπειρίες.

2. **Ψυχολογικές αντιδράσεις δυσφορικού στρες (*Distressful Psychological Reactions - DPR*)**. μια σοβαρότερη μορφή αρνητικών αντιδράσεων στις αντιξοότητες χαρακτηρίζεται από δυσφορία, αποπροσανατολισμό και μια σειρά ψυχολογικών συμπτωμάτων (π.χ., άγχος, flashbacks, ευερεθιστότητα, αϋπνία). Αυτές οι αντιδράσεις δυσφορίας δεν πληρούν τα κριτήρια κάποιας ψυχιατρικής διαταραχής και, επομένως, δεν απαιτούν αναγκαστικά ιατρική ή ψυχολογική παρέμβαση. Η φυσιολογική, ανθρώπινη υποστήριξη και η κατάλληλη φροντίδα αρκούν, υπό κανονικές συνθήκες, για την αντιμετώπιση αυτών των αρνητικών αντιδράσεων.

3. **Ψυχιατρική Διαταραχή (ΨΧ) (*Psychiatric Disorder - PD*)**. Εμφάνιση ψυχιατρικών διαταραχών που απαιτούν παρέμβαση από ειδικό. Αυτή είναι η πιο σοβαρή μορφή αρνητικών αντιδράσεων έπειτα από έκθεση σε αντιξοότητες. Η συχνότερη διαταραχή που

παρατηρείται είναι η Διαταραχή Μετατραυματικού Στρες (*Post-Traumatic Stress Disorder - PTSD*), παρόλο που είναι πιθανό κάποιος να εκδηλώσει και κάποια άλλη μορφή ψυχοπαθολογία. Φυσικά, στην εκδήλωση κάποιας διαταραχής παίζουν ρόλο οι συνθήκες και τα γεγονότα στα οποία εκτέθηκε το άτομο, η βιολογική προδιάθεσή του και πληθώρα άλλων παραγόντων που μπορούν να δράσουν είτε ως προστατευτικοί παράγοντες είτε, αντίθετα, ως παράγοντες επικινδυνότητας.

Η δεύτερη κατηγορία αντιδράσεων του Πλέγματος Αντιξοότητας βασίζεται στην υπόθεση ότι παρά την έκθεση στην αντιξοότητα, τα άτομα σχεδόν πάντα έχουν κάποιες πλευρές που θα μπορέσουν να διατηρήσουν ακέραιες (Papadopoulos, 2016). Τα περισσότερα ακούσια εκτοπισμένα άτομα θα καταφέρουν να διατηρήσουν κάποιες από τις προηγούμενες δεξιότητες, ικανότητες, θετικές στάσεις, κοσμοθεωρίες ή κάποια από τα χαρακτηριστικά τους, κ.ά., παρά τις αντιξοότητες που βίωσαν. Τα θετικά χαρακτηριστικά που παραμένουν αναηθλοίωτα ορίζονται ως οι ανθεκτικές πλευρές των ανθρώπων (Papadopoulos, 2016).

Φυσικά, κάποια άτομα θα διατηρήσουν, επίσης, και κάποιες από τις αρνητικές τους συνήθειες ή κάποια από τα αρνητικά χαρακτηριστικά που είχαν πριν την προσφυγική εμπειρία. Με αυτή την έννοια, ορισμένες δυσλειτουργικές συμπεριφορές και αρνητικά στοιχεία μπορεί να οφείλονται στη διατήρηση προηγούμενων αρνητικών πτυχών, στάσεων και συμπεριφορών τους και να μην είναι το αποτέλεσμα της έκθεσης σε αντιξοότητες.

**Η τρίτη κατηγορία πιθανών αντιδράσεων** αφορά στην ανάπτυξη νέων θετικών χαρακτηριστικών, δεξιοτήτων, ικανοτήτων, συνθηγιών κλπ., που ενεργοποιούνται λόγω της εμπειρίας αυτών των αντιξοοτήτων. Ο Παπαδόπουλος (2007) ορίζει αυτή την κατηγορία ως *Ανάπτυξη Ενεργοποιούμενη από την Αντιξοότητα (Adversity-Activated Development - AAD)*. Αυτές οι θετικές πλευρές δεν υπήρχαν ή δεν ήταν αντιληπτές από το άτομο πριν από την έκθεσή του στις δυσκολίες που βίωσε, γι' αυτό και η εμφάνισή τους είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με το βίωμα αυτών των αντιξοοτήτων.

Όλες αυτές οι πιθανές αντιδράσεις *δεν είναι αλληλοαποκλειόμενες* και μπορούν να *εμφανιστούν ταυτόχρονα* (Papadopoulos, 2015). Ένα άτομο που έχει αναγκαστεί να γίνει πρόσφυγας μπορεί να εκδηλώνει *ανθεκτικότητα, να αναπτύξει κάποιες θετικές πλευρές και ταυτόχρονα να έχει ευάλωτες πλευρές*. Η ικανότητα ενός ατόμου να διαχειρίζεται με αξιοθαύμαστη ανθεκτικότητα και προσαρμοστικότητα μεγάλης προκλήσεις στη ζωή του δεν ισοδυναμεί με απουσία πόνου και ψυχικής οδύνης. Επίσης, κάποιος μπορεί να βιώνει βαθύ πόνο και να παρουσιάζεται αποπροσανατολισμένος, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν

μπορεί να συνεχίσει να αναπτύσσει θετικά άληδες πλευρές του εαυτού του. Η πληθώρα των παραγόντων, που έχει αναφερθεί σε προηγούμενη ενότητα, βοηθά να κατανοήσουμε πώς το κάθε άτομο θα επηρεαστεί αρνητικά σε ορισμένους τομείς της ζωής του ή θα εκδηλώσει αξιοσημείωτη ανθεκτικότητα και θετικές αλλαγές σε άλλους τομείς.

Το Πλέγμα Αντιξοότητας μπορεί, λοιπόν, να λειτουργήσει ως ένα εργαλείο που βοηθά στην «αποδυνάμωση» των ακραίων απόψεων. Το Πλέγμα Αντιξοότητας εισάγει την ιδέα ότι δεν υπάρχουν είτε τραυματισμένοι, ευάλωτοι πρόσφυγες είτε εξαιρετικά δυνατοί, υπεράνθρωποι πρόσφυγες που είναι αποδεδειγμένοι από κάθε μορφής δυσφορία και κάθε ψυχοπαιστικό παράγοντα. Κάποια από τα δυνατά σημεία αυτών των ατόμων γίνονται ευκολότερα αντιληπτά στο πλαίσιο της καθημερινής τους ζωής στην κοινωνία υποδοχής. Αντίστοιχα, κάποιες από τις αδυναμίες τους είναι πιο εμφανείς στην καθημερινή τους προσπάθεια και τους κάνουν να φαίνονται «αδύναμοι». Επειδή ορισμένες πτυχές είναι ευκολότερο να φωτιστούν σε σύγκριση με άλλες και επειδή η αντιπαράθεση των θετικών, αρνητικών και ανθεκτικών πτυχών είναι μια μακρά διεργασία, ο ρόλος του επαγγελματία, που διακρίνει και επισημαίνει όλες αυτές τις αντιδράσεις και πτυχές, είναι πολύ σημαντικός για την καλύτερη προσαρμογή και ευημερία αυτών των ατόμων.

### ΠΛΕΓΜΑ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑΣ Φάσμα επιπτώσεων, επακολούθων

Επίπεδα	Αρνητικές Πληγή, Βλάβη, Σύμπτωμα			Αναλλοίωτες		Θετικές Ανάπτυξη Από Αντιξοότητα (AAA)  Adversity-Activated Development (AAD)
	ΨΔ PTSD	ΨΣ	ΦΑΠ ΝΑ	Αρνητικές	Θετικές Ανθεκτικότητα	
<b>Άτομο</b>						
<b>Οικογένεια</b>						
<b>Κοινότητα</b>						
<b>Κοινωνία/ Κουλτούρα</b>						



## 5.4. ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ

Υπάρχουν πολλοί ορισμοί για την έννοια της ανθεκτικότητας. Στη φυσική, ορίζεται ως η ικανότητα του σώματος να παραμένει αναλλοίωτο μετά από την έκθεσή του σε δυνητικά μεταμορφωτικές συνθήκες (Wieland & Wallenburg, 2013). Αντίστοιχα, η ανθεκτικότητα σε ένα άτομο, μια οικογένεια ή μια κοινότητα μπορεί να χαρακτηριστεί ως η δυνατότητά τους να αντέξουν στις πιέσεις ή να αντισταθούν στις επιβλαβείς επιπτώσεις της αντιξοότητας που βίωσαν.

Ο Παπαδόπουλος εντοπίζει πέντε τύπους ανθεκτικότητας μετά από την έκθεση σε αντιξοότητα, οι οποίοι είναι φαινομενικά παρόμοιοι, αλλά έχουν ελαφρώς διαφορετικά νοήματα και επιπτώσεις (Papadopoulos, 2018).

Η *σταθερότητα (stability)* αναφέρεται στη διατήρηση θετικών ιδιοτήτων που υπήρχαν πριν από την έκθεση σε αντιξοότητες.

Η *ευελιξία (agility)* συνεπάγεται την εύκολη και γρήγορη επιστροφή στην προηγούμενη ισορροπία του ατόμου.

Η *αντοχή/ανεκτικότητα (tolerance)* αφορά στη δυνατότητα να αντέχουν διάφορες αποσταθεροποιητικές επιδράσεις, που επιβάλλονται από τις αντιξοότητες, ενώ περιορίζουν τις αρνητικές συνέπειές τους.

Η *ευκαμψία (flexibility)* αναφέρεται στην εύκολη προσαρμογή στις νέες συνθήκες και πραγματικότητες.

Και τέλος, η *διεργασία μετασχηματισμού-μεταμόρφωσης (transformation)* αφορά στην ανάπτυξη νέων τρόπων ύπαρξης στη νέα πραγματικότητα.

Στο συγκεκριμένο εγχειρίδιο προτιμούμε να ορίζουμε την ανθεκτικότητα ως σταθερότητα (stability), καθώς αυτός ο ορισμός δίνει έμφαση στη διεργασία διατήρησης των θετικών λειτουργιών και χαρακτηριστικών που υπήρχαν πριν από την έκθεση του ατόμου στις αντιξοότητες. Επιπλέον, ο συγκεκριμένος ορισμός επιτρέπει την άμεση πρόσβαση στην έννοια της ανθεκτικότητας, καθιστώντας την μια απτή πραγματικότητα και «όχι ένα νεφελώδες ιδανικό» (Papadopoulos, 2013). Προσδιορίζοντας αυτά τα προϋπάρχοντα δυνατά χαρακτηριστικά τους και αλληλοεπιδρώντας με τα ακούσια εκτοπισμένα άτομα με τρόπο που να δίνει έμφαση στην αναγνώριση των θετικών στοιχείων τους, οι υπόλοιπες μορφές ανθεκτικότητας ενεργοποιούνται εξ ορισμού. Είναι επίσης σημαντικό να τονιστεί ότι η ανθεκτικότητα δεν θεωρείται μοναδικά ως ένα ατομικό χαρακτηριστικό ή ως το αποτέλεσμα κάποιων ενδοατομικών διεργασιών, αλλά ως το επακόλουθο (και) μιας σχεσιακής/διαπροσωπικής διεργασίας. Με άλλα λόγια, η

ανθεκτικότητα δεν περιγράφει ένα «ταλέντο ή χάρισμα» εγγενές σε ορισμένους ανθρώπους (και όχι σε άλλους), αλλά ένα στοιχείο που καλλιεργείται και αναπτύσσεται μέσα από τις διαπροσωπικές σχέσεις και αλληλεπιδράσεις και επηρεάζεται από περιβαλλοντικούς παράγοντες (Wright, Masten & Narayan, 2013). Η εμφάνιση της ανθεκτικότητας μπορεί, επομένως, να διευκολυνθεί μέσω της κατάλληλης υποστήριξης.

#### ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ - RESILIENCE

- Στη Φυσική – η ικανότητα ενός σώματος να διατηρεί τις θετικές του ιδιότητες (να μην αλλιάζει) όταν υφίσταται πιέσεις/αλλαγές από εξωτερικές δυνάμεις
- Η ικανότητα του ατόμου, οικογένειας, κοινότητας να μην αλλιάζουν τις θετικές τους ιδιότητες
- Η ανθεκτικότητα δεν βασίζεται στην ικανότητα ενός ατόμου αλλά είναι αποτέλεσμα συν-σχέσεων, αλληλεξάρτησης και αλληλο-εξάρτησης ατόμων (σχεσιακή διαδικασία)
- Θετικά χαρακτηριστικά, ικανότητες, ιδιότητες, στοιχεία, διαπροσωπικές σχέσεις που προϋπήρχαν και διατηρήθηκαν μετά την αντιξοότητα.

## 5.5. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΟΥΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑ (Adversity-Activated Development)

Πέρα από τις ανθεκτικές απαντήσεις τους, οι άνθρωποι μπορούν επίσης να αναπτυχθούν θετικά μέσα από την αντιμετώπιση σημαντικών αντιξοοτήτων. Αυτές οι αντιξοότητες παρέχουν στα άτομα μια ευκαιρία να αναπτύξουν νέα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς τους, να φανερώσουν τα κρυμμένα δυνατά σημεία τους, να ανακαλύψουν τρόπους ύπαρξης που τους ταιριάζουν καλύτερα και να διερευνήσουν μια πληθώρα δυνατοτήτων που δεν υπήρχαν πριν από τη βίωση των αντιξοοτήτων τους. Παρά τη δυστυχία τους, οι πρόσφυγες μπορεί να έχουν μια αίσθηση ανανέωσης όταν έρχονται αντιμέτωποι με προκλήσεις που αλλιάζουν τη ζωή τους. Αυτό θα μπορούσε να τους ενθαρρύνει να επανεξετάσουν τις προηγούμενες αξίες τους και τις στάσεις ζωής τους και να υιοθετήσουν νέες, που να έχουν περισσότερο νόημα για αυτούς (Papadopoulos, 2001).

Οι δυσκολίες που συνοδεύουν την προσφυγική εμπειρία μπορεί να έχουν επιπτώσεις που να ενδυναμώνουν και να αλλιάζουν τη ζωή πολλών ατόμων και να έχουν μια απελευθερωτική επίδραση πάνω τους, ειδικά αν κάποιες από τις προηγούμενες αξίες και αρχές που ακολουθούσαν δεν τους έβρισκαν απόλυτα σύμφωνους. Μπορούν, επίσης,

να αναπτύξουν νέες δεξιότητες, να αποκτήσουν νέες γνώσεις και αυτοπεποίθηση, να υιοθετήσουν νέες ταυτότητες, να αναθεωρήσουν τις προτεραιότητές τους, να θέσουν νέους στόχους και να οικοδομήσουν πιο γνήσιες και συμπνετικές σχέσεις (Ryff, 2014).

Οι μεγάλες τραγωδίες «εξαναγκάζουν» τους ανθρώπους να έρθουν αντιμέτωποι με τον προηγούμενο τρόπο ζωής τους και να επαναξιολογήσουν τις περιστάσεις που αντιμετωπίζουν. Με την κατάλληλη καθοδήγηση, κατανόηση και αμερόληπτη στήριξη, οι ακούσια εκτοπισμένοι άνθρωποι μπορούν, επίσης, να προσδώσουν ένα ιδεολογικό, πολιτικό, φιλοσοφικό νόημα στις εμπειρίες τους (Papadopoulos, 2007).

### ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΠΟΥ ΠΗΓΑΖΕΙ, ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑ ADVERSITY-ACTIVATED DEVELOPMENT (AAD)

- Θετικές, αναπτυξιακές εξελίξεις ως άμεσο αποτέλεσμα της έκβασης των εμπειριών που επέφεραν οι αντιξοότητες
- Αυτά τα χαρακτηριστικά μπορεί να είναι γνωστά ή 'άγνωστα' στο άτομο
- 'Ό,τι δεν σε σκοτώνει, σε κάνει πιο δυνατό'  
'... ένδυναμώθησαν από ασθενείας ...' (Προς Εβραίους, 11:14)
- Νέα θετικά χαρακτηριστικά, ικανότητες, ιδιότητες, στοιχεία, διαπροσωπικές σχέσεις που δεν υπήρχαν πριν από τις αντιξοότητες αλλά πήγασαν, ενεργοποιήθηκαν από την αντιξοότητα. σχέσεις που δεν υπήρχαν πριν από τις αντιξοότητες αλλά πήγασαν, ενεργοποιήθηκαν από την αντιξοότητα.

- Για εκτενέστερη αναφορά στις διεργασίες κατασκευής νοηματοδοτήσεων και τη γραμμική αιτιότητα του τραύματος από τον Καθ. Ρένο Παπαδόπουλο, δείτε [εδώ](#)
- Για μια αναφορά στο πώς η ανθεκτικότητα και η ευαλωτότητα δεν αναιρούν η μια την άλλη αλλά τείνουν να συνυπάρχουν, δείτε [εδώ](#)
- Για εκτενέστερη αναφορά στο φαινόμενο της ανάπτυξης από αντιξοότητα, δείτε [εδώ](#)

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Papadopoulos, R. K. (2001). Refugees, therapists and trauma: Systemic reflections. *Context: The Magazine of the Association for Family Therapy*, 54, 5-8.
- Papadopoulos, R. K. (2007). Refugees, trauma, and adversity-activated

- development. *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, 9(3), 301-312.
- Papadopoulos, R. K. (2011). The Umwelt and Networks of Archetypal Images: A Jungian Approach to Therapeutic Encounters in Humanitarian Contexts. *Psychotherapy and Politics, International Psychotherapy*, 9(3), 212-231.
- Papadopoulos, R. K. (2013). Families in Involuntary Dislocation. Trauma, Resilience and Adversity-Activated Development [PowerPoint slides]. Istanbul: 8th Congress - European Family Therapy Association, Opportunities in a Time of Crisis: the Role of the Family.
- Papadopoulos, R. K. (2015). Refugees and psychological trauma. In A. Leo (Ed.) *Psychoanalysis, collective trauma and memory place* (pp. 225- 247). Italy: Frenis Zero Press.
- Papadopoulos, R. K. (2016). *Involuntary Dislocation: Home, Trauma, Resilience, and Adversity-Activated Development*. London: Routledge.
- Papadopoulos, R. K. (2018). Psychosocial dimensions of the refugee condition. A Synergic Approach.
- Ryff, C. D. (2014). Self Realization and Meaning Making in the Face of Adversity: A Eudaimonic Approach to Human Resilience, *Journal of Psychology in Africa*, 24(1), 1-12.
- Wieland, A. & Wallenburg, C. M. (2013). The influence of relational competencies on supply chain resilience: a relational view. *International Journal of Physical Distribution & Logistics Management*, 43(4), 300-320.
- Wright, M. O., Masten, A. S. & Narayan, A. J. (2012). Resilience processes in development: Four waves of research on positive adaptation in the context of adversity. In S. Goldstein & R. B. Brooks (Eds.), *Handbook of Resilience in Children* (15-37). New York: Kluwer/Academic Plenum.

## 6η ΕΝΟΤΗΤΑ

### ΠΟΛΥΠΛΟΚΟΤΗΤΑ - ΜΟΝΑΔΙΚΟΤΗΤΑ - ΟΛΟΤΗΤΑ (ΠΟΜΟΛΟ)

Δεν είναι τυχαίο το γεγονός ότι η λέξη «πολυπλοκότητα» έχει χρησιμοποιηθεί μέχρι στιγμής πολλές φορές. Η έννοια αυτή είναι αφιερωμένη στην περαιτέρω διερεύνηση της πολυπλοκότητας της προσφυγικής συνθήκης και παράλληλα δίνει ιδιαίτερη έμφαση σε δυο άλλες έννοιες: τη μοναδικότητα και την ολότητα που συμπληρώνουν την τριάδα που θα αποδειχθεί εξαιρετικά χρήσιμη στην προσέγγισή μας.

#### 6.1. ΤΟ ΠΡΩΤΟ ΘΥΜΑ ΤΗΣ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑΣ: Η ΠΟΛΥΠΛΟΚΟΤΗΤΑ

Οι επαγγελματίες που εργάζονται με πρόσφυγες έχουν να αντιμετωπίσουν μεγάλες συναισθηματικές πιέσεις λόγω της φύσης του πληθυσμού με τον οποίο εργάζονται. Καλούνται να ανταποκριθούν σε επείγουσες ανάγκες, να ανακουφίσουν την οδύνη, τον αποπροσανατολισμό και μια σειρά έντονων συναισθημάτων που δεν έχουν πάντα μια προφανή αιτία. Σε συνδυασμό με την έντονη επιθυμία τους να δουν άμεση βελτίωση, η έκθεσή τους στον βαθύ και δυσβάσταχτο πόνο των προσφύγων τους στερεί συχνά τη δυνατότητα να κατανοήσουν την πολυπλοκότητα αυτού που συμβαίνει στα άτομα με τα οποία εργάζονται.

Καθώς κατακλύζονται από αυτές τις πιέσεις, μπορεί να μην έχουν πάντα την άνεση ή τον χρόνο να σκεφτούν και να εξετάσουν την κατάσταση ως μέρος μιας ευρύτερης πραγματικότητας. Σε μια προσπάθεια να αντιμετωπίσουν αυτή την αδυναμία τους, συχνά εγκαταλείπουν την πολυπλοκότητα και υπεραπλοστεύουν τόσο τους ανθρώπους όσο και τις καταστάσεις μέσα στις οποίες ζουν αυτοί οι άνθρωποι αληθιά και τις αντιδράσεις τους σε αυτές τις καταστάσεις. Αυτό είναι μια ακόμα αιτία της πόλωσης για την οποία έχουμε ήδη μιλήσει (Papadopoulos & Gionakis, 2018).

Ο Παπαδόπουλος (2002) ορίζει την πολυπλοκότητα ως το πρώτο θύμα (επακόλουθο, συνέπεια) της αντιξοότητας. Οι άνθρωποι έχουν ανάγκη να κατανοήσουν (έστω και μερικώς) τις αιτίες πίσω από τα γεγονότα της ζωής τους, να δώσουν απαντήσεις στο «γιατί» τους συμβαίνουν αυτά. Έχουν ανάγκη να νιώσουν ότι μπορούν να προβλέψουν και να δώσουν νόημα στα γεγονότα που συμβαίνουν αληθιά και στις αντιδράσεις και τα συναισθήματα που τους προκαλούν αυτά τα εξωτερικά γεγονότα. Για τον λόγο αυτό, οι επαγγελματίες που δουλεύουν με πρόσφυγες, λόγω των συγκεκριμένων πιέσεων που

αναφέραμε, συχνά καταλήγουν σε υπεραπλουστευμένες φόρμουλες ψευδοκατανόησης, που παίρνουν συνήθως τη μορφή της πόλωσης.

Συλλογικές εικόνες, στερεοτυπικές αντιλήψεις, γενικές και απόλυτες αλήθειες και διάφοροι τύποι κανόνων προκύπτουν μέσα από αυτήν την οπτική του «άσπρου ή μαύρου». Οι άνθρωποι τότε γίνονται είτε θύματα είτε επιζήσαντες, είτε τραυματισμένοι είτε ανθεκτικοί, είτε ευάλωτοι είτε δυνατοί. Αυτή η διχοτομική αντίληψη καταλήγει στην «απανθρωποποίηση» των συγκεκριμένων ανθρώπων (Papadopoulos, 2011).

Υπάρχουν διάφοροι λόγοι πίσω από την ανάγκη των επαγγελματιών να προσδιορίζουν συγκεκριμένες «αιτίες» και «συνέπειες». Καθώς δεν είναι προγραμματισμένοι να ανέχονται τις αμφιβολίες και τις αντιφάσεις, έχουν μια έμφυτη ανάγκη για ασφάλεια και προβλεψιμότητα, την οποία χρησιμοποιούν για να αυτοπροστατεύονται. Οι απλοποιημένες αιτίες και επιπτώσεις οδηγούν σε υπεραπλουστευμένες λύσεις. Χρειάζεται χρόνος, θάρρος και ισχυρή θέληση από την πλευρά των εργαζομένων, για να δεχθούν ότι τα προσφυγικά φαινόμενα μπορεί να έχουν και αρνητικές και θετικές συνέπειες, να αποδεχτούν ότι οι εκτοπισμένοι μπορούν να είναι τόσο ευάλωτοι όσο και ανθεκτικοί.

Το κυρίαρχο κοινωνικό αφήγημα γύρω από τα θύματα και τους θύτες εξυπηρετεί περαιτέρω την απώλεια της πολυπληκότητας. Οι τραυματισμένοι εξαρτώνται από τη βοήθεια που τους προσφέρεται, ενώ αυτοί που θεωρούνται ανθεκτικοί μπορούν να ανταπεξέλθουν μόνοι τους χωρίς πρόσθετη υποστήριξη. Με αυτή τη λογική, οι μισοί από τους πρόσφυγες δικαιούνται παροχές, ενώ οι υπόλοιποι όχι. Αυτού του είδους η «παρορμητική κατανόηση» καθιστά τους επαγγελματίες επιρρεπείς στο να «δράσουν» για να σώσουν τα θύματα που καλούνται να βοηθήσουν. Η εστίαση στην ανεπανόρθωτη ζημιά που έχουν υποστεί όχι μόνο οδηγεί στην αποδυνάμωση των ίδιων των προσφύγων, αλλά επίσης δυσκολεύει τους επαγγελματίες (γιατί δεν είναι σε θέση να επανορθώσουν αυτό που έχει πάει άσχημα) και την ευρύτερη κοινωνία.

### **ΑΠΛΟΥΣΤΕΥΣΗ, ΠΟΛΩΣΗ ΚΑΙ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΑΝΤΙΘΕΤΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΑΡΧΙΚΕΣ ΠΡΟΘΕΣΕΙΣ**

- Το πρώτο θύμα (επακόλουθο, συνέπεια, αποτέλεσμα) του τραύματος) είναι η πολυπληκότητα
- Το τραύμα προκαλεί: "Τραυματισμένη" γνωσιολογία, πόλωση
- Θύματα vs Επιβιώσαντες!
- Τότε, η εστίαση επικεντρώνεται στο θύμα, στο τραύμα, στην πηγή, στη βλάβη, στις αρνητικές επιπτώσεις
- Έτσι, η "τραυματισμένη" μας γνωσιολογία "τραυματίζει" αυτούς που θέλουμε να βοηθήσουμε.

## 6.2. ΑΠΟΚΑΘΙΣΤΩΝΤΑΣ ΤΗΝ ΠΟΛΥΠΛΟΚΟΤΗΤΑ

Είναι πλέον σαφές γιατί τα πλαίσια συλλογισμού που το εγχειρίδιο προτείνει δίνουν μεγάλη σημασία στην αύξηση του επιπέδου πολυπλοκότητας μέσα στην οποία γίνονται κατανοητές και αξιολογούνται οι περιστάσεις. Μπορεί να ακούγεται ως επανάληψη ή κλισέ, αλλά μόλις το αφήγημα εμπλουτιστεί με νέες διαστάσεις, μόλις περισσότερα άτομα εμπλακούν σε αυτό και μόλις τα φαινόμενα τοποθετηθούν σε ένα πολύπλευρο πλαίσιο, αρχίζουν να αναδύονται νέα πρότυπα αντιδράσεων στους ίδιους τους ανθρώπους που δέχονται υποστήριξη.

Η μεγαλύτερη πρόκληση για τους επαγγελματίες είναι να αποφύγουν να σκέφτονται την πολυπλοκότητα ως χάος. Η κατανόηση της πολυπλοκότητας των ανθρώπων με τους οποίους εργάζονται και η διάκριση των διαφόρων πτυχών που συνθέτουν αυτήν την πολυπλοκότητα συνεπάγεται την ύπαρξη τάξης και δομής. Η διατήρηση της πολυπλοκότητας δεν σημαίνει πάντα ότι οι επαγγελματίες θα είναι ανοικτοί απέναντι σε ένα τεράστιο εύρος δυνατοτήτων και δεν θα παίρνουν ποτέ τίποτα ως δεδομένο. Αντίθετα, μέσω της χρήσης του Πλέγματος Αντιξοότητας και μέσω της κατανόησης ότι τα άτομα με τα οποία δουλεύουν πιθανόν να έχουν πολλή ερεθίσματα που οδηγούν σε συγκεκριμένες αντιδράσεις, μπορούν τελικά να προσπαθήσουν να μετατρέψουν αυτό το χάος σε μια πολυπλοκότητα που διέπεται από τάξη (ordered complexity).

Καθώς η εμπειρία των προσφύγων είναι περίπλοκη, μοναδική και ατομική (Paradopoulos, 2018), οι επαγγελματίες πρέπει να εξερευνούν τους παράγοντες (συγκυριακούς, κοινωνικοπολιτικούς, κλπ.) που αλληλεπιδρούν μεταξύ τους και συμβάλλουν στην αντίδραση κάθε ατόμου. Ένα άλλο εξαιρετικά κρίσιμο σημείο είναι να δίνεται η πρόποση προσοχή στον αντίκτυπο των εμπειριών με την πάροδο του χρόνου. Ο χρόνος που χρειάζεται για να «απαλύνει τις πληγές» διαφέρει από άτομο σε άτομο και εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τα διαθέσιμα επίπεδα υποστήριξης από την οικογένεια, την κοινωνία, κλπ. Η επίδραση που έχει ένα συγκεκριμένο γεγονός ή κάποιος παράγοντας πυροδότησης μπορεί να μειωθεί ή να ενισχυθεί με απρόβλεπτο τρόπο για κάθε άτομο.

Οι επαγγελματίες μπορούν να χρησιμοποιούν το Πλέγμα Αντιξοότητας ως ένα χρήσιμο εργαλείο για να εντοπίσουν και να τεκμηριώσουν τη συνέχεια μέσα στον χρόνο και την αλληλεπίδραση που συμβαίνει σε κάθε άτομο με την πάροδο του χρόνου. Μόνο μέσα από την αναδιτύπωση του παρελθόντος και την αναδιάρθρωση των συναισθημάτων του παρόντος μπορούν οι επαγγελματίες να κινητοποιήσουν τους πρόσφυγες για το μέλλον τους. Η αλληλεπίδραση των διαφόρων παραγόντων, των συνθηκών και της θεραπευτικής διάστασης του χρόνου –αν χρησιμοποιηθεί σωστά– συνθέτουν τη συγκεκριμένη

θέση στην οποία βρίσκεται το κάθε ξεχωριστό άτομο και την ποικιλομορφία και μοναδικότητα των αντιδράσεών του.

Η διεύρυνση των τρόπων σκέψης των επαγγελματιών, ώστε να συμπεριλάβει την κατανόηση των ανθρώπων ως όντων με πολλαπλές και διαφορετικές όψεις και ταυτότητες (πέρα από την ταυτότητα του θύματος) και η αναζήτηση των αντιδράσεών τους πέρα από το τραύμα, ανοίγει νέες δυνατότητες στη θεραπευτική σχέση και αλληλλάζει την «παροχή παρεμβάσεων» σε «γνήσια παροχή υποστήριξης».

### 6.3. ΜΟΝΑΔΙΚΟΤΗΤΑ

Η θεώρηση της μοναδικότητας ενός ατόμου και των αντιδράσεών του στις εμπειρίες αντιξοότητας αποτελεί το δεύτερο σκέλος αυτού του πλαισίου σκέψης (Πολυπλοκότητα -Μοναδικότητα - Ολότητα). Το γεγονός ότι η μοναδικότητα είναι εγγενής στους ανθρώπους και στις περιστάσεις δεν σημαίνει ότι οι καταστάσεις και οι εμπειρίες δεν έχουν κάποια κοινά σημεία. Η μοναδικότητα όμως υπογραμμίζει τις ζημιογόνες επιπτώσεις που έχουν οι γενικεύσεις στην καθημερινή επαγγελματική πρακτική. Αν και συχνά η γενίκευση μπορεί να είναι μια εύκολη και γρήγορη διέξοδος στην κατανόηση της συμπεριφοράς και των συναισθημάτων των εξυπηρετούμενων, περιορίζει σημαντικά τη δυνατότητα διερεύνησής τους ως μοναδικά και ξεχωριστά υποκείμενα. Οι γενικεύσεις και η πόληση δεν επιτρέπουν στις μη αναμενόμενες αντιδράσεις να έρθουν στην επιφάνεια και στερούν τη δυνατότητα στους επαγγελματίες να διερευνήσουν άλλες ενδιαφέρουσες διαστάσεις, κάτι που θα ήταν ιδιαίτερα θεραπευτικό.

Η συνειδητοποίηση της μοναδικότητας κάθε ανθρώπου απαιτεί τη σύναψη μαζί του μιας γνήσιας σχέσης. Μόνο εφόσον έχει εδραιωθεί η εμπιστοσύνη, ένας άνθρωπος μπορεί να μοιραστεί βιώματα και εμπειρίες και, όταν οι συνθήκες της ζωής του έχουν κατανοηθεί σε βάθος, τότε ο επαγγελματίας μπορεί πραγματικά να ξεκλειδώσει αυτή την πτυχή. Η θεώρηση της μοναδικότητας είναι ένα βήμα προς την αντίληψη της πολυπλοκότητας των εκτοπισμένων ατόμων και των αντιδράσεών τους. Οι επαγγελματίες, παραμερίζοντας τη θέση εξουσίας που έχουν και επιτρέποντας στον εαυτό τους να συνάψουν και να διατηρήσουν μια ανθρώπινη σχέση με τους εξυπηρετούμενους, θα μπορέσουν να θέσουν υπό αμφισβήτηση πολλή από τις αντιλήψεις, απόψεις, γνώσεις ή θεωρητικές θέσεις τους. Αυτό αποτελεί σημαντικό μέρος της συνεργικής προσέγγισης που θα παρουσιαστεί στο επόμενο κεφάλαιο.



## 6.4. ΟΛΟΤΗΤΑ

Το τελευταίο σκέλος αυτής της τριάδας αναφέρεται στην ολότητα της προσφυγικής συνθήκης. Η έννοια της ολότητας απαιτεί από τους ανθρώπους που έρχονται σε επαφή με πρόσφυγες να διεκδικούν την οπτική τους γωνία και να συμπεριλάβουν επιπρόσθετα στοιχεία που εμπλουτίζουν τόσο την κατανόησή τους για το προσφυγικό φαινόμενο, όσο και για το άτομο που στέκει απέναντί τους, τοποθετώντας το μέσα σε ένα ευρύτερο πλαίσιο. Όταν οι εργαζόμενοι υποστηρίζουν ένα ακούσια εκτοπισμένο άτομο, δεν βοηθούν μόνο το ίδιο το άτομο αλλά και την οικογένειά του, την κοινότητα και τους ανθρώπους που έρχονται σε επαφή μαζί του. Οι εξυπηρετούμενοι πρέπει να ενθαρρύνονται να διερευνούν τις ταυτότητες που τους έχουν αποδοθεί, και συχνά έχουν παγιωθεί, και να εμπνέονται ώστε να βλέπουν τους εαυτούς τους ως ενεργά μέλη μιας ολόκληρης κοινότητας, η οποία αποτελεί τμήμα των περιστάσεων και των συνθηκών τους.

Η επίγνωση της ολότητας είναι λοιπόν σημαντική σε πολλά επίπεδα. Οι συνεπαγωγές αυτής της επίγνωσης είναι σημαντικές τόσο για τους επαγγελματίες, που αφοσιώνονται στη συνολική φροντίδα των προσφύγων στο πεδίο, όσο και για τους ίδιους τους πρόσφυγες, καθώς βλέπουν τους εαυτούς τους ως μέρη ενός συνολικότερου φαινομένου. Η έννοια της ολότητας υπενθυμίζει ότι κανένα άτομο δεν είναι απομονωμένο μέσα στη δυσάρεστη κατάσταση στην οποία βρίσκεται. Αναζητώντας το σύνολο των καταστάσεων, των συνθηκών και των ατομικών απαντήσεων, οι επαγγελματίες δημιουργούν τις συνθήκες για πιο πολυπλοκές προσεγγίσεις που λαμβάνουν υπόψη όλα τα εμπλεκόμενα μέρη και επιτρέπουν την εμφάνιση πιο συνεκτικών ερμηνειών.

### ΠΟΛΥΠΛΟΚΟΤΗΤΑ, ΜΟΝΑΔΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΟΛΟΤΗΤΑ

- Θετικά και αρνητικά
- Χρόνος: παρελθόν, παρόν, μέλλον
- Πολλαπλές πτυχές ταυτότητας (όχι μονοδιάστατη ταυτότητα)
- Πέραν της κατεστημένης και μονοδιάστατης "ιστορίας του τραύματος"
- Διεύρυνση του κλειστού πλαισίου και φάσματος των κατεστημένων
  - δεδομένων, υποθέσεων, αντιλήψεων, νοηματοδοτήσεων
  - επιπτώσεων, επακολούθων
  - παρεμβάσεων
  - πλαισίων συνεργασίας.

### ΓΕΓΟΝΟΤΑ ΚΑΙ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΩΝ ΓΕΓΟΝΟΤΩΝ ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΓΝΩΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΔΙΑΚΡΙΣΗ

- Έκθεση σε γεγονότα, συνθήκες, κλπ. (εξωτερική πραγματικότητα)
- Ο τρόπος που τα άτομα, οι οικογένειες, οι ομάδες και οι κοινότητες τα βιώνουν
- Ο αντίκτυπος της εμπειρίας σε όλους εμάς (εσωτερικές καταστάσεις και εξωτερικές εκδηλώσεις)
- Έκφραση της εμπειρίας αυτής ανάλογα με τα διαφορετικά πλαίσια, με ευρύ φάσμα συνεπειών.

## Άσκηση 6η

Προσπαθήστε να κατανοήσετε την ακόλουθη περίπτωση του Χουσάμ υπό το πρίσμα της ΠΟΜΟΛΟ, έχοντας υπόψη σας τη πολυπλοκότητα, μοναδικότητα και ολότητα της συγκεκριμένης περίπτωσης:

Ο Διευθυντής σχολείου στο οποίο πηγαίνουν παιδιά από κοντινό κέντρο φιλοξενίας αιτούντων άσυλο και προσφύγων ζητάει από την αρμόδια ψυχοκοινωνική ομάδα βοήθεια για τη διαχείριση ενός μικρού δέκα ετών (Χουσάμ) με προκλητική συμπεριφορά στην τάξη του.

Πρόσφατα, προστέθηκαν κι άλλα παιδιά στον ήδη υπεράριθμο πληθυσμό του σχολείου που περιλαμβάνει πλέον κυρίως παιδιά από το παρακείμενο κέντρο φιλοξενίας προσφύγων. Μεταξύ αυτών των νέων μαθητών είναι και ο Χουσάμ. Από την πρώτη σχεδόν στιγμή που ο Χουσάμ πήγε στο σχολείο είχε μια συμπεριφορά που θα χαρακτηριζόταν ως προκλητική. Βέβαια, δεν είναι ο μόνος μαθητής με προκλητική συμπεριφορά, όμως αυτός είναι που «έκανε το ποτήρι να ξεχειλίσει». Σύμφωνα με τις πληροφορίες που μεταφέρει ο δάσκαλός του, ο Χουσάμ έχει έρθει από τη Συρία με τη μητέρα του και τα δυο μικρότερα αδέρφια του. Αγνοείται η τύχη του πατέρα του, ο οποίος εξαφανίστηκε αφότου έφυγαν από το χωριό τους και ενώ ήταν ακόμη στη χώρα τους. Πήγε σχολείο από τα 6 έως τα 8 του, ήταν καλός και επιμελής μαθητής. Του αρέσει το ποδόσφαιρο, στο σχολείο είχε φτιάξει ομάδα με συνομήλικους και ήταν ο αρχηγός.

Ο Χουσάμ, αν και θέλει να πηγαίνει στο σχολείο γιατί πάντα του άρεσε, νιώθει υποχρεωμένος, ως πρωτότοκος, να προστατεύσει την οικογένειά του τώρα που λείπει ο πατέρας. Αυτό τον κάνει να αντιδρά τόσο στην υποχρέωση να παρακολουθεί το σχολείο όσο στην παραμονή του εκεί για τόσες ώρες. Οι προτεραιότητές του είναι άλλες, να δει τι θα κάνει με την οικογένειά του. Είναι πολύ ευέξαπτος, μαλώνει με τους συμμαθητές του, οι οποίοι δεν τον θέλουν στην τάξη και πολλές φορές τον κακομεταχειρίζονται.

Ο δάσκαλος του Χουσάμ αισθάνεται ο ίδιος πολύ ταλαιπωρημένος και κουρασμένος, χωρίς καμία υποστήριξη προκειμένου να ανταποκριθεί στις προκλήσεις της δουλειάς του. Θα ήθελε οι ειδικοί να πάρουν τα παιδιά που «ενοχλούν», να τα «διορθώσουν» και να τα φέρουν πίσω ήσυχα. Ο διευθυντής νιώθει πελαγωμένος και χωρίς καμία εξουσία προκειμένου να κάνει οτιδήποτε. Έχει πολλὰ προβλήματα στο κεφάλι του, δεν μπορεί να ασχοληθεί με τον Χουσάμ, ούτε με κανέναν σαν τον Χουσάμ.

Η μητέρα του Χουσάμ είναι μια νεαρή γυναίκα που αγαπάει τα παιδιά της και κάνει ό,τι μπορεί για αυτά. Δυστυχώς, δεν έχει πολλή δύναμη. Βασικές ανάγκες της οικογένειας δεν έχουν ακόμη καλυφθεί. Θέλει να συνεργαστεί με τους ειδικούς, δεν ξέρει όμως πώς. Φοβάται να ζητήσει τη βοήθεια των συμπατριωτών της, ακόμη και να συζητήσει μαζί τους το πρόβλημά της, καθώς δεν μπορεί να εξηγήσει την εξαφάνιση του συζύγου της και φοβάται ότι θα βάλουν στο μυαλό τους πως «πήγε με τους εχθρούς». Αισθάνεται λοιπόν αβοήθητη, πολλές φορές απελπισμένη. Δεν γνωρίζει πόσο καιρό θα μείνει εκεί που βρίσκεται τώρα, τι της επιφυλάσσει το μέλλον, αισθάνεται «χαμένη». Ταυτόχρονα έχει ισχυρή θέληση για ζωή, θέλει το καλύτερο για την ίδια και τα παιδιά της.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Papadopoulos, R. K. (2002). Refugees, home and trauma. In R.K. Papadopoulos (Ed). *Therapeutic care for refugees: No place like home* (pp. 9-39). London: Karnac.
- Papadopoulos, R. K. (2010). *Enhancing Vulnerable Asylum Seekers' Protection (EVASP) Trainers' Handbook*. Rome: International Organisation for Migration. Ανακτημένο από [https://asop4g.eu/wp-content/uploads/2019/01/EVASP-TrainersHandbook\\_Trauma-vulnerabilities.pdf](https://asop4g.eu/wp-content/uploads/2019/01/EVASP-TrainersHandbook_Trauma-vulnerabilities.pdf)
- Papadopoulos, R. K. (2011). The Umwelt and Networks of Archetypal Images: A Jungian Approach to Therapeutic Encounters in Humanitarian Contexts. *Psychotherapy and Politics International*, 9(3), 212-223.
- Papadopoulos, R.K. & Gionakis, N. (2018). The neglected complexities of Refugee Fathers. *Psychotherapy and Politics International*, 16, 14-38.



# Η συνεργική προσέγγιση

## ΣΚΟΠΟΣ

Το κεφάλαιο αυτό στηρίζεται στις έννοιες που παρουσιάστηκαν και στις γνώσεις που αποκτήθηκαν στο προηγούμενο κεφάλαιο και οι οποίες σκιαγραφούν με ποιο τρόπο παίρνει μορφή η συνεργική προσέγγιση. Στο παρόν κεφάλαιο θα επιχειρηθεί να αναπτυχθεί περαιτέρω η συλλογιστική που παρουσιάστηκε στο δεύτερο κεφάλαιο με στόχο να αναδειχθούν οι τρόποι με τους οποίους αυτά τα πλαίσια μπορούν να φανούν χρήσιμα στην καθημερινή πρακτική.

## ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο τέλος του κεφαλαίου οι αναγνώστες θα είναι σε θέση:

- Να προσδιορίσουν τα στοιχεία και τους πυλώνες που συγκροτούν τη συνεργική προσέγγιση,
- Να διακρίνουν τις διαφορές ανάμεσα στη συνεργική προσέγγιση και τις τεχνολογικές παρεμβάσεις,
- Να κατανοήσουν περαιτέρω πώς το Πλέγμα Αντιξοότητας μπορεί να χρησιμοποιηθεί πρακτικά,
- Να διακρίνουν τις πιέσεις, τις προκλήσεις και τα υποστηρικτικά συστήματα των εξυπηρετούμενων ώστε οι επαγγελματίες να μπορούν να τα προσδιορίσουν, να τα αποτυπώσουν και να ανταποκριθούν σε αυτά,
- Να αναγνωρίσουν τις εκδηλώσεις της θυματοποίησης και να κατανοήσουν την ανάγκη αλληλαγών σε θεσμικό επίπεδο,
- Να βελτιώσουν την κατανόσή τους σχετικά με το τι σημαίνει να είναι κάποιος θεραπευτικός και να μνηθούν σε καλές πρακτικές για την πρώτη επαφή τους με εκτοπισθέντες ωφελούμενους,
- Να αντιληφθούν πώς τα πλαίσια που προωθεί η συνεργική προσέγγιση μπορούν να βοηθήσουν στην ένταξη των προσφύγων.

**Λέξεις-κλειδιά:** Συνεργική προσέγγιση, ανθεκτικότητα, ανάπτυξη από αντιξοότητα, καταγραφή πιέσεων, αποφυγή της θυματοποίησης, πλέγμα του θύματος, θεραπευτική διάσταση, πρώτη επαφή.

## 1η ΕΝΟΤΗΤΑ

### ΣΥΝΕΡΓΙΚΕΣ ΕΝΑΝΤΙ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΩΝ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ

#### 1.1. ΑΠΟΣΑΦΗΝΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗ ΔΙΑΚΡΙΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΩΝ ΚΑΙ ΣΥΝΕΡΓΙΚΩΝ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ

Πριν αναφερθούμε στις απόψεις που συγκεκριμενοποιούν το πλαίσιο σκέψης που παρουσιάζεται σε αυτό το κεφάλαιο, είναι σημαντικό να εξηγήσουμε τι ακριβώς σημαίνει ο όρος συνεργική προσέγγιση. Συνοπτικά, η ετυμολογία της συνεργίας (συν- και -εργο) υπαγορεύει τη σύμπραξη και τη συνεργασία. Οι τεχνολογικές παρεμβάσεις, δηλαδή οι συμβατικές θεραπευτικές διεργασίες και τεχνικές, που τείνουν να χρησιμοποιούνται με εκτοπισμένους πληθυσμούς, περιλαμβάνουν ένα σύνολο τεχνικών με ξεκάθαρη διαφοροποίηση των ρόλων, ουσιαστικά των ρόλων «θεραπευτή-ασθενή». Εξαιτίας του γεγονότος ότι οι τεχνολογικές παρεμβάσεις τείνουν να παίρνουν ως δεδομένη την ύπαρξη παθολογίας και ανικανότητας, θεωρούνται ιδιαίτερα ακατάλληλες, ίσως και βλαβερές στην επαφή με προσφυγικές ομάδες.

#### 1.2. ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΗΝ ΣΥΝΕΡΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Ο πρώτος πυλώνας που χαρακτηρίζει τη συνεργική προσέγγιση αφορά στη συνεργασία (Παπαδόπουλος, 2018). Η προσέγγιση συνεπάγεται την παραδοχή ότι τόσο ο επαγγελματίας όσο και ο ωφελούμενος ξέρουν πώς θα πρέπει να διαμορφώνεται μια θεραπευτική σχέση και ότι και οι δυο συμμετέχουν ενεργά στη διεργασία στοχοθέτησης. Συνεπώς, μια τέτοια παρέμβαση εμπεριέχει τον διάλογο και την ανταλλαγή, σε μια σχέση όπου δυο άνθρωποι συνδέονται και αλληλεπιδρούν επί ίσοις όροις. Το στοιχείο αυτό υπογραμμίζει τη σημασία της ανατροφοδότησης (*feedback*) και από τις δυο πλευρές. Ενδεχομένως οι πτυχές αυτές να φαίνονται βασικές για μια ανθρώπινη σχέση, ωστόσο στις συμβατικές παρεμβάσεις η υπομονή, η συνεργασία και η ανατροφοδότηση τείνουν να απουσιάζουν λόγω της βιασύνης να «θεραπευτούν» οι εξυπηρετούμενοι (γεγονός πολλές φορές δικαιολογημένο όταν δεν υπάρχει ο απαιτούμενος χρόνος). Ουσιαστικά, ο στόχος των επαγγελματιών πρέπει να είναι να αποφύγουν τη σχέση «Εγώ ξέρω, εσύ δεν ξέρεις», όπου ο επαγγελματίας καλείται να «διορθώσει ένα αντικείμενο» που δεν ανταποκρίνεται και δεν προσφέρει χρήσιμη ανατροφοδότηση.

### 1.3. ΤΟ ΠΟΜΟΛΟ ΣΤΗ ΣΥΝΕΡΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Ο δεύτερος πυλώνας της συνεργικής προσέγγισης αφορά στην αξιοποίηση του ΠΟΜΟΛΟ σε όλη τη διάρκεια της αλληλεπίδρασης των επαγγελματιών με τους ανθρώπους με τους οποίους δουλεύουν (Παπαδόπουλος, 2018). Σε συνδυασμό με τον προσανατολισμό του εκάστοτε θεραπευτή, καθώς και τις προσδοκίες του για δικαιοσύνη ή τις υποκειμενικές ευαισθησίες και ανησυχίες του, είναι σημαντικό το ΠΟΜΟΛΟ να γίνει αντιληπτό ως ένα ξεχωριστό πλαίσιο στοχασμού και πρακτικής. Αυτό δεν σημαίνει μόνο ότι κάθε άνθρωπος πρέπει να αντιμετωπίζεται ως ένα πολύπλοκο και μοναδικό ον, αλλά τονίζεται και η αναγκαιότητα για τους επαγγελματίες να κινούνται μέσα σε ευρύτερα πλαίσια (και όχι μόνο για τον εξυπηρετούμενο που υποστηρίζουν). Όπως συζητήθηκε στο προηγούμενο κεφάλαιο, η υποστήριξη ενός ανθρώπου είναι κομμάτι της στήριξης του ευρύτερου κύκλου του ανθρώπου αυτού, που με τη σειρά του είναι κομμάτι μιας μεγαλύτερης ομάδας ανθρώπων, οι οποίοι αλληλεπιδρούν με ποικιλόμορφους τρόπους με το σύνολο της κοινωνίας. Η ολότητα αυτή, πέρα από τον αντίκτυπο που μπορεί να έχει στην προσέγγιση του επαγγελματία, είναι σημαντικό να επισημαίνεται στους ωφεληόμενους. Η επιτυχής μετάδοση της ιδέας της ολότητας στους πρόσφυγες, ώστε να μπορέσουν να δουν τη θέση τους μέσα σε ένα ευρύτερο πλαίσιο (αναφορικά με την οικογένειά τους, τους άλλους πρόσφυγες, την κοινωνία υποδοχής), είναι συχνά θεραπευτική από μόνη της.

### 1.4. ΑΠΟΔΟΜΗΣΗ ΤΗΣ ΔΙΑΚΡΙΣΗΣ ΕΙΔΙΚΟΥ - ΑΣΘΕΝΗ

Ο τρίτος πυλώνας της συνεργικής προσέγγισης αναφέρεται στην αποδόμηση της διάκρισης που γίνεται μεταξύ ειδικού και ασθενή (Παπαδόπουλος, 2018). Η σχέση αυτή δεν πρέπει να βασίζεται απλά στη διάγνωση προβλημάτων και στη διόρθωση ελλειμμάτων, αλλά στην παρακολούθηση και καταγραφή, στο πλαίσιο της ολότητας, τόσο των αρνητικών στοιχείων όσο και των θετικών στοιχείων. Μέσα από αυτή την προοπτική, οι εξυπηρετούμενοι καλούνται να κατανοήσουν ότι η πρόοδος που παρατηρούν στην καθημερινή τους συναισθηματική κατάσταση δεν οφείλεται στις «μαγικές ικανότητες του θεραπευτή» αλλά στον δικό τους επαναπροσδιορισμό. Για την ακρίβεια, η εμπειρία και η αποτελεσματικότητα ενός επαγγελματία πιθανόν να συνδέεται με την ικανότητά του να δημιουργήσει κλίμα συνεργασίας και συνεργίας. Η καλύτερη βοήθεια που μπορούν οι επαγγελματίες να προσφέρουν σε πρόσφυγες που νιώθουν αποπροσανατολισμένοι είναι να τους βοηθήσουν να αναγνωρίσουν (και να διακρίνουν)

τις εκδηλώσεις των ενδοψυχικών τους εμπειριών και να υπενθυμίζουν στον εαυτό τους ότι, όπως όλοι, έχουν δυνατά και αδύνατα σημεία που αποτελούν μέρος ενός μεγάλου φάσματος χαρακτηριστικών.

## 1.5. ΣΥΝΟΨΗ ΤΗΣ ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΗΣΗΣ ΣΥΝΕΡΓΙΚΩΝ ΚΑΙ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΩΝ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΩΝ

Μπορούμε να κάνουμε τρεις σημαντικές διακρίσεις ανάμεσα στο συνεργικό πλαίσιο που προτείνεται σε αυτό το εγχειρίδιο και τις κοινές (συννά αποκλειστικά ψυχοθεραπευτικές) παρεμβάσεις.

Η πρώτη διάκριση αφορά στη συνεργασία σχετικά με παραμέτρους της στοχοθέτησης και της γνώσης, όπου τονίζεται η σημασία της ανατροφοδότησης και της αλληθινής αλληλεπίδρασης ανάμεσα σε επαγγελματία και ωφελούμενο.

Η δεύτερη διάκριση αναφέρεται στην ανάγκη εξερεύνησης από τον επαγγελματία του ευρύτερου πλαισίου των περιστάσεων στη ζωή ενός πρόσφυγα αντί της ανάγκης να «επισκευάσει» το άτομο (ως απομονωμένη οντότητα). Η ολότητα αυτή σχετίζεται επίσης με την πολυπλοκότητα της κατάστασής του, που καλείται να αναγνωρίσει κάθε εξυπηρετούμενος.

Τέλος, η τρίτη διάκριση αφορά στην αποδυνάμωση της παθολογικοποίησης, της ιδέας περί «αποκατάστασης» προβλημάτων και τραυμάτων. Αντί αυτού, προτείνεται να συμπεριληφθούν «τα προβλήματα και τα τραύματα» σε έναν πίνακα θετικών, αρνητικών και ουδέτερων χαρακτηριστικών, ούτως ώστε όλα αυτά τα χαρακτηριστικά να προσδιοριστούν, να γίνουν αποδεκτά και να αντιμετωπισθούν από τον ίδιο τον άνθρωπο που τα βιώνει (και όχι από τον παντοδύναμο θεραπευτή). Οι πτυχές αυτές της συνεργικής προσέγγισης αναλύονται στη συνέχεια του κεφαλαίου.

---

Για εκτενέστερη αναφορά στη διαφοροποίηση τεχνολογικών και συνεργικών προσεγγίσεων από τον Καθ. Παπαδόπουλο δείτε [εδώ](#)

---



## ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ

Τεχνολογικές παρεμβάσεις	Συnergικές παρεμβάσεις
Εγώ γνωρίζω – Εσύ δεν γνωρίζεις	Και οι δυο μας «γνωρίζουμε» και «δεν γνωρίζουμε» και «γνωρίζουμε ότι δεν γνωρίζουμε»
Επιδιορθώνω ένα αντικείμενο που δεν δίνει καμιά απάντηση ούτε feedback	Συnergάζομαι με έναν άνθρωπο με τον οποίο μπορώ να συσχετιστώ και να αλληλοεπιδράσω, χρησιμοποιώντας το feedback
Χρησιμοποιώντας αφηρημένους νόμους και αρχές	Χρησιμοποιώντας την Πολυπλοκότητα, τη Μοναδικότητα και την Ολότητα
Επισκευάζω μια βλάβη, ένα έλλειμμα, μια παθολογία	Στρέφω την προσοχή μου στις αρνητικές πτυχές, μέσα στο πλαίσιο της ολότητας που σαφώς περιλαμβάνει και τις θετικές πτυχές
Η εξειδίκευσή μου συνίσταται στην ικανότητά μου να σε επιδιορθώσω	Η εξειδίκευσή μου συνίσταται στη συνεργασία μαζί σου, εντοπίζοντας τα αδύνατα και τα δυνατά σου σημεία και δουλεύοντας συnergικά
Περιορίζομαι στο να επισκευάσω εσένα και μόνο	Στρέφω επίσης την προσοχή μου στην πολυπλοκότητα ευρύτερων πλαισίων (Οικογένεια, υπηρεσίες, κοινότητα)

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Παπαδόπουλος, Ρ.Κ. (2018). Ψυχοκοινωνικές διαστάσεις της προσφυγικής συνθήκης. Συnergική Προσέγγιση. [PowerPoint slides].

## 2η ΕΝΟΤΗΤΑ

### ΔΟΥΛΕΥΟΝΤΑΣ ΜΕ ΤΟ ΠΛΕΓΜΑ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑΣ

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, το Πλέγμα Αντιξοότητας είναι ένα εργαλείο που δίνει έμφαση στη μοναδικότητα και στην ολότητα κάθε εκτοπισμένου ατόμου, καθώς και στους

πολλούς και διαφορετικούς τρόπους που η εμπειρία της προσφυγιάς αποτυπώνεται και βιώνεται από τον καθένα.

Στο προηγούμενο κεφάλαιο αναφέρθηκαν οι κατηγορίες των αντιδράσεων που περιλαμβάνονται στο Πλέγμα Αντιξοότητας. Στην ενότητα αυτή θα δούμε, πιο συγκεκριμένα, πώς το Πλέγμα Αντιξοότητας μπορεί να χρησιμοποιηθεί στην καθημερινή πρακτική. Θεωρείται εξαιρετικά χρήσιμο οι επαγγελματίες που εργάζονται με πρόσφυγες να βρουν τον χώρο και τον χρόνο για να το συμπεριλάβουν στις προσεγγίσεις και τις τεχνικές τους.

## 2.1. ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΤΟΥ ΠΛΕΓΜΑΤΟΣ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑΣ

Ο παρακάτω πίνακας διευκολύνει τη συζήτηση γύρω από την παρακολούθηση των τριών κατηγοριών αντιδράσεων και των τεσσάρων επιπέδων τους:

### ΠΙΝΑΚΑΣ 2. ΠΛΕΓΜΑ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑΣ ΦΑΣΜΑ ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ, ΕΠΑΚΟΛΟΥΘΩΝ

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΩΝ						
Επίπεδα	Αρνητικές Πληγή, Βλάβη, Σύμπτωμα			Αναηλωιώτες		Θετικές Ανάπτυξη Από Αντιξοότητα (AAA)  Adversity-Activated Development (AAD)
	ΨΔ PTSD	ΨΣ	ΦΑΠ ΝΑ	Αρνητικές	Θετικές Ανθεκτικότητα	
Άτομο						
Οικογένεια						
Κοινότητα						
Κοινωνία/ Κουλτούρα						

ΨΔ = Ψυχιατρική διαταραχή PTSD= Διαταραχή στρες μετά από ψυχοτραυματική εμπειρία

ΔΣ = Δυσφορικό Στρες

ΦΑΟ = Φυσιολογική Ανθρώπινη Οδύνη

ΝΑ = Νοσταλγικός Αποπροσανατολισμός

Για μια εισαγωγική αναφορά στο Πλέγμα Αντιξοότητας από τον Καθ. Ρένο Παπαδόπουλο, δείτε [εδώ](#)

## 2.2. ΕΠΙΓΝΩΣΗ ΤΗΣ ΥΠΟΚΕΙΜΕΝΙΚΟΤΗΤΑΣ: ΔΙΑΤΗΡΩΝΤΑΣ ΤΗΝ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΙΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΩΝ

Η επίγνωση των τριών διαστάσεων είναι ιδιαίτερα σημαντική. Οι άνθρωποι που έρχονται σε επαφή με πρόσφυγες καλούνται να δουν τα άτομα που φροντίζουν ως κάτι παραπάνω από τραυματισμένα, ευάλωτα θύματα ή δυνατούς επιζήσαντες. Η κατανόηση και καταγραφή των αρνητικών, ανθεκτικών και θετικών αντιδράσεων στο Πλέγμα Αντιξοότητας είναι μια λεπτομερής και δύσκολη διεργασία. Η υποκειμενικότητα του εκάστοτε παρατηρητή/καθοδηγητή/θεραπευτή δεν επιτρέπει την εντελώς αμερόληπτη αξιολόγηση. Ανάλογα με τις προηγούμενες εμπειρίες, που αυτός ενδέχεται να έχει με άλλους εξυπηρετούμενους πρόσφυγες, τις τωρινές περιστάσεις στο εργασιακό περιβάλλον ή ακόμη και την ευημερία του και την προδιάθεσή του τη δεδομένη χρονική στιγμή, είναι εύκολο να υπερεκτιμήσει ή να υποτιμήσει κάποια συγκεκριμένη κατηγορία ή ακόμη και να παραμελήσει κάποια άλλη.

Παρομοίως, οι αντιδράσεις που περιγράφονται ενδεχομένως να έχουν αντίκτυπο πέρα από το ατομικό επίπεδο. Όπως φαίνεται στον Πίνακα 2, οι αντιδράσεις και οι επιπτώσεις τους πρέπει να εξεταστούν σε οικογενειακό, κοινοτικό και σε κοινωνικοπολιτισμικό επίπεδο. Το γεγονός ότι κάποιος μπορεί να παρουσιάζει βελτίωση ή αδυναμία σε έναν τομέα, δεν σημαίνει απαραίτητα ότι ισχύει το ίδιο και στους άλλους τομείς. Οι αντιδράσεις κάθε ανθρώπου δεν είναι ομοίμορφες, αλλιά διαφορετικές και συνεχώς εξελίσσονται. Κάθε άνθρωπος θα εκδηλωθεί με διαφορετικό τρόπο, και ο επαγγελματίας είναι εκεί για να ανταποκριθεί σε όλες τις αντιδράσεις του και σε όλα τα επίπεδα.

## 2.3. ΔΙΑΚΡΙΣΗ ΤΩΝ ΠΙΘΑΝΩΝ ΑΡΝΗΤΙΚΩΝ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΩΝ

Όπως έχει αναφερθεί, οι αρνητικές αντιδράσεις στην αντιξοότητα μπορούν να «ιεραρχηθούν» σε διαφορετικά επίπεδα. Ένα από τα σημαντικότερα καθήκοντα των επαγγελματι-

ών είναι να διακρίνουν τη σοβαρότητα αυτών των επώδυνων συναισθημάτων. Καλούνται λοιπόν να αναγνωρίζουν, και να επικυρώνουν τη δυσφορία των εξυπηρετούμενων δίχως να την παθολογικοποιούν.

Η παρουσία του επαγγελματία και το γεγονός ότι γίνεται μάρτυρας στην ιστορία ενός εκτοπισμένου επιτρέπουν να δημιουργηθεί μια ανθρώπινη σχέση και να υιοθετηθεί μια ανθρώπινη στάση απέναντί του (Papadopoulos, 1997). Πάνω σε αυτή τη βάση, μπορεί να δομηθεί η αποδοχή των αρνητικών αντιδράσεων των προσφύγων, ως φυσιολογικό επακόλουθο των εμπειριών τους, η εξεύρεση τρόπων κάλυψης των ιδιαίτερων αναγκών τους, η ενεργοποίηση των μηχανισμών άμυνας και του κοινωνικού κεφαλαίου που διαθέτουν.

Η αρχή της μη παθολογοποίησης δεν συνεπάγεται βεβαίως την παραμέληση των σοβαρών περιπτώσεων ψυχοκοινωνικών δυσκολιών και ψυχιατρικών διαταραχών. Η εκδήλωση ψυχοπαθολογίας ή/και η σοβαρή δυσλειτουργικότητα, κυρίως στην περίπτωση περιθωριοποιημένων ατόμων, χρήζουν εξατομικευμένης φροντίδας και πρέπει οπωσδήποτε να αντιμετωπιστούν εγκαίρως. Συχνά αυτό μπορεί να απαιτεί κάποια ψυχοθεραπευτική παρέμβαση, ωστόσο, στην περίπτωση των αποπροσανατολισμένων προσφύγων, η υποστήριξη συχνά οφείλει να αφορά και την στήριξή τους σε κοινωνικοπολιτισμικό επίπεδο. Πολλές (και βεβαίως όχι όλες!) από αυτές τις πιέσεις που βιώνουν οι πρόσφυγες τείνουν να αμβλυνθούν με τη στοιχειώδη φροντίδα.

Εξίσου σημαντικό είναι να γίνεται η διάκριση ανάμεσα στα ψυχιατρικά προβλήματα πριν την μετανάστευση (*premorbid psychiatric difficulties*), που ανήκουν στην κατηγορία των αμετάβλητων/αναλλοίωτων χαρακτηριστικών, και τα ψυχολογικά προβλήματα που προκλήθηκαν από την έκθεση σε αντιξοότητες. Όταν οι επαγγελματίες αδυνατούν να διακρίνουν αυτά τα δυο, διακυβεύεται η ικανότητά τους να προσφέρουν την κατάλληλη υποστήριξη στους ανθρώπους με τους οποίους δουλεύουν, ένας κίνδυνος που ελλοχεύει πολύ συχνά στη δουλειά με πρόσφυγες.

Πώς είναι λοιπόν εφικτό να υιοθετηθεί μια κατάλληλη προσέγγιση προς αποφυγήν υπερή ή υπο-διαγνώσεων; Αρχικά, οι άνθρωποι που έρχονται σε επαφή με πρόσφυγες οφείλουν να θυμούνται και να αντιλαμβάνονται ότι ακόμη και στις περιπτώσεις που κάποιος μοιάζει ιδιαίτερα ευάλωτος, οι αντιδράσεις του είναι απλώς τρωτά στοιχεία που αποτελούν κομμάτι μιας προσωρινά ευαίσθητης φάσης την οποία διανύει. Οι επαγγελματίες οφείλουν, λοιπόν, να εστιάζουν στο ευρύ φάσμα επιπτώσεων και παραγόντων που οδηγούν σε αυτές τις αντιδράσεις, το σύνολο των οποίων δημιουργεί δυσφορικά συναισθήματα.

Συγκεκριμένα, αναφορικά με τις διαγνώσεις, ο ρόλος των ειδικών πρέπει να χαρακτη-

ρίζεται από μια ευρύτητα πνεύματος ως προς τις πολιτισμικές διαφορές. Για παράδειγμα, συμβάντα και αντιδράσεις που στο δικό του πλαίσιο τείνουν να ερμηνεύονται ως σημάδια σοβαρής ψυχοπαθολογίας (π.χ. ψύχωσης), θα μπορούσαν να ερμηνευτούν διαφορετικά σε άλλον πολιτισμό με βάση το θρησκευτικό ή πνευματικό υπόβαθρο των ανθρώπων. Όταν οι επαγγελματίες βλέπουν τις εμπειρίες των προσφύγων μέσα από το δικό τους δυτικό πολιτισμικό πλαίσιο οδηγούνται συχνά σε λάθος συμπεράσματα. Η πληροφόρηση σχετικά με κάποιες πεποιθήσεις, το απλό ανθρώπινο ενδιαφέρον και η περιέργεια να καταλάβουν τις ρίζες ορισμένων εκδηλώσεων, ενός ατόμου ή της κοινότητάς του, βοηθούν σημαντικά στην αποφυγή παρανοήσεων και παρεξηγήσεων.

## 2.4. ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ ΤΩΝ ΑΝΘΕΚΤΙΚΩΝ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ

Όσοι εργάζονται με πρόσφυγες συχνά γίνονται μάρτυρες της συνύπαρξης, στον ίδιο άνθρωπο, της ευαλωτότητας και της ανθεκτικότητας. Η ταυτόχρονη ύπαρξη και των δυο, όπως και η δεδομένη δυσκολία των επαγγελματιών να διακρίνουν τις ποικίλες πιθανές αρνητικές επιπτώσεις, υπονομεύει την έμφαση που θα έπρεπε, σε ιδανική περίπτωση, να δοθεί στη διαφοροποίηση μεταξύ τους.

Αφότου, λοιπόν, εξοικειωθούν με την ιστορία και τη φαινομενολογική προσέγγιση της εμπειρίας του ατόμου που στηρίζουν και τις αρνητικές επιπτώσεις που αυτή δυνητικά έχει, οι επαγγελματίες μπορούν να ξεκινήσουν μια διεργασία εντοπισμού, εκτίμησης και συζήτησης γύρω από τα θετικά και τα αναηθιστικά χαρακτηριστικά των ανθρώπων με τους οποίους δουλεύουν. Με τον τρόπο αυτόν γίνεται η αρχή ώστε τα άτομα να δουν τα πράγματα από διαφορετική οπτική γωνία, να αναπτύξουν την αυτοεκτίμησή τους, αποτιμώντας την προσπάθεια και επιμονή που έχουν δείξει, και να ενθαρρυνθούν να επανασυνδεθούν με πράγματα που τους έκαναν λειτουργικούς και εξελισσόμενους.

Ο Bonanno (2004) διακρίνει ανάμεσα στην ανθεκτικότητα και την ανάκαμψη (*recovery*), υπογραμμίζοντας τη σημασία να προσδιορίσουμε επακριβώς την πρώτη. Ο Bonanno αναφέρει έναν αριθμό απροσδόκητων διαδρομών προς την ανθεκτικότητα που πιθανόν να παρουσιάζουν ενδιαφέρον για την καθημερινή πρακτική των επαγγελματιών. Συγκεκριμένα, αναφέρει την ψυχική ευρωστία (*hardiness*), την αυτοαναβάθμιση /αυτοβελτίωση (*self-enhancement*), τον κατασταθιακό μηχανισμό αντιμετώπισης προκλήσεων (*repressive coping*), τα θετικά συναισθήματα και το γέλιο. Διαφορετικά άτομα μπορεί να χρησιμοποιούν διαφορετικές διαδρομές «ανθεκτικότητας», να χρησιμοποιούν δηλαδή δι-

αφορετικούς τρόπους ανάπτυξης ανθεκτικών στοιχείων. Αν ο επαγγελματίας είναι σε θέση να κατανοήσει αυτό το σημείο, μπορεί να φροντίσει να κινητοποιήσει διαφορετικές πτυχές του εξυπηρετούμενου, με βάση τις στρατηγικές αντιμετώπισης προκλήσεων που εκείνος υιοθετεί (*coping*).

Η ενεργοποίηση θετικών στρατηγικών αντιμετώπισης και αυτοϊασης, όπως και η υποστήριξη των ανθρώπων ώστε να ανακτήσουν την αυτοεκτίμησή τους είναι αναπόσπαστο μέρος της προσπάθειας των επαγγελματιών να αμβλύνουν τις επιπτώσεις των προκλήσεων που οι πρόσφυγες αντιμετωπίζουν (*Papadopoulos, 2002*). Στην προσπάθεια αυτή, μεγάλη σημασία έχει η συνεργία: ο ρόλος των επαγγελματιών είναι να δρουν ως μεσο-λαβητές που υπενθυμίζουν στους πρόσφυγες τα καλά τους χαρακτηριστικά. Αυτό δεν στοχεύει άμεσα στην αυτοπεποίθηση των ανθρώπων, αλλά στην ανάδειξη της ποιότητάς τους, η υπενθύμιση της οποίας θεωρείται ότι θα βελτιώσει την πίστη τους στις δυνατότητές τους. Η θέση του επαγγελματία είναι να αντισταθεί σε γενικευμένα πλάνα παρέμβασης και, αντίθετα προς αυτά, να προσπαθήσει να διεισδύσει στις προσωπικές αφηγήσεις ώστε να εντοπίσει και να ενεργοποιήσει τους διαφορετικούς τρόπους διαχείρισης των αντιξοοτήτων και διατήρησης της ανθεκτικότητας.

## 2.5. ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΟΥΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑ

Με την πάροδο του χρόνου, ο εντοπισμός και η διαχείριση της προόδου και ανάπτυξης κάθε εξυπηρετούμενου δεν χρησιμεύει μόνο για να καταδείξει τη βελτίωση ως προς τις αρνητικές αντιδράσεις του ή την λεπτομερέστερη ανάδειξη των αναληθιστών χαρακτηριστικών. Μεγάλο μέρος της δουλειάς στην υποστήριξη προσφύγων, ώστε να ενταχθούν και να γίνουν μέλη της νέας κοινωνίας τους, στοχεύει στην ανάδειξη της προσωπικής ανάπτυξής τους. Δεδομένων των δραστικών αλλαγών στην καθημερινότητά τους, είναι σχεδόν αναπόφευκτο οι πρόσφυγες να εμφανίζουν, σε μικρό ή μεγάλο βαθμό, νέες ιδιότητες και θετικά στοιχεία. Με άλλα λόγια, ο τρίτος ρόλος των επαγγελματιών, χρησιμοποιώντας το Πλέγμα Αντιξοότητας αφορά την ενθάρρυνση και την ενδυνάμωση αυτών των δυναμικά θετικών αλλαγών. Αν θυμηθούμε τη συζήτηση για τη διπλή σημασία του τραύματος, ο υποστηρικτικός ρόλος του επαγγελματία σε αυτό το επίπεδο αντιστοιχεί στην υποστήριξη που μπορεί να προσφέρει ώστε οι επώδυνες ουλές να μετατραπούν σε εφιαλήτριο για ανάπτυξη (ικανοτήτων, διαπροσωπικών σχέσεων, κλπ.).

Η διερεύνηση των δυνατοτήτων και των αλλαγών σπάνια μπορεί να γίνει μέσα σε ένα

πλήσιο ερωταπαντήσεων όπως αυτό των συμβατικών συνεντεύξεων. Ο εντοπισμός της ανάπτυξης θετικών χαρακτηριστικών ως αποτέλεσμα ακραίων εμπειριών είναι ένα ευαίσθητο ζήτημα και μπορεί να προσεγγιστεί μόνο αν οι επαγγελματίες έχουν κατορθώσει να κατανοήσουν πώς (και γιατί) ο κάθε άνθρωπος βίωσε αυτές τις εμπειρίες και αντέδρασε σε αυτές. Αυτό προϋποθέτει από τους επαγγελματίες την ειλικρινή περιέργεια για τις ζωές των ανθρώπων και για τον αντίκτυπο των ιστοριών τους σε αυτούς. Οι επαγγελματίες πρέπει να δεχτούν ότι η οδύνη που οι πρόσφυγες βίωσαν μπορεί να εμποδίζει πεισματικά να βγουν στην επιφάνεια οι θετικές τους πτυχές. Οφείλουν λοιπόν, να κατανοήσουν ότι η απροθυμία κάποιων να μοιραστούν τα συναισθήματά τους ή να «ανοιχτούν» στους επαγγελματίες που εργάζονται μαζί τους είναι ένας χρήσιμος μηχανισμός άμυνας και όχι η ένδειξη κάποιας παθολογίας.

Οι επαγγελματίες είναι εκείνοι που μπορούν να υποδείξουν και να τονίσουν τα βήματα που έχει κάνει κάποιος προς τη βελτίωση της κατάστασής του ή τις αλληλαγές των συμπεριφορών, αξιών ή αρχών του προς το καλύτερο. Γι' αυτόν τον σκοπό, οι επαγγελματίες μπορούν να χρησιμοποιούν παραδείγματα από τον κοντινό κύκλο των ανθρώπων που στηρίζουν (οικογένεια, κοινότητα) και να επισημαίνουν συχνά «ξεχασμένες» δεξιότητες που ενδεχομένως οι εξυπηρετούμενοι να παίρνουν ως δεδομένες. Αντί να δίνουν απαντήσεις, οι επαγγελματίες πρέπει να ανοίξουν την πόρτα στους ίδιους τους πρόσφυγες ώστε να εξερευνήσουν εκείνοι και εν τέλει να προσδιορίσουν τις υγιείς τους αντιδράσεις.

Έχει πάντα νόημα οι επαγγελματίες να διερευνούν πώς αντιλαμβάνονται οι υπόλοιποι άνθρωποι στη ζωή ενός εξυπηρετούμενου (η οικογένεια, οι φίλοι, κλπ.) τις πιθανές αλληλαγές, όπως και τη δική τους οπτική στο νέο περιβάλλον τους. Αυτό τους επιτρέπει να δουν κατά πόσο οι θετικές αλληλαγές, όπως τις καταλαβαίνουν εκείνοι, λαμβάνονται υπόψη με τον ίδιο τρόπο και από τα σημαντικά πρόσωπα στη ζωή των εξυπηρετούμενων. Αν αυτό είναι εφικτό, είναι θεραπευτικό να δουν και οι ίδιοι τι εκτιμούν σε αυτούς τα κοντινά τους άτομα και ποιες νέες δυνατότητες έχουν εντοπίσει. Οι επαγγελματίες πρέπει να προσπαθούν να βοηθούν τους εξυπηρετούμενους να αποκτούν επίγνωση των πηγών ανθεκτικότητας και των εφελκυστών για θετική αλληλαγή που ενυπάρχουν στο διαπροσωπικό περιβάλλον του κάθε ατόμου, καθώς και στο πολιτισμικό και κοινωνικο-πολιτικό πλαίσιο. Αυτό επιτρέπει στους επαγγελματίες να έχουν μια πιο ρεαλιστική άποψη της ολότητας της κατάστασης των εξυπηρετούμενων ώστε να τους στηρίξουν και τους ίδιους και τις οικογένειές τους πιο αποτελεσματικά.

Η εργασία με πρόσφυγες πρέπει να στοχεύει στην επαναξιολόγηση των εμπειριών και στη νοηματοδότησή τους. Η συνεργική προσέγγιση βασίζεται στην άποψη ότι, με τη σωστή

στήριξη, οι πρόσφυγες θα μπορέσουν να αντιληφθούν τις πραγματικότητες που έζησαν ως ευκαιρίες για να αναδείξουν κάποιες καλύτερες, ενδυναμωμένες ή σοφότερες πλευρές του εαυτού τους.

Η ψυχοκοινωνική διάσταση έχει, επίσης, ως στόχο να φέρει τους πρόσφυγες σε επαφή με την πραγματικότητα της ζωής τους στη νέα κοινωνία ώστε να αναγνωρίσουν το εύρος των ευκαιριών που τους δίνονται και να μετατρέψει τις εμπειρίες, που συνδέονται αποκλειστικά με δυσφορία και αποπροσανατολισμό, σε κομμάτια της διεργασίας προς μια δημιουργική και με νόημα ζωή.

## 2.6. Η ΔΥΣΚΟΛΙΑ ΝΑ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΟΥΜΕ ΤΗΝ ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΠΟΥ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑ

Οι θετικές αντιδράσεις δεν είναι εύκολο να γίνουν αντιληπτές από τους εκτοπισθέντες ή την κοινότητά τους. Η αίσθηση αποπροσανατολισμού συχνά τους εμποδίζει να τις αντιληφθούν ως αναδύμενες από την αντιξοότητα. Είναι ουτοπικό να αναμένουμε ότι κάθε άνθρωπος έχει απόλυτη επίγνωση των θετικών στοιχείων που αναδύονται ή ότι ο επαγγελματίας που εργάζεται μαζί του θα είναι πάντα σε θέση να «εκμαιεύσει» αυτές τις πτυχές του. Ειδικότερα τα άτομα που βρίσκονται στο πρώτο στάδιο του εγκληματισμού δεν έχουν, συνήθως, παρά μόνο ζοφερές σκέψεις και προοπτικές. Οι επαγγελματίες πρέπει να είναι υπομονετικοί και να συντροφεύουν τους πρόσφυγες σε αυτόν τον μακρύ δρόμο προς την ανάπτυξη, σεβόμενοι τον ατομικό τους ρυθμό.

Επίσης, οι επαγγελματίες μπορεί να αδυνατούν να εντοπίσουν θετικά στοιχεία στους εξυπηρετούμενους καθώς και οι ίδιοι κατακλύζονται από τις ιστορίες και τις αδικίες που τους μεταφέρουν οι πρόσφυγες. Σε αυτήν την περίπτωση, υπάρχει ο κίνδυνος να αναδυθεί ο ρόλος τους ως σωτήρες που θα «συσκοτίσει» πολλούς από τις θετικές αντιδράσεις και ιδιότητες των ανθρώπων με τους οποίους δουλεύουν.

Πρέπει παρόλα αυτά να τονιστεί ότι, στην αρχή, είναι φυσιολογικό για τους επαγγελματίες να δυσκολεύονται να διακρίνουν τα ανθεκτικά στοιχεία. Αν, ωστόσο, αποφύγουν την θετική θέση του παντοδύναμου σωτήρα και επιχειρήσουν να αναγνωρίσουν, να ελέγξουν και ελαχιστοποιήσουν την επίδραση των κατακλισματικών συναισθημάτων που βιώνουν, αυτά τα στοιχεία θα αναδυθούν με τον καιρό.

Ίχνη ανθεκτικότητας και θετικής ανάπτυξης υπάρχουν ακόμα και στις πιο δύσκολες



περιπτώσεις. Στόχος των επαγγελματιών δεν πρέπει, φυσικά, να είναι να «γιατρέψουν τον πόνο», αλλά να δημιουργήσουν ένα περιβάλλον εμπιστοσύνης όπου ο πόνος αυτός θεωρείται μια φυσιολογική (αλλά όχι η αποκλειστική) αντίδραση και μπορεί να χρησιμοποιηθεί στον δρόμο προς τη βελτίωση. Η ανακούφιση των αρνητικών αντιδράσεων είναι σημαντική από μόνη της αλλά πρέπει επίσης να χρησιμοποιείται ως μέσο ανάδειξης των θετικών και ανθεκτικών στοιχείων. Με το πέρασμα του χρόνου, οι τραγωδίες των εκτοπισμένων ανθρώπων θα μπορέσουν, ίσως, να αποκτήσουν και ένα άλλο νόημα και οι άνθρωποι αυτοί θα βρουν τη δύναμη και τον τρόπο να κυνηγήσουν τα όνειρα τους όχι μόνο παρά τον πόνο τους, αλλά και χάρη σ' αυτόν.

## Άσκηση 7η

Με βάση το Πλέγμα Αντιξοότητας, προσπαθήστε να εντοπίσετε και να σημειώσετε τις διαφορετικές αντιδράσεις (αρνητικές, αμετάβλητες, θετικές) στην προσφυγική εμπειρία που είναι εμφανείς στις ακόλουθες περιπτώσεις. Αν είναι δυνατόν, προσπαθήστε επίσης να διακρίνετε μεταξύ των επιμέρους απαντήσεων τις τρεις κύριες κατηγορίες. Ενδεικτικά και όχι περιοριστικά, μπορείτε να διακρίνετε τις παρακάτω κατηγορίες:

Αρνητικές αντιδράσεις: φυσιολογικός ανθρώπινος πόνος (θλίψη, κλπ.), ψυχολογικές αντιδράσεις δυσφορικού στρες (και σημάδια ψυχολογικών δυσκολιών), ψυχική διαταραχή.

- Αμετάβλητες αντιδράσεις: διατήρηση θετικών στοιχείων, διατήρηση αρνητικών στοιχείων.
- Θετικές αντιδράσεις: απόκτηση εμπειρίας ή γνώσης, δύναμη, ανάπτυξη νέων δεξιοτήτων και θετικών ικανοτήτων, καθορισμός νέων στόχων/προτεραιοτήτων, αλληλαγές στις απόψεις, ιδεολογίες, κλπ.

## ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΠΡΩΤΗ - CAMILLE

«Ήρθα μόνη μου εδώ. Στην χώρα μου, έψαχνα για το πώς μπορούσα να φύγω. Βρήκα τρόπο να πάω στην Τουρκία. Στη σχολή που φοιτούσα είχα συναντήσει κάποια άτομα που μου έδωσαν πληροφορίες για το πώς γινόταν να πάω στην Τουρκία, πώς θα μπορούσα να ζήσω εκεί. Μου είπαν ότι θα μπορούσαν να με βοηθήσουν να κάνω το φάκελό μου και μετά να ζητήσω βίζα. Μου είπαν ότι αν πλήρωνα θα μπορούσα να βγάλω άδεια παραμονής εκεί.

Επειδή όμως η βίζα μου ήταν από έμπορο, όταν έφτασα στην Τουρκία μου είπαν ότι

δεν μπορούσα να ζήσω εκεί. Δεν μου είχε πει κανείς ποια κατάσταση θα έβρισκα. Και δεν ήθελα να ζω παράνομα εκεί. Και δεν ήθελα να γυρίσω στην πατρίδα μου. Μου είπαν ότι θα μπορούσαν να με βοηθήσουν να πάω στην Ελλάδα και να ζήσω εκεί. Έτσι ήρθα στην Ελλάδα. Όταν έφτασα στο νησί, στο camp, μια κυρία που δούλευε σε μια οργάνωση με βοήθησε, και μου βρήκε και ραντεβού με γιατρό στο νοσοκομείο στην Αθήνα. Δεν θέλω να παραπονιέμαι πολύ αλλιώς όταν έφτασα στο νησί είχα προβλήματα για τα οποία προτιμώ να μην μιλήσω... Στο νησί έμεινα 2 μήνες και κάτι. Στο camp ήταν ok, είχαμε φαγητό, είχαμε στέγη. Εκεί με βοήθησαν να φτιάξω τα χαρτιά μου και εκεί, μόλις πήρα τα χαρτιά άρχισα να κάνω μαθήματα. Γιατί εγώ προτιμώ να είμαι απασχολημένη, να κάνω πράγματα, για να μη σκέφτομαι...

Είχα κατάθλιψη και μετά τη συνέντευξή μου με φέρανε στην Αθήνα.

Ήμουν άρρωστη, πήγαίνα στο νοσοκομείο και έβλεπα και ψυχολόγο.

Παρόλα αυτά για μένα ήταν σαν μια νέα αρχή στη ζωή μου. Έπαιρνα πληροφορίες για το τι θα μπορούσα να κάνω εδώ, τι δουλειά θα μπορούσα να βρω.

Έλεγα στον ψυχολόγο μου ότι δεν είχα τίποτα να κάνω και αυτός με βοήθησε να γίνω εθελόντρια σε μια οργάνωση για πρόσφυγες. Εκεί μαγειρεύουμε φαγητό για όσους έχουν ανάγκη και νιώθω καλά που φροντίζω τους άλλους. Εκεί γνωρίζω ανθρώπους από διαφορετικές κοινότητες κι αυτό είναι κάτι διαφορετικό και είναι μια ωραία εμπειρία... Η δουλειά με τον ψυχολόγο ήταν ωφέλιμη για μένα γιατί, μετά από πολλές συνεδρίες, με έκανε να συνειδητοποιήσω ότι είμαι ένα άτομο που παρά τις δυσκολίες μου, προσπαθώ να βρω λύση στα προβλήματά μου. Συζητούσαμε επίσης για το γεγονός ότι είμαι πολύ μοναχική και με βοήθησε να καταλάβω ότι πρέπει να το διορθώσω αυτό. Από τότε που ήμουν παιδί με τόσα που είχα ζήσει στο σπίτι μου, ήθελα να είμαι μόνη μου, δεν ήθελα να είμαι με άλλους ανθρώπους. Ακόμα έτσι είναι η ζωή μου. Όμως μιλώντας με τον ψυχολόγο κατάλαβα ότι αυτό δεν μου κάνει καλό. Μπορούμε να αποφασίσουμε να είμαστε μόνοι μας, όταν έχουμε κάποιο πρόβλημα για κάποιο διάστημα. Αλλιώς όταν παρατείνεται στον χρόνο και συμβαίνει για πάρα πολύ καιρό, δεν είναι καλό αυτό. Ένωσα ότι ο ψυχολόγος με κατάλαβε και με βοήθησε, γιατί κατάλαβε τις ανάγκες μου και με βοήθησε να βρω εθελοντική δουλειά και αυτό ήταν μια πολύ καλή εμπειρία. Επειδή όταν ήρθα στην Ελλάδα δεν είχα πληροφορίες για το τι πρέπει να κάνω, που θα μπορούσα να ψάξω για κάποια απασχόληση, κλπ., αυτός με βοήθησε να ενσωματωθώ ... Έκανα επίσης συνέντευξη και άρχισα να παρακολουθώ μαθήματα Ελληνικών, Αγγλικών και πληροφορικής. Έχω περάσει το πρώτο επίπεδο, έχω πάρει και πιστοποιητικά.

[Όμως,] πρέπει να παλεύω για τη ζωή μου, να παλεύω για να είμαι ευτυχισμένη. Έχω μάθει να είμαι δυνατή από τότε που ήμουν μικρή. Ο θείος μου με έκανα να δείχνω ένα άτομο που ήτα κάλια και εγώ πάλευα για να δείξω τότε στην οικογένειά μου, στους γονείς ότι δεν ήμουν ένα τέτοιο άτομο... Έπρεπε να παλέψω για να έχω τα πτυχία μου και να μπορώ να δουλέψω για να πληρώνω τις σπουδές μου. Έμαθα να παλεύω... Είχα ένα παιδί που έπρεπε να φροντίσω και έπρεπε να παλέψω γι' αυτό... Όταν ήρθε το παιδί μου, ο γιος μου, είπα στον εαυτό μου ότι πρέπει να έχω τα πτυχία μου για να έχω μια σταθερή δουλειά για να μπορώ να φύγω από όλο αυτό. Έχω τη θέληση να πετύχω, αυτό είναι το κίνητρό μου. Δεν θέλω να ζω έτσι όπως ζούσα πριν».

## ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΔΕΥΤΕΡΗ - ΜΟΥΣΤΑΦΑ

«Στη χώρα μου, ήμουν δημοσιογράφος... Δουλεύαμε πάνω σε μια υπόθεση που αποκάλυψε στοιχεία σχετικά με την κυβέρνηση που έδειχναν ότι υποστήριζε την τρομοκρατία... Ανακαλύψαμε έτσι ότι επρόκειτο να συμβεί στη χώρα ένα τρομοκρατικό γεγονός και δώσαμε όλες τις πληροφορίες στις υπηρεσίες ασφαλείας και στην κυβέρνησή μας με σκοπό να μπορέσουν να προστατεύσουν τη συγκεκριμένη περιοχή.

Δυστυχώς, η κυβέρνηση ποτέ δεν έλαβε μέτρα για αυτό. Το περιστατικό συνέβη, όπως ακριβώς τους είχαμε γνωστοποιήσει, με αποτέλεσμα να πεθάνουν εκατοντάδες άνθρωποι.

Έτσι δημοσιεύσαμε στο κανάλι των ειδήσεων ότι η κυβέρνηση δεν έκανε τίποτα, παρά το ότι γνώριζε για το επερχόμενο συμβάν.

Αυτό δημοσιεύθηκε μαζί με όλες τις σχετικές λεπτομέρειες για τη σχέση της κυβέρνησης με τρομοκράτες.

Αυτοί [το συγκεκριμένο κόμμα] δεν χάρηκαν φυσικά με αυτή την εξέλιξη και απαγόρευσαν το κανάλι ειδήσεων μας. Προσπάθησαν να συλλάβουν όλους τους δημοσιογράφους που είχαν ασχοληθεί με τη συγκεκριμένη υπόθεση... Είναι πολύ εύκολο για την κυβέρνηση να σκοτώσει κόσμο και να απαηλαγεί από πληροφορίες που δεν ήθελαν να κυκλοφορήσουν. Γι' αυτό έφυγα από τη χώρα μου, ήταν θέμα επιβίωσης.

[Ενώ διασχίζαμε το ποτάμι από την Τουρκία στην Ελλάδα] ένας άνθρωπος έπεσε στο νερό. Έβλεπα ότι θα πέθαινε, έπρεπε να κάνω κάτι. Οι υπόλοιποι μου έλεγαν να σκάσω, μερικοί τύποι μάλιστα απειλούσαν να με χτυπήσουν και μου είπαν ότι πρέπει να συνεχίσω με κάθε κόστος. Δεν ήξερα τι να κάνω, ήμουν σε σύγχυση αλλά τελικά αποφάσισα να πηδήξω στο νερό και να τον σώσω. Είχα τα πάντα μέσα στην τσάντα μου, την κάμερά μου, το σημειωματάριό μου, τα πάντα. Καθώς το νερό ήταν παγωμένο και η έγνοια μου ήταν

να του σώσω τη ζωή, έβγαλα την τσάντα μου, την πέταξα και έτσι τα έχασα όλα. Έχασα δηλαδή όλα όσα με αντιπροσώπευαν, τη φοιτητική μου ταυτότητα, το διαβατήριό μου, τη βίζα μου, όλα τα έγγραφα...

Είχα χάσει τα πάντα. Αυτό με κάνει να νιώθω λίγο ανόητος. Αλλά μερικές φορές με κάνει να αισθάνομαι περήφανος, γιατί έκανα κάτι που πίστευα σε αυτό...

Ήρθα στην Αθήνα παράνομα, χωρίς χαρτιά. Είχα έναν φίλο στην Πάτρα, έτσι σκέφτηκα να πάω εκεί για να τον συναντήσω. Η αστυνομία με έπιασε και με έβαλε σε κράτηση, στο αστυνομικό τμήμα. Δεν ήξερα και πολλή για τις νομικές διαδικασίες. Υπήρχαν περίπου 7-8 άνθρωποι μαζί μου στο κέντρο κράτησης. Η αστυνομία κάτι ανέφερε για κράτηση, για περίπου 6-7 μήνες.

Σκέφτηκα ότι έπρεπε να ζητήσω άσυλο. Οι περισσότεροι άνθρωποι από τη χώρα μου φοβούνται να κάνουν τη διαδικασία για το άσυλο, πιστεύουν ότι μόλις ζητήσουν άσυλο σε ένα αστυνομικό τμήμα θα καταλήξουν να παραμείνουν εκεί για πάντα. Εγώ δεν το σκέφτηκα έτσι, σκέφτηκα ότι είναι μια νόμιμη διαδικασία που θα μπορούσε να με βοηθήσει να βγω από αυτήν την κατάσταση. Έτσι, ζήτησα πολιτικό άσυλο, αλλά η αστυνομία καθυστέρησε συνεχώς. Προσπάθησα λοιπόν να ζητήσω τον υπεύθυνο για αυτό το πράγμα. Ο υπεύθυνος ήρθε και υπέγραψε κάποια χαρτιά. Μετά από 15 μέρες, κατάφερα να κάνω την πρώτη συνέντευξη και με άφησαν να φύγω...

Μου λείπει η προηγούμενη ζωή μου, αλλά είναι καλή εδώ... υπάρχει ελευθερία. Νιώθω σαν να είναι ίσως η καλύτερη χώρα στην Ευρώπη. Έχεις περισσότερη ελευθερία εδώ, δεν δεσμεύεσαι από τίποτα. Μπορείς να βρεθείς με τους φίλους σου, να αποηλεύσεις τα Σαββατοκύριακα σου, δεν είναι το παν το χρήμα. Με 800 ευρώ μπορείς να ζήσεις καλά...

Έχω μια πολύ καλή κοινότητα γύρω μου. Συμμετέχω σε αρκετές οργανώσεις, κάνω εθελοντική εργασία, έχω καλές επαφές, έχω καταφέρει να συναντήσω κάποιους καλούς ανθρώπους εδώ.

Προσπάθησα να δικτυωθώ με οργανισμούς. Θέλω να προσφέρω βοήθεια. Μπορώ να κάνω μεταφράσεις/διερμνείες γι' αυτούς, μπορώ να κάνω συνοδείες, κάθε είδους διοικητική βοήθεια, κλπ.

Έχοντας περάσει όλα αυτά στη χώρα μου, τα πάντα μου φαίνονται εύκολα... Όταν ζούσα με την οικογένειά μου, μου έλεγαν ότι δεν είμαι ώριμος. Έτσι, όταν ήρθα εδώ, αγωνίστηκα πολύ... Αυτά που έζησα με έκαναν πιο ώριμο, έγινα πιο σοβαρός με τη ζωή μου. Πριν "έπαιζα", τώρα είμαι πολύ πιο σοβαρός... Δεν είμαι περήφανος γι' αυτό, αλλά παλιά μερικές φορές γελοία με την ιδέα του "πολιτικού πρόσφυγα". Δεν καταλάβαινα

πραγματικά, δεν μπορούσα να το πάρω στα σοβαρά. Τώρα, έχοντας περάσει από όλα αυτά, η σκέψη μου έχει αλλιάξει τελείως... Σκεφτόμουν ότι τίποτα κακό δεν θα μπορούσε πραγματικά να έρθει στον δρόμο μου, η οικογένειά μου είναι πλούσια, οι γονείς μου είναι τόσο καλοί, δεν είχα αναγκαστεί ποτέ να αναρωτηθώ για το τι θα συμβεί στο μέλλον...

Αλλά εδώ συνειδητοποίησα ότι δεν έχω ανάγκη αυτή την στήριξη. Έκανα τα πάντα χωρίς τη βοήθεια της χώρας και της οικογένειάς μου...

Έπρεπε να τα κάνω όλα από την αρχή... Θέλω να τα κάνω μόνος μου... Δεν αναγκάζομαι αλλά θέλω να το κάνω. Θα μπορούσα ακόμα να έχω υποστήριξη από την οικογένειά μου, αλλά έχω επιλέξει να παλέψω μόνος μου.

Σκοπεύω να ξεκινήσω τη δική μου εταιρεία πληροφορικής εδώ, όπως και στο Πακιστάν... Όπως είπα, θα προσπαθήσω να φτιάξω μια εταιρεία πληροφορικής. Μαζί με έναν από τους φίλους μου θέλουμε επίσης να δημιουργήσουμε έναν οργανισμό που θα δίνει έμφαση στην παροχή βοήθειας στους πρόσφυγες ως προς την εργασία. Αυτό είναι το μελλοντικό μας σχέδιο. Το σχέδιό μας είναι να τους παρέχουμε νομικές συμβουλές και υποστήριξη, να διευκολύνουμε τη διαδικασία γι' αυτούς. Υπάρχουν πολλοί πρόσφυγες που είναι εξειδικευμένοι σε συγκεκριμένους τομείς. Μπορούν να χρησιμοποιήσουν στην κοινωνία...

Το πλάνο που έχω για τους πρόσφυγες αλλά και για άλλους ανθρώπους είναι να κάνω κάτι ώστε να τους βοηθήσω στην αγορά εργασίας. Η εύρεση εργασίας και ιδιαίτερα η προετοιμασία για τους ασυνόδευτους ανήλικες ώστε να μπορούν να εργαστούν στο μέλλον, να έχουν μια καλή επαγγελματική σταδιοδρομία... Εγώ επίσης [ασχολούμαι] με διάφορες οργανώσεις στις οποίες προσφέρω εθελοντική εργασία. Θέλω να είμαι διαθέσιμος για βοήθεια... Είμαι επίσης ενεργός με τους ασυνόδευτους ανηλίκους. Αν κάποιος χρειάζεται ρούχα, έχει κάποια έκτακτη ανάγκη, κουβέρτες ή κάτι άλλο, καλώ αμέσως τους φίλους μου και βοηθάμε όσο μπορούμε. Έχω ένα αίσθημα ευθύνης να βοηθήσω... Αυτό που έχω μάθει από την οικογένειά μου είναι ότι υπάρχουν μόνο άνθρωποι, δεν υπάρχει κανένας διαχωρισμός μεταξύ των ισλαμικών διαιρέσεων... Σίγουρα τα έχασα όλα, αλλά το έκανα για να προστατέψω τη χώρα μου, να την προστατέψω από αυτή την κυβέρνηση... Υποθέτω ότι πάντα μου αρέσει να σκέφτομαι αισιόδοξα, να σκέφτομαι τη δυνατότητα επιτυχίας με τη διαδικασία ασύλου μου.

## ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΡΙΤΗ - CELESTE

«Έφυγα και ήρθα εδώ μόνη μου με ένα μωρό 6 μηνών, σε μια ξένη χώρα χωρίς να ξέρω ούτε τη γλώσσα. Λόγω του πολέμου, ο σύζυγός μου και οι δικοί του έπρεπε να φύγουν από τη χώρα. Εγώ έπρεπε να φύγω πρώτη με το μωρό που είχα. Το ταξίδι ήταν δύσκολο... Όταν ήρθα, εδώ κι αν ήταν δύσκολο! Είχα σωθεί εκεί, αλλιώς εδώ είχα ακόμα να περάσω πολλή. Θυμάμαι με είχαν κρατήσει στο αεροδρόμιο 20 ώρες. Ήθελαν να με γυρίσουν πίσω. 20 ώρες χωρίς τίποτα, μόνη μου με το μωρό. Μετά μας άφησαν. Και βγαίνω απ' το αεροδρόμιο και λέω: Πού πάω τώρα; Πού πάω;

Δεν ήξερα τίποτα. Οι μόνες πληροφορίες που είχα ήταν η διεύθυνση της εκκλησίας μας, η διεύθυνση της αστυνομίας που έπρεπε να πάω και να βγάλω χαρτιά και κάποια φτηνά ξενοδοχεία. Θυμάμαι έκατσα έξω και έκλαιγα. Και μετά είπα «πρέπει να είμαι δυνατή»... Και πήρα ταξί και έδειξα τη διεύθυνση. Τόσα λεφτά που μου ζήτησε! Ούτε αυτός να με θυπηθεί ούτε τίποτα! Αν κάτσω και τα σκεφτώ με πιάνει πονοκέφαλος. Και έτσι έμεινα εκεί στο ξενοδοχείο και την επόμενη μέρα πήγα σε μια φιλανθρωπική οργάνωση και ζήτησα να μου βρουν κάπου να μείνω, κάτι να φάω, γιατί δεν μπορούσα να αντέξω τα έξοδα του ξενοδοχείου. Και από εκεί μου δώσανε μια διεύθυνση για να μείνω, και δεν ξέρω τι να πω, μπορώ να πω ήταν η καλή μου τύχη! Και μου δώσανε ένα δωμάτιο όπου μπορούσαμε να μείνουμε εκεί με το μωρό για 6 μήνες.

Και με στείλανε και στην καθολική εκκλησία και εκεί μου βρήκανε δουλειά. Επειδή όμως είχα μωρό δεν μπορούσα να το αφήσω για να πάω να δουλέψω.

Μετά από 2 μήνες, που ήρθε ο άντρας μου, τα πράγματα ήταν ας πούμε λίγο καλύτερα. Τουλάχιστον μπορούσα να αφήσω το μωρό για να δουλέψω.

Έπρεπε όμως να διαλέξω ή το παιδί ή τη δουλειά για να ζούμε. Η δουλειά που μου βρήκανε ήταν babysitting και έπρεπε να μένω μέσα στην οικογένεια, δούλευα μέσα στο σπίτι όλην τον καιρό. Με βοήθησε το γεγονός ότι ήξερα γαλλικά και η οικογένεια στην οποία δούλευα ήταν Γάλλοι. Και έτσι το δικό μου παιδί έμεινε πάντα με τον πατέρα του.

Εντάξει ήταν καλό ότι βρήκα δουλειά αλλά «έχασα» το παιδί μου... Κάποια στιγμή το παιδί δεν μ' αγαπούσε επειδή δεν με έβλεπε... Ήταν δύσκολο, πάρα πολύ δύσκολο... Έπρεπε να παλεύεις μόνος σου, με τον εαυτό σου! Και λέω γεννήθηκα για να υποφέρω; Και δεν μπορώ να δώσω απάντηση... Είναι αυτό που ήνε, κάθε σπίτι ξέρει τι περνάει. Όταν κάτσω μόνη μου πάντα υποφέρω. Πόσα πολλά προβλήματα έχω περάσει και ακόμα περνάω... Και προσπαθώ να τα βάλω στην άκρη, αλλά κάθε φορά που διώχνω τα σύννεφα

κάτι έρχεται και με χτυπάει πάλι, συνέχεια... Έχασα την καριέρα μου, τη ζωή μου, το σπίτι μου, το μέλλον που θα μπορούσα να έχω, τα πάντα...

Όλο αυτό με κάνει να είμαι και ψυχολογικά άσχημα, μέχρι και τώρα νιώθω πολύ άσχημα... Σε όσους ψυχολόγους και να πας και να τα πεις, δεν μπορεί να αλλιάξει αυτό. Ο πόνος είναι εκεί. Ειδικά αν οι δυσκολίες συνεχίζονται, συνεχίζεις να ζεις έτσι. Κι όλα αυτά σου βγάζουν αναμνήσεις, σε πονάνε ... Δεν μπορώ να αντέξω τις δουλειές, κάθε φορά που κουράζομαι θυμάμαι την πατρίδα και δεν μπορώ να δουλέψω.

Όλο έκλαιγα, ήμουν χάλια ψυχολογικά. Ο γιατρός μου είχε πει να πάρω φάρμακα. Κάποια στιγμή σκεφτόμουν και να πεθάνω. Αλλά μετά κοίταγα τα παιδιά μου κι έλεγα πρέπει να προσπαθήσω γι' αυτά...

Και προσπαθώ να ξεχάσω και πίνω για να μη θυμάμαι, για να μην πονάω.

[Όμως,] ποτέ δεν έχασα την ελπίδα μου. Ελπίζοντας συνέχιζα και πάντα έβρισκα δύναμη να σηκωθώ. Η δύναμη ερχόταν από τα παιδιά μου. Όταν τα κοίταγα σκεφτόμουν ότι αυτά δεν έχουν κανέναν άλλο εκτός από μένα. Ήθελα αυτά να έχουν μια καλύτερη ζωή. Και έλεγα ότι εγώ κάνω δύσκολες δουλειές αλλά αυτά πρέπει να σπουδάσουν, να μην περνάνε όπως περνάω εγώ. Θέλω να μεγαλώσουν ευτυχισμένα τα παιδιά μου... Βλέπω τώρα τη μεγάλη μου την κόρη που τελειώνει τις σπουδές και είμαι ευτυχισμένη. Είναι σαν να έχεις επενδύσει σε κάτι κι αυτό να καρποφόρησε. Κι όλο αυτό με κάνει χαρούμενη, με κάνει να συνεχίσω να ζω.

Είμαι μαχητής εγώ... Στη χώρα μου, οι άνθρωποι που έχω αφήσει πίσω περιμένουν κάτι από εμένα. Όλο αυτό με κάνει να είμαι πιο δυνατή, πρέπει να δείξω ότι τα καταφέρνω. Κάθε φορά που πέφτω πρέπει να σηκωθώ γι' αυτούς. Έχουμε τέτοια υποχρέωση για την οικογένειά μας...

Όλα αυτά που πέρασα με άλλαξαν ως άνθρωπο. Τώρα τα βλέπω όλα πιο θετικά. Παλιά αν είχα ζήσει όλα αυτά θα ήμουν συνεχώς στεναχωρημένη και αναστατωμένη αλλά τώρα λέω «αϊ στο καλό, έτσι είναι γραμμένο, θα το ζήσω. Έτσι είμαι. Πάντα προσπαθούσα να μη το βάζω κάτω, όσες δυσκολίες και να είχα, συνέχιζα να προσπαθώ, να προχωράω, να συνεχίζω. Ακόμα σκέφτομαι έτσι».

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20.
- Cyrulnik, B. (2009). *Resilience. How your inner strength can set you free from the past* (Translated). London: Penguin Books.
- Papadopoulos, R. K. (1997). Individual Identity and Collective Narratives of Conflict. *Harvest: Journal of Jungian Studies*, 43(2), 7-26.
- Papadopoulos, R. K. (2002). *Therapeutic Care for Refugees. No Place like Home*. London: Karnac.

## 3η ΕΝΟΤΗΤΑ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΠΙΕΣΕΩΝ, ΠΡΟΚΛΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΙΚΩΝ ΣΥΣΤΗΜΑΤΩΝ

Οι επαγγελματίες μπορούν να χρησιμοποιήσουν το Πλέγμα Αντιξοότητας για την λεπτομερή καταγραφή των πιέσεων όπως και των υποστηρικτικών συστημάτων των ατόμων με τα οποία εργάζονται. Κάτι τέτοιο δεν γίνεται απλά και μόνο για να έχουν ένα συγκεκριμένο εργαλείο, απλά κυρίως για να δοθεί η ευκαιρία στους ίδιους τους πρόσφυγες να σκιαγραφήσουν και να διακρίνουν τις προκλήσεις που υπάρχουν γύρω τους.

### 3.1. ΠΙΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ

Η εξερεύνηση των πολυάριθμων πιέσεων που έχει ήδη βιώσει ένας πρόσφυγας προφανώς σημαντικό ρόλο στη σωστή αξιολόγηση και στη δημιουργία θεραπευτικής σχέσης. Επειδή οι πιέσεις αυτές τείνουν να παίρνουν τη μορφή ενός γενικευμένου, έντονου συναισθήματος πόνου και αποηροσανατολισμού, είναι απαραίτητο να απομονωθούν και να εξεταστούν χωριστά, προτού αναγνωριστεί η ολότητα τους.

Το βίωμα της ακούσιας αποικεισίας, το πιθανό πένθος για πολλαπλές απώλειες, οι εμπειρίες βίας και οι συνθήκες του ταξιδιού ασκούν πιέσεις στους ανθρώπους για απροσδιόριστο χρονικό διάστημα (δεν μπορεί κανείς να πει με σιγουριά ότι η επιρροή αυτών θα αφορά μόνο ένα συγκεκριμένο χρονικό διάστημα). Ακόμη, οι εκτοπισθέντες που έχουν



εγκατασταθεί στην κοινωνία υποδοχής, συχνά υποφέρουν από τους εφιάλτες του παρελθόντος, καταφεύγουν σε επιβλαβείς γι' αυτούς συνήθειες και παρουσιάζουν διάχυτο δυσφορικό στρες. Υπό αυτή την έννοια, αν οι επαγγελματίες παραμελήσουν και προσπεράσουν το παρελθόν, δίνοντας αποκλειστική έμφαση στο μέλλον, υπονομεύουν σε έναν βαθμό τη δυνατότητα να κινητοποιήσουν γνωστικούς, κοινωνικούς, συναισθηματικούς πόρους στο πλαίσιο της στήριξης που προσφέρουν.

Είναι φυσιολογικό κάποια άτομα να απωθούν τις αρνητικές επιπτώσεις των παρελθουσών αντιξοοτήτων και να χρησιμοποιούν μηχανισμούς άμυνας που «μπλοκάρουν» την επεξεργασία των εμπειριών του παρελθόντος. Παρότι οι επαγγελματίες θα πρέπει να δουλέψουν σεβόμενοι τον ρυθμό των εξυπηρετούμενων, καθλούνται να τους στηρίξουν ώστε με τον καιρό να μπορέσουν να αντιμετωπίσουν το παρελθόν τους και να το νοηματοδοτήσουν κατάλληλα.

## 3.2. ΚΑΤΑΝΟΩΝΤΑΣ ΤΙΣ ΨΥΧΟΠΙΕΣΤΙΚΕΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΤΟΥ ΠΑΡΟΝΤΟΣ

Όταν έγινε λόγος για τις φάσεις της προσφυγικής εμπειρίας, αναφέρθηκε ότι μεγάλο μέρος της δουλειάς με τους πρόσφυγες οφείλει να εστιάζει στις τρέχουσες προκλήσεις που αντιμετωπίζουν. Οι αντιξοότητες σπάνια φτάνουν στο τέλος τους με την άφιξη των προσφύγων στη νέα κοινωνία. Δεν είναι υπερβολή να πούμε ότι για μεγάλη μερίδα ανθρώπων, τα ζητήματα που αντιμετωπίζουν μετά την εγκατάστασή τους στη χώρα υποδοχής, συμπεριλαμβανομένης της αίσθησης εγκατάλειψης και μη κάλυψης των βασικών αναγκών τους, έχουν γι' αυτούς μεγαλύτερες αρνητικές επιπτώσεις από τις επιπτώσεις των αντιξοοτήτων που βίωσαν στις προηγούμενες φάσεις της προσφυγικής τους εμπειρίας (Hodes, Anagnostopoulos, & Skokauskas, 2018). Η ψυχοκοινωνική τους ευημερία επηρεάζεται πολύ από τις τωρινές συνθήκες της ζωής τους. Επομένως, οποιαδήποτε παρέμβαση που δεν δίνει έμφαση στις συνθήκες ζωής τους και στις ελλείψεις τους καθίσταται άσκοπη.

Οι κοινωνικοί λειτουργοί συνήθως βλέπουν από πρώτο χέρι τις δυσκολίες αυτές, μέσω των προσωπικών επισκέψεων και της στήριξης που προσφέρουν σχετικά με τα γραφειοκρατικά ζητήματα. Ωστόσο, αυτό πολλές φορές δεν είναι δυνατό στην περίπτωση ψυχολόγων που δουλεύουν σε διαφορετικές δομές εκτός πεδίου ή άλλων επαγγελματιών που δεν έχουν την ευκαιρία να κατανοήσουν αυτή την πραγματικότητα από κοντά. Έτσι, ενώ κάποιος επαγγελματίας πασχίζει να μάθει γεγονότα για το τραυματικό

παρελθόν, ο εξυπηρετούμενος σκέφτεται πού θα κοιμηθεί το βράδυ, την κακή διατροφή του, το πώς θα ξαναπάει για πέμπτη φορά στη δημόσια υπηρεσία για να πάρει κάποιο έγγραφο. Αυτών των ειδών τα προβλήματα επηρεάζουν την ποιότητα της ζωής τους σε πολύ μεγάλο βαθμό και διαιωνίζουν την αίσθηση ανασφάλειάς τους (Betancourt, Abdi, Ito, Lilienthal, Agalab, & Ellis, 2015; Fernando, Miller & Berger, 2010; Miller & Rasmussen, 2016; Schick, κ.ά, 2016). Εκτός αυτού, οι εκτοπισθέντες καθλούνται να αντιμετωπίσουν άλλες καθημερινές πιέσεις όπως την περιθωριοποίηση και τον κοινωνικό αποκλεισμό, που δημιουργούν πολλούς κινδύνους ψυχολογικής φύσης και όχι μόνο. Οι επαγγελματίες θα πρέπει να βρουν τον τρόπο να μπου, όσο τους επιτρέπεται και σεβόμενοι επίσης και τα δικά τους όρια, σε αυτές τις πραγματικότητες ώστε να μην παραβλέπουν πρακτικά ζητήματα που είναι τόσο σημαντικά για την ποιότητα της ζωής των ανθρώπων που θέλουν να υποστηρίξουν.

Έρευνες έχουν δείξει ότι οι αντίξοες εμπειρίες στην κοινωνία υποδοχής (οι οποίες σχετίζονται με καθημερινά βιώματα που αναφέρθηκαν παραπάνω) οδηγούν όχι μόνο στη διατήρηση των «πληθών» που έχουν ανοίξει στις προηγούμενες φάσεις της προσφυγικής εμπειρίας, αλλά συνιστούν επιπρόσθετες τραυματικές εμπειρίες (Zerinic, Bogic & Priebe, 2012). Ενώ λοιπόν το συμβατικό αφήγημα του τραύματος των προσφύγων προδιαθέτει τους επαγγελματίες να αποδώσουν οποιοδήποτε πρόβλημα προσαρμογής των προσφύγων στην ήδη υπάρχουσα οδύνη ή στο τραύμα, θα πρέπει να αποσαφηνιστεί ότι κοινωνικοί και συγκυριακοί παράγοντες είναι το ίδιο ή/και περισσότερο σημαντικοί. Ακόμη και οι έρευνες που δίνουν έμφαση στο τραύμα με τρόπο που δεν υποστηρίζεται στο συγκεκριμένο εγχειρίδιο τονίζουν ότι συχνά οι «τραυματικές εμπειρίες μετά την μετανάστευση (post-migration traumatic experiences)» έχουν σοβαρότερες επιπτώσεις στην ψυχική υγεία των παθόντων από ότι τα «τραύματα πριν την μετανάστευση (pre-migration traumatisation)» (Kim, 2016).

Ο σχεδιασμός ενός εξατομικευμένου σχεδίου παρέμβασης θα πρέπει να παίρνει υπόψη τους υπάρχοντες προστατευτικούς παράγοντες και τις επιρροές που έχουν νόημα για τον καθένα κατά την περίοδο του εγκλιματισμού του στη χώρα υποδοχής. Όσο μια θεραπευτική σχέση χτίζεται, οι εξυπηρετούμενοι ενθαρρύνονται να κατανοήσουν –και να ενεργοποιήσουν– τους ατομικούς τους προστατευτικούς μηχανισμούς και μηχανισμούς αντιμετώπισης προκλήσεων (coping mechanisms). Επίσης, η θεραπευτική δουλειά στοχεύει στην αναγνώριση προκλήσεων από τους εξυπηρετούμενους των υπάρχοντων υποστηρικτικών δικτύων (οικογένεια, κοινότητα, ομάδες, κλπ.) και στην αξιοποίηση του κοινωνικού κεφαλαίου τους.

### 3.3. ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΗΝ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ ΤΩΝ ΠΙΕΣΕΩΝ

Είναι πολύ σημαντικό οι επαγγελματίες να γίνονται μάρτυρες στις ιστορίες των προσφύγων και να δείχνουν ενδιαφέρον για τις συνθήκες της ζωής που τους προκαλούν δυσφορικές στρες. Στον βαθμό που οι ίδιοι αντέχουν και στον βαθμό που τους το επιτρέπει το πλάισιο εργασίας τους, θα ήταν καλό να αφιερώνουν χρόνο για να δουλέψουν με τα υπαρκτά καθημερινά προβλήματα που ταλανίζουν τους εξυπηρετούμενους. Αν είναι εφικτό, οι επαγγελματίες πρέπει, μαζί με τους ανθρώπους με τους οποίους δουλεύουν, να επιχειρούν να βρουν λύσεις για τα κρίσιμότερα ζητήματα –όπως οι εξυπηρετούμενοι τα θέτουν ως προτεραιότητες- ώστε να απαλύνουν τη δυσφορία που τους προκαλούν αυτές οι καταστάσεις (Miller & Rasmussen, 2016).

Υπάρχουν, όμως, φορές που ενώ οι επαγγελματίες καταβάλουν κάθε δυνατή προσπάθεια για να βοηθήσουν, το αποτέλεσμα είναι να κάνουν περισσότερο κακό παρά καλό. Είναι επιτακτική ανάγκη για τον καθένα που εργάζεται με εκτοπισθέντες να βρει μια ισορροπία ανάμεσα σε αυτό που πρέπει και αυτό που μπορεί να γίνει. Οι επαγγελματίες οφείλουν να είναι ειλικρινείς σχετικά με τις δυνατότητές τους και να αποφεύγουν να ενισχύουν τις υπερβολικές προσδοκίες τις οποίες δεν μπορούν να ικανοποιήσουν. Ασφαλώς, η ποικιλία των ρόλων που οι επαγγελματίες καλούνται να παίξουν είναι μεγάλη. Για παράδειγμα, οι γιατροί ή οι θεραπευτές θα βρεθούν σε θέση όπου θα πρέπει να ασχοληθούν με κοινωνικά, νομικά ή διοικητικά ζητήματα άμεσα ή έμμεσα (Sturm, Baubet & Moro, 2007). Επίσης, για να μπορέσουν να είναι αποτελεσματικοί, οι ειδικοί από τους διάφορους τομείς, πρέπει να μάθουν να συνεργάζονται και να αποφεύγουν τον ανταγωνισμό μεταξύ τους, που είναι επιζήμιος στη δουλειά τους.

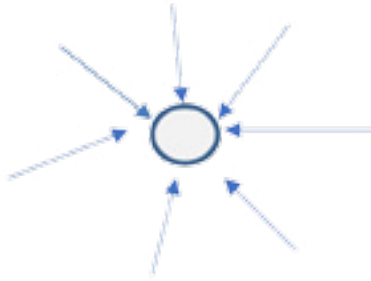
Δυστυχώς, η στοιχειώδης διεπαγγελματική συνεργασία δεν είναι αυτονόητη στα υφιστάμενα πλάισια. Πρέπει να υπογραμμιστεί η ανάγκη για μια ολιστική, συνεργική απάντηση από την πλευρά των οργανώσεων, όπου ο κάθε επαγγελματίας ενημερώνεται και ενημερώνει επαρκώς, έτσι ώστε χρήσιμες πληροφορίες για την κατάσταση και τις ανάγκες των εξυπηρετούμενων να μην χάνονται ή αγνοούνται. Μια ολιστική απάντηση με πυλώνα την ανταλλαγή πληροφοριών και εμπειρίας όσον αφορά τις πραγματικές ανάγκες των προσφύγων οφείλει να γίνει ο κανόνας και όχι η εξαίρεση (Silove, 2005).

### 3.4. ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΤΩΝ ΠΙΕΣΕΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΣΤΗΡΙΞΕΩΝ ΣΤΟ ΠΑΡΟΝ

Χρησιμοποιώντας το Πλήγμα Αντιξοότητας, ο επαγγελματίας μπορεί να καταγράψει πιέσεις και προκλήσεις ως μέρος της επεξεργασίας των αντιδράσεων των προσφύγων στην αντιξοότητα. Υπάρχουν βεβαίως διάφοροι τρόποι και διάφορα εργαλεία με τα οποία μπορούν να αποτυπωθούν αυτές οι προκλήσεις, που θα βοηθήσουν τους ανθρώπους να επαναπροσδιορίσουν τα βιώματά τους.

Εργαλεία όπως το ASPIS - Asylum Seeker's Protection Indices (Papadopoulos, 2010) μπορούν να φανούν χρήσιμα στην ανάδειξη των προστατευτικών παραγόντων που φανερώνουν στους εκτοπισθέντες μη συνειδητές ή ξεχασμένες δυνατότητες, πόρους και πηγές υποστήριξης στο παρόν. Μπορεί να ενθαρρύνει την κινητοποίηση αυτών των πόρων και την κατάλληλη χρήση τους. Τους βοηθά επίσης να αναγνωρίσουν τα χαρακτηριστικά τους από τη σκοπιά άλλων ανθρώπων που βρίσκονται κοντά τους και τους εκτιμούν. Μπορεί επιπλέον να τους δείξει ότι αφενός δεν είναι μόνοι τους σε όλο αυτό που περνούν, αλλά κομμάτι μιας ολότητας, και αφετέρου να τους θυμίζει τι τους κάνει μοναδικούς.

Ένα απλό διάγραμμα για την καταγραφή αυτή είναι το εξής: ένας εξυπηρετούμενος, με τον οποίο έχουμε ήδη αναπτύξει οικεία, συνεργική σχέση, καλείται να γράψει και να βάλει σε κύκλο το όνομά του στο κέντρο μιας σελίδας χαρτιού (ει δυνατό μεγέθους A3).. Μετά ο επαγγελματίας σχεδιάζει βέλη γύρω από τον κύκλο, με κατεύθυνση προς το κέντρο, και λέει στον εξυπηρετούμενο πως τα βέλη είναι οι πιέσεις, τα προβλήματα και οι προκλήσεις που αντιμετωπίζει αυτή την περίοδο. Του ζητάει έπειτα να γράψει στην άκρη κάθε βέλους μια-μια αυτές τις προκλήσεις όπως του έρχονται στο μυαλό. Για να βοηθήσει τον ωφελούμενο να καταλάβει τι του ζητάει, ο επαγγελματίας αναφέρεται σε κάποιες από τις δυσκολίες για τις οποίες ο ωφελούμενος έχει ήδη μιλήσει. Μπορεί στη συνέχεια να προσθέσει όσα βέλη θέλει.

**Σχήμα 2****Διάγραμμα καταγραφής των προκλήσεων και των δυνατοτήτων στο παρόν**

Κάθε άτομο καλείται να σκεφτεί και να βάλει τις προκλήσεις σε σειρά προτεραιότητας, χρησιμοποιώντας όποιο κριτήριο επιθυμεί. Για να βοηθηθεί ο εξυπηρετούμενος να καταλάβει τι του ζητείται, ο επαγγελματίας μπορεί να επικαλεστεί κάποιες από τις δυσκολίες στις οποίες ο εξυπηρετούμενος έχει ήδη αναφερθεί (π.χ., ημικρανίες). Σε αυτό το σημείο ο ωφεληόμενος μπορεί να αναρωτηθεί ποιο κριτήριο να χρησιμοποιήσει, να θέσει ερωτήματα για τη σπουδαιότητά του, κλπ. Όλα αυτά είναι ευκαιρίες για να μπορέσει να εμπλουτιστεί ακόμη περισσότερο ο διάλογος μεταξύ του επαγγελματία και του ωφεληόμενου ώστε να διερευνήσουν μαζί πτυχές της πραγματικότητας που παραμένουν στη σκιά.

Αφού ολοκληρωθεί η καταγραφή των προτεραιοτήτων, ο επαγγελματίας και ο εξυπηρετούμενος αναζητούν μαζί πιθανές συνδέσεις μεταξύ των πιέσεων/προκλήσεων. Για παράδειγμα, η εξασφάλιση ενός εισοδήματος συνδέεται με την πρόσβαση σε οικονομικά βοηθήματα που προορίζονται για αιτούντες άσυλο, κάτι που με τη σειρά του συνδέεται με την υποβολή αιτήματος ασύλου. Η πρόσβαση στην υγεία για την αντιμετώπιση αντίστοιχων προβλημάτων συνδέεται με γραφειοκρατικές διαδικασίες. Στο τέλος, ως αποτέλεσμα αυτής της διεργασίας, προκύπτει μια λεπτομερής εικόνα της πραγματικότητας η οποία πλέον είναι πολύ πιο διαχειρίσιμη από πριν, όταν όλα φάνταζαν «βουνό» λόγω της έλλειψης διαφοροποίησης και της μη αποτύπωσης της πολυπλοκότητας που χαρακτηρίζει τη ζωή του πρόσφυγα.

Στη συνέχεια της σχέσης, ο επαγγελματίας και ο εξυπηρετούμενος έχουν τη δυνατότητα να δουλέψουν πάνω σε συγκεκριμένους στόχους και να έχουν χειροπιαστά αποτελέσματα. Μάλιστα, κατ' αυτόν τον τρόπο λαμβάνεται υπόψη ο ίδιος ο άνθρωπος, ο οποίος καθίσταται υποκείμενο των αναγκών του και των προσδοκιών του. Ταυτόχρονα με την προαναφερθείσα διεργασία, είναι απαραίτητη η πραγματοποίηση και της συμπληρωματικής της: να αναδειχθούν όλα εκείνα τα στοιχεία που έχουν επιτρέψει στο άτομο να επι-

βιώσει των αντιξοοτήτων καθώς επίσης και όλες οι νέες ιδιότητες, ικανότητες, τα θετικά χαρακτηριστικά που απέκτησε ακριβώς επειδή εκτέθηκε στις αντιξοότητες της προσφυγικής συνθήκης.

Αυτό το εργαλείο μπορεί να εφαρμοστεί κυρίως με ανθρώπους οι οποίοι δείχνουν ιδιαίτερα αποπροσανατολισμένοι, που αδυνατούν να αντιμετωπίσουν την παρούσα πραγματικότητα και τις προκλήσεις που αυτή φέρνει για διαφορετικούς λόγους που συνδέονται με την προσφυγική εμπειρία (για παράδειγμα, επειδή οι τραυματικές τους εμπειρίες είναι πολύ έντονες και πρόσφατες, επειδή έχουν προσκολληθεί στο παρελθόν ή επειδή σκέφτονται μόνο το μέλλον).

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Betancourt, T. S., Abdi, S., Ito, B., Lilienthal, G. M., Agalab, N. & Ellis, H. (2015). We Left One War and Came to Another: Resource Loss, Acculturative Stress, and Caregiver-Child Relationships in Somali Refugee Families. *Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology, 21*(1), 114-125.
- Fernando, G. A., Miller, K. E. & Berger, D. E. (2010). Growing pains: the impact of disaster-related and daily stressors on the psychological and psychosocial functioning of youth in Sri Lanka. *Child Development, 81*(4), 1192-1210.
- Hodes, M., Anagnostopoulos, D., & Skokauskas, N. (2018). Challenges and opportunities in refugee mental health: clinical, service, and research considerations. *European Child & Adolescent Psychiatry, 27*, 385-388.
- Kim, I. (2016). Beyond Trauma: Post-resettlement Factors and Mental Health Outcomes Among Latino and Asian Refugees in the United States. *Journal of Immigrant and Minority Health, 18*(4), 740-748.
- Miller, K. E. & Rasmussen, A. (2010). War exposure, daily stressors, and mental health in conflict and post-conflict settings: Bridging the divide between trauma-focused and psychosocial frameworks. *Social Science and Medicine, 70*, 7-16.
- Papadopoulos, R. K. (2010). *Enhancing Vulnerable Asylum Seekers' Protection (EVASP) Trainers' Handbook*. Rome: International Organisation for Migration. Ανακτημένο από [https://asop4g.eu/wp-content/uploads/2019/01/EVASP-TrainersHandbook\\_Trauma-vulnerabilities.pdf](https://asop4g.eu/wp-content/uploads/2019/01/EVASP-TrainersHandbook_Trauma-vulnerabilities.pdf)
- Schick, M., Zumwald, A., Knopfli, B., Nickerson, A., Bryant, R., Schnyder, U., Muller, J.

& Morina, N. (2016). Challenging future, challenging past: the relationship of social integration and psychological impairment in traumatized refugees. *European Journal of Psychotraumatology*, 7(1), 28057.

Silove, D. (2005). From Trauma to Survival and Adaptation. In D. Ingleby (Ed.), *Forced Migration and Mental Health: Rethinking the Care of Refugees and Displaced Persons* (pp. 28-50). New York: Springer.

Sturm, G., Baubet, T., & Moro, M. R. (2007). Mobilizing Social and Symbolic Resources in Transcultural Therapies with Refugees and Asylum Seekers: the Story of Mister Diallo. In B. Drozdek & J. P. Wilson (Eds.), *Voices of Trauma: Treating Psychological Trauma Across Cultures* (pp. 211-233). New York: Springer.

Summerfield, D. (2000). Childhood, War, Refugeedom and “Trauma”: Three Core Questions for Mental Health Professionals. *Transcultural Psychiatry*, 37(September), 417-433.

Zepinic, V., Bogic, M., & Priebe, S. (2012). Refugees' views of the effectiveness of support provided by their host countries. *European Journal of Psychotraumatology*, 3, 844.

## 4η Ενότητα

### ΑΠΟΔΥΝΑΜΩΝΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΘΥΜΑΤΟΣ

Η επίτευξη μιας σχέσης συνεργασίας και η άρση του διαχωρισμού ειδικού-ασθενή προϋποθέτει την πρόθεση των επαγγελματιών να αποδομήσουν τη θυματοποίηση. Η συνεργική προσέγγιση και τα πλαίσια που παρέχουν το Πλέγμα Αντιξοότητας και το ΠΟΜΟΛΟ μπορούν πραγματικά να χρησιμοποιηθούν από τους επαγγελματίες μόνο αν έχουν εγκαταλείψει το αφήγημα περί αδυναμίας και αβοηθσίας των προσφύγων.

Σε αυτή την ενότητα θα συζητηθεί πιο αναλυτικά η σημασία αυτής της αποδόμησης, δίνοντας έμφαση στους βαθμούς θυματοποίησης που μπορούν να εντοπισθούν χρησιμοποιώντας το Πλέγμα Θύματος.

## 4.1. Η ΘΥΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ Η ΔΥΣΚΟΛΙΑ ΣΥΜΒΙΒΑΣΜΟΥ ΤΩΝ ΝΟΜΙΚΩΝ ΑΦΗΓΗΜΑΤΩΝ (Π.Χ. ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ) ΜΕ ΤΗΝ ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

Όπως έχει ήδη αναφερθεί, είναι αναγκαίο η ψυχοκοινωνική προσέγγιση να συνδεθεί με τα ανθρώπινα δικαιώματα. Αυτή η σύνδεση συχνά αποδεικνύεται εξαιρετικά δύσκολη: από τη μια, οι άνθρωποι τείνουν να παθολογικοποιούνται καθώς οι κοινωνίες υποδοχής προσφέρουν ειδικούς ψυχικής υγείας για να τους θεραπεύσουν πριν ακόμα εξασφαλιστεί η κάλυψη των βασικών τους αναγκών. Από την άλλη, μπορεί να δοθεί μεγάλη έμφαση στην κοινωνική δικαιοσύνη και στην καταδίκη των παραβατών, υπονομεύοντας σε κάποιο βαθμό την ικανότητά τους να ξεφύγουν από το «πολιτικό δίπολο» θύματος - θύτη. Έτσι, κατά κάποιον τρόπο, η δυσκολία να ξεπεραστεί το πόσο επιβλαβής είναι η παραβίαση των ανθρώπινων δικαιωμάτων τείνει να υποβαθμίσει τη σημασία ενός ψυχοκοινωνικού μοντέλου που βασίζεται στην Ανάπτυξη που Ενεργοποιείται από Αντιξοότητες και την αποδυνάμωση του τρίγωνου της θυματοποίησης.

Όπως έχουν τα πράγματα, ένα θύμα που έχει υποστεί αντίξοες συνθήκες καλείται να επαναλάβει γεγονότα, ποιος έκανε τι σε ποιον, πού και κάτω από ποιες συνθήκες, αλήθια και να προσκομίσει αποδείξεις για αυτές τις κακοποιήσεις. Οι επιδράσεις και η αλήθεια όλων αυτών εξερευνώνται συνεχώς από ειδικούς ψυχικής υγείας, δικηγόρους που αξιολογούν αιτήματα ασύλου ή από την ευρύτερη κοινωνία. Στην πράξη, αυτό σημαίνει ότι πολλοί καλούνται να αφηγηθούν επανειλημμένα το πώς «κατέληξαν να είναι θύματα». Αυτό μας επιτρέπει να αναρωτηθούμε το εξής: Ακόμη κι αν κάποιος πρόσφυγας δεν θεωρεί τον εαυτό του θύμα των περιστάσεων, δεν θα φτάσει σε αυτή τη θέση μετά από όλη αυτή την επώδυνη γραφειοκρατική διαδικασία;

## 4.2. ΤΟ ΠΛΕΓΜΑ ΘΥΜΑΤΟΣ

Το Πλέγμα Θύματος, είναι ένα εργαλείο που απεικονίζει τρόπους με τους οποίους μπορούμε να αναγνωρίσουμε την εκδήλωση θυμάτων και ταυτοτήτων θυμάτων. Επίσης παρουσιάζει μια συνοπτική ανάλυση των αντιδράσεων στη θυματοποίηση και από τους θυματοποιημένους αλλά και απέναντι στους θυματοποιημένους. Το Πλέγμα Θύματος μπορεί να φανεί χρήσιμο για τη διαφοροποίηση των βαθμών θυματοποίησης, ενώ προσφέρεται και για την οριοθέτηση των διαφορετικών τρόπων που η θυματοποίηση επιδρά κοινωνικά ανάλογα με αυτούς τους βαθμούς. Το Πλέγμα Θύματος παρουσιάζεται στον παρακάτω πίνακα:



ΠΙΝΑΚΑΣ 3. ΤΟ ΠΛΕΓΜΑ ΘΥΜΑΤΟΣ

Βαθμός θυματοποίησης	Βασική περιγραφή	Γενικές επιδράσεις της θυματοποίησης	Αντιδράσεις προς τα θυματοποιημένα άτομα	Αντιδράσεις των θυματοποιημένων ατόμων
<b>Συνθήκη/ κατάσταση θυματοποίησης</b>	Έκθεση σε συνθήκες/ καταστάσεις που θυματοποιούν.	Ισορροπία ανάμεσα στις επιπτώσεις της θυματοποίησης και τις άλλες πιέξεις της ζωής τους.	Αντίληψη ότι πρόκειται για συνθισμένα άτομα που έγιναν θύματα λόγω των περιστάσεων θυματοποίησης.	Άλλοτε δέχονται με ευγνωμοσύνη την υποστήριξη που τους προσφέρεται και άλλοτε στηρίζονται στους εαυτούς τους.
<b>Στάτους θύματος</b>	Σωστή χρήση του στάτους τους ως θύματα, εξασφαλίζοντας υποστήριξη σε κατάλληλα πλαίσια, τον κατάλληλο χρόνο.	Βαρύτητα στη «θέση» του θύματος, παρόλο που έχουν πρόσβαση σε άλλες όψεις της ύπαρξής τους.	Αντίληψη ότι πρόκειται για θυματοποιημένα άτομα που χρησιμοποιούν το στάτους του θύματος κατάλληλα.	Άλλοτε δέχονται με ευγνωμοσύνη την υποστήριξη που τους προσφέρεται και άλλοτε στηρίζονται στους εαυτούς τους.
<b>Ταυτότητα θύματος</b>	Επέκταση της χρήσης του στάτους τους ως θύματα πέρα από τα κατάλληλα πλαίσια ή τον κατάλληλο χρόνο.	Κυριαρχία της ταυτότητας του θύματος στις πεποιθήσεις, συμπεριφορές και αλληλεπιδράσεις με άλλους.	Αρνητικές αντιδράσεις που επηρεάζονται από την αντίληψη ότι τα άτομα αυτά κάνουν ακατάλληλη χρήση του στάτους τους ως θύματα.	Αγανάκτηση όταν η δεδομένη γι' αυτούς υποστήριξη ως θύματα δεν προσφέρεται.

### 4.3. ΕΥΡΥΤΕΡΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΠΛΕΓΜΑΤΟΣ ΘΥΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΑΝΑΓΚΗ ΑΠΟΔΟΜΗΣΗΣ ΤΗΣ «ΧΡΗΣΙΜΟΤΗΤΑΣ» ΤΗΣ ΕΥΑΛΩΤΟΤΗΤΑΣ

Μια ψυχοκοινωνική, πράγματι θεραπευτική παρέμβαση, με ανθρώπους που υπήρξαν «θύματα» περιλαμβάνει την προσπάθεια να προσεγγιστούν από φαινομενολογική σκοπιά τα γεγονότα που υπέστησαν. Αφότου εξερευνηθεί η πραγματικότητα την οποία έζησαν και ζουν, καλούνται να διερευνήσουν τι έχει συμβάλει στον σχηματισμό αυτού του βιώματος, και βέβαια στις επιδράσεις που αυτή η εμπειρία άσκησε ώστε να τους οδηγήσει να υιοθετήσουν μια διαφορετική ταυτότητα.

Στην ιδανική περίπτωση, με την πάροδο του χρόνου, αυτό θα τους βοηθήσει να δουν πώς αυτές οι ταυτότητες διατηρούνται, πώς ορισμένα ανθεκτικά στοιχεία τους αγνοούνται και πώς η βιωμένη πραγματικότητά τους εξαρτάται από τους ίδιους. Η κοινωνική αποδοχή ή αντίθετα ο κοινωνικός αποκλεισμός που η ευρύτερη κοινωνία επιφυλάσσει για τις ταυτότητες του θύματος διερευνούνται εξίσου σε βάθος. Σε μια τέτοια παρέμβαση ιδιαίτερη σημασία δίνεται στην καταγραφή των αλλαγών στις ανάγκες των προσφύγων για υποστήριξη με την πάροδο του χρόνου (Papadopoulos, 2015), κάτι που άλλωστε πρέπει εξ ορισμού να είναι ο κύριος στόχος των επαγγελματιών.

Μια δικαιολογημένη κριτική θα ήταν ότι όταν το σύστημα απαιτεί την ευαλωτότητα ως κριτήριο ή προϋπόθεση για να αποδώσει στους πρόσφυγες τα βασικά τους δικαιώματα, ίσως οι επαγγελματίες αναγκάζονται να τους διδάξουν πώς να «πουλήσουν» την ευαλωτότητά τους. Δυστυχώς, η μοναδική απάντηση που μπορεί να δοθεί σε αυτή την κριτική είναι ότι μόνο μέσα από την καλύτερη κατανόηση του πόσο καταστροφική είναι μια ταυτότητα θύματος, μπορεί κάποια στιγμή οι πολιτικές που χαράσσονται να σταματήσουν να την ευνοούν. Ευελπιστούμε λοιπόν ότι τα πλαίσια σκέψης που παρουσιάζονται στο συγκεκριμένο εγχειρίδιο θα δημιουργήσουν μια προοπτική απο-ιδρυματισμού της ευαλωτότητας.

---

Για εκτενέστερη αναφορά στο Πλέγμα Θύματος από τον Καθ. Παπαδόπουλο δείτε [εδώ](#)

---

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Papadopoulos, R. K. (2015). Refugees and psychological trauma. In A. Leo (Ed.) *Psychoanalysis, collective trauma and memory place* (pp. 225-247). Italy: Frenis Zero Press.

Παπαδόπουλος, Ρ.Κ. (2018). Ψυχοκοινωνικές διαστάσεις της προσφυγικής συνθήκης. Συνεργική Προσέγγιση. [PowerPoint slides].

## 5η ΕΝΟΤΗΤΑ

### ΠΩΣ ΝΑ ΕΙΜΑΣΤΕ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΙ ΣΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ

Είτε πρόκειται για γιατρούς, ειδικούς ψυχικής υγείας, επαγγελματίες σε διοικητικές θέσεις, είτε για κάποιον που εργάζεται απευθείας με πρόσφυγες, στο πεδίο όλοι όσοι έρχονται σε επαφή με ακούσια εκτοπισμένα άτομα μπορούν να προσθέσουν μια θεραπευτική διάσταση στη δουλειά τους (Paradopoulos, 2006). Χρειάζεται και πάλι να υπογραμμιστεί ότι υπάρχει μεγάλη διαφορά ανάμεσα στο είμαι θεραπευτικός και στο κάνω ψυχοθεραπεία. Από τη στιγμή που η πλειονότητα των ανθρώπων που υποστηρίζονται δεν εμφανίζει κάποια παθολογία, η ψυχοθεραπεία έχει να κάνει με έναν μικρό αριθμό ατόμων που αντιμετωπίζει σοβαρή δυσφορία ή προβλήματα ψυχικής υγείας. Γι' αυτό, η δημιουργία ενός πλαισίου μέσα στο οποίο ο επαγγελματίας μπορεί να έχει μια θεραπευτική παρουσία δεν προϋποθέτει απαραίτητα ψυχοθεραπευτικές θεωρίες, πρακτικές αρχές και τεχνικές (Paradopoulos, 1997).

#### 5.1. ΠΡΩΤΗ ΕΠΑΦΗ: ΣΧΕΣΕΙΣ ΕΞΟΥΣΙΑΣ, ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ, ΥΙΟΘΕΤΗΣΗ ΚΑΝΟΝΩΝ

Σχετικά με το ζήτημα της πρώτης επαφής, υπάρχει προφανώς μια δυσκολία προσέγγισης εφόσον η φύση της δουλειάς του εκάστοτε επαγγελματία απαιτεί διαφορετικές δεξιότητες. Για παράδειγμα, δεν μπορεί κάποιος να έχει τις ίδιες προσδοκίες ή προτάσεις για έναν εργαζόμενο στην υπηρεσία ασύλου (που καλείται να πάρει απόφαση για τη ζωή κάποιου που μόλις γνώρισε) και έναν κοινωνικό λειτουργό ή ψυχολόγο. Έτσι, θα πρέπει να αποσαφηνιστεί ότι μεγάλο μέρος των προτάσεων που παρουσιάζονται παρακάτω και αφορούν στην πρώτη επαφή αναφέρονται για επαγγελματίες που εργάζονται στο ευρύτερο πεδίο της ψυχοκοινωνικής στήριξης.

Ανεξάρτητα από το πλαίσιο όπου πραγματοποιείται μια πρώτη συνάντηση (καταυλισμός, ιδιωτικός χώρος, μονάδα ψυχικής υγείας, πεδίο, κλπ.), η ικανότητα ή μη να υπάρξει σύνδεση με τον ακούσια εκτοπισμένο παίζει μεγάλο ρόλο στο πιθανό χτίσιμο μιας συνεργικής θεραπευτικής σχέσης. Κάποια από τα βασικότερα ζητήματα που πρέπει να προσεχθούν είναι: Τι σημαίνει να παίρνει κάποιος ιστορικό από έναν άνθρωπο; Πώς χειρίζεται κάποιος τις σχέσεις εξουσίας που αναπόφευκτα προκύπτουν; Πώς εξασφαλίζεται ένα κλίμα εμπιστοσύνης και ασφάλειας σε όλη τη διάρκεια της επαφής; Η συμβολή του

διερμνέα παίζει σημαντικότερο ρόλο σε όλα αυτά, και σε άλλα ζητήματα που θα δούμε παρακάτω (η συνεργασία με τους διερμνείς εξετάζεται αναλυτικά στο έκτο κεφάλαιο).

Είτε ένας πρόσφυγας έλθει αυτοβούλως να ζητήσει υποστήριξη, είτε έχει παραπεμφθεί από άλλο φορέα/άλλη υπηρεσία, οι επαγγελματίες δεν μπορούν να παίρνουν τίποτα ως δεδομένο. Από την πρώτη συνάντηση, ο επαγγελματίας οφείλει να εξηγήσει τον ρόλο του, τι του επιτρέπει η θέση του, τι δεν μπορεί να κάνει και τι σημαίνει να είναι κάποιος ψυχολόγος, κοινωνικός λειτουργός, κλπ. στη συγκεκριμένη χώρα. Την ίδια στιγμή, οι εξυπηρετούμενοι ενημερώνονται ότι είναι ελεύθεροι να εκφράσουν οτιδήποτε έχουν στο μυαλό τους και να εξωτερικεύσουν τα συναισθήματά τους, δίχως λογοκρισία και με απόλυτη εχεμύθεια. Πρέπει να νιώσουν ότι ανεξάρτητα με τις αντίξοες εμπειρίες που έχουν βιώσει, ο επαγγελματίας είναι εκεί για αυτούς.

Το ίδιο σημαντικό είναι να οριοθετηθούν τα πλαίσια συνεργασίας και να συμφωνηθούν κάποιοι κανόνες. Πρέπει να ζητηθεί από τους ωφεληόμενους να είναι συνεπείς στα ραντεβού τους, βοηθώντας τους να καταλάβουν γιατί να είναι συνεπείς. Ο σεβασμός προς τη διαδικασία της σχέσης θα πρέπει να είναι αμοιβαίος αλληλώς υπονομεύεται η συνεργική σχέση. Προφανώς, αυτό δεν σημαίνει ότι οι επαγγελματίες θα είναι πάντα αυστηροί. Υπάρχει πάντα κατανόηση και θα υπάρξουν φορές που αυτοί οι κανόνες παραβιάζονται. Είναι σημαντικό λοιπόν να βρεθεί μια ισορροπία για την αποτελεσματικότητα της συνεργασίας αυτής.

Η υιοθέτηση κανόνων και η παράλληλη ανάπτυξη μιας σχέσης οικειότητας έχει τους εξής σκοπούς: α) να αποσαφηνιστεί στους ωφεληόμενους τι ακριβώς καθλούνται να χτίσουν μαζί με τον επαγγελματία, β) να δοθεί χώρος ώστε να δημιουργηθεί ένα περιβάλλον εμπιστοσύνης, και ίσως το σημαντικότερο γ) να ανακουφιστούν από το στρες που πιθανόν τους κατακλύζει όσον αφορά τη θεραπευτική διεργασία που τους είναι άγνωστη.

Η πρώτη επαφή (που δεν αναφέρεται απαραίτητα μόνο στην πρώτη συνάντηση) πρέπει να στοχεύει στην ανθρώπινη σύνδεση. Οι επαγγελματίες είναι καλό να αποφεύγουν ερωτήσεις που έχουν τη μορφή συνέντευξης, όπως και να είναι προετοιμασμένοι να αφήσουν κάτω το χαρτί και το μοιθύβι ώστε να είναι περισσότερο παρόντες. Δεν πρέπει να τίθεται θέμα χρόνου μέσα στον οποίο θα πρέπει να καταγραφούν όλες οι πληροφορίες που σχετίζονται με αυτό που ονομάζεται «ιστορικό» του κάθε εξυπηρετούμενου, ο ρυθμός και η ετοιμότητα καθορίζονται σε μεγάλο βαθμό από τον ίδιο ή την ίδια. Η βιαστική ανασκόπηση των γεγονότων της προσφυγικής εμπειρίας υπονομεύει τη δυνατότητα των επαγγελματιών να κατανοήσουν το βίωμα του ανθρώπου που έχουν μπροστά τους, αλλά και τη δημιουργία ενός κλίματος εμπιστοσύνης και μιας συνεργικής σχέσης.

Οι προαναφερθείσες δυναμικές εξουσίας διαμορφώνονται νωρίς, πιθανόν και πριν κάποιος ξεκινήσει την πρώτη συνεδρία. Έτσι έχει τεράστια σημασία να μειωθεί ο βαθμός στον οποίο κάποιος αντιλαμβάνεται τον θεραπευτή/επαγγελματία σαν μια φιγούρα που είναι εκεί για να τον «σώσει», προτού αυτή η αντίληψη ριζωθεί και θεωρηθεί ως δεδομένη στη μεταξύ τους σχέση. Φυσικά, ειδικά στις περιπτώσεις ατόμων που έχουν βιώσει ιδιαίτερα σκληρές πραγματικότητες, αυτό είναι σχεδόν αναπόφευκτο. Κατανοώντας αυτή την ανάγκη, ο επαγγελματίας δεν χρειάζεται να αποδομήσει αμέσως αυτή την εξιδανικευμένη προς το πρόσωπό του εικόνα, που έχουν χτίσει οι εξυπηρετούμενοι. Είναι σημαντικό να κατανοήσει ότι, ανάλογα με την ψυχολογική κατάσταση στην οποία βρίσκονται, οι πρόσφυγες μπορούν να γίνουν ιδιαίτερα εξαρτημένοι από τον θεραπευτή τους, εξιδανικεύοντάς τον ή το αντίθετο, να χρησιμοποιήσουν διάφορους μηχανισμούς άμυνας για να αμφισβητήσουν την εικόνα εξουσίας που αντιπροσωπεύει για αυτούς.

Επομένως, οι σημαντικοί στόχοι στην πρώτη επαφή είναι να ειπωθεί και να βιωθεί η διάθεση του επαγγελματία να ακούσει καθώς και η εγκαθίδρυση μιας σχέσης εμπιστοσύνης και αποδοχής χωρίς όρους. Στις πρώτες συνεδρίες οι επαγγελματίες πρέπει να ενδιαφέρονται ειλικρινά να κατανοήσουν τους εξυπηρετούμενους (και να το πετύχουν μέσα από διευκρινιστικές ερωτήσεις και ενεργητική ακρόαση) και να ενθαρρύνουν την εξωτερίκευση των συναισθημάτων τους, σεβόμενοι πάντα τις ανάγκες τους και τον δικό τους ρυθμό.

## 5.2. ΕΧΟΝΤΑΣ ΤΟΝ ΡΟΛΟ ΤΟΥ «ΜΑΡΤΥΡΑ» ΣΤΙΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΙΣΤΟΡΙΕΣ

Η απλή παρουσία των επαγγελματιών συχνά συντελεί στη θεραπευτική σύνδεση. Και μόνο για το γεγονός ότι οι επαγγελματίες είναι μέρος της κοινωνίας υποδοχής και ταυτόχρονα είναι εκεί για να ακούσουν και να αποδώσουν τιμή στις εμπειρίες των ατόμων που έχουν μπροστά τους (δίχως να δημιουργηθεί «συμμαχία»), επιτελείται μεγάλο κομμάτι της ειλικρινούς υποστήριξής τους. Έτσι, η πρώτη φάση συνίσταται στην απλή ακρόαση και στην κατανόηση. Στη συνέχεια, αφού έχει δομηθεί η συνεργική σχέση, μπορεί να αξιολογηθεί πώς οι πρόσφυγες έχουν επεξεργαστεί τα γεγονότα της ζωής τους και να συζητηθεί το νόημα που τους έχει δοθεί και γιατί. Μέσω αυτής της διεργασίας αναγνώρισης οι πρόσφυγες μπορούν να συνενώσουν τα θραύσματα της υποκειμενικής τους συνέχειας (*continuity*) και να ανακτήσουν την αίσθηση της ακεραιότητάς τους (Blackwell, 1997).

Για αρκετούς εκτοπισθέντες, το να υπάρχει εκεί κάποιος ως μάρτυρας στις ιστορίες τους

ενδεχομένως να έχει και πολιτικό ή υπαρξιακό χαρακτήρα (Blackwell, 2005). Η μαρτυρία μπορεί να αποτελέσει πολιτική κίνηση από τη στιγμή που λειτουργεί ως επιβεβαίωση/ απόδειξη (*testimony*) για την ιστορία κάποιου όπως βιώθηκε από αυτόν τον ίδιο. Δεν πρόκειται μόνο για τον κατακερματισμό της ζωής ενός ανθρώπου αλλά για την καταστροφή ολόκληρων κοινωνιών, πολιτισμών, κινήματων και ιδεολογιών. Κατ' αυτόν τον τρόπο, η μαρτυρία μετατρέπεται από προσωπική σε πολιτική κίνηση, που πηγάζει από την ρητή αναγνώριση των πολιτικών νοημάτων και δράσεων μέσα στην ανθρώπινη εμπειρία. Όχι μόνο λοιπόν αναγνωρίζεται και αποδίδεται φόρος τιμής στις πολιτικές πεποιθήσεις του ατόμου ώστε να γίνουν αντιληπτές οι τραγωδίες που διηγείται μέσα στο κοινωνικοπολιτικούς πλαίσιο (Papadopoulos, 1997), αλλά δίνεται η ευκαιρία να επανεξεταστούν (και από τους ωφεληόμενους, αλλά -γιατί όχι- και από εμάς) δυνητικά βλαβερές πεποιθήσεις. Συνεπώς, η έμφαση σε πολιτικά και υπαρξιακά στοιχεία του ανθρώπινου πόνου μπορούν να κινητοποιήσουν τους ακούσια εκτοπισμένους, επανασυνδέοντάς τους με την ολότητα της κατάστασής τους συχνά δε λειτουργώντας και θεραπευτικά για αυτούς.

### 5.3. ΑΝΑΚΤΩΝΤΑΣ ΤΗΝ ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ ΚΑΙ ΤΗΝ ΠΡΟΒΛΕΨΙΜΟΤΗΤΑ

Ανάλογα με το μέγεθος των δυσχερειών που βίωσε κάποιος, το χτίσιμο ενός κλίματος εμπιστοσύνης ενδέχεται να είναι πολύ δύσκολο. Σε συνδυασμό με τις επισφαλείς συνθήκες κάτω από τις οποίες πολλές συναντήσεις λαμβάνουν χώρα (καταυλισμός, συνωστισμένες δομές, πεδίο), ένας κακός χειρισμός από μέρους των επαγγελματιών πιθανόν να παραβιάσει την αρχή της «αποφυγής περαιτέρω βλάβης». Η ανάκτηση της κλονισμένης εμπιστοσύνης και η δημιουργία ενός ασφαλούς και προβλέψιμου περιβάλλοντος έχει και άμεσο αλλά και συμβολικό νόημα ώστε να εκφραστεί το αίσθημα της ανθρωπιάς που ένας πρόσφυγας ενδέχεται να έχει χάσει (Papadopoulos, 1996). Με τη σωστή υποστήριξη, οι πρόσφυγες μπορούν να αναπτύξουν νέες οπτικές και πεποιθήσεις, νοηματοδοτώντας με νέο τρόπο την έννοια της ασφάλειας και της εμπιστοσύνης (Woodcock, 2000). Η παρουσία κάποιου, κατά τη διάρκεια της διαδρομής τους προς την ψυχοκοινωνική ανάκαμψη, έχει τη δυνατότητα να τους κινητοποιήσει και να τους βγάλει από τη φυσική, κοινωνική και υπαρξιακή απομόνωση που συχνά είναι επακόλουθο του βιώματος της αντιξοότητας.

Δουλεύοντας υπό το πρίσμα του Πλέγματος Αντιξοότητας και του ΠΟΜΟΛΟ, η υποστήριξη των προσφύγων συνεπάγεται και προϋποθέτει ανάλογο κλίμα. Τα οδυνηρά συναι-

σθήματα και οι αντιδράσεις στη δυσχέρεια ομαλοποιούνται και γίνονται αποδεκτά, χωρίς να παραγνωρίζονται. Το να μοιραστεί κάποιος την ιστορία του δεν είναι κάτι εύκολο. Αν και δεν μπορεί να συμβεί αυτόματα, μέσω αυτού του μοιράσματος, η ανθεκτικότητα και τα θετικά χαρακτηριστικά θα βγουν στην επιφάνεια. Η σωστή διαχείριση της θεραπευτικής διεργασίας και του χρόνου, οι καλές πρακτικές στην πρώτη επαφή και η διευκόλυνση της ανάδυσσης της ανάπτυξης που οι αντιξοότητες έχουν προωθήσει είναι κάποια από τα σημαντικότερα βήματα που αναμένεται να προετοιμάσουν το έδαφος ώστε να ξεπροβάλλουν εναλλακτικές ιστορίες, με νέες προοπτικές και ευκαιρίες.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Blackwell, D. (1997). Holding, containing and bearing witness: The problem of helpfulness in encounters with torture survivors. *Journal of Social Work Practice: Psychotherapeutic Approaches in Health, Welfare and the Community*, 11(2), 81-89.

Blackwell, D. (2005). Psychotherapy, Politics and Trauma: Working with Survivors of Torture and Organized Violence. *Group Analysis*, 38(2), 307-323.

Papadopoulos, R. K. (1997). Individual Identity and Collective Narratives of Conflict. *Harvest: Journal of Jungian Studies*, 43(2), 7-26.

Papadopoulos, R. K. (2006). *Refugees and Psychological Trauma: Psychosocial Perspectives*. Invited contribution to 'Good Practice Website Project'. Αναρτημένο στο [http://isites.harvard.edu/fs/docs/icb.topic920418.files/arc\\_1\\_10refandpsych-1.pdf](http://isites.harvard.edu/fs/docs/icb.topic920418.files/arc_1_10refandpsych-1.pdf)

Woodcock, J. (2000). Refugee Children and Their Families: Theoretical and Clinical Perspective In K. Dwivedi (Ed.) *Post Traumatic Stress Disorder in Children and Adolescents* (pp. 213-239). London: Whurr Publishers.

## 6η ΕΝΟΤΗΤΑ Ο ΣΤΟΧΟΣ ΤΗΣ ΕΝΤΑΞΗΣ

Οι έρευνες γύρω από την προσφυγική εμπειρία μας βομβαρδίζουν με όρους όπως ενσωμάτωση, αφομοίωση και ένταξη. Παρότι σίγουρα υπάρχουν αξιέπαινες πρωτοβουλίες για τον καλύτερο εγκλιματισμό των ανθρώπων στοχεύοντας στην αποφυγή του εξοστρακισμού και της περιθωριοποίησης από τις κοινωνίες υποδοχής, η πρόταση κατευθυ-

ντήριων γραμμών σχετικών με την ένταξη είναι πέρα από τους σκοπούς αυτού του εγχειριδίου. Δεν θα προταθεί κάποια λύση ως πανάκεια. Η ενότητα αυτή θα αφιερωθεί στην σκιαγράφηση απλών τρόπων μέσω των οποίων πτυχές της ένταξης μπορούν να εμπλουτιστούν, χρησιμοποιώντας τα πλαίσια σκέψης που συζητήθηκαν στα προηγούμενα κεφάλαια.

## 6.1. Η ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ ΚΑΙ Η ΑΝΑΓΚΗ ΑΛΛΑΓΗΣ ΤΟΥ ΑΦΗΓΗΜΑΤΟΣ

Μέχρι πρόσφατα, λόγω της γεωπολιτικής της θέσης, η Ελλάδα για πολλά χρόνια αποτελούσε χώρα διέλευσης (*transit country*), μια πύλη προς την Ευρώπη για τους ανθρώπους που κατάγονταν κυρίως από τη Μέση Ανατολή και την Αφρική και αναζητούσαν ασφαλές καταφύγιο και ένα καλύτερο μέλλον (Bosworth & Fili, 2016; Fotopoulos & Kaimaklioti, 2016). Το νέο προσφυγικό κύμα και οι επιπτώσεις από τις περιοριστικές πολιτικές μετανάστευσης πολλών Ευρωπαϊκών χωρών, το κλείσιμο της Βαλκανικής οδού καθώς και η αμφιλεγόμενη Δήλωση Ευρωπαϊκής Ένωσης και Τουρκίας έχουν φέρει την Ελλάδα αντιμέτωπη με μια νέα πραγματικότητα. Η Ελλάδα επιβάλλεται πλέον να αναλάβει πιο μακροπρόθεσμες ευθύνες για τους πληθυσμούς που αναζητούν άσυλο στο έδαφός της, καθώς δεν μπορούν να συνεχίσουν τη διαδρομή τους προς άλλα Ευρωπαϊκά κράτη.

Αποτελεί, λοιπόν, κοινωνική ευθύνη και αναγκαιότητα για την Ελλάδα να υποδεχτεί τους πρόσφυγες και να δημιουργήσει τις συνθήκες ώστε αυτοί να εγκατασταθούν και να ενταχθούν στη χώρα υποδοχής τους. Η παρουσία των νεοεισερχόμενων πληθυσμών θα συνεισφέρει στον μετασχηματισμό και τη σύσταση μιας νέας κοινωνίας, μέσω μιας αμφίδρομης προσαρμογής των εμπλεκόμενων μερών, των προσφύγων και της κοινωνίας υποδοχής τους (Tsianos & Karakayali, 2010).

## 6.2. ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΤΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ

Σε πολλά σημεία αυτού του εκπαιδευτικού εγχειριδίου έχει τονιστεί ότι η ψυχοκοινωνική υποστήριξη των προσφύγων στις χώρες υποδοχής τους θα πρέπει να στοχεύει σε μια συνέχεια των υπηρεσιών. Η σύγκλιση των υπηρεσιών ψυχοκοινωνικής υποστήριξης πρέπει να διευρυνθεί, ώστε η προσφορά υπηρεσιών και ολοκληρωμένης φροντίδας να αποτελεί ένα συνεχές που θα περιλαμβάνει την απάντηση στην κρίση και τις προκλήσεις



της πρώτης φάσης υποδοχής αυτών των ατόμων και θα επεκτείνεται μέχρι και την ουσιαστική ένταξή τους.

### 6.3. ΤΟ ΠΟΜΟΛΟ ΚΑΙ ΟΙ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΝΤΑΞΗΣ

Έχοντας κατά νου, και πάλι, την ολότητα, την πολυπλοκότητα και ιδιαιτερότητα του κάθε ατόμου (με τα δικά του μοναδικά χαρακτηριστικά), η υποστήριξη που στοχεύει στην ένταξη πρέπει να εμπλουτιστεί από τις αρχές που διέπουν το εκπαιδευτικό υλικό σχετικά με την υποστήριξη των προσφυγικών πληθυσμών. Η διεργασία αυτή πρέπει, επομένως, να είναι ειδική και ανάλογη με τις διαφορετικές ανάγκες του κάθε ατόμου. Αν δεν αντιληφθεί κάποιος την κάθε διεργασία ένταξης, με τα συγκεκριμένα βιώματά της, κατ' αυτόν τον τρόπο, ελλοχεύει ο κίνδυνος να εκδηλωθούν στερεοτυπικές αντιδράσεις και να καθεί ο άνθρωπος και οι ανάγκες του μπροστά από τα μάτια μας. Οι προκλήσεις μπορούν να συζητηθούν ειλικρινά μόνο όταν τα άτομα γίνονται αποδεκτά και αντιληπτά ως ξεχωριστές προσωπικότητες, και όχι ως μια ομοιογενή ομάδα στην οποία απευθύνεται η ίδια και αυτή παρέμβαση.

Η ένταξη των προσφύγων έχει νομικές διαστάσεις (νομικό στάτους, αναγνώριση των δικαιωμάτων και πρόσβαση σε αυτά, π.χ. στην παιδεία, υγεία και εργασία), οικονομικές (εξασφάλιση μέσωσ διαβίωσης, π.χ. εργασία), κοινωνικοπολιτισμικές (προσαρμογή σε νέες συνθήκες της κοινωνικής και πολιτισμικής ζωής, κλπ.) και άλλες πτυχές. Η διεργασία ένταξης πρέπει να διασφαλίζει την αξιοπρέπεια των προσφύγων, στοχεύοντας σε βασικές ανάγκες όπως η εξασφάλιση βιώσιμης κατοικίας και συνθηκών διαβίωσης, η γλώσσα, η εργασία και η εκπαίδευση αλλά και οποιαδήποτε άλλη ανάγκη είναι σημαντική για την ένταξη κάθε ξεχωριστού και μοναδικού ατόμου.

### 6.4. ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΤΩΝ ΠΙΕΣΕΩΝ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΠΛΕΓΜΑΤΟΣ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑΣ ΣΤΗΝ ΕΝΤΑΞΗ

Είναι πέραν των σκοπών αυτού του εγχειριδίου να εξεταστούν και να προταθούν οδηγίες ως προς τις διαφορετικές πτυχές της ένταξης. Ωστόσο, το πλαίσιο σκέψης που το συγκεκριμένο εγχειρίδιο εισάγει μπορεί να εμπλουτίσει την κατάσταση ενός σχεδίου επίλυσης των σχετικών με την ένταξη αναγκών του κάθε ατόμου. Αυτό το πλαίσιο σκέψης υποδει-

κνύει ότι τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά των προσφύγων πρέπει να λαμβάνονται υπόψη όταν καταστρώνεται αυτό το σχέδιο ένταξης. Στην ουσία, στόχος δεν πρέπει να είναι μόνο πώς το κάθε άτομο θα ενταχθεί στη νέα πραγματικότητα, αλλά και πώς θα συμπεριληφθεί στην εξέλιξη η μοναδικότητα και πολυπλοκότητά του. Όπως έχει ήδη τονιστεί, το σύνολο των πιέσεων και προκλήσεων που αντιμετωπίζει το κάθε άτομο, τα αδύνατα και δυνατά σημεία του, οι παράγοντες προστασίας και ευαλωτότητας πρέπει να εντάσσονται σε αυτήν την εξέλιξη.

Δίνεται ως παράδειγμα το πώς οι αρχές που διέπουν το σύνολο του εκπαιδευτικού υλικού θα μπορούσαν να εφαρμοστούν σε έναν από τους βασικούς τομείς της ένταξης των προσφύγων, αυτόν της εργασίας. Η διαδικασία ένταξης προϋποθέτει την εύρεση εργασίας. Αν, όμως, η εργασία αξιοποιηθεί ως μέσο ένταξης μόνο όσον αφορά την ύπαρξη απασχόλησης ή το εισόδημα και δεν ληφθούν υπόψη οι προσδοκίες, οι δυνατότητες, οι δεξιότητες αλλά και τα ευάλωτα σημεία του κάθε συγκεκριμένου ατόμου, η διεργασία ένταξης μάλλον θα αποτύχει.

Μια αποτελεσματική και με πολλαπλά οφέλη διεργασία ένταξης θα έπρεπε να λαμβάνει υπόψη τις ποιοτικά διαφορετικές εμπειρίες, αντιδράσεις σε αυτές, ανάγκες και προκλήσεις κάθε ατόμου και να στοχεύει στην εύρεση της κατάλληλης απασχόλησης σε σχέση με τις δεξιότητες και τα προσόντα του που να είναι συμβατή με τους ρόλους, την ταυτότητα και τις επιδιώξεις του. Χρησιμοποιώντας το Πλέγμα Αντιξοότητας, οι επαγγελματίες που εργάζονται με πρόσφυγες θα πρέπει να διερευνούν και να φωτίζουν τις ανθεκτικές πλευρές, τα ισχυρά σημεία και τις δεξιότητες του κάθε ατόμου και να τα χρησιμοποιούν στο σχεδιασμό του εξατομικευμένου πλάνου ένταξης.

Από την άλλη πλευρά, η ίδια η ανθεκτικότητα των ατόμων, ο ενεργός τους ρόλος, η δυνατότητά τους να εργαστούν –αντί να είναι αποδέκτες προνοιακών επιδομάτων–, η δημιουργική τους δυνατότητα, αλλά και το αίσθημα περηφάνιας, αποδοχής και επιτυχίας που συνοδεύει την εργασία, μπορεί να εντοπιστεί μέσω του Πλέγματος Αντιξοότητας.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Bosworth, M. & Fili, A. (2016). Immigration Detention in Greece and UK. In R. Furman, D. Epps & G. Lamphear (Eds.), *Detaining the Immigrant Other: Global and Transnational Issues* (pp. 79-91). Oxford: Oxford University Press.

Fotopoulos, S. & Kaimaklioti, M. (2016). Media discourse on the refugee crisis: on what have the Greek, German and British press focused? *European View*, 15(2), 265-279.

Tsianos, V. & Karakayali, S. (2010). Transnational Migration and the Emergence of the European Border Regime: An Ethnographic Analysis, *European Journal of Social Theory*, 13(3), 373-387.



# Δουλεύοντας με οικογένειες, πατέρες και επιζήσαντες βασανιστηρίων

## ΣΚΟΠΟΣ

Στο συγκεκριμένο κεφάλαιο εξετάζονται ζητήματα σχετικά με τρεις ομάδες προσφύγων: τις οικογένειες, τους πατέρες και τους επιζήσαντες βασανιστηρίων. Με βάση κυρίως την εμπειρία μας από το STAR και το Κέντρο Ημέρας Βαβέλ, πιστεύουμε ότι η υποστήριξη των τριών αυτών ομάδων μπορεί να εμπλουτιστεί και να γίνει πιο αποτελεσματική χρησιμοποιώντας τα εννοιολογικά εργαλεία που έχουν παρουσιαστεί σε αυτό το εγχειρίδιο.

## ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο τέλος του κεφαλαίου οι αναγνώστες θα είναι σε θέση:

- Να προσδιορίζουν τις περαιτέρω προκλήσεις αλληλ και τους προστατευτικούς παράγοντες που εντοπίζονται στα οικογενειακά συστήματα που υφίστανται αλληλαγές και πιέσεις σχετικές με την προσφυγική εμπειρία,
- Να κατανοήσουν πώς μπορούν να υποστηρίξουν αποτελεσματικά τις οικογένειες χρησιμοποιώντας το Πλέγμα Αντιξοότητας και το ΠΟΜΟΛΟ,
- Να αντιληφθούν πως η «θηλυκοποίηση» του πληθυσμού των προσφύγων έχει οδηγήσει σε μια σχετική παραμέληση των προβλημάτων που αντιμετωπίζουν οι πατέρες πρόσφυγες,
- Να προσαρμόσουν τις πρακτικές τους με βάση τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά των πατέρων και να βρουν τρόπους ώστε να χρησιμοποιούν θεραπευτικά τις ιδιαίτερες προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι ακούσια εκτοπισμένοι πατέρες,
- Να έχουν επίγνωση των διαφορετικών πραγματικοτήτων και διαστάσεων που σχετίζονται με πρόσφυγες με εμπειρίες βασανιστηρίων,
- Να συνειδητοποιούν τις επιβλαβείς συνέπειες της πόληωσης όταν δουλεύουν με πρόσφυγες με εμπειρίες βασανιστηρίων,
- Να εξετάζουν και να ανακαλύπτουν πιθανά δυνατά σημεία που μπορεί να προκύψουν μετά από έκθεση σε ακραία βία και να τα αξιοποιούν στο πλαίσιο μιας συνεργατικής, θεραπευτικής σχέσης.

**Λέξεις-κλειδιά:** Οικογένειες προσφύγων, οικογενειακή δυναμική, αλληλαγή ρόλων, γονεοποίηση (parentification) των παιδιών, θηλυκοποίηση του πληθυσμού των προσφύγων, πατέρες πρόσφυγες, χαρακτηριστικές αντιδράσεις ατόμων με εμπειρίες βασανιστηρίων, ιδιόμορφες πραγματικότητες, επίσημες/τυπικές πραγματικότητες, αποδυνάμωση/αποδόμηση της πόλωσης, συνεργασία έναντι συγκατάθεσης, ανθρώπινη επαφή.

### ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΣ ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ ΚΟΙΝΑ ΘΕΜΑΤΑ ΠΟΥ ΔΗΜΙΟΥΡΓΟΥΝ ΤΡΙΒΕΣ

- Διαφορετικοί ρόλοι στην οικογένεια – ‘Έπανα-οργάνωση’ των ρόλων στην οικογένεια
- Ριζικά νέες καταστάσεις δημιουργούν ριζικά νέες αλληλεπιδράσεις εντός των οικογενειών, καθώς και νέες ευθύνες και ταυτότητες.
- Διαφορετικοί ρυθμοί επιπολιτισμού/ acculturation
  - Διλήμματα που αντιμετωπίζουν τα μέλη της οικογένειας / αμφιλεγόμενα συναισθήματα
- Διαφορετικά γεγονότα και ο αντίκτυπός τους βιώνονται με διαφορετικό τρόπο από τα διάφορα μέλη της οικογένειας
- Η έλλειψη κοινών εμπειριών (που μπορεί να οφείλεται σε προσωρινό χωρισμό των μελών της οικογένειας) και ο διαφορετικός αντίκτυπος των γεγονότων αυτών μπορεί να προκαλέσει νέες διαιρέσεις και ανισορροπίες στο οικογενειακό σύστημα.

## 1η ΕΝΟΤΗΤΑ

### ΔΟΥΛΕΥΟΝΤΑΣ ΜΕ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΕΣ ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ

#### 1.1. Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΩΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ

Η οικογένεια είναι αναμφισβήτητα ένα από τα πιο υποστηρικτικά συστήματα για όλα τα άτομα, ειδικά σε περιόδους δυσκολιών, καθώς προσφέρει τις κατάλληλες συνθήκες ώστε να ενισχυθεί η ευημερία και ανάπτυξη των μελών της. Μια οικογένεια που λειτουργεί ικανοποιητικά μπορεί να παρέχει στα μέλη της τη σταθερότητα που έχουν ανάγκη ώστε να είναι σε θέση να αντέξουν ακόμα και τις πιο αντίξοες και επώδυνες εμπειρίες (Παπαδόπουλος & Γκιωνάκης, 2018).

Επιπλέον, μπορεί να εξασφαλίσει στα μέλη της τρόπους επιβίωσης και να τους προσφέρει μια όσο το δυνατό πιο αποτελεσματική αντιμετώπιση των δυσκολιών και τρόπους που θα τους επιτρέπουν να αξιοποιήσουν όσο το δυνατόν καλύτερα αυτές τις εμπειρίες ή ακόμη και να τις νοηματοδοτήσουν ως ευκαιρίες για ανάπτυξη. Συγκεκριμένα, η οικογένεια μπορεί να ευνοήσει την κατάλληλη νοηματοδότηση των εμπειριών, είτε καλών είτε

κακών, παίζοντας ρόλο στην προστασία των μελών της από τις κατακλισημαίες επιπτώσεις των δυσχερειών που συναντούν.

Η οικογενειακή συνοχή και η αλληλοϋποστήριξη του συνόλου των μελών της οικογένειας μπορεί να θεωρηθεί καθοριστικής σημασίας, καθώς δημιουργεί τις απαραίτητες συνθήκες για την αντιμετώπιση των αντιξοοτήτων από τα μέλη της. Οι κατάλληλες συνθήκες μέσα στην οικογένεια θα επιτρέψουν στα μέλη της να συνάψουν εποικοδομητικούς δεσμούς με άτομα εκτός της οικογένειας καθώς και με εξωτερικούς φορείς, οργανισμούς και υπηρεσίες.

### **Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΩΣ ΤΟ ΠΙΟ ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ ΓΙΑ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΗΣ**

Μια οικογένεια με αρκετά καλή (όχι ιδανική) λειτουργικότητα μπορεί να παρέχει σε όλα τα μέλη της τα ακόλουθα:

- (α) Εσωτερική οικογενειακή συνοχή και διαδραστική υποστήριξη για το σύνολο των μελών της
- (β) Σταθεροποιητική υποστήριξη κατά τρόπο ώστε τα μέλη της οικογένειας να είναι σε θέση να αντέξουν ακόμα και τις πιο δύσκολες, επώδυνες και δυσβάσταχτες εμπειρίες αυτών των αντίξων συμβάντων,
- (γ) Τρόπους όσο το δυνατό πιο αποτελεσματικής αντιμετώπισης αυτών των εμπειριών
- (δ) Τρόπους κατάλληλης νοσηματοδότησης αυτών των εμπειριών,
- (ε) Τρόπους που θα τους επιτρέψουν να αξιοποιήσουν όσο το δυνατόν καλύτερα αυτές τις εμπειρίες ή ακόμη και να επωφεληθούν από τους τρόπους που ανακαλύπτουν για να επιβιώσουν
- (στ) Τρόπους που τους επιτρέψουν να διατηρούν γόνιμους δεσμούς με άτομα εκτός της οικογένειας καθώς και με συναφείς εξωτερικούς φορείς, οργανισμούς και υπηρεσίες.

## **1.2. ΑΛΛΑΓΕΣ ΣΤΗ ΔΟΜΗ ΚΑΙ ΔΥΝΑΜΙΚΗ ΤΩΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΩΝ ΤΩΝ ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ**

Έχει ήδη συζητηθεί πως η αξιοποίηση του Πλέγματος Αντιξοότητας και του ΠΟΜΟΛΟ επιτρέπει να δούμε και τις «δύο όψεις του νομίσματος». Το γεγονός ότι οι οικογένειες έχουν μια προστατευτική λειτουργία για τα μέλη τους θα μπορούσε επίσης να υποδηλώνει ότι μερικές φορές οι ίδιες οι οικογένειες δημιουργούν για τα μέλη τους περαιτέρω δυσκολίες. Ένα άτομο που έχει αναγκαστεί να φύγει από τον οικείο χώρο του, μόνο του, πρέπει πρωτίστως να στηρίξει και να φροντίσει τον εαυτό του με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Ένα άτομο που βιώνει αυτή την εμπειρία μαζί με τους αγαπημένους του έχει πε-

ραιτέρω ευθύνες, περαιτέρω ανάγκες και αντιμετωπίζει νέες προκλήσεις (Παπαδόπουλος & Γκιωνάκης, 2018).

Ένα από τα ζητήματα που έχει να αντιμετωπίσει μια οικογένεια, λόγω των πολλαπλών πιέσεων που τα μέλη της βιώνουν κατά την προσφυγική εμπειρία, είναι η παραμέληση ή υποβάθμιση της σημασίας της δικής τους εσωτερικής οικογενειακής δυναμικής, των δυσκολιών και των συγκρούσεών τους.

Ακόμη, μια οικογένεια μπορεί να παραμελήσει ή να μην είναι σε θέση να αντιμετωπίσει τις ανάγκες ενός ιδιαίτερα ευάλωτου μέλους ή κάποιου μέλους (ή μελών) που αντιμετωπίζει ιδιαίτερες δυσκολίες. Αυτό μπορεί να αφορά και στα ανήλικα μέλη της οικογένειας, που αντιμετωπίζουν κάποια δυσκολία ή/και έχουν ιδιαίτερες ανάγκες που μπορεί να παραμεληθούν.

Μια άλλη πρόκληση ανακύπτει όταν μέλη της οικογένειας έχουν χωριστεί μεταξύ τους ή αποξενωθεί συναισθηματικά παρόλο που μπορεί να ήταν μαζί κατά τη διάρκεια της προσφυγικής εμπειρίας. Τα διαφορετικά γεγονότα (και οι εμπειρίες από αυτά) που έχουν βιώσει μπορεί να προκαλέσουν νέες ανακατατάξεις, νέους ρόλους, νέες ταυτότητες και νέες ανισορροπίες μέσα στην οικογένεια.

Αυτό είναι ένα ζήτημα που αναπόφευκτα τίθεται σε πολλούς επαγγελματίες που εργάζονται με πρόσφυγες, καθώς ένας μεγάλος αριθμός ανθρώπων με τους οποίους έρχονται σε επαφή είτε (α) προσπαθούν να επανενωθούν με μέλη της οικογένειας που βρίσκονται σε κάποια άλλη χώρα, είτε (β) πενθούν απώλειες μελών της οικογένειας πριν ή κατά τη διάρκεια της προσφυγικής εμπειρίας, είτε (γ) έχουν πρόσφατα επανενωθεί με μέλη της οικογένειάς τους. Αυτές οι νέες συνθήκες και οι διαφορετικές εμπειρίες (ή νοσηματοδοτήσεις) που μπορεί να είχαν τα μέλη της ίδιας οικογένειας τείνουν να προκαλέσουν μια «αναδιάρθρωση» της οικογένειας και την ανάπτυξη νέων σχέσεων και νέων ευθυνών.

Συχνά τα μέλη των οικογενειών μπορεί, επίσης, να βιώνουν έντονα αντιφατικά συναισθήματα. Μπορούν, για παράδειγμα, να αισθάνονται υποχρεωμένοι να προσαρμοστούν στην κουλτούρα καταγωγής ενώ ταυτόχρονα βιώνουν πιέσεις για να διατηρήσουν τα χαρακτηριστικά της κουλτούρας προέλευσής τους. Επίσης, μπορεί να υιοθετούν νέες ιδέες και αξίες που είναι αντίθετες με εκείνες με τις οποίες μεγάλωσαν. Τα μέλη οικογενειών που έχουν επανενωθεί μπορεί ακόμη να έχουν ακολουθήσει πολύ διαφορετικές τροχιές κατά τη διάρκεια του χρόνου που πέρασαν χωριστά και καλούνται τώρα να προσαρμοστούν γρήγορα στην κοινή τους πραγματικότητα.

Σε συνδυασμό με τους σχετικούς με την ένταξή τους ψυχοπαιστικούς παράγοντες, αυ-



τές οι διαφορετικές εμπειρίες και αξίες των ατόμων, μέσα στην ίδια οικογένεια, μπορεί να προκαλέσουν διαφορετικούς ρυθμούς επιπολιτισμού και κατ' επέκταση περαιτέρω απόσταση και εντάσεις μεταξύ τους.

### ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΣ ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ

Λόγω των καταστροφικών συμβάντων και των πολλαπλών πιέσεων που βιώνουν, οι οικογένειες των προσφύγων διατρέχουν κίνδυνο:

- (α) να παραμελήσουν ή υποβαθμίσουν τη σημασία της δικής τους εσωτερικής οικογενειακής δυναμικής, δυσκολιών και συγκρούσεων,
- (β) να παραβλέψουν ή να μην είναι σε θέση ν' αντιμετωπίσουν τις ανάγκες ενός ιδιαίτερα ευάλωτου ή τραυματισμένου μέλους (ή μελών) της οικογένειας,
- (γ) ν' αποστασιοποιηθούν ή ν' αποκοπούν γεωγραφικά (κατά τη διάρκεια του εκτοπισμού) ή συναισθηματικά μεταξύ τους, και
- (δ) να επιτρέψουν νέες διαιρέσεις, νέους ρόλους, νέες ταυτότητες και νέες ανισορροπίες εντός της οικογένειας.

## 1.3. ΓΟΝΕΟΠΟΙΗΣΗ (PARENTIFICATION) ΤΩΝ ΑΝΗΛΙΚΩΝ

Ίσως μια από τις σημαντικότερες συνέπειες των αλληλαγών στη δομή της οικογένειας των προσφύγων είναι αυτή της αντιστροφής των ρόλων μεταξύ γονέων και παιδιών που αποδίδεται με τον όρο «γονεοποίηση» των ανηλικών (*parentification*) (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973). Η γονεοποίηση αναφέρεται στην επιβάρυνση των παιδιών με ευθύνες ενηλίκων όταν οι σχέσεις εξουσίας στην οικογένεια έχουν αλλιάξει. Αυτή η διεργασία ξεκινά συνήθως με μια περιστασιακή ανάμειξη των παιδιών στις δουλειές των ενηλίκων ή/και με την συναισθηματική εμπλοκή των παιδιών σε θέματα των γονέων υιοθετώντας έναν υποστηρικτικό ρόλο προς αυτούς. Αρχικά αυτή η εμπλοκή φαίνεται να αποτελεί ευκαιρία για τα νεαρά μέλη της οικογένειας να δουν τους εαυτούς τους σε έναν υπεύθυνο ρόλο και έχει μια εκπαιδευτική πτυχή που στοχεύει στην ενηλικίωση αυτών των μελών. Γι' αυτό, είναι συνήθως δύσκολο να αντιληφθεί κάποιος πότε αυτό το είδος εμπλοκής γίνεται βλαβερό.

Τα παιδιά τείνουν συνήθως να μαθαίνουν γρηγορότερα την ξένη γλώσσα και έχουν σαφώς περισσότερες πιθανότητες να αλληλεπιδρούν καθημερινά με τις κοινωνίες υποδοχής. Αυτό μπορεί να φέρει τους γονείς τους σε μια θέση εξάρτησης από τα παιδιά τους (ως μεταφραστές, διευκολυντές κ.λπ.), οπότε αυτές οι ευθύνες μπορεί να αποβούν εξαιρετικά δυ-

σβάσταχτες για τα παιδιά. Το σημείο στο οποίο φτάνει ένα παιδί που αισθάνεται υποχρεωμένο να αναλαμβάνει συνεχώς τη θέση του ενήλικα, προκειμένου να διατηρηθεί μια ισορροπία στο οικογενειακό σύστημα, μπορεί να θεωρηθεί παθολογικό (Hooper, 2007a, 2007b).

Ο παθολογικός χαρακτήρας του ρόλου που υιοθετούν τα παιδιά, που παίρνουν τη θέση των γονέων, μπορεί να εξηγηθεί από διάφορες οπτικές γωνίες. Πρώτον, η αντιστροφή του ρόλου, που έχει μια λειτουργική και μια συναισθηματική πλευρά, μπορεί να οδηγήσει σε διατάραξη, καθυστέρηση ή ακόμα και αναστολή της τυπικής ανάπτυξης του παιδιού. Τα μέλη της οικογένειας δεν επηρεάζονται μόνο συνειδητά, αλλά η ένταση τείνει να αυξάνεται και σε ασυνείδητο επίπεδο. Για παράδειγμα, ένας γονέας μπορεί να αισθάνεται ότι η αρχική εξάρτηση είναι φυσιολογική ανάλογα με τις περιστάσεις, αλλά τα συναισθήματα ανικανότητας, λόγω της αίσθησης ότι δεν μπορεί να ανταπεξέλθει στον ρόλο του ως γονέας και προστάτης, πιθανόν να συσσωρεύονται και να έχουν αρνητικό αντίκτυπο στην οικογένεια. Επιπλέον τα παιδιά, στην προσπάθειά τους να αντιμετωπίσουν τις πρακτικές και συναισθηματικές ανάγκες των γονιών και των άλλων αδελφών, καθλούνται ουσιαστικά να παραμελούν τις δικές τους ανάγκες για φροντίδα και καθοδήγηση, πόσο μάλλον τις υποχρεώσεις τους στο σχολείο.

Ο κίνδυνος της γονεοποίησης είναι ιδιαίτερα σοβαρός στις οικογένειες όπου ο ένας γονέας αντιμετωπίζει θέματα ψυχικής υγείας ή εμφανίζει διαταραχές (Aldridge, 2006). Ειδικά στις περιπτώσεις αυτές, η συναισθηματική υποστήριξη που προσφέρει το παιδί σπάνια αναγνωρίζεται ως τέτοια από τα άλλα μέλη (Hooper, 2007b), δημιουργώντας περαιτέρω αρνητικές επιπτώσεις στην ανάπτυξη και στη διαμόρφωση των προσδοκιών του «γονεοποιημένου» ανηλίκου.

Οι προσδοκίες των γονιών είναι ασύμβατες με το επίπεδο ωριμότητας και δυνατότητας κατανόησης του παιδιού, και έτσι συνθήκως οδηγούν σε πρόσθετο βάρος για το «γονεοποιημένο» παιδί. Οι αρνητικές επιπτώσεις μιας τέτοιας συνθήκης συμπεριλαμβάνουν αίσθηση φόβου της αποτυχίας και της ανεπάρκειας, άγχος και έλλειψη συναισθηματικής σταθερότητας, κακές ακαδημαϊκές επιδόσεις, έλλειψη φιλοδοξιών και κινήτρων, υπερβολικά ελεγκτικές συμπεριφορές, και σε ακραίες περιπτώσεις, ακόμα και την ανάπτυξη ψυχικών διαταραχών.

### ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΣ ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ 'PARENTIFICATION'

Οι αλληλαγές στους ρόλους μπορεί να οδηγήσουν σε parentification των παιδιών, επιβαρύνοντάς τους με ευθύνες ενηλίκων.

Αυτό έχει ως αποτέλεσμα αλληλαγές στην οικογενειακή δυναμική και αλληλαγές στις ιεραρχίες μέσα στην οικογένεια

Με αρνητικές και δυνητικά θετικές επιπτώσεις.

## 1.4. ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΕΣ ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΙΣ ΚΑΙ ΣΥΓΧΥΣΗ ΛΟΓΩ ΤΩΝ ΨΥΧΟΠΙΕΣΤΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΠΟΥ ΣΧΕΤΙΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΗΝ ΕΝΤΑΞΗ ΣΤΗ ΝΕΑ ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Καταλαβαίνουμε ότι στις οικογένειες των προσφύγων, οι συγκρούσεις είναι μάλλον συνηθισμένες είτε λόγω της επανένωσης είτε λόγω της γονεοποίησης των νεαρών μελών είτε απλώς λόγω των διαφορετικών ρυθμών ενσωμάτωσης. Οι πιέσεις που ασκούνται στους ανθρώπους από την ανάγκη και επιθυμία, ή αντίθετα από την άρνηση, για ενσωμάτωση στην κοινωνία υποδοχής και τον επιπολιτισμό προκαλούν αντιφατικά συναισθήματα.

Από τη μια πλευρά, τα παιδιά που ενσωματώνονται γρήγορα μπορεί να «ντρέπονται» για το γεγονός ότι οι γονείς αργούν να εγκλιματιστούν και, επίσης, να κουράζονται από τον ρόλο τους ως κηδεμόνες. Από την άλλη πλευρά, οι γονείς μπορεί να βλέπουν τους γρήγορους ρυθμούς ενσωμάτωσης των παιδιών ως απειλή για την οικογένειά τους και ότι αυτή μπορεί να απορροφηθεί από τη νέα κουλτούρα και να χάσει την πολιτισμική της ταυτότητα ή τις θεμελιώδεις αρχές της. Συχνά τα παιδιά έχουν διαφορετικές προσλαμβάνουσες αξίες στο σχολείο και στο σπίτι, κάτι που δημιουργεί αντιφατικές, ίσως και αντικρουόμενες, προσδοκίες σε θέματα όπως η παιδική ηλικία, το φύλο και την προσωπική ανάπτυξη.

Επιπλέον, οι συνέπειες της προσφυγικής εμπειρίας στα παιδιά και τους γονείς επηρεάζονται από τις αντιδράσεις και την ποιότητα ζωής των υπολοίπων μελών της οικογένειας. Όλες αυτές οι δυνητικές συγκρούσεις θέτουν σε κίνδυνο τον ρόλο που έχουν οι γονείς στο να «αποσβήνουν τους κραδασμούς» των αντιξοοτήτων, να προστατεύουν τα παιδιά τους με τέτοιο τρόπο που τα αρνητικά γεγονότα να είναι όσο λιγότερο γίνεται επιζήμια για τη συναισθηματική ισορροπία και τη λειτουργικότητα των παιδιών. Δηλαδή, οι γονείς να έχουν αυτό που θα μπορούσαμε να ονομάσουμε μια *ρυθμιστική επίδραση* (*buffering effect*).

Σπάνια οι επιπτώσεις που έχουν οι αντιξοότητες, όπως η προσφυγική εμπειρία, μπορεί να αφορούν αποκλειστικά μόνο ένα άτομο στην οικογένεια. Συνήθως, ένα γεγονός που αφήνει κάποιο σημάδι σε ένα από τα μέλη επηρεάζει με κάποιον τρόπο όλη την οικογένεια. Είναι ζήτημα «κυκλικής αιτιότητας», όπου κάθε μέλος ενός συστήματος επηρεάζει τα υπόλοιπα και με τη σειρά του επηρεάζεται από αυτά. Θεωρούμε ότι η ιδέα της κυκλικής αιτιότητας μπορεί να μας βοηθήσει να κινητοποιήσουμε τις οικογένειες και να απαντήσουμε στις συγκρούσεις και τις αντιξοότητες που αισθάνονται ως μέρη του συστήματος έτσι ώστε να ευνοήσουμε τις θετικές αλληλαγές σε αυτούς.

## 1.5. ΥΠΟΣΤΗΡΙΖΟΝΤΑΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΕΣ ΣΤΗΝ ΑΝΑΚΑΛΥΨΗ ΤΩΝ ΘΕΤΙΚΩΝ ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ ΤΗΣ ΑΚΟΥΣΙΑΣ ΑΠΟΙΚΕΣΙΑΣ

Ανάλογα την οπτική γωνία μέσα από την οποία οι άνθρωποι βλέπουν μια κατάσταση, οι συνθήκες και οι διεργασίες μέσα στην οικογένεια, όπως η επαναξιολόγηση των προηγούμενων αξιών τους, μπορούν να έχουν εποικοδομητικό ή μη χαρακτήρα. Πράγματι, οι αλληλαγές που συμβαίνουν στις οικογένειες, όταν αναγκάζονται να γίνουν πρόσφυγες, προκαλούν τόσο αρνητικές όσο και θετικές συνέπειες, και στόχος των επαγγελματιών είναι να διακρίνουν όσο το δυνατόν περισσότερες από αυτές (Παπαδόπουλος & Γκιωνάκης, 2018). Η προσοχή πρέπει πλέον να στραφεί στην αναδιαμόρφωση μιας ζοφερής εικόνας για μια περισσότερο ελπιδοφόρα.

Ένα πράγμα που οι επαγγελματίες που δουλεύουν με οικογένειες οφείλουν να κάνουν είναι να στηρίξουν τους γονείς να αναλάβουν τους γονεϊκούς τους ρόλους. Οι «ειδικοί» δεν στοχεύουν να αντικαταστήσουν τον γονέα ή να επιβάλουν στην οικογένεια πώς θα έπρεπε να είναι η σχέση γονέα-παιδιού, αλλά να διευκολύνουν τη δημιουργία ενός κλίματος, όπου όλοι να είναι σε θέση να ακούν ο ένας τον άλλον και να αποκαταστήσουν την επικοινωνία μεταξύ τους. Η βοήθεια των επαγγελματιών συνίσταται στο να δώσουν στους γονείς χώρο για να συνδεθούν πάλι με τη γονεϊκότητά τους. Ένας επαγγελματίας που εργάζεται με οικογένειες προσφύγων θα πρέπει να διευκολύνει έναν γονιό ώστε αυτός να προσφέρει στα παιδιά του αυτό που ο ίδιος πιστεύει ότι χρειάζονται, αντί να το δώσει ο ίδιος ο επαγγελματίας στα παιδιά, ακυρώνοντας τον ρόλο του γονέα ως το άτομο που φροντίζει την οικογένεια και της παρέχει αυτά που χρειάζεται.

Οι επαγγελματίες πρέπει να οικοδομήσουν μια σχέση με κάθε μέλος της οικογένειας έτσι ώστε η καταγραφή των πιέσεων, των προκλήσεων και των στηριγμάτων τους να φέρει

στην επιφάνεια ξεχασμένες αλήθειες αληθιά και δυνατά σημεία που έχει το κάθε μέλος. Ο ρόλος των επαγγελματιών είναι να δείξουν στα μέλη της οικογένειας πως η αντίληψή τους για κάποιο μέλος της οικογένειας μπορεί να έχει χάσει την πολυπλοκότητά της και να τους υπενθυμίσουν πώς οι πολυπληθές απώλειες που βίωσαν έχουν φέρει αλληλαγές σε αυτούς τους ίδιους και, κατά συνέπεια, στη σχέση τους με τα μέλη της οικογένειάς τους. Μέσα από την ανίχνευση των ατομικών παραγόντων που συμβάλλουν στη μεταξύ τους αποξένωση και στις συγκρούσεις, τα μέλη της οικογένειας μπορούν να δουλέψουν έτσι ώστε τα πράγματα που τους ενώνουν να γίνουν πιο ισχυρά από αυτά που τους χωρίζουν. Καθώς οι γονείς ενδέχεται να μην γνωρίζουν τι ερεθίσματα λαμβάνουν τα παιδιά τους από την κοινωνία υποδοχής, μερικές φορές χρειάζεται οι επαγγελματίες να δημιουργήσουν τις συνθήκες ώστε να τους κάνουν να κατανοήσουν αυτά τα πιθανά ερεθίσματα καλύτερα και να έχουν μια πιο ολοκληρωμένη εικόνα για το πώς ενδέχεται να επηρεάζονται πολιτισμικά τα παιδιά τους.

Αφού οι προκλήσεις και τα υποστηρικτικά συστήματα έχουν αποτυπωθεί, οι επαγγελματίες μπορούν να χρησιμοποιήσουν το Πλέγμα Αντιξοότητας για να δείξουν στις οικογένειες κάποιες θετικές πτυχές που συνήθως εμφανίζονται λόγω της εμπειρίας των αντιξοοτήτων. Είτε έχουν περάσει από δυσκολίες μαζί είτε χωριστά, είναι πιθανόν να αναπτυχθούν βαθύτερες σχέσεις μεταξύ των μελών και να προκύψει μια νέα συνοχή στην οικογένεια ως αποτέλεσμα αυτών των αντιξοοτήτων.

Επιπλέον, τα παιδιά μπορεί να έχουν γίνει περισσότερο υπεύθυνα και ανθεκτικά, ενώ οι γονείς μπορεί να έχουν την ευκαιρία να επιδιώξουν διαφορετικούς στόχους ή να διερευνήσουν νέες συνθήκες. Μπορεί να ενθαρρυνθούν να το κάνουν αυτό χωρίς να χρειάζεται να καταβάλουν υπεράνθρωπες προσπάθειες με στόχο να αναπληρώσουν ελλείμματα άλλων. Για παράδειγμα, μπορεί να γίνει κατανοητό σε ένα παιδί, το οποίο λόγω της προσαρμοστικότητάς του έχει «γονεοποιηθεί», ότι αν και η αλληλαγή αυτή είναι γενικά θετική, υπάρχουν ορισμένοι ρόλοι που είναι εγγενείς στον ρόλο του γονέα, τους οποίους δεν θα έπρεπε εκ των πραγμάτων να αναλαμβάνει το παιδί.

Το Πλέγμα Αντιξοότητας δεν πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο για να αναδείξει χαρακτηριστικά του ίδιου του ατόμου αληθιά και για να αναδείξει τα ανθεκτικά και θετικά χαρακτηριστικά των γονιών, των αδελφών, των παιδιών, κλπ. Ο αποχωρισμός (φυσικός ή συναισθηματικός) των μελών μιας οικογένειας συχνά δημιουργεί προβλήματα στην επικοινωνία, τα οποία μπορούν να βελτιωθούν μέσω της καλύτερης συνειδητοποίησης της πολυπλοκότητας των ατόμων αξιοποιώντας το Πλέγμα Αντιξοότητας. Μια επανεξέταση

και υπενθύμιση των χαρακτηριστικών και δυνατοτήτων που είχαν στον παρελθόν (π.χ. πώς φτάσαμε ως εδώ, τι χρησιμοποιήσαμε για να φτάσουμε ως εδώ) θα μπορούσε να είναι χρήσιμη και από αυτή τη σκοπιά.

## 1.6. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΙΚΕΣ ΣΚΕΨΕΙΣ ΓΥΡΩ ΑΠΟ ΤΗΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΩΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΩΝ

Υπάρχουν πολλοί λόγοι για τους οποίους οι οικογένειες των προσφύγων αντιμετωπίζουν προβλήματα που επιδρούν στην ευημερία τους. Για παράδειγμα, μπορεί να έχουν αποξενωθεί μεταξύ τους λόγω της διάσπασης της οικογένειας κατά τη διάρκεια του ταξιδιού ή να αντιμετωπίζουν με πολύ διαφορετικό τρόπο την διεργασία ενσωμάτωσης τους. Μπορεί ακόμη να αναγκαστούν να έρθουν πιο κοντά ο ένας στον άλλο, με υγιείς (ή επιζήμιους για τα μέλη τους) τρόπους, ως αποτέλεσμα των αντιξοοτήτων που βιώνουν.

Οι σχέσεις εξουσίας και η δυναμική μέσα στην οικογένεια αλληλάζουν, οι ρόλοι αντιστρέφονται, αλλα αυτό που παραμένει σταθερό είναι ότι η οικογένεια αποτελεί έναν εξαιρετικά σημαντικό προστατευτικό παράγοντα για την ανθεκτικότητα και την ανάπτυξη των μελών της. Κάθε οικογένεια αντιμετωπίζει διαφορετικές προκλήσεις και έχει διαφορετικές ανάγκες. Ίσως χρειαστεί οι επαγγελματίες να συνεισφέρουν στο να ξαναφτιάξουν τη σχέση μεταξύ τους ή να δημιουργήσουν συνθήκες που θα επιτρέπουν στα παιδιά να απαλλαγούν από ευθύνες που δεν τους ανήκουν και να γίνουν και πάλι παιδιά.

Δουλεύοντας με οικογένειες προσφύγων, κάθε άτομο πρέπει να ενθαρρυνθεί να εκφράζεται και να «ακούγεται», πέρα από οποιοσδήποτε προσδοκίες όσον αφορά ποια φωνή θα ακουστεί περισσότερο (π.χ. λόγω πολιτισμικών παραγόντων). Όσοι εργάζονται με πρόσφυγες πρέπει να αναγνωρίζουν τη μοναδικότητα κάθε μέλους της οικογένειας, αποδεχόμενοι ότι κάποιοι μέσα στην οικογένεια θα φαίνονται ισχυρότεροι (τουλάχιστον αρχικά) ενώ άλλοι θα εμφανίζονται περισσότερο ευάλωτοι, και να δημιουργούν συνθήκες όπου όλοι, ισότιμα, θα λαμβάνουν την κατάλληλη για αυτούς υποστήριξη.

Είναι καίριας σημασίας οι επαγγελματίες να κατανοήσουν τις εμπειρίες κάθε μέλους της οικογένειας και, μπαίνοντας ενσυναισθητικά στη θέση τους, να συνειδητοποιήσουν την πολυπλοκότητα του καθενός. Υποστηρίζοντας τα μέλη της οικογένειας να αποδεχτούν αρχικά ότι υπάρχουν διαφορές μεταξύ τους, οι επαγγελματίες μπορούν, στη συνέχεια, να τους βοηθήσουν να συνειδητοποιήσουν πως το γεγονός ότι έχουν ακολουθήσει κάποια

διαφορετικά μονοπάτια ή ακόμα και το γεγονός ότι έχουν αποξενωθεί, δεν σημαίνει ότι δεν υπάρχουν ακόμα πράγματα που τους ενώσουν.

Η συνεργική προσέγγιση επιδιώκει να ενσωματώσει τις απόψεις όλων και να δει την οικογένεια ως σύνολο, επιτρέποντας ταυτόχρονα να ξεδιπλωθεί η μοναδικότητα του καθενός. Ο απώτερος στόχος είναι οι γονείς να διατηρήσουν τους ρόλους τους ως γονείς (γι' αυτό και οι «ειδικοί» δεν πρέπει να τους ακυρώνουν σε αυτόν τον ρόλο, δρώντας εκείνοι ως υποστηρικτές και καθοδηγητές των παιδιών τους) και τα παιδιά να μην καταλήγουν να «γονεοποιούνται» ως συνέπεια της ευαλωτότητας των γονέων τους ή της δικής τους καλής πρόθεσης να τους «αποζημιώσουν».

---

Για εκτενέστερη αναφορά στις ιδιαιτερότητες της δουλειάς με οικογένειες προσφύγων, από τον Καθ. Παπαδόπουλο, δείτε [εδώ](#)

---

## Άσκηση 8η

Σκεφτείτε και καταστρώστε ένα σχέδιο παρέμβασης σχετικό με τις ανάγκες της οικογένειας που παρουσιάζεται παρακάτω, χρησιμοποιώντας τα πλαίσια σκέψης του ΠΟΜΟΛΟ και του Πλέγματος Αντιξοότητας. Προσπαθήστε να διακρίνετε το φάσμα των αρνητικών επιπτώσεων, τα χαρακτηριστικά που παραμένουν αμετάβλητα, καθώς και τις θετικές πλευρές που έχουν ενεργοποιηθεί από τις αντιξοότητες τόσο στο σύνολο της οικογένειας όσο και σε κάθε συγκεκριμένο μέλος.

Προσπαθήστε να εξετάσετε την πλευρά του κάθε ατόμου, τις ανάγκες και τη μοναδικότητά του, αλλά και την αλληλεπίδραση μεταξύ των μελών της οικογένειας. Προσπαθήστε να τοποθετήσετε την παρούσα κατάστασή τους στο πλαίσιο της ευρύτερης χρονικής κλίμακας (παραθρόν, παρόν, μέλλον) καθώς και μέσα στα ευρύτερα πλαίσια (περιβάλλον στο οποίο ζουν, συνθήκες, περιστάσεις, κλπ.).

Μια οικογένεια από τη Συρία: Ομάρ (πατέρας), Λείλα (μητέρα) και 3 παιδιά: Αμίρ 14 ετών, Χαλίλ 12 ετών, Ζάρα 3 ετών. Η οικογένεια αναγκάστηκε να εγκαταλείψει τη χώρα καθώς όλοι φοβόντουσαν συνεχώς για τη ζωή τους. Το σπίτι τους βομβαρδίστηκε, ενώ οι παππούδες ήταν μέσα όπου και βρήκαν τραγικό θάνατο. Μετά από ένα μακρύ, επικίνδυνο και κουραστικό ταξίδι, η οικογένεια έφτασε στην Ελλάδα όπου ζει σε έναν προσφυγικό καταυλισμό, στην Αθήνα εδώ και 11 μήνες.

Τα περισσότερα από τα μέλη της οικογένειας μιλούν πολύ λίγο Αγγλικά και σχεδόν

καθόλου Ελληνικά, εκτός από τον δεύτερο γιο, τον Χαλίλ, ο οποίος τα καταφέρνει πολύ καλά με την εκμάθηση των ξένων γλωσσών. Ήταν ένας πολύ καλός μαθητής στη χώρα του. Τώρα φοιτά σε σχολείο στην Αθήνα και προσπαθεί να φτάσει το επίπεδο των συνομηθίκων του. Ο πρώτος γιος, ο Αμίρ, είναι επίσης γραμμένος σε σχολείο στην Αθήνα, αλλά αντιμετωπίζει προβλήματα με τους άλλους μαθητές. Είναι πολύ απομονωμένος. Πάντα ήταν πολύ ντροπαλός, αλλά τώρα έχει πολύ άσχημη διάθεση και φαίνεται «αποσυνδεδεμένος». Ο δάσκαλος του ζήτησε να συναντήσει τους γονείς καθώς παρατηρεί κάποια ανησυχητικά σημάδια στη συμπεριφορά του αγοριού.

Στη Συρία, ο Ομάρ ήταν ο «κουβαλιητής» της οικογένειας. Εργαζόταν ως μηχανικός και φρόντιζε για τα προς το ζην της οικογένειάς του. Είχε πολλές διασυνδέσεις στην κοινότητά του και θεωρούσε τον εαυτό του ως έναν αγαπητό και με καλή φήμη μέλος της κοινωνίας του.

Η Λείλα έμενε στο σπίτι φροντίζοντας τον σύζυγο και τα παιδιά της. Ήταν μια αρκετά ευκατάστατη οικογένεια που ζούσε άνετα.

Τώρα ο Ομάρ περνάει το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου του στον καταυλισμό. Είναι αδρανής καθώς εκεί δεν υπάρχουν δραστηριότητες γι' αυτόν. Είναι πολύ δυσαρεστημένος από τις συνθήκες διαβίωσης και απαιτεί επίμονα από τις υπηρεσίες του καταυλισμού να βρει ένα σπίτι για την οικογένειά του. Επίσης, αισθάνεται συνεχώς αδιάθετος (συχνούς πονοκεφάλους, σοβαρούς μυϊκούς πόνους, πόνους στο στομάχι κ.λπ.). Ο μικρός γιος του, ο Χαλίλ, τον συνοδεύει στο νοσοκομείο και έχει τον ρόλο του διερμηνέα, αλλά δεν έχει βρεθεί κάτι παθολογικό. Επίσης, δεν κοιμάται καλά.

Η Λείλα κατάφερε να βρει δουλειά ως καθαρίστρια και ανέλαβε την οικονομική ευθύνη της οικογένειας. Είναι ικανοποιημένη από τη συμβολή της στην οικογένεια, αλλά ταυτόχρονα αισθάνεται ότι το φορτίο της είναι μεγάλο. Ο Ομάρ πρέπει τώρα να φροντίζει τη μικρή Ζάρα, όσο η μητέρα είναι στη δουλειά της. Ήταν πάντοτε ένας τρυφερός πατέρας που φρόντιζε τα παιδιά του, αλλά τώρα έχει αναγκαστεί να μάθει απ' την αρχή πώς να φροντίσει μόνος του το νήπιο, κάτι που δεν είχε συνηθίσει, καθώς αυτό ανήκε στις αρμοδιότητες της μητέρας στη Συρία.

Ο Ομάρ και η Λείλα συχνά είναι ευερέθιστοι και μαλώνουν μεταξύ τους, παρόλο που αυτό συνέβαινε σπάνια στη Συρία. Η ομάδα ψυχοκοινωνικής υποστήριξης του καταυλισμού ζήτησε να δει την οικογένεια. Η Λείλα ζήτησε βοήθεια σχετικά με την αίσθηση αποστασιοποίησης και την απομόνωση του Αμίρ. Στεναχωριέται πολύ που



βλέπει το αγόρι της να υποφέρει και θέλει να τον βοηθήσει. Το ιατρικό πρόβλημα του πατέρα την ανησυχεί επίσης. Ο Ομάρ δεν ήταν πρόθυμος να δει την ομάδα ψυχοκοινωνικής στήριξης καθώς δεν πιστεύει ότι μπορεί να βοηθήσει με κάποιον τρόπο. Επέμεινε ότι η προτεραιότητά του είναι να βρει μια θέση εργασίας ως μηχανικός, κάτι που δεν μπορεί να επιτευχθεί μέσω αυτών των συναντήσεων.

\* \* \*

## Άσκηση 9η

Σκεφτείτε τι είδους υποστήριξη χρειάζεται η παρακάτω οικογένεια και καταστρώστε ένα σχέδιο παρέμβασης. Λάβετε υπόψη σας τη βοήθεια που ενδέχεται να χρειάζεται το μέλος της οικογένειας που προσδιορίζεται ως ασθενής (*identified patient*), τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας που επηρεάζονται με τη σειρά τους, καθώς και η οικογένεια στο σύνολό της.

Ο Dante και η μητέρα του παραπέμπονται για οικογενειακή θεραπεία σε μια μονάδα ψυχικής υγείας για πρόσφυγες.

Ο Dante είναι 18 χρονών, από το Κονγκό. Πρόσφατα (πριν από 9 μήνες) επανενώθηκε με τη μητέρα του. Η μητέρα του, Mel, έχει φτιάξει νέα οικογένεια στη νέα χώρα, παντρεύτηκε και γεννήσε 3 παιδιά, τα οποία είναι τώρα 11, 6 και 3 ετών αντίστοιχα.

Μέχρι τότε, ο Dante ζούσε με τον πατέρα του στο Κονγκό, από τότε που η μητέρα του έφυγε, ως πρόσφυγας, από τη χώρα για να πάει στην Ευρώπη, όταν το αγόρι ήταν μόλις 4 χρονών.

Στη χώρα του, ο Dante κρατήθηκε για πολιτικούς λόγους και υπέστη βασανιστήρια. Σήμερα, εμφανίζει διαταραχή στρες μετά από ψυχοτραυματική εμπειρία (*Post traumatic stress disorder - PTSD*) καθώς και συμπτώματα που μοιάζουν με ψυχωτικές διαταραχές και λαμβάνει φαρμακευτική αγωγή. Έχει εφιάλτες που του προκαλούν εξαιρετικό τρόμο, στους οποίους βλέπει συχνά τους ανθρώπους που τον κακοποίησαν. Ακόμη, έχει συχνά flashbacks και τότε εμφανίζεται να παραλύει από φόβο. Ακούει, επίσης, φωνές που τον απειλούν ότι θα τον σκοτώσουν.

Η μητέρα του αναφέρει ότι ο Dante έχει σημειώσει κάποια πρόοδο χάρη στη φαρμακευτική αγωγή, αλλά παρουσιάζει «σκαμπανεβάσματα».

Συχνά κλαίει. Λέει ότι είναι δύσκολο γι' αυτήν να βλέπει τον γιο της να υποφέρει λόγω της ψυχικής διαταραχής.

Παρόλη αυτά, έχει βρει έναν τρόπο να «κρατάει τους εχθρούς μακριά» κουνώντας στον αέρα μια σκούπα, ενώ λέει στον γιο της ότι τώρα είναι ασφαλής. Αυτό φαίνεται να ανακουφίζει τον Dante όταν παραλύει από φόβο.

Η Mel τονίζει ότι αγαπάει τον Dante και θέλει να κάνει ό,τι είναι δυνατόν για να τον βοηθήσει να ξεπεράσει τις δυσκολίες του. Θεωρεί ότι της δίνεται τώρα μια νέα ευκαιρία να φροντίσει τον γιο της, μιας και δεν ήταν σε θέση να το κάνει όταν ήταν μικρότερος.

Ωστόσο, παραπονιέται στους θεραπευτές για τη συχνή ανυπακοή του Dante και τον συνεχή αγώνα της να τον πείσει να μην φεύγει από το σπίτι μόνος του. Μαλώνει, επίσης, με τον σύζυγό της ο οποίος ενοχλείται από την κακή συμπεριφορά του Dante στο σπίτι (ανυπακοή, ευερεθιστότητα, κλπ.).

Στον Dante λέει πολύ ο πατέρας του και θα προτιμούσε να ζει μαζί του πίσω στο σπίτι τους. Δεν μπορεί εύκολα να συνηθίσει στη νέα χώρα. Παραπονιέται ότι νιώθει διαφορετικός από τα αδέρφια του που δεν είναι «πρόσφυγες». Ζητά, επίσης, περισσότερη ανεξαρτησία.

Ωστόσο, δείχνει αγάπη προς τα αδέρφια του, ειδικά για το μικρότερο αγόρι, το οποίο και φροντίζει όταν λείπει η μητέρα.

\* \* \*

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Παπαδόπουλος, Ρ. & Γκιωνάκης, Ν. (2018). Υποστηρίζοντας πρόσφυγες με σοβαρές τραυματικές εμπειρίες. Η εφαρμογή της συνεργικής παρέμβασης σε πατέρες πρόσφυγες. *Σύναψις*, 14(48), 25-37.

Aldridge, J. (2006). The experiences of children living with and caring for parents with mental illness. *Child Abuse Review*, 15, 79-88.

Boszormenyi-Nagy, I., & Spark, G. M. (1973). *Invisible loyalties: Reciprocity in inter-generational family therapy*. New York, NY: Brunner/Mazel.

Hooper, L. M. (2007a). The application of attachment theory and family systems theory to the phenomena of parentification. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 15, 217-233. doi:10.1177/1066480707301290

Hooper, L. M. (2007b). Expanding the discussion regarding parentification and its varied outcomes: Implications for mental health research and practice. *Journal of Mental Health Counseling*, 19, 322-337.

Παπαδόπουλος, Ρ. Κ. (2018). Ψυχοκοινωνικές διαστάσεις της προσφυγικής συνθήκης. Συνεργική Προσέγγιση. [PowerPoint slides].

## 2η ΕΝΟΤΗΤΑ ΔΟΥΛΕΥΟΝΤΑΣ ΜΕ ΠΑΤΕΡΕΣ ΠΡΟΣΦΥΓΕΣ

### 2.1 ΘΗΛΥΚΟΠΟΙΗΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΣΦΥΓΙΚΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ

Στις μέρες μας, το κυρίαρχο αφήγημα σχετικά με τους πρόσφυγες είναι ιδιαίτερα έντονο και πολωμένο, όπως έχουν επισημάνει οι Παπαδόπουλος και Γκιωνάκης (2018). Μέσα σ' αυτές τις κυρίαρχες αντιλήψεις, δίνεται έμφαση σε κάποιες από τις πλευρές του προσφυγικού φαινομένου σχεδόν με στερεότυπο τρόπο ενώ άλλες όψεις του τείνουν να αποσιωπούνται. Σε αυτή τη λογική, θα μπορούσε να πει κάποιος ότι οι κυρίαρχες, και πιο προβεβλημένες από τα μέσα ενημέρωσης, εικόνες αφορούν σχεδόν αποκλειστικά γυναίκες και παιδιά. Οι ειδικοί αναφέρονται σε αυτήν την τάση επικέντρωσης στις συγκεκριμένες ομάδες ως «θηλυκοποίηση» του προσφυγικού πληθυσμού (π.χ. Donato & Gabaccia, 2016· Hyndman & Giles, 2011· Johnson, 2011).

Τα μέσα ενημέρωσης, σε μια σχεδόν ανέντιμη προσπάθεια να προκαλέσουν δυνατά, αλλήλ' αλλήλων φευγαλέα, συναισθήματα συμπόνιας, πλημμυρίζουν τους δέκτες τους με εικόνες πόνου και δυστυχίας που απεικονίζουν γυναίκες και παιδιά, δημιουργώντας έτσι συγκεκριμένες, γενικευμένες εντυπώσεις: τα παιδιά και οι γυναίκες προβάλλονται ως τα πιο ευάλωτα –και συνήθως τα μόνα ευάλωτα– άτομα ανάμεσα στους πληθυσμούς που έχουν εξαναγκαστεί σε ακούσια αποικεσία. Αυτή η εικόνα δεν είναι κυρίαρχη μόνο στο ευρύτερο πλαίσιο της δυτικής κοινωνίας, αλλά έχει σίγουρα εμποτίσει ακόμα και αρκετούς από τους οργανισμούς και τα άτομα που βρίσκονται σε καθημερινή επαφή με τον προσφυγικό πληθυσμό.

Είναι αδιαμφισβήτητο γεγονός ότι τα παιδιά, και κυρίως οι ασυνόδευτοι ανήλικοι και οι νέες γυναίκες που έχουν χωριστεί από τις οικογένειές τους κατά την προσφυγική εμπειρία, έχουν συχνά να αντιμετωπίσουν κινδύνους και μεγάλες δυσκολίες και χρειάζονται ιδιαίτερη στήριξη από τις κοινωνίες υποδοχής. Παρόλα αυτά, θα έπρεπε να έχει γίνει ήδη κατανοητό ότι η τάση προσδιορισμού της ευάλωτότητας με όρους προκαθορισμένων «ευάλωτων ομάδων» οδηγεί σε περιορισμούς και έχει επιζήμιες συνέπειες στη δουλειά με τους πρόσφυγες (Παπαδόπουλος & Γκιωνάκης, 2018).

Κάθε άτομο που έχει αναγκαστεί να γίνει πρόσφυγας βιώνει, σε διαφορετικό βαθμό, σοβαρές μορφές δυσφορίας και αποπροσανατολισμού. Η τάση να συγκρίνονται ομάδες του προσφυγικού πληθυσμού ως προς το ποια είναι περισσότερο ευάλωτη, και να παραμελούνται μερικές απ' αυτές ενώ δίνεται έμφαση σε άλλες, δεν είναι μόνο επιζήμια για τις ομάδες που παραμελούνται αλλά ωθεί επίσης στο να χάνεται η ολότητα της κατάστασης και οι πιθανές επιπτώσεις που αυτές οι ομάδες ασκούν η μια στην άλλη.

### ΠΑΤΕΡΕΣ ΠΡΟΣΦΥΓΕΣ

- Η θυηλοποίηση των προσφύγων
- Η λειτουργία του πατέρα στο οικογενειακό σύστημα
- Έντονες πιέσεις στην πατρική φιγούρα
  - Οι πιο παραμελημένοι του προσφυγικού φαινομένου

## 2.2. ΟΙ ΠΟΛΛΑΠΛΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ ΤΟΥ ΠΑΤΕΡΑ ΣΤΟ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ

Ο ρόλος του πατέρα είναι θεμελιώδης για τη διατήρηση της λειτουργικότητας μιας οικογένειας. Ειδικά σε κοινότητες οι οποίες προέρχονται από χώρες με παραδοσιακές και βαθιά ριζωμένες πατριαρχικές αξίες, ο πατέρας μπορεί εύκολα να θεωρηθεί ως ο βασικός συνδετικός κρίκος μεταξύ της οικογένειας και του έξω κόσμου. Όταν οι επαγγελματίες πρέπει να φροντίσουν μια οικογένεια προσφύγων στο σύνολό της, όλα τα μέλη, συμπεριλαμβανομένου του πατέρα, θα πρέπει να λαμβάνουν κατάλληλη υποστήριξη, προκειμένου με τη σειρά τους να είναι σε θέση να παρέχουν και οι ίδιοι επαρκή φροντίδα και υποστήριξη στην υπόλοιπη οικογένεια.

Τα κυρίαρχα στερεότυπα και προκαταλήψεις που θεωρούν τους άνδρες δυνατούς, σκληρούς και ικανούς να τα βγάλουν πέρα στις δυσκολίες, και μερικές φορές ακόμη και η άρνηση των ίδιων των ενηλίκων ανδρών προσφύγων να διεκδικήσουν το δικαίωμά τους για υποστήριξη για λόγους υπερηφάνειας, συχνά οδηγούν σε παραμέληση των αναγκών της συγκεκριμένης ομάδας. Οι ενήλικες άνδρες πρόσφυγες συνήθως θεωρούνται ικανοί να τα καταφέρουν χωρίς περαιτέρω βοήθεια και, σε συνδυασμό με τους περιορισμένους διαθέσιμους πόρους, συχνά δεν έχουν πρόσβαση στα κατά τα άλλα αναγνωρισμένα ανθρώπινα δικαιώματά τους.



PHOTO: ΛΟΥΙΖΑ ΓΚΟΥΛΙΑΜΑΚΗ

Όμως, αυτό που δεν λαμβάνεται συνήθως υπόψη είναι ότι η στήριξη που προσφέρεται προς τον πρόσφυγα πατέρα δεν στοχεύει μόνο στο ατομικό του όφελος, καθώς δεν είναι ένα ανεξάρτητο ον, όπως έχουμε ήδη τονίσει. Η υποστήριξη προς τον πατέρα έχει πολλαπλά οφέλη και για πολλή άλλα άτομα που τον συναναστρέφονται άμεσα ή έμμεσα, και πάνω από όλα για την πυρηνική οικογένειά του.

Οι οργανώσεις και οι εργαζόμενοι στον ψυχοκοινωνικό τομέα πρέπει να προσπαθήσουν να διατηρήσουν μια ισορροπία στην υποστήριξη που παρέχουν, στοχεύοντας στην ενδυνάμωση των πατέρων. Πρέπει να προσέξουν ιδιαίτερα ώστε να μην ακυρώνουν τους πατέρες ως άτομα αλληλά και τη θέση τους στην οικογένεια.

Πρέπει να τονιστεί ότι οι πατέρες έχουν να σηκώσουν ένα βαρύ φορτίο καθώς βλέπουν τα παιδιά τους να εντάσσονται γρήγορα στο σχολείο, στις ομάδες συνομηλίκων, κλπ. ή τις συζύγους τους να έχουν κάποιες φορές μεγαλύτερες πιθανότητες να βρουν απασχόληση (π.χ. σε κάποια θέση στην καθαριότητα, στην εστίαση, κλπ.) ενώ οι ίδιοι δυσκολεύονται. Είναι δύσκολο για τον πατέρα να συμβιβαστεί με την ιδέα ότι έχει χάσει τον ρόλο του ως «κουβαλητής», που παρείχε στην οικογένεια τα υλικά αγαθά (στις περιπτώσεις βέβαια που είχε αυτόν τον ρόλο). Οι επαγγελματίες πρέπει να συνοδεύσουν τους πατέρες πρόσφυγες σε αυτή τη δύσκολη διαπραγμάτευση, συνειδητοποίηση και αποδοχή των νέων συνθηκών και να δημιουργήσει ευκαιρίες όπου αυτά τα συναισθήματα θα απαλύνονται ενώ θα ενισχύονται οι πλευρές των πατέρων όπου η δύναμη και αυθεντία τους εξακολουθούν να τονίζονται. Η υποστήριξη προς στα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας από εξωτερικούς οργανισμούς, «ειδικούς» και «αυθεντίες» δεν πρέπει να θίγει τις ήδη υπάρχουσες δομές και ιεραρχίες της οικογένειας αλλά να είναι ενισχυτική προς αυτές.

## 2.3. ΙΔΙΑΙΤΕΡΕΣ ΑΠΩΛΕΙΕΣ ΚΑΙ ΔΥΣΚΟΛΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΠΑΤΕΡΕΣ

Ενώ μπορεί συχνά οι γυναίκες να έχουν νέες ευκαιρίες (στην κοινωνία, στην εκπαίδευση, στην εργασία, κλπ.) και τα παιδιά να έχουν συνήθως μεγαλύτερη πλαστικότητα, ευελιξία και, επομένως, μεγαλύτερη ευκολία να ενσωματωθούν στη νέα κοινότητα, οι πατέρες πρόσφυγες ενδεχομένως είναι σε μια δύσκολη θέση καθώς έχουν εκτεθεί σε ριζικά νέες εμπειρίες. Οι απώλειες που συχνά βιώνουν μπορούν να διακριθούν σε τρεις κατηγορίες:

- **Εκτός της οικογένειας:** Απώλεια της εργασίας, του εισοδήματος και της οικονομικής αυτονομίας, της περιουσίας (π.χ. της οικογενειακής κατοικίας), της

ευρύτερης κοινότητας, των υποστηρικτικών δικτύων τους, της καθημερινής τους ρουτίνας, κλπ..

- **Εντός της οικογένειας:** Απώλεια του ηγετικού ρόλου τους στη δομή της ιεραρχίας, της εξουσίας, της δύναμης αλλά και της ηθικής αυθεντίας στην οικογένεια, του ρόλου τους ως προστάτες και στυλοβάτες της οικογένειας, κλπ.
- **Σε σχέση με τον εαυτό τους:** Απώλεια της ταυτότητάς τους ως πατέρες, ως άνδρες, ως σύζυγοι, ως γονείς και ως ηγέτες της οικογένειας.

Έχοντας χάσει πολλούς και πολύ σημαντικούς από τους ρόλους που είχαν πριν αναγκαστούν να γίνουν πρόσφυγες, ορισμένοι πατέρες αισθάνονται απολύτως ανεπαρκείς και ανάξιοι. Για αυτούς που έχουν, μάλιστα, χάσει ένα μέλος της οικογένειάς τους κατά τη διάρκεια του ταξιδιού τους, το πένθος και η οδύνη τους επιδεινώνεται και από το αίσθημα ενοχής, καθώς οι ίδιοι επέζησαν χωρίς να έχουν μπορέσει να αποτρέψουν τον θάνατο του αγαπημένου προσώπου. Το αίσθημα ευθύνης τους μπορεί να τους κάνει να νιώσουν ανίκανοι να συνεχίσουν τη ζωή τους.

Ακόμα και το ίδιο το γεγονός ότι οι αγαπημένοι τους έχουν αναγκαστεί να χαρακτηρίζονται ως πρόσφυγες, υπενθυμίζει στους πατέρες ότι οι ίδιοι απέτυχαν να αποτρέψουν την ακούσια αποικεσία της οικογένειας, και κατά συνέπεια απέτυχαν να εκπληρώσουν τον ρόλο τους ως προστάτες της οικογένειας. Όλοι αυτοί οι φόβοι, οι απογοητεύσεις και ματαιώσεις επιδεινώνονται από μια γενικότερη αίσθηση αποτυχίας και απαξίωσης που συνοδεύει την προσφυγική εμπειρία, με αποσταθεροποιητικές και επιβλαβείς συνέπειες για την ψυχική τους ισορροπία.

### ΠΑΤΕΡΕΣ ΠΡΟΣΦΥΓΕΣ ΑΠΩΛΕΙΣ

Οι πατέρες είναι ιδιαίτερα ευάλωτοι ως πρόσφυγες επειδή είναι πιθανό να εκτεθούν σε ριζικά νέες εμπειρίες και πολλαπλές απώλειες:

- Εκτός της οικογένειας: Απώλεια της εργασίας, του εισοδήματος και της οικονομικής αυτονομίας, της περιουσίας, του κοινωνικού κύκλου και της κοινότητας, των ανδρών φίλων και της δικτύωσής τους, της καθημερινής ρουτίνας.
- Εντός της οικογένειας: Απώλεια του ηγετικού ρόλου τους στη δομή της ιεραρχίας της οικογένειας: ιεραρχίας όχι μόνο σε όρους πειθαρχίας, αλλά επίσης και ως προς την ηθική αυθεντία, την ηγεσία, την προστασία των άλλων κ.λπ. Η βοήθεια που παρέχεται στα μέλη της οικογένειας από εξωτερικούς οργανισμούς παρεμβάλλεται στις ήδη υπάρχουσες δομές.
- Εντός του εαυτού: Απώλεια των ταυτοτήτων ως πατέρες, άνδρες, σύζυγοι, γονείς και ηγέτες οικογένειας.

## 2.4. ΥΠΟΣΤΗΡΙΖΟΝΤΑΣ ΠΑΤΕΡΕΣ ΠΡΟΣΦΥΓΕΣ ΝΑ ΞΑΝΑΒΡΟΥΝ ΤΑ ΔΥΝΑΤΑ ΤΟΥΣ ΣΗΜΕΙΑ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟ ΠΛΕΓΜΑ ΑΝΤΙΞΟΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΟ ΠΟΜΟΛΟ

Παρόλο που η συγκεκριμένη ενότητα εστιάζει στις σοβαρές προκλήσεις που έχουν να αντιμετωπίσουν οι πατέρες πρόσφυγες, οι οποίοι συχνά παραμελούνται, δεν έχει φυσικά ως στόχο το να ανααιρεθεί η «εικόνα του θύματος» από άλλες ομάδες του πληθυσμού των προσφύγων με σκοπό να μεταφερθεί στους πατέρες. Εφόσον τα μοναδικά ζητήματα και οι ιδιαίτερες απώλειες που αντιμετωπίζουν οι πατέρες έχουν γίνει κατανοητές, οι επαγγελματίες μπορούν να διερευνήσουν τους κατάλληλους τρόπους ώστε να τους στηρίξουν και να τους ενδυναμώσουν. Θα ήταν σκόπιμο, για τους σκοπούς αυτής της ενότητας, να αξιοποιήσουμε την ιστορία μιας θεραπευτικής σχέσης με έναν πρόσφυγα πατέρα και σύζυγο που έχασε όλα τα μέλη της οικογένειάς του στην προσπάθειά τους να ξεφύγουν από τον πόλεμο. Μέσα από την αφήγηση αυτής της ιστορίας καταβάλλεται προσπάθεια να φωτιστεί το μέγεθος των προκλήσεων, των δυσκολιών και της οδύνης που συνοδεύουν την προσφυγική εμπειρία από τη σκοπιά του πρόσφυγα πατέρα.

### Ο ΜΟΧΑΜΕΝΤ ΚΑΙ Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ ΤΟΥ

Ο Μοχάμεντ ήθελε να φύγει από τον τόπο του πολύ πριν η κατάσταση εξελιχθεί σε τόσο επικίνδυνη. Δυστυχώς, όταν πια οργάνωσε τη φυγή, το καλοκαίρι του 2013, ήταν ήδη



πολύ αργά και χρειάστηκε να διαχειριστεί πολλούς κινδύνους. Πήρε τη σύζυγο και τα δυο παιδιά τους –γιο 4 ετών και κόρη 9 μηνών– και έφυγαν από την ταλαιπωρημένη λόγω των πολύχρονων συγκρούσεων χώρα τους. Διέσχισαν την Τουρκία και έφτασαν στις ακτές του Αιγαίου, απέναντι από τα ελληνικά νησιά. Ο Μοχάμεντ προσπάθησε να βρει τον πιο ασφαλή τρόπο για να φτάσει στην Ελλάδα. Είχε ένα ξεκάθαρο σχέδιο: να μειώσει την έκθεση σε κινδύνους όσο το δυνατό περισσότερο και να φέρει την οικογένειά του σε ασφαλές και προστατευμένο μέρος το συντομότερο. Στη συνέχεια, από εκεί, θα διαπραγματευόταν το ταξίδι του για την Βόρεια Ευρώπη, την «Γη της Επαγγελίας» όπου ήθελε να φέρει όλα τα μέλη της οικογένειάς του για να κάνουν μια νέα αρχή, μακριά από την καταστροφή που επικρατούσε στο γενέθλιο τόπο. Είχε υποσχεθεί στη μητέρα του και στα πεθερικά του ότι θα έκανε το καλύτερο για την εφαρμογή του σχεδίου και, πάνω απ' όλα, για να κρατήσει ασφαλή τη σύζυγο και τα παιδιά του καθ' όλη τη διάρκεια του ταξιδιού. Ο Μοχάμεντ είχε οικονομική άνεση. Έχοντας εργαστεί χρόνια στο εξωτερικό και αποταμιεύσει, ήταν σε θέση να πληρώσει ένα τεράστιο ποσό στους διακινητές ώστε να 3 μεταφέρουν την οικογένεια με θαλαμνό. Ήταν ικανοποιημένος με τον εαυτό του πιστεύοντας ότι έτσι είχε οργανώσει ένα ασφαλές ταξίδι, τηρώντας την υπόσχεσή του. Όμως οι διακινητές τον κορόιδεψαν και, την τελευταία στιγμή, τους εξανάγκασαν να επιβιβαστούν σε μια παλιά και καθόλου ασφαλή βάρκα η οποία με δυσκολία επέπλεε. Θύμωσε και μάλωσε μαζί τους, μάταια. Στο τέλος κατάλαβε πως δεν είχε επιλογή. Ο καιρός ήταν κακός, με δυνατούς ανέμους, η θάλασσα τρικυμισμένη. Η βάρκα βούλιαξε. Η σύζυγος και τα παιδιά παρασύρθηκαν από τα δυνατά ρεύματα, ο Μοχάμεντ τους έχασε. Τα τελευταία λόγια που άκουσε ήταν του γιου του: «Μπαμπά, μην μ' αφήσεις». Ο Μοχάμεντ πάληψε απελπισμένα να τους βρει αλλά ήταν αδύνατο να δει μέσα στη νύχτα, στη μανιασμένη θάλασσα. Με δυσκολία κατάφερε να διασωθεί ο ίδιος βγαίνοντας στη στεριά όπου κατέρρευσε, ημιθανής από την εξάντληση. Εκείνη την εποχή δεν είχε ακόμη ξεκινήσει η μαζική ροή προσφύγων από την Τουρκία στην Ελλάδα. Στις ακτές δεν υπήρχε κανένας να βοηθάει τους ανθρώπους που έφταναν από την Τουρκία και κανένας δεν αντιλήφθηκε ότι μια βάρκα είχε βυθιστεί. Το γενικό κλίμα έναντι των προσφύγων και των μεταναστών ήταν διαφορετικό εν συγκρίσει με την αλληλαγιά που παρατηρήθηκε στη συνέχεια. Τότε, όποιος έφτανε παράτυπα στην Ελλάδα συλλημβανόταν και ετίθετο υπό κράτηση. Αυτό συνέβη και με τον Μοχάμεντ. Κρατήθηκε και κανείς δεν εισάκουγε τις διαμαρτυρίες του και τις εκκλήσεις του για την αναζήτηση των αγνοούμενων μελών της οικογένειάς του. Αρχικά, κρατήθηκε στον τοπικό αστυνομικό σταθμό, στη συνέχεια μεταφέρθηκε σε ένα από τα Κέντρα Κράτησης του νησιού. Τουλάχιστον ένα μήνα

μετά, μια επιτροπή νομικών πραγματοποίησε επίσκεψη στο Κέντρο. Ο Μοχάμεντ βρήκε τρόπο να έρθει σε επαφή με κάποια μέλη της επιτροπής και να αφηγηθεί την ιστορία του, ζητώντας βοήθεια. Οι νομικοί τον εισάκουσαν και τον βοήθησαν άμεσα. Φρόντισαν για την αποφυλάκισή του και κινητοποίησαν τις αρχές για την έναρξη επιχειρήσεων αναζήτησης τυχόν επιζήσαντων. Η ιστορία του Μοχάμεντ δημοσιοποιήθηκε και πολλοί εθελοντές προσφέρθηκαν να τον βοηθήσουν. Μετά από λίγες ημέρες βρέθηκαν οι σοροί των δύο παιδιών. Χρειάστηκε να γίνει η διαδικασία αναγνώρισης διαμέσου της ταυτοποίησης του DNA. Ο Μοχάμεντ ήταν απαρνηγόρητος, γεμάτος πόνο, οργή, μεταμέλεια, ενοχή κι άφατη απελπισία. Βρισκόταν σε κατάσταση πλήρους σύγχυσης κι αποπειράθηκε να αυτοκτονήσει δυο φορές. Οι νέοι φίλοι του πρότειναν τη μετάβασή του στην Αθήνα όπου θα μπορούσε να λάβει κατάλληλη φροντίδα και βοήθεια για τις πολλαπλές ανάγκες του, μεταξύ των οποίων και ψυχολογική στήριξη.

Η θεραπευτική σχέση άρχισε με μια περίοδο γνωριμίας, στη διάρκεια της οποίας ο θεραπευτής αφιέρωσε χρόνο για να γνωρίσει πραγματικά αυτόν τον πατέρα. Η περίοδος γνωριμίας διήρκεσε μερικές μέρες, κατά τη διάρκεια των οποίων οι δυο πλευρές είχαν την ευκαιρία να μοιραστούν εμπειρίες και να χτίσουν μια ειλικρινή σχέση, βασιζόμενη στην κατανόηση. Είναι σημαντικό να τονιστεί αυτό το σημείο, καθώς συχνά το πλαίσιο όπου λαμβάνει χώρα η θεραπευτική δουλειά με πρόσφυγες καθορίζεται από χρονικούς περιορισμούς. Συχνά οι επαγγελματίες «παίρνουν το ιστορικό» του ατόμου μέσα στις πρώτες λίγες συνεδρίες (με άλλα λόγια μέσα σε 2-3 ώρες). Η περίπτωση εδώ ήταν διαφορετική, καθώς διεξάγονταν μεγάλης διάρκειας συζητήσεις χωρίς πιέσεις. Αυτό το πολύ ισχυρό στοιχείο της ανθρώπινης επαφής και επικοινωνίας, δυστυχώς, δεν μπορεί να υπάρχει στις κοινές αλληλεπιδράσεις της καθημερινής πρακτικής των επαγγελματιών που δουλεύουν με πρόσφυγες.

Μετά την περίοδο γνωριμίας, το πρώτο βήμα για τον θεραπευτή ήταν να αναγνωρίσει τις αντιδράσεις του πατέρα ως απόλυτα φυσιολογικές απαντήσεις στις μη φυσιολογικές συνθήκες που του είχαν επιβληθεί. Μπορεί κανείς εύκολα να καταλάβει ότι όταν ο θεραπευτής προσεγγίζει ένα άτομο πιστεύοντας εκ των προτέρων ότι οι αντιδράσεις του είναι σημάδια ψυχοπαθολογίας, το άτομο εύκολα θα το διαισθανθεί και θα αντιδράσει ανάλογα, ίσως ακόμη και αποφεύγοντας να δείξει την αληθινή πλευρά του. Έπειτα, ο θεραπευτής θεώρησε χρήσιμο να γνωστοποιήσει αυτή την κατανόησή του στον πατέρα ως προς

την ύπαρξη αρνητικών αντιδράσεων στις αντιξοότητες που είχε βιώσει, επισημαίνοντάς του επίσης όποια θετικά στοιχεία διαπίστωνε ότι ο πατέρας είχε μπορέσει να διατηρήσει καθώς και νέες θετικές αντιδράσεις του, που είχαν ενεργοποιηθεί μέσα από τις δυσκολίες που βίωνε.

Αφού αυτά έγιναν διακριτά και ξεκάθαρα, ο θεραπευτής μπόρεσε να επικεντρωθεί και στη διαφοροποίηση μεταξύ των αρνητικών αντιδράσεων. Τα χαστικά και ισχυρά αρνητικά συναισθήματα, οι αντιδράσεις, οι συμπεριφορές, κλπ. πρέπει να διακριθούν ως ξεχωριστές οντότητες, διαφορετικού βαθμού σοβαρότητας, και να επιτευχθεί η προσέγγιση καθενός απ' αυτά ξεχωριστά. Με αυτό τον τρόπο, ο πατέρας ήταν σε θέση να αναζητήσει και να προσδιορίσει στο πλαίσιο του εφικτού τις ρίζες των αρνητικών του αντιδράσεων, να τις προσεγγίσει ευκολότερα και να τις αντιμετωπίσει ως μέρη ενός συνόλου συγκεκριμένων πίσεων και δυσκολιών και όχι ως ένα καταπιεστικό αμάλληγμα άμορφων προκλήσεων.

Ακόμη, χρειάστηκε ο θεραπευτής υποστηρίξει τον πατέρα να επεκτείνει τη χρονική προοπτική του, πέρα από το παρελθόν και το παρόν, στο μέλλον. Ο πατέρας αυτός ενισχύθηκε δηλαδή ώστε να συμπεριλάβει στην ιστορία του όχι μόνο το ζοφερό παρόν και το τραυματικό παρελθόν, αλλά να αναλογιστεί ότι υπάρχει και μέλλον - ένα μέλλον όχι ως μια κενή αφηρημένη έννοια. Για αυτόν τον άνθρωπο, ήταν σημαντική η υπενθύμιση ότι, πιθανότατα, στο μέλλον θα θυμόταν αυτή τη φάση της ζωής του ως ίσως την πιο δύσκολη που είχε βιώσει ποτέ. Μέσα από αυτή τη διεργασία, ο πατέρας μπόρεσε επίσης να δει ότι το παρελθόν και το παρόν δεν περιλάμβαναν μόνο δυσκολίες και τραύματα αλλά και κάποια θετικά στοιχεία που έτεινε να αποσιωπά λόγω της κατακλισημιαίας φύσης των αρνητικών εμπειριών του.

Ο στόχος του θεραπευτή δεν ήταν να «θεραπεύσει» το τραύμα του πατέρα. Είναι σίγουρο ότι ορισμένα οδυνηρά βιώματα δεν πρόκειται ποτέ να εξαλειφθούν πλήρως και ότι δεν είναι εφικτό οι άνθρωποι να μένουν ανεπηρέαστοι από την οδύνη τους. Σκοπός του θεραπευτή ήταν να ενθαρρύνει αυτόν τον πατέρα ώστε να προχωρήσει πέρα από την απλή αναφορά των γεγονότων που οδήγησαν στο αίσθημα δυσφορίας και πόνου και να επικεντρωθεί στη σημασία αυτών των γεγονότων για τον ίδιο, η οποία είναι συνήθως πιο πολυπλοκή. Ο πατέρας αυτός ενισχύθηκε, επίσης, να αναγνωρίσει τις πολυπληθές πιέσεις που πυροδοτούν αυτά τα αρνητικά συναισθήματα, που μαζί δημιουργούν ένα αρνητικό σύνολο. Ενθαρρύνθηκε επίσης να διερευνήσει πώς η πολυπλοκότητα, η μοναδικότητα και η ολότητα του έχουν κατακερματιστεί λόγω των γεγονότων που βίωσε (για μια πληρέστερη παρουσίαση της συγκεκριμένης περίπτωσης, βλ. Παπαδόπουλος και Γκιωνάκης, 2018).

## 2.5. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΙΚΕΣ ΣΚΕΨΕΙΣ ΓΥΡΩ ΑΠΟ ΤΗΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΩΝ ΠΑΤΕΡΩΝ

Κατά τη διάρκεια αυτών των αλληλεπιδράσεων, ο πατέρας υποστηρίχθηκε να απελευθερωθεί από την τεράστια πίεση που ασκούσαν πάνω τους οι ευθύνες που πήγαζαν από το ρόλο του και την παντοδυναμία που απέδιδε στην εξιδανικευμένη εικόνα του πατέρα. Η υποστήριξη που έλαβε τον διευκόλυνε να έρθει σε επαφή με τον πόνο του, αληθιά και με τη βαθύτερη κατανόηση και ανάπτυξη που συνόδευσε τις δυσκολίες του.

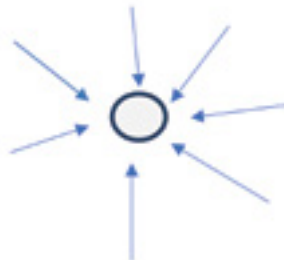
Μέσα από τη συνεργική παρέμβαση, ο πατέρας αυτός μπόρεσε να κατανοήσει καλύτερα πώς και γιατί προέκυψαν οι δυσκολίες του και πώς οι δυσκολίες αυτές, παρά τις αρνητικές επιπτώσεις τους, δημιούργησαν επίσης ένα μονοπάτι για προσωπική ανάπτυξη. Έρθε σε επαφή με την ολότητα του και απέκτησε τα απαραίτητα εφόδια ώστε να είναι σε θέση να κοιτάξει το μέλλον με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση.

\* \* \*

### Άσκηση 10η

Επιστρέψτε στην προηγούμενη ιστορία της οικογένειας του Ομάρ από τη Συρία και σκεφτείτε τις δυσκολίες του πατέρα μέσα από το δικό του πρίσμα.

- Τι είδους απώλειες έχει υποστεί (συμπεριλαμβανομένων των απωλειών εκτός της οικογένειας, εντός της οικογένειας, καθώς και του εαυτού του);
- Τι είδους προκλήσεις αντιμετωπίζει;
- Χρησιμοποιήστε το παρακάτω διάγραμμα για να καταγράψετε τις πιέσεις του.



- Πώς μπορείτε να προσεγγίσετε τον πόνο του και τι είδους παρεμβάσεις είναι κατάλληλες γι' αυτόν;
- Τι είδους προκλήσεις μπορεί να προκύψουν κατά την προσπάθεια εφαρμογής αυτών των παρεμβάσεων; Πώς μπορείτε να τις αντιμετωπίσετε;

\* \* \*

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Παπαδόπουλος, Ρ. & Γκιωνάκης, Ν. (2018). Υποστηρίζοντας πρόσφυγες με σοβαρές τραυματικές εμπειρίες. Η εφαρμογή της συνεργικής παρέμβασης σε πατέρες πρόσφυγες. *Σύναψις*, 14(48), 25-37.

Donato, K.M. & Gabaccia, D. (2016). *The Global Feminization of Migration: Past, Present, and Future*. Migration Policy Institute. Ανακτημένο από <http://www.migrationpolicy.org/article/global-feminization-migration-past-present-and-future>

Hyndman, J. & Giles, W. (2011). Waiting for what? The feminization of asylum in protracted situations. *Gender, Place & Culture*, 18(3), 361-379.

## 3η ΕΝΟΤΗΤΑ ΔΟΥΛΕΥΟΝΤΑΣ ΜΕ ΠΡΟΣΦΥΓΕΣ ΜΕ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΒΑΣΑΝΙΣΤΗΡΙΩΝ

Η υποστήριξη όσων επέζησαν από βασανιστήρια, με τρόπο που να *αποφεύγεται η περαιτέρω βλάβη* και να προωθείται η βελτίωση της ευημερίας τους, ενέχει πολλή δυσκολία. Υπάρχουν πολλές και διαφορετικές διαστάσεις και πραγματικότητες που παίζουν ρόλο στον τρόπο με τον οποίο μια συνεργική προσέγγιση θα πρέπει να καθοδηγήσει τη δουλειά με τον συγκεκριμένο πληθυσμό. Επιπρόσθετα σε αυτές, η έλλειψη προβλεψιμότητας στις πολλαπλές τυπικές αντιδράσεις στη βίωση ακραίας βίας, καθιστούν την επίτευξη του έργου αυτού έναν πολύ περίπλοκο στόχο.

Παρά το γεγονός ότι η παροχή υποστήριξης στους ανθρώπους ως προς την αποκατάστασή τους μετά την έκθεσή τους σε βία είναι ιδιαίτερα δύσκολη, η διατήρηση κάποιων ευέλκτων αλλά καθορισμένων στόχων, η αναγνώριση του πόσο διαφορετική και ευμετάβλητη μπορεί να είναι η εμπειρία των βασανιστηρίων ανάλογα με το κάθε άτομο και η αποφυγή των πωλημένων στάσεων μπορεί να οδηγήσει σε μια ουσιαστική και αποτελεσματική υποστήριξη.

### 3.1. ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΕΣ ΣΤΟΥΣ ΕΠΙΖΗΣΑΝΤΕΣ ΒΑΣΑΝΙΣΤΗΡΙΩΝ

Οι επαγγελματίες που προσπαθούν να προσεγγίσουν και να απαντήσουν στις τυπικές αντιδράσεις των ατόμων που έχουν υποστεί βασανιστήρια οφείλουν να γνωρίζουν ότι υπάρχουν πολλή και διαφορετικές διαστάσεις και πραγματικότητες του φαινομένου. Αυτές μπορεί να πάρουν τις ακόλουθες μορφές:

- α) επίσημες/τυπικές πραγματικότητες: νομικές, δημογραφικές, οργανωτικές, κλπ. και
- β) ιδιόμορφες πραγματικότητες: βασισμένες σε μοναδικές προσωπικές εμπειρίες και υποκειμενικούς παράγοντες (Paradopoulos, 2018b).

Οι υποκειμενικές πραγματικότητες εκδηλώνονται με πολύ διαφορετικές μορφές, παρόλο που εξακολουθούν να βασίζονται σε συστήματα νοηματοδότησης που προέρχονται από ιδεολογικά, ιστορικά, ηθικά και άλλα στοιχεία. Με άλλα λόγια, τα άτομα νοηματοδοτούν τις πραγματικότητες που βιώνουν με βάση τις εμπειρίες τους και τα διάφορα συστήματα νοηματοδότησης που έχουν αναφερθεί. Είναι σίγουρα εύκολο να υποτιμήσουμε ή να παρερμηνεύσουμε ορισμένες από αυτές τις διαστάσεις (π.χ. να δοθεί έμφαση στη νομική πραγματικότητα που στηρίζεται σε συγκεκριμένα γεγονότα και τις αποδείξεις αυτών και να παραβλεφθεί η βιωμένη πραγματικότητα των ατόμων). Ο επαγγελματίας καλείται να κατανοήσει ποιες επιπτώσεις έχουν αυτές οι διαφορετικές πραγματικότητες στους πρόσφυγες, αλλά και από ποια από τις διαφορετικές πραγματικότητες πηγάζει η συμπεριφορά, το συναίσθημα, κ.ά. που παρατηρούν σε αυτούς.

Το να κατανοούν οι επαγγελματίες αυτές τις πραγματικότητες χωρίς να τις συγχέουν μεταξύ τους είναι ιδιαίτερα σημαντικό. Για παράδειγμα, το να μην μπορεί ο επαγγελματίας να διακρίνει αν μια συγκεκριμένη πραγματικότητα που περιγράφεται από έναν ωφελούμενο βασίζεται στον έντονο πόνο του ή στις προηγούμενες προσδοκίες του που πηγάζουν από ηθικές ή θρησκευτικές πεποιθήσεις μπορεί να οδηγήσει τον επαγγελματία στο να «χάσει» τελείως από μπροστά του τον άνθρωπο. Ένα άλλο πολύ ενδιαφέρον σημείο αφορά στο «πόση από την πραγματικότητα» αντέχουν οι ίδιοι οι επαγγελματίες. Όσοι έχουν δουλέψει με αυτόν τον πληθυσμό μπορούν να βεβαιώσουν ότι ένας ωφελούμενος μπορεί πολύ εύκολα να επιλέξει πόσες και ποιες πληροφορίες μπορεί ο επαγγελματίας, που έχει μπροστά του, να κατανοήσει και να διαχειριστεί.

Από την άλλη πλευρά, η παραμέληση της νομικής πραγματικότητας από τους επαγγελματίες στον ψυχοκοινωνικό τομέα έχει αντίστοιχες αρνητικές συνέπειες. Για παράδειγμα, η αδυναμία να μεταδώσουν τη νομική πτυχή της θυματοποίησης στην οποία οι επιζήσαντες

βασανιστηρίων έχουν εκτεθεί, με έναν ηθικά ορθό τρόπο, θα μπορούσε να συνηγορήσει περαιτέρω στη θυματοποίησή τους. Κάτι τέτοιο έρχεται φυσικά σε αντίθεση με την αρχή «της αποφυγής περαιτέρω βλάβης» και επιδεινώνει την αίσθηση ανασφάλειας και τις δυσάρεστες αντιδράσεις των ατόμων αυτών.

Η νομική πραγματικότητα έχει περαιτέρω αρνητικές συνέπειες όσον αφορά τον παράγοντα της αξιοπιστίας. Κάθε επαγγελματίας πρέπει να είναι προσεκτικός σχετικά με την προσδοκία του για την «απόλυτη αλήθεια». Το ίδιο ριψοκίνδυνο και δυνητικά επιβλαβές μπορεί να είναι να προσεγγίζει κάποιος επαγγελματίας τη διαδικασία για αίτηση ασύλου με βάση το ποινικό δίκαιο αποκλειστικά. Φυσικά, όλα αυτά άπτονται ζητημάτων που είναι πέρα από τους στόχους των επαγγελματιών στον ψυχοκοινωνικό τομέα, αλλά η ερμηνεία της νομικής και ηθικής πραγματικότητας και των επιπτώσεών τους στους επιζήσαντες βασανιστηρίων αφορά, με διαφορετικό τρόπο, όλη τη διεπιστημονική ομάδα επαγγελματιών που τους περιβάλλουν.

### ΠΡΟΣΦΥΓΕΣ ΜΕ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΒΑΣΑΝΙΣΤΗΡΙΩΝ

- Νομικές, ψυχοκοινωνικές και άλλες διαστάσεις του φαινομένου
- Αντιδράσεις στις εμπειρίες βασανιστηρίων
- Ιδιαιτερότητες στη δουλειά με επιζήσαντες βασανιστηρίων

### ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

#### Εξυπηρετούμενοι:

- Διεκδίκηση – εξασφάλιση ωφελημάτων: εξωτερικές ανάγκες και συγκυρίες: επιβίωση
- Ανάγκη για ανα-γνώριση. Όχι ο απρόσωπος "άλλος": εσωτερικές ανάγκες
- Συχνά, αυτά είναι αντιφατικά!

#### Φορείς:

- Επαγγελματική
- Οργανωσιακή
- Πολιτικο-κοινωνικές δομές
- ▶ Προσοχή στα λάθη κατανόησης και αξιολόγησης των διαφόρων πραγματικοτήτων.

### 3.2. ΤΥΠΙΚΕΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΒΑΣΑΝΙΣΤΗΡΙΩΝ, ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΩΝ ΤΩΝ ΘΕΤΙΚΩΝ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΩΝ

Όπως έχει ήδη γίνει σαφές είναι χρήσιμο να εντοπίζονται τα κοινά χαρακτηριστικά ενός συγκεκριμένου πληθυσμού, χωρίς αυτά να παίρνουν τη μορφή μιας συγκεκριμένης, μη αναστρέψιμης παθολογίας. Ως προς τα τυπικά χαρακτηριστικά των ατόμων με εμπειρίες βασανιστηρίων θα μπορούσε να ειπωθεί ότι οι επιζήσαντες έχουν πάνω απ' όλα μια βαθιά αίσθηση (α) παραβίασης της ολότητας τους και (β) αγωνίας, η οποία αναπόφευκτα οδηγεί σε φόβο, έλλειψη ελέγχου, σε μια έντονη αποξένωση και μοναξιά (Schininà, 2004).

Η ταυτότητά τους «γκρεμίζεται», η σκληρότητα που έχουν βιώσει θέτει σε αμφισβήτηση τις αξίες τους, συχνά καταστρέφοντας προηγούμενες απόψεις αναφορικά με την ανθρώπινη φύση και τον κόσμο. Η ψυχική τους ανθεκτικότητα μπορεί να συρρικνωθεί εξαιτίας των αντικρουόμενων τάσεων και συναισθημάτων τους. Από την μια πλευρά, επιθυμούν να επανασυνδεθούν με τους ανθρώπους, να αποκαταστήσουν την αίσθηση εμπιστοσύνης και ασφάλειας ενώ από την άλλη πλευρά μπορεί να αισθάνονται μια ισχυρή ανάγκη να προστατευθούν κρατώντας τους άλλους σε απόσταση.

Αν στόχος είναι να υποστηριχθούν τα άτομα αυτά στην πορεία τους προς τη βελτίωση της ευημερίας τους, αυτή η διχοτόμηση θα πρέπει να «αμβλυυνθεί». Αυτό δεν αναιρεί το γεγονός ότι η εμπειρία των βασανιστηρίων αλλιάζει τους ανθρώπους με πολλούς τρόπους, αλλά υπενθυμίζει και ότι οι άνθρωποι είναι εξαιρετικά ευέλικτοι και ανθεκτικοί. Η χρησιμοποίηση του Πλέγματος Αντιξοότητας και του ΠΟΜΟΛΟ θα φέρει μάλλον στην επιφάνεια ορισμένες πτυχές της προσωπικότητας του ατόμου που έχουν αναπτυχθεί και ενισχυθεί. Το ίδιο το γεγονός ότι ένα άτομο έχει επιβιώσει από αποτρόπαιες αντιξοότητες το προδιαθέτει συχνά σε μια σειρά από ενδυναμωτικά συναισθήματα τα οποία ταυτόχρονα ενεργοποιούν αρνητικές αντιδράσεις. Για παράδειγμα, η απώλεια της εμπιστοσύνης προς τρίτους και η αποξένωση μπορεί να συνδυάζεται ταυτόχρονα με μια υποκειμενική αίσθηση εμπιστοσύνης. Αυτό θα μπορούσε να αναφέρεται στην εμπιστοσύνη προς τον εαυτό τους για την ικανότητά τους να επιβιώνουν, καθώς και στην ανάγκη τους να νιώσουν εμπιστοσύνη προς συγκεκριμένους άλλους, σε μια προσπάθειά τους να απαντήσουν στην ανάγκη για σύνδεση με άλλους ανθρώπους ή για να βρουν ένα χέρι βοήθειας ως απάντηση στην απειλησία τους (Paradopoulos, 2018b).

Πέρα από την ενδυναμωμένη εμπιστοσύνη, μια άλλη θετική αντίδραση θα μπορούσε να είναι μια βαθιά αίσθηση παντοδυναμίας και ανωτερότητας καθώς τα άτομα αυτά μπόρεσαν



να επιζησουν της κακοποίησης που υπέστησαν. Οι επαγγελματίες πρέπει να αποφεύγουν την υπερβολική αντίδραση σε τέτοιου είδους πιθανή αλληζονεία και να προσπαθούν ώστε, σε όλη τη διάρκεια της αλληλεπίδρασης, να μην δημιουργήσουν ποτέ μια ανταγωνιστική σχέση. Φυσικά, ο ρόλος των επαγγελματιών εδώ μπορεί ν' ακολουθήσει δύο διαφορετικές κατευθύνσεις: είτε να φωτίσουν τις υπάρχουσες δυνατότητες των ατόμων και να διευκολύνουν την αποφυγή της διαιώνισης της αίσθησης παντοδυναμίας τους (που είναι μια απόλυτα φυσιολογική αντίδραση!) είτε να διευκολύνουν την ανταγωνιστικότητα που απορρέει από μια ανάγκη για εκδίκηση.

Μια άλλη χρήση του Πλέγματος Αντιξοότητας θα μπορούσε να αφορά στη σχέση τους με την κοινότητα και στην κοινωνική υποστήριξη. Είναι ιδιαίτερα σημαντικό οι επαγγελματίες να φροντίζουν ώστε οι επιζησαντες βασανιστηρίων να μην περιθωριοποιούνται ή απομονώνονται με δική τους επιλογή και να κάνουν ό,τι είναι δυνατόν ώστε να προωθήσουν την ένταξή τους σε κοινωνικές δραστηριότητες και να τους ωθήσουν προς ευκαιρίες ώστε να συμβάλουν με κάποιο τρόπο και οι ίδιοι οι πρόσφυγες στην κοινωμία υποδοχής τους (Schininà, 2004· Asociació EXIL & al Refugiat, CCDA, 2016). Οι επαγγελματίες πρέπει επίσης να μεριμνούν ώστε οι ωφελοόμενοι να περιβάλλονται από ανθρώπους που τους κάνουν να αισθάνονται ασφαλείς και έχουν κάποια κατανόηση ως προς τις εμπειρίες που έχουν βιώσει.

### ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΕΣ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΒΑΣΑΝΙΣΤΗΡΙΩΝ

- Παραβίαση (σώματος, κυριαρχίας, ορίων)
- Οδύνη (σωματική, ψυχική, υπαρξιακή)
- Αποσύνδεση (από άλλους και με εαυτό, στόχος η εξασθένιση των ανθρώπινων δεσμών)
- Άφρατη μοναξιά (απομόνωση, αλληλοτριώση)
- Έλλειψη ελέγχου
- Έλλειψη εμπιστοσύνης (εαυτού και άλλων)
- Διαταραχή αξιών
- Φόβος

Αλλά και

- Ενδυναμωμένη εμπιστοσύνη (εαυτού, άλλων)
- Παντοδυναμία
- Αλληζονεία, αίσθηση ανωτερότητας, ανταγωνιστικότητα

### ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΕΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΕΙΣ ΣΤΙΣ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΒΑΣΑΝΙΣΤΗΡΙΩΝ

- Κράμα αρνητικών και θετικών επιπτώσεων και αντιδράσεων
- (Σχεδόν) απρόβλεπτο πώς το κάθε άτομο θα επηρεαστεί από τα βασανιστήρια, πώς θα τα βιώσει
- (Σχεδόν) απρόβλεπτο πώς στο κάθε άτομο θα εκδηλωθούν αυτές οι επιπτώσεις μέσα στην επικοινωνία του με ένα άλλο άτομο (π.χ., χειριστή ΥΑ, φορέα, επαγγελματία)

### 3.3. ΑΠΟΔΟΜΩΝΤΑΣ ΠΑΓΙΩΜΕΝΕΣ ΑΝΤΙΛΗΨΕΙΣ

Η χρησιμότητα του Πλέγματος Αντιξοότητας δεν περιορίζεται στις τυπικές αντιδράσεις που συχνά εμφανίζονται στους επιζήσαντες βασανιστηρίων, καθώς η πόληψη δεν αφορά μόνο στις αντιδράσεις των ίδιων των επιζήσαντων αθλή και στις παρεμβάσεις που έχουν ως ομάδα στόχο τους επιζήσαντες. Η κοινωνία και το σύστημα συντηρούν αυτή την πόληψη, τονίζοντας την ευαλωτότητα και «ευαισθησία» των ατόμων που έχουν υποστεί βασανιστήρια, συχνά σε ακόμα μεγαλύτερο βαθμό απ' ότι το κάνουν για τους υπόλοιπους πρόσφυγες. Επίσης, το σύστημα συχνά ωθεί τους επαγγελματίες που εργάζονται με τον συγκεκριμένο πληθυσμό να «βλέπουν» αυτά τα άτομα ως θύματα και με τη σειρά του το σύστημα βοηθάει κάποιον μόνο εφόσον έχει αποδειχθεί επίσημα και θεσμικά ότι είναι θύμα.

Το εννοιολογικό πλαίσιο που παρουσιάζεται στο εγχειρίδιο επιδιώκει να αποτρέψει τη διχοτόμηση: θύμα/επιζήσας και ευαλωτότητα/ανθεκτικότητα. Όταν αυτός ο τρόπος σκέψης αφομοιωθεί, οι επιζήσαντες θα μπορέσουν να δουν τον εαυτό τους μέσα από ένα άλλο πρίσμα. Οι επαγγελματίες που δουλεύουν μαζί τους πρέπει να βοηθήσουν τους επιζήσαντες να κατανοήσουν ότι μπορεί να είναι και ευάλωτοι -σε σχέση με ορισμένες παραμέτρους και για μια συγκεκριμένη χρονική περίοδο- αθλή και ανθεκτικοί σε σχέση με άλλες παραμέτρους, και πάλι για μια χρονική περίοδο (Papadopoulos, 2018b).

Πίσω από όλα αυτά υπάρχει και μια άλλη παράδοση πρόκληση που δημιουργεί σύγχυση στους ανθρώπους με εμπειρίες βασανιστηρίων: οι διαφορετικές προσδοκίες των ανθρώπων που καλούνται να τους βοηθήσουν. Ενώ οι γιατροί, οι φυσικοθεραπευτές και μερικές φορές οι ψυχολόγοι ζητούν να δουν και να ενεργοποιήσουν την παντοδυναμία αυτών των ατόμων, οι δικηγόροι «θέλουν» να δουν μια πιο ήπια εκδοχή αυτής της «δύναμης» και να προβάλλουν περισσότερο τις αδυναμίες τους. Αυτός ο τύπος πόληψης ασκεί επιπλέον πίεση στους ωφελούμενους και ουσιαστικά υπονομεύει τη δυνατότητα για βελτίωση της ψυχοκοινωνικής τους ευημερίας, που έχουν πάρει πολύ χρόνο για να την πετύχουν.

### 3.4. ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΕΠΑΦΗ ΚΑΙ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΕΝΑΝΤΙ ΣΥΓΚΑΤΑΘΕΣΗΣ

Για να μπορέσει ένας επαγγελματίας να είναι θεραπευτικός, η ανθρώπινη επαφή είναι πρωταρχικής σημασίας. Χωρίς μια αυθεντική ανθρώπινη επαφή και χωρίς το χτίσιμο μιας ζεστής σχέσης, οποιαδήποτε επαγγελματική επικοινωνία και οποιαδήποτε παροχή υπηρεσιών στον ψυχοκοινωνικό τομέα θα είναι ελλιπής, ελαττωματική.

Ακόμη, έχει φανεί ότι συχνά οι επιζήσαντες έχουν μεγαλύτερη ανάγκη για επανόρθωση όσων έχουν συμβεί και για δικαίωσή τους παρά για ψυχοθεραπεία (Cullinan, 2001). Δεδομένου ότι αυτό δεν είναι πάντοτε εφικτό, η «αναγνώριση» αυτών των ανθρώπων που επιτυγχάνεται μέσα από την επαφή με τον επαγγελματία είναι πολύ σημαντική.

Από ψυχαναλυτική άποψη, οι αλληλαγές στην ταυτότητα των ατόμων με εμπειρίες βασανιστηρίων απαιτούν έντονα την ανάγκη αναγνώρισης, την ανάγκη να μην είναι ένας «απόρροπος άηλος». Μέσα από αυτή την αναγνώριση, ίσως μπορέσει να «ανακουφιστεί» και ο μεγάλος φόβος και η έλλειψη εμπιστοσύνης αυτών των ατόμων. Οι επαγγελματίες θα πρέπει τότε να προσπαθήσουν να δημιουργήσουν έναν ασφαλή χώρο μέσα στον οποίο τα άτομα αυτά θα μπορέσουν τελικά να μοιραστούν τις εμπειρίες τους και τις επιπτώσεις τους.

Οι επαγγελματίες πρέπει επίσης να είναι ανοιχτοί στο να αναγνωρίσουν και να αποδεχτούν τους διάφορους παράγοντες, όπως για παράδειγμα το φύλο ή συγκεκριμένες σχετικές ευαισθησίες, που μπορεί να καταστήσουν κάποιον ακατάλληλο για να δουλέψει με κάποιον συγκεκριμένο ωφελοόμενο. Αυτό δεν πρέπει να τους κάνει να νιώθουν ελλιπείς ή ανίκανοι. Όταν ορισμένοι παράγοντες δεν μπορούν να επιτρέψουν την ουσιαστική και αποτελεσματική συνεργασία μεταξύ ενός επαγγελματία και του ωφελοόμενου πρέπει να το αποδεχτούν και να παραπέμψουν τον ωφελοόμενο σε κάποιον άλλον επαγγελματία με τον οποίο η συνεργασία θα μπορεί να γίνει πιο άνετα και αποτελεσματικά.

Κάτι άλλο που οι επαγγελματίες πρέπει να έχουν στο νου τους είναι ότι μέσα σε μια τέτοιου είδους στενή σχέση μπορεί εύκολα να επηρεαστούν από μια αίσθηση κοινωνικής δικαιοσύνης που ενδεχομένως να αισθάνονται. Παρόλο που κάτι τέτοιο αναπόφευκτα θα προκύψει όταν ένας επαγγελματίας εμπλέκεται στον «ανθρωπιστικό τομέα» και, μάλιστα, αυτή η αίσθηση αποτελεί συχνά κίνητρο για αυτόν, η δημιουργία μιας «συμμαχίας» αυτού του είδους ίσως βλάψει την ψυχοκοινωνική δουλειά με τους συγκεκριμένους ωφελοόμενους.

Έχουν ήδη αναφερθεί οι αρνητικές επιπτώσεις της διατήρησης του «τρίγωνου του θύματος». Μια απ' αυτές είναι ότι μπορεί να εντείνει τα εκδικητικά συναισθήματα που δεν

επιτρέπουν στους ανθρώπους να συνεχίσουν τη ζωή τους. Είναι λοιπόν κατανοητό ότι η ανθρώπινη επαφή με τους ωφεληόμενους δεν πρέπει να έχει τη μορφή μιας συμμαχίας, αλλά μιας θεραπευτικής σχέσης (και εδώ δεν εννοείται ψυχοθεραπευτικής, αλλά μια σχέσης που επιφέρει βελτιωτικές αλλαγές για το άτομο).

Το χτίσιμο μιας σχέσης εμπιστοσύνης μέσω της ανθρώπινης επαφής ασφαλώς δεν είναι εύκολο να γίνει και, ακόμη κι αν γίνει, δεν σημαίνει ότι δεν θα υφίστανται προκλήσεις. Θα εξακολουθούν να υπάρχουν διλήμματα, τα περισσότερα από τα οποία μπορεί να αφορούν τους διαφορετικούς στόχους και τις διαφορετικές προσδοκίες μεταξύ επαγγελματιών και ωφεληόμενων. Κάποιοι μπορεί να αποφεύγουν ή να απωθούν ορισμένα θέματα και γεγονότα, να αρνιούνται κάποιες πραγματικότητες (ως μηχανισμοί επιβίωσης και αντιμετώπισης) ενώ έντονες συναισθηματικές αντιδράσεις θα προκύπτουν επίσης συχνά. Θα υπάρχουν ακόμη στοιχεία που θα πυροδοτούν την αναβίωση και ανάμνηση γεγονότων του παρελθόντος. Φυσικά οι επαγγελματίες δεν θα πρέπει να έχουν ως στόχο τον πλήρη περιορισμό αυτών. Αυτό στο οποίο στοχεύουν είναι να εξερευνήσουν και να φωτίσουν τις αντιδράσεις των ατόμων με εμπειρίες βασανιστηρίων, τις αιτίες και τα αποτελέσματα αυτών των αντιδράσεων, ανάλογα με τη μοναδική εμπειρία και τις συνθήκες του περιβάλλοντος του ατόμου.

Επιστρέφοντας στη συνεργική προσέγγιση, κρίνεται απαραίτητο να διαχωριστούν οι έννοιες *συνεργασία* και *συγκατάθεση* (Papadopoulos, 2018b). Οι επαγγελματίες επιζητούν συχνά τη συγκατάθεση των ωφεληόμενων έτσι ώστε οι ίδιοι να προετοιμάσουν και να καθοδηγήσουν τις παρεμβάσεις τους συνοδικά με μειωμένη ανατροφοδότηση ή συμμετοχή από το άτομο που λαμβάνει την υποστήριξη. Αντί να επιζητούν τον έλεγχο αυτής της διεργασίας, οι επαγγελματίες πρέπει να προσπαθήσουν να συν-κατασκευάσουν ένα σχέδιο δράσης μαζί με τους εξυπηρετούμενους από την αρχή μέχρι το τέλος. Αυτό το σχέδιο περιλαμβάνει κυρίως την αναδιτύπωση της αφήγησης της ιστορίας ζωής τους, την επανεξέταση των αιτίων πίσω από τη διαμόρφωση των αξιών τους καθώς και μια συνεχή παρακολούθηση των σταδιακών, ακόμη και ανεπαίσθητων, αλλαγών. Πάνω απ' όλα, αυτό που κάνει τη συγκεκριμένη συνεργική προσέγγιση ξεχωριστή είναι ότι ο επαγγελματίας δεν χρειάζεται να έχει ένα προ-καθορισμένο σχέδιο, αλλά ένα γενικότερο και πιο ευέλικτο πλάνο συνεργασίας που μπορεί να αλλάξει ανάλογα με τον τρόπο με τον οποίο διαμορφώνονται οι συναντήσεις.

### 3.5. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΙΚΕΣ ΣΚΕΨΕΙΣ ΓΥΡΩ ΑΠΟ ΤΗΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ ΜΕ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΒΑΣΑΝΙΣΤΗΡΙΩΝ

Η εμπειρία βασανιστηρίων σίγουρα έχει συνέπειες συχνά μη αναστρέψιμες και οι άνθρωποι που έχουν βιώσει τέτοιου είδους εμπειρίες πρέπει να αντιμετωπίζονται με προσοχή και φροντίδα. Είναι, ωστόσο, πολύ σημαντικό να θυμόμαστε ότι οι αντιδράσεις στη βία είναι πολύπλευρες και, ταυτόχρονα με τις αρνητικές αντιδράσεις, τα άτομα μπορεί να βιώσουν και κάποιες θετικές επιπτώσεις και προσωπική ανάπτυξη. Ο τρόπος με τον οποίο κάποιος επηρεάζεται από την εμπειρία βασανιστηρίων είναι εξαιρετικά απρόβλεπτος και αυτή η διαφοροποίηση των αντιδράσεων εξαρτάται, μεταξύ άλλων, και από τις προηγούμενες εμπειρίες και από τις παρούσες συνθήκες, καθώς και από την ποιότητα της επαφής με τους επαγγελματίες που έχουν αναλάβει την υποστήριξή του. Οι ταυτότητες δεν είναι μονοδιάστατες και οι επιζήσαντες βασανιστηρίων δεν αποτελούν μια ομοιογενή ομάδα (Cullinan, 2001). Ο ρόλος των επαγγελματιών στον ψυχοκοινωνικό τομέα είναι να διερευνήσουν τα προσωπικά γεγονότα και τις εμπειρίες που βοηθούν κάποιον να σχηματίσει μια πιο ολοκληρωμένη εικόνα του εαυτού του.

Η έννοια του χρόνου πρέπει επίσης να γίνει κατανοητή από τα άτομα με εμπειρίες βασανιστηρίων καθώς και το πώς η θεραπευτική διεργασία πρόκειται να περάσει από διαφορετικές (όχι απαραίτητα ομοιόμορφες) αλληλαγές, οι οποίες δεν συνδέονται άμεσα με την προσωπική πρόοδο και την βελτίωσή τους. Οι προσδοκίες και οι στόχοι πρέπει επίσης να συν-κατασκευάζονται και να παρακολουθούνται στενά μέσα από τη συνεργική προσπάθεια. Οι επαγγελματίες πρέπει να είναι σε θέση να ξεπεράσουν την αίσθηση της αδικίας και την υπερβολική έμφαση στη νομική/ηθική πλευρά της πραγματικότητας αυτών των ανθρώπων και να προσπαθήσουν να δουν τα άτομα αυτά ως όντα πολύπλοκα, μοναδικά και μέσα στην ολότητά τους, που έχουν την ικανότητα να επαναπροσδιορίσουν το παρόν και το μέλλον τους. Για να γίνει αυτό, οι επαγγελματίες δεν μπορούν να επιτρέψουν στους εαυτούς τους ή στα άτομα που υποστηρίζουν να επηρεάζονται από τις κυρίαρχες αφηγήσεις που συντηρούν την πόληωση, καθώς αυτές συνήθως διακηρύττουν ότι ένα άτομο που έχει εκτεθεί σε ακραίες και οδυνηρές αντιξοότητες έχει μόνιμα και παθολογικά τραυματιστεί.

Οι άνθρωποι που δουλεύουν με επιζήσαντες πρέπει πρωτίστως να δημιουργήσουν μια ανθρώπινη επαφή. Όταν αυτοί, που παρέχουν υποστήριξη, μπορέσουν πραγματικά να πιστέψουν στην ευελιξία των ατόμων με εμπειρίες βασανιστηρίων και στην ικανότητά τους να εξελίσσονται, τότε και τα ίδια τα άτομα θα πιστέψουν στην ανθεκτικότητα και στη δυνατότητά τους για θετική ανάπτυξη.

Για εκτενέστερη αναφορά στις ιδιαιτερότητες της εργασίας με άτομα με εμπειρίες βασανιστηρίων, από τον Καθ. Παπαδόπουλο, δείτε [εδώ](#)

## Άσκηση 11η

Στην ακόλουθη περίπτωση, προσπαθήστε να διακρίνετε τις πτυχές στις οποίες είναι κυρίαρχη η ταυτότητα του θύματος και τις πτυχές στις οποίες είναι κυρίαρχη η ταυτότητα του επιζήσαντος. Προσπαθήστε να σκεφτείτε σε ποιες περιστάσεις η συγκεκριμένη γυναίκα πρέπει να κάνει χρήση της θέσης της ως θύμα και σε ποιες περιστάσεις πρέπει να δώσει έμφαση και να «χρησιμοποιήσει» τη θέση της ως επιζήσασα. Προσπαθήστε να εντοπίσετε τις αντιδράσεις, τα συναισθήματα και τη στάση της (όπως και εκείνες των επαγγελματιών) μέσα στο πλαίσιο του Πλέγματος Θύματος (βλ. σελ. 134).

Μερικές φορές, οι διαφορετικοί επαγγελματίες που εργάζονται μαζί σε μια διακλαδική ομάδα μπορεί να εστιάζουν περισσότερο στην ταυτότητα του θύματος ή του επιζήσαντος, ανάλογα με τους διαφορετικούς προσανατολισμούς και τις βλέψεις τους, που εξυπηρετούν συγκεκριμένες ανάγκες. Σκεφτείτε πώς η διακλαδική ομάδα μπορεί να διαχειρίζεται αυτές τις διαφορετικές εστιάσεις που μπορεί να φαίνονται αντικρουόμενες.

Η Marai 26 ετών, κατάγεται από χώρα της Δυτικής Αφρικής. Προέρχεται από μια οικογένεια με έντονη αντικαθεστωτική δράση. Ο πατέρας της έχει συμμετάσχει σε διάφορες κινητοποιήσεις και ηγούταν σε διάφορες άτυπες οργανώσεις. Λόγω αυτού, ολόκληρη η οικογένεια ήταν στόχος.

Η ίδια η Marai συμμετείχε σε ομάδες στο πανεπιστήμιό της που είχαν οργανώσει διαμαρτυρίες. Είχε έντονη πολιτική δραστηριότητα και ήταν πολύ ευαίσθητη σε ζητήματα ανισότητας που ήταν επίμαχα στην πατρίδα της.

Μια μέρα ο πατέρας της συνελήφθη. Λίγο αργότερα, απήγαγαν την ίδια την Marai. Φυλακίστηκε από παραστρατιωτικές δυνάμεις για πολλούς μήνες, κατά τη διάρκεια των οποίων υποβαλλόταν συνεχώς σε βασανιστήρια, βιασμούς και ταπεινώσεις.

Δεν είναι σαφές αν την άφησαν να φύγει μετά από κάποιο διάστημα ή αν κατάφερε η ίδια να ξεφύγει. Έφυγε από τη χώρα και ήρθε στην Ελλάδα πριν δυο χρόνια. Τους πρώτους μήνες στην Ελλάδα, ζούσε στον δρόμο. Άρχισε να κάνει κατάχρηση ουσιών. Για να μπορεί να εξασφαλίζει κάποια χρήματα ώστε να κάνει χρήση, ανα-

γκαζόταν να εκδίδεται. Μετά από κάποιο διάστημα, έμεινε έγκυος και τότε αποφάσισε ότι ήρθε η ώρα να ζητήσει υποστήριξη.

Αρχικά το αίτημά της αφορούσε τη βοήθεια σχετικά με την εγκυμοσύνη, αλλά αργότερα άρχισε να διερευνά την παροχή και άλλων κοινωνικών υπηρεσιών, αναγνωρίζοντας την ανάγκη να αλληλάξει τις συνθήκες στις οποίες ζούσε κυρίως για χάρη του παιδιού.

Αφού δικτυώθηκε με αρκετούς οργανισμούς και εξασφάλισε ένα ασφαλές καταφύγιο για εκείνη και το μωρό, η Marai άρχισε να κινητοποιείται για την υποβολή αίτησης ασύλου και την έκδοση νομιμοποιητικών εγγράφων.

Σήμερα μένει σε ένα διαμέρισμα μαζί με άλλες συμπατριώτισσές της. Οι άλλες γυναίκες την βοηθούν στη φροντίδα της κόρης της. Η Marai είναι αρκετά κινητοποιημένη και παρακολουθεί μαθήματα ελληνικών και αγγλικών. Δουλεύει εθελοντικά ως μαγείρισσα για την κοινότητά της και έχει αρχίσει να παρασκευάζει τα δικά της προϊόντα και να τα πουλάει για να κερδίζει τα προς το ζην και να καλύπτει τις βασικές της ανάγκες. Έχει ανακτήσει εκ νέου το ενδιαφέρον της για την πολιτική και προσπαθεί να ενημερώνεται για την κατάσταση στη χώρα της. Έχει συμμετάσχει σε μερικές ΜΚΟ, σε φεστιβάλ, σε διαμαρτυρίες και δραστηριοποιείται στον τομέα της συνηγορίας και προάσπισης των δικαιωμάτων.

Η Marai παλεύει για να διεκδικήσει τα δικαιώματά της και έχει διανύσει έναν πολύ μακρύ δρόμο από τον πρώτο καιρό που ήρθε στην Ελλάδα μέχρι τώρα. Βλέπει τον εαυτό της ως μια ανεξάρτητη, ισχυρή και διεκδικητική γυναίκα.

Έχει, όμως, και μια δεύτερη, πιο ευάλωτη πλευρά, η οποία εμφανίζεται κυρίως κατά τη διάρκεια των επαφών της με επαγγελματίες (δικηγόρους, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς). Σε αυτούς, μιλά για το παρελθόν της και τις τεράστιες δυσκολίες που έχει περάσει και θεωρεί ότι αυτές τις έχουν αφήσει «ουλές που ποτέ δεν θα μπορέσουν να φύγουν».

Στις συναντήσεις της για την αίτηση ασύλου παρουσιάζει συχνά συναισθηματικά ξεσπάσματα. Λόγω της «ευαλωτότητας» της, έχει μπορέσει να εξασφαλίσει την cash card και ένα ασφαλές καταφύγιο και ελπίζει ότι η αίτησή της για άσυλο θα έχει επιτυχή έκβαση. Για τους σκοπούς αυτούς, έχει «χρησιμοποιήσει» την ιδιότητά της ως μόνη μητέρα, αλλά και την ταυτότητά της ως επιζήσασσα βασανιστηρίων. Μερικές φορές δυσκολεύεται να έχει αυτούς τους δυο ρόλους: αυτόν της ανεξάρτητης γυναίκας που στηρίζει τους άλλους και εκείνον μιας αβοήθητης, ευάλωτης γυναίκας που είναι

μόνη της και χρειάζεται βοήθεια. Ο δικηγόρος της την έχει ενισχύσει στο να χρησιμοποιήσει κατάλληλα το στάτους της ως θύμα.

Κάποια στιγμή, η Marai ζήτησε να φύγει από το διαμέρισμά της, καθώς της δημιουργούσε προβλήματα το γεγονός ότι έμενε μαζί με πολλές άλλες γυναίκες. Ένωθε επιβαρυνμένη με πρόσθετες ευθύνες, καθώς έπρεπε να φροντίζει όχι μόνο την κόρη της αλλά και άλλους ανθρώπους στο σπίτι.

Λόγω της ταυτότητάς της ως «ευάλωτη» (μόνη μητέρα με μωρό), κατόρθωσε να υποβάλει αίτηση για θέση σε ξενώνα για μητέρες πρόσφυγες. Παρόλο αυτά, ενώ της δόθηκε αυτή η δυνατότητα, αποφάσισε να μη μείνει εκεί όταν αντιλήφθηκε ότι οι αυστηροί κανόνες που έπρεπε να τηρεί κατά τη διαμονή της δεν ανταποκρίνονταν στον τρόπο που η ίδια ήθελε να ζήσει, με βάση τις προηγούμενες εμπειρίες και την αίσθηση ανεξαρτησίας της.

Οι επαγγελματίες που έρχονται σε επαφή μαζί της την χαρακτηρίζουν ως μια ιδιαίτερα αξιόλογη γυναίκα, η οποία μπορεί να εμπνεύσει τους ανθρώπους γύρω της. Είναι περήφανη για τον τρόπο με τον οποίο «μάχεται», αν και αναγνωρίζει τον ρόλο της τύχης όταν πρόκειται για την απόφασή της να αλλάξει τη ζωή της.

Τίποτα από αυτά, ωστόσο, δεν την βοηθάει να ξεχάσει τη ντροπή που αισθάνεται για αυτά που έχει περάσει. Ακόμα θρηνεί και ορκίζεται ότι δεν θα σταματήσει ποτέ να θρηνεί και να πονάει. Τονίζει ότι ο πόνος της είναι πολύ έντονος και αδυνατεί να «τον αφήσει πίσω της.»

Λατρεύει να βοηθάει τους ανθρώπους στην κοινότητα και ιδιαίτερα τους νεο-αφιχθέντες στην Ελλάδα που, όπως πιστεύει εκείνη, αισθάνονται χαμένοι, αποπροσανατολισμένοι και μόνοι.

Τους βοηθάει να ενσωματώνονται και τους δίνει συμβουλές για τις γραφειοκρατικές διαδικασίες στη χώρα, όπως ακριβώς έδωσε κάποτε και σε αυτήν η κοινωνική λειτουργός της.

Ταυτόχρονα, παραδέχεται ότι παρόλο που είναι σε θέση να μεταδίδει θετική στάση και να στηρίζει τους άλλους, αισθάνεται ότι της είναι αδύνατο να εφαρμόσει αυτές τις συμβουλές στον εαυτό της.

Είναι συνεχώς αγχωμένη και αβέβαιη για το πώς θα μπορέσει να προσφέρει μια υγιή παιδική ηλικία στην κόρη της, και έχει μικτά συναισθήματα για το μέλλον. Αυτές οι όψεις της ζωής της «εμφανίζονται» μόνο στην ψυχοθεραπεία και οι περισσότεροι από τους ανθρώπους γύρω της δεν γνωρίζουν το μέγεθος της δυσφορίας της.



## ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ - ΚΑΤΕΥΘΥΝΣΕΙΣ

- Αναλογιστείτε πάνω στο εξής δίλημμα: η Marai πρέπει να διεκδικήσει τα ωφελήματα που δικαιούται ή την προσωπική της αξιοπρέπεια;
- Σκεφτείτε την Πολυπλοκότητα! Είναι και επιζήσασα και θύμα σε σχέση με διαφορετικές παραμέτρους.
- Σκεφτείτε πώς αυτές οι αντιφατικές καταστάσεις μπορεί να επηρεάσουν την αίσθηση δυσφορίας που νιώθει.

\* \* \*

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Cullinan, S. (2001). *Torture Survivors' Perceptions of Reparation: Preliminary Survey*. London: The Redress Trust.

Asociación E X I L, & al Refugiat, C. C. D. A. (2016). *Good Practices with Victims of Torture*. Ανακτημένο από <https://www.refugio-muenchen.de/wp-content/uploads/2016/03/Good-practices-with-victims-of-torture.pdf>

Papadopoulos, R. K. (2018b). *Victimisation in the context of care for torture survivors* [Translated]. [PowerPoint Slides]

Schininà, G. (2004). Psychosocial Support to Groups of Victims of Human Trafficking in Transit Situations. Psychosocial Notebook, 4. Ανακτημένο από [http://publications.iom.int/system/files/pdf/psychosocial\\_support\\_transit.pdf](http://publications.iom.int/system/files/pdf/psychosocial_support_transit.pdf)



# Φροντίδα επαγγελματιών

## ΣΚΟΠΟΣ

Στο κεφάλαιο αυτό παρουσιάζονται οι ιδιαίτερες προκλήσεις στην εργασία με εκτοπισμένα άτομα και η αναγκαιότητα της φροντίδας επαγγελματιών. Προτείνονται μέτρα, των οποίων η εφαρμογή θα μπορούσε να επιτρέψει στους επαγγελματίες να φροντίζουν τον εαυτό τους και τις σχέσεις τους ώστε να είναι σε θέση να ασχοληθούν με τους ωφελούμενους με έναν πιο αποτελεσματικό τρόπο.

## ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο τέλος του κεφαλαίου οι αναγνώστες θα είναι σε θέση:

- Να προσδιορίσουν τις ποικίλες προκλήσεις και τους ψυχοπαιστικούς παράγοντες που αντιμετωπίζουν οι επαγγελματίες που δουλεύουν με πρόσφυγες,
- Να αναθεωρήσουν τις γνωσιολογικές τους προσεγγίσεις και να μυηθούν σε νέους τρόπους κατανόησης του προσφυγικού φαινομένου και της δουλειάς τους, που μπορεί να ευνοήσουν και την προσωπική τους ευημερία,
- Να κατανοήσουν πώς το Πλήγμα Αντιξοότητας μπορεί να δράσει ως «αντίδοτο» αφενός στο αφήγημα των προσφύγων ως τραυματισμένα θύματα αφετέρου στην τοποθέτηση των επαγγελματιών ως σωτήρων επιρρεπών στην επαγγελματική εξουθένωση (*burnout*),
- Να αναγνωρίσουν πόσο σημαντικό ζήτημα είναι η της φροντίδας επαγγελματιών και να αναλογιστούν χρήσιμους τρόπους και τεχνικές χειρισμού που μπορούν να υιοθετήσουν για την προσωπική τους φροντίδα.

**Λέξεις-κλειδιά:** Προκλήσεις στη δουλειά με πρόσφυγες, επαγγελματική εξουθένωση (*burnout*), αντίδοτο, φροντίδα επαγγελματιών

## 1η ΕΝΟΤΗΤΑ

### ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΜΕ ΤΟΥΣ ΠΡΟΣΦΥΓΕΣ ΣΤΟΥΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ

Στα προηγούμενα κεφάλαια παρουσιάστηκαν πολλαπλές έννοιες και εργαλεία με τα οποία οι επαγγελματίες στο πεδίο της ψυχοκοινωνικής στήριξης μπορούν να εμπλουτίσουν τις προσεγγίσεις τους για τη φροντίδα των προσφύγων. Σε αυτό το κεφάλαιο η προσοχή στρέφεται στον αντίκτυπο που, οι εγγενείς δυσκολίες στη δουλειά με εκτοπισθέντες, έχουν στην ψυχική ισορροπία των επαγγελματιών.

#### 1.1. ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΛΟΓΩ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Η εργασία με εκτοπισμένους ανθρώπους ενέχει, από τη φύση της, την κατά μέτωπο συνάντηση με την ανθρώπινη οδύνη. Οι επαγγελματίες καθλούνται καθημερινά να στηρίξουν ανθρώπους που ήρθαν αντιμέτωποι με τον πόλεμο, τη βία και τον θάνατο. Ανάλογα με την χρονική στιγμή στην οποία βρίσκονται, σε σχέση με τον εκτοπισμό τους, οι ανάγκες τους μεταβάλλονται, είναι πολύπλοκες και διαφορετικές: κάποιοι από αυτούς προσπαθούν ακόμα να συνειδητοποιήσουν αυτό που συνέβη, ενώ άλλοι αρχίζουν να σχεδιάζουν ένα μέλλον προκειμένου να ενταχθούν σε μια καινούρια πραγματικότητα (Robertshaw, Dhesi & Jones, 2018). Η σύνθετη ψυχική κατάσταση στην οποία βρίσκονται οι πρόσφυγες καθιστά συχνά την αλληλεπίδραση μαζί τους πολύπλοκη και δύσκολη. Η κατανόηση από πλευράς επαγγελματιών δεν είναι εύκολο εγχείρημα, ιδιαίτερα όταν η γνωσιολογία που συνειδητά ή ασυνείδητα υιοθετούν είναι λανθασμένη.

Η λανθασμένη αυτή γνωσιολογία, αν δεν γίνει συνειδητή και εάν δεν εντοπιστεί και τεθεί υπό συζήτηση μέσα από την κατάλληλη εποπτεία και εκπαίδευση, αλλιώς και μέσα από την καθημερινή αλληλεπίδραση με τους συνεργάτες σε καθορισμένες και μη συναντήσεις, επιφυλάσσουν την επαγγελματική εξουθένωση. Σχετικές έρευνες έχουν ασχοληθεί με τον διαμεσοληθούμενο ή έμμεσο τραυματισμό (vicarious traumatization) (Bloom, 2003), που φθείρει τους επαγγελματίες. Ο τραυματισμός αυτός προκαλείται, μέσω της ταύτισης, από τη συνεχή έκθεση των επαγγελματιών στις τραυματικές αφηγήσεις των ανθρώπων με εμπειρίες βιαιοτήτων ή βασανιστηρίων.

Όπως ειπώθηκε παραπάνω, η λανθασμένη γνωσιολογία οδηγεί σε ένα διπολικό αφήγημα σύμφωνα με το οποίο οι ωφελούμενοι έχουν μόνιμα την ταυτότητα του θύματος

και επομένως οι επαγγελματίες την ιδιότητα του σωτήρα. Το αφήγημα αυτό στερεί από τους επαγγελματίες την κατανόηση των ωφελούμενων ως ατόμων με δυνατότητες για πολύπλοκες αντιδράσεις στην αντιξοότητα (Paradopoulos, 2009). Η μονόπλευρη αυτή θεώρηση οδηγεί μαθηματικά σε αδιέξοδο τον επαγγελματία αφού κανένα άτομο που γίνεται αντιληπτό αποκλειστικά ως θύμα δεν μπορεί να λάβει βοήθεια με εποικοδομητικό τρόπο και να προχωρήσει σταδιακά σε μια ομαλή ένταξη στην καινούρια πραγματικότητα.

Σχηματικά μπορούμε να διακρίνουμε τρεις διαφορετικές φάσεις στις αντιδράσεις των επαγγελματιών που αντιλαμβάνονται την κατάσταση με διπολικό τρόπο (θύμα-σωτήρες):

- Η περίοδος της υπερπαραγωγής και του ενθουσιασμού: Αρχικά, οι επαγγελματίες διανύουν μια περίοδο έντονης κινητοποίησης και ενθουσιασμού. Βαθιά συγκινημένοι από την οδύνη με την οποία έρχονται σε επαφή καταλαμβάνονται από ηρωικές φαντασιώσεις σύμφωνα με τις οποίες μέσω της καινούργιας εργασίας τους συμμετέχουν στη σωτηρία του κόσμου και η ζωή τους αποκτά ένα διαφορετικό νόημα. Οι εργασιακοί ρυθμοί χαρακτηρίζονται από μια υπερδραστηριότητα με οθιόενα και περισσότερες δράσεις και ιδέες να προσπαθούν να μπουν σε εφαρμογή γεμίζοντας το 100% του εργασιακού τους χρόνου και με τάση για υπερωρίες. Κατά την περίοδο αυτή η κοινωνική ζωή τείνει να αφιερώνεται σχεδόν αποκλειστικά στους συναδέλφους του πεδίου ενώ τα ωράρια και οι προσωπικές ανάγκες αμελούνται διαρκώς χωρίς αυτό να γίνεται άμεσα αντιληπτό λόγω του αισθήματος ευφορίας που κυριαρχεί.
- Η περίοδος της άμυνας και της καχυποψίας: Ακολουθεί μια περίοδος ματαίωσης επειδή, παρά τις υπεράνθρωπες προσωπικές προσπάθειες, η κατάσταση προφανώς βελτιώνεται μόνο σταδιακά και κατά περίπτωση και επίσης δεν επιφέρει την επιθυμητή αναγνώριση από τους ωφελούμενους των οποίων τα τεράστια προβλήματα επεκτείνονται χρονικά, πρακτικά και ψυχικά, πολύ πέραν από τις προσωπικές τους προσπάθειες. Στην πραγματικότητα, ακριβώς επειδή τα προβλήματα απορρέουν από μια εξαιρετικά δύσκολη εξωτερική πραγματικότητα πέρα από τις δυνάμεις των εργαζομένων, η αρχική τους κινητοποίηση μετατρέπεται στα ακόλουθα συναισθήματα ανάλογα με τις προσωπικότητες: ενοχή, αίσθημα ανεπάρκειας, αίσθημα αβοήθητου, ντροπή, καχυποψία, επιφυλακτικότητα, κ.ά. Καθώς αυτά τα αρνητικά αισθήματα είναι αβάσταχτα, τείνουν να αποδίδονται σε ανεπάρκειες ή λάθη άλλων συναδέλφων (ή άλλων οργανισμών ή άλλων πτυχών του συστήματος), τείνουν δηλαδή να προβάλλονται σε κάτι που βρίσκεται «έξω» από τον εαυτό τους. Αυτές λοιπόν οι αποδόσεις

ευθυνών στη συνέχεια συγκροτούν το υλικό από το οποίο κατασκευάζονται οι αποδιοπομπαίοι τράγοι (υπόδειξη συγκεκριμένων ατόμων ως υπαίτιων για τις δυσκολίες της δομής, κλίκες μεταξύ των εργαζομένων κατά ειδικότητες ή κατά περιοχές ή μεταξύ παλιότερων και νεοαφιχθέντων). Η κατασκευή αποδιοπομπαίων τράγων ενώ εν μέρει ανακουφίζει (γιατί το λάθος βρίσκεται κάπου αλλού) από την άληθη μονιμοποιεί τις προβληματικές καταστάσεις και σχέσεις και απομακρύνει την οποιαδήποτε λύση αυτών των καταστάσεων (Ιωαννίδης, 2008).

- Η περίοδος της αποστασιοποίησης (ή του αναστοχασμού). Ακολουθεί μια τρίτη περίοδος όπου τα παραπάνω αμβλύνονται και διαγράφονται δυο πιθανές εξελίξεις:
  - Στην πρώτη περίπτωση οι εργαζόμενοι θα τείνουν να κρατάνε μια απόσταση ασφαλείας από την εργασία τους προστατευμένοι μεν αλλιά στερημένοι από νόημα, επομένως έχοντας να καταπολεμήσουν το αίσθημα ανίας που προκύπτει από την μηχανική και επαναλαμβανόμενη αντίληψη του ρόλου τους (Ιωαννίδης, 2008).
  - Στη δεύτερη περίπτωση όλα τα παραπάνω θα αποτελέσουν υλικό για την κατανόηση του εαυτού τους, των συναδέλφων αλλιά και των ωφελομένων εμπλουτίζοντας την εργασιακή τους εμπειρία και χωρίς να χάνουν την πολυηλικότητα στην κατανόησή τους και αποφεύγοντας τα στερεότυπα (βλ. «αντίδοτα» στη συνέχεια).

Όλες οι αντιδράσεις των επαγγελματιών γίνονται αισθητές από τους ωφελομένους και τελικά επιστρέφουν με κάποιο τρόπο στους εργαζόμενους προσθέτοντας δυσκολίες και αδιέξοδα. Πιο συγκεκριμένα:

**1.** Η αρχική στάση που βασίζεται στο δίπολο θύμα-σωτήρας, όπως ήδη αναφέρθηκε, ωθεί τους εργαζόμενους σε μια παντοδυναμική υπερπροσφορά που στην ουσία υποτιμά τις δυνατότητες των ωφελομένων για ανθεκτικές και θετικές αντιδράσεις στην αντιξοότητα. Η υπερπροσφορά αυτή καλλιεργεί υπερβολικές προσδοκίες στους ωφελομένους ως προς τη βοήθεια που θα έχουν να λάβουν ενώ τους αποθαρρύνει από την ανάληψη πρωτοβουλιών και από την επιστράτευση των δεξιοτήτων τους προς μια δημιουργικά συμβιβαστική προσαρμογή στη νέα τους πραγματικότητα. Μέσα σε αυτό το κλίμα οι ωφελομένοι συχνά παλινδρομούν σε μια παθητική-παιδική θέση περιμένοντας τα πάντα από τις υπηρεσίες, απαιτώντας ιδανικές, άμεσες και μη ρεαλιστικές λύσεις στα προβλήματά τους (π.χ., την ιδανική κατοικία, την μαγικά άμεση απάντηση στα νομικά αιτήματά τους, κλπ.). Πίσω από αυτή την απαιτητικότητα κρύβεται η οδύνη και η προσπάθεια των ωφελομένων να ξεφύγουν από αυτήν ή έστω να την αποφορτίσουν (να ξεσπάσουν). Όταν όμως οι

εργαζόμενοι φέρονται με πατερναλισμό (ως σωτήρες απέναντι σε θύματα) συνεισφέρουν στην μονιμοποίηση αυτής τη φυσιολογικής φάσης, η οποία καθιστά στη συνέχεια την αλληλεπίδραση μαζί τους πάρα πολύ δύσκολη.

**2.** Αργά ή γρήγορα η φαντασίωση του σωτήρα τείνει να ματαιωθεί. Οι εργαζόμενοι κάποια στιγμή θα διαπιστώσουν ότι τελικά «θα σώσουν τον κόσμο μια άλλη μέρα!». Στην δυσμενή εκδοχή αυτή της ματαίωσης οι εργαζόμενοι θα τείνουν να υιοθετήσουν μια απαθή και αποστασιοποιημένη στάση πολλές φορές μειώνοντας δραστικά τον χρόνο που περνούν με τους ίδιους τους ωφελούμενους, και σε ποσοτικό αλλήλ κυρίως σε ποιοτικό επίπεδο. Είναι πιθανόν δηλαδή να αποφεύγουν την ψυχική σύνδεση μαζί τους. Ο φαύλος κύκλος σε αυτή τη φάση θέλει τους εργαζόμενους όλο και πιο αποστασιοποιημένους, το οποίο ωθεί τους ωφελούμενους να γίνονται όλο και πιο απαιτητικοί και σε απάντηση αυτού τους εργαζόμενους ακόμα πιο αμυντικούς και ούτω καθεξής. Η άκρη του νήματος έχει πλέον χαθεί σε «παιχνίδι της γάτας με το ποντίκι».

Θα πρέπει να τονιστεί ότι οι επαγγελματίες και τα εκτοπισμένα άτομα μπορεί να βιώσουν τα παραπάνω στάδια με οποιαδήποτε σειρά και όχι απαραίτητα γραμμικά. Τα συναισθήματα που αντιστοιχούν σε αυτά τα στάδια μπορεί να βιώνονται με μια κυκλικότητα, ειδικά όταν παραμένουν ασυνείδητα και ασαφή. Συχνά παρατηρούμε μια αμφιταλάντευση μεταξύ υπερπροσπάθειας και απάθειας, μεταξύ φαντασιώσεων παντοδυναμίας και παλινδρόμησης σε μια παθητικότητα, ένα πήγαιν' έλα τελικά, μεταξύ αυτών των δυο άκρων. Επίσης, σε έναν βαθμό ως στάδια και τάσεις όλα τα παραπάνω τείνουν να βιωθούν σχεδόν από όλους τους εργαζόμενους. Το ζητούμενο είναι να γίνουν αντιληπτά, να αξιοποιηθούν και να μετουσιωθούν εγκαίρως σε άλλες πιο αποτελεσματικές στρατηγικές.

## 1.2. ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΠΟΥ ΣΧΕΤΙΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΙΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΣΕ ΣΥΓΚΡΕΚΡΙΜΕΝΑ ΠΛΑΙΣΙΑ

Σε συνδυασμό με τις μη ρεαλιστικές προσδοκίες και την πληθώρα προκλήσεων που περιγράφηκαν, οι πιέσεις που ασκούνται από τις οργανώσεις και το γενικότερο πλαίσιο προσθέτουν επιπλέον βάρος στις πηλότες των επαγγελματιών. Τα υψηλά και απρόβλεπτα ωράρια ενός εξ ορισμού ψυχοπαιστικού περιβάλλοντος, η οργανωτική ανετοιμότητα και συχνά κακή συνεργασία μεταξύ οργανισμών, και συνεπώς οι μη καθορισμένοι ρόλοι και οι υψηλές προσδοκίες σε προγράμματα των οποίων η συνέχεια είναι άγνωστη επιβαρύνουν πε-

ραιτέρω τη συναισθηματική και σωματική εξουθένωση (Mental Health and Psychosocial Support Working Group, 2018· Robertshaw et al., 2018). Οι συχνές αλληλαγές στο προσωπικό και τα βραχυπρόθεσμα projects σχεδόν επιβάλλουν υπαρξιακές και οικονομικές ανασφάλειες όπως και έλλειψη ικανοποίησης στη δουλειά των εργαζομένων. Συνεπώς, αυτή η έλλειψη κοινών στόχων, αρχών και πολιτικών φέρνει πολλές φορές τους επαγγελματίες σε αντιπαράθεσεις με τους συναδέλφους τους, αντιμέτωπους με πιέσεις οι οποίες επηρεάζουν, σε διαφορετικούς βεβαίως βαθμούς, όλους τους εμπλεκόμενους (Lahn, Lampert & Grafham, 2016). Επιπρόσθετα, ανάλογα με τους διαθέσιμους πόρους του εκάστοτε οργανισμού, ενδεχομένως να μην υφίστανται επαγγελματική κατάρτιση και εκπαιδευτικά προγράμματα. Αυτό σημαίνει ότι μαζί με όλα τα περίπλοκα προβλήματα, υπάρχει και το ενδεχόμενο αρκετοί εργαζόμενοι να μην έχουν δεχτεί ούτε καν τη στοιχειώδη εκπαίδευση ή προετοιμασία για να δουλέψουν με προσφυγικούς πληθυσμούς (Mental Health and Psychosocial Support Working Group, 2018).

Με απλά λόγια, τίθεται το ζήτημα του πώς να νιώσει κάποιος ικανός να στηρίξει τους ωφελούμενούς του, όταν δουλεύει σε ένα πλαίσιο το οποίο δεν στηρίζει τον ίδιο ή στη χειρότερη περίπτωση τον τρομάζει. Βεβαίως, πολλές φορές το σύστημα και οι οργανώσεις δεν είναι οι μόνοι υπαίτιοι, καθώς υπάρχουν προβλήματα που το πλαίσιο καθιστά σχεδόν άλυτα. Για παράδειγμα, μιλάμε για το χτίσιμο μιας θεραπευτικής σχέσης και την εξασφάλιση ενός ασφαλούς περιβάλλοντος, ενώ μεγάλος αριθμός εργαζομένων καλείται να εργαστεί μέσα σε καταυλισμούς. Η ακαταλληλότητα αυτών των δομών, όσον αφορά τις πλέον στοιχειώδεις προδιαγραφές, είναι μακριά από τα ιδανικά αυτά «περιβάλλοντα» και όχι απλά υπονομεύουν τη δουλειά των εργαζόμενων, αλλά την καθιστούν σχεδόν αδύνατη (Lahn, κ.ά., 2016).

### ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ

- Η φύση της εργασίας με τον συγκεκριμένο πληθυσμό
- Η λανθασμένη γνωσιολογία
  - ως αποτέλεσμα η επαγγελματική εξουθένωση των εργαζομένων

Τρεις διαφορετικές στιγμές στις αντιδράσεις των επαγγελματιών

- Η περίοδος της υπερπαραγωγής και του ενθουσιασμού
- Η περίοδος των αμυνών και της καχυποψίας
- Η περίοδος της αποστασιοποίησης (ή του αναστοχασμού).



**ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ**

- Συνειδητές και ασυνειδητές επιπτώσεις στους ωφεληούμενους
  - Επιπλέον δυσκολίες και αδιέξοδα για τους εργαζόμενους
- Παντοδυναμική υπερπροσφορά > υποτίμηση των δυνατοτήτων των ωφεληούμενων για ανθεκτικές και θετικές αντιδράσεις στην αντιξοότητα
  - Ματαίωση της φαντασίωσης του σωτήρα > απαθής και αποστασιοποιημένη στάση των επαγγελματιών, δραστηκή μείωση του χρόνου με τους ίδιους τους ωφεληούμενους

**1.3. ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΑ ΕΙΔΗ ΣΤΡΕΣ**

Τα κατακλιςμιαία γεγονότα και συναισθήματα που βιώνουν καθημερινά, μαζί με την έλλειψη φροντίδας και πόρων, ενδέχεται να επιβαρύνουν ψυχολογικά τους επαγγελματίες. Ο «έμμεσος τραυματισμός» που αναφέρθηκε παραπάνω ενδέχεται να εξελιχθεί σε παθολογία ή σε μια κατάσταση που με τον καιρό θα οδηγήσει σε παθολογία. Οι επιπτώσεις μπορεί να ποικίλουν από αρνητικά αντιμεταβιβαστικά συναισθήματα και αντιδράσεις που μπορεί να προκύψουν στη δουλειά με αυτόν τον πληθυσμό, μέχρι και την εκδήλωση του συνδρόμου της επαγγελματικής εξουθένωσης (*burnout*).

Όπως έχει αναφερθεί, υπάρχουν διάφορες μορφές στρες, οι οποίες είναι ορθό να διακρίνονται μεταξύ τους ώστε να αποφεύγονται οι λανθασμένες διαγνώσεις. Το καθημερινό στρες (*day-to-day stress*) που όλοι βιώνουν δεν είναι το ίδιο ανησυχητικό με τη γενικευμένη δυσφορία ως επακόλουθο του σωρευτικού στρες (*cumulative stress*). Το καθημερινό στρες είναι η αναμενόμενη και φυσιολογική συνέπεια όταν ο επαγγελματίας καλείται να αντιμετωπίσει ξαφνικές και μεγάλες αλλαγές, και συνήθως μπορεί να αποτελέσει κίνητρο για εντονότερη προσπάθεια, καλύτερα αποτελέσματα και να ωθήσει στην αναζήτηση νέων τρόπων αντιμετώπισης προβλημάτων και λήψης αποφάσεων. Ωστόσο, όταν κάποιος εκτίθεται σε εξαιρετικά ψυχοπρεστικές καταστάσεις σε καθημερινή βάση δίχως να μπορεί να νιώσει ανακούφιση ή να ελαφρύνει την πίεση, μπορεί να προκύψει το σωρευτικό στρες με σοβαρές συνέπειες.

Επιπλέον, συμβαίνουν έκτακτες και σημαντικές αλλαγές και δυσκολίες που ενδεχομένως ταράζουν τους εργαζόμενους τόσο που τους καθιστούν ευάλωτους, σε βαθμό να χάνουν τον έλεγχο και την αίσθηση ασφάλειας και προβλεψιμότητας. Το έντονο άγχος που προκύπτει από σοβαρά (και συνήθως έκτακτα) γεγονότα (*critical incident stress*) θα

πρέπει να διαχωριστεί από το καθημερινό και το σωρευτικό στρες. Όταν τέτοιας μορφής εκτεταμένη δυσφορία δεν αντιμετωπιστεί εγκαίρως, συχνά ο εργαζόμενος οδηγείται στην επαγγελματική εξουθένωση (*burnout*).

Το φαινόμενο του *burnout* αναφέρεται σε μια ψυχική κατάσταση εξουθένωσης, μια ανικανότητα να προσφερθεί το μέγιστο των δυνατοτήτων κάποιου (ή ακόμα και τα στοιχεία) στη δουλειά του και είναι αποτέλεσμα χρόνιας δυσφορίας λόγω των συνθηκών στο εργασιακό περιβάλλον. Η κατάσταση αυτή περιλαμβάνει τη σταδιακή συναισθηματική εξάντληση, την απώλεια ενδιαφέροντος, κινήτρου και δέσμευσης, και τείνει να συνοδεύεται από ψυχολογικά αληθιά και σωματικά συμπτώματα. Το άτομο μπορεί να έχει μια αίσθηση κορεσμού και να νιώθει ανικανότητα να τα βγάλει πέρα (Maslach & Schaufeli, 1993· Montero-Marín, García-Campayo, Mosquera Mera & Lórexdel Hoyo, 2009).

## BURNOUT

Ανάγκη να διαχωρίσουμε ανάμεσα στο:

- Καθημερινό στρες
- Σωρευτικό στρες
- Υψηλό άγχος που προκύπτει από σοβαρά (και συνήθως έκτακτα) γεγονότα
- Αληθινό burnout

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Ιωαννίδης Χ. (2008). Στο μυαλό του Τζον Μάηκοβιτς. Ο ψυχικός κάμματος στους χώρους παροχής ψυχιατρικής φροντίδας. Στο Ε. Βλάχακη & Γ. Μανιαδάκης (Επ.), *Ψυχική Υγιεινή και Ψυχική Διαταραχή στην Κοινότητα*. Αθήνα: ΒΗΤΑ.

Lahn, G., Lampert, S. & Grafham, O. (2016). *Service Delivery in the Refugee Camps of Greece: Improving Coordination and Strengthening Resilience*. [Energy, Environment and Resources Department Workshop Summary]. London, UK: Chatham House, The Royal Institute of International Affairs.

Maslach, C. & Schaufeli, W.B. (1993). Historical and conceptual development of burnout. In W. B. Schaufeli, C. Maslach & T. Marek (Eds.), *Professional Burnout: Recent Developments in Theory and Research* (pp. 1-16). Washington, DC: Taylor & Francis.

Mental health and psychosocial support working group (2018). *Report on the staff care*

*working group*. Ανακτημένο από <https://babeldc.gr/wp-content/uploads/2019/01/Staffcare-WG-Report.pdf>

Montero-Marín, J. García-Campayo, J. Mosquera Mera, D. & Lópezdel Hoyo, Y. (2009). A new definition of burnout syndrome based on Farber's proposal. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology*, 4, 31.

Papadopoulos, R.K. (2009) Extending Youngian Psychology. Working with Survivors of Political Upheavals. In: Sacred Revolutions. London: Routledge.

Robertshaw, L., Dhesi, S. & Jones, L. L. (2017). Challenges and facilitators for health professionals providing primary healthcare for refugees and asylum seekers in high income countries: a systematic review and thematic synthesis of qualitative research. *BMJ Open*, 7(8), 1-18.

## 2η ΕΝΟΤΗΤΑ

### «ΑΝΤΙΔΟΤΑ» ΣΤΙΣ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ

Είναι προφανές ότι το εργασιακό περιβάλλον του πεδίου παρουσιάζει ιδιαίτερες προκλήσεις οι οποίες αν δεν αντιμετωπιστούν μπορεί να οδηγήσουν αφενός στην επαγγελματική εξουθένωση και αφετέρου στην χαμηλού επιπέδου παροχή υπηρεσιών. Οι ίδιες όμως αυτές προκλήσεις και συναισθηματικές πιέσεις μπορούν, με την κατάλληλη αξιοποίηση, να βοηθήσουν στη στήριξη και κατανόηση των εκτοπισμένων ανθρώπων μέσα σε ένα κλίμα ενσυναίσθησης.

Στην ιδανική περίπτωση, τα συναισθήματα αυτά μπορούν να γίνουν αντικείμενο συνειδητοποίησης και επικοινωνίας μέσα σε κατάλληλα διαμορφωμένα πλαίσια εποπτείας, συναντήσεων προσωπικού, ομάδων στήριξης προσωπικού και τακτικών ευκαιριών για σεμινάρια, ημερίδες και ομάδες εργασίας. Η παράλειψή τους λόγω έλλειψης χρόνου δεν θα πρέπει να αποτελεί επιχείρημα αφού είναι γνωστό ότι αν τελικά τα συμπτώματα της επαγγελματικής εξουθένωσης γίνουν μόνιμα, ο χρόνος που θα χαθεί θα είναι πολύ μεγαλύτερος, ενώ η αναποτελεσματικότητα των υπηρεσιών μπορεί να οδηγήσει ακόμα και σε κατάρρευση της δομής στην οποία προσφέρονται.

## 2.1 ΠΛΑΙΣΙΑ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ

Θεωρείται σκόπιμο στο σημείο αυτό να αναφερθούν συγκεκριμένοι τρόποι για τη δημιουργία υποστηρικτικών συστημάτων φροντίδας του προσωπικού. Στη συνέχεια παρουσιάζουμε κάποιες προτάσεις (και τις θετικές συνέπειές τους) που μπορούν να εφαρμοστούν παντού, και όχι μόνο σε εξειδικευμένες περιστάσεις ή οργανώσεις.

## ΟΜΑΔΕΣ ΕΠΟΠΤΕΙΑΣ

Στις ομάδες αυτές οι εργαζόμενοι παρουσιάζουν τις περιπτώσεις που τους δυσκολεύουν, με την διευκόλυνση ενός επόπτη, ο οποίος είναι σημαντικό να μην είναι μέλος τη θεραπευτικής ομάδας. Η σύγχρονη αντίληψη της εποπτείας ορίζεται ως μια μη κατευθυντική ενίσχυση της ήδη υπάρχουσας κατανόησης και παρέμβασης του εργαζομένου δείχνοντας έτσι ο επόπτης τη στάση που προτείνει να κρατήσει ο εργαζόμενος προς τον ωφελούμενο (Arlow, 1963 και Ogden, 2005). Με άξονα το Πλήγμα Αντιξοότητας αλλά και την όλη γνωσιολογία (το σύνολο των θεωρητικών και πρακτικών θέσεων του μοντέλου που προτείνεται) που το συνοδεύει, η ομάδα εποπτείας προσπαθεί να επαναπροσδιορίσει τις προκλήσεις της σχέσης επαγγελματία-ωφελομένου επανεισάγοντας την πολυπλοκότητα.

Τις περισσότερες φορές ένα μέρος των προκλήσεων έγκειται στο γεγονός ότι ωφελομένοι και εργαζόμενοι, εγκλωβισμένοι στο αφήγημα της θυματοποίησης, αδυνατούν να φανταστούν, έστω για το μέλλον, μια άλλη προοπτική πέρα από τις αποκλειστικά αρνητικές επιπτώσεις της εκτόπισης. Ο απεγκλωβισμός από το αφήγημα της θυματοποίησης επαναπροσδιορίζει τους ωφελομένους ως σκεπτόμενα και συνεχώς εξελισσόμενα άτομα που εν καιρώ θα είναι σε θέση να ονειρευτούν και να σχεδιάσουν το παρόν και το μέλλον τους. Στον βαθμό που οι πολώσεις από την πλευρά των εργαζομένων γίνουν εγκαίρως αντικείμενο αναστοχασμού ευνοούν, αντί να την αναστέλλουν, την προσπάθεια κατανόησης που καταβάλλουν οι ωφελομένοι: προσφέρουν πρόσβαση στις δικές τους πολώσεις, καλλιτεργούν την ενσυναίσθηση αλλά και την προσπάθεια κατανόησης του πώς αισθάνονται οι άλλοι άνθρωποι που έρχονται σε επαφή μαζί τους. Για παράδειγμα, αν ένας επαγγελματίας αισθάνεται ότι καθώς μιλάει με έναν ωφελομένο η σκέψη του σταματάει, αποκτά πρόσβαση στον δικό του κόσμο συναισθανόμενος κάτι από το αδιέξοδο στο οποίο ο ωφελομένος βρίσκεται. Βιώνοντας, εντοπίζοντας, ονομάζοντας και διερευνώντας την κατάσταση αποκτά κανείς τη δυνατότητα να μετακινηθεί σταδιακά από αυτήν.

## ΟΜΑΔΕΣ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ

Στις ομάδες αυτές οι εργαζόμενοι μοιράζονται τις δικές τους ψυχολογικές δυσκολίες σε σχέση με την εργασία τους παρουσία ψυχολόγου που εργάζεται εκτός θεραπευτικής ομάδας. Η έμφαση δηλαδή δίνεται όχι στον ωφελιόμενο αλλά στον εργαζόμενο. Όπως και στις ομάδες εποπτείας έτσι και εδώ ο στόχος είναι η επικοινωνία και η επαναφορά της πολυπλοκότητας καθώς και ο εντοπισμός των διχοτομήσεων των ίδιων των εργαζομένων και όχι πια μόνο των ωφελιόμενων. Ο εντοπισμός των διχοτομήσεων στη σκέψη των εργαζομένων αποτελεί στην πραγματικότητα προϋπόθεση για τον αντίστοιχο εντοπισμό στη σκέψη των ωφελιόμενων. Η θεώρηση ότι οι ωφελιόμενοι είναι μόνο και μόνιμα τραυματισμένα θύματα συνδέεται άρρηκτα με την αίσθηση των εργαζομένων ότι είναι μόνιμα στα όρια της επαγγελματικής εξουθένωσης και ότι είναι «θύματα» ενός έμμεσου τραυματισμού.

Παραδόξως, μέσα σε αυτό το πλαίσιο όπου οι αρνητικές επιπτώσεις γίνονται αντιληπτές ως μονάχα μια όψη της πραγματικότητας, μπορούν να διερευνηθούν με μεγαλύτερη ελευθερία έκφρασης και δημιουργικότητα. Η τάση για προσωπική καταπόνηση, η τάση προς την απόγνωση, η τάση για περιχαράκωση μέσα σε κλίκες, η τάση για επιφυλακτικότητα, η τάση για απόσυρση, από την στιγμή που γίνουν αντικείμενα αναστοχασμού και επικοινωνίας σταδιακά περιορίζονται και σχετικοποιούνται.

Επιπλέον, η ενίσχυση της αντίληψης των σχέσεων μέσα στο πεδίο (εργαζομένων και προσφύγων) ως σχέσεις μεταξύ ισότιμων και ικανών ατόμων (και όχι μεταξύ σωτήρων και θυμάτων) διαμορφώνει μια πραγματικότητα στην οποία δεν έχουν θέση οι ηρωικές πράξεις υπερβολικής αυταπάρνησης και αυτοθυσίας που απευθύνονται σε αβοήτητα θύματα. Οι υπερβολές και οι εκδραματίσεις αυτού του τύπου καθίστανται πλέον περιττές και αυτοαποκαλύπτουν τον ναρκισσισμό και την αυταρέσκειά τους παρόλο που στο ξεκίνημα της εργασίας είναι αναμενόμενες σχεδόν για το σύνολο των εμπλεκόμενων.

Η φροντίδα εαυτού λοιπόν είναι πιθανότερο να προκύψει και να αναζητηθεί μέσα από την ενθάρρυνση μια ομάδας που σκέφτεται μαζί και τοιμά να μιλήσει για τον εαυτό της και την συνεργασία μεταξύ των μελών της σε όρους που αμφισβητούν απολυτότητες και διχοτομήσεις.

## ΔΙΑΚΛΑΔΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ

Στις ομάδες αυτές οι εργαζόμενοι επικοινωνούν μεταξύ τους για την κατανομή των παραπομπών και ενημερώνουν ο ένας τον άλλον για την πορεία της εργασίας τους προσφέροντας έτσι μια διακλαδική θεώρηση του ίδιου ατόμου. Ίσως η λειτουργία τους να θεωρείται δεδομένη και να μοιάζει παράδοξη η συμπερίληψη των διακλαδικών ομάδων στις συστάσεις μας που αφορούν στα «αντίδοτα» προς τις προκλήσεις. Στην πραγματικότητα η εμπειρία δείχνει ότι εν μέρει λόγω των προαναφερθέντων διχοτομήσεων οι διακλαδικές ομάδες προσωπικού σε πολλούς οργανισμούς παραλείπονται με πολύ αρνητικά αποτελέσματα για την ποιότητα της εργασίας των ίδιων των εργαζόμενων αθλή και για την ποιότητα των υπηρεσιών που προσφέρουν. Η απλή αθλή συστηματική επικοινωνία μεταξύ των διαφορετικών ειδικοτήτων προσφέρει μια συνολική κατανόηση των ωφελομένων οι οποίοι εκ των πραγμάτων παρουσιάζουν διαφορετικές πλευρές τους στις διαφορετικές ειδικότητες. Έτσι, για παράδειγμα, ο δικηγόρος μπορεί να αδυνατεί να καταλάβει τι συμβαίνει με τον ωφελούμενο που δεν συνεργάζεται αν δεν έχει πληροφορίες για την ψυχολογική του κατάσταση, αθλή και ο ψυχολόγος μπορεί να μην γνωρίζει την εξέλιξη που παρουσιάζει στην εργασιακή σύμβουλο στην οποία μιλά λιγότερο για την οδύνη και περισσότερο για τις δυνατότητές του.

## ΑΡΧΙΚΗ ΚΑΙ ΣΥΝΕΧΙΖΟΜΕΝΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

Σε όλη τη διάρκεια της σταδιοδρομίας ενός ατόμου που εργάζεται στο πεδίο είναι απαραίτητη η επαφή και εξοικείωση με καινούργιες ιδέες, έρευνες και μεθόδους που συνδέονται με τη βελτίωση της υποστήριξης που παρέχεται σε εκτοπισμένα άτομα. Αν και η συνεχιζόμενη κατάρτιση είναι ιδιαίτερα σημαντική σε όλα τα εργασιακά περιβάλλοντα, στην περίπτωσή μας η ανάγκη είναι ακόμα πιο επιτακτική για τους εξής λόγους:

α) Οι ωφελοόμενοι έχουν πολύ διαφορετικές ανάγκες στα διάφορα στάδια του εκτοπισμού τους και ο εργαζόμενος πρέπει να είναι σε θέση να καταλάβει πότε πρέπει να προτείνει παρεμβάσεις λόγω του νοσταλγικού αποπροσανατολισμού (Papadopoulos, 2002) ή άθλων συναισθημάτων (π.χ., ευερεθιστότητα, θυμός) που καθιστούν την αλληλεπίδραση ιδιαίτερα πολύπλοκη. Έχει λοιπόν τεράστια σημασία η αρχική αντίδραση του εκτοπισμένου ατόμου να μην εκλαμβάνεται ως μόνιμη και πάγια αντίδρασή του και οι επαγγελματίες να είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τις διαρκώς μεταβαλλόμενες ανάγκες του.

β) Οι εργαζόμενοι καλούνται, επίσης, να διαφοροποιήσουν και να προσαρμόσουν τις επαγγελματικές τους δεξιότητες. Για παράδειγμα, οι ψυχολόγοι πρέπει να εξοικειωθούν με τη διαφορά μεταξύ της παροχής θεραπείας και της θεραπευτικής στάσης. Αντίστοιχες διαφορές ισχύουν για όλες τις ειδικότητες, δηλαδή επαγγελματικοί σύμβουλοι και δικηγόροι καλούνται να επαναπροσδιορίσουν την επαγγελματική τους λειτουργία με τελείως διαφορετικούς όρους απ' ό,τι αν εργάζονταν με διαφορετικούς πληθυσμούς, σε διαφορετικά πλαίσια.

γ) Τα παραπάνω έχουν άμεσες επιπτώσεις στην ποιότητα των υπηρεσιών που παρέχουν οι εργαζόμενοι, η οποία με τη σειρά της έχει άμεσες επιπτώσεις στη διαμόρφωση της εργασιακής ατμόσφαιρας στη δουλειά τους. Η εργασία σε μόνιμη βάση με «κατασκευασμένα θύματα» καθίσταται σύντομα εφιαλτική. Οι προσπάθειες εφαρμογής των γνώσεων των επαγγελματιών, χωρίς αυτή να προσαρμοστεί στο πεδίο, θέτει μη ρεαλιστικές προσδοκίες και για τις δυο πλευρές. Αντιθέτως, η εκπαίδευση και η προσαρμογή στα παραπάνω, όπως απαιτείται από την πραγματικότητα του πεδίου, προστατεύει τον εργαζόμενο βοηθώντας τον να θέσει ρεαλιστικούς και αποτελεσματικούς στόχους και πλαίσια.

Συνοπτικά, η εποπτεία (αλλά και οι ομάδες προσωπικού, και γενικότερα η συνεχιζόμενη κατάρτιση) ενθαρρύνουν τη βίωση των συναισθημάτων, την έκφρασή τους, και την επεξεργασία τους, ενώ την ίδια στιγμή αυξάνουν τις δεξιότητες, τις γνώσεις και την αποτελεσματικότητά τους (Milne, 2009). Παρόλο που πολύ συχνά για πρακτικούς λόγους τα πλαίσια αυτά γίνονται πολυμορφικά (δηλαδή η ίδια ομάδα τελεί χρέη εποπτείας, στήριξης προσωπικού και συνάντησης προσωπικού) το βέλτιστο είναι οι ομάδες αυτές να είναι διαφοροποιημένες. Κάτι άλλο εξίσου σημαντικό είναι ότι πολλά από αυτά τα πλαίσια επιτρέπουν στους επαγγελματίες να πάρουν το ρόλο παρατηρητή. Αυτό είναι εξαιρετικά σημαντικό γιατί τους επιτρέπει να διακρίνουν προσωπικά ζητήματα για τα οποία δεν έχουν επίγνωση και είναι πιθανό να επηρεάζουν τη σχέση τους με τους εξυπηρετούμενους (Bennett-Levy & Thwaites, 2007).

### ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ ΑΝΤΙΔΟΤΑ ΣΤΟ BURNOUT

Αλληλαγή στη γνωσιολογία:

- «Εάν η προσφυγική εμπειρία δεν συνεπάγεται το τραύμα των προσφύγων, η υποστήριξη των προσφύγων δεν συνεπάγεται απαραίτητα το burnout των επαγγελματιών»
- Ομάδες εποπτείας
- Ομάδες στήριξης προσωπικού (με παρουσία ψυχολόγων εκτός της θεραπευτικής ομάδας)
- Διακλαδικές ομάδες προσωπικού
- Σεμινάρια, ημερίδες και εκπαιδεύσεις

## 2.2. ΟΤΑΝ Η ΠΡΟΣΦΥΓΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΔΕΝ ΤΑΥΤΙΖΕΤΑΙ ΜΕ ΤΟ ΤΡΑΥΜΑ, Η ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΩΝ ΠΡΟΣΦΥΓΩΝ ΔΕΝ ΦΕΡΝΕΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΩΣ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗ

Η χρήση του Πλέγματος Αντιξοότητας στις ομάδες εποπτείας και στήριξης προσωπικού είναι πολύ βοηθητική εφόσον επιτρέπει στους εργαζομένους να εντοπίσουν όχι μόνο τις αρνητικές επιπτώσεις της επαφής τους με την οδύνη αλλήλ και αυτές που φανερώνουν ανθεκτικότητα ή και θετική ανάπτυξη και εξέλιξη. Όπως το Πλέγμα Αντιξοότητας μπορεί να αποτελέσει αντίδοτο στην τάση παγιοποίησης ταυτοτήτων θύματος, έτσι δίνει και τη δυνατότητα να απελευθερωθούμε από την παγίδα αποδοχής της επαγγελματικής εξουθένωσης ως φυσικό επακόλουθο δυνατών συναισθημάτων και ψυχοπαιστικών καταστάσεων.

Όταν οι επαγγελματίες μάθουν να εξερευνούν και να προσδιορίζουν την πολυπλοκότητα των στοιχείων των ωφελούμενων τους, θα είναι, επίσης, σε θέση να αναγνωρίζουν ευκολότερα τα ανθεκτικά και θετικά στοιχεία από τις δικές τους επαγγελματικές εμπειρίες. Αυτό φυσικά δεν είναι απαραίτητα αληθές (σίγουρα μπορεί καθένας μας να σκεφτεί παραδείγματα συναδέλφων που είναι άριστοι στη δουλειά τους, δυσκολεύονται όμως με ζητήματα προσωπικής φροντίδας), αλλήλ τουλάχιστον με την πάροδο του χρόνου το Πλέγμα Αντιξοότητας μπορεί από εργαλείο να γίνει αυτόματα πλαίσιο σκέψης.

Επιπλέον είναι εξαιρετικά σημαντικό να αναγνωρίζει κάποιος ότι οι κατακλισημαίες προκλήσεις και πιέσεις δεν οδηγούν κατ' ανάγκη σε παθολογία, άρα δεν σημαίνουν κατ' ανάγκη burnout. Το ζήτημα είναι πώς αυτές οι προκλήσεις και πιέσεις να προσδιοριστούν και πώς να ανακατασκευαστούν. Η φύση της δουλειάς με πρόσφυγες μπορεί να είναι και τραυματική και εμπλουτιστική.



Σε κάθε περίπτωση, το burnout είναι αληθινό φαινόμενο και δεν πρέπει να αμεληθεί. Οι επαγγελματίες δεν πρέπει να αγνοούν τα ανησυχητικά σημάδια και να θεωρούν ότι ο χρόνος θα λύσει όλα τα προβλήματα. Η σωστή «καταγραφή» των συνθηκών που οδήγησαν στην υπέρμετρη πίεση και τα συμπτώματα burnout είναι το πρώτο βήμα. Το επόμενο είναι να δημιουργηθεί ο χώρος και ο χρόνος για να σκεφτεί και να συλλογιστεί κάποιος, να υπενθυμίσει στον εαυτό του τους υποστηρικτικούς του πόρους, και να μετριάσουν οι υπέρμετρες προσδοκίες σε σχέση με τους εκάστοτε εξυπηρετούμενους.

Η επανεξέταση των γνωσιολογικών πλαισίων είναι σίγουρα απελευθερωτική, ωστόσο σε καμία περίπτωση δεν οδηγεί στην «απελευθέρωση» του εργαζομένου από το άγχος και άλλα έντονα αρνητικά συναισθήματα. Αυτά δεν είναι μόνο κοινά και φυσιολογικά, αλλά πρέπει να κατανοηθούν και να χρησιμοποιηθούν ως κίνητρο παραγωγικής διαδικασίας. Στην ουσία, όσοι στηρίζουν εκτοπισμένους ανθρώπους δεν χρειάζεται να αποφεύγουν το στρες, αλλά να βρίσκουν τρόπους να το εντάσσουν στην πραγματικότητά τους. Το οφείλουν και στους εαυτούς τους αλλά και στους ανθρώπους που υποστηρίζουν, μιας και είναι πλέον δεδομένο ότι οι επαγγελματίες που φροντίζουν τους εαυτούς τους είναι πιο αφοσιωμένοι και αποτελεσματικοί στη δουλειά τους (KonTerra Group, 2017).

## 2.3. ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΣΧΟΛΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ

Κάθε εργαζόμενος μπορεί ενδεχομένως να έχει τους δικούς του τρόπους προσωπικής φροντίδας. Σε αυτό το κεφάλαιο εξηγήθηκε γιατί μέρος της προσωπικής ανάπτυξης στο εργασιακό πεδίο πρέπει να είναι και οι δεξιότητες αυτοβοήθειας και αυτοενίσχυσης. Είτε αυτό απαιτεί την ύπαρξη κάποιων τελετουργικών (ξεχωριστά ή με συνάδελφους), τη δικέκδίκηση και την αναζήτηση πόρων ή την αλλαγή του τρόπου σκέψης, έχει ιδιαίτερη σημασία οι εργαζόμενοι να μην παραμελούν τη δική τους φροντίδα. Πολλές φορές μπορεί να πρόκειται για κάτι απλό, όπως έναν περίπατο, μια άδεια ή κάποια μορφή διαλογισμού (Mahoney, 2003). Η φυσική άσκηση, η ξεκούραση, η κοινωνική δραστηριοποίηση και η καλή διατροφή παίζουν εξίσου μεγάλο ρόλο στην ψυχική ισορροπία των επαγγελματιών.

Οι εγγενείς προκλήσεις της δουλειάς με άτομα που έχουν βιώσει σοβαρές αντιξοότητες έχουν ήδη αναφερθεί. Η καθημερινή συναναστροφή και προσπάθεια στήριξης αυτών των ανθρώπων που είναι τόσο αποπροσανατολισμένοι και έχουν χάσει το νόημα και την ελπίδα είναι δύσκολο έργο, που μπορεί όμως να έχει δυο αντίθετες μεταξύ τους επιπτώ-

σεις. Μπορεί να αποτελέσει κίνητρο για τους επαγγελματίες ή να τους γεμίζει με οργή και άγχος για την ανθρώπινη κατάσταση, καθιστώντας την αντίδρασή τους εξαιρετικά απρόβλεπτη, σε συνδυασμό με άλλες αντικειμενικές δυσκολίες. Η δουλειά με πρόσφυγες είναι μεγάλη πρόκληση. Απαιτεί κουράγιο, υπερνίκηση των προκαταλήψεων και των προκατασκευασμένων προσδοκιών και την αποδοχή του πόνου. Η ανιδιοτέλεια πολλών εργαζομένων συχνά τους ωθεί να χάσουν τον εαυτό τους ώστε να προσφέρουν τα μέγιστα σε αυτούς που έχουν την ανάγκη της στήριξής τους. Είναι σημαντικό να μην ξεχνάει κανείς ότι η ισορροπία είναι απολύτως απαραίτητη και ότι μακροπρόθεσμα οι εργαζόμενοι δεν μπορούν να είναι αποτελεσματικοί στη δουλειά τους αν δεν σέβονται και δεν φροντίζουν αρκετά τους εαυτούς τους. Στην περίπτωση που επιτευχθεί αυτή η ισορροπία, η βοήθεια προς τους πρόσφυγες να ενταχθούν και να ευημερήσουν στη νέα κοινωνία, αλληλάζοντας τη φαινομενικά προβλέψιμη πορεία τους, έχει ανεκτίμητη αξία.

## Άσκηση 12η

Συλλογιστείτε για λίγα λεπτά και απαντήστε στις παρακάτω ερωτήσεις:

- Τι ενέργειες κάνω για να φροντίζω τον εαυτό μου σχετικά με την εργασία μου;
- Τι ενέργειες κάνει η ομάδα μου (συνάδελφοι, οργάνωση, κλπ.) για τη φροντίδα του καθενός μας;
- Τι άλλα μέσα μπορώ να χρησιμοποιήσω για να φροντίζω καλύτερα τον εαυτό μου ώστε να μπορέσω να φροντίζω πιο αποτελεσματικά τους άλλους;

\* \* \*

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Arlow J.A. (1963). The supervisory situation. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 11, 576-594.

Bennett-Levy, J. & Thwaites, R. (2007). Self and self-reflection in the therapeutic relationship: A conceptual map and practical strategies for the training, supervision and self-supervision of interpersonal skills. In P. Gilbert & R. L. Leahy (Eds.). *The therapeutic relationship in the cognitive-behavioural psychotherapies*. London: Routledge.

Bloom, S. L. (2003). Caring for the Caregiver: Avoiding and Treating Vicarious Traumatization. In Gardino, A., Datner, E. & Asher, J. (Eds.) (2003) *Sexual Assault, Victimization Across the Lifespan* (pp. 459-470). Maryland Heights MO: Medical Publishing.

- KonTerra Group (2017). *Essential Principles of Staff Care: Practices to Strengthen Resilience in International Humanitarian and Development Organizations*. Ανακτημένο από <http://www.konterragroup.net/admin/wp-content/uploads/2017/03/Essential-Principles-of-Staff-Care-FINAL.pdf>
- Mahoney, M. J. (2003). *Constructive Psychotherapy: A Practical Guide*. New York: Guilford Press.
- Milne, D. (2009). *Evidence-based clinical supervision. Principles and practice*. Chichester, UK: BPS Blackwell.
- Ogden, T.H. (2005). On psychoanalytic supervision. *International Journal of Psychoanalysis*, 86(5), 1265-1280.
- Papadopoulos, R.K. (2002). Refugees, home and trauma. In R. K. Papadopoulos (Ed.), *Therapeutic Care for Refugees. No place like home* (pp. 9-41). London: Tavistock Clinic Series, Karnac.



# Συνεργασία γλωσσικών διευκολυντών\* με άλλους επαγγελματίες

## ΣΚΟΠΟΣ

Σκοπός του τελευταίου αυτού κεφαλαίου είναι να παρουσιάσουμε στους αναγνώστες βασικές κατευθυντήριες οδηγίες που είναι χρήσιμες για τους επαγγελματίες που δουλεύουν με πρόσφυγες προκειμένου να συνεργάζονται εποικοδομητικά με έναν γλωσσικό διευκολυντή, όταν αυτό χρειάζεται.

## ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο τέλος αυτού του κεφαλαίου οι αναγνώστες θα μπορούν να:

- Να προετοιμάσουν κατάλληλα μια συνάντηση στην οποία συμμετέχει και ένας γλωσσικός διευκολυντής,
- Να συνεργαστούν αποτελεσματικά με ένα γλωσσικό διευκολυντή κατά τη διάρκεια μιας συνάντησης,
- Να εκτιμήσουν τη χρησιμότητα και σπουδαιότητα της αποτελεσματικής συνεργασίας μεταξύ επαγγελματία και γλωσσικού διευκολυντή στην καθημερινή τους πρακτική,
- Να αναγνωρίζουν τις ανάγκες υποστήριξης του γλωσσικού διευκολυντή.

**Λέξεις-κλειδιά:** Γλωσσικός διευκολυντής, διερμνεΐα, προετοιμασία, αποτελεσματική συνεργασία, υποστήριξη.

---

\* Χρησιμοποιούμε τον όρο «γλωσσικοί διευκολυντές» για να αναφερθούμε στους ανθρώπους που καλύπτουν την ανάγκη επικοινωνίας με πρόσφυγες και δεν έχουν, στη συντριπτική τους πλειονότητα, κάποια επίσημη πιστοποίηση ως διερμνεΐς ούτε ως πολιτισμικοί διαμεσολαβητές (οι επαγγελματίες προδιαγραφές των οποίων μόλις πρόσφατα ολοκληρώθηκαν). Οι άνθρωποι που εργάζονται σε αυτόν τον τομέα διευκολύνουν λοιπόν την επικοινωνία και η επάρκειά τους βελτιώνεται μέσω της εμπειρίας που αποκτούν και μέσω της συμμετοχής τους σε σεμινάρια ή άλλου τύπου συναντήσεις στο πλαίσιο της άτυπης εκπαίδευσης.

## 1η ΕΝΟΤΗΤΑ Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΔΙΕΡΜΗΝΕΙΑΣ

### 1.1. Η ΓΛΩΣΣΑ ΩΣ ΣΤΟΙΧΕΙΟ ΤΗΣ ΚΟΥΛΤΟΥΡΑΣ ΤΟΥ ΠΡΟΣΦΥΓΑ

Όπως έχει ήδη ειπωθεί, ένας άνθρωπος που βιώνει την προσφυγική εμπειρία, όχι μόνο έχει χάσει την πατρίδα του, αλλά συχνά και την ικανότητα να επικοινωνεί στη γλώσσα του, ειδικά όταν στη χώρα υποδοχής η επικοινωνία γίνεται σε διαφορετική γλώσσα. Καθώς η γλώσσα αποτελεί το όχημα της κουλτούρας, μιας και πολλά πολιτισμικά χαρακτηριστικά μεταφέρονται μέσα από αυτή, μια τέτοια εμπειρία μπορεί να αποτελέσει για έναν πρόσφυγα μια επιπλέον απώλεια και να τον εμποδίζει να εκφράσει τις συναισθηματικές αλλά και τις πρακτικές του ανάγκες.

Για τον λόγο αυτό, ο επαγγελματίας που υποστηρίζει πρόσφυγες έχει την ευθύνη να συνεργαστεί με γλωσσικό διευκολυντή με κατάλληλα προσόντα και εμπειρία και να αναπτύξει μια σχέση συνεργασίας μαζί του, προκειμένου να διασφαλιστεί η ακριβής και αποτελεσματική επικοινωνία με τον εξυπηρετούμενο. Η συνεργασία με τον γλωσσικό διευκολυντή είναι απαραίτητη τόσο για να διασφαλιστεί το βασικό ανθρώπινο δικαίωμα του εκτοπισμένου ατόμου να έχει πρόσβαση στις υπηρεσίες υγείας, ψυχικής υγείας και κοινωνικής φροντίδας, όσο και για να υπάρχει μια σύνδεση με τη κουλτούρα του καθώς οι διευκολυντές μπορούν να αποτελέσουν μια γέφυρα σύνδεσης με αυτή. Ο γλωσσικός διευκολυντής είναι ένας σημαντικός συνεργάτης χωρίς τον οποίο δεν μπορεί να υπάρξει επικοινωνία με τον εξυπηρετούμενο. Είναι ένας επαγγελματίας που μπορεί να παρέχει σημαντικές πληροφορίες και να συμβάλλει ενεργά στην φροντίδα/υποστήριξη που παρέχεται στον εξυπηρετούμενο.

### Άσκηση 13η

Παρακαλώ συλλογιστείτε γύρω από τις παρακάτω ερωτήσεις:

- Έχετε βρεθεί ποτέ σε κάποιο μέρος που να μην μιλάτε την τοπική γλώσσα; Φέρτε στο νου σας την περίοδο εκείνη.
- Πώς αισθανθήκατε;
- Πόσο εύκολο ήταν να επικοινωνήσετε μέσω κάποιου διερμηνέα;
- Μπορέσατε να καταλάβετε κάποια πράγματα μόνο μέσω της γλώσσας του σώματος;
- Υπήρχαν χειρονομίες που είχαν διαφορετικό νόημα από τις δικές σας;

\* \* \*

## 1.2 ΠΟΤΕ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΗ Η ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΓΛΩΣΣΙΚΟ ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΤΗ;

Προκειμένου ένας επαγγελματίας να εκτιμήσει την ανάγκη συνεργασίας με έναν γλωσσικό διευκολυντή, θα πρέπει πρώτα να αξιολογήσει το επίπεδο ομιλίας και κατανόησης του εξυπηρετούμενου στη γλώσσα της χώρας υποδοχής. Γενικά ο διευκολυντής πρέπει να καλείται όταν ο εξυπηρετούμενος είτε δεν είναι σε θέση να συμμετάσχει σε μια καθημερινή συζήτηση (για παράδειγμα, μπορεί να καταλαβαίνει μόνο απλούς χαιρετισμούς ή να κάνει πολύ περιορισμένη χρήση της γλώσσας) είτε όταν ο εξυπηρετούμενος είναι μεν σε θέση να συμμετάσχει σε μια καθημερινή κουβέντα, αλλά δεν μπορεί να εκφραστεί με τέτοιο τρόπο ώστε να συζητήσει περισσότερο σύνθετες καταστάσεις, όπως π.χ. τα συναισθήματα που νιώθει ή κλινικά ζητήματα. Συνήθως, ο γλωσσικός διευκολυντής θα πρέπει να καλείται για οποιονδήποτε εξυπηρετούμενο ζει στη χώρα υποδοχής λιγότερο από δυο χρόνια.

### ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑ ΜΕ ΔΙΕΡΜΗΝΕΑ (ΓΛΩΣΣΙΚΟ ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΤΗ)

- Ο διερμνέας είναι ένα σημαντικό μέλος της διεπαγγελματικής ομάδας
- Μπορεί να παρέχει σημαντικές πληροφορίες και συμβάλλει ενεργά στην φροντίδα που παρέχεται στον πρόσφυγα.
- Ο διερμνέας μπορεί να αποτελέσει μια γέφυρα σύνδεσης με την κουλτούρα του πρόσφυγα.

## 2η ΕΝΟΤΗΤΑ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ

Προκειμένου να επιτευχθεί μια αποτελεσματική συνεργασία μεταξύ επαγγελματία και γλωσσικού διευκολυντή, ο πρώτος θα πρέπει να ακολουθήσει μια σειρά από βήματα. Το πρώτο βήμα της καλής συνεργασίας είναι η σωστή προετοιμασία της συνάντησης.

### 2.1.ΕΠΙΛΟΓΗ ΓΛΩΣΣΙΚΟΥ ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΤΗ

Ένα σημαντικό κομμάτι της προετοιμασίας είναι η επιλογή του κατάλληλου γλωσσικού διευκολυντή για την επικοινωνία με τον πρόσφυγα, εφόσον βέβαια οι συνθήκες το επιτρέπουν. Προκειμένου να βρεθεί το κατάλληλο άτομο, είναι χρήσιμο να εντοπιστεί η μητρική

γλώσσα ή διάλεκτος του εξυπηρετούμενου (π.χ. άτομα που έχουν γεννηθεί στο Αφγανιστάν μπορεί να μιλούν Παστού, Φάρσι ή άλλες διαλέκτους). Επίσης, συχνά πρέπει να λαμβάνεται υπόψη η εθνικότητα, η θρησκεία, η εκπαίδευση και η μόρφωση του εξυπηρετούμενου, καθώς και το ιστορικό μετανάστευσής του και η πολιτική κατάσταση στη χώρα καταγωγής του. Όταν η συνάντηση αφορά οικογένεια, θα πρέπει να διασφαλίζεται ότι η γλώσσα στην οποία θα γίνει η διερμηνεία είναι κατανοητή από όλα τα μέλη της. Τέλος είναι χρήσιμο να διερευνηθεί αν ο ίδιος ο εξυπηρετούμενος έχει κάποιες προτιμήσεις όσον αφορά στο φύλο, τη διάλεκτο, τη χώρα καταγωγής και την εθνικότητά του διευκολυντή.

Όπως αναφέρθηκε ήδη, όλες οι παραπάνω επισημάνσεις σε σχέση με την επιλογή του κατάλληλου γλωσσικού διευκολυντή θα πρέπει να λαμβάνονται υπόψη εφόσον οι συνθήκες και το πλαίσιο εργασίας του επαγγελματία του παρέχουν αυτή τη δυνατότητα. Σε διαφορετική περίπτωση ο επαγγελματίας θα συνεργαστεί αναγκαστικά με τον πρώτο άνθρωπο που είναι διαθέσιμος, προκειμένου να μπορέσει να επικοινωνήσει με τον ωφεληούμενο.

## 2.2. ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΤΟΥ ΓΛΩΣΣΙΚΟΥ ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΤΗ

Αφού βρεθεί ο κατάλληλος για τον εξυπηρετούμενο γλωσσικός διευκολυντής τότε το επόμενο βήμα είναι η ενημέρωση του διευκολυντή, από τον επαγγελματία, πριν τη συνάντηση. Η ενημέρωση αυτή μπορεί να είναι σύντομη, αλλά είναι απολύτως απαραίτητη ειδικά αν πρόκειται για την πρώτη συνάντηση.

Η ενημέρωση πρέπει να γίνεται προκειμένου:

- Να δοθούν πληροφορίες για τον εξυπηρετούμενο (φύλο, ηλικία, χώρα προέλευσης, γλώσσα, λόγος προσέλευσης στην υπηρεσία κλπ.) καθώς και για οποιονδήποτε άλλον μπορεί να συμμετέχει στη συνάντηση.
- Να συζητηθεί μαζί του ο σκοπός της συνάντησης, τι ερωτήσεις θα γίνουν και τι πληροφορίες χρειάζεται να συγκεντρωθούν.
- Να δοθεί στον γλωσσικό διευκολυντή από πριν, για να το γνωρίζει, οποιοδήποτε έντυπο θα χρησιμοποιηθεί κατά τη διάρκεια της συνάντησης και θα πρέπει να το μεταφράσει.

Αυτές οι πληροφορίες θα βοηθήσουν τον διευκολυντή να προετοιμαστεί κατάλληλα για την επερχόμενη συνάντηση και να εκφράσει όποιες απορίες έχει πριν και όχι κατά τη διάρκειά της. Επίσης, είναι σημαντικό να κατανοήσει τι αναμένεται από αυτόν κατά τη διάρκεια της συνάντησης π.χ. ποιο τρόπο διερμηνείας πρέπει να ακολουθήσει (ταυτόχρονη



ή διαδοχική), πού θα καθίσει, ποιος θα κάνει τις συστάσεις, αν θα πρέπει να προσέξει κάτι σε σχέση με τη συμπεριφορά του πρόσφυγα για τον οποίο θα κάνει τη διερμηνεία (π.χ., επιθετική συμπεριφορά, όχι καλή ροή στον λόγο, κλπ. λόγω ύπαρξης προβλήματος ψυχικής υγείας) ή οτιδήποτε άλλο κρίνεται σημαντικό να γνωρίζει.

## ΖΗΤΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΧΡΗΣΟΥΝ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ

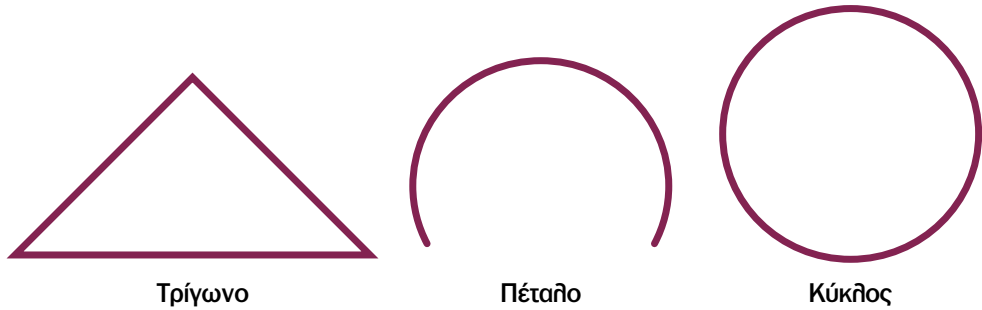
Πριν την έναρξη της συνάντησης ο γλωσσικός διευκοηλυτής δεν θα πρέπει να περιμένει στον ίδιο χώρο με τον εξυπηρετούμενο, γιατί ο τελευταίος μπορεί να επιδιώξει να συζητήσει μαζί του προσωπικά του θέματα ή να του ζητήσει βοήθεια και συμβουλές. Κάτι τέτοιο μπορεί να δημιουργήσει προβλήματα στη σχέση τόσο του εξυπηρετούμενου με τον γλωσσικό διευκοηλυτή όσο και με τον επαγγελματία και κατά συνέπεια πρέπει να αποφεύγεται. Επίσης αν ο γλωσσικός διευκοηλυτής αντιληφθεί εκ των προτέρων ότι γνωρίζει τον πρόσφυγα για τον οποίο θα κάνει τη διερμηνεία από το ευρύτερο οικογενειακό ή κοινωνικό του περιβάλλον (π.χ. είναι συγγενής, φίλος ή γνωστός του), τότε θα πρέπει να το αναφέρει αμέσως στον επαγγελματία προκειμένου να γίνει αλληαγή.

### 2.3. ΔΙΑΤΑΞΗ ΘΕΣΕΩΝ ΣΤΟ ΔΩΜΑΤΙΟ ΤΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ

Το τρίτο βήμα που πρέπει να ακολουθηθεί ένας επαγγελματίας προκειμένου να προετοιμάσει κατάλληλα μια συνάντηση στην οποία συμμετέχει και γλωσσικός διευκοηλυτής είναι η σωστή διάταξη των θέσεων. Ο τρόπος που θα τοποθετηθούν τα καθίσματα μέσα στον χώρο της συνάντησης παίζει πολύ σημαντικό ρόλο και μπορεί να διευκοηλυνει ή να δυσχεράνει την επικοινωνία μεταξύ του εξυπηρετούμενου και του επαγγελματία.

Η διάταξη μπορεί να αλληαζει ανάλογα με τον αριθμό των συμμετεχόντων στη συνάντηση. Έτσι αν η συνάντηση περιλαμβάνει τρία άτομα (επαγγελματίας, διευκοηλυτής και εξυπηρετούμενος) καλό θα ήταν αυτοί να καθίσουν σε σχήμα τριγώνου, σε περίπτωση που συμμετέχουν τέσσερα άτομα σε σχήμα πέταλου και όταν στη συνάντηση συμμετέχουν περισσότερα από τέσσερα άτομα (π.χ. πολυμελής οικογένεια) σε σχήμα κύκλου.

Είναι σημαντικό να ακολουθείται πάντα η ίδια διάταξη σε κάθε ραντεβού, με τον γλωσσικό διευκοηλυτή να κάθεται δίπλα στον επαγγελματία ψυχικής υγείας.



**Σχήμα 3.** Διάταξη θέσεων στο δωμάτιο της συνάντησης

### ΠΡΙΝ ΤΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

Ενημέρωση του διερμνέα προκειμένου να:

- Γνωρίζει πληροφορίες για τον εξυπηρετούμενο (φύλο, ηλικία, χώρα προέλευσης, γλώσσα, λόγος προσέλευσης κλπ)
- Γνωρίζει τον σκοπό της συνάντησης
- Γνωρίζει από πριν ερωτηματολόγια ή έντυπα που θα χρησιμοποιηθούν

## 3η ΕΝΟΤΗΤΑ ΔΙΕΞΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ

### 3.1. ΠΡΩΤΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

Η πρώτη συνάντηση είναι ιδιαίτερα σημαντική προκειμένου να δημιουργηθεί κλίμα εμπιστοσύνης ανάμεσα στον πρόσφυγα, τον γλωσσικό διευκολυντή και τον επαγγελματία. Ίσως χρειαστεί να διαρκέσει περισσότερο από τη συνηθισμένη ώρα, προκειμένου ο επαγγελματίας να μπορέσει:

- Να συστηθεί ο ίδιος και να συστήσει τον γλωσσικό διευκολυντή.
- Να εξηγήσει ποιος είναι και ποιος ο ρόλος του.
- Να εξηγήσει τον ρόλο του γλωσσικού διευκολυντή.
- Να εξηγήσει ότι ο γλωσσικός διευκολυντής δεσμεύεται από τον κώδικα δεοντολογίας του επαγγέλματός του και οφείλει να τηρεί το απόρρητο για όλα όσα θα ειπωθούν στη συνάντηση.
- Να εξηγήσει τον σκοπό της συνάντησης και τη διαδικασία διερμνείας.

Ο ρόλος του διευκολυντή μπορεί να ξεκινήσει μόνο όταν έχουν συμφωνηθεί τα θέματα

εμπιστευτικότητας. Είναι σημαντικό ο εξυπηρετούμενος να γνωρίζει ότι ο διευκολυντής δεσμεύεται για το απόρρητο της συνομιλίας και δεν μπορεί να μεταφέρει τίποτα, από αυτά που θα ειπωθούν μέσα στη συνάντηση, έξω από αυτή. Είναι επίσης σημαντικό να τεθούν από την αρχή τα όρια κάθε ρόλου προκειμένου να είναι ξεκάθαρα στον εξυπηρετούμενο και να ξέρει τι να περιμένει από τον καθένα που συμμετέχει στη συνάντηση.

### Η ΠΡΩΤΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

Ενημέρωση του διερμνέα προκειμένου να:

- Γίνονται συστάσεις
- Εξηγούνται οι ρόλοι όσων συμμετέχουν στη συνάντηση
- Εξηγείται ο κώδικας δεοντολογίας του διερμνέα και η τήρηση του απορρήτου
- Εξηγείται ο σκοπός της συνάντησης και η διαδικασία διερμνεύειας

## 3.2. ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ

Κατά τη διάρκεια της συνάντησης θα πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στον τρόπο με τον οποίο γίνεται η επικοινωνία με τον εξυπηρετούμενο. Είναι σημαντικό ο επαγγελματίας να προσέχει τόσο τη λεκτική όσο και τη μη λεκτική επικοινωνία. Ο προσανατολισμός της συνάντησης πρέπει να καθορίζεται από τον επαγγελματία και όχι από τον διευκολυντή, καθώς ο πρώτος έχει την ευθύνη της έκβασής της.

Σε σχέση με τη λεκτική και μη λεκτική επικοινωνία ο επαγγελματίας θα πρέπει:

- Να φροντίζει οι προτάσεις και οι ερωτήσεις του να είναι σύντομες και να κάνει μια παύση στο τέλος κάθε δήλωσης για να έχει χρόνο ο διευκολυντής να μεταφράσει.
- Να μιλάει απευθείας στον εξυπηρετούμενο και να χρησιμοποιεί το πρώτο πρόσωπο «εγώ» και το δεύτερο πρόσωπο «εσύ».
- Να αποφεύγει την εξειδικευμένη ορολογία και να εξηγεί τυχόν δύσκολες έννοιες ή όρους.
- Να γνωρίζει ότι μερικές φορές ο διευκολυντής μπορεί να πρέπει να εξηγήσει περαιτέρω όσα ειπωθήκαν στον εξυπηρετούμενο, και αυτό μπορεί να πάρει λίγο χρόνο.
- Να αποφεύγει το σαρκασμό, τον κυνισμό και τα αστεία γιατί είναι δύσκολο να μεταφραστούν.
- Να έχει συνεχή οπτική επαφή με τον εξυπηρετούμενο, ακόμα κι όταν μιλάει ο διευκολυντής, και να παρατηρεί τη γλώσσα του σώματος τόσο του ενός όσο και του άλλου.

### 3.3. ΖΗΤΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΧΡΗΣΟΥΝ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ

Όταν πρόκειται για συνάντηση στην οποία συμμετέχουν πολλά άτομα (π.χ. οικογένεια) ο επαγγελματίας θα πρέπει να έχει τον έλεγχο της συνάντησης και να φροντίζει έτσι ώστε να *μπορούν όλοι να συμμετέχουν*.

*Ο γλωσσικός διευκολυντής δεν θα πρέπει να μένει ποτέ μόνος του με τον εξυπηρετούμενο μέσα στο δωμάτιο. Αν για κάποιο λόγο ο επαγγελματίας πρέπει να φύγει για λίγο από την αίθουσα, θα πρέπει να το εξηγήσει αυτό στον εξυπηρετούμενο και να εξηγήσει γιατί πρέπει να φύγει και ο διευκολυντής μαζί του.*

Ο γλωσσικός διευκολυντής θα πρέπει να *παραμένει* πάντα ουδέτερος απέναντι στον εξυπηρετούμενο και να μην παρεμβαίνει δίνοντας τη γνώμη του ή κάνοντας ερμηνείες. Είναι καλό να παραμένει ήρεμος αλλιά και σε εγρήγορση, να διατηρεί οπτική επαφή με τον εξυπηρετούμενο και τον επαγγελματία και να μεταφράζει με ακρίβεια, ελέγχοντας ξανά όσα δεν του ήταν κατανοητά.

Δεν υπάρχει ανάγκη η διερμνεΐα να γίνεται «κατά λέξη» γιατί αυτό μπορεί να μην είναι νοηματικά σωστό, ούτε κατάλληλο. Ο διευκολυντής είναι καλό να προσπαθεί να αποδίδει σωστά το *νόημα* όσων λέγονται. Μερικές λέξεις ή φράσεις δεν μπορούν να μεταφραστούν ακριβώς σε μια άλλη γλώσσα.

Ο γλωσσικός διευκολυντής θα πρέπει επίσης να χρησιμοποιεί πάντα το πρώτο πρόσωπο «εγώ» και το δεύτερο «εσύ» όταν απευθύνεται στον εξυπηρετούμενο γιατί έτσι εξασφαλίζεται ότι αυτά που λέγονται απευθύνονται απευθείας από τον επαγγελματία προς τον εξυπηρετούμενο και το αντίστροφο.

Επιπλέον ο επαγγελματίας θα πρέπει να αποφεύγει να συζητά με τον διευκολυντή χωρίς να γίνεται διερμνεΐα στον εξυπηρετούμενο, γιατί κάτι τέτοιο μπορεί να δημιουργήσει παρεξηγήσεις και προβλήματα στην επικοινωνία.

Τέλος πρέπει να ελαχιστοποιηθούν οποιεσδήποτε πιθανές ενοχλήσεις κατά τη διάρκεια της συνάντησης (π.χ. σταθερά ή κινητά τηλέφωνα).

- 
- Για να δείτε τι θα ήταν καλό να προσέχουμε στην πρώτη συνάντηση μεταξύ επαγγελματία ψυχικής υγείας, διερμνεΐα και εξυπηρετούμενου, δείτε [εδώ](#)
  - Για να δείτε τι θα ήταν καλό να αποφεύγουμε στη συνεργασία μεταξύ επαγγελματία ψυχικής υγείας και διερμνεΐα στην πρώτη συνάντηση με εξυπηρετούμενο, δείτε [εδώ](#)
-

### ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ

- Οι προτάσεις να είναι σύντομες
- Να γίνεται παύση στο τέλος κάθε δήλωσης για να έχει χρόνο ο διερμνέας να μεταφράσει
- Ο διερμνέας μπορεί να χρειαστεί να διασαφηνίσει μια δήλωση στον εξυπηρετούμενο και αυτό μπορεί να πάρει λίγο χρόνο
- Άμεση οπτική επαφή με τον εξυπηρετούμενο ακόμα και όταν μιλάει ο διερμνέας
- Χρήση πρώτου προσώπου “εγώ” και δεύτερου προσώπου “εσύ” στην επαφή με τον εξυπηρετούμενο
- Αποφυγή εξειδικευμένης ή καθομιλουμένης γλώσσας – είναι ιδιαίτερα δύσκολο να μεταφραστεί – και εξήγηση τυχόν δύσκολων εννοιών ή όρων
- Παρατήρηση της γλώσσας του σώματος τόσο του διερμνέα όσο και του εξυπηρετούμενου
- Αποφυγή σαρκασμού, κυνισμού & αστείων – είναι δύσκολο να μεταφραστούν
- Σε ομαδικές καταστάσεις να μπορούν όλοι να συμμετάσχουν
- Ποτέ ο διερμνέας μόνος του με τον εξυπηρετούμενο!
- Ελαχιστοποίηση δυνητικών ενοχλήσεων (π.χ. τα κινητά τηλέφωνα)

## 3.4. ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΕΣ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΠΟΦΕΥΓΟΝΤΑΙ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ

Κατά τη διάρκεια μιας συνάντησης στην οποία συμμετέχει και γλωσσικός διευκολυντής μπορεί να υπάρξουν περιπτώσεις κατά τις οποίες είτε ο επαγγελματίας, είτε ο γλωσσικός διευκολυντής υιοθετούν συμπεριφορές που παρεμποδίζουν τη συνεργασία.

Προκειμένου ο επαγγελματίας να μπορεί να αναγνωρίζει τέτοιου είδους συμπεριφορές θα πρέπει να γνωρίζει τα παρακάτω παραδείγματα συμπεριφορών που πρέπει να αποφεύγει ο γλωσσικός διευκολυντής:

- να μη μεταφράζει όλα όσα λέγονται (εκτός και αν κάποιος μιλάει τόσο γρήγορα που να το καθιστά αδύνατον).
- να διεξάγει μια δεύτερη συζήτηση κατά τη διάρκεια της συνάντησης, αποκλείοντας τον άλλον
- να μιλάει εκ μέρους του εξυπηρετούμενου
- να απαντάει στο τηλέφωνο κατά τη διάρκεια της συνάντησης
- να έχει υποτιμητική συμπεριφορά και αντιμετώπιση απέναντι στον εξυπηρετούμενο

Σε περίπτωση που ο επαγγελματίας υποθέσει ότι ο γλωσσικός διευκολυντής δεν κάνει σωστά τη διερμνεία, τότε θα πρέπει να μιλήσει μαζί του και να ζητήσει διευκρινήσεις.

Επίσης μετά τη συνάντηση, πρέπει να συζητηθεί οπωσδήποτε με τον γλωσσικό διευκολυντή οποιαδήποτε απευκταία συμπεριφορά και ο λόγος που την καθιστά τέτοια.

Εάν το ζήτημα δεν λυθεί άμεσα ή επαναληφθεί, πρέπει να ενημερωθεί ο προϊστάμενος του γλωσσικού διευκολυντή και από κοινού ν' αναζητηθεί κάποια λύση.

Παράλληλα ο επαγγελματίας πρέπει να προσέχει μήπως και ο ίδιος υιοθετεί συμπεριφορές που πρέπει να αποφεύγονται κατά τη διάρκεια της συνάντησης.

Συμπεριφορές όπως:

- να απαντάει στο τηλέφωνο κατά τη διάρκεια της συνάντησης
- να διεξάγει μια δεύτερη συζήτηση με τον γλωσσικό διευκολυντή κατά τη διάρκεια της συνάντησης, αποκλείοντας τον εξυπηρετούμενο και
- να έχει υποτιμητική συμπεριφορά και αντιμετώπιση απέναντι στον εξυπηρετούμενο ή στο γλωσσικό διευκολυντή, θα πρέπει να αποφεύγονται.

### 3.5. ΑΛΛΑΓΗ ΣΤΗ ΔΥΝΑΜΙΚΗ ΤΗΣ ΣΧΕΣΗΣ

Η παρουσία ενός τρίτου ατόμου, δηλαδή του γλωσσικού διευκολυντή, σε μια συνάντηση που κατά βάση αφορά μια δυαδική σχέση, *αλλάζει τη δυναμική της σχέσης* ανάμεσα στον εξυπηρετούμενο και τον επαγγελματία.

Οι πιο συχνές αλλαγές που έχουν παρατηρηθεί είναι οι εξής:

- **Ταύτιση διευκολυντή - εξυπηρετούμενου** (ο διευκολυντής κάνει συμμαχία με τον εξυπηρετούμενο και αποκλείουν τον επαγγελματία).
- **Ταύτιση διευκολυντή - επαγγελματία** (ο διευκολυντής κάνει συμμαχία με τον επαγγελματία και αποκλείουν τον εξυπηρετούμενο).
- **Κυριαρχία διευκολυντή** (ο διευκολυντής παίρνει τον έλεγχο της συνεδρίας).
- **Απόρριψη διευκολυντή** (ο διευκολυντής απορρίπτεται από τον εξυπηρετούμενο).

Για να αποφευχθούν τέτοια προβλήματα, πριν τη συνάντηση, θα πρέπει να αποσαφηνιστούν οι ρόλοι, ενώ μετά τη συνάντηση, να συζητηθούν τυχόν ζητήματα που προέκυψαν κατά τη διάρκειά της. Αν η συνεργασία επαγγελματία και γλωσσικού διευκολυντή ακολουθήσει τις οδηγίες αυτές, θα μειωθούν οι πιθανότητες αλλαγής της δυναμικής της σχέσης.

## 4η ΕΝΟΤΗΤΑ ΜΕΤΑ ΤΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

### 4.1. ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΜΕΤΑΞΥ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑ ΚΑΙ ΓΛΩΣΣΙΚΟΥ ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΤΗ

Μετά την ολοκλήρωση της συνάντησης και αφού ο εξυπηρετούμενος φύγει από το δωμάτιο, θα πρέπει να δοθεί λίγος χρόνος προκειμένου ο επαγγελματίας και ο γλωσσικός διευκολυντής να συζητήσουν θέματα που πιθανώς να προέκυψαν κατά τη διάρκειά της.

Κατά τη διάρκεια αυτής της συζήτησης μπορούν να αποσαφηνιστούν τυχόν ζητήματα διερμνεϊάς που προέκυψαν στη συνάντηση με τον εξυπηρετούμενο. Επίσης ο γλωσσικός διευκολυντής θα πρέπει να έχει την ευκαιρία να μιλήσει σχετικά με θέματα που τον δυσκόλεψαν, όπως αν είχε πρόβλημα στην επικοινωνία με τον εξυπηρετούμενο λόγω της χρήσης ιδιότυπης γλώσσας ή της ταχύτητας με την οποία μιλούσε.

Προκειμένου ο επαγγελματίας να εξασφαλίσει ότι ακολουθεί μια προσέγγιση που είναι πολιτισμικά ευαίσθητη στη συνεργασία του με τον πρόσφυγα, είναι σημαντικό να δοθεί χώρος και χρόνος στον διευκολυντή να μοιραστεί οποιοδήποτε σχόλιο σχετικά με την κουλτούρα του εξυπηρετούμενου και να συμβάλει με αυτό τον τρόπο στη βελτίωση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών. Προσοχή όμως, το γεγονός ότι ο εξυπηρετούμενος και ο γλωσσικός διευκολυντής μιλούν την ίδια γλώσσα δεν σημαίνει ότι ταιριάζουν πολιτισμικά.

Τέλος, σε περίπτωση που έχουν συζητηθεί «δύσκολα» θέματα, όπως για παράδειγμα τραυματικές εμπειρίες του εξυπηρετούμενου, ο επαγγελματίας και ο διερμνεϊάς πρέπει να αφιερώσουν χρόνο για το σχολιασμό τους.

### 4.2. ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΓΛΩΣΣΙΚΟΥ ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΤΗ

Όταν κατά τη διάρκεια της διερμνεϊάς αποκαλύπτονται πληροφορίες σχετικά με βασανιστήρια και άλλες τραυματικές εμπειρίες του πρόσφυγα, τότε συχνά αυτή μπορεί να έχει πολλή δυσκολία. Ο επαγγελματίας πρέπει να γνωρίζει ότι η αφήγηση τέτοιων εμπειριών μπορεί να προκαλέσει έντονες συναισθηματικές αντιδράσεις στον διερμνεϊά.

Ο γλωσσικός διευκολυντής μαθαίνει πληροφορίες σχετικά με πρακτικές που μπορεί να εφαρμόζονται στη δική του χώρα καταγωγής και οι εμπειρίες αυτές ενδεχομένως να προκαλέσουν αντιδράσεις που συνδέονται με τις προσωπικές του εμπειρίες. Μπορεί ακόμη

και να τροποποιήσει ακούσια τη μετάφρασή τους, στην προσπάθειά του να ανταπεξέλθει στις πληροφορίες που λαμβάνει. Μια συζήτηση σχετικά με το συναισθηματικό/συγκινησιακό περιεχόμενο της συνεδρίας είναι απαραίτητη!

Πρέπει να δοθεί χρόνος στον γλωσσικό διευκολυντή να συζητήσει όλα όσα συνέβησαν κατά τη διάρκεια της συνάντησης που πιθανώς του προκάλεσαν σύγχυση ή ταραχή. Ίσως είναι ιδιαίτερα αναγκαία μια τέτοια συζήτηση αν ο ίδιος είχε στο παρελθόν παρόμοιες τραυματικές εμπειρίες με αυτές που αφηγείται κάποιος εξυπηρετούμενος που είναι πρόσφυγας ή που έχει ζητήσει άσυλο.

Ο γλωσσικός διευκολυντής πρέπει να συμμετέχει στις επίσημες συναντήσεις εποπτείας του υπόλοιπου προσωπικού (εφόσον αυτές γίνονται), οι οποίες κρίνονται απαραίτητες λόγω διαφόρων περιστατικών ή οδυνηρών θεμάτων της συνάντησης. Σε περίπτωση που φαίνεται ότι ο διερμηνέας χρειάζεται ατομική εποπτεία, πρέπει να ενθαρρυνθεί να ζητήσει εποπτεία και υποστήριξη από εξειδικευμένο προσωπικό ψυχικής υγείας ή αντίστοιχες υπηρεσίες.

## ΖΗΤΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΧΡΗΣΟΥΝ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ

Η επικοινωνία με τον εξυπηρετούμενο θα πρέπει να γίνεται πάντα με έναν κατάλληλα εκπαιδευμένο γλωσσικό διευκολυντή και όχι με κάποιο συγγενή, φίλο ή άλλο (π.χ. σύζυγο ή παιδί). Μια τέτοια πρακτική μπορεί να προκαλέσει προβλήματα στη σχέση με τον εξυπηρετούμενο και να έχει ως αποτελέσματα την απόκρυψη ή τη διαστρέβλωση χρήσιμων πληροφοριών.

*Η συνεργασία με τον ίδιο γλωσσικό διευκολυντή*, εφόσον θα πραγματοποιηθούν μια σειρά από συναντήσεις με τον εξυπηρετούμενο, αποτελεί καλή πρακτική και συντελεί στη ανάπτυξη σχέσης εμπιστοσύνης μεταξύ εξυπηρετούμενου και διευκολυντή. Η τήρηση των συζητήσεων πριν τη συνάντηση και μετά από αυτή βοηθά στην ανάπτυξη μιας σωστής συνεργασίας και προλαμβάνει τυχόν προβλήματα ή παρεξηγήσεις.

Η παροχή *κατάλληλης υποστήριξης* στον γλωσσικό διευκολυντή, κάποιες φορές είναι απαραίτητη και θα πρέπει να αναγνωρίζεται (ως ανάγκη) και να προτείνεται από τον επαγγελματία. Τέλος, η ανάπτυξη μιας ισότιμης και συνεργικής σχέσης που βασίζεται στον αμοιβαίο σεβασμό και την εμπιστοσύνη μεταξύ επαγγελματία και γλωσσικού διευκολυντή συμβάλλει σημαντικά στη σωστή συνεργασία μεταξύ τους και στην αποτελεσματική επικοινωνία με τον εξυπηρετούμενο.



### ΜΕΤΑ ΤΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

Ο διερμηνέας έχει την ευκαιρία να μοιραστεί τυχόν σχόλια που έχει ως προς τη γλώσσα ή την επικοινωνία

Μπορούν να διασαφηνιστούν τυχόν ζητήματα διερμηνείας ή κουλτούρας

Σε περίπτωση που έχουν συζητηθεί οδυνηρά ή τραυματικά θέματα, τότε πρέπει να αφιερωθεί χρόνος για το σχολιασμό τους

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Miletic, T., Piu, M., Minas, H., Stankovska, M., Stolk, Y. & Klimidis, S. (2006). *Κατευθυντήριες οδηγίες για την αποτελεσματική συνεργασία με διερμηνείς στις υπηρεσίες ψυχικής υγείας* [Μεταφρασμένο στην Ελληνική γλώσσα]. Australia: Victorian Transcultural Psychiatry Unit. Ανακτημένο από <http://babeldc.gr/wp-content/uploads/2018/02/kateuthintiries-odigies-gia-tin-apotelesmatiki-sinergasia-me-diermineis-stis-ipiresies-psixikis-igias.pdf>

## ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Hlavac, J. (2017). *Mental Health Interpreting Guidelines for Interpreters*. Australia: Monash University: Translation and Interpreting Studies. Ανακτημένο από [https://ausit.org/AUSIT/Documents/Mental\\_Health\\_Interpreting\\_Guidelines\\_for\\_Interpreters.pdf](https://ausit.org/AUSIT/Documents/Mental_Health_Interpreting_Guidelines_for_Interpreters.pdf)

Jalonen, A. & La Corte P. C. (2017). *A practical guide to therapeutic work with asylum seekers and refugees*. London: J. Kingsley Pubs.

# ΕΠΙΛΟΓΟΣ



Η προσφυγική εμπειρία, όπως κάθε εμπειρία, είναι ιδιαίτερη και έχει για κάθε άνθρωπο που τη βιώνει τη δική της πολυπλοκότητα, μοναδικότητα και ολότητα. Αν δεχτούμε ότι αυτό που καθιστά ξεχωριστή την προσφυγική εμπειρία έναντι οποιασδήποτε άλλης είναι η ακούσια απώλεια του οικείου χώρου, τότε μπορούμε να δεχτούμε και ότι οι πρόσφυγες αναζητούν, προσπαθούν και προσδοκούν τη *δόμηση ενός νέου οικείου χώρου*, τις περισσότερες φορές χωρίς αυτό να γίνεται συνειδητά.

Ο ρόλος των επαγγελματιών θα μπορούσε να αφορά, σύμφωνα με αυτή την οπτική, στη συντρόφευση και υποστήριξη των προσφύγων στην προσπάθειά τους. Πολλές φορές, για να καταστεί η δόμηση του νέου οικείου χώρου εφικτή, ο επαγγελματίας πρέπει να *δώσει κάτι από τον δικό του οικείο χώρο*. Καλείται να μετακινηθεί ο ίδιος –κι όχι μόνο αυτός– για να συναντήσει τον πρόσφυγα: τον ξένο, τον άλλο, τον ανοίκειο που ταυτόχρονα είναι και τόσο δικός του και οικείος.

Σε αυτή την πορεία –που έχει πόνο και ελπίδα, απελπισία και κουράγιο, θυμό και στοργή, φόβο και αισιοδοξία, έγνοια και απειλή– η συνάντηση θα καταστεί δυνατή και δημιουργική όταν και οι δυο έχουν το θάρρος να μετακινηθούν όχι μόνο στον χώρο αλλά κυρίως σε διαστάσεις λιγότερο απτές: στον χρόνο, στην κουητούρα, στον τρόπο που αντιλαμβάνονται τον κόσμο. Τότε, ίσως, η ζωή θα γίνει λιγότερο επώδυνη τόσο για όσους βιώνουν την προσφυγική εμπειρία όσο για αυτούς που τους «συναντούν» και τους συντροφεύουν.

# ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ



## Άσκηση 2η

Σύμφωνα με τα λόγια του νεαρού πρόσφυγα, είναι προφανές ότι η απώλεια του οικείου χώρου του είναι γι' αυτόν βαθιά και περίπλοκη και δημιουργεί ένα μάλιλον ανεξήγητο κενό. Αυτό το κενό υπερβαίνει τις συγκεκριμένες, απτές, απώλειες και δηλώνει επίσης, την απώλεια της αίσθησης οικειότητας, σταθερότητας και προβλεψιμότητας (συνήθειες, ρουτίνες, κουλιτούρα, κλπ., δηλαδή τη ζωή του όπως ήταν κάποτε) καθώς και την απώλεια της αίσθησης ότι περιβάλλεται (*being contained*) από κάτι που τον προστατεύει (το σπίτι ως «κέλυφος» που εμπεριέχεται και προστατεύει).

Στοχαστείτε πάνω στον σιωπηλό θρήνο του για την παιλιά του ζωή, την αναπόφευκτη νοσταλγία του για το σπίτι, αλήθια και τις δυσκολίες του να προσαρμοστεί στη χώρα υποδοχής. Η επικέντρωση στα κομμάτια που συνθέτουν το «ψηφιδωτό υπόστρωμα της ταυτότητάς» του βοηθάει στην κατανόηση του πώς οι δυσάρεστες και αποπροσανατολιστικές επιπτώσεις αυτής της απώλειας συνδέονται με την έννοια του νοσταλγικού αποπροσανατολισμού.

\* \* \*

## Άσκηση 3η

Η αρχική του απάντηση χαρακτηρίζεται από έντονο θυμό και οδύνη. Παρά το γεγονός ότι εξακολουθεί να υποφέρει, είχε τη συναισθηματική δύναμη να αφήσει πίσω του τις σκληρότητες που γνώρισε στο παρελθόν και έτσι να σπάσει τον φαύλο κύκλο της βίας. «Συγχωρώντας» όλους εκείνους που τον «κακοποίησαν» (αποδόμηση του τριγώνου του θύματος), κατάφερε να χρησιμοποιήσει τις δυσκολίες που βίωσε για να αναπτύξει νέες θετικές αξίες, να βελτιώσει τη ζωή του και να δομήσει μια καλύτερη εκδοχή του εαυτού του.

\* \* \*

## Άσκηση 4η

Παράγοντες:

**Προσωπικοί παράγοντες:** κίνητρο («Έχω λόγο να είμαι μακριά.»), προσωπικές αξίες, συστήματα πεποιθήσεων, νόημα («Οι δυσκολίες είναι μέρος της ζωής. Ο καθένας πρέπει να ζήσει δυσκολίες.»)

**Διαπροσωπικοί παράγοντες:** καλός τρόπος διαπαιδαγώγησης («Αυτό που έχω μάθει από την οικογένειά μου είναι ότι υπάρχουν μόνο άνθρωποι»). Οι αξίες που μεταδίδονται από την οικογένεια θα μπορούσαν να συμπεριληφθούν και στους προσωπικούς παράγοντες.

**Κοινωνικοπολιτικοί παράγοντες:** Ιδεολογικοί και κοινωνικοπολιτικοί λόγοι πίσω από τις αντιξοότητες που βίωσε («Με κάνει να νιώθω περήφανος γιατί έκανα κάτι στο οποίο πίστευα», «το έκανα για να προστατέψω τη χώρα μου, να την προστατεύσω από αυτή την κυβέρνηση»).

\* \* \*

## Άσκηση 6η

Η καταγραφή των πιέσεων για κάθε εμπλεκόμενο μέρος (Hussam, δάσκαλος, διευθυντής, μπτέρα, φοιτητές, κ.λπ.) θα βοηθήσει ώστε να «φωτιστεί» η ιδιαιτερότητα του καθενός. Προσπαθήστε να μπειτε στη θέση κάθε ατόμου, καθώς συμπληρώνετε τις προκλήσεις που αυτός αντιμετωπίζει. Προσπαθήστε να βρείτε απαντήσεις όχι μόνο στις ατομικές τους πιέσεις αλλά και στις περαιτέρω ευθύνες/ανησυχίες τους. Αυτό θα σας επιτρέψει να έχετε μια σαφέστερη ιδέα για την πολυπλοκότητα αυτής της κατάστασης, τη δυναμική των αλληλεπιδράσεων στη διαμόρφωση των συμπεριφορών καθώς και τους περιορισμούς που προκύπτουν όταν οι επαγγελματίες δεν έχουν πρόσβαση στην ολοκληρωμένη εικόνα της κάθε περίπτωσης.

\* \* \*

## Άσκηση 7η

### Περίπτωση πρώτη - Camille

#### Αρνητικές απαντήσεις

Φυσιολογική ανθρώπινη οδύνη

Είχα προβλήματα για τα οποία προτιμώ να μην μιλήσω.

Εγώ προτιμώ να είμαι απασχολημένη, να κάνω πράγματα, για να μη σκέφτομαι...

Σημάδια ψυχικής διαταραχής

Είχα κατάθλιψη... Εγώ ήμουν άρρωστη, πήγαινα στο νοσοκομείο και έβλεπα και ψυχολόγο.

**Στοιχεία που παραμένουν αμετάβλητα (δεν αλλιάζουν ούτε θετικά ούτε αρνητικά)**

Διατήρηση κάποιων δυνατών σημείων και τρόπων αντιμετώπισης που είχε αναπτύξει μέσα από προηγούμενες αντιξοότητες

"Πρέπει να παλεύω για τη ζωή μου, να παλεύω για να είμαι ευτυχισμένη.

Έχω μάθει να είμαι δυνατή από τότε που ήμουν μικρή. Ο θεός μου με έκανε να δείχνω ένα άτομο που ήταν χάλια και εγώ πάλησα για να δείξω τότε στην οικογένειά μου, στους γονείς ότι δεν ήμουν τέτοιο άτομο... Έπρεπε να παλέψω για να έχω τα πτυχία μου και να μπορώ να δουλέψω για να πληρώνω τις σπουδές μου. Έμαθα να παλεύω...

Έχω τη θέληση να πετύχω, αυτό είναι το κίνητρό μου. Δεν θέλω να ζω έτσι όπως ζούσα πριν."

**Το παιδί ως λόγος να παλεύει - φροντίδα για το παιδί**

"Είχα ένα παιδί που έπρεπε να φροντίσω και έπρεπε να παλέψω γι' αυτό... Όταν ήρθε το παιδί μου, ο γιος μου, είπα στον εαυτό μου ότι πρέπει να έχω τα πτυχία μου για να έχω μια σταθερή δουλειά για να μπορώ να φύγω από όλο αυτό."

**Διατήρηση των αρνητικών χαρακτηριστικών**

"Είμαι πολύ μοναχική... Από τότε που ήμουν παιδί με τόσα που είχα ζήσει στο σπίτι μου, ήθελα να είμαι μόνη μου, δεν ήθελα να είμαι με άλλους ανθρώπους. Ακόμα έτσι είναι η ζωή μου."

**Ανάπτυξη ενεργοποιούμενη από την αντιξοότητα****Επανεκτίμηση της προηγούμενης ζωής, νέοι στόχοι**

"Παρόλα αυτά για μένα ήταν σαν μια νέα αρχή στη ζωή μου. Έπαιρνα πληροφορίες για το τι θα μπορούσα να κάνω εδώ, τι απασχόληση θα μπορούσα να βρω. Έχω τη θέληση να πετύχω, αυτό είναι το κίνητρό μου. Δεν θέλω να ζω έτσι όπως ζούσα πριν."

**Ανάπτυξη νέων θετικών χαρακτηριστικών**

"Με βοήθησε να γίνω εθελόντρια σε μια οργάνωση για πρόσφυγες. Εκεί μαγειρεύουμε φαγητό για όσους έχουν ανάγκη και νιώθω καλά που είμαι στην υπηρεσία των άλλων. Άρχισα να παρακολουθώ μαθήματα Ελληνικών, Αγγλικών και πληροφορικής."

**Αξιοποίηση νέων ευκαιριών (π.χ., να συναντήσει ανθρώπους από διαφορετικά περιβάλλοντα)**

"Εκεί γνωρίζω ανθρώπους από διαφορετικές κομητούρες κι αυτό είναι κάτι διαφορετικό και είναι μια ωραία εμπειρία."

## Περίπτωση δεύτερη - Μουσταφά

### Αρνητικές απαντήσεις

#### Φυσιολογική ανθρώπινη οδύνη

"Μου λείπει η προηγούμενη ζωή μου."

### Στοιχεία που παραμένουν αμετάβλητα (δεν αλλιάζουν ούτε θετικά ούτε αρνητικά)

#### Διατήρηση θετικών χαρακτηριστικών - διατήρηση της αισιοδοξίας

"Υποθέτω ότι πάντα μου αρέσει να σκέφτομαι αισιόδοξα, να σκέπτομαι τη δυνατότητα επιτυχίας με τη διαδικασία ασύλου μου."

#### Διατήρηση της πίστης του σε συγκεκριμένα ιδανικά

"Αυτό που έχω μάθει από την οικογένειά μου είναι ότι υπάρχουν μόνο άνθρωποι, δεν υπάρχει κανένας διαχωρισμός μεταξύ των ισλαμικών διαιρέσεων.

Σίγουρα τα έχασα όλα, αλλιά το έκανα για να προστατέψω τη χώρα μου, να την προστατεύσω από αυτή την κυβέρνηση..."

### Ανάπτυξη ενεργοποιούμενη από την αντιξοότητα

#### Ανάπτυξη ενσυναίσθησης, αίσθηση συμπόνιας και ευαισθησίας - προσφορά βοήθειας προς τους άλλους

"Εγώ επίσης [ασχολούμαι] με διάφορες οργανώσεις στις οποίες προσφέρω εθελοντική εργασία. Θέλω να είμαι διαθέσιμος για βοήθεια... Είμαι επίσης ενεργός με τους ασυνόδευτους ανηλίκους. Αν κάποιος χρειάζεται ρούχα, έχει κάποια έκτακτη ανάγκη, κουβέρτες ή κάτι άλλο, καλώ αμέσως τους φίλους μου και βοηθάμε όσο μπορούμε. Έχω ένα αίσθημα ευθύνης να βοηθήσω..."

"Προσπάθησα να δικτυωθώ με οργανισμούς. Θέλω να προσφέρω βοήθεια. Μπορώ να κάνω μεταφράσεις / διερμηνείες γι' αυτούς, μπορώ να κάνω συνοδείες, κάθε είδους διοικητική βοήθεια, κλπ."

#### Ανάπτυξη νέας αίσθησης δύναμης

"Έχοντας περάσει όλα αυτά στη χώρα μου, τα πάντα μου φαίνονται εύκολα..."

#### Ωριμότητα, ανάληψη ευθυνών

"Έκανα τα πάντα χωρίς τη βοήθεια της χώρας και της οικογένειάς μου..."

"[Στο παρελθόν], σκεφτόμουν ότι τίποτα κακό δεν θα μπορούσε πραγματικά να έρθει στο δρόμο μου, η οικογένειά μου είναι πλούσια, οι γονείς μου είναι τόσο καλοί, δεν είχα αναγκαστεί ποτέ να αναρωτηθώ για το τι θα συμβεί στο μέλλον. Αλλιά εδώ συνειδητοποιή-



να ότι δεν έχω ανάγκη αυτή την στήριξη. Έπρεπε να τα κάνω όλα από την αρχή... Θέλω να τα κάνω μόνος μου..."

"Δεν αναγκάζομαι αλλιώς θέλω να το κάνω. Θα μπορούσα ακόμα να έχω υποστήριξη από την οικογένειά μου, αλλιώς έχω επιλέξει να παλέψω μόνος μου."

"Όταν ζούσα με την οικογένειά μου, μου έλεγαν ότι δεν είμαι ώριμος. Έτσι, όταν ήρθα εδώ, αγωνίστηκα πολύ... Αυτά που έζησα με έκαναν πιο ώριμο, έγινα πιο σοβαρός με τη ζωή μου. Πριν «έπαιζα», τώρα είμαι πολύ πιο σοβαρός..."

### **Νέοι στόχοι, μελλοντικά σχέδια**

"Σκοπεύω να ξεκινήσω τη δική μου εταιρεία πληροφορικής εδώ, όπως και στο Πακιστάν... Όπως είπα, θα προσπαθήσω να φτιάξω μια εταιρεία πληροφορικής. Μαζί με έναν από τους φίλους μου θέλουμε επίσης να δημιουργήσουμε έναν οργανισμό που θα δίνει έμφαση στην παροχή βοήθειας στους πρόσφυγες ως προς την εργασία. Αυτό είναι το μελλοντικό μας σχέδιο. Το σχέδιό μας είναι να τους παρέχουμε νομικές συμβουλές και υποστήριξη, να διευκολύνουμε τη διαδικασία γι' αυτούς. Υπάρχουν πολλοί πρόσφυγες που είναι εξειδικευμένοι σε συγκεκριμένους τομείς. Μπορούν να χρησιμοποιηθούν στην κοινωνία..."

"Το πλάνο που έχω για τους πρόσφυγες αλλιώς και για άλλους ανθρώπους είναι να κάνω κάτι ώστε να τους βοηθήσω στην αγορά εργασίας. Η εύρεση εργασίας και ιδιαίτερα η προετοιμασία για τους ασυνόδευτους ανήλικες ώστε να μπορούν να εργαστούν στο μέλλον, να έχουν μια καλή επαγγελματική σταδιοδρομία..."

### **Αίσθηση περηφάνιας**

"Είχα χάσει τα πάντα. Αυτό με κάνει να νιώθω λίγο ανόητος. Αλλιώς μερικές φορές με κάνει να αισθάνομαι περήφανος, γιατί έκανα κάτι που πίστευα σε αυτό..."

## **Περίπτωση τρίτη - Celeste**

### **Αρνητικές Αντιδράσεις**

#### **Φυσιολογική ανθρώπινη οδύνη**

"Ήταν δύσκολο, πάρα πολύ δύσκολο... Έπρεπε να παλεύεις μόνος σου, με τον εαυτό σου!"

"Έχασα την καριέρα μου, τη ζωή μου, το σπίτι μου, το μέλλον που θα μπορούσα να έχω, τα πάντα..."

"Ο πόνος είναι εκεί. Ειδικά αν οι δυσκολίες συνεχίζονται, συνεχίζεις να ζεις έτσι. Κι όλα αυτά σου βγάζουν αναμνήσεις, σε πονάνε..."

**Φυσιολογικός ανθρώπινος πόνος αλληλά και ανθεκτικότητα**

"Θυμάμαι έκασα έξω και έκλαιγα. Και μετά είπα «πρέπει να είμαι δυνατή»."

"Όταν κάτω μόνη μου πάντα υποφέρω. Πόσα πολλή προβλήματα έχω περάσει και ακόμα περνάω... Και προσπαθώ να τα βάλω στην άκρη αλληλά κάθε φορά που διώχνω τα σύννεφα κάτι έρχεται και με χτυπάει πάλη, συνέχεια."

**Δυσφορικές ψυχολογικές αντιδράσεις**

"Όλο αυτό με κάνει να είμαι και ψυχολογικά άσχημα, μέχρι και τώρα νιώθω πολύ άσχημα... Σε όσους ψυχολόγους και να πας και να τα πεις, δεν μπορεί να αλληλάξει αυτό."

**Σημάδια ψυχικών προβλημάτων (αρνητικές επιδράσεις στη λειτουργικότητα, καταθλιπτική διάθεση, απόσυρση, επιβλαβείς τρόποι αντιμετώπισης προκλήσεων (harmful coping))**

"Δεν μπορώ να αντέχω τις δουλειές, κάθε φορά που κουράζομαι θυμάμαι την πατρίδα και δεν μπορώ να δουλέψω."

"Εγώ όλο έκλαιγα, ήμουν χάλια ψυχολογικά. Ο γιατρός μου είχε πει να πάρω φάρμακα. Κάποια στιγμή σκεφτόμουν και να πεθάνω. Αλληλά μετά κοίταγα τα παιδιά μου κι έλεγα πρέπει να προσπαθήσω γι' αυτά..."

"Και προσπαθώ να ξεχάσω και πίνω για να μη θυμάμαι, για να μην πονάω."

***Στοιχεία που παραμένουν αμετάβλητα (δεν αλληλάζουν ούτε θετικά ούτε αρνητικά)*****Διατήρηση της ελπίδας, της δύναμης, των τρόπων διαχείρισης των δυσκολιών**

"Ποτέ δεν έχασα την ελπίδα μου. Ελπίζοντας συνέχισα και πάντα έβρισκα δύναμη να σηκωθώ. Η δύναμη ερχόταν από τα παιδιά μου. Όταν τα κοίταγα σκεφτόμουν ότι αυτά δεν έχουν κανένα άλλο εκτός από μένα. Ήθελα αυτά να έχουν μια καλύτερη ζωή. Και έλεγα ότι εγώ κάνω δύσκολες δουλειές αλληλά αυτά πρέπει να σπουδάσουν, να μην περνάνε όπως περνάω εγώ. Θέλω να μεγαλώσουν ευτυχισμένα τα παιδιά μου... Βλέπω τώρα τη μεγάλη μου την κόρη που τελειώνει τις σπουδές και είμαι ευτυχισμένη. Είναι σαν να έχεις επενδύσει σε κάτι κι αυτό να καρποφόρησε. Κι όλο αυτό με κάνει χαρούμενη, με κάνει να συνεχίσω να ζω."

"Έτσι είμαι. Πάντα προσπαθούσα να μη το βάζω κάτω, όσες δυσκολίες και να είχα, συνέχιζα να προσπαθώ, να προχωράω, να συνεχίζω. Ακόμα σκέφτομαι έτσι."

## Ανάπτυξη ενεργοποιούμενη από την αντιξοότητα

### Ανάπτυξη νέας αίσθησης δύναμης

"Είμαι μαχητής εγώ... Στη χώρα μου, οι άνθρωποι που έχω αφήσει πίσω περιμένουν κάτι από μένα. Όλο αυτό με κάνει να είμαι πιο δυνατή, πρέπει να δείξω ότι τα καταφέρνω. Κάθε φορά που πέφτω πρέπει να σηκωθώ γι' αυτούς. Έχουμε τέτοια υποχρέωση για την οικογένειά μας..."

### Αλλαγή τρόπου σκέψης/ιδεολογίας

"Όλα αυτά που πέρασα με άλλαξαν ως άνθρωπο. Τώρα τα βλέπω όλα πιο θετικά. Παλιά αν είχα ζήσει όλα αυτά θα ήμουν συνεχώς στεναχωρημένη και αναστατωμένη αλλιώς τώρα λέω «αί στο καλό, έτσι είναι γραμμένο, θα το ζήσω»."

\* \* \*

## Άσκηση 8η

Προτείνουμε να συμπληρώσετε το Πλέγμα Αντιξοότητας ξεχωριστά για κάθε μέλος της οικογένειας, λαμβάνοντας υπόψη το φάσμα των απαντήσεών τους. Επίσης, η καταγραφή των πιέσεων για κάθε εμπλεκόμενο άτομο (πατέρας, μητέρα, πρώτος γιος, δεύτερος γιος, κόρη) θα βοηθήσει να «φωτιστούν» οι πιέσεις αυτές καλύτερα.

Καθώς συμπληρώνετε την καταγραφή των προκλήσεων, προσπαθήστε, να μπειτε στη θέση κάθε ατόμου και να ανταποκριθείτε όχι μόνο στις ατομικές τους πιέσεις αλλά και στις περαιτέρω ευθύνες/ανησυχίες τους ως μέλη της οικογένειας. Στη συνέχεια, εξετάστε το σύνολο της οικογένειας και την πολυπλοκότητα των προκλήσεων που αντιμετωπίζουν σε πιο συνολικό επίπεδο.

Αναλογιστείτε τις συνθήκες της ζωής τους και πώς αυτές επηρεάζουν την οικογένεια στο σύνολό της (π.χ. διαμονή στον καταυλισμό, αδράνεια του πατέρα, εργασία της μητέρας, κλπ.) και τοποθετήστε την παρούσα κατάστασή τους μέσα στον χρόνο (εμπειρίες στο παρελθόν, 11 μήνες στον καταυλισμό, δυνατότητα να σκεφτούν το μέλλον, κλπ.)

\* \* \*

## Άσκηση 9η

Ενώ καταστρώνετε ένα σχέδιο παρέμβασης, συλλογιστείτε πάνω στο πώς νιώθουν τα διάφορα μέλη της οικογένειας το ένα για το άλλο αλλιώς και για την επανένωσή τους, μετά από

πολλά χρόνια. Επίσης, λάβετε υπόψη τις διαφορετικές, συχνά αντικρουόμενες ανάγκες των μελών της οικογένειας (π.χ. την ανησυχία της μητέρας για την ασφάλεια του Dante και την απαίτησή της να μη φεύγει από το σπίτι μόνος του καθώς και την ανάγκη αυτονομίας και ανεξαρτησίας του 18χρονου.) Συλλογιστείτε γύρω από τα περίπλοκα συναισθήματα που έχει η μητέρα για την επανένωση με το γιο της. Σκεφτείτε, επίσης, πώς αισθάνεται ο Dante για την επανένωσή του με τη μητέρα του, τη ζωή στη νέα του οικογένεια, καθώς και για την απώλεια του βιολογικού του πατέρα, που έχει μείνει πίσω. Σκεφτείτε πώς αισθάνονται τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας για την είσοδο του Dante στην οικογένεια.

Λάβετε υπόψη ότι η μητέρα και ο γιος μπορεί να αισθάνονται ξένοι μεταξύ τους, μετά τον αποχωρισμό τους για πολλά χρόνια. Ο Dante μπορεί να μην νιώθει άνετα με τη μητέρα του. Η μητέρα μπορεί να αισθάνεται ένοχη για το γεγονός ότι «εγκατέλειψε» τον γιο της ενώ ήταν μικρός. Θέλει να «επιδιορθώσει» τη ζημιά. Ωστόσο, ο γιος της έφερε πρόσθετα προβλήματα σε αυτήν. Παλεύει για να τα βγάλει πέρα με την ψυχική του ασθένεια και ίσως με αρκετά προβλήματα που μπορεί να προκύψουν στην οικογενειακή ζωή με τον ερχομό του γιου της.

Εκτός από τις αρνητικές συνέπειες, θα πρέπει να δώσετε προσοχή και σε ορισμένες ανθεκτικές και θετικές πτυχές που διαφαίνονται στα μέλη της οικογένειας (π.χ. ο Dante δείχνει αγάπη προς τα αδέρφια του, η μητέρα του κατάφερε να βρει τρόπους για να «απαλύνει» τον πόνο του γιου της, έχει νοσηματοδοτήσει την προσπάθειά να φροντίσει το γιο της που έχει δυσκολίες ψυχικής υγείας ως μια ευκαιρία να αντισταθμίσει τον χαμένο χρόνο μαζί του όσο ήταν μικρό αγόρι).

\* \* \*

## Άσκηση 10η

Ως πατέρας πρόσφυγας, ο Ομάρ, υπέστη τις ακόλουθες απώλειες:

**Πέρα από την οικογένεια:** Απώλεια της δουλειάς του, της καλής οικονομικής τους κατάστασης, της ιδιοκτησίας τους (π.χ. το σπίτι του στη Συρία), του κοινωνικού του κύκλου και της κοινότητά τους.

**Μέσα στην οικογένεια:** Απώλεια των αγαπημένων (των γονιών του), του ηγετικού ρόλου του στην οικογένεια (π.χ. πρέπει τώρα να εξαρτάται από τον γιο του που μιλάει ελληνικά).

**Στον εαυτό του:** Απώλεια της ταυτότητάς του ως κουβαλητή και ως ηγέτη/ αρχηγού της οικογένειας, του αισθήματος υπερηφάνειας και φήμης, της ικανότητας να φροντίζει την οικογένειά του, κλπ.

Όσον αφορά τις παρεμβάσεις, θα πρέπει να εκτιμήσετε τα διαφορετικά επίπεδα αρνητικών απαντήσεων (π.χ., η κατανοητή του δυσαρέσκεια και οι ανησυχίες του για τη δυσάρεστη κατάσταση στην οποία βρίσκεται, η ευερεθιστότητά του, οι συχνοί πόνοι και η αδιαθεσία που θα μπορούσαν να είναι ψυχοσωματικά συμπτώματα, κλπ.). Με βάση αυτά, μπορείτε να συμπληρώσετε το διάγραμμα των πιέσεων που αντιμετωπίζει σήμερα (ζει σε καταυλισμό, δεν έχει δουλειά, ανησυχεί για τον γιο, μαλώνει με τη σύζυγό του, έχει να διαχειριστεί τις προηγούμενες απώλειές του, κλπ.).

Στην πραγματικότητα, αυτό θα έπρεπε να γίνει σε συνεργασία με τον άνθρωπο με τον οποίον δουλεύουμε, προσπαθώντας να τον βοηθήσουμε να βάλει προτεραιότητες στις ανάγκες του και στους τρόπους με τους οποίους θα μπορούσε να ανταποκριθεί σε αυτές τις προκλήσεις με έναν συγκεκριμένο, καλώς σχεδιασμένο (βήμα προς βήμα) τρόπο. Θα πρέπει επίσης να προσδιορίσετε και αναδείξετε τη λειτουργικότητά του και τα δυνατά σημεία που φαίνεται να έχουν διατηρηθεί (π.χ. ο ρόλος του ως στοργικός πατέρας που φροντίζει) καθώς και τις θετικές πλευρές που έχουν ενεργοποιηθεί λόγω των αντιξοοτήτων που βιώνει (π.χ. έχει αναπτύξει τις γονεϊκές του ικανότητες καθώς είναι αυτός που φροντίζει πλέον τη μικρή κόρη, αναλαμβάνοντας έτσι ένα καθήκον για το οποίο δεν ήταν υπεύθυνος πριν).

Στην προσπάθειά σας να συνεργαστείτε μαζί του, μπορεί να προκύψουν και πρόσθετες δυσκολίες, όπως ενδεικτικά: η απροθυμία του να συνεργαστεί με οποιοδήποτε μέλος της ψυχοκοινωνικής ομάδας ίσως λόγω της διαφορετικής νοοτροπίας ή των πολιτισμικών πεποιθήσεών του, την πίεση που ασκούν οι πρακτικές ανάγκες που θα πρέπει να ικανοποιηθούν πρώτα, κ.ά.

\* \* \*

## Άσκηση 11η

Μπορεί να είναι χρήσιμο να δημιουργήσετε έναν πίνακα με δυο στήλες, στις οποίες θα συγκεντρώσετε τις πτυχές που αφορούν στην ταυτότητα του θύματος και αυτές που αφορούν στην ταυτότητα της γυναίκας με εμπειρία βασανιστηρίων, αντιπαραθέτοντάς τις με τρόπο που να δείχνει ότι η ίδια εκδήλωση/αντίδραση/πτυχή της προσωπικότητας μπορεί να εκδηλωθεί με δυο ή περισσότερους, πολύ διαφορετικούς μεταξύ τους, τρόπους.

Για παράδειγμα, θα μπορούσαμε να πούμε ότι η θετική πλευρά είναι ότι η Marai είναι ενεργή στην κοινότητα και βοηθάει άλλους που δυσκολεύονται, μπορεί όμως ταυτόχρονα να αποτελεί και ένα επιπρόσθετο βάρος για την ίδια που την κάνει να δυσκολεύεται να ξεπεράσει τις δικές της αντιξοότητες.

Αξίζει να σημειωθεί ότι η θέση της Marai στο Πλέγμα Θύματος είναι υγιής. Δεν έχει υιοθετήσει την ταυτότητα του θύματος στην καθημερινή ζωή της, απλά κάνει κατάλληλη χρήση του στάτους αυτού όταν χρειάζεται να διεκδικήσει τα δικαιώματά της και να λάβει βασικές παροχές. Φυσικά, αυτό δεν σημαίνει απαραίτητα ότι η χρήση του στάτους της ως θύμα είναι πάντα εύκολη ή σωστή. Το να καλείται (και μάλιστα να ενθαρρύνεται) από τον δικηγόρο να υιοθετήσει την ταυτότητα του θύματος, επειδή διαφορετικά δεν θα μπορούσε να διεκδικήσει άσυλο, πρέπει να είναι ιδιαίτερα δύσκολο γι' αυτήν δεδομένων των δυσκολιών που έχει περάσει.

Μπορεί να βρίσκεται σε μια θέση όπου αυτό που πραγματικά χρειάζεται είναι να συνεχίσει τη ζωή της και να ασχοληθεί με τα υγιή πράγματα που τη βοηθάνε σ' αυτό, και όμως η εργαλειοποίηση της ευαλωτότητάς της την αναγκάζει να αναβιώνει τις δυσκολίες του παρελθόντος της. Το θέμα είναι ότι μέχρι να μπορέσει να βγάλει τα έγγραφα που χρειάζεται, είναι αναγκασμένη να διακωλύει το οδυνηρό παρελθόν της, παρά την απίστευτη ικανότητά της να προχωράει και να συνεχίζει να χτίζει μια νέα ζωή.

Αναλογιστείτε επίσης το γεγονός σχετικά με τον ξενώνα. Αγωνίστηκε σκληρά για να μπορέσει να βρει μια θέση εκεί ώστε να φύγει από το διαμέρισμα στο οποίο έμενε, μόνο και μόνο για να αηλιάξει γνώμη αργότερα, καθώς θεώρησε ότι κάτι τέτοιο θα μείωνε την ανεξαρτησία της. Τι θα μπορούσε να σημαίνει αυτό γι' εκείνη, πέρα από τις προφανείς συνέπειες; Θα μπορούσε αυτό να είναι μέρος των διαφορετικών πραγματικοτήτων/διαστάσεων της κατάστασής της;

Θα πρέπει, επίσης, να διερευνήσετε τις ανθεκτικές πτυχές της. Ανάμεσα στις ισχυρές ανθεκτικές πλευρές της είναι ο πολιτικός ακτιβισμός της, η συμμετοχή της στην κοινότητα και η δράση και επιθυμία της για αποκατάσταση της δικαιοσύνης. Αναλογιστείτε, επίσης, πως αυτή η πλευρά της, η οποία μπορεί να είναι εξαιρετικά σημαντική και ωφέλιμη για αυτήν μακροπρόθεσμα, μπορεί να τις δημιουργεί περαιτέρω δυσκολίες αυτή την περίοδο καθώς περιμένει την απόφαση ασύλου. Εξερευνήστε τα συναισθήματα εκδίκησης που μπορεί να βιώνει και «ξεδιαλύστε» την ιδέα της για το Τρίγωνο του Θύματος (βλ. σελ. 69).

Και πάλη, θα ήταν χρήσιμο να συμπληρώσετε το διάγραμμα των πιέσεων και προκλήσεων καθώς και των θετικών παραμέτρων στη ζωή της, όπως έχει γίνει σε προηγούμενες ασκήσεις. Κάποιος μπορεί τότε να συνειδητοποιήσει ότι ορισμένες πτυχές της εμπειρίας που έζησε δεν μπορούν εύκολα να αηλιάξουν. Κάποιες φορές, επίσης, μπορεί κάποιος να έχει μια επιλογή μεταξύ του ενός ή του άλλου: είτε αναγκάζεται να χρησιμοποιήσει την ευαλωτότητά του ή/και να αηλιάξει την ταυτότητά του ώστε να ταιριάζει με αυτά που του «ζητούν» να έχει, είτε θα έρθει αντιμέτωπος με την πίεση της απόρριψης της αίτησης ασύλου.



**Κέντρο Ημέρας Βαβέλ/Συν-ειρμός  
ΑμΚΕ Κοιν. Αλληλεγγύης**

Ι. Δροσπούλου 72, Αθήνα 112 57  
Τ. 210 861 6280