



Accommodating a travelling life

# ΣΥΝΟΨΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ 5

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ

### «Ψυχική υγεία και ανάκαμψη»

#### Η Προσέγγιση της Ανάκαμψης

Η αντιμετώπιση προβλημάτων ψυχικής υγείας είναι δύσκολη λόγω του μεγάλου αριθμού των επιμέρους μεταβλητών που παίζουν ρόλο στην ανάπτυξή τους. Η προσέγγιση της ανάκαμψης λαμβάνει υπόψη μια ολιστική αντίληψη της ζωής ενός ατόμου. Η ανάκαμψη από ψυχικές διαταραχές ή/και διαταραχές χρήσης ουσιών είναι «μια διαδικασία αλλαγής μέσω της οποίας τα άτομα βελτιώνουν την υγεία και την ευημερία τους, ζουν μια αυτοκατευθυνόμενη ζωή και προσπαθούν να αξιοποιήσουν πλήρως τις δυνατότητές τους.» (Lyon S., 2020)

#### Το Μοντέλο Ανάκαμψης και το Ιατρικό Μοντέλο

Το μοντέλο ανάκαμψης για τα άτομα με ψυχικές ασθένειες είναι αντίθετο με το ιατρικό μοντέλο.

Το ιατρικό μοντέλο πρεσβεύει ότι οι ψυχικές διαταραχές έχουν σωματικά αίτια και, μέχρι τα μέσα της δεκαετίας του '70, πολλοί γιατροί πίστευαν ότι οι ασθενείς με προβλήματα ψυχικής υγείας ήταν καταδικασμένοι να ζουν με την πάθησή τους για πάντα. Αυτή η πεποίθηση επηρέασε ιδιαίτερα ανθρώπους που έπασχαν από σχιζοφρένεια, σχιζοσυναισθηματική διαταραχή και διπολική διαταραχή και η εστίαση ήταν αποκλειστικά στη χρήση φαρμάκων για τη θεραπεία.

Η βασική αρχή της προσέγγισης της ανάκαμψης είναι απεναντίας η πεποίθηση ότι οι άνθρωποι μπορούν να ανακάμψουν από ψυχικές διαταραχές και να ζήσουν πλήρη, ικανοποιητική ζωή.

Τέσσερις παράμετροι θεωρείται ότι υποστηρίζουν την ανάκαμψη: Υγεία: Για να διαχειριστούν ή να ανακάμψουν από ψυχικές διαταραχές, οι άνθρωποι πρέπει να κάνουν επιλογές που υποστηρίζουν τόσο τη σωματική όσο και την ψυχική τους ευημερία. Σπίτι: Οι άνθρωποι χρειάζονται ένα ασφαλές και σταθερό χώρο για να ζήσουν. Σκοπός: Καθημερινές συνήθειες όπως το σχολείο, η δουλειά, η οικογένεια και η συμμετοχή στην κοινότητα είναι σημαντικές κατά την διαδικασία της ανάκαμψης και για τη διατήρηση της ευημερίας. Κοινότητα: Οι υποστηρικτικές κοινωνικές σχέσεις παρέχουν στους ανθρώπους την αγάπη, τη συναισθηματική διαθεσιμότητα



Με συγχρηματοδότηση από το πρόγραμμα «Erasmus+» της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Γνωρίζετε ότι, συγκριτικά με τον γενικό πληθυσμό, οι άστεγοι και οι επισφαλώς στεγασμένοι έχουν δείξει ότι υποφέρουν συχνότερα από προβλήματα ψυχικής υγείας; Στην πραγματικότητα, η συχνότητα εμφάνισης κοινών ψυχικών διαταραχών είναι υπερδιπλάσια στα κοινωνικά περιθωριοποιημένα άτομα, ενώ η ψύχωση έχει διαπιστωθεί ότι είναι 4-15 φορές πιο συχνή στους άστεγους. Πάνω από τα δύο τρίτα των πελατών αστέγων στην Αγγλία υποφέρουν από ψυχικές ασθένειες, πολλοί από τους οποίους όντας αδιάγνωστοι. (Crisis UK: Mental Ill Health in the Adult Single Homeless Population - 2009)



**Μάθετε περισσότερα**

[Recovery in Homelessness](#)

[Effect of Full-Service Partnerships on Homelessness](#)

[Mental Ill Health in the Adult Single Homeless Population 2009](#)

[The unhealthy state of homelessness](#)