

6

ΕΝΟΤΗΤΑ 6

**Αξιοποιώντας την βιωμένη σας εμπειρία
για να βοηθήσετε άλλους**

6.1 Εισαγωγή

Η ανταλλαγή της βιωμένης εμπειρίας είναι στοιχείο κλειδί σε προγράμματα και υπηρεσίες που βασίζονται σε ομότιμους, όσον αφορά τη συμβολή τους στη δημιουργία της μεταξύ τους σχέσης. Παρόμοιες εμπειρίες ζωής, βοηθούν στο να «ανοίξουν πόρτες» και να «χτιστούν γέφυρες» μεταξύ των ομοτίμων και των υποστηρικτών τους. Ομοίως, ο στοχασμός πάνω στην βιωμένη εμπειρία και η δημιουργία αφηγήσεων για συμβάντα του παρελθόντος, μπορούν να βοηθήσουν τον ομότιμο να κοιτάξει το παρελθόν και το παρόν από διαφορετική οπτική γωνία, αποδίδοντας σε ορισμένα γεγονότα διαφορετικό νόημα και βρίσκοντας τον δικό του δρόμο για τις αλλαγές στη δική του ζωή. Ωστόσο, εάν θέλουμε να αξιοποιήσουμε στο έπακρο και να διατηρήσουμε την συγκεκριμένη πρακτική ασφαλή τόσο για τους υποστηρικτές των ομοτίμων όσο και για τους ίδιους τους ομότιμους και όλα τα εμπλεκόμενα μέρη- συμπεριλαμβανομένων των επαγγελματιών που εμπλέκονται στην οργάνωση και την εποπτεία των υπηρεσιών- θα πρέπει να γνωρίζουμε καλά τόσο τις πτυχές που βοηθούν στην επίτευξη αυτών των στόχων όσο και εκείνες που θα πρέπει να αποφευχθούν.

6.2 Στόχοι Ενότητας

- Κατανόηση της αξίας της βιωμένης εμπειρίας στην υποστήριξη ομοτίμων
- Επίγνωση των δυνητικών ωφελειών της ανταλλαγής της βιωμένης εμπειρίας
- Περιγραφή των δυσκολιών κατά την ανταλλαγή της εμπειρίας
- Ανάλυση των τρόπων με τους οποίους ένας άνθρωπος μπορεί να επανεκτιμήσει και να αποδώσει νέα νοήματα σε περασμένα γεγονότα
- Εξοικείωση με πτυχές σχετικές με την αποτελεσματική ανταλλαγή εμπειριών

6.3 Πλάνο μαθήματος

ΔΙΑΡΚΕΙΑ

2,5 ώρες

ΥΛΙΚΑ

- Εγχειρίδιο Επαγγελματιών
- Εγχειρίδιο Εκπαιδευομένων Ομοτίμων Υποστηρικτών (περιλαμβάνει όλα τα φύλλα εργασίας και τις αυτοαξιολογήσεις)
- Φύλλα Εργασίας και σενάρια
- Γραφική ύλη

- Πίνακας σημειώσεων/ πίνακας
- Παρουσιάσεις PowerPoint (προαιρετικό)
- Η/Υ - προτζέκτορας (προαιρετικό)

ΕΝΝΟΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εγχειρίδιο Επαγγελματιών, Ενότητα 8, Χρησιμοποιώντας τη δική μας εμπειρία ζωής για να βοηθήσουμε άλλους

Εγχειρίδιο Εκπαιδευομένων Ομοτίμων Υποστηρικτών, Ενότητα 6, Χρησιμοποιώντας τη δική μας εμπειρία ζωής για να βοηθήσουμε άλλους

ΑΝΟΙΓΟΝΤΑΣ ΤΗ ΣΥΝΕΔΡΙΑ

Εισαγωγή στους βασικούς στόχους της αξιοποίησης της χρήσης της βιωμένης εμπειρίας στην υποστήριξη ομοτίμων.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1	Ξαναγράφοντας την ιστορία σας
ΔΙΑΡΚΕΙΑ	30 λεπτά
ΦΥΛΛΑΔΙΟ/ ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΑΝΑΦΟΡΑΣ	N/A



ΛΕΠΤΟΜΕΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ/ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ	Φροντίστε να παρακολουθήσει η ομάδα μια ιστορία ανάκαμψης σε πρώτο πρόσωπο από κάποιον που ξεπέρασε την έλλειψη στέγης. Για το σκοπό αυτό μπορείτε να ψάξετε για ένα κατάλληλο βίντεο στη γλώσσα σας. Προσπαθήστε το βίντεο να είναι σχετικά σύντομο (μέχρι 10-15 λεπτά) και να μεταδίδει την διαφοροποίηση της οπτικής του πρωταγωνιστή αναφορικά με τις εμπειρίες του με την πάροδο του χρόνου. Αφού η ομάδα παρακολουθήσει την ιστορία, καλέστε τους συμμετέχοντες να σκεφτούν α) τη διαδικασία που μπορεί να πέρασε ο πρωταγωνιστής για να δει/μορφοποιήσει την ιστορία του με τον τρόπο που το κάνει στο βίντεο, β) την επίδραση που έχει σε άλλους ανθρώπους, που δεν εμπλέκονται στην ιστορία, η ακρόαση προσωπικών ιστοριών ανάκαμψης. Μπορείτε να ρωτήσετε τους συμμετέχοντες τις ακόλουθες ερωτήσεις: • Πιστεύετε ότι (το όνομα του ανθρώπου) είχε πάντα την ίδια οπτική για τα γεγονότα της ζωής του; • Τί μπορεί να τον/την κινητοποίησε να αλλάξει οπτική / να δει συγκεκριμένα γεγονότα από διαφορετική σκοπιά; • Πώς νιώσατε ακούγοντας αυτή την ιστορία ανάκαμψης; • Τι επίδραση έχει σε μένα το να ακούω ιστορίες ανάκαμψης άλλων; Βγάλτε κοινά συμπεράσματα και προσπαθήστε να κάνετε τους εκπαιδευόμενους να δουν πως το να μοιράζονται την ιστορία που αφηγούνται σε πρώτο πρόσωπο: • Μπορεί να βοηθήσει το άτομο να επανεκτιμήσει την εμπειρία του και να αποκτήσει τον έλεγχό της. • Επιτρέπει στο άτομο να σκεφτεί για περασμένα γεγονότα με την πάροδο του χρόνου, να τα δει από διαφορετική οπτική γωνία και να συνειδητοποιήσει πόσο έχει αλλάξει η ζωή του από τότε.
ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ/ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ	Ως εναλλακτική του να παρουσιάσετε ένα βίντεο, θα μπορούσατε να κανονίσετε να επισκεφθεί κάποιος τη συνεδρία και να μοιραστεί την ιστορία του/της με την ομάδα.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2	Γράμμα στον εαυτό μου
ΔΙΑΡΚΕΙΑ	40 λεπτά
ΥΛΙΚΑ	Εγχειρίδιο Εκπαιδευομένων Ομοτίμων Υποστηρικτών, Ενότητα 6

ΦΥΛΛΑΔΙΟ/
ΑΝΑΦΟΡΑ
ΦΥΛΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΛΕΠΤΟΜΕΡΗΣ
ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ/
ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Φύλλο εργασίας 1: «Γράμμα στον εαυτό μου»

Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να αναλογιστούν τις προκλήσεις που ξεπέρασαν σε κάποιο στάδιο της ζωής τους και να γράψουν ένα μικρό γράμμα για να συγχαρούν τον εαυτό τους σχετικά, επισημαίνοντας τις δυνάμεις που τους οδήγησαν να παλέψουν με αυτές τις δυσκολίες. Μπορεί να επικεντρωθούν σε μία συγκεκριμένη δυσκολία ή να επιλέξουν να αναφερθούν σε διάφορες.

Πείτε τους ότι μπορούν να σκεφτούν σχετικά μικρές προκλήσεις και δυσκολίες, που αποτελούν σημαντικό μέρος της καθημερινότητάς μας και η αντιμετώπισή τους συχνά οδηγεί στην επίλυση μεγαλύτερων και πιο σύνθετων προβλημάτων. Αυτή η επισήμανση μπορεί να βοηθήσει τους συμμετέχοντες, επειδή ίσως αισθάνονται π.χ. ότι οι μεγαλύτερες προκλήσεις της ζωής τους δεν έχουν ακόμη αντιμετωπισθεί.

Όταν ολοκληρώσουν όλοι το γράψιμο, καλέστε τους συμμετέχοντες να μοιραστούν τα γράμματά τους, δίνοντας έμφαση στις δυνάμεις που αναγνωρίστηκαν. Σε περίπτωση που η ομάδα έχει δυσκολίες να αναγνωρίσει κάποιες, μπορείτε να προτείνετε μια λίστα με δυνάμεις που πολλοί συμμετέχοντες μάλλον έχουν αναπτύξει με την πάροδο του χρόνου, αλλά ίσως δεν το συνειδητοποιούν. Για παράδειγμα:

Δεξιότητες αντιμετώπισης προβλημάτων	Κινητοποίηση	Επιμονή	Αυτάρκεια
Φροντίδα για τους άλλους	Πνευματικότητα	Διαπροσωπικές ικανότητες	Τεχνικές εργασιακές δεξιότητες
Θάρρος	Καλοσύνη	Κοινωνική ευφυΐα νοημοσύνη	Αυθεντικότητα

Βγάλτε κοινά συμπεράσματα με βάση όσα οι συμμετέχοντες περιλαμβάνουν στα γράμματά τους. Συζητήστε τη σημασία της σταθερής επίγνωσης των δυνάμεων και των επιτυχιών μας όταν θέλουμε να υποστηρίξουμε άλλους ανθρώπους στην ανάκαμψή τους μοιράζοντας μαζί τους την εμπειρία μας.

Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τις ακόλουθες ερωτήσεις για να εμβαθύνετε στη συζήτηση:



ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ/ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ	• Αναγνωρίζουμε επαρκώς το δικό μας ρόλο σε ό,τι αφορά το ζεπέ- ρασμα των δυσκολιών μας ή τείνουμε να πιστώνουμε σε τρίτους το αποτέλεσμα; • Τείνουμε να υποτιμούμε τις επιτυχίες μας με την πάροδο του χρό- νου; Αν ναι, γιατί; • Οι προκλήσεις και τα προβλήματα που έχουν επιλυθεί μοιάζουν να έχουν λιγότερη σημασία; Αν ναι, γιατί; Σημείωση: Ως εναλλακτική, αντί για τις προκλήσεις, μπορείτε να ζητή- σετε από τους συμμετέχοντες να σκεφτούν επιτεύγματα της ζωής τους, που έχουν σημασία γι' αυτούς. Πριν από αυτή τη δραστηριότητα, θα μπορούσατε να ενθαρρύνετε την ομάδα να διεξάγει μια αυτο-αξιολόγηση διαφορετικών δυνάμεων του χαρακτήρα, μέσα από την έρευνα "Αξίες στην Πράξη" - Values in Action survey, που ανέπτυξαν οι ψυχολόγοι και ερευνητές Christopher Peterson και Martin Seligman, και είναι διαθέσιμη σε περισσότερες από 20 γλώσσες.
------------------------------------	---

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3	Παιχνίδι ρόλων - ανταλλάσσοντας εμπειρίες
ΔΙΑΡΚΕΙΑ	40 λεπτά
ΥΛΙΚΑ	Εγχειρίδιο Εκπαιδευομένων Ομοτίμων Υποστηρικτών, Ενότητα 6
ΦΥΛΛΑΔΙΟ/ ΑΝΑΦΟΡΑ ΦΥΛΛΟΥ ΕΡΓΑΣΙΑΣ	Φύλλο εργασίας 2: «Παιχνίδι ρόλων - ανταλλάσσοντας εμπειρίες»
ΛΕΠΤΟΜΕΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ/ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ	Συζητήστε με τους εκπαιδευόμενους ζητήματα σχετικά με την αποτε- λεσματική ανταλλαγή εμπειριών, σκεφτείτε από κοινού τις πιθανές δυσκολίες (παρουσίαση ppt). Ζητήστε τους να σχηματίσουν ζευγάρια. Ο ένας θα αναλάβει το ρόλο του υποστηρικτή ομοτίμων και ο άλλος του ομοτίμου που δέχεται βοήθεια. Ο δεύτερος ζητάει τη συμβουλή του πρώτου σε ένα προκα- θορισμένο ζήτημα, ζητώντας να μοιραστεί την εμπειρία του. Ο υπο- στηρικτής ομοτίμων θα προσπαθήσει να μοιραστεί την εμπειρία του στο ζήτημα, ακολουθώντας τους βασικούς κανόνες. Μετά το ζευγάρι αλλάζει ρόλους.

ΛΕΠΤΟΜΕΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ/ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ	Το φύλλο εργασίας περιέχει μια λίστα πιθανών θεμάτων. Στην ολομέλεια, συζητήστε με τους εκπαιδευόμενους τη διαφορετική επίδραση που μπορεί να είχε πάνω τους η διαδικασία: • Πώς αισθανθήκατε που παρείχατε/λάβατε υποστήριξη από ομότιμο; • Ήταν δύσκολο να μοιραστείτε την εμπειρία σας στο συγκεκριμένο ζήτημα; Γιατί; • Νιώσατε άβολα; Τί σας έκανε να νιώσετε έτσι;
---	--

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 4	Ανάλυση σεναρίου
ΔΙΑΡΚΕΙΑ	30-40 λεπτά
ΥΛΙΚΑ	Εγχειρίδιο Εκπαιδευομένων Ομοτίμων Υποστηρικτών
ΣΕΝΑΡΙΟ	Η περίπτωση της Ιρίνα
ΛΕΠΤΟΜΕΡΗΣ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ/ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ	Διαβάστε την υπόθεση εργασίας στην ομάδα ή ζητήστε από κάποιον άλλο να τη διαβάσει δυνατά. Απαντήστε συλλογικά στις ερωτήσεις στο τέλος της ανάγνωσης.

ΚΛΕΙΣΙΜΟ ΤΗΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ	Στο τέλος της συνεδρίας ο εκπαιδευτής θα κάνει ερωτήσεις που δίνουν έναυσμα για σκέψη, όπως «Πώς νομίζετε ότι η σημερινή συνεδρία μας φέρνει πιο κοντά στο να γίνουμε υποστηρικτές ομοτίμων;». Στη συνέχεια θα καλέσει τους εκπαιδευόμενους να πουν τι τράβηξε την προσοχή τους, τι κέρδισαν και τι θέλουν να κρατήσουν ως σημείο αναφοράς από τη σημερινή συνεδρία, καθώς και να ρωτήσουν ό,τι θέλουν σχετικά με αυτήν.
---------------------------------------	---

6.4 Βιβλιογραφία/ Δικτυογραφία

- Scottish Recovery Network, Fundación INTRAS et al., [Peer2peer. Vocational Training course](#), 2015

6

ΕΝΟΤΗΤΑ 6

**Φύλλα εργασίας
και σενάριο**



Accommodating a travelling **life**

ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 1

Γράμμα στον εαυτό μου

Αναλογιστείτε τις προκλήσεις που σε ένα βαθμό ξεπεράσατε κάποια στιγμή της ζωής σας. Μπορεί να αφορά οτιδήποτε – από τις σχετικά μικρές προκλήσεις έως τις πλέον πολύπλοκες. Μπορείτε να επικεντρωθείτε σε μια συγκεκριμένη πρόκληση ή να επιλέξετε να αναφερθείτε σε πολλές. Σκεφτείτε τις δυνάμεις του χαρακτήρα σας που έπαιξαν ρόλο στο να καταφέρετε να τις αντιμετωπίσετε.

Στη συνέχεια, γράψτε μια σύντομη επιστολή στην οποία να συγχαίρετε τον εαυτό σας που καταφέρατε να τις ξεπεράσετε. Επιστημάνετε τα δυνατά σας σημεία με τα οποία παλέψατε και τα οποία σας οδήγησαν να πολεμήσετε τις δυσκολίες που συναντήσατε.





ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ 2

Παιχνίδι ρόλων - ανταλλάσσοντας εμπειρίες

Παίξτε, με έναν συνάδελφό σας, ένα παιχνίδι ρόλων που θα αφορά μια συζήτηση μεταξύ ενός ομότιμου υποστηρικτή και ενός ομότιμου, με βάση τις ακόλουθες καταστάσεις.

Ως ομότιμος υποστηρικτής, μπορεί να σας ζητηθεί να μοιραστείτε την εμπειρία σας σε σχέση με καταστάσεις παρόμοιες με αυτές που ακολουθούν. Ενδεχομένως να μην έχετε μια άμεση, προσωπική εμπειρία σε ορισμένες από τις καταστάσεις αυτές. Ωστόσο, θα είστε σε θέση να κατανοήσετε τη στάση του ομότιμού σας και να τού προσφέρετε τη γνώση σας.

1	Ο Μάικ δεν νιώθει άνετα με κάποιες καταστάσεις στον ξενώνα. Δεν ξέρει πώς να το κουβεντιάσει με το προσωπικό. Αντί γι' αυτό, απλώς φεύγει και κοιμάται έξω για λίγες μέρες. Τις μέρες αυτές, συνήθως αρχίζει να πίνει ξανά.
2	Ο Πωλ δεν έχει έρθει σε επαφή με κάποιο μέλος της οικογένειάς του εδώ και κάποια χρόνια. Θα ήθελε να τους προσεγγίσει, αλλά είναι διστακτικός και δεν ξέρει πώς να το κάνει.
3	Η Λώρα σκέφτεται το ενδεχόμενο να παρακολουθήσει κάποια επαγγελματική κατάρτιση, αλλά της φαίνεται δύσκολο να αποφασίσει μια θεματική.
4	Η Αλίκη ζει σε δικό της διαμέρισμα για πρώτη φορά μετά από δύο χρόνια. Ζει μόνη. Ένας κοινωνικός λειτουργός από μια τοπική οργάνωση την επισκέπτεται σχεδόν κάθε μέρα, πέρα όμως απ' αυτό, δεν υπάρχει κάτι για να γεμίσει τις μέρες της. Νιώθει μοναξιά.
5	Ο Κέβιν ενημερώθηκε πως μπορεί να εγγραφεί σε πρόγραμμα στέγασης. Για να γίνει όμως αυτό, υπάρχουν πολλές προϋποθέσεις. Έτσι, οι κοινωνικοί λειτουργοί βρίσκονται γύρω του για να διαχειριστούν μια σειρά διαδικασιών και εγγράφων και να τον συνοδέψουν όπου χρειάζεται. Νιώθει άβολα. Του φαίνεται ότι άλλοι παίρνουν αποφάσεις γι' αυτόν.
6	Στην Ελένη προσφέρθηκε μια δουλειά. Την επόμενη εβδομάδα θα ξεκινήσει κανονικά την δοκιμαστική περίοδο. Αισθάνεται εξαιρετικά νευρική και ανασφαλής επειδή έχει περάσει αρκετός καιρός από την τελευταία φορά που εργάστηκε και αισθάνεται σημαντική πίεση για να είναι εντάξει ώστε να μπορέσει να κρατήσει τη δουλειά.
7	Η Μάρθα ζούσε με τον σύντροφό της που συχνά την κακομεταχειριζόταν και μετακόμισε. Τώρα, ζει σε ένα καταφύγιο γυναικών και παρακολουθεί ένα πρόγραμμα κατάρτισης. Τις τελευταίες δύο εβδομάδες έχει επανειλημμένα λείψει από τα μαθήματα και φαίνεται ότι ξανάρχισε μια σχέση με τον πρώην φίλο της που την κακοποιούσε.

8	Ο Φραγκίσκος ξεκίνησε πρόσφατα να δουλεύει. Έχει ήδη πληρωθεί μερικές φορές, δεν έχει καταφέρει όμως να βάλει τίποτα στην άκρη. Φαίνεται ότι ξοδεύει τα χρήματα που παίρνει μέσα σε λίγες μέρες αφότου πληρωθεί.
9	Η Ρεβέκκα ζει στο δρόμο τα τελευταία δύο χρόνια. Δεν πάει ποτέ στον ξενώνα. Δεν θέλει να συνεργαστεί με καμία υπηρεσία επειδή δεν θέλει να την συμπονά κανείς. Είναι κάτι που την γεμίζει ντροπή.
10	Υπάρχει ένα άτομο με το οποίο ο Πέτρος είχε κάποτε στενή σχέση, μάλωσαν όμως και χάλασαν τη φιλία τους. Ακόμα λυπάται, γιατί το άτομο εκείνο ήταν πολύ σημαντικό γι' αυτόν. Θα ήθελε να έρθει σε επαφή μαζί της για να της πει ότι λυπάται, ντρέπεται όμως και φοβάται την απόρριψη.



ΜΙΛΩΝΤΑΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΙΡΙΝΑ

Παρακάτω θα διαβάσετε την ιστορία της Ιρίνα. Η ομάδα παρέμβασης την συνάντησε πρόσφατα και πρόκειται να εργαστεί ώστε να την κινητοποιήσει με στόχο την ανάκαμψή της. Παρακαλούμε, αφού λάβετε υπόψη και κατανοήσετε τις διαθέσιμες πληροφορίες, να προσπαθήσετε να αναλογιστείτε τις διάφορες πτυχές της κατάστασης στην οποία βρίσκεται η Ειρήνη και να εξετάσετε πιθανές λύσεις.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΟΥ ΣΕΝΑΡΙΟΥ

Η Ιρίνα γεννήθηκε στην Ρωσία πριν 62 χρόνια και μετακόμισε στην Φινλανδία στα επτά της. Στην αρχή είχε να αντιμετωπίσει τον εμπαιγμό των γύρω της καθώς δεν γνώριζε την γλώσσα, ύστερα όμως από έναν χρόνο έμαθε φινλανδικά και άρχισε να κάνει φίλους.

Όταν ήταν 10 ετών, η μητέρα της έκανε δίδυμα. Είχε μια αρκετά φυσιολογική οικογενειακή ζωή, η μητέρα φρόντιζε στο σπίτι τα παιδιά και ο πατέρας δούλευε σκληρά. Στα 14 της όμως ο πατέρας της πέθανε, με αποτέλεσμα να δυσκολεύονται να τα βγάλουν πέρα. Αρκετά συχνά η μητέρα της έπεφτε σε κατάθλιψη και η Ιρίνα αναλάμβανε την ευθύνη των αδελφών της. Έτσι απομονώθηκε από τους συνομηλίκους της και βρήκε παρηγοριά στις δύο γάτες της.

Ύστερα από τρία χρόνια η μητέρα της αποφάσισε να γυρίσουν στην Ρωσία. Για την Ειρήνη όμως η Ρωσία τής ήταν σχεδόν ξένη, έτσι προτίμησε την Φινλανδία. Καθώς σπούδαζε και ήταν σχεδόν ενήλικη, η μητέρα της τής επέτρεψε να παραμείνει. Πράγματι, η Ιρίνα τελείωσε τις σπουδές της και έγινε δασκάλα μαθηματικών. Παντρεύτηκε στην ηλικία των 27 και είχε μια ευτυχισμένη ζωή, που όμως τη σκίαζε το ό,τι δεν μπόρεσε να κάνει παιδιά. Ύστερα από 30 χρόνια γάμου ο άντρας της πέθανε και αυτή έμεινε μόνη, χωρίς οικογένεια στην Φινλανδία. Οι σχέσεις με τα αδέρφια της στην Ρωσία ήταν καλές αλλά σπάνια συναντιόντουσαν, η επαφή τους ήταν κυρίως τηλεφωνική.

Η Ιρίνα άρχισε να λαμβάνει βοήθεια από τις κοινωνικές υπηρεσίες όταν την απείλησαν με έξωση, εξαιτίας της κακής κατάστασης του διαμερίσματος που διέμενε. Μια δυσάρεστη μυρωδιά έβγαινε από το σπίτι για πολύ καιρό - αποδείχτηκε ότι είχε οκτώ γάτες τις οποίες δεν μπορούσε να φροντίσει όπως έπρεπε και για το λόγο αυτό μεταφέρθηκαν σε έναν ξενώνα για ζώα. Η Ειρήνη διαμαρτυρήθηκε λέγοντας πως οι γάτες ήταν ό,τι τής είχε απομείνει στην ζωή της. Γενικά συμπεριφέρθηκε με έναν μπερδεμένο και επιθετικό τρόπο.

Ο Ντάνιελ, κοινωνικός λειτουργός, που ανέλαβε την υπόθεσή της, προσπάθησε να χτίσει μια σχέση εμπιστοσύνης μαζί της, αλλά η Ιρίνα δεν ήταν δεκτική στην βοήθειά του. Ο Ντάνιελ θεώρησε πως ίσως είχε θέματα ψυχικής υγείας, αλλά το ιστορικό της δεν παρέπεμπε σε κάτι τέτοιο. Τίποτα επίσης δεν έδειχνε ότι έκανε κατάχρηση ουσιών.

Ένα γείτονας είπε στον Ντάνιελ ότι ο σύζυγος της Ιρίνα είχε πεθάνει πριν λίγα χρόνια. Δεν φαίνονταν να είχαν πολλούς φίλους ή συγγενείς, αλλά έδειχναν να περνούν καλά μεταξύ τους. Ένωσε έκπληξη όταν άκουσε ότι είχε οκτώ γάτες στο διαμέρισμα, καθώς γνώριζε μόνο για τις τρεις. Παραδέχτηκε ότι δεν την έβλεπε τόσο συχνά όσο παλαιότερα.

Ο Ντάνιελ προσπάθησε να αποτρέψει την έξωση. Η ιδιοκτήτρια ήταν πρόθυμη να συνεργαστεί, με τον όρο ότι το διαμέρισμα θα ήταν καθαρό και η Ιρίνα θα λάμβανε βοήθεια. Εκείνη όμως αρνήθηκε τόσο να επισκεφτεί υπηρεσίες ψυχικής υγείας όσο και να διατηρεί το μέρος τακτοποιημένο. Τελικά, οι γιατροί και οι κοινωνικές υπηρεσίες εκτίμησαν ότι υπήρχε άμεσος κίνδυνος να βλάψει η ίδια τον εαυτό της και με εισαγγελική εντολή την μετέφεραν υποχρεωτικά σε ψυχιατρική κλινική για να λάβει θεραπεία.

Πράγματι, η κατάστασή της βελτιώθηκε και η ίδια άρχισε να την βλέπει πιο καθαρά και με μια αίσθηση ντροπής για όσα είχαν γίνει. Στο τέλος, η Ιρίνα επέστρεψε στο διαμέρισμά της. Αν και η σωματική

της υγείας είναι καλή είναι αβέβαιο αν θα συνεχίσει να διαμένει στο σπίτι, ενώ μερικές φορές ξεχνά να πάρει τα φάρμακά της. Τα αδέρφια της έχουν υποσχεθεί να την επισκεφτούν όσο γίνεται συντομότερα, κάτι τέτοιο όμως ίσως πάρει κάποιο χρόνο. Ένας από τους γείτονες την βλέπει μια φορά την εβδομάδα. Η Ιρίνα όμως συνεχίζει να νιώθει μόνη και να βρίσκεται σε κατάθλιψη. Της λείπουν ο άντρας και οι γάτες της.

ΑΣ ΣΚΕΦΤΟΥΜΕ

- 1.** Γιατί η κατάσταση της Ιρίνα έφτασε σε τέτοιο βαθμό σοβαρότητας;
- 2.** Τι θα μπορούσε να γίνει ώστε τα προβλήματα της Ιρίνα να μην επαναληφθούν και κινδυνέψει να μείνει άστεγη;
- 3.** Τι είδους κοινωνικό δίκτυο ίσως θα χρειαζόταν;
- 4.** Τι είδους υπηρεσίες ίσως θα χρειαζόταν;
- 5.** Ποιο/ποια πρόσωπα-κλειδιά θα μπορούσαν την βοηθήσουν;
- 6.** Θα μπορούσε η Ιρίνα να βοηθηθεί από έναν υποστηρικτή ομοτίμων και ποιος θα μπορούσε να είναι ο ρόλος του;



Accommodating a travelling **life**

6

τέλος ενότητας



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