



**Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός**

Αθήνα, 13 Απριλίου 2020

Ανθρώπινες ιστορίες...

πίσω από τις τηλεφωνικές γραμμές



Οι ιστορίες πολλές. Όσα και τα τηλεφωνήματα. Όλες όμως έχουν ένα κοινό παρονομαστή. «Την ανθρώπινη μοναξιά και το φόβο μπροστά στο άγνωστο και στον κίνδυνο». Με αυτά τα λόγια οι Κοινωνικοί Λειτουργοί του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, που διαχειρίζονται δεκάδες περιπτώσεις στην τηλεφωνική γραμμή Ψυχοκοινωνικής Στήριξης του Ε.Ε.Σ, περιγράφουν τα τηλεφωνήματα που δέχονται καθημερινά.

Εν μέσω πανδημίας, άνθρωποι όλων των ηλικιών, από όλη την Ελλάδα, αναζητούν λίγη παρέα, ή κάποιον, που έστω μέσω τηλεφώνου, θα αφουγκραστεί τους φόβους και την αγωνία τους και θα τους καθησυχάσει. Οι ψυχολογικές επιπτώσεις, από τις αλλαγές στη ζωή μας που έχει φέρει ο Covid-19, είναι πολλές και κάποιες φορές δυσβάσταχτες. Η έλλειψη κοινωνικών συναναστροφών, ο εγκλεισμός στο σπίτι και η μείωση του οικογενειακού εισοδήματος, δημιουργούν μεγάλη ψυχολογική πίεση και ενίοτε αναδεικνύονται ή εντείνονται προϋπάρχουσες αρνητικές καταστάσεις ή καταστάσεις ενδοοικογενειακής βίας.

Χαρακτηριστική είναι η περίπτωση μίας 67χρονης μητέρας, που αυτή την περίοδο εξαιτίας των μέτρων περιορισμού της διάδοσης της πανδημίας δεν εργάζεται και το εισόδημά της έχει μειωθεί δραματικά. «Η γυναίκα βρισκόταν σε απόγνωση», περιγράφει η Κοινωνική Λειτουργός του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού κ. Έλενα Κατράπα. «Το αίσθημα εγκλωβισμού της συγκεκριμένης κυρίας ήταν πολύ έντονο. Ο γιος της είναι χρήστης ουσιών και αυτή την περίοδο δεν μπορεί ούτε να μπει σε κάποιο πρόγραμμα προκειμένου να του χορηγούνται υποκατάστες ουσίες, ούτε να αναζητήσει εύκολα τη δόση του. Ο νεαρός είναι ιδιαίτερα επιθετικός και η μητέρα του, όπως είπε η ίδια, είναι πολύ ζορισμένη γιατί δεν μπορεί πλέον να βγαίνει έξω, για να τον αποφεύγει και δεν ξέρει τι να κάνει».

Ιδιαίτερα πιεσμένοι, νιώθουν και οι νέοι άνθρωποι που αναγκάστηκαν να περιορίσουν τις δραστηριότητές τους και να απομακρυνθούν ακόμα και από τους συντρόφους τους. Για τη νεαρή κοπέλα, που φροντίζει εδώ και χρόνια την άρρωστη μητέρα της, η συναισθηματική πίεση που νιώθει είναι πολύ μεγάλη. Η μέρα μοιάζει ατελείωτη. Νιώθει εγκλωβισμένη και μόνη. Φοβάται

ότι θα χάσει τη σχέση της, που ζει σε άλλη περιοχή, εξαιτίας των περιοριστικών μέτρων που δεν επιτρέπουν στους δύο νέους να συναντιούνται και δεν βρίσκει διέξοδο στο πρόβλημά της.

Μεγάλο είναι και το άγχος του Κύπριου φοιτητή που δεν μπορεί να αποφασίσει αν θα πρέπει να επιστρέψει στην πατρίδα του ή να παραμείνει στην επαρχιακή πόλη της χώρας μας, όπου φοιτά, ώστε να μη χάσει την εξεταστική του. «Πήρα για να μοιραστώ αυτό το βάρος μαζί σας, ώστε να μην επιφορτίσω συνέχεια την οικογένειά μου», είπε χαρακτηριστικά στην Κοινωνική Λειτουργό του Ε.Ε.Σ. κ. Κατερίνα Ραμιώτη.

Στους μεγαλύτερους ανθρώπους κυριαρχεί το παράπονο και η σύγχυση. Η μοναξιά φαντάζει ίσως εντονότερη και η άγνοια χειρισμού της τεχνολογίας δημιουργεί αρκετά πρακτικά αλλά και συναισθηματικά προβλήματα. Η ηλικιωμένη κυρία που κάλεσε στη γραμμή του Ε.Ε.Σ. αναζητούσε μόνο λίγη παρέα. Εφεύρισκε θέματα για συζήτηση, για να καλύψει τη μοναξιά που ένιωθε από την έλλειψη παρουσίας κάποιου ανθρώπου. «Μου έκανε ιδιαίτερη εντύπωση», λέει η Κοινωνική Λειτουργός, «ο φόβος της να μοιραστεί τις σκέψεις της με την κόρη της, που ζει σε άλλο σπίτι με την οικογένειά της. Αυτό που τρόμαζε την ηλικιωμένη είναι μήπως η κόρη της θεωρούσε ότι χρειάζεται να μπει σε κάποιο ίδρυμα για να έχει περισσότερη φροντίδα και παρέα επί εικοσιτετραώρου βάσεως».

Αυτό που είναι σημαντικό, εξηγούν οι άνθρωποι του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, «είναι να παρέχουμε στους ανθρώπους Πρώτες Βοήθειες Ψυχικής Υγείας καθώς και Ψυχολογική και Συμβουλευτική Υποστήριξη, ώστε να μειώσουν την πίεση και το στρες που νιώθουν και να εκλογικεύσουν τις σκέψεις τους. Πολύ σημαντικό είναι επίσης να τους παρέχουμε τις κατάλληλες πληροφορίες ή να τους παραπέμπουμε στις σωστές δομές, ώστε να μη νιώθουν χαμένοι. «Πρέπει ο άνθρωπος που σε ακούει από το τηλέφωνο, να έχει ένα πλάνο με το τι μπορεί να κάνει ώστε να μη νιώθει εγκλωβισμένος».

Το ψυχολογικό βάρος που υφίστανται και οι ίδιοι οι επαγγελματίες του Ε.Ε.Σ. δεν είναι μικρό, αλλά όπως λένε οι ίδιοι «όταν ακούω την ανάσα του ατόμου που συνομιλώ πιο ανάλαφρη και τη φωνή του σταθερή, τότε ξέρω πως βοήθησα έναν ακόμη άνθρωπο».

Η τηλεφωνική γραμμή Ψυχοκοινωνικής Στήριξης του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, λειτουργεί καθημερινά, Δευτέρα έως Παρασκευή από τις 08:00 έως τις 15:00, στον αριθμό **210 - 3613574**.

της Ειρήνης Μπουδρονικόλα

Δ/νση Τύπου, Επικοινωνίας, Δημοσίων Σχέσεων & Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης

Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού