

ΠΡΟΣΕΓΓΙΖΟΝΤΑΣ ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΑ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΑΣΘΕΝΕΙΑ

1

Κωνσταντίνα Παναγοπούλου
Ψυχολόγος – Θεραπεύτρια Οικογένειας
ΕΟΔΥ, 2021

ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ- ΚΟΥΛΤΟΥΡΑ

- Το μέρος του ανθρώπινου περιβάλλοντος που επινόησε ο άνθρωπος (herskovitz, 1948)
- Προκειμένου να κατανοήσουμε την ανθρώπινη συμπεριφορά, θα πρέπει να την εντάξουμε στο πολιτιστικό της πλαίσιο.

ΟΤΑΝ ΤΑ ΑΤΟΜΑ ΜΙΑΣ ΚΟΥΛΤΟΥΡΑΣ ΖΟΥΝ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ, ΜΙΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΤΕΣΣΕΡΙΣ ΔΙΕΡΓΑΣΙΕΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΑΡΑΤΗΡΗΘΕΙ:

- **Εναρμόνιση:** συντηρώντας τις αξίες και τις πεποιθήσεις της ομάδας του, αποκτά σε ένα βαθμό και αυτές της ευρύτερης κοινωνίας υποδοχής.
- **Αφομοίωση:** καμία διατήρηση της ταυτότητας της ομάδας προέλευσης και καθημερινή προσπάθεια επαφής με άλλους πολιτισμούς.
- **Διαχωρισμός:** η διατήρηση της κουλτούρας της ομάδας προέλευσης και η αποφυγή επαφής με άλλες κουλτούρες.
- **Περιθωριοποίηση:** κάθε επαφή αποφεύγεται, είτε με την ομάδα προέλευσης είτε με άλλες κουλτούρες.

(Berry, 1997)

ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΕΠΑΡΚΕΙΑ

- Ένα σύνολο συναφών συμπεριφορών, στάσεων και στρατηγικών που χρησιμοποιούνται σ' ένα σύστημα, μια υπηρεσία ή μεταξύ επαγγελματιών, προκειμένου να τους διευκολύνουν να εργαστούν αποτελεσματικά σε πολυπολιτισμικά πλαίσια. (Cross et al. 1989)
- Η πολιτισμική επάρκεια αναφέρεται πιο συγκεκριμένα σε συμπεριφορές, ήθη και έθιμα μιας ομάδας, παραδόσεις, συνήθειες, τυπικά και άτυπα υποστηρικτικά δίκτυα, τελετουργίες, διαλέκτους κ.ο.κ. Σε αυτές τις περιπτώσεις είναι σημαντική η γνώση των διαφορετικών πολιτισμών και η ανάπτυξη συγκεκριμένων δεξιοτήτων και στάσεων κατά την παροχή υπηρεσιών ώστε να είναι συναφείς με τις ανάγκες του εξυπηρετούμενου.

ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

- Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας η ψυχική υγεία είναι μια κατάσταση ευεξίας κατά την οποία το άτομο:
 - Συνειδητοποιεί τις δυνατότητες του.
 - Καταφέρνει να διαχειρίζεται τις συνήθεις στρεσογόνες καταστάσεις της ζωής.
 - Μπορεί να εργάζεται παραγωγικά και εποικοδομητικά.
 - Είναι ικανό να κοινωνικοποιείται και να συνεισφέρει στην κοινωνία.

ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΑΣΘΕΝΕΙΑ ΣΕ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΑ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΕΣ

- Μια ολοκληρωμένη προσέγγιση στην ψυχική υγεία ενσωματώνει όλους εκείνους τους παράγοντες που είναι δυνατό να συμβάλουν στην καλύτερη ρύθμιση και αίσθηση ευεξίας στα άτομα ή στις ομάδες ατόμων. Αυτοί περιλαμβάνουν:
 - α) την περίοδο που προηγείται της μετανάστευσης
 - β) Τη διαδικασία προσαρμογής
 - γ) την απόκριση στους ψυχοπιεστικούς παράγοντες της κυρίαρχης κοινωνίας.

ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ

Η κουλτούρα “...επηρεάζει τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι ορίζουν την ασθένεια, διακρίνουν τα συμπτώματα, αναζητούν βοήθεια, αποφασίζουν για το αν κάποιος είναι φυσιολογικός ή όχι, έχουν προσδοκίες για τους θεραπευτές και τους ασθενείς τους, δίνουν σε κάποιους προσωπική σημασία, και καταλαβαίνουν την ηθική και τα μεταβαλλόμενα στάδια της συνείδησης”.

(Ridleyetal., 1998).

ΤΡΟΠΟΙ ΜΕ ΤΟΥΣ ΟΠΟΙΟΥΣ Η ΚΟΥΛΤΟΎΡΑ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΗΝ ΚΛΙΝΙΚΗ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ (CASTILLO, 1997):

- Πολιτισμικά εδραιωμένη υποκειμενική εμπειρία - στάσεις, αισθήματα και συμπεριφορές που ορίζονται από και διαμορφώνονται μέσα σε ένα συγκεκριμένο πολιτισμικό πλαίσιο, π.χ., πένθος, αγάπη, ντροπή, περηφάνια και συνδεδεμένες με αυτά συμπεριφορές.
- Πολιτισμικά εδραιωμένες εκφράσεις της ψυχικής δυσφορίας – τρόποι με τους οποίους οι άνθρωποι φέρονται για να εκφράσουν την ασθένειά τους.

ΤΡΟΠΟΙ ΜΕ ΤΟΥΣ ΟΠΟΙΟΥΣ Η ΚΟΥΛΤΟΥΡΑ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΗΝ ΚΛΙΝΙΚΗ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ (CASTILLO, 1997):

- Πολιτισμικά εδραιωμένες διαγνώσεις - οι μέθοδοι των παραδοσιακών θεραπειών για την εκτίμηση και διάγνωση του προβλήματος, σύμφωνα με όσα επιτάσσει η κουλτούρα τους
- Πολιτισμικά εδραιωμένη θεραπευτική αγωγή - κατάλληλη αγωγή εντός του πολιτισμικού συστήματος νοηματοδότησης.
- Πολιτισμικά εδραιωμένα αποτελέσματα – τα θεραπευτικά αποτελέσματα θα βασίζονται στο πώς η ασθένεια έχει δομηθεί και αντιμετωπιστεί πολιτισμικά

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΚΟΥΛΤΟΥΡΑΣ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟ- ΠΑΘΟΛΟΓΙΑ

Προκειμένου να είναι κανείς σε θέση να αναγνωρίζει την ψυχοπαθολογία, πρέπει να γνωρίσει τους ορισμούς του κανονικού και του μη κανονικού στην κοινωνία από την οποία προέρχεται το άτομο. Γιατί αυτό που γίνεται αποδεκτό και θεωρείται ως κανονικό και ως μη κανονικό μέσα σε μία κοινότητα είναι που επιτρέπει στους ειδικούς να φθάνουν σε μια συμφωνία περί κανονικότητας.

Αυξάνεται διαρκώς ο αριθμός των μεταναστών στην Ελλάδα



Απαραίτητη Κρίνεται
η εξοικείωση των επαγγελματιών υγείας & ψυχικής υγείας
με τις πολιτισμικές ιδιαιτερότητες.

Προϋπόθεση:

- ❖ η παροχή κατάλληλων υπηρεσιών σε άτομα και ομάδες διαφορετικής πολιτισμικής προέλευσης

ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ

- Η *Διαπολιτισμική (ή συγκριτική) ψυχιατρική* αναπτύχθηκε, αφενός, ως μελέτη των σχέσεων ανάμεσα στην ψυχική διαταραχή, τις ψυχολογικές ιδιαιτερότητες και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά των λαών, της κουλτούρας και της κοινωνίας, μέσα στην οποία αναδύεται η διαταραχή και, αφετέρου, των αλληλεπιδράσεων ανάμεσα σε διάφορους παράγοντες που πηγάζουν από αυτά τα δεδομένα.

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟΥ ΠΛΑΙΣΙΟΥ ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

Το πολιτισμικό υπόβαθρο επηρεάζει πολλές όψεις της καθημερινότητας του ανθρώπου, και κατ' επέκταση της ψυχικής του υγείας. Οι άνθρωποι που ανήκουν σε διαφορετικές κουλτούρες διαφοροποιούνται ως προς τα εξής:

- Τον τρόπο που επικοινωνούν μεταξύ τους
- Τους ρόλους που αναλαμβάνουν στην οικογένεια και την κοινωνία (ανάλογα με την ηλικία, το φύλο τους κλπ)
- Τον τρόπο που αντεπεξέρχονται στις δυσκολίες της ζωής

ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΠΟΥ ΑΝΗΚΟΥΝ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΚΟΥΛΤΟΥΡΕΣ ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΩΣ ΠΡΟΣ :

- Τον τρόπο που αλληλεπιδρούν με τα υποστηρικτικά πλαίσια (οικογένεια, φίλοι).
- Τον τρόπο που εκδηλώνουν τα συμπτώματά τους.
- Τον τρόπο που αντιλαμβάνονται τα προβλήματα ψυχικής υγείας (π.χ. άγχος, κατάθλιψη) και που μιλούν γι' αυτά

ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΠΟΥ ΑΝΗΚΟΥΝ ΣΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΚΟΥΛΤΟΥΡΕΣ ΔΙΑΦΟΡΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΩΣ ΠΡΟΣ :

- Τον τρόπο που εξηγούν τα αίτια των προβλημάτων ψυχικής υγείας
- Τον τρόπο που αντιμετωπίζουν τους φορείς ψυχικής υγείας
- Το κίνητρό τους να αναζητήσουν θεραπεία
- Τον τρόπο που χρησιμοποιούν τη θεραπεία και που ανταποκρίνονται σε αυτή

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΠΟΥ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΛΗΦΘΟΥΝ ΥΠΟΨΗ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΑΝΘΡΩΠΩΝ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΟΥ ΥΠΟΒΑΘΡΟΥ

- Πού γεννήθηκε ο εξυπηρετούμενος και πόσο καιρό βρίσκεται στη χώρα.
- Σε ποια εθνική ομάδα ανήκει ο εξυπηρετούμενος.
- Ποιοι είναι αυτοί που στηρίζουν περισσότερο τον εξυπηρετούμενο.
- Ποια είναι η μητρική και ποια η δευτερεύουσα γλώσσα του εξυπηρετούμενου και ποιες οι δεξιότητες του στην ανάγνωση και τη γραφή αυτών των γλωσσών.
- Τι χαρακτήρα έχει η μη-λεκτική του επικοινωνία.
- Ποια είναι η θρησκεία του εξυπηρετούμενου και τι σημασία έχει αυτή στην καθημερινή του ζωή.
- Τα έσοδά του είναι επαρκή για να καλύψουν τις ανάγκες του ίδιου και της οικογένειάς του.

Η ψυχική κατάσταση των μεταναστών γενικότερα θεωρείται από διάφορες έρευνες ότι είναι μέσα στα φυσιολογικά πλαίσια. Παρ'ολ'αυτά δεν παύουν να υφίστανται ψυχοπιεστικούς παράγοντες που επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό την ψυχική ισορροπία τους, παράγοντες στους οποίους δεν υπόκεινται οι μόνιμοι πολίτες του κράτους υποδοχής.

ΣΥΝΗΘΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Αγχώδεις διαταραχές (κρίσεις πανικού, φοβίες)
- Σωματομορφες διαταραχές
- Διαταραχή μετατραυματικού στρες
- Διαταραχές της διάθεσης
- Αλκοολισμός – χρήση ουσιών
- «Σύνδρομο παραίτησης»

ΠΕΠΟΙΘΗΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΜΕ ΤΙΣ ΑΙΤΙΕΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ

Η ψυχική νόσος θεωρείται
ότι προκαλείται από πολλές διαφορετικές
αιτίες, συμπεριλαμβανομένων
βιολογικών, ψυχολογικών & κοινωνικών
παραγόντων
αλλά και της μετανάστευσης,
καθώς και πολιτισμικών και θρησκευτικών
λόγων.

ΠΕΠΟΙΘΗΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΜΕ ΤΙΣ ΑΙΤΙΕΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ-II

Βιολογικοί παράγοντες:

- Κληρονομικότητα : Ο τύπος των γονιδίων (πχ η τάση να αγχώνεται κανείς πολύ υπό συγκεκριμένες συνθήκες) που κληρονομήθηκαν από τους γονείς.
- Οργανικές παράμετροι: τοξικότητα, ναρκωτικές ουσίες κλπ

ΠΕΠΟΙΘΗΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΜΕ ΤΙΣ ΑΙΤΙΕΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ-III

Ψυχολογικοί παράγοντες:

- Έλλειψη προσωπικών πόρων (π.χ., ενέργεια)
- Χαμηλή αυτοεκτίμηση
- Έλλειψη αυτοπεποίθησης
- Προσωπικότητα και ιδιοσυγκρασία
- Απογοήτευση λόγω αδυναμίας έκφρασης
- Αρνητικές σκέψεις
- Κατάθλιψη συνδεδεμένη με άγχος
- Αρνητική συμπεριφορά
- Μοναχικότητα (απομόνωση)
- Αίσθημα ανεπάρκειας

ΠΕΠΟΙΘΗΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΜΕ ΤΙΣ ΑΙΤΙΕΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ-IV

Κοινωνικοί/ μεταναστευτικοί παράγοντες - πριν την άφιξη:

- Άγχος κατά την προετοιμασία μετακίνησης, η ίδια η διαδικασία, η αναζήτηση ασύλου και η διαδικασία αναζήτησης στέγης
- Πόλεμος και πολιτική αστάθεια
- Βασανιστήρια και σωματική κακοποίηση
- Άσκηση ψυχολογικής βίας (προσηλυτισμός)

Κοινωνικοί/μεταναστευτικοί παράγοντες - κατά τη διάρκεια της μετακίνησης:

- Οι ψυχοπιεστικές συνθήκες στους καταυλισμούς προσφύγων
- Άγχος λόγω του ταξιδιού ως πρόσφυγες

ΠΕΠΟΙΘΗΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΜΕ ΤΙΣ ΑΙΤΙΕΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ-IV

Κοινωνικοί/μεταναστευτικοί παράγοντες - μετά την άφιξη:

- Έλλειψη αποδοχής στη χώρα υποδοχής
- Αντικοινωνική και παράνομη συμπεριφορά
- Άγχος από την μεταναστευτική διαδικασία
- Αλλαγή στον τρόπο ζωής και στην κοινωνικο-οικονομική κατάσταση
- Ανεργία
- Φυλετικές διακρίσεις
- Υποστήριξη της οικογένειας στην πατρίδα
- Άγχος για τα οικονομικά
- Άγχος αποχωρισμού από τα μέλη της οικογένειας στην πατρίδα ή σε άλλες χώρες
- Αλκοόλ και ναρκωτικά
- Οικογενειακή δυσλειτουργία
- Δυσaréσκεια για τους ηλικιωμένους
- Άρνηση της πολιτισμικής προέλευσης και της επαφής με την κοινωνία.

ΠΕΠΟΙΘΗΣΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΕΣ ΜΕ ΤΙΣ ΑΙΤΙΕΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ-Υ

Πολιτισμικοί και θρησκευτικοί παράγοντες:

- Κακά πνεύματα
- Μοίρα, ο νόμος της αιτιότητας
- Μετανάστευση
- Κακές πράξεις
- Αδιάφορη κοινότητα
- Βασανιστήρια και τραύματα στην πατρίδα ή στους καταυλισμούς
- Πολιτιστική αποξένωση
- Γλωσσικοί φραγμοί
- Ο ρόλος της γυναίκας στην κοινωνία (π.χ., απομόνωση και κακοποίηση)

ΒΑΣΙΚΕΣ ΓΝΩΣΕΙΣ ΠΟΥ ΟΦΕΙΛΕΙ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ Ο ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Γνώση της κουλτούρας των εξυπηρετούμενων
- Γνώση της επίδρασης του ρατσισμού και της φτώχειας στη συμπεριφορά, στις στάσεις, στις αξίες και στην αναπηρία.
- Γνώση των συμπεριφορών αναζήτησης βοήθειας των εξυπηρετούμενων
- Γνώση του ρόλου της γλώσσας, των patterns ομιλίας και των επικοινωνιακών τρόπων έκφρασης που χαρακτηρίζουν τις διαφορετικές κοινότητες.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΓΝΩΣΕΙΣ ΠΟΥ ΟΦΕΙΛΕΙ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ Ο ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Γνώση της επίδρασης που ασκούν οι πολιτικές των κοινωνικών υπηρεσιών στους εξυπηρετούμενους από διαφορετικά εθνοπολιτισμικά πλαίσια.
- Γνώση των πόρων (π.χ. υπηρεσίες, άτομα, ανεπίσημα δίκτυα υποστήριξης, έρευνα) που είναι διαθέσιμοι σε άτομα και κοινότητες διαφορετικής εθνοπολιτισμικής προέλευσης.
- Ικανότητα αναγνώρισης του τρόπου με τον οποίο οι επαγγελματικές αξίες μπορεί να έρχονται σε σύγκρουση ή να απαντούν στις ανάγκες των εξυπηρετούμενων που προέρχονται από διαφορετικά πολιτισμικά πλαίσια.
- Γνώση του τρόπου με τον οποίο οι σχέσεις/θέσεις ισχύος που αναπτύσσονται μέσα σε κοινωνίες ή θεσμούς μπορεί να επηρεάσουν διαφορετικές κουλτούρες

ΒΑΣΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ ΠΟΥ ΟΦΕΙΛΕΙ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ Ο ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Τεχνικές εκμάθησης της κουλτούρας εκείνων των εξυπηρετούμενων που ανήκουν σε διαφορετικές εθνοπολιτισμικές ομάδες.
- Να επικοινωνεί κανείς ακριβείς πληροφορίες εξ ονόματος των πολιτισμικά διαφορετικών εξυπηρετούμενων και της κοινωνικής τους ομάδας.
- Να συζητά κανείς ανοιχτά για φυλετικές και εθνικές διαφορές/ ζητήματα και να απαντά σε λεκτικές εκφράσεις που βασίζονται σε πολιτισμικές ιδιαιτερότητες.
- Να αξιολογεί τη σημασία που αποδίδει στην εθνικότητα κάθε εξυπηρετούμενος.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΙΚΑΝΟΤΗΤΕΣ ΠΟΥ ΟΦΕΙΛΕΙ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ Ο ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Να διακρίνει τα συμπτώματα που προκαλεί το ενδοψυχικό στρες από το στρες που προέρχεται από τη λειτουργία των κοινωνικών δομών.
- Τεχνικές συνέντευξης που βοηθούν το συνεντευκτή να κατανοήσει και να προσαρμόσει την λεκτική επικοινωνία στην κουλτούρα του εξυπηρετούμενου.
- Να χρησιμοποιεί επωφελώς την έννοια της ενδυνάμωσης (empowerment) για λογαριασμό των εξυπηρετούμενων και των κοινοτήτων διαφορετικής εθνοπολιτισμικής προέλευσης.
- Να αναγνωρίζει και να καταπολεμά το ρατσισμό, τα φυλετικά στερεότυπα και τους μύθους σε άτομα και θεσμούς.
- Να αξιολογεί την εγκυρότητα και δυνατότητα εφαρμογής νέων τεχνικών, ερευνητικών δεδομένων και γνώσεων όταν εργάζεται με άτομα διαφορετικής εθνοπολιτισμικής προέλευσης

ΒΑΣΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΠΟΥ ΟΦΕΙΛΕΙ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ Ο ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Προσωπικά χαρακτηριστικά που αντανακλούν “αυθεντικότητα, ενσυναίσθηση, απουσία κτητικότητα, ζεστασιά” και ευελιξία στη διαχείριση ευρέος φάσματος πιθανών λύσεων.
- Αποδοχή της εθνικής διαφορετικότητας μεταξύ των ανθρώπων.
- Προθυμία για συνεργασία με εξυπηρετούμενους από διαφορετικά πολιτισμικά περιβάλλοντα.
- Αποσαφήνιση των προσωπικών αξιών, στερεοτύπων και προκαταλήψεων του επαγγελματία για την εθνικότητα και κοινωνική τάξη τόσο του ίδιου όσο και των άλλων. Επίσης, επίγνωση του τρόπου με τον οποίο οι απόψεις αυτές μπορεί να συμβιβάζονται ή να έρχονται σε σύγκρουση με τις ανάγκες εξυπηρετούμενων από διαφορετικές κουλτούρες

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ ΕΝΑΣ ΠΟΛΙΤΣΙΜΙΚΑ ΙΚΑΝΟΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Να είναι ανοιχτός σε πολιτισμικές διαφορές και διαφορετικούς τρόπους να κάνεις πράγματα
- Να σέβεται διαφορετικές τακτικές και αιτήματα χωρίς κριτική
- Να αναγνωρίζει ότι οι εξυπηρετούμενοι απαιτούν ισότητα στη φροντίδα, ανεξάρτητα από το γλωσσικό τους υπόβαθρο
- Να αναγνωρίζει να εκμαιεύει και να προσαρμόζεσαι στις επιλογές των εξυπηρετούμενων για τη φροντίδα τους

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ ΕΝΑΣ ΠΟΛΙΤΣΙΜΙΚΑ ΙΚΑΝΟΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Να θεωρεί ότι ξέρει τι θέλει/χρειάζεται ο εξυπηρετούμενος
- Να είναι ενήμερος για τις πηγές της επιπλέον κοινωνικής υποστήριξης για τις οργανώσεις της κοινότητας και για τις διαθέσιμες πηγές στους εξυπηρετούμενους ώστε να ξεπερνούν εμπόδια όπως η έλλειψη γνώσης της τοπικής γλώσσας ή των υφιστάμενων υποστηρικτικών δικτύων;
- Να διευκολύνει την πρόσβαση αυτών των εξυπηρετούμενων στις διαθέσιμες πηγές και στην υποστήριξη

ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΑΘΕΤΕΙ ΕΝΑΣ ΠΟΛΙΤΣΙΜΙΚΑ ΙΚΑΝΟΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

- Να μην Αντιδρά περίεργα στην προφορά του εξυπηρετούμενου
- Να Χρησιμοποιεί απλή γλώσσα αποφεύγοντας τεχνική ορολογία, βραχυλογίες, επαγγελματική φρασεολογία, καθημερινή γλώσσα, αφαιρετική γλώσσα, ιδιωματισμούς, βρισιές και μεταφορές;
- Να συνεργάζεται με διερμηνέα όταν αλληλεπιδρά με έναν εξυπηρετούμενο ο οποίος μιλά ανεπαρκώς την γλώσσα
- Να Γνωρίζει ότι θα μπορούσε να είναι νομικά υπόλογος αν δεν καλέσει διερμηνέα όταν χρειάζεται

ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΠΟΥ ΠΡΟΣΕΓΓΙΖΟΥΝ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΕΣ ΚΟΥΛΤΟΥΡΕΣ

- Κατάλληλα μέσα χαιρετισμού ανδρών , γυναικών και παιδιών με βάση την κουλτούρα τους.
- Χρησιμοποιούμε άμεσες και απλές φράσεις, που είναι εύκολα κατανοητές, όταν θέτουμε ερωτήματα σε πρόσφυγες για πιθανές ψυχικές ασθένειες.
- Διαβεβαιώνουμε τα άτομα ότι δε θα πούμε σε κανένα τίποτα από όσα λένε χωρίς την έγκρισή τους.
- Όταν προσεγγίζουμε άτομα διαφορετικών πολιτισμών είναι ιδιαίτερος βοηθητικό να ενημερωθούμε όσο το δυνατόν καλύτερα για τη χώρα της καταγωγής τους, τις πολιτισμικές και παραδοσιακές αξίες, τη δομή της οικογένειας και την κατάλληλη συμπεριφορά προς τα μέλη συγκεκριμένων εθνοτικών ομάδων.

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ

- Προσωπικός χώρος
- Βλεμματική επαφή και στάση σώματος
- Δεξιότητες ακρόασης
- Χειρονομίες
- Εκφράσεις προσώπου
- Παρατεταμένη σιωπή
- Συμπεριφορές που μπορούν να ερμηνευθούν ως επιθετικές
- Ένταση φωνής
- Σωματική επαφή

ΣΧΕΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑ ΩΦΕΛΟΥΜΕΝΟΥ

- Πρόσωπο αναφοράς από την οικογένεια του εξυπηρετούμενου
- Περιγραφή θεραπευτικού σχεδιασμού και ορίων
- Στόχοι και προτεραιότητες του ωφελούμενου
- Κάλυψη πρωταρχικών αναγκών και δημιουργία υποστηρικτικών πλαισίων
- Διαθέσιμοι πόροι και δυνατότητες
- Πιθανή συμμετοχή μελών της οικογένειας στη θεραπεία
- Συζήτηση για το είδος της θεραπείας
- Συνέπειες από την επίτευξη των στόχων

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΒΕΛΤΙΣΤΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΕΞΥΠΗΡΕΤΟΥΜΕΝΟ

- Συνοπτική και ξεκαθαρή παρουσίαση πληροφοριών.
- Χρήση απλής γλώσσας.
- Χρήση έντυπου υλικού με βασικές πληροφορίες
- Επανάληψη των οδηγιών που έχουν δοθεί από τον εξυπηρετούμενο
- Προσαρμογή των οδηγιών στην καθημερινότητα του εξυπηρετούμενου.

ΠΙΘΑΝΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΑΠΟΤΥΧΙΑΣ ΣΤΗ ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Ο ωφελούμενος:

- Αντιλαμβάνεται την κοινωνική απόσταση
- Υποθέτει ότι ο θεραπευτής δεν θα τον καταλάβει
- Φοβάται ότι θα κριθεί αρνητικά
- Εκδηλώνει αυξημένο άγχος
- Δεν αναπτύσσει σχέση
- Δείχνει έλλειψη εμπιστοσύνης
- Δείχνει απογοήτευση και ματαίωση
- Ακυρώνει συνεδρίες
- Δεν παρουσιάζεται στα ραντεβού
- Τερματίζει τη θεραπεία

ΠΙΘΑΝΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΑΠΟΤΥΧΙΑΣ ΣΤΗ ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ

Ο θεραπευτής:

- Αντιλαμβάνεται την κοινωνική απόσταση
- Βλέπει τον ωφελούμενο με στερεότυπο τρόπο
- Δεν κάνει κάτι για να αντιμετωπίσει το άγχος του ωφελούμενου
- Δεν κατανοεί τον ωφελούμενο
- Αποτυγχάνει να αντιμετωπίσει την έλλειψη εμπιστοσύνης του ωφελούμενου
- Δείχνει απογοήτευση και ματαίωση
- Παρατηρεί τις αποτυχημένες εκβάσεις της θεραπείας

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΚΟΥΛΤΟΥΡΑΣ ΣΤΗΝ ΚΛΙΝΙΚΗ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ

- Πολιτισμικά εδραιωμένη υποκειμενική εμπειρία - στάσεις, αισθήματα και συμπεριφορές που ορίζονται από και διαμορφώνονται μέσα σε ένα συγκεκριμένο πολιτισμικό πλαίσιο.
- Πολιτισμικά εδραιωμένες εκφράσεις της ψυχικής δυσφορίας – τρόποι με τους οποίους οι άνθρωποι φέρονται για να εκφράσουν την ασθένειά τους.
- Πολιτισμικά εδραιωμένες διαγνώσεις - οι μέθοδοι των παραδοσιακών θεραπειών για την εκτίμηση και διάγνωση του προβλήματος, σύμφωνα με όσα επιτάσσει η κουλτούρα τους.
- Πολιτισμικά εδραιωμένη θεραπευτική αγωγή.
- Πολιτισμικά εδραιωμένα αποτελέσματα – τα θεραπευτικά αποτελέσματα θα βασίζονται στο πώς η ασθένεια έχει δομηθεί και αντιμετωπιστεί πολιτισμικά.

ΕΙΝΑΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ ΟΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ ΝΑ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΟΥΝ:

- ❖ Τις στάσεις και τα συναισθήματά τους για τους εξυπηρετούμενους
- ❖ Τις στάσεις και τα συναισθήματα των εξυπηρετούμενων απέναντί τους
- ❖ Το βαθμό της συνεργίας που προκύπτει όταν αυτά εκφράζονται στο κλινικό πλαίσιο

(Ridleyetal., 1998)

ΖΗΤΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΗΦΘΟΥΝ ΥΠΟΨΗ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ- Ι

- Οι εξυπηρετούμενοι μπορεί να χρησιμοποιούν παραδοσιακές ή εγχώριες μεθόδους ίασης ταυτοχρόνως με δυτικότροπα ιατρικά θεραπευτικά μέσα.
- Η ιατρική στον Δυτικό κόσμο τείνει να είναι πολύ ατομικιστική, ενώ άλλα πολιτισμικά συστήματα μπορεί να είναι πιο ολιστικά.
- Η οικογένεια μπορεί να έχει πολύ μεγάλη σημασία και είναι σημαντικό να περιλαμβάνεται στη συμβουλευτική για την κατάσταση της υγείας και τις θεραπευτικές παρεμβάσεις.
- Τα οικογενειακά μορφώματα πιθανόν να διαφέρουν από το δυτικό πυρηνικό μοντέλο. Εκτεταμένες οικογένειες και πατριαρχικές αξίες ίσως είναι συνήθεις και διαδεδομένες αντίστοιχα.
- Είναι σκόπιμο να λαμβάνονται υπόψη οι διαφορές στις αξίες. Σε κάποιες κουλτούρες κυριαρχεί η περηφάνια, η αυτοπεποίθηση και ο αυτοέλεγχος ενώ σε άλλες η υποταγή, η συμμόρφωση και η στωικότητα. Η έκφραση των συναισθημάτων επίσης ποικίλλει ανάλογα με την κουλτούρα.
- Μεγάλης σημασίας είναι και τα ζητήματα φύλου σε μια κουλτούρα.

ΖΗΤΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΗΦΘΟΥΝ ΥΠΟΨΗ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ- ΙΙΙ

- Κάποιες κουλτούρες χρησιμοποιούν διαφορετικές λέξεις για να εξηγήσουν ή να περιγράψουν συμπτώματα.
- Οι στάσεις έναντι της φαρμακευτικής αγωγής μπορεί να ποικίλουν.
- Πολλές κοινωνίες δεν έχουν παράδοση στις θεραπείες που βασίζονται στο λόγο, επομένως αυτές μπορεί να αντιμετωπιστούν καχύποπτα.
- Κάποιοι πελάτες από ΓΠΔ υπόβαθρο μπορεί να προτιμούν σαφείς διαγνώσεις και ενεργές θεραπευτικές παρεμβάσεις.
- Τα μέλη μιας οικογένειας με ψυχικά πάσχοντα που προέρχονται από ΓΠΔ πλαίσια συχνά αντιμετωπίζουν δυσκολίες ως προς το στίγμα που συνδέεται με την παρουσία ενός ψυχικά ασθενή στην οικογένεια.
- Ο σεβασμός στο πολιτισμικό υπόβαθρο του εξυπηρετούμενου και στο ερμηνευτικό του μοντέλο για το πρόβλημα που αντιμετωπίζει αποτελεί στοιχείο υψίστης σημασίας για την αλληλεπίδραση και την επιτυχή δέσμευση στη θεραπευτική διαδικασία.

Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΟΥ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΥ ΠΛΑΙΣΙΟΥ

Οι οικογένειες μπορούν :

- Να παρέχουν τις βασικές πληροφορίες σχετικά με τα τωρινά συμπτώματα και το ψυχιατρικό ιστορικό
- Να δώσουν πληροφορίες για άλλες ανάλογες συμπεριφορές (π.χ. κατάχρηση ουσιών, ποινικό μητρώο)
- Να συμβάλλουν στη δέσμευση της οικογενειακής υποστήριξης ως προς την φαρμακευτική αγωγή και την θεραπευτική συμμαχία.

Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΟΥ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΥ ΠΛΑΙΣΙΟΥ

- Να παρέχουν πληροφορίες σχετικά με άλλα σημαντικά κοινωνικά δίκτυα υποστήριξης και καταναλωτικούς πόρους.
- Να βοηθήσουν να διατηρηθεί ή να αναπτυχθεί υποστηρικτικό δίκτυο για τον εξυπηρετούμενο με συμμετοχή του ιδίου.
- Να Μεγιστοποιήσουν τις θεραπευτικές εκβάσεις μέσω της εκπαίδευσης και των υποστηρικτικών δραστηριοτήτων της οικογένειας

ΟΔΗΓΟΣ ΕΠΙΓΝΩΣΗΣ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΕΤΕΡΟΤΗΤΑΣ

Ο οδηγός βασίζεται σε σειρά ερωτήσεων που ανέπτυξαν οι Kleinman, Eisenberg & Good (1978).

Ο ΟΕΠΕ σχεδιάστηκε κατά τρόπο ώστε να βελτιώσει την κατανόησή σας για το πώς ο εξυπηρετούμενος αντιλαμβάνεται το πρόβλημά του. Η εκτίμηση αυτού του τύπου αναγνωρίζει την πολυπλοκότητα της αλληλεπίδρασης μεταξύ πολιτισμικών και ιδιοσυγκρασιακών παραγόντων και μεταξύ παραγόντων προδιάθεσης και περιβάλλοντος και αναγκαστικά περιλαμβάνει σημαντικό βαθμό υποκειμενικότητας από την πλευρά των ειδικών.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΟΔΗΓΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΕΤΕΡΟΤΗΤΑΣ

- Τι πιστεύεις ότι προκάλεσε το πρόβλημά σου ;
- Γιατί νομίζεις ότι ξεκίνησε τη συγκεκριμένη χρονική στιγμή;
- Τι πιστεύεις ότι το πρόβλημα σου προκαλεί σε σένα; Ποια είναι τα κύρια προβλήματα που σου δημιούργησε;
- Πόσο σοβαρό είναι το πρόβλημα σου; Τι φοβάσαι πιο πολύ σε αυτό;
- Τι τύπο θεραπείας/βοήθειας θεωρείς ότι πρέπει να λάβεις;

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΟΔΗΓΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΙΚΗΣ ΕΤΕΡΟΤΗΤΑΣ

- Στη δική σου κουλτούρα, το πρόβλημα σου πώς θα αντιμετωπιζόταν;
- Πώς η κοινότητα σε βοηθάει με το πρόβλημά σου;
- Τι έκανες ως τώρα για το πρόβλημα σου;
- Ποια είναι τα σημαντικότερα αποτελέσματα που ελπίζεις ότι θα παρέχει η θεραπεία;

Οι ερωτήσεις πρέπει να υποβάλλονται με ευγένεια, αφήνοντας άφθονο χρόνο στον εξυπηρετούμενο να σκεφτεί τις απαντήσεις και να τις αναπτύξει. Είναι σημαντικό οι ερωτήσεις να διατυπωθούν με ευαισθησία.

ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

- Η εκπαίδευση και η γνώση είναι τα καλύτερα εργαλεία για να αναγνωριστούν και να καλυφθούν οι ανάγκες των προσφύγων.
- Οι ίδιοι οι πρόσφυγες μπορούν να είναι οι καλύτεροι δάσκαλοι για τις πολιτισμικές ιδιαιτερότητες τους.
- Είναι αναγκαίο να υπάρχει εξατομικευμένο ενδιαφέρον στις ανάγκες κάθε γυναίκας πρόσφυγα.

ΓΛΩΣΣΑ:

- Η διερμηνεία είναι απαραίτητη και πρέπει να είναι διαθέσιμη ανά πάσα στιγμή ώστε να αποφευχθούν δυσχέρειες στην επικοινωνία και παρανοήσεις τόσο από τους πρόσφυγες όσο και από τους επαγγελματίες υγείας.
- Η διερμηνεία δεν θα πρέπει να γίνεται από μέλη της οικογένειας , ανηλίκους ή άλλα μέλη της προσφυγικής κοινότητας.
- Η άμεση και διαπροσωπική διερμηνεία από εκπαιδευμένο προσωπικό μπορεί να ενισχυθεί και με τη χρήση οπτικοακουστικών μέσων και εικόνων.

ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΠΟΛΙΤΣΤΙΚΩΝ/ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΠΡΑΚΤΙΚΩΝ & ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΩΝ ΠΑΡΑΔΟΣΕΩΝ:

- Να γνωρίζετε τις σχετικές θρησκευτικές ή / και παραδοσιακές πολιτιστικές πρακτικές (π.χ. ακρωτηριασμός των γυναικείων γεννητικών οργάνων, ξυλοδαρμός, Ραμαζάνι κλπ.).
- Λόγω της ευαίσθητης φύσης ορισμένων πρακτικών, οι εξυπηρετούμενοι μπορεί να είναι ανυπόμονοι να συζητήσουν άμεσα ορισμένα θέματα, αλλά καθώς οικοδομείται εμπιστοσύνη και σταθερή παροχή φροντίδας , μπορεί να υπάρχουν ευκαιρίες για πιο ιδιαίτερες συζητήσεις και αποκαλύψεις.
- Είναι σημαντικό να γνωρίζετε την ικανότητα της γυναίκας στη λήψη αποφάσεων και τον ρόλο που μπορεί να διαδραματίσει ο σύζυγος της γυναίκας και/ ή η οικογένεια της στη λήψη αποφάσεων.

ΖΗΤΗΜΑΤΑ ΦΥΛΟΥ:

- Είναι σημαντικό οι επαγγελματίες υγείας και οι διερμηνείς να είναι του ιδίου φύλου με τον ωφελούμενο.
- Στην περίπτωση στην οποία το μόνο διαθέσιμο προσωπικό είναι άντρας, θα πρέπει να προηγείται συμβουλευτική για να διαπιστωθεί αν αυτό είναι αποδεκτό και να βρεθεί ένας εναλλακτικός τρόπος.

ΠΑΡΑΠΟΜΠΕΣ

- <https://babeldc.gr>
- <https://www.klimaka.org.gr>

ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ!

