

«ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ»
ΑΡΧΕΙΑ ΝΕΥΡΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ
ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗΣ

9 Μαΐου 2014

Ημερίδα:
«Η ΜΟΝΑΞΙΑ»

Χορηγός: Ίδρυμα Αικ. και Ευαγγελίας Διβόλη

ΗΜΕΡΙΔΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ «ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ»

Θέμα: «Η Μοναξιά»

Ημερομηνία: Παρασκευή 9 Μαΐου 2014

Χώρος: Αίθουσα του Συλλόγου «Εγκέφαλος», Ηγήμονος 3, Γουδί

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

- 09:00-10:00: Εγγραφές
- 10:00-10:15: Χαιρετισμός-Εισήγηση
Διβόλη Αικατερίνη, Διδάκτωρ ΑΠΘ, Πρόεδρος συλλόγου «Εγκέφαλος» και εκδότης περιοδικού «Εγκέφαλος»
- Προεδρείο: **Αρτινοπούλου Βασιλική**, Καθηγήτρια Εγκληματολογίας, Τέως Αντιπρύτανης Πανεπιστημίου Παντείου
Καραπέτσας Β. Ανάργυρος, Καθηγητής Νευροψυχολογίας-Νευρογλωσσολογίας, Διευθυντής Εργαστηρίου Νευροψυχολογίας, Τμήμα Ειδικής Αγωγής Πανεπιστημίου Θεσσαλίας
- Εισηγήσεις:
- 10:15-10:50: **Αρτινοπούλου Βασιλική**, Καθηγήτρια Εγκληματολογίας Τέως Αντιπρύτανης Πανεπιστημίου Παντείου
«Μοναξιά και Κρίση»
- 10:50-11:25: **Ζυγούρης Χ. Νίκος**, Διδάκτορας Κλινικής Νευροψυχολογίας και ερευνητής του Εργαστηρίου Νευροψυχολογίας του πανεπιστημίου Θεσσαλίας
«Μοναξιά. Σύγχρονα ερευνητικά δεδομένα του φαινομένου»
- 11:25-12:00: **Απόστολος Ι. Φώτης**, Υποψήφιος Διδάκτωρ, μέλος του Εργαστηρίου Νευροψυχολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας
«Ο διαδικτυακός εθισμός ως καταλυτικός παράγοντας στην διάγκωση του φαινομένου της μοναξιάς των εφήβων. Μέθοδοι πρόληψης και αντιμετώπισης»
- 12:00-12:35: **Παπακωνσταντίνου Κωνσταντίνος**, Ψυχίατρος, Ειδικό Ιατρείο διαταραχών πρόσληψης τροφής Πανεπιστημιακής Ψυχιατρικής Κλινικής Αιγινήτειο Νοσοκομείου, Μέλος Ελληνικής Εταιρίας Ψυχαναλυτικής Ψυχοθεραπείας
«Ψυχικό κενό στη μεθοριακή διαταραχή της προσωπικότητας»
- 12:35-13:10: **Ειρήνη-Ροδόπη Μ. Λασκαράκη**, Υποψήφια Διδάκτωρ, μέλος του Εργαστηρίου Νευροψυχολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας
«Μοναξιά. Ο ρόλος της μουσικής στην αντιμετώπιση της»
- 13:10-14:10: Διάλειμμα-Καφές
- Προεδρείο: **Μπαλογιάννης Σταύρος**, Ομότιμος Καθηγητής Αριστοτελείου Πανεπιστημίου
Κοτσόπουλος Σωτήρης, Παιδοψυχίατρος, τ. Καθηγητής Πανεπιστημίου Calgary
- Εισηγήσεις:
- 14:10-14:40: **Θελερίτης Χρήστος**, Επιστημονικός Συνεργάτης Α΄ Ψυχιατρικής Κλινικής Πανεπιστημίου Αθηνών, Αιγινήτειο Νοσοκομείο
«Η Μοναξιά. Συσχέτιση με το στρες και την Ψυχοπαθολογία»
- 14:40-15:10: **Αθανάσιος Δουζένης**, Αναπληρωτής Καθηγητής Ψυχιατροδικαστικής, Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, Β Ψυχιατρική Κλινική Αττικό Νοσοκομείο
«Μοναξιά και Αυτοκτονικότητα»
- 15:10-15:40: **Γκρούγια Μαρία**, Κοινωνική Λειτουργός Κέντρου Στήριξης ROMA και ευπαθών ομάδων της ΚΕΚΠΑ-Δ.Ι.Ε.Κ. Κοινοφελής Επιχείρηση του Δήμου Βόλου.
«Μοναξιά και εφηβική ηλικία»
- 15:40-16:10 **Κάτσας Γρηγόριος**, Καθηγητής Κοινωνιολογίας, DEREΕ-The American College of Greece
«Η Μοναξιά στην Πόλη: Κοινωνικά Δίκτυα και η Εφαρμογή τους»
- 16:10-17:00: **Μπαλογιάννης Σταύρος**, Ομότιμος Καθηγητής Αριστοτελείου Πανεπιστημίου
Διάλεξη: «Η φιλοσοφία της Μοναξιάς» - Κλείσιμο της Ημερίδας

Η συμμετοχή στην ημερίδα είναι δωρεάν. Προτιμότερο είναι να προεγγραφείτε

ΠΡΟΕΓΓΡΑΦΕΣ: θα γίνονται από τις 5-7 Μαΐου ώρες 16:00-18:00

στα τηλ 210-7778320, 210-7784668,

γραπτώς με fax: 210-7709636 ή e-mail: encephalosi@gmail.com

Η απονομή των βεβαιώσεων θα γίνει μ ε τ ά το τέλος της ημερίδας

Οργανωτική Επιτροπή: Διβόλη Αικ., Θελερίτης Χρ., Καραπέτσας Ανάργ.,
Λέκου Σπυριδούλα, Μπαλογιάννης Σταύρος.

Χαιρετισμός κ. Α. Διβόλη

Πρόεδρος του συλλόγου «Εγκέφαλος»
Εκδότης του περιοδικού «Εγκέφαλος»

Το περιοδικό «Εγκέφαλος» πρωτοεκδόθηκε το 1950 από τρεις επιφανείς επιστήμονες της εποχής τους, του κ. Φώτη Σκούρα, Αθανάσιο Χατζηδήμο και Μιχαήλ Στριγγάρη. Στη συνέχεια, την έκδοσή του αναλαμβάνει για μια 30ετία η Ελληνική Νευρολογική και Ψυχιατρική Εταιρεία. Με την αδρανοποίηση της εταιρία αυτής και τον διαχωρισμό των δύο ειδικοτήτων το 1990, μια ομάδα συναδέλφων με επικεφαλής το Μ. Στριγγάρη ίδρυσε το σύλλογο «Εγκέφαλος» και ανέλαβε τη συνέχιση της έκδοσης του περιοδικού.

- Εκτός από την έκδοση του περιοδικού ανά τρίμηνο και την δωρεάν διανομή του που από πέρσι σταμάτησε λόγω οικονομικής κρίσης, δημιουργήθηκαν παράλληλες δραστηριότητες.
- Παρουσία συνεχής του περιοδικού στο διαδίκτυο.
- Χορήγηση υποτροφίας στη μνήμη της εκπαιδευτικού Ευαγγελίας Διβόλη σε φοιτητές της Ιατρικής με χρήματα που χορηγεί η οικογένειά της. Στο εξής η υποτροφία θα χορηγείται από το **Κοινοφελές Ίδρυμα Αικατερίνης και Ευαγγελίας Διβόλη**. Είμαι στην ευχάριστη θέση να ανακοινώσω την ίδρυσή του ύστερα από προσπάθειες τριών ετών. Το ίδρυμα θα βοηθάει το σύλλογο «Εγκέφαλος», όσο είναι δυνατόν, όπως άλλωστε έχω βοηθήσει προσωπικά όλα τα χρόνια και οικονομικά τα τελευταία χρόνια.
- Εκπαιδευτικό πρόγραμμα με διενέργεια ημερίδων που στο εξής θα διοργανώνονται από κοινού με το ίδρυμα Διβόλη.

Η σημερινή ημερίδα θα έχει ως θέμα τη «Μοναξιά».

Μόνος-Μοναξιά: θέμα πολυδιάστατο.

Μοναξιά συναίσθημα που συνοδεύει σχεδόν αλλά όχι πάντα ή αποκλειστικά τον μόνον. Συνήθως οι πολλοί αναφέρονται στην μοναξιά σαν κάτι το ασυνήθιστο και όχι συχνό βίωμα στην καθημερινότητα του ατόμου αλλά σαν κάτι το αναπόφευκτο και μοιραίο για τα άτομα της μεγάλης ηλικίας.

Όμως η μοναξιά είναι βίωμα συνυφασμένο με την ζωή του ατόμου.

Παρά το ότι ο άνθρωπος είναι κοινωνικό ον, μόνος του επεξεργάζεται τα πάντα, από αυτόν εξαρτάται πως θα βιώσει το περιβάλλον του τι θα προσλάβει, τι θα αφομοιώσει, τι θα μάθει, τι εμπειρίες τι δραστηριότητες θα έχει, πώς θα αναπτυχθεί και τελικά πώς θα εξελιχθεί.

Μόνος του παίρνει τις σημαντικές τελικές αποφάσεις για δραστηριότητες, συντροφίες, φιλίες και γενικά για το παρόν και το μέλλον.

Γεγονός είναι πως πολλές φορές επιζητείται η μοναξιά ώστε ανεπηρέαστα το άτομο να σκέπτεται ,και να ενεργεί δημιουργικά.

Άλλες πάλι φορές εκ των πραγμάτων το άτομο περιέρχεται σε μοναξιά παρά τη θέληση του.

Και είναι γνωστή η μοναξιά που αφορά:

- στα άτομα που ανέρχονται στην ιεραρχία
- στα άτομα με πολύ υψηλή ευφυία ή και ιδιαίτερες ικανότητες
- στα άτομα που παρόλο που περιστοιχίζονται από πλήθος, νιώθουν μοναξιά.

Αυτό συμβαίνει ενδεχομένως από έλλειψη ή ανεπαρκή ή μη επιθυμητή επικοινωνία.

Γενικά μόνος του ο άνθρωπος γεννιέται και μόνος του πεθαίνει. Και την μεν γέννησή του δεν την θυμάται, τον δε θάνατό του δεν μπορεί να τον ανακαλέσει.

Σήμερα όμως έχουμε κοντά μας εξαιρετικούς επιστήμονες, ξεχωριστούς ο καθένας στον τομέα του, που θα μας αναπτύξουν διεξοδικά το θέμα. Τους ευχαριστώ θερμά, όπως και όλους σας και εύχομαι καλή επιτυχία.

Μοναξιά: Σύγχρονα Ερευνητικά δεδομένα του φαινομένου

Νικόλαος Χ. Ζυγούρης

Διδάκτορας Κλινικής Νευροψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Αργύρης Β. Καραπέτσας

Καθηγητής Νευροψυχολογίας – Νευρογλωσσολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

¹Εργαστήριο Νευροψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

²Παιδαγωγικό Τμήμα Ειδικής Αγωγής, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Περίληψη

Το Children's Depression Inventory (CDI) χορηγείται σε παιδιά ηλικίας 7- 17 ετών. Κατασκευάστηκε από την Kovacs με βάση το Beck Depression Inventory. Η αρχή του σχεδιασμού των κλιμάκων αξιολόγησης είναι ότι η παιδική κατάθλιψη παρουσιάζει παρόμοια συμπτωματολογία με αυτή των ενηλίκων. Συνεπώς, υπάρχουν κλίμακες που αξιολογούν την καταθλιπτική διάθεση, την έλλειψη ευχαρίστησης, τη χαμηλή αυτοεκτίμηση, τις διαταραχές του ύπνου και της λήψης τροφής, την ψυχοκινητική επιβράδυνση, την υπερβολική κόπωση, τη μοναξιά και τον αυτοκτονικό ιδεασμό. Ο βασικός στόχος εκπόνησης του συγκεκριμένου ερευνητικού πρωτοκόλλου είναι η αξιολόγηση της μοναξιάς, όπως αυτή καταγράφεται από το CDI σε ερευνητικό πληθυσμό παιδιών με διαταραχές συναισθήματος.

Ο διαδικτυακός εθισμός ως καταλυτικός παράγοντας στην διόγκωση του φαινομένου της μοναξιάς των εφήβων. Μέθοδοι πρόληψης και αντιμετώπισης.

Απόστολος Ι. Φώτης, Υποψήφιος Διδάκτωρ, μέλος του Εργαστηρίου Νευροψυχολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

Περίληψη

Ο εθισμός στο διαδίκτυο είναι ένα πρόβλημα, που έχει κάνει εμφανή και ανησυχητική την παρουσία του τα τελευταία χρόνια τόσο στην Ελλάδα, όσο και σε όλο τον κόσμο. Ως εθισμό στο διαδίκτυο ορίζουμε ένα νέο είδος ψυχικής διαταραχής, η οποία προκύπτει από την υπερβολική χρήση του διαδικτύου, καθώς αυτή αλληλοεπιδρά με την καθημερινή ζωή. Το γεγονός μάλιστα ότι οι έφηβοι δεν έχουν διαμορφώσει ακόμη κριτική σκέψη, τους τοποθετεί σε ομάδα υψηλού κινδύνου εθισμού στο διαδίκτυο. Επιπροσθέτως, ο εθισμός στο διαδίκτυο δημιουργεί πολλά προβλήματα στον τομέα της ψυχικής υγείας τόσο στους νέους, όσο και στις οικογένειές τους. Έχουμε ήδη πολλές δημοσιεύσεις που επισημαίνουν ότι η παθολογική διαδικτυακή χρήση σχετίζεται άμεσα με προβλήματα ψυχικής υγείας όπως η κατάθλιψη και το άγχος. Ένα άλλο χαρακτηριστικό που συναντάται στους διαδικτυακά εθισμένους χρήστες είναι η μοναξιά. Με τον όρο μοναξιά αναφερόμαστε στο έντονο αίσθημα εγκατάλειψης του ατόμου από τους γύρω του, είτε αυτή υφίσταται πραγματικά, είτε το άτομο την βιώνει υποκειμενικά σαν μια πραγματικότητα που δεν ισχύει αντικειμενικά. Παρά το γεγονός ότι το διαδίκτυο ως εργαλείο επιτρέπει τη συνεχή επικοινωνία μεταξύ των χρηστών καταργώντας γεωγραφικούς, χρονικούς και κοινωνικούς κανόνες η παθολογική χρήση είναι άμεσα συνδεδεμένη με τη μοναξιά. Στη μελέτη του Εργαστηρίου Νευροψυχολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας παρουσιάζουμε τη συσχέτιση του διαδικτυακού εθισμού και της μοναξιάς, φαινομένων που αυξάνουν συνεχώς τα ποσοστά τους στη σύγχρονη ελληνική κοινωνία καθώς και μεθόδους πρόληψης και αντιμετώπισής τους.

Ψυχικό κενό στην μεθοριακή διαταραχή της προσωπικότητας. Κωνσταντίνος Παπακωνσταντίνου

Το ψυχικό κενό είναι ένα χαρακτηριστικό βίωμα των ασθενών που πάσχουν από μεθοριακή διαταραχή προσωπικότητας αλλά εμφανίζεται επίσης είτε σε άτομα που έχουν μεθοριακά στοιχεία στην προσωπικότητά τους είτε σε «φυσιολογικά» άτομα σε συνθήκες στρες. Πρόκειται για έναν αμυντικό μηχανισμό του ψυχισμού που επηρεάζει έντονα τις ψυχικές λειτουργίες του ατόμου, όπως τη σκέψη και το συναίσθημα, αλλά και την γενικότερη συμπεριφορά του. Το αποτέλεσμα είναι ότι το άτομο απομονώνεται κοινωνικά ενώ άλλοτε εμπλέκεται σε επιφανειακές σχέσεις. Σε κάθε περίπτωση βιώνει έντονη μοναξιά αλλά αδυνατεί ψυχικά να έχει άλλη επιλογή.

«Μοναξιά. Ο ρόλος της μουσικής στην αντιμετώπισή της».

Ειρήνη - Ροδόπη Μ. Λασκαράκη

Υποψήφια Διδάκτωρ, μέλος του Εργαστηρίου Νευροψυχολογίας του Πανεπιστημίου
Θεσσαλίας.

Αργύρης Β. Καραπέτσας

Καθηγητής Νευροψυχολογίας – Νευρογλωσσολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας

Περίληψη

Ως μοναξιά ορίζεται η αίσθηση της απουσίας – έλλειψης ουσιαστικών ανθρώπινων κοινωνικών σχέσεων και για αυτόν το λόγο αποτελεί αρνητικό συναίσθημα και συνδέεται άμεσα με την εκδήλωση καταθλιπτικής συμπτωματολογίας. Η κατάσταση αποτελεί σημαντικό παράγοντα κινδύνου και μπορεί να επηρεάσει τόσο τη σωματική όσο και τη ψυχική υγεία του ανθρώπου. Η κοινωνική και η συναισθηματική απομόνωση του ατόμου, επιφέρει σημαντικές αλλαγές στην ποιότητα ζωής του. Σημαντικός ρυθμιστικός παράγοντας της διάθεσης του ανθρώπου «που αισθάνεται μόνος» αποτελεί η μουσική. Οι μουσικές εμπειρίες ασκούν επίδραση στη συναισθηματική κατάστασή του, μεταβάλλοντας τα συναισθήματα και αλλάζοντας τη διάθεση. Η μουσική μπορεί να αλλάζει, να διατηρεί, να βελτιώνει τη διάθεση του ανθρώπου, ενώ λειτουργεί σαν ένας φίλος που παρέχει παρηγοριά. Η ακρόαση μουσικής βοηθά στη ρύθμιση της διάθεσης, τη χαλάρωση αλλά και την αυτοδιαχείριση των συναισθημάτων. Η μουσική βοηθά τους εφήβους να διαχειριστούν τα συναισθήματά τους, ενώ, παράλληλα, αποτελεί έναν ευχάριστο τρόπο για τους ανθρώπους της Τρίτης Ηλικίας να εκφράσουν τα συναισθήματά τους και να μειώσουν τη μοναξιά που αισθάνονται. Η συμμετοχή σε μια χορωδία, το τραγούδι και η ακρόαση μουσικής είναι στιγμές χαράς, ψυχαγωγίας, ομαδικότητας, συλλογικότητας, στιγμές που δίνουν νόημα στη ζωή.

Σημαντικά, επίσης, είναι τα ερευνητικά δεδομένα από την εφαρμογή της μουσικοθεραπείας, ως υποστηρικτική- συμπληρωματική μορφή θεραπείας. Κάθε άνθρωπος έχει ένα μουσικό παρελθόν, ενώ η ικανότητα του για δημιουργία αλλά και ανταπόκριση στη μουσική δεν επηρεάζεται από αναπηρία, ασθένεια ή άλλη βλάβη. Στις μουσικοθεραπευτικές συνεδρίες, η μουσική γίνεται το μέσο επικοινωνίας. Στα πλαίσια της δεκτικής (ακρόαση μουσικής) ή ενεργητικής (αυτοσχεδιασμός, εκτέλεση μουσικών οργάνων, σύνθεση στίχων, τραγούδι) ατομικής ή ομαδικής μουσικοθεραπείας, οι μουσικές δραστηριότητες παρέχουν τη δυνατότητα για μοίρασμα συναισθημάτων και κοινών εμπειριών, αντιμετώπισης της μοναξιάς,

διαμορφώνοντας, παράλληλα, τις συνθήκες για αυτοπραγμάτωση, ουσιαστικής δηλαδή αίσθησης και συνείδησης του εαυτού και αλλαγή τρόπου ζωής.

Η Μοναξιά. Συσχέτιση με το στρες και την Ψυχοπαθολογία.
Θελερίτης Χρήστος, Επιστημονικός Συνεργάτης Α΄ Ψυχιατρικής Κλινικής
Πανεπιστημίου Αθηνών, Αιγινήτειο Νοσοκομείο

Περίληψη

Ως μοναξιά θα μπορούσε να ορισθεί η υποκειμενική εμπειρία κατά την οποία ένας άνθρωπος υποφέρει λόγω της αδυναμίας του να αυξήσει την ποιότητα ή/και τον αριθμό των διαπροσωπικών σχέσεων του στο επίπεδο που εκείνος κρίνει απαραίτητο. Η μοναξιά μπορεί να προκύψει λόγω της έλλειψης ή/και της απώλειας σημαντικών διαπροσωπικών σχέσεων ενώ μπορεί να συντελέσει στην εκδήλωση σωματικών και ψυχολογικών προβλημάτων υγείας. Άτομα με το μεγαλύτερο κίνδυνο να εκδηλώσουν μοναξιά είναι οι ηλικιωμένοι, οι νεαροί σπουδαστές/ φοιτητές, οι ασθενείς με σοβαρές σωματικές και ψυχικές παθήσεις, άτομα με αναπηρίες, εκείνοι που έχουν σημαντικές απώλειες στη ζωή τους και όσοι είναι κοινωνικά απομονωμένοι όπως οι ψυχικά ασθενείς. Ειδικά οι ψυχικά ασθενείς συχνά γίνονται μάρτυρες κοινωνικού στιγματισμού και απομόνωσης. Επειδή ο ασθενής μπορεί να μην προτίθεται να αποκαλύψει την μοναξιά που τον απασχολεί, όλοι όσοι εμπλέκονται με την φροντίδα του (ιατροί, ειδικοί ψυχικής υγείας, φροντιστές, μέλη της οικογένειας των ατόμων) οφείλουν να ελέγχουν πιθανούς παράγοντες κινδύνου για τη μοναξιά όπως ηλικία (ηλικιωμένοι, νεαροί ενήλικες), πρόσφατη μετακίνηση/μετακόμιση, πρόσφατος θάνατος σημαντικού προσώπου, σταδιακή απώλεια σημαντικών διαπροσωπικών σχέσεων με την πάροδο του χρόνου, αναπηρίες (διανοητικές ή σωματικές), σοβαρές ασθένειες, κατάθλιψη ή άλλες ψυχιατρικές διαταραχές. Εν κατακλείδι, η ψυχολογική υποστήριξη των ανθρώπων που υποφέρουν από μοναξιά μπορεί να τους προφυλάξει από περαιτέρω επιδείνωση της σωματικής και ψυχικής τους υγείας.

Μοναξιά και Αυτοκτονικότητα.

Δουζένης Αθανάσιος, Αναπληρωτής Καθηγητής Ψυχιατροδικαστικής, Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ, Β Ψυχιατρική Κλινική Αττικό Νοσοκομείο

Η αυτοκτονία είναι ένας σημαντικός παράγοντας θνησιμότητας στον γενικό πληθυσμό και συνδέεται με υψηλή ψυχιατρική νοσηρότητα. Η μοναξιά είναι ένα υποκειμενικό συναίσθημα σχετιζόμενο άμεσα με την αποξένωση και την απομόνωση. Στην τρέχουσα κοινωνική και οικονομική συγκυρία η χαλάρωση των δεσμών της οικογένειας και των κοινωνικών δεσμών γενικότερα καθώς και η μείωση του αισθήματος της «κοινότητας» και του «σχετίζεσθαι» φαίνεται ότι συνεισφέρουν στην αύξηση των αυτοκτονιών. Η αυτοκτονία έχει συσχετισθεί με αυτό-βλαπτικές πράξεις αρχίζοντας από την χρήση- κατάχρηση ουσιών και την αυτοκαταστροφική συμπεριφορά.

Η παρουσίαση αυτή θα αναλύσει την σχέση της μοναξιάς και της κοινωνικής απομόνωσης με την αυτοκτονία. Η αύξηση της κοινωνικότητας, της επικοινωνίας και της αίσθησης της επικοινωνίας στην κοινότητα είναι οι προσεγγίσεις οι οποίες ελαττώνουν τον κίνδυνο για αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές. Περιγράφονται καλές πρακτικές και αναλύονται υποστηρικτικές παρεμβάσεις για τις οποίες υπάρχουν ενδείξεις αποτελεσματικότητας.

Μοναξιά και Εφηβική Ηλικία
Μελέτη σε μικρό Δείγμα Κοινότητας του Βόλου

Γκρούγια Μαρία

Κοινωνική Λειτουργός Κέντρου Στήριξης ΡΟΜΑ και Ευπαθών Ομάδων της
Κ.Ε.Κ.Π.Α. – Δ.Ι.Ε.Κ. Κοινωφελής Επιχείρηση του Δήμου Βόλου

Περίληψη

Στην παρούσα έρευνα μελετήσαμε τη μοναξιά των εφήβων, πως τη βιώνουν προσωπικά και σε σχέση με την οικογένεια, σε μικρό τυχαίο δείγμα εφήβων (17 κορίτσια και 7 αγόρια, ηλικίας 11 έως 19 ετών) που συμμετείχαν σε δραστηριότητες του Κέντρου Νεολαίας του Δήμου Νέας Ιωνίας του Νομού Μαγνησίας. Οι έφηβοι που ρωτήθηκαν έχουν καλή επικοινωνία με τους γονείς τους και θετική με τους συνομηλίκους τους. Ακούν μουσική μόνοι τους ενώ μόνο το 8% θεωρούν τους εαυτούς τους μοναχικούς. Η συντριπτική πλειονότητα θεωρεί τη μοναξιά αρνητικό συναίσθημα και το 56% των εφήβων δε τη θεωρούν ως τρόπο αντιμετώπισης των προβλημάτων τους. Ως συνέπειες της μοναξιάς οι έφηβοι αναφέρουν τη μελαγχολία, την ενασχόληση με τον εαυτό τους και την κατάθλιψη. Ως προς το φύλο τα κορίτσια θεωρούν πιο μοναχικό τον εαυτό τους, το ίδιο συμβαίνει και με τα αγόρια. Η ηλικία, η βαθμίδα εκπαίδευσης των ερωτηθέντων, αλλά και η ηλικία και το επάγγελμα των γονέων, δεν φαίνεται να συνδέονται με την εμφάνιση της μοναξιάς. Για την πλειονότητα των εφήβων μοναξιά σημαίνει απομόνωση, που για να αντιμετωπισθεί θεωρούν ότι θα πρέπει ο έφηβος να έχει φίλους, να επικοινωνεί με τα μέλη της οικογένειάς του και να μη μένει πολύ ώρα μόνος του.

Η Μοναξιά στην Πόλη: Κοινωνικά Δίκτυα και η Εφαρμογή τους.

Κάτσας Γρηγόριος, Καθηγητής Κοινωνιολογίας, DEREE-The American College of Greece

Περίληψη

Η μοναξιά είναι μια από τις σημαντικές και αρνητικές επιπτώσεις του σύγχρονου τρόπου ζωής και αποτελεί αποτέλεσμα των μεγάλων και απότομων δομικών αλλαγών στην κοινωνική οργάνωση. Καθώς η μοναξιά μπορεί να αναλυθεί ως ατομικό αλλά και ως κοινωνικό πρόβλημα, αυτή η παρουσίαση επικεντρώνεται στο κοινωνικό πλαίσιο κατανόησης της μοναξιάς. Ειδικότερα, αναφέρεται στην μοναξιά στην πόλη καθώς οι πόλεις συγκεντρώνουν μεγαλύτερο αριθμό πληθυσμού, θεωρούνται απρόσωπες και μπορεί να οδηγήσουν στην αλλοτρίωση και από εκεί στη μοναξιά. Παρ' όλα αυτά, το επιχείρημα της αλλοτρίωσης, αν και ισχυρό, δεν είναι απόλυτο. Η πόλη μπορεί να γίνει φορέας κοινωνικής ενσωμάτωσης ατόμων ακριβώς λόγω μεγέθους. Το κεντρικό επιχείρημα της παρουσίασης είναι ότι η πόλη ως γεωγραφικός και κοινωνικός χώρος δημιουργεί και συντηρεί κοινωνικά δίκτυα που συντελούν στη μείωση της μοναξιάς. Μέσα από μια κριτική προσέγγιση χωρίς απόλυτα συμπεράσματα, η εργασία κάνει περαιτέρω ανάλυση αυτής της θέσης και εξερευνά την εφαρμογή της σε διάφορες ομάδες πληθυσμού.

Η φιλοσοφία της μοναξιάς Σταύρος Ι.Μπαλογιάννης Ομότιμος Καθηγητής

Περίληψη

Η αίσθησις της μοναξιάς συνιστά έν απολύτως προσωπικόν βίωμα, το οποίον συνδέεται με την όλην οργάνωσιν της προσωπικότητος του ατόμου, την παιδείαν του, τας αρχάς υπό των οποίων εμφοράται, τα ιδεώδη, τα αξιολογικά συστήματα τα οποία ασπάζεται και ακολουθεί, τον βαθμόν της εντάξεως αυτού εντός του εκάστοτε κοινωνικού χώρου, τας ενασχολήσεις του και κυρίως την επικοινωνίαν μετά του εαυτού του και την σχέσιν του μετά του Θείου.

Ως εκ τούτου, η ποιότης, οι επί μέρους χαρακτήρες, ο βαθμός, η έκτασις και τα συνοδά φαινόμενα του αισθήματος της μοναξιάς διαφέρουν ευρέως εν μέσω των ανθρώπων, εξαρτωμένων κατά κύριον λόγον από την εσωτερικήν διάστασιν αυτού και μερικώς μόνον από τας συνθήκας του περιβάλλοντος, αι οποίαι δύνανται να επιδράσουν κατ' ουσίαν επικουρικώς, αυξάνουσαι την ήδη υπάρχουσαν αίσθησιν της εσωτερικής μονώσεως.

Άτομα διακατεχόμενα υπό πολλών εσωτερικών αντιθέσεων, τα οποία αποφεύγουν την διεργασίαν της αυτογνωσίας και κατ' επέκτασιν της περισυλλογής, επιζητούν επιμόνως την παρουσίαν και την επικοινωνίαν μετά των ανθρώπων διά να αμβλύνουν το συνεχές και ενίοτε καταδυναστευτικόν αίσθημα της μοναξιάς, το οποίον κορυφούται όταν ευρίσκονται μόνοι ενώπιον του εαυτού των.

Αντιθέτως άτομα αναζητούντα τον εαυτόν των, επιζητούντα την αυτογνωσίαν και επιδιώκοντα την πνευματικήν καλλιέργειαν και την εσωτερικήν τελειώσιν, ανακαλύπτουν την ευεργετικήν επίδρασιν, την οποίαν ασκεί η μερική απομάκρυνσις από την πληθώραν των ανθρώπων και η ήσυχος περισυλλογή, καταφεύγοντα εις αυτήν χωρίς να αισθάνονται το αίσθημα της μοναξιάς. Όσον δε είναι υψηλότερα τα αξιολογικά συστήματα του ατόμου και συνεχής η εσωτερική ανοδική πορεία αυτού, τόσον πλέον σπανία καθίσταται η αίσθησις της μοναξιάς και η επιδίωξις των ανθρώπων.

Είναι χαρακτηριστικόν εις τον χώρον της φιλοσοφίας η αναζήτησις υπό του Ηρακλείτου της εσωτερικής αρμονίας, την οποίαν καλεί την «ἐκ τῶν διαφερόντων καλλίστην ἄρμονίην». Αὕτη κατ' ουσίαν εκφράζει την συνεχή προσπάθειαν αυτού να συζεύξη τας εσωτερικάς αντιθέσεις προς επίτευξιν της ειρήνης και της αρμονίας, καθ' όσον «ἄρμονιή ἀφανῆς φανερῆς κρείσσω» (B 54).

Η συνεχής επικοινωνία μετά των ανθρώπων συνεπάγεται διά τον φιλοσοφούντα το αίσθημα της εσωτερικής κοπώσεως καθ' όσον «κάματός ἐστι τοῖς αὐτοῖς μοχθεῖν καὶ ἄρχεσθαι» (B 84b). Αι ωραιότεραι εσωτερικαί στιγμαί του ανθρώπου είναι αι της αναζητήσεως του εαυτού του εις τον χώρον της ησυχίας. «Ἐδιζησάμην ἑμεωυτόν» ἐδήλωνεν ο Ηράκλειτος διά να εκφράση την πολυτιμότητα της ανευρέσεως του εαυτού του εις την ησυχίαν, μακράν της πολυμόρφου και πολυπληθοῦς Εφέσου.

Εις τον χώρον της ορθοδόξου πνευματικῆς ζωῆς ουδέποτε ἐβίωθη η αίσθησις της μοναξιάς. Η ἔρημος και τα σπήλαια καταύγαζον από την λάμψιν του νοητοῦ φωτός και οι ασκηταί ἔζων την παρουσίαν του Κυρίου και δι' αυτού επικοινωνούν εκ ψυχῆς μεθ' όλης της δημιουργίας και συνέπασχον μετά των ανθρώπων. Τα υψηλότερα ἔργα ορθοδόξου πνευματικότητος ἐγράφησαν βιωματικῶς εντός της

ερήμου, διά της γραφίδος η οποία ήτο εμποτισμένη από το καρδιακόν αίσθημα του Θαβωρείου φωτός.

Μέσα από την συσταύρωσιν εξεπήγαζεν η χαρά της αναστάσεως το «λύτρον πάσης λύπης» και από την ησυχίαν η κορυφαία μέθεξις εις τον πόνον της αλγούσης ανθρωπότητος. Καρπός της απομακρύνσεως εκ του κόσμου ήτο η κατά χάριν προσέγγισις του Θείου και δι' αυτής η βίωσις της εσωτερικής πληρότητος και η κοινωνία της ανυποκρίτου αγάπης μετά των ανθρώπων η οποία πολλάκις προσελάμβανεν θυσιαστικόν χαρακτήρα κατά το πρότυπον του Κυρίου.