

## Γιορτάζοντας την Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας

Η Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας γιορτάστηκε για πρώτη φορά το 1992, έχοντας ως στόχο την ενημέρωση κι ευαισθητοποίηση του κοινού γύρω από την ψυχική υγεία, όπως επίσης και την αντιμετώπιση του στίγματος και της κοινωνικής αποξένωσης. Κάθε χρόνο τέτοια μέρα, χιλιάδες υποστηρικτές ενώνουν τις φωνές τους προκειμένου να φέρουν στο φως ιστορίες γύρω από τις προκλήσεις τις ψυχικής υγείας και το πώς μπορούν να επηρεάσουν τη ζωή των ανθρώπων. Φέτος, η Παγκόσμια Ημέρα Ψυχικής Υγείας έρχεται σε μία χρονική περίοδο όπου η καθημερινότητά μας έχει αλλάξει πλέον δραστικά, λόγω της πανδημίας του COVID-19. Σε αυτό το πλαίσιο, το ευρωπαϊκό έργο "Mental Health Matters through Restorative Art" αποτελεί μια πολύ σημαντική πρωτοβουλία σε ό,τι αφορά την εφαρμογή θεραπευτικών μεθόδων που βασίζονται στην Τέχνη και στις αρχές της Αποκαταστατικής Δικαιοσύνης.

Η κύρια πηγή έμπνευσης για το έργο πηγάζει από το γεγονός ότι σε πολλές χώρες, οι προκλήσεις γύρω από την ψυχική υγεία αποτελούν την κύρια αιτία αναπηρίας. Άνθρωποι με ψυχικά νοσήματα κι ιδιαίτερα εκείνοι που διαμένουν σε δομές ψυχικής υγείας βρίσκονται στην πρώτη γραμμή των μη προνομιούχων κοινωνικών ομάδων, ενώ υποφέρουν επίσης από το κοινωνικό στίγμα και την περιθωριοποίηση. Έτσι, γίνεται αντιληπτό ότι υπάρχει μια προφανής ανάγκη για πιο σύγχρονες προσεγγίσεις, μέσω των οποίων θα γίνει περισσότερο κατανοητή η θέση του θεραπευόμενου, του θεραπευτή, αλλά και η μεταξύ τους σχέση εν γένει, με στόχο τη βελτίωση της ψυχικής κατάστασης του πρώτου, αλλά και την κοινωνική του ενσωμάτωση.

Στόχος του έργου "Mental Health Matters through Restorative Art" (MHM), είναι να απαντήσει σε αυτήν ακριβώς την ανάγκη, δημιουργώντας μια διατομεακή συνεργασία η οποία θα παρέχει καινοτόμες προτάσεις στο πεδίο της εκπαίδευσης ενηλίκων μέσω της δημιουργίας, πιλοτικής εφαρμογής και διάχυσης εκπαιδευτικού υλικού και εκπαιδευτικών εργαλείων για τις ανάγκες των επαγγελματιών ψυχικής υγείας, των ειδικών της αποκαταστατικής δικαιοσύνης και των θεραπευτών τέχνης στις χώρες που συμμετέχουν στο πρόγραμμα αλλά και σε ολόκληρη την Ευρώπη. Το έργο ξεκίνησε τον Νοέμβριο του 2019 και θα ολοκληρωθεί τον Οκτώβριο του 2021.

## Στόχοι του Έργου

Το MHM στοχεύει στη βελτίωση των δεξιοτήτων, των γνώσεων και των εμπειριών των επαγγελματιών ψυχικής υγείας. Ως κύρια εργαλεία, χρησιμοποιεί την τέχνη και τις αρχές της αποκαταστατικής δικαιοσύνης, ώστε να παρέχει ενημέρωση σε σχέση με την χρήση της τέχνης ως εργαλείο για ανακούφιση των ψυχικά ασθενών καθώς και την κοινωνική τους αποκατάσταση. Ο απώτερος στόχος είναι η δημιουργία καινοτόμων εργαλείων τα οποία θα ενισχύσουν τη φροντίδα όσων ζουν σε δομές ψυχικής υγείας με βάση μια μεθοδολογική προσέγγιση που συνδυάζει τα οφέλη της θεραπείας τέχνης με τις αξίες της αποκαταστατικής δικαιοσύνης. Τέλος, στο πλαίσιο του έργου θα δημιουργηθούν ηλεκτρονικά προγράμματα εκμάθησης για ενήλικες που θα ενισχύσουν τις δεξιότητες και τις γνώσεις τους, υποστηρίζοντας με αυτόν τον τρόπο τη δημιουργία νέων μεθόδων εκπαίδευσης και κατάρτισης, αλλά και την πρόσβασή τους σε αυτές.

## Εκπαιδευτικό πρόγραμμα: αποκαταστατική τέχνη σε δομές ψυχικής υγείας

Η αποκαταστατική δικαιοσύνη μπορεί να έχει πολύ μεγάλη και θετική επιρροή σε ψυχικά ασθενείς, σπάζοντας τη στερεοτυπική σχέση εξουσίας μεταξύ θεραπευτή και θεραπευόμενου και διευκολύνοντας την ανακούφισή τους αλλά και την κοινωνική τους ενσωμάτωση. Οι δυνατότητες και τα οφέλη της σύμπραξης της θεραπευτικής τέχνης με την αποκαταστατική δικαιοσύνη εξακολουθούν να μην είναι διαθέσιμα σε μορφή εκπαιδευτικού υλικού, αφήνοντας πολλούς ενήλικες μαθητές κι επαγγελματίες στο σκοτάδι. Είμαστε λοιπόν στην ευχάριστη θέση να ανακοινώσουμε ότι τη δεδομένη στιγμή, δουλεύουμε πάνω στη δημιουργία του εκπαιδευτικού μας προγράμματος με τίτλο: «Η αποκαταστατική τέχνη σε δομές ψυχικής υγείας», το οποίο αποτελεί και το δεύτερο παραδοτέο (IO2) του έργου MHM. Το πρόγραμμα αυτό θα υλοποιηθεί σε μορφή e-course και θα απευθύνεται σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας, συντονιστές μονάδων ψυχικής υγείας, φροντιστές, αλλά και σε οποιονδήποτε επαγγελματία στον τομέα της ψυχικής υγείας και της αποκαταστατικής δικαιοσύνης.

Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα στοχεύει στο να εισάγει τους επαγγελματίες της ψυχικής υγείας στις αξίες της αποκαταστατικής δικαιοσύνης και να τους προσφέρει μια μεθοδολογική προσέγγιση που συνδυάζει τη θεραπευτική διάσταση της τέχνης με αποκαταστατικές αξίες, ενώ παράλληλα αναδεικνύει την ίδια την τέχνη ως μέσο αποκατάστασης. Επιπλέον, οι ομάδες-στόχοι θα εκπαιδευτούν σε προσεγγίσεις θεραπευτικής τέχνης και στις ποικίλες εκφάνσεις που αυτές μπορεί να έχουν σε δομές ψυχικής υγείας, προς όφελος των ανθρώπων που αντιμετωπίζουν ψυχικές προκλήσεις.

Ο απώτερος σκοπός του εκπαιδευτικού προγράμματος είναι να οδηγήσει σε μια θεραπευτική διαδικασία, όπου υπάρχει το στοιχείο της αυτό-εκπροσώπησης, για τους ανθρώπους που διαμένουν σε δομές ψυχικής υγείας. Το εν λόγω παραδοτέο βασίζεται στα ευρήματα του πρώτου παραδοτέου του έργου (IO1), με τίτλο: "Training Manual: The use of restorative art in mental health structures". Το εκπαιδευτικό πρόγραμμα θα δοκιμαστεί σε όλες τις συμμετέχουσες χώρες αλλά και γενικά στην Ευρώπη. Επιπλέον, ο εταίρος RJ4ALL ως Φορέας Πιστοποίησης Συνεχούς Επαγγελματικής Ανάπτυξης, θα αναλάβει τη διαδικασία πιστοποίησης του προγράμματος.

# Mental Health Matters Through Restorative Art



## Βρείτε μας online

Επισκεφθείτε το <https://mentalhealthmatters.eu/> για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το πρόγραμμα, τα νέα και τις δραστηριότητές μας, αλλά και τις δημοσιεύσεις μας. Μείνετε συντονισμένοι για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις εκπαιδεύσεις και τα διαδικτυακά εργαλεία που θα αναπτυχθούν στη διάρκεια του προγράμματος.

Μπορείτε επίσης να μας βρείτε και στο facebook, ακολουθώντας το παρακάτω link: <https://www.facebook.com/MHMerasmus>. Μέσω της σελίδας μας, μπορείτε να έχετε πρόσβαση συνεχώς σε υλικό και νέα γύρω από την εξέλιξη του προγράμματος, όπως και γενικές ειδήσεις γύρω από το κομμάτι της θεραπευτικής επίδρασης της τέχνης στην ψυχική υγεία.

Η σύμπραξη για το έργο αποτελείται από 6 εταιρείους, τον συντονιστή Restorative Justice for All (HB) και 5 ακόμη οργανισμούς: Center for Social Innovation-CSI (Κύπρος), Κοινωνικές Συνεταιριστικές Δραστηριότητες Ευπαθών Ομάδων - ΕΔΡΑ (Ελλάδα), Lélekben Ottthon Közhasznú Alapítvány - LOKA (Ουγγαρία), Fundación INTRAS (Ισπανία) και την Ανωτάτη Σχολή Καλών Τεχνών - ΑΣΚΤ (Ελλάδα).