



ΤΕΙ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ  
ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ - ΜΕΣΟΛΟΓΓΙ

**Πτυχιακή εργασία**  
Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΚΡΙΣΗΣ  
ΣΤΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ

ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΜΠΕΚΑ

Μεσολόγγι 2014



ΤΕΙ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ  
ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ / ΜΕΣΟΛΟΓΓΙ

**Πτυχιακή εργασία**  
**Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΚΡΙΣΗΣ**  
**ΣΤΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ**

**ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΜΠΕΚΑ**

Μεσολόγγι 2014





ΤΕΙ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ  
ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ / ΜΕΣΟΛΟΓΓΙ

**Πτυχιακή εργασία**  
**Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΚΡΙΣΗΣ ΣΤΗ**  
**ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΩΝ**

**ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΜΠΕΚΑ**

ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ

ΚΡΟΚΙΔΑΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ

# Μεσολόγγι 2014

Η έγκριση της πτυχιακής εργασίας από το Τμήμα Διοίκησης Επιχειρήσεων/Μεσολογγίου του ΤΕΙ Δυτικής Ελλάδας δεν υποδηλώνει απαραίτητα και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα εκ μέρους του Τμήματος.



## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Ο αιώνας που μας πέρασε βαφτίστηκε «ψυχολογικός» κι αυτό λόγω του ιλιγγιώδους ρυθμού ανάπτυξης της «νεαρής» επιστήμης (ψυχολογία),η οποία σφράγισε καταλυτικά την εποχή μας.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας είχε αναφέρει ότι η κατάθλιψη θα είναι η δεύτερη νόσος παγκοσμίως ,το 2020 (μετά τα καρδία-αγγειακά νοσήματα).

Κατάθλιψη και όχι μόνο, φαίνεται να έχει επιφέρει η οικονομική κρίση των τελευταίων ετών, στη ψυχολογία των Ελλήνων. Τα εξαντλητικά οικονομικά μέτρα, το αβέβαιο μέλλον,η ανεργία,η φτώχεια,η μείωση της πολιτικής εμπιστοσύνης και η γενικότερη οικονομική αστάθεια που επικρατεί στη χώρα,δημιούργησαν στους περισσότερους Έλληνες ψυχολογικά προβλήματα (πολλές φορές με άσχημο τέλος),τα οποία με τη σειρά τους προκάλεσαν σε αρκετούς σοβαρά προβλήματα υγείας.

Η «ιστορία» της κρίσης ξεκινά από τις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής το 2007,κυρίως λόγω αδυναμίας εξυπηρέτησης των στεγαστικών δανείων και επεκτάθηκε σιγά-σιγά σε ολόκληρο τον κόσμο φέροντας δραματικές επιπτώσεις στο τραπεζικό σύστημα και στις επιχειρήσεις.Στην Ελλάδα,τα πρώτα σημάδια παρατηρήθηκαν το 2008 εξαιτίας του Δημοσίου χρέους.Η κρίση ήρθε στην Ελλάδα μέσω Γερμανίας (καθώς είναι η μεγαλύτερη αγορά των ελληνικών προϊόντων των Βαλκανίων),όχι όμως με τη ίδια ένταση που παρατηρήθηκε σε άλλες χώρες της Ευρώπης,λόγω διαφορετικής δομής της οικονομίας της.

Κανείς δε γνωρίζει τη πορεία και τη διάρκεια της ελληνικής οικονομικής κρίσης,όσο αυτή θα σχετίζεται εν μέρει με την κρίση στη στρατηγική του ευρώ.Αυτό που μπορεί να γνωρίζει κάποιος είναι ότι όσο υπάρχει κρίση τόσο θα αυξάνονται τα ψυχολογικά προβλήματα στην ελληνική κοινωνία,λόγω των σοβαρών οικονομικών και κοινωνικών συνεπειών της.Όσο δε βρίσκονται λύσεις για την κοινωνία και για το κάθε άτομο ξεχωριστά αλλά αντιθέτως αυξάνονται τα μέτρα λιτότητας,τόσο θα αυξάνονται τα καταθλιπτικά περιστατικά που οδηγούν τον μέσο Έλληνα στη θλίψη,στη στεναχώρια,στην ανασφάλεια,στην απομόνωση και δυστυχώς πολλές φορές και στην αυτοκτονία.Η φτώχεια αρρωσταίνει,τρελαίνει και καταθλίβει,αυτό είναι που πρέπει να γίνει αντιληπτό από όλους,πάσχοντες και μη.

Η απώλεια της ελπίδας στην Ελλάδα του Δ.Ν.Τ είναι ο μέγας υπονομευτής της ψυχικής υγείας,με βαρύτερες συνέπειες στη καθημερινή ζωή των Ελλήνων.

## ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

Περίληψη.....	iv
Πίνακας Περιεχομένων.....	v-vi
Κατάλογος Πινάκων.....	vii
Κατάλογος Διαγραμμάτων.....	viii
Συνομογραφίες.....	ix
Απόδοση Όρων.....	x
Εισαγωγή.....	xi
1 Εν Αρχή ην... η κρίση.....	1
1.1 Το φαινόμενο κρίση.....	1
1.2 Οικονομική κρίση και Ελλάδα.....	2
1.3 Η Ελλάδα εκπέμπει SOS.....	2
1.4 Κοινωνικές Συνέπειες.....	3
2 Ψυχολογία σε κρίση.....	4
2.1 Ψυχολογικά Προβλήματα και Κοινωνία.....	4
2.2 Κρίση και άντρας.....	7
2.2.1 Κρίση και άντρας και βία.....	8
2.3 Οικονομική κρίση και γυναίκα.....	12
2.3.1 Κρίση ,γυναίκα και βία.....	13
2.4 Οικονομική κρίση και παιδιά- έφηβοι.....	15
2.5 Οικογένεια σε κρίση.....	17
3 Από την εργασία... στην ανεργία.....	19
3.1 Ψυχολογικές επιπτώσεις της ανεργίας.....	19
4 Αυτοκτονία.....	23
5 Υπάρχει λύση στη κρίση.....	31
Επίλογος- Συμπεράσματα.....	33



Βιβλιογραφία.....	36
Παραρτήματα.....	38
Παράρτημα 1.....	38
Παράρτημα 2.....	40
Πνευματικά Δικαιώματα.....	42

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΠΙΝΑΚΩΝ

Πίνακας 1 : Μέσο ετήσιο ποσοστό ανεργίας.....	19
Πίνακας 2 : Αυτοκτονίες την περίοδο 2009-2012.....	26
Πίνακας 3 : Προφίλ αυτοχειρών.....	27

## ΚΑΤΑΛΟΓΟΣ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΩΝ

Διάγραμμα 1 : Ποσοστά ειδών βίας.....	8
Διάγραμμα 2 : Συναισθήματα βίαιων ανδρών.....	10

## ΣΥΝΤΟΜΟΓΡΑΦΙΕΣ

Η.Π.Α:	Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής
Ε.Ε:	Ευρωπαϊκή Ένωση
Ε.Κ.Τ:	Ευρωπαϊκή Κεντρική Τράπεζα
Φ.Π.Α:	Φόρος Προστιθέμενης Αξίας
ΕΛ.ΣΤΑΤ:	Ελληνική Στατιστική Αρχή
ΕΚΑΒ:	Εθνικό Κέντρο Άμεσης Βοήθειας
ΕΠΨΥ:	Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγείας

## ΑΠΟΔΟΣΗ ΟΡΩΝ

S.O.S	Save Our Souls – (Μετάφραση : Σώστε τις ψυχές μας)
Alzheimer	Όνομα μορφής άνοιας
Metron Analysis	Εταιρεία Δημοσκόπησης
Centre European Studies	Κέντρο Ευρωπαϊκών Σπουδών
Hanns Seidel Foundation	Όνομα γερμανικού ιδρύματος
Shopping Therapy	Αγοραθεραπεία
Ego Ideal	Όνομα Ελληνικού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγείας

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η πτυχιακή μου εργασία ασχολείται με το ζήτημα της επιρροής της ελληνικής οικονομικής κρίσης στη ψυχολογία του μέσου Έλληνα. Επέλεξα αυτό το θέμα, οικονομικού-ψυχολογικού-κοινωνικού χαρακτήρα, καθώς η οικονομική κρίση που έχει εμφανιστεί στη χώρα μας από τις αρχές του 2008, έχει εισβάλλει και έχει επηρεάσει τις ζωές όλων των Ελλήνων.

Αν παρατηρήσει κάποιος τις καθημερινές συζητήσεις του μέσου Έλληνα, σε όλες σίγουρα θα ακουστούν από μία φορά οι λέξεις κρίση, ανεργία, χρήματα ενώ η γενικότερη αίσθηση που αφήνουν σε κάποιο εξωτερικό παράγοντα, αυτές οι συζητήσεις, είναι αυτή της θλίψης, της απογοήτευσης και της ανημποριάς. Οι περισσότεροι έχουν χάσει το κέφι, τη ζωντάνια τους, τη διάθεσή τους για να παλέψουν όλα αυτά που τους συμβαίνουν, είναι χαμένοι σε ένα δικό τους κόσμο στον οποίο κυριαρχούν μόνο άσχημες σκέψεις για το αβέβαιο οικονομικό παρόν και μέλλον. Η κρίση όπως φαίνεται δεν έχει αφήσει κανέναν ανεπηρέαστο, είτε αυτό συμβαίνει σε μικρό βαθμό είτε σε μεγάλο. Βέβαια, όπως προκύπτει από διάφορες επιστημονικές έρευνες, αυτοί που θα επηρεαστούν σε μεγαλύτερο βαθμό από τις συνέπειες που αφήνει στο πέρασμά της η κρίση, είναι οι ασθενέστεροι ψυχολογικά.

Σκοπός αυτής της πτυχιακής εργασίας είναι να αναδείξει τις ψυχολογικές συνέπειες, μέσα από τα κοινωνικά προβλήματα που έχουν προκύψει από τα μέτρα λιτότητας. Να καταλάβουν όλοι σε τι βαθμό έχει επηρεαστεί ψυχολογικά η κοινωνία και τι συναισθήματα κυριαρχούν στην ψυχή των Ελλήνων.

Στο πρώτο κεφάλαιο, γίνεται μια γενικότερη αναφορά στην εμφάνιση και στο διαδοχικό πέρασμα της οικονομικής κρίσης από την Αμερική προς τις χώρες της Ευρώπης και τέλος στην Ελλάδα αλλά και στις κοινωνικές συνέπειες που προκάλεσε.

Το δεύτερο κεφάλαιο ασχολείται με την εμφάνιση των ψυχολογικών προβλημάτων που έχουν προκύψει στην κοινωνία, ενώ επίσης αναφέρεται ξεχωριστά στο κάθε φύλο και στο βαθμό που το έχει επηρεάσει το καθένα αλλά και στη κρίση της ελληνικής οικογένειας.

Το τρίτο κεφάλαιο αναφέρεται στον κοινωνικό και κυρίως ψυχολογικό αντίκτυπο της συνεχώς αυξανόμενης ανεργίας, καθώς είναι ένα από τα σημαντικότερα κοινωνικά προβλήματα που έχουν προκύψει και δεν θα μπορούσε να μην συμπεριληφθεί εφόσον επηρέασε και συνεχίζει να επηρεάζει τις ζωές όλων των Ελλήνων.

Στο τέταρτο κεφάλαιο παρουσιάζεται το «φαινόμενο» της αυτοκτονίας από την εμφάνιση της κρίσης στη χώρα μας μέχρι σήμερα, ένα γεγονός που έχει πάρει τεράστιες διαστάσεις και που τα περιστατικά του λαμβάνουν χώρα σε καθημερινή βάση.

Στο πέμπτο και τελευταίο κεφάλαιο ,δίνονται διάφορες λύσεις και για το κάθε άτομο ξεχωριστά αλλά και για ολόκληρη την ελληνική κοινωνία,για να μπορέσει ο καθένας να βρει την προσωπική του ηρεμία και γαλήνη αλλά και για να βρει τρόπους για να παλέψει για ένα καλύτερο μέλλον.

Το περιεχόμενο της Πτυχιακής Εργασίας δεν απηχεί απαραίτητα τις απόψεις του Τμήματος ή της Επιτροπής που την ενέκρινε.

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

## «ΕΝ ΑΡΧΗ ΗΝ...Η ΚΡΙΣΗ»

### 1.1 ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ ΚΡΙΣΗ

Όταν η οικονομία μιας χώρας χαρακτηρίζεται από μια διαρκή και αισθητή μείωση της οικονομικής της δραστηριότητας, όλα δηλαδή τα μακροοικονομικά μεγέθη της χώρας- απασχόληση, τιμές, επενδύσεις- τότε βρίσκεται σε οικονομική κρίση.

Αρχικά, το φαινόμενο αυτό παρατηρήθηκε στις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής και τη Μεγάλη Βρετανία από το 2<sup>ο</sup> εξάμηνο του 2006. Στην περίπτωση της Αμερικής, το «κακό» ξεκίνησε από το τραπεζικό της σύστημα, καθώς υπήρξε αδυναμία αποπληρωμής των στεγαστικών δανείων από τους δανειολήπτες, με αποτέλεσμα να χρεοκοπήσουν οι τράπεζες και να μειωθεί η εμπιστοσύνη στο χρηματοοικονομικό σύστημα της χώρας. Ένα από τα τραγικά λάθη των Η.Π.Α στον πιστωτικό της τομέα, ήταν το ότι δεν υπήρχε διασφάλιση σειράς κριτηρίων που αφορούν την αξιολόγηση της πιστοληπτικής ικανότητας των δανειοληπτών. Έπειτα, για αρκετά χρόνια οι εισαγωγές ήταν πιο πολλές από τις εξαγωγές. Επίσης, η κακή πορεία της οικονομίας των Η.Π.Α και η αύξηση του Δημοσίου χρέους οφείλεται σε μεγάλο βαθμό στις τεράστιες δαπάνες εξοπλισμών έτσι ώστε να αποτελεί μια στρατιωτική υπερδύναμη και στους πολυδάπανους πολέμους στο Αφγανιστάν και του Ιράκ. Ως γνωστόν, οι δαπάνες εξοπλισμού δεν είναι παραγωγικές και «χάνονται» γρήγορα λόγω της διαρκούς ανάπτυξης της στρατιωτικής τεχνολογίας.

Η κρίση μεταδίδεται διαδοχικά σε όλες τις χώρες του κόσμου καθώς όλες αποτελούν μια αγορά και αλληλοεξαρτώνται η καθεμία από την άλλη. Ως πρώτες σοβαρές συνέπειες, η μείωση εισοδήματος και η ανεργία μεταδίδονται στις χώρες από τις οποίες η εν κρίση χώρα εισάγει πολλά προϊόντα και υπηρεσίες.

Επειδή η κρίση ξεκίνησε από μια χώρα όπως οι Η.Π.Α που έχει τεράστιο πληθυσμό και υψηλά εισοδήματα, γι' αυτό και η κρίση έγινε διεθνής και επηρέασε αισθητά όλο τον κόσμο και κυρίως τη χώρα μας, την Ελλάδα.



## **1.2 Οικονομική κρίση και Ελλάδα**

Η οικονομική κρίση, δεν ήρθε στη χώρα μας με την ένταση που μεταδόθηκε στις υπόλοιπες ευρωπαϊκές χώρες καθώς, οι ελληνικές τράπεζες δεν είχαν καμία σχέση με τα επικίνδυνα

(στεγαστικά) δάνεια της Αμερικής και αν και είχε ήδη εμφανιστεί η κρίση στις Η.Π.Α από το 2006, στην Ελλάδα συνεχίστηκαν οι ανεγέρσεις κτηρίων, η αξία δεν μειώθηκε σοβαρά αλλά, περιορίστηκαν οι εξαγωγές στις υπό κρίση χώρες.

Το πρόβλημα στη χώρα μας ξεκινάει ουσιαστικά από το 1974, τότε που η χώρα μας δανειζόταν υπέρογκα ποσά, διογκώνοντας έτσι το δημόσιο χρέος της, αποκρύπτοντας δαπάνες και φτάνοντας στο 2009, το χρέος της Ελλάδας στα 298 δις ευρώ.

## **1.3 Η Ελλάδα εκπέμπει.....S.O.S**

Στα μέσα του 2010, μετά την αποκάλυψη ότι το δημοσιονομικό έλλειμμα της Ελλάδας έκλεισε το 2009 σε πολύ υψηλά επίπεδα από αυτά που θα το καθιστούσαν βιώσιμο, η κυβέρνηση αδυνατώντας να μειώσει τις δαπάνες μέσα από τη λήψη μέτρων και με τον κίνδυνο της στάσης πληρωμών του Δημοσίου τομέα να παραμονεύει, προσπαθεί να χρηματοδοτηθεί με λογικά επιτόκια από τις ξένες αγορές. Αυτό, κρίνεται αδύνατο, καθώς έχει μειωθεί η αξιοπιστία της αγοράς στις διεθνείς αγορές.

Για να καλυφθεί η δανειακή ανάγκη της χώρας, υπογράφεται τον Μαΐο του 2010 το πρώτο Μνημόνιο με το Διεθνές Νομισματικό Ταμείο, την Ε.Ε και την Ε.Κ.Τ και λαμβάνονται τα πρώτα μέτρα λιτότητας. Για την εξυγίανση των οικονομικών της χώρας, μειώνονται όλοι οι μισθοί, οι συντάξεις και διάφορα επιδόματα περικόπτονται αισθητά και αυξάνεται ο Φ.Π.Α.

Παρά τα ήδη αυστηρά μέτρα, τον Ιούνιο του 2011 ψηφίζεται το Μεσοπρόθεσμο πρόγραμμα, το οποίο συμπεριλαμβάνει νέα μέτρα λιτότητας και περισσότερες περικοπές. Κι ενώ ο ελληνικός λαός προσπαθεί να συνειδητοποιήσει το μέγεθος της οικονομικής καταστροφής και περιμένοντας να ξυπνήσει από το «κακό όνειρο», έρχονται συνεχώς στο φως στοιχεία πολιτικής διαφθοράς και όχι μόνο που καθιστούν αδύνατη τη σωτηρία της χώρας.

Ανεξέλεγκτοι διορισμοί,πελατειακές σχέσεις χρόνων,ρουσφέτια και «φακελάκια»,μίξεις εκατομμυρίων,απάτες σε επιδόματα αναπηρίας,απολαβές συντάξεων θανόντων,φοροδιαφυγή και ανυπολόγιστες κρατικές σπατάλες είναι μόνο οι τίτλοι από τα σκάνδαλα που οδήγησαν τη χώρα στην καταστροφή,τον Έλληνα στην ανοχή και την ψυχολογία του στα «σύνορα» της κατάθλιψης.

#### **1.4 Κοινωνικές συνέπειες**

Μέσα από όλη αυτή τη χαώδη κατάσταση,ο μέσος Έλληνας καλείται να αποδεχτεί τα σκληρά μέτρα λιτότητας,τις περικοπές του κατώτατου μισθού,τους φόρους και τα αδιανόητα «χαράτσια»,καλείται να «ζήσει» ένα χρεωμένο μέλλον αυτός και τα παιδιά του.

Η ανεργία,ειδικά στους νέους,σκαρφαλώνει σταδιακά στα ύψη,οι τιμές των προϊόντων αυξάνονται,ενώ παρατηρείται ότι το 40% των Ελλήνων (κυρίως συνταξιούχοι) αρχίζουν να συμμετέχουν στα συσσίτια,μη μπορώντας να εξασφαλίσουν την καθημερινή τους τροφή.Οι περισσότεροι αδυνατούν να πληρώσουν τα καθημερινά βιοποριστικά τους έξοδα,καθώς βρίσκονται στα όρια της φτώχειας,πόσο μάλλον τις ληξιπρόθεσμες οφειλές τους προς το Δημόσιο και τις τράπεζες.Οι κοινωνικές συνέπειες του «φαινομένου» με το όνομα κρίση είναι τεράστιες.Αρχικά,επηρεάζεται ο τομέας της Υγείας (σωματικά,ψυχολογικά και κοινωνικά) ένα από τα βασικότερα αγαθά του ανθρώπου.Στη συνέχεια, η συμπεριφορά του ατόμου,καθώς το άγχος για το αβέβαιο οικονομικό μέλλον του δημιουργούν ανασφάλεια και φόβο και σαν τελικό αποτέλεσμα θυμό για όσα καλείται να αντιμετωπίσει.Επίσης,η οικονομική κρίση προκάλεσε προβλήματα στις διαπροσωπικές,όπως είναι ο κοινωνικός αποκλεισμός,καθώς λόγω οικονομικών δυσκολιών,ο μέσος Έλληνας αδυνατεί να συμμετάσχει σε παλαιότερες δραστηριότητες που τον ευχαριστούσαν.Δημιούργησε έριδες στο οικογενειακό περιβάλλον λόγω δυσλειτουργικού χειρισμού των οικονομικών καταστάσεων της οικογένειας εξαιτίας του άγχους και των αρνητικών σκέψεων.Ακόμα,παρατηρείται αύξηση της βίας και της εγκληματικότητας καθώς για να επιβιώσουν θα προβούν σε εγκληματικές πράξεις.Η ανεργία και η γενικότερη οικονομική αστάθεια θα προκάλεσαν στους Έλληνες διάφορα ψυχολογικά προβλήματα τα οποία σε αρκετές περιπτώσεις θα οδηγήσουν σε ακραίες καταστάσεις,όπως είναι αυτή της αυτοκτονίας...

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

### ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ.....ΣΕ ΚΡΙΣΗ

#### 2.1 Ψυχολογικά προβλήματα και κοινωνία

Ο «συναγερμός» της ψυχολογικής κατάρρευσης του Έλληνα έχει σημάνει από την εμφάνιση της κρίσης στη χώρα μας. Πολλοί είδαν εν μια νυκτί να καταστρέφονται οι περιουσίες τους, να κλείνουν οι επιχειρήσεις τους, να μένουν χωρίς δουλειά και να αναρωτιούνται ποια θα είναι η συνέχεια...

Είναι γεγονός ότι η ζωή και η ψυχολογία του σύγχρονου ανθρώπου βασίζεται πάνω στην εκάστοτε οικονομική του κατάσταση. Έτσι, όπως είναι φυσικό, με την εμφάνιση της κρίσης επηρεάστηκε σοβαρά η ζωή όλων των Ελλήνων. Το μέλλον αρχίζει να διαγράφεται αβέβαιο μπροστά τους και η χώρα πολιορκείται οικονομικά από όλες τις πλευρές.

Σταδιακά, κάνουν την εμφάνισή τους διάφορα πολιτικά σκάνδαλα, τα οποία ως φαίνεται ευθύνονται για την οικονομική κατάρρευση της χώρας. Οι Έλληνες παύουν να έχουν εμπιστοσύνη στους θεσμούς και στις πολιτικές ηγεσίες και αισθάνονται προδομένοι εθνικά. Ο θυμός και η οργή του λαού αρχίζει να μεγαλώνει και οι συγκεντρώσεις έξω από τη Βουλή των Ελλήνων γίνονται πλέον καθημερινό φαινόμενο.

Ο κόσμος αισθάνεται ανασφάλεια, απόγνωση και φόβο για το αβέβαιο οικονομικό παρόν και μέλλον. Πολλοί αντιμετωπίζουν την καθημερινή επιβίωση και τα έξοδα που «τρέχουν» με δυσκολία. Το άγχος, οι κρίσεις πανικού και η κατάθλιψη περιλαμβάνονται από την αρχή της κρίσης στη καθημερινότητα του μεγαλύτερου ποσοστού των Ελλήνων.

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, στις σύγχρονες εποχές, η κατάθλιψη προκαλείται από την φτώχεια, την ανεργία και από την περιορισμένη πρόσβαση στην Υγεία, δηλαδή όλα όσα κυριαρχούν τα τελευταία επτά χρόνια στη χώρα μας.

Δεν είναι δύσκολο να φανταστεί κάποιος πως μπορεί να αισθάνεται ένα άτομο το οποίο βρίσκεται σε οικονομική δυσχέρεια. Και πριν από την εμφάνιση της οικονομικής κρίσης στη χώρα μας, όλοι κάποια στιγμή στη ζωή τους είχαν περάσει μια οικονομική δυσκολία είτε απλή είτε πιο σοβαρή. Το πως κρίνει ο καθένας την οικονομική δυσκολία είναι σχετικό, καθώς η προσωπικότητα, η ζωή και η ψυχολογία του κάθε ατόμου είναι φυσικά διαφορετική.

Ένα απλό παράδειγμα «απλής» οικονομικής στενότητας που σε γενικό βαθμό το έχει ζήσει η πλειοψηφία είναι ο περιορισμός στα έξοδα και των αγορών και της διασκέδασης, λόγω λανθασμένου υπολογισμού του μηνιαίου μισθού και των μηνιαίων εξόδων. Και σε αυτές λοιπόν, τις «απλές» περιπτώσεις οικονομικής στενότητας, που προ κρίσης μπορούσαν να συμβούν στον καθένα, αμέσως η ψυχολογία του Έλληνα επηρεαζόταν σημαντικά με άσχημα συναισθήματα, καθώς ο ελληνικός λαός έχει από τη φύση του μια ροπή προς τη συνεχή διασκέδαση και καλοπέραση.

Η ελληνική οικονομική κρίση κατάφερε να επηρεάσει όλους τους κοινωνικούς τομείς.

Πρώτα απ' όλα, τον τομέα της Υγείας. Πολλοί παραμέλησαν την υγεία τους διακόπτοντας τις επισκέψεις τους στους γιατρούς, αποφεύγοντας τα έξοδα στις φαρμακευτικές αγωγές και έδειξαν περισσότερη προσοχή σε κάποιο άλλο τομέα που θεώρησαν πιο σημαντικό. Αυτό είχε ως αποτέλεσμα, σύμφωνα με την Εθνική Σχολή Δημόσιας Υγείας την πρόκληση σοβαρών ασθενειών όπως κάρδιο-αγγειακά νοσήματα, καρκίνο, διαβήτη, ψυχικά νοσήματα, άνοια και Alzheimer.

Άλλοι, μπορεί να το επιθυμούσαν αλλά δεν είχαν πρόσβαση στην Υγεία, είτε οικονομική είτε ασφαλιστική. Το μεγαλύτερο πλήγμα το έχουν δεχτεί κυρίως οι συνταξιούχοι και οι καρκινοπαθείς λόγω των συνεχών περικοπών των συντάξεων και των επιδομάτων τους και με την παράλληλη αύξηση των τιμών των φαρμάκων αδυνατούν να αγοράσουν τα απαραίτητα καθημερινά τους φάρμακα, με τραγικές συνέπειες στην υγεία και τη ψυχολογία τους. Άτομα τέτοιας ηλικίας αλλά και με σοβαρά νοσήματα, διακατέχονται από απελπισία, από επίμονη θλίψη και δυστυχία καθώς δεν μπορούν να φροντίσουν και να διαφυλάξουν το βασικότερο αγαθό τους.

Ο δεύτερος τομέας που προκάλεσε και τα περισσότερα ψυχολογικά προβλήματα στη ζωή του σύγχρονου Έλληνα, είναι αυτός της εργασίας-απασχόλησης. Ο κόσμος άρχισε σταδιακά να περιορίζει τις εξόδους του στα κέντρα διασκέδασης λόγω οικονομικής στενότητας, έτσι ο τζίρος πολλών επιχειρήσεων άρχισε να μειώνεται και πολλές από αυτές οδηγήθηκαν στην αναπόφευκτη πτώχευση και στο κλείσιμο. Τα συμπτώματα που παρατηρούνται στους επιχειρηματίες αυτών των περιπτώσεων, καθ' όλη τη διάρκεια της οικονομικής τους δυσχέρειας, είναι απελπισία, επίμονο άγχος, αίσθηση απώλειας ελέγχου, αισθήματα ενοχής και

χαμηλής αυτοεκτίμησης,απώλεια ενέργειας,κρίσεις πανικού,αϋπνίες και ιατρικά προβλήματα που δεν υποχωρούν παρά τη φαρμακευτική αγωγή.

Η κατάρρευση των επιχειρήσεων,όπως ήταν φυσικό,επηρέασε αρνητικά και τις θέσεις εργασίας.Η ανεργία,κυρίως στους νέους,αυξήθηκε κατακόρυφα.Αλλά και όσοι παρέμειναν εργασιακά ενεργοί δέχτηκαν σοβαρές περικοπές στο βασικό τους μισθό και στα εργασιακά τους δικαιώματα.Όλη αυτή η κατάσταση οδήγησε και συνεχίζει να οδηγεί και τις δυο περιπτώσεις (απασχολούμενοι και άνεργοι) στα όρια της ψυχολογικής κατάρρευσης,με το μεγαλύτερο ποσοστό να ανήκει σε νέους και σε οικογενειάρχες.Ειδικότερα,οι νέοι διακατέχονται εύκολα λόγω του ευερέθιστου της ηλικίας τους από οργή και θυμό και στη συνέχεια από απελπισία και άγχος για ένα μέλλον το οποίο δεν είναι έτσι όπως το είχαν φανταστεί.

Ένας τελευταίος τομέας που υπέστη σοβαρό κλονισμό λόγω κρίσης είναι αυτός της κοινωνικής ζωής και δράσης.Το μεγαλύτερο ποσοστό των Ελλήνων που επλήγησαν οικονομικά άρχισε να έχει προβλήματα στις διαπροσωπικές του σχέσεις.Δεν είναι λίγοι εκείνοι που απομονώθηκαν κοινωνικά και που πολλές φορές κλείστηκαν σιγά-σιγά στον εαυτό τους.Ο φόβος και η αγωνία επηρέασαν τις σχέσεις όλων των ειδών.Η πολύτιμη έρευνα της Metron Analysis σε συνεργασία με τον Centre European Studies και το Hanns Seidel Foundation,κατά τη χρονική διάρκεια Δεκέμβριος 2011 έως Δεκέμβριος 2012 και με τη συμμετοχή 1001 ατόμων άνω των 18 ετών,μας δείχνει ωμά,καθαρά και αναλυτικά τη ψυχολογία του μέσου Έλληνα εν μέσω κρίσης.

Τα αποτελέσματα της έρευνας είναι τα εξής:

- Το 1/3 αξιολογεί τη ζωή του με βαθμό «κάτω από τη βάση»
- Οι 8/10 νιώθουν καθημερινά άγχος και ανησυχία
- 1/3 νοικοκυριά δεν μπορεί να ανταποκριθεί στις υποχρεώσεις του
- Το 43% πιστεύει ότι η ζωή του θα είναι χειρότερη σε 5 χρόνια
- Το 67% θεωρεί ότι τα πράγματα θα χειροτερέψουν.
- Το 47% πιστεύει ότι θα ζήσει χειρότερα από την προηγούμενη γενιά
- Το 48% δηλώνει απώλεια εισοδημάτων πάνω από 30%
- Και τέλος το 27% σκέφτεται τη μετανάστευση

Από την παραπάνω έρευνα, μπορεί κάποιος να συμπεράνει ότι οι Έλληνες έχουν μάθει να ζουν πλέον με τη κρίση και να αντιμετωπίζουν τις δυσκολίες που προκύπτουν. Εκείνο όμως με το οποίο δε μπορούν να πορευτούν είναι η ανησυχία για το μέλλον. Η οικονομική αβεβαιότητα τους αποσταθεροποιεί περισσότερο περισσότερο κι από τις δυσκολίες. Επίσης, η κοινωνική κινητικότητα βαδίζει με ρυθμούς οπισθοδρόμησης και όχι προόδου, γι' αυτό και οι νέοι αισθάνονται κοινωνικά αποκλεισμένοι και έχουν ως μόνο μέσο διαφυγής από το αδιέξοδο τη μετανάστευση στο εξωτερικό ή σε κάποια άλλη περιοχή της χώρας.

«Η Ελλάδα του Μνημονίου τείνει να μεταμορφωθεί σε μια χώρα θλίψης, θυμού και απελπισίας και βυθιζόμενος στη κατάθλιψη δεν έχεις τίποτα να περιμένεις...»<sup>1</sup>.

## 2.2 Κρίση και άντρας

Η οικονομική κρίση καθώς φαίνεται έχει επηρεάσει διαφορετικά το κάθε φύλο. Η ψυχολογία του άντρα επηρεάζεται σοβαρά από την κρίση καθώς εκτός από την κοινωνία έχει συνδέσει και ο ίδιος την αυτοεικόνα του με το επάγγελμα και την οικονομική του δύναμη. Λόγω κρίσης, νιώθει λιγότερο δυναμικός για να διεκδικήσει αυτά που θέλει από τη ζωή του. Οι άντρες πιέζονται πιο πολύ ψυχολογικά καθώς έχουν στις «πλάτες» τους την ευθύνη της συντήρησης της οικογένειας (γονείς, συντρόφους, συζύγους, παιδιά). Από αρχαιοτάτων χρόνων, ο άνδρας ήταν αυτός που δούλευε μέσα στην οικογένεια και έφερνε τα χρήματα στο σπίτι. Βέβαια, αυτό το στερεότυπο έχει αλλάξει τις τελευταίες δεκαετίες μετά την είσοδο των γυναικών στο τομέα της εργασίας. Δεν παύει όμως η ανδρική απασχόληση να είναι ριζωμένη βαθιά στα θεμέλια της ελληνικής οικογένειας.

Το σημαντικό ποσοστό των 4 στους 10 άνδρες αισθάνονται έντονη εργασιακή ανασφάλεια, ενώ τα επίπεδα του άγχους, του στρες και της κατάθλιψης παραμένουν αρκετά υψηλά. Ελάχιστοι από αυτούς μιλούν γι' αυτό που τους συμβαίνει, δεν εκδηλώνουν τα συναισθήματά τους και δεν προσφεύγουν σε κάποιο ειδικό για βοήθεια.

<sup>1</sup> Τσαλίκου, Φ. (2011) Το μέλλον ανήκει στην έκπληξη. Αθήνα, Καστανιώτη σ.33

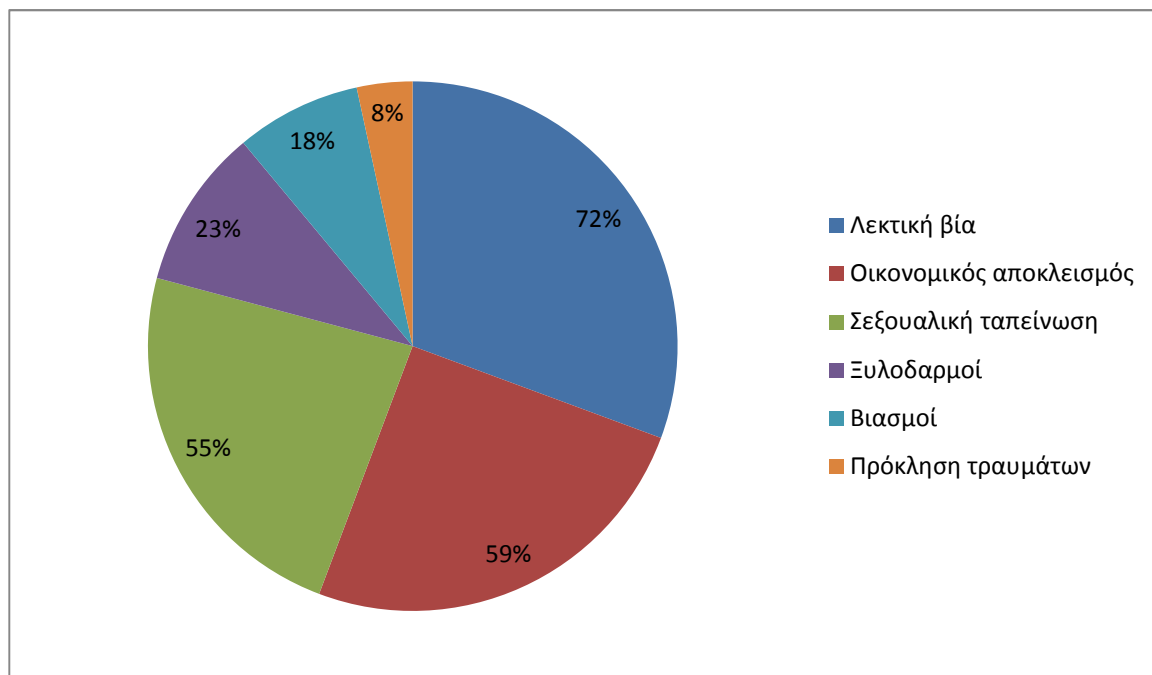
## 2.2.1 Κρίση + άνδρας = Βία

Η κρίση και ανεργία ωθεί τους άνδρες στην ενδοοικογενειακή βία, ψυχολογική, λεκτική και σωματική. Η έρευνα του Πανεπιστημίου Αθηνών μας δείχνει πως το 20% των ανδρών πίνει πάνω από τρία αλκοολούχα ποτά την ημέρα, για να ανταπεξέλθει στις οικονομικές δυσκολίες.

Το σύνηθες προφίλ των βίαιων ανδρών είναι αυτό των ανέργων ή με έντονο εργασιακό στρες με ηλικία πάνω από 40 ετών, με πιεστικές οικονομικές υποχρεώσεις και με «κουρεμένη» σεξουαλική δραστηριότητα.

Σύμφωνα με έρευνα μέσα από 1000 τηλεφωνήματα ανώνυμων συνεντεύξεων σε 600 άνδρες και 400 γυναίκες, τα κρούσματα βίας (λεκτική, ψυχολογική, σωματική) έχουν αυξηθεί κατά 47% κατά την περίοδο της κρίσης, με τα περισσότερα θύματα να ανήκουν στο γυναικείο πληθυσμό και με 1/3 γυναίκες να είναι θύμα ξυλοδαρμού.

**Διάγραμμα 1 : Ποσοστά ειδών βίας**



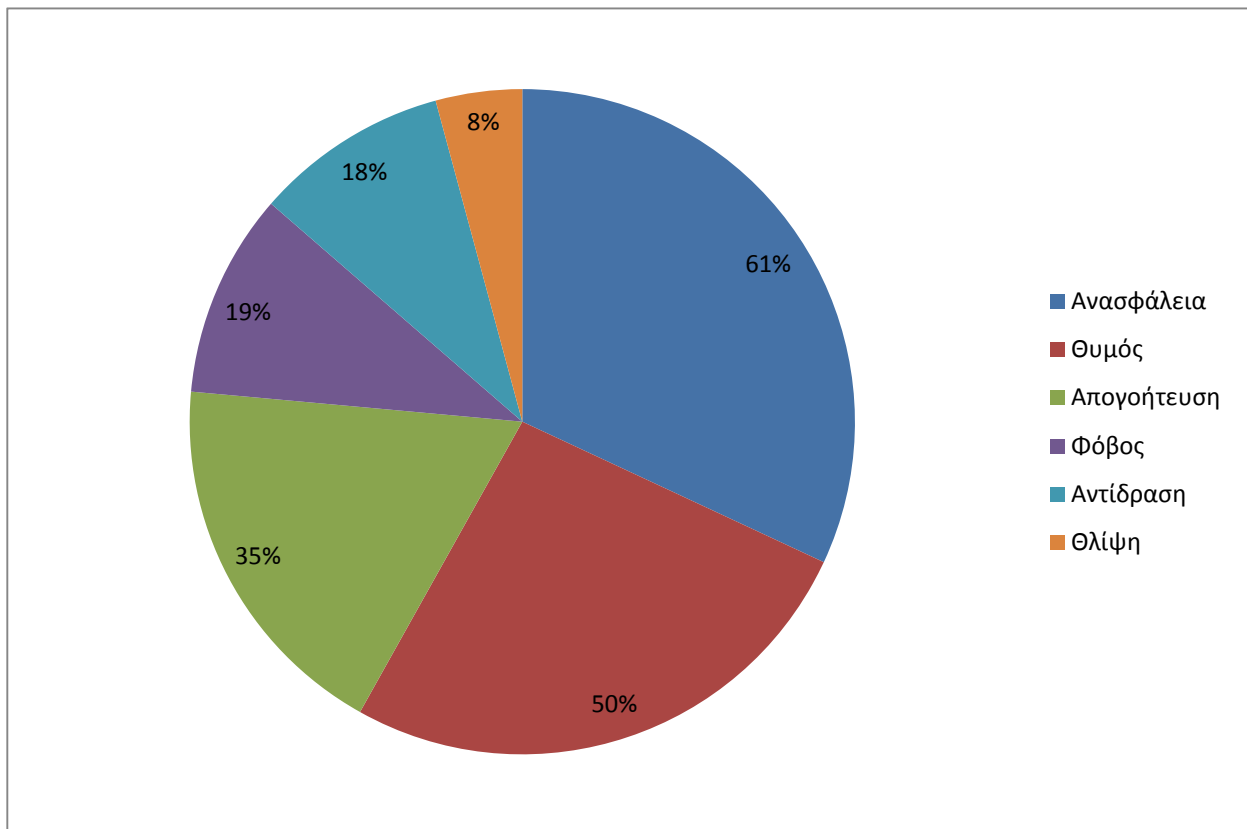
Όπως παρατηρείται από το παραπάνω διάγραμμα, τα ποσοστά βίας που προκαλούνται από τον ανδρικό πληθυσμό είναι ιδιαίτερος ανησυχητικά.

Φαίνεται ότι η οικονομική κρίση έχει δημιουργήσει ένα εχθρικό ανδρικό πρότυπο που λόγω οικονομικών δυσκολιών ξεσπά με όποιο τρόπο μπορεί απέναντι σε εκείνους που δεν φταίνε. Η λεκτική βία μπορεί να προκαλέσει βαρύτατο ψυχολογικό πλήγμα και αισθήματα κατωτερότητας σε αυτόν που τη δέχεται και έτσι να συνεχίζεται ο φαύλος κύκλος της κατάθλιψης. Με τον οικονομικό αποκλεισμό το άτομο που περιορίζεται οικονομικά, παύει να νιώθει άνετα και ελεύθερα, καθώς δεν έχει την οικονομική δυνατότητα να αγοράσει αυτά που θέλει και να φέρει εις πέρας όλες του τις υποχρεώσεις και εκτός αυτού είναι ψυχολογικά ψυχοφθόρο να αναγκάζεσαι να ζητάς καθημερινά χρήματα για τα απαραίτητα και πολλές φορές να μην εισπράττεις και τίποτα.

Όσον αφορά στη σεξουαλική ταπείνωση ανάμεσα στο ζευγάρι, είναι ένα από τα σημαντικότερα προβλήματα, καθώς παύουν να κυριαρχούν όλα τα ωραία συναισθήματα που τους ένωσαν από την αρχή και να διακατέχονται από αμοιβαίο μίσος και οργή, οι μὲν ἄνδρες ξεσπώντας όλα τους τα προβλήματα στις συντρόφους τους και ασυναίσθητα κατηγορώντας και εκείνες για όσα περνούν και οι δε γυναίκες για τον άσχημο τρόπο με τον οποίο τους φέρονται. Η σεξουαλική ταπείνωση είναι επίσης αλληλένδετη με το ποσοστό των βιασμών. Τέλος, μετά από όλα τα παραπάνω στάδια βίας προκύπτει όπως είναι φυσικό και εκείνο της σωματικής βίας. Ο ἄνδρας ανέκαθεν ήταν το πιο δυνατό φύλο σε σχέση με τη γυναίκα από θέμα σωματικής διάπλασης, γι' αυτό και μια γυναίκα είναι αρκετά δύσκολο να παλέψει μαζί του όταν πέφτει θύμα ξυλοδαρμού. Μέσα από τη σωματική του αυτή ικανότητα νιώθει πιο δυνατός και έτσι λόγω της οργής που του προκαλούν τα οικονομικά του προβλήματα, βρίσκει ως μέσο εξωτερίκευσης του θυμού του τον ξυλοδαρμό και την πρόκληση τραυμάτων. Πιθανότατα με αυτόν τον λανθασμένο τρόπο να θέλει να νιώσει το θύμα τον ψυχολογικό πόνο που περνά ο ίδιος και να τον αποβάλλει από μέσα του.



**Διάγραμμα 2 : Συναισθήματα βίαιων ανδρών**



Από το διάγραμμα 2, παρατηρούμε ότι το κυρίαρχο συναίσθημα των βίαιων ανδρών είναι η ανασφάλεια. Η ανασφάλεια επηρεάζει το κάθε άτομο διαφορετικά, καθώς ή θα το κάνει να ξεσπάσει βίαια προς τους άλλους επειδή νιώθει ότι δεν είναι ή ότι δεν έχει όλα όσα έχουν οι άλλοι (ομορφιά, χρήμα, εξουσία ) και πολλές φορές ζηλεύει, ή θα το κάνει να ξεσπάσει προς τον εαυτό του μέσα από τα καταθλιπτικά επεισόδια, τη βία και τις καταχρήσεις.

Το δεύτερο μεγάλο ποσοστό κατέχει ο θυμός, (σε αυτή την περίπτωση) για όλα όσα του συμβαίνουν και καλείται να τα αντιμετωπίσει αλλά δεν μπορεί. Έτσι, εξαιτίας της οργής που τον διακατέχει, ο άνδρας, νιώθει εκνευρισμένος με όλους και με όλα, ακόμη και με αυτούς που είναι δίπλα του και τον αγαπούν. Η οργή που νιώθει του θολώνει το μυαλό και δεν αφήνει να σκεφτεί λογικά και να δει ότι κάνει κακό στα αγαπημένα του πρόσωπα.

Το διάγραμμα επίσης μας δείχνει ότι τρίτο μεγαλύτερο ποσοστό συναισθημάτων ενός βίαιου άνδρα ανήκει στο συναίσθημα της απογοήτευσης.

Ο άνδρας απογοητευμένος από τη ζωή που καλείται να ζήσει και η οποία δεν είναι έτσι όπως την είχε φανταστεί , εφόσον δεν μπορεί να ξεσπάσει σε αυτούς που φταίνε πραγματικά (κράτος,εργοδότες,τράπεζες) , ξεσπάει στα εύκολα θύματα, την οικογένειά του.

Τις τελευταίες τρεις θέσεις κυρίαρχων συναισθημάτων των βίαιων ανδρών του διαγράμματος ,κατέχουν ο φόβος, η αντίδραση και η θλίψη. Ο άνδρας, εξαιτίας του φόβου που τον κατέχει καθημερινά για το αβέβαιο μέλλον και της θλίψης που νιώθει για την άσχημη πορεία των οικονομικών του , αντιδρά θολωμένα, παρορμητικά και βίαια απέναντι στο οικογενειακό του περιβάλλον, εξαιτίας των συσσωρευμένων παραπάνω συναισθημάτων.

Όλα αυτά τα συναισθήματα από τη στιγμή που δεν μπορούν να τα εξωτερικεύσουν και να τα παραδεχτούν μέσα από μια ήρεμη συζήτηση με τη σύντροφο και την οικογένειά τους,είναι φυσικό και επόμενο ότι θα τους κάνει να ξεσπάσουν βίαια είτε προς το οικογενειακό περιβάλλον είτε προς τον εαυτό τους πολλές φορές (μέσω καταχρήσεων).

#### **Εικόνα 1 : «Βία κατά των γυναικών»**



[Πηγή :[www.campuscy.com](http://www.campuscy.com)]

Η εικόνα 1, μας δείχνει με έναν πολύ συναισθηματικά δυνατό και φανερό τρόπο τη δύναμη που έχει η βία απέναντι στη γυναίκα και συγκεκριμένα σε αυτή την περίπτωση,η λεκτική βία.

Όπως φαίνεται και από την εικόνα, η λεκτική βία ισοδυναμεί με τη σωματική, καθώς τα προσβλητικά-υβριστικά-υποτιμητικά σχόλια μπορούν να πονέσουν τη γυναίκα όσο και οι πράξεις (χτυπήματα).

Με μειωμένη ελπίδα και έντονο θυμό είναι αρκετά δύσκολο ο άνδρας να ξεφύγει από τον λαβύρινθο της βίας και να μπορέσει να ζήσει και ο ίδιος και οι γύρω του ένα ήσυχο και ασφαλές μέλλον.

### **2.3 Οικονομική κρίση και γυναίκα**

Οι οικονομικές και ψυχολογικές επιπτώσεις της κρίσης δεν άφησαν ανεπηρέαστο ούτε το φύλο των γυναικών. Οι γυναίκες μετά την είσοδό τους στο τομέα της απασχόλησης κατάφεραν να διεκδικήσουν όσα ήθελαν και να κάνουν κάτι για τον εαυτό τους. Έγιναν οικονομικά ανεξάρτητες και οι περισσότερες από αυτές κατάφεραν να αποκτήσουν ηγετικές θέσεις.

Όπως οι άνδρες, έτσι και αυτές με τον ερχομό της οικονομικής κρίσης στην Ελλάδα, είδαν από κοντά τις οικονομικές και επαγγελματικές δυσκολίες που προέκυψαν.

Τον τελευταίο καιρό έχει παρατηρηθεί ιδιαίτερη αύξηση στις ψυχολογικές διαταραχές στο γυναικείο πληθυσμό καθώς και στα ποσοστά που δέχονται ενδοοικογενειακή βία. Μία στις τέσσερις γυναίκες πάσχουν από κατάθλιψη τη συγκεκριμένη χρονική περίοδο.

Οι γυναίκες επηρεάζονται περισσότερο από τη δυσμενή οικονομική τους κατάσταση κι αυτό γιατί σε σχέση με τους άντρες είναι περισσότερο ευαίσθητες και δεν μπορούν να αντέξουν εύκολα την απώλεια (γεγονός που παρατηρείται από διάφορες δύσκολες στιγμές της ζωής τους).

Η κατάθλιψη είναι πιο συχνή στις γυναίκες, εν μέσω οικονομικής κρίσης, γιατί αυτές είναι που μένουν πιο συχνά άνεργες και που βρίσκουν πιο σπάνια δουλειά. Επίσης, σε αυτές ανήκει το νοικοκυριό του σπιτιού και η φροντίδα των παιδιών, γεγονός που αυξάνει το καθημερινό τους άγχος και τις ψυχικές διαταραχές.

Το προφίλ των γυναικών που πάσχουν από κατάθλιψη σε αυτή τη περίπτωση είναι συνήθως άνεργες, με ασχολία κάτω των προσδοκιών τους και με μεγάλα παιδιά τα οποία έχουν φύγει από το σπίτι. Οι διαπροσωπικές τους σχέσεις πολλές φορές είναι ανύπαρκτες ή σε πολλή κακή κατάσταση!

Η απόγνωση είναι το κυρίαρχο συναίσθημα που παρατηρείται στο ποσοστό των οικονομικά ασθενέστερων γυναικών καθώς αυτό που τις ανησυχεί περισσότερο είναι το γεγονός ότι δεν μπορούν να καλύψουν εύκολα έως καθόλου τις ανάγκες των παιδιών τους, όπως τροφή, ρουχισμό, παιχνίδια και παραπάνω μόρφωση. Η Ελληνίδα μάνα έχει αποδείξει στο πέρασμα των αιώνων πως μπορεί να θυσιάσει τα πάντα από την προσωπική της ζωή και ευτυχία για να είναι ευτυχισμένα και υγιή τα παιδιά της.

Η γυναίκα βυθισμένη στα έξοδα, παραμελεί αρκετές φορές τον εαυτό της και τις ανάγκες της, γεγονός που της μειώνει τη διάθεση για ζωή, γιατί δεν έχει κέφι και ενέργεια να παλέψει για κάτι καλύτερο.

Ένας ακόμη λόγος που η ψυχολογία της γυναίκας είναι πεσμένη κι αισθάνεται έντονη μελαγχολία είναι γιατί λόγω κρίσης έχει σταματήσει τα προσωπικά της έξοδα. Το φύλο των γυναικών ανέκαθεν προτιμούσε να φροντίζει τον εαυτό του, να αγοράζει καλλυντικά και ρούχα και άλλα είδη καλλωπισμού. Δεν είναι τυχαίος ο αγγλικός όρος «shopping therapy», δηλαδή ψυχολογική θεραπεία μέσα από τα ψώνια, που έχουν εφεύρει οι ερευνητές και που υποστηρίζουν και οι ψυχολόγοι. Σύμφωνα με αυτόν τον όρο το άτομο θεραπεύεται ψυχολογικά με την αγορά ενός και μόνο αντικειμένου είτε αυτό προορίζεται για τον ίδιο είτε για κάποιο άλλο άτομο. Άρα, από τη στιγμή που κάποια Ελληνίδα αδυνατεί να κάνει τέτοιο έξοδο για τον εαυτό της που να τη ευχαριστήσει προσωπικά, είναι φυσιολογικό να έχει πεσμένη διάθεση και να της δημιουργείται μια απάθεια για αυτά που συμβαίνουν γύρω της.

Τέλος, οι γυναίκες είναι πιο ευάλωτες στη κατάθλιψη καθώς οι μεγαλύτερες ηλικιακά βιώνουν τον εργασιακό αποκλεισμό, γιατί κανένας εργοδότης δε δέχεται στη δούλεψή του γυναίκες άνω των 50 ετών, με παιδιά και με διάφορες οικογενειακές υποχρεώσεις, ασχέτως αν αυτά δεν επηρεάζουν την εργασία τους. Έχουμε φτάσει να ζούμε έναν «εμφύλιο εργασιακό ρατσισμό» που δεν βοηθά κανέναν να καλυτερέψει, ούτε την κοινωνία αλλά ούτε και την ψυχολογία της γυναίκας.

### **2.3.1 Κρίση, γυναίκα και βία**

Ανέκαθεν η γυναίκα ήταν το θύμα της ενδο-οικογενειακής βίας. Βέβαια, πριν την εμφάνιση της κρίσης, αυτό συνέβαινε για διαφορετικούς λόγους και αιτίες.

Η σωματική διάπλαση και η δύναμη της γυναίκας που την καθιστούν στο πιο αδύναμο φύλο είναι τέτοια που δύσκολα μπορεί να αντιμετωπίσει έναν άνδρα είτε ισόβαρο είτε πιο ογκώδη στα κιλά.

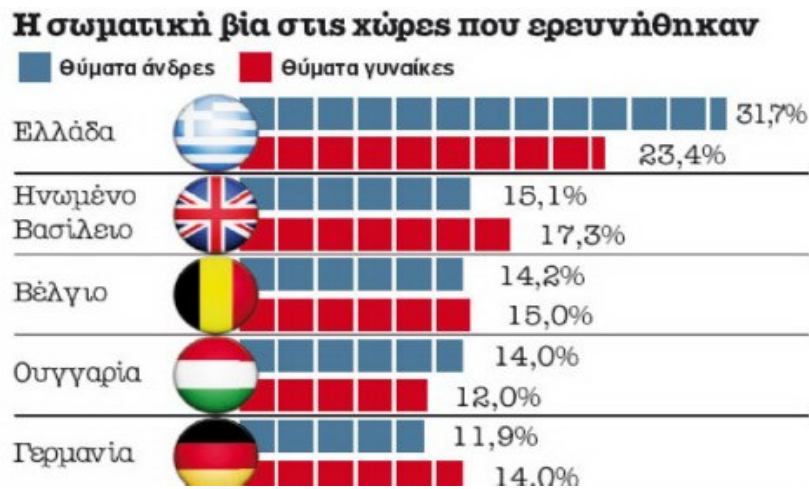
Μόνο με τεχνάσματα ή με ασκήσεις αυτοάμυνας και πάλης μπορεί να αποφύγει τη βία.

Παλαιότερα, η γυναίκα γινόταν θύμα της ενδοοικογενειακής βίας για λόγους που δεν σχετίζονταν με τα χρήματα, όχι απαραίτητα τουλάχιστον. Ένας σύζυγος, θα χτυπούσε τη γυναίκα του από ζήλια, θυμό, νεύρα, από τη στερεότυπη αντίληψη ότι έτσι πρέπει να γίνεται γιατί αυτός είναι ο «άντρας του σπιτιού» και η γυναίκα πρέπει να τα υπομένει όλα ακόμη και όλα τα ξεσπάσματα αλόγιστης βίας. Όχι ότι έπαψε να συμβαίνει αυτό και τώρα με την κρίση ξεκίνησε ένα άλλο είδος βίας πιο «οικονομικό», απλώς η οικονομική δυσπραγία των ανδρών έκανε πιο έντονο το φαινόμενο.

Εκτός από τη σωματική βία, η γυναίκα δέχεται επίσης τη λεκτική και ψυχολογική ταπείνωση. Η ψυχολογική βία έχει ως στόχο τον εκφοβισμό της γυναίκας και τον κοινωνικό της αποκλεισμό, με τη στέρηση της ελευθερίας της. Ο άνθρωπος που αισθάνεται φόβο θα «συρρικνωθεί» και θα απομονωθεί στον εαυτό του. Οι γυναίκες που ανέχονται τη βία, όποιας μορφής και αν είναι αυτή, είναι εκείνες που είναι ψυχολογικά πιο ευάλωτες, που δεν μπορούν να «διαλύσουν το σπίτι τους» για κάτι το οποίο μπορούν να το ανεχτούν και το οποίο περιμένουν ή μάλλον ελπίζουν ότι κάποια στιγμή θα μειωθεί ή ακόμη καλύτερα θα σταματήσει. Είναι εκείνες που δεν έχουν κάποια εκπαίδευση και κάποια ιδιαίτερη μόρφωση και που πιστεύουν πως δεν θα μπορέσουν να επιζήσουν χωρίς τα απαραίτητα προσόντα στο τομέα της απασχόλησης. Εκείνες που έχουν παιδιά και που σκέφτονται το μέλλον τους αλλά και εκείνες που έχουν δεχτεί απειλές για τη ζωή των ίδιων αλλά και των παιδιών τους. Βέβαια, υπάρχουν και εκείνες που ανέχονται όλη αυτή τη βία γιατί όπως υποστηρίζουν αγαπούν τον σύντροφό τους κι ότι δεν είναι στην πραγματικότητα ο ίδιος που αντιδρά αλλά κάποιος άλλος, αλλά για πόσο όμως μπορεί να διαρκέσει αυτή τους η «αγάπη» και που τελικά θα τους οδηγήσει; Δεν είναι λίγες εκείνες οι φορές που πολλές γυναίκες έφτασαν στο τελικό στάδιο, αυτό του θανάτου, άσχετα αν αυτά τα γεγονότα τις περισσότερες φορές καλύπτονται και δεν αποδεικνύονται.

Αξιοσημείωτο δείχνει να είναι το ποσοστό που μας φανερώνει πως και οι άνδρες δέχονται ενδοοικογενειακή βία από τις γυναίκες-συντρόφους τους σε ποσοστό 31,7% μέσω της σωματικής επίθεσης.

Εικόνα 2 : Η σωματική βία στις χώρες που ερευνήθηκαν. [ Πηγή : [www.ethnos.gr](http://www.ethnos.gr)]



Η εικόνα 2, μας δείχνει τα ποσοστά βίας που έχουν παρατηρηθεί σε συγκεκριμένες χώρες της Ευρώπης (Ελλάδα, Ηνωμένο Βασίλειο, Βέλγιο, Ουγγαρία, Γερμανία) ανάμεσα στα δυο φύλα. Όπως είναι φανερό η Ελλάδα κατέχει δυστυχώς την πρώτη θέση στα ποσοστά βίας και για τους άνδρες και για τις γυναίκες, ενώ το χαμηλότερο ποσοστό βίας ανήκει στη Γερμανία. Το γεγονός ότι και οι άνδρες δέχονται σωματική βία (στην Ελλάδα και την Ουγγαρία ξεπερνούν το ποσοστό των γυναικών) καταρρίπτει την εικόνα που έχουν οι περισσότεροι στο μυαλό τους, ότι το γυναικείο φύλο κακοποιείται πιο συχνά και σε μεγαλύτερο βαθμό.

## 2.4 Οικονομική κρίση και παιδί-έφηβοι

Ένα «φαινόμενο», όπως είναι αυτό της οικονομικής κρίσης, που παρασύρει και καταστρέφει τα πάντα στο πέρασμά του, είναι αδύνατο να μην επηρεάσει τη ζωή και τη ψυχολογία των παιδιών και των εφήβων.

Τα παιδιά αντιλαμβάνονται τα πάντα. Το πως νιώθουν οι γονείς και οι συγγενείς τους, τι συμβαίνει στη χώρα μας αλλά και σε άλλες, την ατιμωρισία που επικρατεί, τη γενικότερη οικονομική δυσπραγία και την απαισιοδοξία για το μέλλον.

Βέβαια,κυρίως τα μικρότερα παιδιά δεν μπορούν να καταλάβουν το μέγεθος της οικονομικής καταστροφής,ιδιαιτέρως αναλύοντάς το με οικονομικούς και πολιτικούς όρους,αλλά μπορούν να καταλάβουν και να νιώσουν τη μελαγχολία,τη θλίψη,το θυμό,το άγχος,και την ένταση που έχουν κυριεύσει την ψυχολογία της οικογένειάς τους.

Ο ψυχολογικός αντίκτυπος της κρίσης στα παιδιά είναι μεγάλος,όπως παρατηρείται από διάφορες έρευνες.Τα παιδιά και οι έφηβοι αρχίζουν να έχουν κι εκείνα αγχώδεις διαταραχές,φοβίες για το τι συμβαίνει και για το τι πρόκειται να συμβεί,εκνευρισμό ως μέσο εξόντωσης αυτών των διαταραχών και χαμηλή απόδοση στα μαθήματά τους λόγω έλλειψης συγκέντρωσης και απάθειας.

Οι βίαιες συμπεριφορές,ως προς τους συμμαθητές τους και γενικά προς τα άλλα παιδιά,μέσω του ψυχολογικού εκβιασμού και εκφοβισμού,του ξυλοδαρμού και των υβριστικών σχολίων,είναι επίσης ένα ορατό σημάδι για το πόσο έχει επηρεάσει τα παιδιά και τους νέους η οικονομική κρίση που περνά η οικογένειά τους.Τα παιδιά έχοντας άθελά τους έμφυτο το αίσθημα της ζήλιας,δεν αντέχουν να βλέπουν ότι κάποια άλλα παιδιά έχουν παραπάνω αγαθά από αυτά ή να βλέπουν ότι ζουν σε ένα ήρεμο,ευχάριστο,ασφαλές και οικονομικά γερό περιβάλλον,ενώ σε εκείνα πολλές φορές δεν συμβαίνει το ίδιο.Μέσω αυτής της επιθετικότητας,προσπαθούν με λάθος τρόπο πάντα, να εκφράσουν όλη αυτή την ψυχολογική πίεση που ζουν στο περιβάλλον τους και να ευχαριστηθούν προσωρινά με τον πόνο και τη στεναχώρια των άλλων παιδιών,με ότι δηλαδή περνούν και τα ίδια στη προσωπική τους ζωή.

Επιπλέον,όσον αφορά στον επηρεασμό των παιδιών από την οικονομική κρίση,δε μπορεί να παραλειφθεί το γεγονός της εμφάνισης παθολογικών συμπτωμάτων,λόγω των στρεσογόνων καταστάσεων.όπως είναι οι πονοκεφάλοι,η δύσπνοια,η ταχυκαρδία,οι ζαλάδες και οι τάσεις λιποθυμίας.

Το 2009 ο Υπουργός Υγείας υποσχέθηκε έναν ψυχολόγο σε κάθε σχολείο ως μέσο βοήθειας για τον ψυχολογικό αντίκτυπο της κρίσης και όχι μόνο, στα παιδιά.Βέβαια.αφού αυτό δεν έχει συμβεί μέχρι σήμερα (2014) ας ελπίσουμε να γίνει πραγματικότητα στο προσεχές μέλλον,καθώς θα αποτελέσει σημαντική βοήθεια για τη βελτίωση της ψυχικής υγείας των παιδιών και των νέων.

## 2.5 Οικογένεια σε κρίση

Η οικογένεια μπορεί να θεωρηθεί ξεχωριστό υποκεφάλαιο, καθώς αλλιώς λειτουργεί το κάθε άτομο ξεχωριστά και αλλιώς στο σύνολό του.

Ο σχηματισμός της οικογένειας οφείλεται στην επιθυμία του ανθρώπου να καλύψει τις βιολογικές και συναισθηματικές του ανάγκες. Η οικογένεια αποτελεί ουσιαστικά το πρώτο σχολείο της ζωής καθώς αυτή δίνει στο παιδί τις αρχές, τις αξίες και τις βάσεις που θα το βοηθήσουν να έχει σωστό μέλλον. Ό,τι σχετίζεται με την ανατροφή του παιδιού και με τον χαρακτήρα που θα διαμορφώσει ξεκινά, δημιουργείται και οφείλεται καθαρά στην οικογένειά του.

Το είδος της οικογένειας που επικρατεί στην Ελλάδα είναι η «πυρηνική», που αποτελείται από γονείς και παιδιά. Πλέον και μετά την είσοδο της γυναίκας στο τομέα της απασχόλησης, υπάρχει ισοτιμία ανάμεσα στο ζευγάρι και φροντίζουν από κοινού για τις ανάγκες της οικογένειας. Βέβαια, λόγω της πολύωρης εργασίας και των δύο γονέων, λόγω οικονομικών προβλημάτων, αλλά και λόγω συνεχών δραστηριοτήτων των παιδιών, έχει μειωθεί ο χρόνος παραμονής των μελών μέσα στο σπίτι και η επικοινωνία τους.

Το σύμβολο ενότητας της ελληνικής οικογένειας, από τα βάθη των αιώνων, είναι η εστία, η οποία αντιπροσωπεύει το σπίτι, την οικογένεια, την οικογενειακή θαλπωρή και ευτυχία. Η οικογένεια είναι για όλους η «ρίζα» μας, το σημείο αναφοράς μας, ο προσδιορισμός της ταυτότητάς μας και η αφετηρία μας για τη ζωή. Επίσης, η ελληνική οικογένεια είναι προσκολλημένη αρκετές φορές και στη θρησκεία. Μη ξεχνάμε ότι αυτό που διαφύλαξε σε μεγάλο βαθμό τη γλώσσα, τα ήθη και έθιμα, τις αξίες, την ενότητα και την αλληλεγγύη των Ελλήνων επί εποχή Τουρκοκρατίας ήταν καθαρά η θρησκεία.

Όσον αφορά στην οικονομική κρίση στην Ελλάδα και τη οικονομική και ψυχολογική επιρροή της στην ελληνική οικογένεια, μπορούμε να πούμε ότι συντάραξε κυριολεκτικά τα θεμέλιά της. Πολλοί γονείς έμειναν άνεργοι από τη μια στιγμή στην άλλη, ενώ δεν παραλείπεται το γεγονός ότι σε πολλές οικογένειες με ενήλικα παιδιά, έμειναν άνεργα όλα τα μέλη της οικογένειας.



Στις περιπτώσεις που και οι δύο γονείς έμειναν άνεργοι για μεγάλο χρονικό διάστημα και οι δυο ή δούλευε ο ένας από τους δύο αλλά με πολύ χαμηλό μισθό, παρατηρήθηκαν από τους σχολικούς παράγοντες δείγματα ασιτίας σε πολλά Ελληνόπουλα σε διάφορες περιοχές της χώρας και κυρίως στο Λεκανοπέδιο Αττικής.

Οι ηλικίες που επηρεάστηκαν περισσότερο και οικονομικά και ψυχολογικά είναι αυτές των 25-44 και 55-64 ετών, οι έγγαμοι, οι πιο πολλοί από αυτούς πτυχιούχοι και κάτοικοι Αθήνας. Οι συνεχείς μειώσεις των μισθών δημιούργησαν ανασφάλεια και άγχος, διενέξεις μεταξύ των μελών, υπερένταση, φωνές, οι οποίες αθροιστικά προκαλούν κατάθλιψη, στεναχώρια και μελαγχολία για το αβέβαιο μέλλον.

Ο τρόπος που βιώνουν οι γονείς την οικονομική κρίση έχει αντίκτυπο στα παιδιά, γιατί οι γονείς αποτελούν πρότυπα μίμησης και ταύτισης για τα παιδιά. Οι γονείς αντί να στηρίζουν ψυχολογικά τα παιδιά τους, από τις συνέπειες της οικονομικής ανθρωπιστικής κρίσης, λιποψυχούν μπροστά στο βάρος των οικονομικών δυσκολιών και πολλές φορές αντιστρέφεται ο ρόλος και καταλήγουν τα παιδιά να στηρίζουν τους γονείς (ψυχολογικά), χάρη στην αισιοδοξία που κατέχουν από τη φύση τους και την ηλικία τους.

Οι γονείς νιώθουν ότι δεν έχουν τον έλεγχο της κατάστασης, έχουν πάψει να κάνουν όνειρα καθώς βλέπουν ότι δεν τους απομένει κάτι από τη συνεχή προσπάθειά τους και ότι ο κόπος τους για ένα καλύτερο μέλλον γι' αυτούς αλλά κυρίως για τα παιδιά τους πάει χαμένος. Πολλοί γονείς διστάζουν να μεγαλώσουν τα παιδιά τους με τις αρχές και τις αξίες που μεγάλωσαν οι ίδιοι, γιατί φοβούνται μήπως έτσι αποτύχουν στη ζωή τους.

Η οικογένεια κλονίζεται γιατί κλονίζεται και η κοινωνία από τη βάση της και για τους γονείς τώρα είναι η ώρα να δείξουν ικανότητα και ψυχικό σθένος έτσι ώστε να κρατηθούν όρθιες και δυνατές οι οικογένειές τους.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

### ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΡΓΑΣΙΑ...ΣΤΗΝ ΑΝΕΡΓΙΑ

#### 3.1 Ψυχολογικές επιπτώσεις της ανεργίας

Στην εποχή μας, η βασικότερη ανάγκη και έννοια του ατόμου και στην περίπτωσή μας, του Έλληνα, είναι αυτή της επιβίωσης με έναν αξιοπρεπή τρόπο, η οποία επιτυγχάνεται μέσα από το χρήμα. Με αυτό καλύπτουμε την τροφή, το νερό, τη στέγαση, την ένδυση, τη θέρμανση, τη διασκέδαση, την εκπαίδευση και τη μόρφωση των παιδιών μας.

Είναι γεγονός λοιπόν, πως το χρήμα «κινεί» τα πάντα, από τις συνθήκες με τις οποίες θα μας κάνει να ζήσουμε μέχρι την ψυχολογία που θα μας προσφέρει. Για να εξασφαλίσει κάποιος το χρήμα που χρειάζεται θα πρέπει να ασχοληθεί με την παραγωγή έργου. Τι γίνεται όμως, όταν υπάρχει η θέληση αλλά δεν υπάρχει η εργασία;

Η Ελλάδα είναι η δεύτερη χώρα στην Ευρωπαϊκή Ένωση, μετά την Ισπανία, που κατέχει το μεγαλύτερο ποσοστό ανεργίας. Με την είσοδο της οικονομικής κρίσης στη χώρα μας το 2008, παρατηρήθηκε έξαρση της ανεργίας, ειδικότερα στους νέους ηλικίας 15-24 ετών.

**Πίνακας 1 «Μέσο ετήσιο ποσοστό ανεργίας»**

2008	2009	2010	2011	2012	2013
7,7%	9,5%	12,5%	17,7%	24,2%	27,5%

[πηγή : ΕΛΣΤΑΤ]

Όπως παρατηρείται από τον Πίνακα 1, το μέσο ετήσιο ποσοστό ανεργίας αυξάνεται χρόνο με τον χρόνο από την αρχή της κρίσης από 3% έως 6,5% , ένα αυξητικό ποσοστό το οποίο είναι ιδιαίτερος ανησυχητικό.

Ο αριθμός των απασχολούμενων που σημειώθηκε το 2013 ήταν 3.589.657 άτομα, ενώ των ανέργων έφτασε να είναι 1.363.137 άτομα , σύμφωνα με έρευνα της Εθνικής Στατιστικής Υπηρεσίας Ελλάδος και με το ποσοστό των ανέργων γυναικών, 31,7% , να υπερτερεί σε σχέση με αυτό των ανδρών, 24,4% .

Η ανεργία στη χώρα μας επηρέασε τους πάντες, ανέργους και μη. Όλοι απέκτησαν τουλάχιστον ένα συγγενικό πρόσωπο, έναν φίλο, ένα γνωστό που έμεινε ξαφνικά άνεργος. Όλοι φοβήθηκαν (και φοβούνται ακόμη) για το δικό τους εργασιακό μέλλον. Στο όνομα αυτού του φόβου, πολλοί αποδέχονται απαράδεκτους όρους εργασίας, ευτελίζονται ψυχικά για να βρουν μια δουλειά και ισοβαθμούν την επαγγελματική αξιοπρέπειά τους με τους όρους «πολυτέλεια» ή «πλεονασμό». Στο όνομα αυτού του φόβου, οι εργοδότες άρχισαν να κάνουν «χρυσές» δουλειές και να τρίβουν τα χέρια τους έχοντας στη δούλεψή τους έμφοβους εργαζομένους. Κατέρριψαν σχεδόν όλα τα αυτονόητα δικαιώματα του εργαζομένου (ασφάλιση, κανονικός μισθός, αμοιβή υπερωριών, άδειες και ρεπό) και επέβαλαν δικούς τους όρους εκμετάλλευσης, στο όνομα της οικονομικής κρίσης. Με την ψυχολογική εκβιαστική πρόταση «αν σας αρέσουν αυτοί οι όροι εργασίας, αλλιώς υπάρχουν κι άλλοι άνεργοι στην κοινωνία», οι εργοδότες κατάφεραν να εξασφαλίσουν επιχειρηματική ανάπτυξη και ψυχολογικά ανενεργούς και καταπιεσμένους εργαζομένους.

Όσον αφορά, στους μισθούς, αυτοί έπαψαν να υπάρχουν με την φυσιολογική τους διάσταση. Μειώθηκαν κατακόρυφα και από τα μέτρα της κυβέρνησης και από τους εργοδότες, με κάποιους από αυτούς να κάνουν πιο γερές μειώσεις (ακόμη κι όταν δεν χρειαζόταν) για να έχουν όπως είναι φυσικό περισσότερο κέρδος. Ανάγκασαν τους απελπισμένους εργαζομένους να δουλεύουν για 300 με 400 ευρώ, τα οποία πολλές φορές καθυστερούσαν αρκετούς μήνες να τα λάβουν και να είναι υποχρεωμένοι να πορευτούν με αυτά για 30 μέρες (και όλα αυτά χωρίς ασφάλιση και χωρίς πληρωμή των υπερωριών). Όσοι στάθηκαν τυχεροί, κατάφεραν να βρουν και δεύτερη δουλειά, για να μπορέσουν να τα βγάλουν πέρα και να ζήσουν τους ίδιους και τις οικογένειες τους.

Όμως, κανείς δεν νοιάζεται για τον πόνο του άλλου κυρίως όταν ο ίδιος δεν επηρεάζεται οικονομικά και ψυχολογικά. Αυτό που έχει χαθεί στις μέρες μας, εκτός από όλα τα άλλα, είναι και η ανθρωπιά. Οι περισσότεροι θα κοιτάξουν να επιβιώσουν οι ίδιοι, πατώντας ακόμη και «επί πτωμάτων» για να έχουν πάντα οικονομική ευμάρεια και ανάπτυξη στην επιχείρησή τους. Λίγοι είναι εκείνοι που θα συμπονέσουν τον εργαζόμενο τους και θα προσπαθήσουν να τον βοηθήσουν με κάποιο άλλο τρόπο, αν δεν έχουν τη δυνατότητα να τον βοηθήσουν πιο πολύ οικονομικά.

Εκτός όμως, από τους «ζωντανούς-νεκρούς» εργαζομένους υπάρχουν και εκείνοι που απολύθηκαν χωρίς καμία δικαιολογία, χωρίς προειδοποίηση και χωρίς αποζημίωση!

Η αίσθηση της απώλειας, σύμφωνα με τους ψυχολόγους είναι η «καρδιά» της μελαγχολίας. Στην Ελλάδα, ένας στους δυο άνεργους εκτιμάται ότι υποφέρει από ψυχοπαθολογικά συμπτώματα. Η κατάθλιψη, η μελαγχολία, η χαμηλή αυτοεκτίμηση και η αδράνεια έχουν «χτυπήσει κόκκινο» σε άνεργους και σε εργαζομένους που ζουν καθημερινά με τον φόβο της απόλυσης. Στην Ελλάδα έχει χρεοκοπήσει η πίστη σε ένα καλύτερο και ευοίωνο μέλλον. Δεν είναι λίγοι εκείνοι που κατάφεραν να βρουν δουλειά που δεν επιθυμούσαν και που συμβιβάστηκαν μόνο και μόνο για την (υποτυπώδη) αμοιβή και οι οποίοι πιστεύουν ότι θα ζήσουν χειρότερα από τους γονείς τους.

Η ψυχοσύνθεση του σύγχρονου άνεργου είναι πολύπλοκη. Πολλοί αρνούνται να παραδεχτούν τον ψυχικό τους πόνο ενώ όσοι το κάνουν νιώθουν ότι «τελείωσαν» ως άτομα, ότι ξόφλησαν και ότι γκρεμίστηκαν όλα τα μελλοντικά τους σχέδια. Κάποιοι αρνούνται να αποκαλύψουν την απόλυσή τους στην οικογένειά τους, στο σύντροφό τους και στους φίλους τους για αρκετό χρονικό διάστημα, καθώς φοβούνται τον κοινωνικό αποκλεισμό και έτσι συνεχίζουν να προσποιούνται ότι όλα λειτουργούν κανονικά. Νιώθουν ότι αυτοί φταίνε για την απόλυσή τους και το ίδιο πιστεύουν ότι θα τους καταλογίσει και το οικογενειακό τους περιβάλλον. Στις οικογένειες που είναι ενωμένες παρά τους οικονομικούς τριγμούς, κανείς δεν θα καταλογίσει τίποτα και σε κανέναν αλλά αντιθέτως θα προσπαθήσουν να βρουν όλοι μαζί λύσεις για να επιβιώσουν αλλά και θα στηρίξουν ψυχολογικά τον άνεργο με ενθαρρυντικά σχόλια, έχοντας ως στόχο να μη σταματήσει να παλεύει για όσα του αναλογούν και του αξίζουν. Δεν είναι λίγοι όμως και οι άνεργοι οι οποίοι υπόκεινται σε ψυχολογικές πιέσεις για ανεύρεση εργασίας, σε υποτιμητικά σχόλια (όπως «άχρηστος και ανίκανος να βρει μια δουλειά») και σε εκβιασμούς με ψυχολογικό υπόβαθρο. Στα θύματα αυτής της ψυχολογικής πίεσης, την πρώτη θέση κατέχουν οι άνδρες, καθώς με την ανεργία γκρεμίζεται ο παραδοσιακός τους ρόλος μέσα στην οικογένεια, που τους καθιστά υπεύθυνους για τη συντήρηση και την ευμάρειά της.

Όσον αφορά στους νέους, αυτούς τους επηρεάζει περισσότερο ψυχολογικά η ανεργία, καθώς, έχοντας μεγάλα όνειρα για τον εαυτό τους (να καταρτιστούν επαγγελματικά, να ασχοληθούν με τη δουλειά που τους αρέσει και ειδικότερα με αυτή που έχουν σπουδάσει) βλέπουν πως αυτό είναι αδύνατο σε μια χώρα που δεν υπάρχουν επαγγελματικές ευκαιρίες και ανάπτυξη. Φτάνουν να μισούν τη χώρα τους που δεν τους αφήνει να πορευτούν έτσι όπως

θέλουν, αυτούς που παίζουν με τη νοημοσύνη τους και με τις ζωές τους (ενώ εκείνοι συνεχίζουν να πλουτίζουν στις «πλάτες» ενός ψυχολογικά και οικονομικά πληγωμένου λαού) και στο τέλος ρίχνουν όλη την ευθύνη στον εαυτό τους που δεν είναι ικανοί να βρουν μια αξιοπρεπή δουλειά.Γι' αυτό τον λόγο, η μετανάστευση προς τις χώρες του εξωτερικού, έχει πάρει τα τελευταία χρόνια τεράστιες διαστάσεις με πολλούς από τους Έλληνες πτυχιούχους νέους ( και αυτούς χωρίς πτυχίο) να βλέπουν το εξωτερικό ως μοναδική λύση στον ορίζοντα.Οι νέοι αποφασίζουν να μεταναστεύσουν γιατί βλέπουν πως δεν γίνεται καμία προσπάθεια για ανάπτυξη και πρόοδο σε αυτή τη χώρα, πως δεν αμοιβεται η δουλειά τους έτσι όπως θα έπρεπε και πως δεν αναγνωρίζονται οι γνώσεις, τα πτυχία και οι κόποι τους με τον τρόπο που αναγνωρίζονται και αντιμετωπίζονται στο εξωτερικό.Βλέπουν πως δεν υπάρχουν πλέον δουλειές και προτιμούν να αποχωριστούν την πατρίδα τους, την οικογένεια, τους φίλους και το σπίτι τους, παρά να πεινάσουν στο μέλλον και να ζήσουν άσχημες καταστάσεις που εύκολα μπορούν να αποφύγουν με τη μετανάστευση

.Οι νέοι διαθέτουν έμφυτα το πείσμα και γι' αυτό το λόγο παλεύουν με όποιο τρόπο μπορούν για ένα καλύτερο μέλλον και για όσα τους αναλογούν.

Αυτός που θα αντέξει περισσότερο στη πορεία της οικονομικής κρίσης και της ανεργίας, δεν είναι μόνο αυτός που είναι οικονομικά εξασφαλισμένος αλλά εκείνος που έχει «ανθεκτική» ψυχολογία.Κατά πόσο όμως είναι αυτό δυνατό σε μια χώρα που παραπέει ψυχολογικά...;

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

### ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΑ

Ο μεγαλύτερος ψυχολογικό- κοινωνικός αντίκτυπος της οικονομικής κρίσης στη χώρα μας, είναι αδιαμφισβήτητα αυτός της αυτοκτονίας. Οι περισσότεροι από τους αυτόχειρες δεν άντεξαν τη «θηλιά» των οικονομικών μέτρων της κυβέρνησης και πνιγμένοι στα χρέη, αποφάσισαν να βάλουν τέλος στη ζωή τους!

Τα τελευταία χρόνια (2008-2013) πληθαίνουν τα δημοσιεύματα και οι ειδήσεις σχετικά με τις επιπτώσεις της οικονομικής κρίσης στη ψυχική υγεία των Ελλήνων και ειδικότερα στη πρόκληση της κατάθλιψης και στην έξαρση των αυτοκτονιών. Το ζήτημα της αυτοκτονίας έχει γίνει δυστυχώς καθημερινό ελληνικό φαινόμενο, καθώς την τελευταία πενταετία παρατηρείται σύμφωνα με στατιστικές έρευνες, ραγδαία αύξηση, γεγονός το οποίο δεν συνέβαινε τόσο συχνά και επίμονα στα χρόνια προ κρίσης και κυρίως τις περισσότερες φορές όχι για οικονομικούς λόγους.

Οι λόγοι που οδήγησαν πολλούς σε αυτό τον «δρόμο χωρίς επιστροφή» είναι κατά βάση οικονομικοί. Με την εμφάνιση της κρίσης στη χώρα μας πολλοί ήρθαν αντιμέτωποι με τεράστια οικονομικά προβλήματα, όπως τα χρέη σε τράπεζες και στο Δημόσιο αλλά και σε άλλους οφειλέτες. Η κυβέρνηση για να σώσει ό,τι μπορούσε από την «έφοδο» της οικονομικής κρίσης και για να μη φτάσει στο σημείο πτώχευσης η χώρα, επέβαλλε σκληρά οικονομικά μέτρα, τα οποία συνεχώς αυξάνονται, εφευρίσκοντας συνεχώς νέα (πολλές φορές ασύλληπτα για τον νου) μέτρα, με την επιβολή «χαρατσιών» και άλλων φόρων. Όπως ήταν φυσικό, όταν όλοι έχουν πληγεί οικονομικά, είναι αδύνατο να εξοφλήσουν όλες τους τις υποχρεώσεις, ειδικά όταν οι μισθοί σε δημόσιο και ιδιωτικό τομέα τείνουν να φτάσουν σε σημείο «ναδίρ». Τα χρέη, η ανεργία, το κλείσιμο των επιχειρήσεων και η κατάσταση φτώχειας στην οποία περιήλθαν αρκετοί Έλληνες, είναι οι σημαντικότεροι λόγοι οι οποίοι δημιούργησαν περισσότερο άγχος, κρίσεις πανικού και αύξηση 50% των μείζονων καταθλιπτικών επεισοδίων για το έτος 2013, σε σχέση με το 2011.

Καταθλιπτικό, σύμφωνα με τον Φροϋντ, είναι το άτομο που δεν αντέχει την απώλεια. Η απώλεια της ελπίδας είναι ο μεγαλύτερος εχθρός της ψυχικής υγείας καθώς το συναίσθημα και οι σκέψεις παγώνουν.

Αυτό ακριβώς έχουν πάθει οι σύγχρονοι Έλληνες, έχουν χάσει την ελπίδα τους για το μέλλον και για μια καλύτερη ζωή για αυτούς και τις οικογένειές τους, γι' αυτό κι ένα σημαντικό ποσοστό έχει δώσει τέλος στη ζωή του.

Η απαισιοδοξία, η απογοήτευση, η αδράνεια, οι ενοχές που τους κάνουν να νιώθουν ότι αυτοί έχουν φταίξει που τα περνάνε όλα αυτά, είναι μερικά από τα συναισθήματα ενός αυτόχειρα. Σύμφωνα, με την τηλεφωνική γραμμή 1034 που αφορά στη κατάθλιψη, οι τηλεφωνούντες παρουσιάζουν πεσμένη διάθεση και λύπη σε ποσοστό 79,6% , δυσκολία χαλάρωσης το 40,4% και ανωμαλίες στον ύπνο το 29,6% . Το συνεχές και παρατεταμένο άγχος είναι εξαιρετικά ψυχοφθόρο για τον ανθρώπινο ψυχισμό, όπως έδειξαν πειράματα των Ναζί στον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο. Οι σύγχρονοι αυτόχειρες νιώθουν ότι δεν αντέχουν άλλο το άγχος του οικονομικού βάρους και ότι δεν μπορούν να ανταπεξέλθουν πλέον στις υποχρεώσεις τους. Νιώθουν ότι δεν υπάρχει άλλη λύση για να ηρεμήσουν και να γλιτώσουν από τα χρέη που τους κυνηγούν. Πολλοί από αυτούς νιώθουν πένθος για αυτά που έχασαν ή που θα χάσουν. Προτιμούν να «χαθούν» οι ίδιοι, παρά να δουν να χάνονται όσα απέκτησαν με χρόνο, κόπο και θυσίες. Επίσης, αρκετοί από αυτούς που έχουν καταστραφεί οικονομικά νιώθουν ότι δεν μπορούν να ξεκινήσουν από το μηδέν ούτε οικονομικά αλλά ούτε και ψυχολογικά καθώς δεν τους έχει μείνει άλλη δύναμη, ενέργεια και θέληση για να παλέψουν. Σύμφωνα, με σημειώματα που έχουν αφήσει οι «αυτόχειρες της οικονομικής κρίσης» κάποια από τα οποία έχουν δει το φως της δημοσιότητας, αναφέρονται μέσα σε αυτά αισθήματα ενοχής για το οικονομικό αδιέξοδο στο οποίο έφτασαν και ότι δεν έχουν άλλο να παλέψουν αυτή τη ψυχοφθόρα κατάσταση, καθώς και ότι θα γλιτώσει η οικογένειά τους από τα χρέη αλλά και από τους ίδιους που τους έφεραν σε αυτή την κατάσταση.

Το 2009, υπήρξε (κατά μέσο όρο) μια αυτοκτονία την ημέρα ενώ το 2010 υπήρξαν 2 αυτοκτονίες την ημέρα στη χώρα μας. Η αύξηση των αυτοκτονιών κατά 22% την περίοδο 2009-2011 μας δείχνει την έξαρση του φαινομένου, ενώ, δεν μπορούν να παραληφθούν και οι απόπειρες αυτοκτονιών κατά την περίοδο 2009-2012, οι οποίες έφτασαν στις 3124!

Εικόνα 3 «Παρουσίαση των αυτοκτονιών στην Ελλάδα κατά την περίοδο 2009-2012»



[ Πηγή : Enet.gr ]

Η εικόνα 3 μας παρουσιάζει αναλυτικά την εμφάνιση των αυτοκτονιών ανά γεωγραφική περιοχή κατά την περίοδο 2009 έως 2012. Όπως φαίνεται καθαρά από την εικόνα, η αυτοκτονία στη Ελλάδα την περίοδο που ερευνήθηκε, έχει λάβει μεγάλες διαστάσεις, γεγονός που είναι ανησυχητικό για μια χώρα, όπως η Ελλάδα που δεν παρουσίαζε ποτέ τέτοιου είδους ζήτημα σε τόσο μεγάλο βαθμό. Όπως παρατηρείται λοιπόν, οι αυτοκτονίες αυξάνονται αντί να μειώνονται χρόνο με το χρόνο, με τις «ηγετικές» θέσεις να κατέχουν η Θεσσαλονίκη, η Κεντρική Μακεδονία και η Κρήτη!

Τα στοιχεία, ο ρυθμός αύξησης και οι αριθμοί των αυτοκτονιών που έλαβαν μέρος στη χώρα μας κατά την περίοδο 2008 έως 2013 δεν μπορούν παρά να αναγνωρισθούν ως άκρως ανησυχητικά. Τα στοιχεία διαφέρουν από πηγή σε πηγή. Αλλιώς διατυπώνονται από το Υπουργείο Δημόσιας Τάξης και την Ελληνική Αστυνομία και αλλιώς από την Ελληνική Στατιστική Αρχή, πράγμα το οποίο δημιουργεί αναπάντητα ερωτήματα!



**Πίνακας 2 « Αυτοκτονίες την περίοδο 2009- 2012»**

<b>ΧΡΟΝΟΛΟΓΙΑ</b>	<b>ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΤΑΞΗΣ ΚΑΙ ΕΛ.ΑΣ</b>	<b>ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΑΡΧΗ</b>
<b>2009</b>	<b>677</b>	<b>391</b>
<b>2010</b>	<b>830</b>	<b>377</b>
<b>2011</b>	<b>927</b>	<b>477</b>
<b>2012</b>	<b>690</b>	<b>508</b>

Ο πίνακας 2 μας δείχνει την συνεχώς αυξανόμενη και ανησυχητική αύξηση του φαινομένου, καθώς είναι ο μεγαλύτερος αριθμός αυτοκτονιών που έχει καταγραφεί τα τελευταία 50 χρόνια!Οι έρευνες της ΕΛ.ΣΤΑΤ στηρίζονται πάνω στα στοιχεία της μιας και μοναδικής εθνικής γραμμής «1018» για την αυτοκτονία, η οποία μετρά τις αυτοκτονίες με βάση τις κλήσεις που δέχεται.Επίσης , η συγκεκριμένη πηγή αναφέρει ότι σίγουρα ο αριθμός των αυτοκτονιών που λαμβάνουν χώρα κάθε χρόνο (την περίοδο που αναφερόμαστε) είναι μεγαλύτερος από αυτόν που δημοσιοποιείται, καθώς διαφορετικά στοιχεία δίνονται από το Υπουργείο Δημοσίας Τάξης και την Ελληνική Αστυνομία,από την ΕΛ.ΣΤΑΤ και κυρίως από το ΕΚΑΒ και τα νοσοκομεία.Αυτή η άποψη στηρίζεται πάνω στο επιχείρημα ότι πολλές αυτοκτονίες αποκρύπτονται (σύμφωνα με τα νοσοκομεία) για θρησκευτικούς κυρίως λόγους, καθώς η Εκκλησία μας δε συμφωνεί με την αυτοκτονία και τη θεωρεί μια από τις μεγαλύτερες αμαρτίες και δεν δέχεται να τελέσει τη νεκρώσιμη ακολουθία του θανάτου.Έτσι, πολλά στοιχεία θανάτου αποκρύπτονται από την αστυνομία και τα νοσοκομεία και παραποιώντας τα μετονομάζονται ως άλλα ιατρικά περιστατικά, όπως καρδιακές ανακοπές, τραυματισμοί, που μπορούν να συμβούν στον καθένα.Για τον παραπάνω λόγο αλλά και γιατί η αυτοκτονία στην ελληνική κοινωνία αποτελεί αιώνιο ταμπού και κοινωνικό στιγματισμό για την οικογένεια του αυτόχειρα.

Σύμφωνα πάντα με στοιχεία της τηλεφωνικής γραμμής «1018» αλλά και από τα διάφορα δημοσιογραφικά δημοσιεύματα εκείνοι που επιχειρούν να αυτοκτονήσουν και τελικά το καταφέρνουν είναι κυρίως άνεργοι και επιχειρηματίες,λόγω οικονομικών δυσκολιών.

Συγκεκριμένα, στον παρακάτω πίνακα παρατίθενται τα ποσοστά των αυτοχειρών σύμφωνα με την επαγγελματική τους κατάσταση.

**Πίνακας 3 « Προφίλ αυτοχειρών»**

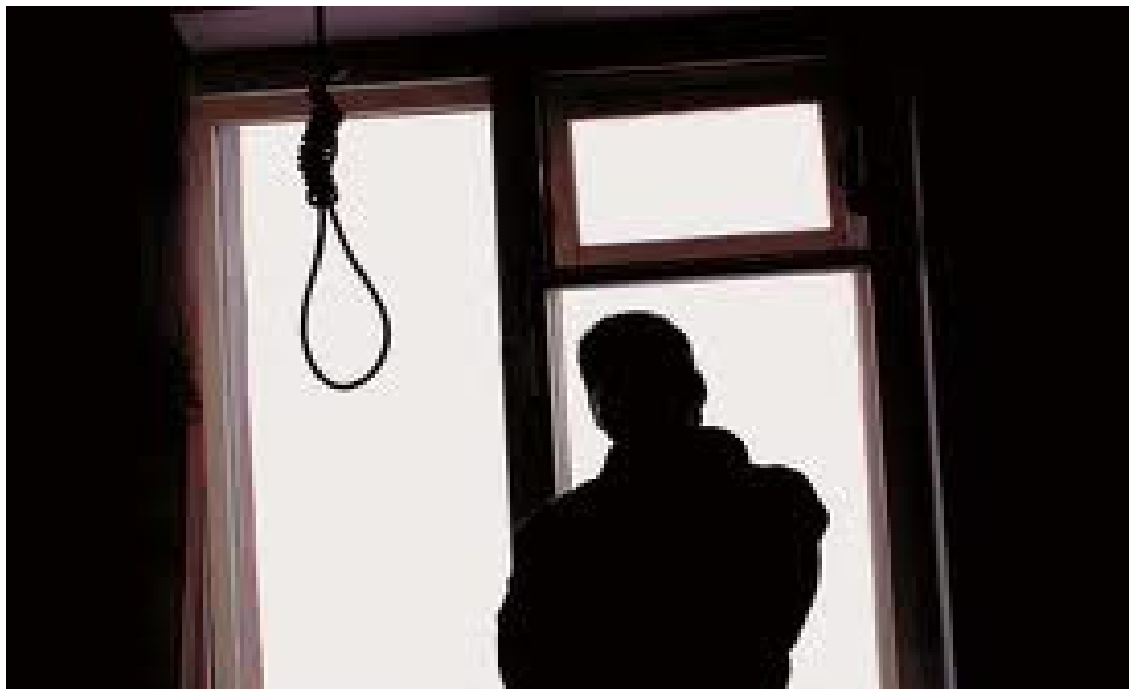
<b>ΠΡΟΦΙΛ</b>	<b>ΠΟΣΟΣΤΟ (%)</b>
<b>Ανεργοί</b>	<b>20,9%</b>
<b>Δημόσιοι Υπάλληλοι</b>	<b>7,1 %</b>
<b>Ιδιωτικοί Υπάλληλοι</b>	<b>5,6 %</b>
<b>Ελεύθεροι Επαγγελματίες</b>	<b>6,5%</b>
<b>Φοιτητές</b>	<b>5,5%</b>
<b>Μαθητές</b>	<b>4,5%</b>
<b>Άγνωστης επαγγελματικής κατάστασης</b>	<b>39,2 %</b>

Ο παραπάνω πίνακας 3 μας δείχνει ότι η αύξηση του φαινομένου έχει επηρεάσει σημαντικά όλα τα είδη επαγγελματικής ιδιότητας, κυρίως όμως εκείνους που δε διαφαίνεται η απασχόλησή τους και στη συνέχεια τους ανέργους. Άρα, αυτά τα ποσοστά δικαιολογούν την άποψη ότι η οικονομική κρίση και γενικότερα τα οικονομικά προβλήματα που έχει επιφέρει, ευθύνονται για την αύξηση των αυτοκτονιών και των καταθλιπτικών συμπτωμάτων.

Σύμφωνα με έρευνα του Πανεπιστημίου της Οξφόρδης, παρατηρείται ότι με κάθε αύξηση της ανεργίας κατά 4%, αυξάνονται και οι αυτοκτονίες κατά 6% ,γεγονός που μας δείχνει για ακόμη μια φορά το πόσο ευθύνεται η ανεργία για την αύξηση των αυτοκτονιών. Επίσης, το 90% των αυτοχειρών διαγνώστηκαν με σοβαρή σωματική ή ψυχική νόσο (κατάθλιψη), δικαιώνοντας έτσι την άποψη του ΕΠΨΥ ότι το 12,3 % του πληθυσμού χρήζει άμεσης ψυχολογικής θεραπείας. Όσον αφορά στο φύλο των αυτοχειρών, οι διάφορες έρευνες μας δείχνουν ότι οι γυναίκες κάνουν απόπειρες 3 φορές συχνότερα, ενώ οι άνδρες επιτυγχάνουν τον θάνατο 3 φορές περισσότερο από αυτές.

Συχνότερα,επιχειρούν να αυτοκτονήσουν και το καταφέρνουν, οι ηλικίες μεταξύ 15-35 ετών και στους 39-54 ετών,αυτό όμως παρατηρείται κυρίως τους άνδρες.Επιπλέον, όσον αφορά στον τρόπο αυτοκτονίας που επιλέγει το κάθε φύλο,οι άνδρες χρησιμοποιούν πιο βίαιες μεθόδους ,όπως όπλα ή μαχαίρια, ενώ οι γυναίκες δηλητηριάσεις ή υπερβολική δόση χαπιών.Βέβαια, όπως μαρτυρούν στοιχεία από τους νοσοκομειακούς υπαλλήλους,αυτοί οι τρόποι παραποιούνται από τους γιατρούς,η αυτοκτονία μέσω υπερβολικής δόσης χαπιών μετονομάζεται σε δηλητηρίαση και η πτώση από όροφο και ο απαγχονισμός σε ατύχημα,εξαιτίας του συγγενικού περιβάλλοντος που δεν θέλει να στιγματιστεί κοινωνικά και που επιθυμεί το συγγενικό τους πρόσωπο να ταφεί με θρησκευτική λειτουργία.Οπότε, δεν είναι δύσκολο να φανταστεί κανείς, μέσα από αυτές τις μαρτυρίες, πόσο μεγαλύτερο είναι το ποσοστό των αυτοχειρών όλα αυτά τα χρόνια που η χώρα μας βρίσκεται σε οικονομική κρίση, πόσα στοιχεία έχουν παραλειφθεί ή παραποιηθεί για τους παραπάνω λόγους και πόσες άλλες αυτοκτονίες έχουν μείνει στην αφάνεια, καθώς είτε καλύφθηκαν ταχύτατα από το οικογενειακό τους περιβάλλον είτε γιατί δεν είχαν κάποιο δημοσιογραφικό ενδιαφέρον για τα δελτία ειδήσεων.

#### Εικόνα 4 « Ζωή ή θάνατος ;! »



[ Πηγή : [www.iefimerida.gr](http://www.iefimerida.gr) ]

Η εικόνα 4 μας δείχνει την απόσταση που υπάρχει ανάμεσα στη ζωή και στο θάνατο. Η φωτογραφία, προσπαθεί να δείξει πως ο αυτόχειρας δυσκολεύεται να αποφασίσει τι θα κάνει και ότι το σκέφτεται πολύ σοβαρά πριν κάνει το επόμενο βήμα. Επιπλέον, η απόκρυψη του προσώπου μπορεί να δείχνει ότι σε αυτή την ψυχικά και εγκεφαλικά επίπονη διαδικασία μπορεί να βρεθεί ο καθένας και το « σκοτάδι» που κυριαρχεί στο δωμάτιο δείχνει τα άσχημα συναισθήματα που έχουν κυριεύσει τη ψυχολογία του.

Η οικονομική κρίση έχει γονατίσει τους Έλληνες, όχι μόνο οικονομικά και ψυχολογικά. Σύμφωνα με έρευνα του Ινστιτούτου Υγείας « EGO IDEAL» , κατά τη χρονική περίοδο 2009-2012, οι καταθλιπτικές διαταραχές έφτασαν στο 50% το 2012 από το 20% που ήταν το 2009, με τα κρούσματα να αφορούν όλο και νεότερες ηλικίες, με πιο έντονα συμπτώματα. Επιπροσθέτως, όπως παρατηρείται στο διάστημα Ιανουάριος έως Οκτώβριος 2012, έχουν μειωθεί κατά 40% οι ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες λόγω οικονομικής αδυναμίας, ποσοστό που αύξησε κατά 50% τις συνταγογραφήσεις στα ψυχότροπα φάρμακα, ως ένα άλλο μέσο επίλυσης της ψυχολογικής τους κατάπτωσης. Ανησυχητικό είναι το γεγονός ότι το 81,6% βρίσκουν λύση στα αντικαταθλιπτικά χάπια, καθώς με αυτά νιώθουν να ξεχνούν τα προβλήματα τους προσωρινά και ζουν μια ουτοπική πραγματικότητα. Όλα αυτά τα ψυχολογικά προβλήματα που έχουν δημιουργηθεί λόγω οικονομικής δυσπραγίας, ωθούν τους ψυχολογικά αδύναμους στην αυτοκτονία, με την αυτοκτονία δι' απαγχονισμού να κατέχει την πρώτη θέση στους πιο συχνούς τρόπους αυτοχειρίας, την πτώση από ύψος να βρίσκεται στη δεύτερη θέση και ο αυτοπυροβολισμός να είναι στη τρίτη θέση.

Ο Γκάντι είχε πει πως « η φτώχεια είναι η χειρότερη μορφή βίας, που εξωτερικεύεται με την ανάπτυξη της εγκληματικότητας και εσωτερικεύεται με την αυτοκτονία» , δικαιολογημένα αν σκεφτεί κανείς ότι οι περισσότερες αυτοχειρίες στη χώρα μας έχουν γίνει τα τελευταία χρόνια που η χώρα μας βρίσκεται υπό οικονομική απασάθρωση. Αυτό βέβαια, δεν σημαίνει ότι όλοι οι άνεργοι, οι επιχειρηματίες και οι οικονομικά ασθενέστεροι της Ελλάδας έχουν βαλθεί να αυτοκτονήσουν ή είναι οι μοναδικοί που αυτοκτονούν την τελευταία πενταετία στη χώρα, απλώς η οικονομική κρίση σε συνάρτηση με την έλλειψη προοπτικής και ελπίδας για το μέλλον ενεργοποιεί το αίσθημα ανθεκτικότητας του καθένα και τους αυτοκαταστροφικούς μηχανισμούς και οδηγούνται σε αυτό το δρόμο χωρίς επιστροφή.

Από την οικονομική κρίση θα αντέξει αυτός που είναι ψυχολογικά ανθεκτικότερος. Η αυτοκτονία δεν είναι τρόπος επίλυσης του προβλήματος ούτε προσωπικής ανακούφισης,

απλώς είναι ένας φαύλος κύκλος, ο οποίος μεγιστοποιεί το πρόβλημα για τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας αλλά και για την κοινωνία και δεν το εξαφανίζει όπως πιστεύουν πολλοί αυτόχειρες, αλλά το συντηρεί και το εξαπλώνει σιγά-σιγά σε όλους τους κοινωνικούς τομείς.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

### ΥΠΑΡΧΕΙ ΛΥΣΗ ΣΤΗ ΚΡΙΣΗ !?!

Διαβάζοντας όλες αυτές τις έρευνες και τα στοιχεία για τη ψυχολογία του Έλληνα εν μέσω κρίσης μπορεί να καταλάβει κάποιος ότι η κατάσταση είναι απελπιστική, καθώς ο μέσος Έλληνας δεν βρίσκει ένα φως ελπίδας να διαφαίνεται στον ορίζοντα και δεν έχει τη στήριξη που χρειάζεται από το κράτος. Όμως δεν πρέπει να ξεχνάμε το ρητό που λέει ότι «σε κάθε πρόβλημα υπάρχει και από μια λύση» (τουλάχιστον).

Είναι σαφώς δύσκολο όταν βλέπεις τους κόπους σου και τις θυσίες σου να πηγαίνουν χαμένα στο βωμό των οικονομικών μέτρων να βρεις τη δύναμη και το κουράγιο να παλέψεις όταν όλα είναι εναντίον σου, αλλά δε γίνεται να μείνεις στάσιμος σε μια ψυχολογική απάθεια που δεν σου προσφέρει τίποτα, παρά μόνο χάσιμο χρόνου και ζωής.

Αρχικά, το κάθε άτομο που αντιμετωπίζει οικονομικό πρόβλημα, μεγάλου ή μικρού βαθμού, θα πρέπει να παραδεχτεί μέσα του ότι υπάρχει πρόβλημα και να κρίνει από τις ενέργειες που κάνει αν χειρίζεται σωστά το οικονομικό του πρόβλημα ή όχι. Να συνειδητοποιήσει το μέγεθος του προβλήματός του, να δει τα μέσα που διαθέτει για να το αντιμετωπίσει και να βρει αυτοπεποίθηση και αποφασιστικότητα για να παλέψει ενάντια σε όσα του συμβαίνουν και στους μελλοντικούς κινδύνους. Το άτομο πρέπει να απελευθερωθεί από την εμμονή του χρήματος και να λάβει την ιδέα του λίγο πιο λογικά. Ναι μεν το χρήμα είναι πηγή δύναμης, επιρροής και υπεροχής και μπορεί να προσφέρει ευημερία, αλλά δεν είναι αυτό που φέρνει ουσιαστικά τη ευτυχία. Την ευτυχία μέσα μας τη φέρνει η υγεία η δική μας και των αγαπημένων μας προσώπων, η προσωπική και οικογενειακή ευτυχία και γαλήνη, η αγάπη που δίνουμε και παίρνουμε, όλα τα μικρά πράγματα που μας δίνουν χαρά και που έχουν περισσότερη ουσία.

Όσον αφορά λοιπόν στο άτομο, θα πρέπει ακόμη, να δημιουργήσει ένα μηνιαίο οικονομικό πλάνο διαχείρισης εξόδων και εσόδων, για να γνωρίζει τι πραγματικά συμβαίνει με τα οικονομικά του και όχι να χάνεται σε ένα «βουνό» από φουσκωμένους λογαριασμούς και ληξιπρόθεσμες οφειλές. Επιπλέον, μέσω του λογιστή του ή οικονομικού συμβούλου, θα πρέπει να αναζητήσει τρόπους επίλυσης των οικονομικών του θεμάτων και οικονομικότερες συμβουλές που θα τον βοηθήσουν να διευθετήσει όλους τους τους λογαριασμούς.

Στη συνέχεια, θα πρέπει να βρει δραστηριότητες (δωρεάν ή πιο φθηνές) που τον ευχαριστούν και τον ηρεμούν, όπως παραδείγματος χάρη, βόλτες στο μέρος που μένει ή στην εξοχή. Η επαφή με τη φύση, θα τον βοηθήσουν να αποβάλλει το άγχος (έστω και για εκείνο το χρονικό διάστημα) και να ξεφύγει από τους τέσσερις τοίχους του σπιτιού του. Ακόμη, ένα οικονομικά πληγμένο άτομο, θα πρέπει να έχει άτομα- φίλους που να τον ενθαρρύνουν ψυχολογικά όταν το χρειάζεται, να τον βοηθούν όταν το έχει ανάγκη και να τον στηρίζουν σε κάθε δύσκολη στιγμή που περνά, δίνοντάς του συμβουλές και περνώντας του τη δική τους θετική σκέψη και ενέργεια. Αυτό που θα βοηθούσε επίσης ένα άτομο που είναι ψυχολογικά πιεσμένο λόγω της οικονομικής κρίσης, είναι η απασχόλησή του με πράγματα και δραστηριότητες που τον ευχαριστούσαν και παλιότερα και που λόγω υποχρεώσεων είχε σταματήσει. Επειδή ο ψυχισμός του Έλληνα βρίσκεται σε βαθιά κρίση, πρέπει να βρει μέσα του ο καθένας την αισιοδοξία, τη δυναμικότητα και τη θέληση για να παλέψει τα όσα του συμβαίνουν και να προχωρήσει τη ζωή του.

Όσον αφορά τώρα σε ολόκληρη την κοινωνία, το καλύτερο και πιο ανακουφιστικό μέσο διαφυγής από την οικονομική δυσπραγία που περνά θα ήταν ο περιορισμός και η μείωση των οικονομικών μέτρων. Αυτό όπως είναι πασιφανές, είναι ένα «άπιαστο» όνειρο στη χώρα μας, καθώς θα μπορούσε να είχε συμβεί τόσο καιρό, αντί να αυξάνονται συνεχώς τα μέτρα λιτότητας. Έτσι, αφού αυτή η «ονειρική» λύση δεν είναι δυνατή, θα πρέπει να αναζητηθούν πιο χειροπιαστές λύσεις που θα βοηθήσουν ομαδικά ολόκληρη την κοινωνία να βγει από το ψυχολογικό και οικονομικό αδιέξοδο που βρίσκεται.

Καταρχάς, θα πρέπει να δημιουργηθούν από το κράτος ή από κάποια Μη Κυβερνητική Οργάνωση, περισσότερες γραμμές τηλεφωνικής βοήθειας των ψυχολογικά και οικονομικά πληγέντων από την οικονομική κρίση και κυρίως αυτών που επιθυμούν να αυτοκτονήσουν.

Επιπλέον, μια ακόμη λύση, θα ήταν η δημιουργία ημερήσιων συγκεντρώσεων με θέματα που να αφορούν την κατάθλιψη λόγω κρίσης, με καλεσμένους ψυχολόγους και άτομα τα οποία έχουν επηρεαστεί σε πολύ μεγάλο βαθμό από την κρίση και τα οποία θα μπορούσαν να μιλήσουν για το πρόβλημα που αντιμετώπισαν ή αντιμετωπίζουν ακόμη. Έτσι, θα έδειχναν στο κοινό ότι υπάρχουν και άλλοι που υποφέρουν και που έχουν και εκείνοι σοβαρά οικονομικά προβλήματα και ότι δεν είναι οι μοναδικοί. Επίσης, στο τέλος των συγκεντρώσεων οι καλεσμένοι ψυχολόγοι θα μπορούσαν να συνομιλήσουν με άτομα που το

έχουν ανάγκη και δεν μπορούν λόγω οικονομικών να ακολουθήσουν κάποια ψυχολογική συνεδρία.

Επιπροσθέτως, οι Δήμοι θα μπορούσαν να διοργανώσουν εκδηλώσεις ψυχαγωγικού χαρακτήρα , με δωρεάν είσοδο και δραστηριότητες για το κοινό, όπως συναυλίες, διάφορα ομαδικά σπορ, ενασχόληση με τις τέχνες και τον πολιτισμό και διάφορα επιμορφωτικά συνέδρια για μικρούς και μεγάλους.

Παράλληλα, όσον αφορά στη βοήθεια των Δήμων και των Περιφερειών, θα πρέπει να βοηθήσουν με τη σειρά τους, τους άπορους και τους οικονομικά ασθενέστερους των περιοχών τους, μέσω οικονομικότερων λύσεων σε δημοτικά τέλη, που θα τους ανακούφιζαν και θα τους βοηθούσαν να ανακάμψουν χρηματικά και ψυχολογικά.

Τέλος, μια από τις σημαντικότερες λύσεις που μπορούν να βοηθήσουν την κοινωνία να διεκδικήσει τη χαμένη της ζωντάνια, είναι να το βρει ο καθένας μέσα του την ανθρωπιά, την αλληλεγγύη και την ανθρωπιστική υποστήριξη και βοήθεια. Αυτά τα στοιχεία λείπουν περισσότερο στις δύσκολες αυτές στιγμές που περνούν οι Έλληνες. Όσο υπάρχει ανθρωπιά, που σημαίνει ότι νοιάζομαι για αυτό που περνά ο συνάνθρωπός μου και προσπαθώ να του προσφέρω ότι μπορώ, τόσο θα λιγοστεύουν τα ψυχολογικά προβλήματα μέσα στη ψυχή του καθένα.



## ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Η πτυχιακή εργασία,είχε ως στόχο την ανάδειξη ενός μεγάλου φαινομένου που έχει επηρεάσει τα τελευταία χρόνια όλο τον πλανήτη, αλλά κυρίως την χώρα μας την Ελλάδα,την οικονομική κρίση.

Η οικονομική κρίση προκάλεσε σοβαρά ψυχολογικά προβλήματα σχεδόν σε όλους τους Έλληνες, λόγω χρεών και σκληρών οικονομικών μέτρων.Κατάφερε να κάνει ένα χαρούμενο και γεμάτο κέφι λαό, δυστυχισμένο και να τον φέρει στα πρόθυρα της ψυχολογικής κατάρρευσης.

Σε αυτή την εργασία, μέσα πρώτα από αναφορά στο κάθε οικονομικό και κοινωνικό πρόβλημα που προκαλούσε η οικονομική κρίση, ανεδείκνυα στη συνέχεια τα συναισθήματα που προκαλούσε στο καθένα ξεχωριστά.

Αρχικά, στο πρώτο κεφάλαιο,ασχολήθηκα με τη γενικότερη αναφορά στη παγκόσμια οικονομική κρίση, το πώς ξεκίνησε, πως συνεχίστηκε και πως κατέληξε τελικά στη χώρα μας.Επίσης , ανέφερα τις συνέπειες που προκάλεσε στη κοινωνία και τα άσχημα συναισθήματα που άρχισε να νιώθει ο μέσος Έλληνας.

Στη συνέχεια, στο δεύτερο κεφάλαιο, ασχολήθηκα γενικότερα με τη ψυχολογία της κοινωνίας και ειδικότερα με τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές του κάθε φύλου, καθώς και στον επηρεασμό της οικογένειας και του παιδιού, από την ελληνική οικονομική κρίση.

Στο τρίτο κεφάλαιο, καταπιάστηκα με το θέμα της (δυσεύρετης) εργασίας και της αυξημένης ανεργίας, το πόσο επηρέασε η είσοδος της οικονομικής κρίσης στη χώρα μας αυτούς τους δύο τομείς και πόσο επηρεάστηκαν συναισθηματικά οι εργαζόμενοι και οι άνεργοι από τις τροποποιήσεις που συνέβησαν στη χώρα.

Στο τέταρτο κεφάλαιο, το κύριο θέμα ήταν αυτό της έξαρσης της αυτοκτονίας λόγω της οικονομικής κρίσης.Μέσα από μια αναφορά στο πως έφτασε η αυτοκτονία να συμβαίνει καθημερινά πάνω από μια φορά στη χώρα και ποια προβλήματα την προκάλεσαν αυτή την αύξηση, κατάφερα να παρουσιάσω τα συναισθήματα που κυριαρχούν στη ψυχή ενός ατόχειρα.

Στο πέμπτο κεφάλαιο και τελευταίο κεφάλαιο, προσπάθησα να παρουσιάσω διάφορες λύσεις που θα μπορούσαν να βοηθήσουν την κοινωνία το κάθε άτομο ξεχωριστά να αλλάξει

συμπεριφορά και κυρίως ψυχολογία απέναντι στη κρίση και να αλλάξει τρόπο σκέψης και ζωής.

Μέσα από την εργασία αυτή, συμπεράνα πως τα προβλήματα που έχει προκαλέσει η οικονομική κρίση έχουν διαλύσει στη κυριολεξία τη ζωή και τη ψυχολογία του ελληνικού λαού. Οι αριθμοί και τα ποσοστά, των συνεχόμενων ερευνών, πάνω στην επιρροή της οικονομικής κρίσης στη ψυχολογία και τη ζωή του Έλληνα, είναι άκρως ανησυχητικά και δείχνουν καθαρά πως το πρόβλημα αντί να μειωθεί, συνεχώς διογκώνεται. Κανείς από τους ιθύνοντες δεν ενδιαφέρεται να ασχοληθεί ουσιαστικά και πρακτικά με τον ελληνικό λαό που υποφέρει, ούτε οικονομικά, ούτε ψυχολογικά. Ο καθένας δυστυχώς κοιτάει τη ζωή του και την προσωπική του ευημερία και ουσιαστικά αδιαφορεί για τον πόνο και τις δυσκολίες που περνά ο άλλος. Εκτός όμως από αυτή τη συγκλονιστική διαπίστωση, έρχεται ακόμη και αυτή της έξαρσης της αυτοκτονίας στη χώρα μας λόγω οικονομικών προβλημάτων. Εκτός από τα πρώτα χρόνια, όταν δηλαδή εμφανίστηκε η οικονομική κρίση και οι περισσότεροι δεν είχαν συνειδητοποιήσει ακόμη τι πραγματικά συμβαίνει και τι πρόκειται να συμβεί στη χώρα, τα τελευταία δύο χρόνια δεν γίνεται καμία αναφορά από τα κανάλια για τη τεράστια διάσταση που έχει πάρει το θέμα και για τις όσες αυτοκτονίες πραγματοποιούνται καθημερινά σε όλη την Ελλάδα. Εκτός από διάφορες πηγές στο Διαδίκτυο, κανείς άλλος δεν αναφέρει ότι πραγματοποιούνται τουλάχιστον 2 αυτοκτονίες την ημέρα. Άρα, όσο δεν κοινοποιείς και δεν ασχολείσαι με ένα μείζον θέμα όπως είναι αυτό της αυτοκτονίας, τόσο το πρόβλημα θα μένει στην αφάνεια, ο κόσμος δεν θα γνωρίζει τι συμβαίνει γύρω του και τόσο θα πολλαπλασιάζεται το φαινόμενο αυτό. Ο λαός δεν θα αφυπνίζεται για να διεκδικήσει την καλύτερη ζωή που του αξίζει και την οποία έχασε από λάθος χειρισμούς πολιτικών και κυβερνητικών προσώπων.

Το πρόβλημα στη χώρα μας, είναι μεγάλο και οικονομικά και ψυχολογικά. Ο κόσμος δεν αντέχει άλλο τα συνεχώς αυξανόμενα μέτρα λιτότητας και κυρίως όσο δεν βλέπει την ανάπτυξη που του τάζουν. Αν δεν αλλάξει κάτι σύντομα ως προς την πρόοδο και την καλυτέρευση του επιπέδου ζωής των Ελλήνων μέσα από οικονομική και ψυχολογική βοήθεια από το κράτος, με βεβαιότητα οι καταστάσεις θα φτάσουν στο απροχώρητο και η ψυχολογία του Έλληνα θα γίνει χειρότερη. Αυτό που λείπει και που χρειάζεται ο Έλληνας, είναι ελπίδα, σιγουριά και χειροπιαστές αποδείξεις ότι όλα θα καλυτερεύσουν.

Ας μην ξεχνάμε, αυτό που είχε πει ο Νίτσε, « Η οικονομική κρίση είναι πρόκληση και μια ευκαιρία για εσωτερικές και κοινωνικές αλλαγές. Ας την εκμεταλλευτούμε θετικά»<sup>2</sup>.

Το περιεχόμενο της Πτυχιακής Εργασίας δεν απηχεί απαραίτητα τις απόψεις του Τμήματος ή της Επιτροπής που τις ενέκρινε.

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

### **ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ :**

- Ανωνύμου του Έλληνας (2011) : Χρωστάω σαν Έλληνας. Θεσσαλονίκη, Άγνωστο
- Βαρουφάκης, Γ. (2011) : Παγκόσμιος Μινώταυρος. Αθήνα, Λιβάνη
- Ιωαννίδης, Π. (2013) : Υπάρχει χαρά μέσα στη κρίση. Αθήνα, Μίνωας
- Μανωλόπουλος, Ι. (2012) : Το «επαχθές» χρέος της Ελλάδας. Αθήνα, Μελάρι
- Μαραβέγιας, Ν. (2012) : Εκατό κομμάτια της κρίσης. Αθήνα, Παπαζήση
- Μεντής, Γ. (2007) : Στοιχεία Εργατικού Δικαίου. Αθήνα, Έλλην
- Πέρσυ, Α. (2009) : Νίτσε 99 Μαθήματα Καθημερινής Φιλοσοφίας. Αθήνα, Πατάκη
- Τσαλίκουλου, Φ. (2011) : Το μέλλον ανήκει στην έκπληξη. Αθήνα, Καστανιώτη

### **ΞΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ :**

- Armstrong, J. (2011) (Μετάφραση: Καλοφωλιά, Μ.) Πώς να ανησυχούμε λιγότερο για τα χρήματα. Αθήνα, Πατάκη.

### **ΠΗΓΕΣ ΔΙΑΔΙΚΤΙΟΥ :**

- [www.authorstream.com](http://www.authorstream.com)
- [www.blog.sch.gr](http://www.blog.sch.gr)
- [www.educpsychology.blogspot.gr](http://www.educpsychology.blogspot.gr)
- [www.e-psychology.gr](http://www.e-psychology.gr)
- [www.eymedline.eu](http://www.eymedline.eu)
- [www.enet.gr](http://www.enet.gr)
- [www.epikaira.gr](http://www.epikaira.gr)
- [www.gnomikologikon.gr](http://www.gnomikologikon.gr)
- [www.healthpress.gr](http://www.healthpress.gr)

- [www.iatropedia.gr](http://www.iatropedia.gr)
- [www.imerisia.gr](http://www.imerisia.gr)
- [www.inewsgr.com](http://www.inewsgr.com)
- [www.in.gr](http://www.in.gr)
- [www.Kosvoice.gr](http://www.Kosvoice.gr)
- [www.LesvosNews.gr](http://www.LesvosNews.gr)
- [www.medlook.net](http://www.medlook.net)
- [www.mothersblog.gr](http://www.mothersblog.gr)
- [www.news.kathimerini.gr](http://www.news.kathimerini.gr)
- [www.news247.gr](http://www.news247.gr)
- [www.pek.org.cy](http://www.pek.org.cy)
- [www.pmeletios.com](http://www.pmeletios.com)
- [www.press-a.gr](http://www.press-a.gr)
- [www.psychotherapeia.net.gr](http://www.psychotherapeia.net.gr)
- [www.psychotherapeutiki.gr](http://www.psychotherapeutiki.gr)
- [www.skai.gr](http://www.skai.gr)
- [www.tovima.gr](http://www.tovima.gr)

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

### Παράρτημα 1 « Γράμμα ενός αυτόχειρα (Α) »

Η μαροκινή κυβέρνηση Τζαμάλου επιμνησθευτικά υπενθύμιζε την δυνατότητα επιβίωσής μου που διατηρήσαν σε μία αξιοπρεπή εστίαση που επί 35 χρόνια έχω μένει (χωρίς ενίσχυση κράτους) πλήρως μόλι' αυτή.

Επειδή έχω μία ηγυία που δεν μου δίνει την ατομική δυνατότητα δυναμικής αντίδρασης (χωρίς βέβαια να απομείω αν ένα Έλληνα έπαιξε τό καλό παιχνίδι ο δεύτερος θα ήθουν θώ) δεν βρίσκω άλλη λύση από ένα αξιοπρεπές τέλος πριν αρχίσω να γράφω στα βλαστάρια για την διατροφή μου.

Πιστεύω πως οι νέοι χωρίς μέλλον, κούρα μέρα θα πάρουν τα όπλα και στην ησυχία συνήματ θα κρεμάσουν ανάποδα του εθνικού προδότη όπως έκαναν το 1945 οι Ιταλοί στον Μουσολίνι. (Πιάτσα Πορτέο του Μιλάνου).

[ Πηγή : [www.kosvoice.gr](http://www.kosvoice.gr) ]

Επεξήγηση επιστολής:

« Η κατοχική κυβέρνηση Τσολάκογλου εκμηδένισε κυριολεκτικά την δυνατότητα επιβίωσής μου που στηριζόταν σε μία αξιοπρεπή σύνταξη που επί 35 χρόνια εγώ μόνον ( χωρίς ενίσχυση κράτους ) πλήρωνα γι' αυτή.

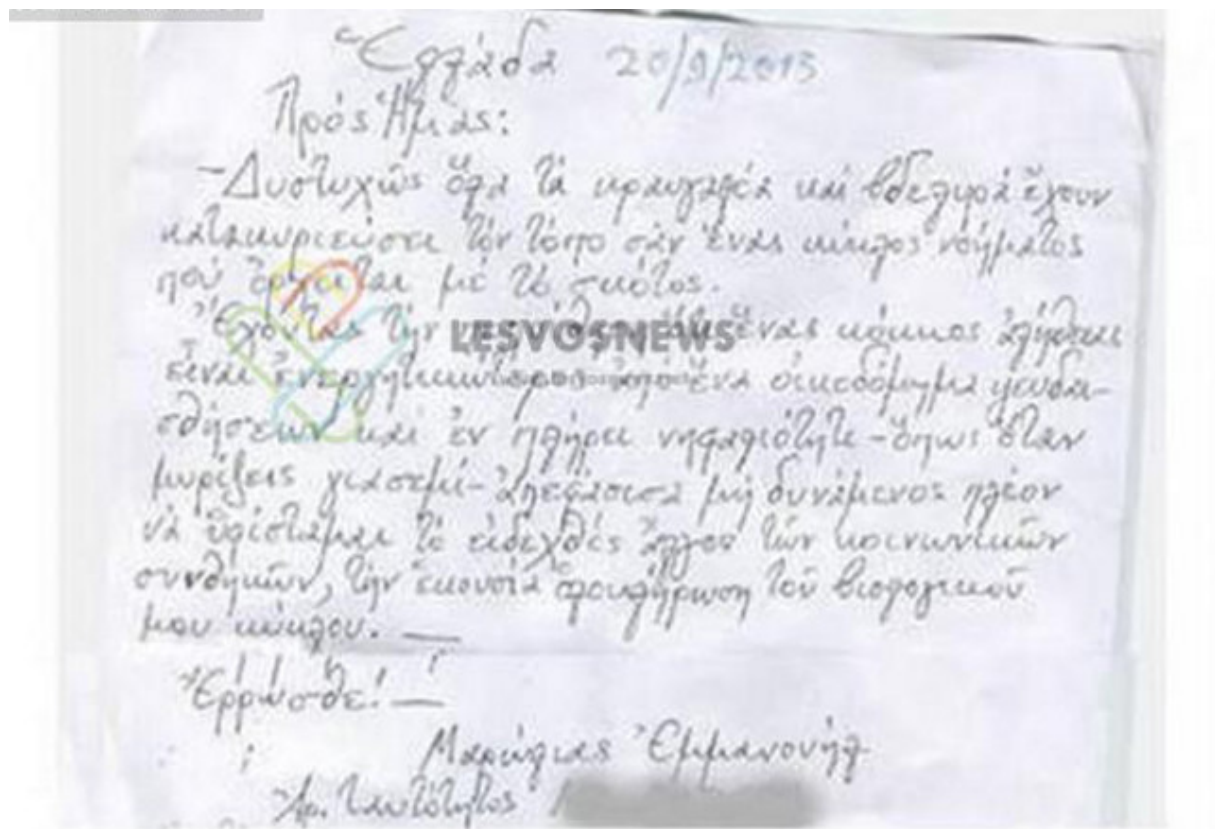
Επειδή έχω μία ηλικία που δεν μου δίνει την ατομική δυνατότητα δυναμικής αντίδρασης ( χωρίς βέβαια να αποκλείω αν ένας Έλληνας έπαιρνε το καλάσνικοφ ο δεύτερος θα ήμουν εγώ ) δεν βρίσκω άλλη λύση από ένα αξιοπρεπές τέλος πριν αρχίσω να ψάχνω στα σκουπίδια για τη διατροφή μου.

Πιστεύω πως οι νέοι χωρίς μέλλον, κάποια μέρα θα πάρουν τα όπλα και στην Πλατεία Συντάγματος θα κρεμάσουν ανάποδα τους Εθνικούς προδότες όπως έκαναν το 1945 οι Ιταλοί στον Μουσολίνι.( πιάτσα Πορέτο του Μιλάνου ).»

Απρίλιος 2012. Η χώρα συγκλονίζεται από την αυτοκτονία ενός 77χρονου στο Σύνταγμα και από το σπαρακτικό σημείωμα που αφήνει πίσω του. Όπως φαίνεται από το ιδιόχειρο σημείωμα, ο ηλικιωμένος προτιμά να φύγει από τη ζωή με ένα αξιοπρεπές τέλος όπως θεωρεί ο ίδιος. Έχει παλέψει μια ζωή, με προσωπικούς κόπους και θυσίες για να αποκτήσει όσα ήθελε και τώρα τα βλέπει να χάνονται, χωρίς κανέναν ( κυβερνητικός φορέας ) να υπολογίζει όλα όσα έχει κάνει μόνος του.

Η πολιτική απογοήτευση του αλλά και η κατάρρευση της βιοποριστικής του ζωής και της ψυχολογίας του είναι εμφανή δείγματα πως δεν αντέχει άλλο τα οικονομικά προβλήματα που περνάει και πως προτιμά να « φύγει» όσο είναι ακόμα γερός και αξιοπρεπής , παρά να ψάχνει στα σκουπίδια για τροφή , καθώς αυτό είναι το μόνο που του απομένει. Ακόμη και στο τέλος του έχει μέσα του την ελπίδα ότι κάτι θα αλλάξει σε αυτή τη χώρα μέσω των απελπισμένων νέων. Ότι αφού δεν μπόρεσε ο ίδιος λόγω ηλικίας αλλά και λόγω ψυχολογικής ανημποριάς , οι νέοι θα μπορέσουν να συνταράξουν συθέμελα το κράτος, εξαφανίζοντας και τιμωρώντας παραδειγματικά τους Εθνικούς προδότες ( βουλευτές ) που οδήγησαν τον ίδιο στην απελπισία κι έπειτα στην αυτοκτονία , αλλά και τη χώρα του στο αδιέξοδο.

## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 2 «Γράμμα ενός αυτόχειρα (B)»



[ Πηγή : [www.LesvosNews.gr](http://www.LesvosNews.gr) ]

### Επεξήγηση γράμματος :

«ΕΛΛΑΔΑ 20/9/2013

ΠΡΟΣ ΗΜΑΣ:

- ΔΥΣΤΥΧΩΣ ΟΛΑ ΤΑ ΚΡΑΥΓΑΛΕΑ ΚΑΙ ΒΔΕΛΥΡΑ ΕΧΟΥΝ ΚΑΤΑΚΥΡΙΕΥΣΕΙ ΤΟΝ ΤΟΠΟ ΣΑΝ ΕΝΑΣ ΚΥΚΛΟΣ ΝΟΗΜΑΤΟΣ ΠΟΥ ΟΡΧΕΙΤΑΙ ΜΕ ΤΟ ΣΚΟΤΟΣ.

ΕΧΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΠΕΠΟΙΘΗΣΗ ΟΤΙ ΕΝΑΣ ΚΟΚΚΟΣ ΑΛΗΘΕΙΑΣ ΕΙΝΑΙ ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΩΤΕΡΟΣ ΑΠΟ ΕΝΑ ΟΙΚΟΔΟΜΗΜΑ ΨΕΥΔΑΙΣΘΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΕΝΕ ΠΛΗΡΕΙ ΝΗΦΑΛΙΟΤΗΤΙΑ-ΟΠΩΣ ΟΤΑΝ ΜΥΡΙΖΕΙΣ ΓΙΑΣΕΜΙ-ΑΠΕΦΑΣΙΣΑ ΜΗ ΔΥΝΑΜΕΝΟΣ ΠΛΕΟΝ ΝΑ ΥΦΙΣΤΑΜΑΙ ΤΟ ΕΙΔΕΧΘΕΣ ΑΛΓΟΣ ΤΩΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΣΥΝΘΗΚΩΝ, ΤΗΝ ΕΚΟΥΣΙΑ ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΗ ΤΟΥ ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΥ ΜΟΥ ΚΥΚΛΟΥ. \_



ΕΡΡΩΣΘΕ!

ΜΑΡΩΛΙΑΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ»

[Πηγή : [www.koolnews.gr](http://www.koolnews.gr) ]

Το παράρτημα 2 παρουσιάζει την ιδιόχειρη επιστολή ενός 58χρονου συνταξιούχου καθηγητή αυτόχειρα από τη Λέσβο, ο οποίος επέλεξε να δώσει τέλος στη ζωή του τον Σεπτέμβριο του 2013, πέφτοντας από το κάστρο του Μολύβου καθώς δεν μπορούσε πλέον να αντέξει τον πόνο των κοινωνικών συνθηκών που καλούνταν να ζήσει καθημερινά. Ο αυτόχειρας, δικαιολογεί αυτή του την πράξη λέγοντας πως έχει κουραστεί ψυχολογικά να ζει σε έναν τόπο που κυριαρχεί το σκοτάδι και επιλέγοντας το δρόμο της αλήθειας από αυτόν των ψευδαισθήσεων που ζούνε όλοι και έχοντας ηρεμία στη ψυχή του γι' αυτό που πρόκειται να κάνει, αποφασίζει να κόψει το «νήμα» της ζωής του, με αυτόν τον λανθασμένο για την κοινωνία τρόπο, αλλά απολύτως συμβατό με τη δική του νοοτροπία.

## **Πνευματικά δικαιώματα**

Copyright © ΤΕΙ Δυτικής Ελλάδας. Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

Δηλώνω ρητά ότι, σύμφωνα με το άρθρο 8 του Ν. 1599/1988 και τα άρθρα 2,4,6 παρ. 3 του Ν. 1256/1982, η παρούσα εργασία αποτελεί αποκλειστικά προϊόν προσωπικής εργασίας και δεν προσβάλλει κάθε μορφής πνευματικά δικαιώματα τρίτων και δεν είναι προϊόν μερικής ή ολικής αντιγραφής, οι πηγές δε που χρησιμοποιήθηκαν περιορίζονται στις βιβλιογραφικές αναφορές και μόνον.

Καλλιόπη Μπέκα , 2014

