

## ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΟΥ ΑΠΟΛΟΓΙΣΜΟΥ ΕΡΓΟΥ ΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑΣ ΤΟΥ ΑΠΘ

Στον παρόντα απολογισμό παρουσιάζεται η πορεία των δράσεων των Προγραμμάτων Προαγωγής Αυτοβοήθειας για το έτος 2018. Τα προγράμματα συνέχισαν να υποστηρίζουν μεγάλο αριθμό ανθρώπων με πρόβλημα εξάρτησης και συγγενών τους σε όλη την Ελλάδα. Συνολικά τα προγράμματα παρείχαν υπηρεσίες ψυχοκοινωνικής υποστήριξης σε περίπου 1.000 διαφορετικά άτομα με πρόβλημα εξάρτησης και μέλη του συγγενικού τους περιβάλλοντος (971 διαφορετικά άτομα, εκ των οποίων τα 651 ήταν άνθρωποι με πρόβλημα εξάρτησης και τα 320 μέλη του συγγενικού τους περιβάλλοντος). Ο αριθμός αυτός είναι ελάχιστα μειωμένος από την προηγούμενη χρονιά (2017) όπου ο συνολικός αριθμός ήταν 1.039 άτομα (714 άνθρωποι με πρόβλημα εξάρτησης και 325 μέλη του συγγενικού τους περιβάλλοντος). Παραμένει παρ' όλα αυτά ένας πολύ υψηλός αριθμός που αναδεικνύει τη διαχρονική δυνατότητα προσέλκυσης ανθρώπων με πρόβλημα εξάρτησης που έχουν τα Προγράμματα Προαγωγής Αυτοβοήθειας χάρη στην καινοτόμο μεθοδολογία παρέμβασης που ακολουθούν.

Ο συνολικός αριθμός των ανθρώπων που έλαβαν υπηρεσίες από τα Προγράμματα (υπηρεσίες ψυχοκοινωνικής υποστήριξης, εκπαίδευσης, συμμετοχής σε δράσεις πρόληψης και προαγωγής αυτοβοήθειας) ήταν ιδιαίτερα αυξημένος σε σχέση με άλλες χρονιές και έφτασε τα 2.637 διαφορετικά άτομα. Ο ανάλογος αριθμός κατά το 2017 ήταν 1.943 διαφορετικά άτομα.

Ταυτόχρονα τα Προγράμματα Προαγωγής Αυτοβοήθειας συνέχισαν να ελκύουν μεγάλο αριθμό ανθρώπων με πρόβλημα εξάρτησης, καθώς κατά το 2018 στα τέσσερα προγράμματα οι νέες προσελεύσεις (διαφορετικών ανθρώπων που προσέγγισαν κάποιο από τα τέσσερα προγράμματα για πρώτη φορά) ανήλθαν στα 310 άτομα. Από αυτά τα άτομα τα 159 είχαν πρόβλημα με τη χρήση παράνομων ψυχοτρόπων ουσιών, τα 115 με το αλκοόλ, τα 36 με τα τυχερά παιχνίδια και άλλες εξαρτητικές συμπεριφορές (π.χ. φαγητό, νομίμως συνταγογραφούμενες ουσίες).

Σε σχέση με αυτά τα στοιχεία είναι αξιοσημείωτη η **σημαντική αύξηση των αιτημάτων για προβληματική σχέση με το αλκοόλ**, τα οποία παρουσιάζουν αξιοπρόσεκτη αυξητική τάση τα τελευταία χρόνια. Το 2017 το σύνολο των αιτημάτων για προβληματική σχέση με το αλκοόλ αποτελούσε το 21% των συνολικών αιτημάτων στα προγράμματα και το 2018 το ποσοστό αυτό είναι 28%. Πρόκειται για μια τάση ανοδική τα τελευταία χρόνια. Σημαντική επίσης είναι η αύξηση των αιτημάτων για ζητήματα συμπεριφορικών εξαρτήσεων (π.χ. τυχερά παιχνίδια, εφαρμογές διαδικτύου, φαγητό) από 5% το 2017 σε 9% το 2018. Ταυτόχρονα υπήρξε μια μείωση της τάξης του 10% περίπου στα αιτήματα για προβληματική σχέση με παράνομες ψυχοτρόπες ουσίες.

Όπως είναι εμφανές και στα αναλυτικά στοιχεία που παρατίθενται στις επόμενες ενότητες, στις νέες προσελεύσεις κατά το 2018 έχουμε ακόμη μεγαλύτερη αύξηση των αιτημάτων για προβληματική σχέση με το αλκοόλ (σε ποσοστό 30% των συνολικών αιτημάτων) και αυξημένα αιτήματα για την προβληματική σχέση με την ινδική κάνναβη (ποσοστό 30% στο σύνολο των αιτημάτων βοήθειας για τις παράνομες ψυχοτρόπες ουσίες).

Πέρα από τους υψηλούς ποσοτικούς δείκτες για το έτος 2018, από την ανάγνωση των στοιχείων του παρόντος απολογισμού ανακύπτουν αρκετά ενδιαφέροντα στοιχεία τόσο για την πορεία των δράσεων των Προγραμμάτων Προαγωγής Αυτοβοήθειας, όσο και για το φαινόμενο της εξάρτησης και την αντιμετώπισή του στη χώρα. Τα σημαντικότερα είναι τα εξής:

- **Η αυξημένη δυνατότητα προσαρμογής των Προγραμμάτων Προαγωγής Αυτοβοήθειας στις αλλαγές του προφίλ και των αναγκών των ανθρώπων με πρόβλημα εξάρτησης τα τελευταία χρόνια.** Τα τελευταία χρόνια, όπως έχει αναφερθεί και στους απολογισμούς των προηγούμενων ετών των Προγραμμάτων Προαγωγής Αυτοβοήθειας, αλλά όπως μαρτυρούν και στοιχεία άλλων φορέων απεξάρτησης και έρευνας, έχει τροποποιηθεί σε σημαντικό βαθμό το φαινόμενο της εξάρτησης. Ενώ ο παραδοσιακός πληθυσμός των ανθρώπων που είχαν προβληματική σχέση με τα οπιούχα (κυρίως ενέσιμη χρήση) φαίνεται να σταθεροποιείται στον παρόντα χρόνο και να έχει έως και πτωτικές τάσεις, μια σειρά άλλων εξαρτητικών συμπεριφορών αυξάνεται συστηματικά. Η αυξημένη προσέλευση ανθρώπων με πρόβλημα εξάρτησης πέρα από τα οπιούχα και η άμεση ανταπόκριση στα αιτήματά τους αναδεικνύουν τα συγκριτικά πλεονεκτήματα της ακολουθούμενης μεθοδολογίας υποστήριξης στα Προγράμματα Προαγωγής Αυτοβοήθειας. Η μεθοδολογία των Προγραμμάτων που χαρακτηρίζεται από ευελιξία, έμφαση στην εξατομικευμένη παρέμβαση και ταυτόχρονα αξιοποίηση των πρακτικών αυτοβοήθειας/ αλληλοβοήθειας των άμεσα ενδιαφερομένων οδήγησε στη δημιουργία αρκετών νέων δράσεων, έτσι ώστε να ενσωματωθούν στα Προγράμματα άνθρωποι με διαφορετικά προφίλ και ανάγκες.

- **Οι σταθερά υψηλοί δείκτες προσελεύσεων ανθρώπων με πρόβλημα εξάρτησης.** Τα Προγράμματα Προαγωγής Αυτοβοήθειας έχουν όλα τα χρόνια λειτουργίας τους σταθερά υψηλούς δείκτες προσελεύσεων. Αυτό αφορά τόσο τους ανθρώπους με περισσότερο «παραδοσιακές» εξαρτητικές συμπεριφορές (όπως τα οπιούχα), αλλά και ανθρώπους με άλλες εξαρτήσεις από ουσίες ή από συμπεριφορές. Ιδιαίτερα υψηλοί είναι και οι δείκτες των νέων προσελεύσεων, γεγονός που μαρτυρά την αποδοχή της πρότασης των Προγραμμάτων Προαγωγής Αυτοβοήθειας στους πληθυσμούς των ανθρώπων με πρόβλημα εξάρτησης και των μελών του συγγενικού τους περιβάλλοντος. Το γεγονός αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό ειδικά σε μια εποχή που τα λεγόμενα «στεγνά» Προγράμματα δέχονται ισχυρές πιέσεις λόγω χαμηλών δεικτών προσελεύσεων ανθρώπων με πρόβλημα εξάρτησης. Η αλλαγή του προφίλ και των αναγκών των ανθρώπων με πρόβλημα εξάρτησης, όπως μαρτυρά η διεθνής και εθνική εμπειρία και έρευνα, απαιτεί νέες προτάσεις απεξάρτησης στο πεδίο των στεγνών Προγραμμάτων, οι οποίες να είναι σε θέση να ανταποκριθούν στις αναδυόμενες διαφορετικές ανάγκες. Η πρόταση των Προγραμμάτων Προαγωγής Αυτοβοήθειας φαίνεται ότι συμβάλλει προς αυτή την κατεύθυνση.

- **Ο συνδυασμός της παροχής αξιόπιστων υπηρεσιών ψυχοκοινωνικής υποστήριξης με ιδιαίτερα χαμηλό ετήσιο κόστος των Προγραμμάτων.** Ένα σημαντικό χαρακτηριστικό που διαχρονικά χαρακτηρίζει τα Προγράμματα Προαγωγής Αυτοβοήθειας είναι η δυνατότητα να παρέχει αξιόπιστες υπηρεσίες σε μεγάλο αριθμό ανθρώπων, με ιδιαίτερα χαμηλά ετήσιους προϋπολογισμούς ανά Πρόγραμμα. Το χαρακτηριστικό αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό, ειδικά σε εποχή δημοσιονομικής πίεσης για τα δημόσια συστήματα υγείας,

αφού το Πρόγραμμα Προαγωγής Αυτοβοήθειας συγκροτεί μια αξιόπιστη εναλλακτική πρόταση απεξάρτησης, με δυνατότητα παροχής υπηρεσιών ποιότητας και ταυτόχρονα ιδιαίτερα οικονομικούς προϋπολογισμούς.

**- Η εμπάθυνση και εγκαθίδρυση των ολοκληρωμένων εκπαιδευτικών δράσεων των Προγραμμάτων Προαγωγής Αυτοβοήθειας.** Η εκπαίδευση αποτελεί ένα από τους βασικούς στόχους των Προγραμμάτων Προαγωγής Αυτοβοήθειας. Η εκπαίδευση αφορά τόσο τους/τις άμεσα ενδιαφερόμενους/ες (ανθρώπους με πρόβλημα εξάρτησης και μέλη του συγγενικού τους περιβάλλοντος, ανθρώπους που ενδιαφέρονται για τη συγκρότηση ομάδων αυτοβοήθειας/ αλληλοβοήθειας για ζητήματα υγείας), όσο και φοιτητές και αποφοίτους σχολών κοινωνικών, ανθρωπιστικών επιστημών και επιστημών υγείας και επαγγελματίες υγείας.

Ιδιαίτερη μνεία, τέλος, πρέπει να γίνει στο ετήσιο Πρόγραμμα Εκπαίδευσης στο πεδίο των εξαρτήσεων που διενεργούν τα Προγράμματα Προαγωγής Αυτοβοήθειας, το οποίο απευθύνεται σε επιστήμονες διάφορων επιστημονικών πεδίων και το οποίο συνδυάζει πρακτική άσκηση και θεωρητική εμπάθυνση. Το εν λόγω εκπαιδευτικό Πρόγραμμα, το οποίο παρέχεται δωρεάν, έχει εγκαθιδρυθεί ως ένα σημαντικό εκπαιδευτικό Πρόγραμμα του πεδίου των εξαρτήσεων και κάθε χρόνο δεκάδες επιστήμονες εκδηλώνουν ενδιαφέρον για την παρακολούθησή του.

**- Η συνέχιση των υφιστάμενων δράσεων και η δημιουργία νέων δράσεων σε μια πολύ δύσκολη χρονιά για το μέλλον των Προγραμμάτων Προαγωγής Αυτοβοήθειας, λόγω προβλημάτων στις διαδικασίες συνέχισης της λειτουργίας τους.** Οι τελευταίες δύο χρονιές (2017 και 2018) ήταν ιδιαίτερα δύσκολες για τη συνέχιση των Προγραμμάτων Προαγωγής Αυτοβοήθειας. Καθυστέρησαν οι διαδικασίες ανανέωσης των συμβάσεων λειτουργίας των Προγραμμάτων, με αποτέλεσμα να υπάρχουν μεγάλες περίοδοι (έως και 8 μήνες) όπου δεν υπήρχε ροή χρηματοδότησης και κυρίως δεν δινόταν απαντήσεις και δεσμεύσεις για τη συνέχιση λειτουργίας των προγραμμάτων. Όπως είναι φυσικό, η κατάσταση ανασφάλειας και αβεβαιότητας επηρέασε σε μεγάλο βαθμό την τρέχουσα λειτουργία των προγραμμάτων. Η συνέχιση κατέστη δυνατή χάρη στην ισχυρή δέσμευση που επέδειξε το προσωπικό των προγραμμάτων, που συνέχισε να εργάζεται, χωρίς να προβαίνει σε εκπτώσεις σε επίπεδο δουλειάς, μένοντας για μεγάλα διαστήματα χωρίς πληρωμή. Υπό αυτό το πρίσμα, η συνέχιση των δράσεων των Προγραμμάτων κατά το 2018 και η συνέχιση παροχής υπηρεσιών σε τόσο μεγάλο αριθμό ανθρώπων αποκτά ακόμη μεγαλύτερη σημασία.