

Απαντήσεις της κ. Στ.Μπαζίγου* σε ερωτήσεις των παιδιών της Β΄Τάξης

1. Τι σας ώθησε να κάνετε αυτή τη δουλειά;

Τα προσωπικά μας βιώματα και η ιστορία μας είναι αυτά που μας κάνουν να επιλέξουμε αυτή τη δουλειά. Φροντίζοντας άλλους ανθρώπους, παίρνουμε μια ευχαρίστηση συμβολικά σα να φροντίζουμε το πληγωμένο παιδί που ήμασταν μικροί.

2. Πώς μπορούμε να πείσουμε έναν δικό μας άνθρωπο να πάει σε ψυχολόγο;

Μπορούμε να αναφερθούμε στις συμπεριφορές του που μας ενοχλούν και να του εξηγήσουμε ότι ένας τρόπος να προσπαθήσει να τις αλλάξει και να καλυτερεύσει τις σχέσεις του με τους άλλους και με τον εαυτό του είναι αυτός. Επίσης, μπορούμε να του δώσουμε παραδείγματα δικά μας είτε άλλων ανθρώπων που πήγαν και ωφελήθηκαν. Μιλώντας για κοντινούς μας ανθρώπους που επισκέπτονται ψυχολόγο, σπάνε και το ταμπού ότι όποιος πάει στον ψυχολόγο είναι «τρελός».

3. Πώς νιώθετε, όταν αποτυγχάνετε να αντιμετωπίσετε ένα πρόβλημα;

Νιώθω απογοήτευση και ματαιώση. Αυτό είναι κάτι που προκύπτει πολύ συχνά γιατί όσο και να θέλουμε πρέπει να αποδεχτούμε ότι δεν έχουμε τη δύναμη να λύσουμε πάντα τα προβλήματα. Πρέπει να μάθουμε να αντέχουμε τη ματαιώση και να αρκούμαστε έστω και σε κάτι μικρό που μπορούμε να πετύχουμε.

4. Πόσο δύσκολο είναι να συνεργαστείτε με έναν έφηβο που είναι ιδιαίτερα κλειστό άτομο;

Όταν ένας έφηβος αλλά και ενήλικας είναι κλειστός χαρακτήρας, δηλαδή εσωστρεφής και δεν αρέσει να μοιράζεται σκέψεις του με άλλους, μπορεί να χρειαστεί χρόνος και επιμονή μέχρι να μπορέσει να μας ανοιχτεί. Είναι σημαντικό να περιμένουμε και να μην απογοητευτούμε. Ένας τρόπος είναι να ενδιαφερθούμε εμείς για τα πεδία ενδιαφέροντος του, ώστε να μπορέσουμε να μιλήσουμε για πράγματα που τον ενδιαφέρουν.

5. Πώς παρουσιάζετε την άποψη σας σε ένα άτομο και τι κάνετε, όταν δεν τη δέχεται;

Η άποψη μας είναι υποκειμενική και όχι απόλυτη αλήθεια. Ο άνθρωπος που μας επισκέπτεται έχει κάθε δικαίωμα να την αμφισβητήσει και να διαφωνήσει. Άλλωστε αυτό είναι κομμάτι κάθε ανθρώπινης σχέσης. Το μόνο που μπορούμε να κάνουμε είναι να κάνουμε τον άλλο να μας εμπιστευτεί και να μας δει ως κάποιον που ενδιαφέρεται για αυτόν. Έτσι μπορεί να σκεφτεί και να λάβει υπόψιν αυτό που του λέμε.

6. Σας επισκέπτονται περισσότερες κορίτσια απ' ότι αγόρια και ποια συμβουλή δίνετε όταν πρόκειται για λεκτική και σωματική βία;

Γενικά οι γυναίκες απευθύνονται περισσότερο στο ψυχολόγο ζητώντας βοήθεια και υποστήριξη. Αν ψάξουμε σε έρευνες που έχουν γίνει, μπορούμε να βρούμε πολλές πιθανές εξηγήσεις. Προσωπικά πιστεύω ότι για λόγους κοινωνικούς, τα κορίτσια μαθαίνουν περισσότερο να εσωτερικεύουν, ενώ τα αγόρια είναι πιο ανεκτό ή και αναμενόμενο να κάνουν αταξίες. Πάντως, τα ποσοστά κατάθλιψης είναι μεγαλύτερα στα κορίτσια και τα ποσοστά ΔΕΠΥ (Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας) μεγαλύτερα στα αγόρια. Τη βία είτε είναι σωματική είτε λεκτική δεν πρέπει να την ανεχόμαστε. Αν μένουμε σε μια σχέση που έχει κάποια μορφή βίας πρέπει να αναρωτηθούμε γιατί. Έχει να κάνει με τη χαμηλή αυτοπεποίθησή μας και την ανασφάλειά μας; Έχει να κάνει με το μοντέλο σχέσεων που έχουμε ζήσει έως τώρα;

7. Πώς βοηθάτε έναν πρόσφυγα έφηβο που σας επισκέπτεται;

Δουλεύω με έφηβους πρόσφυγες και είναι μια πολύ δύσκολη δουλειά. Πρώτα, πρέπει να έχουν εξασφαλίσει την επιβίωσή τους, κάτι που βέβαια δεν εξαρτάται από τον ψυχολόγο. Συνήθως πρόκειται για εφήβους που έχουν βιώσει πολλούς τραυματισμούς, οπότε η παθολογία τους είναι σοβαρή. Η παθολογία αυτή εκδηλώνεται μόλις φτάσουν σε έναν ασφαλή τόπο, γιατί μέχρι τότε παλεύουν για την επιβίωση. Οι περιπτώσεις βέβαια είναι πολύ διαφορετικές μεταξύ τους και έχει να κάνει με την ιστορία του καθενός: πώς ζούσε πριν φύγει από τη χώρα του; Τι τον ανάγκασε να φύγει από εκεί; Έχει διατηρήσει δεσμούς με την οικογένεια και τους ομοεθνείς του;

8. Πώς μπορούμε να αντιμετωπίσουμε τον χωρισμό των γονιών μας;

Ο χωρισμός των γονιών δε βιώνεται πάντα τραυματικά, ιδίως αν δεν είναι συγκρουσιακός. Για να προκύψει η επιθυμία των γονέων να χωρίσουν, σημαίνει ότι υπήρχαν προβλήματα. Άρα μπορούμε να σκεφτούμε κατά πόσο είναι καλύτερο να ζήσουμε με τα προβλήματα αυτά. Και έπειτα, οι γονείς συνεχίζουν να είναι γονείς και μετά το χωρισμό. Το πρόβλημα υπάρχει περισσότερο όταν μετά τον χωρισμό δεν υπάρχει καλή συνεννόηση μεταξύ των δύο πρώην συζύγων.

* Η Σταυρούλα Μπαζίγου πραγματοποίησε τις προπτυχιακές της σπουδές στο τμήμα Ψυχολογίας του Παντείου Πανεπιστημίου και τις μεταπτυχιακές της σπουδές στην «Κλινική Ψυχολογία και Ψυχοπαθολογία» στο Πανεπιστήμιο Paris V στο Παρίσι. Στη συνέχεια εργάστηκε σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας στο Παρίσι και έκανε την προσωπική της ανάλυση με τακτικό μέλος της Ψυχαναλυτικής Εταιρίας του Παρισιού. Μετά την επιστροφή της στην Ελλάδα, εργάστηκε στην Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής. Από το 2018, εργάζεται ως ψυχολόγος σε δημόσια σχολεία και διατηρεί το ιδιωτικό της γραφείο στην Καλαμάτα. Τέλος, είναι εκπαιδευόμενη στην Ελληνική Εταιρεία Αναλυτικής Ομαδικής και Οικογενειακής Ψυχοθεραπείας.