

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΕΘΝΙΚΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ

INTERACT_ΔΙΑΤΟΜΕΑΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ
ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΤΗΣ ΕΛΛΕΙΨΗΣ ΣΤΕΓΗΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ

Πρότυπα/Standards INTERACT

S1 - Στην παρέμβαση για την αντιμετώπιση της αστεγίας, η δομή/Υπηρεσία/παρέμβαση εφαρμόζει εξειδικευμένες προσεγγίσεις ως προς το φύλο που προάγουν την κοινωνική ισότητα ανάμεσα στα φύλα.

S2 - Η δομή/Υπηρεσία/παρέμβαση παρέχει ολοκληρωμένες, ενιαίες και συνδεδεμένες υπηρεσίες για την ανταπόκριση στις αλληλένδετες και σύνθετες ανάγκες των γυναικών που βιώνουν αστεγία σε όλες τους τις εκφάνσεις.

S3 - Η δομή/Υπηρεσία/παρέμβαση προσφέρει υποστήριξη με επίγνωση του τραύματος και άμεση ανταπόκριση στο αίτημα (χωρίς προϋποθέσεις) εισόδου (low threshold) στις γυναίκες σε αστεγία, ιδίως σε εκείνες που έχουν βιώσει έμφυλη βία και κάνουν χρήση ουσιών.

S4 - Η δομή/Υπηρεσία/παρέμβαση εμπλέκει τις γυναίκες σε αστεγία στον σχεδιασμό, την εφαρμογή, την αξιολόγηση, την προσαρμογή και τη συνεχή βελτίωση της παρέμβασης.

S5 - Η δομή/Υπηρεσία/παρέμβαση λαμβάνει υπόψη του δείκτες φύλου και την κατηγοριοποίηση των δεδομένων με βάση το φύλο στην παρακολούθηση και αξιολόγηση της παρέμβασης που στοχεύει σε άτομα που βιώνουν αστεγία.

Υποστήριξη αστέγων γυναικών που έχουν βιώσει πολλαπλές ευαλωτότητες

Η υποστήριξη αστέγων γυναικών με πολλαπλές ευαλωτότητες που έχουν υποστεί βία, απαιτεί μια **διεπιστημονική προσέγγιση, η οποία θα λαμβάνει υπόψη τη διάσταση του φύλου και θα βασίζεται στην προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων.**

Πολλοί φορείς εξακολουθούν να βασίζονται κατά κύριο λόγο στις εμπειρίες των αστέγων ανδρών, δημιουργώντας εμπόδια για την αποτελεσματική υποδοχή των αιτημάτων των αστέγων γυναικών.

Προκειμένου να αντιμετωπιστεί το θέμα αυτό, είναι ζωτικής σημασίας να ενταχθούν η μείωση της βλάβης, η φροντίδα με επίγνωση του τραύματος, οι στρατηγικές αντιμετώπισης της έμφυλης βίας και μοντέλα όπως το “Πρώτα η Στέγη” (Housing First). Μαζί, αυτές οι προσεγγίσεις διαμορφώνουν μια **ολοκληρωμένη, προσωποκεντρική μεθοδολογία που ανταποκρίνεται στις ιδιαίτερες ανάγκες των άστεγων γυναικών**. Η μείωση της βλάβης, η φροντίδα με επίγνωση του τραύματος, οι στρατηγικές αντιμετώπισης της έμφυλης βίας και το πρόγραμμα “Πρώτα η Στέγη” (Housing First), όταν **εφαρμόζονται με ολοκληρωμένο τρόπο, ενθαρρύνουν τους φορείς να λαμβάνουν υπόψη τη διάσταση του φύλου**, αντιμετωπίζοντας τις σύνθετες ανάγκες των γυναικών που βιώνουν βία, τραύμα και περιθωριοποίηση, ενώ παρέχουν σταθερότητα και χώρο για θεραπεία.

Μια συντονισμένη, διαθεματική προσέγγιση είναι απαραίτητη για να διασφαλιστεί η ασφάλεια και η αυτονομία των γυναικών και οι μακροπρόθεσμες λύσεις για την έξοδο τους από τη βία και την έλλειψη στέγης.

Ενότητα 1

Υποστήριξη γυναικών που
βιώνουν αστεγία:

Προσεγγίσεις που λαμβάνουν
υπόψη τη διάσταση του
φύλου και διατομεακές
προσεγγίσεις για την
αντιμετώπιση σύνθετων
αναγκών και πολλαπλών

διακρίσεων.

Ενότητα 2

Η Μείωση της Βλάβης και το
πρόγραμμα «Πρώτα η Στέγη»
με γνώμονα το φύλο.
Ολοκληρωμένες προσεγγίσεις
για τη στήριξη των άστεγων
γυναικών.

Ενότητα 3

Η φροντίδα με επίγνωση του
τραύματος. Τρόποι
δημιουργίας ασφαλέστερων
χώρων και πρακτικών τόσο
για τις γυναίκες σε αστεγία
όσο και για τους ίδιους τους
επαγγελματίες.

Ενότητα 4

Η επικοινωνία μεταξύ των
φορέων. Διαμοιρασμός
ορολογίας και στρατηγικών
για αποτελεσματικότερη
υποστήριξη των γυναικών
που βιώνουν αστεγία.

Παρεμβάσεις με γνώμονα τη διάσταση του φύλου: Ενισχύοντας την «επούλωση» και τη δύναμη σε γυναίκες που αντιμετωπίζουν ακραία ευαλωτότητα

Αν και κάθε ενότητα απευθύνεται σε έναν ξεχωριστό τομέα εξειδίκευσης, το περιεχόμενό τους διασταυρώνεται με σημαντικούς και ουσιαστικούς τρόπους, ιδίως σε σχέση με την **πολύπλοκη πραγματικότητα που αντιμετωπίζουν οι άστεγες γυναίκες** - οι οποίες συχνά βιώνουν έμφυλη βία μαζί με πολλαπλές ευαλωτότητες, συμπεριλαμβανομένου του τραύματος και της προβληματικής χρήσης ουσιών (PSU).

Για παράδειγμα, η μείωση της βλάβης και η φροντίδα με επίγνωση του τραύματος παρέχουν μη επικριτικά, ανθρωποκεντρικά πλαίσια σχεδιασμένα για την αντιμετώπιση των συνεπειών της βίας και της δομικής περιθωριοποίησης. Οι προσεγγίσεις αυτές ενισχύονται περαιτέρω όταν εφαρμόζονται σε ένα πλαίσιο με γνώμονα τη διάσταση το φύλου.

Στο επίκεντρο αυτών των προσπαθειών βρίσκεται η επιτακτική ανάγκη για **συνεργασία μεταξύ των φορέων**. Η ανάπτυξη ισχυρών δικτύων και η υιοθέτηση **κοινής μεθοδολογίας** είναι απαραίτητες για τη διασφάλιση της συνέχειας της φροντίδας, της ασφάλειας και της ενδυνάμωσης των γυναικών σε αστεγία.

Αίτια και παράγοντες που συμβάλλουν στην αστεγία των γυναικών

- **Ενδοοικογενειακή βία και κακοποίηση:** Πολλές γυναίκες μένουν άστεγες επειδή διαφεύγουν από κακοποιητικές σχέσεις ή ενδοοικογενειακή βία. Αυτή είναι μια από τις κύριες αιτίες αστεγίας στις γυναίκες.
- **Φτώχεια και οικονομική ανασφάλεια:** Οι γυναίκες συχνά προέρχονται από περιβάλλοντα φτώχειας και κοινωνικού αποκλεισμού, τα οποία αυξάνουν σημαντικά τον κίνδυνο να μείνουν άστεγες. Η περιορισμένη πρόσβαση σε οικονομικά προσιτή στέγαση και ευκαιρίες απασχόλησης επιδεινώνει αυτές τις προκλήσεις.
- **Υγεία και τραύμα:** Ζητήματα ψυχικής υγείας, τραύμα και προβλήματα σωματικής υγείας είναι συχνά μεταξύ των άστεγων γυναικών. Αυτά μπορεί να προέρχονται από εμπειρίες βίας, κακοποίησης ή συστημικών διακρίσεων.
- **Υποχρεώσεις παροχής φροντίδας σε άλλους:** Οι γυναίκες αναλαμβάνουν συχνά ρόλους παροχής φροντίδας, όπως η φροντίδα παιδιών ή ηλικιωμένων μελών της οικογένειας, γεγονός που επηρεάζει τη στεγαστική τους σταθερότητα. Η έλλειψη επαρκούς υποστήριξης μπορεί να εντείνει την ευπάθειά τους.
- **Κοινωνική περιθωριοποίηση:** Οι γυναίκες από περιθωριοποιημένες ομάδες, όπως οι εθνοτικές μειονότητες, οι αυτόχθονες πληθυσμοί ή τα άτομα με αναπηρία, αντιμετωπίζουν επιπρόσθετες διακρίσεις, αυξάνοντας τον κίνδυνο να μείνουν άστεγες.
- **Ταυτότητες ΛΟΑΤΚΙ+:** Οι ομοφυλόφιλες, οι αμφιφυλόφιλες, οι διαφυλικές, οι κουήρ, οι ίντερσεξ και οι ασέξουαλ γυναίκες αποτελούν το μεγαλύτερο ποσοστό των άστεγων πληθυσμών. Συχνά βιώνουν οικογενειακή απόρριψη, στιγματισμό και βία, γεγονός που οδηγεί σε υψηλότερο κίνδυνο να μείνουν άστεγες.
- **Μετανάστευση και εκτοπισμός:** Οι μετανάστριες, οι πρόσφυγες και οι γυναίκες που αιτούνται άσυλο αντιμετωπίζουν μοναδικές προκλήσεις, όπως η βία κατά τη μετανάστευση, οι διακρίσεις στις χώρες υποδοχής και τα εμπόδια στην πρόσβαση σε βασικές υπηρεσίες. Οι διεμφυλικές γυναίκες και οι γυναίκες χωρίς προσδιορισμό φύλου (gender non-conforming women) είναι ιδιαίτερα ευάλωτες στη σωματική και σεξουαλική βία κατά τη διάρκεια του εκτοπισμού.

Βασικές προκλήσεις και εμπειρίες των γυναικών που βιώνουν την αστεγία

- **Κίνδυνοι για την ασφάλεια** – Οι γυναίκες αντιμετωπίζουν μεγαλύτερους κινδύνους βίας, εκμετάλλευσης και κακοποίησης όταν είναι άστεγες.
- **Κρυφή αστεγία** – Οι γυναίκες συχνά παραμένουν λιγότερο ορατές από τους άνδρες, μένοντας σε μη ασφαλείς ή προσωρινές συνθήκες.
- **Διαφορετική ανταπόκριση** – Οι γυναίκες βιώνουν την αστεγία με διαφορετικό τρόπο από τους άνδρες, συχνά λόγω βίας και υποχρεώσεων παροχής φροντίδας σε άλλους, γεγονός που απαιτεί εξειδικευμένη υποστήριξη με γνώμονα τη διάσταση του φύλου.
- **Στιγματισμός και διακρίσεις** – Οι γυναίκες αντιμετωπίζουν μεγαλύτερο στιγματισμό από τους άνδρες λόγω της χρήσης ουσιών, της περιθωριοποίησης και των προκαταλήψεων λόγω φύλου, γεγονός που περιορίζει την πρόσβασή τους σε υποστήριξη και υπηρεσίες.
- **Αναπαραγωγική υγεία και περιορισμένη πρόσβαση σε περίθαλψη** – Πολλές γυναίκες δεν έχουν πρόσβαση σε υπηρεσίες αναπαραγωγικής υγείας και σε προϊόντα εμμήνου ρύσεως.
- **Αναπηρίες και ψυχική υγεία** – Τα υψηλότερα ποσοστά αναπηριών και προβλημάτων ψυχικής υγείας επηρεάζουν τις γυναίκες σε αστεγία.
- **Εμπόδια στην πρόσβαση στις υπηρεσίες και έλλειψη προγραμμάτων ειδικά σχεδιασμένα για γυναίκες** – Οι υπηρεσίες συχνά δεν διαθέτουν χώρους μόνο για γυναίκες και εκπαίδευση προσωπικού με γνώμονα τη διάσταση του φύλου.
- **Αυξημένος κίνδυνος σεξουαλικής εκμετάλλευσης και καταναγκαστικής εργασίας** – Οι γυναίκες είναι πιο ευάλωτες στη σεξουαλική εκμετάλλευση και την εμπορία ανθρώπων.

Συγκεκριμένες ανάγκες και παρεμβάσεις για τις άστεγες γυναίκες

- **Αυτονομία και ενδυνάμωση των γυναικών:** Η τοποθέτηση των γυναικών στο επίκεντρο των υπηρεσιών υποστήριξης, με έμφαση στην αυτονομία και τη λήψη αποφάσεων, είναι απαραίτητη για τη μακροπρόθεσμη ενδυνάμωση και την αποκατάσταση.
- **Ασφαλής στέγη:** Η δυνατότητα πρόσβασης σε στέγες που προσανατολίζονται στις ανάγκες των γυναικών ενισχύει τη σταθερότητα και την αίσθηση ασφάλειας.
- **Ολιστική υποστήριξη:** Η αντιμετώπιση των οικονομικών, υγειονομικών και κοινωνικών αναγκών είναι καθοριστική για βιώσιμες οδούς προς την έξοδο της αστεγιάς.
- **Υπηρεσίες με γνώμονα τη διάσταση του φύλου:** Η προσαρμογή των παρεμβάσεων στις συγκεκριμένες εμπειρίες ζωής των γυναικών- συμπεριλαμβανομένης της βίας, της παροχής φροντίδας σε άλλους και τα εμπόδια που συνδέονται με το φύλο- ενισχύει την αποτελεσματικότητα των υπηρεσιών.
- **Υποστήριξη μητρότητας και παιδικής μέριμνας:** Η παροχή εξειδικευμένης υποστήριξης στις μητέρες, συμπεριλαμβανομένης της πρόσβασης σε υπηρεσίες παιδικής μέριμνας, υπηρεσίες υγείας και άδεια μητρότητας, είναι καθοριστικής σημασίας για την ενδυνάμωση των άστεγων γυναικών με παιδιά.
- **Ψυχική υγεία, χρήση ουσιών και φροντίδα με επίγνωση του τραύματος:** Η ταυτόχρονη αντιμετώπιση των διαταραχών ψυχικής υγείας και της χρήσης ουσιών, σε συνδυασμό με την παροχή υπηρεσιών που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα, είναι απαραίτητη για την υποστήριξη των γυναικών στην υπέρβαση των εμποδίων προς τη σταθερότητα και τη μακροπρόθεσμη αποκατάσταση.
- **Ευκαιρίες απασχόλησης και εκπαίδευσης:** Η παροχή πρόσβασης σε επαγγελματική κατάρτιση, εκπαίδευση και ευκαιρίες απασχόλησης είναι απαραίτητη για τη μακροπρόθεσμη οικονομική αυτονομία και την επανένταξη στην κοινωνία.

Τα θεμέλια της προσέγγισης: Εισαγωγή στις εκπαιδευτικές ενότητες

Αφού έχει καταδειχθεί η σημασία μιας διεπιστημονικής, με γνώμονα τη διάσταση του φύλου και βασισμένη στα ανθρώπινα δικαιώματα, προσέγγισης για την υποστήριξη των γυναικών που βιώνουν αστεγία και αντιμετωπίζουν πολλαπλές ευαλωτότητες, η παρουσίαση στρέφεται πλέον στα συγκεκριμένα εργαλεία και τις μεθόδους που θα βοηθήσουν στην αποτελεσματική εφαρμογή αυτής της προσέγγισης.

Σε αυτή την εκπαίδευση, θα αναπτυχθούν τέσσερις βασικές ενότητες, κάθε μία από τις οποίες έχει σχεδιαστεί για να παρέχει εκτενής γνώση και πρακτικές δεξιότητες.



Ενότητα 1 – Βασικό Περιεχόμενο

Θεωρίες, προοπτικές και πρακτικές που λαμβάνουν υπόψη τη διάσταση του φύλου:

- Προσέγγιση με γνώμονα τη διάσταση του φύλου – Θεωρητικά πλαίσια
- Πρακτικές με γνώμονα τη διάσταση του φύλου
- Έμφυλη βία – Φαινομενολογία και νομικό πλαίσιο

Διαθεματική προσέγγιση της έλλειψης στέγης των γυναικών:

- Διαθεματική θεωρία και προσέγγιση
- Προνόμια και παράγοντες καταπίεσης
- Πολλαπλές διακρίσεις
- Η σοβαρή περιθωριοποίηση που αντιμετωπίζουν τα θηλυκοποιημένα άτομα
- Αναγνώριση της βίας στις γυναίκες που βιώνουν αστεγία – Ιδιαιτερότητες και προκλήσεις



ΟΡΙΣΜΟΣ

Η ευαισθησία σε θέματα φύλου είναι η ικανότητα αναγνώρισης και κατανόησης των κοινωνικών ρόλων, των στερεοτύπων και των ανισοτήτων που σχετίζονται με το φύλο, καθώς και η προώθηση της ισότητας μεταξύ των φύλων.

Περιλαμβάνει την κατανόηση της δυναμικής που υπάρχει στην κοινωνία λόγω του φύλου και την αντιμετώπιση τυχόν προκαταλήψεων και ανισοτήτων.

ΘΕΩΡΗΤΙΚΑ ΘΕΜΕΛΙΑ

- **Θεωρία του Φύλου:** Η θεωρία αυτή εστιάζει στο «κοινωνικό φύλο» (gender), διακρίνοντας το από το βιολογικό φύλο (sex), και ερευνά πώς οι κοινωνικοί ρόλοι, τα στερεότυπα και η ταυτότητα φύλου διαμορφώνουν τον τρόπο που αντιλαμβανόμαστε και αλληλεπιδρούμε με τους άλλους καθώς και τις δυναμικές εξουσίας και τις ατομικές εμπειρίες.
- **Φεμινιστική Θεωρία:** Η φεμινιστική θεωρία του φύλου είναι η θεωρητική και φιλοσοφική προσέγγιση του φεμινισμού που εστιάζει στην κατανόηση της ανισότητας μεταξύ των φύλων. Εξετάζει πώς κοινωνικοί ρόλοι, εμπειρίες, ενδιαφέροντα και πολιτικές διαμορφώνουν τις ζωές των γυναικών και των ανδρών, αναλύοντας θέματα όπως η καταπίεση, η πατριαρχία, τα στερεότυπα και η σεξουαλική αντικειμενοποίηση
- **Διαθεματικός Χαρακτήρας:** Η διαθεματικότητα (intersectionality) είναι μια θεωρία που εξηγεί πώς διαφορετικά κοινωνικά χαρακτηριστικά, όπως η φυλή, το φύλο, η τάξη, η σεξουαλικότητα κ.ά., αλληλεπιδρούν και δημιουργούν ένα μοναδικό σύστημα διακρίσεων και προνομίων για τα άτομα. Αυτό σημαίνει ότι η εμπειρία της καταπίεσης δεν είναι απλώς το άθροισμα των επιμέρους καταπιέσεων, αλλά μια νέα και ιδιαίτερη εμπειρία που δημιουργείται από την διασταύρωση αυτών των ταυτοτήτων. Η διαθεματικότητα βοηθά στην κατανόηση του πώς η καταπίεση και οι διακρίσεις λειτουργούν στην πράξη, λαμβάνοντας υπόψη όλες τις πτυχές της ταυτότητας ενός ατόμου.

- **Κοινωνικό φύλο (gender):** Είναι το κοινωνικό κατασκεύασμα που απαρτίζεται από ρόλους, συμπεριφορές, νόρμες, δραστηριότητες και χαρακτηριστικά που η εκάστοτε κοινωνία, κουλτούρα ή/και τάξη κάποιας δεδομένης ιστορικής περιόδου αποδίδει ως «τυπικά» της γυναίκας και του άνδρα (έχοντας ως βάση το μοντέλο της δυαδικότητας του φύλου). Το κοινωνικό φύλο είναι ως εκ τούτου άρρηκτα συνδεδεμένο με τις κοινωνικές προσδοκίες που συνδέονται με το αντιληφθέν ως βιολογικό φύλο των ατόμων.
- **Βιολογικό φύλο (sex):** Φυσικά χαρακτηριστικά που καθορίζουν τους άνδρες και τις γυναίκες (π.χ. χρωμοσώματα, ορμόνες, αναπαραγωγική ανατομία). Το βιολογικό φύλο αναφέρεται στα φυσικά και βιολογικά χαρακτηριστικά ενός ατόμου, όπως τα χρωμοσώματα, οι γονάδες, οι ορμόνες και τα ανατομικά όργανα, τα οποία καθορίζουν την αρσενική, θηλυκή ή μεσοφυλική ιδιότητα. Αποδίδεται κατά τη γέννηση και είναι διαφορετικό από την ταυτότητα φύλου.
- **Ταυτότητα φύλου:** Η εσωτερική αίσθηση ενός ατόμου ότι είναι αρσενικό, θηλυκό, διαφυλικό, μη δυαδικό ή οποιαδήποτε άλλη μη καθορισμένη έκφραση. Αφορά την εσωτερική αίσθηση ενός ατόμου για το φύλο του.

- **Έκφραση φύλου:** Ο τρόπος που ένα άτομο εκδηλώνει την ταυτότητα του φύλου του, μέσω χαρακτηριστικών όπως το ντύσιμο, το χτένισμα, η ομιλία και η κίνηση. Αυτή η εκδήλωση μπορεί να περιλαμβάνει την αρρενωπότητα, τη θηλυκότητα ή άλλες μη στερεοτυπικές συμπεριφορές, και δεν συνδέεται απαραίτητα με την ταυτότητα φύλου ή τον σεξουαλικό προσανατολισμό ενός ατόμου.
- **Σεξουαλικός προσανατολισμός:** Ο συναισθηματικός, ρομαντικός ή σεξουαλικός προσανατολισμός του ατόμου. Ο σεξουαλικός προσανατολισμός δεν είναι επιλογή και θεωρείται ότι διαμορφώνεται από τη σύνθετη αλληλεπίδραση βιολογικών, ψυχολογικών και περιβαλλοντικών παραγόντων. Είναι διακριτός από την σεξουαλική συμπεριφορά και την ταυτότητα φύλου.
- **Υποκειμενικότητα:** Η υποκειμενική αίσθηση του ατόμου σε σχέση με το φύλο και άλλες πτυχές της ταυτότητας του.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ

- **Ενημέρωση και εκπαίδευση:** Προώθηση της κατανόησης των προκαταλήψεων, των στερεοτύπων και των επιπτώσεών τους σε σχέση με το φύλο. Βοηθά στην κατανόηση του πώς οι κοινωνικές αντιλήψεις επηρεάζουν τις συμπεριφορές και τις αποφάσεις και ενισχύει την ικανότητα αναγνώρισης της άμεσης ή έμμεσης διάκρισης λόγω φύλου.
- **Συμπεριληπτική γλώσσα:** Χρήση γλώσσας -συμπεριληπτικής, μη προσβλητικής, χωρίς διακρίσεις- που σέβεται όλες τις ταυτότητες και εκφράσεις φύλου. Είναι σημαντικό η γλώσσα να είναι ουδέτερη και περιεκτική.
- **Σεβασμός στη διαφορετικότητα:** Αναγνώριση και σεβασμός των διαφορών στις ταυτότητες, τις εκφράσεις και τους προσανατολισμούς των φύλων. Κάθε άτομο έχει δικαίωμα στον αυτοπροσδιορισμό – να ορίζει το φύλο και την έκφρασή του όπως το ίδιο επιθυμεί. Αποφεύγουμε την επιβολή έμφυλων ρόλων ή προσδοκιών.



- **Ίση μεταχείριση:** Εξασφάλιση ίσων ευκαιριών και ίσης μεταχείρισης ανεξαρτήτως φύλου. Η ισότητα δεν σημαίνει ομοιομορφία αλλά δίκαιη μεταχείριση ανάλογα με τις ανάγκες και τις συνθήκες κάθε ατόμου.
- **Ενεργητική ακρόαση:** Ακρόαση και συνεκτίμηση των απόψεων ατόμων όλων των φύλων. Δεν διακόπτουμε, δεν υποτιμάμε, και δεν αγνοούμε απόψεις με βάση το φύλο του συνομιλητή/της συνομιλήτριας. Δίνουμε χώρο και φωνή σε άτομα που ενδεχομένως έχουν βιώσει αποκλεισμούς ή διακρίσεις.

ΕΥΑΙΣΘΗΣΙΑ ΣΕ ΘΕΜΑΤΑ ΦΥΛΟΥ

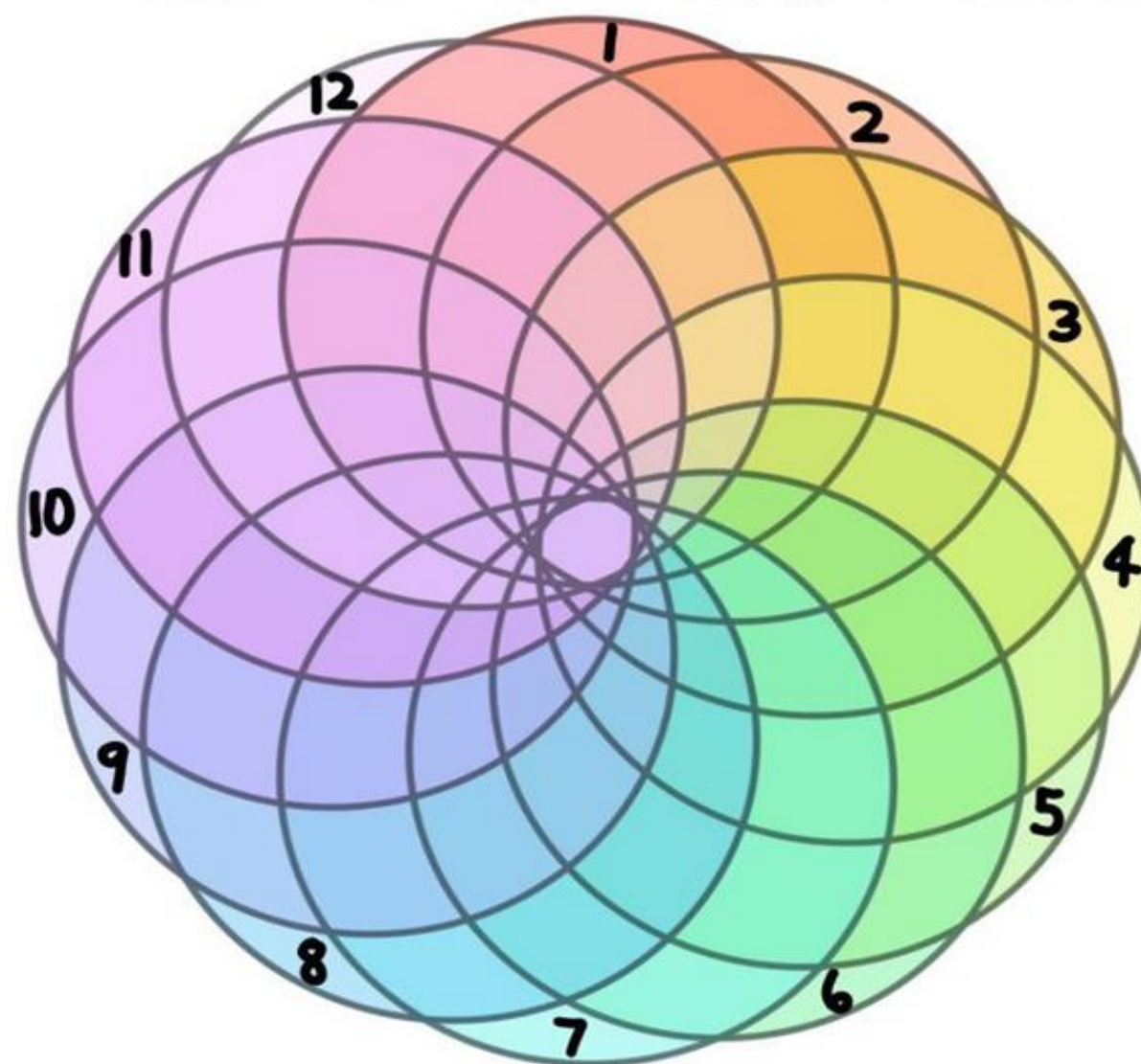
ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ

- **Εκπαίδευση και εργαστήρια:** Παροχή εκπαίδευσης σχετικά με την ευαισθησία σε θέματα φύλου για άτομα και ομάδες.
Περιλαμβάνει σεμινάρια, εργαστήρια ή υλικό που βοηθά στην κατανόηση του πώς οι κοινωνικές αντιλήψεις επηρεάζουν τις συμπεριφορές και τις αποφάσεις.
- **Ανάπτυξη πολιτικής:** Αυτές οι πολιτικές πρέπει να καλύπτουν όχι μόνο τη διάκριση μεταξύ ανδρών και γυναικών, αλλά και να αναγνωρίζουν και να υποστηρίζουν όλα τα φύλα και τις διαφορετικές εκφράσεις τους. Περιλαμβάνουν μηχανισμούς πρόληψης και αντιμετώπισης περιστατικών διακρίσεων ή παρενόχλησης, καθώς και διαδικασίες αναφοράς και υποστήριξης των εμπλεκόμενων.
- **Ανατροφοδότηση και υπευθυνότητα:** Η ανατροφοδότηση αποτελεί εργαλείο συνεχούς μάθησης και εξέλιξης, προωθώντας ένα περιβάλλον ανοικτού διαλόγου και σεβασμού. Παράλληλα, η υπευθυνότητα σημαίνει ότι κάθε άτομο αναλαμβάνει τις συνέπειες των πράξεών του, ειδικά όταν αυτές αφορούν σε έλλειψη σεβασμού ή διακρίσεις.

ΟΦΕΛΗ ΜΙΑΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ ΜΕ ΕΥΑΙΣΘΗΣΙΑ ΣΕ ΘΕΜΑΤΑ ΦΥΛΟΥ

- **Βελτιωμένες σχέσεις:** Προώθηση καλύτερων σχέσεων μέσω του σεβασμού και της κατανόησης.
- **Αυξημένη συμπεριληπτικότητα:** Δημιουργία περιβάλλοντος όπου όλα τα άτομα αισθάνονται ότι εκτιμώνται και συμπεριλαμβάνονται. Ένα περιβάλλον όπου αναγνωρίζονται και σέβονται όλες οι ταυτότητες φύλου ενισχύει την αίσθηση ασφάλειας και αποδοχής. Τα άτομα έχουν μεγαλύτερο κίνητρο να συμμετέχουν ενεργά και να προσφέρουν, γνωρίζοντας ότι η μοναδικότητά τους είναι αποδεκτή.
- **Ενισχυμένη ευημερία:** Υποστήριξη της ευημερίας των ατόμων με τη μείωση του στρες και των διακρίσεων λόγω φύλου. Η μείωση των διακρίσεων και του στρες που σχετίζονται με το φύλο συμβάλλει στη βελτίωση της ψυχικής και σωματικής υγείας των ατόμων. Αυτό έχει θετικό αντίκτυπο στην απόδοση, την ικανοποίηση και τη γενικότερη ποιότητα ζωής, τόσο σε προσωπικό όσο και σε επαγγελματικό επίπεδο.

INTERSECTIONALITY



- 1 Race
 - 2 Ethnicity
 - 3 Gender identity
 - 4 Class
 - 5 Language
 - 6 Religion
 - 7 Ability
 - 8 Sexuality
 - 9 Mental health
 - 10 Age
 - 11 Education
 - 12 Body size
- (...and many more...)

Intersectionality is a lens through which you can see where power comes and collides, where it locks and intersects. It is the acknowledgement that everyone has their own unique experiences of discrimination and privilege.

— Kimberlé Crenshaw —

@sylviaaduckworth

Ο διαθεματικός χαρακτήρας είναι ένας όρος που εισήγαγε η ακαδημαϊκός Kimberlé Crenshaw το 1989.

Αναφέρεται στον τρόπο με τον οποίο οι πολλαπλές κοινωνικές ταυτότητες, όπως το φύλο, η φυλή, η τάξη, η αναπηρία και ο σεξουαλικός προσανατολισμός, επικαλύπτονται και αλληλεπιδρούν, δημιουργώντας συχνά συγκεκριμένες και σύνθετες μορφές διακρίσεων ή καταπίεσης.

Η αναγνώριση αυτών των διασταυρώσεων είναι απαραίτητη όταν υποστηρίζουμε γυναίκες ή άλλα άτομα που έχουν επιβιώσει από την έμφυλη βία, καθώς οι εμπειρίες τους διαμορφώνονται από πολύπλοκους και αλληλένδετους κοινωνικούς παράγοντες.

Η **διαθεματική** προσέγγιση επιτρέπει την αναγνώριση και την κατανόηση της **πολυπλοκότητας** των ατομικών εμπειριών, λαμβάνοντας υπόψη **πώς παράγοντες** όπως το φύλο, η εθνικότητα, η κοινωνική τάξη, η αναπηρία, ο σεξουαλικός προσανατολισμός, η ηλικία ή το μεταναστευτικό καθεστώς **διασταυρώνονται και διαμορφώνουν τους άξονες καταπίεσης και διακρίσεων που αντιμετωπίζουν τα άτομα.**

Χωρίς αυτή την προοπτική, **κινδυνεύουμε να υπεραπλουστεύσουμε ή να ελαχιστοποιήσουμε και να αδιαφορήσουμε για τα εμπόδια που** αντιμετωπίζουν οι γυναίκες και άλλες υποκειμενικότητες που επιβιώνουν από τη βία -ιδιαίτερα οι άστεγες, οι μετανάστριες, οι ΛΟΑΤΚΙΑ+, οι επιζώσες της εμπορίας ανθρώπων ή της σεξουαλικής εκμετάλλευσης ή τα άτομα με αναπηρία.

ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ

Ο ΟΡΙΣΜΟΣ ΑΠΟ ΤΗ

ΣΥΜΒΑΣΗ ΤΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΗΣ

Κεφάλαιο I, άρθρο 3

Ως **βία κατά των γυναικών** νοείται η παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και οι μορφές διάκρισης κατά των γυναικών και οι οποίες περιλαμβάνουν πράξεις έμφυλης βίας που επιφέρουν, ή είναι πιθανό να επιφέρουν, σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική ή οικονομική βλάβη ή να προκαλέσουν πόνο στις γυναίκες, συμπεριλαμβανομένων των απειλών για αντίστοιχες πράξεις, του καταναγκασμού ή της αυθαίρετης στέρησης της ελευθερίας, είτε λαμβάνουν χώρα στη δημόσια είτε στην ιδιωτική ζωή.

ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΜΕΤΑΞΥ ΣΥΓΚΡΟΥΣΗΣ ΚΑΙ ΒΙΑΣ

Σύγκρουση

- Αμοιβαία συμφωνία για διάλογο
- Ισορροπημένη κατανομή της ισχύος/εξουσίας μεταξύ των μερών
- Απρόβλεπτο αποτέλεσμα: και οι δύο πλευρές μπορεί να έχουν βάσιμα επιχειρήματα ή να καταλήξουν σε συμβιβασμό
- Δεν υπάρχει υποταγή ή ταπείνωση

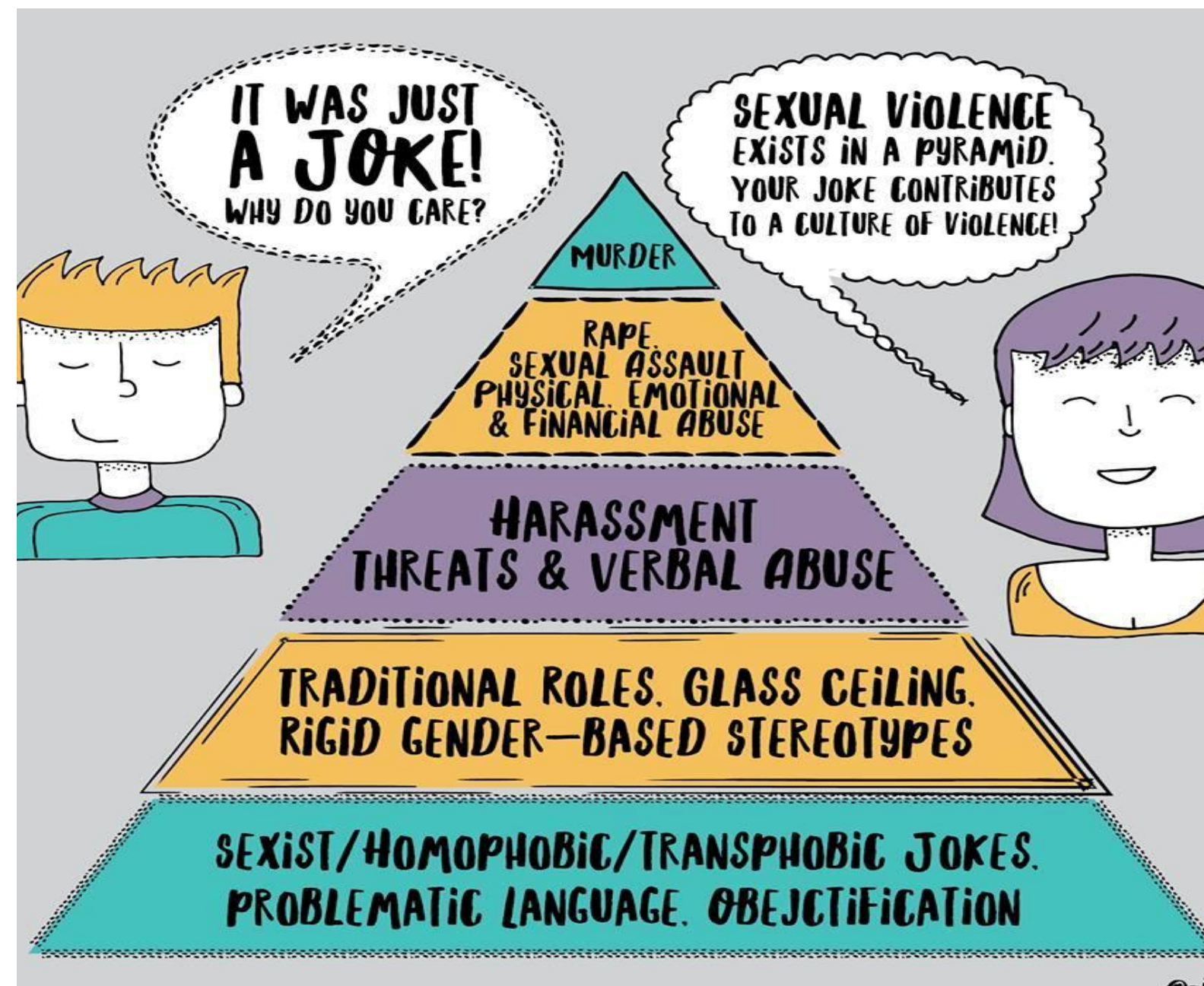
Βία

- Δεν υπάρχει συγκατάθεση
- Ανισότητα στην κατανομή ισχύος/εξουσίας μεταξύ των μερών
- Προβλέψιμο αποτέλεσμα: η ίδια πλευρά κυριαρχεί πάντα
- Το μέρος που βλάπτεται, υφίσταται απειλή για την ασφάλεια ή την ευημερία του
- Το ένα μέρος ελέγχεται συνεχώς από το άλλο

Η **ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ** εκδηλώνεται με διάφορες μορφές, από τις πιο ορατές μέχρι άλλες, κρυφές μορφές όπως οι πράξεις επιθετικότητας στο διαδίκτυο. Παρόλο που δεν ταξινομείται σε στενά αυστηρές κατηγορίες, μπορούμε να πούμε πως η **ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ** διακρίνεται σε ορισμένους κυρίαρχους τύπους:

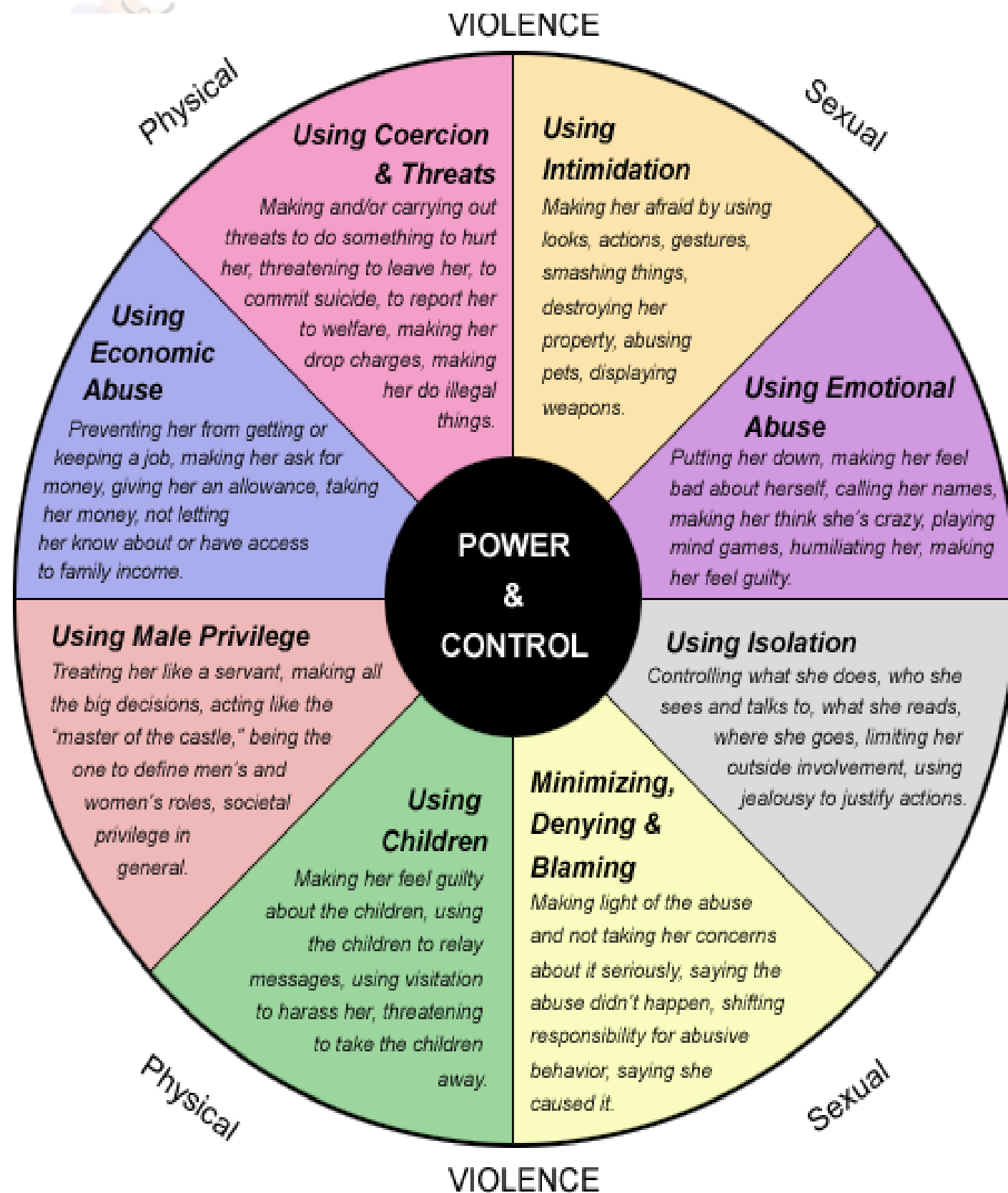
- ΣΩΜΑΤΙΚΗ ΒΙΑ
- ΛΕΚΤΙΚΗ ΒΙΑ
- ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ ΒΙΑ
- ΠΑΡΕΝΟΧΛΗΣΗ, ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΠΑΡΕΝΟΧΛΗΣΗ ΚΑΙ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΒΙΑ
- ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΒΙΑ
- ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΒΙΑ
- ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ (STALKING), ΗΘΙΚΗ ΠΑΡΕΝΟΧΛΗΣΗ (MOBBING)
- ΨΗΦΙΑΚΗ ΒΙΑ

Η ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΤΗΣ ΕΜΦΥΛΗΣ ΒΙΑΣ





Co-funded by the
European Union



Used with permission: Domestic Abuse Intervention Project, Duluth, MN.

❖ Οι σωματικές και σεξουαλικές επιθέσεις είναι πιο ορατές μορφές βίας και συνήθως εφιστούν την προσοχή στο πρόβλημα.

❖ Ωστόσο, αυτές οι πράξεις αποτελούν συχνά μέρος ενός ευρύτερου συστήματος ελέγχου που περιλαμβάνει την συναισθηματική, ψυχολογική και οικονομική κακοποίηση. Ακόμα και όταν η σωματική βία ασκείται μόνο περιστασιακά, μπορεί να ενσταλάξει φόβο και να προσδώσει στον κακοποιητή διαρκή εξουσία πάνω στην ζωή του κακοποιημένου ατόμου.

❖ Ο τροχός εξουσίας και ελέγχου βοηθά φανερώσει πως οι διάφορες μορφές μη σωματικής βίας συνεργάζονται για τη διατήρηση της κυριαρχίας στη σχέση.



Σύμφωνα με την FEANTSA, οι άστεγες γυναίκες βιώνουν σημαντικά υψηλότερα επίπεδα βίας σε σύγκριση με άλλες γυναίκες.

Μελέτες δείχνουν ότι έως και το 70% των γυναικών σε αστεγία έχουν υποστεί σωματική ή σεξουαλική κακοποίηση και πολλές αντιμετωπίζουν συνεχή βία ενώ ζουν στο δρόμους ή σε προσωρινά καταφύγια/ξενώνες.

Ενδοσυντροφική βία (IPV) σε καταστάσεις σοβαρής περιθωριοποίησης

- Οι γυναίκες που επιβιώνουν από την έμφυλη βία μπορεί να επιλέξουν να παραμείνουν στις βίαιες σχέσεις επειδή η αποχώρηση τους από αυτές θα είχε ως επακόλουθο μεγάλη έκθεση σε βία και κίνδυνο
- Εξαρτητική σχέση για την πρόσβαση σε ουσίες

Σεξουαλική βία

- Αυξημένη έκθεση σε σεξουαλική κακοποίηση / βία για τις γυναίκες που ζουν και κοιμούνται στους δρόμους και σε άλλους χώρους που δεν είναι ασφαλείς
- Ισχυρή ευαλωτότητα λόγω της ανάγκης στέγασης

Ψυχολογική βία

- Ενοχοποίηση θύματος / Δευτερογενής θυματοποίηση
- Στιγματισμός
- Θεσμική βία



Μεταναστευτικό υπόβαθρο

Σε συμφωνία με τη διαθεματική προσέγγιση, μπορούμε να εντοπίσουμε ότι οι γυναίκες σε αστεγία και τα θηλυκοποιημένα άτομα βιώνουν επιπρόσθετες μορφές έμφυλης βίας, ανάλογα με την ευάλωτη κοινωνική ομάδα στην οποία ανήκουν:

Αναπηρίες

ΛΟΑΤΚΙ+

ΓΥΝΑΙΚΕΣ Ή ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΑΝΑΠΗΡΙΑ

Ψυχολογική βία

- Άρνηση της βούλησης και των συναισθημάτων του ατόμου
- Υπερπροστατευτικότητα / Παιδικοποίηση
- Υποτίμηση του ρόλου και της ταυτότητας του ατόμου

Σωματική βία

- Παραμέληση στην φροντίδα ή την υποστήριξη
- Υπερβολικός έλεγχος ή υπερβολική φροντίδα
- Λανθασμένη χορήγηση φαρμάκων
- Αδιαφορία για τις ιδιαιτερότητες του γυναικείου σώματος

Οικονομική βία

- Κατάχρηση οικονομικών πόρων και νομικών προστατευτικών μέτρων
- Μη συναινετική διαχείριση περιουσιακών στοιχείων και ιδιοκτησίας

ΓΥΝΑΙΚΕΣ Ή ΑΤΟΜΑ ΜΕ
ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΤΙΚΟ
ΥΠΟΒΑΘΡΟ

Ψυχολογική βία

- Αναγκαστικοί ή προσυμφωνημένοι γάμοι
- Κατάσχεση ή παρακράτηση των προσωπικών εγγράφων ή της άδειας παραμονής
- Απομόνωση - καμία πρόσβαση στην τοπική ενσωμάτωση (γλώσσα / εργασία)
- Εμπορία ανθρώπων

Σωματική βία

- σεξουαλική εκμετάλλευση
- Ακρωτηριασμός των γυναικείων γεννητικών οργάνων

**ΜΗ ΕΤΕΡΟΚΑΝΟΝΙΚΟΙ (NON-
HETERONORMATIVE) ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΙ
ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΙ,
NON-CISGENDER
(ΜΗ ΔΥΑΔΙΚΕΣ/ ΔΙΑΦΥΛΙΚΕΣ
ΤΑΥΤΟΤΗΤΕΣ)**

Ομοφοβική-αμφιφυλοφοβική-τρανσφοβική βία

- διακρίσεις και βίαιες συμπεριφορές από μέλη της οικογένειας και συγγενείς ή άλλα άτομα, συμπεριλαμβανομένων αγνώστων
- διακρίσεις και περιορισμοί από τα θεσμικά όργανα
- περιορισμοί των ατομικών δικαιωμάτων και της ελευθερίας

IPV (ενδοσυντροφική βία) σε μη ετεροφυλόφιλες σχέσεις

- πρότυπα που αναπαράγουν τη δυναμική της έμφυλης βίας και τις πατριαρχικές σχέσεις εξουσίας
- ειδικές μορφές βίας που βασίζονται στην περιθωριοποίηση μη-κανονικών ταυτοτήτων / σεξουαλικού προσανατολισμού (ενσωματωμένη ομοφοβική-αμφιφοβική-τρανσφοβική βία)

Ενότητα 2 – Βασικό Περιεχόμενο

Ολοκληρωμένες προσεγγίσεις για τη μείωση της βλάβης: Από τις αρχές στις παρεμβάσεις που λαμβάνουν υπόψη τη διάσταση του φύλου

- Μείωση της βλάβης: συνάντηση των άστεγων γυναικών εκεί που βρίσκονται, πέρα από την ποινικοποίηση και
- Μείωση της βλάβης με βάση τα στοιχεία για τις άστεγες γυναίκες: Κατανόηση των αλληλεπιδράσεων και των επιπτώσεων των ουσιών

Housing First: μια μετασχηματιστική προσέγγιση για την καταπολέμηση της έλλειψης στέγης για τις γυναίκες:

- Βασικές αρχές και αποτελεσματικότητα του Housing First για άστεγες γυναίκες με σύνθετες ανάγκες
- Ολοκληρωμένες εκπαιδευτικές στρατηγικές για την υποστήριξη των περιθωριοποιημένων άστεγων γυναικών στην καθημερινή ζωή



ΟΡΙΣΜΟΣ

Η μείωση της βλάβης αναφέρεται σε πολιτικές, προγράμματα και πρακτικές που αποσκοπούν στην ελαχιστοποίηση των αρνητικών επιπτώσεων στην υγεία, τις κοινωνικές και νομικές επιπτώσεις που συνδέονται με τη χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών, τις πολιτικές για τις εξαρτήσεις και τους νόμους για τη χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών.

Η μείωση της βλάβης βασίζεται στη δικαιοσύνη και τα ανθρώπινα δικαιώματα.

Επικεντρώνεται στη θετική αλλαγή και στη συνεργασία με τους ανθρώπους χωρίς κριτική, εξαναγκασμό, διακρίσεις ή την απαίτηση να σταματήσουν τα



ΜΙΑ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ, ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΥΗΜΕΡΙΑΣ

Τα εργαλεία της μείωσης της βλάβης περιλαμβάνουν την υγεία και την ευημερία με μια **ολιστική έννοια**, εστιάζοντας στη συνολική βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης των ανθρώπων. Η μείωση των επιβλαβών συνεπειών αφορά την αναγνώριση της πραγματικότητας και τη μείωση των κινδύνων χωρίς να απαιτεί άμεση αποχή ή συμμόρφωση. **Πρωθεί την αξιοπρέπεια, την αυτονομία και τον σεβασμό στις επιλογές και τις εμπειρίες των ατόμων.**

Μη επικριτική αντιμετώπιση
ανταπόκρισης για την ψυχική υγεία

Καταφύγια που είναι χαμηλών
προυποθέσεων φιλοξενίας, φιλικά
προς τα κατοικίδια, φιλικά προς τα
ζευγάρια.

Στεγαστική υποστήριξη – housing
first

Διανομή προφυλακτικών, κινητές
υπηρεσίες ελέγχου για ΣΜΝ,
πρόσβαση σε PrEP και PEP.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΦΥΓΗ ΤΟΥ ΣΤΙΓΜΑΤΟΣ

Οι επαγγελματίες της HR αποδέχονται τους ανθρώπους που κάνουν χρήση ουσιών όπως είναι και δεσμεύονται να τους συναντήσουν «εκεί που βρίσκονται» στη ζωή τους χωρίς να τους κρίνουν. Η ορολογία και η γλώσσα θα πρέπει πάντα να δείχνουν σεβασμό και να μη στιγματίζουν όρους και διαχωρισμούς μεταξύ «καλών» και «κακών» ουσιών. Η στιγματιστική γλώσσα διαιώνίζει επιβλαβή στερεότυπα και δημιουργεί εμπόδια στις υπηρεσίες υγείας και τις κοινωνικές υπηρεσίες.

ΑΠΟ ΤΗ HARM REDUCTION INTERNATIONAL

Όταν το άτομο που κάνει χρήση ουσιών είναι γυναίκα ή άτομο με θηλυκοποιημένη ταυτότητα, **το στίγμα που συνδέεται με τη χρήση ουσιών διασταυρώνεται με τον μισογυνισμό, την ομοφοβία, την αμφιφοβία, την τρανσφοβία, το στίγμα της «κακής μητέρας» και διάφορες μορφές ρατσισμού.** Η διασταύρωση αυτών των καταπιεστικών αξόνων οδηγεί σε μεγαλύτερους κινδύνους: σύμφωνα με ορισμένες μελέτες, οι γυναίκες που κάνουν ενέσιμη χρήση ναρκωτικών έχουν περίπου 20% περισσότερες πιθανότητες να προσβληθούν από τον ιό HIV σε σύγκριση με τους αντίστοιχους άνδρες και οι γυναίκες που κάνουν χρήση ουσιών έχουν πέντε φορές περισσότερες πιθανότητες να βιώσουν βία σε σύγκριση με άλλες γυναίκες.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΔΕΣΜΕΥΣΗ ΓΙΑ ΑΠΟΔΕΙΞΕΙΣ

Οι πολιτικές και οι πρακτικές της HR βασίζονται σε ένα ισχυρό σύνολο στοιχείων που αποδεικνύουν ότι η παρέμβαση είναι πρακτική, εφικτή, αποτελεσματική, ασφαλής και οικονομικά αποδοτική σε διάφορα κοινωνικά, πολιτιστικά και οικονομικά περιβάλλοντα. Οι περισσότερες παρεμβάσεις μείωσης της βλάβης είναι συχνά ανέξοδες και εύκολα εφαρμόσιμες και έχουν ισχυρό θετικό αντίκτυπο στην ατομική και δημόσια υγεία.

ΑΠΟ ΤΗ HARM REDUCTION INTERNATIONAL

Πολυάριθμες μελέτες έχουν δείξει ότι οι γυναίκες που κάνουν χρήση ουσιών όπως η κοκαΐνη ή η μεθαμφεταμίνη και που λαμβάνουν ορμόνες, είτε πρόκειται για διαφυλικές είτε για cis, διατρέχουν **υψηλότερο κίνδυνο εμφάνισης καρδιαγγειακών νοσημάτων σε σύγκριση με τους άνδρες συναδέλφους τους**. Ουσίες όπως το αλκοόλ προκαλούν επίσης μεγαλύτερη βλάβη στην υγεία μιας γυναίκας απ' ό,τι ενός άνδρα, ακόμη και αν η γυναίκα έχει καταναλώσει μικρότερες ποσότητες ή τις έχει χρησιμοποιήσει για μικρότερο χρονικό διάστημα. Επιπλέον, στις γυναίκες παρέχεται συχνότερα **συνταγογράφηση** για νόμιμες ουσίες, όπως οι βενζοδιαζεπίνες – οι οποίες μπορεί να ενέχουν **ειδικούς κινδύνους και αλληλεπιδράσεις με άλλες ουσίες**.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ

ΓΙΑ ΤΑ ΑΝΘΡΩΠΙΝΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΚΑΙ Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ ΠΟΥ ΚΑΝΟΥΝ ΧΡΗΣΗ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ ΟΥΣΙΩΝ

ΑΠΟ ΤΗ HARM REDUCTION INTERNATIONAL

Η HR βασίζεται θεμελιωδώς σε αρχές που αποσκοπούν στην προστασία των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και στη βελτίωση της δημόσιας υγείας. Η μεταχείριση των ατόμων που κάνουν χρήση ναρκωτικών ουσιών, καθώς και των οικογενειών και των κοινοτήτων τους, με συμπόνια και αξιοπρέπεια είναι αναπόσπαστο μέρος της HR. Η χρήση ουσιών δεν σημαίνει ότι οι άνθρωποι χάνουν το ανθρώπινο δικαίωμά τους. Ο καθένας εξακολουθεί να έχει, μεταξύ άλλων, το δικαίωμα στη ζωή, στο υψηλότερο δυνατό επίπεδο υγείας, στις κοινωνικές υπηρεσίες, στην ιδιωτική ζωή, στην ελευθερία από παράνομη κράτηση και στην ελευθερία από σκληρή, απάνθρωπη και εξευτελιστική μεταχείριση.

Η HR βασίζεται στη δέσμευση για την καταπολέμηση των διακρίσεων και τη διασφάλιση ότι κανένας δεν αποκλείεται από τις υπηρεσίες υγείας και τις κοινωνικές υπηρεσίες λόγω χρήσης ναρκωτικών ουσιών, φυλής, φύλου, σεξουαλικού προσανατολισμού, επαγγέλματος ή οικονομικής κατάστασης. Οι άνθρωποι πρέπει να μπορούν να έχουν πρόσβαση στις υπηρεσίες χωρίς περιττά εμπόδια ή κανονισμούς που εισάγουν διακρίσεις. Η ενεργός συμμετοχή του χρήστη ναρκωτικών ουσιών στον σχεδιασμό, την εφαρμογή και την αξιολόγηση των προγραμμάτων είναι απαραίτητη.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΟΜΟΤΙΜΩΝ

Οι ομότιμοι (**peers**) είναι άτομα με βιωματική εμπειρία και μοναδικές εμπειρίες, ιδέες και γνώσεις, σχετικές με τον σχεδιασμό και την παροχή υπηρεσιών για τη μείωση της βλάβης. Στον τομέα της πολιτικής για τις εξαρτήσεις και της μείωσης της βλάβης, η συμμετοχή των ομότιμων είναι απαραίτητη. Όπως οι ΑΜΕΑ στιγματίζονται και συχνά στερούνται το δικαίωμα να συμμετέχουν ουσιαστικά στις πολιτικές και τις πρακτικές που τους επηρεάζουν άμεσα.

ΑΠΟ ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ

- **Καταπολέμηση του στίγματος και των διακρίσεων:** Οι άστεγες γυναίκες που κάνουν χρήση ναρκωτικών ουσιών αντιμετωπίζουν επιπρόσθετο στιγματισμό που επηρεάζει σοβαρά την καθημερινή τους ζωή, την πρόσβαση σε υπηρεσίες και τη συνολική τους ευημερία. Η συμμετοχή των ομοτίμων αμφισβητεί αυτό το στίγμα και προσφέρει ενδυνάμωση.
- **Ενδυνάμωση:** Η υποστήριξη από ομοτίμους βοηθά τις γυναίκες να ανακτήσουν τον έλεγχο, να ενισχύσουν την αυτοεκτίμηση και να αυξήσουν την ανθεκτικότητά τους μέσω κοινών εμπειριών, ιδίως για εκείνες που αντιμετωπίζουν πολλαπλά επίπεδα περιθωριοποίησης.
- **Οικοδόμηση εμπιστοσύνης:** Οι ομότιμοι, ιδίως όσοι έχουν παρόμοιες εμπειρίες, ενισχύουν την εμπιστοσύνη, γεφυρώνοντας το χάσμα μεταξύ των υποβαθμισμένων κοινοτήτων και των παρόχων υπηρεσιών, συμπεριλαμβανομένων των περιθωριοποιημένων ατόμων, όπως οι άστεγες γυναίκες.
- **Βελτιωμένες υπηρεσίες:** Οι γνώσεις των ομοτίμων καθιστούν τις υπηρεσίες πιο αποτελεσματικές, προσιτές και προσαρμοσμένες στις ειδικές ανάγκες των γυναικών που αντιμετωπίζουν αυξημένο στίγμα.
- **Ενημερωμένες πολιτικές:** Οι ομότιμοι διασφαλίζουν ότι οι πολιτικές αντικατοπτρίζουν τις πραγματικές εμπειρίες, ιδίως όσον αφορά τις μοναδικές προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι γυναίκες που κάνουν χρήση ναρκωτικών.

ΑΛΛΑ ΘΕΜΕΛΙΩΔΗ ΕΡΓΑΛΕΙΑ

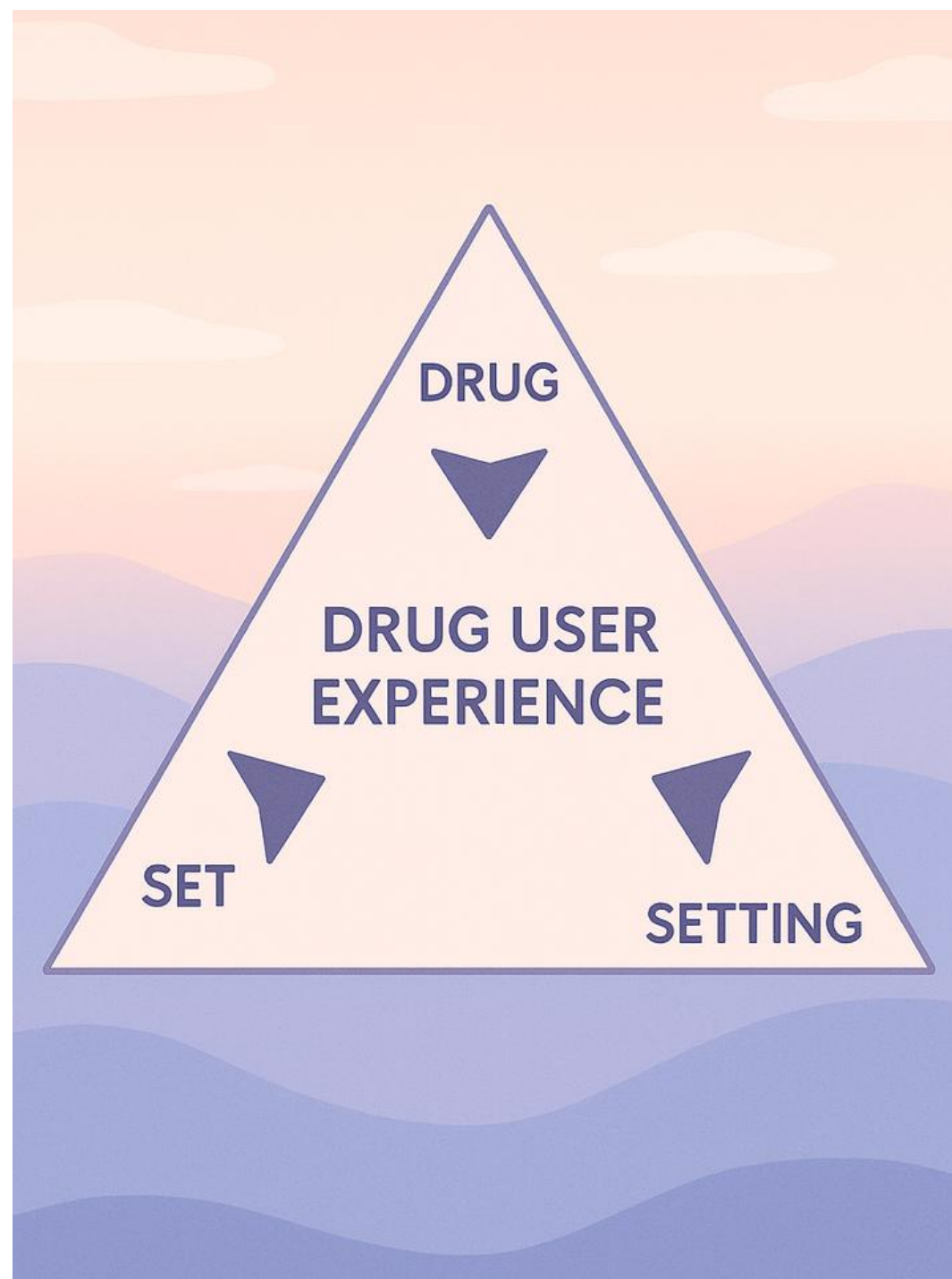
Θεραπείες υποκατάστασης για άτομα
με εξάρτηση από οπιοειδή και
οπιούχα
Πληροφορίες για την ασφαλέστερη
χρήση ουσιών

Χώροι επιτηρούμενης
χρήσης ναρκωτικών
Προγράμματα διανομής
αποστειρωμένων βελονών και
συριγγών

Ασφαλέστερες στρατηγικές
αντιμετώπισης του αυτοτραυματισμού,
αναγνωρίζοντας τη σύνδεση με το
τραύμα και την περιθωριοποίηση
Έλεγχος φαρμάκων

Διανομή ναλοξόνης και εκπαίδευση στη
χρήση της
Ψυχοκοινωνική υποστήριξη

ΤΟ ΤΡΙΓΩΝΟ ΤΟΥ ZINBERG

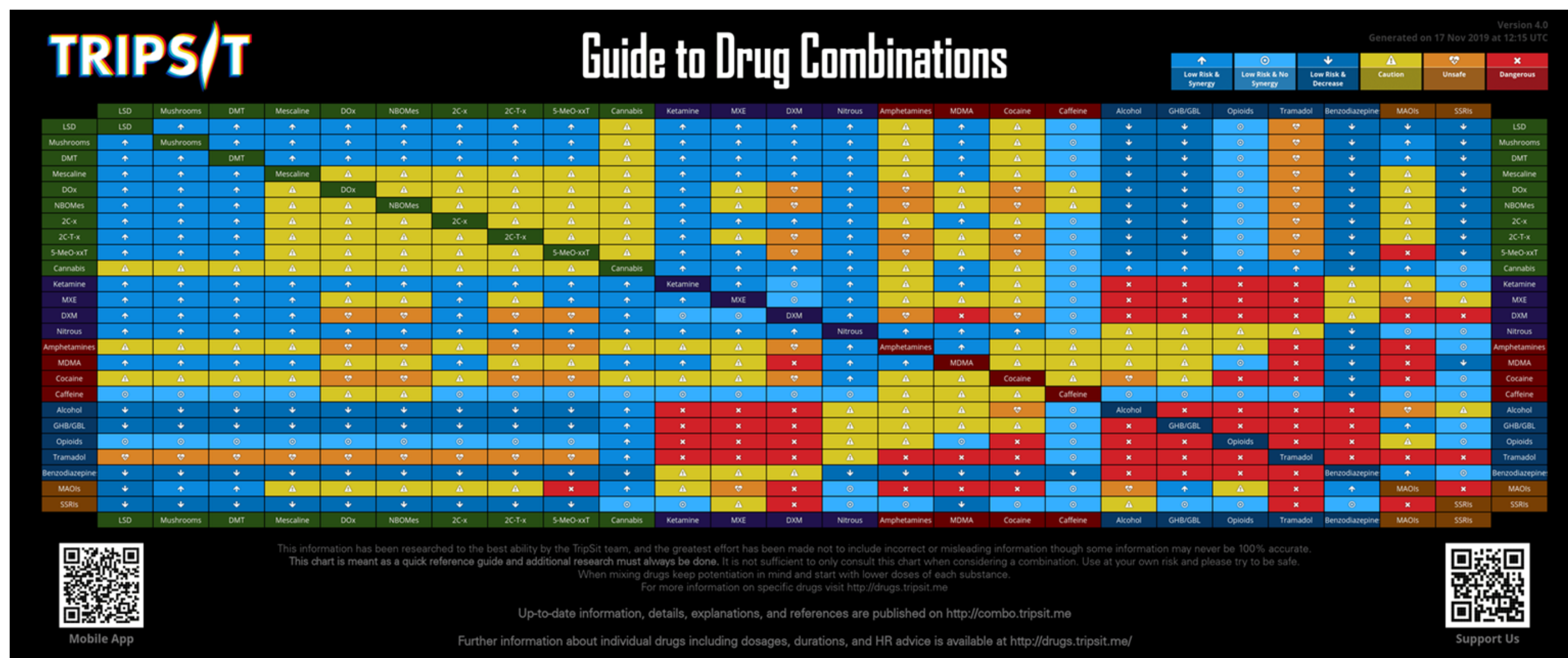


Σύμφωνα με τον **Norman Zinberg**, η εμπειρία της χρήσης μιας συγκεκριμένης ουσίας εξαρτάται από τρεις θεμελιώδεις παράγοντες:

- **ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΑ ΟΥΣΙΑ:** τα χαρακτηριστικά της ίδιας της ουσίας (τι ουσία είναι; ποιες είναι οι επιδράσεις της; με τι αλληλεπιδρά; τι δόση πήρα;)
- **ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ:** το άτομο που το χρησιμοποιεί (φύλο, βάρος, ψυχολογική κατάσταση, άγχος, προβλήματα υγείας)
- **ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ:** το πλαίσιο στο οποίο λαμβάνει χώρα η χρήση (γνωρίζω το μέρος; αισθάνομαι άνετα; είμαι μόνος ή με άλλους; με ποιον;)

ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΜΕΤΑΞΥ ΟΥΣΙΩΝ

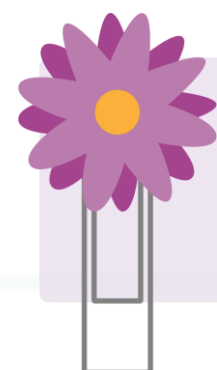
Ορισμένες ουσίες αλληλεπιδρούν μεταξύ τους με συγκεκριμένους και, μερικές φορές, απρόβλεπτους τρόπους. Το εργαλείο που ακολουθεί προσφέρει ένα χρήσιμο πλαίσιο για την κατανόηση αυτών των αλληλεπιδράσεων.



Σημείωση:
αυτός ο πίνακας είναι
ενδεικτικός και δεν
πρέπει να
αντιμετωπίζεται ως
απόλυτη αναφορά,
αλλά μάλλον ως γενικός
οδηγός.

ΝΑΛΟΞΟΝΗ

Η ναλοξόνη είναι ένα φάρμακο που σώζει ζωές και εμποδίζει προσωρινά τις επιδράσεις των οπιοειδών, όπως η ηρωίνη ή η φαιντανύλη, σε περίπτωση υπερβολικής δόσης. Δρα γρήγορα για την αποκατάσταση της αναπνοής.



Υπενθύμιση! Η ναλοξόνη έχει μικρότερο χρόνο ημίσειας ζωής (έως 2 ώρες) σε σύγκριση με τα οπιοειδή και τα οπιούχα (έως 12 ώρες για τη φαιντανύλη, περίπου 8 ώρες για την ηρωίνη), οπότε μπορεί να χρειαστούν πολλαπλές δόσεις με την πάροδο του χρόνου.

HOUSING FIRST

Το μοντέλο **Housing First** εγγυάται άμεση πρόσβαση σε μόνιμη στέγαση χωρίς να απαιτεί νηφαλιότητα και διαμορφώνει τη στέγαση ως ανθρώπινο δικαίωμα.

Τα στοιχεία αποδεικνύουν ότι το **Housing First** βελτιώνει τη σωματική και ψυχική υγεία, μειώνει τη μετάδοση του HIV/ηπατίτιδας C και τις υπερβολικές δόσεις, ελαττώνει τη χρήση υπηρεσιών έκτακτης ανάγκης και μειώνει τη θνησιμότητα.

Η αποτελεσματική εφαρμογή βασίζεται σε σχέσεις ενσυναίσθησης και εμπιστοσύνης μεταξύ του προσωπικού και των συμμετεχόντων και στην ενσωμάτωση παρεμβάσεων μείωσης της βλάβης ψυχοκοινωνικών παρεμβάσεων και παρεμβάσεων ενδυνάμωσης.

ΕΙΔΗ ΣΤΕΓΑΣΤΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ

Υπάρχουν διάφοροι τύποι στεγαστικής υποστήριξης, οι οποίοι πρέπει να προσφέρονται στις γυναίκες με βάση τις ατομικές ανάγκες και τις εκπαιδευτικές απαιτήσεις που προκύπτουν

- **Housing First** – άμεση μόνιμη στέγαση χωρίς απαιτήσεις νηφαλιότητας.
- **Στέγαση** – ταχεία πρόσβαση σε σταθερή στέγαση σε συνδυασμό με εξατομικευμένη υποστήριξη, αλλά όχι πάντα μόνιμη ή άνευ όρων, όπως το HF.
- **Μεταβατική στέγαση** – βραχυπρόθεσμη υποστήριξη για γυναίκες που εγκαταλείπουν τη βία ή τα ιδρύματα.
- **Καταφύγια και ασφαλείς χώροι** – χώροι μόνο για γυναίκες, φιλικό προς τα κατοικίδια, χαμηλού προϋποθέσεων
- **Κοινόχρηστη / κοινοτική στέγαση** – συνεργατικά μοντέλα που δημιουργούν κοινωνικούς δεσμούς.
- **Υποστηριζόμενη στέγαση** – μακροχρόνια φροντίδα σε συνδυασμό με ολοκληρωμένες υπηρεσίες.

Η ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΤΗΣ ΠΡΩΤΗΣ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ: ΚΥΡΙΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στεγαστική σταθερότητα

- Το 80% των γυναικών που συμμετείχαν στο Housing First διατήρησαν τη στέγασή τους για περισσότερο από 12 μήνες.
- Η σταθερή στέγαση επιτρέπει στις γυναίκες να αντιμετωπίσουν άλλα ζητήματα, όπως η ψυχική υγεία και η κατάχρηση ουσιών.

Αυτονομία και αυτοπεποίθηση

- Οι γυναίκες αναφέρουν αύξηση της αυτονομίας και της ποιότητας ζωής τους.
- Το 70% των γυναικών δήλωσε ότι αισθάνθηκαν πιο ασφαλείς και ικανές να διαχειριστούν τη ζωή τους μετά την είσοδό τους στο Housing First.

ΑΠΟ ΤΗ FEANTSA

ΘΕΤΙΚΕΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΟΥ HOUSING FIRST ΣΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ

Αποτελέσματα ψυχικής υγείας

- Το 40% των γυναικών παρουσίασε βελτίωση της ψυχικής τους υγείας μετά την είσοδό τους στο Housing First (μείωση του άγχους, της κατάθλιψης και του μετατραυματικού στρες).

Πρόσβαση σε υπηρεσίες και Οικονομική αυτονομία

- Το 60% των γυναικών βελτίωσαν την πρόσβασή τους σε υπηρεσίες υγείας, νομικές και κοινωνικές υπηρεσίες, με αποτέλεσμα να βελτιώσουν την ποιότητα ζωής τους.
- Το 20% των γυναικών βρήκαν εργασία ή άρχισαν να συμμετέχουν σε προγράμματα κατάρτισης ή εκπαίδευσης.

ΑΠΟ ΤΗ FEANTSA

ΜΕΛΕΤΕΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑΣ ΣΕ ΟΛΗ ΤΗΝ ΕΥΡΩΠΗ

Φινλανδία:

- Το Housing First εφαρμόζεται από το 2008.
- Αποτέλεσμα: 80% ποσοστό επιτυχίας στη σταθεροποίηση της στέγασης και 45% μείωση της χρήσης ουσιών μεταξύ των συμμετεχουσών γυναικών.

Γαλλία:

- Το Παρίσι εφάρμοσε το μοντέλο Housing First με ιδιαίτερη έμφαση στις γυναίκες.
- Αποτέλεσμα: Το 90% των γυναικών που είχαν υποστεί ενδοοικογενειακή βία διατήρησαν το σπίτι τους για περισσότερο από 18 μήνες.

Ισπανία:

- Πιλοτικό πρόγραμμα Housing First για γυναίκες σε ακραία ευάλωτη θέση.
- Αποτέλεσμα: Το 50% των γυναικών είχαν πρόσβαση σε ψυχοκοινωνική υποστήριξη, βελτιώνοντας την ψυχική τους υγεία και την ικανότητα κοινωνικής επανένταξης.

ΑΠΟ ΤΗ FEANTSA

ΒΑΣΙΚΑ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ

Εξατομικευμένη προσέγγιση: Οι άστεγες γυναίκες χρειάζονται εξατομικευμένη υποστήριξη που να λαμβάνει υπόψη τις μοναδικές εμπειρίες τους, όπως το τραύμα, η βία και οι οικογενειακές ευθύνες.

Μακροπρόθεσμη βιωσιμότητα: Είναι ζωτικής σημασίας για τα προγράμματα Housing First να είναι βιώσιμα μακροπρόθεσμα, και να ενσωματώνονται σε άλλες κοινωνικές, υγειονομικές και εκπαιδευτικές υπηρεσίες.

Θεσμική υποστήριξη: Οι δημόσιες πολιτικές πρέπει να προωθούν και να χρηματοδοτούν τα έργα Housing First, ώστε να διασφαλίζεται ότι όλες οι άστεγες γυναίκες έχουν πρόσβαση σε ασφαλή στέγαση και φορείς υποστήριξης.

Ευελιξία: Η υποστηρικτική στέγαση πρέπει να παραμένει ευέλικτη και προσαρμόσιμη στις μεταβαλλόμενες ανάγκες κάθε γυναίκας με την πάροδο του χρόνου.

ΑΠΟ ΤΗ FEANTSA

Ενότητα 3 – Βασικό Περιεχόμενο

Φροντίδα με επίγνωση του τραύματος, Trauma Informed Care (TIC):

Βασικές Αρχές και Προοπτικές:

- Βασικές αρχές της φροντίδας με επίγνωση του τραύματος
- Η λειτουργία του τραύματος: παράθυρα ανοχής και παράγοντες πυροδότησης (triggers)
- Fight, Flight and Freeze (Μάχη, Φυγή και Ακινητοποίηση/Πάγωμα): αυτόματες αποκρίσεις στον επανατραυματισμό
- Σωματικές τεχνικές και τεχνικές ενσυνειδητότητας για την υποστήριξη της συναισθηματικής ρύθμισης και τον περιορισμό του επανατραυματισμού



Ενότητα 3 – Βασικό Περιεχόμενο

Φροντίδα με Επίγνωση του Τραύματος, (Trauma Informed Care–TIC) στην πράξη:

- Τρόποι δημιουργίας σωματικά και συναισθηματικά ασφαλέστερων χώρων
- Κατανόηση του τραύματος και των επιπτώσεών του στις γυναίκες που βιώνουν αστεγία
- Δευτερογενές Τραύμα, Κόπωση Συρπόνιας και πρόληψη της Επαγγελματικής Εξουθένωσης.



ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΥΙΟΘΕΤΗΘΕΙ ΜΙΑ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΜΕ ΕΠΙΓΝΩΣΗ ΤΟΥ ΤΡΑΥΜΑΤΟΣ;

Η προσέγγιση της φροντίδας με επίγνωση του τραύματος αναγνωρίζει τις εκτεταμένες επιπτώσεις του τραύματος και προάγει την ανάρρωση δίνοντας προτεραιότητα στην ασφάλεια, την εμπιστοσύνη, την ενδυνάμωση και την πολιτισμική ευαισθησία.

Όχι μόνο βελτιώνει τα αποτελέσματα για τα άτομα που έχουν βιώσει κάποιου είδους τραύματος, αλλά υποστηρίζει επίσης την ευημερία των επαγγελματιών προωθώντας υγιέστερα εργασιακά περιβάλλοντα και συμβάλλοντας στην πρόληψη της επαγγελματικής εξουθένωσης και του δευτερογενούς τραύματος.

ΟΙ ΠΥΛΩΝΕΣ ΤΗΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗΣ ΤΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΜΕ ΕΠΙΓΝΩΣΗ ΤΟΥ ΤΡΑΥΜΑΤΟΣ

- ΑΣΦΑΛΕΙΑ
- ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑ ΚΑΙ ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ
- ΣΤΗΡΙΞΗ ΟΜΟΤΙΜΩΝ/ΑΛΛΗΛΟΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ
- ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΙ ΑΜΟΙΒΑΙΟΤΗΤΑ
- ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ, ΦΩΝΗ ΚΑΙ ΕΠΙΛΟΓΗ
- ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΑ, ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΚΑΙ ΕΜΦΥΛΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΤΡΑΥΜΑ;

«Το τραύμα είναι μια συναισθηματική και ψυχολογική απόκριση σε ένα βαθιά οδυνηρό ή ανησυχητικό γεγονός που ξεπερνά την ικανότητα του ατόμου να το αντιμετωπίσει. Μπορεί να προκύψει από ένα μεμονωμένο γεγονός ή από επαναλαμβανόμενες ή παρατεταμένες εμπειρίες και μπορεί να επηρεάσει την αίσθηση ασφάλειας, ελέγχου και αυτοεκτίμησης του ατόμου. Το τραύμα δεν ορίζεται από το ίδιο το γεγονός, αλλά από την εμπειρία του ατόμου και τις μακροπρόθεσμες επιπτώσεις που έχει αυτή στη συναισθηματική, ψυχική και σωματική του ευεξία».

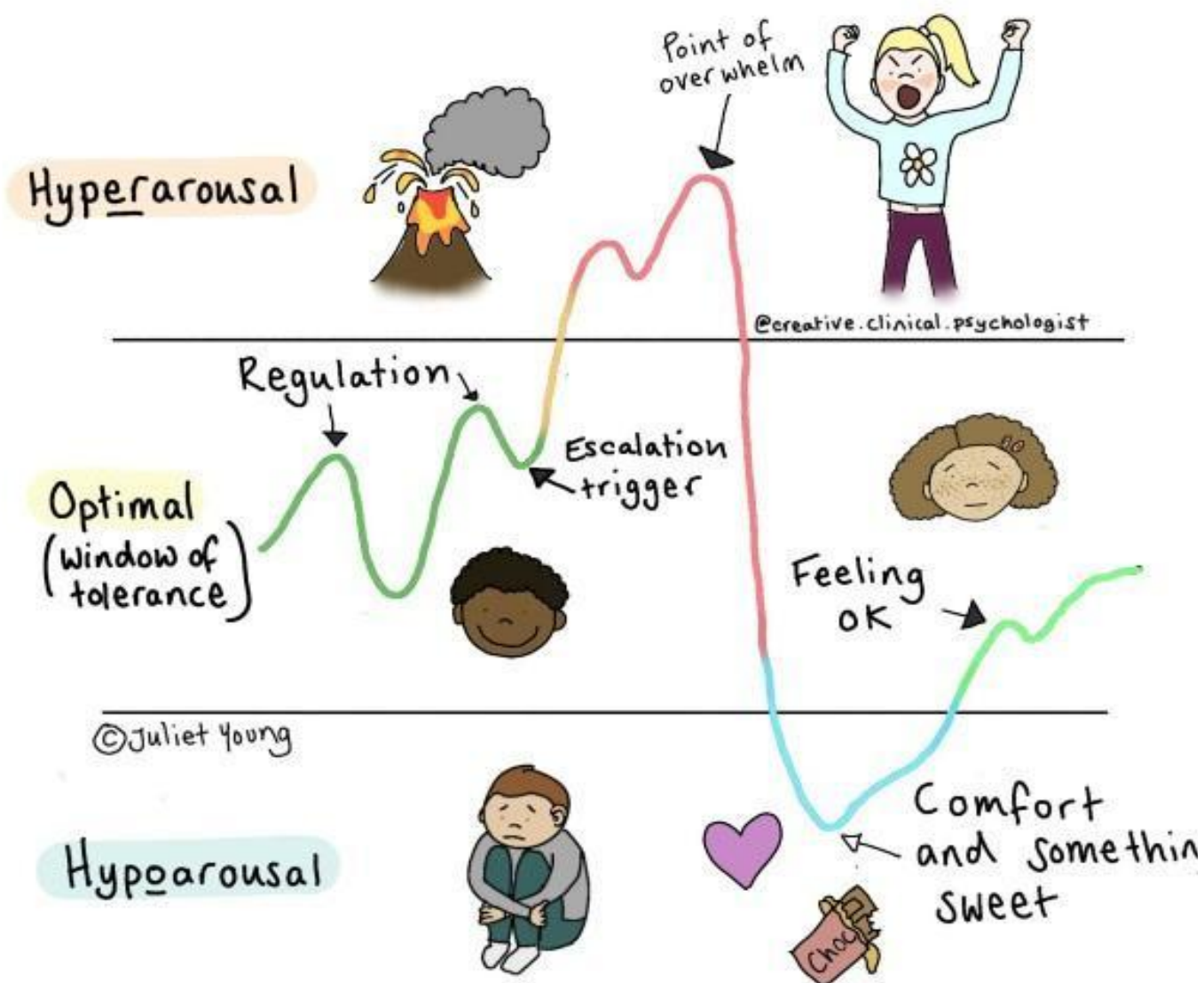
Πηγή: Substance Abuse and Mental Health Services Administration – SAMHSA, (2014).

ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΟΥ ΤΡΑΥΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ ΤΟΥ

Το πρώτο μέρος της ενότητας είναι αφιερωμένο στις γυναίκες και τα θηλυκοποιημένα σώματα που έχουν επιβιώσει από βία και άλλες μορφές τραύματος. Στόχος του είναι να απευθυνθεί στις ίδιες τις δυνητικές ωφελούμενες του πιλοτικού προγράμματος, δίνοντας έμφαση στην κατανόηση και τη φροντίδα των συνεπειών του τραύματος.

Το δεύτερο μέρος, αντίθετα, εστιάζει στην επαγγελματική εξουθένωση (burn-out) και στη διαχείριση της κόπωσης από τη συμπόνια (compassion fatigue), και απευθύνεται κυρίως σε επαγγελματίες που εργάζονται σε υπηρεσίες υποστήριξης (όπως κοινωνικές υπηρεσίες, δομές φιλοξενίας, ΜΚΟ κ.ά.), παρέχοντας εργαλεία και στρατηγικές αυτοφροντίδας και ψυχολογικής ανθεκτικότητας.

Window of Tolerance



Ο όρος «Παράθυρο Ανοχής» αναφέρεται στη βέλτιστη ζώνη συναισθηματικής διέγερσης μέσα στην οποία ένα άτομο μπορεί να λειτουργεί αποτελεσματικά.

Όταν ένα άτομο βρίσκεται εκτός αυτού του «παραθύρου» — λόγω έντονου στρες ή τραύματος— μπορεί να μετατοπιστεί σε δύο καταστάσεις:

- Υπερδιέγερση (Hyper-arousal): αυξημένη ένταση, άγχος, πανικός, θυμός.
☞ Το άτομο μπορεί να φαίνεται «σε υπερένταση», δυσκολεύεται να ηρεμήσει ή να συγκεντρωθεί.
- Υποδιέγερση (Hypo-arousal): αποσύνδεση, μούδιασμα, απουσίας ενέργειας.
☞ Το άτομο μπορεί να φαίνεται «αποσυνδεδεμένο», να μην αντιδρά ή να νιώθει συναισθηματικά άδειο.

Το τραύμα μπορεί να στενέψει το Παράθυρο Ανοχής, καθιστώντας τη συναισθηματική ρύθμιση πιο δύσκολη και μειώνοντας την ικανότητα αντιμετώπισης του στρες.

Όταν βρίσκονται εκτός αυτής της βέλτιστης ζώνης λειτουργίας, τα άτομα μπορεί να βιώσουν:

Μάχη (fight)

Φυγή (flight)

Ακινητοποίηση (freeze)



Ένας παράγοντας πυροδότησης (trigger) είναι οποιοδήποτε αισθητηριακό ερέθισμα ή κατάσταση, η οποία υπενθυμίζει σε ένα άτομο μια παλιά εμπειρία τραύματος, προκαλώντας ακούσια και έντονη συναισθηματική ή σωματική αντίδραση.

Οι παράγοντες πυροδότησης (triggers) μπορεί να περιλαμβάνουν:

- Συγκεκριμένες **εικόνες, ήχους, μυρωδιές ή γεύσεις**
- Ορισμένα **μέρη ή περιβαλλοντικά πλαίσια**
- Ιδιαίτερες **λέξεις, τόνοι φωνής ή μορφές συμπεριφοράς**
- **Σωματικές αισθήσεις ή καταστάσεις του σώματος**

Αυτοί οι παράγοντες πυροδότησης (triggers) μπορούν να προκαλέσουν αντιδράσεις όπως άγχος, πανικό, αποσύνδεση (dissociation) ή αντιδράσεις μάχης / φυγής / ακινητοποίησης (fight / flight / freeze), ακόμη και αν η τρέχουσα κατάσταση είναι ασφαλής.

Η αναγνώριση των παραγόντων πυροδότησης (triggers) είναι απαραίτητη για τη δημιουργία περιβαλλόντων με επίγνωση του τραύματος, που προάγουν την ασφάλεια και την επούλωση.

5-4-3-2-1 Grounding Technique



Οι σωματικές και σταθεροποιητικές στρατηγικές βοηθούν τα άτομα να ανακτήσουν τον έλεγχο του νευρικού τους συστήματος, να μειώσουν το άγχος και να χτίσουν την ανθεκτικότητά τους.

Οι σωματικές τεχνικές επικεντρώνονται στη σύνδεση του νου και του σώματος, επιτρέποντας στα άτομα να επεξεργαστούν το τραύμα που συχνά συσσωρεύεται σωματικά. Αυτές οι μέθοδοι βοηθούν στη ρύθμιση του αυτόνομου νευρικού συστήματος, μειώνουν την υπερδιέγερση (μηχανισμός μάχης/φυγής-fight/flight) και αυξάνουν τη πνευματική γαλήνη και την προσήλωση στο εδώ και τώρα. .

Η σταθεροποίηση επικεντρώνεται στην ενίσχυση των εσωτερικών και εξωτερικών πόρων για τη συναισθηματική ρύθμιση και την αίσθηση ψυχολογικής ασφάλειας.

Η επανειλημμένη και παρατεταμένη έκθεση στον πόνο των άλλων –που είναι χαρακτηριστική στους επαγγελματίες που προσφέρουν φροντίδα και βοήθεια– μπορεί να θέσει σε σημαντικό κίνδυνο τη σωματική, συναισθηματική και ψυχολογική ευεξία των επαγγελματιών.

Το συσσωρευτικό αυτό αντίκτυπο συνδέεται συχνά με φαινόμενα όπως η **κόπωση συμπόνιας**, το **δευτερογενές στρες του τραύματος** και η **επαγγελματική εξουθένωση**.

Κόπωση συμπόνιας

*Συναισθηματική και σωματική
εξάντληση που προκαλείται από την
παρατεταμένη έκθεση στον πόνο των
άλλων και συχνά οδηγεί σε μειωμένη
ικανότητα ενσυναίσθησης.*

Figley, C. R. (1995).

Επαγγελματική εξουθένωση

*Μια κατάσταση χρόνιου εργασιακού στρες
που χαρακτηρίζεται από συναισθηματική
εξάντληση, αποπροσωποποίηση και
μειωμένη αίσθηση προσωπικής
επιτυχίας/απόδοσης.*

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981)

Η **αυτοφροντίδα** και η προσέγγιση της **φροντίδας με επίγνωση του τραύματος**, είναι βασικής σημασίας για τη βοήθεια των επαγγελματιών και των υπηρεσιών ώστε να προλαμβάνουν την **κόπωση συμπόνιας** και την **επαγγελματική εξουθένωση**.

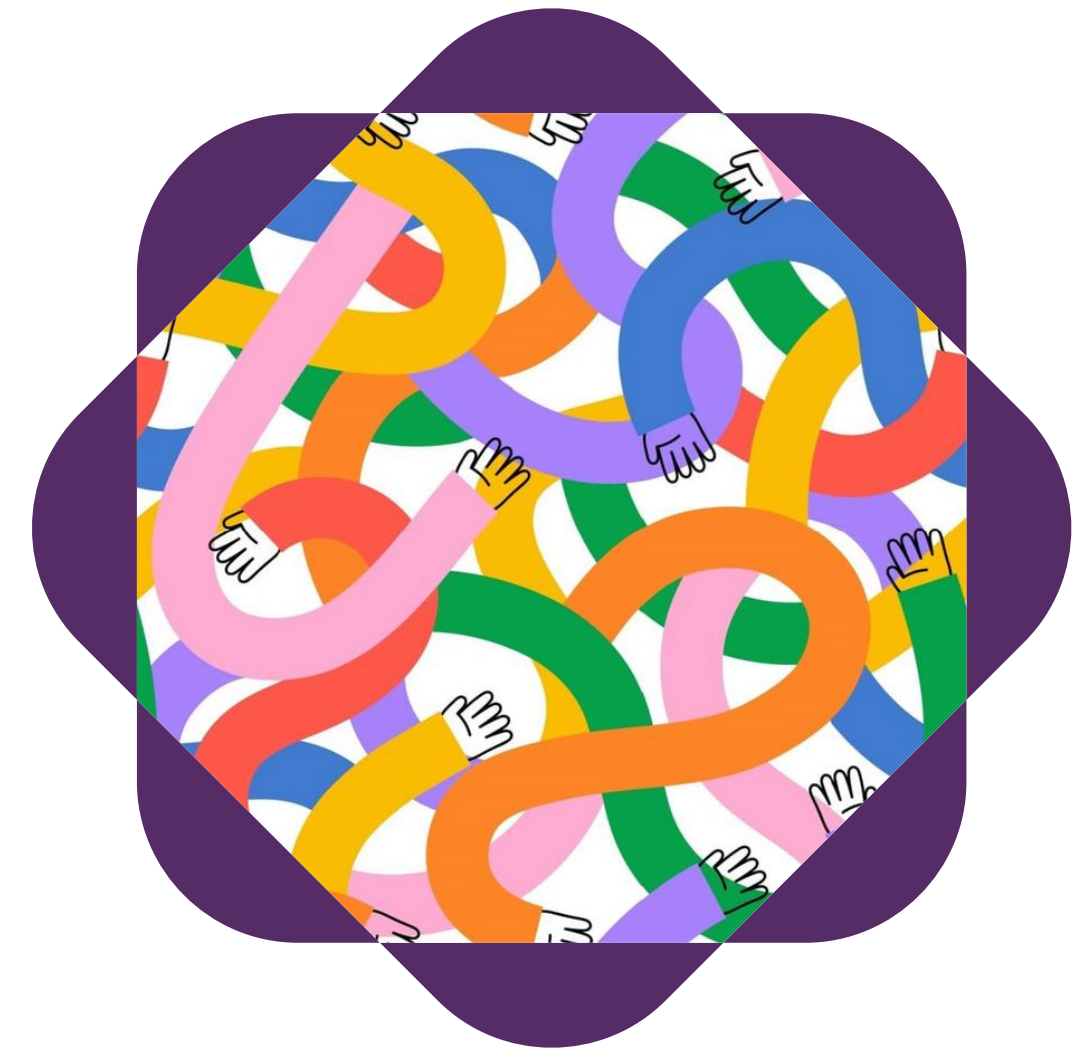
Για την πρόληψη και αποφυγή των παραπάνω, συνιστάται η υιοθέτηση των ακόλουθων βασικών στρατηγικών:

- **Αναγνώριση** των πρώιμων **ενδείξεων** κόπωσης και τακτικός αναστοχασμός της συναισθηματικής κατάστασης των επαγγελματιών
- **Καθορισμός** σαφών **ορίων** μεταξύ εργασίας και προσωπικής ζωής
- Συμμετοχή σε τακτική **κλινική εποπτεία** και **ανταλλαγή εμπειριών** με συναδέλφους σε ένα πλαίσιο εμπιστοσύνης (αλληλοϋποστήριξη μεταξύ των συναδέλφων).
- Προτεραιότητα στην **ξεκούραση, τα προσωπικά ενδιαφέροντα και τις σχέσεις**.
- Διατήρηση ποιοτικού **ύπνου, διατροφής και άσκησης**
- Προώθηση της **ψυχολογικής ασφάλειας στον εργασιακό χώρο**

Ενότητα 4 – Βασικό Περιεχόμενο

Αναπτύσσοντας το Δίκτυο:

- Ανάπτυξη ισχυρότερων δικτύων μεταξύ των υπηρεσιών υποστήριξης
- Ανάπτυξη και διαμοιρασμός κοινής αντίληψης σχετικά με τις γλωσσικές πρακτικές και προσεγγίσεις
- Ενίσχυση της συνεργασίας και του συντονισμού μεταξύ των επαγγελματιών
- Βελτίωση της ποιότητας και του αντίκτυπου της παρεχόμενης φροντίδας και υποστήριξης



Ο αντίκτυπος της βίας στις πολλαπλά ευάλωτες άστεγες επιζήσασες γυναίκες

Η βία έχει εκτεταμένες και μακροχρόνιες επιπτώσεις που υπερβαίνουν το άμεσο ή τραυματικό γεγονός. Επηρεάζει τα άτομα σε πολλαπλά επίπεδα – σωματικά, συναισθηματικά, κοινωνικά και οικονομικά – και απαιτεί μια ολιστική αντιμετώπιση με επίγνωση το τραύματος.

Για την παροχή της καλύτερης δυνατής υποστήριξης– προσαρμοσμένης στις ιδιαίτερες ανάγκες και την πολλαπλή ευαλωτότητα των αστέγων επιζωσών γυναικών– είναι απαραίτητη μια συντονισμένη, διαυπηρεσιακή προσέγγιση.

ΠΛΑΙΣΙΟ ΜΕ ΓΝΩΜΟΝΑ ΤΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΦΥΛΟΥ

Για να αντιμετωπιστούν οι διατομεακές ανισότητες και οι εμπειρίες των άστεγων γυναικών αλλά και οι προκλήσεις στην παρέμβαση, η διατομεακή μεθοδολογία INTERACT αναπτύσσεται σε ένα πλαίσιο που λαμβάνει υπόψη τη διάσταση του φύλου.

Η κατάρτιση αυτή αποσκοπεί στην παροχή βασικών ικανοτήτων για την καταπολέμηση της έμφυλης βίας και την αντιμετώπιση της έλλειψης στέγης, καθώς και εργαλείων για την υιοθέτηση μιας προσέγγισης που να λαμβάνει υπόψη το φύλο, για την παραγωγή:

- Αποτελεσματικών σταδιακών αλλαγών
«ΠΟΛΙΤΙΚΗ Ή ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΟΥ ΛΑΜΒΑΝΕΙ ΥΠΟΨΗ ΤΟΥΣ ΚΑΝΟΝΕΣ, ΤΟΥΣ ΡΟΛΟΥΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΑΝΙΣΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΦΥΛΩΝ ΜΕ ΤΗΝ ΛΗΨΗ ΜΕΤΡΩΝ ΓΙΑ
- Μιας κουλτούρας συνεχούς βελτίωσης
ΤΗΝ ΕΝΕΡΓΗ ΜΕΙΩΣΗ ΤΗΣ ΒΛΑΒΗΣ.».

(WHO, 2011, P.135)

Όλες οι υπηρεσίες που εμπλέκονται στη φροντίδα και την υποστήριξη της επιζήσασας πρέπει να συνεργάζονται για να διασφαλίσουν:

- Συνέχιση της φροντίδας
- Κοινή κατανόηση της έμφυλης βίας, του τραύματος και της προβληματικής χρήσης ουσιών
- Διατομεακές προσεγγίσεις και προσεγγίσεις ευαίσθητες σε θέματα ισότητας των φύλων
- Ασφάλεια, αυτονομία, αξιοπρέπεια και σεβασμό των ανθρωπίνων δικαιωμάτων
- Ολοκληρωμένη πρόσβαση στην υγειονομική περίθαλψη, τη νομική προστασία, την κοινωνική βοήθεια και την υποστήριξη κατά της έμφυλης βίας

ΣΥΜΒΑΣΗ ΤΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΗΣ

Κεφάλαιο IV, άρθρο 18

«Τα Μέρη λαμβάνουν τα αναγκαία νομοθετικά ή άλλα μέτρα, σύμφωνα με το εσωτερικό δίκαιο, ώστε να διασφαλίζεται η ύπαρξη κατάλληλων μηχανισμών για την αποτελεσματική συνεργασία μεταξύ όλων των σχετικών κρατικών φορέων, συμπεριλαμβανομένων των δικαστικών αρχών, των εισαγγελέων, των υπηρεσιών επιβολής του νόμου, των τοπικών και περιφερειακών αρχών, καθώς και των μη κυβερνητικών οργάνων και άλλων σχετικών οργάνων και οντοτήτων, για την προστασία και υποστήριξη των θυμάτων και των μαρτύρων όλων των μορφών βίας που καλύπτονται από το πεδίο εφαρμογής της παρούσας Σύμβασης, συμπεριλαμβανομένης της παραπομπής σε γενικούς και εξειδικευμένους φορείς υποστήριξης, όπως περιγράφεται λεπτομερώς στα άρθρα 20 και 22 της παρούσας Σύμβασης.»

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΜΙΑΣ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΗΣ ΦΟΡΕΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΛΕΙΨΗ ΣΤΕΓΗΣ ΠΟΥ ΛΑΜΒΑΝΕΙ ΥΠΟΨΗ ΤΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ

ΤΟΥ ΦΥΛΟΥ

- Δημιουργία ασφάλειας με την παροχή **χώρων μόνο για γυναίκες από γυναίκες για γυναίκες**
- Δημιουργία **ποιοτικών σχέσεων** μεταξύ εργαζομένων και γυναικών που βασίζονται στην εμπιστοσύνη
- Παροχή υποστήριξης με τρόπο προσιτό, ευέλικτο και μη επικριτικό και καταπολέμηση του στιγματισμού και των στερεοτύπων.
- Εργασία με βάση ένα **μοντέλο ενδυνάμωσης** βασισμένο στις δυνάμεις, ώστε να δοθεί στις γυναίκες η δυνατότητα επιλογής ώστε να ανακτήσουν τον έλεγχο της ζωής τους.
- Παροχή **κατάρτισης του προσωπικού** για την αναγνώριση των ιδιαιτεροτήτων των πολλαπλά ευάλωτων άστεγων γυναικών, οι οποίες έχουν επίσης ιστορικό έμφυλης βίας.
- Παροχή **εκπαίδευσης** στις γυναίκες σχετικά με την έμφυλη βία, τις ουσίες και το τραύμα, η οποία τους επιτρέπει να κατανοήσουν τις αντιδράσεις τους στο τραύμα και τους παρέχει δεξιότητες αντιμετώπισης.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΜΙΑΣ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΗΣ ΦΟΡΕΩΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΛΕΙΨΗ ΣΤΕΓΗΣ ΠΟΥ ΛΑΜΒΑΝΕΙ ΥΠΟΨΗ ΤΗ ΔΙΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ

ΦΥΛΟΥ

- Αναγνωρίζοντας τη διαφορετική κατάσταση των γυναικών και προσφέροντας **ολοκληρωμένη και εξατομικευμένη υποστήριξη σε όλο το φάσμα των περιστάσεων των γυναικών**, για παράδειγμα, την παροχή υποστήριξης για το πένθος και την απώλεια που σχετίζονται με τη σύλληψη του παιδιού, υποστήριξη για τη μητρότητα ή την επανασύνδεση με τα παιδιά, υποστήριξη για τη μείωση των επιβλαβών συνεπειών που σχετίζονται με την εργασία στο σεξ, για την πρόσβαση στα δικαιώματα σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας.
- Καθιέρωση της **σωματικής, ψυχολογικής και συναισθηματικής ασφάλειας** των γυναικών και εργασία από μια οπτική γωνία που αναγνωρίζει την έμφυλη βία ως αιτία της έλλειψης στέγης των γυναικών και τον αντίκτυπο του τραύματος στις γυναίκες.
- **Εκτίμηση της φωνής των γυναικών**, π.χ. στην έρευνα με ομοτίμους, ενθάρρυνση της υποστήριξης από ομοτίμους και δυνατότητα συμμετοχής των ομοτίμων στον σχεδιασμό και την παροχή υπηρεσιών.
- Παροχή υποστήριξης με βάση την προσέγγιση της μείωσης των επιβλαβών συνεπειών και της φροντίδας με βάση το τραύμα

ΟΙΚΟΔΟΜΗΣΗ ΚΟΙΝΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ

Η δημιουργία μιας κοινής αντίληψης για το βαθύτερο νόημα των εμπειριών των ανθρώπων που βιώνουν την έλλειψη στέγης και η υιοθέτηση μιας κοινής γλώσσας, υποστηρίζει την ανάπτυξη εξατομικευμένων σχεδίων παρέμβασης μέσω μιας προσέγγισης με βάση την πληροφόρηση για το τραύμα, ενώ παράλληλα σέβεται την αξιοπρέπεια και τα ανθρώπινα δικαιώματα των ανθρώπων.

- Η ανάπτυξη **μιας κοινής, με σεβασμό γλώσσας** καθίσταται απαραίτητη για να διασφαλιστεί η ενημέρωση για το τραύμα, οι αξιοπρεπείς και αποτελεσματικές παρεμβάσεις.
- Με τον **κριτικό προβληματισμό σχετικά με τους βασικούς όρους**, οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να αποφύγουν την αναπαραγωγή του στιγματισμού, της βίας ή του επανατραυματισμού.
- **Κοινή οικοδόμηση μιας κοινής γλώσσας**, ως βασικού θεμέλιου λίθου για την ανάγνωση και την προσέγγιση των αναγκών των άστεγων γυναικών – με σεβασμό στις δικές τους προοπτικές και προσαρμογή στις ταυτότητες και τις εμπειρίες τους.

Το Βιβλίο Συστημάτων: Αποτελεσματικός συντονισμός υπηρεσιών (Homeless Hub, 2024) παρουσιάζει ένα πλαίσιο για τη βελτίωση του συντονισμού των φορέων

- Βασική ιδέα: Ο αποτελεσματικός συντονισμός διασφαλίζει την έγκαιρη και ολοκληρωμένη φροντίδα για τις άστεγες γυναίκες με διασταυρούμενες ανάγκες.
- Στόχος: Οι 10 δραστηριότητες που προσδιορίστηκαν αποσκοπούν στη δημιουργία απρόσκοπτων, ευέλικτων υπηρεσιών, εξασφαλίζοντας ταχύτερη πρόσβαση σε πόρους και καλύτερα αποτελέσματα.
- Βασικές δραστηριότητες:
 1. Ατομικό επίπεδο: Άμεσες δραστηριότητες, όπως παραπομπές και συναντήσεις για υποθέσεις.
 2. Αλληλεπίδραση με τ: Τακτική συνεργασία και ανταλλαγή πόρων.
 3. Επίπεδο συστήματος: Οικοδόμηση θεσμικής υποστήριξης και εξορθολογισμένες διαδικασίες.

ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΟΥ ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΥ ΔΙΚΤΥΟΥ

Δραστηριότητα 1 – **Απρόσκοπτες δίοδοι για παραπομπές**

- Βασικό σημείο:
 - Οι άτυπες δίοδοι παραπομπής επιταχύνουν την πρόσβαση στις απαραίτητες υπηρεσίες.
 - Οι άμεσες, προσωπικές συνδέσεις μεταξύ των παρόχων υπηρεσιών βελτιώνουν την αποτελεσματικότητα και μειώνουν τις καθυστερήσεις.
- Αντίκτυπος:
 - Οι έγκαιρες παραπομπές οδηγούν σε ταχύτερη πρόσβαση σε φορείς υποστήριξης, ιδίως για τους πελάτες που έχουν επείγουσα ανάγκη.

Δραστηριότητα 2 – **Τακτική συνεργασία μεταξύ των παρόχων υπηρεσιών**

- Βασικό σημείο:
 - Η συχνή αλληλεπίδραση μεταξύ των παρόχων υπηρεσιών ενισχύει τις σχέσεις και βελτιώνει τον συντονισμό της φροντίδας.
- Πρόκληση:
 - Όταν οι ωφελούμενοι παραπέμπονται σε λιγότερο συχνά χρησιμοποιούμενες υπηρεσίες, οι σχέσεις μεταξύ των παρόχων τείνουν να αποδυναμώνονται.
- Αποτελέσματα:
 - Η συχνή συνεργασία οδηγεί σε πιο αποτελεσματική και ολοκληρωμένη φροντίδα για τις γυναίκες.

ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΟΥ ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΥ ΔΙΚΤΥΟΥ

Δραστηριότητα 3 – Τακτική επικοινωνία σχετικά με τους δικαιούχους

- Βασικό σημείο:
 - Η συνεχής επικοινωνία μεταξύ των παρόχων υπηρεσιών είναι ζωτικής σημασίας για την αντιμετώπιση των μεταβαλλόμενων αναγκών των ωφελούμενων
- Βέλτιστη πρακτική:
 - Η συγκατάθεση των ωφελουμένων επιτρέπει στους παρόχους να μοιράζονται ενημερώσεις, να συζητούν τις προκλήσεις και να καταστρώνουν στρατηγικές.
- Αντίκτυπος:
 - Δημιουργεί ένα διαφανές, αποτελεσματικό περιβάλλον περίθαλψης, επιτρέποντας την παροχή υπηρεσιών με μεγαλύτερη ανταπόκριση και συντονισμό.

Δραστηριότητα 4 – Συναντήσεις για υποθέσεις

- Βασικό σημείο:
 - Στις συναντήσεις για την περίπτωση συμμετέχουν πολλοί πάροχοι υπηρεσιών και ο ωφελούμενος, προωθώντας τη συνεργασία για τους στόχους και τον προγραμματισμό.
- Οφέλη:
 - Εξασφαλίζει σαφή επικοινωνία, αποτρέπει την επανάληψη υπηρεσιών και ευθυγραμμίζει τους στόχους των ωφελούμενων
- Πρόκληση:
 - Η συχνότητα των συναντήσεων θα πρέπει να προσαρμόζεται στις ανάγκες του ωφελούμενου, αλλά μπορεί να είναι εντατική σε πόρους.

ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΟΥ ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΥ ΔΙΚΤΥΟΥ

Δραστηριότητα 5 – Δραστηριότητες προβολής

- Βασικό σημείο:
 - Η προβολή βοηθά τους παρόχους να ενημερώνονται ο ένας για τις υπηρεσίες του άλλου και βελτιώνει την ενσωμάτωση των υπηρεσιών.
- Πρόκληση:
 - Η εξισορρόπηση της προσέγγισης με τις ευθύνες φροντίδας των ωφελούμενων μπορεί να είναι χρονοβόρα και ασυνεπής.
- Αντίκτυπος:
 - Η μεγαλύτερη προβολή αυξάνει την ευαισθητοποίηση και βελτιώνει τη συνεργασία μεταξύ των οργανισμών.

Δραστηριότητα 6 – Καθορισμός κοινών στόχων και αξιών

- Βασικό σημείο:
 - Οι κοινές αξίες μεταξύ των παρόχων οδηγούν σε καλύτερο συντονισμό και καθορισμό στόχων.
- Πρόκληση:
 - Διαφορετικές οργανωτικές κουλτούρες ή εντολές μπορούν να δημιουργήσουν εμπόδια στην αποτελεσματική συνεργασία.
- Αποτελέσματα:
 - Ο κοινός τόπος βοηθά τους παρόχους υπηρεσιών να εργάζονται προς το συμφέρον των ωφελούμενων ακόμη και όταν οι υπηρεσίες παρέχονται με διαφορετικό τρόπο.

Δραστηριότητα 7 – **Επικοινωνία πέραν της φροντίδας**

- Βασικό σημείο:
 - Η ανεπίσημη επικοινωνία πέραν της φροντίδας για τους δικαιούχους (π.χ. ενημερώσεις ή συζητήσεις) ενισχύει τις εργασιακές σχέσεις μεταξύ των παρόχων.
- Αντίκτυπος:
 - Βελτιώνει τον αμοιβαίο σεβασμό και την κατανόηση, οδηγώντας σε αποτελεσματικότερο συντονισμό των υπηρεσιών.

Δραστηριότητα 8 – **Κοινή χρήση πόρων**

- Βασικό σημείο:
 - Ο διαμοιρασμός πόρων μεταξύ των οργανισμών (π.χ. κοινά γραφεία ή γνώση του προσωπικού) προάγει την εμπιστοσύνη και τη συνεργασία.
- Αποτελέσματα:
 - Η αυξημένη εμπιστοσύνη και η συνεργασία βελτιώνουν την παροχή υπηρεσιών και εξασφαλίζουν μια πιο απρόσκοπτη εμπειρία για τις γυναίκες που βιώνουν την έλλειψη στέγης.

Δραστηριότητα 9 – Συμμετοχή σε δίκτυα και εκπαιδευτικές εκδηλώσεις

- Βασικό σημείο:
 - Οι εκδηλώσεις δικτύωσης και τα εκπαιδευτικά φόρουμ δημιουργούν ευκαιρίες για τους παρόχους να συναντηθούν, να ανταλλάξουν γνώσεις και να θέσουν κοινούς στόχους.
- Αντίκτυπος:
 - Ενισχύει τις σχέσεις, προωθεί την επίλυση προβλημάτων και υποστηρίζει τη συνεργασία μεταξύ διαφορετικών τομέων υπηρεσιών.

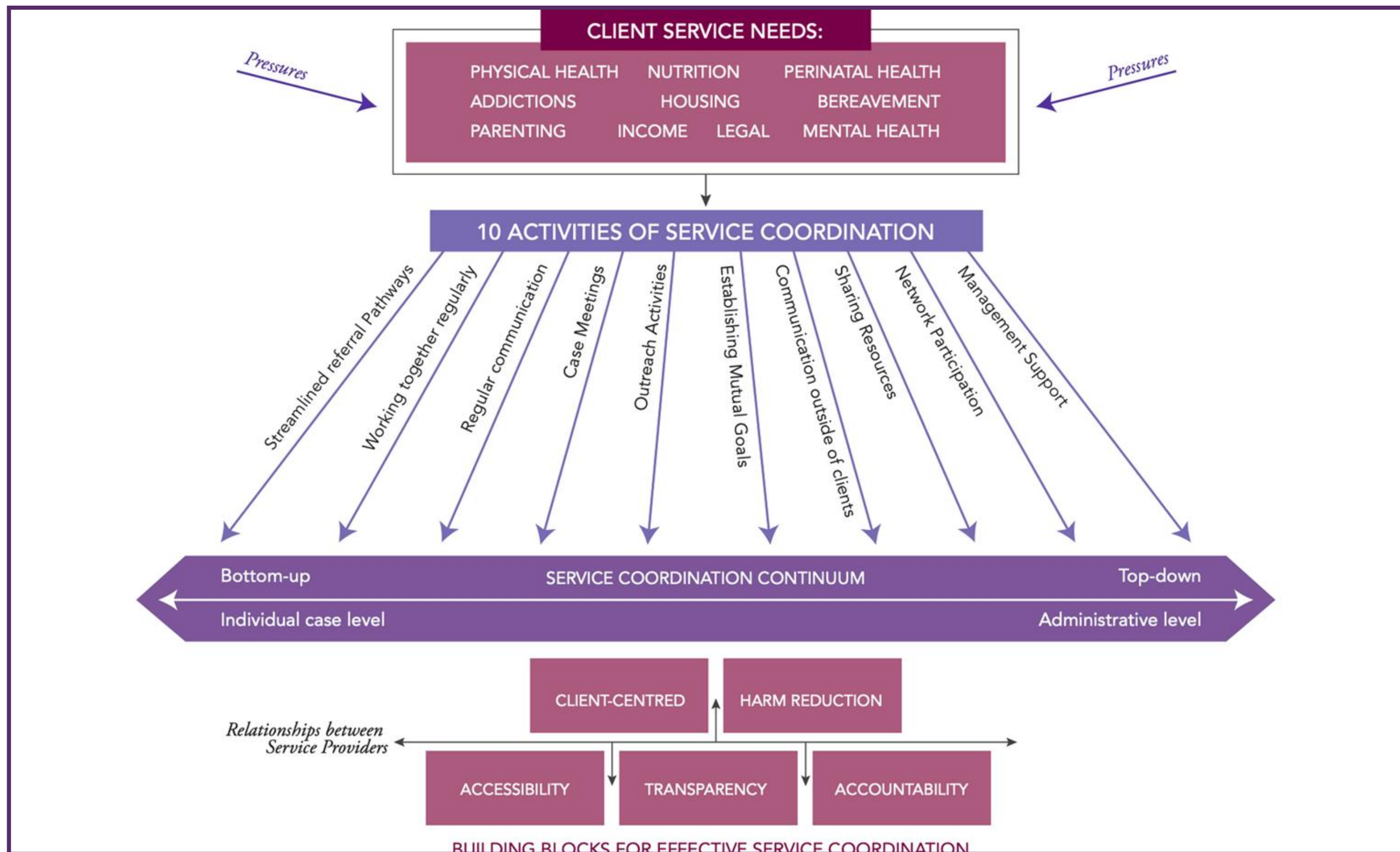
Δραστηριότητα 10 – Διοικητική υποστήριξη

- Βασικό σημείο:
 - Η διοικητική υποστήριξη είναι απαραίτητη για τους παρόχους πρώτης γραμμής, επιτρέποντάς τους να συμμετέχουν σε δραστηριότητες συντονισμού των υπηρεσιών και να συμμετέχουν στην επαγγελματική ανάπτυξη.
- Αποτελέσματα:
 - Η υποστήριξη από τη διοίκηση ενισχύει τον συντονισμό και δίνει στους παρόχους τη δυνατότητα να υπερασπιστούν καλύτερα συστήματα και πολιτικές.

ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΟΥ ΔΙΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΥ ΔΙΚΤΥΟΥ

Βασικά συμπεράσματα:

- Ο συντονισμός των υπηρεσιών είναι πιο αποτελεσματικός όταν οι πάροχοι έχουν τακτική επικοινωνία, συνεργασία και κοινούς στόχους.
- Οι εξατομικευμένες συναντήσεις και οι δραστηριότητες προσέγγισης βοηθούν στην αποτελεσματική κάλυψη των αναγκών των γυναικών που βιώνουν την έλλειψη στέγης.
- Η υποστήριξη της διοίκησης και η συμμετοχή σε δίκτυα διασφαλίζουν τη μακροπρόθεσμη και αποτελεσματική ενσωμάτωση των υπηρεσιών.



ΑΠΟ ΤΟ «EXPLORING EFFECTIVE SYSTEMS RESPONSES TO HOMELESSNESS»

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ
ΓΙΑ ΤΗΝ
ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ!





Funded by the European Union. Views and opinions expressed are, however, those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or of the European Commission. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.