16/11/2021

Οι ψυχοσυναισθηματικές επιπτώσεις της πανδημίας

Μητροπολιτικό Έργο / Ι.Μ. Δημητριάδος και Αλμυρού

Πραγματοποιήθηκε σήμερα στο Συνεδριακό Κέντρο Θεσσαλίας η Β΄ Γενική Ιερατική Σύναξη της Ιεράς Μητροπόλεως Δημητριάδος, για το τρέχον Ιεραποστολικό έτος.

Ομιλητής της Συνάξεως ήταν ο Αρχιμ. Σεβαστιανός Ζερβός, Αρχιερατικός Επίτροπος Κισσού, ο οποίος ανέπτυξε το θέμα «Ψυχοσυναισθηματικές επιπτώσεις της πανδημίας», που ήταν καρπός της εργασίας της 2ης προπαρασκευαστικής ομάδας Κληρικών μας, οι οποίοι μελέτησαν, κατά την διάρκεια του Θέρους, το ζήτημα της πανδημίας σε όλες τις πτυχές της.

Ο ομιλητής παρατήρησε ότι «η όλη διαχείριση της πανδημίας δόθηκε μονομερώς σε επιστημονικές ομάδες ιατρικού προσανατολισμού και εξαιρέθηκαν ειδικότητες που θα ήταν ιδιαίτερα βοηθητικές (π.χ. ψυχολόγοι, κοινωνιολόγοι, οικονομολόγοι, θεολόγοι, κ.λπ.). Έτσι, παραγνωρίστηκε ο ρόλος της οικονομίας, της κοινωνικής αλληλεπίδρασης και των θρησκευτικών αναγκών που αποτελούν σημαντικές πτυχές του ανθρώπινου βίου και που συμβάλουν στην δημιουργία

κλίματος ασφάλειας, εμπιστοσύνης και ελπίδας...». Στη συνέχεια, κατέγραψε τις αρνητικές επιπτώσεις της καραντίνας, που είναι «η μείωση της σωματικής δραστηριότητας, η απώλεια της καθημερινής ρουτίνας, η αδυναμία συμμετοχής σε συλλογικές δραστηριότητες, η μείωση των κοινωνικών επαφών, το άγχος για την πιθανή απώλεια εργασίας, η έλλειψη χώρου στις οικίες των πολύτεκνων οικογενειών, οι ανεπαρκείς προμήθειες βασικών αγαθών, το έντονο άγχος, η απόγνωση και οι αυτοκτονικές τάσεις, το μετατραυματικό στρες, η ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή που εμπερικλείει τον έντονο φόβο για μόλυνση, η φτωχή, ασαφής και ενίοτε αντικρουόμενη πληροφόρηση από τους κυβερνητικούς μηχανισμούς».

Ο π. Σεβαστιανός αναφέρθηκε, μεταξύ άλλων, στην ψυχοπαθολογία της πανδημίας, επισημαίνοντας ότι «μεγάλο ποσοστό πληθυσμού παρουσίασε κατάθλιψη, διαταραχές αϋπνίας και σίτισης, αυξημένες γνωστικές διαστρεβλώσεις, παράνοια, καθώς και κατάχρηση ουσιών και αλκοόλ. Επέδειξε σκέψεις αυτοκτονίας και ανθρωποκτονίας. Στοιχείο που έρχεται να εξηγήσει την έκρηξη του κύματος ανθρωποκτονιών των τελευταίων μηνών με θύματα κυρίως γυναίκες. Συχνή δε είναι και η εμφάνιση ποικίλων διαταραχών όπως η μετατραυματική και η ιδεοψυχαναγκαστική, η υπερέκθεση σε τραυματικού περιεχομένου εικόνες, η ιδεοψυχαναγκαστική συμπεριφορά και αποθησαυρισμός, η συντροφική βία στην διάρκεια της καραντίνας». Παρατήρησε, επίσης, ότι «ο εγκλεισμός επέφερε ή επιδείνωσε τις δυσκολίες και στις συντροφικές σχέσεις λόγω της αναγκαστικής εγγύτητας, ενώ με την επέλευση του ιού βασικά θέματα της ανθρώπινης ύπαρξης μετασχηματίστηκαν, αμφισβητήθηκαν ή και χλευάστηκαν, ενώ συνήθειες και αυτοματισμοί της καθημερινότητας πέρασαν στην αδράνεια, δημιουργώντας έτι περεταίρω θέματα, όπως αυτό του ανέκφραστου πόνου που απορρέει από την απώλεια ενός αγαπημένου προσώπου…».

Ακολούθως, ο ομιλητής αναφέρθηκε στην *«στοχοποίηση του θρησκευόμενου κόσμου, που προκάλεσε αισθήματα ματαίωσης, ενοχών και μείωσης. Ο δε ποιμένας στιγματίστηκε και κατέστη πληγωμένος θεραπευτής, απολαμβάνοντας μία γεύση της εμπειρίας του Μεγάλου Πληγωμένου θεραπευτή, του Χριστού. Ξαφνικά και εντελώς απροετοίμαστος, ήλθε αντιμέτωπος με τη διαχείριση προβλημάτων σε ατομικό και διαπροσωπικό επίπεδο. Έζησε την πανδημία και τα προβλήματά της άμεσα και έμμεσα. Εκλήθη να αντιμετωπίσει την απομόνωση, την αμφισβήτηση, την ψυχική κόπωση, το θυμό και τις απώλειες τόσο του εαυτού του, όσο και των ποιμενομένων. Αισθάνθηκε να εξαντλούνται τα ψυχικά του αποθέματα και να ξεθωριάζει η ανθεκτικότητα του…». Μίλησε, επίσης, για την ανάπτυξη ψυχικής ανθεκτικότητας, που συνδέεται άμεσα με την πνευματικότητα, η οποία «εκλαμβάνει τα τραυματικά γεγονότα ως μέσα απόκτησης γνώσεων και ευκαιρία για διορθώσεις και βελτιώσεις της ζωής… Ο πνευματικός προσανατολισμός βοηθά το άτομο να αποσύρει τα διαχωριστικά που θέτει ο υλιστικός τρόπος ζωής και να έλθει σε επαφή με την άβυσσο των αισθημάτων, των σκέψεων και των αισθήσεών του, να ενδυναμώσει την ουσία του και να απαντήσει σε υπαρξιακές ερωτήσεις. Από τα παραπάνω προκύπτει ότι η παρούσα κρίση θα μπορούσε να αποτελέσει μια μοναδική ευκαιρία επανεκκίνησης και δραστηριοποίησης της Εκκλησίας για να παράσχει ενισχυτικά εφόδια στους ανθρώπους που αναζητούν βαθύτερα νοήματα, υψηλότερες αξίες και σύνδεση με δεξαμενές άντλησης δύναμης…».*

Κλείνοντας, ο π. Σεβαστιανός παρουσίασε «ένα χριστιανικό μοντέλο αντιμετώπισης τραυματικών εμπειριών που θα μπορούσε να βασιστεί στους ακόλουθους έξι άξονες: την παροχή βιβλικών προτύπων για τη διαχείριση τραύματος, τη δημιουργία πνευματικής ανθεκτικότητας, τη νοηματοδότηση των γεγονότων, την ελπίδα, την μετατραυματική ανάπτυξη και την ενδυνάμωση με πνευματικές ασκήσεις», επισημαίνοντας ότι «θα ήταν πολύ λυσιτελής η παρακίνηση των πιστών να εντρυφήσουν στη συστηματική εξάσκηση της μονολόγιστης και γενικότερης προσευχής, καθώς και στην προσεκτική ανάγνωση των γραφών με σκοπό την κοινωνία με τον Θεό για άντληση δύναμης και στήριξης».

Ακολούθησε διάλογος επί της εισηγήσεως και η σύνοψη των συμπερασμάτων από τον Σεβ. Μητροπολίτη Δημητριάδος κ. Ιγνάτιο.

ΔΕΙΤΕ ΕΔΩ ΤΗΝ ΟΜΙΛΙΑ