

**ΔΙΗΜΕΡΟ ΑΝΟΙΧΤΩΝ ΣΥΖΗΤΗΣΕΩΝ**  
**ME TON WILL HALL, M.A. DIPL. PROCESS WORK**  
**4 και 5 Οκτωβρίου 2013**  
**Κτήριο ΕΣΗΕΑ, Ακαδημίας 20 και Βουκουρεστίου**

Δύο χρόνια μετά την πρώτη του επίσκεψη στην Ελλάδα, ο Will Hall, ένας από τους σημαντικότερους εκπροσώπους του διεθνούς κινήματος ομότιμης υποστήριξης και χειραφέτησης στο χώρο της ψυχικής υγείας, επιστρέφει για μια διημερίδα που συνδιοργανώνεται από το Hearing Voices Network Αθήνας και το Κέντρο Ψυχικής Υγείας Αγίων Αναργύρων. Θα είναι μαζί μας στις 4 και 5 Οκτωβρίου, στο κτήριο της ΕΣΗΕΑ, Ακαδημίας 20 και Βουκουρεστίου, για να συζητήσουμε για θέματα επίκαιρα που παραμένουν ταμπού, να ανταλλάξουμε απόψεις και να εντοπίσουμε τις συνδέσεις μεταξύ αυτών που συμβαίνουν γύρω μας και όσων βιώνουμε μέσα μας.

**Παρασκευή, 4 Οκτωβρίου 2013, ώρα 17:30 – 21:00**  
**Ζώντας με αυτοκτονικά συναισθήματα:**  
**Τα όνειρα της κοινότητας από την**  
**απόγνωση προς την ελπίδα**

Στις συζητήσεις για τη σύγχρονη ελληνική κατάσταση, συνήθως γίνεται αναφορά σε στοιχεία που έρχονται στη δημοσιότητα για τη ραγδαία αύξηση των αυτοκτονιών ως τραγική επίπτωση της κρίσης στη ζωή μας. Αυτό το συγκλονιστικό γεγονός καταρρίπτει το μύθο ότι τα αυτοκτονικά συναισθήματα είναι σύμπτωμα μεμονωμένων αρρώστων μυαλών και καταδεικνύει μια ανθρώπινη εμπειρία πολύ πιο διαδεδομένη από όσο νομίζουμε, άμεσα συνυφασμένη με την κοινωνική δυσχέρεια. Όμως, τέτοιες πληροφορίες αφήνουν τους ανθρώπους μετέωρους όταν παρατίθενται ως πικρές διαπιστώσεις για μια μίζερη πραγματικότητα και εκεί κλείνει η κουβέντα. Κατά τον Will Hall, η παρόρμηση προς το θάνατο είναι συχνά μια απεγνωσμένη ανάγκη για αλλαγή, η οποία συγκρούεται με μια συντριπτική αίσθηση αδυναμίας. Στη συζήτηση που θα κάνουμε, τα αυτοκτονικά συναισθήματα δεν θα είναι ο επίλογος, αλλά η αφετηρία, με σκοπό να προχωρήσουμε στην κατανόηση των βαθύτερων αναγκών μας και να εξερευνήσουμε τρόπους αντιμετώπισης που ανοίγουν δρόμους προς την αλλαγή. Θα ενημερωθούμε σχετικά με πρόσφατες έρευνες, καινοτόμες πρακτικές και χρήσιμα εργαλεία διαχείρισης.

**Σάββατο, 5 Οκτωβρίου 2013, ώρα 11:00 – 14:30**  
**Αμοιβαία υποστήριξη και ενσυναίσθηση:**  
**Μαθήματα από τα κινήματα βάσης για**  
**την ψυχική υγεία.**

Πώς μπορούμε να απελευθερωθούμε και να νοιαζόμαστε αληθινά ο ένας για τον άλλο; Πώς μπορούμε να δουλέψουμε μαζί για να γίνουμε πιο ανθρώπινοι; Τι είδους δεξιότητες και συνεργασία χρειαζόμαστε; Ο Will Hall, εξερευνά απαντήσεις σε αυτά τα ερωτήματα μέσα από την πολυετή συμμετοχή του στο παγκόσμιο κίνημα αυτοβοήθειας, αμοιβαίας υποστήριξης και προάσπισης δικαιωμάτων άμεσα ενδιαφερομένων στο χώρο της

ψυχικής υγείας. Στην Ελλάδα, αν και είναι σχετικά πρόσφατη η ιστορία της συγκρότησης παρόμοιων εγχειρημάτων, η αμέριστη συμβολή όλο και περισσότερων ανθρώπων σε αυτά είναι ένα από τα πιο ελπιδοφόρα σημεία της δύσκολης εποχής που διανύουμε. Μια σύγχρονη πρόκληση είναι πώς θα κατακτήσουμε την ευθύνη και τον έλεγχο του εαυτού μας χωρίς να λοξοδρομήσουμε προς τον ατομικισμό, πώς θα εμπλεκόμαστε σε συλλογικές διαδικασίες ανταλλαγής και αμοιβαίας υποστήριξης χωρίς να παραιτούμαστε από αυτονόητα δικαιώματα διασφάλισής μας από ένα κοινωνικό κράτος. Συζητώντας για τις εμπειρίες μας, τις ιδέες και τους προβληματισμούς μας, θα δούμε πως μπορούμε να οργανώνουμε πιο αποτελεσματικά τις προσπάθειες μας ώστε να κατακτήσουμε ένα ουσιαστικό αίσθημα μοιράσματος και ενδυνάμωσης. Είναι ευπρόσδεκτοι/ες να πάρουν μέρος στη συζήτηση: Άτομα που έχουν παλέψει με την ψυχική δυσφορία, φίλοι και συγγενείς, επαγγελματίες, φοιτητές, ευαίσθητοποιημένα μέλη της κοινότητας. Όταν συζητάμε για ένα θέμα ταμπού που ίσως ακουμπά προσωπικούς φόβους, άσχημες αναμνήσεις ή σκέψεις, ενδέχεται να ανακινηθούν μέσα μας έντονα συναισθήματα. Για το λόγο αυτό, αν και δεν είναι υποχρεωτική η συμμετοχή και στις δύο ημέρες συζητήσεων, πιστεύουμε ότι είναι σημαντικό όσες και όσοι λάβουν μέρος στη συζήτηση της Παρασκευής να παρακολουθήσουν και τη συζήτηση του Σαββάτου που θα εστιάσει σε προτάσεις αντιμετώπισης της ψυχικής οδύνης μέσα από συλλογικά εγχειρήματα και θα μας δώσει την ευκαιρία να αποφορτιστούμε από τα συναισθήματα της προηγούμενης ημέρας.

### **Λίγα λόγια για τον Will Hall**

Ο Will Hall κάποτε είχε πάρει διάγνωση σχιζοφρένειας. Προχώρησε στην ανάρρωση μέσα από το κίνημα αυτοβοήθειας, την πνευματική ενασχόληση και την ολιστική προσέγγιση της υγείας. Σήμερα πρωτοστατεί στο παγκόσμιο κίνημα ομότιμης υποστήριξης (peer support) και ενδυνάμωσης άμεσα ενδιαφερόμενων στο χώρο της ψυχικής υγείας, ενώ παράλληλα προσφέρει ψυχοθεραπευτικές, συμβουλευτικές και εκπαιδευτικές υπηρεσίες. Ενδιαφέρεται για εναλλακτικούς τρόπους αντιμετώπισης του ψυχικού πόνου και για την ανάδειξη της ψυχικής ποικιλομορφίας. Έχει διδάξει σε πολλές χώρες και έχει προσφέρει εκπαίδευση σε μια μεγάλη ποικιλία ομάδων που συμπεριλαμβάνει επαγγελματίες, φοιτητές, άμεσα ενδιαφερόμενους, μέλη οικογενειών και φορείς χάραξης πολιτικής.

Έχει εκπαιδευτεί και κατέχει μεταπτυχιακό τίτλο στην προσέγγιση Process Work και έχει ολοκληρώσει διετή εκπαίδευση στον Ανοιχτό Διάλογο με τον Jaakko Seikkula. Είναι συνιδρυτής πολλών ομάδων αυτοβοήθειας, συνηγορίας και κοινοτικής δράσης στις Η.Π.Α., όπως το Icarus Project, το Freedom Centre και το Portland Hearing Voices. Επίσης, είναι μέλος του Δ.Σ. του Intervoice. Η δουλειά του έχει προβληθεί από διάφορα ΜΜΕ όπως οι New York Times, το Newsweek, το National Public Radio και είναι παραγωγός του Madness Radio. Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφτείτε τις ιστοσελίδες:

[www.willhall.net](http://www.willhall.net),

[www.madnessradio.net](http://www.madnessradio.net)

<http://theicarusproject.net>

<http://www.portlandhearingvoices.net>

<http://www.intervoiceonline.org>