

Νέστωρ
Ψυχογηριατρική Εταιρεία
Ειδικό Κέντρο Ημέρας για πάσχοντες από Alzheimer
Ομάδα Νοητικής Ενδυνάμωσης
«Ο χιονάνθρωπος»



Συμμετέχων:
Συντονιστές:
Επιβλέπων:

Αργύρης Κομπούρας
Αγάπη Τερζοπούλου, Ψυχολόγος
Βασιλική Ματιάκη, Νοσηλεύτρια
Dr. Κων/νος Αραπίδης, Ψυχίατρος
Διδάκτωρ Ψυχιατρικής Α.Π.Θ

Κοζάνη, 2020

Μέθοδος: Κατασκευή ιστορίας

Στόχοι Προγράμματος:

- 1) Συγκέντρωση σε ένα οπτικό ερέθισμα (κάρτα)
- 2) Ανάπτυξη λεξιλογίου σχετικού με την κάρτα
- 3) Συζήτηση και ολοκλήρωση των έργων (οδηγίες) σε κάθε συνάντηση
- 4) Ενίσχυση συνεργασίας μεταξύ των μελών για επίτευξη συγκεκριμένου στόχου (συγγραφή ιστορίας)
- 5) Ενίσχυση της κοινωνικοποίησης των μελών μέσω της συνεργασίας και της εβδομαδιαίας συνάντησης
- 6) Ενίσχυση της αυτοεκτίμησης μέσα από την ενεργό συμμετοχή τους στην παραγωγή έργου (κατασκευή ιστορίας)
- 7) Δημιουργική έκφραση των μελών

Δομή Προγράμματος:

- Χτίζοντας τον ήρωα της ιστορίας.

Τα μέλη κλήθηκαν να επιλέξουν μια κάρτα που τους αρέσει και τους εκφράζει. Μέσα από τη συζήτηση και την καθοδήγηση προχώρησαν στην απόδοση χαρακτηριστικών εξωτερικών και εσωτερικών στα πρόσωπα που διάλεξαν. Υπόεργο της συνάντησης για ενίσχυση της δυσκολίας ήταν να τους δοθεί η οδηγία ότι αυτό θα γίνει ιστορία με πιο «μαγικά» και παραμυθιακά στοιχεία, ώστε να ασχοληθούν με τη μεταφορική και συμβολική έννοια των ερεθισμάτων.

- Επιλογή τόπου δράσης

Σε επόμενη συνάντηση τα μέλη διάλεξαν μέσα από κάρτες που απεικόνιζαν τοπία και κλήθηκαν να επιλέξουν με διπλό κριτήριο. Αυτό που τους εκφράζει από τη μια και αυτό που ταιριάζει με την ιστορία από την άλλη. Η συζήτηση αφορούσε στην περιγραφή της κάρτας (κυριολεκτικά) και πώς θα μπορούσε να ταιριάξει με την ιστορία (συμβολικά). Ενίσχυση στη διαδικασία της απόδοσης λέξεων ήταν ότι βοηθούν τη συντονίστρια για να μπορέσει να τα συνθέσει και να ολοκληρώσει την παράγραφο.

- Ορίζοντας το πρόβλημα που θα συναντήσει ο ήρωας

Σε αυτό το σημείο δεν υπήρχαν κάρτες για να γίνει η έναρξη της συζήτησης, αλλά ζητήθηκε από τα μέλη να ακούσουν την ιστορία μέχρι το σημείο που

γράφτηκε, να συνθέσουν τις πληροφορίες, να τους υπενθυμιστεί τι είχαν αναφέρει σε προηγούμενες συναντήσεις και να αποφασίσουν ποιο θα είναι το πρόβλημα που θα αντιμετωπίσει ο ήρωας.

- Επίλυση του προβλήματος και αισιόδοξο τέλος

Στο τελευταίο βήμα της ιστορίας τα μέλη βρήκαν τους συμμάχους- βοηθούς του ήρωα και ποια θα ήταν η λύση που θα έφερνε το χαρούμενο τέλος. Σε αυτό το σημείο συζητήθηκαν συναισθήματα που βιώνουν οι πρωταγωνιστές της ιστορίας, αλλά και πώς νιώθουν τα ίδια τα μέλη για τη συγκεκριμένη διαδικασία.

*** Στη συγκεκριμένη εφαρμογή του προγράμματος τα μέλη διάλεξαν περισσότερες από μια κάρτες που συνδέονταν με τον τόπο του πρωταγωνιστή τους. Το αξιοσημείωτο σε αυτή την περίπτωση ήταν ότι διάλεξαν κάρτες που ήταν όλες σχετικές με τον ήρωά τους ή με αυτό που ήθελαν να πουν στην ιστορία τους.

*** Στην τελευταία συνάντηση παρατηρήθηκε ότι και τα δύο μέλη είχαν προτιμήσει μια κάρτα και αυτό το έδειχναν μέσα από το ότι την κρατούσαν συνέχεια ή η συζήτηση κατέληγε στη συγκεκριμένη κάρτα. Με αφορμή λοιπόν την προτίμηση αυτή, τους ζητήθηκε να την κρατήσουν, να μείνουν με την κάρτα τους και να αφήσουν συναισθήματα ή μνήμες ή σκέψεις να έρθουν. Το αποτέλεσμα ήταν ότι «ξεθάφτηκαν» μνήμες από δικές τους εμπειρίες είτε από την ενήλικη ζωή τους (π.χ. διακοπές στη Σκόπελο) είτε από την παιδική τους ηλικία (π.χ. το εκκλησάκι στο χωριό μου). Για αυτό και στο τέλος της ιστορίας θα αφιερωθεί ένα ξεχωριστό κομμάτι σε αυτήν την κάρτα...

«Ο χιονάνθρωπος»

Η ιστορία που μόλις ξεκινά αφορά έναν χιονάνθρωπο, που αγαπούσε να ξυπνά μέσα στα λευκά και απολάμβανε που κάθε μέρα έρχονταν τα παιδιά και του' βαζαν και κάτι παραπάνω. Τη μια μέρα ένα κασκόλ, την άλλη ένα καπέλο και τη μεθεπόμενη του πρόσθεταν λίγο χιόνι στην κοιλιά, τόσο που έφτασε να είναι στρουμπουλός. Ο χιονάνθρωπος μας ήταν καθαριστής και αυτό γιατί όταν γεννήθηκε κάποιους χειμώνες πριν τα παιδιά που τον έφτιαξαν του κάρφωσαν μια σκούπα. Και λένε ότι με όποιο αντικείμενο ξυπνήσει ένας χιονάνθρωπος, μένει μια ζωή. Έτσι έχουμε χιονάνθρωπο ζαχαροπλάστη- με γλειφιτζούρι στο χέρι, όπως καταλαβαίνετε!-, χιονάνθρωπο μανάβη- όσοι έχουν καρότα για μύτη-, χιονάνθρωπο καρβουνιάρη και χιονάνθρωπο καθαριστή.



Αυτός, λοιπόν, τα βράδια ξεκινούσε και καθάριζε τις αυλές από το πατημένο χιόνι και έριχνε φρέσκο, καθαρό για την άλλη μέρα. Ήταν καλός χαρακτήρας, χαμογελούσε και όποτε μπορούσε μοίραζε και δώρα στα παιδιά. Μπορεί να ήταν λίγο μεγάλος, αλλά έμοιαζε με παιδί, γιατί τον

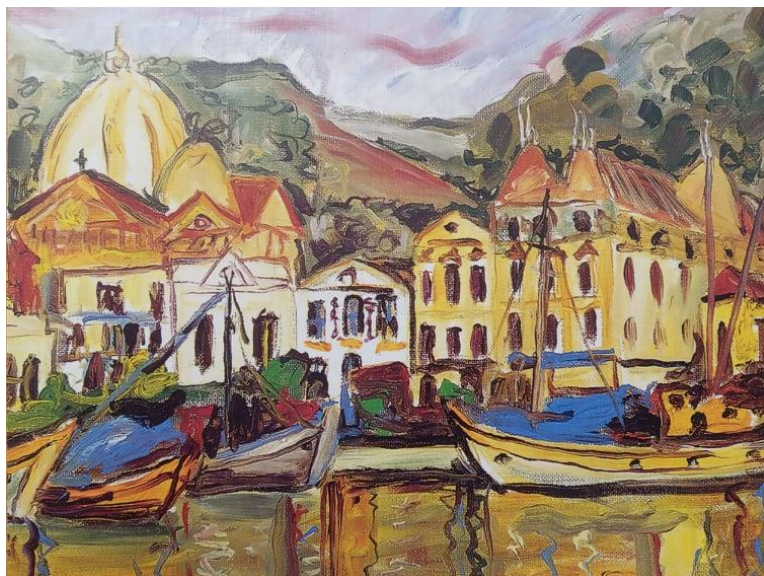
χαιρόταν τον χειμώνα, ήταν μες στην τρελή χαρά, που λέμε. Κι έτσι έκανε και τους άλλους μικρούς και μεγάλους να γίνονται και να μοιάζουν με παιδιά!

Ο Χιονάνθρωπος έμενε τις περισσότερες φορές κλεισμένος σε μια σπηλιά με χιόνια κι όταν ερχόταν η ώρα του έβγαινε και έφερνε το χιόνι. Τα

Χριστούγεννα έβγαινε και γέμιζε με χιόνι τους δρόμους και τα παιδιά δεν σταματούσαν να παίζουν, όλα χαρούμενα.



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



Το χιόνι αυτό, όμως δεν το είδαν ποτέ τα παιδιά του Νησιού. Αν και είχαν βουνά, αυτά δεν γίνονταν ποτέ λευκά και τα Χριστούγεννα αντί για δέντρο, μόνο τα καϊκια στόλιζαν και την εκκλησιά τους που ήταν στο λιμάνι... Τα παιδιά αυτά ζούσαν σε ένα μεγάλο κωριό του Νησιού, που είχε

δύο Εκκλησίες, μεγάλη πλατεία και πολλά σπίτια. Ήξεραν τη θάλασσα και τους άρεσε, αλλά ιδίως τα Χριστούγεννα τους έλειπε το χιόνι πάρα πολύ... Όπως έλεγαν με παράπονο «Χριστούγεννα χωρίς χιόνι δεν γίνεται!»

Ετσι, αποφάσισαν να ρίξουν μια ευχή σε αυτόν τον Χιονάνθρωπο που τόσα είχαν ακούσει για αυτόν.

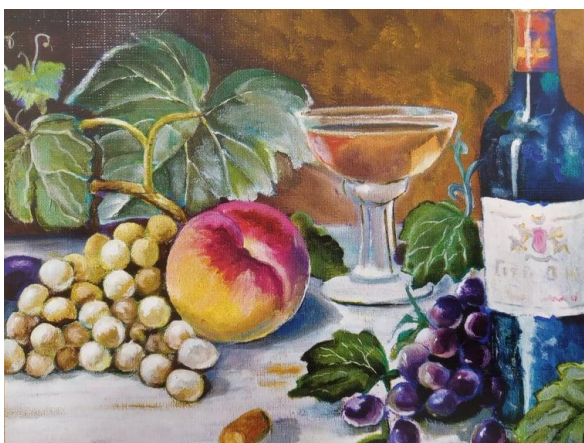
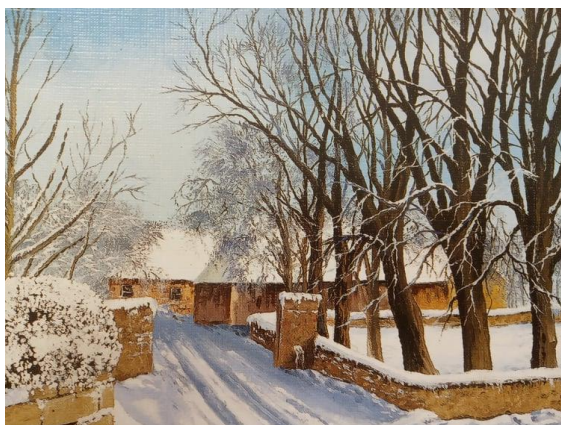
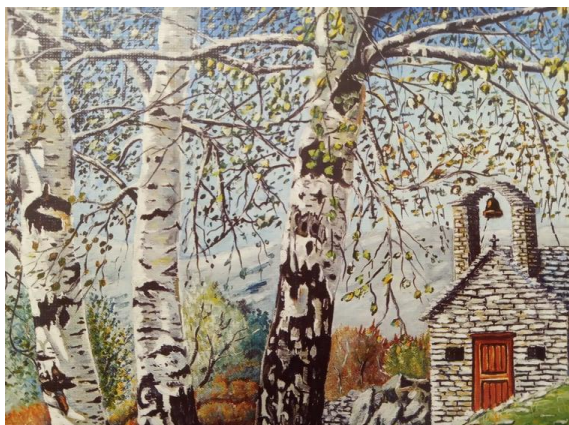
Χιονάνθρωπε καθαριστή

Ρίξε χιόνι στην αυλή

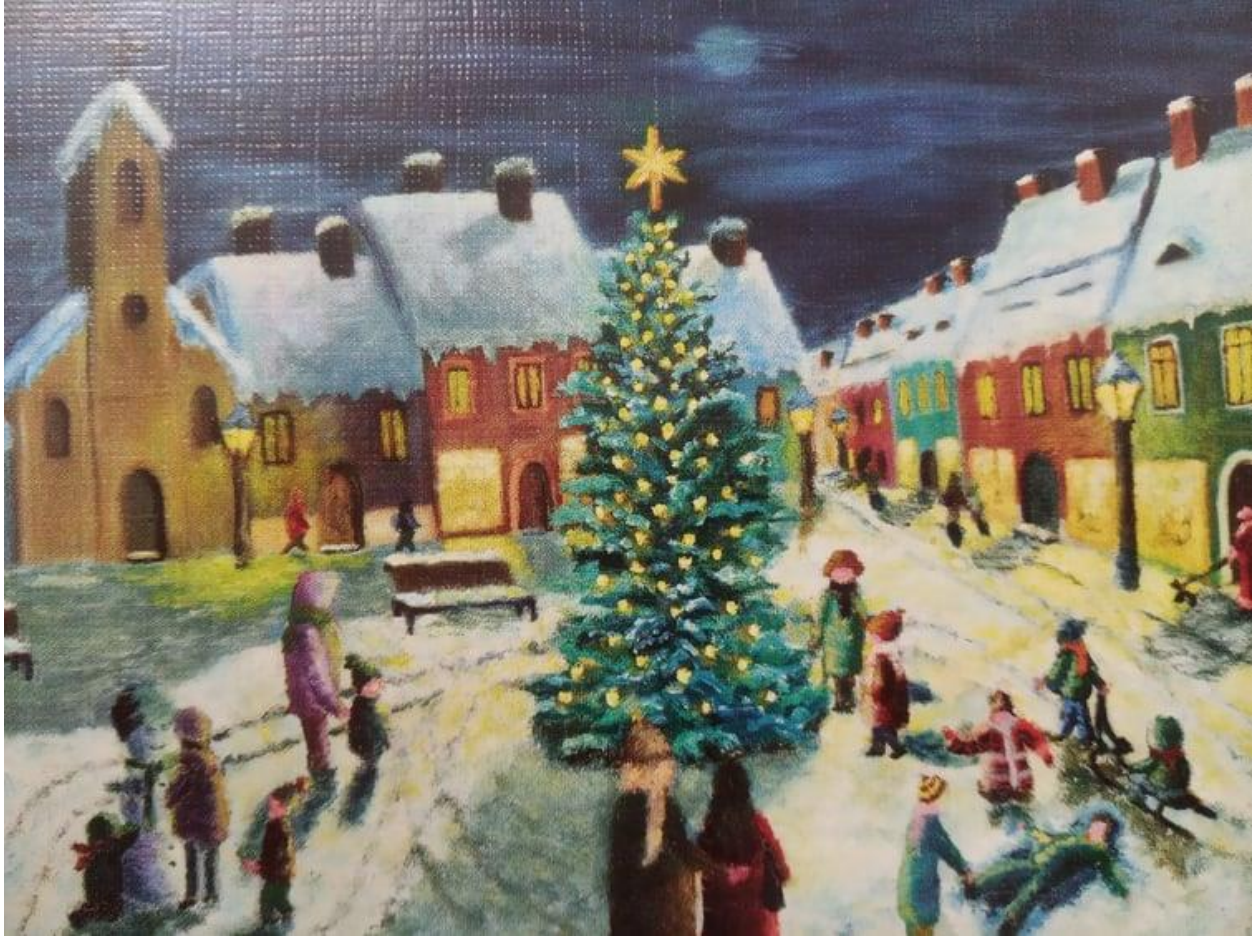
Χιόνι το νησί μας να' χει

Και λίγα δώρα άμα λάχει!

Η ευχή αυτή ταξίδεψε με την προσευχή και την άκουσε ο Χιονάνθρωπος, που λυπήθηκε τα παιδιά και αποφάσισε να φτάσει στο νησί... Και μαντέψτε με τι έφτασε;;; **Με καϊκι!** Πού να το φανταστεί κανείς ότι θα έβλεπε χιονάνθρωπο απάνω σε καϊκι... Βράδυ έφτασε και έπιασε δουλειά!

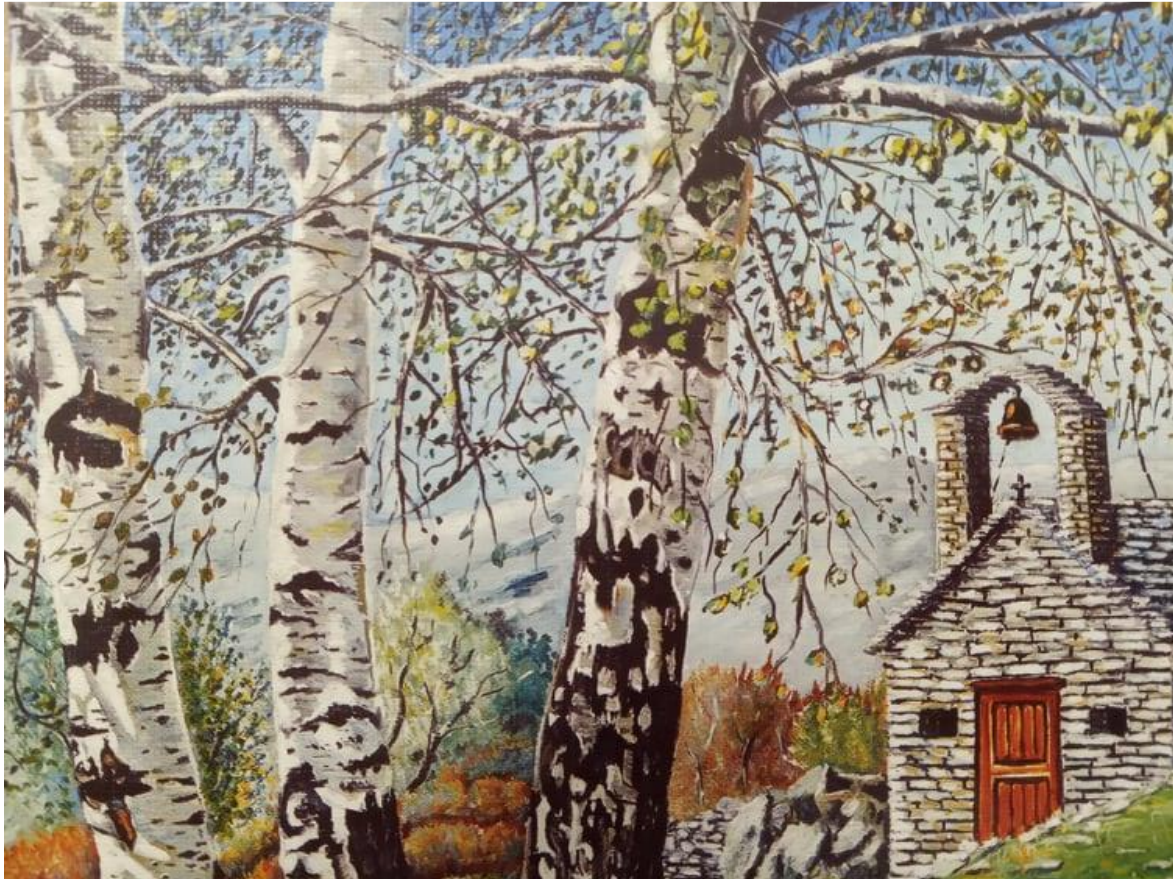


Πρώτα έριξε χιόνι στα βουνά και στα ψηλά δέντρα, μετά γέμισε τους δρόμους και τα μονοπάτια και στο τέλος έφτασε στην πλατεία του χωριού. Εκεί έβαλε στη μέση ένα τεράστιο δέντρο και γύρω γύρω έβαλε μικρά δωράκια για όλα τα παιδιά. Κι έξω από κάθε σπίτι άφησε φρούτα και κρασί από τον τόπο του.



Όταν ξημέρωσε όλος ο κόσμος μαζεύτηκε στην πλατεία, γιατί έβλεπαν κάτι σπάνιο, κάτι μαγικό. Τα παιδιά ήταν όλα χαρούμενα. Ένωσαν την έκπληξη και ζητωκραύγαζαν! Η χαρά τους ήταν τόσο μεγάλη που ακολούθησαν τον δρόμο για την εκκλησία και προσκυνούσαν που η προσευχή τους ακούστηκε.

Βλέποντας αυτή τη χαρά ο Χιονάνθρωπος αποφάσισε να μείνει στα δικά τους Βουνά και να βγαίνει που και που!!



«Τι πιο όμορφο να βλέπεις ένα τέτοιο τοπίο. Να ανεβαίνεις ψηλά, να κοιτάς τα ψηλά δέντρα, να βλέπεις το ξωκλήσι. Να δροσίζεσαι και να παίρνεις καθαρό αέρα. Να νιώθεις ότι ανεβαίνεις.»

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης