



## ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Η 9<sup>η</sup> Συνάντηση του κύκλου ομιλιών «**Το Πανεπιστήμιο στην Κοινωνία**» θα πραγματοποιηθεί τη **Δευτέρα 13 Φεβρουαρίου 2023**, ώρα **18:30**, στο **Σπίτι του Πολιτισμού**.

**Θέμα: «Ψυχική υγεία στην κοινότητα»**

### Ομιλήτριες:

**Μαρία Μπάστα**, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Ψυχιατρικής, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστήμιο Κρήτης.

**Αικατερίνη Κούτρα**, Επίκουρη Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας, Τμήμα Ψυχολογίας, Σχολή Κοινωνικών Επιστημών, Πανεπιστήμιο Κρήτης

### Συντονισμός – Σχολιασμός:

**Σοφία Τριλίβα**, Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας, Τμήμα Ψυχολογίας, Σχολή Κοινωνικών Επιστημών, Πανεπιστήμιο Κρήτης

### Περίληψη ομιλίας κ. Μ. Μπάστα

**Προβλήματα ψυχικής υγείας σε έφηβους και ενήλικες στην Ελλάδα: πόσο συχνά είναι και με ποιους παράγοντες συσχετίζονται.**

Τα προβλήματα ψυχικής υγείας στους έφηβους και νεαρούς ενήλικες είναι πολύ συχνά στο γενικό πληθυσμό και σχετίζονται με σοβαρότερες ψυχικές παθήσεις και έκπτωση της λειτουργικότητας κατά την πορεία της ζωής τους αργότερα. Τα ερευνητικά δεδομένα για αυτή την ηλικιακή ομάδα είναι περιορισμένα. Για τη διερεύνηση των προβλημάτων αυτών στον Ελλαδικό χώρο πραγματοποιήθηκε μια μελέτη σε 2.771 έφηβους – νέους (ηλικίας 15-24 ετών) από όλη την Ελλάδα που βασίστηκε σε δομημένο τηλεφωνικό ερωτηματολόγιο. Ερευνήθηκαν συμπτώματα κατάθλιψης, άγχους, αυτοκτονικότητα καθώς και παράγοντες συσχέτισης των NEETS (Young People Not in Education, Employment, Training) με επιβάρυνση της ψυχικής υγείας σε συνδυασμό με κοινωνικούς, δημογραφικούς παράγοντες, συνήθειες ζωής και παράγοντες σχετιζόμενες με την ψυχική υγεία.

Στην ομιλία θα παρουσιαστούν στοιχεία που αφορούν τη συχνότητα των παραπάνω εκδηλώσεων από την ψυχική σφαίρα, καθώς και κοινωνικο-δημογραφικά χαρακτηριστικά και παράγοντες υγείας που συσχετίζονται με την εμφάνισή τους.

### Περίληψη ομιλίας κ. Αικ. Κούτρα

**Τι εμποδίζει τους ανθρώπους να αναζητήσουν ψυχολογική βοήθεια;**

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, υπολογίζεται ότι το 2019 σχεδόν ένα δισεκατομμύριο άνθρωποι αντιμετώπιζαν τα συμπτώματα μιας ψυχικής διαταραχής. Μεταξύ αυτών, ένα αξιοσημείωτο ποσοστό 14% αφορούσε εφήβους. Κατά τον πρώτο χρόνο της πανδημίας Covid-19, παρατηρήθηκε αύξηση μεγαλύτερη του 25% στις αγχώδεις διαταραχές και την κατάθλιψη. Παρόλα αυτά, η αναζήτηση βοήθειας



από επαγγελματία ψυχικής υγείας ήταν και παραμένει διεθνώς σε πολύ χαμηλά επίπεδα. Μάλιστα, υπολογίζεται ότι περίπου οι μισοί από εκείνους που αντιμετωπίζουν τα συμπτώματα μιας ψυχικής διαταραχής δεν αναζητούν ποτέ βοήθεια ή καθυστερούν σε σημαντικό βαθμό να αναζητήσουν βοήθεια. Η αναζήτηση βοήθειας για θέματα που αφορούν την ψυχική υγεία αποτελεί πολυπαραγοντική διαδικασία καθώς περιλαμβάνει τη δυναμική αλληλεπίδραση πολλών και διαφορετικών παραγόντων, όπως ατομικών χαρακτηριστικών, οικογενειακών παραγόντων, πολιτισμικών αξιών, γνώσεων και πεποιθήσεων αναφορικά με την ψυχική υγεία και την αναζήτηση βοήθειας, καθώς επίσης της αντίληψης της ανάγκης για βοήθεια, της διαθεσιμότητας και προσβασιμότητας σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας. Στην παρούσα εισήγηση παρουσιάζονται και συζητούνται ερευνητικά δεδομένα από την διεθνή και εγχώρια βιβλιογραφία. Τέλος, συζητούνται καλές πρακτικές για τη μείωση του κοινωνικού στιγματισμού και την ενίσχυση της εγγραμματοσύνης σε θέματα ψυχικής υγείας ως παράγοντες που προάγουν την αναζήτηση βοήθειας.

*Ο Κύκλος Ομιλιών για το ευρύ κοινό «Το Πανεπιστήμιο στην Κοινωνία» διοργανώνεται από τη Σχολή Κοινωνικών Επιστημών και τα ενταγμένα στο ΚΕΜΕ Ερευνητικά Εργαστήριά της, σε συνεργασία με την Περιφερειακή Ενότητα Ρεθύμνου και τον Δήμο Ρεθύμνης.*