



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΥ

Τμήμα Κοινωνικής και Εκπαιδευτικής Πολιτικής

Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΤΥΧΕΣ ΤΗΣ ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΣΗΣ ΚΑΙ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ
ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΑΠΟ ΤΗ ΣΥΡΙΑ ΚΑΙ ΤΟ ΠΑΚΙΣΤΑΝ

Μεταπτυχιακή φοιτήτρια: Κασιμάτη Βικτώρια

Τριμελής Επιτροπή: Σπυριδάκης Εμμ., Παπαθεοδώρου Θ., Φερόνας Α.

Ιανουάριος 2022

Κόρινθος

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

| | |
|--|----|
| ABSTRACT..... | 3 |
| ΠΕΡΙΛΗΨΗ..... | 3 |
| ΕΙΣΑΓΩΓΗ..... | 4 |
| ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ..... | 25 |
| ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ..... | 25 |
| ΟΔΗΓΟΣ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗΣ..... | 26 |
| ΑΝΑΛΥΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ..... | 26 |
| ΣΥΖΗΤΗΣΗ..... | 42 |
| ΑΔΥΝΑΜΙΕΣ ΕΡΕΥΝΑΣ..... | 50 |
| ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΕΣ ΕΡΕΥΝΕΣ..... | 51 |
| ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ..... | 52 |
| ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ..... | 53 |
| ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ..... | 55 |

ABSTRACT

Despite the fundamental differences between the terms migrant and refugee, the experiences at the country of origin, the motives to abandon it and the journey towards a new country can be very similar and so are the difficulties they will face at the host country, during the assimilation process. The effects on the psychosynthesis of the individuals seem to vary, as they are not only formed according to the present, but depend both on the experiences and the individual characteristics. Pakistan has traditionally been a source of migrants to Greece and lately, due to the Syrian civil war, the country has also received large numbers of Syrian refugees. The present qualitative study, through structured interviews, attempts to study the psychological aspects of the integration of the above population groups in Greece. The data analysis showed that each of them is subject to serious psychological pressure during the trip to Europe, while specifically for the Syrians, the traumatic experiences of war and possible tortures by the government, significantly burden their mental health. On the other hand, the Pakistanis are under pressure due to the economical conditions of the country, as well as the feeling of obligation to financially support the family. Arriving in Greece, however, the living conditions, the inability to find employment, residence and consequently the difficulty for social integration intensify the psychological issues. The predominant symptoms for Syrians is post-traumatic stress disorder (PTSD), anxiety and depression, while high levels of anxiety and depressive disorders have been reported in Pakistanis too. Finally, social networking, volunteering, working and studying were mentioned as key defense mechanisms. The current study, nevertheless, cannot cover all aspects of the integration of immigrants / refugees in Greece, neither can it address issues such as the lack of infrastructure for psychological or psychiatric care. However, it raises concerns about the need to activate the state mechanisms in order to avoid their possible isolation and ensure their correct and effective integration in the country.

KEY WORDS: migration, Syria, Pakistan, social integration, depression, PTSD

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Παρά τις στοιχειώδεις διαφορές των εννοιών πρόσφυγας και μετανάστης, όσον αφορά τις εμπειρίες στον τόπο καταγωγής και τα κίνητρα εγκατάλειψής του, η πορεία προς τη νέα πατρίδα ομοιάζει σημαντικά, το ίδιο και τα όσα καλούνται να αντιμετωπίσουν στη χώρα υποδοχής κατά τη διαδικασία ένταξης. Οι επιπτώσεις στην ψυχοσύνθεση των ατόμων φαίνεται να ποικίλλουν, αφού

δε διαμορφώνονται μόνο σύμφωνα με τα δεδομένα του παρόντος, αλλά εξαρτώνται τόσο από τις προαναφερθείσες βιωμένες εμπειρίες όσο και από ατομικά χαρακτηριστικά. Το Πακιστάν αποστέλλει παραδοσιακά εδώ και δεκαετίες μετανάστες στην Ελλάδα, ενώ με τα γεγονότα του Συριακού εμφυλίου πολέμου, η χώρα έχει υποδεχθεί επίσης μεγάλο αριθμό Σύριων προσφύγων. Η παρούσα ποιοτική μελέτη, μέσω δομημένων συνεντεύξεων αποπειράται να μελετήσει τις ψυχολογικές πτυχές της ένταξης των παραπάνω πληθυσμιακών ομάδων στην Ελλάδα. Μέσω της ανάλυσης των δεδομένων φάνηκε ότι έκαστοι υπόκεινται σε σοβαρή ψυχική φθορά κατά τη διάρκεια του ταξιδιού προς την Ευρώπη, ενώ συγκεκριμένα για τους Σύριους, οι τραυματικές εμπειρίες του πολέμου και τα ενδεχόμενα βασανιστήρια εκ μέρους του καθεστώτος επιβαρύνουν σημαντικά την ψυχική υγεία. Από την άλλη πλευρά, οι Πακιστανοί δέχονται πίεση λόγω της ανέχειας η οποία επικρατεί στη χώρα αλλά και του αισθήματος υποχρέωσης οικονομικής στήριξης της οικογένειας. Καταφθάνοντας όμως στην Ελλάδα οι συνθήκες διαβίωσης, η αδυναμία εξεύρεσης εργασίας και στέγης και κατά συνέπεια η δυσκολία κοινωνικής ενσωμάτωσης εντείνουν τα ψυχολογικά ζητήματα. Ως επικρατούσα συμπτωματολογία για τους Σύριους σημειώνεται η διαταραχή του μετατραυματικού στρες (PTSD), το άγχος και η κατάθλιψη, ενώ και στους Πακιστανούς υπηκόους βρέθηκαν υψηλά επίπεδα άγχους και καταθλιπτικόμορφων διαταραχών. Τέλος η δημιουργία κοινωνικού δικτύου, ο εθελοντισμός, η εργασία και οι σπουδές αναφέρθηκαν ως βασικοί αμυντικοί μηχανισμοί. Η εν λόγω μελέτη βέβαια, δεν δύναται να καλύψει όλες τις πτυχές της ένταξης των μεταναστών/προσφύγων στη χώρα, ούτε να θίξει ζητήματα όπως η έλλειψη υποδομών για παροχή ψυχολογικής ή ψυχιατρικής φροντίδας. Εγείρει ωστόσο έναν προβληματισμό όσον αφορά την ανάγκη ενεργοποίησης του κρατικού μηχανισμού ώστε να αποφευχθεί η πιθανή απομόνωση των πληθυσμών αυτών και να εξελιχθεί ομαλά και αποτελεσματικά η ένταξή τους στη χώρα.

ΛΕΞΕΙΣ – ΚΛΕΙΔΙΑ: Συρία, Πακιστάν, μετανάστευση, κοινωνική αφομοίωση, κατάθλιψη, PTSD

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στην παρακάτω μελέτη παρουσιάζεται η απόπειρα διερεύνησης των εμπειριών μεταναστών από το Πακιστάν και προσφύγων από τη Συρία, οι οποίοι μετακινούνται προς την Ελλάδα, αλλά και η ψυχοπαιδική δράση πάνω στα άτομα αυτά. Οι εμπειρίες που εξετάζονται αφορούν τα βιώματα στη χώρα καταγωγής τους, το ταξίδι, την άφιξη και τις διαδικασίες εγκατάστασης και αφομοίωσης τους στην Ελλάδα. Έπειτα, επιχειρείται η σύγκριση των βασικότερων διαφορών μεταξύ των δύο

εθνικοτήτων ως προς τα ευρήματα, καθώς και οι ψυχολογικές πτυχές και αιτίες των πιθανών διαφοροποιήσεων.

Καταρχάς, κρίνεται καίριο να περιγραφούν συνοπτικά οι όροι: μετανάστης, οικονομικός μετανάστης και πρόσφυγας. Έτσι, θα είμαστε σε θέση να προβούμε σε μία συγκριτική μελέτη των χαρακτηριστικών των ως άνωθεν, βασιζόμενοι σε στοιχεία από δύο κατ' εξοχήν χώρες οι οποίες σήμερα αποστέλλουν στην Ελλάδα οικονομικούς μετανάστες και πρόσφυγες.

Όσον αφορά τον ορισμό του μετανάστη – όπως αυτός περιγράφεται στον επίσημο διαδικτυακό ιστότοπο του υπουργείου μετανάστευσης και ασύλου της χώρας – ως τέτοιος χαρακτηρίζεται κάθε άνθρωπος ο οποίος ατομικά ή με την οικογένειά του επιλέγει να μετακινηθεί προς άλλη χώρα με απώτερο σκοπό την εξεύρεση και εξασφάλιση καλύτερων κοινωνικών ή οικονομικών συνθηκών για τον ίδιο και τα υπόλοιπα μέλη. Συγκεκριμένα, για τον οικονομικό μετανάστη ο στόχος είναι καθαρά οικονομικός, προσδοκά δηλαδή την βελτίωση της ποιότητας ζωής διαμέσου της αύξησης του εισοδήματός του. Σύμφωνα με τον ΟΗΕ, μετανάστης από νομικής άποψης, θεωρείται εκείνος ο οποίος έχει παραμείνει τουλάχιστον δώδεκα μήνες εκτός της χώρας καταγωγής του.

Ως πρόσφυγας ή δικαιούχος διεθνούς προστασίας από την άλλη πλευρά, χαρακτηρίζεται το άτομο εκείνο το οποίο εγκαταλείπει ακούσια την πατρίδα του λόγω φόβου, προερχόμενου από τον κίνδυνο δίωξης, φυλάκισης ή θανάτωσης για πολιτικές, θρησκευτικές ή άλλες πεποιθήσεις ή εξαιτίας καταστάσεως πολέμου στον τόπο εκκίνησης (<http://www.opengov.gr/immigration>).

Η μετανάστευση είναι ένα πανάρχαιο αλλά και περίπλοκο φαινόμενο το οποίο αφορά κάθε λαό, είτε ως αποστολέα μεταναστών, είτε ως αποδέκτη. Για το λόγο αυτό, σημαντική κρίνεται η συνοπτική ιστορική αναφορά στις μεταναστευτικές ροές προς την Ευρώπη και ειδικά προς την Ελλάδα. Περί τα 1950, μεγάλες ομάδες ανθρώπων (κυρίως άρρενες βιοπαλαιστές του αγροτικού τομέα) ξεκίνησαν να μετακινούνται προς το Ηνωμένο Βασίλειο, τη Νορβηγία και τη Δανία, προς αναζήτηση καλύτερων οικονομικών συνθηκών. Αργότερα άρχισαν να εξαπλώνονται σε όλη την Ευρώπη με κορύφωση το 1990, οπότε κυρίως χαμηλού οικονομικού υπόβαθρου άτομα μετακινούνταν παράνομα με τη βοήθεια λαθρομεταναστών, με σκοπό να συνεισφέρουν στις οικογένειές τους ως προστάτες (Maroufouf & Kouki, 2017).

ΡΟΕΣ ΑΠΟ ΤΟ ΠΑΚΙΣΤΑΝ

Την παρούσα στιγμή υπολογίζεται ότι περίπου τέσσερα εκατομμύρια Πακιστανοί ζουν έξω από τη χώρα τους, με το ήμισυ του συνόλου να κατοικεί στην Ευρώπη. Σημαντικό είναι βέβαια να αναφερθεί ότι και το ίδιο το Πακιστάν δέχεται διαρκώς μεταναστευτικές ροές, όπως για παράδειγμα πάνω από ενάμισι εκατομμύριο Αφγανούς πρόσφυγες, οι οποίοι και κατοικούν πλέον

μόνιμα στο έδαφός του. Η Ελλάδα από τη μεριά της, προσέλκυσε πολλούς παράτυπους μετανάστες για τους τρεις παρακάτω λόγους: α. εξαιτίας της στρατηγικής της θέσης, β. λόγω της χαλαρής νομοθεσίας και κωλυσιεργίας που αφορούν πολιτικές αποφάσεις και αντιδράσεις και γ. λόγω των μεγάλων διαστάσεων που έχει λάβει η μαύρη εργασία. Οι ασιατικές ροές στη χώρα άρχισαν να εντείνονται το 2000, ενώ από το 2015 είναι ιδιαίτερα αυξημένες τόσο αυτές, όσο και οι αιτήσεις ασύλου. Στην απογραφή του 2011 καταγράφηκαν τριάντα τέσσερις χιλιάδες Πακιστανοί υπήκοοι στο ελληνικό έδαφος (αριθμός ολοένα αυξανόμενος από το 2007 κι έπειτα), εκ των οποίων το 96% αποτελούσαν άνδρες και το 75% ήταν μεταξύ των ηλικιών των είκοσι και τριάντα οκτώ ετών. Χαμηλό δε μορφωτικό επίπεδο σημειώθηκε για το 80% του συνόλου αυτού. Μετά το 2012, ο αριθμός αυτός άρχισε να μειώνεται, τόσο εξαιτίας μαζικών εθελούσιων επιστροφών στη χώρα καταγωγής τους (καθώς η κατιούσα οικονομική κατάσταση στη χώρα συνδυαστικά με την ανεργία, ήταν κάτι το οποίο επικοινωνήθηκε ταχύτατα μέσω μέσων κοινωνικής δικτύωσης στις τρίτες χώρες και ενέτεινε την ανασφάλεια), όσο και λόγω της μείωσης των εισερχόμενων ροών (σημαντικές αιτίες στο παρόν γεγονός αποτέλεσαν οι μαζικοί έλεγχοι, αλλά και η αλλαγή πολιτικής ως προς την κράτηση με μέγιστο χρόνο του δεκαοκτώ μήνες ανά σύλληψη). Να αναφερθεί εδώ ότι το 2013 εκκρεμούσαν δεκατρείς χιλιάδες αιτήσεις ασύλου από Πακιστανούς υπηκόους, γεγονός φυσικά άκρως ματαιωτικό για τους ίδιους. Οι στην Ελλάδα διαμένοντες Πακιστανοί απασχολούνται κυρίως σε χειρωνακτικές εργασίες, η πλειοψηφία των οποίων χαρακτηρίζονται από κακές συνθήκες και χαμηλές απολαβές, γεγονός το οποίο φυσικά συνδράμει και στην κοινωνική τους απομόνωση.

Το Πακιστάν αποτελεί μία χώρα όπου οι οικογενειακοί δεσμοί είναι ισχυροί και οι αποφάσεις λαμβάνονται στο εσωτερικό του οικογενειακού πυρήνα. Έτσι, η μετανάστευση προς την Ευρώπη (υποχρέωση που βαρύνει συνήθως το μεγαλύτερο γιο ή τον πατέρα) ή η απόφαση επιστροφής στο Πακιστάν - μετά την επίτευξη για παράδειγμα ενός οικονομικού στόχου - δύναται να ληφθεί από τους γονείς, το σύντροφο ή τα αδέρφια σε κάποια χρονική περίοδο. Οι διακινητές διαδραματίζουν επίσης αρκετά ενεργό ρόλο στη λήψη αποφάσεων, αφού φαίνεται οι υπήκοοι να πείθονται από τις υποσχέσεις τους για θέσεις εργασίας και καλύτερες συνθήκες διαβίωσης, οι οποίες συνήθως αποδεικνύονται πλασματικές. Γενικά οι Πακιστανοί μετανάστες δεν έχουν τύχει εκτενούς έρευνας (για παράδειγμα το γεγονός ότι ένας άνθρωπος είναι πρόθυμος να εκτεθεί στον κίνδυνο της παράτυπης μετανάστευσης για τους δικούς του προσωπικούς λόγους), ενώ εντύπωση προκαλεί το γεγονός ότι ο σχεδόν συνολικά ανδρικός πληθυσμός θεωρείται πλέον κάτι φυσιολογικό ή παραβλέπεται εντελώς ως γεγονός.

Σκόπιμο θα ήταν αρχικά να απαντηθεί το ερώτημα της επιλογής της παράνομης εισόδου. Το 1991 η μεταναστευτική νομοθεσία υπαγόρευε ότι ο μόνος τρόπος για να εισέλθει υπήκοος τρίτης χώρας στην Ελλάδα νόμιμα, ήταν η απόκτηση άδειας παραμονής ή η μετάκληση (πρόσκληση από τον

εργοδότη για εργασία), χωρίς να δίνεται περιθώριο επιλογής σε όσους είχαν τη βούληση να μετακινηθούν προς τη χώρα. Παρόλα αυτά πλέον καμία από τις παραπάνω επιλογές δεν φαντάζει εφικτή, τόσο λόγω των προϋποθέσεων της απόκτησης άδειας παραμονής, όσο και λόγω των μεταβαλλόμενων απαιτήσεων της ελληνικής αγοράς εργασίας, ιδιαίτερα όσον αφορά τους τομείς όπου παραδοσιακά απασχολούνταν μετανάστες (Maroufouf & Kouki, 2017).

ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΟΙΚΟΝΟΜΙΚΕΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ ΣΤΟ ΠΑΚΙΣΤΑΝ

Το Πακιστάν είναι μία χώρα η οποία μέσα σε πενήντα έτη (από την απογραφή του 1941), αύξησε τον πληθυσμό της περίπου κατά 110 εκατομμύρια κατοίκους, φτάνοντας να μετρά το 1998 πάνω από 130 εκατομμύρια. Σύμφωνα με το πρόγραμμα ανάπτυξης των Ηνωμένων Εθνών, στην κατάταξη 177 κρατών όσον αφορά την ανθρώπινη ανάπτυξη, το Πακιστάν βρίσκεται στην 134η θέση, καθώς πάνω από το 32% των κατοίκων επιβιώνουν κάτω από το όριο της φτώχειας, ενώ το προσδόκιμο ζωής είναι σταθερά ιδιαίτερα χαμηλό – συγκεκριμένα περίπου στα 63 έτη τόσο για τους άντρες όσο και για τις γυναίκες. Η οικονομική δυσφορία της χώρας οφείλεται από τη μία πλευρά στο δημόσιο χρέος και από την άλλη στις μεγάλες στρατιωτικές δαπάνες οι οποίες πραγματοποιήθηκαν κατά καιρούς. Η κατανομή του πλούτου αναμφίβολα είναι εξαιρετικά άνιση, αλλά την ίδια στιγμή μεγάλες οικονομικές διαφορές παρατηρούνται και ανάμεσα στις αστικές και επαρχιακές περιοχές. Το κράτος φαίνεται να αποεπενδύει διαρκώς από τον κοινωνικό (σύστημα υγείας, εκπαίδευση, στέγαση, εργασία και επιδόματα) αλλά και το γεωργικό τομέα.

Ας ερευνήσουμε όμως τα γεωγραφικά αίτια της δυσχερούς οικονομικής κατάστασης της χώρας. Το μεγάλο ορεινό κομμάτι που διατρέχει το βόρειο Πακιστάν είναι εξαιρετικά άγονο χωρίς πόρους, δυσπρόσιτο και με ελάχιστους κατοίκους, οι οποίοι λόγω του κλίματος το οποίο δυσχεραίνει ή και αποκλείει σε κάποιες περιπτώσεις τη γεωργική παραγωγή τους αναγκάζει σταδιακά να μετακινηθούν. Οι μετακινήσεις αυτές αυξήθηκαν ιδιαίτερα, όταν άρχισαν οι μεταβολές από την προηγούμενη, πιο ευνοϊκή για αυτούς οικονομία, καθώς η συγκεκριμένη περιοχή επιβίωνε πλέον αποκλειστικά και μόνον από τον τουρισμό. Η Δυτική εικόνα της χώρας είναι παρόμοια, με εξαίρεση ελάχιστες κοιλάδες οι οποίες επιτρέπουν τη γεωργία, ωστόσο η αστάθεια των βροχοπτώσεων συμβάλλει για άλλη μία φορά αρνητικά στην ανάπτυξη της περιοχής. Τέλος, σημαντικό είναι το γεγονός ότι δεν υφίσταται καμία μεγάλη βιομηχανία στην περιοχή αυτή, ενώ οι επικοινωνίες και οι υποδομές (οδικό δίκτυο κλπ) είναι πενιχρές και ανεπαρκείς. Το 77% του πληθυσμού αλλά και το σύνολο των βιομηχανιών συγκεντρώνεται στην περιοχή γνωστή ως "Ινδικές πεδιάδες", μια περιοχή με καλύτερη ποιότητα ζωής, βελτιωμένα δίκτυα και χαμηλά ποσοστά αναλφαβητισμού. Ωστόσο η

κοινωνική και οικονομική εξέλιξη παραμένουν ανέφικτες και σε αυτό το κομμάτι της χώρας (ύπαρξη καστών) (Hasan, 2010).

Προβαίνοντας σε μία σύντομη ιστορική αναδρομή, οι Πακιστανοί ήδη μετανάστευαν σε μικρό βαθμό προς το ΗΒ πριν από το 1947 (έτος ανεξαρτησίας). Κατά τις δύο επόμενες δεκαετίες οι καταστροφές λόγω μεγάλων αρδευτικών έργων εκτόξευσαν τον αριθμό των μετακινηθέντων πληθυσμών, ενώ το 1970 η οικοδομική έκρηξη και οι γεωπολιτικές αναταράξεις στη Μέση Ανατολή (π.χ. Πτώση τιμών πετρελαίου), ενέτειναν εκ νέου το φαινόμενο οδηγώντας σταδιακά τις ροές προς την Ευρώπη όπως τις γνωρίζουμε σήμερα. Περίπου τέσσερα εκατομμύρια Πακιστανοί σύμφωνα με στατιστικά δεδομένα είναι καταγεγραμμένοι ως μετανάστες, ενώ ενδέχεται ο αληθινός αριθμός να είναι ίσος και διπλάσιος αυτού (Hasan, 2010).

ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗΣ

Οι περιγραφές των Πακιστανών οι οποίοι μεταναστεύουν είναι λίγο πολύ όμοιες μεταξύ τους. Σχεδόν κανείς δεν φροντίζει να λάβει τουριστική visa ώστε να μετακινηθεί νόμιμα έως ένα σημείο, αλλά σχεδόν στο σύνολό τους μεταβαίνουν στο Ιράν και από εκεί στην Τουρκία, από όπου η είσοδος στην Ελλάδα καθίσταται (τουλάχιστον μέχρι πρότινος) σχετικά εύκολη. Το κόστος δε του συνόλου της διαδρομής κυμαίνεται στα τρεις με οχτώ χιλιάδες ευρώ, ποσό το οποίο εξασφαλίζουν είτε πουλώντας σπίτια, κομμάτια γης, κοσμήματα ή άλλη υπάρχουσα περιουσία, είτε λαμβάνοντας προσωπικό δάνειο από φίλους και κοντινούς συγγενείς. Η είσοδος στην Ελλάδα τα τελευταία χρόνια τείνει να γίνεται δυσκολότερη λόγω της εφαρμογής δράσεων προστασίας των συνόρων (Ξένιος Δίας, Θησέας, Ασπίδα) αλλά και φραχτών όπως αυτός που κατασκευάστηκε στον Έβρο (Maroufouf & Kouki, 2017).

ΑΙΤΙΕΣ ΜΕΤΑΝΑΣΤΕΥΣΗΣ

Οι περισσότεροι μετανάστες προερχόμενοι από το Πακιστάν επιλέγουν τη μετακίνηση κυρίως για οικονομικούς λόγους, δηλαδή είτε για να βρουν μία οποιαδήποτε εργασία ώστε να βιοποριστούν, είτε διότι η ήδη υπάρχουσα θέση εργασίας στη χώρα τους ήταν αρκετά χαμηλόμισθη. Πολύ σπανιότερα θα διαθέσουν μεγάλα ποσά του οικογενειακού προϋπολογισμού με μοναδικό απώτερο σκοπό μία διαφορετική εμπειρία ζωής και νοοτροπίας. Φαίνεται ωστόσο ότι η μετανάστευση αποτελεί πλέον ένα είδος κουλτούρας και παράδοσης στο Πακιστάν. Πρόκειται για άκρως συνυφασμένη με τα τοπικά κοινωνικά στερεότυπα για το φύλο και την ταυτότητα, μία εμπειρία

ενσωματωμένη στη ζωή και την κανονικότητα της πλειοψηφίας των οικογενειών του Πακιστάν (έρευνες υποδεικνύουν ότι σε κάθε νοικοκυριό υφίστανται μέλη τα οποία έχουν μεταναστεύσει).

Θα μπορούσε εναλλακτικά να παρομοιαστεί με ένα τελετουργικό ανεξαρτητοποίησης και απόδειξης του ανδρισμού, το τέλος του οποίου επέρχεται με την επιστροφή στη χώρα μετά την κατάκτηση του απαραίτητου οικονομικού και κοινωνικού στάτους, ώστε να δύναται να παντρευτεί. Η μεταναστευτική διαδικασία θα μπορούσε να ειπωθεί ότι είναι αδιάρρηκτα συνδεδεμένη με τα κοινωνικά δίκτυα, τις βιομηχανίες λαθρεμπορίου, αλλά και τις πολιτικές ελέγχου, τόσο των χωρών εκκίνησης όσο κι εκείνων της υποδοχής (Maroufouf & Kouki, 2017). Δημογραφικά στοιχεία ερευνών υποδεικνύουν ότι τα άτομα που μεταναστεύουν απασχολούνται συνήθως πριν εξέλθουν από τη χώρα σε χειρωνακτικές εργασίες και κυρίως στον οικοδομικό τομέα. Ωστόσο, δεν πρόκειται για εκείνους οι οποίοι ζουν υπό πλήρη ένδεια ή δεν έχουν καμία εκπαίδευση, καθώς η μετανάστευση απαιτεί αν μη τι άλλο ένα πολύ μεγάλο και δύσκολα εξασφαλίσιμο οικονομικό κεφάλαιο. Το ένα τέταρτο του συνόλου των μεταναστών (δηλαδή της εσωτερικής και εξωτερικής μετανάστευσης) φαίνεται ότι μετακινούνται προς άλλες χώρες. Οι Πακιστανοί μετανάστες φαίνεται να δείχνουν μεγάλο ενδιαφέρον αναφορικά με τη δια βίου μάθηση αλλά και την αυτοβελτίωση και την πρόοδο τους σε διάφορα επίπεδα, νοοτροπία η οποία μεταφέρεται μέσω των οικογενειών στο Πακιστάν και δημιουργεί πρότυπα αλλά και έντονη επιθυμία προς μετανάστευση (Hasan, 2010).

ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ

Στις περιπτώσεις που οι στόχοι (οικονομικοί ή άλλοι) δεν επιτεύχθηκαν ή η σύλληψη οδήγησε σε απέλαση, οι μετανάστες φαίνεται να χωρίζουν τις επιλογές τους ανάμεσα στην επιστροφή – πολλές αιτήσεις έχουν γίνει προς το Διεθνή Οργανισμό Μετανάστευσης για εθελούσια απέλαση με αφορμή την αδυναμία συντήρησης της οικογένειας υπό καθεστώς δεκαοχτάμηνης κράτησης - στην παραμονή στην Ελλάδα παρά των αντιξοοτήτων, αλλά και τη μετάβαση σε άλλη ευρωπαϊκή χώρα (για να εξασφαλίσουν εργασιακή και οικονομική σταθερότητα αλλά και ομαλότερη κοινωνική ένταξη). Παρόλα αυτά, τα έξοδα τα οποία έχουν ήδη πραγματοποιήσει για το ταξίδι και την παραμονή στη χώρα, τα ψυχικά αποθέματα τα οποία έχουν στερέψει λόγω των δυσκολιών που αντιμετώπισαν, αλλά και της απόστασης από τον οικογενειακό πυρήνα, καθώς και η πιθανότητα να τίθενται σε κίνδυνο επιστρέφοντας, αποτελούν τροχοπέδη και οδηγούν σε δεύτερες σκέψεις. Επιπλέον, κάποιες φορές η επιστροφή παρουσιάζεται στερεοτυπικά ως αποτυχία και κατακρίνεται. Αναφορικά με άλλες χώρες συνήθως επιδιώκουν τη μετάβαση σε Ιταλία, Ισπανία και Γερμανία, παρά το γεγονός ότι συχνά οι πληροφορίες που έχουν για τις περιοχές αυτές είναι λανθασμένες (Maroufouf & Kouki, 2017).

ΣΥΡΙΑ ΚΑΙ ΕΜΦΥΛΙΟΣ ΠΟΛΕΜΟΣ

Κατά τις δεκαετίες 1960-1990 η Συρία έβλεπε πολύ μεγάλη οικονομική άνθιση, με το ΑΕΠ της να αυξάνεται σημαντικά. Η κοινωνικό - οικονομική πρόοδος της χώρας ονομάστηκε Αραβικός σοσιαλισμός και οδήγησε σε πρόοδο της τοπικής αυτοδιοίκησης. Ωστόσο, λάθος πολιτικοί χειρισμοί οδήγησαν σε οικονομική πτώση την επόμενη δεκαετία, με την μέχρι τότε υποδειγματική κυβέρνηση της αλληλεγγύης και της δικαιοσύνης να απομακρύνεται από την οικονομική δραστηριότητα και να δίνει τη θέση της σε νεοφιλελεύθερες πολιτικές, με αποτέλεσμα την εμφάνιση κοινωνικοοικονομικών ανισοτήτων (Goulden, 2011 as cited in Cohen 2016). Επιπλέον, τη νέα χιλιετία άρχισε να διαγράφεται πτώση η οποία ενισχύθηκε από την κάθοδο της τιμής του πετρελαίου, θέτοντας διλήμματα περί ιδιωτικοποίησης ή μη (Cohen 2015 as cited in Cohen 2016). Η Συρία είναι ένα θρησκευτικό κράτος που η πλειοψηφία του πληθυσμού είναι Σουνίτες, ακολουθούν Χριστιανοί, Σίτες και Αλαουίτες με ένα ποσοστό λίγο περισσότερο από 10 % έκαστος και άλλοι. Η οικογενειοκρατία των Ασάντ με θρησκευτικά πιστεύω Αλαουιτών, κατάφερε να κυβερνήσει για περισσότερα από σαράντα έτη, συνάπτοντας κρυφές συμμαχίες κυρίως με τους Χριστιανούς και τους Druze. Το Δεκέμβριο του 2010 αρκετές χώρες της Μέσης Ανατολής και της Βόρειας Αφρικής – ανάμεσα τους και η Συρία – ξεκίνησαν κυρίως μέσω διαδηλώσεων, εξέγερση ενάντια σε ολοκληρωτικά καθεστώτα (Carpenter, 2013). Στη βάση των αιτημάτων της επονομαζόμενης Αραβικής Άνοιξης, υπόβοσκε ο οικονομικός παράγοντας. Συγκεκριμένα διαμαρτύρονταν για τις δυσκολίες που αντιμετώπιζαν οι επιχειρήσεις, αλλά και την ολοένα αυξανόμενη ανεργία. Φαίνεται ότι οι κυβερνήσεις σε όλες τις αραβικές χώρες που επαναστάτησαν χαρακτηρίζονταν από οικογενειοκρατία και επεδίωκαν τον διαρκώς αυξανόμενο πλούτο για ίδιο όφελος. Το κοινό αυτό μοτίβο σε συνδυασμό με την παγκόσμια οικονομική κρίση και τις αυξήσεις των τιμών σε βασικά αγαθά, οδήγησε σε μαζικές διαμαρτυρίες για τον επαναπροσδιορισμό των τοπικών αυτοδιοικήσεων, την ανακατανομή κεφαλαίων, αλλά και την αντιμετώπιση της διαφθοράς. Στη Συρία συγκεκριμένα, ο νεοφιλελεύθερος χαρακτήρας της κυβέρνησης, η πτώση της οικονομίας, τα ζητήματα στέγασης και ο χαμηλός βαθμός ανάπτυξης, ήταν όσα πυροδότησαν τον εμφύλιο πόλεμο. Καθώς ο εμφύλιος βρισκόταν σε εξέλιξη, γινόταν αντιληπτό ότι η πολιτική κρίση μετατρέποταν σε οικονομική. Μετά από πολλά έτη άνθισης, το 2016 η κρατική οικονομία άρχισε να φθίνει, ενώ το 2012 με την έναρξη του πολέμου το ΑΕΠ είχε ήδη αγγίξει το -18%. Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι το 2016 μεγάλο μέρος του πετρελαίου βρισκόταν υπό την κυριαρχία της αντίστασης και σε κάποιες περιπτώσεις της ISIS. Χονδρικό, λιανικό εμπόριο, τουρισμός και βιομηχανία άρχισαν να υποφέρουν, ενώ το νόμισμα έπεσε αισθητά. Εκατομμύρια Σύριοι έμειναν άνεργοι (από 8,4% το 2010, 35% το 2012) καθώς οι βομβαρδισμοί είχαν σαν

αποτέλεσμα την παύση λειτουργίας πολλών εργοστασίων, ενώ μείωση άρχισαν να παρουσιάζουν όλα τα αγαθά και οι υπηρεσίες. Το πρώτο τρίμηνο του 2013 η Συρία έχασε ογδόντα πέντε δισεκατομμύρια δολάρια από το συνολικό της ΑΕΠ, οδηγώντας αναπόφευκτα σε αστάθεια, ενώ οι πυρκαγιές κόστισαν το 50% των εξαγωγών ήδη από το πρώτο έτος του πολέμου. Η εξαθλίωση δεν εμπόδισε ειδικά το νεαρό πληθυσμό να αγωνιστεί και να αντισταθεί σθεναρά. Οι Σουνίτες ήταν εκείνοι οι οποίοι κατά κύριο λόγο αντιστάθηκαν (οι επονομαζόμενοι ως αντάρτες), προσπαθώντας παράλληλα να προσηλυτίσουν κι άλλες ομάδες χωρίς μεγάλη επιτυχία, αφού σχεδόν οι μισοί στρατιώτες του Εθνικού στρατού ήταν Αλαουίτες. Επιπλέον, ανησυχητικό στοιχείο στο πολιτικό σκηνικό ήταν το γεγονός της παρουσίας ισχυρής ισλαμικής ιδεολογίας στους κόλπους της αντιπολίτευσης (Carpenter, 2013). Ο Ασάντ έδωσε άδεια χρήσης πυρών και οποιουδήποτε άλλου βίαιου μέσου για την καταστολή των διαδηλώσεων των πολιτών, ενώ ως επίδειξη σκληρότητας κατέφυγε σε βασανιστήρια πολιτών, βομβαρδισμούς, αμέτρητους πυροβολισμούς καθώς και χημικά όπλα. (Cohen, 2016). Τέλος, οι περιφερειακές αντιπαλότητες έξω από τη χώρα διαδραμάτισαν σημαντικό ρόλο στον συριακό εμφύλιο πόλεμο, αφού χώρες όπως το Ιράν, η Σαουδική Αραβία, η Τουρκία και το Ισραήλ διεκδικούσαν την κυριαρχία στη Μέση Ανατολή. Πολλές εξτρεμιστικές οργανώσεις τοπικές (Αλ Κάιντα, ISIS, Χεζμπολαχ, κλπ.) αλλά και των γειτονικών εθνών (Ιρακ, Αφγανιστάν, κλπ.) κατά τη διάρκεια των ετών (2011- 2016) εισήχθησαν στο εμφύλιο συριακό πόλεμο, ενώ εξίσου πολλές πόλεις καταστράφηκαν (Παλμύρα, Χαλέπι, Χομς). Το 2016 παύουν οι πρώτες εχθροπραξίες με την κυβέρνηση Ασάντ να υπερισχύει των ανταρτών και πραγματοποιείται συμφωνία τόσο για επιστροφή των προσφύγων, όσο και για ειρηνική συνύπαρξη με εγγυητές τη Ρωσία και τις ΗΠΑ. Τελικά φαίνεται πως ο εμφύλιος πόλεμος κόστισε – και συνεχίζει να κοστίζει – τη ζωή εκατοντάδων χιλιάδων αμάχων και Σύριων στρατιωτών, σημειώνοντας το μεγαλύτερο αριθμό νεκρών κάθε άλλης χώρας η οποία συμμετείχε στην "Αραβική Άνοιξη" (Carpenter, 2013).

ΤΟ ΠΕΡΑΣΜΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΤΟΥΡΚΙΑ ΚΑΙ Η ΑΦΙΞΗ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Μόνο κατά το έτος 2015, υπολογίζεται σύμφωνα με την Ύπατη Αρμοστεία για τους πρόσφυγες, ότι διέσχισαν τη Μεσόγειο περισσότεροι από ένα εκατομμύριο πρόσφυγες και μετανάστες. Ακολούθως, μικρότεροι αριθμοί παρατηρήθηκαν το 2016 και 2017 (περί τις τριακόσιες με τετρακόσιες χιλιάδες άτομα), ενώ περίπου σαράντα χιλιάδες άτομα πέρασαν από την Τουρκία προς την Ελλάδα και τη Βουλγαρία το 2015 κι αντιστοίχως τα δύο επόμενα έτη. Από τα παραπάνω μεγέθη οι Σύριοι πληθυσμοί αποτελούν κατά μέσο όρο το 50%. Με το σύμφωνο Ελλάδας-Τουρκίας το Μάρτιο του 2016, αποφασίστηκε να επιστρέφονται στην Τουρκία όσοι πρόσφυγες των οποίων οι αιτήσεις ασύλου κρίνονταν απαράδεκτες, ή δεν υπέβαλλαν καν αίτηση, μέτρο το οποίο

επρόκειτο να τεθεί σε εφαρμογή από τον Απρίλιο του ίδιου έτους, αλλά έως τώρα δε φαίνεται επί του πρακτέου να ακολουθεί τις υποδείξεις της σύμβασης. Κατά συνέπεια, χιλιάδες πρόσφυγες (οι οποίοι στην πλειοψηφία των περιπτώσεων δεν επιθυμούσαν να παραμείνουν στην Ελλάδα, αλλά τη χρησιμοποιούσαν ως γέφυρα προς άλλες ευρωπαϊκές χώρες) παραμένουν εγκλωβισμένοι στα ελληνικά σύνορα υπό άθλιες συνθήκες, στοιβαγμένοι σε ανοιχτά ή κλειστά κέντρα, σε διαμερίσματα (στην καλύτερη των περιπτώσεων) ή ακόμη και άστεγοι, αναμένοντας αποφάσεις ασύλου ή επαναπατριsmού. Πολλοί από αυτούς, εκτός από τις τραυματικές εμπειρίες τις οποίες βίωσαν κατά τη διάρκεια του πολέμου στις χώρες καταγωγής τους, έτυχαν βασανισμών, παράνομης διακίνησης ή απώλειας περιουσίας από λαθρεμπόρους, οι οποίοι με την υπόσχεση μίας ευκαιρίας μεταφοράς σε άλλη χώρα της επιλογής τους που δεν εκπληρώθηκε, καταχράστηκαν σε πολλές περιπτώσεις το σύνολο των οικονομιών τους. Σε όλα τα παραπάνω έρχονται να προστεθούν περιστατικά βίαιων επαναπροωθήσεων ή προωθήσεων - ολόκληρων οικογενειών ή μεμονωμένων μελών μετά από ακούσιους αποχωρισμούς - σε χερσαία σύνορα της Ελλάδας ή άλλων χωρών, αλλά και παράνομος αποκλεισμός προσφύγων από το δικαίωμά τους στην κατάθεση αιτήματος ασύλου. Ακόμα όμως και το ταξίδι από την Ανατολή προς την Ευρώπη αυτό καθ' αυτό, αποτελεί μία εξαιρετικά τραυματική εμπειρία, της ανάμνησης της οποίας όσοι επιβιώνουν καθίσταται δέσμιος ισοβίως. Ακόμα, αναφέρονται περιστατικά ξυλοδαρμών στην Ελλάδα και την Τουρκία (σα χώρα διέλευσης), από τις Αρχές αλλά και από άλλους πρόσφυγες. Κατά την παραμονή τους στην Τουρκία περιγράφουν επίσης βασανιστήρια αλλά και βομβαρδισμούς των καταλυμάτων τους, ακόμη και πυροβολισμούς στις προσπάθειές τους να διασχίσουν τα σύνορα.

Μελέτη σε ΚΥΤ και camps κατέδειξε υψηλά ποσοστά αγχωδών διαταραχών (εξαιτίας μεταξύ άλλων της αγωνίας και της αβεβαιότητας) και κατάθλιψης ανάμεσα στους φιλοξενούμενους και ιδιαίτερα σε όσους είχαν πραγματοποιήσει ταξίδι διάρκειας μεγαλύτερης από δύο (2) μήνες, ενώ δεν παρατηρήθηκαν άλλα διακριτά χαρακτηριστικά (π.χ. διαφορές ως προς το φύλο, την ηλικία κλπ). Επίσης μεγαλύτερα ποσοστά εντοπίστηκαν στο hot spot της Σάμου για λόγους οι οποίοι δεν διευκρινίζονται.

Καταφθάνοντας στην εκάστοτε χώρα υποδοχής – η οποία για πολλά από τα άτομα αυτά φαντάζει σαν μια άλλη ‘γη της επαγγελίας’ - διαπιστώνουν ότι η ‘υποδοχή’ δεν είναι η αναμενόμενη. Περισσότεροι από το 50% των συμμετεχόντων σε έρευνες δήλωσαν ότι έγιναν μάρτυρες ή θύματα βίαιων επεισοδίων ή ατυχών συμβάντων (πχ πυρκαγιά) κατά τη φιλοξενία τους σε ανοιχτά camps (όπως για παράδειγμα αυτά της Ριτσώνας, της Σάμου, του Κατσικά ή των Ιωαννίνων) ή κλειστές δομές. Κύρια χαρακτηριστικά των ανοιχτών δομών αποτελούν οι απομονωμένες περιοχές οι οποίες επιλέγονται για την κατασκευή τους (χωρίς οργανωμένα μέσα μαζικής μεταφοράς), οι περιορισμοί στη μετακίνηση από την διοίκηση του κέντρου, αλλά και τα ελάχιστα κοινωνικά δικαιώματα που

προσφέρουν στους διαμένοντες, παράγοντες οι οποίοι συνδυαζόμενοι υποβαθμίζουν την ποιότητα ζωής και γίνονται πλήγμα στην ανθρώπινη αξιοπρέπεια. Επιπλέον πρακτικές δυσκολίες οι οποίες έρχονται να προστεθούν, αποτελούν: η περιορισμένη πρόσβαση σε νομική υποστήριξη και σε πληροφορίες σχετικά με τις διαδικασίες ασύλου, αλλά και οι μακροχρόνιες γραφειοκρατικές διαδικασίες αυτές καθ' αυτές – οι οποίες έχουν αποδειχθεί σημαντικός παράγοντας άγχους και δυσφορίας (Farhat et al. 2018).

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΙΔΡΟΥΝ ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΠΡΟΣΑΡΜΟΓΗΣ

Η μετανάστευση είναι ένα φαινόμενο με πολλές πτυχές. Αφορά άτομα τα οποία μετακινούνται για λόγους εργασίας (στρατιωτικοί, διπλωμάτες κλπ), προσωρινά ή μόνιμα, κάποιους οι οποίοι επιλέγουν να αναζητήσουν σε άλλη χώρα ή πόλη μία καλύτερη ζωή, φοιτητές, ερευνητές, ανθρώπους οι οποίοι διώκονται για θρησκευτικές, πολιτικές πεποιθήσεις ή ατομικά χαρακτηριστικά. Επίσης ανθρώπους οι οποίοι αναγκάζονται να εγκαταλείψουν τη χώρα τους εξαιτίας πολεμικών συρράξεων και πολλές ακόμη περιπτώσεις που δεν είναι δυνατό να αναφερθούν επί του παρόντος κειμένου. Επιπλέον, το γεγονός της μετανάστευσης ενδέχεται να λάβει χώρα στη ζωή ενός ατόμου πάνω από μία φορά ή να χαρακτηρίζει τον ίδιο αλλά και τους προγόνους του. Σίγουρα το φαινόμενο είναι τόσο ποικίλο που δεν θα ήταν δυνατό να πούμε ότι το βίωμά του επηρεάζει κατά τον ίδιο τρόπο όλα τα μετακινούμενα όντα (το γεγονός ότι τα επηρεάζει σε κάποιο βαθμό και με κάποιο τρόπο λαμβάνεται ως δεδομένο). Οι παράγοντες που συμβάλλουν στον τρόπο με τον οποίο επιδρά η μετανάστευση στα άτομα μπορεί να είναι ατομικοί (προσωπικότητα), όπως και κοινωνικοί – για παράδειγμα να αφορούν στερεότυπα του τόπου καταγωγής και την υποδοχή στη χώρα άφιξης - ενώ ιδιαίτερος σημαντικό είναι το κατά πόσο μετανάστευσαν εκουσίως ή ακουσίως. Παράλληλα, συμβάντα κατά τη διάρκεια της μετανάστευσης (πχ ανθρώπινες απώλειες) δύνανται να έχουν σοβαρή επίδραση, ενώ εάν το άτομο αντιμετώπισε την εμπειρία μόνο ή με κάποιο οικείο πρόσωπο του φιλικού ή οικογενειακού κύκλου θεωρείται σημαντικό.

Συνήθως τον πρώτο καιρό της μετανάστευσης δεν εμφανίζονται επιδράσεις της σε ψυχολογικό επίπεδο, είτε λόγω νεαρού της ηλικίας, είτε λόγω καλής υγείας, είτε διότι αυτή έχει μικρή διάρκεια. Με την πάροδο του χρόνου ωστόσο και καθώς το άτομο ή τα άτομα ξεκινούν να προσαρμόζονται στον κοινωνικό ιστό ή κάνουν απόπειρες να εισέλθουν στον εργασιακό τομέα, παρατηρείται συχνά η άνοδος των επιπέδων άγχους λόγω κακών συνθηκών διαβίωσης, ανάλογα πάντα με την ικανότητα ανταπόκρισης του ατόμου στις εκάστοτε καταστάσεις.

ΑΤΟΜΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Έρευνες έχουν δείξει ότι περισσότερο ευαίσθητοι στις ψυχικές ασθένειες λόγω μετανάστευσης είναι οι νέοι, αρχικά διότι είναι συνήθως τα υποκείμενα της τελευταίας και γιατί είναι πιο ευάλωτοι στις παραπάνω ασθένειες. Μάλιστα οι γυναίκες παρατηρήθηκε να εμφανίζουν συχνότερα σχιζοφρένεια. Άλλες μελέτες προτείνουν ότι η μη γνώση της γλώσσας της χώρας στην οποία μετακινούνται, δύναται να επιφέρει άγχος, δυσφορία και δυσκολία προσαρμογής. Άτομα τα οποία κατέχουν μόρφωση και ενδεχομένως ασκούσαν ένα αναγνωρίσιμο επάγγελμα πριν το γεγονός της μετανάστευσης, ίσως δυσκολευτούν να απασχοληθούν σε χειρωνακτικές ή άλλες εργασίες χαμηλότερου κύρους στον τόπο άφιξης.

ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Το γεγονός ότι αποχωρίζονται μερικά ή στο σύνολό τους τα μέλη της οικογένειάς τους, αποτελεί παράγοντα άγχους και θλίψης, ακόμα και στις περιπτώσεις όπου αναμένουν οικογενειακή επανένωση. Παράλληλα, στις περιπτώσεις οικονομικών μεταναστών, οι προσδοκίες σε οικονομικό ή άλλα επίπεδα από την οικογένεια στη χώρα καταγωγής δρα ψυχοπιεστικά για τους ίδιους.

Η μορφή της κοινωνίας από την οποία αποχωρούν σε συνδυασμό με εκείνη προς την οποία μετακινούνται (ανοιχτές- κλειστές κοινωνίες, εγωκεντρικές, κοινωνιοκεντρικές, κλπ.) δημιουργούν δυσκολίες προσαρμογής. Ερευνητικά δεδομένα προτείνουν ότι οι ανύπαντροι άρρενες είναι η κατηγορία εκείνη η οποία αντιμετωπίζει τα λιγότερα προβλήματα προσαρμογής στις χώρες υποδοχής, ενώ στον αντίποδα βρίσκονται γυναίκες άγαμες ή διαζευγμένες. Σε γενικές γραμμές, τα πρότυπα ζωής που έχουν τα άτομα αυτά, οι εμπειρίες και η μόρφωση, η ανατροφή, οι πολιτισμικές αξίες, τα στερεότυπα αλλά και η προηγούμενη ψυχολογική κατάσταση, συνιστούν μεταβλητές που θα συνδράμουν στο βαθμό απορρόφησης τους από τη νέα κοινωνία, συνδυαζόμενα πάντα με το βαθμό στον οποίο τα ίδια επιθυμούν να αλλάξουν και να αφομοιωθούν (είτε διατηρώντας, είτε απορρίπτοντας τα προσωπικά τους πολιτισμικά εφόδια). Σε άλλες περιπτώσεις έχει παρατηρηθεί ότι τα άτομα ενδέχεται να αποσύρονται στο περιθώριο της κοινωνίας οικειοθελώς ή να απωλούν παντελώς τα χαρακτηριστικά της χώρας καταγωγής τους. Ακόμη, μπορεί να βιώνουν πολιτισμικό άγχος κινούμενοι στο μεταίχμιο των παραπάνω διαδικασιών, με την ύπαρξη ή όχι του αισθήματος εθνικής υπερηφάνειας, τις φιλικές σχέσεις μεταξύ των δύο χωρών και τη φιλική στάση της χώρας υποδοχής να έχουν ενεργό ρόλο. Εν τέλει ο βαθμός προσαρμογής γίνεται αντιληπτός μέσα από τη συμπεριφορά στις παρακάτω κατηγορίες: Γλώσσα, θρησκεία, ψυχαγωγία, φαγητό και αγοραστικές συνήθειες. Αιτούντες άσυλο στην Αυστραλία παρατηρήθηκε ότι παρουσίασαν έντονο άγχος, το

οποίο ακολούθησε ψυχιατρική συμπτωματολογία (Silove et al as cited in Bhugra, 2004), ενώ ο Beiser αναφέρει ότι η στέγαση, η κοινωνική αποδοχή και η εύρεση εργασίας, είναι τα καίρια ζητήματα τα οποία αποτελούν πρόκληση (Beiser et al., 1989 as cited in Bhugra, 2004). Η διευθέτηση της visa και του μεταφορικού μέσου με το οποίο θα πραγματοποιηθεί το ταξίδι είναι άλλοι παράγοντες οι οποίοι συμβάλλουν στην αύξηση του άγχους.

ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ

Το άγχος και τα καταθλιπτικά συμπτώματα είναι πιθανό να μειωθούν από την ύπαρξη υποστηρικτικού δικτύου της αντίστοιχης κοινότητας (του μετακινήθεντος), ωστόσο σε κάποιες περιπτώσεις αυτή δεν γίνεται αποδεκτή λόγω στερεοτύπων ή φόβου στιγματισμού. Αναμφίβολα, εάν προϋπάρχουν τα παραπάνω στοιχεία στο άτομο αυτό μπορεί να αυξήσει τις πιθανότητες παρουσίασης συμπτωματολογίας. Το νεαρό της ηλικίας είναι ένας παράγοντας υπέρ της διατήρησης της ψυχικής υγείας, ιδιαίτερα σε συνδυασμό με υψηλά κίνητρα μετακίνησης, ενώ όπως είναι αναμενόμενο πολιτικοί πρόσφυγες (και γενικότερα εξαναγκασθέντες πληθυσμοί) θα έλθουν αντιμέτωποι με περισσότερα ζητήματα ψυχικής υγείας από ανθρώπους οι οποίοι μετανάστευσαν ηθελημένα για λόγους όπως σπουδές, εξεύρεση εργασίας, κλπ.

Ο βαθμός προσαρμογής στη νέα κοινωνία έγκειται σίγουρα στην επιθυμία να αφήσει πίσω ιδέες, αντιλήψεις, παραδόσεις και γενικότερα τον τρόπο ζωής της χώρας καταγωγής, αποδεχόμενος αυτόν την νέας πατρίδας, μετάβαση η οποία δεν αποδεικνύεται εύκολη. Εάν το άτομο επιδιώκει να "ξεφύγει" τρόπον τινά από το δικό του πολιτισμό, θα παρουσιαστεί πιο ανοιχτός στα νέα δεδομένα τα οποία αναφορικά με τις χώρες μελέτης είναι πολύ διαφορετικά, μιλάμε δηλαδή για πολιτιστική απόσταση. Σημαντικό στοιχείο στην ένταξη όμως αποτελεί και η ποιότητα της σχέσης ανάμεσα στις δύο χώρες με τις οποίες το άτομο σχετίζεται· στην περίπτωση που αυτές είναι φιλικές, τότε αντίστοιχα και η διαδικασία της μετανάστευσης στο σύνολό της καθίσταται ομαλή. Αντιστοίχως, ανάλογες είναι η αντίδραση του νεοαφιχθέντος με τη στάση που τηρεί η κοινωνία υποδοχής απέναντι στους μετανάστες, καθώς όσο πιο ευπρόσδεκτοι και αποδεκτοί αισθάνονται, τόσο πιο θετικά και πρόθυμα θα αντιδράσουν και οι ίδιοι, με αντίστροφα αποτελέσματα σε άλλη περίπτωση – έρευνες έχουν συνδέσει την απόμακρη στάση της κοινωνίας υποδοχής με την ανεργία και την απομόνωση. Η μετακίνηση από μία αγροτική περιοχή προς ένα μεγάλο άστυ ενδέχεται να δημιουργήσει υψηλά ποσοστά άγχους, λόγω αισθήματος μη αποδοχής ή απειλής. Ο Nazroo (1997) παρατήρησε ότι το 3,8% των αρρένων και το 2,9% των θηλέων Πακιστανών μεταναστών, παρουσιάζουν κάποιου είδους καταθλιπτική νεύρωση, ωστόσο σε σύγκριση με λευκούς πληθυσμούς τα ποσοστά είναι χαμηλότερα. Ενδιαφέρον παρουσιάζει το εύρημα ότι οι ομιλούντες

την εγχώρια γλώσσα ενδέχεται να παρουσιάσουν υψηλότερα ποσοστά κατάθλιψης όμοια με των ιθαγενών. Η ερμηνεία του παρόντος έγκειται είτε στο γεγονός ότι η αφομοίωση και η προσαρμογή οδηγούν σε νέες ανάγκες και κατά συνέπεια νέες πηγές άγχους ή σε λανθασμένα αποτελέσματα λόγω μειωμένης χρήσης της γλώσσας.

Γνωστός είναι ο όρος του πολιτισμικού σοκ και ενδιαφέρον θα παρουσίαζε να αναλυθούν τα έξι (6) διακριτά στάδιά του: Πρόκειται για ένα αίσθημα κόπωσης ψυχικής και συναισθηματικής, το οποίο ακολουθεί η βίωση της απώλειας από τη μία πλευρά και της μη αποδοχής από την άλλη, παράλληλα με το φόβο της άγνοιας ως προς τους νέους ρόλους και τα δεδομένα τα οποία επιφέρουν άγχος. Έπειτα ακολουθεί η κρίση της ατομικής και πολιτιστικής ταυτότητας και τέλος, αποστροφή και σύγχυση που ενισχύουν το αίσθημα της αδυναμίας προσαρμογής. Μέσα σε αυτό το πλαίσιο ευαλωτότητας, ο θυμός, η μελαγχολία, η απώλεια αντικειμένων, συνηθειών και ανθρώπων, το αίσθημα πένθους, οδηγούν στην αποδοχή της (αντιλαμβανόμενης ως) αποτυχίας με μια ταυτόχρονη ανάγκη - ανέφικτης - διαφυγής κι έτσι το άτομο ως τελική λύση στρέφεται ασυνείδητα προς την απάθεια και την αδράνεια.

Έχει παρατηρηθεί σε μετανάστριες Πακιστανές, ηλικίας μεταξύ 18 και 24 ετών, η τάση προς αυτοκαταστροφή εντονότερη από ό,τι σε άλλες μερίδες του πληθυσμού, ενδεχομένως λόγω γονικών και ευρύτερων οικογενειακών πιέσεων και προσδοκιών. Αντίστοιχα, πολύ μικρότερα ποσοστά διαπιστώνονται μεταξύ ανδρών από το Πακιστάν, ενώ παράγοντας που ενισχύει τις πιθανότητες αυτοκτονικού ιδεασμού φάνηκε να είναι η άγνοια της γλώσσας των ιθαγενών.

Έχει προταθεί από τον Jenkins, ότι η διαπιστωμένη συμπτωματολογία δεν αποτελεί παθολογική κατάσταση, παρά μόνο μία πολιτισμικά κατασκευασμένη κανονιστική απόκριση σε μη φυσιολογικούς παράγοντες ικανούς να προκαλέσουν άγχος, όπως ο πόλεμος. Είναι βέβαια φυσιολογικό να μην ανταποκρίνονται όλοι οι μετανάστες με τον ίδιο τρόπο στις δυσκολίες, ούτε να προσαρμόζονται αντίστοιχα με την ίδια ευκολία (Bhugra, 2004). Η κατοχή ή όχι του ελέγχου είναι ένας ακόμη σημαντικός παράγοντας. Τα άτομα τα οποία (πολιτισμικά ορμώμενα) τείνουν να θεωρούν τη ζωή τους έρμαιο εξωτερικών παραγόντων όπως η τύχη, φαίνεται να είναι πιο ανθεκτικά στην ψυχική ασθένεια από εκείνα που επιδιώκουν να αποκτήσουν τον έλεγχο και να ορίσουν τα τεκταινόμενα στη χώρα υποδοχής (Bhugra, 2004).

ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΤΥΧΕΣ ΣΤΗ ΧΩΡΑ ΥΠΟΔΟΧΗΣ

Πολλοί αναφέρουν τη μοναξιά ως ιδιαιτέρως έντονη, ενώ συχνά καταγράφονται περιπτώσεις κατάθλιψης, όπου τα άτομα φαίνεται να αξιολογούν πλέον ως σημαντικότερο τον οικογενειακό και ευρύτερο κοινωνικό κύκλο, από την επιδίωξη καλύτερης ποιότητας ζωής. Επιβαρυντικό παράγοντα

αποτελεί το γεγονός ότι συχνά μέλη της πατρικής οικογένειας έτειναν να εκμεταλλεύονται τα απεσταλμένα οικονομικά κέρδη εκ μέρους των μεταναστών για ίδια χρήση, δημιουργώντας εσωτερικές προστριβές στην οικογένεια, με αποτέλεσμα σήμερα ο μεγαλύτερος όγκος χρημάτων να αποστέλλεται στη σύζυγο, οδηγώντας και πάλι σε περαιτέρω διενέξεις οι οποίες κοστίζουν στην ψυχική υγεία του μετανάστη. Αγχώδεις προεκτάσεις όμως μπορεί να έχει και το αίσθημα της "εγκατάλειψης" της συζύγου υπό το βάρος του νοικοκυριού, των τέκνων και των στερεοτύπων μίας ανδροκρατούμενης και άκρως πατριαρχικής κοινωνίας. Ουκ ολίγες φορές οι γυναίκες καταβάλλονται από καταθλιπτικά συμπτώματα, επιβαρύνοντας αναπόφευκτα ψυχικά και το σύζυγο (Hasan,2010).

ΣΥΡΙΑ – ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΠΟΛΕΜΟΥ

Από την έναρξη του εμφυλίου πολέμου πάνω από 5,6 εκατομμύρια Σύριοι έχουν εγκαταλείψει τη Συρία προς την Ευρώπη ή άλλες χώρες, αριθμός ο οποίος καθιστά το γεγονός μία από τις μεγαλύτερες προσφυγικές κρίσεις του αιώνα. Ποιοτική έρευνα σε γυναίκες οι οποίες μετεγκαταστάθηκαν στην Ιορδανία έδειξε ότι η χώρα δεν είχε τη δυνατότητα να παρέχει, είτε με ίδια μέσα είτε με τη βοήθεια μη κερδοσκοπικών οργανώσεων, τη βοήθεια και την υποστήριξη την οποία χρειαζόνταν άμεσα οι μετακινηθέντες αυτοί πληθυσμοί, έστω σε βασικό επίπεδο. Εν τω μεταξύ, παρατηρήθηκε μεγάλο ποσοστό ψυχικών διαταραχών, κυρίως μετατραυματικό στρες (PTSD) εξαιτίας των βιωμένων τραυματικών γεγονότων, αλλά και κατάθλιψη, συναισθηματικές διαταραχές όπως και ψυχώσεις, ενώ οι γυναίκες φάνηκε να επηρεάζονται σε ψυχολογικό επίπεδο σε μεγαλύτερο βαθμό από ό,τι οι άνδρες. Ενδιαφέρον επίσης παρουσιάζει το γεγονός ότι οι Σύριες γυναίκες οι οποίες βίωσαν την εμπειρία του εμφυλίου, είναι πιο επιρρεπείς στην ενδοοικογενειακή βία αλλά και στον εξαναγκαστικό γάμο. Σε περιγραφές αναφέρουν έκθεση σε βομβαρδισμούς, βία και βασανιστήρια, βιασμούς (ομαδικούς ή μη), αδυναμία πρόσβασης σε τροφή και καθαρό νερό, απώλεια περιουσίας, ενώ το σύνολο των συνεντευξιαζόμενων υπέστη αποχωρισμό από οικογενειακά πρόσωπα. Επιπλέον, ουκ ολίγες φορές περιγράφονται επιδρομές μέσα στις κατοικίες τους, καταστροφές (με βόμβες ή άλλους μηχανισμούς), λεηλασίες των περιουσιακών στοιχείων και αναγκαστική απομάκρυνση ακόμα και μέσω ξυλοδαρμού. Σε αρκετές περιπτώσεις ακόμα και η κατάσταση εγκυμοσύνης κάποιων από αυτές δεν αποτέλεσε τροχοπέδη για άσκηση σωματικής ή σεξουαλικής βίας. Μέσα στις περιγραφόμενες μαρτυρίες περιλαμβάνονται ακόμα οι μαζικές δολοφονίες, οι εμπρησμοί και ο βιασμός συγγενικών ή άλλων προσώπων παρουσία τους. Αρκετοί Σύριοι φυλακίστηκαν και σε κάποιες περιπτώσεις αφέθηκαν να λιμοκτονήσουν ή δεν τους δόθηκε η κατάλληλη ιατρική βοήθεια όταν τους χρειάστηκε. Δεν θα έπρεπε βέβαια να παραλειφθεί το

γεγονός ότι τα άτομα αυτά κατά τη διάρκεια των παραπάνω εμπειριών ή βασανιστηρίων απώλεσαν ολοκληρωτικά την αξιοπρέπειά τους στην προσπάθειά τους να περισώσουν τις περιουσίες τους ή να αποφύγουν περαιτέρω δεινά εκείνοι ή οι οικογένειές τους.

Η εμπειρία του πολέμου όμως δεν επηρέασε μόνο άμεσα την ψυχική τους υγεία, αλλά και έμμεσα κλονίζοντας πρώτα τη σωματική τους υγεία και ακεραιότητα. Για παράδειγμα, χρόνιες ασθένειες όπως υπέρταση, καρδιαγγειακά προβλήματα, καθώς και σωματοποιημένες ψυχικές καταστάσεις - μάλιστα το τελευταίο δε φαίνεται να έχει μελετηθεί ιδιαίτερα στη βιβλιογραφία. Συγκεκριμένα για τις γυναίκες, οι πολεμικές συρράξεις και η παρουσία τους σε ένοπλες συγκρούσεις επηρέασε την αναπαραγωγική ικανότητά τους και συνέβαλε σε διάφορες διαταραχές οι οποίες σχετίζονται με το φύλο. Αναπηρίες (ακόμη και ακρωτηριασμοί) ή άλλα παθολογικά προβλήματα, κατάλοιπα βιασμών, ξυλοδαρμών ή εκρήξεων ακολουθούν τους ανθρώπους αυτούς στις χώρες υποδοχής παρόλο που σε ορισμένες περιπτώσεις κρίνεται ήδη αργά για ιατρική περίθαλψη.

Γυναίκες οι οποίες βίωσαν βομβιστικές επιθέσεις ποικίλων ειδών αναφέρουν ότι επί του παρόντος βιώνουν έντονο άγχος και φόβο ότι το γεγονός αυτό θα επαναληφθεί στην παρούσα κατοικία τους. Οι ίδιες περιγράφουν ως πιο ισχυρό το αίσθημα της ανάγκης προστασίας της οικογένειάς τους (ιδιαίτερα των ανήλικων τέκνων) τη στιγμή των βομβαρδισμών, ενώ αναφέρουν αδυναμία στην επέλευση του ύπνου και εφιάλτες κατά τους οποίους διαδραματίζονται τα γεγονότα του πολέμου (Rizkalla et al., 2020). Η μητρική κατάθλιψη ως αποτέλεσμα της έκθεσης στις συνθήκες πολέμου μπορεί από μόνη της να αποτελέσει ενδεικτικό γεγονός για μελλοντικές ψυχικές διαταραχές, προβλήματα συμπεριφοράς και σωματοποιημένα προβλήματα σε ένα παιδί. Στο ίδιο μοτίβο η πατρική κατάθλιψη δύναται να οδηγήσει σε συμπεριφορές αποξένωσης και μη απόκρισης στα κοινωνικά ερεθίσματα, καθώς το γονικό τραύμα είναι που θα καθοδηγήσει και την συμπεριφορά του ενήλικα απέναντι στο παιδί. Έτσι, ένα παιδί ενδέχεται να παρουσιάσει έντονο θυμό, ευερεθιστότητα ή απόσυρση με μακροπρόθεσμο αποτέλεσμα τη μη συναισθηματική διαθεσιμότητα, ως απάντηση στην αδυναμία ανταπόκρισης του γονέα στην ευαλωτότητα τους. Συμβάντα στη ζωή των γονέων όπως η ανεργία καθιστούν πιο πιθανή την εφαρμογή μίας σκληρής διαπαιδαγώγησης. Μελέτη υποδεικνύει ότι μητέρες οι οποίες εκτέθηκαν στο τραύμα του πολέμου υποφέρουν από PTSD αλλά και από γενικευμένη ψυχολογική δυσφορία πιο συχνά, ενώ οι δύσκολες συνθήκες διαβίωσης στη χώρα υποδοχής και η αβεβαιότητα ως προς τη λήψη της προσφυγικής ιδιότητας οδηγούν στην αδιαφορία αναφορικά με τη σωστή ανατροφή των παιδιών τους (Sim et al., 2018).

Ο εμφύλιος πόλεμος του 2012 δεν είχε φυσικά μόνο υλικές και οικονομικές αλλά και σοβαρές ανθρώπινες απώλειες. Από το Μάρτιο του 2012 και σε χρονικό διάστημα έξι μηνών σύμφωνα με έρευνες, καταγράφηκαν 8.318 τραυματίες μόνο στο νοσοκομείο της πόλης Κιλίς, νότια της

Τουρκίας. Εξ' αυτών, πάνω από 340 άτομα νοσηλεύτηκαν σε κρίσιμη κατάσταση και περισσότερα από 150 έχασαν τη ζωή τους. Σημαντικό ποσοστό του συνόλου των τραυματιών (πάνω από το 50%) τραυματίστηκε από πυροβολισμό, ενώ η αμέσως επόμενη συχνότερη αιτία ήταν τα εκρηκτικά, οι βομβιστικές επιθέσεις, τα σκάγια, οι νάρκες και οι πτώσεις κτιρίων σαν αποτέλεσμα έκρηξης. Η πλειοψηφία των πληγέντων ήταν άνδρες με πολύ μεγάλη διαφορά, ενώ ως ιδιαίτερα συχνός τραυματισμός αναφέρθηκε αυτός της κεφαλής. Η σημαντικότητα της παραπάνω πληροφορίας έγκειται στο γεγονός ότι κάθε Σύριος σχεδόν έχει βιώσει την απώλεια ή τον τραυματισμό ατόμων του φιλικού ή στενού οικογενειακού κύκλου του (Simsek et al., 2017).

Η ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΟΥ ΤΑΞΙΔΙΟΥ ΚΑΙ Η ΑΦΙΞΗ ΣΤΗ ΝΕΑ ΠΑΤΡΙΔΑ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΣΥΡΙΟΥΣ ΠΡΟΣΦΥΓΕΣ

Το ταξίδι περιγράφεται ως μία λύτρωση, απομακρυνόμενοι από έναν τόπο ο οποίος τους θέτει διαρκώς σε κίνδυνο. Η μετακίνηση συνήθως δεν ήταν άμεση, αλλά απαρτιζόταν από επιμέρους μετακινήσεις μέσα στο έδαφος της Συρίας, έως ότου να καταστεί εφικτή η έξοδος από τα σύνορα. Φθάνοντας στη χώρα υποδοχής, η ανεργία, η αδυναμία εξεύρεσης στέγης και οι δυσκολίες προσαρμογής και κοινωνικής ένταξης αποτέλεσαν τις μεγαλύτερες προκλήσεις. Συχνά ακόμη και οι βασικές ανάγκες επιβίωσης όπως το φαγητό, παραμερίζονται με σκοπό την αποταμίευση χρηματικών πόρων για άλλα ζητήματα, όπως ασθένειες οι οποίες προκύπτουν. Δευτερευόντως, η απόσταση από την οικογένεια (η ακόμη και η απώλεια της πρώτης ή η αδυναμία εντοπισμού των συγγενών) δυσχεραίνουν περαιτέρω την επανασύσταση της νέας ζωής τους, αφού έχουν πλέον απολέσει κάθε πιθανό υποστηρικτικό δίκτυο (Rizkalla et al., 2020). Συχνή είναι η αδυναμία πρόσβασης σε ιατρική περίθαλψη λόγω εύλογων οικονομικών δυσκολιών (αδυναμία πληρωμής υπηρεσιών ή φαρμάκων) ή της λήξης της κάρτας υγείας ή μη ασφάλισης. Επιπλέον, βιώνουν δυσκολίες λόγω της νομοθεσίας περί ανασφάλιστων στην εκάστοτε χώρα και των σοβαρών ελλείψεων στα επιμέρους συστήματα υγείας (αυστηρά κριτήρια επιλεξιμότητας για πρόσβαση ή σημαντικές περίοδοι αναμονής έως την εξέταση, έλλειψη επαγγελματιών εξειδικευμένων στα πολυπολιτισμικά περιβάλλοντα αλλά και στις συνήθεις ψυχοπαθολογικές συμπτωματολογίες που παρουσιάζουν).

Πολλοί διστάζουν ή αποδοκιμάζουν την ιδέα να επισκεφθούν έναν επαγγελματία ψυχικής υγείας καθότι η πολιτισμική τους παράδοση/νοοτροπία, τους ωθεί να διατηρούν τα "προσωπικά προβλήματα" αυστηρώς μέσα στον οικογενειακό τους κύκλο εξαιτίας του φόβου για στιγματοποίηση. Γεγονός το οποίο οδηγεί μόνο άτομα με εξαιρετικά επιβαρυνόμενες ψυχικά περιπτώσεις να καταφεύγουν σε αυτή τη λύση. Το στίγμα, ιδιαίτερα στις περιοχές της Ανατολής,

είναι τόσο ισχυρό που άτομα τα οποία υποφέρουν από κάποια ψυχική ασθένεια ή απλώς αισθάνονται κάποια δυσφορία, τείνουν να θεωρούν ότι παρερμηνεύουν τα γεγονότα και ενδεχομένως προσθέτουν μία δόση υπερβολής φοβούμενοι ότι θα χαρακτηριστούν από τον κοινωνικό περίγυρο ως "τρελοί". Ωστόσο, από όσα άτομα δέχτηκαν τελικά ψυχολογική περίθαλψη, η πλειοψηφία φάνηκε να ανακουφίζεται από το μοίρασμα σκέψεων και συναισθημάτων και να εκτιμά τις παρεχόμενες υπηρεσίες.

ΒΑΣΙΚΟΤΕΡΕΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΕΣ ΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ

Οι ψυχικές διαταραχές σε περιόδους πολέμου είναι κάτι πολύ κοινότυπο (Alsaleh, 2016a; Alsaleh & Kubitary, 2016a, 2016b, 2016c; Kubitary, Alomer, & Alsaleh, 2017; Kubitary & Alsaleh, 2017; Alsaleh & Kubitary, 2017), ιδιαιτέρως η κατάθλιψη και η διαταραχή του μετατραυματικού στρες. Η ύπατη αρμοστέα των Ηνωμένων εθνών για τους πρόσφυγες, τα Ηνωμένα Έθνη αλλά και η κυβέρνηση της Συρίας, τάχθηκαν υπέρ της προστασίας της ψυχικής υγείας και της ψυχοκοινωνικής υποστήριξης. Επισήμαναν μάλιστα ότι η πρώτη είναι ιδιαίτερα εύθραυστη σε αυτήν την περίοδο κρίσης την οποία διανύει η χώρα. Περίπου 12 εκατομμύρια παιδιά υπολογίζεται ότι απώλεσαν τις οικογένειές τους κατά τη διάρκεια του πολέμου με καταστροφικές συνέπειες για εκείνα στην ψυχική τους υγεία. Μελέτες έχουν δείξει ότι η έκθεση παιδιών και εφήβων σε καταστάσεις πολέμου επηρεάζουν μακροπρόθεσμα την ψυχική τους υγεία και τον τρόπο ζωής τους (Kubitary & Alsaleh, 2018).

Ως συνήθης συμπτωματολογία παρουσιάζεται η κατάθλιψη λόγω των οικονομικών δυσκολιών, της παρατεταμένης ανεργίας και της αντιμετώπισης καθημερινά ρατσιστικών φαινομένων, καθώς και ο φόβος για το μέλλον και την επιβίωση (να σημειωθεί ότι οι σύριες οικογένειες συνήθως απαρτίζονται από πολλά μέλη). Μαρτυρίες γυναικών αναφέρουν ότι μετά την εγκατάσταση στη χώρα υποδοχής βρίσκονται σε διαρκή κινητική διέγερση και χαρακτηρίζονται από νευρικότητα. Σε ορισμένες περιπτώσεις το άγχος – ως απόρροια του φόβου της απώλειας ή των αλληπάλληλων τραυματικών εμπειριών – σωματοποιείται, με τη μορφή απροσδιόριστου χρόνιου πόνου, αλλεργιών, σημαντικής απώλειας βάρους, ανηδονίας ή βουλιμίας. Επιπλέον, ιδιαίτερα συχνό φαινόμενο είναι η δυσκολία στην επέλευση και διατήρηση του ύπνου καθώς και το αίσθημα δύσπνοιας, πνιγμού ή ο πόνος στο στήθος κατά τη διάρκεια της νύχτας και οι εφιάλτες. Τέλος, αναφέρονται συχνά λόγω διευρυμένου άγχους, πόνοι σε όλο το σώμα, πονοκέφαλοι, ημικρανίες, φόβος, διαρκής κόπωση ακόμη και αδυναμία ομιλίας σε εξαιρετικές περιπτώσεις (Rizkalla et al, 2020).

Καταφθάνοντας στη νέα τους πατρίδα οι πρόσφυγες αρκετά συχνά βιώνουν μία περίοδο με καταθλιπτικά χαρακτηριστικά, εξαιτίας της έλλειψης κοινωνικού κύκλου (ουσιαστικά πολλά άτομα καταφθάνουν εντελώς μόνα στη χώρα υποδοχής) ή με την ευθύνη των ανήλικων τέκνων να τους βαραίνει, γνωρίζοντας ήδη ότι οι ξενοφοβικές τάσεις των ιθαγενών σε συνδυασμό με την παγκόσμια οικονομική κρίση θα καταστήσουν εξαιρετικά δύσκολη την εύρεση εργασίας. Επιπλέον, θα πρέπει να λαμβάνει κανείς υπόψιν και το γεγονός ότι πολλές Σύριες γυναίκες - κυρίως- δεν κατέχουν καν επαγγελματικά προσόντα ή κάποια κατάρτιση. (Rizkalla et al, 2020).

Έρευνες προτείνουν ότι τα ποσοστά ψυχικών διαταραχών είναι πολύ υψηλότερα ανάμεσα στους μετανάστες, τους πρόσφυγες και τους αιτούντες άσυλο από ότι στο γενικό πληθυσμό. Το μετατραυματικό στρες και η κατάθλιψη συχνά συνυπάρχουν (σε ένα ποσοστό μεγαλύτερο του 30%), ενώ τα ζητήματα ψυχικής υγείας διατηρούνται ακόμη και για αρκετά έτη μετά την εγκατάσταση των μετακινηθέντων. Οι εμπειρίες στη χώρα καταγωγής, το ταξίδι προς τη νέα κοινωνία αλλά και οι πρωταρχικές εμπειρίες μετά τη άφιξη, διαδραματίζουν το σημαντικότερο ρόλο στη δημιουργία την ως άνωθεν ψυχοπαθολογίας. Φαίνεται εύλογο - αλλά αξίζει να αναφερθεί - ότι καθώς το τραύμα αποτελεί παράγοντα για την εμφάνιση ψυχολογικών συμπτωμάτων στο άτομο, η περαιτέρω έκθεση στο πρώτο προειδοποιεί για την πιθανή αντιμετώπιση σοβαρότερων κάθε φορά ψυχολογικών ή ψυχιατρικών προβλημάτων. Ωστόσο, η υπάρχουσα βιβλιογραφία έχει κριθεί ως μεροληπτική απέναντι στο τραύμα, αφού πιθανολογείται ότι η επιβαρυντική επίδραση των μετέπειτα γεγονότων υποβαθμίζεται εσφαλμένα.

Όσον αφορά παράγοντες που επηρεάζουν την ψυχική ισορροπία του μετανασθέντος έπειτα από την άφιξή του στη νέα πατρίδα, σημαντικό θα ήταν να αναφερθούν αρχικά οι κοινωνικοί-οικονομικοί. Η έλλειψη εισοδήματος η οποία απορρέει από τη δυσκολία εξασφάλισης εργασίας και έχει σαν αποτέλεσμα την αδυναμία εξεύρεσης, είτε επαρκούς είτε υποτυπώδους, στέγης αποτελεί τη σπουδαιότερη ίσως πηγή άγχους. Οι εργοδότες ζητούν από την πλευρά τους είτε έκδοση θεώρησης είτε νομιμοποιητικά έγγραφα για την τυπική διαδικασία, ενώ η απασχόληση στο ουσιαστικό της κομμάτι απαιτεί τη γνώση της γλώσσας των ιθαγενών, κάποια ιδιαίτερη τεχνογνωσία ή σε κάποιες περιπτώσεις – ειδικά σε χειρωνακτικές εργασίες – συγκεκριμένη σωματική διάπλαση και δύναμη, την οποία δεν διαθέτουν. Άλλωστε, πολύ συχνά οι πρόσφυγες είναι άτομα με τυπικά προσόντα και διευρυμένες γνώσεις, όμως οι τίτλοι σπουδών τους δεν αναγνωρίζονται από τη χώρα υποδοχής. Κατά συνέπεια τα ποσοστά ανεργίας μεταξύ των προσφυγικών πληθυσμών παρουσιάζονται πολύ υψηλά (χωρίς να αγνοείται το γεγονός ότι πολλές από τις χώρες υποδοχής δηλώνουν ήδη πολύ υψηλά ποσοστά στον εγχώριο πληθυσμό), ενώ συχνά

είναι και τα φαινόμενα υποαπασχόλησης. Ακόμη όμως και στην περίπτωση που η εργασία έχει εξασφαλιστεί, οι χαμηλές προοπτικές ανέλιξης αλλά και τα περιορισμένα δικαιώματα συνδράμουν αρνητικά στην ψυχική υγεία. Συμπερασματικά λοιπόν η ανεργία έχει φανεί ότι αποτελεί ισχυρό δείκτη για εμφάνιση ψυχικών διαταραχών σε μεταναστευτικούς/προσφυγικούς πληθυσμούς. Παράλληλα, οι έρευνες υπέδειξαν ότι οι έχοντες εξασφαλίσει σταθερό κατάλυμα είναι λιγότερο επιρρεπείς σε ψυχικές ασθένειες από όσους κατοικούν σε δομές προσφύγων ή προσωρινές κατοικίες. Ενδιαφέρον παρουσιάζει το ερευνητικό αποτέλεσμα, σύμφωνα με το οποίο επιζήσαντες βασανιστηρίων στις ΗΠΑ ήταν πιο επιρρεπείς στην ψυχική ασθένεια αναλογικά με τη μη σταθερότητα κατοικίας. Ως ερμηνεία των δύο παραπάνω συμβαδίζόντων ευρημάτων παρουσιάζεται η άποψη ότι η σταθερή κατοικία έχει κοινωνικές και πολιτιστικές διακλαδώσεις, καθώς επηρεάζει τις σχέσεις μέσα στην κοινότητα – και κατά συνέπεια την αφομοίωση - αλλά και το αίσθημα επισφάλειας.

Σε διαπροσωπικό επίπεδο από την άλλη πλευρά, η απομόνωση, η απώλεια της ταυτότητας (όπως για παράδειγμα της πολιτιστικής, θρησκευτικής, κοινωνικής ταυτότητας κλπ) ή ο αποχωρισμός από την οικογένεια, μέλη της οποίας ενδέχεται να έχουν μεταβεί σε άλλες χώρες ή ακόμη και να μην γνωρίζουν πού βρίσκονται, ενδέχεται να σωματοποιηθούν σε άγχος. Η οικογενειακή επανένωση μάλιστα έχει αποδειχθεί ερευνητικά ότι δύναται να μετριάσει αυτές τις αγχώδεις εκφράσεις, καθώς και τα καταθλιπτικά ή μετατραυματικά συμπτώματα. Επιπρόσθετα, σε άλλες περιπτώσεις ο φόβος για μέλη της οικογένειας τα οποία έχουν παραμείνει στη χώρα καταγωγής έχει σαν αποτέλεσμα εκτός από την εμφάνιση ψυχικών διαταραχών, την έλλειψη συγκέντρωσης, την αδυναμία εκμάθησης της νέας γλώσσας αλλά και την εύρεση εργασίας. Τέλος, ο κοινωνικός κύκλος ή η είσοδος σε εθνικές κοινότητες (γνωστό παράδειγμα η διευρυμένη πακιστανική κοινότητα στην Ελλάδα), μπορούν να αποτελέσουν προστατευτικούς παράγοντες για το άτομο. Ο κοινωνικός αποκλεισμός αλλά και η υποβάθμιση του κοινωνικού στάτους (ειδικά όταν πρόκειται για άτομα με διευρυμένη ακαδημαϊκή μόρφωση), έχουν αρνητική ψυχολογική επίδραση (κυρίως εκφράζονται με κατάθλιψη). Μετεγκαθιστάμενοι όμως σε μία κοινωνία όχι αποκλειστικά πατριαρχική, η απώλεια της αρσενικής ισχυρής θέσης αποτελεί ένα επιπλέον σοκ για το άτομο, γεγονός το οποίο, στις χείριστες των περιπτώσεων, ενδέχεται να οδηγήσει ακόμη και σε ενδοοικογενειακή βία.

Το αίτημα ασύλου και οι διαδικασίες που το απαρτίζουν (για παράδειγμα επαναλαμβανόμενες απορριπτικές αποφάσεις), οι οποίες συνήθως καθίστανται υπερβολικά χρονοβόρες λόγω του όγκου μετακινούμενων πληθυσμών και αιτούντων εξ' αυτών, οδηγούν στην ανασφάλεια, την αβεβαιότητα καθώς συχνά και στην παράνομη δραστηριότητα (με την έννοια της μαύρης εργασίας ή της εξόδου από τη χώρα δίχως ταξιδιωτικά έγγραφα) και εκφράζονται με άγχος ή κατάθλιψη, χωρίς ωστόσο να έχουν συνδεθεί με ενδείξεις μετατραυματικού στρες. Η αδυναμία εξεύρεσης ή οικονομικής

ανταπόκρισης σε νομικό εκπρόσωπο, η μακρόχρονη κράτηση σε προαναχωρησιακά κέντρα ή ο γεωγραφικός περιορισμός έως τη λήξη της εξέτασης του αιτήματος, καθώς και η άγνοια θετικής ή μη έκβασης εντείνουν το άγχος και τη δυσφορία. Συγκεκριμένα για την κράτηση, πολλαπλές έρευνες έδειξαν ότι αυτή τριπλασιάζει τις πιθανότητες εμφάνισης μετατραυματικού στρες και κατάθλιψης, συγκριτικά με όσους δεν βίωσαν την εμπειρία και τα επιζήμια αποτελέσματα ενδέχεται να είναι μακροχρόνια ακόμη κι αν μειωθεί η έντασή τους με την απελευθέρωση. Παρόμοια όμως αποτελέσματα στην ψυχική υγεία δύναται να επιφέρει και η έκδοση προσωρινής άδειας παραμονής, αφού η τελευταία προσφέρει περιορισμένα δικαιώματα στην υγειονομική περίθαλψη, την εκπαίδευση, την εργασία αλλά και τη γενικότερη καθημερινή διαβίωση και κατά συνέπεια την κοινωνικοποίηση και την περαιτέρω αφομοίωση (Li et al., 2016).

ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ

Πάντοτε ωστόσο ο τρόπος με τον οποίο θα αντιμετωπίσει το εκάστοτε άτομο τις αντιξοότητες και πώς θα καταστεί ή όχι ικανό να προχωρήσει στο μέλλον, εξαρτάται από ορισμένους παράγοντες, οι οποίοι εκθέτονται παρακάτω: Αρχικά, όπως προαναφέρθηκε, το ιστορικό και τα τραυματικά γεγονότα (τα σημαντικότερα η τα δευτερεύοντα) διαδραματίζουν ισχυρό ρόλο στην ψυχοσυναισθηματική κατάσταση του πρόσφυγα/μετανάστη (ευαλωτότητα), καθώς επίσης το ίδιο ισχύει και για το βαθμό στον οποίο ο ίδιος είχε τη δυνατότητα να προβλέψει όσα θα συμβούν. Όμως τα ατομικά χαρακτηριστικά – όπως για παράδειγμα οι προσωπικοί μηχανισμοί διαχείρισης μιας κρίσης, τα αδύναμα στοιχεία του χαρακτήρα, η κοινωνική καταγωγή, η παιδεία, το φύλο, η ηλικία, προηγούμενες ψυχικές διαταραχές και η αξία που το ίδιο άτομο προσδίδει και επιτρέπει στα γεγονότα να έχουν για εκείνον, τροποποιούν σημαντικά τον βαθμό στον οποίο θα το επηρεάσουν αρνητικά. Επιπλέον, το εύρος της κοινότητας την οποία βρίσκει στη χώρα υποδοχής (π.χ. Θρησκευτική κοινότητα, πακιστανική κοινότητα κ.α.), αλλά και το προϋπάρχον κοινωνικό και οικογενειακό υποστηρικτικό σύστημα, θα διευκολύνουν λιγότερο ή περισσότερο το άτομο να ορθοποδήσει.

Ο Παπαδόπουλος στο έργο του (Παπαδόπουλος, 2007; Παπαδόπουλος, 2015 as cited in Μπεζέ & Γκιωνάκης, 2019) περιγράφει το Πλέγμα Αντιξοότητας (Adversity Grid), ένα συνοπτικό κατάλογο των αντιδράσεων του ατόμου σε έντονα ψυχοπιεστικά γεγονότα, όπως αυτό της μετανάστευσης. Αρχικά παρουσιάζει τις αρνητικές αντιδράσεις που δύνανται να διαπιστωθούν. Συγκεκριμένα, η φυσιολογική ανθρώπινη οδύνη (θα μπορούσε να αναφερθεί και ως πένθος) αποτελεί ουσιαστικά μία κατάσταση αντιμετώπισης, η οποία περνά το άτομο από μια ομαλή και απαραίτητη διαδικασία μη παθολογική. Το επόμενο στάδιο, γνωστό ως ψυχολογικές αντιδράσεις δυσφορικού στρες,

περιλαμβάνει εκφράσεις υπερβολικής νευρικής, διαταραχές ύπνου, στρες και νοητές μη ηθελημένες αναδρομές στο παρελθόν. Ακόμη ωστόσο στο σημείο αυτό, δεν θεωρείται ότι το άτομο πάσχει από κάποια ψυχιατρική διαταραχή χρήζουσα απαραίτητα θεραπείας ή αγωγής. Τέλος, όσον αφορά τις περιπτώσεις ψυχιατρικών διαταραχών μετά την έκθεση σε κάποιο γεγονός, συνηθέστερη φαίνεται να είναι η διαταραχή του μετατραυματικού στρες (σε βαθμό ο οποίος πάντα καθορίζεται από τις μεταβλητές που προαναφέρθηκαν), με άλλων ειδών ψυχοπαθολογία να ακολουθεί. Στη δεύτερη κατηγορία αντιδράσεων, ο μελετητής τοποθετεί τις περιπτώσεις εκείνες όπου οι άνθρωποι μετά τον ξεριζωμό διαπιστώνουν ότι κατόρθωσαν να διατηρήσουν αναλλοίωτα κάποια από τα θετικά τους χαρακτηριστικά, τις ικανότητες, τα πιστεύω τους, κλπ. Οι συγκεκριμένες ποιότητες παρουσιάζονται ως ανθεκτικές κι ενδέχεται να περιλαμβάνουν και κάποια αρνητικά στοιχεία. Τέλος, την τρίτη κατηγορία αντιδράσεων αποτελεί η ανάπτυξη νέων, όχι προϋπάρχουσων δεξιοτήτων αλλά και μέσω προσαρμοστικότητας στις νέες συνθήκες, στοιχεία τα οποία φαίνεται να ενεργοποιήθηκαν ακριβώς χάρη σε αυτήν την έκθεση στο αρνητικό συμβάν. Φυσικά όλα τα παραπάνω δύνανται να συνυπάρχουν σε άτομα όπως οι πρόσφυγες, δυσχεραίνοντας άλλοτε κάποιες πλευρές της νέας ζωής και διευκολύνοντας την προσαρμογή σε άλλες. Στο πλαίσιο των ίδιων ερευνών παρουσιάζεται και ο όρος ανθεκτικότητα – με την έννοια της αντίστασης στη φθορά των ψυχοπιεστικών γεγονότων – ο οποίος χωρίζεται από τον Παπαδόπουλο σε πέντε (5) κατηγορίες: α. Εκείνη της σταθερότητας (δηλαδή της ικανότητας να διατηρεί κανείς τα προηγούμενα θετικά χαρακτηριστικά), β. της ευελιξίας (ως επαναφορά της προϋπάρχουσας ευνοϊκής ψυχικής κατάστασης για το άτομο), γ. της ανεκτικότητας, δ. της ευκαμψίας (ως άμεση ανταπόκριση στα νέα δεδομένα) και ε. της μεταμόρφωσης (μέσω νέων μηχανισμών προσαρμογής στις καινούριες συνθήκες). Ουκ ολίγες φορές απομακρυνόμενα από την τραυματική εμπειρία της μετανάστευσης ή του πολέμου, τα άτομα φτάνουν ακόμη και να αναθεωρήσουν παλαιότερες αξίες, να αξιολογήσουν ως βέλτιστες εκείνες της νέας κοινωνίας, να εξελιχθούν και να αναθεωρήσουν την ταυτότητά τους. Όλα τα παραπάνω βέβαια δύνανται να ισχύσουν όχι μόνο ατομικά αλλά και σε σύνολα, όπως μια οικογένεια ή μία κοινότητα μεταναστών ή προσφύγων (Παπαδόπουλος, 2019).

ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

Ως προστατευτικούς παράγοντες ανέφεραν τη θρησκεία και την ισχυρή πίστη, την ύπαρξη οικογένειας και την ελπίδα για ένα βελτιωμένο μέλλον (Rizkalla et al, 2020)

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ

1. Ποια γεγονότα είναι τα πλέον επιβαρυντικά για την ψυχική υγεία των Σύριων και των Πακιστανών;
2. Τι ζητήματα ψυχικής υγείας αντιμετωπίζουν συνήθως;
3. Ποιοι παράγοντες (ψυχικοί αλλά και αντικειμενικοί) δυσχεραίνουν την ένταξη των Σύριων και των Πακιστανών στην Ελλάδα;
4. Ποιοι είναι οι συνηθέστεροι αμυντικοί μηχανισμοί;

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Για την παρούσα μελέτη χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της ποιοτικής έρευνας και συγκεκριμένα της δομημένης συνέντευξης. Πραγματοποιήθηκε καταρχήν μία πιλοτική συνέντευξη με εργαλείο το οποίο έχουμε παραθέσει παρακάτω και το οποίο κατασκευάστηκε εξ' ολοκλήρου για της ανάγκες της μελέτης αυτής. Μέσω της πιλοτικής αυτής συνέντευξης έγινε αντιληπτό ότι για λόγους πολιτισμικής απόστασης και άλλους είναι απαραίτητο να δίδονται κάποιες διευκρινιστικές στην πορεία αυτής. Πραγματοποιήθηκαν δια ζώσης συνεντεύξεις από τέσσερα (4) υποκείμενα, συγκεκριμένα δυο (2) άνδρες υπηκόους του Πακιστάν (ηλικία 35 και 42) και δύο (2) Σύριους (31 και 30 ετών), οι οποίες στο σύνολο τους ηχογραφήθηκαν έπειτα από προφορική συμφωνία των συνεντευξιαζόμενων. Ο ένας Πακιστανός και οι δύο Σύριοι συμμετέχοντες είναι επίσημα αναγνωρισμένοι ως πρόσφυγες στην Ελλάδα, ενώ ο τελευταίος Πακιστανός συμμετέχων έχει λάβει άδεια παραμονής. Το έντυπο συναίνεσης τους κοινοποιήθηκε προφορικά στην έναρξη της συνομιλίας (βλέπε παράρτημα). Μετά το πέρας των συνεντεύξεων έλαβαν χώρα οι διαδικασίες της απομαγνητοφώνησης, κωδικοποίησης και ερμηνείας των δεδομένων, ενώ κάποια τμήματα τους παρουσιάζονται αυτούσια στο κυρίως σώμα των αποτελεσμάτων. Οι συνεντεύξεις πραγματοποιήθηκαν στην ελληνική και την αγγλική γλώσσα και απομαγνητοφωνήθηκαν στο σύνολό τους στην ελληνική για τις ανάγκες της παρούσας μελέτης.

ΟΔΗΓΟΣ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗΣ

Περιέγραψε τις συνθήκες στη Συρία υπό τις οποίες αποφάσισες να εγκαταλείψεις τη χώρα.

Πώς οργάνωσες το ταξίδι;

Περιέγραψε το ταξίδι.

Φθάνοντας στην Ελλάδα ποιες ήταν οι πρώτες σου κινήσεις;

Περιέγραψε τη διαδικασία απόκτησης νομιμοποιητικών εγγράφων.

Τι σε δυσκόλεψε περισσότερο (πρακτικά και συναισθηματικά) στη διαδικασία εγκατάστασης, προσαρμογής και ένταξης;

Τι σε βοήθησε περισσότερο και ποιοι θεωρείς ότι ήταν οι παράγοντες που συνέβαλαν στο να τα καταφέρεις;

Σκέφτηκες ποτέ να γυρίσεις πίσω ή να καταφύγεις σε άλλη χώρα (ή να επιστρέψεις για τους έχοντες άδεια διαμονής);

Ποιες είναι οι αντιδράσεις της οικογένειάς σου και πώς ανταποκρίνεσαι εσύ σε αυτές (για Πακιστάν)

Αισθάνθηκες ή αισθάνεσαι έντονο συναισθηματικό φορτίο. Πώς ανταποκρίθηκες σε αυτά;

ΑΝΑΛΥΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ

Οι Πακιστανοί συμμετέχοντες φαίνεται να επιβεβαιώνουν από λίγο έως πολύ τα βιβλιογραφικά δεδομένα σχετικά με τα οικονομικά κίνητρα τα οποία τους ωθούν στην μετακίνηση προς τις Ευρωπαϊκές χώρες.

Είχα επενδύσει κάτι χρήματα στο Πακιστάν, το άτομο το ήξερε ο αδερφός μου, ότι ήταν άξιος εμπιστοσύνης...Και τελικά χειρότερευσαν τα πράγματα κι εγώ πιεζόμουν από τα μέλη της οικογένειάς μου, τη γυναίκα, τα παιδιά μου, να τους ακούω ότι δε θα πάρω τα λεφτά μου, ότι δε μπορώ να κάνω τίποτα, μερικά μέλη της οικογένειάς μου γελούσαν "(γέλια) τι έγινε τα πήρες τα λεφτά σου?". Όλα αυτά με πείραζαν, τα πράγματα πήγαν πολύ άσχημα και ήμουν συνέχεια στο σπίτι και τσακωνόμουν με τη γυναίκα, τον αδερφό, τις αδερφές μου. Δεν κέρδισα τίποτα από αυτά που έχασα. Έχασα μεγάλα πράγματα. Και τότε έφυγα και πήγα στο Ιράν.

Απ' το Πακιστάν έφυγα μόνος μου, γιατί πρώτα απ' όλα είχαμε οικονομικό πρόβλημα και δεύτερον ήθελα να φτιάξω τη ζωή μου, δε μπορούσα να τη φτιάξω με αυτό που υπάρχει εκεί, τρία ευρώ, πέντε ευρώ, εφτά ευρώ, με τρία ευρώ και πέντε ευρώ δε μπορείς να ταΐζεις τα σκυλιά και τα γατιά και άμα

θα κάνω αύριο μεθαύριο παιδιά πώς να τα ταΐζω. Όταν έφυγα ήμουν 18-19. Δεν είχε σχέση με το να παντρεύω τις αδερφές μου όπως συνήθως. Το έκανα μόνο για μένα.

Από την άλλη πλευρά, εκ των δύο Σύριων προσφύγων, ο ένας έγινε μάρτυρας του βίαιου σκηνικού ενός αιφνίδιου βομβαρδισμού, ο οποίος ισοπέδωσε ολοκληρωτικά την περιοχή στην οποία κατοικούσε, κατά τη διάρκεια της κλιμάκωσης του πρώτου εμφυλίου, ενώ ο δεύτερος διώχθηκε για τις πολιτικές του πεποιθήσεις την περίοδο της πρώτης παύσης των εχθροπραξιών (Galen, 2013).

Δεν ήμουν στη Συρία ήμουν στο Ιράν αρχικά, επέστρεψα στη Συρία το 2016 αφού αποφοίτησα από το πτυχίο αρχιτεκτονικής. Προσγειώθηκα εκεί- είχα πολιτικά προβλήματα, προσωπικά καταλαβαίνεις στο αεροδρόμιο- με συνέλαβαν. Ήμουν πολιτικά ενεργός στο Ιράν μιλούσα εναντίον της Συριακής κυβέρνησης, όταν γύρισα είχαν ήδη το όνομά μου στα σύνορα. Αργότερα κατάφερα να ελευθερωθώ από την πολιτική φυλακή και προσπαθούσα να εγκαταλείψω τη χώρα γιατί δεν ήταν αρκετά ασφαλής για εμένα πλέον. Ειδικά μετά το γεγονός και μπορούσαν να με συλλάβουν ξανά ό,τι ώρα ήθελαν. Μου είχαν απαγορεύσει να ξαναβγώ από τη χώρα- είχα μπει σε μαύρη λίστα.

Με την οικογένειά μου ζούσαμε σε μία αγροτική περιοχή με πολλές φάρμες. Οι περισσότεροι κάτοικοι ήταν ενάντια στο πολίτευμα του Bashar. Γι' αυτό ο Bashar τους θεώρησε αντιστασιακούς και βομβάρδισε στο τέλος του 2014 όλη την περιοχή του Rif. Ο Bashar ήταν δικτάτορας. Δεν ήταν με τη θρησκεία. Μετά τους βομβαρδισμούς μάθαμε ότι ήρθαν στρατεύματα όχι μόνο από την κυβέρνηση αλλά και από το Ιράκ, το Ισραήλ και άλλες χώρες για να εκμεταλλευτούν την κατάσταση και να πάρουν εδάφη. Σχεδόν όλο το μέρος καταστράφηκε. Η δική μου οικογένεια ευτυχώς επέζησαν όλοι.

Και οι δύο συνεντευξιαζόμενοι κάνουν λόγο για ύπαρξη πληθώρας εξτρεμιστικών οργανώσεων, όπως επιβεβαιώνει και η βιβλιογραφία (Galen, 2013).

Εγώ ήθελα να πάω στα σύνορα με Τουρκία αλλά ήταν δύσκολο. Οι ISIS ήταν εκεί, πολλές ισλαμικές ομάδες, κοντά στα σύνορα

Στην περιοχή είχαν ήδη μαζευτεί πολλές τρομοκρατικές ομάδες του εξτρεμιστικού Ισλάμ. Όχι μία. Πολλές.

Όσον αφορά το ταξίδι, αυτό παρουσιάζεται αρκετά χρονοβόρο, κοστοβόρο αλλά και δύσκολο, με αμφίβολα αποτελέσματα και αναγκαστικές στάσεις, ακόμα και εάν κάποιες διαδρομές διεξάγονται

με αεροπλάνο.

Ήταν πολύ δύσκολο. Αρχικά νομίζεις ότι είναι εύκολο, αλλά όταν είσαι στα σύνορα κι επιβιβάζεσαι στο αεροπλάνο και είσαι ενεργός πολιτικά, αυτή η κυβέρνηση κάθε στιγμή μπορεί να σε συλλάβει. Πέρασα από το αεροδρόμιο της Δαμασκού κι από κει στο Ιράν και στη Τουρκία το οποίο ήταν επίσης επικίνδυνο. Αλλά το πιο επικίνδυνο ήταν βασικά η βάρκα, γιατί το να μπεις σε φουσκωτή βάρκα είναι το μεγαλύτερο ρίσκο. Αλλά δε μπορείς να μείνεις στην Τουρκία. Στη βάρκα, είσαι μέσα στο νερό, ο διακινητής... δε μπορείς να εμπιστευτείς κανέναν στη ζωή σου, αλλά είναι κάποιος που απλά τον έχεις ανάγκη, σε κάποιο σημείο, χρησιμοποιεί και ο ίδιος την ανάγκη σου, δε μπορείς να το κάνεις μόνος σου. Να πεις θ' αγοράσω μια βάρκα και θα πάω στην Ελλάδα.

...Από τη Συρία ως εδώ περίπου 25 ημέρες...

Από το Λίβανο αναγκαστήκαμε να γυρίσουμε στη Συρία για να πάρουμε αεροπλάνο για την Κων/πολη, καθώς από την περιοχή που βρισκόμασταν δεν υπήρχε πτήση. Στην Κων/πολη ο αδερφός μου έφυγε για την Αγγλία, αλλά ο άλλος μου αδερφός, η μάνα μου και εγώ μείναμε να εργαστούμε για να βγάλουμε τα χρήματα για το εισιτήριο προς την Ευρώπη.

Το ταξίδι ήταν πολύ δύσκολο, πάρα πολύ. Δεν έβρισκα, μπορεί να μην έβρισκα νερό τρεις μέρες, πέντε μέρες και φαγητό δεν έχει σημασία μπορεί να μη βρίσκεις δύο βδομάδες. Όποιος ξεκινάει αυτό το ταξίδι να φύγει από το Πακιστάν για να έρθει εδώ, ετοιμάζει από εκεί φαγητά μαζί του. Έχει στο μυαλό του ότι μπορεί να μου χρειαστεί ένα μήνα, δύο μήνες, αλλά φαγητά... όχι παστίτσιο και τέτοια μαγειρεμένα, κονσέρβες. Από το Πακιστάν με τα πόδια βγήκα στο Ιράν, από Ιράν με τα πόδια μπήκα Τουρκία και από Τουρκία με τη βάρκα στην Ελλάδα, μόνο νύχτα περπατάγαμε. Χωρίς λεωφορεία τίποτα. Με τα πόδια. Εμένα μου πήρε από Πακιστάν μέχρι Τουρκία 25 ημέρες. Κουβάλαγα και περίπου δέκα κιλά στην τσάντα. Κόστισε πάρα πολύ. Δεν είναι θέμα ότι άμα πας με τα πόδια πας με το ταξί πας με το λεωφορείο, ο διακινητής θέλει όταν ξεκινάς, σου λέει ότι όταν θα φτάσεις στην Ελλάδα εγώ θέλω δέκα χιλιάρικα. Αυτό άμα σε φέρει με τα πόδια ή το λεωφορείο, αυτοκίνητο, αυτός ξέρει αλλά μόλις θα φτάνεις αυτό θέλει δέκα χιλιάρικα. Αυτό συμφωνείς με το διακινητή. Μπορεί να σου πάρει πιο λίγα από άλλον ή πιο πολλά. Εμείς πουλήσαμε σπίτι και ήρθα. Έβαλα τα λεφτά στην άκρη, μόλις θα φτάσω στην Ελλάδα θα πληρώσω. Κι έτσι έκανα.

Ήταν Παρασκευή, γύρισα στο σπίτι (στην Τουρκία) και ο φίλος μου είπε σήμερα θα έρθουν κάποιοι άνθρωποι να σε πάνε στην Ελλάδα. Ο ξάδερφος μου μιλούσε με τον αδερφό μου για να με βοηθήσουν

να φτάσω γρήγορα στην Ιταλία. Κι έτσι έφτασα στο νησί της Μυτιλήνης. Δεν ήξερα. Μου λέγανε Ελλάδα, Ελλάδα. Για μια βδομάδα δεν ήξερα αν είμαι στην Αθήνα ή που είμαι. Μου έλεγαν Ελλάδα έλεγα οκ αλλά έλεγα εντάξει Ελλάδα αλλά πού είναι που άκουγα συνέχεια Ομόνοια, Ομόνοια.

Φαίνεται ότι η πλειοψηφία των μεταναστών έχουν βιώσει τραυματικές εμπειρίες ή έχουν γίνει μάρτυρες βίαιων περιστατικών στο ταξίδι ή μετά την άφιξή τους στην Ελλάδα, καθώς και μάρτυρες ή θύματα παράνομων ακούσιων επαναπροωθήσεων στην Τουρκία - σύμφωνα με δεδομένα της ιστοσελίδας του ευρωπαϊκού κοινοβουλίου ακόμα και το προηγούμενο έτος η Ελλάδα τέθηκε ενώπιον του τελευταίου για να λογοδοτήσει σχετικά με καταγγελίες ΜΚΟ ή μεταναστών αναφορικά με αυτές ().

"Υπάρχουν πολλά πράγματα που βλέπεις και τρομάζεις. Μπορεί να βλέπεις πεθαμένο άνθρωπο. Υπήρχαν. Όντως υπήρχαν. Όχι από εμάς, αυτοί που είχαν περάσει πριν από εμάς και είχαν μείνει. Με τα βουνά. Εμείς φτάσαμε όλοι. Αλλά εκτός από αυτό τσακωνόμαστε και μες την ομάδα μεταξύ μας, όταν μπορεί κάποιος να έχει νερό και να του ζητάνε κι αυτός να μη δίνει, μπορεί να πάει να τον σκοτώσει για να πει, ισχύει αυτό. Έγινε πολλές φορές."

"Το πιο δύσκολο ήταν ότι είδα πολύ άσχημους καυγάδες, σαν εφιάλτες, το αίμα έτρεχε σαν νερό με τα μάτια μου το είδα, είδα να τους κόβουν το αυτί, να κοιμούνται και να τους τραβάνε από τη σκηνή να τους χτυπάνε, να τους σπάνε τα πόδια, τα χέρια."

Στρες, φόβος πιο πολύ φόβος οι τσακωμοί, η φωτιά, να κοιμάσαι και να μην ξέρεις τι θα γίνει. Αυτό ήταν το πιο δύσκολο. Όταν το σκέφτομαι ή όταν πήγα πίσω για δουλειά, έβλεπα κάθε σημείο που κοιμήθηκα και που κάθισα και που στεκόμουν κάθε στιγμή μου ερχόταν στο μυαλό, μια ανάμνηση, πώς πέρασε όλο αυτό.

"Ερχόντουσαν το βράδυ αστυνομικοί και έλεγαν σηκωθείτε πάμε γρήγορα, ρωτούσαν για πού και τους έλεγαν Αθήνα Αθήνα, αλλά τους έστελναν στην Καβάλα κι από εκεί στην Τουρκία. Κι έτσι πολλοί φοβόντουσαν να κοιμούνται μες το camp και άρχισαν να κοιμούνται μέσα στο δάσος. Το χειμώνα."

Αντίστοιχα και οι Σύριοι πρόσφυγες περιγράφουν ως τρομακτική την εναλλακτική της επιστροφής στη γειτονική Τουρκία.

Ήρθαν μετά από το UNCHR να μας κάνουν διάλεξη για τη συμφωνία Ελλάδας - Τουρκίας, 'ααα μα δεν τα μάθατε?' Κι εμείς τους είπαμε αφήστε μας ήσυχους, εδώ δε μας δώσανε κάτι να κοιμηθούμε και ήμασταν στους δρόμους (στην Τουρκία).

Η Τουρκία δεν είναι ικανή να προστατέψει πρόσφυγες. Δε νομίζω καν να μπορεί να προστατέψει τους πολίτες της οπότε.. Είναι γελοίο. Η Τουρκία να εξετάσει το άσυλό μου γιατί? Δεν έχουν υπογράψει την συμφωνία, δεν είναι Ενωμένη Ευρώπη, ότι η πρώτη χώρα στην οποία φθάνεις πρέπει να κάνεις αίτημα ασύλου. Η Τουρκία δεν έχουν υπηρεσία ασύλου της προκοπής, ούτε σύστημα προστασίας, δεν ξέρουν τίποτα εκεί. Για αυτό το λόγο οι άνθρωποι δε μένουν, ξέρουν, ακούν και βλέπουν. Μένουν στα πάρκα, στους δρόμους για πολύ καιρό και μετά λένε οκ προστατεύουμε τους Σύριους πλήρως', πώς ακριβώς? Στους δρόμους που μπορεί ο καθένας να σε πυροβολήσει ή που υπάρχει ατελείωτος ρατσισμός? (Στο σημείο αυτό ο συνεντευξιαζόμενος κάνει αναφορά στη συνθήκη του Δουβλίνου III σύμφωνα με την οποία το πρώτο κράτος το οποίο θα δεχθεί το αίτημα ασύλου του πρόσφυγα οφείλει να το εξετάσει (<https://migration.gov.gr/>), διερωτώμενος κατά πόσο η Τουρκία θα μπορούσε να είναι ένα τέτοιο κράτος).

Σημαντικότερη όμως πηγή συναισθηματικού φόρτου για τους Σύριους πρόσφυγες αναμφίβολα αποτελούν οι τραυματικές εμπειρίες, οι αποκτηθείσες στη χώρα καταγωγής τους, οι οποίες αποτέλεσαν ώθηση ως προς την απόφαση μετακίνησης.

...ξέρεις δεν είχε πλάκα, βασανίστηκα στη φυλακή. Δεν ήταν τόσο απλό. Ειλικρινά απέδρασα. Όταν βγεις από φυλακή του Assad η ζωή σου μηδενίζει. Έχεις καινούρια ζωή. Ο φίλος μου, που ήταν μαζί μου...επέστρεψαν το σώμα του στην οικογένειά του, τον βασάνισαν. Πέρασα 6 μέρες, ήμουν τυχερός, Δεν απέδρασα κυριολεκτικά, αυτό είναι αδύνατο, πληρώνεις λεφτά, προσπαθείς να βρεις διασυνδέσεις, προσπάθησα να κάνω αυτό όσπου να βγω. Η μαμά μου προσπάθησε πολύ να κάνει κάτι για μένα, και δεν ήξερε που ήμουν τις πρώτες δύο ή τρεις μέρες. Ήμουν τυχερός να ελευθερωθώ.

Εγώ δεν πρόλαβα να δω πτώματα γιατί αμέσως πήραμε τα απολύτως απαραίτητα και φύγαμε για το Λίβανο. Δεν αντέχαμε άλλο. Ο πατέρας μου πέθανε λίγες μέρες αφού φτάσαμε στο Λίβανο από καρδιακή προσβολή.

Φθάνοντας στην Ελλάδα, οι μετανάστες συνήθως αναζητούν βοήθεια μέσω ατόμων από τη χώρα καταγωγής των οποίων η άφιξη έχει προηγηθεί, ώστε να λάβουν τις απαραίτητες για την επιβίωση πληροφορίες για τη χώρα υποδοχής, να αναζητήσουν εργασία ή να εξασφαλίσουν κατάλυμα.

Ενδιαφέρον όμως προκαλεί και το γεγονός ότι τόσο εθελοντές από ΜΚΟ όσο και ιθαγενείς ανιδιοτελώς προσφέρουν βοήθεια.

"Μόλις έφτασα, έψαχνα κάποιον άνθρωπο που είναι από την πατρίδα μου για να μιλήσω για να συνεννοηθώ ότι πού είμαι. Μετά για όλα τα άλλα σε βοηθάει αυτός που είναι παλιότερος από σένα, από την πατρίδα σου, που ξέρει τη γλώσσα που μπορεί να σε βοηθήσει να σου δείξει δρόμο, ότι πρέπει να πας εδώ και να φτιάξεις τα χαρτιά να μείνεις εδώ. Να σε βοηθάει κάποιο διάστημα μέχρι να ορθοποδήσεις να βρεις δουλειά να φτιάξεις τα χαρτιά. Εγώ έμενα σπίτι του."

"Καθόμουν στο camp και είδα ένα παιδί από το δίπλα χωριό, μου λέει αδερφέ πού είσαι, ήρθες εσύ εδώ; Του λέω σήμερα ήρθα και μου λέει φέρε τα πράγματά σου, ήταν πολύ χαρούμενος. Πήρα λίγο κουράγιο που συνάντησα κάποιον."

θα είναι πάντα. Όταν έρθει εκείνη η ώρα θα μου πω θέλεις θεραπεία. Αλλά τώρα αισθάνομαι ότι τα πάω καλά.

Δεν μπορούσα να φάω κανονικά και να πάρω βάρος είχα αδυνατίσει πολύ θα σου δείξω φωτογραφία, γιατί ήταν ένας εφιάλτης.

Φυσικά και νιώθω να κουβαλάω βαρύ φορτίο. Όταν κάθομαι μόνος μου, ξέρεις, το μυαλό μου πηδάει αλλού και όταν συνειδητοποιείς και σκέφτεσαι, τι ήμουν, τι έκανα, ποτέ δε σκέφτηκα, είμαι στην Ελλάδα, όταν βλέπω πόσο έπεσα από εκεί που είχα καταφέρει να φτάσω λέω τι κάνω; Θλίβομαι, αν πέσεις, αν δεις τις δυσκολίες και υποφέρεις...μόνο να σκέφτεσαι και να μιλάς με τον εαυτό σου. Τώρα βέβαια είμαι καλύτερα. Αλλάζαν τα πράγματα. Πέρασαν όλα γρήγορα και δεν το πιστεύω. Όταν έρχονται αυτές οι σκέψεις, κάνω κάτι να το ξεχάσω, τηλεφωνώ σε κάποιον, κάνω κάτι να αλλάξουν οι σκέψεις μου.

Στη Γερμανία άρχισαν τα πρώτα ψυχολογικά προβλήματα. Τα βράδια δεν μπορούσα να κοιμηθώ σκεφτόμουν διαρκώς τους τρομοκράτες και τις βόμβες να πέφτουν πιο μακριά ή πιο κοντά μας. Κάποιες στιγμές που ήμουν μόνος ένιωθα να βλέπω τις ίδιες σκηνές να ξετυλίγονται μπροστά στα μάτια μου. Επέστρεψα στην Ελλάδα για να γλιτώσω από όλα αυτά αλλά δεν είχε αποτέλεσμα.

Στην πλειοψηφία τους οι συνεντευξιαζόμενοι υπέδειξαν ως βασικότερο αμυντικό μηχανισμό ενάντια στη θλίψη και την αδράνεια τον εθελοντισμό και γενικότερα την απασχόληση είτε σε εργασία είτε σε διάφορων ειδών σπουδές και προσωπική εξέλιξη.

Ανασυντάχθηκα μετά από κάποιους μήνες, άρχισα να μιλάω με ΜΚΟ, να ρωτάω αν έχουν κάτι να κάνουν, ήξερα γλώσσες, ήξερα πράγματα. Σας παρακαλώ ας μου πει κάποιος πώς να εμπλακώ σε κάτι να κάνω. Πήγα για τρεις μήνες εθελοντικά στο save the children κι έπειτα με προσέλαβαν.

Εγώ βρήκα τις ευκαιρίες μου. Σκεφτόμουν, νοίκιαζα ένα σπίτι μόλις έπιασα δουλειά, οπότε έχω ένα μέρος, δεύτερον ήθελα να σπουδάσω κι άλλο και σπουδάζω, πήρα υποτροφία, οπότε εξαρτάται από το άτομο, τι ψάχνει, κάποιοι θέλουν δουλειά κάποιοι σπουδές, μαθαίνουν γλώσσες, αυτά που θες να κάνεις είναι που σε παροτρύνουν μέσα στη νέα σου ζωή. Εγώ είπα έχω δουλειά έχω σπίτι και σπουδές τώρα μπορώ να τα καταφέρω λογικά. Αν και το μέλλον είναι άγνωστο.

Εξαιτίας αυτού (της γνώσης αγγλικών) βοήθησα πολλούς εκεί εθελοντικά, έκανα δουλειά μαζί τους, για να ηρεμήσω, να κουραστώ, σηκώνομουν νωρίς το πρωί και ήξερα ότι κάτι έπρεπε να κάνω, υπήρχε η ΜΚΟ Euro Relief, βοήθαγα στην αποθήκη να τακτοποιήσουμε τα ρούχα να δώσουμε φαγητό, να μεταφράσω, γιατί τότε υπήρχαν περίπου δύο χιλιάδες Πακιστανοί εκεί. Πήγαινα στις σκηνές και κατέγραφα τις ανάγκες τους, ρούχα, παπούτσια. Άρχισα να δουλεύω και ήμουν πολύ χαρούμενος, αν τελείωνε η δουλειά στενοχωριόμουν και περίμενα πάλι το πρωί να κάνω πράγματα. Με βοήθησε για να κυλήσει ο καιρός. Ήμουν χαρούμενος να προσφέρω σε κάποιον, να έχει ένα όφελος, έπαιρνα χαρά από εκείνον, ότι τα κατάφερα.

Εγώ από την αρχή προσπάθησα εκεί που έμενα, ρώταγα που πρέπει να πάω να μάθω τη γλώσσα, να μου δείξετε αν έχετε κάποιο βιβλίο μεταφρασμένο με ελληνικά και ουρντού για να διαβάζω να ξέρω αν βγω έξω και έχω ανάγκη να συνεννοηθώ με έναν άνθρωπο. Σε ενάμισι χρόνο ήδημίλαγα ελληνικά.

Ο αντίκτυπος όλων των παραπάνω στην ψυχική υγεία και ισορροπία μεταναστών και προσφύγων γίνεται εύκολα αντιληπτός και από τους ίδιους, με τα αποτελέσματά τους να διακρίνονται ακόμη και χρόνια μετά την εγκατάστασή τους στην Ελλάδα και την αφομοίωσή τους από την κοινωνία.

Είχα κατάθλιψη βέβαια στην αρχή, όταν ήρθα, κοιμόμουν αργά, δε σηκώνομουν, δεν έτρωγα τόσο. Μετά τη φυλακή τον καιρό που ήμουν στη Λέρο έχασα πολύ βάρος και ήμουν περίπου πενήντα δύο ενώ τώρα είμαι 70 (γέλια). Σε ρουφάει πνευματικά. Αυτή η περίοδος παίζει με τα νεύρα σου. Αν δεν είσαι ικανός ή δυνατός αρκετά να μην τρελαθείς με το παρελθόν σου και τις ιστορίες και τα προβλήματα, θα καταλήξεις βασικά στην κατάθλιψη. Αυτό είναι το πρώτο βήμα. Δεν είμαι σίγουρος δεν είμαι ψυχολόγος να σου το πω με όρους και διαγνώσεις αλλά αυτό είναι το πιο εύκολο. Οι περισσότεροι έχουν άσχημες ιστορίες, τους βάζουν σε ένα camp με τίποτα πάνω στο οποίο να μπορείς

να δουλέψεις να απασχοληθείς, να ψυχαγωγηθείς δεν ξέρω, οκ δε χρειαζόμαστε ψυχαγωγία, αλλά έστω δραστηριότητες. Κάθεσαι στο κοντέινερ με τις σκέψεις σου και ανησυχείς για το μέλλον σου. Εγώ προσωπικά πέρασα έξι με επτά μήνες που δεν ήμουν καλά, βυθιζόμουν μέσα στην κατάσταση, σκεφτόμουν το παρελθόν, αν θα καταλήξω σε κάποιο είδος φυλακής ή camp κλειστό.

Το ψυχολογικό φορτίο έρχεται μια ώρα που το αντιμετωπίζεις γιατί το έχεις από το παρελθόν σου, δεν μπορείς να το ξεφορτωθείς. Αλλά μια στιγμή τα θυμάσαι όλα αυτά έχεις flashbacks, φυσικά και έχω, το ξέρω ότι μάλλον χρειάζομαι θεραπεία, αλλά άλλες φορές λέω εξαρτάται από εμένα, είμαι δυνατός πέρασα πολλά, τη Λέρο, τη φυλακή, το άσυλο, πιστεύω σε έμένα μπορώ να κάνω κάτι με τη ζωγραφική, αυτό απαντάω σε μένα. Πιστεύω ότι ίσως χειροτερέψω ή έχω σκαμπανεβάσματα, όλα αλλάζουν με τις καταστάσεις, πόσο συχνά θα είναι τα flashbacks ή πόσο ασήκωτο το βάρος. Αλλά δεν Αλλά ο εφιάλτης και οι δυσκολίες ήταν στο camp.

Το δύσκολο ήταν ότι ήμασταν μόνοι μας. Είχαμε έναν φίλο του πατέρα μας που μας είπε όταν έρθετε θα σας βοηθήσω αλλά εκείνη τη στιγμή τον πήραμε τηλέφωνο και δεν μας απάνταγε να μας πει πώς θα τα κάνετε, που θα μείνουμε δηλαδή τι θα κάνουμε.

Τέλος, η απόσταση από την οικογένεια και η έλλειψη κοινωνικού κύκλου, οδηγεί το άτομο να αισθάνεται ως μονάδα μέσα σε ένα συμπαγές κοινωνικό σύνολο, αμφιβάλλοντας ακόμη και για την αρχική επιλογή της μετανάστευσης.

Το χειρότερο σαν εμπειρία στην Ελλάδα ήταν όταν τράκαρα, ήταν τρομακτικό γιατί δεν είχα κάποιον να με φυλάξει και να με βοηθήσει ήμουν μόνος μου και τότε σκέφτηκα ότι έφυγα από το σπίτι μου για να έχω καλή ζωή και τελικά κόντεψα να είμαι πεθαμένος.

Οι πρώτες εμπειρίες κατά την άφιξη στη χώρα, αλλά και οι ενέργειες που πραγματοποιούνται στην πορεία προς την έκδοση νομιμοποιητικών εγγράφων που θα εξασφαλίσουν σε πρακτικό επίπεδο για το άτομο ένα μεγάλο κομμάτι της αφομοίωσής του από το κοινωνικό σύνολο και την πολιτεία, παρουσιάζονται ταυτόχρονα και ως το μεγαλύτερο εμπόδιο το οποίο κλήθηκαν να αντιμετωπίσουν στην ένταξη τους.

Πνευματικά είναι δύσκολο. Αρχικά γιατί είναι η αναμονή. Το concept του να περιμένεις είναι κακό. Ειδικά εάν πιστεύεις ότι ήρθες να ξεκινήσεις μία ζωή. Οκ περίμενε τρία ή τέσσερα χρόνια και μετά ξεκινάς. Κατάφερα να επιζήσω για να έρθω σε ένα ειρηνικό μέρος. Οκ

γραφειοκρατία...έλα...καταλαβαίνεις. Η συνέντευξη σου μετά από ένα ή δύο χρόνια. Το να φέρεις σε πέρας αυτή τη διαδικασία ήταν το πιο δύσκολο. Το πώς να είσαι νόμιμος. Πώς να ξεκινήσω να δουλεύω, να ξεκινήσω τη ζωή μου. Δούλεψα σκληρά από την αρχή να βρω δουλειά.

Η Ελλάδα την προηγούμενη δεκαετία, φαίνεται να αποτελούσε ευρωπαϊκό υπόδειγμα αποτυχημένου συστήματος ασύλου και γενικότερα υποδοχής μεταναστών, με τις επανειλημμένες αλλαγές στη μεταναστευτική πολιτική και διότι οι υπηρεσίες δεν συντονίζονταν μεταξύ τους. Αποτέλεσμα ήταν οι υποθέσεις να χάνονται ή να διαρκούν περισσότερο από όσο έπρεπε, οδηγώντας στην ταλαιπωρία των ίδιων των μεταναστών και την πρόκληση ενός αισθήματος αμφιβολίας και ανασφάλειας. Έτσι, στην ήδη επιβαρυσμένη ψυχική υγεία λόγω του ταξιδιού προς τη Δύση, με την άφιξη στην Ελλάδα έρχονται να προστεθούν οι χρονοβόρες γραφειοκρατικές διαδικασίες της κατάθεσης του αιτήματος ασύλου και της επεξεργασίας του, όπως άλλωστε έχει ήδη προαναφερθεί (Farhat et al., 2018), οι οποίες εντείνουν συμπτώματα άγχους, φόβου ή κατάθλιψης που ενδεχομένως ήδη ενυπάρχουν στα άτομα.

Είχα μια πολύ δύσκολη διαδικασία, πολύ μακρά διαδικασία γιατί εξαρτιόνταν από τη συμφωνία Ελλάδας- Τουρκίας. Πήρα απορριπτική αρχικά και μετά στη δεύτερη προσπάθεια πήρα κι άλλη. Με συνέλαβαν και με έβαλαν φυλακή για απέλαση. Παρόλο που εγώ είχα έγγραφα που με προστάτευαν, άξιζα δικαιωματικά να πάρω άσυλο, όχι κατά τη γνώμη μου, σύμφωνα με το νόμο. Αφού είχα φυλακιστεί και βασανιστεί από τη δικτατορική κυβέρνηση. Είχα κάποια έγγραφα αλλά καθυστέρησαν να υποβληθούν...καθυστέρησαν... δεν ξέρω πώς καθυστέρησαν, ένα γραφείο ήταν σε δύο κολλητά κοντέινερ. Να υποβληθούν στο σύστημα. Όλοι εξεπλάγη, γιατί εγώ ήδη δούλευα εκεί, με τη ΜΚΟ save the children, όταν με συνέλαβαν. Έτσι πήγα φυλακή, ο δικηγόρος μου έλεγξε τα χαρτιά, μου είπε δεν ξέρω είχες τα έγγραφα και υποβλήθηκαν μετά την απορριπτική απόφαση, Ήταν χαζή κατάσταση γραφειοκρατίας. Κατέθεσα στα κεντρικά των δικαστηρίων στη Ρόδο και με απελευθέρωσε. Δεν έπρεπε να είμαι εκεί. Έπειτα καταθέσαμε νέα επιπλέον αίτηση με τα στοιχεία που δεν κατατέθηκαν. Μου έδωσαν ραντεβού με το άσυλο στην Αθήνα μετά από ένα έτος και 9 μήνες. Αλλά πήρα την προσωρινή κάρτα, ακύρωσαν το γεωγραφικό περιορισμό και κατάφερα να έρθω στην Αθήνα. Έκανα τη συνέντευξη και διαπίστωσαν επιτέλους ότι το άξιζα. Πήρα την άδεια παραμονής μετά από αυτό κι έπειτα περίμενα ένα έτος ακόμα για ταυτότητα και διαβατήριο. Συνολικά πήρε πάρα πολύ χρόνο, περισσότερο από 3 έτη.

"Περπατούσαμε κι ένας αστυνομικός ζήτησε να δει τα χαρτιά μας. Του τα έδειξα και μου είπε αν δε σε πειράζει έλα μαζί μας στο αστυνομικό τμήμα να τα επιβεβαιώσουμε. Τώρα υπάρχει σύστημα επί

τόπου αλλά τότε έπρεπε να πας. Συμφώνησα. Περίμενα περίμενα και τελικά έρχεται και μου λέει το σύστημα έδειξε απόφαση αρνητική. Η καρδιά μου κόντεψε να βγει. Είπα γιατί; Τελικά απλά η υπόθεσή μου είχε γίνει αποδεκτή από το δικαστήριο των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Πήραμε θετική απάντηση και το άσυλο θα ακυρωνόταν. Αλλά δεν το ήξερα. Ήμουν στην αστυνομία και είχα αγχωθεί αφάνταστα." Ήρθε στο τμήμα (ο δικηγόρος) και μου είπε είναι κλειστά τώρα στη Μόρια, θα πάω το πρωί να ρωτήσω μην ανησυχείς. Εγώ βέβαια δεν κοιμήθηκα όλο το βράδυ. Δε μπορούσα. Ήρθε στις δέκα πανηγυρίζοντας. Κερδίσαμε. Ωραία του λέω κερδίσαμε αλλά εγώ είμαι μέσα. Αργήσαμε κι άλλο μετά γιατί ήρθε το Πάσχα. Μετά το Πάσχα πήρε περίπου πέντε μέρες και στείλανε επιστολή στο άσυλο, το παρέλαβα και μου είπαν τώρα μπορείς να πάρεις μπλε βεβαίωση.

Πήρα το δικηγόρο και του λέω ας ζανάρθουμε αύριο μου λέει όχι όχι αύριο θα ταξιδέψεις 'δεν ξέρω τι θα λέει ο νόμος την επόμενη βδομάδα. Θα φύγεις άμεσα'.

Δύο χρόνια χρειάστηκαν για να το πάρω (το άσυλο), χωρίς καμία απορριπτική.

Αντίστοιχες βέβαια είναι και οι μαρτυρίες των Σύριων προσφύγων αναφορικά με τις κακές συνθήκες διαμονής, αλλά και έλλειψης πρόνοιας. Οι μετανάστες φαίνεται να αντιμετωπίζονται από τις ελληνικές αρχές με πλήρη απουσία ενσυναίσθησης αναφορικά με ό,τι έχουν υποστεί και αδιαφορώντας να τους καθησυχάσουν ή να προσφέρουν ανακούφιση μέσα σε αυτό το κλίμα διαρκούς ανασφάλειας.

Μείναμε στο Καστελόριζο για 23 ημέρες, δεν είχαμε μέρος να μείνουμε κοιμηθήκαμε στο δρόμο το UNCHR δεν ήταν εκεί, ήρθαν μία βδομάδα μετά, μια γυναίκα, δεν είχαμε κουβέρτες δεν είχαμε νερό δεν είχαμε τίποτα. Και περιμέναμε να μεταφερθούμε σε άλλο νησί που υπήρχαν εγκαταστάσεις για πρόσφυγες. Και τελικά αυτή η διαδικασία πήρε πολύ καιρό. Μετά από 23 ημέρες μας έβαλαν σε ένα ferry οργανωμένο με αστυνομία για να μας μεταφέρουν στη Λέρο, αλλά έπρεπε να σταματήσουμε στη Ρόδο, οπότε δεν ξέραμε, κανένας δεν είχε πληροφορίες, σε ποιο νησί πηγαίναμε πού μας πήγαιναν. Αυτό ήταν επίσης πολύ τρομακτικό. Κανείς δε μας μιλούσε δεν έλεγε που μας πάνε, μας έβαλαν σε μια ουρά και μας πήγαν στη Ρόδο.

Μόλις είδα το camp είπα θεέ μου αυτά τα έβλεπα στην τηλεόραση και τώρα συμβαίνουν στα αλήθεια, τα ζω.

Επιπλέον, τα κέντρα υποδοχής και ταυτοποίησης δε διαθέτουν κατάλληλα καταρτισμένο και εκπαιδευμένο στον τομέα προσωπικό με αποτέλεσμα να καταγγέλλονται συχνά περιστατικά βίας ή κακής αντιμετώπισης (Triantafyllidou, 2014). Τα δικαιώματα ως αιτούντες άσυλο δεν λαμβάνονται υπόψιν ενώ η αισχροκέρδεια εις βάρος τους λάμβανε χώρα και από τους κατοίκους των νησιών υποδοχής.

"Ήρθε ένας αστυνομικός. Χαιρόταν που θα μας ανακοινώσει ότι εμείς θα μείνουμε εδώ, δε μπορούμε να πάμε στην κυρίως χώρα. Μετά μας πήγαν σε άλλο μέρος στη FRONTEX για να δώσουμε λεπτομέρειες από πού είμαστε, από ποια πόλη. Ο διερμηνέας ήταν πολύ αγενής. Από κει πήγαμε σε έναν αστυνομικό που μας έδειξε κάτι χαρτιά στα ελληνικά να τα υπογράψουμε. Του λέω είναι ελληνικά τι λέει, μου λέει είναι κάτι, κι εγώ έβαλα τρεις σταυρούς, δεν υπέγραψα, λέει τι κάνει αυτός ρε; Του λέω άμα μου πεις τι γράφει, είναι μία απλή ερώτηση, μου λέει τίποτα, του λέω άμα δεν είναι τίποτα τι είναι όλο αυτό το χαρτί. Καλά, μου λέει, φύγε."

Φτάσαμε νωρίς το πρωί ώσπου να μας βρει και να μας ελέγξει το ναυτικό μείναμε σε εκείνο το μέρος, ώσπου να μας πάρει αποτυπώματα και να μας καταχωρήσει, αλλά πριν από αυτό μας έλεγξαν για ταυτότητα, αν είχαμε τίποτα πάνω μας. Βασικά θέλανε να μάθουν ποιος οδηγούσε τη βάρκα. Ήταν σημαντικό για εκείνους. Έτσι ήταν λίγο σκληροί, ρώτησαν ποιος μιλάει αγγλικά, μίλησα μαζί τους, με ρώτησαν, προσπαθούσαν να με τρομάξουν, με ρώταγαν ποιος οδηγούσε, είπα ήταν σκοτεινά δεν τον είδα και ήταν εντελώς αλήθεια ήταν μια τόσο ομιχλώδης κατάσταση, δε μπορείς να καταλάβεις ποιος οδηγεί και ποιος όχι.

Μετά από τρεις μέρες πήρα μια κάρτα sim με τριάντα ευρώ. Πούλαγαν sim τότε το 2016, τριάντα και σαράντα ευρώ. Μάθαμε μετά ότι τις παίρνανε από το λιμάνι δωρεάν και τις πούλαγαν εκεί.

Εξαίρεση αποτέλεσε μία μαρτυρία Πακιστανού συμμετέχοντα αναφορικά με την εξυπηρέτηση την οποία έλαβε, τόσο κατά τη διάρκεια της διεκπεραίωσης των νομιμοποιητικών εγγράφων, όσο και σε κάθε άλλη περίπτωση παρουσιάστηκε ανάγκη (π.χ. Εγγραφή σε μαθήματα ελληνικών).

Με εξυπηρέτησαν όπου πήγα οι Έλληνες, με καλό τρόπο μου εξήγησαν ό, τι πρέπει να κάνω για να είμαι σωστός. Δεν σου λέω ότι όλα ήταν εύκολα, ποτέ δεν έρχεται κάτι εύκολα. Όταν ψάχνεις μπορεί να βρίσκεις εύκολα, όταν κάθεται και περιμένεις να έρθει αυτό ξέχασέ το.

Με ενδιαφέρον αντιμετωπίζεται στο σημείο αυτό η κοινή πεποίθηση των μετακινηθέντων (κατέχοντας βέβαια προϋπάρχουσα εμπειρία από τα camps των νησιών του βορειοανατολικού Αιγαίου), ότι η νομική τους εκπροσώπηση δε θα ήταν δυνατή εάν δεν είχαν την οικονομική δυνατότητα να τη στηρίξουν, αφού η πρόσβαση σε δικηγόρους άνευ κόστους (για παράδειγμα από ΜΚΟ) είναι πολύ περιορισμένη (Farhat et al., 2018).

Πήρε το έγγραφο (η δικηγόρος) και πήγε στο δικαστήριο, την πλήρωσα, γιατί ξέρεις πήρα ιδιωτικό δικηγόρο, η μετάδραση μου είπε δε μπορώ να αναλάβω άλλες υποθέσεις. Είχα λίγα λεφτά από τους πίνακές μου και της τα έδωσα.

Ο δικηγόρος εκεί ο Μανώλης, ήρθε στο camp και του λέω θέλω να σε προσλάβω. Τότε αυτός έκανε δωρεάν υποθέσεις προσφύγων. Του είπα εγώ θα σε πληρώσω δε θέλω δωρεάν. Γιατί να ξέρεις το δωρεάν από το επί πληρωμή πράγμα είναι πάντα διαφορετικό. Μου είπε πάρε την κάρτα μου κι άμα θες πάρε με ακόμα και το βράδυ.

Το σύνολο των συνεντεύξεων περιλαμβάνουν αναφορές στη δράση μη κερδοσκοπικών οργανώσεων, οι οποίες φαίνεται να υποστηρίζουν σθεναρά μετανάστες και πρόσφυγες, τόσο στα νησιά όπου λειτουργούν τα κέντρα υποδοχής και ταυτοποίησης, όσο και στην πρωτεύουσα, αντικαθιστώντας συχνά το δημόσιο φορέα σε επισιτιστικό, νομικό, ανθρωπιστικό και άλλους τομείς.

Το UNCHR ήρθαν μία βδομάδα μετά.

Πολλοί εθελοντές από ΜΚΟ ήρθαν μαζί μου στο λιμάνι να με δουν ότι έφυγα.

Εκείνος μίλησε με το Δημήτρη και τη Μαρία δικηγόροι του UN στην Αθήνα, τους τα εξήγησε και η Μαρία είπε θα στα κανονίσω αμέσως.

Υπήρχε η ΜΚΟ Euro Relief, βοήθαγα στην αποθήκη να τακτοποιήσουμε τα ρούχα να δώσουμε φαγητό.

...ο David από την Ισπανία. Δούλευε στη Remarche μια ΜΚΟ της εκκλησίας στην Ισπανία με φαγητό κλπ.

Κοινό χαρακτηριστικό για το σύνολο των συνεντευξιζόμενων αποτελεί το γεγονός ότι βίωσαν τη σύλληψη και τη διοικητική κράτηση τουλάχιστον μία φορά κατά τη διάρκεια της διαμονής τους στην Ελλάδα και για κάποιους υπήρξε και η αφορμή για την οριστική διεκπεραίωση των νομιμοποιητικών εγγράφων τους. Οι συνθήκες περιγράφονται να απαξιώνουν την ανθρώπινη ιδιότητα και τα μηδενίζουν το επίπεδο υγιούς διαβίωσης.

Η διαδικασία έγινε αφού με συνέλαβε η αστυνομία και μετά με άφησε ελεύθερο και μου δώσανε ένα χαρτί για να επιστρέψω μόνος μου στη χώρα μου και δεν ήθελα να επιστρέψω και μετά έβαλα δικηγόρο και του είπα ότι μου έδωσαν αυτό το χαρτί και αν γίνεται κάτι και μετά από αυτό έγινε δικαστήριο, για να καταθέσω στο άσυλο.

Κερδίσαμε, μου λέει ο δικηγόρος. Ωραία του λέω κερδίσαμε αλλά εγώ είμαι μέσα. Μου λέει μην ανησυχείς, θα σε βγάλουν τώρα να σε πάνε να υπογράψεις και να λάβεις την απόφαση αλλά πρέπει να επιστρέψεις τη λευκή κάρτα ασύλου.

Στη Ρόδο μας έβαλαν φυλακή για δύο μέρες και δύο νύχτες, ίσως έκαναν κάποιες ενέργειες εν τω μεταξύ αλλά η φυλακή ήταν τόσο χάλια, τόσο βρώμικα, δεν κοιμήθηκα καθόλου, στεκόμουν όρθιος γιατί δε μπορείς να ακουμπήσεις στον τοίχο έχουν πολλά έντομα, μύγες κλπ κι εγώ σκεφτόμουν ευχαριστώ, αυτό το μέρος δεν είναι για ανθρώπους. Παραγγείλαμε σάντουιτς, δίνοντας δικά μας λεφτά στους αστυνομικούς, διότι δε μας έφεραν τίποτα άλλο. (Σύριος πρόσφυγας)

Έτσι πήγα φυλακή, ο δικηγόρος μου έλεγξε τα χαρτιά, μου είπε δεν ξέρω είχες τα έγγραφα και υποβλήθηκαν μετά την απορριπτική απόφαση.

Κι εκεί που περιμένεις έρχονται και σε τοποθετούν σε ένα μέρος που το μόνο που μπορείς να κάνεις είναι να σκέφτεσαι. Γιατί δεν έχεις παροχές, ίντερνετ, τίποτα, απλά κάθεται στο κοντέινερ και σκέφτεσαι το παρελθόν σου, ότι κάτι θα πάει στραβά.

Ιδιαίτερα σημαντικός φάνηκε να είναι και ο ανθρώπινος παράγοντας για κάποιους από τους συμμετέχοντες για την επίτευξη των πολλαπλών στόχων οι οποίοι είχαν τεθεί (τόσο Έλληνες όσο και συμπατριώτες).

Μόλις έφτασα, έψαχνα κάποιον άνθρωπο που είναι από την πατρίδα μου για να μιλήσω για να συνεννοηθώ ότι πού είμαι. Μετά για όλα τα άλλα σε βοηθάει αυτός που είναι παλιότερος από σένα,

από την πατρίδα σου, που ξέρει τη γλώσσα που μπορεί να σε βοηθήσει να σου δείξει δρόμο, ότι πρέπει να πας εδώ και να φτιάξεις τα χαρτιά να μείνεις εδώ. Να σε βοηθάει κάποιο διάστημα μέχρι να διορθώσεις να βρεις δουλειά να φτιάξεις τα χαρτιά. Εγώ έμενα σπίτι του.

Καθόμουν (στο camp) και είδα έναν να περνάει και λέω πού τον ξέρω και ξαφνικά μου ήρθε ένα όνομα και τον φώναξα, Ιμράν, ήταν από το δίπλα χωριό γύρω στα εικοσιδύο, μου λέει αδερφέ πού είσαι ήρθες εσύ εδώ; Πού είναι η σκηνή σου; Του λέω σήμερα ήρθα και μου λέει φέρε τα πράγματά σου, ήταν πολύ χαρούμενος. Πήρα λίγο κουράγιο που συνάντησα κάποιον.

Δίνω τα εύσημα στους ανθρώπους που με υποστήριζαν, αλλά και το ότιμίλαγα αγγλικά. Αλλά οι άνθρωποι ήταν οι πιο σημαντικοί. Τόσο οι εθελοντές όσο και οι δικηγόροι και οι φίλοι. Προσφέρθηκαν ακόμα και να νοικιάσουμε μαζί ένα διαμέρισμα και να το πληρώνουν. Αλλά γέλασα. Τους είπα θέλετε να κάνετε κάτι για μένα; Βρείτε μου μια δουλειά. Αν βρω δουλειά όλα θα έρθουν. Τους έδωσα το βιογραφικό μου κι εκείνοι το έφεραν στη Μυτιλήνη, στη ΜΚΟ Ηλιαχτίδα.

Η γνώση της ελληνικής γλώσσας θεωρείται από όλους τους συνεντευξιαζόμενους ως απαραίτητο εργαλείο για την σωστή και γρήγορη ένταξη αλλά και για την καθημερινή ομαλή διαβίωση.

Χθες μου έλεγε ένας φίλος σε έξι (6) χρόνια πολλοί μιλάνε ελληνικά αλλά εσύ επαναπαύτηκες, γιατί είχα προβάδισμα στα αγγλικά και δεν έπρεπε να το είχα κάνει.

Με δυσκόλεψε πάρα πολύ ότι πρώτα από όλα δεν ήξερα τη γλώσσα. Αν την είχα μάθει πιο εύκολα θα ήταν πάρα πολύ εύκολα. Αν την ήξερα δε θα έχανα χρόνο. Τα χρόνια που δενμίλαγα καλά θα μπορούσα μόνος να μιλήσω με ανθρώπους και να βρω σχολείο, σπίτι, δουλειά, πού να πηγαίνω.

Ιδιαίτερα ενδιαφέρον και απροσδόκητο εύρημα αποτελεί το γεγονός ότι στην πλειοψηφία τους απέδωσαν μέρος της επιτυχημένης ολοκλήρωσης του ταξιδιού, της εξασφάλισης των νομιμοποιητικών εγγράφων και της ομαλής εγκατάστασης στην τύχη, παρά τις δυσκολίες που έχουν αναφέρει πρωτύτερα.

Τελικά είχα πολύ τύχη.

Ήταν δύσκολα, αλλά είναι τύχη και πρέπει να μάθεις αυτά τα πράγματα γιατί αν δεν τα δεις και δε δεις πώς είναι η ζωή δε θα μάθεις ποτέ.

Αλλά βλέπεις για καλή μου τύχη στο σημείο που συναντηθήκαμε, ξέχασα το όνομα του πατέρα που έγραφε και είπα Αλί. Μου λένε εντάξει κάτσε κάτω. Όμως εκείνος ο αστυνομικός ήταν ο άγγελός μου. Αυτή τη μέρα αυτός αν δε με είχε σταματήσει τώρα θα περιπλανιόμουν στους δρόμους της Αθήνας.

Πέρασα έξι μέρες (στη φυλακή), ήμουν τυχερός.

Τα αποτελέσματα αναφορικά με την εύρεση εργασίας, η οποία αποτελεί καίριο παράγοντα ενσωμάτωσης στη χώρα υποδοχής ποικίλουν, αφού για κάποιους συμμετέχοντες η έλλειψη νομιμοποιητικών εγγράφων δεν στάθηκε εμπόδιο, ενώ άλλοι δεν ήταν σε θέση να εξασφαλίσουν τα απολύτως απαραίτητα. Ωστόσο για όλους αποτέλεσε προτεραιότητα και διαρκής επιδίωξη.

Τα χαρτιά ξεκίνησα μετά από πέντε, έξι χρόνια να τα φτιάχνω. Στα 24-25 μου. Δούλευα κρυφά, περιμέναμε όποιον ήθελε βοηθό, πηγαίναμε μαζί και μας έδινε, όχι μεροκάματο...χαρτζιλίκι. Τίποτα σχεδόν. Ίσα ίσα να πληρώσουμε τα έξοδα για το σπίτι μέχρι να φτιαχτούν τα χαρτιά για να δουλεύουμε με το νόμο. Μη νομίζεις ότι τα βγάξαμε πέρα, μαζί με συγκάτοικο και πάλι πολύ δύσκολα.

Εγώ ήδη δούλευα εκεί, με τη ΜΚΟ save the children, με είχαν προσλάβει με το τρίπτυχο (προσωρινή κάρτα ασύλου), ανανέωναν το συμβόλαιό μου μηνιαίως.

Με πήραν τηλέφωνο από τη Μυτιλήνη για δουλειά και γύρισα, είχα μόνο τρίπτυχο τότε, δούλεψα με την προσωρινή αίτηση ασύλου. Έτσι ξεκίνησα. Μετά τα χαρτιά μου άλλαξαν.

Κανένας εκ των Πακιστανών συμμετεχόντων δεν απέδωσε στη θρησκεία σημαντικό ρόλο όσον αφορά την συναισθηματική στήριξη και ανακούφιση κατά την περίοδο προσαρμογής και ένταξης τους στη νέα πατρίδα. Εν αντιθέσει, φάνηκε να εξισώνουν όλα τα δόγματα και να αψηφούν τις διακρίσεις με βάση το θρησκευτικό κριτήριο.

Η θρησκεία δεν είναι κάτι. Πρώτα είμαστε άνθρωποι. Αν δεν είσαι άνθρωπος μην σκέφτεσαι για τη θρησκεία. Εγώ πιστεύω αυτό. Είμαι μουσουλμάνος αλλά πρώτα απ' όλα άνθρωπος είμαι. Στα κρατητήρια όλοι πίστευαν πολύ κι εγώ τους έλεγα να μη σκέφτονται έτσι, αυτά τα πράγματα. Ότι άλλο ο Χριστιανός και άλλο ο Μουσουλμάνος. Εμένα δε μ' αρέσει και δε σκέφτομαι αυτά τα πράγματα.

Εγώ δεν ξεχωρίζω είμαι Μουσουλμάνος είσαι Χριστιανός, δεν προωθώ τη θρησκεία, κρατάω μόνο ότι όπως κι εγώ είναι όλοι άνθρωποι. Υπάρχουν βέβαια και οι απολίτιστοι του Πακιστάν που ερχόντουσαν και μου έλεγαν τι κάνεις; Τους έλεγα όλοι είναι ίσοι.

Προχωρώντας, φάνηκε να επιβεβαιώνονται στο σημείο αυτό οι έρευνες οι οποίες υποδεικνύουν ότι οι οικονομικοί μετανάστες από το Πακιστάν επιδιώκουν να αποκτήσουν ένα κύρος και μία πιο βελτιωμένη κοινωνική θέση πριν λάβουν την απόφαση επιστροφής.

Η οικογένειά μου δεν ήθελε να φύγω. Τελικά έφυγα κρυφά. Όταν έφτασα τους το είπα ότι είμαι στην Ελλάδα. Τώρα βλέπουν ότι τότε που έφυγε έκανε καλά και έχει φτιάξει τη ζωή του, αν ήταν εδώ μπορεί να έμπλεκε με στιδήποτε άσχημο, γίνονται πολλά, εύκολα στο Πακιστάν. Ποτέ όμως δε μου είπε με λόγια να γυρίσω η μάνα μου. Αλλά ήθελε. Εγώ όμως ποτέ δεν ένιωσα τύψεις. Ακόμα δε με νοιάζει. Πήρα μια απόφαση, την προσπάθησα και την κατάφερα. Η μάνα μου έχει τη σύνταξή της δεν της στέλνω. Μου έδωσε λεφτά για να έρθω εδώ. Αισθάνομαι χαρούμενος εγώ που έφυγα. Μπορεί και μέχρι να πεθάνω όλη τη ζωή μου να μη στενοχωρηθώ που έφυγα.

Σε γενικές γραμμές η μετανάστευση ήταν μια μελετημένη ενέργεια η οποία αξιολογείται από τα άτομα (και τις οικογένειες τους) ως ορθή, παρά τη συχνή συναισθηματική δυσφορία λόγω της απόστασης. Αλλά και για τους Σύριους πρόσφυγες η εγκατάλειψη της Ελλάδας μόνο υπό προϋποθέσεις θα ήταν ένα σενάριο προς διερεύνηση, καθώς η ταλαιπωρία την οποία έχουν ήδη υποστεί και η επικινδυνότητα ως προς την απώλεια των νομιμοποιητικών εγγράφων δρουν αποτρεπτικά για τους ίδιους.

Ξέρεις κάτι βασικά εδώ όλοι θέλουν να φύγουν, δε βλέπουν την Ελλάδα ως ένα μέρος να μείνουν, δεν ξέρω ίσως έχουν πιο ελκυστικά πράγματα π.χ. τη Γερμανία να πάνε, ευκαιρίες, δεν ξέρω. Αν θα είχα καλύτερες επιλογές ίσως να το τολμούσα, αλλά δεν θέλω άλλα παράνομα βήματα πια. Γιατί δεν επεδίωξα να κινηθώ παράνομα, δεν ήταν ο σκοπός. Ήταν ο τρόπος. Γιατί δεν έχεις άλλον. Αν είχα νόμιμο τρόπο να αφήσω τη χώρα μου, με ένα πρόγραμμα π.χ. δε θα πήδαγα στη βάρκα. Τώρα η οικογένειά μου είναι πολύ χαρούμενη με εμένα και εγώ με αυτούς. Μου ζητάνε βέβαια να γυρίσω πίσω. Αλλά επειδή έχασα πολλά, ως τώρα δυσκολεύομαι, αν μπορούσα να κατοχυρώσω μια καλύτερη θέση στο Πακιστάν (οικονομικά) φυσικά και δε θέλω να είμαι μακριά από την οικογένειά μου αλλά έτσι δε μπορώ, θέλω να πω ότι τα κατάφερα έφτασα εκεί που ήθελα και εκεί που έπρεπε και τώρα μπορώ να γυρίσω. Γιατί για να επιβιώσεις με την οικογένειά σου πρέπει να έχεις ένα εισόδημα ενός

σημείου. Ακόμα δεν έχω φτάσει. Κάποτε ήμουν. Τώρα είμαι πολύ πιο χαμηλά. Ότι είχα το έδωσα στην οικογένειά μου, στις αδερφές μου, στον αδερφό μου.

Η οικογένειά μου δεν ήθελε να φύγω. Τελικά έφυγα κρυφά. Όταν έφτασα τους το είπα ότι είμαι στην Ελλάδα. Τώρα βλέπουν ότι τότε που έφυγε έκανε καλά και έχει φτιάξει τη ζωή του, αν ήταν εδώ μπορεί να έμπλεκε με οτιδήποτε άσχημο, γίνονται πολλά - εύκολα - στο Πακιστάν. Ποτέ όμως δε μου είπε με λόγια να γυρίσω η μάνα μου. Αλλά ήθελε. Εγώ όμως ποτέ δεν ένιωσα τύψεις. Ακόμα δε με νοιάζει. Πήρα μια απόφαση, την προσπάθησα και την κατάφερα. Η μάνα μου έχει τη σύνταξή της δεν της στέλνω. Μου έδωσε λεφτά για να έρθω εδώ. Αισθάνομαι χαρούμενος εγώ που έφυγα. Μπορεί και μέχρι να πεθάνω όλη τη ζωή μου να μη στενοχωρηθώ που έφυγα.

Η οικογένεια φαίνεται ότι στις υπάρχουσες περιπτώσεις δεν ασκεί επί του παρόντος έντονη πίεση προς το μετανάστη ως προς την επιστροφή του στη χώρα του ή την εξασφάλιση περισσότερων οικονομικών πόρων για εκείνους, χωρίς το γεγονός αυτό να επιδρά στη μείωση της επιθυμίας για επαναπατρισμό κάποιες φορές.

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Στην παρούσα μελέτη – η οποία σκοπίμως περιλάμβανε δεδομένα από δύο πληθυσμούς αρκετά διαφορετικούς μεταξύ τους (Πακιστανοί και Σύριοι), με απώτερο στόχο να συγκριθούν επίσης- παρατηρήθηκε μία ποικιλία όσον αφορά την επιβεβαίωση ή μη των ευρημάτων προϋπαρχουσών ερευνών, στοιχεία της οποίας παρατίθενται παρακάτω. Αρχικά, τα βιβλιογραφικά δεδομένα ως προς τα κοινωνικοδημογραφικά στοιχεία των μεταναστών [συγκεκριμένες νεαρές ηλικιακές κατηγορίες και άτομα χωρίς ιδιαίτερη μόρφωση, αλλά όχι κατώτατου κοινωνικού στρώματος ώστε να είναι σε θέση να ανταπεξέλθουν οικονομικά στο κόστος της μετακίνησης (Hasan, 2010)], τα οικονομικά αίτια της μετανάστευσης των Πακιστανών (και παράλληλα τους χαμηλούς προσφερόμενους μισθούς στη χώρα) (Marouf & Kouki, 2017), το κόστος του ταξιδιού καθώς και την πώληση περιουσιακών στοιχείων για την κάλυψη αυτού, συμφωνούν πλήρως με τις μαρτυρίες των συνεντευξιαζόμενων. Συγκεκριμένα, όσον αφορά το Πακιστάν, το σύνολο των ερωτηθέντων αποχώρησαν επί της ουσίας για λόγους οικονομικής ανέλιξης (ανεξάρτητα από το γεγονός ότι οι δύο συμμετέχοντες απείχαν κατά πολύ σε κοινωνικό – οικονομικό στάτους στη χώρα καταγωγής). Από την άλλη πλευρά οι Σύριοι πρόσφυγες μετακινήθηκαν ακούσια λόγω γεγονότων τα οποία ήταν απόρροια του εμφύλιου πολέμου και έθεταν σε άμεσο κίνδυνο τη ζωή τους. Επιπλέον, η πλειοψηφία των ατόμων κινήθηκαν από το Ιράν προς την Τουρκία κι έπειτα μετέβησαν σε κάποιο

νησί του ΒΑ Αιγαίου. Να σημειωθεί στο σημείο αυτό ότι η ευκολία του τελευταίου αυτού σταδίου, έγκειται μονάχα στο γεγονός ότι αφορούσε τη συντομότερη συγκριτικά απόσταση, καθώς ο βαθμός δυσκολίας ως προς τη χρήση θαλάσσιου μεταφορικού μέσου για τη μετακίνηση (και ιδιαίτερα νυχτερινές ώρες) αποδείχθηκε σημαντικά μεγαλύτερος σε σχέση με όλο το υπόλοιπο χρονοβόρο ταξίδι.

Το φαινόμενο της Πακιστανικής παράδοσης στη μετανάστευση ως μια διαδικασία ανεξαρτητοποίησης (Maroufof & Kouki, 2017), φαίνεται να επαληθεύεται μερικώς, αφού τα υποκείμενα υποστηρίζουν κάθετα την ακούσια αποχώρησή τους, ωστόσο μελετούν επισταμένα μία πιθανή επιστροφή τους ανάλογα με το κοινωνικό στάτους το οποίο έχουν κατακτήσει (σημείο το οποίο επαληθεύει μια ενδεχόμενη κοινωνική κριτική από την πλευρά της πακιστανικής κοινωνίας).

Ο Bhugra (2004) παρουσιάζει την οικογένεια ως έναν ιδιαίτερα ψυχοπιεστικό παράγοντα για το μετανάστη, προσθέτοντας επιπλέον άγχος στην αγωνιώδη προσπάθεια εύρεσης εργασίας για τη στήριξη της, αλλά και συναισθηματικό φορτίο για την αναπόφευκτη επιλογή του να απομακρυνθεί από την οικογενειακή εστία. Επιπλέον, προσθέτει ότι οι ανύπαντροι άρρενες είναι εκείνοι οι οποίοι ενδεχομένως βρίσκονται σε πιο ευμενή θέση λόγω μικρής συναισθηματικής επένδυσης στη χώρα καταγωγής. Ωστόσο, στα ευρήματα η οικογένεια δεν παρατηρήθηκε να επηρεάζει σημαντικά την ψυχική ισορροπία του μετανάστη, να επιβραδύνει τη διαδικασία αφομοίωσής του ή να ασκεί πίεση ως προς την επιστροφή του στο Πακιστάν ή την αποστολή μεγαλύτερου κεφαλαίου. Το παρόν βέβαια δεν αναιρεί το γεγονός ότι τα υποκείμενα θα είχαν προβεί σε άλλες επιλογές εάν είχαν τη δυνατότητα να τις στηρίξουν οικονομικά (δηλαδή επιστροφή στη χώρα), γεγονός το οποίο υπονοεί μία έμμεση επίδραση του στενού οικογενειακού κύκλου. Μόνο υποθέσεις δύνανται να διατυπωθούν σχετικά με τα αίτια της σύγκρουσης των παραπάνω αποτελεσμάτων αναφορικά με το βάρος της οικογενειακής ευθύνης, όπως για παράδειγμα η παράμετρος της χρονικής περιόδου διεξαγωγής των ερευνών. Εύλογο θα ήταν μέσα στα τελευταία δεκαπέντε περίπου έτη, κατά τα οποία αναμφίβολα οι συνθήκες διαβίωσης στην Ελλάδα (και ενδεχομένως έως ένα βαθμό και στο Πακιστάν) έχουν βελτιωθεί, να κρίνεται μεν απαραίτητο το οικονομικό βοήθημα του μετανάστη για την αξιοπρεπή διαβίωση, αλλά σε μικρότερο βαθμό. Επιπλέον τα υποκείμενα τα οποία έλαβαν μέρος στην έρευνα απουσιάζουν από το Πακιστάν έξι και δώδεκα έτη αντίστοιχα, μία χρονική περίοδος σχετικά μικρή σε σύγκριση με ενδεχόμενες μελέτες πάνω σε άτομα τα οποία έχουν συμπληρώσει είκοσι ή τριάντα χρόνια παραμονής στην Ελλάδα.

ΤΑΞΙΔΙ

Η ολοκλήρωση του ταξιδιού προς τη Δύση αποτελεί δύσκολη υπόθεση και συνηθέστερα πρόσφυγες και μετανάστες είναι ενήμεροι των αντιξοοτήτων, χωρίς το γεγονός αυτό να τους αποτρέπει να προβούν σε αυτό. Οι εμπειρίες απώλειας ή διαπληκτισμών, η αδυναμία εξεύρεσης καθαρού νερού και τροφής για μεγάλα χρονικά διαστήματα, όχι μόνο οδηγούν σε άγχος επιβίωσης την ώρα που βιώνονται αλλά δρουν ψυχοπιεστικά και σε δεύτερο χρόνο, αφού η ανάκληση των συμβάντων καθίσταται αναπόφευκτη και εκδηλώνεται ποικιλοτρόπως. Αξιοσημείωτα ευρήματα εντοπίστηκαν στο μέρος της αφήγησης το οποίο αφορά την άφιξη από την Τουρκία προς τα Ελληνικά ακριτικά νησιά υποδοχής και παρατίθενται παρακάτω. Αρχικά, η Τουρκία παρουσιάζεται σαν μία χώρα ανίκανη να υποδεχθεί - πόσο μάλλον να προστατέψει - πρόσφυγες και άλλα ευάλωτα άτομα, ενώ περιγράφονται σκηνές όπου τα υποκείμενα διαβιούν στο δρόμο για μεγάλα χρονικά διαστήματα μέσα σε ένα κλίμα επισφάλειας και αμφιβολίας. Στο πλαίσιο αυτό, όχι μόνο εκφράζουν τη δυσαρέσκειά τους ως προς το σύμφωνο Ελλάδας - Τουρκίας, αλλά επίσης περιγράφουν το αίσθημα φόβου αναφορικά με την προοπτική επιστροφής στη γειτονική χώρα. Το 2016 ωστόσο (περίοδος κατά την οποία δύο εκ των τεσσάρων συνεντευξιζόμενων κατέφθασαν στη χώρα) το σύμφωνο δεν είχε τεθεί ακόμη σε λειτουργία (Farhat et al. 2018) στοιχείο το οποίο οδηγεί στο δεύτερο σημαντικό εύρημα, τις παράνομες επαναπροωθήσεις μέσω Έβρου, τις οποίες περιγράφουν με γλαφυρότητα, καθώς και τις ακραία βίαιες συμπεριφορές οργάνων της τάξης στα κέντρα υποδοχής και ταυτοποίησης, οι οποίες βέβαια επιβεβαιώνονται από τη βιβλιογραφία (Farhat et al., 2018), αλλά δεν παύουν να εκπλήσσουν δυσάρεστα. Σε ένα ήδη δύσκολο και σχεδόν ακατόρθωτο για τον δυτικό τρόπο σκέψης ταξίδι, το οποίο αν μη τι άλλο πρόκειται να αφήσει ανεξίτηλα σημάδια στην ψυχοσύνθεση του ατόμου, έρχεται να προστεθεί η απόρριψη της χώρας υποδοχής και μάλιστα διαμέσου ενός κρατικού μηχανισμού, ο οποίος θα όφειλε να τους προστατεύσει, εμπειρίες οι οποίες υπό καμία συνθήκη δε θα μπορούσαν να μην αποδειχθούν επιβλαβείς για τους ίδιους.

ΚΡΑΤΗΣΗ

Εκτενές κεφάλαιο του μεταναστευτικού – προσφυγικού ζητήματος αποτελεί η κράτηση. Στην Ελλάδα, όπως και σε άλλες χώρες υποδοχής, εκτός από τα ανοιχτά camps μεταναστών (με ό,τι μειονεκτήματα μπορεί να τα χαρακτηρίζουν, όπως για παράδειγμα την τοποθέτησή τους σε απομονωμένα σημεία) υφίστανται και οι κλειστές δομές κράτησης, ή αλλιώς προαναχωρησιακά κέντρα, ενώ παράτυποι μετανάστες και πρόσφυγες εντοπίζονται συχνά και σε αστυνομικά τμήματα. Όσον αφορά του πρόσφυγες, η έκθεση σε βασανιστήρια (όπως του ενός εκ των δύο συμμετεχόντων

στην παρούσα μελέτη), καθώς και άλλες τραυματικές εμπειρίες στη χώρα καταγωγής, έχουν σχετιστεί με υψηλά επίπεδα κατάθλιψης ή μετατραυματικού στρες, γεγονός το οποίο αναμφίβολα τους καθιστά ευάλωτους. Η κράτηση από την πλευρά της έχει βρεθεί να δρα επιβαρυντικά στην ήδη εύθραυστη υγεία των ατόμων αυτών. Στο σημείο αυτό αξίζει να σημειωθεί ότι το UNCHR έχει δώσει κατευθυντήρια οδηγία, σύμφωνα με την οποία οι έχοντες βιώσει βασανιστήρια δεν πρέπει να υπόκεινται σε κράτηση, καθώς η πίεση που ασκεί η τελευταία είναι επιβαρυντική για την ψυχική τους υγεία και λειτουργεί ως τροχοπέδη της πορείας τους προς τη βελτίωση. Συγκεκριμένα, οι μελέτες προτείνουν ότι η αβεβαιότητα ως προς το μέλλον καθώς και η απομόνωση οδηγούν συχνά σε καταθλιπτικόμορφα συμπτώματα, μετατραυματικό στρες, αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές αλλά και ψυχωσικά συμπτώματα σε μικρότερο βαθμό μεν, αλλά όχι σπάνια. Παρόλα αυτά η δυσκολία πρόσβασης σε αυτούς τους χώρους κράτησης έχει σαν αποτέλεσμα την ύπαρξη μικρού αριθμού ερευνών και κατά συνέπεια η εξαγωγή συμπερασμάτων γίνεται με επιφύλαξη (Storm & Engberg, 2013). Ωστόσο, όπως καθίσταται εύλογα αντιληπτό οι πρακτικές αυτές μόνο αρνητικά αποτελέσματα μπορούν να επιφέρουν στο άτομο. Στο σύνολό τους οι συμμετέχοντες στην έρευνα επιβεβαίωσαν το σημαντικό βαθμό στον οποίο η κράτηση (βραχεία στις συγκεκριμένες περιπτώσεις) επιδείνωσε την ήδη ευάλωτη κατάστασή τους, παρουσιάζοντας κακή ποιότητα ύπνου, διατροφής ή διάθεσης, ανησυχία και ανηδονία. Σε όλα τα παραπάνω βέβαια έρχεται να προστεθεί το γεγονός ότι η κράτηση δεν συμβάλλει με οποιοδήποτε τρόπο στη νομιμότητα η οποία είναι και το ζητούμενο, παρά ενισχύει μίας μορφής ανακύκλωση ατόμων και διατήρηση της κίνησης στα πλαίσια μίας παρανομιότητας.

ΒΑΣΑΝΙΣΤΗΡΙΑ ΣΤΗ ΧΩΡΑ ΚΑΙ PTSD

Πολλαπλές έρευνες έχουν πραγματοποιηθεί στη βάση της συσχέτισης των βασανιστηρίων σε χώρες υπό καθεστώς πολέμου [(Mollica, , et al. (1998), Molloca, et al. (1998) as cited in Johnson & Thomson, 2008] και την εμφάνιση της διαταραχής του μετατραυματικού στρες. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει το γεγονός ότι έχουν εντοπιστεί ακόμη και ποσοστά τα οποία ανέρχονται στο 90%, αναφορικά με την αναλογία ιστορικού βασανιστηρίων και εμφάνισης της διαταραχής τόσο βραχυπρόθεσμα όσο και μακροπρόθεσμα (μελέτες φθάνουν και τα τρία έτη αργότερα). Το είδος των βασανιστηρίων δεν έχει μελετηθεί εκτενώς, ωστόσο έχει προταθεί ότι η έκθεση σε χημικά προϊόντα, τα ηλεκτροσόκ, τα ψυχολογικά βασανιστήρια και η στέρηση των αισθήσεων θα οδηγήσουν σε μεγάλο ποσοστό σε συναισθηματική παραίτηση, αναβίωση τραυματικών γεγονότων του παρελθόντος, απόσυρση και υπερδιέγερση. Παράγοντες που ενισχύουν την πιθανότητα εμφάνισης της διαταραχής αποτελούν η καθυστερημένη επεξεργασία των αιτημάτων ασύλου, η

απομόνωση, η στερεοτυπική αντιμετώπιση και η δυσκολία στην εύρεση απασχόλησης ή εργασίας. Ας μην παραβλέπονται βέβαια έρευνες οι οποίες έχουν επιφέρει αντίθετα αποτελέσματα, τα οποία φαίνεται να αποδίδονται στις καλές συνθήκες διαβίωσης των θυμάτων στη χώρα υποδοχής και τον ισχυρό υποστηρικτικό κύκλο που διέθεταν. Άλλοι προστατευτικοί παράγοντες θα μπορούσαν να είναι η ετοιμότητα του θύματος ως προς το επερχόμενο βασανιστήριο, οι επαναλαμβανόμενοι βασανισμοί, οι οποίοι δυνητικά οδηγούν σε ανοσοποίηση του ατόμου και το ατομικό χαρακτηριστικό της ανθεκτικότητας. Η μοιρολατρία, χαρακτηριστικό το οποίο παρατηρήθηκε έντονα στον πληθυσμό της παρούσας μελέτης αφού στο σύνολό τους απέδωσαν τμήματα της θετικής πορείας τους στην τύχη, έχει επίσης θετική επίδραση ως προς την εμφάνιση PTSD. Όπως προαναφέρθηκε στο βιβλιογραφικό μέρος, η μη επιδίωξη ελέγχου όλων των μεταβλητών στην πορεία τους οδήγησε στη πνευματική και ψυχική θωράκιση απέναντι στο άγχος και τις λοιπές διαταραχές (Bhugra, 2004). Αντιστοίχως θετική επίδραση φάνηκε να έχει και η πιθανότητα οικογενειακής επανένωσης. Τέλος, η θρησκεία και η έντονη πίστη – όροι οι οποίοι είναι απόλυτα συνυφασμένοι με τον προαναφερθέντα της μοιρολατρίας- σε μικρότερο αλλά υπαρκτό βαθμό βρέθηκαν να αποτελούν παράγοντες προστασίας.

Αντίστοιχα, αναφορικά με τη διατήρηση του μετατραυματικού στρες στο μέλλον, η οικογενειακή και κοινωνική στήριξη, η απόκτηση ασύλου, η εύρεση εργασίας και η καλή ποιότητα υγείας, αποτελούν τους σημαντικότερους παράγοντες (Johnson & Thomson, 2008).

Στην παρούσα μελέτη εντοπίστηκε ένας συμμετέχων ο οποίος υπέστη φυλάκιση και βασανισμούς για μικρό χρονικό διάστημα στη Συρία και ο οποίος φαίνεται να επιβεβαιώνει τα βιβλιογραφικά δεδομένα ως προς την προσωρινή παραίτηση, την υπερδιέγερση (με τη μορφή της πλήρους απουσίας ύπνου) και την αναβίωση παλαιότερων γεγονότων, χαρακτηριστικά τα οποία ωστόσο επί του παρόντος δεν έχουν μεγάλη ένταση και είναι μεταβαλλόμενα ανά χρονικές περιόδους. Η φυλάκιση στην Ελλάδα και η παρακώλυση λόγω γραφειοκρατικών διαδικασιών της αίτησης ασύλου αποτελούν πιθανούς παράγοντες για την εμφάνιση της συμπτωματολογίας αρχικά, ενώ η μεταβλητή της μικρής διάρκειας των βασανιστηρίων θα μπορούσε να είναι σημαντική ως προς τη χαμηλή ένταση των συμπτωμάτων και τη σταδιακή βελτίωση.

ΕΝΤΑΞΗ

Προχωρώντας στις διαδικασίες ένταξης, η στέγαση, η εύρεση εργασίας αλλά και η αποδοχή από το σύνολο έχουν βρεθεί να είναι σημεία σταθμοί για την επίτευξη της πρώτης και να απασχολούν στο μέγιστο βαθμό το μετανάστη/πρόσφυγα (Beiser et al., 1989 as cited in Bhugra, 2004). Η παραπάνω υπόθεση επιβεβαιώνεται πλήρως, αφού η εξασφάλιση κατοικίας (είτε αρχικά σε ΚΥΤ ή σε κάποιον

φίλο κι έπειτα η αυτονόμηση με την ενοικίαση χώρου ατομικά ή συνηθέστερα μαζί με άλλους συμπατριώτες) φάνηκε να αφαιρεί από τους συνεντευξιαζόμενους ένα σημαντικό φορτίο – πηγή άγχους. Αντίστοιχα, η αμειβόμενη εργασία (με νόμιμους όρους) υπήρξε βασική επιδίωξη του συνόλου των ατόμων, γεγονός το οποίο υπερτονίστηκε κατά τη διάρκεια των συνεντεύξεων. Οι περιορισμένες επιλογές, σε κάποιες περιπτώσεις οδήγησαν στην αποδοχή θέσεων μαύρης εργασίας με εξευτελιστικούς όρους και απολαβές, ένα φαινόμενο διόλου σπάνιο για τους πληθυσμούς αυτούς οι οποίοι μη κατέχοντας ιδιαίτερα προσόντα απασχολούνται σε χειρωνακτικές εργασίες οι οποίες έχουν σαν αποτέλεσμα την περαιτέρω κοινωνική του απομόνωση (λόγω υπερεργασίας και αδυναμίας οικονομικά να στηρίζουν επιλογές διασκέδασης και κοινωνικοποίησης) (Maroufof & Kouki, 2017). Αναφορικά με την αποδοχή του κοινωνικού συνόλου, δεν εξήχθησαν άμεσα λεκτικά δεδομένα, ωστόσο εντοπίζεται στις αφηγήσεις ως σημαντική παράμετρος, με την τοποθέτηση υψηλά στη λίστα των παραγόντων οι οποίοι διευκόλυναν την αφομοίωσή τους την παροχής βοήθειας από τρίτα άτομα ανιδιοτελώς. Σε γενικές γραμμές δεν αναφέρθηκαν περιστατικά στερεοτυπικής – ρατσιστικής αντιμετώπισης (χωρίς να συμπεριλαμβάνουμε την αστυνομική κατάχρηση βίας και τα περιστατικά επαναπροωθήσεων), μάλιστα με ενδιαφέρον αντιμετωπίστηκε μία αναφορά στην άρτια εξυπηρέτηση του ατόμου από τις εγχώριες υπηρεσίες.

Έχοντας μελετήσει τις εμπειρίες και την απόκριση των υποκειμένων σε αυτές θα ήταν δυνατό να υποστηριχθεί το γεγονός ότι παρουσιάστηκαν επαρκώς ανθεκτικά απέναντι στις αντιξοότητες και την προσαρμογή στη νέα πατρίδα. Με γνώμονα τη θεωρία της ανθεκτικότητας του Παπαδόπουλου (Παπαδόπουλος, 2007; Παπαδόπουλος, 2015 as cited in Μπεζέ & Γκιωνάκης, 2019) φάνηκαν να διακρίνονται από ευελιξία και ανεκτικότητα ενώ σύντομα πέρασαν στο στάδιο της μεταμόρφωσης, χαρακτηριζόμενοι από το προσόν της ευκαμψίας. Συγκεκριμένα κατόρθωσαν να επανέλθουν σε γενικές γραμμές στην πρότερη ψυχική τους κατάσταση, ανταποκρινόμενοι πλήρως στις νέες συνθήκες, χωρίς ωστόσο να έχει μελετηθεί το κατά πόσο διατήρησαν τα προηγούμενα θετικά χαρακτηριστικά τους.

Η ΘΡΗΣΚΕΙΑ ΩΣ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΙΚΟΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ

Μελέτη της προηγούμενης δεκαετίας προτείνει ότι τα ισχυρά θρησκευτικά πιστεύω των μεταναστών από ασιατικές χώρες συνήθως οδηγούν σε δυσκολία προσαρμογής, υιοθέτησης της νέας ταυτότητας και ως εκ τούτου, αφομοίωσης στη νέα κοινωνία και αντιστοίχως η χαμηλή θρησκευτική δέσμευση επιτρέπει στο άτομο να δέχεται με μεγαλύτερη ευελιξία τα νέα πολιτισμικά και κοινωνικά δεδομένα και κατά συνέπεια να είναι ευπροσάρμοστοι (Saroglou & Mathijssen, 2007). Επιπλέον, συχνά υπήκοοι του Πακιστάν αναφέρουν ότι στήριγμά τους στην κοινωνία

υποδοχής αποτελεί η ισχυρή πίστη (Rizkalla et al, 2020), δεδομένο όμως το οποίο δεν επιβεβαιώνεται από τα στοιχεία της παρούσας μελέτης και θα μπορούσε να θεωρηθεί σπάνιο εύρημα, αφού έρχεται σε αντίθεση με την πλειονότητα των δημοσιευμένων μελετών. Η ασυμφωνία αυτή θα μπορούσε να αποδοθεί στο γεγονός ότι στην Ελλάδα εξασφαλίζεται η ανεξιθρησκεία και δεν αισθάνονται ότι καταπιέζονται οι θρησκευτικές τους πεποιθήσεις ή η άσκηση των θρησκευτικών δικαιωμάτων κάτι που σε αντίθετη περίπτωση θα ενίσχυε το θρησκευτικό δογματισμό. Η προσκόλληση στη θρησκεία στην παρούσα περίπτωση παραχωρεί τη θέση της στην αξία του κοινωνικού κύκλου, ο οποίος εύκολα δημιουργείται σε μία χώρα σαν την Ελλάδα η οποία δέχεται μαζικές ροές και στην οποία συχνά διαμένουν για μεγάλο χρονικό διάστημα ή και μόνιμα εν αντιθέσει με τις υπόλοιπες ευρωπαϊκές χώρες.

ΑΠΟΧΩΡΗΣΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Παρότι η προοπτική εγκατάλειψης της Ελλάδας προς αναζήτηση νέων ευκαιριών σε άλλη χώρα ή και ήπειρο αντιμετωπίστηκαν θετικά, εντούτοις επί του πρακτέου τα υποκείμενα δεν φαίνεται να επιθυμούν να προβούν σε πράξεις. Ο παράγοντας ο οποίος τους αποτρέπει είναι ο φόβος της απώλειας για μία ακόμη φορά των νομιμοποιητικών εγγράφων και η είσοδος εκ νέου στον κύκλο της επαναπόκτησής τους σε μία άγνωστη χώρα και στο στάτους της παρανομίας. Αντίστοιχα για την επιστροφή στο Πακιστάν, καταγράφηκαν αμφίσημα συναισθήματα, αφού οι ενοχές για την απόσταση από την οικογένεια και η νοσταλγία δεν παύουν ποτέ να έχουν επίδραση στην ψυχρόσυνθεση και στο μελλοντικό σχεδιασμό αλλά η επιστροφή δίχως την άνοδο κοινωνικού επιπέδου και την εξασφάλιση του βιοπορισμού του συνόλου της οικογενείας δεν αποτελεί επιλογή. Αντιστοίχως, και τα παραπάνω αποτελέσματα συνάδουν με τα αντίστοιχα της βιβλιογραφικής μελέτης (Marouf & Kouki, 2017).

Συνοψίζοντας, τα πλέον επιβαρυντικά γεγονότα για την ψυχική υγεία των Σύριων φαίνεται να είναι, από τη μία πλευρά, τα γεγονότα τα οποία βίωσαν στη χώρα καταγωγής λόγω της συνθήκης του εμφυλίου πολέμου (βομβαρδισμοί, εμπειρίες θανάτων, ακρωτηριασμών, απώλεια οικογένειας είτε ως άμεσο είτε ως έμμεσο αποτέλεσμα, αποχωρισμός με τα υπόλοιπα οικογενειακά μέλη, απώλεια περιουσίας) καθώς και από την άλλη πλευρά η εμπειρία των βασανιστηρίων (τόσο όσον αφορά τα βασανιστήρια αυτά καθ' αυτά όσο και ο φόβος λόγω άγνοια του μέλλοντος και η αμφιβολία της επιβίωσης, μαζί με τις προσπάθειες διαφυγής). Σίγουρα επί του παρόντος δε θα ήταν δυνατό να αξιολογηθεί η βαρύτητα του ενός είδους εμπειριών ως σημαντικότερη συγκριτικά με την άλλη, όχι πως ήταν και το ζητούμενο της παρούσας μελέτης. Οι συνθήκες διαβίωσης στο Πακιστάν,

αναφορικά με την άλλη ομάδα μελέτης, αποτελούν αντίστοιχα ένα βαρύ συναισθηματικό φορτίο για το μετανάστη, στον οποίο αναμφίβολα ασκείται σοβαρή πίεση, τόσο από την οικογένεια (έμμεσα ή άμεσα), όσο και από τον κοινωνικό περίγυρο και το αίσθημα της ευθύνης ως προστάτης, ιδιαίτερα στις περιπτώσεις αποκτηθείσας οικογένειας και τέκνων. Η δυσμενής οικονομική κατάσταση της χώρας έχει ως αποτέλεσμα αρκετά χαμηλά ημερομίσθια τα οποία δεν επιτρέπουν αξιοπρεπείς συνθήκες διαβίωσης και ποιότητα ζωής. Έτσι η αναγκαστική εγκατάλειψη της οικογενειακής εστίας έρχεται σε σύγκρουση με την ανάγκη βιοπορισμού, γεγονός που κοστίζει ψυχικά στο μετανάστη.

Εν συνεχεία, ένα κοινό στοιχείο για Πακιστανούς και Σύριους υπηκόους είναι η ψυχική και σωματική ταλαιπωρία στην οποία υπόκεινται κατά τη διάρκεια του ταξιδιού· μία πορεία της δυσκολίας της οποίας έχουν ήδη λάβει γνώση από προηγούμενες μαρτυρίες, ωστόσο καθίσταται αναπόφευκτη. Έχοντας επιβιώσει από μία μακρά πορεία η οποία ενδέχεται να κρατήσει ακόμα και μήνες, αλλά και από το πέρασμα διαμέσου της γειτονικής Τουρκίας, επιβιβάζονται σε βάρκες κάτω από μη ασφαλείς συνθήκες, ώστε να διασχίσουν το Αιγαίο, εναποθέτοντας στα χέρια παράνομων διακινητών τη σωματική τους ακεραιότητα. Τέλος στο άγχος και το φόβο για το άγνωστο μέλλον προστίθενται οι κακές συνθήκες διαμονής στα ΚΥΤ και τα ανοιχτά κέντρα φιλοξενίας, η απουσία των απαραίτητων αγαθών, η αστυνομική βία και σε μεγάλο αριθμό περιπτώσεων η σύλληψη και η κράτηση ελλείψει νομιμοποιητικών εγγράφων (ή από σφάλμα). Παράλληλα, οι εν ενεργεία αιτήσεις ασύλου και αδειών διαμονής έρχονται αντιμέτωπες με τη γραφειοκρατία, την αδυναμία σωστής επικοινωνίας μεταξύ των υπηρεσιών και τη δυσκολία εξεύρεσης νομικής εκπροσώπησης, με αποτέλεσμα να διαιωνίζονται, προκαλώντας περίσσιο άγχος στους αιτούντες.

Αναφορικά με τα συνηθέστερα ζητήματα ψυχικής υγείας τα οποία αντιμετωπίζουν οι Σύριοι πρόσφυγες, όπως αναφέρθηκε και πρωτύτερα, πρόκειται για την κατάθλιψη (τα συμπτώματα της οποία σωματοποιούνται συχνά με τη μορφή πλήρους αδυναμίας ύπνου ή ανηδονίας, αδράνειας, μη κατανάλωσης τροφής και απώλειας σημαντικού βάρους), το άγχος και τη διαταραχή μετατραυματικού στρες. Το τελευταίο δύναται να εκφραστεί επίσης με τα παραπάνω χαρακτηριστικά, αλλά βασικό σύμπτωμα αποτελεί η αναβίωση - σε κατάσταση μη ύπνου - τραυματικών εμπειριών του παρελθόντος. Από την άλλη πλευρά, οι Πακιστανοί μετανάστες έρχονται αντιμέτωποι συνήθως με την κατάθλιψη και τις αγχώδεις διαταραχές, τα οποία προκαλούνται από τη μοναξιά και το φορτίο της προστασίας αλλά και το αίσθημα της εγκατάλειψης της οικογένειας στη χώρα καταγωγής καθώς και συχνά της αλλαγής κοινωνικού στάτους με τη μετεγκατάσταση στη νέα πατρίδα.

Η ένταξη, είναι μία διαδικασία η οποία αποβαίνει εν τέλει κοινή ως προς τα χαρακτηριστικά της (διαδικασίες, δυσκολίες κλπ) και για τις δύο ομάδες. Οι παράγοντες οι οποίοι τη δυσχεραίνουν

ποικίλουν, αφού αφορούν εν μέρει την αντιμετώπιση της χώρας υποδοχής (εν προκειμένου την Ελλάδα) αλλά και τα ατομικά χαρακτηριστικά. Πιο συγκεκριμένα, οι προαναφερθείσες γραφειοκρατικές δυσκολίες, οι οποίες εμποδίζουν για μεγαλύτερα ή μικρότερα διαστήματα τη νόμιμη εγκατάσταση, οδηγούν στην αδυναμία εξεύρεσης (αξιοπρεπούς) εργασίας ώστε να καλύπτονται τουλάχιστον οι υποτυπώδεις ανάγκες, ενώ η αναζήτηση στέγης δυσχεραίνεται επίσης με τη σειρά της. Τέλος, η έως έναν βαθμό πρόσβαση σε υγειονομική περίθαλψη είναι ένας ακόμη παράγοντας ο οποίος υπονοεί τη μη εξίσωση του μετανάστη με τον ιθαγενή. Το βασικό ατομικό χαρακτηριστικό το οποίο δύναται να εμποδίσει την ένταξη του ατόμου είναι η άγνοια της ελληνικής γλώσσας, αφού παρακωλύει όλες τις παραπάνω απαραίτητες διαδικασίες σε αντίστοιχο βαθμό. Η γνώση της αγγλικής αντ' αυτού είναι πιθανό να τις διευκολύνει, ενδέχεται ωστόσο να αποτελέσει παγίδα, αφού το άτομο επαναπαύεται στο πλεονέκτημα αυτό και δεν προβαίνει στην εκμάθηση της ελληνικής γλώσσας, αποκλείοντας έτσι σημαντικές πτυχές της ομαλής του ένταξης.

Έτσι, οδηγούμαστε στο τελευταίο ερευνητικό ερώτημα της παρούσας μελέτης, το οποίο αφορά τους συνηθέστερους αμυντικούς μηχανισμούς, τους οποίους ενεργοποιούν τα άτομα τόσο για να επιβιώσουν στο νέο τόπο, όσο και για να επιτύχουν την προσαρμογή τους. Ο κοινωνικός κύκλος - ο οποίος απαρτίζεται είτε από άτομα προερχόμενα επίσης από τη χώρα καταγωγής, είτε από νέες επαφές τις οποίες οι ίδιοι δημιούργησαν με την άφιξή τους - παρουσιάζεται ιδιαίτερα σημαντικός, τόσο σε συναισθηματικό, όσο και σε πρακτικό επίπεδο (εύρεση εργασίας ή κατοικίας, ενημέρωση για τις δημόσιες υπηρεσίες κ.α.). Ο βαθμός όμως στον οποίο το άτομο επιθυμεί να υποστηριχθεί με ίδια μέσα είναι εκείνος που το καθιστά ευάλωτο στην αποτυχία και την απομόνωση ή το εξελίσσει. Η παροχή εθελοντικής εργασίας σαν πρώτο στάδιο αλλά και η επίμονη αναζήτηση αμειβόμενης εργασίας έπειτα, καθώς και η επιδίωξη της προσωπικής εξέλιξης μέσω εκμάθησης γλωσσών ή απόκτησης έτερων νέων προσόντων, φάνηκαν να έχουν διττή σημασία, εξυπηρετώντας αρχικά το σκοπό της ευκολότερης ένταξης και δρώντας παράλληλα ευεργετικά στην ψυχική υγεία των ατόμων.

ΑΔΥΝΑΜΙΕΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

Όπως και κάθε έρευνα εκτενέστερη ή πιο περιορισμένη, έτσι και η παρούσα διακρίνεται από κάποιες αδυναμίες. Καταρχάς, το δείγμα – αποτελούμενο από τέσσερις άνδρες συμμετέχοντες – μπορεί να θεωρηθεί αρκετά μικρό, με αποτέλεσμα να μην είναι σε θέση να εξάγει απόλυτα ασφαλή ή εύκολα γενικεύσιμα συμπεράσματα. Ωστόσο, σκοπό της αποτέλεσε η τοποθέτηση στο μικροσκόπιο του ερευνητή ατομικών αυθεντικών εμπειριών, όμως η ασυμφωνία ορισμένων αποτελεσμάτων με τα βιβλιογραφικά δεδομένα ενδέχεται να αποδίδεται στο στοιχείο του εύρους

της. Επιπλέον, αναφορικά με το δείγμα η απουσία εκπροσώπησης από γυναίκες, ναι μεν δεν της προσδίδει μη έγκυρο χαρακτήρα, αλλά αποκλείει από τα αποτελέσματα ενδιαφέρουσες οπτικές και σημαντικά δεδομένα [για παράδειγμα υπάρχει σημαντική πιθανότητα σύμφωνα με τη βιβλιογραφία οι γυναίκες να είναι πιο ευάλωτες στη διαταραχή μετατραυματικού στρες από ό,τι οι άνδρες πρόσφυγες (Rizkalla et al., 2020; Bhugra, 2004)].

Επιπρόσθετα, το σύνολο των συμμετεχόντων που επιλέχθηκαν, εργάζονται επί του παρόντος σε δομές ως διαπολιτισμικοί διαμεσολαβητές (εξαιτίας ευκολίας πρόσβασης στον πληθυσμό αυτό), γεγονός το οποίο αναμφίβολα εκλαμβάνεται ως μεροληπτικό, αφού ήταν εκ των προτέρων γνωστό ότι τα άτομα αυτά είχαν επιτύχει σε μεγάλο βαθμό την ένταξη, αντιμετωπίζοντας πλέον ενδεχομένως τις αντιξοότητες του παρελθόντος πιο ανάλαφρα και μη αποδίδοντας λεκτικά τις δυσκολίες στον αληθινό βαθμό. Ως εκ τούτου, δεν αναλύθηκε η πλευρά της ένταξης των προσφύγων/μεταναστών οι οποίοι δεν διαθέτουν νομιμοποιητικά έγγραφα, αλλά ενδεχομένως κατοικούν μακρά περίοδο στη χώρα, μία παράμετρος βασική και για την εμφάνιση αγχωδών και άλλων διαταραχών στην πορεία προς την προσαρμογή και την αφομοίωση.

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΕΣ ΕΡΕΥΝΕΣ

Η παραπάνω μελέτη θίγει αρκετά ζητήματα άξια διερεύνησης, τα οποία ωστόσο δε θα ήταν δυνατό να μελετηθούν εκτενώς επί του παρόντος. Επί παραδείγματι, αρχικά, οι επαναλαμβανόμενες αναφορές των συνεντευξιζόμενων σε μη κερδοσκοπικές οργανώσεις παρούσες στο πεδίο, εξυπηρετούσες όχι μόνο σε νομικά ζητήματα αλλά και σε στοιχειώδεις ανάγκες σίτισης, εγείρει ερωτήματα για την ικανότητα ή μη του δημόσιου μηχανισμού να ανταπεξέλθει αρχικά στην προστασία του τεράστιου αριθμού των ανθρώπων αυτών κι έπειτα στην οργάνωση ενός πλάνου ως προς τη διευθέτηση της νόμιμης εγκατάστασής τους και την παροχή αγαθών και υπηρεσιών, δίχως την παρέμβαση άλλων φορέων της κοινωνίας των πολιτών. Να σημειωθεί βέβαια ότι η δράση των ΜΚΟ δεν σχολιάζεται αρνητικά στο σημείο αυτό, ωστόσο ενδεχομένως σε περίπτωση που η τελευταία καθίσταντο αντικείμενο μελέτης, να ήταν δυνατό να συγκεντρωθούν τα σημεία εκείνα στα οποία εμφανίζονται οι μεγαλύτερες προς κάλυψη ανάγκες των ατόμων αυτών. Επιπλέον, η μεταβλητή του φύλου, η οποία όπως αναφέρθηκε δεν εισήχθη καθόλου στο συγκεκριμένο εγχείρημα – και παρά το γεγονός ότι σύμφωνα με τη βιβλιογραφία είναι ελάχιστη η εκπροσώπηση του γυναικείου πακιστανικού πληθυσμού στην Ελλάδα – θα παρουσίαζε μεγάλο ενδιαφέρον να μελετηθεί εκτενέστερα από ποικίλες πλευρές. Το φαινόμενο της κράτησης και πώς αυτό επιδρά στην ψυχική ισορροπία του ατόμου, αλλά και με ποιον τρόπο πλήττει τα κεκτημένα της ένταξης, θα μπορούσε να αποτελέσει αντικείμενο μελλοντικής έρευνας. Τέλος, αντίστοιχη μελέτη θα μπορούσε

να πραγματοποιηθεί μέσα σε ανοιχτά κέντρα φιλοξενίας ώστε να αποδοθούν στο μέγιστο βαθμό οι πτυχές της ένταξης και οι επιδράσεις τους στην ψυχική υγεία των ατόμων.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Το φαινόμενο της μετανάστευσης έχει ποικίλες πλευρές τόσο σε διεθνές όσο και σε ατομικό επίπεδο. Ο μετανάστης/πρόσφυγας πρόκειται να περάσει διαμέσου πολλών σταδίων απώλειας, προσαρμογής και σύγκρουσης αξιών είτε η μετακίνησή του ήταν επιλεκτική είτε κρίθηκε και αξιολογήθηκε ως απαραίτητη. Τα υποκείμενα έχοντας βιώσει αρνητικές εμπειρίες ξεκινούν αναπόφευκτα με ένα σύνολο προσδοκιών εκ των οποίων κάποιες ματαιώνονται και άλλες όχι. Η άφιξη στη νέα πατρίδα, η συχνή έλλειψη κοινωνικής υποστήριξης, οι πολιτισμικές διαφορές, το αίσθημα της ανασφάλειας και της εγκατάλειψης της οικογένειας, η απουσία δεξιοτήτων για να υποστηρίξουν οικονομικά τον εαυτό τους, είναι μόνο λίγα από τα προβλήματα τα οποία καλούνται να αντιμετωπίσουν. Στο περιβαλλοντικό και κοινωνικό άγχος έρχονται να προστεθούν τα στερεότυπα των ιθαγενών, η ρατσιστική αντιμετώπιση και συχνά η αποτυχία επίτευξης των φιλοδοξιών τις οποίες έτρεφαν. Στις περιπτώσεις όπου δεν υφίστανται ισχυρές κοινότητες των χωρών προέλευσης η αλλοτρίωση και η αποκουλτούρα καθίστανται αναμενόμενα αποτελέσματα, εντείνοντας το αίσθημα της ενοχής για την ηθελμημένη λήθη της καταγωγής τους (Bhugra, 2004). Όλα τα παραπάνω έρχονται να δράσουν ψυχοπρεστικά και να μετατραπούν σε πλήγμα για την αυτοεκτίμηση και την πρόθεση να συνεχίσουν. Ως εκ τούτου, το άγχος, η δυσφορία, η έλλειψη εμπιστοσύνης, η μοναξιά, η κατάθλιψη και το μετατραυματικό στρες συναντώνται συχνά στις ομάδες αυτές του πληθυσμού. Η Ελλάδα είναι μία χώρα υποδοχής όπου η παροχή υπηρεσιών ψυχικής υγείας είναι σαφώς ελλιπής, γεγονός το οποίο συνδυαζόμενο με τα στερεότυπα περί ψυχικών διαταραχών σε Πακιστάν και Συρία, έχει σαν αποτέλεσμα οι άνθρωποι αυτοί να μη λαμβάνουν ούτε στο ελάχιστο την απαραίτητη φροντίδα. Σημαντικό θα ήταν λοιπόν αρχικά να αναλογιστεί κανείς το μέγεθος της ανάγκης μεταρρυθμίσεων αναφορικά με την υποδοχή αλλά και την περίθαλψη (τόσο σε σωματικό όσο και σε ψυχικό επίπεδο) των ατόμων αυτών, ο αριθμός των οποίων σήμερα είναι αρκετά σημαντικός για να παραβλεφθεί. Από την άλλη πλευρά, η ενίσχυση του κρατικού μηχανισμού για τη βελτίωση των διαδικασιών νομικής εκπροσώπησης και την εντατική εξέταση των χιλιάδων αιτημάτων ασύλου τα οποία κατατίθενται στη χώρα, κρίνεται απαραίτητη. Η παράλειψη εφαρμογής δραστικών αλλαγών θα οδηγήσει μόνο στην κοινωνική απομόνωση, τον πολλαπλασιασμό των ψυχικών διαταραχών και την εχθρική αντιμετώπιση εκ μέρους των ατόμων αυτών της χώρας υποδοχής.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ

Bhugra D. (2004). Migration and mental health. *Acta Psychiatr Scand*, 109, 243–258.

Cohen E. (2016). From Arab Spring to Economic Winter – examination of the relationship between politics and economics as evident in the Syrian civil war during 2011-2015. *Journal of International Studies*, 9(1), 9-26. doi: 10.14254/2071-8330.2016/9-1/1.

Farhat, B. J., Blanchet, K., Bjertrup, P. J., Veizis, A., Perrin, C., Coulborn, R. M., Mayaud P. & Cohuet, S. (2018). Syrian refugees in Greece: experience with violence, mental health status, and access to information during the journey and while in Greece. *BMC Medecine*, 40.

Hasan, A. (2010). Migration, small towns and social transformations in Pakistan. *Environment & Urbanization. International Institute for Environment and Development (IIED)*, 33, 33–50.
doi: 10.1177/0956247809356180.

Kouki, H. & Marouf, M. (2017). Migrating from Pakistan to Greece: Re-visiting Agency in Times of Crisis. *European Journal of Migration and Law*, 19, 77–100.

Kubitary, A. & Alsaleh, M. A. (2018). War Experiences, Posttraumatic Stress Disorder, Sleep Disorders: Clinical Effectiveness of Treatment by Repeating Phrases of Positive Thoughts (TRPPT) of Mental-War Disorders in Syrian Refugees Children and Adolescents War Victims - A New Therapeutic Trial. *Sleep and Hypnosis A Journal of Clinical Neuroscience and Psychopathology*, 20 (3), 210-226. doi:10.5350/Sleep.Hypn.2017.19.0153.

Li, S. S. Y., Liddell, B. J. & Nickerson, A. (2016). The Relationship Between Post-Migration Stress and Psychological Disorders in Refugees and Asylum Seekers. *Curr Psychiatry Rep*, 18-82.
doi 10.1007/s11920-016-0723-0.

McGee, T. (2013). Tangled Web: The Syrian Civil War and Its Implications. *Mediterranean Quarterly* 24. doi 10.1215/10474552-2018988.

Papastamatelou, J., Unger, A. & Zachariadis, A. (2021). *Time Perspectives and Proneness to PTSD Among Syrian Refugees in Greece*. *Journal of Loss and Trauma*, 26 (4), 375-388. doi: 10.1080/15325024.2020.1793552.

Rizkalla, N., Arafa, R., Mallat, N. M., Soudi, L., Adi, S. & Segal, S. (2020). Women in refuge: Syrian women voicing health sequelae due to war traumatic experiences and displacement challenges. *Journal of Psychosomatic Research* doi 10.1016/j.jpsychores.2019.109909.

Saroglou, V., & Mathijssen, F. (2007). Religion, multiple identities, and acculturation: A study of Muslim immigrants in Belgium. *Archiv für Religionspsychologie / Archive for the Psychology of Religion*, 29, 177–198.

Sim, A., Bowes, L. & Gardner, F. (2018). Modeling the effects of war exposure and daily stressors on maternal mental health, parenting, and child psychosocial adjustment: a cross-sectional study with Syrian refugees in Lebanon. *Global Mental Health*, 5. doi:10.1017/gmh.2018.33.

Şimşek, B. K., Dokur, M., Uysal, E., Çaliker N., Gökçe, O. N., Deniz, I. K., Uğur M., Geyik, M., Kaya, M. & Dağlı G. (2017). Characteristics of the injuries of Syrian refugees sustained during the civil war. *Ulus Travma Acil Cerrahi Derg*, 23, 199–206. doi: 10.5505/tjtes.2016.95525.

Storm, T. & Engberg, M. (2013). The impact of immigration detention on the mental health of torture survivors is poorly documented – a systematic review. *Danish Medical Journal*, 60.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ

Παπαδόπουλος Ρ. Κ. (2019.) Ψυχοκοινωνικές διαστάσεις της προσφυγικής συνθήκης - Συνεργική προσέγγιση. Έκδοση του Κέντρου Ημέρας Βαβέλ (Συν-ειρμός ΑμΚΕ Κοιν. Αλληλεγγύης) και του *Centre for Trauma, Asylum and Refugees*. Retrieved from: www.babeldc.gr/library.

ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΕΣ

<http://www.opengov.gr/immigration/?p=798>

www.europarl.europa.eu.com

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΕΝΤΥΠΟ ΣΥΓΚΑΤΑΘΕΣΗΣ- ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

Η έρευνα διεξάγεται στο πλαίσιο της μεταπτυχιακής διπλωματικής μου εργασίας στο τμήμα κοινωνικής και εκπαιδευτικής πολιτικής του Πανεπιστημίου Πελοποννήσου. Έχει ως αντικείμενο μελέτης την ένταξη μεταναστών και προσφύγων στην ελληνική κοινωνία. Οποιαδήποτε στιγμή θελήσετε μπορείτε να διακόψετε τη διαδικασία χωρίς εξήγηση από μέρους σας, έχετε το δικαίωμα να ζητήσετε τη διαγραφή μέρους δεδομένων από οποιοδήποτε σημείο της έρευνας, καθώς επίσης να παραλείψετε ή να αρνηθείτε να απαντήσετε σε οποιαδήποτε ερώτηση σας ζητείται. Η συμμετοχή σας είναι ανώνυμη και το περιεχόμενο θα χρησιμοποιηθεί αποκλειστικά για τους σκοπούς της έρευνας. Τα αποτελέσματα της ανάλυσης των συνεντεύξεων, όπως και τμήματα των συνεντεύξεων ενδέχεται να δημοσιευτούν σε ερευνητικές αναφορές απολύτως ανώνυμα. Αν έχετε οποιαδήποτε απορία μπορείτε να ρωτήσετε στην αρχή ή κατά τη διάρκεια της συνέντευξης και θα σας απαντήσουμε. Επίσης, έχετε δικαίωμα να ενημερωθείτε για τα αποτελέσματα της έρευνας μέσω της ερευνητικής αναφοράς όταν αυτή δημοσιευτεί. Η συνέντευξη θα ηχογραφηθεί με τη σύμφωνη γνώμη σας. Η διαδικασία δεν θα ξεπεράσει συνολικά τα σαράντα πέντε (45) λεπτά. Ευχαριστούμε εκ των προτέρων για τη συμμετοχή σας.