



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Erasmus+ Project

“European Standards for Peer Support Workers in Mental Health”

Glossary for the peer supporter Version in Greek



Attribution-NonCommercial-ShareAlike CC BY-NC-SA

This license lets others remix, adapt, and build upon your work non-commercially, as long as they credit you and license their new creations under the identical terms.

Project coordination

Grone-Bildungszentrum für
Gesundheits- und Sozialberufe gGmbH
Anna Block
Tel.: 0049 (0) 4165 80370
Mail: a.block@grone.de
www.grone.de

Product responsibility

Stichting Cordaan
Marcel Carpaij
Tel.: 0031 (0) 650880457
Mail: mcarpaij@cordaan.nl
www.cordaan.nl

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



The following project partners have worked on this product:

	Grone-Bildungszentrum für Gesundheits- und Sozialberufe GmbH gemeinnützig, Germany
	CEdu Sp. z o.o., Poland
	Stichting Cordaan Group, Netherlands
	Εταιρεία Κοινωνικής Ψηχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος Eteria Kinonikis Psychiatrikis P. Sakellaropoulos Greece
	Stichting GGZ Noord Holland, Netherlands
	Sorlandet Sykehus HF, Norway



Γλωσσάρι

Εισαγωγή

Το γλωσσάρι που έχει δημιουργηθεί στο πλαίσιο του Προγράμματος Erasmus+ Peer-Worker αποτελείται από μια σειρά όρων και ορισμών που χρησιμοποιούνται στα πεδία του recovery¹ και του experiential expertise.² Στο δεύτερο πεδίο συχνά συναντούμε και τον όρο peer-support work (δες σε υποσημείωση 2). Οι έννοιες του recovery και του peer-support work κατέχουν σημαντική θέση στο συγκεκριμένο Πρόγραμμα και η αναλυτική περιγραφή τους σε ένα γλωσσάρι εξυπηρετεί σημαντικά τους στόχους του Προγράμματος.

Το περιεχόμενο του όρου Experience Expert (Ειδικός μέσα από την Εμπειρία) αποδίδεται και με άλλους όρους και συγκεκριμένα στην αγγλική γλώσσα χρησιμοποιούνται επίσης οι όροι Peer Expert (σύμφωνα με το δίκτυο EUCOMS), Peer Support Worker, Expert by Experience, Certified Peer Specialist, Experiential Expert, Peer Supporter, Peer Worker κ.α. Περαιτέρω, για την εργασία στο πλαίσιο ενός Ευρωπαϊκού Προγράμματος, είναι αναγκαίο να επιλεγεί ένας κοινά προσδιορισμένος, συμφωνημένος όρος. Στο συγκεκριμένο Πρόγραμμα για την απόδοση της επαγγελματικής ιδιότητας που αντιστοιχεί στους παραπάνω όρους επιλέγεται ο όρος *Peer Support Worker*.

Ανάρρωση

Η ανάρρωση στον χώρο της ψυχικής υγείας αποτελεί μια έννοια που συναντάται συχνά στη βιβλιογραφία των τελευταίων δεκαετιών και συχνά εξετάζεται ως έννοια πολυδιάστατη, που περιλαμβάνει την κλινική, την προσωπική/υπαρξιακή, τη λειτουργική, τη σωματική και την κοινωνική ανάρρωση (Whitley & Drake, 2010). Ουσιαστικά, αναφέρεται στην παροχή υποστήριξης και θεραπείας, με τρόπο που επιτρέπει στους λήπτες των υπηρεσιών³ να ζήσουν τη ζωή που επιθυμούν, παρά τις ψυχικές δυσκολίες που αντιμετωπίζουν.

Πέρα από τις διαστάσεις της ανάρρωσης που είχαν αναγνωριστεί στην αρχική ανάπτυξη της έννοιας, πιο πρόσφατα το ενδιαφέρον έχει στραφεί σε μια ακόμη διάσταση που εκτιμάται ότι συμβάλλει

¹ Ο όρος *recovery* (ή *recovery model*) στην ελληνική γλώσσα αποδίδεται ως *ανάρρωση*, *ανάκαμψη* ή *μοντέλο recovery*. Η έννοια της ανάρρωσης στον χώρο της ψυχικής υγείας έχει αναπτυχθεί από τα κινήματα των ληπτών/ πρώην ληπτών των υπηρεσιών ψυχικής υγείας και έχει σταδιακά υιοθετηθεί από πολλά συστήματα ψυχικής υγείας, με την υποστήριξη μέρους της επιστημονικής κοινότητας. Το μοντέλο *recovery* μεταφέρει την έμφαση από την κλινική ανάρρωση (αποδρομή/ υποχώρηση της συμπτωματολογίας) σε ένα νέο μοντέλο «κοινωνικής» ή «προσωπικής» ανάρρωσης, με προτεραιότητες που τα ίδια τα άτομα θέτουν για τη ζωή τους. Εστιάζει σε μια ισότιμη, συνεργατική σχέση μεταξύ επαγγελματιών και ληπτών υπηρεσιών ψυχικής υγείας και στοχεύει στην ενδυνάμωση του ατόμου σε όλους τους τομείς της ζωής του και στη μικρότερη δυνατή εξάρτησή του από τα συστήματα ψυχικής υγείας.

² Ο όρος *experiential expertise* αναφέρεται στην επαγγελματική ιδιότητα των ατόμων που μέσα από την προσωπική εμπειρία ψυχικής διαταραχής και ανάρρωσης αποκτούν τις απαιτούμενες δεξιότητες, για να καθοδηγήσουν και άλλα άτομα στη δική τους διαδικασία ανάρρωσης. Αντιστοίχως, ο όρος *experience expert* αναφέρεται στο άτομο με την παραπάνω επαγγελματική ταυτότητα. Πολλοί άλλοι όροι χρησιμοποιούνται επίσης για τη συγκεκριμένη επαγγελματική ιδιότητα και το άτομο που τη φέρει. Στη χώρα μας δεν έχει αναπτυχθεί μέχρι στιγμής η συγκεκριμένη επαγγελματική ιδιότητα, ούτε υπάρχει κάποιος συμφωνημένος όρος για την απόδοσή της στα ελληνικά. Η αναζήτηση ενός αντίστοιχου ελληνικού όρου δεν είναι εύκολη, καθώς οι περισσότερες επιλογές περιλαμβάνουν τον όρο *peer*, που δεν μπορεί να αποδοθεί με ακρίβεια στα ελληνικά και κατά προσέγγιση αποδίδεται ως *ισότιμος*, *ομότιμος*, *ισάξιος*. Στο πλαίσιο του συγκεκριμένου Προγράμματος Erasmus+ προτείνεται η χρήση του όρου *Ειδικός υποστήριξης ομοτίμων* ως απόδοση του όρου *peer support worker*, που είναι ένας από τους ευρέως χρησιμοποιούμενους όρους.

³ Μια σειρά όρων χρησιμοποιούνται, για να περιγράψουν τη σχέση ενός ατόμου με την υπηρεσία στην οποία προσέρχεται για θεραπεία, υποστήριξη και φροντίδα. Οι επικρατέστεροι είναι *service user*, *client*, *consumer*, που στην ελληνική γλώσσα αποδίδονται ως *χρήστης υπηρεσιών*, *πελάτης*, *καταναλωτής*. Στη γλώσσα μας είναι επίσης διαδεδομένος ο όρος *λήπτης υπηρεσιών*, που χρησιμοποιείται συχνά τόσο από τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας, όσο και από τα άτομα που λαμβάνουν υπηρεσίες, καθώς και από τις οργανώσεις τους. Ο όρος *λήπτης* έχει επιλεγεί και στο συγκεκριμένο γλωσσάρι.

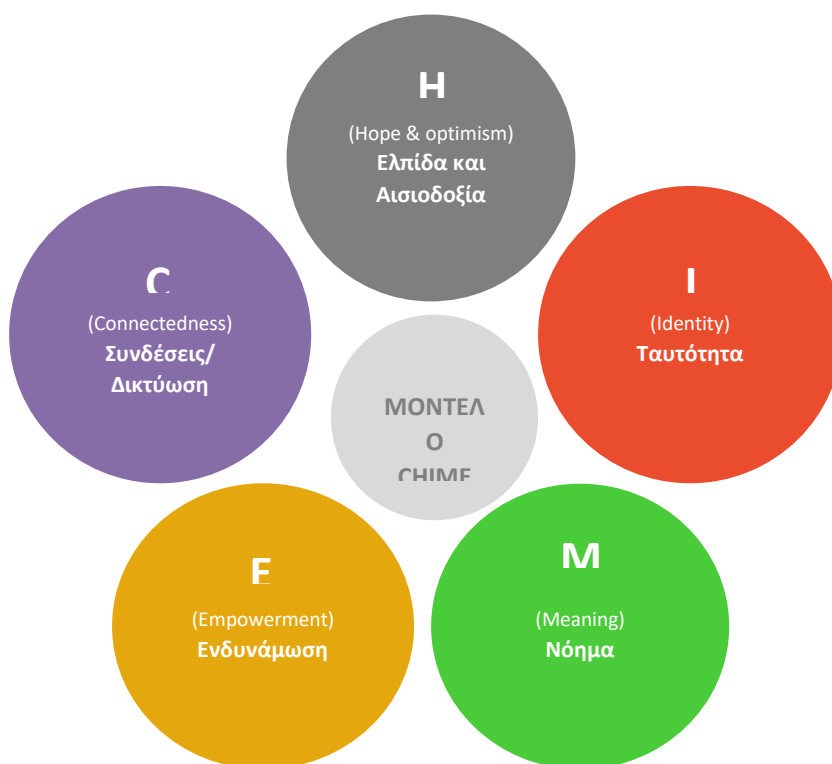


σημαντικά στην ανάρρωση. Πρόκειται για το προσωπικό δυναμικό του ατόμου, τα δυνατά του σημεία (θετική ψυχολογία) καθώς και την επικέντρωση στο ίδιο το άτομο και στις επιλογές του. Αυτή η νέα κατεύθυνση προς την ανάληψη ευθύνης και ελέγχου από το ίδιο το άτομο εκφράζεται μέσα από τις έννοιες *αυτοπροσδιορισμός, αυτοδιάθεση και αυτοδιαχείριση* (Shepherd, Boardman, & Slade, 2008).

Δύο σημαντικά μοντέλα ανάρρωσης έχουν αναπτυχθεί από τον Andresen και συν. (2003) και από τη Leamy και συν. (2011). Το δεύτερο μοντέλο αναφέρεται στη βιβλιογραφία ως μοντέλο CHIME από το ακρωνύμιο που σχηματίζουν τα αρχικά γράμματα των διαστάσεων της ανάρρωσης. Οι κοινές διαστάσεις των δύο μοντέλων συνοψίζονται παρακάτω.

Η ανάρρωση περιλαμβάνει

- Την απόκτηση και διατήρηση ελπίδας, που αποτελεί βασικό στοιχείο και κινητήρια δύναμη για την ανάρρωση. Η έννοια της ελπίδας δεν συνδέεται σε αυτό το πλαίσιο με την ενθάρρυνση μη ρεαλιστικών προσδοκιών. Ωστόσο, οι θετικές προσδοκίες και η θετική οπτική είναι πιο πιθανό να επιτρέψουν βελτιώσεις και πρόοδο συγκριτικά με τις χαμηλές προσδοκίες που ενδέχεται να αποτελέσουν «αυτο-εκπληρούμενη προφητεία».
- Την ανακάλυψη μιας νέας ταυτότητας, στην οποία εμπεριέχεται και η ψυχική διαταραχή, μέσα από μια θετική εικόνα του εαυτού πέρα από τη διαταραχή και τις δυσκολίες που αυτή επιφέρει.
- Την οικοδόμηση μιας ζωής με προσωπικό νόημα, παρά την ύπαρξη ψυχικής διαταραχής.
- Την ενδυνάμωση, που επιτρέπει στο άτομο να αποκτήσει τον έλεγχο στην ψυχική διαταραχή και στη ζωή του.
- Τις συνδέσεις/δικτύωση του ατόμου, που αναφέρονται στην ύπαρξη υποστηρικτικών δικτύων, τη διασύνδεσή του με άτομα αντίστοιχης εμπειρίας (peers) και τη συμμετοχή του στην κοινωνία.





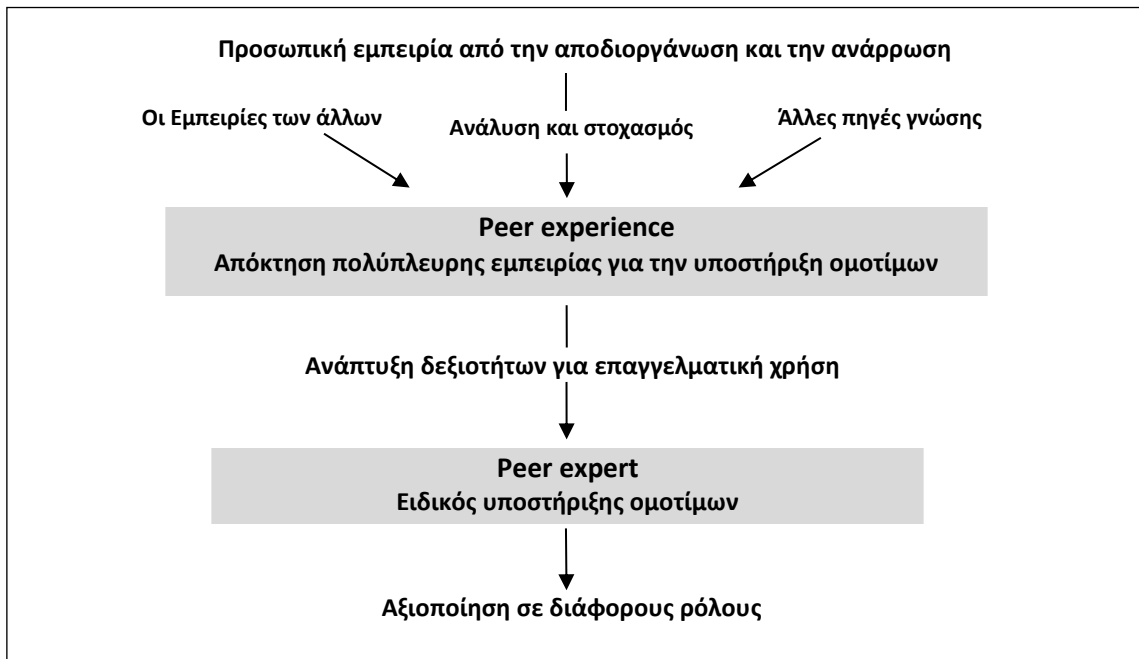
Η ανάρρωση γίνεται αντιληπτή ως διαδικασία, πορεία, «ταξίδι». Μια σειρά συνεντεύξεων που δόθηκαν από λήπτες υπηρεσιών ψυχικής υγείας (Andresen και συν., 2006) συνέβαλαν στη διάκριση πέντε (5) σταδίων ανάρρωσης, που εκτείνονται σε μια μη γραμμική διαδοχή από την αναστολή μέχρι την ανάπτυξη.⁴ Τα άτομα διαφέρουν στον βαθμό που μπορούν και είναι διατεθειμένα να προχωρήσουν. Μια σειρά παραγόντων συμβάλλουν στη διαφοροποίηση ως προς την ετοιμότητα των ατόμων, όπως είναι η σοβαρότητα των συμπτωμάτων, η προσπάθεια που απαιτείται, ώστε να αναγνωρίσει κάποιος ότι χρειάζεται βοήθεια, προηγούμενες αρνητικές εμπειρίες στην αλληλεπίδραση με τα συστήματα φροντίδας και ανεπιθύμητες ενέργειες της φαρμακοθεραπείας.

Η επαγγελματική ιδιότητα υποστήριξης ομοτίμων

Η επαγγελματική ιδιότητα υποστήριξης ομοτίμων (peer support work) αναφέρεται στην αξιοποίηση της προσωπικής εμπειρίας ανάρρωσης, ώστε να δημιουργηθεί ο απαιτούμενος «χώρος» και για την ανάρρωση άλλων. Η γνώση που αποκομίζεται μέσα από την ανάλυση και επεξεργασία προσωπικών βιωμάτων, εμπειριών ομοτίμων (peers) και από διάφορες άλλες πηγές μεταφέρεται με έναν επαγγελματικό τρόπο προς όφελος και άλλων ατόμων. Το πρώτο στάδιο ξεκινά με τον στοχασμό του ατόμου πάνω στη δική του εμπειρία αποδιοργάνωσης και ανάρρωσης. Αυτή η γνώση διευρύνεται με την ανταλλαγή εμπειριών μεταξύ ομοτίμων, τη μελέτη της βιβλιογραφίας και την ανάλυση των παραπάνω, οδηγώντας το άτομο στο επόμενο στάδιο, που είναι η απόκτηση ολοκληρωμένης εμπειρίας και γνώσης για την υποστήριξη ομοτίμων. Το τελευταίο στάδιο περιλαμβάνει την απόκτηση και βελτίωση εκείνων των δεξιοτήτων που επιτρέπουν στο άτομο να μεταδώσει αποτελεσματικά τη βιωματική του γνώση. Σε αυτήν τη φάση έχει αναπτυχθεί ως επαγγελματίας και μπορεί να αξιοποιηθεί σε διάφορους ρόλους.

Από την εμπειρία στην επαγγελματική ταυτότητα

⁴ Τα στάδια σύμφωνα με τον Andresen και συν. (2006) είναι: α. Αναστολή (περίοδος απόσυρσης που χαρακτηρίζεται από έντονη αίσθηση απώλειας και έλλειψης ελπίδας). β. Ευαισθητοποίηση (συνειδητοποίηση ότι παρά τις απώλειες είναι πιθανή μια ζωή, στην οποία μπορούν να εκπληρωθούν στόχοι και όνειρα). γ. Προετοιμασία (αποτίμηση των δυνατών σημείων και αδυναμιών του ατόμου, της προσπάθειας που απαιτείται για την ανάπτυξη δεξιοτήτων ανάρρωσης). δ. Επικοινωνοδότηση (εργασία για μια νέα ταυτότητα και νέους στόχους καθώς και την απόκτηση του ελέγχου στην προσωπική ζωή). ε. Ανάπτυξη (πορεία προς μια ζωή με προσωπικό νόημα, επιδίωξη της αυτοδιαχείρισης της διαταραχής, ανθεκτικότητα, προσαρμοστικότητα, θετική αίσθηση εαυτού).



Ειδικός υποστήριξης ομοτίμων

Ο ρόλος ενός Ειδικού υποστήριξης ομοτίμων είναι α. να μεταδώσει τη γνώση που προέρχεται τόσο από την προσωπική ανάρρωση, όσο και από την ανάρρωση άλλων και β. να διευκολύνει τη διαδικασία ανάρρωσης άλλων ατόμων με έναν κατάλληλο, αποτελεσματικό και επαγγελματικό τρόπο. Σε αυτό το εγχείρημα συμβάλλει:

- με την προσωπική του εμπειρία από τις διαστάσεις της ανάρρωσης,
- με τις προσωπικές του εμπειρίες αναφορικά με το στίγμα και την ενδυνάμωση, οι οποίες αξιοποιούνται στη διαμόρφωση ενός υποστηρικτικού (κοινωνικού) περιβάλλοντος και ενός συστήματος φροντίδας που είναι προσανατολισμένο στην ανάρρωση.

Πρόκειται για γνώση «από πρώτο χέρι», που συμβάλλει τεκμηριωμένα στην οργάνωση της αποκαταστασιακής φροντίδας και εμπλουτίζει σημαντικά το έργο της διεπιστημονικής ομάδας.



<p>Η ανάρρωση αποτελεί μια πολυδιάστατη διαδικασία. Από τις διαστάσεις της που έχουν προσδιοριστεί συχνότερα αναφέρονται οι εξής:</p> <ul style="list-style-type: none">• Κλινική ανάρρωση (σχετίζεται με την ύφεση/ αποδρομή των συμπτωμάτων)• Λειτουργική ανάρρωση• Κοινωνική/ προσωπική ανάρρωση.	Διαστάσεις της ανάρρωσης	Dimensions of recovery
<p>Στο πλαίσιο του μοντέλου recovery επιλέγεται η χρήση του όρου <i>άτομα με ψυχική ευαλωτότητα</i> έναντι όρων που αντανάκλουν διαγνωστικές κατηγορίες και χαρακτηρίζουν το άτομο με βάση τη διαταραχή του, όπως <i>καταθλιπτικός/η</i> ή <i>σχιζοφρενής</i>. Με αυτόν τον τρόπο δηλώνεται ότι το άτομο δεν ταυτίζεται με τη διάγνωσή του, η οποία αποτελεί ένα μόνο στοιχείο της ταυτότητάς του.</p>	Ψυχική ευαλωτότητα	Psychic vulnerability
<p>Στο πλαίσιο του μοντέλου recovery επιλέγεται η χρήση του όρου <i>άτομα με ευαισθησία/ τάση στην εξάρτηση</i> έναντι όρων που επικεντρώνονται στην κατάσταση της εξάρτησης, προκειμένου να δηλώνεται ότι το άτομο δεν ταυτίζεται με τη διάγνωσή του, η οποία αποτελεί ένα μόνο στοιχείο της ταυτότητάς του.</p>	Ευαισθησία/ τάση στην εξάρτηση	Sensitivity to addiction
<p>Αναφέρεται στην ουσιαστική, βαθιά κατανόηση της διαδικασίας/ πορείας της προσωπικής ανάρρωσης του ατόμου.</p>	Επίγνωση της προσωπικής ανάρρωσης του ατόμου	Knowledge of one's own recovery
<p>Πρόκειται για μια στιγμή που γίνεται αντιληπτή ως σημαντικό σημείο μέσα στη διαδικασία ανάρρωσης, το σημείο που η διαδικασία <i>άλλαξε κατεύθυνση, σηματοδοτώντας ουσιαστικές αλλαγές.</i></p>	Σημείο καμπής στην ανάρρωση	Recovery momentum/ Turning point in recovery process
<p>Πρόκειται για την ομάδα που αναλαμβάνει την ανάπτυξη της ανάρρωσης μέσα από ομαδικές διεργασίες ανταλλαγής τεχνογνωσίας σχετικά με τους παράγοντες που υποστηρίζουν την ανάρρωση και εκείνους που την εμποδίζουν.</p>	Ομάδα εργασίας για την ανάρρωση/ Ομάδα ανάρρωσης	Recovery group



Είναι ένα σύνολο ενεργειών με καθορισμένη σειρά, που αναπτύσσονται σταδιακά, ενισχύοντας την ανάρρωση. Σε αυτήν την εξέλιξη βήμα-βήμα, το άτομο αποκτά ολοένα και περισσότερη γνώση για τα χαρακτηριστικά της προσωπικής του ανάρρωσης.	Διαδικασία ανάρρωσης	Recovery process
Προέρχεται από προηγούμενα κινήματα ληπτών υπηρεσιών ψυχικής υγείας που εκπροσωπούν την ιδέα της ανάρρωσης και, μέσα από τη στάση τους, τις διεκδικήσεις και τις δραστηριότητες που αναπτύσσουν, οδηγούν στην περαιτέρω αναγνώρισή της, στη μεγαλύτερη αξιοπιστία της και σε περισσότερες εφαρμογές της.	Κίνημα της ανάρρωσης	Recovery movement
Πρόκειται για όλους τους τύπους φροντίδας που οργανώνονται στη βάση των αρχών της ανάρρωσης και λαμβάνουν υπόψη όλες τις διαστάσεις της.	Φροντίδα προσανατολισμένη στην ανάρρωση	Recovery oriented care
Οτιδήποτε ενισχύει, υποστηρίζει και προάγει τη διαδικασία της ανάρρωσης	Υποστηρικτικοί παράγοντες ανάρρωσης	Recovery supporting
Οτιδήποτε περιορίζει, παρεμποδίζει και αναστέλλει τη διαδικασία της ανάρρωσης	Ανασταλτικοί παράγοντες ανάρρωσης	Recovery obstructing
Ο ρόλος της διερευνητικής/ διαγνωστικής εκτίμησης σε μια θεραπεία στο πλαίσιο του μοντέλου recovery είναι πολύ σημαντικός. Δε θεωρείται μια διαδικασία αποκομμένη από τη θεραπευτική διεργασία, αλλά αναπόσπαστο μέρος αυτής, με την οποία θα πρέπει να συμβαδίζει. Ήδη από τη διερευνητική φάση διαμορφώνεται όχι μόνο το πλαίσιο συνεργασίας και φροντίδας, αλλά εισάγονται και τα πρώτα βήματα της θεραπευτικής διεργασίας. Το Intake στο πλαίσιο της ανάρρωσης δεν αποτελεί εργασία ενός μόνο θεραπευτή. Προτείνεται η συμμετοχή τριών ατόμων της Πολυκλαδικής Θεραπευτικής Ομάδας, εκ των οποίων το ένα μέλος είναι Ειδικός υποστήριξης ομοτίμων (peer support)	Intake στο πλαίσιο της ανάρρωσης	Recovery Orientated Intake (ROI)



<p>worker). Η παραπάνω σύνθεση επιτρέπει τη σφαιρική φροντίδα του ατόμου, όπου όλες οι κύριες πηγές επαγγελματικής γνώσης αξιοποιούνται και όλες οι διαστάσεις της ανάρρωσης μπορούν να εφαρμοστούν.</p> <p>Οι βασικές παράμετροι στο Intake ανάρρωσης είναι οι εξής:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Θετική αντίληψη της υγείας/ Θετική ψυχολογία2. Ανάκαμψη/ Ανάρρωση3. Προσωπική διαγνωστική εκτίμηση4. Συζήτηση με έμφαση στην κινητοποίηση/ ενδυνάμωση5. Υποστηριζόμενη λήψη αποφάσεων.		
<p>Στην πρώτη επαφή του ατόμου με την υπηρεσία, κύριο ρόλο έχει ο Ειδικός υποστήριξης ομοτίμων, ο οποίος αναλαμβάνει την υποδοχή και φροντίζει να αισθανθεί άνετα το άτομο και να προσπεραστεί η αμηχανία. Επικοινωνεί μαζί του με προσιτό τρόπο, τον προσκαλεί στο γραφείο και οργανώνει όλο το πλαίσιο, ώστε να αποπνέει φιλικότητα (δημιουργία ευχάριστης ατμόσφαιρας, προσφορά ροφήματος κλπ). Κατόπιν προσκαλούνται οι άλλοι δύο θεραπευτές (δες παραπάνω στο λήμμα <i>Intake στο πλαίσιο της ανάρρωσης</i>), ώστε να γίνει η πρώτη συνέντευξη με το άτομο που έχει προσέλθει για υποστήριξη.</p>	«Ζεστή» υποδοχή	Warm welcome
<p>Πρόκειται για αποφάσεις που ο λήπτης της υπηρεσίας και ο επαγγελματίας ψυχικής υγείας λαμβάνουν από κοινού. Αφορά σε μια νέα προσέγγιση, ένα νέο μοντέλο ισότιμης, συνεργατικής σχέσης. Η κοινή/ υποστηριζόμενη λήψη αποφάσεων προβλέπει την ανταλλαγή διαθέσιμων πληροφοριών σχετικά με αποτελεσματικές θεραπείες, καθώς και την υποστήριξη του ατόμου στην απόφαση που θα λάβει μεταξύ διαφόρων επιλογών. Στην ουσία, η από κοινού απόφαση στηρίζει την αυτοδιάθεση</p>	Κοινή/ Υποστηριζόμενη λήψη αποφάσεων	Shared/supported decision making



<p>του ατόμου και μεταθέτει στο ίδιο το άτομο τον έλεγχο των αποφάσεων για τη διαταραχή και τη ζωή του. Αποτελεί σημαντική παράμετρο ενδυνάμωσης και ανάρρωσης που θέτει στο επίκεντρο τις επιθυμίες, προτιμήσεις και τα δικαιώματα του ατόμου.</p>		
<p>Η έννοια της ανάρρωσης και οι εφαρμογές της απομακρύνονται από το παραδοσιακό μοντέλο φροντίδας: διάγνωση - θεραπεία - ίαση. Ένα τέτοιο μοντέλο, που επικεντρώνεται στη διαχείριση του ατόμου και της διαταραχής του στη βάση μιας αυστηρής ταξινομητικής κατηγοριοποίησης, δεν ανταποκρίνεται στην πολυπλοκότητα και στη διαφορετικότητα των ατόμων και αποτυγχάνει να εξηγήσει την ανθρώπινη συμπεριφορά και να προσφέρει προγράμματα που φροντίζουν ουσιαστικά τις ανάγκες των ληπτών.</p> <p>Στο intake, στο πλαίσιο της ανάρρωσης, δίνεται έμφαση στην προσωπική ιστορία του ατόμου, στην προσωπική αφήγηση. Αναφερόμαστε σε αυτό ως <i>Προσωπική Διάγνωση/ Εκτίμηση</i>, στο πλαίσιο της οποίας τέσσερις ερωτήσεις κατέχουν κεντρική θέση:</p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Τι συνέβη;</i> Αναφέρεται στο τι δεν πήγε καλά μέχρι τώρα στη ζωή του λήπτη και όλα όσα του έχουν συμβεί.• <i>Ποια είναι τα αδύνατα σημεία σου; Πού είσαι πιο ευάλωτος/η; Και ποια είναι τα δυνατά σου σημεία; Σε ποια πεδία έχεις μεγαλύτερη ανθεκτικότητα;</i> <p>Σε συνεργασία με τον λήπτη της υπηρεσίας χαρτογραφούνται οι παράγοντες που επηρεάζουν (ή έχουν επηρεάσει) την εμφάνιση και τη διατήρηση συμπτωμάτων και δυσκολιών, καθώς και οι σχετικοί προστατευτικοί και ανασταλτικοί παράγοντες στην ανάκαμψη του ατόμου. Σημαντικές έννοιες/ παράμετροι που εξετάζονται σε</p>	<p>Προσωπική εκτίμηση ψυχικής υγείας/ Διαγνωστική εκτίμηση σύμφωνα με το μοντέλο recovery</p>	<p>Personal diagnosis</p>



<p>αυτό το σημείο είναι: i. Οι διαστάσεις της προσωπικής ανάρρωσης (δες παραπάνω στο λήμμα <i>Διαστάσεις της ανάρρωσης</i>), ii. ο τρόπος, ο βαθμός και η αμεσότητα με τα οποία το άτομο αντιδρά στα ερεθίσματα του περιβάλλοντος (ευαλωτότητα και ανθεκτικότητα), iii. ο τρόπος που συσχετίζονται τα συμπτώματα με την ανθεκτικότητα και ο βαθμός στον οποίο αλληλεπιδρούν μεταξύ τους και iv. η λειτουργικότητα του ατόμου (ο βαθμός στον οποίο τα συμπτώματα επηρεάζουν ψυχολογικές λειτουργίες όπως τη μνήμη και την προσοχή).</p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Πού θέλεις να φτάσεις; Ποιοι είναι οι στόχοι σου;</i> <p>Αυτή η ερώτηση εισάγει στη διαγνωστική διαδικασία μια μακροπρόθεσμη προοπτική ανάρρωσης και μια δέσμευση για μια ικανοποιητική και με νόημα ζωή για το άτομο «πέρα από τη δύσκολη κατάσταση που βιώνεται». Ακόμα κι αν ο ασθενής αντιμετωπίζει μεγάλες δυσκολίες στην τρέχουσα περίοδο και κατακλύζεται από δυσάρεστες εμπειρίες, είναι σημαντικό να εισάγεται η προοπτική της ανάρρωσης, στην οποία έχουν θέση/ νοηματοδοτούνται και αυτές οι εμπειρίες.</p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Τι χρειάζεσαι;</i> <p>Εδώ περιλαμβάνεται η χαρτογράφηση των αναγκών φροντίδας των ληπτών της υπηρεσίας.</p>		
Η συλλογή γνώσεων βασισμένων στη διαταρακτική εμπειρία του ατόμου και στη διαχείρισή της	Γνώση βασισμένη στην εμπειρία	Experience based knowledge
Η συλλογή γνώσεων βασισμένων στα αποτελέσματα της επιστημονικής έρευνας	Επιστημονική γνώση	Scientific knowledge
Η γνώση που προέρχεται από την εκπαίδευση και την εμπειρία σε ένα συγκεκριμένο επαγγελματικό τομέα και η περαιτέρω	Επαγγελματική γνώση	Professional knowledge



εξέλιξη σε αυτόν		
Ό,τι σχετίζεται με το επάγγελμα/ ειδικότητα των Ειδικών υποστήριξης ομοτίμων	Επαγγελματικός τομέας	Professional field
Η τεκμηρίωση που προέρχεται από την άσκηση του επαγγέλματος στους τομείς του Ειδικού υποστήριξης ομοτίμων και του μοντέλου recovery	Βιβλιογραφία σχετική με το επάγγελμα	Professional literature
Η γνώση που προέρχεται από τις εμπειρίες των Ειδικών υποστήριξης ομοτίμων στην άσκηση του επαγγέλματος	Γνώση από επαγγελματική πρακτική	Knowledge from professional practice
Η απόκτηση ωριμότητας και πείρας στην εφαρμογή των αρχών και δεξιοτήτων του επαγγέλματος	Επαγγελματική ανάπτυξη	Professional development
Η εργασία σύμφωνα με τις παραδοχές του επαγγέλματος και το επικυρωμένο πλαίσιο άσκησής του	Επαγγελματική στάση	Professional attitude
Το επίπεδο γνώσεων και οι αποκτημένες δεξιότητες που είναι απαραίτητες για την ολοκληρωμένη άσκηση του επαγγέλματος	Εξειδίκευση	Expertise
Οι δράσεις στον τομέα της εκπαίδευσης και της κατάρτισης για τη διεύρυνση των γνώσεων και των δεξιοτήτων του επαγγέλματος	Πρωώθηση της εξειδίκευσης	Expertise promotion
Είναι τα πεδία της καθημερινής ζωής, όπως, οι σχέσεις, οι δραστηριότητες, οι επαγγελματικές δραστηριότητες, η κοινωνική συμμετοχή κ.α.	Τομείς ζωής	Life areas
Ο κόσμος, όπως γίνεται αντιληπτός μέσα από την προσωπική εμπειρία (εννοώντας τόσο στις περιόδους αποδιοργάνωσης, όσο και στη διαδικασία της ανάρρωσης)	Ο κόσμος της εμπειρίας	World of experience
Ο τρόπος αντίληψης και επεξεργασίας γεγονότων, δεδομένων και εμπειριών και η συναισθηματική επίδραση τους στο άτομο	Αντιληπτός κόσμος	Perceived world
Η αυτονομία στον προσδιορισμό της ταυτότητας και στη λήψη αποφάσεων σε όλους τους τομείς της ζωής του ατόμου	Αυτοπροσδιορισμός/ Αυτοδιάθεση	Self-determination



Η επίγνωση του ατόμου για την ταυτότητά του, την προσωπικότητά του, τις φιλοδοξίες και τις επιθυμίες του	Αυτογνωσία	Self-awareness
Ο αυτοσεβασμός και η επίγνωση της προσωπικής αξίας του ατόμου	Αυτοεκτίμηση	Self-esteem
Η ενεργοποίηση του προσωπικού δυναμικού του ατόμου, με ή χωρίς κινητοποίηση από τα διαθέσιμα δίκτυα υποστήριξης του	Αυτοβοήθεια	Self-help
Η ενεργοποίηση του προσωπικού δυναμικού του ατόμου βάσει συγκεκριμένων κριτηρίων και σύμφωνα με ένα προσδιορισμένο πρότυπο	Αυτοβοήθεια βάσει συγκεκριμένης μεθόδου	Method-based self-help
Η απόκτηση ή ανάκτηση ελέγχου στη λήψη αποφάσεων, στην ανάληψη πρωτοβουλιών και στη συμμετοχή σε δραστηριότητες που έχουν νόημα για το ίδιο το άτομο	Λειτουργία προσωπικού ελέγχου	Control function
Ο έλεγχος και η διαχείριση όλων των δραστηριοτήτων της ζωής από το ίδιο το άτομο	Αυτοδιαχείριση	Self-management
Ο συντονισμός των διαφορετικών τομέων ζωής του ατόμου και η ικανότητα λήψης σημαντικών αποφάσεων, όπως απορρέουν από τις επιθυμίες και τους προσωπικούς στόχους του ατόμου	Αυτοπροσανατολισμός	Self-direction
Η προτεραιοποίηση στους βασικούς τομείς ζωής του ατόμου, με βάση την αυτογνωσία και την αναγνώριση των δυνατών και αδύνατων στοιχείων και σημείων που επιδέχονται βελτίωσης	Διαχείριση/ αξιοποίηση του δυναμικού του ατόμου	Self-handling
Η εκτέλεση δραστηριοτήτων βάσει συγκεκριμένων κριτηρίων και σύμφωνα με ένα προσδιορισμένο πρότυπο	Λειτουργία βάσει συγκεκριμένης μεθόδου	Method-based action
Η διαδικασία μετάδοσης γνώσης και εμπειρίας/ η παροχή δεδομένων για συγκεκριμένα αντικείμενα	Εκπαίδευση/ πληροφόρηση	Education and/ or Information
Όλα τα στοιχεία, δεδομένα, εργαλεία για την παροχή πληροφοριών	Εκπαιδευτικό/ πληροφοριακό υλικό	Educational and/or information material
Το σύνολο των ενεργειών/ μέσων που	Θεραπεία/ θεραπευτική	Treatment



χρησιμοποιούνται για την ανάρρωση ενός ατόμου, καθώς και ο τρόπος προσέγγισής του κατά τη διαδικασία αυτή	αντιμετώπιση	
Η κατάσταση κατά την οποία προκαλούνται σοβαρές, επιζήμιες επιπτώσεις στην προσωπική ισορροπία, υγεία, ευεξία και ποιότητα ζωής του ατόμου	Αποδιοργάνωση/ Διατάραξη	Disruption
Η εμπειρία που προκαλεί σοβαρές, επιζήμιες επιπτώσεις στην προσωπική ισορροπία, υγεία, ευεξία και ευζωία του ατόμου	Διαταρακτική εμπειρία	Disrupting experience
Αρνητικό κοινωνικό αποτύπωμα που βασίζεται κυρίως σε προκαταλήψεις και επιδρά ισχυρά στη διαμόρφωση της εικόνας ενός ατόμου για τον εαυτό του, καθώς και της εικόνας που διαμορφώνουν οι άλλοι για το άτομο	Στίγμα	Stigma
Η διαδικασία κατά την οποία μια ομάδα ανθρώπων χαρακτηρίζεται αρνητικά και τίθεται σε αποκλεισμό, με βάση κοινά αποκλίνοντα χαρακτηριστικά και συμπεριφορές που προκαλούν φόβο ή αποστροφή	Στιγματισμός	Stigmatization
Η διαδικασία άρσης του στίγματος, μέσα από συστηματικές δράσεις για την πρόληψη της περιθωριοποίησης και την καταπολέμηση του κοινωνικού αποκλεισμού	Αποστιγματισμός	Anti-stigmatization
Υποκειμενικό βίωμα, ως αποτέλεσμα της αποδοχής των αρνητικών στερεοτύπων και της υιοθέτησης, από το ίδιο το άτομο, της «ετικέτας» ως σημαντικού μέρους της ταυτότητάς του	Αυτο-στιγματισμός	Self-stigma
Η απαξίωση του δικαιώματος του ατόμου για συμμετοχή σε συγκεκριμένα κοινωνικά/κοινοτικά πλαίσια	Αποκλεισμός	Exclusion
Η διαδικασία της απόρριψης του ατόμου, βάσει των αρνητικών χαρακτηριστικών που προσδίδονται στην ομάδα που ανήκει (στο πλαίσιο του στίγματος)	Διάκριση	Discrimination
Το σύστημα που προκαλεί τον κοινωνικό	Μηχανισμός αποκλεισμού	Exclusion mechanism



αποκλεισμό		
Όταν οι άνθρωποι θεωρούνται ισότιμοι	Ισοτιμία	Equivalence
Ο πυρήνας της εμπειρίας που προέρχεται από βίωμα συνίσταται στην ικανότητα δημιουργίας και διατήρησης ελεύθερου «χώρου» για την ανάρρωση. Αφορά στη δημιουργία ενός ασφαλούς «χώρου» μέσα στον οποίο ο λήπτης των υπηρεσιών ενθαρρύνεται να αναπτύξει το δικό του «δρόμο» προς την ανάρρωση.	Ελεύθερος χώρος	Free space
Είναι το πλαίσιο στο οποίο δεν επιτρέπεται η χρήση (ιατρικών) διαγνωστικών όρων. Αυτό γίνεται, γιατί η χρήση ιατρικών όρων δεν υποστηρίζει την προσπάθεια των ανθρώπων να βρουν τη δική τους πορεία προς την ανάρρωση.	Χώρος ελεύθερος από διαγνώσεις	Diagnostic-free space
Είναι το πλαίσιο στο οποίο δεν επιτρέπεται η χρήση στοιχείων κυριαρχίας ή ανισότητας. Αυτό είναι απαραίτητο, γιατί η χρήση εξουσίας δεν υποστηρίζει την προσπάθεια των ανθρώπων να βρουν τη δική τους πορεία προς την ανάρρωση.	Χώρος ελεύθερος από εξουσία	Power-free space
Είναι το σύνολο των ατόμων με τα οποία κάποιος διατηρεί μια προσωπική σχέση.	Προσωπικό Δίκτυο	Personal network
Είναι η οντότητα από την οποία κάποιος αντλεί δύναμη. Αυτή η οντότητα μπορεί να είναι ένα άτομο (ή άτομα) καθώς και αισθήματα ή συναισθήματα.	Πηγή ενέργειας	Power source
Μια συνάντηση, στην οποία ένα άτομο μαζί με το προσωπικό του δίκτυο ή/ και τους επαγγελματίες παρόχους φροντίδας έχει τη δυνατότητα να διαμορφώσει ένα πλάνο για την επίλυση προβλημάτων	Συνεδρία προσωπικής ενδυνάμωσης	Personal strength conference
Η διαμόρφωση ενός πλάνου ενεργειών, απαραίτητων για την επίτευξη ενός συγκεκριμένου στόχου	Στρατηγική/ Σχέδιο δράσης	Action strategy
Το σύνολο των ατόμων ή/ και των παραγόντων στο κοινωνικό περιβάλλον κάποιου που μπορούν να συμβάλουν στην	Σύστημα κοινωνικής υποστήριξης	Social support system



υποστήριξή του		
Επείγουσα κατάσταση που χρήζει άμεσης παρέμβασης	Κρίση	Crisis
Περιέχει πρακτικές οδηγίες για εκείνους που έχουν πρόσβαση σε αυτό σχετικά με τον τρόπο που θα ενεργήσουν σε περίπτωση που ένα άτομο είναι σε κρίση.	Σχέδιο κρίσης	Crisis card
Οι ενέργειες που γίνονται σε έκτακτες ή επείγουσες καταστάσεις, με στόχο την αποφυγή περαιτέρω κλιμάκωσης και τη δημιουργία μιας σταθερής συνθήκης, κατά την οποία είναι δυνατή η ομαλή προσέγγιση του ατόμου	Παρέμβαση σε κρίση	Crisis intervention
Είναι ένα επιστημονικά τεκμηριωμένο μοντέλο ανάρρωσης, που ανέπτυξε η M.E. Copeland (1997), με έμφαση στα δυνατά σημεία ενός ατόμου. Το άτομο αναπτύσσει το προσωπικό του σχέδιο WRAP στο πλαίσιο μιας ομάδας. Στο τελικό WRAP περιλαμβάνονται χρήσιμες οδηγίες για μια πληθώρα καταστάσεων (σε ένα φάσμα που εκτείνεται από τα πρώτα συμπτώματα μέχρι τη διαχείριση της κρίσης και των δυσκολιών). ⁵	Το Σχέδιο Δράσης για την ανάρρωση WRAP	Wellness Recovery Action Plan (WRAP)
Πρόκειται για σχέδιο που περιγράφει διαφορετικές εκδηλώσεις/ συμπεριφορές ενός ατόμου, όπως αυτές παρατηρούνται στις διαφορετικές φάσεις της διαταραχής. Αποσαφηνίζει πώς πρέπει να δράσουμε σε κάθε φάση.	Πλάνο Παρακολούθησης	Monitoring plan
Η εισαγωγή σε κλειστό κλινικό ψυχιατρικό πλαίσιο χωρίς τη συναίνεση του ατόμου	Ακούσια νοσηλεία	Forced admission
Χώρος συνάντησης για την ελεύθερη ανταλλαγή απόψεων	Χώρος ελεύθερης έκφρασης	Free space
Αφορά στη μεταφορά γνώσεων στο πεδίο της ανάρρωσης, οι οποίες είναι καινοτόμες, και στην αξιοποίησή τους στην εφαρμογή νέων	Τομέας καινοτομίας	Make quarters

⁵ Περισσότερες πληροφορίες για το WRAP στην ιστοσελίδα του Copeland Center for Wellness and Recovery <https://copelandcenter.com/>



δράσεων και προγραμμάτων, που δεν είχαν υλοποιηθεί μέχρι τώρα. Στόχος είναι η δημιουργία ενός θετικού κλίματος και περισσότερων ευκαιριών για τα άτομα που βρίσκονται στο περιθώριο, ώστε να ενσωματώνονται και να συμμετέχουν σύμφωνα με τις δικές τους επιθυμίες και δυνατότητες.		
Εξατομικευμένη διαδικασία ανάκτησης μιας νέας ενδιαφέρουσας ζωής με νόημα για το ίδιο το άτομο	Νοηματοδότηση	Giving fulfillment in life
Μια κοινωνία στην οποία άνθρωποι με διαφορετικά χαρακτηριστικά, όπως ο πολιτισμός, η θρησκεία, η εθνικότητα ή η γλώσσα, συμβιώνουν αρμονικά	Πολυπολιτισμική κοινωνία	Multicultural society
Είναι ένας όρος που επισημαίνει τις διαφορές σε πολιτιστικό, εθνικό ή θρησκευτικό επίπεδο.	Ποικιλομορφία	Diversity
Προσέγγιση που επικεντρώνεται στη μείωση του στρες, βρίσκοντας τη σωστή ισορροπία μεταξύ του φόρτου εργασίας και της προσωπικής ζωής	Ενσυνειδητότητα	Mindfulness
Είναι η διαδικασία κατά την οποία οι άνθρωποι αποκτούν μεγαλύτερη επιρροή στα γεγονότα και στις καταστάσεις που έχουν σημασία για τους ίδιους, όπως στη λήψη αποφάσεων για την ποιότητα ζωής τους και τα συμφέροντά τους. Συνδέεται με την ανακάλυψη και αξιοποίηση των δυνατών σημείων του ατόμου και εκφράζεται μέσα από τη σταδιακή απόκτηση ελέγχου πάνω στη διαταραχή και ευρύτερα στη ζωή. Αποτελεί έναν από τους πιο σημαντικούς παράγοντες που προάγουν την ανάρρωση.	Ενδυνάμωση	Empowerment
Κλάδος της ψυχολογίας που μελετά τις ψυχολογικές αλλαγές με την πάροδο του χρόνου από την (πρώιμη) παιδική ηλικία και την εφηβεία έως τα γηρατειά	Αναπτυξιακή/ Εξελικτική ψυχολογία	Developmental psychology
Ψυχοθεραπευτική προσέγγιση που προσπαθεί να αναλύσει και να κατανοήσει	Συστημική προσέγγιση	System treatment



τόσο το άτομο όσο και την οικογένεια ως μέρη ενός συστήματος		
Ένα γεγονός με σημαντικό αντίκτυπο στη ζωή ενός ανθρώπου	Γεγονός ζωής	Life event
Πρεσβεύει ότι οι αξίες που είναι σημαντικές για έναν άνθρωπο καθορίζουν τη συμπεριφορά του σε σχέσεις ή ομάδες.	Θεωρία αλληλεπίδρασης	Interaction theory
Όλες οι εκφράσεις που δεν είναι προφορικές, όπως π.χ. οι χειρονομίες	Μη λεκτικές εκφράσεις	Non-verbal expressions
Επιστημονικός κλάδος που μελετά και περιγράφει τις αιτίες και τα συμπτώματα των ψυχικών διαταραχών	Ψυχοπαθολογία	Psychopathology
Μη αξιοπρεπής συμπεριφορά, κοινωνικά μη αποδεκτή	Εκτός ορίων συμπεριφορά	Border crossing behavior
Η επίγνωση σχετικά με τους ατομικούς περιορισμούς στην αποδοτική συμπεριφορά ή στην ικανότητα διαχείρισης του άγχους	Γνώση των ορίων του εαυτού	Knowing one's own limitations
Είναι οι διαφορετικές μέθοδοι προφορικής συζήτησης που συμβάλλουν στην καλύτερη δυνατή επικοινωνία.	Τεχνικές συνέντευξης	Interviewing techniques
Είναι ένα είδος συνέντευξης, με στόχο να δώσει κίνητρο στο άτομο να λύσει το πρόβλημά του ή να λάβει υποστήριξη/θεραπεία.	Συνέντευξη κινητοποίησης	Motivational interviewing
Στο πλαίσιο της κοινοτικής φροντίδας οι πράξεις (υποστηρικτικές ή θεραπευτικές) προσφέρονται στο περιβάλλον διαβίωσης των εξυπηρετούμενων.	Κοινοτική φροντίδα	Outreaching work
Προσέγγιση, κατά την οποία η εργασία καθορίζεται από τις ανάγκες του ίδιου του ατόμου, (σε αντίθεση με την προσέγγιση σύμφωνα με την οποία η παροχή υπηρεσιών καθορίζεται από τον πάροχο)	Εργασία εστιασμένη στις ανάγκες	Demand-oriented work
Το να ενεργεί κανείς σύμφωνα με τον κώδικα δεοντολογίας του επαγγέλματος και τα γενικά αποδεκτά πρότυπα ποιότητας	Επαγγελματική στάση	Professional acting
Η ικανότητα υλοποίησης μιας δράσης με	Δεξιότητα	Skill



αποδοτικό τρόπο		
Κατάσταση κατά την οποία πληρούνται όλοι οι παράγοντες, όπως προσδιορίζονται από τη θεωρία του μοντέλου recovery	Εντός πλαισίου	Context bound
Η ευθύνη εντός των ορίων της επαγγελματικής πρακτικής	Επαγγελματική ευθύνη	Professional responsibility
Η ικανότητα μεταβίβασης βιωματικών εμπειριών από μια εμπειρία ανάρρωσης σε μια άλλη	Μεταφορά εμπειρίας	Transfer
Είναι μια συνάντηση μεταξύ επαγγελματιών ή εκπαιδευόμενων της ίδιας ειδικότητας με στόχο την προώθηση του προβληματισμού, της εκπαίδευσης και της ποιότητας των υπηρεσιών.	Αλληλοϋποστήριξη μεταξύ συναδέλφων	Intervision
Η εποπτεία είναι μια εξατομικευμένη εκπαιδευτική και υποστηρικτική διαδικασία που απαντά σε προσωπικές απορίες/ερωτήματα που έχει κάποιος σχετικά με την εργασία του.	Εποπτεία	Supervision
Η ικανότητα να εκφράζεται ένα άτομο καλά στο γραπτό λόγο	Δεξιότητα στο γραπτό λόγο	Writing skill
Η ικανότητα να εκφράζεται ένα άτομο καλά στον προφορικό λόγο	Δεξιότητα στον προφορικό λόγο	Oral skill
Η εφαρμογή των κατάλληλων γνώσεων και δεξιοτήτων, ώστε να ενεργεί το άτομο με επαγγελματισμό	Επάρκεια	Competence
Το σύνολο των γνώσεων και δεξιοτήτων που κρίνονται απαραίτητα για την υλοποίηση μιας συγκεκριμένης εργασίας	Απαιτούμενα προσόντα	Competence profile
Είναι η κύρια λειτουργία ενός οργανισμού (σε αντίθεση με τη συμπληρωματική διοικητική/οικονομική λειτουργία).	Βασική δραστηριότητα	Primary process
Το πλαίσιο εκτέλεσης μιας εργασίας	Περιοχή εργασιών	Task area
Η διαρθρωτική ανακατανομή καθηκόντων και ευθυνών μεταξύ διαφορετικών επαγγελματικών ομάδων	Αναδιάταξη εργασιών	Task rearrangement
Το αντικείμενο εργασίας που είναι πιο στενά	Βασικό αντικείμενο	Core task



συνδεδεμένο με το όραμα ενός οργανισμού (ή επαγγέλματος), σύμφωνα με το κανονιστικό πλαίσιο που το διέπει		
Είναι ο συνδυασμός εργασιών για την εκτέλεση των οποίων είναι υπεύθυνο ένα άτομο ή ένας οργανισμός.	Σύνολο εργασιών	Set of tasks
Αναφέρεται στις αξίες στις οποίες δίνει βαρύτητα ένας οργανισμός ή ένας επαγγελματίας, σύμφωνα με το διατυπωμένο όραμά του και το κανονιστικό πλαίσιο που τον διέπει.	Θεμελιώδης αξία	Core quality
Σχέδιο με συγκεκριμένα βήματα που στοχεύει στην επίλυση ενός προβλήματος	Στρατηγική επίλυσης προβλημάτων	Solution strategy
Είναι μια στάση που σέβεται τις διαφορετικές εμπειρίες των ατόμων, αναγνωρίζοντας ταυτόχρονα τα κοινά τους σημεία.	Αμοιβαιότητα	Reciprocity
Όταν ένα άτομο είναι σε θέση να ακούει με δεκτικότητα (χωρίς προκατάληψη) τον εαυτό του και τους άλλους	Μη επικριτική ακρόαση	Non-judgmental listening
Είναι η προσέγγιση στην οποία χτίζεται σχέση εμπιστοσύνης, δείχνοντας στο άτομο ότι το βλέπουμε, το ακούμε και το θεωρούμε ως ολοκληρωμένο άνθρωπο. Ο στόχος είναι να κατανοήσουμε τι πραγματικά χρειάζεται ο άλλος στη συγκεκριμένη κατάσταση.	Προσέγγιση της συνειδητής παρουσίας	Presence approach
Πρωθεί την ενσυνείδητη κατανόηση γεγονότων, συναισθημάτων, ενδιαφερόντων, κινδύνων κλπ.	Ευαισθητοποίηση	Raising awareness
Η προσωπική εσωτερική εμπειρία (π.χ. στο πλαίσιο της θρησκείας)	Πνευματικότητα	Spirituality
Είναι η αναζήτηση του νοήματος, του στόχου, της χρησιμότητας της ζωής.	Εύρεση νοήματος	Finding meaning
Ένας τρόπος κατανόησης, ανάλυσης και νοηματοδότησης των εμπειριών	Προβληματισμός/ Περισυλλογή/ Στοχασμός	Reflection
Ο προβληματισμός σχετικά με τον τρόπο που πραγματοποιείται η διαδικασία του προβληματισμού	Μετα-προβληματισμός/ Αναλογισμός/ Αναστοχασμός	Reflection on meta level



Περιλαμβάνει τον κριτικό προβληματισμό για τον εαυτό (χωρίς να θεωρεί τίποτα ως δεδομένο).	Κριτικός αυτο-προβληματισμός/ Κριτικός αναστοχασμός	Critical self-reflection
Είναι η αυτο-αναστοχαστική διαδικασία, κατά την οποία οι σκέψεις, τα συναισθήματα και οι αναμνήσεις αναλύονται περαιτέρω.	Ενδοσκόπηση	Introspection
Η μη ιατρική γλώσσα επικοινωνεί χωρίς τη χρήση επαγγελματικών ιατρικών όρων (για την υποστήριξη του «ελεύθερου χώρου»).	Μη ιατρική γλώσσα	Non-medical language
Αναφέρεται στην αποφυγή χρήσης ιατρικών (ψυχιατρικών) διαγνωστικών όρων (επειδή δεν προσδίδουν προστιθέμενη αξία στη διαδικασία ανάρρωσης). Στόχος είναι επίσης η υποστήριξη του «ελεύθερου χώρου».	Μη διαγνωστική γλώσσα	Non-diagnostic language
Είναι η περιγραφή των χαρακτηριστικών στοιχείων στη συμπεριφορά ενός ατόμου.	Χαρακτηριστικό συμπεριφοράς	Behavioral characteristic
Η ικανότητα κάποιου να αναζητά και να έρχεται σε επαφή με άλλα άτομα με αποτελεσματικό τρόπο	Δεξιότητες διαπροσωπικών επαφών	Contact skill
Η ικανότητα κάποιου να μεταφέρει πληροφορίες	Δεξιότητες επικοινωνίας	Communication skill
Η ικανότητα διαμόρφωσης σχεδίων βελτίωσης, ανανέωσης, αλλαγής κλπ	Εννοιολογική σκέψη	Conceptual thinking
Ο τρόπος σκέψης κατά τον οποίο κάποιος σιωπηρά ή ρητά χρησιμοποιεί τους κανόνες ή τα πρότυπα	Κανονιστική σκέψη	Normative thinking
Αναφέρεται στην αρμοδιότητα ενός εργαζομένου να παρακολουθεί τα αποτελέσματα συγκεκριμένων δράσεων και έργων στο πλαίσιο ενός οργανισμού.	Ευθύνη παρακολούθησης αποτελεσμάτων	Result responsibility
Αναφέρεται στα βήματα που πρέπει να ληφθούν υπόψη κατά την επίτευξη ενός στόχου.	Προληπτικές ενέργειες	Proactive acting
Ο ανθρώπινος δεσμός που μπορεί να σφυρηλατηθεί με βάση την κοινή πίστη στην ειλικρίνεια και την καλοσύνη του άλλου	Σχέση εμπιστοσύνης	Bond of trust
Οι παράμετροι που καθορίζουν τι είναι	Συνθήκες διαβίωσης	Living conditions



σημαντικό για τη διαβίωση του ατόμου		
Η δυνατότητα χρήσης εσωτερικών και εξωτερικών ευκαιριών για να ξεπεραστεί ένα πρόβλημα και, στη συνέχεια, το άτομο να ανακάμψει	Ψυχική ανθεκτικότητα	Resilience
Στο πεδίο της ψυχιατρικής σημαίνει την ευαλωτότητα που συνεπάγονται οι ψυχιατρικές δυσκολίες.	Ευαλωτότητα	Vulnerability
Χαρακτηρίζει κάποιον που είναι ειλικρινής και έντιμος.	Ακεραιότητα	Integrity
Η διαδικασία στην οποία εμπλέκεται κάθε μέλος μιας ομάδας και όπου η αμοιβαία αλληλεπίδραση είναι σημαντική	Ομαδική διαδικασία	Group process
Η δύναμη της αλληλεπίδρασης που δημιουργείται από τη συνεργασία των μελών μιας ομάδας	Δυναμική της ομάδας	Group dynamics
Η ατμόσφαιρα στο πλαίσιο μιας ομάδας και η συναισθηματική ασφάλεια των μελών της	Ομαδικό κλίμα	(Safe) group climate
Το δέσιμο της ομάδας με την έννοια της ουσιαστικής αλληλεπίδρασης των μελών	Εξέλιξη της ομάδας	Group development
Μια ομάδα ανθρώπων που (κυρίως χωρίς καθοδήγηση), ενθαρρύνονται να λύσουν μόνοι τα προβλήματα τους	Ομάδα Αυτο-βοήθειας	Self-help group
Ομαδική συνάντηση συναδέλφων με στόχο τη βελτίωση της ποιότητας των υπηρεσιών	Ομάδα αλληλοϋποστήριξης μεταξύ συναδέλφων	Intervision group
Κάτι που λειτουργεί προς όφελος όλων των μελών της ομάδας	Ομαδικό συμφέρον	Group interest
Εκπαιδευτής που λειτουργεί υπό την ευθύνη του επικεφαλής εκπαιδευτή και μπορεί να λειτουργεί ανεξάρτητα σε όλα τα στάδια της εκπαιδευτικής διαδικασίας	Συν-εκπαιδευτής	Co-trainer
Λειτουργεί σε μια ομάδα ομοτίμων. Ο «διαμεσολαβητής» συμβάλλει στη δημιουργία των απαραίτητων συνθηκών, ώστε 1) οι συμμετέχοντες να αποκτήσουν σταδιακά περισσότερο έλεγχο στη ζωή τους (να κάνουν και να κρατούν «ελεύθερο χώρο» για ανάρρωση), 2) να ξεκινήσουν την πορεία	Συν-διαμεσολαβητής	Co-facilitator



τους προς μια ικανοποιητική ζωή σύμφωνα με τα δικά τους πρότυπα.		
Πρότυπο σχεδιασμού για παρόμοιες δράσεις ή προγράμματα (π.χ. εκπαιδευτικά προγράμματα)	Πρότυπο διαμόρφωσης	Format
Έγγραφο στο οποίο περιγράφονται διαδοχικά τα βήματα που οδηγούν στον επιδιωκόμενο στόχο	Σχέδιο δράσης	Roadmap
Έγγραφο που περιγράφει όλες τις απαιτούμενες δραστηριότητες, ώστε να ολοκληρωθεί μία εργασία	Πλάνο εργασιών	Work plan
Έγγραφο στο οποίο περιγράφονται χρονολογικά οι δραστηριότητες ενός προγράμματος (όπως για παράδειγμα συμβαίνει σε ένα πρόγραμμα κατάρτισης)	Χρονοδιάγραμμα	Scenario
Επισκόπηση (κατάλογος) επίσημων και άτυπων οργανώσεων που δραστηριοποιούνται σε διαφορετικούς τομείς όπως η διαβίωση, η φροντίδα, η πρόνοια, η εργασία κλπ	Κοινωνικός χάρτης	Social map
Παροχές που υποστηρίζουν τους τομείς υγείας, πρόνοιας, φροντίδας, εκπαίδευσης κλπ.	Κοινωνικοί πόροι	Social resources
Συστήματα ή δομές υποστήριξης, όπως είναι οι δομές για την κοινωνική ευημερία ή την (ψυχική) υγεία του ατόμου ή ομάδων του πληθυσμού	Υποστηρικτικά συστήματα	Support systems
Πρόγραμμα με καθορισμένο εκπαιδευτικό περιεχόμενο που περιγράφει ένα συγκεκριμένο πρόγραμμα κατάρτισης	Πρόγραμμα σπουδών	Curriculum
Περιγράφει την ακολουθία των μερών ενός εκπαιδευτικού προγράμματος.	Διαδρομή μάθησης	Learning path
Περιγράφει την ακολουθία των στοιχείων της προσωπικής ανάπτυξης.	Πορεία ανάπτυξης	Development path
Η πρόοδος και η πορεία ανάπτυξης κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης	Μαθησιακή διαδικασία	Learning process
Αποτελεί τον συνολικό όρο για όλες τις μορφές κατάρτισης.	Εκπαίδευση	Education



Η επιμόρφωση που ακολουθεί το προηγούμενο (χαμηλότερο) επίπεδο εκπαίδευσης	Επιμόρφωση	Further education
Διαδικασία εφαρμογής της αποκτημένης γνώσης στην πράξη που πραγματοποιείται στο πλαίσιο του επαγγελματικού προσανατολισμού ή ως μέρος ενός προγράμματος επαγγελματικής κατάρτισης	Πρακτική άσκηση	Internship
Ως ψυχολογικός όρος προσδιορίζει τη συνειδητή ή ασυνείδητη εναντίωση ή απροθυμία απέναντι στις μη επιθυμητές/ απωθητικές εμπειρίες ενός ατόμου.	Αντίσταση	Resistance
Κατάσταση στην οποία δεν υπάρχει ρητή συμφωνία μεταξύ του εκπαιδευτή και του εκπαιδευόμενου για τους στόχους και τις μεθόδους ενός εκπαιδευτικού προγράμματος	Διάσπαση απόψεων	Divergent interaction
Άτομο που συνοψίζει τις βασικές λειτουργίες/ δραστηριότητες/ ιδιότητες μιας συγκεκριμένης επαγγελματικής ή πληθυσμιακής ομάδας	Μοντέλο λειτουργίας	Role model
Βασικά επαγγελματικά χαρακτηριστικά και ιδιότητες που διαθέτει κάποιος (σε πολλές περιπτώσεις ο υπεύθυνος) για την υλοποίηση μιας εργασίας με την ενδεδειγμένη στάση και το σωστό αποτέλεσμα	Ρόλος-πρότυπο	Exemplary role
Προβλήματα ή δυσκολίες σε ψυχικό ή/ και κοινωνικό επίπεδο	Ψυχοκοινωνικές διαταραχές	Psychosocial disorders
Προβλήματα ή δυσκολίες όπως διαγνώστηκαν από τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας	Ψυχιατρικές διαταραχές	Psychiatric disorders
Προκαλείται από έναν (μεγάλο) αριθμό πολύ σοβαρών και επιβλαβών εμπειριών που επιφέρουν ψυχικά προβλήματα.	Τραύμα	Traumatization
Δραστηριότητες που πραγματοποιούνται στο πλαίσιο της (άμεσης) φροντίδας των ληπτών	Καθήκοντα που αφορούν στους λήπτες	Service user related tasks
Δραστηριότητες που πραγματοποιούνται με στόχο την εφαρμογή των κανόνων ή κανονισμών που έχει ο οργανισμός	Καθήκοντα που αφορούν στον οργανισμό	Organization- related tasks



Δραστηριότητες που εκτελούνται στο πλαίσιο άσκησης ενός επαγγέλματος	Επαγγελματικά καθήκοντα	Occupational tasks
Αφορά στην εξέλιξη ενός επαγγελματία μέσω της προστιθέμενης απόκτησης γνώσεων και εμπειριών.	Επαγγελματική ανάπτυξη	Professional development
Ο τρόπος με τον οποίο λειτουργεί κάποιος κατά την άσκηση ενός επαγγέλματος όπως αυτός προβλέπεται από το ανάλογο επαγγελματικό πλαίσιο	Επαγγελματική στάση	Professional attitude
Ο τρόπος με τον οποίο οι δραστηριότητες που σχετίζονται με την εργασία ευθυγραμμίζονται προοδευτικά με τα επαγγελματικά πρότυπα	Επαγγελματοποίηση	Professionalization
Η αντιστοίχιση της επαγγελματικής λειτουργίας με τα επαγγελματικά πρότυπα	Επαγγελματικό επίπεδο	Professional level
Διεύρυνση των καθηκόντων και των ευθυνών εντός του εργασιακού πλαισίου και προφίλ	Διαφοροποίηση καθηκόντων εργασίας	Job differentiation
Εργαζόμενος που ασκεί το επάγγελμα του Ειδικού υποστήριξης ομοτίμων με σκοπό να συμβάλλει στην ανάρρωσή τους	Εργαζόμενος με εμπειρία ανάρρωσης	Recovery employee
Υπεύθυνος για την περαιτέρω ανάπτυξη των πολιτικών ανάρρωσης ενός οργανισμού	Υπεύθυνος πολιτικών ανάρρωσης	Recovery policy officer
Υπεύθυνος για τη διαχείριση και υποστήριξη των Ειδικών υποστήριξης ομοτίμων στο έργο τους	Συντονιστής προγραμμάτων ανάρρωσης	Recovery coordinator
Περιγεγραμμένη πορεία που υποδεικνύει ποιες βελτιώσεις πρέπει να επιτευχθούν στην απόδοση των εργαζομένων ή στην ποιότητα των υπηρεσιών	Διαδικασία βελτίωσης	Improvement process
Η βελτίωση των ποιοτικών χαρακτηριστικών ενός οργανισμού	Βελτίωση της ποιότητας	Quality improvement
Η σύγκλιση μιας ομάδας ατόμων με κριτήριο την ικανότητα και την εμπειρογνωμοσύνη τους στην εκτέλεση συγκεκριμένου έργου	Ομάδα Έργου	Project group
Είναι η επαγγελματική υποστήριξη και καθοδήγηση ενός ατόμου ή μιας ομάδας με στόχο την ανάπτυξη του επαγγελματισμού	Coaching	Coaching



και τη βελτίωση της απόδοσης.		
Οι περιπτώσεις στις οποίες εμπλέκονται οι οργανωτικές διαστάσεις ενός οργανισμού (π.χ. χρηματοδοτήσεις, διοικητική οργάνωση)	Οργανωσιακό επίπεδο	Organizational level
Οι περιπτώσεις στις οποίες εμπλέκονται οι διαστάσεις της πολιτικής ενός οργανισμού	Επίπεδο πολιτικής οργανισμού	Policy level
Συνεργασία μεταξύ εκπροσώπων διαφορετικών ειδικοτήτων	Διεπιστημονική συνεργασία	Interdisciplinary collaboration
Το τμήμα διαχείρισης προσωπικού	Τμήμα ανθρωπίνων πόρων	Staff department
Ο προσδιορισμός, η περιγραφή και η αλληλουχία ενεργειών φροντίδας στο πλαίσιο ενός προγράμματος	Πρόγραμμα φροντίδας	Care program
Αφορά στη συνεργασία μεταξύ εκπροσώπων από διάφορους τομείς (π.χ. τομέας φροντίδας, κοινωνικές οργανώσεις), με στόχο την επίτευξη μιας συνεκτικής δομής περίθαλψης ή υποστήριξης.	Δικτύωση	Network participation
Αφορά στον αγώνα για την ισοτιμία στα ατομικά δικαιώματα, στην πρόσβαση στην αγορά εργασίας και στη συμπερίληψη στην κοινωνία από μια αρχικά μειονεκτική θέση.	Χειραφέτηση	Emancipation
Χειραφέτηση που εστιάζει στην ισότιμη συμμετοχή στην κοινωνία	Κοινωνική χειραφέτηση	Social emancipation
Είναι η συμπερίληψη των ληπτών στις πολιτικές και τη λειτουργία των οργανισμών φροντίδα υγείας και ο τρόπος με τον οποίο επηρεάζουν την πολιτική και τη διοίκησή τους.	Ενεργητική συμμετοχή των ληπτών	Service user participation
Πρόκειται για την κινητοποίηση των ληπτών και την εξασφάλιση της δέσμευσής τους στην υπεράσπιση και προώθηση των συμφερόντων τους.	Κίνημα ληπτών υπηρεσιών	Service user movement
Ομάδα ατόμων που υπερασπίζεται τα συμφέροντά της (π.χ. σε κοινωνικό, πολιτικό ή υγειονομικό πλαίσιο)	Ομάδα Ειδικού Ενδιαφέροντος	Interest Group
Όργανο με νομική υπόσταση σε οργανισμούς φροντίδας υγείας με συμβουλευτικό και συν-	Συμβούλιο ληπτών	Service user council



αποφασιστικό χαρακτήρα		
Οι νόμοι και οι κανονισμοί αποτελούν όρους που καθορίζονται από την κυβέρνηση, τα ασφαλιστικά ταμεία και τους εποπτεύοντες φορείς και στους οποίους πρέπει να συμμορφώνονται οι οργανισμοί υγειονομικής περίθαλψης.	Νόμοι και κανονιστικό πλαίσιο	Laws and regulations
Αφορά στα διαφορετικά στοιχεία φροντίδας και περίθαλψης (στέγαση, θεραπεία, καθημερινές δραστηριότητες κλπ) σε μια ενιαία πρόταση.	Πακέτο φροντίδας	Care arrangement
Έγγραφο που καθορίζει τον τρόπο υλοποίησης εκτέλεσης ορισμένων δραστηριοτήτων	Πρωτόκολλο	Protocol
Προκαθορισμένες οδηγίες που αφορούν σε δραστηριότητες οι οποίες πρέπει να εκτελεστούν με μια συγκεκριμένη σειρά (όπως για παράδειγμα η διαδικασία έκφρασης και διαχείρισης παραπόνων)	Διαδικασία	Procedure
Έγγραφο με οδηγίες σχετικά με τη μορφή συμμετοχής (και συνεργασίας) διαφορετικών επαγγελματιών στη θεραπεία ή υποστήριξη ενός λήπτη	Κατευθυντήρια οδηγία στο πλαίσιο διεπιστημονικής συνεργασίας	Multidisciplinary guideline
Αφορά στην ειδικότητα που μπορεί να αποκτηθεί μόνο μέσω πιστοποιημένου εκπαιδευτικού προγράμματος και ο επαγγελματικός της τίτλος προστατεύεται.	Αναγνωρισμένη επαγγελματική ειδικότητα	Acknowledged profession
Νοείται ως το απαιτητό από το νομικό πλαίσιο ή τον κώδικα δεοντολογίας ή το ασφαλιστικό ταμείο.	Υποχρεωτικό/ Απαιτούμενο	Mandatory
Αποτελεί τη συνολική προσφορά αμειβόμενων θέσεων εργασίας σε μια χώρα ή/ και στην Ευρωπαϊκή Ένωση.	Αγορά εργασίας	Labour market
Περιλαμβάνονται στη σύμβαση εργασίας και αφορούν μεταξύ άλλων στον μισθό, τις ώρες εργασίας, τις άδειες, τα έξοδα μετακίνησης και εκπαίδευσης κτλ.	Συνθήκες εργασίας	Working conditions
Είναι μια επίσημη βεβαίωση σχετικά με την επιτυχή ολοκλήρωση μιας εκπαιδευτικής	Πιστοποιητικό ολοκλήρωσης	Certificate



διαδικασίας ή ενός τεστ δεξιοτήτων.	παρακολούθησης	
Αποτελεί μια περιοδική διαβούλευση/ συζήτηση/ σύσκεψη μεταξύ εργαζομένου και υπευθύνου σχετικά με τις αμοιβαίες εντυπώσεις που υπάρχουν από με τον τρόπο υλοποίησης μιας εργασίας.	Συνεδρία αξιολόγησης	Appraisal session
Είναι μια ομάδα του πληθυσμού που έχει ειδικά χαρακτηριστικά (π.χ. μια ομάδα που είναι εκτεθειμένη σε κάποιους παράγοντες κινδύνου) και στην οποία μπορεί να εφαρμοστούν ειδικές παρεμβάσεις.	Ομάδα - στόχος	Target group
Κείμενο αναφοράς που δείχνει την τρέχουσα κατάσταση σε έναν συγκεκριμένο επιστημονικό ή ειδικό τομέα και στο οποίο μπορούν να συμπεριληφθούν πληροφορίες και πρακτικές εφαρμογές	Εγχειρίδιο	Manual

Βιβλιογραφία

Andresen, R., Oades, L., & Caputi, P. (2003). The experience of recovery from schizophrenia: Towards an empirically validated stage model. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 37, 586-594.

Andresen, R., Caputi, P., & Oades, L. (2006). Stages of recovery instrument: Development of a measure of recovery from serious mental illness. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 40, 972-980.

Copeland, M.E. (1997). *Wellness Recovery Action Plan*. Dummerston, VT: Peach Press

Leamy, M., Bird, V., Le Boutillier, C., Williams, J., & Slade, M. (2011). Conceptual framework for personal recovery in mental health: Systematic review and narrative synthesis. *The British Journal of Psychiatry*, 199, 445-452.

Shepherd, G., Boardman, J., & Slade, M. (2008). *Making recovery a reality*. London: Sainsbury Centre for Mental Health.

Whitley, R., & Drake, R.E. (2010). Recovery: A dimensional approach. *Psychiatric Services*, 61(12), 1248-1250.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

