



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΩΝ, ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

«Μοναξιά στους κρατούμενους και παρεμβάσεις κοινωνικών λειτουργών»

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΑΘΑΝΑΣΙΑ ΝΙΚΟΛΑΪΔΟΥ (Α.Μ. 19671073)

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ

ΑΙΓΑΛΕΩ, 2023



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΩΝ, ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

«Μοναξιά στους κρατούμενους και παρεμβάσεις κοινωνικών λειτουργών»

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΑΘΑΝΑΣΙΑ ΝΙΚΟΛΑΪΔΟΥ (Α.Μ. 19671073)

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ

Η εργασία εκπονήθηκε στο πλαίσιο των απαιτήσεων του Προπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών για την λήψη του πτυχίου του Τμήματος Κοινωνικής Εργασίας του

Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής

ΑΙΓΑΛΕΩ, 2023

Πνευματικά δικαιώματα

Copyright © [Αθανασία Νικολαΐδου, 2023]

Η έγκριση της πτυχιακής εργασίας από το Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής δεν δηλώνει απαραίτητως την αποδοχή των απόψεων του/της συγγραφέα / των συγγραφέων.

Υπεύθυνη Δήλωση

Βεβαιώνω ότι είμαι συγγραφέας αυτής της πτυχιακής εργασίας και ότι κάθε βοήθεια που προσφέρθηκε στην εκπόνησή της αναγνωρίζεται και αναφέρεται στο κείμενο. Επιπλέον, αναφέρονται όλες οι βιβλιογραφικές πηγές που αξιοποιήθηκαν, πρωτογενείς και δευτερογενείς, είτε η συμβολή τους παρατίθεται επακριβώς ως απόσπασμα είτε ως παράφραση.

Η συγγραφέας της εργασίας



[Υπογραφή/ές]



UNIVERSITY OF WEST ATTICA
DEPARTMENT OF SOCIAL WORK

Loneliness in prisoners and interventions for social workers

FINAL YEAR PROJECT REPORT

Athanasia Nikolaidou (Student ID: 19671073)

Supervisor: Konstantina Vasileiou

A report submitted as partial fulfillment of the requirements for the degree of Bachelor

Egaleo, 2023

Αξιολογητής 1- Επιβλέπουσα Καθηγήτρια	Αξιολογητής 2	Αξιολογητής 3

«Ο καλύτερος τρόπος για να εμποδίσεις έναν φυλακισμένο από το να δραπετεύσει είναι να βεβαιωθείς ότι ποτέ δεν θα καταλάβει ότι είναι σε φυλακή».

“The best way to keep a prisoner from escaping is to make sure he never knows he is in prison”.

-Fyodor Dostoevsky

Ευχαριστίες

Φθάνοντας στην ολοκλήρωση του πρώτου ουσιαστικά «επιστημονικού/ερευνητικού ταξιδιού» μου δεν θα μπορούσα να παραλείψω να ευχαριστήσω τους συνοδοιπόρους μου, ως ελάχιστη ένδειξη ευγνωμοσύνης. Πρωτίστως, θα ήθελα να ευχαριστήσω την επιβλέπουσα καθηγήτριά μου την κυρία Κωνσταντίνα Βασιλείου για τους νέους ορίζοντες που μου άνοιξε, για την όμορφη συνεργασία μας, την στήριξη και την καθοδήγηση που μου παρείχε καθ' όλη την πορεία της συγγραφής.

Επίσης σημαντικό θεωρώ να ευχαριστήσω τους καθηγητές και τις καθηγήτριες του τμήματος κοινωνικής εργασίας, οι οποίοι με προμήθευσαν κατά τα χρόνια των σπουδών μου με τα απαραίτητα εφόδια που οδήγησαν στο παρόν αποτέλεσμα.

Ευχαριστώ θερμά τους γονείς μου που με υποστηρίζουν ολόψυχα με κάθε μέσο και τη φίλη και συμφοιτήτριά μου Στέλλα με την οποία μοιραστήκαμε το παράλληλο ταξίδι της συγγραφής μίας πτυχιακής εργασίας και ενθαρρύναμε η μία την άλλη.

Τέλος, οφείλω ένα ευχαριστώ σε όλους τους ερευνητές και τις ερευνήτριες που προσθέτουν διαρκώς λιθαράκια γνώσης γύρω από το ζήτημα της μοναξιάς και ευελπιστώ μια μέρα να ακολουθήσω τα βήματά τους...

Περίληψη

Η παρούσα πτυχιακή εργασία μέσω της βιβλιογραφικής επισκόπησης επιδιώκει να διερευνήσει το φαινόμενο της μοναξιάς, συγκεκριμένα στον πληθυσμό των κρατουμένων και να αναδείξει υπάρχουσες παρεμβάσεις για την μοναξιά, οι οποίες μπορούν να αξιοποιηθούν από τους κοινωνικούς λειτουργούς. Αρχικά, αναλύεται η έννοια και τα είδη της μοναξιάς, αποσαφηνίζεται η διαφοροποίησή της από άλλες συναφείς έννοιες και γίνεται αναφορά σε ορισμένα εργαλεία μέτρησής της. Στη συνέχεια, γίνεται απόπειρα να αναδειχθεί η ανάγκη για στροφή του ενδιαφέροντος της κοινωνικής εργασίας και της κοινωνικής πολιτικής στο ζήτημα της μοναξιάς, εξαιτίας της σοβαρής υποβάθμισης που επιφέρει στην ευημερία των ατόμων. Ειδικότερα, πραγματεύεται τη μοναξιά στην πληθυσμιακή ομάδα των κρατουμένων μέσω της συνοπτικής παρουσίασης του σωφρονιστικού συστήματος της Ελλάδας και των συνθηκών που επικρατούν στα σωφρονιστικά καταστήματα γενικότερα τα οποία καθιστούν τους κρατούμενους πιο ευάλωτους στη μοναξιά. Ακολούθως, εστιάζει στην εξέταση πιο ειδικών ζητημάτων μοναξιάς στη φυλακή, διότι αναλύονται συγκεκριμένες κατηγορίες κρατουμένων και συνθήκες. Αναλυτικότερα, την εργασία απασχολεί το ζήτημα της μοναξιάς στη φυλακή ανάλογα με την ηλικία των κρατουμένων, την ύπαρξη οικογένειας και τη συνθήκη της πανδημίας COVID-19. Επιπλέον, παρουσιάζονται τρόποι με τους οποίους μπορεί να μειωθεί το αίσθημα της μοναξιάς και παρεμβάσεις που έχουν εφαρμοστεί σε πληθυσμούς εκτός αλλά και εντός φυλακής. Τέλος, διερευνάται η αποτελεσματικότητα των παρεμβάσεων και οι παράγοντες που συμβάλουν στην επιτυχή ή μη έκβασή τους τόσο για τον πληθυσμό εκτός φυλακής όσο και για των κρατουμένων.

Λέξεις-κλειδιά: μοναξιά, κρατούμενοι, παρεμβάσεις για τη μοναξιά

Abstract

This undergraduate dissertation through a review of the literature aims to examine the phenomenon of loneliness, especially that of incarcerated people. It also aims to highlight the existing loneliness interventions, which can be used by social workers. Firstly, the concept and the types of loneliness are analysed, the differentiation of loneliness from other related concepts is clarified and some tools of measuring loneliness are also mentioned. Moreover, an attempt is made to stress the necessity for a turn of interest of social work and social policy to the issue of loneliness, due to the severe degradation that it inflicts on people's wellbeing. In particular, the present dissertation deals with loneliness in incarcerated populations through a brief presentation of the prison system in Greece and the prison's conditions in general, which make prisoners more vulnerable to loneliness. Then, it focuses on the examination of more specialised loneliness issues in the prison setting, through an analysis of specific categories of prisoners and conditions. More specifically, the dissertation examines the issue of loneliness according to the prisoner's age, the presence of family and the COVID-19 pandemic. In addition, ways to cope with the feeling of loneliness and interventions that have been applied in populations out of and inside prison, are presented. Finally, the effectiveness of these interventions is investigated, as well as the factors that contribute to either a successful or an unsuccessful outcome for both prisoners and non-prisoners.

Key-words: loneliness, prisoners, loneliness interventions

Περιεχόμενα

Εισαγωγή	12
Κεφάλαιο Πρώτο: Εισαγωγή στην Έννοια της Μοναξιάς	19
1.1 Σύντομη Ιστορική Αναδρομή για τη Μοναξιά	19
1.2 Μοναξιά και Συναφείς Έννοιες	20
1.2.1 Αντίθετες Έννοιες	23
1.3 Προς μία Οριοθέτηση της Μοναξιάς	23
1.3.1 Είδη Μοναξιάς	28
1.4 Εργαλεία Μέτρησης της Μοναξιάς	32
1.4.1 Βασικές Πληροφορίες για τα Εργαλεία Μέτρησης της Μοναξιάς	32
1.4.2. UCLA Loneliness Scale	33
1.4.3 Η Πολυδιάστατη Προσέγγιση και η de Jong-Gierveld Loneliness Scale	34
1.4.4 Προβληματισμοί	35
Κεφάλαιο Δεύτερο: Η Μοναξιά στους Κρατούμενους	37
2.1 Σύντομη Παρουσίαση του Σωφρονιστικού Συστήματος της Ελλάδας	37
2.1.1 Κατηγοριοποίηση των Ελληνικών Φυλακών	37
2.1.2 Νομοθεσία-Πραγματικότητα: από τη Θεωρία στην Πράξη	38
2.1.2.1 Ρόλος του Κοινωνικού Λειτουργού σε Σωφρονιστικά Καταστήματα	39
2.1.2.2. Εμπειρία από την Πρακτική στο Σωφρονιστικό Κατάστημα Κορυδαλλού 1	40
2.1.2.3 Η Μοναξιά στη Φυλακή	42
2.2. Ηλικία	45
2.2.1 Ηλικιωμένοι Κρατούμενοι: Προκλήσεις και Προβληματισμοί	45
2.2.2 Κακοποίηση	49
2.2.3. Επανάταξη	51
2.2.4 Θάνατος στη Φυλακή, Υπαρξιακή Μοναξιά και Παρηγορητική Φροντίδα	53
2.2.5. Σωφρον(τ)ιστικά Καταστήματα: Στόχος ή Ουτοπία;	56
2.3. Η Οικογένεια των Κρατουμένων	57
2.3.1 Προκλήσεις για τους Κρατούμενους στη Διατήρηση Επαφών	59
2.4 Πανδημία στις Φυλακές: Μοναξιά στο Τετράγωνο	63
2.4.1. Προκλήσεις στις Φυλακές εν Καιρώ Πανδημίας	64
2.4.2. Το Μέτρο της Αποστασιοποίησης εντός της Φυλακής	67
2.4.3. Εξέταση του Μέτρου Αποφυλάκισης Υφ' Όρων κατά τη Διάρκεια της Πανδημίας ..	68
Κεφάλαιο Τρίτο: Παρεμβάσεις Κοινωνικών Λειτουργών για τη Μοναξιά	71
3.1 Στο Δρόμο για τη Μείωση της Μοναξιάς	71
3.1.2 Μέθοδοι Εντοπισμού Ατόμων με Μοναξιά	72
3.2 Κατηγοριοποίηση Παρεμβάσεων	74
3.2.1 Άμεσες Παρεμβάσεις	74

3.2.2 Έμμεσες Παρεμβάσεις	80
3.3. Αποτελεσματικότητα παρεμβάσεων	82
3.3.1 Τα Συστατικά της Επιτυχίας	82
3.3.2 Εμπόδια στις Παρεμβάσεις	83
3.4 Παρεμβάσεις στη Φυλακή	85
3.4.1 Εμπόδια στην Εφαρμογή Παρεμβάσεων στη Φυλακή	88
Συμπεράσματα – Προτάσεις	91
i. Απαντήσεις στα Ερευνητικά Ερωτήματα	91
ii. Περιορισμοί και Προτάσεις	94
Βιβλιογραφικές Αναφορές	96

Εισαγωγή

Η μοναξιά φαίνεται να είναι ένα φαινόμενο το οποίο ανέκαθεν αποτελούσε κομμάτι της ζωής των ανθρώπων. Όμως, έχει αρχίσει να απασχολεί εντονότερα τους ειδικούς ιδιαίτερα στη σύγχρονη εποχή, αφού φαίνεται να βρίσκεται σε έξαρση σε παγκόσμιο επίπεδο. Η μοναξιά αποτελεί φαινόμενο πολυπαραγοντικό, δύσκολο ως προς τον ορισμό και την διακρίβωση των αιτιών του. Το σίγουρο είναι οι επιβλαβείς για την υγεία επιπτώσεις που επιφέρει στα άτομα που βιώνουν μοναξιά. Για αυτόν το λόγο, εξάλλου, η ενασχόληση με το θέμα επαγγελματιών υγείας, όπως είναι οι κοινωνικοί λειτουργοί, θεωρείται σημαντική.

Ίσως, εν μέρει, η έξαρση του φαινομένου να οφείλεται στις συνθήκες οι οποίες είναι πολύ διαφορετικές σε σχέση με τα παλαιότερα χρόνια. Οι διαρκείς μεταβολές, η ρευστότητα που επικρατεί, η ταχύτητα των εξελίξεων και η αποξένωση των ατόμων είναι ορισμένες από αυτές τις μεταβολές οι οποίες δεν θα μπορούσαν να αφήσουν ανεπηρέαστη την κοινωνική ζωή και το περιβάλλον στο οποίο διαβιούν οι άνθρωποι (Hsueh et al., 2022).

Για παράδειγμα, η αστικοποίηση επέφερε ριζικές αλλαγές στη ζωή των ανθρώπων, όχι μόνο χωρικά αλλά και συναισθηματικά, τόσο για εκείνους που μετοίκησαν για να αποκτήσουν πρόσβαση σε περισσότερες ευκαιρίες, όσο και για εκείνους τους ανθρώπους που έμειναν πίσω (Franklin, 2012). Επίσης, η αστικοποίηση αναδιαμόρφωσε τα προβλήματα υγείας του πληθυσμού (Commission on Social Determinants of Health [C.S.D.H.], 2008, chapter 6) και το βίωμα της κοινότητας. Πιο συγκεκριμένα, οι έννοιες του κοινωνικού δικτύου και της υποστήριξης στα μεγάλα αστικά κέντρα αλλοιώθηκαν και γενικότερα η φύση των κοινωνικών σχέσεων μεταβλήθηκε. Ως αποτέλεσμα, οι συναισθηματικές ανάγκες του ατόμου για αίσθηση του ανήκειν ή συντροφικότητας (Mellor et al., 2008 στο Franklin, 2012), που κατέχουν σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση του αισθήματος μοναξιάς, καλύπτονται με μεγαλύτερη δυσκολία συγκριτικά με παλαιότερες εποχές. Η ύπαρξη, όμως, κοινωνικής υποστήριξης θεωρείται ένας από τους πιο βασικούς, κοινωνικούς παράγοντες καθορισμού της υγείας και επομένως η έλλειψή της (επακόλουθο της οποίας μπορεί να αποτελέσει η μοναξιά) καλό θα ήταν να ληφθεί σοβαρά υπόψη

(Lederman, 2021) τόσο από τους επαγγελματίες υγείας, όσο από τις κρατικές και τις διεθνείς πολιτικές.

Είναι σημαντικό να σημειωθεί σε αυτό το σημείο ότι σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (χ.χ.) η υγεία νοείται ως «μία κατάσταση πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι απλώς η απουσία ασθένειας ή αναπηρίας». Με άλλα λόγια, η απουσία ασθένειας δεν συνεπάγεται απαραίτητα υγεία. Ακόμη, «η απόλαυση του υψηλότερου δυνατού επιπέδου υγείας είναι ένα από τα θεμελιώδη δικαιώματα κάθε ανθρώπου χωρίς διάκριση φυλής, θρησκείας, πολιτικών πεποιθήσεων, οικονομικής ή κοινωνικής κατάστασης» (World Health Organisation, n.d.). Επομένως, αποτελεί ευθύνη της πολιτείας να προσπαθεί να εξασφαλίζει την υγεία των πολιτών της.

Ίσως εκ πρώτης όψεως κάποιος να μην μπορεί να δει τόσο ξεκάθαρα τη σύνδεση της μοναξιάς με το διάλογο για ισότητα στην υγεία, αλλά γίνεται πιο εμφανής αν αναλογιστεί κανείς τους πολλαπλούς τρόπους με τους οποίους η μοναξιά πλήττει και απειλεί τη σωματική και ψυχική υγεία των ανθρώπων, σε μεγαλύτερο βαθμό μάλιστα από ό,τι άλλα στοιχεία του κοινωνικού δικτύου, όπως η ποιότητά και το μέγεθός του (Rico-Uribe, 2016). Ενδεικτικά, οι επιπτώσεις μπορεί να αφορούν την εξασθένηση του ανοσοποιητικού συστήματος (Pressman et al., 2005), καρδιολογικά προβλήματα (Cacioppo et al., 2002), παχυσαρκία (Hajek et al., 2021), αλκοολισμό (Bragard et al., 2022), έκπτωση γνωστικών λειτουργιών (Zhong et al., 2016) κατάθλιψη (Erzen & Çikrikci, 2018), αυτοκτονικές τάσεις (Schinka et al., 2012) και αυξημένο κίνδυνο θνησιμότητας (Luo et al., 2012).

Η απειλή, όμως, που αποτελεί η μοναξιά για την υγεία των ανθρώπων, απειλεί και τη λειτουργικότητα των κοινοτήτων και την ευημερία τους (Franklin, 2012). Για αυτόν τον λόγο, πλέον έχει αναγνωριστεί ως μείζονα ανησυχία για τη δημόσια υγεία και αφορά τους επαγγελματίες από ποικίλους κλάδους της υγείας (όπως της ιατρικής, της ψυχολογίας, της βιοηθικής, της κοινωνικής εργασίας κ.ο.κ.). Η σπουδαιότητα του φαινομένου γίνεται αισθητή και αν αναλογιστεί κανείς ότι η μία στις πέντε επισκέψεις σε γενικό ιατρό στην Αγγλία πραγματοποιείται εξαιτίας της μοναξιάς (Lederman, 2021).

Παρόλα αυτά, φαίνεται να εξακολουθεί να επικρατεί σύγχυση για το αν η μοναξιά είναι ατομικό ή κοινωνικό πρόβλημα. Η οπτική γωνία υπό την οποία προσεγγίζουμε το ζήτημα έχει πολύ μεγάλη σημασία. Ίσως σαν φαινόμενο δεν έχει προσελκύσει το ίδιο ενδιαφέρον στον σχεδιασμό πολιτικής σε σχέση με άλλα, ακριβώς για αυτόν τον λόγο και όχι εξαιτίας της ασημαντότητάς της. Αναλυτικότερα, αν νοηθεί ως ένα ατομικό πρόβλημα του οποίου η ενασχόληση και επίλυση επαφίεται στην ατομική ευθύνη του καθενός, τότε είναι αναμενόμενο να μην συνυπολογιστούν όλες εκείνες οι κοινωνικές, οικονομικές και πολιτικές πτυχές που συμβάλλουν στη διαμόρφωσή του (Franklin, 2012). Σε αυτήν την περίπτωση, οποιαδήποτε ευθύνη της πολιτείας απέναντι στους πολίτες της εξαλείφεται. Αν, όμως, αναγνωριστεί η επιρροή που ασκούν οι οικονομικές, κοινωνικές και πολιτικές συνθήκες της εκάστοτε κοινωνίας, τότε η πολιτεία οφείλει να αναλάβει δράση (Lederman, 2021). Η ανάγκη ανάληψης δράσης από την πλευρά της πολιτείας σε αυτό το κομμάτι έχει ήδη αναγνωριστεί από ορισμένα κράτη όπως η Μεγάλη Βρετανία και η Ιαπωνία που έχουν δημιουργήσει υπουργείο μοναξιάς.

Στην παρούσα εργασία, η μοναξιά προσεγγίζεται κυρίως ως κοινωνικό φαινόμενο για το οποίο χρειάζεται να παρέμβουμε και να μεριμνήσουμε. Η μοναξιά φαίνεται να είναι διαχειρίσιμη και μπορεί να προληφθεί κάτι στο οποίο μπορούν να συμβάλλουν οι κοινωνικοί λειτουργοί. Αναμφίβολα, χρειάζεται η ατομική συμβολή για την καταπολέμησή της, αλλά συγχρόνως δεν παύει να υπάρχει ανάγκη συμβολής της πολιτείας σε αυτή την προσπάθεια και να εξασφαλίσει τα μέσα και τις συνθήκες για την επιτυχή επίτευξή της (Lederman, 2021).

Για να υποστηριχθεί περαιτέρω η θέση αυτή, αξίζει να γίνει αναφορά στο άρθρο 22 της ανακήρυξης ανθρωπίνων δικαιωμάτων από τον Οργανισμό Ηνωμένων Εθνών (Ο.Η.Ε.) το 1948 σύμφωνα με το οποίο:

Κάθε άτομο, ως μέλος του κοινωνικού συνόλου, έχει δικαίωμα κοινωνικής προστασίας. Η κοινωνία, με την εθνική πρωτοβουλία και τη διεθνή συνεργασία, ανάλογα πάντα με την οργάνωση και τις οικονομικές δυνατότητες κάθε κράτους, έχει υποχρέωση να του εξασφαλίσει την ικανοποίηση των οικονομικών, κοινωνικών και πολιτιστικών δικαιωμάτων που είναι απαραίτητα για την αξιοπρέπεια και την ελεύθερη ανάπτυξη της προσωπικότητάς του.

Η δημιουργία συστημάτων κοινωνικής προστασίας για όλους τους ανθρώπους, αποτελεί απαραίτητο βήμα για την προάσπιση του δικαιώματος στην υγεία (C.S.D.H., 2008, chapter 8) και προς αυτήν την κατεύθυνση χρειάζεται να κινηθούν όλα τα κράτη. Εξάλλου, «Οι κυβερνήσεις έχουν ευθύνη για την υγεία των λαών τους, η οποία μπορεί να εκπληρωθεί μόνο με την παροχή κατάλληλων μέτρων υγείας και κοινωνικότητας» και το επίτευγμα οποιουδήποτε κράτους στην προαγωγή και προστασία της υγείας έχει αξία για όλους (World Health Organisation, n.d.).

Το να προσφέρει μία κοινότητα πρόσβαση σε βασικά αγαθά τα οποία προάγουν τη σωματική και ψυχική ευεξία των μελών της είναι ουσιαστικά απαραίτητη προϋπόθεση για να βρεθούμε ένα βήμα πιο κοντά στην εξασφάλιση του καλύτερου δυνατού επιπέδου υγείας και ευημερίας (C.S.D.H., 2008, chapter 6) που αποτελεί μάλιστα και τον τρίτο στόχο βιώσιμης ανάπτυξης μέχρι το 2030 (Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών, χ.χ.). Εξάλλου, έχει φανεί ότι η διαθεσιμότητα κοινωνικής υποστήριξης συμβάλλει στην επιμήκυνση του προσδόκιμου ζωής (Berk, 2019).

Άρα, μπορούμε να ισχυριστούμε ότι η πρόσβαση σε ένα κοινωνικό σύστημα υποστήριξης σχετίζεται με την ισότιμη και αξιοπρεπή συμμετοχή στην κοινότητα ως μέλος της. Κι αυτό, γιατί η μέριμνα για την ύπαρξη ενός τέτοιου κοινωνικού συστήματος αντικατοπτρίζει το σεβασμό στην αξία των ατόμων και συμβάλλει στην επίτευξη και διατήρηση της αυτονομίας τους η οποία αν περιοριστεί μπορεί να επηρεάσει αρνητικά την υγεία (Lederman, 2021).

Όλα τα παραπάνω σχετίζονται με την ουσία της επιστήμης της κοινωνικής εργασίας και με το ρόλο του κοινωνικού λειτουργού. Η κοινωνική εργασία είναι μια επιστήμη κοινωνική και εφαρμοσμένη. Ασχολείται με τη δράση των ατόμων εντός του κοινωνικού τους περιβάλλοντος, τις δυσκολίες ή και την καταπίεση που αντιμετωπίζουν από αυτό και στοχεύει στην ενδυνάμωσή τους και την ευημερία της κοινωνίας εν γένει, όχι σε θεωρητικό επίπεδο, αλλά σε πρακτικό μέσω στοχευμένων και εφαρμόσιμων παρεμβάσεων (Καλλινικάκη, 2011). Ακόμη, αν ανατρέξουμε στον κώδικα δεοντολογίας των κοινωνικών λειτουργών και συγκεκριμένα στο Π1 θα διαβάσουμε ότι: «Ο κοινωνικός λειτουργός υποχρεούται να προάγει την ευημερία της κοινωνίας γενικότερα» (Σύνδεσμος Κοινωνικών Λειτουργών Ελλάδος [Σ.Κ.Λ.Ε.],

χ.χ.). Επιπρόσθετα, η κοινωνική εργασία καλείται να ασχοληθεί με «τραύματα» που προκλήθηκαν στους ανθρώπους από τυχόν παραλείψεις ή λάθη των πολιτικών επιλογών ή της κοινωνικής πολιτικής η οποία εφαρμόζεται (Καλλινικάκη, 2011). Ακόμη, ορίζεται και από τον κώδικα δεοντολογίας, σύμφωνα με τον οποίο ο κοινωνικός λειτουργός καλείται να λάβει ενεργό συμμετοχή στις αναγκαίες πολιτικές και νομικές μεταβολές με στόχο την βελτίωση της κατάστασης της κοινωνίας και την διαφρούρηση της κοινωνικής δικαιοσύνης (Σ.Κ.Λ.Ε., χ.χ.).

Ένας ακόμη λόγος για τον οποίο η μοναξιά αφορά επαγγελματικά τους κοινωνικούς λειτουργούς είναι, διότι πλήττει ένα πλήθος διαφορετικών πληθυσμιακών και ευάλωτων κοινωνικών ομάδων με τις οποίες εργάζονται. Παρόλο που η μοναξιά μπορεί να αφορά κάθε πολίτη του κόσμου, αυτό δεν σημαίνει ότι είμαστε όλοι ανεξαιρέτως το ίδιο ευάλωτοι σε αυτήν. Με λίγα λόγια, ακόμη κι όταν βρισκόμαστε στην ίδια τρικυμία, δεν διαθέτουμε όλοι τις ίδιες βάρκες. Υπάρχουν πληθυσμιακές ομάδες οι οποίες φαίνεται να είναι πιο επιρρεπείς στη μοναξιά. Επίσης, ενδιαφέρον παρουσιάζουν και οι διακυμάνσεις στην ευαλωτότητα οι οποίες παρουσιάζονται ακόμη και σε υποομάδες εντός της ίδιας πληθυσμιακής ομάδας.

Αν και συχνότερα θεωρείται ότι η μοναξιά βιώνεται κυρίως από άτομα μεγαλύτερης ηλικίας αυτό στην πραγματικότητα δεν αποτελεί τον κανόνα. Πολλά παιδιά και νέοι έρχονται αντιμέτωποι με τη μοναξιά και τις συνέπειές της. Πιο συγκεκριμένα, παιδιά θύματα σχολικού εκφοβισμού, με προβλήματα ψυχικής υγείας όπως η κοινωνική φοβία (Acquah et al., 2016; Wang et al., 2021), παιδιά και νέοι με χρόνια προβλήματα σωματικής υγείας, όπως είναι τα νευρολογικά προβλήματα, τα προβλήματα ακοής και όρασης (Maes et al., 2017), με νευροαναπτυξιακές διαταραχές (Kwan et al., 2020) ή με μαθησιακές δυσκολίες (Andreou et al., 2015) αλλά και φοιτητές πανεπιστημίου (Diehl et al. 2018; Vasileiou et al. 2019).

Συνεχίζοντας, μπορεί να προσβάλει γυναίκες θύματα ενδοοικογενειακής βίας (Arokach, 2006), άστεγους (Bertram, 2021), άτομα με ψυχική ασθένεια (Lindgren et al., 2014), άτομα με αναπηρία (Macdonald et al., 2018), άτομα τα οποία διαμένουν σε ιδρύματα φροντίδας (Brownie & Horstmanshof, 2012), ηλικιωμένα άτομα (Dahlberg et al., 2018) και ειδικότερα άτομα με νόσους όπως το Alzheimer (Balouch et al., 2018), αλλά και τους φροντιστές των ατόμων αυτών (Bramboeck et al., 2020),

ηλικιωμένα άτομα με απώλεια ακοής (Jones et al. 2019), σε βετεράνους (Wilson et al., 2018) αλλά και φυλακισμένους (Ireland & Qualter, 2007) κτλ. Σίγουρα, πολλές ακόμη κατηγορίες θα μπορούσαν να συμπεριληφθούν στη μακρά λίστα των ατόμων που πλήττει συχνότερα ή εντονότερα η μοναξιά.

Τέλος, το πρόβλημα της μοναξιάς φαίνεται να έρχεται εντονότερα στο προσκήνιο τα τελευταία χρόνια ως δημόσιο ζήτημα καίριας σημασίας ιδιαίτερα από την έναρξη της πανδημίας COVID-19 (Okruszek et al., 2020) και τα μέτρα κοινωνικής απομόνωσης που ελήφθησαν από πολλές κυβερνήσεις σε όλο τον κόσμο. Όμως, ο δρόμος που χρειάζεται να διανυθεί, ώστε να λάβει την προσοχή που του αρμόζει, είναι ακόμα μακρύς.

Συγκεκριμένα το πλαίσιο των φυλακών φαίνεται να προσφέρει γόνιμο έδαφος για την καλλιέργεια της μοναξιάς. Οι πολλές και καθημερινές προκλήσεις με τις οποίες έρχονται αντιμέτωποι οι κρατούμενοι, όπως η αποστέρηση της ελευθερίας τους, η αυστηρή τήρηση κανόνων και διαδικασιών, η απομάκρυνση από τους οικείους τους, η αποκοπή από την κοινωνία και το συνεπακόλουθο στίγμα, εντείνουν το αίσθημα της μοναξιάς και καθιστούν τους κρατούμενους πιο ευάλωτους στη μοναξιά συγκριτικά με άλλες πληθυσμιακές ομάδες.

Ακόμη, από προσωπική εμπειρία ως ασκούμενη στο σωφρονιστικό κατάστημα Κορυδαλλού, έγινε αντιληπτό ότι οι παρεχόμενες υπηρεσίες και οι πόροι των φυλακών δεν επαρκούν για να καλύψουν αρκετές ανάγκες των κρατουμένων. Αυτό έχει ως πιθανό αποτέλεσμα, την παραμέληση της ενασχόλησης των κοινωνικών λειτουργών με το ζήτημα της μοναξιάς στους κρατούμενους καθώς έχουν να διαχειριστούν πολλά άλλα ζητήματα.

Στην παρούσα εργασία, λοιπόν, επιχειρείται μέσω της επισκόπησης της βιβλιογραφίας, να αναδειχθεί η σπουδαιότητα και η έκταση του ζητήματος της μοναξιάς στη φυλακή και να απαντηθούν ορισμένα ερευνητικά ερωτήματα με στόχο να καταστεί πιο έκδηλη η ανάγκη ενασχόλησης και παρέμβασης των κοινωνικών λειτουργών με το ζήτημα. Πιο συγκεκριμένα, τα ερευνητικά ερωτήματα που έγινε προσπάθεια να απαντηθούν είναι τα ακόλουθα:

1. Ποιο είναι το φαινόμενο της μοναξιάς και ποιες οι διαστάσεις του σε κρατούμενους;
2. Η ηλικία των κρατουμένων, η ύπαρξη οικογενειακού περιβάλλοντος και η συνθήκη της πανδημίας COVID-19 μπορούν να επηρεάσουν περισσότερο το βίωμα της μοναξιάς στη φυλακή;
3. Ποιες παρεμβάσεις για τη μοναξιά αξιοποιούνται εκτός και εντός φυλακής και ποια η αποτελεσματικότητά τους;

Η πτυχιακή εργασία είναι διαρθρωμένη σε τρία κύρια κεφάλαια καθένα από τα οποία περιλαμβάνει επιμέρους υπο-κεφάλαια. Το πρώτο κεφάλαιο εισάγει τον αναγνώστη στην έννοια της μοναξιάς. Πιο συγκεκριμένα, ξεκινάει με μία σύντομη ιστορική αναδρομή στη μοναξιά για να καταδειχθεί η αέναη ενασχόληση με την έννοια της μοναξιάς διαφόρων κλάδων. Στη συνέχεια γίνεται διαφοροποίηση από άλλες συναφείς έννοιες, αλλά και αντίθετες. Κατόπιν παρουσιάζονται τρόποι προσέγγισης και θεώρησης του φαινομένου της μοναξιάς και επιχειρείται ο ορισμός της. Για την καλύτερη κατανόησή της αναλύονται ορισμένα αίτια της μοναξιάς, χαρακτηριστικά των ατόμων που την βιώνουν και γίνεται διαχωρισμός σε διάφορα είδη/τύπους που απαντώνται στη βιβλιογραφία. Το κεφάλαιο ολοκληρώνεται με την παρουσίαση δύο βασικών, και ευρέως χρησιμοποιούμενων, εργαλείων μέτρησης της μοναξιάς.

Στο δεύτερο κεφάλαιο αναδεικνύεται η μοναξιά στους κρατούμενους με εστίαση σε πιο ευάλωτες κατηγορίες κρατουμένων. Πριν, όμως, αναλυθεί αυτό, για την καλύτερη κατανόηση του πλαισίου της φυλακής γίνεται παρουσίαση του σωφρονιστικού συστήματος της Ελλάδας, της σχετικής νομοθεσίας, του τρόπου κατηγοριοποίησης των φυλακών και του ρόλου των κοινωνικών λειτουργών. Κατόπιν, αναλύεται το ζήτημα των ηλικιωμένων κρατούμενων οι οποίοι φαίνεται να είναι πιο ευάλωτοι στην εμπειρία της μοναξιάς. Συνεχίζει με την εξέταση του φαινομένου της μοναξιάς σε κρατούμενους και τη σχέση με την οικογένειά τους. Το κεφάλαιο κλείνει με την διερεύνηση της επιρροής της πανδημίας COVID-19 και τις προκλήσεις που έφερε στα σωφρονιστικά καταστήματα.

Στο τρίτο και τελευταίο κεφάλαιο παρέχονται πληροφορίες σχετικά με παρεμβάσεις για την μοναξιά. Ειδικότερα, αναφέρονται ορισμένοι τρόποι

αντιμετώπισης της μοναξιάς και τρόποι εντοπισμού ατόμων με μοναξιά τα οποία αποτελούν βασικά πρώτα βήματα εάν επιθυμεί κανείς να παρέμβει αποτελεσματικά στο ζήτημα. Ύστερα, παρουσιάζονται παρεμβάσεις για τη μοναξιά που έχουν εφαρμοστεί εκτός της φυλακής, οι παράγοντες που συμβάλλουν στην επιτυχή έκβασή τους και σε εμπόδια, ώστε ο αναγνώστης να πάρει μία γενικότερη ιδέα πριν αναλυθούν παρεμβάσεις εντός της φυλακής και εμπόδια που συναντώνται.

Στο τέλος της εργασίας, συνοψίζονται και συζητούνται τα βασικότερα συμπεράσματα τα οποία αναδύθηκαν από την επισκόπηση σύγχρονων επιστημονικών δεδομένων. Ακόμη, γίνεται απόπειρα να δοθούν απαντήσεις στα ερευνητικά ερωτήματα που τέθηκαν στην αρχή, διατυπώνονται μελλοντικές προτάσεις για έρευνα και σχολιάζονται ορισμένοι περιορισμοί και παραλείψεις της εργασίας.

Κεφάλαιο Πρώτο: Εισαγωγή στην Έννοια της Μοναξιάς

1.1 Σύνοψη Ιστορική Αναδρομή για τη Μοναξιά

Ιστορικά, η μοναξιά είναι ένα φαινόμενο το οποίο φαίνεται να έχει απασχολήσει το ανθρώπινο είδος ήδη από τα αρχαία χρόνια και δεν παύει να είναι επίκαιρο ακόμη και στις μέρες μας. Αυτό δεν θα έπρεπε να προκαλεί εντύπωση εάν συλλογιστεί κανείς ότι έχει υποστηριχθεί πως είναι ένα φαινόμενο βαθιά συνυφασμένο με την ανθρώπινη ύπαρξη. Για αιώνες πολλοί φιλόσοφοι, ποιητές και ψυχολόγοι έχουν ασχοληθεί με το ζήτημα και τις τελευταίες δεκαετίες μελετάται και από ερευνητές και άτομα που εργάζονται στον χώρο της υγείας (Lederman, 2022). Έχει αναλυθεί με πολλούς και διαφορετικούς τρόπους ανάλογα με τη χρονική περίοδο και την προσέγγιση που ακολουθείται.

Σίγουρα πρόκειται για φιλοσοφικά ελκυστική έννοια για αυτό και η ενασχόληση με τη μοναξιά αποτέλεσε πεδίο ενδιαφέροντος για διάφορα φιλοσοφικά ρεύματα όπως της φαινομενολογίας, της φιλοσοφίας του νου και της υπαρξιακής φιλοσοφίας. Αλλά και καλλιτεχνικοί κλάδοι έχουν ασχοληθεί με αυτή. Στη γερμανική λογοτεχνία έως και το έτος 1945 αναφέρεται ο όρος «Einsamkeit» για να περιγράψει τη μοναξιά ως μία θετική εμπειρία όπου ο άνθρωπος εκούσια αποσύρεται από τα

εγκόσμια και στρέφει την προσοχή του στην αναζήτηση υψηλότερων στόχων και στη σύνδεση με το Θεό (de Jong-Gierveld, 1998).

Τον 20ο αιώνα το φαινόμενο της μοναξιάς φάνηκε να καταλαμβάνει απροσδόκητη προσοχή σε σχέση με τα προηγούμενα χρόνια. Για κάποιους φιλόσοφους, η μοναξιά χρειάζεται να θεωρηθεί ως ένα οντολογικό στοιχείο του είναι μας, αλλά ταυτόχρονα, να μην παραβλέπεται ως αιτία ορισμένων ανησυχητικών σύγχρονων προβλημάτων όπως της αποξένωσης και της ανάδυσης του ολοκληρωτισμού ειδικά στις Δυτικές γραφειοκρατικές κοινωνίες (Costache, 2013).

Ο όρος μοναξιά χρησιμοποιήθηκε επίσης από τον Φρόιντ το 1939 με τον οποίο περιέγραφε την αλλαγή στην εσωτερική δομή του ατόμου ύστερα από την εμπειρία της μοναξιάς. Ορισμένα χρόνια αργότερα, ο Sullivan ήρθε να συγκεκριμενοποιήσει τον όρο ως το αποτέλεσμα της ανικανοποίητης ανάγκης του ατόμου για συντροφικότητα (Sullivan, 1953 στο Bekhet et al., 2008).

Ο ορισμός της πάντως, έχει απασχολήσει (πέρα από τον φιλοσοφικό/καλλιτεχνικό κλάδο) και τον επιστημονικό κλάδο με πολλούς ερευνητές να προσεγγίζουν το ζήτημα από ποικίλες και ιδιαίτερα ενδιαφέρουσες οπτικές και να συνεχίζουν έως και σήμερα να προσπαθούν να προσθέσουν το κομμάτι τους σε αυτό το περίπλοκο παζλ της μοναξιάς με το οποίο δεκαετίες τώρα ασχολείται η επιστημονική κοινότητα.

Το οξύμωρο με την μοναξιά είναι πως αν και αποτελεί καθολικό και πανανθρώπινο φαινόμενο (Corel, 1988 στο Bekhet et al., 2008), δηλαδή αποτελεί μέρος της ανθρώπινης ύπαρξης και συνεπώς όλοι δύναται να τη βιώσουμε κάποια στιγμή στη ζωή μας, ταυτόχρονα πρόκειται για ένα πολύ υποκειμενικό βίωμα το οποίο διαφέρει από άτομο σε άτομο (Austin, 1989 στο Bekhet et al., 2008). Ακόμη, έχει υποστηριχθεί ότι η μοναξιά γίνεται πιο αισθητή όχι όταν είμαστε μόνοι (όπως θα υπέθετε κανείς) αλλά με άλλους (Arendt 1962 στο Costache, 2013).

1.2 Μοναξιά και Συναφείς Έννοιες

Πριν συνεχίσουμε με την παρουσίαση ορισμών της μοναξιάς οι οποίοι έχουν προταθεί, κρίνεται σκόπιμο να διαφοροποιηθεί η έννοια της μοναξιάς από άλλες

παρεμφερείς, οι οποίες συχνά χρησιμοποιούνται ως ταυτόσημες, αλλά και να αναφερθούν εν συντομία αντίθετες έννοιες για την πληρέστερη κατανόηση.

Στον καθημερινό λόγο, αλλά μερικές φορές ακόμη και σε επιστημονικά άρθρα, παρατηρείται η τάση να χρησιμοποιείται η έννοια της μοναξιάς εναλλακτικά με εκείνες της μοναχικότητας και της απομόνωσης (Heinrich & Gullone, 2006) αν και διαφέρουν σημαντικά.

Η απομόνωση είναι η αντικειμενική συνθήκη όπου δεν ερχόμαστε σε επαφή με άλλα άτομα (Etterna et al., 2010; Motta, 2021). Η ψυχίατρος Frieda Fromm-Reichmann (1959/1990 στο Motta, 2021) ήταν η πρώτη που αναγνώρισε τη μοναξιά ως ψυχιατρική διαταραχή και τη διαφοροποίησε από την έννοια της απομόνωσης και της μοναχικότητας. Έως ένα βαθμό, η απομόνωση είναι μετρήσιμη και διαχειρίσιμη. Όταν γίνει αντιληπτή από το άτομο, αξιολογείται και έτσι αρχίζει πλέον να αποτελεί εμπειρία η οποία θα νοηματοδοτηθεί διαφορετικά από το κάθε άτομο, αφού είναι υποκειμενική. Η εμπειρία, λοιπόν, της απομόνωσης μπορεί να εμπεριέχει τόσο την έννοια της μοναξιάς όσο και της μοναχικότητας (Bekhet et al., 2008; Hawkley & Cacioppo, 2010). Κι αυτό, διότι μπορεί να εξελιχθεί είτε σε μοναξιά είτε σε μοναχικότητα με την διαφορά ότι η πρώτη αποτελεί την αρνητική έκφασή της που προκύπτει ακούσια ενώ η δεύτερη τη θετική και είναι εκούσια (Bekhet et al., 2008; Etterna et al., 2010; Hawkley & Cacioppo, 2010).

Η μοναξιά αφορά σε μία εμπειρία που βιώνεται με αρνητικό τρόπο και πηγάζει από το πώς αντιλαμβάνεται το άτομο την έλλειψη ικανοποιητικών κοινωνικών σχέσεων (Perlman & Perla, 1981), κατάσταση η οποία δεν συνιστά επιλογή του ατόμου. Αντιθέτως, η μοναχικότητα μπορεί να οριστεί ως απουσία κοινωνικής συναναστροφής (Lay et al., 2018) η οποία επιλέγεται από το άτομο χωρίς αρνητικά συναισθηματικά επακόλουθα (Bekhet et al., 2008).

Συνεπώς, αυτές οι δύο έννοιες δεν πρέπει να συγχέονται. Ναι μεν έχουμε την ανάγκη ως κοινωνικά όντα να συναναστρεφόμαστε με άλλους ανθρώπους, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι το επιθυμούμε διαρκώς (Lay et al., 2018). Υπάρχουν στιγμές όπου το άτομο έχει ανάγκη να παραμείνει μόνο και μάλιστα αυτό μπορεί να έχει διάφορα θετικά αποτελέσματα, αφού συμβάλλει στην αναζωογόνηση (Bekhet et al., 2008) και στην αποσυμπύεση από την κοινωνική πίεση και το άγχος, (Lay et al., 2018)

ιδιαίτερα όταν βρισκόμαστε σε αδιέξοδα στη ζωή και συνήθως χρειαζόμαστε προσωπικό χρόνο και χώρο να αναθεωρήσουμε (Costache, 2013).

Η απουσία κοινωνικής συναναστροφής θεωρείται πρόβλημα μόνο εάν προσδιορίζεται ως τέτοιο από το ίδιο το άτομο. Συνήθως, η κοινωνική απομόνωση παρατηρείται σε μεγαλύτερης ηλικίας ανθρώπους κι αυτό μπορεί πιθανώς να αποδοθεί στο γεγονός ότι οι άνθρωποι σε αυτό το αναπτυξιακό στάδιο γίνονται πιο επιλεκτικοί με τις κοινωνικές συναναστροφές τους και προτιμούν να είναι πιο ουσιαστικές ακόμα κι αν αυτό σημαίνει να τις περιορίσουν ποσοτικά (Carstensen et al., 2003 στο Lay et al., 2018). Αυτή η τάση έχει ερμηνευθεί με τη θεωρία της κοινωνικοσυναισθηματικής επιλεκτικότητας. Σύμφωνα με αυτή, το στάδιο της γήρανσης έχει συνδεθεί με αλλαγές στην κοινωνική συναναστροφή. Συνήθως τα μεγαλύτερα σε ηλικία άτομα επιλέγουν με άλλα κριτήρια τις συναναστροφές τους σε σχέση με όταν ήταν νεότεροι. Δηλαδή, η επιλογή τους δεν επαφίεται τόσο στην ανάγκη για άντληση επιβεβαίωσης και επικύρωσης από τους άλλους ή για εύρεση πληροφοριών, αλλά εστιάζουν περισσότερο στη συναισθηματική ρύθμιση (Berk, 2019). Βέβαια, καλό είναι να διευκρινιστεί ότι δεν πρόκειται μόνο για θέμα επιλογής. Οι ηλικιωμένοι γενικά, έχουν περισσότερες πιθανότητες να βιώσουν αρνητικές αλλαγές στη ζωή τους. Η απώλεια αγαπημένων προσώπων, η εμφάνιση ασθενειών, η έκπτωση της λειτουργικότητάς τους είναι μερικές από αυτές τις αλλαγές (Berk, 2019) οι οποίες ίσως διαταράξουν τους ίδιους και τις κοινωνικές συναναστροφές τους.

Προς επίρρωση των παραπάνω, σε έρευνα των Lay και συνεργατών (2018) σημειώθηκε αρνητική συσχέτιση μεταξύ της επιθυμίας για απομόνωση και της μοναξιάς. Αυτά τα άτομα δηλαδή δεν σημαίνει ότι αισθάνονταν μόνα. Ακόμη, ο αριθμός των φίλων δεν φαίνεται να αποτελεί προγνωστικό παράγοντα για τη μοναξιά (de Jong-Gierveld, 1998; Hawkley & Cacioppo, 2010; Motta, 2021). Συμπεραίνουμε, λοιπόν, ότι κάποιοι είναι πιθανό να είναι μόνοι και κοινωνικά απομονωμένοι, αλλά ευχαριστημένοι με αυτό, ενώ άλλοι ακόμα κι αν διαθέτουν ένα φαινομενικά ευρύ δίκτυο επαφών να παραμένουν ανικανοποίητοι και να βιώνουν μοναξιά (Hawkley & Cacioppo, 2010; Russell et al., 2012).

Εδώ όμως ίσως κρύβεται μία παγίδα. Παρόλο που ανά καιρούς είναι απαραίτητη η απόσυρση και η παραμονή και συνομιλία με τον εαυτό μας καλό είναι να μην ξεχνάμε ότι αυτό ίσως μας φέρνει ένα βήμα πιο κοντά στη μοναξιά. Αυτή η θέση δεν αναιρεί το γεγονός ότι η μοναξιά και η μοναχικότητα είναι έννοιες διακριτές. Πάντως, παρά τη διαφοροποίησή τους βρίσκονται σε αλληλεπίδραση μεταξύ τους. Δηλαδή, υποστηρίζεται ότι η μοναξιά είναι σημάδι της μοναχικότητας και ότι η μοναχικότητα μπορεί να εξελιχθεί σταδιακά σε μοναξιά (Costache, 2013).

Για να κατανοηθεί καλύτερα η διάκριση της μοναξιάς από την απομόνωση οι Perlaui & Perlman, (1982 στο Russell et al., 2012) πρότειναν το μοντέλο της γνωστικής ασυμφωνίας. Το μοντέλο αυτό υποστηρίζει ότι τα άτομα αναπτύσσουν μέσα τους ένα ιδανικό πρότυπο σχετικά με την ποσότητα και την ποιότητα των κοινωνικών τους επαφών και όσο μεγαλύτερη είναι η απόκλιση από αυτό, τόσο εντονότερη είναι η αίσθηση της μοναξιάς που πλαισιώνεται από αρνητικά συναισθήματα (στο Russell et al., 2012).

1.2.1 Αντίθετες Έννοιες

Συνοπτικά, υπάρχουν ορισμένες έννοιες οι οποίες θα μπορούσαν να χαρακτηρισθούν ως αντίθετες της μοναξιάς. Μία από αυτές είναι η κοινωνική υποστήριξη η οποία αναφέρεται στην πρόσβαση και διαθεσιμότητα κοινωνικών πόρων, ενώ η μοναξιά στα ελλείμματα στις κοινωνικές σχέσεις (Perlman & Perlaui, 1984). Ο House (1981 στο Perlman & Perlaui, 1984) διέκρινε τέσσερις τύπους υποστήριξης: την πληροφοριακή τη συναισθηματική, την οργανική και της αξιολόγησης.

Μία άλλη αντίθετη προς τη μοναξιά έννοια, είναι η σύνδεση, η οποία ορίζεται από τον Younger (1995 στο Bekhet et al., 2008) ως η αίσθηση του να βρισκόμαστε σε σύνδεση και να έχουμε αντίληψη της ενότητας με τον εαυτό μας και τους άλλους και ότι ανήκουμε σε κάτι που μας ξεπερνάει. Με απλούστερα λόγια, πρόκειται για την ανάγκη για ανήκειν.

1.3 Προς μία Οριοθέτηση της Μοναξιάς

Ένα τόσο πολυσυζητημένο και περίπλοκο φαινόμενο όπως η μοναξιά δεν γίνεται να ερμηνευθεί και να αναλυθεί με έναν μόνο τρόπο. Για αυτό, μέσα στο χρόνο

έχει αναπτυχθεί πλήθος θεωριών οι οποίες παρουσιάζουν τη μοναξιά από διάφορες οπτικές και την κατηγοριοποιούν με διαφορετικούς τρόπους. Ας δούμε, λοιπόν, ορισμένους από τους βασικότερους που εντοπίστηκαν κατά τη βιβλιογραφική αναζήτηση.

Έχουν παρατηρηθεί δύο κεντρικές τάσεις. Η μία, είναι να ορίζεται η μοναξιά μεμονωμένα μέσα από τους φακούς διαφορετικών επιστημονικών κλάδων όπως αυτών της ψυχολογίας, της κοινωνιολογίας, της φιλοσοφίας και της νευροεπιστήμης και ο άλλος τρόπος θεώρησης είναι μέσω μίας διεπιστημονικής και συνθετικής προσέγγισης (Motta, 2021).

Σχετικά με τα αίτια της μοναξιάς διακρίνονται τέσσερις διαφορετικές οπτικές. Στην πρώτη, ως αιτία θεωρείται η απουσία σχέσεων οι οποίες καλύπτουν τις κοινωνικές μας ανάγκες, όπως η ανάγκη για αναγνώριση και αποδοχή (Sullivan, 1953 στο Motta, 2021). Στη δεύτερη, δίνεται έμφαση στις γνωστικές διεργασίες και στον τρόπο νοηματοδότησης και ερμηνείας των κοινωνικών σχέσεων από το ίδιο το άτομο (Perlman & Peplau, 1982). Κριτήριο, δηλαδή, είναι πώς το ίδιο βιώνει την κοινωνική του ζωή. Ο τρίτος τύπος πηγάζει από την προσέγγιση αλληλεπίδρασης σύμφωνα με την οποία χαρακτηριστικά προσωπικότητας, βρίσκονται σε αλληλεπίδραση με περιστασιακές συνθήκες και απρόοπτες μεταβολές όπως είναι μία μετακόμιση ή μία νοσηλεία (Blai, 1989 στο Motta, 2021), αλλά και με πολιτισμικούς παράγοντες (Heu et al., 2020). Όλα αυτά συμβάλλουν στη διαμόρφωση των διαπροσωπικών σχέσεων και ως επακόλουθο στη μορφοποίηση του βιώματος της μοναξιάς. Στην τέταρτη προσέγγιση θεωρείται ότι οι άνθρωποι ως κοινωνικά όντα έχουν την ανάγκη για αίσθημα του ανήκειν και όταν αυτή δεν καλύπτεται μπορεί να κάνει την εμφάνισή της η μοναξιά. Ακόμη, συγκεκριμένες αντιλήψεις και ο τρόπος αξιολόγησης της προσωπικής πραγματικότητας και όλη αυτή η διεργασία δεν παραμένει σε εσωτερικό επίπεδο, αλλά εξωτερικεύεται και αντικατοπτρίζεται μέσω της συμπεριφοράς η οποία εκδηλώνεται από το άτομο. Αυτός ο ορισμός, λοιπόν, διαφέρει από τον δεύτερο καθώς εισάγει το στοιχείο της συμπεριφορικής διάστασης πέραν της γνωστικής (Heinrich & Gullone, 2006).

Βέβαια, αξίζει να σημειωθεί ότι η ανάλυση της μοναξιάς βασισμένη στη θεωρία της εξέλιξης έχει διαφορετική άποψη για το ρόλο της για το ανθρώπινο είδος.

Δεν θεωρεί τόσο σημαντικό το στοιχείο της προσωπικής εμπειρίας του κάθε ατόμου. Αντιθέτως, δίνεται περισσότερο έμφαση στο πώς εξελικτικά συνέβαλε σαν χαρακτηριστικό στην προστασία και επιβίωση του είδους. Ο πόνος τον οποίο επιφέρει η μοναξιά λειτουργεί ουσιαστικά με προστατευτικό τρόπο όπως ένας σωματικός πόνος. Αποτελεί σημάδι ότι υπάρχει κάποια πιθανώς απειλητική έλλειψη σύνδεσης με άλλους ανθρώπους και ωθεί έτσι το άτομο στην κινητοποίηση με στόχο την αποκατάσταση αυτής της έλλειψης (Cacioppo et al., 2009 στο Cacioppo et al., 2014). Αυξάνονται έτσι οι πιθανότητες εξασφάλισης της υγείας, της αναπαραγωγής και της επιβίωσης γενικότερα (Cacioppo et al., 2006 στο Cacioppo et al., 2014; Heinrich & Gullone, 2006).

Παρόλο που στο παρελθόν λειτούργησε ωφέλιμα για τον άνθρωπο, στη σύγχρονη εποχή όπου το προσδόκιμο ζωής έχει παραταθεί σημαντικά μπορεί να επιφέρει και αντίθετα αποτελέσματα. Με λίγα λόγια, παλαιότερα οι άνθρωποι δεν ζούσαν αρκετά χρόνια ώστε να προλάβουν να έχουν σημαντική σωματική και γνωστική έκπτωση που παρουσιάζει ο σύγχρονος άνθρωπος, χαρακτηριστικά τα οποία επιδεινώνουν τη μοναξιά. Άρα, δεν χρειάστηκε να έρθουν αντιμέτωποι με τα αρνητικά επακόλουθα της, αλλά άδραξαν κυρίως τα οφέλη της (Cacioppo et al., 2014).

Αφού πραγματοποιήθηκαν ορισμένες διευκρινίσεις ήρθε η ώρα να περάσουμε στους ορισμούς της μοναξιάς. Η μοναξιά μπορεί να οριστεί ως μία κατάσταση κατά την οποία το άτομο εκλαμβάνει την ικανοποίηση που αντλεί από τις διαπροσωπικές του σχέσεις και συναναστροφές ως ανεπαρκή, είτε ποσοτικά είτε ποιοτικά (Bekhet et al. 2008; Diehl et al., 2018; Peplau & Perlman, 1979; Van Tilburg, 2021). Υπάρχει, δηλαδή, μία σημαντική ασυμφωνία μεταξύ της επιθυμίας του ατόμου για συναναστροφές και των συναναστροφών που στην πραγματικότητα διαθέτει στη ζωή του (Peplau & Perlman, 1979).

Η επιθυμία αυτή μπορεί να διαμορφώνεται και να επηρεάζεται από ποικίλους παράγοντες όπως είναι οι προηγούμενες εμπειρίες και οι προσδοκίες για τις μελλοντικές συναναστροφές (Peplau & Perlman, 1979). Ο Weiss (1974 στο Perlman & Peplau, 1984) υποστήριξε ότι οι κοινωνικές σχέσεις σχετίζονται με την κάλυψη κάποιων βασικών κοινωνικών αναγκών του ανθρώπου. Πιο συγκεκριμένα, εκείνες

της συναισθηματικής προσκόλλησης, της ενσωμάτωσης σε μία ομάδα, της φροντίδας και της καθοδήγησης από άλλους.

Η απουσία ή η ανεπαρκής κάλυψη αυτών των αναγκών κάνει τη μοναξιά μια οδυνηρή εμπειρία. Για αυτό και η κατάσταση της μοναξιάς ακολουθείται από ιδιαίτερος αρνητικά και δυσάρεστα συναισθήματα τα οποία έχουν διάφορες επιπτώσεις στη σωματική και ψυχική υγεία του ατόμου, όπως θα παρουσιαστεί σε επόμενο κεφάλαιο. Ως εμπειρία, η μοναξιά είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με τα συναισθήματα της απογοήτευσης και της απώλειας, καθώς φέρνει το άτομο αντιμέτωπο με τη σύγκριση ανάμεσα στις σχέσεις τις οποίες θα ήθελε να έχει και σε αυτές που έχει (Perlau & Perlman, 1979; Van Tilburg, 2021).

Ως επί το πλείστον, μπορούν να διακριθούν τρία χαρακτηριστικά τα οποία έχει φανεί να εμφανίζονται πιο συχνά σε άτομα τα οποία βιώνουν μοναξιά. Το πρώτο, αφορά στην απουσία ενός δεσμού οικειότητας με κάποιο πρόσωπο αλλά και ένα γενικότερο αίσθημα κενού. Το δεύτερο αφορά στο πώς οι άνθρωποι εκλαμβάνουν τη μοναξιά μέσα στο χρόνο, αν δηλαδή θεωρούν ότι είναι καταδικασμένοι να βρίσκονται σε αυτήν την κατάσταση ή εάν πιστεύουν ότι έχουν τη δυνατότητα απεγκλωβισμού. Τέλος, το τρίτο αναφέρεται σε ένα εύρος αρνητικών συναισθημάτων όπως ενδεικτικά η στεναχώρια, η απελπισία και η ντροπή (de Jong-Gierveld, 1998). Συνήθως οι άνθρωποι οι οποίοι βιώνουν μοναξιά αισθάνονται διαφορετικοί και ξεκομμένοι από τους υπόλοιπους ενώ κυριαρχεί η θλίψη ή και ο θυμός (Perlau & Perlman, 1979).

Η μοναξιά όμως, δεν εκδηλώνεται μόνο με τη μορφή συναισθημάτων αλλά και με άλλους δύο τρόπους: τον γνωστικό και τον συμπεριφορικό (Perlau & Perlman, 1979). Ο πρώτος αφορά σε σκέψεις των ανθρώπων, οι οποίες περιστρέφονται γύρω από το ότι δεν είναι άξιοι αγάπης ή δεν γίνονται αποδεκτοί από τους άλλους. Όσον αφορά το συμπεριφορικό επίπεδο, αυτό περιλαμβάνει διάφορες συμπεριφορές όπως η αποφυγή συναναστροφών ή η πολύωρη ενασχόληση με δραστηριότητες οι οποίες αναγκαστικά αποκόβουν το άτομο από το σύνολο, όπως η υπεραπασχόληση με την εργασία (Horowitz, 1982 στο Perlman & Perlau, 1984).

Επιπρόσθετα, η εμπειρία της μοναξιάς άλλοτε μπορεί να λειτουργεί διεγερτικά ενώ άλλοτε κατασταλτικά. Πιο συγκεκριμένα η μοναξιά μπορεί να αυξήσει

ή να μειώσει τα κίνητρα του ατόμου για συναναστροφή. Τα άτομα τα οποία βιώνουν μοναξιά χαρακτηρίζονται από διακυμάνσεις και εναλλαγές μεταξύ περιόδων με υψηλά και χαμηλά κίνητρα για κοινωνική συναναστροφή (Perla & Perlman, 1979). Το άτομο μπορεί, εξαιτίας των δυσάρεστων συναισθημάτων τα οποία συνοδεύουν τη μοναξιά, να κινητοποιηθεί για να αναζητήσει κοινωνικές επαφές οι οποίες ως επί το πλείστον είναι ευχάριστες για τον άνθρωπο (Spithoven et al., 2017). Άρα, μιλάμε για την λειτουργία της αρνητικής ενίσχυσης όπου έχουμε απόσυρση ενός δυσάρεστου ερεθίσματος (του αισθήματος της μοναξιάς εδώ) κάτι το οποίο λειτουργεί ενισχυτικά και αυξάνει τις πιθανότητες επανάληψης μίας συμπεριφοράς (Γένα, 2007), στην προκειμένη περίπτωση της αναζήτησης κοινωνικών συναναστροφών.

Όμως, η μοναξιά κάποιες φορές κινητοποιεί τα άτομα να βρίσκονται σε υπερβολική εγρήγορση σε σχέση με το κοινωνικό τους περιβάλλον και συναναστροφές. Η έρευνα δείχνει ότι το άτομο καθίσταται υπερ-ευαίσθητο απέναντι στις κοινωνικές καταστάσεις έχοντας την τάση να βρίσκει διαρκώς κοινωνικούς κινδύνους και να είναι προκατειλημμένο (Nowland et al., 2018). Έτσι, δημιουργούνται στρεβλές εντυπώσεις και προσδοκίες για τους άλλους που συνήθως έχουν αρνητική χροιά και το άτομο βρίσκει άθελά του τρόπους να τις επιβεβαιώσει ακόμα και μέσα από την ίδια του τη συμπεριφορά συμβάλλοντας έτσι στην ίδια του την απομόνωση (Cacioppo et al., 2014). Θα μπορούσαμε να πούμε ότι θυμίζει το φαινόμενο της αυτοεκπληρούμενης προφητείας. Πρόκειται ουσιαστικά για μία κατάσταση κατά την οποία το κοινωνικό περιβάλλον βιώνεται απειλητικό από άτομα τα οποία βιώνουν μοναξιά. Πιο συγκεκριμένα, τα άτομα με μοναξιά φαίνεται να είναι πιο ευαίσθητα σε κοινωνικά ερεθίσματα τα οποία είναι απειλητικά, συνήθως κρίνουν τους ίδιους και τους γύρω τους πιο αρνητικά, αναμένουν την απόρριψη και γενικότερα εμφανίζουν ορισμένες προκαταλήψεις εστιασμένες στο κοινωνικό πλαίσιο (Spithoven et al., 2017). Η προσοχή τους εφίσταται περισσότερο, σε σχέση με άτομα χωρίς μοναξιά, σε κοινωνικές ενδείξεις θετικές (οι οποίες υποδεικνύουν ευκαιρίες επανασύνδεσης με άτομα) και αρνητικές (οι οποίες υποδεικνύουν πιθανότητες απόρριψης από άλλα άτομα). Ωστόσο, αρκετές φορές τείνουν να

παραβλέπουν τις θετικές ενδείξεις και να εστιάζουν στις αρνητικές (Cacioppo & Hawkley, 2009).

1.3.1 *Είδη Μοναξιάς*

Πέρα από τους διαφορετικούς ορισμούς της μοναξιάς, από τη βιβλιογραφική αναζήτηση αναδύθηκαν και διαφορετικά είδη ή τύποι μοναξιάς.

Ο Weiss (1973) ο οποίος φαίνεται να είναι από τους εξέχοντες ερευνητές που ασχολήθηκε με τη μοναξιά την διέκρινε σε δύο ειδών: την κοινωνική και τη συναισθηματική (De Jong-Gierveld, 1998; Diehl et al., 2018; Van Tilburg, 2021). Η κοινωνική σχετίζεται με την απουσία επαρκούς κοινωνικού δικτύου το οποίο θα συνέβαλε στην κάλυψη της ανάγκης του ανθρώπου να αισθάνεται ότι ανήκει κάπου, στην αίσθηση της συντροφικότητας και της κοινότητας γενικότερα. Η έλλειψη αυτών συνεπάγεται πλήξη και αίσθημα απόρριψης (Weiss 1973 στο Perlman & Peplau, 1984). Συνήθως αφορά σε οικογενειακές σχέσεις, φίλιες και γενικότερα άτομα με τα οποία συναναστρεφόμαστε τακτικά και ίσως μας βοηθήσουν με παροχή υποστήριξης εργαλειακού χαρακτήρα και υψηλού κόστους (high-cost instrumental support), όπως με τη φροντίδα των παιδιών ή με την χορήγηση κάποιου δανείου (Cacioppo et al., 2015 στο Motta, 2021).

Η συναισθηματική μοναξιά αναφέρεται στην απουσία ή στην απώλεια ενός προσώπου «αναφοράς» στο οποίο μπορούμε να στραφούμε και να στηριχθούμε κατά την πορεία της ζωής μας (π.χ. συντρόφου) και από το οποίο λαμβάνουμε συναισθηματική υποστήριξη και επιβεβαίωση της αξίας μας σε κρίσιμες περιόδους της ζωής μας (Cacioppo et al., 2015 στο Motta, 2021). Θεωρούσε ότι είναι η πιο οδυνηρή μορφή μοναξιάς (Weiss 1973 στο Perlman & Peplau, 1984).

Αυτή η διαφοροποίηση βασίζεται ουσιαστικά στην πεποίθηση ότι διαφορετικοί τύποι σχέσεων εξυπηρετούν και καλύπτουν διαφορετικές ανάγκες. Παρά την ευρεία αποδοχή αυτής της διαφοροποίησης της μοναξιάς είναι σύνηθες να μην γίνεται η διάκριση και να μετράται ως ενιαία έννοια (Dahlberg & McKee, 2014).

Μία άλλη διάσταση της εμπειρίας της μοναξιάς, η οποία έχει χρησιμοποιηθεί ως κριτήριο κατηγοριοποίησης της, είναι αυτή του χρόνου. Έτσι η μοναξιά μπορεί να είναι παροδική αν διαρκέσει για συγκεκριμένο χρονικό διάστημα, αλλά μπορεί να

εξελιχθεί και σε χρόνια κατάσταση με τη δεύτερη σαφώς να είναι πιο ανησυχητική. Ενδεικτικά, η χρόνια μοναξιά σχετίζεται με έκπτωση της δυνατότητας του ατόμου για αποτελεσματική επικοινωνία των συναισθημάτων του (Gerson & Perlman, 1979 στο Motta, 2021).

Ο διαχωρισμός ο οποίος προαναφέρθηκε εισήχθη αρχικά από τον Young (1982). Στην περιστασιακή μοναξιά το άτομο είχε ικανοποιητικές σχέσεις, ώσπου προέκυψε κάποιο απρόοπτο γεγονός το οποίο τάρραξε τις ισορροπίες όπως π.χ. η απώλεια αγαπημένου προσώπου. Η παροδική μοναξιά αφορά σε περιστασιακά μοναχικές διαθέσεις οι οποίες όμως δεν έχουν μεγάλη διάρκεια ή ισχύ. Τέλος, προτάθηκε η χρόνια μοναξιά όταν η εμπειρία της μοναξιάς έχει παγιωθεί για πάνω από δύο χρόνια (Motta, 2021) Βέβαια η παροδική μοναξιά αν επιμείνει μπορεί να εξελιχθεί σε χρόνια (De Jong-Gierveld, 1998).

Κατά άλλους, τρία είναι τα βασικότερα είδη μοναξιάς: η υπαρξιακή, η ψυχοκοινωνική και η παθολογική. Η υπαρξιακή νοείται ως αναπόσπαστο κομμάτι της ανθρώπινης φύσης το οποίο όλοι μας κουβαλάμε απλά και μόνο επειδή είμαστε άνθρωποι. Δεν σχετίζεται δηλαδή άμεσα με εξωτερικούς παράγοντες, συμβάντα ή ατομικές εσωτερικές διεργασίες. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η εν λόγω έννοια της υπαρξιακής μοναξιάς. Με τον όρο αυτό εννοείται ένα εγγενές και καθολικό χαρακτηριστικό του ανθρώπου (Bekhet et al., 2008) και ένα συναίσθημα μοναξιάς το οποίο είναι πανταχού παρόν και πηγάζει από τη συνειδητοποίηση της θνητότητάς μας η οποία είναι αναπόφευκτη. Πρόκειται για ένα δυσβάσταχτο αίσθημα το οποίο δεν μπορεί να εκλείψει με την παρουσία άλλων ανθρώπων (Etterna et al., 2010; Larsson et al., 2019 στο Van Tilburg, 2021). Είμαστε μόνοι μας απέναντι στην προσμονή του θανάτου (Etterna et al., 2010), ο οποίος αποτελεί ίσως τη μόνη βεβαιότητα της ζωής μας. Συνοδεύεται από αισθήματα κενού, λαχτάρας, θλίψης, απομόνωσης και αποσύνδεσης από τους άλλους και τον κόσμο. Ο φόβος γύρω από τον θάνατο, της προσωρινής διαμονής μας στον κόσμο και της συνειδητοποίησης ότι είμαστε φθαρτοί είναι έντονος. Είναι αποτέλεσμα ενός ευρύτερου διαχωρισμού που σχετίζεται με τη διαφορετικότητα της φύσης του ανθρώπου σε σχέση με τα υπόλοιπα ζώα και εντείνεται με την έλλειψη νοήματος από τη ζωή (Van Tilburg, 2021).

Η υπαρξιακή μοναξιά χαρακτηρίζεται από τρεις διαστάσεις. Η πρώτη είναι ότι αποτελεί κατάσταση της ανθρώπινης ύπαρξης. Η αλήθεια είναι ότι ο κάθε άνθρωπος είναι μία αυτόνομη οντότητα, διαφοροποιημένη από όλες τις άλλες. Αυτή είναι μία συνειδητοποίηση η οποία γίνεται πιο αισθητή και αντιληπτή πιο εύκολα σε περιπτώσεις απειλητικών γεγονότων για τη ζωή (Etterna et al., 2010). Δεύτερον, χαρακτηρίζεται ως μία ξεχωριστή μορφή μοναξιάς από τις υπόλοιπες. Αποτελεί εμπειρία στην οποία συμπεριλαμβάνεται η εμπειρία της απουσίας του απόλυτου σχετίζεσθαι με τους υπόλοιπους ανθρώπους, επειδή δεν είναι εφικτό να βιώνουμε πράγματα με τον ίδιο τρόπο. Η εμπειρία της υπαρξιακής μοναξιάς μπορεί να εμπειριέχεται και σε άλλα είδη μοναξιάς, αλλά παράλληλα συνεχίζει να είναι αυτόνομη έννοια (Etterna et al., 2010). Τρίτον, χαρακτηρίζεται ως διαδικασία κατά την οποία ο άνθρωπος μετατρέπει την αρνητική εμπειρία μίας τόσο βαριάς οντολογικής συνειδητοποίησης (του ότι ερχόμαστε μόνοι στον κόσμο και μόνοι φεύγουμε) σε ευκαιρία για ανάπτυξη και εσωτερική μεταμόρφωση. Μπορεί, δηλαδή, να χαρίσει νόημα στη ζωή μας.

Αυτές οι τρεις διαστάσεις συνδέονται άμεσα μεταξύ τους, καθώς η πρώτη διαμορφώνει το πώς θα βιωθεί αυτή η κατάσταση και αυτή με τη σειρά της καθορίζει το αν θα οδηγηθεί το άτομο σε ένα θετικό ή όχι αποτέλεσμα (Etterna et al., 2010).

Η εμπειρία της μοναξιάς χαρακτηρίζεται συνεπώς από ποικίλες αντιφάσεις. Αναλυτικότερα, ενώ η συναισθηματική και η κοινωνική μοναξιά γίνονται κατανοητές ως ένας «κοινωνικός πόνος» και προκύπτει στους ανθρώπους χωρίς να το επιθυμούν ή να το έχουν επιλέξει (Cacioppo et al., 2006), η υπαρξιακή μοναξιά, επίσης επώδυνη σύμφωνα με κάποιους, μπορεί να αξιοποιηθεί θετικά.

Αναμφίβολα, η θετική αξιοποίηση του βιώματος της υπαρξιακής μοναξιάς είναι μία απαιτητική προσπάθεια, αλλά επιτεύξιμη και μπορεί εν τέλει να ενδυναμώσει το άτομο. Σύμφωνα με τον Μουστάκα (1961 στο Van Tilburg, 2021; De Jong-Gierveld, 1998), η υπαρξιακή μοναξιά ωθεί τον άνθρωπο στην απόσυρση από τον κοινωνικό κόσμο με στόχο την δημιουργία ταυτότητας και της εύρεσης νοήματος στη ζωή. Η ύπαρξη μιας θετικής προοπτικής που μπορεί να εμπερικλείει η κατά τα άλλα οδυνηρή εμπειρία της μοναξιάς αναγνωρίζεται και από τον Ettema και τους

συνεργάτες του (2010) που θεωρούν ότι μπορεί να καταστεί μία διαδικασία προσωπικής ανάπτυξης.

Παρόλα αυτά η υπαρξιακή μοναξιά δεν είναι κάτι που εξαλείφεται ή θεραπεύεται (Etterna et al., 2010) όπως θεωρείται ότι μπορεί να γίνει με τα άλλα είδη μοναξιάς μέσω της βελτίωσης της ποιότητας και της ποσότητας των κοινωνικών σχέσεων (Mayers & Svartberg, 2001 στο Van Tilburg, 2021). Βέβαια, μπορεί να ανακουφιστεί με διάφορους τρόπους όπως είναι η σύναψη σχέσεων ή τα ταξίδια και άλλες δραστηριότητες, αλλά πάντα θα είναι εκεί και θα βγαίνει ξανά στην επιφάνεια με γεγονότα τα οποία μας ταρακουνάνε όπως ο θάνατος ή ο αποχωρισμός. Επίσης, αν και κοινό βίωμα για την ανθρωπότητα, συγχρόνως βιώνεται με τόσους διαφορετικούς τρόπους όσοι οι άνθρωποι που υπάρχουν (Etterna et al., 2010).

Ο τύπος της ψυχοκοινωνικής μοναξιάς συνήθως πυροδοτείται από κάποια αλλαγή, όπως για παράδειγμα η μετανάστευση, ή μία εισαγωγή σε νοσοκομείο για νοσηλεία, έχει πιο προσωρινό χαρακτήρα και θεωρείται ότι είναι σύνηθες φαινόμενο. Τέλος, η παθολογική μοναξιά είναι πιο εξειδικευμένη καθώς αφορά συνήθως άτομα με ψυχικές διαταραχές και ιδιαίτερα άτομα με σχιζοφρένεια τα οποία έχουν δυσλειτουργικά γνωστικά και συναισθηματικά σχήματα (Austin 1989 στο Bekhet et al., 2008).

Μία ακόμη κατηγοριοποίηση της μοναξιάς που συναντάται στη βιβλιογραφία είναι σε καταθλιπτική και μη καταθλιπτική (Bragg, 1979). Η καταθλιπτική μοναξιά φαίνεται να αναφέρεται σε περιπτώσεις όπου το άτομο αισθάνεται ανικανοποίητο από πολλές πτυχές της ζωής τους όπως οι σχέσεις, η εργασία ενώ η μη καταθλιπτική αναφέρεται στις περιπτώσεις εκείνες όπου το άτομο είναι δυσαρεστημένο από τον τομέα των κοινωνικών του σχέσεων συγκεκριμένα και όχι από τη ζωή συνολικότερα.

Έχει προταθεί επίσης και η έννοια της συλλογικής μοναξιάς όπου αναφέρεται στις σχέσεις που μπορεί να έχει ένα άτομο με άλλα άτομα με παρόμοια χαρακτηριστικά ή τα οποία ανήκουν σε ένα κοινό δίκτυο (π.χ. ίδιο έθνος, ίδιο πολιτικό κόμμα), με τα οποία δεν έχει στενούς δεσμούς, αλλά που μπορούν να αποτελέσουν πηγή πληροφοριών ή «χαμηλού κόστους υποστήριξης». Υπάρχουν ισχυρισμοί ότι αυτή η διάσταση της μοναξιάς αναδύθηκε ως λύση στην εξελικτική ανάγκη του

ανθρώπου για συνεργασία έτσι ώστε να αντιμετωπίσει επιτυχώς αντίξοες καταστάσεις (Motta, 2021). Ως ένα μέσο επιβίωσης, δηλαδή, γιατί έχει αποδειχθεί πως όταν τα μέλη μίας ομάδας ταυτίζονται και επενδύουν σε αυτή, αυξάνονται οι πιθανότητες επιβίωσής τους μέσα στο χρόνο (Cacioppo et al., 2014).

Εν κατακλείδι, και όπως επιχειρήθηκε να παρουσιαστεί παραπάνω, η μοναξιά, συνιστά μία περίπλοκη έννοια, η οποία μπορεί να λάβει ποικίλες μορφές. Ενώ για πολλούς μελετητές συνιστά μια αμιγώς αρνητική, επώδυνη εμπειρία, κάποιοι διανοητές εφιστούν την προσοχή και σε τυχόν ευεργετικά αποτελέσματα (π.χ. επαναπροσδιορισμός νοήματος και δράσης). Η εμπειρία της μοναξιάς θεωρείται ατομική και υποκειμενική, ταυτόχρονα όμως συνιστά μια πανανθρώπινη συνθήκη. Άλλοτε μπορεί να είναι παροδική, πυροδοτούμενη από συγκεκριμένες περιστάσεις και άλλοτε να εγκαθιδρύεται στον ψυχισμό του ατόμου ως χρόνιο βίωμα.

1.4 Εργαλεία Μέτρησης της Μοναξιάς

1.4.1 Βασικές Πληροφορίες για τα Εργαλεία Μέτρησης της Μοναξιάς

Η ανάγκη για δημιουργία αποτελεσματικών εργαλείων μέτρησης της μοναξιάς έχει γίνει αντιληπτή ήδη από τα μέσα του 20ου αιώνα. Οι διαστάσεις του κοινωνικού προβλήματος της μοναξιάς οδήγησαν πολλούς κοινωνικούς επιστήμονες να ασχοληθούν με αυτό και συνεπώς να κατασκευάσουν κατάλληλα εργαλεία μέτρησης για να υποστηρίξουν τις έρευνές τους και να μελετήσουν το φαινόμενο.

Τα εργαλεία αυτά βασίστηκαν, σε γενικές γραμμές σε, δύο βασικές εννοιολογικές προσεγγίσεις: την μονοδιάστατη και την πολυδιάστατη. Στην πρώτη περίπτωση, η μοναξιά νοείται ως καθολικό φαινόμενο με διαφορετικές, όμως, διακυμάνσεις της έντασής της από άτομο σε άτομο. Ακόμα κι αν εμφανίζεται σε εντελώς διαφορετικές πληθυσμιακές ομάδες (π.χ. έφηβους και ηλικιωμένους) κι ακόμα κι αν τα αίτια και οι περιστάσεις διαφέρουν, θεωρείται ότι υπάρχει μία καθολικότητα (Cramer & Barry, 1999; Russell, 1982). Δηλαδή, η μοναξιά που νιώθει ένας μετανάστης για την πατρίδα του θεωρείται ισοδύναμη με εκείνη που νιώθει κάποιος που βγήκε πρόσφατα από μία στενή συντροφική σχέση, παρόλο που οι δύο αυτές οι συνθήκες διαφέρουν ποικιλοτρόπως μεταξύ τους. Σε παγκόσμια κλίμακα, πάντως, το πρώτο εργαλείο που κατασκευάστηκε για αυτόν το σκοπό ήταν το 1961

από τον Eddy και μαζί με τα περισσότερα που ακολούθησαν βασίστηκαν σε δείγματα φοιτητών πανεπιστημίου και φαίνεται να είναι αξιόπιστα (Russell, 1982).

Επιπρόσθετα, αξίζει να αναφερθεί ότι τα εργαλεία μέτρησης της μοναξιάς μπορεί να είναι άμεσα ή έμμεσα. Στα άμεσα, στις χρησιμοποιούμενες προτάσεις και ερωτήσεις γίνεται ξεκάθαρη αναφορά στον όρο της μοναξιάς. Αντιθέτως, στα έμμεσα αυτή η αναφορά αποφεύγεται και χρησιμοποιούνται άλλες συναφείς εκφράσεις (Mund et al., 2022). Αυτό συμβαίνει σκόπιμα, ώστε να συγκαλυφθεί το πραγματικό αντικείμενο της έρευνας και για να απαντήσουν οι συμμετέχοντες όσο πιο γνήσια γίνεται χωρίς να σκέφτονται τι είναι κοινωνικά αρεστό (Russell, 1982).

1.4.2. UCLA Loneliness Scale

Η πιο διαδεδομένη μονοδιάστατη κλίμακα μέτρησης φαίνεται να είναι η University of California Los Angeles Loneliness Scale (UCLA) η οποία σχεδιάστηκε από τους Russell, Peplau και Ferguson (1979). Βέβαια, αν και θεωρητικά συγκαταλέγεται στην μονοδιάστατη προσέγγιση έχει υπάρξει αντίλογος ότι έχει στοιχεία και της πολυδιάστατης (Boffo et al., 2012). Όπως και να έχει, στην αρχή, αποτελούταν από 25 ερωτήσεις βασισμένες σε παλαιότερες κλίμακες μέτρησης τις οποίες ερωτήσεις ήλεγξαν και κατέληξαν στις 20 που φάνηκε να έχουν την καλύτερη εσωτερική εγκυρότητα και αξιοπιστία (Russell, 1982).

Όμως, η αρχική αυτή κλίμακα δέχτηκε κριτική από ερευνητές ιδιαίτερα για το ζήτημα της μεροληψίας της κοινωνικής ευαρέσκειας. Οι ερωτώμενοι είναι πιθανόν να απαντάνε, δηλαδή, με βάση τι είναι κοινωνικά αρεστό και αποδεκτό και να μην είναι απόλυτα ειλικρινείς (Russell, 1982) ίσως λόγω του κοινωνικού στίγματος που ακολουθεί τα άτομα με μοναξιά (Baretto et al., 2022). Το αποτέλεσμα αυτής της κριτικής ήταν η εξέλιξη της κλίμακας UCLA στην αντεστραμμένη της μορφή (Russell et al., 1978). Πάλι, αποτελείται από είκοσι ερωτήσεις, όμως σε αυτήν την περίπτωση οι δέκα είναι θετικά διατυπωμένες και οι άλλες δέκα αρνητικά. Έτσι, είναι πιο εύκολο να εντοπιστεί το φαινόμενο της ομοιόμορφης απόκρισης το οποίο αποτελεί πρόβλημα για την κρίση της ποιότητας των ευρημάτων (Russell, 1982). Όμως και σε αυτήν τη μορφή εντοπίστηκαν ορισμένες ελλείψεις. Τα προβλήματα άρχισαν να γίνονται αντιληπτά όταν η κλίμακα χρησιμοποιήθηκε σε πληθυσμούς πέραν των φοιτητών (στους οποίους γινόταν χρήση της κλίμακας μέχρι τότε). Ειδικά στους

ηλικιωμένους, σημειώθηκε δυσκολία κατανόησης ορισμένων προτάσεων (Russell, 1996) και άρα ορθής συμπλήρωσής τους.

Έτσι, αποφασίστηκε να σχεδιαστεί μία πιο σύντομη και απλοποιημένη εκδοχή της UCLA, όπου τροποποιήθηκε η διατύπωση των ερωτήσεων για να γίνονται καλύτερα αντιληπτές από τους ερωτώμενους και γενικότερα έγιναν ορισμένες διορθώσεις. Αυτή τη φορά, δοκιμάστηκε σε διάφορες ομάδες (δασκάλους, φοιτητές, νοσηλευτές και ηλικιωμένους). Τα αποτελέσματα των αναλύσεων έδειξαν ότι το εργαλείο πληροί σε μεγάλο βαθμό τα κριτήρια ποιότητας για την ποσοτική έρευνα (Russell, 1996) και είναι εξίσου αξιόπιστη και έγκυρη μειώνοντας τη σύγχυση που δημιουργούνταν σε ορισμένους συμμετέχοντες και προμηθεύοντας τους ερευνητές με ένα εναλλακτικό εργαλείο (Elphinstone, 2017).

Από τη δημιουργία της UCLA μέχρι και σήμερα ακατάπαυστα αξιοποιείται στο πεδίο της έρευνας για τη μοναξιά. Σε πολλές και διαφορετικές χώρες και πολιτισμούς έγιναν έλεγχοι και κατάλληλες μεταφράσεις για να μπορέσει να είναι εφαρμόσιμη σε παγκόσμιο επίπεδο όπως ενδεικτικά, στη Δανία (Lasgaard, 2006), την Ιταλία (Boffo et al., 2012), την Νότια Αφρική (Pretorius, 2022) την Τουρκία (Durak et al., 2010) και σε χώρες που ομιλούνται τα Φαρσί (Zarei et al., 2016).

1.4.3 Η Πολυδιάστατη Προσέγγιση και η de Jong-Gierveld Loneliness Scale

Στην πολυδιάστατη προσέγγιση υποστηρίζεται ότι δεν είναι δυνατόν για ένα πολυδιάστατο φαινόμενο, όπως αυτό της μοναξιάς, να δημιουργηθεί ένα μονάχα επαρκές εργαλείο για τη μέτρηση της το οποίο να ισχύει για όλες τις περιπτώσεις. Σχετικά με τα πολυδιάστατα εργαλεία μέτρησης το πρώτο μάλλον είναι το Belcher Extended Loneliness Scale (BELS) (Russell, 1982). Βέβαια, μέχρι και στις μέρες μας πιο διαδεδομένο είναι εκείνο της de Jong Gierveld το οποίο κατασκευάστηκε γύρω στο 1980. Σε αυτό υπάρχουν τέσσερις υποθέσεις για τα συστατικά στοιχεία της μοναξιάς οι οποίες είναι ο τύπος των σχέσεων οι οποίες λείπουν από τη ζωή κάποιου, οι μηχανισμοί άμυνας και προσαρμογής που διαθέτει, τα μελλοντικά σενάρια γύρω από το θέμα της μοναξιάς και οι προσωπικές δυνάμεις που μπορούν να επιστρατευτούν για τη επίλυση της μοναξιάς (Russell, 1982). Αποτελείται από έντεκα προτάσεις και πιο συγκεκριμένα έξι αρνητικά διατυπωμένες και πέντε θετικά στις οποίες οι συμμετέχοντες καλούνται να απαντήσουν πόσο σχετίζονται με την κατάστασή τους.

Η αρχική κλίμακα αποτελούταν από τριάντα τέσσερις προτάσεις από τις οποίες έγινε διαλογή των 11. Έχει βασιστεί στη γνωστική προσέγγιση της μοναξιάς, η οποία, όπως έχουμε δει, θεωρεί ότι όσο μεγαλύτερη η ασυμφωνία των σχέσεων που διαθέτει ένα άτομο και εκείνων που θα επιθυμούσε να διαθέτει, τόσο μεγαλύτερο το αίσθημα μοναξιάς. Συγχρόνως όμως, αναγνωρίζει τη σημασία την οποία μπορεί να έχουν ορισμένοι κοινωνικοί και προσωπικοί παράγοντες στη διαμόρφωση του βιώματος της μοναξιάς. Ενδείκνυται να χρησιμοποιηθεί σε κατά πρόσωπο και τηλεφωνικές συνεντεύξεις και σε ερωτηματολόγια ατομικής συμπλήρωσης. Και αυτή η κλίμακα είναι πολυμελετημένη και ελεγμένη και θεωρείται ένα ικανοποιητικό εργαλείο μέτρησης (de Jong-Gierveld, 1999) τόσο για την κοινωνική όσο και για την συναισθηματική μοναξιά με περιορισμό όμως στις μεγάλες έρευνες (de Jong-Gierveld & van Tilburg, 2006). Για να ξεπεραστεί αυτός ο περιορισμός δημιουργήθηκε και μία πιο σύντομη εκδοχή με παρόμοια αποτελεσματικότητα (de Jong-Gierveld & van Tilburg, 2006). Αξίζει να σημειωθεί σε αυτό το σημείο ότι μπορεί να χρησιμοποιηθεί και ως μονοδιάστατη κλίμακα (Cramer & Barry, 1998) εάν χωριστεί σε δύο διαφορετικές υπο-κλίμακες της συναισθηματικής και της κοινωνικής μοναξιάς (de Jong-Gierveld & van Tilburg, 2006). Και αυτή έχει μεταφραστεί σε διάφορες γλώσσες, όπως τα Κινέζικα (Yu Leung, de Jong-Gierveld & Wa Lam, 2008).

1.4.4 Προβληματισμοί

Δεν είναι ακόμα ιδιαίτερα ξεκάθαρο ποια προσέγγιση μέτρησης είναι πιο αποτελεσματική. Χρειάζεται περισσότερη έρευνα για να βγει ένα συμπέρασμα. Αναμφίβολα και οι δύο προσεγγίσεις έχουν συνεισφέρει στο ερευνητικό πεδίο με τον δικό τους τρόπο και ίσως να μην είναι καν αναγκαίο να καταλήξουμε στην πιο αποτελεσματική, γιατί και οι δύο είναι χρήσιμες σε διαφορετικές περιπτώσεις ή και συνδυαστικά.

Επιπλέον, όταν αποπειρώμεθα να μετρήσουμε την μοναξιά και τις διαστάσεις της σε έναν πληθυσμό είναι σημαντικό να μην λησμονούμε ότι πρόκειται για ένα ιδιαίτερο φαινόμενο από την άποψη ότι, όχι σπάνια, βιώνεται σιωπηλά και ατομικά, γιατί υπάρχει η τάση παθολογικοποίησης των ατόμων με μοναξιά. Ακόμη, η μοναξιά συνδέεται με το στίγμα (Baretto et al., 2022) και δεν είναι απίθανο να αποφεύγεται η αναφορά της για αυτόν τον λόγο. Επομένως, δεν αποκλείεται να υπάρχουν

σκοτεινοί αριθμοί οι οποίοι δεν έχουν συνυπολογιστεί και που δεν μας επιτρέπουν να γνωρίζουμε τις πραγματικές διαστάσεις του φαινομένου ακόμα κι αν μετράται με τα καλύτερα και αποτελεσματικότερα εργαλεία.

Κεφάλαιο Δεύτερο: Η Μοναξιά στους Κρατούμενους

2.1 Σύνοψη Παρουσίαση του Σωφρονιστικού Συστήματος της Ελλάδας

Οι άνθρωποι ήδη από τα αρχαία χρόνια όταν άρχισαν να σχηματίζουν κοινωνίες ανέπτυξαν και καθιέρωσαν συστήματα απονομής δικαιοσύνης με στόχο τη διατήρηση της έννομης τάξης και της αρμονίας στην κοινωνία. Οι έννοιες του δίκαιου - άδικου αλλά και του σωφρονισμού απασχόλησαν έντονα φιλόσοφους αλλά και σοφιστές της αρχαίας Ελλάδας, όπως ο Πλάτωνας και ο Πρωταγόρας. Η σωφροσύνη νοείται ως αρετή που χρειάζεται να καλλιεργήσουν όλοι οι πολίτες και όχι μόνο τα άτομα με παραβατικές ή εγκληματικές συμπεριφορές. Το αντίθετο της σωφροσύνης που είναι η αφροσύνη και οδηγεί στην αδικία κρίνεται απαραίτητο να αίρεται για το καλό κάθε συννόμως οργανωμένης πολιτείας. Ο συνετισμός, δηλαδή, είναι με πολύ απλά λόγια αυτό που αναλαμβάνει να επιτύχει η σωφρονιστική (Δημόπουλος, 2021). Επομένως, γίνεται αντιληπτό ότι έχει υπάρξει ανάγκη οργάνωσης και απονομής δικαιοσύνης από πολύ παλιά και εξακολουθεί να υπάρχει μέχρι και σήμερα έχοντας περάσει διάφορες φάσεις και περιόδους.

Στην Ελλάδα του σήμερα, με τον νόμο υπ' αριθμό 4985 (2022) έγινε αναμόρφωση και εκσυγχρονισμός του Σωφρονιστικού Κώδικα. Η ονομασία των φυλακών ως καταστήματα κράτησης μετονομάστηκαν σε σωφρονιστικά καταστήματα, πραγματοποιώντας ένα βασικό βήμα- σε νομικό και θεωρητικό τουλάχιστον επίπεδο- προς την αναγνώριση και αλλαγή του προσανατολισμού της φιλοσοφίας της φυλακής με έμφαση στην έννοια του σωφρονισμού και όχι της τιμωρίας. Τα δικαιώματα των κρατουμένων έχουν κατοχυρωθεί νομικά ήδη από παλαιότερα. Δηλαδή, κατά την παραμονή κρατουμένων σε Σωφρονιστικά Καταστήματα οφείλεται να εξασφαλίζεται ο σεβασμός στην ανθρώπινη αξιοπρέπεια, να προωθείται η καλλιέργεια του αισθήματος του σεβασμού τόσο προς τον εαυτό όσο και προς το κοινωνικό σύνολο. Ακόμη, οι διακρίσεις σε βάρος κρατουμένων για οποιονδήποτε λόγο απαγορεύονται ρητά (Νόμος 4985/2022).

2.1.1 Κατηγοριοποίηση των Ελληνικών Φυλακών

Τα Σωφρονιστικά Καταστήματα στην Ελλάδα σύμφωνα με το άρθρο 19 του νόμου 4985 (2022) χωρίζονται σε:

1. Γενικά: διακρίνονται σε τύπου Α και Β. Οι φυλακές τύπου Α είναι υποδίκων, δηλαδή ατόμων που δεν έχουν καταδικαστεί, αλλά υπάρχει εντολή προσωρινής κράτησής τους μέχρι να εκδικαστεί η υπόθεσή τους και να βγει οριστική απόφαση. Στις φυλακές τύπου Β κρατούνται κατάδικοι.
2. Ειδικά: πρόκειται για τα καταστήματα νέων, τις αγροτικές φυλακές, την Κεντρική Αποθήκη Υλικού Σωφρονιστικών Καταστημάτων, τα κέντρα ημιελεύθερης διαβίωσης καταδίκων, τα Καταστήματα Εργασίας και τα Σωφρονιστικά Καταστήματα Αυξημένης Ασφαλείας, των Οικονομικών Εγκλημάτων και για Εγκλήματα κατά της Γενετήσιας Ελευθερίας.
3. Θεραπευτικά: αφορούν σε γενικά νοσοκομεία, σε θεραπευτήρια για άτομα με ψυχικές διαταραχές και σε καταστήματα για άτομα με προβλήματα τοξικομανίας.

Επιπλέον, να σημειωθεί ότι οι φυλακές υπόκεινται σε έναν ακόμα διαχωρισμό για γυναίκες κρατούμενες και για άνδρες κρατούμενους. Ως "κρατούμενοι" θεωρούνται όσοι εκτίουν ποινές με περιορισμό ή στέρηση της ελευθερίας, οι υπόδικοι, οι κρατούμενοι για χρέη ή για άλλο λόγο σε εκτέλεση απόφασης πολιτικού δικαστηρίου, οι χρεοφειλέτες και οι "παραμένοντες". Ως "παραμένοντες" θεωρούνται οι αλλοδαποί οι οποίοι παραμένουν κρατούμενοι ακόμα και μετά την αποφυλάκισή τους ώσπου να επέρθει η ώρα της απέλασής τους από την χώρα ή ώσπου να λάβουν άδεια παραμονής (Υπουργική Απόφαση, 2003).

2.1.2 Νομοθεσία-Πραγματικότητα: από τη Θεωρία στην Πράξη

Σύμφωνα με τις προδιαγραφές της νομοθεσίας οι χώροι της φυλακής θα πρέπει να είναι έτσι οργανωμένοι και διαρρυθμισμένοι, ώστε να εξασφαλίζουν αξιοπρεπείς συνθήκες διαβίωσης των κρατουμένων και να πληρούν συγκεκριμένες προϋποθέσεις υγιεινής. Πιο αναλυτικά, είναι σημαντικό να υπάρχει ηλιακό φως και αερισμός και οι θερμοκρασίες να είναι ρυθμισμένες αναλόγως των κλιματολογικών συνθηκών της περιοχής και φυσικά της εποχής (Νόμος 4985/2022).

Επιπρόσθετα, τα κελιά ή οι θάλαμοι που φιλοξενούν τους κρατούμενους στις εκάστοτε πτέρυγες έχουν περιορισμούς στη χωρητικότητά τους (με ανώτατο όριο τα

6 άτομα για τους θαλάμους και τα 2 για τα ατομικά κελιά συγκεκριμένων κυβικών μέτρων). Εν συνεχεία, εντός μίας εργάσιμης ημέρας προβλέπεται για τους νεοεισερχόμενους κρατούμενους να υπάρχει συνάντηση με τον διευθυντή/διευθύντρια της φυλακής, τον ιατρό και τον κοινωνικό/ή λειτουργό για την ενημέρωσή τους για τον τρόπο λειτουργίας του καταστήματος, την εξέταση της κατάστασης της υγείας τους και την ιχνηλάτηση των υλικών και άυλων αναγκών τους (Νόμος 4985/2022).

Τέλος, όλοι οι κρατούμενοι ανεξαιρέτως έχουν το δικαίωμα πρόσβασης και συμμετοχής σε δημιουργικές, εκπαιδευτικές και αθλητικές δραστηριότητες. Τα παραπάνω είναι ορισμένα μόνο από τα βασικά δικαιώματα των κρατουμένων όπως ορίζονται από την ελληνική νομοθεσία (Νόμος 4985/2022) η οποία συμμορφώνεται με τους Ευρωπαϊκούς Σωφρονιστικούς Κανόνες.

Η αποστέρηση της ελευθερίας ενός ατόμου όταν προκύπτει στο πλαίσιο έκτισης μίας ποινής, από μόνο της δεν καταπατάει το δικαίωμα στην ανθρώπινη αξιοπρέπεια. Η πολιτεία έχει την ευθύνη να μεριμνά για την εγκαθίδρυση ενός σωφρονιστικού συστήματος το οποίο θα σέβεται και θα προστατεύει τα ανθρώπινα δικαιώματα όλων των πολιτών της (Δημόπουλος, 2021).

2.1.2.1 Ρόλος του Κοινωνικού Λειτουργού σε Σωφρονιστικά Καταστήματα

Ο κοινωνικός λειτουργός σε σωφρονιστικά καταστήματα θεωρείται ως «ειδικευμένο επιστημονικό προσωπικό» μαζί με τους κοινωνιολόγους, τους ψυχολόγους και τους εκπαιδευτικούς (Υπ. Απόφαση, 2003). Μπορεί να εκτελεί τόσο εσωτερική όσο και εξωτερική υπηρεσία και έχει επικοινωνία με τους κρατούμενους, τις οικογένειές τους, αποφυλακισθέντες, αλλά και υπηρεσίες που μπορούν να συμβάλλουν στην στήριξή τους (Υπ. Απόφαση, 2003). Μέσα από κατ' ιδίαν συνεντεύξεις με τους κρατούμενους (Νόμος 4985/2022), συγκεντρώνει σημαντικές πληροφορίες γύρω από την ατομική, οικογενειακή και κοινωνική τους κατάσταση. Αυτές οι πληροφορίες αξιοποιούνται για την εκτίμηση των αναγκών των κρατουμένων με στόχο να πραγματοποιηθούν από τον κοινωνικό λειτουργό παρεμβάσεις για την όσο το δυνατόν πληρέστερη κάλυψη των υλικών και ψυχοκοινωνικών αναγκών τους. Η μέριμνα για την παροχή ευκαιριών για δημιουργική απασχόληση στον ελεύθερο χρόνο των κρατουμένων με διάφορων ειδών δραστηριότητες όπως ενδεικτικά εκπαιδευτικές και πολιτιστικές είναι ακόμη ένα κομμάτι της εργασίας που

αναμένεται να πραγματοποιηθεί από τους κοινωνικούς λειτουργούς στη φυλακή. Ένα ακόμη σημαντικό μέρος της δουλειάς του κοινωνικού λειτουργού είναι η προετοιμασία των κρατουμένων, των οικογενειών τους και του ευρύτερου κοινωνικού περιβάλλοντος για την επάνοδο στην κοινωνία και την ομαλή αποκατάστασή τους σε αυτή (Υπ. Απόφαση, 2003).

Όλα τα παραπάνω είναι μερικά μόνο από τα βασικές ενασχολήσεις του κοινωνικού λειτουργού σε σωφρονιστικά καταστήματα έτσι όπως ορίζονται από την ελληνική νομοθεσία. Η μοναξιά είναι ένα φαινόμενο ιδιαίτερα αισθητό στη φυλακή, όπως θα αναλυθεί παρακάτω. Έχει φανεί ότι δυσχεραίνει την προσαρμογή των κρατουμένων στη φυλακή και επηρεάζει αρνητικά την ψυχική και σωματική τους κατάσταση (Kao et al., 2014). Συνεπώς, λαμβάνοντας υπόψιν ότι ένας από τους ρόλους του κοινωνικού λειτουργού στη φυλακή είναι να ενδιαφέρεται για την γενικότερη ευημερία των κρατουμένων και αφού η μοναξιά φαίνεται να την πλήττει, είναι πολύ σημαντικό, μέρος των παρεμβάσεων να επικεντρωθούν στο κομμάτι καταπολέμησης της μοναξιάς.

2.1.2.2. Εμπειρία από την Πρακτική στο Σωφρονιστικό Κατάστημα Κορυδαλλού 1

Η εφαρμογή όλων των παραπάνω φαίνεται να αποτελεί απαιτητικό εγχείρημα για το ελληνικό σωφρονιστικό σύστημα και όχι μόνο. Τουλάχιστον αυτό απέδειξε η προσωπική μου εμπειρία από την εξάμηνη πρακτική εργαστηριακή άσκηση στο Σωφρονιστικό Κατάστημα Κορυδαλλού 1 (ανδρικές φυλακές).

Οι συνθήκες κράτησης των κρατουμένων έχουν χαρακτηριστεί ως απαράδεκτες και από τον Δημόπουλο (2021) εξαιτίας του συνωστισμού ατόμων - στις φυλακές γενικότερα, αλλά και στα κελιά και τους θαλάμους ειδικότερα - πολύ μεγαλύτερου αριθμού ατόμων σε σχέση με αυτόν για τον οποίο είχαν αρχικά σχεδιαστεί και με βάση τις προϋποθέσεις που προβλέπονται στη νομοθεσία, όπως παρατέθηκε προηγουμένως. Παράλληλα, δεν τηρούνται στοιχειώδεις κανόνες υγιεινής, η ποιότητα της σίτισης είναι υποβαθμισμένη, η θέρμανση ελλιπής, ο φωτισμός και ο αερισμός περιορισμένοι και η κατάχρηση εξουσίας από το σωφρονιστικό προσωπικό όχι σπάνιο φαινόμενο. Πέραν, όμως, της συμπεριφοράς του φυλακτικού προσωπικού γενικότερα το προσωπικό της φυλακής δεν επαρκεί για να καλύψει τις ανάγκες των κρατουμένων.

Όσον αφορά την κοινωνική υπηρεσία ο αριθμός των κοινωνικών λειτουργών δεν επαρκεί για να καλύψει τις ψυχοκοινωνικές ανάγκες των κρατούμενων και των οικογενειών τους (κατά προσέγγιση 1:300 η αναλογία κοινωνικού λειτουργού-κρατούμενων). Έτσι οι κοινωνικοί λειτουργοί αναγκάζονται να απορροφηθούν σε μεγαλύτερο βαθμό σε διοικητικό έργο με αποτέλεσμα να είναι σχεδόν ανύπαρκτη η ανάπτυξη προγραμμάτων με ενδυναμωτικό χαρακτήρα για τους κρατούμενους που θα μπορούσαν να συμβάλουν και στην προετοιμασία για την ομαλότερη επάνοδο τους στην κοινωνία. Βέβαια, για την στήριξη των αποφυλακισθέντων έχει δημιουργηθεί η «ΕΠΑΝΟΔΟΣ» που αποτελεί τον πρώτο και μοναδικό έως τώρα επίσημο φορέα στην Ελλάδα για την προώθηση της επανένταξης των κρατούμενων (Επάνοδος, χ.χ.) οπότε βρίσκεται ακόμα σε πρώιμα στάδια. Ούτε, όμως οι υλικές ανάγκες των άπορων κρατούμενων μπορούν να καλυφθούν επαρκώς, καθώς η χρηματοδότηση για αυτόν τον σκοπό είναι περιορισμένη και το ταμείο της κοινωνικής υπηρεσίας βασίζεται κατά κόρον σε δωρεές.

Σίγουρα δεν γίνεται να προκύψει ένα γενικεύσιμο και ασφαλές συμπέρασμα για την κατάσταση των σωφρονιστικών καταστημάτων από την μεμονωμένη προσωπική μου εμπειρία. Μολαταύτα, η «πραγματικότητα» άλλων φυλακών δεν φαίνεται να διαφέρει σε μεγάλο βαθμό. Κι αυτό είναι ιδιαίτερα ενδιαφέρον, διότι από τη βιβλιογραφική αναζήτηση φάνηκε ότι πολλά από τα προβλήματα τα οποία αντιμετωπίζουν οι κρατούμενοι δεν αποτελούν μόνο «προνόμιο» της χώρας μας, αλλά συναντώνται και σε έρευνες οι οποίες αφορούν συνθήκες σε φυλακές διαφόρων ξένων χωρών (Harvey, 2018; Guo et al., 2019; Rubenstein et al., 2016).

Τέλος, αξίζει να τονιστεί ότι η εισαγωγή στη φυλακή είναι συχνά μία σοκαριστική εμπειρία η οποία μπορεί να ακολουθείται από τους «πόνους της φυλάκισης» που προκύπτουν λόγω της αποστέρησης της ελευθερίας, της αυτονομίας και της ασφάλειας (Sykes 1958 όπως αναφέρεται στο Shammass, 2017). Άρα, η πλειοψηφία των κρατούμενων μπορεί να είναι μία πιο ευάλωτη πληθυσμιακή ομάδα σε σχέση με το γενικό πληθυσμό, μεταξύ άλλων και στη μοναξιά. Όμως, ακόμα και εντός αυτής της ομάδας που την χαρακτηρίζει η ευαλωτότητα φαίνεται να υπάρχουν κατηγορίες κρατούμενων περισσότερο ευάλωτες ή απρόοπτες συνθήκες που αυξάνουν την ευαλωτότητα. Για αυτόν τον λόγο, λοιπόν, έγινε η επιλογή να δοθεί

έμφαση στα παρακάτω υποκεφάλαια (α) στο ζήτημα των ηλικιωμένων κρατούμενων, (β) των οικογενειακών σχέσεων των κρατούμενων και (γ) της πανδημίας COVID-19.

2.1.2.3 Η Μοναξιά στη Φυλακή

Η φυλακή είναι ένα δύσκολο περιβάλλον με ιδιόμορφες συνθήκες και χαρακτηριστικά (Ziaee et al., 2022) στο οποίο οι κρατούμενοι έρχονται αντιμέτωποι με πολλές ψυχοπιεστικές καταστάσεις, την απώλεια (Aydin & Kutlu, 2021; Basaran, 2016; Pat et al., 2023) αγαπημένων προσώπων, της ελευθερίας και γενικότερα της ζωής προ φυλακής. Διάφοροι μπορεί να είναι οι παράγοντες εκείνοι που διαμορφώνουν το αίσθημα της μοναξιάς μέσα στη φυλακή και πολλές φορές δεν είναι ξεκάθαρο αν πρόκειται για παράγοντες που επηρεάζουν την μοναξιά ή για αποτελέσματά της.

Ο πληθυσμός των κρατούμενων θεωρείται ιδιαίτερα ευάλωτος συγκριτικά με τον γενικό πληθυσμό, λόγω των σημαντικά υψηλότερων ποσοστών τραύματος στο οποίο έχουν εκτεθεί πριν τη φυλάκισή τους αλλά και του κινδύνου που ενέχεται να υποστούν εντός της φυλακής. Οι συνθήκες που επικρατούν μπορούν να χαρακτηριστούν αντίξοες. Περιβαλλοντικοί, κοινωνικοί και χωρικοί παράγοντες σύμφωνα με έρευνα του Hsueh και συνεργατών (2022) μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά το αίσθημα μοναξιάς ακόμα και σε μέρη όπου υπάρχουν πολλές ευκαιρίες αλληλεπίδρασης με άλλα άτομα. Η έλλειψη χώρων πρασίνου και κτιρίων προσβάσιμων και εύχρηστων για όλους τους πολίτες δυσχεραίνει την κοινωνική αλληλεπίδραση, προσβασιμότητα και ένταξη. Οπότε, δεν προκαλεί εντύπωση η αυξημένη πιθανότητα να υποστούν οι κρατούμενοι περαιτέρω «κακοποιητικές» εμπειρίες στη φυλακή.

Οι κρατούμενοι έχουν αναφέρει ότι βιώνουν έντονα το φόβο ότι θα ξεχαστούν και ότι είναι αόρατοι. Αυτό το αίσθημα εντείνεται από τη στάση του φυλακτικού προσωπικού, αλλά και από ακούσιες συμπεριφορές όπως όταν οι φύλακες ξεχνάνε κλειδωμένο κάποιο κελί ή κάποιο άτομο έξω στο κρύο. Τέτοια μικρά συμβάντα για τους κρατούμενους δεν είναι καθόλου ασήμαντα και μπορεί να επιδράσουν αρνητικά. Πιο συγκεκριμένα, πλημμυρίζονται από αισθήματα αδυναμίας ελέγχου της ζωής τους ακόμα και για «μικρά» πράγματα όπως το να επιλέξουν με ποιον θα μοιραστούν τον προσωπικό τους χώρο, τον θόρυβο που θα επικρατεί και πώς τους απευθύνονται οι άλλοι (Schliehe et al., 2021).

Τα υψηλά ποσοστά μοναξιάς έχει φανεί ότι έχουν σχέση με την εμφάνιση ή επιδείνωση προβλημάτων ψυχικής υγείας (Cottichia & Putnam, 2021; Pat et al., 2023) και ειδικότερα, με την εμφάνιση καταθλιπτικών συμπτωμάτων, αυτοκτονικών ιδεασμών, αισθήματος απελπισίας, άγχους και φόβου μέσα στη φυλακή (Heard et al., 2013).

Όλα αυτά, επηρεάζουν την ψυχική ισορροπία των κρατουμένων, τις σχέσεις τους με τους άλλους ανθρώπους, το αίσθημα ασφάλειας και υποστήριξης από το περιβάλλον (Cottichia & Putnam, 2021; Kao et al., 2014) συντηρώντας έτσι έναν φαύλο κύκλο που διαιωνίζει το αίσθημα της μοναξιάς.

Το οξύμωρο με το φαινόμενο της μοναξιάς σε σωφρονιστικά καταστήματα είναι ότι παρόλο που υπάρχει υπερπληθυσμός και στενή σωματική εγγύτητα με άλλους ανθρώπους καθημερινά, τα ποσοστά μοναξιάς είναι υψηλότερα από ότι εκτός φυλακής (Pat et al., 2023; Schliehe et al., 2021). Αυτό μπορεί να θεωρηθεί ως απόρροια της έλλειψης συναισθηματικής σύνδεσης με άτομα, καθώς οι κρατούμενοι ισχυρίζονται ότι δεν είναι εύκολο να βρουν άλλα άτομα που να τους καταλαβαίνουν, να ταιριάζουν τα προσωπικά τους ενδιαφέροντα ή οι πολιτισμικές τους αξίες και πεποιθήσεις (Pageu et al., 2022). Για ορισμένους φυλακισμένους η μοναξιά μπορεί να σχετίζεται με εποχικές αλλαγές ή με συγκεκριμένες ημερομηνίες τον χρόνο που αφορούν γιορτές ή γενέθλια (Schliehe et al., 2021). Τότε είναι ίσως που ο αποχωρισμός από οικεία πρόσωπα επιδράει πιο έντονα στην μοναξιά των κρατουμένων.

Το δίκτυο υποστήριξης των κρατουμένων μπορεί να χωριστεί σε δύο κατηγορίες το εξωτερικό και το εσωτερικό. Η ύπαρξή τους είναι καθοριστική για την μείωση της μοναξιάς στη φυλακή, την προσαρμογή και για την αποφυγή πολλών προβλημάτων σωματικής και ψυχολογικής φύσεως (Theeke & Mallow, 2015; Jiang & Wingfree, 2006). Το εξωτερικό δίκτυο είναι η ύπαρξη συγγενικών ή φιλικών προσώπων εκτός φυλακής τα οποία καθ' όλη τη διάρκεια της φυλάκισης στηρίζουν τον κρατούμενο συναισθηματικά, οικονομικά ή ακόμα και με νομικά ζητήματα (Pat et al., 2023).

Το εσωτερικό δίκτυο υποστήριξης μπορεί να αναφέρεται στην δημιουργία ποιοτικών σχέσεων με συγκατατούμενους, αλλά και σε δημιουργικές δραστηριότητες οι οποίες κάνουν την καθημερινότητα στη φυλακή πιο υποφερτή (Pat et al., 2023).

Για αρκετούς κρατούμενους, οι επαγγελματίες υγείας (π.χ. ιατροί, κοινωνικοί λειτουργοί, νοσηλευτές κτλ.) αποτελούν σημαντικά πρόσωπα αναφοράς τα οποία συμβάλλουν στην αίσθηση της εμπιστοσύνης και της συνδεσιμότητας με τον έξω κόσμο (Pageu et al., 2022).

Σε αυτό το σημείο αξίζει να αναδειχθεί η διαφορά μεταξύ ανδρών και γυναικών κρατούμενων στον τρόπο σύναψης σχέσεων μέσα σε σωφρονιστικά καταστήματα. Γενικά, έχει φανεί ότι οι άνδρες (σε αντίθεση με τις γυναίκες) εστιάζουν περισσότερο στο να φαίνονται σκληροί και να επιβιώνουν μόνοι μέσα στη φυλακή (Jiang & Wingfree, 2006) δίχως να ζητάνε συχνά τη βοήθεια επαγγελματιών και δίχως να δείχνουν την ίδια προθυμία για συμμετοχή σε προγράμματα (Kupers, 2005). Κατά συνέπεια, οι γυναίκες κρατούμενες σημειώνουν μεγαλύτερη αίσθηση ικανοποίησης από τα υποστηρικτικά τους δίκτυα και καλύτερα επίπεδα προσαρμογής (Jiang & Wingfree, 2006).

Μάλιστα, δεν φαίνεται να έχει σημασία για τα επίπεδα μοναξιάς ο τύπος της φυλακής (αν δηλαδή έχει πολλούς περιορισμούς και μέτρα ασφαλείας ή όχι) ή η αποφυλάκιση και η επιστροφή στην κοινωνία (Schliehe et al., 2021). Αντιθέτως, το αίσθημα της μοναξιάς μετά την αποφυλάκιση μπορεί να εξακολουθεί να είναι έντονο, αυξάνοντας έτσι τις πιθανότητες αποτυχίας της επανένταξης (Kao et al., 2014). Σε γενικές γραμμές η μοναξιά που βιώνεται λίγο πριν την αποφυλάκιση αλλά και μετά σχετίζεται με τον φόβο του στίγματος (Pageu et al., 2022), την αίσθηση ότι δεν έχουν πλέον κάποιον να τους στηρίξει και με την έλλειψη εργασίας, στέγης και κοινωνικών παροχών, ώστε να είναι διασφαλισμένες βασικές τους ανάγκες (Schliehe et al., 2021). Πέραν από τους δομικούς παράγοντες που έχουν αναλυθεί σε επόμενο σημείο της εργασίας και δεν διευκολύνουν τη διατήρηση στενών επαφών με τον έξω κόσμο, δεν είναι λίγες οι φορές που οι ίδιοι οι κρατούμενοι αποφασίζουν να αποκοπούν από την επικοινωνία με τους οικείους τους σε μία προσπάθεια να τους προστατεύσουν συναισθηματικά (Schliehe et al., 2021).

Επομένως, η μοναξιά στη φυλακή είναι ένα περίπλοκο φαινόμενο με πολλές διαστάσεις και παραμέτρους οι οποίες χρειάζεται να λαμβάνονται υπόψιν για να υπάρξει κάποια θετική αλλαγή.

2.2. Ηλικία

2.2.1 Ηλικιωμένοι Κρατούμενοι: Προκλήσεις και Προβληματισμοί

Τα προβλήματα και τα ελλείμματα στα σωφρονιστικά καταστήματα είναι πολλαπλά, όπως ήδη συζητήθηκε προηγουμένως. Ορισμένα από αυτά είναι κοινά για τον πληθυσμό των κρατουμένων. Ωστόσο, ο πληθυσμός των φυλακών δεν μπορεί να χαρακτηριστεί από ομοιογένεια. Για αυτόν τον λόγο, αρκετά προβλήματα επηρεάζουν περισσότερο ή αφορούν μόνο συγκεκριμένες υπο-ομάδες κρατουμένων, όπως για παράδειγμα αυτή των ηλικιωμένων που θα εξεταστεί στην παρούσα ενότητα (Vekonić et al., 2021).

Ο γενικός πληθυσμός των ηλικιωμένων θεωρείται ευάλωτος στον κοινωνικό αποκλεισμό και στη μοναξιά λόγω των επιπτώσεων και των αλλαγών που επιφέρουν στη ζωή η γήρανση και το κοινωνικό στίγμα με το οποίο συνοδεύεται. Ακόμη, ως αναπτυξιακή περίοδος είναι στενά συνδεδεμένη με την έννοια της απώλειας, της εμφάνισης προβλημάτων υγείας και άλλων προκλήσεων (Kharicha et al., 2017). Η γήρανση, σαφώς είναι μία αναπόφευκτη, βιολογικά καθορισμένη διαδικασία (Vekonić et al., 2021), την οποία αν και καλό θα ήταν να κανονικοποιήσουμε, δεν σημαίνει ότι παύει να επιφέρει εκπτώσεις στις σωματικές και γνωστικές λειτουργίες του ανθρώπινου σώματος (Blowers, 2015) και επομένως χρήζει μίας ιδιαίτερης μεταχείρισης. Η παράταση και η βελτιστοποίηση της λειτουργικής ικανότητας των ηλικιωμένων, της δυνατότητάς τους δηλαδή για αυτοεξυπηρέτηση και ολοκλήρωση καθημερινών δραστηριοτήτων είναι καίριας σημασίας για τη μεγιστοποίηση της σωματικής και ψυχικής τους υγείας και ευημερίας (Bedard, et al., 2016). Επίσης, η γήρανση αν και κοινή για όλους τους ανθρώπους, δεν προκύπτει την ίδια χρονική στιγμή και δεν έχει τις ίδιες εκφάνσεις για όλους (Blowers, 2015). Υπάρχει, δηλαδή, το στοιχείο της υποκειμενικότητας σε ένα κατά τα άλλα καθολικό βίωμα. Για αυτό, εξάλλου και οι γεροντολόγοι έχουν διακρίνει μεταξύ χρονολογικής και υποκειμενικής ηλικίας και από χώρα σε χώρα παρατηρούνται διαφοροποιήσεις στο ηλικιακό όριο το οποίο όταν υπερβεί κάποιος θεωρείται ηλικιωμένος. Σε αρκετές χώρες είναι τα 65 χρόνια (Bedard et al., 2016) όταν πλέον κάποιος μπορεί να συνταξιοδοτηθεί (Maschi & Aday, 2014).

Με άλλα λόγια, ένα άτομο ηλικίας 85 χρονών δεν αποκλείεται να είναι σε καλύτερη βιο-ψυχοκοινωνική κατάσταση από έναν 70 χρονών (Blowers, 2015). Αυτή είναι μία ιδιαιτέρως σημαντική παρατήρηση για τον σχεδιασμό και την εφαρμογή υγειονομικής περίθαλψης και κοινωνικής πρόνοιας τόσο στο γενικό πληθυσμό των ηλικιωμένων, όσο και σε πληθυσμούς σε άλλα πλαίσια, όπως οι φυλακές (Maschi & Aday, 2014) όπου οι άνθρωποι φαίνεται να γερνάνε διαφορετικά από ότι στην κοινότητα (Howse, n.d.).

Ο ηλικιωμένος πληθυσμός των φυλακών συνιστά έναν ευάλωτο πληθυσμό ο οποίος χρήζει ιδιαίτερης μέριμνας ειδικά όταν πέραν της ηλικίας υπάρχει και πρόσθετος επιβαρυντικός παράγοντας, δηλαδή αυτός της φυλάκισης και της στέρησης της ελευθερίας, οπότε θα μπορούσε να ισχυριστεί κανείς ότι είναι ουσιαστικά «διπλά αποκλεισμένοι» (Kusztal, 2013) και επιρρεπείς σε κακοποιητικές συμπεριφορές, αφού έχουν περιορισμένη δυνατότητα να υπερασπιστούν τους εαυτούς τους (Smoyer et al., 2019).

Ποιοι, όμως, νοούνται ως ηλικιωμένοι κρατούμενοι; Αν και πρόκειται για ένα ερώτημα φαινομενικά εύκολο να απαντηθεί, στην πραγματικότητα έχει απασχολήσει - και εξακολουθεί να απασχολεί - τους ερευνητές, τους αρμόδιους για την χάραξη σχετικής κοινωνικής πολιτικής και τους εργαζόμενους στα σωφρονιστικά καταστήματα για πολλά χρόνια. Μέχρι και σήμερα δεν φαίνεται να υπάρχει απόλυτη συμφωνία, γεγονός το οποίο δημιουργεί διάφορα προβλήματα ως προς την καταγραφή των αναγκών, τη διαχείριση του πληθυσμού και την εξαγωγή αξιόπιστων συμπερασμάτων για αυτόν (Blowers, 2015 ; Vekonić et al., 2021).

Παρόλα αυτά, φαίνεται να υπάρχουν ορισμένες κοινές αποδοχές. Μία από αυτές είναι ότι οι ηλικιωμένοι κρατούμενοι εμφανίζουν περισσότερα προβλήματα υγείας από τους συνομήλικούς τους εκτός φυλακής (Vekonić et al., 2021), αλλά και από τους πιο νέους σε ηλικία κρατούμενους (Howse, n.d.). Επίσης, όχι σπάνια φέρουν μαζί τους ένα ιστορικό (ψυχικού) τραύματος (Maschi & Aday, 2014) το οποίο δρα επιβαρυντικά. Τα πιο συχνά αναφερόμενα προβλήματα υγείας είναι ψυχιατρικά, καρδιολογικά, αναπνευστικά και μυοσκελετικά (Fazel et al., 2001). Πιο συγκεκριμένα, καταγράφονται διαφορές περίπου μίας δεκαετίας στην κατάσταση της υγείας τους (Blowers, 2015; Smoyer et al., 2019; Vekonić et al., 2021). Με απλούστερα λόγια, η

υγεία ενός 50χρονου κρατούμενου μπορεί να αντιστοιχεί σε αυτήν ενός 60χρονου του γενικού πληθυσμού. Αυτό το χάσμα προκύπτει μάλλον από έναν συνδυασμό παραγόντων και ειδικότερα της υιοθέτησης ανθυγιεινών τρόπων ζωής πριν τη φυλάκιση (όπως κατάχρηση αλκοόλ και άλλων ουσιών) και της επίδρασης των συνθηκών που επικρατούν στις φυλακές (Maschi & Aday, 2014; Vekonić et al., 2021).

Αναλυτικότερα, τα σωφρονιστικά καταστήματα έχουν σχεδιαστεί με βάση τις ανάγκες των νέων και υγιών κρατουμένων οι οποίοι αποτελούσαν πλειοψηφία του πληθυσμού των κρατουμένων, κάτι που αναμένεται σύμφωνα με τις προβλέψεις επιστημόνων να αλλάξει τα επόμενα χρόνια καθώς το προσδόκιμο ζωής αυξάνεται, μαζί του και οι ηλικιωμένοι τόσο μέσα όσο και έξω από τις φυλακές. Το καθεστώς είναι πολύ δύσκολο για τους ηλικιωμένους και ιδιαίτερα για εκείνους που έχουν κάποια μορφή αναπηρίας ή χρόνια προβλήματα υγείας (Vekonić et al., 2021). Ενδεικτικά, δεν υπάρχουν διαθέσιμες ράμπες και ένας γενικότερος σχεδιασμός, ώστε η φυλακή να είναι προσβάσιμη και συμπεριληπτική για άτομα με αναπηρία (Dawes, 2009). Πέραν του υπερπληθυσμού που συγκεντρώνεται στα κελιά -παρά τις προδιαγραφές που υπάρχουν νομοθετικά- τα κρεβάτια είναι κουκέτες, δύσχρηστα για τα άτομα με αναπηρία, η υγειονομική περίθαλψη ελλιπής, το ίδιο και η προετοιμασία για την αποφυλάκιση και την επανένταξη (Vekonić et al., 2021). Λαμβάνοντας υπόψιν όλα τα παραπάνω, διαμορφώθηκε η τάση οι άνω των πενήντα χρονών κρατούμενοι να νοούνται ως ηλικιωμένοι (Maschi & Aday, 2014).

Οι ηλικιωμένοι κρατούμενοι με βάση το ιστορικό εγκληματικότητας μπορούν να χωριστούν σε τρεις κατηγορίες (Dawes, 2009; Maschi & Aday, 2014):

1. Άτομα τα οποία μπαίνουν φυλακή για πρώτη φορά στη ζωή τους σε ηλικία άνω των 50 ετών.
2. Άτομα τα οποία έχουν μπει φυλακή πολλές φορές και εξακολουθούν σε μεγάλη ηλικία να υποτροπιάζουν.
3. Άτομα τα οποία εκτίουν μεγάλη ποινή και μεγαλώνουν ουσιαστικά εντός της φυλακής.

Τα άτομα τα οποία μπαίνουν στη φυλακή για πρώτη φορά στη ζωή τους σε μεγαλύτερη ηλικία είναι σύνηθες να παθαίνουν σοκ, το ίδιο και οι συγγενείς και φίλοι τους (Dawes, 2009). Δεν είναι εξοικειωμένοι με τις συνθήκες, τους κανόνες και την

κουλτούρα της φυλακής (Crawley & Sparks, 2006). Πρόκειται για μία δραματική και ριζική αλλαγή στη ζωή τους την οποία συνήθως ερμηνεύουν ως καταστροφικό γεγονός. Επίσης, τα άτομα αυτής της κατηγορίας σημειώνουν υψηλότερα επίπεδα κατάθλιψης, μοναξιάς και ανησυχίας. Αυτό πιθανώς προκύπτει διότι η ζωή τους μέχρι τότε πιθανότατα είχε έναν σκοπό, μία προσωπική, καθημερινή ρουτίνα και τάξη, πράγματα που ανατρέπονται, όμως, με την εισαγωγή τους σε σωφρονιστικό κατάστημα. Ένας νέος σε ηλικία άνθρωπος μπορεί πιο εύκολα να προσαρμοστεί σε μία νέα πραγματικότητα. Για έναν μεγαλύτερο όμως, οι προκλήσεις είναι περισσότερες. Πόσο εύκολο είναι για έναν άνθρωπο προς το τέλος της ζωής του να έρχεται αντιμέτωπος με μία πολυετή ποινή φυλάκισης και πώς μπορεί να νοηματοδοτήσει ένα τέτοιο συμβάν; Η αίσθηση της ταυτότητας, της ιδιωτικότητας και της αξιοπρέπειας διαταράσσονται πολλές φορές ανεπανόρθωτα για αυτούς τους ανθρώπους (Crawley & Sparks, 2006).

Οι δυσκολίες δεν είναι λιγότερες για εκείνους που έχουν μεγαλώσει εντός της φυλακής λόγω έκτισης μεγάλης ποινής. Μάλιστα, αυτή η κατηγορία κρατουμένων φαίνεται να είναι αριθμητικά μεγαλύτερη από ποτέ (Willis & Zaitzow, 2015). Κάποιοι υπάρχει πιθανότητα να αποφυλακιστούν, ενώ άλλοι γνωρίζουν ότι πρόκειται να πεθάνουν στη φυλακή, η οποία από ένα σημείο και μετά γίνεται σπίτι τους (Crawley & Sparks, 2006) και επέρχεται αυτό που αποκαλούμε ιδρυματοποίηση (Dawes, 2009). Συνήθως, σταδιακά αποκόπτονται από τις κοινωνικές επαφές τους με τον έξω κόσμο (Smoyer et al., 2019) και η κοινωνική δικτύωση εντός της φυλακής αποκτά πλέον τη μεγαλύτερη βαρύτητα (Dawes, 2009). Σε αυτό σημασία έχει ο τύπος του αδικήματος για το οποίο καταδικάστηκαν (Vekonić et al., 2021). Αν για παράδειγμα, το αδίκημα διαπράχθηκε σε βάρος οικογενειακού μέλους, τότε το πιο πιθανό είναι ο κρατούμενος να μην έχει επισκεπτήρια. Υπάρχει και η πιθανότητα, όμως, ο τόπος κατοικίας των συγγενών να είναι πολύ μακριά από τη φυλακή στην οποία έχει τοποθετηθεί (Howse, n.d.; Vekonić et al., 2021) και οι μετακινήσεις να είναι δύσκολες για οικονομικούς λόγους ή λόγω γήρανσης. Αλλά ακόμα και στην περίπτωση των χρόνια φυλακισμένων οι οποίοι έχουν συγγενείς και φίλους που ενδιαφέρονται και μπορούν να τους επισκέπτονται μπορεί να αποφασίζουν να διακόψουν τις επαφές μαζί τους, γιατί τους είναι πολύ επώδυνο συναισθηματικά. Το θεωρούν, δηλαδή, πιο

εύκολο να εκτίσουν την ποινή τους χωρίς να έχουν να νοιάζονται για κάποιον έξω (Crawley & Sparks, 2006). Σε αυτές τις συνθήκες, η μοναξιά φαντάζει μάλλον αναπόφευκτη. Παρόλα αυτά, μπορεί να ωθήσει τους κρατούμενους σε ανάπτυξη τρόπων διαχείρισης της μοναξιάς με δημιουργικό τρόπο μέσω π.χ. της εργασίας, της συμμετοχής σε καλλιτεχνικές ομάδες ή την καθιέρωση μίας ρουτίνας για να δώσουν νόημα στη ζωή τους στο πλαίσιο της φυλακής (Willis & Zaitzow, 2015). Όμως, δυστυχώς αυτές οι διέξοδοι δεν είναι πάντοτε διαθέσιμες και επαρκείς για όλους τους κρατούμενους που ενδιαφέρονται, αφού οι θέσεις είναι περιορισμένες. Έτσι, η μοναξιά μπορεί να τους οδηγήσει σε αδράνεια, καταθλιπτικά συμπτώματα, απώλεια όρεξης, αυπνίες ακόμα και αυτοκτονικούς ιδεασμούς ή απόπειρες (Willis & Zaitzow, 2015).

Τέλος, είναι γεγονός ότι το προσδόκιμο ζωής έχει επεκταθεί σημαντικά με αποτέλεσμα οι άνθρωποι να ζούνε περισσότερο και άρα οι σύγχρονες κοινωνίες να έρχονται ολοένα και περισσότερο αντιμέτωπες με το ζήτημα του ηλικιωμένου πληθυσμού και των αναγκών του. Δημογραφικές έρευνες δείχνουν ότι αυτή η τάση που σημειώνεται σε παγκόσμιο επίπεδο θα συνεχιστεί. Το ίδιο, κατ' επέκταση, θα συνεχίσει να συμβαίνει και στον πληθυσμό των φυλακών (Howse, n.d.). Την ίδια στιγμή σημειώνονται αλλαγές στη νομοθεσία, στον τομέα της ποινικής δίωξης (Vekonić et al., 2021) και μία γενικότερη αύξηση στις καταγγελίες εγκλημάτων (Howse, n.d.) τα οποία επηρεάζουν τον αριθμό εισακτέων στη φυλακή. Όλα αυτά αναμένεται να συντελέσουν στην αύξηση του ηλικιωμένου πληθυσμού στις φυλακές και στην αύξηση των προβλημάτων τους επίσης, καθώς το σύστημα δεν είναι προετοιμασμένο να καλύψει τέτοιου μεγέθους ανάγκες (Vekonić et al., 2021). Παρακάτω θα γίνει αναφορά σε ορισμένες από τις πιο καίριες προκλήσεις των ηλικιωμένων κρατουμένων όπως η ευαλωτότητα σε κακοποίηση, η διαδικασία της επανένταξης, η πρόσβαση σε παρηγορητική φροντίδα και ο θάνατος.

2.2.2 Κακοποίηση

Οι φυλακές θεωρούνται κακοποιητικά πλαίσια. Όπως και στην κοινωνία, έτσι και μέσα στη φυλακή εμφανίζονται διάφορα είδη κακοποίησης όπως σωματική, λεκτική, σεξουαλική και συναισθηματική (Smoyer et al., 2019). Υπάρχει, βέβαια, η ιδιαιτερότητα ότι ο θύτης μπορεί να μην είναι ένας εργαζόμενος ή ένας κρατούμενος

αυτός καθαυτός, αλλά η ίδια η φυλακή συνολικά (Kosberg, 2009; Smoyer et al., 2019). Μιλάμε, δηλαδή, σε αυτήν την περίπτωση για «δομική κακοποίηση» (Kosberg, 1998). Αυτό αντικατοπτρίζεται τόσο από αρχιτεκτονικής άποψης, στον τρόπο δηλαδή με τον οποίο είναι φτιαγμένες οι φυλακές (εχθρικές για άτομα με δυσκολίες όρασης, κινητικότητας κτλ.) αλλά και στον τρόπο λειτουργίας τους και αντιμετώπισης καταστάσεων. Οι συνθήκες είναι συχνά απάνθρωπες και οι παρεμβάσεις αναποτελεσματικές στην ουσία τους. Για παράδειγμα, σε έρευνα των Smoyer και συνεργατών (2019), οι συμμετέχοντες ανέφεραν ότι η παρεχόμενη φροντίδα στις φυλακές είναι απαράδεκτη και υφίστανται ιατρική παραμέληση. Ειδικά για ηλικιωμένους κρατούμενους με ψυχικές διαταραχές η εμπειρία της φυλακής είναι πιο επιβαρυντική και η πιθανότητα κακοποίησης αυξημένη (Stojkovic, 2007). Πιο συγκεκριμένα, έχει καταγραφεί σε περιστατικό όπου άτομο με προβλήματα ψυχικής υγείας το οποίο χρησιμοποιούσε σίδερο μαλλιών για να βλάψει τον εαυτό της, οι σωφρονιστικοί υπάλληλοι απλά κατάσχεσαν το αντικείμενο αγνοώντας το πρόβλημα ψυχικής υγείας (Smoyer et al., 2019). Επιπρόσθετα, ως δομική κακοποίηση μπορεί να θεωρηθεί και η ακούσια απόλυση από τη φυλακή λόγω ηλικίας, η οποία δεν γίνεται χαριστικά αλλά μάλλον για να απαλλάξει το κράτος από την ευθύνη της κάλυψης υγειονομικής φροντίδας και από τα έξοδα που επιφέρει (Kosberg, 2009). Όμως, για αυτά τα άτομα που μεγάλωσαν στη φυλακή πλέον είναι το μόνο σπίτι τους. Όλα αυτά, σε συνδυασμό με την απουσία κατάλληλου σχεδιασμού επανένταξης δικαιολογεί γιατί αναφερόμαστε σε δομική κακοποίηση, η οποία ξεκινά όταν βρίσκονται στη φυλακή, αλλά εκτείνεται και επηρεάζει τους ανθρώπους ακόμα και πολύ πέρα από τα τείχη της.

Η προσοχή που έχει δοθεί στην ευαλωτότητα των ηλικιωμένων σε κακομεταχείριση μέσα στις φυλακές είναι ελάχιστη μπροστά στο εύρος του φαινομένου. Παρόλο που είναι περισσότερο διαδεδομένο στον γυναικείο πληθυσμό, στην πραγματικότητα η κακοποίηση είναι φαινόμενο που αφορά και τους άνδρες σε όλες τις χώρες (Kosberg, 2009). Τα ποσοστά αναφοράς κακοποίησης δεν είναι αντιπροσωπευτικά της έκτασης του φαινομένου και ιδιαίτερα στον ανδρικό πληθυσμό, σε σημαντικό βαθμό εξαιτίας του τρόπου έμφυλης κοινωνικοποίησης που τους υπαγορεύει να πιστεύουν ότι οι άντρες δεν πρέπει να δείχνουν τα

συναισθηματικά τους ζητήματα και χρειάζεται να είναι «δυνατοί» (Kosberg, 2009) και λόγω ντροπής, στίγματος και ενοχής (Kosberg, 1998).

Έχει αναφερθεί ως μορφή κακοποίησης και η αυτό-κακοποίηση. Οι ηλικιωμένοι κρατούμενοι σημειώνουν σημαντικά ποσοστά αυτοκαταστροφικών τάσεων σε σύγκριση με τους νεότερους κρατούμενους αλλά και με την κοινότητα (Opitz-Welke, 2019). Αυτές οι συμπεριφορές μπορεί να αναφέρονται σε κατάχρηση αλκοόλ και ουσιών γενικότερα αλλά και σε απόπειρες αυτοκτονίας. Μπορεί να προκύπτουν από τον τρόπο ζωής που ακολουθούν (Stojkovic, 2007), να λειτουργούν ως μηχανισμός άμυνας ή να είναι απόρροια κάποιας άλλης μορφής κακοποίησης (Kosberg, 2009; Kosberg, 1998). Πιο γενικά, οι αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές μπορεί να θεωρηθούν έκφραση απελπισίας και μη επαρκούς κάλυψης ποικίλων αναγκών (Opitz-Welke, 2019).

Κλείνοντας, η κακοποίηση ηλικιωμένων ατόμων εντός φυλακής είναι ένα φαινόμενο υπαρκτό και σοβαρό και άμεσα συνδεδεμένο με την κοινωνική εργασία (Kosberg, 2009). Αποτελεί μία σημαντική διάσταση η οποία είναι απαραίτητο να ληφθεί υπόψιν όταν εξετάζεται το ζήτημα της μοναξιάς σε κρατούμενους, διότι τόσο η ηλικία όσο και η κακοποίηση αποτελούν πρόσθετους επιβαρυντικούς παράγοντες που μπορεί να πυροδοτήσουν ή να οξύνουν το βίωμα της μοναξιάς και την ανάγκη για συντροφικότητα και υποστήριξη. Αυτά με τη σειρά τους, ίσως θέσουν ηλικιωμένους κρατούμενους σε «κίνδυνο» για κακοποιητικές συμπεριφορές και σχέσεις (Kosberg, 1998). Έχει φανεί ότι το αίσθημα της μοναξιάς μπορεί είτε να είναι συνέπεια της κακοποίησης, είτε να προϋπήρχε και να δημιουργήσει γόνιμο έδαφος για την ανοχή της (Heravi-Karimoosi, 2011).

2.2.3. Επανάταξη

Η επανάταξη των κρατουμένων στην κοινωνία αποτελεί κομβικό σημείο και απαιτητικό μεταβατικό στάδιο το οποίο χρήζει ιδιαίτερης προσοχής και μεταχείρισης, καθώς καθορίζει την πορεία ζωής των αποφυλακισθέντων και την πιθανότητα υποτροπής. Δυστυχώς, δεν φαίνεται να υπάρχει η κατάλληλη μέριμνα για να υποστηριχθεί επαρκώς η διαδικασία. Έτσι, το αίσθημα μοναξιάς και πολλά άλλα προβλήματα παραμένουν τόσο κατά τη διάρκεια της φυλάκισης όσο και στη ζωή έξω

από τη φυλακή δυσχεραίνοντας την επίτευξη προσαρμοστικότητας και την κοινωνική επανένταξη (Kusztal, 2013).

Για τους ηλικιωμένους κρατούμενους τα πράγματα είναι ακόμα πιο δυσκόιωνα. Έχει γίνει αντιληπτό ότι αντιμετωπίζουν περισσότερο άγχος και φόβο γύρω από το ζήτημα της αποφυλάκισης (Bedard et al. 2016; Crawley & Sparks, 2006). Η επιστροφή τους στην κοινωνία συνδέεται με τον φόβο της απομόνωσης και του στίγματος. Ακόμα κι αν δεν επιθυμούν να παραμείνουν άλλο στη φυλακή αυτό δεν αλλάζει το γεγονός ότι βιώνουν έντονη ανησυχία με την επικείμενη αποφυλάκισή τους (Crawley & Sparks, 2006). Το μετατραυματικό στρες εμφανίζεται τουλάχιστον στο 1/3 των αποφυλακισθέντων κρατουμένων (Bedard et al. 2016).

Επίσης, συνήθως οι ηλικιωμένοι κρατούμενοι που αποφυλακίζονται έχουν διαπράξει σοβαρότερα αδικήματα και ως εκ τούτου έχουν παραμείνει για πολλά χρόνια στη φυλακή. Επομένως, έχουν αποκοπεί από πολλές κοινωνικές εξελίξεις και αλλαγές. Η προσαρμογή σε αυτή τη νέα κατάσταση μπορεί να αποβεί δύσκολη και μοναχική, ειδικά εάν δεν έχει υπάρξει η κατάλληλη προετοιμασία πριν την αποφυλάκιση (Stojkovic, 2007).

Τη μεγαλύτερη βαρύτητα για την επιτυχή ή μη επανένταξη φαίνεται πάντως να έχει η ύπαρξη ενός υποστηρικτικού κοινωνικού δικτύου εκτός φυλακής και ιδιαίτερα αυτό της οικογένειας. Οι κρατούμενοι που δεν έχουν συγγενείς να τους περιμένουν φοβούνται τη μοναξιά, νιώθουν άορατοι (Kusztal, 2013) και έχουν λιγότερη κατανόηση της διαδικασίας της επανεγκατάστασης εκτός φυλακής. Αντίθετα, όσοι έχουν οικογένεια ή φίλους βρίσκουν λιγότερο ζοφερή τη διαδικασία (Crawley & Sparks, 2006). Ορισμένοι μάλιστα αισθάνονται ενθουσιασμό για την αποφυλάκισή τους, γιατί σηματοδοτεί την επανάκτηση της ελευθερίας, της βούλησής τους και της ζωής τους συνολικά (Crawley & Sparks, 2006). Δυστυχώς, όμως δεν είναι απίθανο να έρθουν αντιμέτωποι με την απώλεια αγαπημένων προσώπων όσο ήταν στη φυλακή λόγω θανάτου (Smoyer et al., 2019). Πάντως, αξίζει να σημειωθεί πως αν και για την πλειοψηφία η φυλάκιση αποτελεί αρνητική εμπειρία, έχει ανιχνευθεί και μία διαφορετική άποψη που αναφέρει ότι η φυλακή αποτέλεσε μια ευκαιρία για διακοπή επιβλαβών συνηθειών όπως η χρήση ναρκωτικών, για πρόσβαση σε υπηρεσίες, χρόνο για ανάπαυση και ενασχόληση με δημιουργικές δραστηριότητες

(Smoyer et al., 2019). Αναγνωρίζοντας όλες τις παραπάνω προκλήσεις εύκολα γίνεται αντιληπτό, γιατί το στάδιο της επανένταξης, ιδιαίτερα των ηλικιωμένων κρατούμενων, είναι αρκετά επίφοβο για εμφάνιση ή επιδείνωση του αισθήματος της μοναξιάς.

2.2.4 Θάνατος στη Φυλακή, Υπαρξιακή Μοναξιά και Παρηγορητική Φροντίδα

Στην κοινότητα τα άτομα τα οποία πρόκειται να πεθάνουν λόγω κάποιας σοβαρής ανίατης ασθένειας αναμένεται να λάβουν ανακουφιστική ή παρηγορητική φροντίδα. Η παρηγορητική φροντίδα είναι η παροχή μίας εξειδικευμένης ιατρικής, ψυχοκοινωνικής και πνευματικής φροντίδας σε ασθενείς με σοβαρές ασθένειες που πρόκειται να τους οδηγήσουν στο θάνατο. Στόχοι της ανακουφιστικής φροντίδας είναι η βελτίωση της ποιότητας του υπόλοιπου χρόνου ζωής των ασθενών, η ψυχοκοινωνική υποστήριξη των αγαπημένων τους προσώπων και η κατάλληλη προετοιμασία και διαχείριση του επικείμενου θανάτου (Bedard et al., 2016), ώστε να επέλθει με όσο το δυνατόν πιο ανώδυνο τρόπο (Burles et al., 2016).

Απαραίτητες προϋποθέσεις για την παροχή υψηλής ποιότητας παρηγορητικής φροντίδας είναι η επικοινωνία και συνεργασία μεταξύ επαγγελματιών και ασθενή για την λήψη αποφάσεων και η προσπάθεια κάλυψης όχι μόνο των σωματικών αλλά και των ψυχολογικών, κοινωνικών, πολιτισμικών και πνευματικών αναγκών του ασθενή (Australian Commission on Safety and Quality in Health Care, 2015). Σχετικά με τις πνευματικές ανάγκες, η εμφάνιση υπαρξιακής δυσφορίας, μία έκφανση της οποίας θεωρείται και η υπαρξιακή μοναξιά (Jansson et al., 2022), αποτελεί ένα πολύ συχνό σύμπτωμα των ασθενών (Boston et al., 2011). Η υπαρξιακή μοναξιά έχει αποτυπωθεί από τους ίδιους τους ασθενείς αλλά και τους εργαζόμενους στον τομέα της παρηγορητικής φροντίδας με ποικίλους τρόπους. Αναλυτικότερα, σε έρευνα των Sjöberg και συνεργατών, (2018) οι ασθενείς ανέφεραν πως το αίσθημα της υπαρξιακής μοναξιάς πλαισιώνεται από την αίσθηση ότι είναι πλέον αόρατοι, ότι έχουν εγκλωβιστεί σε ένα σώμα ασθενές και ανήμπορο το οποίο βιώνουν σταδιακά ολοένα και πιο ανοίκεια και ότι δεν έχουν κανέναν σημαντικό Άλλο για να μοιραστούν μαζί του τη ζωή (Sjöberg et al., 2018). Επίσης, πολύ συχνά αναφέρεται το αίσθημα απώλειας νοήματος για τη ζωή (Jansson et al., 2022; Sjöberg et al., 2018) το οποίο μπορεί να τους επηρεάζει τόσο έντονα σε σημείο που ο θάνατος

να φαντάζει λυτρωτικός (Boston et al., 2011). Οι ασθενείς σε τελικά στάδια ασθένειας μπορεί ακόμη, να νιώθουν ότι η ζωή τους δεν έχει σημασία πλέον για κανέναν, ειδικά εάν η οικογένεια και οι φίλοι αποστασιοποιούνται. Είναι σαν να έχουν φτάσει στον τελικό σταθμό της ζωής τους και περιμένουν απλά τον θάνατο να επέλθει (Jansson et al., 2022).

Βέβαια, ακόμα και μικρές ευχάριστες εκπλήξεις όπως η επίσκεψη από κάποιον γνωστό ή η ένδειξη γνήσιου ενδιαφέροντος από τους επαγγελματίες είναι ικανές να αναζωπυρώσουν έστω και στιγμιαία το ενδιαφέρον για ζωή (Sjöberg et al., 2018). Κάτι ακόμα που φαίνεται να εντείνει το αίσθημα μοναξιάς είναι όταν οι ασθενείς αντιλαμβάνονται ότι οι επαγγελματίες υγείας τους συμπεριφέρονται σαν να είναι ένα έργο το οποίο χρήζει διεκπεραίωσης, αγνοώντας την ανθρώπινη υπόστασή τους. Αυτό, σε συνδυασμό με την εξάρτησή τους για λήψη φροντίδας από άλλους και την απώλεια αυτάρκειας τους οδηγεί συχνά σε αισθήματα ντροπής για την κατάσταση στην οποία έχουν περιέλθει (Jansson et al., 2022). Μία ακόμη δυσκολία που συναντάται είναι το αίσθημα απώλειας της οικειότητας που αισθάνονταν στο σπίτι τους. Ακόμα κι αν έχουν συναινέσει για την μετακίνησή τους σε μονάδα παροχής παρηγορητικής φροντίδας αυτό δεν αποτρέπει τον τρόπο που αισθάνονται και βιώνουν τον νέο χώρο (Jansson et al., 2022).

Όλα τα παραπάνω συνθέτουν μέρος του πολύπλοκου βιώματος πολλών ασθενών κατά το τέλος της ζωής τους. Όμως, μπορεί να βιώνονται σιωπηλά και να μην εξωτερικεύονται, με αποτέλεσμα να μην ανιχνεύονται από τους εργαζόμενους ώστε να υπάρχει κατάλληλη παρέμβαση και διαχείριση (Sjöberg et al., 2018). Σχετικά με το πώς αντιλαμβάνονται οι επαγγελματίες την υπαρξιακή μοναξιά των ασθενών έχει καταγραφεί από τους Sundström και συνεργάτες (2018) ως μία μη στατική συνθήκη η οποία έρχεται και φεύγει σε κύματα. Επίσης, αναγνωρίζουν την αναποτελεσματικότητά τους στην κατανόηση και ανταπόκρισή τους σε τέτοια ζητήματα, λόγω ανασφάλειας και έλλειψης γνώσης για την ανίχνευση και τη διαχείρισή τους (Sundström et al., 2018).

Όσα προαναφέρθηκαν έχουν παρατηρηθεί σε γενικές γραμμές στον πληθυσμό των ατόμων που πρόκειται να πεθάνουν από κάποια ασθένεια. Η ισχύς τους πάντως, εκτείνεται σε πιο ιδιόμορφα πλαίσια, όπως αυτά των σωφρονιστικών

καταστημάτων με τη διαφορά ότι εκεί η εφαρμογή παρηγορητικής φροντίδας περιπλέκεται αρκετά, καθώς οι κρατούμενοι παρουσιάζουν απαιτητικότερες ανάγκες και περισσότερες ιδιαιτερότητες σαν πληθυσμιακή ομάδα.

Αρχικά, στα πλαίσια της φυλακής ο φόβος του θανάτου μπορεί να θεωρηθεί πιο δυσβάσταχτος (Bedard et al., 2016; Kuzstal, 2013), επειδή η φυλακή συνδέεται με την απώλεια της ελευθερίας, αλλά και με δυσκολίες πρόσβασης σε αξιοπρεπή περίθαλψη και άμεση ιατρική βοήθεια. Η καθυστέρηση παροχής ιατρικής βοήθειας σε έκτακτα περιστατικά, ειδικά κατά τη διάρκεια της νύχτας, είναι ενδεικτικό των ελλείψεων σε αυτό το πλαίσιο, με αποτέλεσμα οι ηλικιωμένοι κρατούμενοι να φοβούνται μήπως υποστούν έμφραγμα, εγκεφαλικό ή κάποια άλλη κρίση (Crawley & Sparks, 2006). Συνεχίζοντας, η συνειδητοποίηση για κάποιους ηλικιωμένους κρατούμενους ότι θα περάσουν τις τελευταίες μέρες της ζωής τους στη φυλακή δεν είναι εύκολη υπόθεση (Crawley & Sparks, 2006). Αυτό συνήθως συνοδεύεται από αισθήματα και σκέψεις ότι δεν θα ανακτήσουν ποτέ ξανά την ελευθερία τους, ότι έχουν χάσει μια για πάντα το κοινωνικό κύρος που ίσως διέθεταν πριν τη φυλάκισή τους ενώ πολλές φορές έχει διακοπεί και η επαφή τους με τον κοινωνικό τους κύκλο εκτός φυλακής (Crawley & Sparks, 2006; Dawes, 2009). Μερικοί κρατούμενοι έχουν αναφέρει ότι βασανίζονται επειδή αισθάνονται ότι έχουν εκκρεμότητες τις οποίες δεν θα καταφέρουν να τακτοποιήσουν, γεγονός που τους είναι ιδιαίτερα επώδυνο (Bolano et al., 2016). Παρόλα αυτά, μέχρι και σήμερα η υπαρξιακή μοναξιά ειδικά στον πληθυσμό των κρατουμένων αποτελεί ένα αρκετά παραγκωνισμένο έως ανύπαρκτο κομμάτι της παρηγορητικής φροντίδας το οποίο δυσκολεύει τους επαγγελματίες στην αναγνώριση και διαχείρισή του. Καλό θα ήταν να ληφθεί σοβαρά υπόψιν, διότι η υπαρξιακή μοναξιά φαίνεται να σχετίζεται άμεσα με την επιδείνωση της σωματικής και ψυχικής υγείας σε άτομα με ανίατες ασθένειες στο τέλος της ζωής (Bolano et al., 2016).

Τέλος, αξίζει να αναφερθεί ότι η δυσκολία πρόσβασης σε παρηγορητική φροντίδα για τους κρατούμενους δεν περιορίζεται στο πλαίσιο της φυλακής. Αυτοί οι άνθρωποι, ακόμα κι αν αποφυλακιστούν κάποια στιγμή έρχονται αντιμέτωποι με το στίγμα του εγκληματία που τους ακολουθεί, ειδικά εάν πρόκειται για δράστες σοβαρών εγκλημάτων, όπως λόγου χάρη για σεξουαλικά εγκλήματα. Επίσης, έχει

φανεί ότι οι ηλικιωμένοι κρατούμενοι δύσκολα λαμβάνουν δημόσια συμπάθεια (Burles et al., 2016). Με αυτόν τον τρόπο καταλήγουν να είναι πιο ευάλωτοι σε διακρίσεις εις βάρος τους και μπορεί να δυσκολευτούν να βρουν πρόσβαση σε φροντίδα ή να εισαχθούν σε κάποια δομή παρηγορητικής φροντίδας (Maschi & Aday, 2014). Βλέπουμε, δηλαδή, ότι οι κρατούμενοι εκτός από τα χρόνια φυλάκισής τους έχουν «καταδικαστεί» ποικιλοτρόπως και σε μία αόρατη και ατέρμονη τιμωρία (Stojkovic, 2007).

2.2.5. Σωφρον(τ)ιστικά Καταστήματα: Στόχος ή Ουτοπία;

Οι δυσκολίες στις παρεμβάσεις στο τέλος της ζωής δεν σχετίζονται μόνο με τις ιδιαιτερότητες του πληθυσμού των κρατουμένων, αλλά και γενικότερα με τον τρόπο λειτουργίας και δόμησης των φυλακών. Οι φυλακές αναμφίβολα δεν έχουν σχεδιαστεί για να υποστηρίξουν τις ανάγκες φροντίδας των ηλικιωμένων κρατουμένων, πόσο μάλλον όταν είναι σε τελικά στάδια ασθένειας. Οι θάνατοι, όμως, στις φυλακές αναμένεται να αυξηθούν, αφού όπως έχει προαναφερθεί ο ηλικιωμένος πληθυσμός των φυλακών σημειώνει αύξηση, το ίδιο και οι ανάγκες για πρόσβαση σε παρηγορητική φροντίδα. Το ερώτημα, λοιπόν, το οποίο αναδύεται εδώ είναι: κατά πόσο μπορεί όντως να επιτευχθεί ένας αξιοπρεπής θάνατος στη φυλακή;

Η πραγματικότητα είναι ότι ηθικοί προβληματισμοί γύρω από το ζήτημα της παρηγορητικής φροντίδας στη φυλακή σε συνδυασμό με πρακτικά ζητήματα καθιστούν την απάντηση ιδιαίτερα δύσκολη. Σχετικά με τα ηθικά διλήμματα, η παροχή ανακουφιστικής φροντίδας στη φυλακή είναι ακόμα αμφιλεγόμενη. Η συζήτηση και η εφαρμογή της εγείρει κοινωνικές και πολιτικές εχθρότητες αφού αρκετοί αναρωτιούνται αν είναι δίκαιο οι κρατούμενοι να έχουν πρόσβαση σε αντίστοιχη φροντίδα με εκείνη των πολιτών εκτός φυλακής (Burles et al., 2016). Σε αυτό οι κοινωνικοί λειτουργοί θα μπορούσαν να απαντήσουν ότι η πρόσβαση σε περίθαλψη και άλλες υπηρεσίες ικανοποίησης βασικών αναγκών είναι ανθρώπινο δικαίωμα και επομένως αδιαπραγμάτευτο ανεξαρτήτως του παρελθόντος που φέρει κάποιος και ως τέτοιο είναι καλό να αντιμετωπίζεται από την κοινωνική πολιτική και την κοινωνία των πολιτών. Αν μπορούμε στη διαδικασία να το διαπραγματευτούμε, τότε εγκυμονεί ο κίνδυνος να αρχίσει διάλογος για όλες τις παροχές της φυλακής. Για αυτόν τον λόγο, είναι απαραίτητο να μην λησμονείται το γεγονός πως η στέρηση της

ελευθερίας είναι η τιμωρία των κρατουμένων και όχι της περίθαλψής τους όταν την χρειάζονται. Είναι απαραίτητο να βλέπουμε τον άνθρωπο πίσω από την ιδιότητα του κρατούμενου.

Δυστυχώς όμως, ακόμα κι όταν οι επαγγελματίες υγείας επιθυμούν να παράσχουν τις υπηρεσίες τους όσο καλύτερα γίνεται και να δείξουν συμπόνοια όπως θα έκαναν και στο γενικό πληθυσμό αντιμετωπίζονται με έντονη καχυποψία από το φυλακτικό προσωπικό κάτι που δυσκολεύει ακόμα περισσότερο το έργο τους (Burles et al., 2016). Λαμβάνοντας υπόψιν τα παραπάνω δεν μας εκπλήσσει το γεγονός ότι οι έγκλειστοι με τη σειρά τους συνήθως είναι ιδιαίτερα επιφυλακτικοί και δύσπιστοι απέναντι στους επαγγελματίες που πρόκειται να τους προσφέρουν τις υπηρεσίες τους (Burles et al., 2016), αφού διαβιούν σε ένα κλίμα όπου επικρατεί η καχυποψία. Όλα αυτά, όμως, με τη σειρά τους μπορεί να επηρεάσουν την αποδοχή της περίθαλψης. Συμπληρωματικά, η ενεργός συμμετοχή της οικογένειας των ετοιμοθάνατων αλλά και των ίδιων στα σωφρονιστικά ιδρύματα στο σχεδιασμό περίθαλψης είναι δύσκολη έως ακατόρθωτη. Το ίδιο και η κάλυψη των αναγκών των κρατουμένων, διότι υπόκεινται σε περιορισμούς, όπως το γεγονός ότι δεν δύνανται να επιλέξουν τον τόπο θανάτου τους (Burles et al., 2016).

Ολοκληρώνοντας, φαίνεται ότι υπάρχουν πολλά ζητήματα τα οποία χρήζουν προσοχής στην εργασία με τον ηλικιωμένο πληθυσμό των κρατουμένων. Ένα από αυτά είναι και η ευαλωτότητα στη μοναξιά και ειδικότερα στην υπαρξιακή μοναξιά. Περαιτέρω έρευνα για ανάδειξη των προβλημάτων αυτού του πληθυσμού και για σχεδιασμό παρεμβάσεων και υπηρεσιών είναι απαραίτητη.

2.3. Η Οικογένεια των Κρατουμένων

Το δικαίωμα στην οικογενειακή ζωή θα έπρεπε να είναι अपαραβάτο. Ακόμα και στην περίπτωση των κρατουμένων οι οποίοι υπόκεινται σε περιορισμό της ελευθερίας τους δε σημαίνει ότι δεν είναι ανάγκη το δικαίωμα αυτό να προστατεύεται και να εξασφαλίζεται στο μέγιστο βαθμό που είναι πραγματοποιήσιμο στο πλαίσιο της φυλακής (Light & Campbell, 2007).

Η φυλάκιση ενός ατόμου δεν επιφέρει συνέπειες μόνο για το ίδιο, αλλά επεκτείνονται και πέραν των ορίων της φυλακής, στην οικογένειά των κρατουμένων

(Granja, 2016). Οι Light και Campbell (2007) μάλιστα, χαρακτηρίζουν αυτές τις οικογένειες ως τα «κρυμμένα» ή «ξεχασμένα» θύματα της φυλάκισης. Είναι δύσκολο να υπολογιστεί με ακρίβεια ο αριθμός των οικογενειών που επηρεάζονται από την φυλάκιση, διότι οι πληροφορίες που υπάρχουν αφορούν κυρίως στο αν κάποιος κρατούμενος είναι γονιός ή όχι (Cunningham, 2001; Finney-Hairston, 2002) παραγκωνίζοντας συνήθως να εξετάσουν και άλλους τύπους οικογένειας και είδη οικογενειακών σχέσεων (Paylor & Smith, 1994).

Αυτή η επικέντρωση σε ένα συγκεκριμένο τύπο οικογένειας είναι λίγο παραπλανητική, ειδικά αν αναλογιστεί κανείς ότι πολλοί κρατούμενοι δεν έχουν παιδιά ή συζύγους χωρίς αυτό να σημαίνει ότι δεν ανήκουν σε κάποια οικογένεια (Paylor & Smith, 1994) (όπως την οικογένεια καταγωγής), πέραν της παραδοσιακής πυρηνικής που είθισται να έχουμε στο μυαλό μας όταν ακούμε τη λέξη οικογένεια (Turanoic & Tasca, 2019).

Η πλειοψηφία των ανδρών και γυναικών στις φυλακές έχει φανεί να είναι ανύπαντροι, αλλά να έχουν, όμως, παιδιά από διαφορετικούς συντρόφους. Μπορεί ακόμη, να υποστήριζαν οικονομικά τα παιδιά τους και να τα θεωρούν οικογένειά τους χωρίς, όμως, τον άλλον γονιό, εάν δεν είναι πλέον σε σχέση μαζί του. Επιπλέον, κρατούμενοι μπορεί να νιώθουν σαν οικογένειά τους τα παιδιά των συντρόφων τους με τα οποία είχαν σχέσεις και δεσμούς πριν τη φυλάκιση χωρίς όμως να είναι δικά τους παιδιά βιολογικά (Finney-Hairston, 2002). Τέλος, είναι σύνηθες αρκετές οικογένειες κρατουμένων να μην αναγνωρίζονται με κάποιον νομικό τρόπο είτε λόγω της σύναψης εθιμοτυπικού γάμου (π.χ. σε Ρομά) ή της μη νομικής αναγνώρισης των παιδιών τους και έτσι να αποκλείονται από τη δυνατότητα διατήρησης επαφών όσο βρίσκονται στη φυλακή.

Επομένως, οι οικογενειακές σχέσεις και δεσμοί των κρατουμένων μπορεί να είναι περίπλοκες, να μην αποτυπώνονται πάντοτε με νομικό τρόπο και γενικότερα να παρουσιάζουν αποκλίσεις από τον «γενικό κανόνα». Όταν, λοιπόν, προσεγγίζεται το ζήτημα της οικογένειας των κρατουμένων κρίνεται απαραίτητο να εξετάζεται πολύπλευρα για την πληρέστερη κατανόηση και παρέμβαση των κοινωνικών λειτουργιών στην διαχείριση και αντιμετώπιση ζητημάτων που απασχολούν τις

οικογένειες των κρατούμενων και τους κρατούμενους, ένα εκ των οποίων μπορεί να είναι και η διαχείριση της μοναξιάς.

2.3.1 Προκλήσεις για τους Κρατούμενους στη Διατήρηση Επαφών

Το γεγονός της φυλάκισης συχνά επιφέρει στίγμα για τους ανθρώπους και τις οικογένειές τους (Schneller, 1975). Οι σημαντικοί Άλλοι των κρατούμενων σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί να επιθυμήσουν να κρατήσουν αποστάσεις ή να διακόψουν επαφές, ιδιαίτερα όταν πρόκειται για σοβαρά και κατακριτέα αδικήματα. Στις περισσότερες περιπτώσεις, όμως, η οικογένεια είναι υποστηρικτική ή μπορεί να θέλει να είναι, αλλά να συναντάει ποικίλα εμπόδια στη διατήρηση επαφών με το άτομο που βρίσκεται στη φυλακή (Turanovic & Tasca, 2019).

Συνήθως οι οικογένειες των κρατούμενων αντιμετωπίζουν πληθώρα οικονομικών και κοινωνικών προβλημάτων τα οποία μπορεί να προϋπήρχαν ή μπορεί να εντάθηκαν ή και να εμφανίστηκαν μετά τη φυλάκιση, συχνά λόγω του ότι το άτομο που μπήκε φυλακή συνήθιζε να στηρίζει οικονομικά την οικογένεια και πλέον αδυνατεί (Dixey & Woodball, 2012; Light & Campbell, 2007). Ακόμη, μπορεί για παράδειγμα η σύζυγος του φυλακισθέντος να μην έχει εμπειρία με τη διαχείριση των οικονομικών και όλων αυτών των υποχρεώσεων. Έτσι, σε συνδυασμό με το σοκ της σύλληψης και της φυλάκισης είναι πιθανό να υπάρξει μία περίοδος προσαρμογής στη νέα κατάσταση και να μην είναι σε θέση να στηρίξει ή να επισκεφτεί τον κρατούμενο, κάτι που ίσως εντείνει το αίσθημα μοναξιάς και για τις δύο πλευρές (Light & Campbell, 2007).

Συγχρόνως, οι φυλακές συχνά είναι τοποθετημένες μακριά από τον αστικό ιστό ή μπορεί να είναι σε μακρινές περιοχές από τον τόπο κατοικίας των συγγενών. Έτσι, για να επισκεφτούν κρατούμενους οι συγγενείς τους πιθανώς να χρειάζεται να ξοδέψουν χρηματικά ποσά στη μετακίνηση (Finney-Hairston, 2002; Light & Campbell, 2007) τα οποία όμως είναι απαραίτητα για την καθημερινή τους επιβίωση (Granja, 2016). Παρόλο που υπάρχει μέριμνα οι κρατούμενοι να τοποθετούνται σε σωφρονιστικά καταστήματα πλησίον του τόπου κατοικίας τους και της οικογένειάς τους (Νόμος 4985, 2022) για να διευκολύνονται τα επισκεπτήρια, αυτό δυστυχώς δεν είναι πάντα εφικτό.

Εν συνεχεία, αρκετές φορές υπάρχει η ανάγκη η οικογένεια, πέρα από τα δικά της έξοδα, να συνδράμει οικονομικά για την στήριξη του φυλακισμένου συγγενή της (Finney-Hairston, 2002). Αυτό μπορεί να προκύπτει βλέποντας τις συνθήκες κράτησης και γνωρίζοντας για τα χαμηλά μεροκάματα που λαμβάνουν όσοι εργάζονται τα οποία ίσως δεν επαρκούν για να εξασφαλίσουν πιο αξιοπρεπείς συνθήκες διαμονής (Dixey & Woodball, 2012). Η κατοχή καρτών τηλεπικοινωνίας, τσιγάρων και η δυνατότητα πραγματοποίησης αγορών από την καντίνα είναι πολυτέλεια για πολλούς ανθρώπους στις φυλακές. Επομένως, για την οικογένεια υπάρχουν τα έξοδα συντήρησης του νοικοκυριού, η απώλεια εισοδήματος από τον φυλακισμένο συγγενή που συνεισέφερε στο νοικοκυριό, τα έξοδα για νομικές αμοιβές που σχετίζονται με την ποινική υπεράσπιση του κρατούμενου και βεβαίως οι δαπάνες που συνδέονται με τη διατήρηση της επαφής κατά τη διάρκεια της φυλάκισης και της συντήρησης του κρατούμενου κατά την παραμονή του στη φυλακή (Finney-Hairston, 2002).

Όμως, οι δυσκολίες δεν περιορίζονται μόνο στο οικονομικό επίπεδο, αλλά αφορούν κυρίως στο συναισθηματικό. Οι κρατούμενοι και οι συγγενείς τους με το γεγονός της φυλάκισης συνήθως έρχονται αντιμέτωποι με την ξαφνική απώλεια και το πένθος (Finney-Hairston, 2002). Ο αποχωρισμός είναι ένα πολύ δύσκολο κομμάτι της φυλάκισης και έχει φανεί ότι διεγείρει πλήθος συναισθημάτων στις οικογένειες των κρατουμένων όπως θυμό, φόβο, μοναξιά, ενοχή, ντροπή, ανασφάλεια και απογοήτευση (Action for Prisoners' Families, 2005 όπως αναφέρεται στο Paylor & Smith, 1994). Η ένταση αυτών των συναισθημάτων εξαιτίας του αποχωρισμού μπορεί να διαφέρει ανάλογα με το ύψος της ποινής και το είδος του αδικήματος που διαπράχθηκε (Light & Campbell, 2007). Η μοναξιά αναφέρεται συχνά από συζύγους κρατουμένων σε μεγάλο βαθμό εξαιτίας της ανάγκης για σωματική επαφή και τρυφερότητα η οποία μένει ακάλυπτη από την φυλάκιση και μετά (Schneller, 1975). Το ίδιο αισθάνονται και οι κρατούμενοι (Pageu et al., 2022).

Σε έρευνα των Wildeman και συνεργατών (2013) φάνηκε ότι το γεγονός της φυλάκισης αποτελεί επιβαρυντικό παράγοντα για την υγεία τόσο του συλληφθέντος όσο και της οικογένειάς του. Αυτό ισχύει ακόμα και για αποφυλακισθέντα άτομα (Wildeman et al., 2013). Όλα αυτά μπορούν να επηρεάσουν με αρνητικό τρόπο την

ψυχική υγεία, αφού οι συγγενείς των κρατουμένων καταλήγουν ουσιαστικά να εκτίουν μία «παράλληλη ποινή» με τον κρατούμενο (Cunningham, 2001; Light, 1993).

Αναφορές έχουν υπάρξει ότι από τη στιγμή της σύλληψης η ζωή και η καθημερινότητα των συγγενών άλλαξε άρδην. Για παράδειγμα, για ορισμένους ανθρώπους αποτέλεσε αιτία για κοινωνική απομόνωση και απώλεια διάθεσης για συναναστροφή με άλλους ανθρώπους και έξοδο από το σπίτι (Granja, 2016). Άλλοι μπορεί να μετακόμισαν εξαιτίας του στίγματος και της ντροπής που επέρχεται συχνά με την φυλάκιση ενός μέλους της οικογένειας (Cunningham, 2001). Επίσης, μπορεί να αναγκάστηκαν να προσαρμόσουν το πρόγραμμα της καθημερινότητάς τους γύρω από τους ρυθμούς της φυλακής, ώστε να είναι σε θέση να μιλήσουν ή να επισκεφτούν τον άνθρωπό τους στη φυλακή. Η ανάγκη για διατήρηση επαφής δεν είναι δεδομένη τουναντίον οι άνθρωποι μπορεί να απομακρυνθούν κατά τη διάρκεια έκτισης της ποινής και υπάρχει αμφιταλάντευση μεταξύ της διατήρησης επαφής με τον κρατούμενο και της καθημερινής πάλης για επιβίωση στις νέες συνθήκες (Light & Campbell, 2007).

Πάντως, ακόμα και όταν η οικογένεια επιδιώκει να διατηρήσει επαφή η διαδικασία των επισκεπτηρίων μπορεί να αποτελέσει τραυματική εμπειρία. Η άποψη των συγγενών για τις εμπειρίες γύρω από αυτό το θέμα φαίνεται να συγκλίνουν (Action for Prisoners' Families, 2006). Ο τρόπος διεξαγωγής των επισκεπτηρίων έχει φανεί να εκλαμβάνεται ως αποθαρρυντικός. Πολλοί συγγενείς κρατουμένων αναφέρουν ότι βίωσαν έντονα συναισθήματα άγχους, δυσφορίας και ανασφάλειας επισκεπτόμενοι τον συγγενή τους σε ένα άγνωστο, αφιλόξενο και τρομακτικό περιβάλλον (Dixey & Woodball, 2012) όπου ακόμα και στους επισκέπτες συμπεριφέρονται ως κρατούμενους (Granja, 2016). Πιο αναλυτικά, δεν υπάρχει ιδιωτικότητα καθώς πάντα τα επισκεπτήρια επιβλέπονται από φυλακτικό προσωπικό το οποίο δεν είναι επαρκώς ευαισθητοποιημένο και εκπαιδευμένο με αποτέλεσμα πολλές φορές να φέρεται καχύποπτα έως εχθρικά (Light & Campbell, 2007). Επίσης, αρκετές φορές απουσιάζει η δυνατότητα οποιασδήποτε σωματικής επαφής, αφού υπάρχουν διαχωριστικά μέσα (Δημόπουλος, 2021). Ακόμη, οι μέρες και τα ωράρια των επισκεπτηρίων είναι πολύ συγκεκριμένα, τα έγγραφα που χρειάζεται να θυμηθούν να προσκομίσουν οι συγγενείς είναι αρκετά και οι έλεγχοι εξονυχιστικοί

με αποτέλεσμα όλα αυτά να λειτουργούν μάλλον αποθαρρυντικά για τους επισκέπτες. Με απλούστερα λόγια, το κλίμα και ο τρόπος διεξαγωγής των επισκεπτηρίων δεν ευνοούν τη διατήρηση σχέσεων με τον άνθρωπο που βρίσκεται στη φυλακή (Light & Campbell, 2007) και έχουν σχεδιαστεί μάλλον για τη διατήρηση της ασφάλειας παρά για τη διατήρηση ενός επιπέδου οικειότητας και δεσμού (Dixey & Woodball, 2012) τα οποία θα μπορούσαν να λειτουργήσουν προστατευτικά απέναντι στο συναίσθημα της μοναξιάς.

Όπως και να έχει, για τους κρατούμενους η αξία των επισκεπτηρίων και η διατήρηση σχέσεων με οικεία πρόσωπα είναι πολύτιμη. Και η αξία αυτή αναγνωρίστηκε για αυτό, εξάλλου, υπάρχουν καθιερωμένοι τρόποι επικοινωνίας με το κοινωνικό περιβάλλον των κρατουμένων εκτός φυλακής, όπως τα επισκεπτήρια, τα τηλεφωνήματα και η ανταλλαγή επιστολών (Δημόπουλος, 2021). Όλα αυτά έχει φανεί ότι συμβάλλουν στην ψυχική ευεξία των κρατουμένων μέσα σε ένα ψυχοφθόρο και αγχογόνο περιβάλλον, όπως της φυλακής. Ακόμη, συμβάλει στη διατήρηση επαφής με τον έξω κόσμο, στοιχείο απαραίτητο για να μειωθούν όσο το δυνατόν περισσότερο οι αρνητικές επιπτώσεις της ιδρυματοποίησης (Dixey & Woodball, 2012; Light & Campbell, 2007; Turanovic & Tascia, 2019). Παρόλα αυτά, ορισμένοι αναφέρουν ότι προτιμούν να μην δέχονται επισκεπτήρια, γιατί βρίσκουν εξαιρετικά δύσκολο τον αποχωρισμό από τους αγαπημένους τους και επειδή δεν επιθυμούν να τον δούνε στην συνθήκη της φυλακής (Dixey & Woodball, 2012). Αυτό συμβαίνει ιδιαίτερα με τα παιδιά των κρατουμένων, καθώς οι γονείς τους μπορεί να θεωρήσουν ότι δεν μπορούν να κάνουν τίποτα για αυτά όσο είναι στη φυλακή, ότι είναι καλύτερα χωρίς εκείνους και ότι θα επανορθώσουν τη σχέση τους όταν αποφυλακιστούν (Finney-Hairston, 2002).

Αξίζει να σημειωθεί, βέβαια, πως οι δυσκολίες δεν εξαντλούνται στην περίοδο της φυλάκισης, αλλά μπορεί να επεκτείνονται ακόμα και στη φάση της επανένωσης. Η οικογένεια των κρατουμένων έχει αναπτύξει μηχανισμούς επιβίωσης για το τραύμα της απουσίας λόγω της σύλληψης και έχει πλέον δημιουργήσει μία καθημερινότητα η οποία δεν περιλαμβάνει το φυλακισθέν άτομο. Επιπλέον, τα μέλη της οικογένειας πιθανότατα είχαν για σημαντικό διάστημα πολύ διαφορετικές προσλαμβάνουσες εμπειρίες και δεν είναι απίθανο να εξελίχθηκαν σαν άτομα και να άλλαξαν αρκετά

(Light, 1993). Προφανώς, έχει σημασία ο βαθμός στον οποίο διατηρήθηκαν επαφές κατά την περίοδο της φυλάκισης, το κατά πόσο ο κρατούμενος έλαβε άδειες για κατ'οίκον επίσκεψη αλλά και οι συνθήκες που επικρατούνε την στιγμή της αποφυλάκισης (Light, 1993). Επομένως, μιλάμε για μία ιδιαίτερη συνθήκη η οποία χρειάζεται να λαμβάνεται υπόψιν στη συνεργασία με τους κρατούμενους και τις οικογένειές τους τόσο κατά τη διάρκεια της φυλάκισης όσο και μετά τη λήξη αυτής.

2.4 Πανδημία στις Φυλακές: Μοναξιά στο Τετράγωνο

Η πανδημία της νόσου COVID-19 αποτέλεσε πρωτόγνωρο φαινόμενο για τον 21^ο αιώνα. Παρόλο που στο παρελθόν η ανθρωπότητα έχει έρθει αντιμέτωπη με ποικίλες επιδημίες αυτή η φορά μπορεί να χαρακτηριστεί αρκετά διαφορετική και ιδιαίτερη εξαιτίας των αλλαγών που έχουν επέλθει στις σύγχρονες κοινωνίες. Ποτέ ξανά τα κράτη και οι άνθρωποι δεν ήταν τόσο συνδεδεμένοι μεταξύ τους και ποτέ ξανά το τι γινόταν στη μία άκρη του πλανήτη δεν επηρέαζε τόσο άμεσα και ταχεία κάποια άλλη. Αυτές οι διαφορές, λοιπόν, μετέβαλλαν σε σημαντικό βαθμό τον τρόπο διαχείρισης και αντιμετώπισης της πανδημίας.

Δυστυχώς, όμως, οι ευάλωτες και περιθωριοποιημένες κοινωνικές ομάδες εξακολούθησαν να υφίστανται δυσκολίες για θέματα που η κυρίαρχη ομάδα έχει δεδομένα (Harrikari et al., 2021). Η πανδημία φάνηκε να οξύνει τις ανισότητες οι οποίες προϋπήρχαν (Syhomlinova et al., 2022). Ακόμη, ιδιαίτερα οι φυλακές φαίνεται να έγιναν σημαντικοί φορείς μετάδοσης του κορονοϊού, που αν και πρόκειται για κλειστό πλαίσιο επηρέασε και την ευρύτερη κοινότητα και προκάλεσε ανησυχία (Cloud et al., 2020; Henry, 2020). Κρίνεται, λοιπόν, σημαντικό, ακόμη και στις μέρες μας που φαινομενικά η επίδραση της πανδημίας φαίνεται να έχει εξασθενήσει, να εξετασθεί τι συνέβη κατά τη διάρκεια της πανδημίας στις φυλακές, εστιάζοντας στις επικρατούσες συνθήκες, οι οποίες πιθανώς επηρέασαν το αίσθημα της μοναξιάς στους κρατούμενους.

Ειδικά για το ζήτημα της μοναξιάς, το οποίο πραγματεύεται η παρούσα εργασία, αν και είχε αρχίσει να εμφανίζεται στο προσκήνιο του δημόσιου διαλόγου εξαιτίας των πολλών και σημαντικών επιπτώσεων που έχει στη σωματική και ψυχική ευεξία των ανθρώπων, ήρθε να απασχολήσει εντονότερα με τη συνθήκη της πανδημίας, λόγω των αυστηρών μέτρων που επιβλήθηκαν από πολλά κράτη τα οποία εστίαζαν στην κοινωνική απομόνωση (Ernst et al., 2022). Βέβαια, στις επιστημονικές

έρευνες σχετικά με την πανδημία φαίνεται να μονοπωλεί το ενδιαφέρον η έρευνα για τις επιπτώσεις στην υγεία και για τον περιορισμό της εξάπλωσης του κορονοϊού, θέτοντας σε δεύτερη μοίρα τις ανισότητες που μπορεί να προκύπτουν ειδικά σε πλαίσια όπως τα σωφρονιστικά καταστήματα (Maycock, 2022). Ιδιαίτερα η βιβλιογραφία γύρω από το ζήτημα της μοναξιάς στη φυλακή κατά τη διάρκεια της πανδημίας δεν μπορεί να θεωρηθεί αναπτυγμένη. Πριν, όμως, γίνει απόπειρα να διερευνηθεί η μοναξιά σε αυτές τις συνθήκες κρίνεται βοηθητικό να παρουσιασθούν τα συνολικότερα προβλήματα τα οποία αντιμετώπισαν οι κρατούμενοι εκείνη την περίοδο που ίσως συνέβαλαν στην ένταση του βιώματος της μοναξιάς.

2.4.1. Προκλήσεις στις Φυλακές εν Καιρώ Πανδημίας

Οι φυλακές δεν είναι κατάλληλα δομημένες και φτιαγμένες για να φιλοξενήσουν τον πληθυσμό των κρατουμένων, να υποστηρίξουν τις ανάγκες τους και να διασφαλίσουν αξιοπρεπείς συνθήκες διαβίωσης όπως υπαγορεύουν τα ανθρώπινα δικαιώματα (Friedman, 2021), αλλά και οι σωφρονιστικοί κώδικες πολλών χωρών. Όλες αυτές οι ελλείψεις έγιναν πιο ευδιάκριτες με την έλευση του κορονοϊού και των προκλήσεων που επέφερε στην εφαρμογή των μέτρων κοινωνικής αποστασιοποίησης εντός των φυλακών (Syhomlinova et al., 2022). Τα σωφρονιστικά καταστήματα είναι υπερπλήρη με αποτέλεσμα να διαμένουν στο ίδιο κελί περισσότεροι κρατούμενοι από το προβλεπόμενο, ο αερισμός είναι κακός, οι συνθήκες διαβίωσης ανθυγιεινές και οι παροχές υγειονομικής φροντίδας ανεπαρκείς και χαμηλής ποιότητας (Cloud et al., 2020; Elbek, 2020; Johnson et al., 2021; Syhomlinova et al., 2022).

Επιπλέον, υπάρχει αυξημένη κινητικότητα τόσο των υπαλλήλων όσο και των κρατουμένων εξαιτίας των μεταγωγών σε άλλες φυλακές ή των μετακινήσεων για να προσέλθουν στο δικαστήριο, γεγονός το οποίο μπορεί να δημιουργήσει πολλαπλά σημεία εισόδου για τον κορονοϊό (Johnson et al., 2021). Εφόσον συμβεί αυτό η εξάπλωση αναμένεται να είναι ταχεία, καθώς έχει φανεί ότι το ίδιο έχει συμβεί στο παρελθόν σε παρόμοιες καταστάσεις με άλλες ασθένειες (Syhomlinova et al., 2022). Οι έγκλειστοι, όμως, διατρέχουν σημαντικές πιθανότητες επιπλοκών από τον κορονοϊό λόγω της ήδη εξασθενημένης σωματικής και ψυχικής υγείας από τις συνθήκες κράτησης, τα προϋπάρχοντα προβλήματα υγείας λόγω του τρόπου ζωής που ακολουθούσαν πριν εισαχθούν στη φυλακή, αλλά και της κατάχρησης ουσιών

που είναι συχνή ακόμα και εντός της φυλακής (Henry, 2020; Johnson et al., 2021; Stewart et al., 2020).

Ακόμη, όπως αναλύθηκε σε προηγούμενη ενότητα, ο ηλικιωμένος πληθυσμός των φυλακών χρήζει ιδιαίτερης προσοχής ειδικά με τη συνθήκη της πανδημίας, καθώς τα ηλικιωμένα άτομα είναι πιο ευάλωτα στον κορονοϊό από τους ηλικιωμένους του γενικού πληθυσμού αφού αποστερούνται της ελευθερίας τους (Li, Taelhagh & Tan, 2023) και δεν είναι σε θέση να λάβουν μέτρα για να προστατέψουν τους εαυτούς τους. Ακόμη, οι ηλικιωμένοι κρατούμενοι συχνά έχουν προϋπάρχοντα προβλήματα υγείας και μπορεί ήδη να υποφέρουν από αισθήματα μοναξιάς στα οποία τώρα έρχεται να προστεθεί και η καταναγκαστική απομόνωση (Hwang et al., 2020). Τα ποσοστά θυματοποίησης υποστηρίζεται ότι σημείωσαν αξιοσημείωτη αύξηση και στο στόχαστρο βρέθηκαν περισσότερο οι ηλικιωμένοι και άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας τα οποία ήταν ευάλωτα ούτως ή άλλως (Syhomlinona et al., 2022).

Συνεχίζοντας, οι φυλακισμένοι μπορεί να παρέμεναν στα κελιά τους ακόμη και 23 ώρες την ημέρα (Maycock, 2022), μόνοι με τις αγχωτικές σκέψεις και τον φόβο για την υγεία τη δική τους, αλλά και δικών τους ανθρώπων, αφού από ένα σημείο και μετά οι δια ζώσης επαφές με τον έξω κόσμο διακόπηκαν (Johnson et al., 2021). Η μοναξιά, η ψυχική δυσφορία και η δυσκολία πρόσβασης σε κοινωνική υποστήριξη και σε υπηρεσίες υγείας αποτέλεσαν προβλήματα μέσα στις φυλακές εν καιρώ πανδημίας τα οποία ανέδειξαν ακόμα περισσότερο την ευαλωτότητα του πληθυσμού των κρατουμένων (Li et al., 2023). Σε έρευνα των Syhomlinona και συνεργατών (2022) κάποιοι φυλακισμένοι χαρακτήρισαν την περίοδο της πανδημίας ως «φυλακή μέσα στη φυλακή» και υπογράμμισαν ψυχολογικές δυσκολίες όπως η μοναξιά και αυτοκαταστροφικές τάσεις, γεγονός το οποίο δεν θα έπρεπε να προκαλεί εντύπωση, αφού η επιβολή κοινωνικής απομόνωσης έχει φανεί να εντείνει προβλήματα ψυχικής υγείας και να αυξάνει τις τάσεις αυτοκτονίας (Li et al., 2023).

Η μείωση των συναντήσεων και της επικοινωνίας με αγαπημένα τους πρόσωπα, τα οποία ουσιαστικά αποτελούσαν για τους κρατούμενους συνδετικό κρίκο με τον έξω κόσμο φαίνεται να αύξησε το αίσθημα απομόνωσης, μοναξιάς και ανασφάλειας (Maycock, 2022). Τα αυστηρά μέτρα προστασίας οδήγησαν στη μείωση των κοινωνικών αλληλεπιδράσεων των κρατουμένων τόσο με άτομα εντός όσο και

εκτός φυλακής. Αυτές οι αλλαγές στην καθημερινότητά τους οι οποίες αφορούσαν τον κοινωνικό τους κύκλο σύμφωνα με τη Lampraki και τους συνεργάτες της (2022) φάνηκε να επιφέρουν αλλαγές τόσο στην συναισθηματική όσο και στην κοινωνική μοναξιά. Η κατακόρυφη μείωση της επαφής με στενά φιλικά πρόσωπα συσχετίστηκε με αυξημένα επίπεδα συναισθηματικής μοναξιάς, ενώ η ευρύτερη μείωση των κοινωνικών συναναστροφών συσχετίστηκε με την κοινωνική μοναξιά. Επίσης, φάνηκε ότι όσοι κρατούμενοι διέθεταν μεγαλύτερο δίκτυο οικογενειακών και φιλικών προσώπων ήταν πιο προστατευμένοι από τα αρνητικά αποτελέσματα της απομόνωσης και διατήρησαν καλύτερη ψυχολογία. Παρόλο που υπήρξαν άλλου είδους μορφές επικοινωνίας όπως π.χ. μέσω τηλεφώνου αυτό δεν φάνηκε να λειτουργήσει ως προστατευτικός παράγοντας για την μοναξιά (Lampraki et al., 2022).

Σε αυτό το σημείο να σημειωθεί ότι σε ορισμένα άρθρα αναφέρθηκαν και μερικές θετικές πλευρές των μειωμένων επισκεπτηρίων, όπως το γεγονός ότι περιορίστηκε η διακίνηση ναρκωτικών εντός της φυλακής (Johnson et al., 2021) κάτι το οποίο αποτελεί γενικά μάλιστα. Επίσης, καθώς τα μέτρα ήταν καθολικά για τον κόσμο αυτό μπορεί να δημιουργήσει ένα αίσθημα ότι δεν είμαστε μόνοι σε όλη αυτή τη συνθήκη. Η συνειδητοποίηση αυτή θα μπορούσε να είναι βοηθητική στον κατευνασμό του αισθήματος της μοναξιάς (Dahlberg, 2021). Παρά αυτές τις αναφορές που εντοπίστηκαν κατά τη βιβλιογραφική αναζήτηση δεν αμφισβητείται το γεγονός ότι οι συνέπειες της πανδημίας της COVID-19 υπήρξαν κατά κόρον αρνητικές.

Η διακοπή των επισκεπτηρίων, πάντως, δεν ήταν το μόνο πλήγμα για τους κρατούμενους. Το ίδιο συνέβη και σε δραστηριότητες όπως το σχολείο, η εργασία, το γυμναστήριο ή άλλες καλλιτεχνικές διέξοδοι, οι οποίες έδιναν νόημα στη ζωή και στην καθημερινότητα των κρατουμένων (Syhomlinova et al., 2022). Γενικότερα, η ροή της καθημερινότητας μεταβλήθηκε σημαντικά (Maycock, 2022). Στο άγχος έρχεται να προστεθεί και η καθυστέρηση της διεξαγωγής δικαστικών ακροάσεων που εντείνει την αγωνία για την εξέλιξη της υπόθεσης του κάθε κρατούμενου.

Επιπρόσθετα, η εκπαίδευση και οι γνώσεις γύρω από θέματα υγιεινής είναι συνήθως χαμηλή κάτι το οποίο μπορεί να δημιουργήσει πρόσφορο έδαφος για παραπληροφόρηση και φόβο γύρω από το ζήτημα της πανδημίας (Johnson et al., 2021). Σε αυτό πιθανώς να συμβάλει και η αδυναμία εδραίωσης καλής επικοινωνίας

και εμπιστοσύνης μεταξύ του φυλακτικού προσωπικού και των κρατουμένων, για ζητήματα που αφορούν την πανδημία, αλλά και γενικότερα (Li et al., 2023; Maycock, 2022). Αναλυτικότερα, το φυλακτικό προσωπικό έχει εκπαιδευτεί να αντιμετωπίζει τους κρατούμενους ως άτομα δεύτερης κατηγορίας που τους χρειάζονται για να επιβληθεί η τάξη και να σωφρονιστούν (Friedman, 2021). Επομένως, σε ένα τέτοιο κλίμα ορισμένες φορές δεν ήταν ξεκάθαρο για τους κρατούμενους εάν γίνεται κατάχρηση εξουσίας μέσω της εφαρμογής των μέτρων κατά της πανδημίας με επιπρόσθετο τιμωρητικό προσανατολισμό ή αν είναι πράγματι απαραίτητο να είναι τόσο αυστηρές οι διαδικασίες (Syhomlinova et al., 2022). Η αντίφαση εδώ είναι ότι την ίδια στιγμή μπορεί να μην υπήρχε μέριμνα για να έχουν οι κρατούμενοι πρόσβαση σε αντισηπτικά διαλύματα ή άλλα βασικά είδη υγιεινής και προστασίας (Syhomlinova et al., 2022).

2.4.2. Το Μέτρο της Αποστασιοποίησης εντός της Φυλακής

Το κλίμα καχυποψίας και δυσπιστίας που επικρατεί μεταξύ κρατουμένων και φυλακτικού προσωπικού ίσως οδήγησε σε μία έντονη ανησυχία σχετικά με την εφαρμογή του μέτρου της απομόνωσης στη φυλακή κατά τη διάρκεια της έξαρσης του κορονοϊού. Η ανησυχία αυτή σχετιζόταν με την πιθανότητα οι κρατούμενοι, ενώ μπορεί να νοσούν, να μην αναφέρουν συμπτώματα, διότι προσπαθούν να αποφύγουν την απομόνωση/καραντίνα. Αν και στην προκειμένη περίπτωση δεν εφαρμοζόταν για τιμωρητικούς λόγους, η επιβολή απομόνωσης για «σωφρονιστικούς» λόγους έχει συσχετιστεί με αρνητικές εμπειρίες (Cloud et al., 2020) καθώς οι κρατούμενοι αποκόπτονται όχι μόνο από τον έξω κόσμο αλλά και από τον κόσμο εντός φυλακής (Friedman, 2021).

Αυτή η διαφορά ανάμεσα στα δύο είδη απομόνωσης χρειάζεται να είναι ευδιάκριτη και αισθητή. Πιο συγκεκριμένα, τα άτομα τα οποία βρίσκονται σε καραντίνα είναι αναγκαίο να έχουν πρόσβαση σε πηγές οι οποίες να κάνουν πιο υποφερτή την παραμονή τους στην απομόνωση. Τέτοιες πηγές μπορεί να είναι η τηλεόραση, το ραδιόφωνο, βιβλία κ.ά., αφού στη συγκεκριμένη περίπτωση δεν περιορίζονται για να τιμωρηθούν, αλλά για το δημόσιο συμφέρον (Cloud et al., 2020; Johnson et al., 2021). Αν εφαρμοστεί με αντίθετο τρόπο τότε, δυστυχώς, θα έχει και τα αντίστοιχα αρνητικά επακόλουθα, δηλαδή την μη αναφορά συμπτωμάτων και την

περαιτέρω διασπορά του ιού (Cloud et al., 2020; Friedman, 2021). Θα μπορούσε κάποιος ίσως να αναρωτηθεί γιατί να μας ενδιαφέρει τι θα γίνει με τους φυλακισμένους, αφού αυτή είναι μία μερίδα του πληθυσμού αποκομμένη από τον έξω κόσμο... Τα πράγματα όμως είναι πιο περίπλοκα. Όλοι μας, είτε το συνειδητοποιούμε είτε όχι είμαστε συνδεδεμένοι και ό,τι συμβαίνει στη ζωή του ενός μπορεί εύκολα να επηρεάσει τη ζωή του διπλανού του (Christakis & Fowler, 2009). Στην περίπτωση που εξετάζεται, αυτό σημαίνει ότι το προσωπικό της φυλακής το οποίο έρχεται σε συναναστροφή με τους κρατούμενους, εάν μολυνθεί θα μεταφέρει τον κορονοϊό και στην κοινότητα εκτός φυλακής (Friedman, 2021) στην οποία επιστρέφει όταν λήγει το ωράριό του. Επομένως, είναι ένα ζήτημα το οποίο μας αφορά όλους ανεξαιρέτως.

2.4.3. Εξέταση του Μέτρου Αποφυλάκισης Υφ' Όρων κατά τη Διάρκεια της Πανδημίας

Ένα διαφορετικό μέτρο για τον περιορισμό της πανδημίας στις φυλακές που ακολουθήθηκε από ορισμένες χώρες όπως το Ιράν, η Τουρκία, το Ηνωμένο Βασίλειο και η Γαλλία είναι η υπό όρους αποφυλάκιση κρατουμένων, με στόχο την αποσυμπύκνωση των φυλακών (Henry, 2020; Johnson et al., 2021). Ο Henry (2020) φαίνεται να υποστηρίζει την επιλογή αυτού του μέτρου παραγκωνίζοντας, κατά την γνώμη μου πολλές και σημαντικές μεταβλητές της εξίσωσης. Θεωρεί, δηλαδή, ότι αυτοί οι άνθρωποι είναι τυχεροί που θα επιστρέψουν στην κοινότητα και θα διαθέτουν πρόσβαση σε υπηρεσίες καλύτερης ποιότητας από ό,τι στη φυλακή. Συγχρόνως, θεωρεί ότι το μέτρο αυτό, θα αποσυμφορήσει τις ασφυκτικά γεμάτες φυλακές και θα συμβάλει στην εφαρμογή της τήρησης των φυσικών αποστάσεων για τη μείωση της εξάπλωσης του κορονοϊού και επομένως στη μείωση θανάτων (Henry, 2020).

Όλα τα παραπάνω μπορεί να ισχύουν, όμως, καλό θα ήταν να μην εξετασθεί αυτό το μέτρο τόσο απλουστευτικά και επιφανειακά. Ίσως, πράγματι να αποτελεί ένα αποτελεσματικό μέτρο, όμως δεν πρέπει να ξεχνάμε να αναρωτηθούμε για ποιον είναι αποτελεσματικό. Μήπως τελικά δεν βελτιώνει χρόνια άλυτα προβλήματα του συστήματος των φυλακών, αλλά συμβάλει απλώς στη διατήρηση μίας «ψευδαίσθησης» στους πολίτες ότι η πολιτεία λαμβάνει μέτρα για το δημόσιο

συμφέρον; Μήπως προωθείται η επιβίωση του σωφρονιστικού συστήματος και όχι των ανθρώπων που το αποτελούν (Friedman, 2021); Οι προκλήσεις τις οποίες αντιμετωπίζουν οι αποφυλακισθέντες είναι πολλαπλές πολλώ δε μάλλον σε μία περίοδο υγειονομικής κρίσης όπου επικρατεί η ανασφάλεια και ο φόβος (Johnson et al., 2021; Vuolo et al., 2023). Σε ένα τέτοιο κλίμα η ψυχική υγεία αυτών των ατόμων εκ των οποίων πολλοί θα είναι πλέον ιδρυματοποιημένοι αναμένεται να επιδεινωθεί λόγω του αυξημένου άγχους σε συνδυασμό με την πιθανή έλλειψη οικονομικής και κοινωνικής ενίσχυσης σε μία περίοδο όπου δεν είναι εφικτό να βρει κανείς εργασία ή να συνάψει νέες σχέσεις και να αλληλεπιδράσει ελεύθερα και άφοβα με ανθρώπους. Ο κίνδυνος της αστεγίας είναι επίσης υπαρκτός για τους αποφυλακισθέντες (Johnson et al., 2021). Επιπλέον, ο φόβος της σύλληψης μπορεί να οδηγήσει τους πρώην κρατούμενους στην ανάπτυξη «θεσμικής αποφυγής» (Vuolo et al., 2023). Η θεσμική αποφυγή είναι ένα πολύ ενδιαφέρον φαινόμενο το οποίο μπορεί να εμφανιστεί σε άτομα που είχαν εμπλακεί με το ποινικό σύστημα και ύστερα από αυτήν τους εμπειρία αρχίζουν να αποφεύγουν ποικίλα ιδρύματα, όπως εκπαιδευτικά ιδρύματα ή δομές υγείας στις οποίες διατηρούνε επίσημα αρχεία. Αυτή η αποφυγή όμως μπορεί να οδηγήσει σε νέα προβλήματα με το νόμο, συμβάλλει στην περαιτέρω περιθωριοποίηση ευάλωτων πληθυσμών (Bragne, 2014) και στην περίπτωση της πανδημίας της COVID-19 η αποφυγή αναζήτησης ιατρικής βοήθειας μπορεί να αποβεί μοιραία. Ως κοινωνικοί λειτουργοί, που έχουμε διττό ρόλο τόσο απέναντι στους εξυπηρετούμενους όσο και στο σύστημα (Καλλινικάκη, 2011) στο οποίο άλλωστε εργαζόμαστε είναι απαραίτητο να προβληματιζόμαστε γύρω από τέτοια ζητήματα και να εξετάζουμε πιο κριτικά το κατά πόσο ένα μέτρο το οποίο εφαρμόζεται σε μία περίοδο κρίσης είναι υπέρ των εξυπηρετούμενων, του συστήματος ή και των δύο. Αυτό είναι χρήσιμο να συμβαίνει ιδιαίτερα σε καταστάσεις κρίσης όπου τα κοινωνικά προβλήματα εντείνονται και οι ηθικές αξίες της κοινωνικής εργασίας διαρκώς δοκιμάζονται (Harrikari et al., 2021) και που ορισμένα μέτρα παρουσιάζονται ως «μονόδρομος» για να αποτραπεί η καταστροφή που θα επιφέρει η ανυπακοή ή παρέκκλιση (Πουλόπουλος, 2014).

Επομένως, η πανδημία της COVID-19 θα μπορούσε να ειπωθεί ότι ανέδειξε τα ελλείμματα που υπάρχουν σε πολλαπλά επίπεδα στα σωφρονιστικά καταστήματα θέτοντας σε ακόμα πιο ευάλωτη θέση τον πληθυσμό των φυλακών αλλά και

γενικότερα θέτοντας σε κίνδυνο την ευρύτερη κοινότητα. Δεν γίνεται να αμφισβητηθεί ότι σημειώθηκε προσπάθεια λήψης μέτρων, όμως είναι ανάγκη να γίνει αντιληπτό ότι αυτά τα μέτρα μάλλον αφορούσαν περισσότερο στην διατήρηση ελέγχου και στον περιορισμό της μετάδοσης του ιού. Ήταν, όμως, μονόπλευρα παραλείποντας να προνοήσουν για άλλες σημαντικές πτυχές του ευ ζην των κρατουμένων.

Κεφάλαιο Τρίτο: Παρεμβάσεις Κοινωνικών Λειτουργιών για τη Μοναξιά

3.1 Στο Δρόμο για τη Μείωση της Μοναξιάς

Η ευρεία ενασχόληση με το φαινόμενο της μοναξιάς, τα είδη, τις εκφάνσεις και τις επιπτώσεις της στον άνθρωπο οδήγησε υπεύθυνους κοινωνικής πολιτικής και ερευνητές στην ανάγκη για αναζήτηση και σχεδιασμό στρατηγικών οι οποίες να είναι ικανές να περιορίσουν το φαινόμενο. Στη βιβλιογραφία φάνηκε να υποστηρίζεται ότι υπάρχουν τέσσερις βασικοί τρόποι για τη μείωση της μοναξιάς: η προώθηση της κοινωνικής υποστήριξης, η βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων των ατόμων, η παροχή ευκαιριών για κοινωνικοποίηση και η αλλαγή δυσλειτουργικών γνωσιακών σχημάτων (Masi et al., 2011; Rokach, 2018).

Για τον επιτυχή σχεδιασμό και εφαρμογή παρεμβάσεων για την μοναξιά ο Rokach (2018) υπογραμμίζει ότι είναι απαραίτητο το άτομο με μοναξιά να προσεγγίζεται πολύπλευρα και να λαμβάνονται υπόψιν οι ικανότητες και οι αδυναμίες του ατόμου ειδικά γύρω από το ζήτημα του σχετίζεσθαι με τους άλλους, η παιδική του ηλικία και η σχέση με την οικογένεια και τους σημαντικούς Άλλους αλλά και ο τρόπος που το ίδιο το άτομο εκλαμβάνει τον εαυτό του.

Χρήσιμη θα φανεί και η κατανόηση των μηχανισμών αντιμετώπισης της μοναξιάς που αναπτύσσουν οι άνθρωποι οι οποίες μπορούν να χωριστούν σε έξι κατηγορίες:

1) την αποδοχή και τον αναστοχασμό όπου το να είναι κανείς μόνος για ένα διάστημα δεν είναι απαραίτητα αρνητικό, αλλά μπορεί να αποτελέσει ευκαιρία για την συνειδητοποίηση των φόβων και των επιθυμιών του ατόμου. Η συνειδητοποίηση αυτή στη συνέχεια θα συμβάλλει στην καλύτερη καταπολέμηση της μοναξιάς,

2) την απομόνωση στην επιθυμητή της μορφή όπου γίνεται αντιληπτό από το άτομο ότι η μοναξιά αποτελεί αναπόσπαστο και πολλές φορές αναπόφευκτο κομμάτι της ύπαρξής μας και η συμφιλίωση με αυτήν την ιδέα,

3) την ανάπτυξη του εαυτού όπου επέρχεται μέσα από την ενεργή συμμετοχή σε ομάδες εστίασης και αυτό-βοήθειας (π.χ. Ανώνυμοι Αλκοολικοί) και γενικότερα από την αναζήτηση και παροχή επαγγελματικής βοήθειας η οποία προσφέρει στο άτομο την ευκαιρία να συνδεθεί και να ανακουφιστεί από επίπονα συναισθήματα,

4) το κοινωνικό δίκτυο υποστήριξης που ως φύσει κοινωνικά ζώα όλοι έχουμε ανάγκη για να επιβιώσουμε. Σημαντικό ρόλο κατέχει το επίπεδο ικανοποίησης που αντλεί το άτομο από το κοινωνικό του δίκτυο το οποίο αν είναι υψηλό συμβάλλει στην διατήρηση του αισθήματος ότι γενικά η ζωή έχει νόημα, αλλά και ειδικά η ζωή του ατόμου έχει νόημα για τους άλλους,

5) την άρνηση η οποία ως μηχανισμός μπορεί να είναι λειτουργικός στη αρχή, αλλά στην πορεία εξελίσσεται αρνητικά ωθώντας στην υιοθέτηση βλαπτικών συμπεριφορών όπως η κατάχρηση ουσιών και τέλος,

6) την θρησκεία και την πίστη που πηγάζει από την ανάγκη των ανθρώπων να αισθανθούν συνδεδεμένοι με κάτι ανώτερο από του ίδιους. Ακόμη, μέσα από τη συμμετοχή σε θρησκευτικά δρώμενα οι άνθρωποι ευελπιστούν να αποκτήσουν εσωτερική ηρεμία και αίσθημα του ανήκειν (Rokach, 2018).

3.1.2 Μέθοδοι Εντοπισμού Ατόμων με Μοναξιά

Πριν γίνει αναφορά σε παρεμβάσεις που σχετίζονται με το φαινόμενο της μοναξιάς είναι καίριας σημασίας να αναδειχθεί η σημασία που έχει για την πορεία των παρεμβάσεων η εύρεση των ατόμων με μοναξιά σε μία κοινότητα και οι τρόποι με τους οποίους γίνεται.

Η πιο κοινή μέθοδος για την πρόσκληση ατόμων για συμμετοχή σε έρευνες για τις παρεμβάσεις της μοναξιάς συμπεριλάμβαναν την προβολή από τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης (Μ.Μ.Ε.), φυλλάδια και αφίσες σε διάφορα σημεία της τοπικής κοινωνίας. Ένα μειονέκτημα αυτού του τρόπου στρατολόγησης ατόμων είναι ότι η πλειοψηφία των συμμετεχόντων που ανταποκρίθηκαν ήταν άτομα τα οποία αυτοπροσδιορίζονταν ως μοναχικά. Άρα, δεν λήφθηκε υπόψιν το φαινόμενο των σκοτεινών αριθμών που υπάρχουν για άτομα που π.χ. ανήκουν σε μειονοτικές εθνικές ομάδες και έχει φανεί ότι δεν αναζητούν βοήθεια για τη μοναξιά που ίσως βιώνουν (Ige et al., 2019).

Στην ιχνηλάτηση μοναχικών ατόμων είναι σημαντικό να επιστρατευτεί όσο περισσότερο κοινωνικό δυναμικό γίνεται (Windle et al., 2011). Αυτό σημαίνει ότι οποιοσδήποτε εργαζόμενος στον τομέα της φροντίδας που πιθανώς έρχεται σε επαφή με ευάλωτες στη μοναξιά ομάδες, μπορεί να φανεί χρήσιμος σε αυτό το εγχείρημα. Ένας άλλος αναφερόμενος τρόπος εντοπισμού είναι η χορήγηση ερωτηματολογίων σχετικών με τη μοναξιά (Ige et al., 2019).

Πιο πολλά υποσχόμενες μέθοδοι ιχνηλάτησης ατόμων με μοναξιά φαίνεται να είναι εκείνες που συνδυάζουν τρόπους εντοπισμού αυτών των ατόμων. Πιο συγκεκριμένα, μπορεί να είναι η χρήση των M.M.E. και η παραπομπή από επαγγελματίες (Ige et al., 2019).

Ο Ige και συνεργάτες (2019) σε ανασκόπηση της βιβλιογραφίας που πραγματοποίησαν τόνισαν ότι πρέπει να υπάρχει μεγαλύτερη διαφάνεια από τους ερευνητές για τις μεθόδους εντοπισμού ατόμων με μοναξιά, αλλά και αιτιολόγηση του λόγου επιλογής μιας συγκεκριμένης μεθόδου έναντι μίας άλλης. Επιπρόσθετα, προτείνουν οι μελλοντικές μελέτες παρέμβασης για τη μοναξιά να καταγράφουν πιο αναλυτικά και λεπτομερώς τις μεθόδους εντοπισμού και συγχρόνως να δημοσιεύουν δεδομένα σχετικά με την αποτελεσματικότητά τους τόσο σε οικονομικό όσο και κοινωνικό επίπεδο. Αναμφίβολα, η μέτρηση κόστους- αποτελέσματος είναι μία περίπλοκη διαδικασία με αποτέλεσμα να αποτελεί σπανίως κομμάτι της αξιολόγησης παρεμβάσεων (Windle et al., 2011), όμως πρέπει να αρχίσει να θεωρείται πολύ σημαντική, διότι έχει αξία τόσο για τους μελλοντικούς ερευνητές όσο και για αυτούς που χαράζουν κοινωνική πολιτική.

Ήδη από τη φάση σχεδιασμού των παρεμβάσεων είναι αναγκαίο να εντοπίζονται και να αξιοποιούνται οι πόροι της εκάστοτε κοινότητας. Στους πόρους της κοινότητας δεν πρέπει να υποτιμούνται και τα άτομα με μοναξιά, τα οποία εξάλλου, πρόκειται να εμπλακούν στις παρεμβάσεις. Η συμμετοχή τους στο σχεδιασμό των προγραμμάτων καλό είναι να γίνεται σε κάθε στάδιο της διαδικασίας, δηλαδή από τον σχεδιασμό μέχρι την αξιολόγηση.

Γενικά, η έρευνα στο πεδίο των κοινωνικών επιστημών οφείλει να έχει ως επίκεντρο το άτομο και τις ανάγκες του. Ειδικότερα, στην κοινωνική εργασία είναι υψίστης σημασία να ακούγονται τα θέλω των καταπιεσμένων ομάδων και η οπτική τους για το βίωμά τους (Schram, 2017). Μάλιστα, σε έρευνα του Kocken (2001) φάνηκε ότι η χρήση δημοκρατικών στρατηγικών, η συμπερίληψη των φωνών και των αναγκών των χρηστών υπηρεσιών και παρεμβάσεων για τη μοναξιά και γενικότερα η επικοινωνία σχεδιαστών υπηρεσιών και χρηστών είναι ζωτικής σημασίας για την επιτυχή έκβαση των παρεμβάσεων, καθώς αυξάνει την ικανοποίησή τους. Η διατήρηση της ικανοποίησης των συμμετεχόντων είναι ζωτικής σημασίας για την θετική έκβαση της παρέμβασης (Hagan et al., 2014).

Καλές πρακτικές πέρα από τη συμπερίληψη της πληθυσμιακής ομάδας την οποία θα αφορά η παρέμβαση, είναι η εκπαίδευση των εθελοντών και των διοργανωτών και η διαρκής παροχή υποστήριξης και ενθάρρυνσης (και στους συμμετέχοντες) ώστε να συνεχίσουν τη συμμετοχή τους στο πρόγραμμα παρέμβασης. Ακόμη, η ύπαρξη ευελιξίας και προσαρμοστικότητας αποτελούν ίσως καταλύτες για την επιτυχία (Gardiner et al., 2018; Windle et al., 2011). Σημαντική είναι και η επικοινωνία και συνεργασία μεταξύ επαγγελματιών υγείας με στόχο την αποφυγή της ιατροκοποίησης κοινωνικών προβλημάτων (Jovicic & McPherson, 2020) όπως η μοναξιά.

3.2 Κατηγοριοποίηση Παρεμβάσεων

3.2.1 Άμεσες Παρεμβάσεις

Κατά τη βιβλιογραφική αναζήτηση παρεμβάσεων για τη μοναξιά παρατηρήθηκε μία ετερογένεια ως προς το είδος, τις μεθόδους, τη στόχευση και τα προσδοκώμενα αποτελέσματα αυτών των παρεμβάσεων. Ορισμένες από τις συχνότερα αναφερόμενες παρεμβάσεις που θα παρουσιασθούν αναλυτικότερα στη συνέχεια είναι η βελτίωση κοινωνικών δεξιοτήτων, η αλλαγή γνωσιακών σχημάτων, η υποβοηθούμενη κοινωνικοποίηση και οι κοινοτικές παρεμβάσεις (Mann et al., 2017).

Πριν, όμως, γίνει αναφορά σε αυτές τις παρεμβάσεις για τη μοναξιά κρίνεται βοηθητικό να παρουσιασθούν εν συντομία οι ευρύτερες κατηγορίες στις οποίες υπάγονται. Οι παρεμβάσεις για την μοναξιά έχουν κατηγοριοποιηθεί από ορισμένους ερευνητές ως άμεσες και έμμεσες (Fokkema & Van Tilburg, 2007; Mann et al., 2017). Οι άμεσες πρόκειται για παρεμβάσεις οι οποίες στοχεύουν κατευθείαν στην καταπολέμηση της μοναξιάς (Mann et al., 2017). Έχει προταθεί ο διαχωρισμός τους σε τρεις κατηγορίες: (α) τις παρεμβάσεις που ενισχύουν και συντηρούν τις υπάρχουσες κοινωνικές σχέσεις, (β) τις παρεμβάσεις για κινητοποίηση και διευκόλυνση της δημιουργίας νέων κοινωνικών δεσμών και (γ) σε παρεμβάσεις για την αλλαγή τρόπου σκέψης για τις κοινωνικές σχέσεις (ψυχολογική προσέγγιση) (Jorling, 2015).

Οι παρεμβάσεις που ενισχύουν τις υπάρχουσες σχέσεις έχουν γίνει σε ηλικιωμένα άτομα και στοχεύουν στη βελτίωση της μετακίνησης που πολλές φορές μπορεί να είναι περιορισμένη και στη χρήση της τεχνολογίας (Jorling, 2015). Στη

συγκεκριμένη τουλάχιστον πληθυσμιακή ομάδα η μετακίνηση και η γνώση τεχνολογίας αποτελούν δύο βασικά μέσα τα οποία μπορούν να ενδυναμώσουν τα άτομα που βιώνουν μοναξιά ή είναι ευάλωτα στο να βιώσουν μελλοντικά, αφού διευκολύνουν τη διατήρηση κοινωνικών σχέσεων είτε αυτές είναι οικογενειακές και φιλικές είτε με επαγγελματίες υγείας (χωρίς αυτό να αρκεί για την εξάλειψη αισθήματος μοναξιάς όπως έχουμε δει).

Οι παρεμβάσεις για τη δημιουργία νέων σχέσεων χωρίζονται σε ομαδικές και ατομικές παρεμβάσεις (Cohen-Mansfield & Perach, 2015; Findlay, 2003; Frost et al., 2010; Jorling, 2015) με τις πρώτες να φαίνεται να προτιμούνται συχνότερα (Jorling, 2015) αφού φαίνεται να έχουν καλύτερα αποτελέσματα, εάν φυσικά πληρούνται ορισμένες προϋποθέσεις που θα αναλυθούν σε επόμενο σημείο της εργασίας.

Ομαδικές παρεμβάσεις/υπηρεσίες περιλαμβάνουν συνήθως την δημιουργία χώρων συγκέντρωσης ατόμων που βιώνουν ή είναι ευάλωτα στη μοναξιά και τους παρέχει την ευκαιρία να διευρύνουν τον κοινωνικό τους κύκλο (Windle et al., 2011). Βέβαια, πρωταρχικός στόχος δεν είναι απαραίτητα η κοινωνική αλληλεπίδραση (Jorling, 2015), αλλά μάλλον θα λέγαμε ότι αποτελεί απόρροια της παρέμβασης. Δηλαδή, οι ομάδες αυτές ίσως να ξεκινούν για να συμβάλλουν στην αναψυχή ή στην εκπαίδευση των συμμετεχόντων ενδεικτικά μέσω της δημιουργίας προγραμμάτων κηπουρικής, αθλητικών δραστηριοτήτων ή εκμάθησης υπολογιστών (Gardiner et al., 2018). Μπορεί, βέβαια, να αφορούν και κατ' οίκον επισκέψεις σε ευάλωτα άτομα για την παροχή κοινωνικής στήριξης, χρήσιμων πληροφοριών ή και κοινωνικών υπηρεσιών (Masi et al., 2011). Συνοπτικά, προάγουν την υγεία, την δημιουργικότητα, την εμπλοκή σε δραστηριότητες και την ανάπτυξη φιλιών (Windle et al., 2011).

Συνεχίζοντας, οι ομαδικές παρεμβάσεις μπορεί να πρόκειται για ομάδες υποστήριξης που χαρακτηρίζονται από την ύπαρξη ενός επαγγελματία που ηγείται της ομάδας και στοχεύει στην ομαλή λειτουργία της ομάδας (Perese & Wolf, 2005), ώστε να υπάρξει το αίσθημα ασφαλείας για να μπορέσουν τα μέλη να εξασκηθούν σε νέες δεξιότητες και να σχετισθούν με τους άλλους. Τα μέλη είναι συγκεκριμένα και η παρέμβαση έχει προκαθορισμένη χρονική διάρκεια (Helgeson & Gottlieb, 1997 ό.α. στο Perese & Wolf, 2005). Οι ομάδες αυτές μπορεί να περιλαμβάνουν ενδυναμωτικά προγράμματα, κύκλους συζητήσεων. Η έρευνα έχει δείξει ότι έχουν

θετικό αντίκτυπο στην κοινωνική απομόνωση εάν η ελάχιστη διάρκειά τους είναι οι πέντε μήνες (Findlay, 2003).

Υπάρχουν ευρήματα που υποστηρίζουν ότι η χρήση εκπαιδευτικών παρεμβάσεων που εστιάζουν στη διατήρηση και στον εμπλουτισμό των κοινωνικών επαφών των ατόμων με μοναξιά είναι πολλά υποσχόμενες υπό την προϋπόθεση ότι έχουν μελετηθεί και σχεδιαστεί προσεκτικά. Μεγάλη αξία μπορούν να έχουν και σε ιδρυματοποιημένους πληθυσμούς (Cohen-Mansfield & Perach, 2015), όπως οι κρατούμενοι στις φυλακές.

Ένας άλλος τύπος ομάδας είναι οι ομάδες αυτοβοήθειας στις οποίες τα μέλη, τα οποία έχουν κάποιο κοινό πρόβλημα ή προβληματισμό, αλληλοϋποστηρίζονται για να θωρακιστούν καλύτερα απέναντι στις αντιξοότητες της καθημερινής ζωής. Τέτοιες ομάδες μπορεί να δημιουργούνται για πολλές και διαφορετικές συνθήκες όπως ενδεικτικά, σε περιπτώσεις πένθους, μεταβατικών σταδίων ζωής, ψυχικές διαταραχές κ.ά. (Perese & Wolf, 2005), συνθήκες οι οποίες όπως έχει φανεί σε προηγούμενα κεφάλαια σχετίζονται άμεσα με το βίωμα της μοναξιάς.

Αξίζει, όμως, να σημειωθεί ότι σε ορισμένες περιπτώσεις δεν είναι εφικτό να αξιοποιηθούν ομαδικές παρεμβάσεις λόγω διαφόρων δυσκολιών για επιστροφή στην ευρύτερη κοινότητα ή για επανασύνδεση με επαφές που υπήρχαν από παλαιότερα. Σε αυτές τις περιπτώσεις προτιμούνται οι ατομικές παρεμβάσεις (Jorling, 2015). Μία από τις πιο γνωστές ατομικές παρεμβάσεις είναι αυτή του befriending που έχει εφαρμοστεί σε άτομα τρίτης ηλικίας συνήθως κοινωνικά απομονωμένα λόγω διαφόρων δυσκολιών όπως π.χ. μετακίνησης. Η διαδικασία διαφέρει αναλόγως με το που εφαρμόζεται και από ποιον αλλά κατά κανόνα περιλαμβάνει εθελοντές ή αμειβόμενους εργάτες οι οποίοι αναλαμβάνουν να επισκέπτονται σε σπίτια ανα τακτά χρονικά διαστήματα άτομα που βιώνουν μοναξιά ή κοινωνική απομόνωση (κυρίως ηλικιωμένα άτομα) και να τους παρέχουν συντροφιά (Gardiner et al., 2018). Σε ορισμένες περιπτώσεις αναλαμβάνουν και την διεκπεραίωση μικρών εργασιών όπως την προμήθειά τους με τρόφιμα και φάρμακα (Windle et al., 2011). Βασικό συστατικό στοιχείο της συγκεκριμένης παρέμβασης είναι το χτίσιμο ενός δεσμού εμπιστοσύνης και συναισθηματικής ασφάλειας, για αυτό και συχνά απαιτείται από τους εθελοντές δέσμευση ενός χρόνου, τους παρέχεται ειδική εκπαίδευση και γίνεται προσπάθεια να υπάρχουν ταιριάσματα

μεταξύ εθελοντών και των ατόμων που πρόκειται να αναλάβουν για την καλύτερη έκβαση της παρέμβασης (Perese & Wolf, 2005).

Η στρατολόγηση των εθελοντών μπορεί να γίνεται τόσο μέσω ενός οργανισμού αλλά και μέσω ενός πλέγματος οργανισμών που συνεργάζονται. Ο θεσμός αυτός αρχικά είχε ξεκινήσει για την παροχή υποστήριξης και βοήθειας και την καλύτερη της ποιότητας ζωής σε άτομα με διαγνωσμένη καταληκτική ασθένεια και στη συνέχεια επεκτάθηκε και σε άλλες πληθυσμιακές ομάδες, όπως άτομα που βιώνουν μοναξιά ή είναι κοινωνικά απομονωμένα, άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας κ.ά. Τα άτομα που δέχονται την συγκεκριμένη παρέμβαση μπορεί να έρθουν σε επικοινωνία με ένα δίκτυο Befriending είτε με δική τους πρωτοβουλία είτε κατόπιν προτροπής από κάποιον συγγενή, γιατρό ή άλλον επαγγελματία (Gardiner et al., 2018).

Ένας ακόμη τύπος άμεσης παρέμβασης για την μοναξιά είναι αυτές που βασίζονται στην ψυχολογική προσέγγιση. Σύμφωνα με αυτή, τα άτομα τα οποία βιώνουν μοναξιά συνήθως έχουν εγκαθιδρυμένα κάποια δυσλειτουργικά γνωσιακά σχήματα τα οποία αφορούν στην αντίληψή τους για τον εαυτό τους, στις προθέσεις και στις απόψεις των άλλων ανθρώπων αλλά εμφανίζουν και υψηλές ή μη ρεαλιστικές προσδοκίες για τις σχέσεις τους με τους άλλους ανθρώπους (Fokkema & Van Tilburg, 2007; Mann et al., 2017) οι οποίες τελικά τους καθιστούν δυσπροσάρμοστους στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις εντείνοντας το αίσθημα μοναξιάς. Βασίζονται στις αρχές της γνωσιακής-συμπεριφορικής θεραπείας (Jorling, 2015). Πρόκειται για μία πολλά υποσχόμενη παρέμβαση η οποία, όμως, χρήζει περαιτέρω δοκιμής και έρευνας.

Σε αυτό το κομμάτι μπορούν να ενταχθούν και παρεμβάσεις που έχουν σημειωθεί για τη βελτίωση κοινωνικών δεξιοτήτων. Έμφαση δίνεται στην εκπαίδευση και στην καλλιέργεια βασικών δεξιοτήτων για την καλύτερη επικοινωνία και κοινωνικοποίηση των ατόμων, ώστε να ενδυναμωθούν τα κοινωνικά τους δίκτυα και οι ίδιοι (Mann et al., 2017). Το εύρος των δεξιοτήτων που επιλέγεται να καλλιεργηθούν ποικίλει αναλόγως το πρόγραμμα, αλλά συνήθως αφορά σε καλλιέργεια δεξιοτήτων επικοινωνίας λεκτικής ή και μη λεκτικής, στην ικανότητα να δίνονται και να γίνονται δεκτά κομπλιμέντα, στη διαχείριση της σιωπής και στην οικειότητα με τη σωματική επαφή (Masi et al., 2011).

Επίσης, στοχεύουν στο να αυξήσουν τις γνώσεις των εμπλεκόμενων γύρω από το φαινόμενο της μοναξιάς αλλά και της σημασίας των κοινωνικών σχέσεων στην έκβαση του φαινομένου. Το επιθυμητό αποτέλεσμα είναι να είναι καλύτερα προετοιμασμένοι να αναγνωρίσουν και να αντιμετωπίσουν τη μοναξιά (Mann et al., 2017). Αυτά τα ψυχοεκπαιδευτικά προγράμματα μπορούν να εφαρμοστούν τόσο σε ατομικό όσο σε οικογενειακό και ομαδικό επίπεδο (Ma et al., 2020).

Μία ενδιαφέρουσα αλλά όχι ευρέως μελετημένη μέθοδος καταπολέμησης της μοναξιάς είναι η συμπερίληψη ζώων στη θεραπεία (Gardiner et al., 2018). Σε έρευνα του Krause-Parello (2012) φάνηκε ότι ο δεσμός που αναπτύσσεται μεταξύ ανθρώπων και κατοικίδιων ζώων λειτουργεί προστατευτικά για την μοναξιά πιθανότατα επειδή παρέχει συναισθηματική στήριξη και αίσθηση συντροφικότητας. Για αυτόν τον λόγο ορισμένοι θεραπευτές έχουν ήδη αρχίσει να προωθούν την καλλιέργεια τέτοιου δεσμού ως μέρος της θεραπευτικής διαδικασίας (Rokach, 2018). Μεμονωμένα σαν παρέμβαση για την μοναξιά ίσως να μην επαρκεί και να μην μπορεί να εφαρμοστεί για όλους, αλλά αναμφίβολα αποτελεί ένα ενδιαφέρον εργαλείο το οποίο συνδυαστικά με άλλες παρεμβάσεις μπορεί να ενισχύσει τα θετικά αποτελέσματα.

Επομένως, η αποτελεσματικότητα των ατομικών παρεμβάσεων δεν φαίνεται να επαρκεί από μόνη της για τον περιορισμό της μοναξιάς. Αυτό θα μπορούσε να αποδοθεί εν μέρει στο ότι δεν λαμβάνονται επαρκώς υπόψιν το ευρύτερο περιβάλλον και οι συνθήκες στις οποίες ζει το άτομο με μοναξιά. Μπορεί, δηλαδή ένα άτομο να προετοιμαστεί σε θεωρητικό επίπεδο για το ζήτημα της μοναξιάς και της κοινωνικοποίησης, αλλά η κοινότητα στην οποία ζει να μην είναι προσανατολισμένη στην προώθηση της κοινωνικής συνδεσιμότητας και έτσι να αποτελεί άγονο έδαφος για την εφαρμογή των δεξιοτήτων που απέκτησε το άτομο κατά την παρέμβαση. Επομένως, παράλληλα με τις ατομικές παρεμβάσεις είναι σημαντικό να γίνονται και κοινοτικές.

Οι «δομικοί διευκολυντές» είναι μία άλλη κατηγορία παρεμβάσεων, οι οποίες είναι πιο ευρείς και εστιάζουν στον τρόπο που εφαρμόζονται οι παρεμβάσεις και όχι τόσο στο τι παρεμβάσεις είναι. Η διαφορά τους με άλλες παρεμβάσεις είναι ότι δεν αποσκοπούν μόνο στη δημιουργία ομάδων και συγκεκριμένων υπηρεσιών, αλλά επιθυμούν την παράλληλη ανάπτυξη θεμελιωδών υπηρεσιών οι οποίες πέρα από τη

συμβολή τους στη μοναξιά θα αναβαθμίσουν συνολικότερα την κοινότητα (Jorling, 2015).

Εδώ μπορούν να ενταχθούν οι κοινοτικές παρεμβάσεις και οι παρεμβάσεις της γειτονιάς. Οι παρεμβάσεις της γειτονιάς ειδικά για ηλικιωμένους πληθυσμούς φαίνεται να είναι αποτελεσματικές, καθώς συνηθίζεται τα ηλικιωμένα άτομα να περνούν περισσότερο χρόνο στη γειτονιά τους, ειδικά όσοι αισθάνονται δέσμευση και συνδεσιμότητα με την τοπική κοινωνία. Επιπρόσθετα, φαίνεται να είναι προτιμότερο οι παρεμβάσεις για τη μοναξιά να γίνονται πιο στοχευμένα και σε πιο περιορισμένα και διαχειρίσιμα κομμάτια (Jorling, 2015). Πρόκειται δηλαδή για παρέμβαση στη μοναξιά στο πλαίσιο των τοπικών κοινωνιών όπου διαβιούν τα άτομα που βιώνουν μοναξιά.

Συνεχίζοντας, η κοινοτική ανάπτυξη βασισμένη στα δυνατά σημεία είναι μία παρέμβαση που αξιοποιεί υπάρχουσες πηγές και δυναμικά της κοινότητας. Όπως αναφέρεται και στο όνομα της, βασίζεται στα δυνατά σημεία της εκάστοτε κοινότητας στην οποία εφαρμόζεται και όχι σε τυχόν ελλείψεις της (Jorling, 2015; Mann et al., 2017). Προωθεί τη συμπερίληψη και κινητοποίηση των ατόμων για την ανάπτυξη ομάδων και δραστηριοτήτων, λαμβάνει υπόψιν τις ανάγκες και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του πληθυσμού στον οποίο εφαρμόζεται αυξάνοντας τις πιθανότητες επιτυχίας της (Jorling, 2015).

Η υποβοηθούμενη κοινωνικοποίηση είναι ένας άλλος τρόπος παρέμβασης (Ma et al., 2020). Μπορεί να αφορά στην ύπαρξη ενός «κοινωνικού υποστηρικτή» για άτομα τα οποία βιώνουν μοναξιά, ο οποίος παρέχει καθοδήγηση και ενθάρρυνση για ζητήματα όπως η μοναξιά ή η ψυχική ευεξία και προωθεί την εμπλοκή των ατόμων σε κοινωνικές δραστηριότητες οι οποίες ταιριάζουν στις ανάγκες και στις ιδιαιτερότητές τους (Mann et al., 2017). Πρόκειται συνήθως για εθελοντές οι οποίοι αναλαμβάνουν να παρέχουν κοινωνική, συναισθηματική αλλά και πρακτική στήριξη σε ευάλωτα στη μοναξιά άτομα και λειτουργούν ουσιαστικά ως συνδετικοί κρίκοι των πηγών της κοινότητας και των δημόσιων υπηρεσιών με τα άτομα αυτά (Windle et al., 2011). Τελική στόχευση της υποστήριξης αυτής είναι η σταδιακή χειραφέτηση των ατόμων (ομάδα στόχευσης είναι συνήθως ευάλωτες κοινωνικές ομάδες) όταν πλέον θα είναι σε θέση να κάνουν τις δικές τους επιλογές, να αναγνωρίζουν καλύτερα τις

ανάγκες τους αλλά και τα είδη υποστήριξης που χρήζουν (Mann et al., 2017; Windle et al., 2011).

Ακόμη, η ύπαρξη τέτοιων ειδικών προσώπων αναφοράς συμβάλλει στη χαρτογράφηση των αναγκών ατόμων που βιώνουν μοναξιά αλλά και στην καταγραφή του υποστηρικτικού δικτύου και των δυνατών σημείων του εξυπηρετούμενου. Με αυτόν τον τρόπο μπορεί να προσφέρει σημαντικές πληροφορίες για το φαινόμενο της μοναξιάς στην εκάστοτε κοινότητα, οι οποίες πληροφορίες θα οδηγήσουν στον σχεδιασμό ενός κατάλληλου σχεδίου δράσης για την καταπολέμηση της μοναξιάς. Επιπλέον, οι «κοινωνικοί υποστηρικτές» μπορούν να αξιοποιηθούν ώστε να διευκολύνουν το έργο της κοινωνικής/πολιτισμικής συνταγογράφησης (Mann et al., 2017). Η κοινωνική συνταγογράφηση μπορεί να υπαχθεί στις κοινοτικές παρεμβάσεις (Ma et al., 2020).

3.2.2 Έμμεσες Παρεμβάσεις

Οι έμμεσες παρεμβάσεις για την μοναξιά αφορούν κυρίως στη βελτίωση της ψυχικής ευεξίας και της ενδυνάμωσης των ατόμων τα οποία με τη σειρά τους μπορούν να θωρακίσουν το άτομο απέναντι στη μοναξιά (Mann et al., 2017). Η πρώιμη παρέμβαση και η πρόληψη περιλαμβάνονται στην κατηγορία των έμμεσων παρεμβάσεων. Η πρωτογενής πρόληψη κατά κύριο λόγο σχεδιάζεται για άτομα με λίγες ανάγκες κοινωνικής φροντίδας πριν φθάσουν στο σημείο να πάρουν μεγάλες διαστάσεις. Έτσι, το κέντρο βάρους εντοπίζεται στην προώθηση της διατήρησης της ανεξαρτησίας των ατόμων και στην αποτροπή ή καθυστέρηση της εμφάνισης σοβαρών προβλημάτων (Windle et al., 2011). Μερικοί από τους βασικούς τρόπους είναι οι προσπάθειες για την ανίχνευση των ατόμων με μοναξιά, η κατανόηση της φύσης της μοναξιάς και παροχή κατάλληλης υποστήριξης και παρέμβασης. Αυτά αποτελούν τα πρώτα βήματα για την επέμβαση στο αίσθημα της μοναξιάς ιδανικά πριν αυτό εδραιωθεί και γίνει μία πιο μόνιμη κατάσταση. Στη βιβλιογραφία αναφέρονται ως υπηρεσίες «θεμελίων» («foundation services») (Jorling, 2015).

Το εύρος των έμμεσων παρεμβάσεων είναι τόσο μεγάλο με αποτέλεσμα να μην μπορεί να αναλυθεί επαρκώς. Υπάρχουν ενδείξεις ότι οι παρεμβάσεις για την κοινωνική απομόνωση παράλληλα μπορούν να έχουν και θετικά αποτελέσματα σε άλλα ζητήματα όπως της μοναξιάς και της ψυχικής και της σωματικής υγείας (Dickens

et al., 2011). Αν και η έννοια της μοναξιάς και της κοινωνικής απομόνωσης, όπως έχουμε δει δεν ταυτίζονται, είναι συχνά αλληλένδετες.

Συνεχίζοντας, προσπάθειες για την άμβλυνση των ανισοτήτων μπορεί να έχει θετικές επιπτώσεις στη μοναξιά ή δραστηριότητες που φέρνουν τους ανθρώπους κοντά για άλλους σκοπούς π.χ. εκπαιδευτικούς. Συμπληρωματικά, η χρήση της τέχνης έχει φανεί να επιφέρει θετικά αποτελέσματα σε άτομα με μοναξιά (Heard et al., 2013; Perkins et al., 2021; Wei, 2022). Ακόμα και η εκπαίδευση των επαγγελματιών και των εθελοντών που πρόκειται να εμπλακούν και να συναναστραφούν με άτομα που βιώνουν μοναξιά μπορεί να θεωρηθεί έμμεση παρέμβαση (Fokkema & Van Tilburg, 2007), διότι με αυτόν τον τρόπο τους εφοδιάζουν με κατάλληλα εργαλεία και γνώσεις, ώστε να προσεγγίσουν καταλληλότερα τα άτομα με μοναξιά και να τα στηρίξουν και διασυνδέσουν με υπηρεσίες (Jorling, 2015). Επίσης, η εκπαίδευση αυτή συνεισφέρει στον εντοπισμό μοναχικών ατόμων που διαφορετικά ίσως διέφευγαν της προσοχής των κοινωνικών υπηρεσιών (Findlay, 2003).

Ο εντοπισμός των ατόμων ευάλωτων στη μοναξιά αποτελεί κομβικό σημείο για την πρόληψη αλλά και τη δευτερογενή παρέμβαση. Είναι μία απαιτητική διαδικασία, εξαιτίας του στίγματος που επιφέρει η μοναξιά και αποτρέπει τα άτομα να μιλήσουν για αυτήν και να αναζητήσουν βοήθεια (Jorling, 2015). Πάντως, το στίγμα γύρω από τη μοναξιά σε ορισμένες περιπτώσεις φαίνεται να είναι περισσότερο εσωτερικευμένο (Yildirim & Budak, 2020) παρά να προέρχεται από εξωτερικούς παράγοντες. Σύμφωνα με έρευνα των Kerr & Stanley (2021) που διεξήχθη σε δείγμα Βρετανών, άτομα που δεν βίωναν μοναξιά δεν φάνηκε να στιγματίζουν άτομα με μοναξιά, όταν αφαιρέθηκε η μεταβλητή της κοινωνικότητας η οποία σε άλλες έρευνες πιθανότατα συγχεόταν/ταυτιζόταν με εκείνη της μοναξιάς. Η μοναξιά, όμως μπορεί να προκύψει στον οποιοδήποτε και δεν αφορά μόνο το πόσο κοινωνικός είναι κάποιος και αν συμμετέχει σε κοινωνικές δραστηριότητες (Perese & Wolf, 2005). Επομένως, τα ευρήματα γύρω από το κατά πόσο τα άτομα που δεν βιώνουν μοναξιά στιγματίζουν άτομα τα οποία βιώνουν μοναξιά (εξαιτίας της μοναξιάς αυτής καθεαυτής) δεν φαίνεται να είναι ξεκάθαρα κάτι που υπαγορεύει περαιτέρω έρευνα του φαινομένου. Δεν αμφισβητείται όμως, ότι υπάρχουν παράγοντες επικινδυνότητας για την μοναξιά οι οποίοι πρέπει να λαμβάνονται σοβαρά υπόψιν.

Οι έμμεσες παρεμβάσεις είναι συμφέρουσες όχι μόνο για τα ωφελούμενα άτομα, αλλά και για τους σχεδιαστές πολιτικών παρέμβασης και το κράτος, καθώς οικονομικές αναλύσεις δείχνουν ότι μειώνουν σημαντικά τις πιθανότητες να χρειαστούν αυτά τα άτομα αργότερα δαπανηρή περίθαλψη για ζητήματα σωματικής ή ψυχικής υγείας (Mihalopoulos et al., 2011).

Επομένως, είναι σημαντικό το θέμα της μοναξιάς να λάβει την προσοχή που του αρμόζει από τη δημόσια ατζέντα για την ψυχική υγεία. Βασικό συστατικό αυτού θα μπορούσε να είναι η διοργάνωση εκστρατειών για την ευαισθητοποίηση των πολιτών σχετικά με την αξία και τη σημασία των υγιών κοινωνικών σχέσεων, όπως γίνεται για άλλα θέματα υγείας (π.χ. διατροφής ή σωματικών παθήσεων). Όσο πιο ενημερωμένη και ενδυναμωμένη είναι μία κοινότητα τόσο πιο πιθανό είναι να αναλάβει δράση και να προλάβει αρνητικές καταστάσεις πριν εδραιωθούν (Mann et al., 2017). Όπως είχε πει, λοιπόν, ο Ιπποκράτης «Το δε προνοείν και προλαμβάνειν κρείττον εστί του θεραπεύειν».

3.3. Αποτελεσματικότητα παρεμβάσεων

3.3.1 Τα Συστατικά της Επιτυχίας

Παρόλο που υπάρχει ένα ευρύ φάσμα διαφορετικών παρεμβάσεων, όσες έχουν κριθεί αποτελεσματικές σημειώνουν ορισμένα κοινά χαρακτηριστικά.

- 1) Οι μελέτες τους είχαν προνοήσει να συμπεριλάβουν κάποια μορφή αξιολόγησης από την οποία φάνηκε ότι η έρευνα ήταν υψηλής ποιότητας (Cattan et al., 2005).
- 2) Αξιολογούσαν μία υπάρχουσα δραστηριότητα ή υπηρεσία ή βασίστηκαν σε αυτή για να υλοποιήσουν το σχεδιαζόμενο πρόγραμμα (Cattan et al., 2005).
- 3) Στόχευαν σε συγκεκριμένη πληθυσμιακή ομάδα (Cattan et al., 2005) και δεν αναφερόταν ρητά ότι η ομάδα-στόχος ήταν άτομα με μοναξιά ή κοινωνικά απομονωμένα (Dickens et al., 2011)
- 4) Ο σχεδιασμός τους βασιζόταν σε θεωρητικό υπόβαθρο και είχαν εστιασμένο σκοπό (Cattan et al., 2005; Frost et al., 2010; Gardiner et al., 2018).
- 5) Επρόκειτο για ομαδικές και όχι ατομικές παρεμβάσεις (Frost et al., 2010).

- 6) Ήταν λιγότερο επικεντρωμένες στο άτομο και περισσότερο στην ετοιμότητα της κοινωνίας να αντιμετωπίσει τις προκλήσεις της μοναξιάς (Jopling, 2015).
- 7) Ήταν ευέλικτες και ευπροσάρμοστες (Gardiner et al., 2018).
- 8) Προωθούσαν την ενεργητική συμμετοχή σε δραστηριότητες (Gardiner et al., 2018).
- 9) Υπήρχε συνήθως κάποιο κοινό ενδιαφέρον μεταξύ των μελών το οποίο βοηθούσε στη διατήρηση της δέσμευσης στην ομάδα (Kharicha et al., 2017) και στη μακροπρόθεσμη παρακολούθησή τους (Frost et al., 2010).
- 10) Είχαν εμπειρική γνώση στο σχεδιασμό των παρεμβάσεων την εμπειρία της μοναξιάς όπως τη βίωσαν τα άτομα και λάμβαναν υπόψιν τις ανάγκες τους (Jopling, 2015) και το είδος της μοναξιάς (Fokkema & Van Tilburg, 2007).
- 11) Ο χρόνος διαρκείας της παρέμβασης είναι ανάλογος της αποτελεσματικότητας (Fokkema & Van Tilburg, 2007).

3.3.2 Εμπόδια στις Παρεμβάσεις

Μία παρέμβαση υποστηρίζεται ότι μπορεί να αποφέρει καρπούς εάν πληρούνται τρεις προϋποθέσεις: το να γνωρίζει, να επιθυμεί και να μπορεί το άτομο στο οποίο εφαρμόζεται η παρέμβαση. Η πρώτη προϋπόθεση αναφέρεται στο να έρθει το άτομο σε επίγνωση των δυσκολιών που αντιμετωπίζει σχετικά με το ζήτημα της μοναξιάς και να καταλάβει πώς μπορεί να βοηθηθεί από την παρέμβαση (Fokkema & Van Tilburg, 2007).

Η δεύτερη προϋπόθεση σχετίζεται με το κατά πόσο το άτομο είναι κινητοποιημένο και αποφασισμένο να αλλάξει την κατάστασή του και να απεγκλωβιστεί από τα μοναχικά αισθήματα (Fokkema & Van Tilburg, 2007; Frost et al., 2010). Προηγούμενες αρνητικές εμπειρίες μπορεί να αποτελέσουν τροχοπέδη στην προθυμία των ατόμων να συμμετάσχουν (Perese & Wolf, 2005). Ειδικά, η συμμετοχή του στην παρέμβαση αναμένεται να είναι βραχυχρόνια και ανεπαρκής (Fokkema & Van Tilburg, 2007).

Η τρίτη και τελευταία, πρόκειται για την δυνατότητα ενός ατόμου να λάβει μέρος. Σωματικές αναπηρίες, όπως ενδεικτικά οι δυσκολίες όρασης ή στο περπάτημα μπορεί να καταστήσουν δύσκολη έως αδύνατη τη συμμετοχή των ατόμων (Fokkema

& Van Tilburg, 2007) σε παρεμβάσεις οι οποίες σχεδιάζονται κυρίως με βάση τον γενικό πληθυσμό. Ένας άλλος περιορισμός μπορεί να είναι οικονομικός.

Πέρα από αυτά, σημαντικό ρόλο διαδραματίζει και το κίνητρο της ομάδας που σχεδιάζει και εκτελεί την παρέμβαση, αλλά και οι ικανότητές τους για να υποστηρίξουν την παρέμβαση. Όταν η παρέμβαση εφαρμόζεται από κάποιον οργανισμό τότε αυτή καλό θα ήταν να συνδέεται με την γενικότερη κουλτούρα του οργανισμού, ώστε τα μέλη της να μπορούν με τη σειρά τους να αφοσιωθούν. Ακόμα πιο σημαντικό για τη συμμετοχή τους είναι να λαμβάνεται υπόψη ο υπάρχον φόρτος εργασίας (Fokkema & Van Tilburg, 2007), επειδή μία νέα παρέμβαση θα σημαίνει επιπρόσθετη δουλειά και ευθύνη κάτι που ίσως να μην είναι διατεθειμένοι να διαθέσουν στο βαθμό που απαιτείται, εάν είναι ήδη εξαντλημένοι από την εργασία τους. Ειδικά για επαγγέλματα, όπως της κοινωνικής εργασίας που σημειώνουν υψηλά ποσοστά επαγγελματικής εξουθένωσης και δυσκολίας αφοσίωσης τα οποία οδηγούν σε μείωση της αποδοτικότητας στην εργασία τους, είναι αναγκαίο να δίνεται έμφαση στην διατήρηση της ικανοποίησης των εργαζομένων (Hernandez et al., 2014). Η ύπαρξη καλής επικοινωνίας και συνεννόησης στον εργασιακό χώρο είναι απαραίτητη για την ομαλή λειτουργία της ομάδας (Bucata, & Rizescu, 2017) ειδικά εφόσον πρόκειται να ξεκινήσει ένα νέο έργο όπως μία παρέμβαση για την μοναξιά.

Οι περισσότερες παρεμβάσεις μπορούν να χαρακτηριστούν περίπλοκες, καθώς συνήθως χρησιμοποιούν παραπάνω από έναν μηχανισμούς που αποσκοπούν στη μείωση της μοναξιάς και της κοινωνικής απομόνωσης. Αυτό, αν και αυξάνει τις πιθανότητες επιτυχίας, δυσκολεύει τον καθορισμό των διαστάσεων της παρέμβασης που συνέβαλαν πιο αποτελεσματικά στην επιτυχία της (Gardiner et al., 2018). Εξίσου περίπλοκα φαίνεται να είναι τα αίτια που οδηγούν στη μοναξιά τα οποία δεν έχουν αποσαφηνιστεί ακόμα. Πλήθος ισχυρισμών έχουν γίνει για την επιρροή κοινωνικών, περιβαλλοντικών ακόμα και ατομικών παραγόντων. Συνεπώς, δεν είναι άξιο απορίας που η αποτελεσματικότητα των παρεμβάσεων είναι μεταβλητή και σχετικά μικρή (Frost et al., 2010). Ακόμη κι αν μία παρέμβαση έχει σχεδιαστεί συμπεριλαμβάνοντας όλα τα στοιχεία εκείνα που σε έρευνες έχουν φανεί ότι οδηγούν σε αποτελεσματικές παρεμβάσεις δεν αποτελεί εγγύηση της επιτυχίας, διότι πολλά απρόοπτα μπορεί να προκύψουν κατά τη διαδικασία (Fokkema & Van Tilburg, 2007).

3.4 Παρεμβάσεις στη Φυλακή

Αναγνωρίζοντας σταδιακά την έκταση του φαινομένου της μοναξιάς στους κρατούμενους, σχεδιάζονται και εφαρμόζονται διάφορες παρεμβάσεις στις φυλακές. Κάποιες φαίνεται να είναι έμμεσες -σύμφωνα με την ταξινόμηση επάνω- ενώ άλλες πιο άμεσες. Σε κάθε περίπτωση, πάντως, φαίνεται να έχουν θετικό αντίκτυπο στους κρατούμενους καθώς προσφέρουν ευκαιρίες έκφρασης, «φυγής» από την ρουτίνα και αποτελούν δημιουργικές διεξόδους.

Θετικά αποτελέσματα σημειώνουν διάφορες έρευνες για τις ψυχαγωγικές δραστηριότητες για κρατούμενους στη φυλακή. Η αναψυχή είναι απαραίτητη για τον άνθρωπο και διακριτέα της διασκέδασης. Ειδικά για τους κρατούμενους που έρχονται αντιμέτωποι με ποικίλες δυσκολίες στη φυλακή είναι σημαντικό να παρέχονται ευκαιρίες αναψυχής κατά τον ελεύθερό τους χρόνο. Η συμμετοχή των κρατουμένων σε προγράμματα έχει φανεί να σχετίζεται με τη μείωση της πλήξης και την αύξηση της αυτοεκτίμησής τους. Επίσης, οι ίδιοι οι κρατούμενοι έχουν αναφέρει ότι τέτοια προγράμματα αποτελούν ένα «ασφαλές καταφύγιο» εντός της φυλακής και ότι τους προμηθεύουν ψυχικά με μέσα για την αντιμετώπιση των δύσκολων και εχθρικών συνθηκών της φυλακής (Jiang & Wingfree, 2006).

Δημιουργικές ομάδες προσαρμοσμένες στα ξεχωριστά ενδιαφέροντα και τις ανάγκες των ατόμων συμβάλλουν στη μείωση της μοναξιάς και στην ανάπτυξη της επιθυμίας για σύνδεση με την ευρύτερη κοινότητα (Pageu et al., 2022; Windle et al., 2011). Τέτοιες ομάδες συνήθως παρέχουν ευκαιρίες για συμμετοχή σε αθλητικές, πολιτισμικές και καλλιτεχνικές δραστηριότητες. Την ίδια στιγμή, αυξάνουν την αυτοπεποίθηση και την αυτοεκτίμηση των κρατουμένων, καλλιεργούν το συνεργατικό πνεύμα, την τήρηση κανόνων και ανακουφίζουν από τη συναισθηματική δυσφορία (Basaran, 2016; Wilkinson & Caulfield, 2017).

Όλο και περισσότερο έδαφος κερδίζουν οι πρακτικές που αξιοποιούν την μέθοδο του «art therapy». Πρόκειται ουσιαστικά για θεραπεία μέσω ποικίλων μορφών τέχνης, όπως του θεάτρου, της μουσικής, της κεραμικής, του χορού και της γραφής. Κατά την θεραπεία μέσω τέχνης, οι συμμετέχοντες μαθαίνουν να εκφράζονται αποτελεσματικότερα, αυξάνουν την ψυχική ανθεκτικότητα και την αυτοεκτίμησή τους. Μπορεί να πραγματοποιηθεί τόσο σε ατομικό όσο και σε ομαδικό επίπεδο (Aydin & Kutlu, 2021) .

Ένα ιδιαίτερα ενδιαφέρον ομαδικό πρόγραμμα που εφαρμόστηκε σε σωφρονιστικό κατάστημα και συσχετίστηκε με μείωση της μοναξιάς στους κρατούμενους συμμετέχοντες είναι το «Good Vibrations» το οποίο έχει εφαρμοστεί στη Μεγάλη Βρετανία. Το συγκεκριμένο πρόγραμμα αξιοποιεί την χρήση της τέχνης και συγκεκριμένα εκείνης της μουσικής για τους σκοπούς του. Οι κρατούμενοι κατά τη διάρκεια του προγράμματος έμαθαν για την ινδονησιακή μουσική, συνέθεσαν δικά τους κομμάτια και στο τέλος παρουσίασαν τις συνθέσεις τους σε κοινό εντός της φυλακής (Wilkinson & Caulfield, 2017).

Σύμφωνα με τους ίδιους τους κρατούμενους η εμπειρία ήταν ενδυναμωτική. Πιο αναλυτικά, το θεώρησαν ως έναν τρόπο έκφρασης και εκτόνωσης των συναισθημάτων τους, βελτίωσαν τις επικοινωνιακές και κοινωνικές τους δεξιότητες και γέμισαν δημιουργικά τον ελεύθερό τους χρόνο. Θετική ανατροφοδότηση για το συγκεκριμένο πρόγραμμα λήφθηκε και από το προσωπικό του σωφρονιστικού καταστήματος και αναδείχθηκε η ανάγκη των κρατουμένων για συχνότερη και μεγαλύτερης διάρκειας τέτοιων παρεμβάσεων στη φυλακή (Wilkinson & Caulfield, 2017).

Επιπρόσθετα, οι θετικές επιπτώσεις του προγράμματος φάνηκαν να διαρκούν και μετά την παρέμβαση. Πολλοί κρατούμενοι αξιοποίησαν το CD με τα τραγούδια που δημιούργησαν το οποίο τους δόθηκε για να ανατρέχουν νοερά στις στιγμές του προγράμματος κατά το οποίο ανέφεραν ότι ένιωσαν ξανά σαν άνθρωποι και για να διαχειρίζονται συναισθήματα όπως του θυμού, της μοναξιάς κ.ά. Ακόμη, ένιωσαν περήφανοι, γεγονός που ενθάρρυνε τη επιδίωξη επικοινωνίας με το οικογενειακό ή φιλικό τους περιβάλλον εκτός φυλακής για να τους πούνε ή και να τους δείξουν τι δημιούργησαν μέσα στη φυλακή (Wilkinson & Caulfield, 2017) .

Μία ακόμη μορφή τέχνης που αξιοποιείται στη φυλακή είναι το θέατρο. Η χρήση του σε παρεμβάσεις είναι πολλά υποσχόμενη, διότι ενθαρρύνει την ανάπτυξη ενσυναίσθησης, της αυθόρμητης έκφρασης, της κριτικής σκέψης και σύνδεσης και εφαρμογής των νοημάτων των θεατρικών έργων στην πραγματική ζωή. Η ανάπτυξη νέων, ποιοτικών δεσμών μεταξύ κρατουμένων που παρέχουν συναισθηματική και πρακτική στήριξη είναι ίσως το βασικότερο αποτέλεσμα τέτοιων παρεμβάσεων (Heard et al., 2013; Mukherjee & Manna, 2021). Πρόκειται για ένα «ταξίδι» κατά το οποίο αναμένεται να αποδεσμευτούν οι κρατούμενοι από το στίγμα της φυλάκισης

και των πράξεών τους και να επικεντρωθούν στη δέσμευση στην ομάδα, στην εμπιστοσύνη και εν τέλει στην «προσωπική τους μεταμόρφωση» (Mukherjee & Manna, 2021). Όλα αυτά είναι ιδιαίτερος σημαντικά ειδικά σε περιβάλλοντα όπως η φυλακή όπου το φαινόμενο της μοναξιάς έχει εξέχουσα θέση (Basaran, 2016; Mukherjee & Manna, 2021).

Πιο συγκεκριμένα, η χρήση των έργων του Σαίξπηρ στη φυλακή έχει σημειώσει αξιοσημείωτα αποτελέσματα. Σύμφωνα με την έρευνα του Basaran (2016) βρέθηκε στατιστικά σημαντικό αποτέλεσμα μεταξύ της σύγκρισης του επιπέδου μοναξιάς των κρατουμένων προ και μετά της παρέμβασης. Πέρα από όλα τα προαναφερθέντα, οι κρατούμενοι ανέφεραν ότι η ενασχόληση και η προσπάθεια απόδοσης των έργων του Σαίξπηρ τους βοήθησε ώστε να έρθουν σε επαφή με βαθύτερα συναισθήματά τους και να μπουν στη διαδικασία να τα λεκτικοποιήσουν αντί να τα αποφορτώσουν με άλλους τρόπους (π.χ. μέσω της βίας). Επίσης, όλοι είπαν ότι ανέπτυξαν σύνδεση και συμπόνοια με τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας (Heard et al., 2013) .

Άλλη έρευνα σε φυλακή της Καλιφόρνιας σχετικά με τη χρήση της τέχνης σε παρεμβάσεις στη φυλακή έδειξε ότι απέφερε εξίσου θετικά αποτελέσματα. Οι κρατούμενες οι οποίες έλαβαν μέρος στη συγκεκριμένη δράση κατέδειξαν ως πλεονεκτήματα της θεραπείας μέσω τέχνης την αμοιβαία κατανόηση και σύνδεση με τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας, την αποσυμφόρηση συναισθημάτων, την ικανότητα να ονειρεύονται και την καλλιέργεια της ανιδιοτέλειας (Hongo et al., 2015).

Συνεχίζοντας, η σωματική δραστηριότητα έχει ποικίλα οφέλη για την σωματική και ψυχική υγεία των ανθρώπων. Αυξάνει τα επίπεδα ικανοποίησης από τη ζωή και την αισιοδοξία των ανθρώπων (Kim et al., 2017). Συγκεκριμένα για τον πληθυσμό των κρατουμένων ο οποίος σημειώνει εμφανώς επιδεινωμένη υγεία εν συγκρίσει με τον γενικό πληθυσμό η σωματική άσκηση θα πρέπει να προωθείται στα σωφρονιστικά καταστήματα. Έχει φανεί ότι συμβάλλει στη μείωση των επιπέδων άγχους και καταθλιπτικών συμπτωμάτων, στην βελτίωση της υγείας των κρατουμένων και στην αποχή τους από παραβατικές συμπεριφορές (De Vita et al., 2019; Mannocci et al., 2015; Meek & Lewis, 2014). Πιο αναλυτικά, για πολλούς κρατούμενους τα αθλήματα λειτουργούν ως «μηχανισμοί αντιμετώπισης» (τόσο για προβλήματα εντός αλλά και εκτός φυλακής), επειδή διευκολύνουν την εκτόνωση αρνητικών συναισθημάτων ενώ παράλληλα παρέχουν κίνητρο για την επίτευξη και

διατήρηση ενός υγιέστερου τρόπου ζωής (De Vita et al., 2019; Meek & Lewis, 2014). Ακόμη, συμβάλλουν στη σύναψη σχέσεων εμπιστοσύνης με το προσωπικό που οργανώνει τις δραστηριότητες το οποίο τους κινητοποιεί και ενδιαφέρεται για την πρόοδό τους (Meek & Lewis, 2014). Συνολικά, καταφέρνουν να μειώσουν τις αρνητικές επιπτώσεις της ιδρυματοποίησης και της αποστέρησης της ελευθερίας (De Vita et al., 2019) Επομένως, μπορεί έμμεσα να έχει θετικό αντίκτυπο και στο αίσθημα της μοναξιάς, αφού όπως έχει αναδειχθεί στην παρούσα εργασία η βελτίωση της γενικότερης ποιότητας ζωής των ατόμων περιλαμβάνει και τη βελτίωση των ανθρωπίνων σχέσεων η οποία με τη σειρά της συμβάλει στην μείωση της μοναξιάς ή την προστασία από αυτήν.

Σε αυτήν την κατηγορία, βρέθηκαν κατά τη βιβλιογραφική αναζήτηση και παρεμβάσεις οι οποίες χρησιμοποιούν τη μέθοδο του διαλογισμού στις φυλακές. Φαίνεται μέσω αυτών των παρεμβάσεων να αυξάνεται η ποιότητα ζωής των κρατουμένων και την ψυχολογική τους κατάσταση. Μπορεί, επίσης, να βοηθήσουν στην αντιμετώπιση στρεσογόνων καταστάσεων στη φυλακή και στη βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων των κρατουμένων και της αυτεπίγνωσής τους (Auty et al., 2017; Himelstein, 2011). Είναι, ακόμη, μία εναλλακτική λύση για κρατούμενους οι οποίοι δεν επιθυμούν να συμμετέχουν σε διαδικασία ψυχοθεραπείας ή άλλων συγκεκριμένων θεραπευτικών προγραμμάτων (Auty et al., 2017).

3.4.1 Εμπόδια στην Εφαρμογή Παρεμβάσεων στη Φυλακή

Διάφορα ζητήματα χρήζουν λεπτών χειρισμών στις φυλακές. Η έρευνα και η παρέμβαση στα πλαίσια των σωφρονιστικών καταστημάτων μπορεί να αποτελέσει πρόκληση για τους ερευνητές εξαιτίας της δυσκολίας πρόσβασης σε αυτά, τις δυσκολίες προσέγγισης του πληθυσμού των κρατουμένων και των στάσεων του προσωπικού απέναντι στην διεξαγωγή ερευνών (Perdacker et al., 2019). Αυτό, όμως, δεν σημαίνει ότι πρέπει να λειτουργήσει αποθαρρυντικά.

Διάφορα μπορεί, επίσης, να είναι τα εμπόδια για την εφαρμογή παρεμβάσεων και από τους επαγγελματίες που εργάζονται με τους κρατούμενους. Ο υπερβολικός φόρτος εργασίας και η έλλειψη προσωπικού που συνεπάγεται έλλειψη χρόνου για ενασχόληση με παρεμβάσεις (Kupers, 2005) είναι ένα σημαντικό εμπόδιο. Οι κρατούμενοι από την πλευρά τους, σημειώνουν χαμηλά ποσοστά ικανοποίησης από την παρεχόμενη περίθαλψη σωματικής και ψυχικής φύσεως αναφέροντας την

ανεπάρκεια στην κάλυψη των αναγκών τους και τους μεγάλους χρόνους αναμονής (Memarour et al., 2015). Τέτοιου είδους προηγούμενες αρνητικές εμπειρίες μπορεί να τους αποθαρρύνουν να αναζητήσουν βοήθεια στη φυλακή ή να συμμετέχουν σε παρεμβάσεις ψυχοκοινωνικής υποστήριξης.

Αλλά ακόμα και όταν βρίσκεται χρόνος και το κατάλληλο πλαίσιο για να προσφέρουν οι επαγγελματίες τις υπηρεσίες τους είναι πολύ πιθανόν να έρθουν αντιμέτωποι με άρνηση από την πλευρά των κρατουμένων. Η άρνηση αυτή μπορεί να πηγάζει από διάφορους παράγοντες. Ένας βασικός είναι ότι οι κρατούμενοι για να επιβιώσουν στη φυλακή έχουν μάθει να μην δείχνουν τα συναισθήματα και τις «αδυναμίες» τους. Το φαινόμενο αυτό είναι πιο έντονο στον ανδρικό πληθυσμό των κρατουμένων εξαιτίας της τοξικής αρρενωπότητας που επικρατεί. Επίσης, ο πληθυσμός των κρατουμένων εν γένει δεν είναι εξοικειωμένος με το να αναζητά εξειδικευμένη βοήθεια για τις συναισθηματικές του δυσκολίες (Kupers, 2005).

Ένας άλλος παράγοντας που αποτελεί τροχοπέδη στη συμμετοχή σε θεραπευτικές παρεμβάσεις είναι το ζήτημα της εμπιστευτικότητας. Οι κρατούμενοι μπορεί να φοβούνται ότι όσα ειπωθούν δεν θα είναι πλήρως εμπιστευτικά και ότι ίσως μεταφερθούν σε άλλους κρατούμενους, φυλακτικό προσωπικό ή χρησιμοποιηθούν εναντίον τους μελλοντικά (Kupers, 2005). Η εμπιστοσύνη όμως, είναι βασικό συστατικό στοιχείο των ποιοτικών κοινωνικών σχέσεων και ακόμα πιο σημαντική για το πλαίσιο της φυλακής, αφού έχει συσχετιστεί με την αίσθηση ασφάλειας και θετικής αλλαγής στους κρατούμενους (Ugelvik, 2022).

Ωστόσο, ακόμα και όταν αυτά τα εμπόδια ξεπερνιούνται και οι κρατούμενοι συναινούν στη συμμετοχή τους σε κάποιο θεραπευτικό πρόγραμμα αναφέρουν ότι ορισμένες φορές δέχονται πιέσεις για να μιλήσουν και να ανοιχτούν. Ως αποτέλεσμα, αισθάνονται έλλειψη σεβασμού. Σε αυτές τις περιπτώσεις, είναι βασικό οι ειδικοί ψυχικής υγείας να συμφιλιωθούν με την ιδέα ότι υπάρχουν πτυχές της ζωής της φυλακής και του φυλακισμένου που δεν μπορούν να αλλάξουν και να θυμούνται ότι μόνο ο ίδιος ο κρατούμενος είναι σε θέση να ζυγίσει τους κινδύνους που μπορεί να ενέχει η αποκάλυψη προσωπικών πληροφοριών και εμπειριών και να αποφασίσει τότε και σε ποιο βαθμό θα το κάνει (Kupers, 2005).

Η εμπιστοσύνη είναι ίσως ακρογωνιαίος λίθος στη θεμελίωση θεραπευτικής σχέσης και τη συνέχεια της θεραπείας (Fine & Glasser, 2008) ειδικά στη φυλακή, όπου

είναι ακόμα πιο εύθραυστη. Όταν, λοιπόν, ένας κρατούμενος προβάλλει αντιστάσεις και επιφυλάξεις ο θεραπευτής χρειάζεται να προσπαθήσει να κατανοήσει τους λόγους που κρύβονται πίσω από αυτήν την αντίσταση και να συνδιαλλαγεί με τον θεραπευόμενο ώστε να δημιουργηθεί ένα εφικτό πλάνο παρέμβασης (Kupers, 2005).

Επιπρόσθετα, σε ένα πολύπλοκο φαινόμενο και βίωμα, όπως της μοναξιάς, με βαθιές υπαρξιακές ρίζες, η υπαρξιακή προσέγγιση έχει πολλά να προσφέρει, διότι δίνει έμφαση στις διαθέσιμες επιλογές και στις δυνατότητες του ατόμου, το οποίο ενθαρρύνεται να αναλογιστεί θεμελιώδη ζητήματα της ανθρώπινης ύπαρξης, όπως της μοναξιάς και του θανάτου (τα οποία απασχολούν τους κρατούμενους) και να αποδεχτεί την αβεβαιότητα (Ziaee et al., 2015).

Πάντως, είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι ακόμα και κρατούμενοι οι οποίοι υποστηρίζονταν από πλήθος παροχών κοινωνικής πρόνοιας αυτό δεν σήμαινε για τους ίδιους απαραίτητα ότι αισθάνονταν τις (συναισθηματικές) ανάγκες τους καλυμμένες (Schliehe et al., 2021). Από αυτό μπορούμε να συμπεράνουμε ότι η ποιότητα είναι σημαντικότερη της ποσότητας. Χωρίς αμφιβολία, το ιδανικό θα ήταν να υπάρχει συνδυασμός πολλών και ποιοτικών υπηρεσιών για τους φυλακισμένους.

Ο σχεδιασμός και η εφαρμογή παρεμβάσεων με αντίκτυπο στην καταπολέμηση της μοναξιάς δεν αποτελούν μία εύκολη υπόθεση τόσο για τον πληθυσμό εκτός φυλακής όσο και εντός. Οι ελλείψεις σε ερευνητικό και πρακτικό επίπεδο είναι αρκετές και υπαγορεύουν την ανάγκη για περαιτέρω διερεύνηση και ανάδειξη του φαινομένου της μοναξιάς. Σε αυτήν την προσπάθεια δεν θα έπρεπε να απουσιάζει μέριμνα για την κάλυψη των αναγκών ειδικών ομάδων κρατουμένων, όπως των ηλικιωμένων και των ατόμων διαφορετικού πολιτισμού.

Τέτοιες πιο ειδικά εστιασμένες παρεμβάσεις είναι σημαντικές για τη βελτίωση της ευημερίας τους, επειδή έχει φανεί να σχετίζονται με μείωση των επισκέψεων στα ιατρεία, μείωση της ανάγκης για λήψη ψυχιατρικής αγωγής, τόνωση του αισθήματος ευεξίας και τον κατευνασμό του φόβου για μοναχικό θάνατο που σημειώνουν πολύ κρατούμενοι (Kelli et al., 2020). Ενδεικτικά, παρεμβάσεις που βασίζονται σε πολιτισμικό υπόβαθρο σημειώνουν υψηλά ποσοστά αποδοχής και αξιόλογα αποτελέσματα. Οι πολιτισμικά μη κυρίαρχες ομάδες, παρόλο που στις φυλακές ίσως αποτελούν πλειοψηφία, βρίσκονται συνήθως σε πιο ευάλωτη θέση. Αυτό καλό είναι να λαμβάνεται υπόψιν κατά την εφαρμογή παρεμβάσεων στη φυλακή και να

μεριμνάται ώστε να ενσωματώνουν τις ιδιαιτερότητες και τις νόρμες της εκάστοτε πολιτισμικής ομάδας. Η δυσκολία πρόσβασης σε τέτοιες υπηρεσίες εγείρει ερωτήματα γύρω από την θέση που κατέχουν τα ανθρώπινα δικαιώματα στη φυλακή (Perdacker et al., 2019) τα οποία δεν πρέπει να μείνουν αναπάντητα.

Συμπεράσματα – Προτάσεις

ι. Απαντήσεις στα Ερευνητικά Ερωτήματα

Η εξέταση της βιβλιογραφίας ανέδειξε ότι το φαινόμενο της μοναξιάς είναι διαχρονικό, επίκαιρο και πολυδιάστατο ειδικά σε ιδιόμορφα πλαίσια, όπως τα σωφρονιστικά καταστήματα. Παρά την όλο και πιο συχνή ενασχόληση των ερευνητών με το ζήτημα της μοναξιάς υπάρχει ακόμα μεγάλο περιθώριο ανάπτυξης της έρευνας. Στην παρούσα εργασία έγινε προσπάθεια να αναδειχθεί το φαινόμενο της μοναξιάς σε κρατούμενους με έμφαση σε πιο παραγκωνισμένες πτυχές της μοναξιάς.

Πραγματοποιώντας έναν αναστοχασμό για την παρούσα εργασία θα μπορούσε, ίσως, να αναφερθεί ότι η προσπάθεια κάλυψης διαφόρων και ιδιαίτερων θεμάτων των κρατουμένων και της μοναξιάς που βιώνουν δεν επέτρεψε την επιθυμητή εμβάθυνση και πλήρη κάλυψη όλων των θεμάτων εν συγκρίσει με το εύρος τους. Με άλλα λόγια, θα μπορούσε να έχει γίνει εστίαση σε μία μόνο πληθυσμιακή ομάδα κρατουμένων που είναι ευάλωτοι στη μοναξιά. Όμως, κρίθηκε πιο σημαντικό να παρουσιαστούν όσο το δυνατόν περισσότερα θέματα που αφορούν τη μοναξιά ευελπιστώντας ότι θα αποτελέσουν έναυσμα για τον αναγνώστη για περαιτέρω σκέψη, προβληματισμό και αναζήτηση.

Σε σχέση με το πρώτο ερευνητικό ερώτημα σχετικά με τη διερεύνηση του φαινομένου της μοναξιάς και τις διαστάσεις του σε κρατούμενους, η βιβλιογραφική επισκόπηση έδειξε ότι η μοναξιά είναι ένα περίπλοκο φαινόμενο, συνυφασμένο με την ανθρώπινη υπόσταση, αλλά με διαφορετικές εκφάνσεις στον καθένα. Η μοναξιά δεν είναι μονοπαράγοντικό φαινόμενο. Αντιθέτως, σχετίζεται με πληθώρα κοινωνικών, περιβαλλοντικών, προσωπικών και δομικών παραγόντων χωρίς η ακριβής επίδραση αυτών των παραγόντων να είναι εφικτό να προσδιοριστεί με απόλυτη βεβαιότητα. Ακόμη, διαχωρίζεται σε διάφορα είδη τα οποία σχετίζονται με

διαφορετικούς παράγοντες και επηρεάζουν το βίωμα της μοναξιάς. Πάντως, στο πλαίσιο της φυλακής όπου κυριαρχεί η αποστέρηση της ελευθερίας, η καταπάτηση ανθρωπίνων δικαιωμάτων, η απομάκρυνση από οικεία πρόσωπα και κοινωνικά δρώμενα και πολλές άλλες δυσκολίες, η μοναξιά φάνηκε να κατέχει κεντρικό ρόλο στους κρατούμενους (Pageu et al., 2022; Pat et al., 2023). Οι ίδιοι οι κρατούμενοι μάλιστα έχουν αναφέρει ότι «συγκρίνοντας τη μοναξιά με τον θάνατο η μοναξιά είναι χειρότερη» (Auty et al., 2017).

Ειδικότερα, μέσω της προσπάθειας που έγινε για να απαντηθεί το δεύτερο ερευνητικό ερώτημα το οποίο ήταν εάν η ηλικία, η ύπαρξη οικογένειας των κρατουμένων και η συνθήκη της πανδημίας COVID-19 εντείνουν περισσότερο το αίσθημα της μοναξιάς, αναδείχθηκαν πολλές και ενδιαφέρουσες πτυχές του φαινομένου.

Αρχικά, να σημειωθεί ότι φάνηκε πως όλα τα παραπάνω έχουν αντίκτυπο στη μοναξιά στη φυλακή καθιστώντας ορισμένες κατηγορίες κρατουμένων πιο ευάλωτες στη μοναξιά απέναντι σε άλλες τη στιγμή που οι κρατούμενοι γενικά ήδη αποτελούν ευάλωτη ομάδα. Πιο συγκεκριμένα για τους ηλικιωμένους κρατούμενους η εμπειρία της φυλάκισης αποδεικνύεται πιο δύσκολη, καθώς επιταχύνει την γήρανση, επιδεινώνει προβλήματα σωματικής και ψυχικής φύσεως, αυξάνει το φόβο θανάτου εντός της φυλακής ο οποίος σχετίζεται με την υπαρξιακή μοναξιά και αυξάνει επίσης τις πιθανότητες κακοποίησης η οποία συνδέεται με το αίσθημα μοναξιάς (Heravi-Karimooi, 2011).

Όσον αφορά τους κρατούμενους οι οποίοι έχουν οικογένεια ίσως κανείς να ανέμενε να αποδειχτεί το αντίστροφο, να νιώθουν, δηλαδή, πιο μόνοι κρατούμενοι οι οποίοι βρίσκονται στη φυλακή χωρίς οικογενειακό δίκτυο έξω. Όμως, φαίνεται να ισχύει ότι κρατούμενοι και οι οικογένειές τους βιώνουν αυξημένα επίπεδα μοναξιάς, διότι ο τρόπος λειτουργίας των σωφρονιστικών καταστημάτων δεν προωθεί επί της ουσίας τη διατήρηση δεσμών με την οικογένεια, παρόλο που σχετίζεται με καλύτερη προσαρμογή και επανένταξη. Επίσης, τα οικονομικά και συναισθηματικά εμπόδια είναι πολλά (Wildeman et al., 2013), αναδεικνύοντας την ανάγκη για παροχή περαιτέρω στήριξης και βοήθειας στους φυλακισμένους και τις οικογένειές τους. Εδώ, η συμβολή των κοινωνικών λειτουργών μπορεί να είναι μεγάλη, επειδή ήδη λειτουργούν ως συνδετικοί κρίκοι μεταξύ των κρατουμένων και του έξω κόσμου και

αρκετές φορές έχουν επικοινωνία και με τις οικογένειές τους. Για να αποφέρει, όμως, καρπούς αυτή η συμβολή χρειάζεται την κατάλληλη στήριξη από την πολιτεία και τον σχεδιασμό κοινωνικών πολιτικών.

Σχετικά με το τρίτο σκέλος του δεύτερου ερευνητικού ερωτήματος, η πανδημία της νόσου COVID-19 είχε αρνητικές επιπτώσεις για τους κρατούμενους ακόμη και μετά το πέρας της. Φάνηκε ότι επιδείνωσε τα προβλήματα των κρατουμένων, μετέβαλε απότομα την καθημερινότητά τους προς το χειρότερο και ενέτεινε το αίσθημα μοναξιάς (Lampraki et al., 2022).

Στην προσπάθεια απάντησης του τρίτου ερευνητικού ερωτήματος διερευνήθηκαν οι παρεμβάσεις για τη μοναξιά εκτός και εντός της φυλακής και η αποτελεσματικότητά τους. Εκτός φυλακής πλήθος παρεμβάσεων έχουν δοκιμαστεί για τον περιορισμό της μοναξιάς. Η έρευνα έχει ασχοληθεί κυρίως με τους ηλικιωμένους. Παρόλο που υπάρχουν ορισμένες προϋποθέσεις που αν τηρηθούν αυξάνουν τις πιθανότητες επιτυχίας δεν υπάρχει ακόμα ξεκάθαρη απάντηση στο ερώτημα ποιες παρεμβάσεις είναι περισσότερο αποτελεσματικές. Αυτό πιθανότατα συμβαίνει λόγω παραλείψεων αρκετών ερευνητών για λεπτομερή καταγραφή των παρεμβάσεων και για μέριμνα καταγραφής των μακροπρόθεσμων αποτελεσμάτων και όχι απλής καταγραφής της διαδικασίας, αλλά και στο γεγονός ότι κάθε περίπτωση είναι διαφορετική και το δυναμικό της ομάδας μπορεί να καθορίσει την έκβασή της.

Στο πλαίσιο της φυλακής, όπως εύκολα γίνεται αντιληπτό, υπάρχουν κανόνες και περιορισμοί οι οποίοι καθιστούν αδύνατη ή δύσκολη την εφαρμογή ορισμένων παρεμβάσεων. Οι παρεμβάσεις που αξιοποιούνται στη φυλακή και έχουν θετική επίδραση στη μοναξιά είναι κατά κύριο λόγο εκπαιδευτικές, ψυχαγωγικές και καλλιτεχνικές. Συνήθως είναι μεμονωμένες, μικρής διάρκειας και με περιορισμένο αριθμό συμμετεχόντων κάτι που καθιστά δύσκολη την μακροπρόθεσμη αποτελεσματικότητά τους. Όπως και να έχει, για τους κρατούμενους έχουν μεγάλη αξία και θετική επιρροή (Jiang & Wingfree, 2006).

Ενδεικτικά ορισμένοι περιορισμοί που μπορούν να σημειωθούν στην εφαρμογή παρεμβάσεων στη φυλακή (τουλάχιστον στην Ελλάδα), οι οποίοι παρατηρήθηκαν κατά τη διάρκεια της πρακτικής άσκησης της συντάκτριας, είναι η ανομοιογένεια στις ομιλούμενες γλώσσες που καθιστά δύσκολη ή ακατόρθωτη την επικοινωνία, οι απαγορεύσεις για αλληλεπίδραση κρατουμένων που βρίσκονται σε

διαφορετικές πτέρυγες (για λόγους ασφαλείας και προστασίας), η έλλειψη χρόνου για τον σχεδιασμό και την εφαρμογή τους από το προσωπικό και η έλλειψη διεπιστημονικής ακόμα και διακλαδικής συνεργασίας.

ii. Περιορισμοί και Προτάσεις

Στην πορεία συγγραφής παρατηρήθηκε ότι η Ελληνική βιβλιογραφία γύρω από το ζήτημα της μοναξιάς στους κρατούμενους είναι ανύπαρκτη. Μεγάλα περιθώρια για ανάπτυξη της έρευνας για αυτό το θέμα υπάρχουν και στις χώρες του εξωτερικού. Η μοναξιά είναι, εξάλλου, ένα φαινόμενο ευμετάβλητο στον χρόνο και στον χώρο, όπως και οι ανθρώπινες κοινωνίες στις οποίες συναντάται. Για αυτόν τον λόγο, η ανάγκη για ενασχόληση με τη μοναξιά χρειάζεται να αποτελεί άενη διαδικασία.

Η ανάγκη για σχεδιασμό παρεμβάσεων για τη μοναξιά έχει ήδη αναδειχθεί. Βέβαια, στα σωφρονιστικά καταστήματα βρίσκεται μάλλον σε βρεφικό στάδιο ακόμα. Παρόλο που γίνονται ορισμένες καλλιτεχνικές και εκπαιδευτικές δράσεις σε διάφορα σωφρονιστικά καταστήματα κανείς δεν έχει ασχοληθεί επαρκώς και συστηματικά, ώστε αυτές να αποτυπωθούν με οργανωμένες και επιστημονικές μεθόδους και να φανούν τα αποτελέσματά τους στο επίμαχο πρόβλημα.

Για την αλλαγή αυτής της κατάστασης χρειάζεται να υπάρχουν κίνητρα και κατάλληλα μέσα για τους επαγγελματίες/ερευνητές που ενδιαφέρονται να ασχοληθούν με τέτοιες παρεμβάσεις. Μία πιθανόν καλή λύση αποτελεί οι κοινωνικοί λειτουργοί των φυλακών (και γενικότερα το επιστημονικό προσωπικό) να διαθέτουν δωρεάν και απεριόριστη πρόσβαση στην επιστημονική γνώση και σε επιστημονικά περιοδικά που παρέχουν πληροφορίες σχετικές με το έργο τους στη φυλακή και για το φαινόμενο της μοναξιάς. Έτσι, θα είναι σε θέση να εμπλουτίσουν τις γνώσεις τους, να ευαισθητοποιηθούν για τον πληθυσμό των κρατουμένων και να παρακολουθούν τις σύγχρονες τάσεις και εξελίξεις, ώστε, εάν είναι εφικτό, να εφαρμόσουν παρεμβάσεις που θα περιορίσουν το φαινόμενο της μοναξιάς.

Ακόμη, η ανάληψη δράσης από τον κρατικό μηχανισμό για την επαρκή στελέχωση των κοινωνικών υπηρεσιών σε σωφρονιστικά καταστήματα κρίνεται απαραίτητη, ώστε να υπάρχει ο χρόνος και η διάθεση των εργαζομένων στις υπηρεσίες για την εφαρμογή προγραμμάτων. Δεδομένου ότι η βαρύτητα του

φαινομένου της μοναξιάς έχει καταδειχθεί, οι φορείς χάραξης κοινωνικής πολιτικής καλούνται να στρέψουν το ενδιαφέρον τους στη μοναξιά και να τη συμπεριλάβουν στην ατζέντα τους και οι ερευνητές από την πλευρά τους να συμβάλλουν σε αυτή τη διαδικασία μέσω της προαγωγής της επιστημονικής γνώσης.

Κλείνοντας, η αίσθηση της μοναξιάς στους κρατούμενους αλλά και εν γένει στον άνθρωπο ίσως να είναι αναπόφευκτη. Τα αποτελέσματά της είναι αρνητικά και επιβαρυντικά τόσο για την υγεία των ανθρώπων όσο και για την ευημερία της κοινωνίας, αλλά ακόμα και του κράτους από οικονομικής άποψης. Προάγοντας, όμως, την ευημερία των ατόμων και των κοινοτήτων και παρέχοντας ευκαιρίες κοινωνικοποίησης, επικοινωνίας, συνδεσιμότητας και δράσης μπορεί να περιοριστεί σημαντικά. Η πρόληψη της μοναξιάς και η ενδυνάμωση των ατόμων είναι ίσως η καλύτερη επιλογή. Προς αυτήν, λοιπόν, την κατεύθυνση οφείλουν να κινηθούν όλοι οι εμπλεκόμενοι, εάν είναι επιθυμητό να οραματιστούμε κοινωνίες όπου η μοναξιά δεν αποτελεί μάστιγα!

Βιβλιογραφικές Αναφορές

- Andreou, E., Didaskalou, E. & Vlachou, A. (2015). Bully/Victim problems among greek pupils with special educational needs: associations with loneliness and self-efficacy for peer interactions. *Journal of Research in Special Education*, 15(4), 235-246. <https://doi.org/10.1111/1471-3802.12028>
- Arokach, A. (2006). Alienation and domestic abuse: How abused women cope with loneliness. *Social Indicators Research*, 78(2), 327–340. <https://doi.org/10.1007/s11205-005-1603-x>
- Auty, K. M., Cope, A., & Liebling, A. (2017). A systematic review and meta-analysis of yoga and mindfulness meditation in prison: Effects on psychological well-being and behavioural functioning. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 61(6), 689-710. <https://doi.org/10.1177/0306624X15602514>
- Aydın, M., & Kutlu, F. Y. (2021). The effect of group art therapy on loneliness and hopelessness levels of older adults living alone: A randomized controlled study. *Florence Nightingale Journal of Nursing*, 29(3), 271-284. doi: [10.5152/FNJN.2021.20224](https://doi.org/10.5152/FNJN.2021.20224)
- Balouch, S., Richaat, E., Chen, H.,L. & Tabet, N. (2019). Social networks and loneliness in people with alzheimer’s dementia. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 34, 666-673. <https://doi.org/10.1002/gps.5065>
- Barreto, M., van Breen, J., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T. & Qualter, P. (2022). Exploring the nature and variation of the stigma associated with loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(9), 2658-2679. <https://doi.org/10.1177/02654075221087190>
- Basaran, Z. (2016). The Effect of Recreational Activities on the Self-Esteem and Loneliness Level of the Prisoners as an Alternative Education. *Universal*

Journal of Educational Research, 4(5), 1080-1088.

DOI:10.13189/ujer.2016.040518

Bekhet, A., K., Zauszniewski, J.,A. & Nakhla, W., E. (2008). Loneliness: A concept analysis. *Journal Compilation*,43(4), 207-213. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6198.2008.00114.x>

Bertram, F., Heinrich, F., Fröb, D., Wulff ,B., Ondruschka, B., Püschel , K., König, H.,H. & Hajek, A. (2021). Loneliness among homeless individuals during the first wave of the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18 (3035), 1-10.

<https://doi.org/10.3390/ijerph18063035>

Boffo, M., Mannarini, S. & Munari, C. (2012). Exploratory structure equation modeling of the UCLA loneliness scale: a contribution to the italian adaptation. *Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, 19(4), 345-363. doi:10.4473/TPM19.4.7

Bragard, E., Giorgi, S., Juneau, P. & Curtis, B. L. (2022). Loneliness and daily alcohol consumption during the covid-19 pandemic. *Alcohol and Alcoholism*, 57(2), 198-202. doi: 10.1093/alcalc/agab056.

Bramboeck, V., Moeller, K., Marksteiner, J. & Kaufmann, L. (2020). Loneliness and burden perceived by family caregivers of patients with alzheimer disease. *American Journal of Alzheimer's Disease and other Dementias*, 35, 1-8.

<https://doi.org/10.1177/15333317520917788>

Brayne, S. (2014). Surveillance and system avoidance: criminal justice contact and institutional attachment. *American Sociological Review*, 79(3), 367-391.

<https://doi.org/10.1177/0003122414530398>

Brownie, S. & Horstmanshof, L. (2011). The management of loneliness in aged care residents: an important therapeutic target for gerontological nursing.

Geriatric Nursing, 32(5), 318-325.

<https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2011.05.003>

Bucata, G., & Rizescu, A. M. (2017). The role of communication in enhancing work effectiveness of an organization. *Land Forces Academy Review*, 22(1), 49.

Cacioppo J. T. Hawkley, L. C. Crawford, L. E. Ernst, J. M. Burleson, M. H., Kowalewski...& Berntson, G. G. (2002). Loneliness and health: potential mechanisms. *Psychosomatic Medicine*, 64(3), 407–417.

Cacioppo, J. T., & Hawkley, L. C. (2009). Perceived social isolation and cognition. *Trends in Cognitive Sciences*, 13, 447–454.

<https://doi.org/10.1016/j.tics.2009.06.005>

Cacioppo, J. T., Cacioppo, S. & Boosma, D. I. (2014). Evolutionary mechanisms for loneliness. *Cognition and Emotion*, 28(1), 3-21.

<https://doi.org/10.1080/02699931.2013.837379>

Cattan, M., White, M., Bond, J., & Learmouth, A. (2005). Preventing social isolation and loneliness among older people: a systematic review of health promotion interventions. *Ageing & society*, 25(1), 41-67.

<https://doi.org/10.1017/S0144686X04002594>

Γένα, Α. (2007). *Θεωρία και Πράξη της Ανάλυσης της Συμπεριφοράς*. Gutenberg.

Christakis, N. A. & Fowler, J. H. (2009). *Συνδεδεμένοι: Η εκπληκτική δύναμη των κοινωνικών δικτύων και πώς αυτά διαμορφώνουν τη ζωή μας*. Κάτοπτρο.

Cloud, D. H., Ahalt, C., Augustine, D., Sears, D.& Williams, B. (2020). Medical isolation and solitary confinement: balancing health and humanity in us jails and prisons during covid-19. *Journal of General Internal Medicine*, 35(9), 2738-2742. DOI: 10.1007/s11606-020-05968-y

- Cohen-Mansfield, J., & Perach, R. (2015). Interventions for alleviating loneliness among older persons: a critical review. *American Journal of Health Promotion, 29*(3), 109-125. <https://doi.org/10.4278/ajhp.130418-LIT-182>
- Commission on Social Determinants of Health (2008). *Closing the gap in a generation: health equity through action on the social determinants of health - final report of the commission on social determinants of health*. Geneva, World Health Organization. Retrieved from: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43943/9789241563703_eng.pdf
- Costache, A. (2013). On Solitude and Loneliness in Hermeneutical Philosophy. *Meta: Research in Hermeneutics, Phenomenology and Practical Philosophy, 5*(1), 130-149.
- Coticchia, J., & Putnam, S. P. (2021). Effects of a correspondence-based educational program on prisoner loneliness, self-esteem, and depressive symptoms. *Journal of Offender Rehabilitation, 60*(2), 81-94. <https://doi.org/10.1080/10509674.2020.1863300>
- Dahlberg, L. & McKee, K. J. (2014). Correlates of social and emotional loneliness in older people: evidence from an english community study. *Aging & Mental Health, 18*(4), 504-514, DOI: 10.1080/13607863.2013.856863
- Dahlberg, L. (2021). Loneliness during the COVID-19 pandemic. *Aging & Mental Health, 25*(7), 1161-1164, DOI: 10.1080/13607863.2021.1875195
- Dahlberg, L., Agahi, N. & Lennartsson, C. (2018). Lonelier than ever? Loneliness of older people over two decades. *Archives of Gerontology and Geriatrics, 75*, 96-103. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2017.11.004>
- De Jong-Gierveld, J. & Van Tilburg, T. (2006). A 6-item scale for overall, emotional and social loneliness confirmatory tests on survey data. *Research on Aging, 28*(5), 582-598. <https://doi.org/10.1177/0164027506289723>

- De Jong-Gierveld, J. & Van Tilburg, T. G. (1999). Manual of the loneliness scale. *Methoden en technieken*. Retrieved from:
<https://research.vu.nl/ws/files/1092113/1999%20dJG%20vT%20Loneliness%20manual.pdf>
- De Jong-Gierveld, J. (1998). A review of loneliness: Concepts and definitions, determinants and consequences. *Reviews in Clinical Gerontology, 8*, 73-80.
<https://doi.org/10.1017/S0959259898008090>
- De Vita, T., Donini, L., & Iovino, S. (2019). Re-education treatment and physical activities in prison. *Sport science, 12*(1), 69-72.
- Δημόπουλος, Χ. (2021). *Σωφρονιστική*. Νομική Βιβλιοθήκη.
- Dickens, A. P., Richards, S. H., Greaves, C. J., & Campbell, J. L. (2011). Interventions targeting social isolation in older people: a systematic review. *BMC public health, 11*(1), 1-22.
- Diehl, K. I., Jansen, C., Ishchanova, K. & Hilger-Kolb, J. (2018). Loneliness at universities: determinants of emotional and social loneliness among students. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 15*(1865), 1-14. doi: [10.3390/ijerph15091865](https://doi.org/10.3390/ijerph15091865)
- Durak, M. & Senol-Durak, E. (2010). Psychometric qualities of the ucla loneliness scale-version 3 as applied in a turkish culture. *Educational Gerontology, 36*(10-11), 988-1007. <https://doi.org/10.1080/03601271003756628>
- Elbek, O. (2020). COVID-19 Pandemic threatening prison population. *Turkish Thoracic Journal, 21*(6), 433-437. doi: [10.5152/TurkThoracJ.2020.20114](https://doi.org/10.5152/TurkThoracJ.2020.20114)
- Επάνοδος (χ.χ.). Ανακτήθηκε 07/07/2023 από:<https://www.epanodos.org.gr/>
- Ernst, M., Niederer, D., Werner, A. M., Czaja, S. J., Mikton, C., Ong, A. D., ... & Beutel, M. E. (2022). Loneliness before and during the covid-19 pandemic: a

- systematic review with meta-analysis. *American Psychological Association*, 77(5), 660-677. <https://doi.org/10.1037/amp0001005>
- Erzen, E., Çikrikci, Ö. (2018). The effect of loneliness on depression: A meta-analysis. *International Journal of Social Psychiatry*, 64(5), 427-435. <https://doi.org/10.1177/0020764018776349>
- Ettema, E., J., Derksen, L., D. & Van Leeuwen, E. (2010). Existential loneliness and end-of-life care: A systematic review. *Theoretical Medicine and Bioethics* 31,141–169. DOI 10.1007/s11017-010-9141-1
- Findlay, R. A. (2003). Interventions to reduce social isolation amongst older people: where is the evidence?. *Ageing & Society*, 23(5), 647-658. <https://doi.org/10.1017/S0144686X03001296>
- Fine, S. F. & Glasse, P. H. (2008). *Η επιβοηθητική συνέντευξη κατά την πρώτη συνεδρία*. Εκδόσεις Gutenberg.
- Fokkema, C. M., & Van Tilburg, T. G. (2007). Loneliness interventions among older adults: Sense or nonsense. *Tijdschr Gerontoly Geriatrics*, 38(4), 185-203. <https://doi.org/10.1007/bf03074846>
- Friedman, B. (2021). Toward a critical race theory of prison order in the wake of covid-19 and its afterlives: when disaster collides with institutional death by design. *Sociological Perspectives*, 64(5), 689-705. <https://doi.org/10.1177/07311214211005485>
- Frost, H., Haw, S. & Frank, J. (2010). Promoting health and wellbeing in later life: Interventions in primary care and community settings. Retrieved from: https://blogs.ed.ac.uk/scphrp/wpcontent/uploads/sites/1289/2014/03/promoting_health_and_wellbeing_in_later_life.pdf
- Gardiner, C., Geldenhuys, G., & Gott, M. (2018). Interventions to reduce social isolation and loneliness among older people: an integrative review. *Health &*

social care in the community, 26(2), 147-157.

<https://doi.org/10.1111/hsc.12367>

- Guo, W., Cronk, R., Scherer, E., Oommen, R., Brogan, J., Sarr, M. & Bartram, J. (2019). A systematic scoping review of environmental health conditions in penal institutions. *International Journal of Hygiene and Environmental Health*, 222(5), 790-803. <https://doi.org/10.1016/j.ijheh.2018.12.004>
- Hagan, R., Manktelow, R., Taylor, B. J., & Mallett, J. (2014). Reducing loneliness amongst older people: a systematic search and narrative review. *Aging & mental health*, 18(6), 683-693. <https://doi.org/10.1080/13607863.2013.875122>
- Hajek, A., Kretzler, B. & Hans-Helmut, K. (2021). The association between obesity and social isolation as well as loneliness in the adult population: a systematic review diabetes. *Metabolic Syndrome and Obesity: Targets and Therapy*, 14, 2765-2773. <https://doi.org/10.2147/DMSO.S313873>
- Harrikari, T., Romakkaniemi, M., Tiitinen, L. & Ovaskainen, S. (2021). Pandemic and social work: exploring Finnish social workers' experiences through a swot analysis. *British Journal of Social Work*, 51, 1644-1662. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcab052>
- Harvey, M. (2018). Living conditions of life in prisons. *Probation Journal*, 65(1), 101–102. <https://doi.org/10.1177/0264550518756527>
- Hawkey, L., C. & Cacioppo, J., T. (2010). Loneliness Matters: A Theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *The Society of Behavioral Medicine*, 40, 218–227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>
- Heard, E. M., Mutch, A., Fitzgerald, L., & Pensalfini, R. (2013). Shakespeare in prison: Affecting health and wellbeing. *International Journal of Prisoner Health*, 9(3), 111-123. DOI 10.1108/IJPH-03-2013-0013

- Heinrich, L. M. & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: a literature review. *Clinical Psychology Review, 26*, 695-718.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.04.002>
- Henry, B. F. (2020). Social distancing and incarceration: policy and management strategies to reduce covid-19 transmission and promote health equity through decarceration. *Health Education and Behavior, 47*(4), 536–539.
<https://doi.org/10.1177/1090198120927318>
- Hernandez, B., Stanley, B., & Miller, L. (2014). Job embeddedness and job engagement: Recommendations for a supportive social work environment. *Human Service Organizations: Management, Leadership & Governance, 38*(4), 336-347. <https://doi.org/10.1080/23303131.2013.878013>
- Himelstein, S. (2011). Meditation research: The state of the art in correctional settings. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology, 55*(4), 646-661. <https://doi.org/10.1177/0306624X10364485>
- Hongo, A., Katz, A., & Valenti, K. (2015). Art: Trauma to therapy for aging female prisoners. *Traumatology, 21*(3), 201-212.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/trm0000042>
- Hsueh, Y. C., Batchelor, R., Liebmann, M., Dhanani, A., Vaughan, L., Fett, A. K., ... & Pitman, A. (2022). A systematic review of studies describing the effectiveness, acceptability, and potential harms of place-based interventions to address loneliness and mental health problems. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(4766), 1-29.
<https://doi.org/10.3390/ijerph19084766>
- Hwang, T. J., Rabheru, K., Peisah, C., Reichman, W. & Ikeda, M. (2020). Loneliness and social isolation during the covid-19 pandemic. *International Psychogeriatrics, 32*(10), 1217–1220.
<https://doi.org/10.1017/S1041610220000988>

- Ige, J., Gibbons, L., Bray, I., & Gray, S. (2019). Methods of identifying and recruiting older people at risk of social isolation and loneliness: a mixed methods review. *BMC medical research methodology*, *19*, 1-11.
<https://doi.org/10.1186/s12874-019-0825-6>
- Jiang, S., & Winfree Jr, L. T. (2006). Social support, gender, and inmate adjustment to prison life: Insights from a national sample. *The Prison Journal*, *86*(1), 32-55.
<https://doi.org/10.1177/0032885505283876>
- Johnson, L., Gutridge, K., Parkes, J., Roy, A. & Plugge, E. (2021). Scoping review on mental health in prisons through the covid-19 pandemic. *British Medical Journal Open*, *11*(5), 1-8. doi:10.1136/ bmjopen-2020-046547
- Jones, C. A., Siever, J., Knuff, K., Van Bergen, C., Mick, P., Little, J., ... & Miller, H. (2019). Walk, talk and listen: a pilot randomised control trial targeting functional fitness and loneliness in older adults with hearing loss. *British Medical Journal Open*, *9*, 1-10. doi:10.1136/ bmjopen-2018-026169
- Jopling, K. (2015). Promising approach to reducing loneliness and isolation in later life. Retrieved in 06/06/2023 from
[:https://www.campaigntoendloneliness.org/wp-content/uploads/Promising-approaches-to-reducing-loneliness-and-isolation-in-later-life.pdf](https://www.campaigntoendloneliness.org/wp-content/uploads/Promising-approaches-to-reducing-loneliness-and-isolation-in-later-life.pdf)
- Jovicic, A., & McPherson, S. (2020). To support and not to cure: general practitioner management of loneliness. *Health & Social Care in the Community*, *28*(2), 376-384. <https://doi.org/10.1111/hsc.12869>
- Καλλινικάκη, Θ. (2011). *Εισαγωγή στη Θεωρία και Πρακτική της Κοινωνικής Εργασίας*. Τόπος.
- Kao, J. C., Chuong, A., Reddy, M. K., Gobin, R. L., Zlotnick, C., & Johnson, J. E. (2014). Associations between past trauma, current social support, and loneliness in incarcerated populations. *Health & Justice*, *2*(1), 1-10.

- Kerr, N. A., & Stanley, T. B. (2021). Revisiting the social stigma of loneliness. *Personality and Individual Differences, 171*, 110482. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110482>
- Kharicha, K., Iliffe, S., Manthorpe, J., Chew-Graham, C. A., Cattan, M., Goodman, C., ... & Walters, K. (2017). What do older people experiencing loneliness think about primary care or community based interventions to reduce loneliness? A qualitative study in England. *Health & social care in the community, 25*(6), 1733-1742. <https://doi.org/10.1111/hsc.12438>
- Kim, J., Lee, S., Chun, S., Han, A., & Heo, J. (2017). The effects of leisure-time physical activity for optimism, life satisfaction, psychological well-being, and positive affect among older adults with loneliness. *Annals of leisure research, 20*(4), 406-415. <https://doi.org/10.1080/11745398.2016.1238308>
- Kocken, P. (2001). Intermediates' satisfaction with a loneliness intervention program aimed at older adults: linkage of program plans and users' needs. *Patient Education and Counseling, 43*(2), 189-197. [https://doi.org/10.1016/S0738-3991\(00\)00162-2](https://doi.org/10.1016/S0738-3991(00)00162-2)
- Kramer, K. M. & Barry, J. E. (1999). Conceptualizations and measures of loneliness: a comparison of subscales. *Personality and Individual Differences, 27*, 491-502. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00257-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00257-8)
- Krause-Parello C. A. (2012). Pet ownership and older women: the relationships among loneliness, pet attachment support, human social support, and depressed mood. *Geriatric Nursing, 33* (3), 194–203. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2011.12.005>
- Kupers, T. A. (2005). Toxic masculinity as a barrier to mental health treatment in prison. *Journal of clinical psychology, 61*(6), 713-724. <https://doi.org/10.1002/jclp.20105>

- Kwan, C., Gittimoghaddam, M. & Collet, J. P. (2020). Effects of social isolation and loneliness in children with neurodevelopmental disabilities: a scoping review. *Brain Sciences*, *10* (786), 1-31.
- Lampraki, C., Hoffman, A., Roquet, A., Jopp, D. S. (2022). Loneliness during COVID-19: Development and influencing factors. *Plos One*, *17*(3), 1-20.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0265900>
- Lasgaard, M. (2006). Reliability and validity of the danish version of the ucla loneliness scale. *Personality And Individual Differences*, *42*, 1359-1366.
doi:10.1016/j.paid.2006.10.013
- Lay, J. C., Pauly, T., Graf, P., Mahmood, A. & Hoppmann, C. A. (2018). Choosing solitude: age differences in situational and affective correlates of solitude-seeking in midlife and older adulthood. *Journals of Gerontology*, *75*(3), 483–493 doi:10.1093/geronb/gby044.
- Lederman, J. (2022). Loneliness at the age of covid-19. *Journal of Medical Ethics*, *0*, 1-6. <http://dx.doi.org/10.1136/jme-2022-108540>
- Li, L., Taihagh, A. & Tan, S. Y. (2023). A scoping review of the impacts of covid-19 physical distancing measures on vulnerable population groups. *Nature Communications*, *14*(599), 1-19. <https://doi.org/10.1038/s41467-023-36267-9>
- Lindgren, B. M., Sundbaum, J., Eriksson, M. & Graneheim, U. H. (2013). Looking at the world through a frosted window: experiences of loneliness among persons with mental- ill health. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, *21*, 114-120. doi: 10.1111/jpm.12053
- Luo, Y., Hawkey, L. C., Waite, L. J. & Cacioppo, J. T. (2012). Loneliness, health, and mortality in old age: a national longitudinal study. *Social Science and Medicine* *74*(6), 907–914. doi: 10.1016/j.socscimed.2011.11.028

- Ma, R., Mann, F., Wang, J., Lloyd-Evans, B., Terhune, J., Al-Shihabi, A., & Johnson, S. (2020). The effectiveness of interventions for reducing subjective and objective social isolation among people with mental health problems: a systematic review. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, *55*, 839-876. <https://doi.org/10.1007/s00127-019-01800-z>
- Macdonald, S. J., Deacon, L., Nixon, J., Akintola, A., Gillingham, A., Kent, J., ... & Highmore, L. (2018). 'The invisible enemy': disability, loneliness and isolation. *Disability & Society*, *33*(7), 1138-1159. <https://doi.org/10.1080/09687599.2018.1476224>
- Maes, M., Van den Noortgate, W., Fustolo-Gunnink, S. F., Rassart, J., Luyckx, K. & Goossens, L. (2017). Loneliness in children and adolescents with chronic physical conditions: a meta-analysis. *Journal of Pediatric Psychology*, *42*(6) 622-635. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsx046>
- Mann, F., Bone, J. K., Lloyd-Evans, B., Frerichs, J., Pinfold, V., Ma, R., ... & Johnson, S. (2017). A life less lonely: the state of the art in interventions to reduce loneliness in people with mental health problems. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, *52*, 627-638. DOI 10.1007/s00127-017-1392-y
- Mannocci, A., Masala, D., Mipatrini, D., Rizzo, J., Meggiolaro, S., Di Thiene, D., & La Torre, G. (2015). The relationship between physical activity and quality of life in prisoners: a pilot study. *Journal of Preventive Medicine and Hygiene*, *56*(4), 172-175.
- Masi, C. M., Chen, H. Y., Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2011). A meta-analysis of interventions to reduce loneliness. *Personality and social psychology review*, *15*(3), 219-266. <https://doi.org/10.1177/1088868310377394>
- Maycock, M. (2022). 'Covid-19 has caused a dramatic change to prison life'. analysing the impacts of the covid-19 pandemic on the pains of imprisonment in the scottish prison estate. *The British Journal of Criminology*, *62*, 218-233. <https://doi.org/10.1093/bjc/azab031>

- Meek, R., & Lewis, G. E. (2014). Promoting well-being and desistance through sport and physical activity: The opportunities and barriers experienced by women in English prisons. *Women & Criminal Justice, 24*(2), 151-172.
<https://doi.org/10.1080/08974454.2013.842516>
- Memarpour, P., Ricciardelli, R., & Maasarjian, P. (2015). Government reports versus offenders' experiences: Toward the resolution of discrepancies in healthcare and healthcare delivery. *International Journal of Prisoner Health, 11*(4), 225-242. DOI 10.1108/IJPH-02-2015-0006
- Mihalopoulos, C., Vos, T., Pirkis, J., & Carter, R. (2011). The economic analysis of prevention in mental health programs. *Annual review of clinical psychology, 7*, 169-201. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032210-104601>
- Motta, V., 2021. Key concept: loneliness. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology, 28*(1) 71-81. <https://doi.org/10.1353/ppp.2021.0012>
- Mukherjee, M., & Manna, N. (2021). Indian theatre and incarceration: performing the transition from criminal to civic space. *Research in Drama Education: The Journal of Applied Theatre and Performance, 26*(3), 528-541.
<https://doi.org/10.1080/13569783.2021.1940122>
- Mund, M., Maes, M., Drewke, P. M., Gutzeit, A., Jaki, I. & Qualter, P. (2022). Would the real loneliness please stand up? the validity of loneliness scores and the reliability of single-item scores. *Sage Journals, 1-23*.
<https://doi.org/10.1177/10731911221077227>
- Νόμος 4985/2022. Αναμόρφωση και Εκσυγχρονισμός Σωφρονιστικού Κώδικα-Τροποποιήσεις στο ν. 2776/1999 και Άλλες Διατάξεις. *Εφημερίδα της Κυβερνήσεως της Ελληνικής Δημοκρατίας (ΦΕΚ Α' 203/27.10.2022)*.
- Nowland, R., Robinson, S. J., Bradley, B. F., Summers, V., & Qualter, P. (2018). Loneliness, HPA stress reactivity and social threat sensitivity: Analyzing

naturalistic social challenges. *Scandinavian Journal of Psychology*, 59(5), 540-546. DOI: 10.1111/sjop.12461

Okruszek, L., Aniszewska-Stańczuk, A., Piejka, A., Wiśniewska, M., & Żurek, K. (2020). *Safe but lonely? Loneliness, mental health symptoms and covid-19*. OSF Preprint.

Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών (1948). Οικουμενική Διακήρυξη για τα Ανθρώπινα Δικαιώματα. Ανακτήθηκε από:
<https://unric.org/el/%CE%B1%CE%BD%CE%B8%CF%81%CF%8E%CF%80%CE%B9%CE%BD%CE%B1%CE%B4%CE%B9%CE%BA%CE%B1%CE%B9%CF%8E%CE%BC%CE%B1%CF%84%CE%B1-2/>

Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών (χ.χ.). Στόχοι Βιώσιμης Ανάπτυξης: 17 Στόχοι για να Αλλάξουμε τον Κόσμο μας. Ανακτήθηκε στις 14/03/2023 από:
<https://unric.org/el/17-%CF%83%CF%84%CE%BF%CF%87%CE%BF%CE%B9%CE%B2%CE%B9%CF%89%CF%83%CE%B9%CE%BC%CE%B7%CF%83%CE%B1%CE%BD%CE%B1%CF%80%CF%84%CF%85%CE%BE%CE%B7%CF%83/>

Pageau, F., Seaward, H., Habermeyer, E., Elger, B., & Wangmo, T. (2022). Loneliness and social isolation among the older person in a Swiss secure institution: a qualitative study. *BMC Geriatrics*, 22(90), 1-11.
<https://doi.org/10.1186/s12877-022-02764-7>

Pat, P., Edin, K., Jegannathan, B., San Sebastian, M., & Sundberg, R. L. (2023). "Overcrowded but lonely": exploring mental health and well-being among young prisoners in Cambodia. *International Journal of Prisoner Health*, 1-13.
 DOI 10.1108/IJPH-02-2023-0011

Peplau, L. A. & Perlman, D. (1979). Blueprint for a social psychological theory of loneliness in M. Cook & G. Wilson (Eds.) *Love and attraction* (p.p. 99-108). Pergamon.

- Perdacher, E., Kavanagh, D., & Sheffield, J. (2019). Well-being and mental health interventions for Indigenous people in prison: Systematic review. *British Journal of Psychiatry Open*, 5(95), 1-10. doi: 10.1192/bjo.2019.80
- Perese, E. F., & Wolf, M. (2005). Combating loneliness among persons with severe mental illness: social network interventions' characteristics, effectiveness, and applicability. *Issues in mental health nursing*, 26(6), 591-609.
<https://doi.org/10.1080/01612840590959425>
- Perkins, R., Mason-Bertrand, A., Tymoszuk, U., Spiro, N., Gee, K., & Williamon, A. (2021). Arts engagement supports social connectedness in adulthood: findings from the HEartS Survey. *BMC public health*, 21(1), 1-15.
<https://doi.org/10.1186/s12889-021-11233-6>
- Perlman, D. & Peplau, L.,A. (1984). Loneliness research: a survey of empirical findings in L.A. Peplau & Goldston (Eds) Preventing the Harmful Consequences of Severe and Persistent Loneliness (p.p. 13-46). Government Printing Office.
- Perlman, D., & Peplau L. A. (1982). Theoretical approaches to loneliness. In: Peplau, L. A., & Perlman, D. (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*. John Wiley & Sons. Retrieved from:
https://www.researchgate.net/profile/DanielPerlman/publication/284634633_Theoretical_approaches_to_loneliness/links/5748c43308ae5c51e29e6b45/Theoretical-approaches-to-loneliness.pdf
- Πουλόπουλος, Χ. (2014). *Κρίση, Φόβος και Διάρρηξη Κοινωνικής Συνοχής*. Εκδόσεις Τόπος.
- Pressman, S. D., Cohen, S., Miller, G. E., Barkin, A., Rabin, B. S. & Treanor, J. J. (2005). Loneliness, social network size and immune response to influenza vaccination in college freshmen. *Health psychology: Official Journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, 24(3), 297–306.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0278-6133.24.3.297>

- Pretorius, T. B. (2022). The applicability of the UCLA loneliness scale in South Africa: Factor structure and dimensionality. *African Journal of Psychological Assessment, 4*(0), 1-8. <https://doi.org/10.4102/ajopa.v4i0.63>
- Rico-Urbe, L. A., Caballero, F. F., Olaya, B., Tobiasz-Adamczyk, B., Koskinen, S., Leonardi, M., ... & Miret, M. (2016). Loneliness, social networks, and health: a cross-sectional study in three countries. *PloS ONE, 11*(1), 1-18. doi:10.1371/journal.pone.0145264
- Rokach, A. (2018). Effective coping with loneliness: a review. *Open Journal of Depression, 7*(4), 61-72. <https://doi.org/10.4236/ojd.2018.74005>
- Rubenstein, L. S., Amon, J. J., McLemore, M., Eba, P., Dolan, K. & Lines, R. (2016). HIV, prisoners and human rights. *The Lancet, 388*, 1202-1214. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)30663-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)30663-8)
- Russell, D. W., Cutrona, C. E., McRae, C. & Gomez, M. (2012). Is Loneliness the same as being alone? *The Journal of Psychology, 146*(1-2), 7-22. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.589414>
- Russell, D. (1982). The measurement of loneliness. In L. A. Pervin & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*, 81–104. John Wiley. Retrieved from: https://www.researchgate.net/publication/271766646_The_measurement_of_loneliness#fullTextFileContent
- Schinka, K. C., Van Dulmen, M. H., Bossarte, R., Swahn, M. (2012). Association between loneliness and suicidality during middle childhood and adolescence: longitudinal effects and the role of demographic characteristics. *The Journal of Psychology, 146* (1–2), 105–118.
- Schliehe, A., Laursen, J., & Crewe, B. (2022). Loneliness in prison. *European Journal of Criminology, 19*(6), 1595-1614. <https://doi.org/10.1177/1477370820988836>

- Schneller, D. P. (1975). Prisoners' families: a study of some social and psychological effects of incarceration on the families of negro prisoners. *Criminology*, 12(4), 402-412. <https://doi.org/10.1111/j.1745-9125.1975.tb00646.x>
- Schram, S. F. (2017). Change research: Narrating social change from the bottom-up. *Clinical Social Work Journal*, 45(3), 261-269.
- Shammas, V. L. (2017). *Pains of Imprisonment*. In The Encyclopedia of Corrections, K.R. Kerley (Ed.). <https://doi.org/10.1002/9781118845387.wbeoc020>
- Spithoven, A., W. M., Bijttebier, B. & Goosens, L. (2017). It is all in their mind: a review on information processing bias in lonely individuals. *Clinical Psychology Review*, 58, 97-114. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2017.10.003>
- Stewart, C., Tomossy, G. F., Lamont, S. & Brunero, S. (2020). COVID-19 and Australian prisons: human rights, risks and responses. *Bioethical Inquiry*, 1-5. <https://doi.org/10.1007/s11673-020-10054-3>
- Suhomlinova, O., Ayres, T. C., Tonkin, M. J., O'Reilly, M., Wertans, E. & O'Shea, S. C. (2022). Locked up while locked down: prisoners' experiences of the covid-19 pandemic. *The British Journal of Criminology*, 62, 279–298. <https://doi.org/10.1093/bjc/azab060>
- Σύνδεσμος Κοινωνικών Λειτουργιών Ελλάδος (χ.χ.). Κώδικας Δεοντολογίας Κοινωνικών Λειτουργιών. Ανακτήθηκε από: <https://www.skle.gr/index.php/el/xrisima-arxeia/nomothesia/item/521-deontologia-koinonikon-leitourgon>
- Theeke, L. A., & Mallow, J. A. (2015). The development of LISTEN: A novel intervention for loneliness. *Open journal of nursing*, 5(2), 136-143. <https://doi.org/10.4236/ojn.2015.52016>

- Ugelvik, T. (2022). The transformative power of trust: Exploring tertiary desistance in reinventive prisons. *The British Journal of Criminology*, 62(3), 623-638.
<https://doi.org/10.1093/bjc/azab076>
- Van Tilburg, T., G. (2021). Social, emotional, and existential loneliness: a test of the multidimensional concept. *Gerontologist*, 61(7), 335-344.
<https://doi.org/10.1093/geront/gnaa082>
- Vuolo, M., Schneider, L. E. & LaPlant, E. G. (2023). Surveillance and the experience of the COVID-19 pandemic for formerly incarcerated individuals. *Punishment & Society*, 25(2), 386–406. <https://doi.org/10.1177/14624745221080696>
- Wang, C., Liu, J. L., Zhu, Q., Yao, J. & Boyanton, D. (2021). Covitality moderates the relationship between victimisation and loneliness. *Australian Journal of Psychology*, 73(1), 35-45. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1904494>
- Wei, Y. (2022). Overcoming Loneliness and Connecting Immigrants During and After the Pandemic. *Art Education*, 75(3), 45-47.
<https://doi.org/10.1080/00043125.2022.2027727>
- Wilkinson, D. J., & Caulfield, L. S. (2017). The perceived benefits of an arts project for health and wellbeing of older offenders. *Europe's Journal of Psychology*, 13(1), 16–27. <https://doi.org/10.5964/ejop.v13i1.1207>
- Wilson, G., Hill, M. & Kiernan, M. D. (2018). *Occupational Medicine*, 68, 600-609.
doi:10.1093/occmed/kqy160
- Windle, K., Francis, J., & Coomber, C. (2011). *Preventing loneliness and social isolation: interventions and outcomes* (pp. 1-16). London: Social Care Institute for Excellence.
- World Health Organisation (n.d.). WHO Remains Firmly Committed to the Principles Set out in the Preamble to the Constitution Retrieved in 10/05/2023 from:
<https://www.who.int/about/governance/constitution>

- Yildirim, T., & Kavak Budak, F. (2020). The relationship between internalized stigma and loneliness in patients with schizophrenia. *Perspectives in Psychiatric Care*, 56(1), 168-174. <https://doi.org/10.1111/ppc.12399>
- Υπουργική Απόφαση 58819/7.4.2003. Εσωτερικός Κανονισμός Λειτουργίας Γενικών Καταστημάτων Κράτησης Τύπου Α' και Β'.
- Yu Leung, G. T., de Jong- Gierveld, J. & Wa Lam, L. C. (2008). Validation of the Chinese translation of the 6-item De Jong Gierveld Loneliness Scale in elderly Chinese. *International Psychogeriatrics*, 20(6), 1262–1272.
doi:10.1017/S1041610208007552
- Zarei, S., Memari, A. M., Moshayedi, P. & Shayestehfar, M. (2016). Validity and reliability of the UCLA loneliness scale version 3 in Farsi. *Educational Gerontology*, 42(1), 49-57. <https://doi.org/10.1080/03601277.2015.1065688>
- Zhong, B. L., Khen, S. L. & Conwell, Y. (2016). Effects of transient versus chronic loneliness on cognitive function in older adults: findings from the chinese longitudinal healthy longevity survey. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 24(5), 389-398. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2015.12.009>
- Ziaee, A., Nejat, H., Amarghan, H. A., & Fariborzi, E. (2022). Existential therapy versus acceptance and commitment therapy for feelings of loneliness and irrational beliefs in male prisoners. *European journal of translational myology*, 32(1), 1-9. <https://doi.org/10.4081%2Fejtm.2022.102171>