



# Σύνοψη

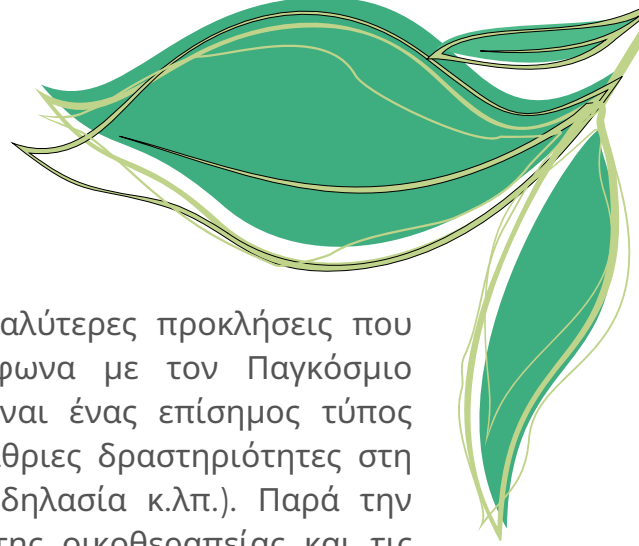
Οδηγός για θεραπευτικά κέντρα  
και ιδρύματα ΕΕΚ για την  
οικοθεραπεία για διαταραχές  
κατάχρησης ουσιών





# ΕΙΣΑΓΩΓΉ

Η κατάχρηση ουσιών είναι μία από τις μεγαλύτερες προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι κοινωνίες της ΕΕ. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ). Η οικοθεραπεία είναι ένας επίσημος τύπος θεραπευτικής αγωγής που περιλαμβάνει υπαίθριες δραστηριότητες στη φύση (π.χ. κηπουρική, υπαίθρια άσκηση, ποδηλασία κ.λπ.). Παρά την έρευνα που πραγματοποιήθηκε στον τομέα της οικοθεραπείας και τις θετικές επιπτώσεις της στις διαταραχές υγείας, αυτή η μέθοδος εξακολουθεί να μην χρησιμοποιείται στον τομέα των διαταραχών κατάχρησης ουσιών στην Ευρώπη. Για να καλύψει αυτό το κενό, το έργο Οικοθεραπεία για άτομα με διαταραχές κατάχρησης ουσιών στοχεύει στην ανάπτυξη εκπαιδευτικού υλικού και διαδραστικών εκπαιδευτικών πόρων στον τομέα της οικοθεραπείας για κέντρα εκπαίδευσης και θεραπείας, εκπαιδευτές και συμβούλους. Το Eco-Therapy είναι ένα διετές έργο που στοχεύει στην ανάπτυξη και ενίσχυση των δεξιοτήτων των επαγγελματιών για την καλύτερη υποστήριξη ατόμων με προβλήματα εθισμού, εισάγοντας μια καινοτόμο προσέγγιση οικοθεραπείας σε ιδρύματα επαγγελματικής κατάρτισης και κέντρα θεραπείας.



## ΠΕΔΪΟ ΕΦΑΡΜΟΓΉΣ ΤΟΥ ΈΡΓΟΥ

Το έργο Eco-Therapy στοχεύει στην ανάπτυξη εκπαιδευτικού υλικού και διαδραστικών εκπαιδευτικών πόρων στον τομέα της οικοθεραπείας για κέντρα εκπαίδευσης και θεραπείας, εκπαιδευτές και συμβούλους. Ένας από αυτούς τους πόρους είναι ένας οδηγός που απευθύνεται σε κέντρα επαγγελματικής κατάρτισης και θεραπείας, ο οδηγός περιγράφει τα οφέλη και τις βέλτιστες πρακτικές για τη χρήση οικοθεραπείας. Παρέχει επίσης πρακτικές κατευθυντήριες γραμμές για την παροχή μαθημάτων επαγγελματικής κατάρτισης στην οικοθεραπεία. Ο οδηγός βασίζεται στα αποτελέσματα της έρευνας γραφείου και πεδίου που πραγματοποιήθηκε από τους εταίρους του έργου στη Γερμανία, την Ισπανία, τη Δανία, την Ελλάδα και την Πορτογαλία. Η επιτραπέζια έρευνα συνίστατο στη χαρτογράφηση των βέλτιστων πρακτικών στον τομέα της οικοθεραπείας σε τοπικό, εθνικό και ενωσιακό επίπεδο και εκτός από μελέτες υφιστάμενων προγραμμάτων σπουδών με στόχο τον εντοπισμό κενών.



# ΠΕΡΙΓΡΑΦΉ ΣΤΌΧΩΝ

Παρά τις δυνατότητές της, οι οποίες υποστηρίζονται από σχετική έρευνα, η οικοθεραπεία δεν έχει ακόμη αξιοποιηθεί και υιοθετηθεί στην εκπαίδευση ΕΕΚ για κανενός είδους επαγγελματικές ομάδες. Με τον Οδηγό για κέντρα θεραπείας και ιδρύματα ΕΕΚ για την οικοθεραπεία για διαταραχές κατάχρησης ουσιών, η σύμπραξη Eco-Therapy επιδιώκει να παρέχει εκπαιδευτικό υλικό και διαδραστικούς εκπαιδευτικούς πόρους στον τομέα της οικοθεραπείας για κέντρα κατάρτισης και θεραπείας, εκπαιδευτές και συμβούλους. Ένας περαιτέρω στόχος του οδηγού είναι επομένως να ρίξει περισσότερο φως στις δυνατότητες της οικοθεραπείας ως θεραπευτικής μεθόδου και να καταρρίψει ορισμένες από τις προκαταλήψεις που περιβάλλουν τη μέθοδο.

## ΠΕΡΙΓΡΑΦΉ

## ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΊΑΣ

Ο οδηγός βασίζεται στα αποτελέσματα της έρευνας γραφείου και πεδίου. Η τρέχουσα χρήση της οικοθεραπείας στις χώρες του έργου ποικίλλει. Αν και η θεραπεία εφαρμόζεται σε όλες τις χώρες εταίρους με τη μία ή την άλλη μορφή και με διαφορετικά ονόματα, ο κοινός παρονομαστής είναι ότι σε καμία από τις χώρες δεν χρησιμοποιείται η οικοθεραπεία ως επίσημα αναγνωρισμένη μορφή θεραπείας για την κατάχρηση αλκοόλ και ναρκωτικών, με βάση μια κοινά αναγνωρισμένη διδακτέα ύλη. Συνολικά φαίνεται να υπάρχουν πολλαπλά σωματικά και ψυχικά οφέλη από την οικοθεραπεία που εφαρμόζεται στη θεραπεία του εθισμού στο αλκοόλ και στα ναρκωτικά. Η έρευνα δείχνει βελτίωση στη διαδικασία αποκατάστασης ως συνέπεια των θετικών πτυχών της επαφής με τη φύση. Τα παρατηρούμενα θετικά σημάδια αυτής της διαδικασίας εκφράζονται ως: μείωση του στρες και των επιπέδων άγχους σε συνδυασμό με αυξημένη αυτογνωσία, προσοχή και αυτοεκτίμηση. Η οικοθεραπεία μπορεί να χρησιμοποιηθεί είτε ως θεραπευτική είτε ως προληπτική προσέγγιση με θετικά αποτελέσματα σε διάφορες πτυχές της ευεξίας. Με βάση την έρευνα, η οικοθεραπεία φαίνεται να ενθαρρύνει υψηλότερο βαθμό επικοινωνίας πελάτη/συμβούλου και βελτίωση του θεραπευτικού δεσμού.

Έτσι, η θεραπεία παρέχει νέες μεθόδους για να αποκτήσετε πρόσβαση στους πελάτες και να κερδίσετε την εμπιστοσύνη τους. Η απλή αρχή είναι ότι εφόσον η συντριπτική πλειοψηφία των ανθρώπων έχει θετικές εμπειρίες που σχετίζονται με δραστηριότητες στη φύση, η θετική επίδραση της φύσης μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε ένα θεραπευτικό πλαίσιο. Γενικά, φαίνεται να υπάρχουν αρκετά πλεονεκτήματα για τα κέντρα ΕΕΚ και τα κέντρα θεραπείας στην εφαρμογή προγραμμάτων σπουδών οικοθεραπείας και τρόπων θεραπείας. Ωστόσο, όπως έγινε σαφές στην ανάλυση SWOT των εταιρών, υπάρχουν ορισμένα εμπόδια που πρέπει να ληφθούν υπόψη κατά την εφαρμογή μαθημάτων ΕΕΚ για την οικοθεραπεία.

Η οικοθεραπεία δεν είναι ακόμη ευρέως αναγνωρισμένη με τον επίσημο όρο της και πρέπει να ανταγωνιστεί μια πληθώρα εκπαιδευτικών προγραμμάτων βασισμένων σε στοιχεία. Η έρευνα δείχνει ότι σε αρκετές χώρες η οικοθεραπεία χρησιμοποιείται σήμερα ως εναλλακτική θεραπεία και όχι ως πραγματική θεραπεία του εθισμού στο αλκοόλ και στα ναρκωτικά. Επίσης, πολλοί επαγγελματίες δεν έχουν τις γνώσεις και την κατάρτιση να εφαρμόσουν την οικοθεραπεία ως πραγματική θεραπεία, λόγω της έλλειψης αναγνωρισμένης εκπαίδευσης στον τομέα. Ένα άλλο εμπόδιο που εντοπίστηκε σχετίζεται με το ίδιο το πλαίσιο για την άσκηση της θεραπείας. Αυτά περιλαμβάνουν την ανάγκη διδασκαλίας σε φυσικούς χώρους που δεν είναι προσβάσιμοι σε όλους. Οι νέες πρακτικές πρέπει να αποτελούν μέρος του θεραπευτικού πρωτοκόλλου των επαγγελματιών που μπορεί να επηρεαστούν από την ανάγκη επικύρωσης από ρυθμιστικούς φορείς. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε δυσκολίες εισαγωγής νέων πρακτικών στα δημόσια κέντρα.

## ΜΕΡΙΚΌ ΣΥΜΠΈΡΑΣΜΑ

Η επιτραπέζια έρευνα σε χώρες εταίρους έχει δείξει πολλά οφέλη της οικοθεραπείας που χρησιμοποιείται σε θεραπευτικό πλαίσιο για τη θεραπεία της κατάχρησης αλκοόλ και ναρκωτικών. Όπως έγινε σαφές στις ειδικές για κάθε χώρα ενότητες, η κύρια πρόκληση της θεραπείας είναι η έλλειψη γνώσης γι' αυτήν και επομένως η σχετικά περιορισμένη πρόσληψή της.

Ωστόσο, φαίνεται να υπάρχουν επαρκή κίνητρα για να προχωρήσουμε περαιτέρω τη θεραπεία, καθώς έχει προφανή οφέλη, όσον αφορά τη θεραπεία.



Το πρόσφατο ενδιαφέρον για τη θεραπεία ως μια μορφή θεραπείας που φέρνει τους ανθρώπους σε επαφή με τη φύση για να εκμεταλλευτούν τις θεραπευτικές, χαλαρωτικές και αναζωογονητικές της ιδιότητες φαίνεται να δημιουργεί μια αυξανόμενη εφαρμογή σε διάφορες χώρες. Η έρευνα δείχνει βελτίωση στη διαδικασία αποκατάστασης ως συνέπεια των θετικών πτυχών της επαφής με τη φύση.

Όσον αφορά τα πιθανά εμπόδια στην εφαρμογή της οικοθεραπείας, ένα σαφές εμπόδιο είναι ότι η θεραπεία δεν είναι ακόμη ευρέως αναγνωρισμένη. Πολλοί επαγγελματίες δεν έχουν επίσης τις γνώσεις και την κατάρτιση για να εφαρμόσουν την οικοθεραπεία ως πραγματική θεραπεία, λόγω της έλλειψης αναγνωρισμένης εκπαίδευσης στον τομέα.

## ΣΥΝΟΠΤΙΚΌ ΣΥΜΠΈΡΑΣΜΑ

Η έρευνα για την οικοθεραπεία δείχνει βελτίωση στη διαδικασία αποκατάστασης ως συνέπεια των θετικών πτυχών της επαφής με τη φύση. Τα παρατηρούμενα θετικά σημάρδια αυτής της διαδικασίας εκφράζονται ως: μείωση του στρες και των επιπέδων άγχους σε συνδυασμό με αυξημένη αυτογνωσία, προσοχή και αυτοεκτίμηση. Επιπλέον, η οικοθεραπεία φαίνεται να ενθαρρύνει υψηλότερο βαθμό επικοινωνίας πελάτη/συμβούλου και βελτίωση του θεραπευτικού δεσμού.

Όσον αφορά τα πιθανά εμπόδια στην εφαρμογή της οικοθεραπείας, ένα σαφές εμπόδιο είναι ότι η θεραπεία δεν είναι ακόμη ευρέως αναγνωρισμένη με τον επίσημο όρο της και πρέπει να ανταγωνίζεται μια πληθώρα εκπαιδευτικών προγραμμάτων βασισμένων σε στοιχεία. Οι νέες πρακτικές πρέπει να αποτελούν μέρος του θεραπευτικού πρωτοκόλλου των επαγγελματιών που μπορεί να επηρεαστούν από την ανάγκη επικύρωσης από ρυθμιστικούς φορείς. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε δυσκολίες εισαγωγής νέων πρακτικών όπως η οικοθεραπεία σε δημόσια κέντρα σε συνδυασμό με περιορισμένο χώρο στα προγράμματα σπουδών.





# ΠΡΟΟΠΤΙΚΈΣ

Με βάση τη συνδυασμένη έρευνα γραφείου και πεδίου της συνεργασίας, η οικοθεραπεία έχει την αιτιολόγησή της στη θεραπεία της εξάρτησης από το αλκοόλ και τα ναρκωτικά. Σε μια προοπτική της Επαγγελματικής Εκπαίδευσης και Κατάρτισης, η πιθανή δυνατότητα μεταφοράς / χρηστικότητας της θεραπείας για προγράμματα σπουδών ΕΕΚ φαίνεται προφανής. Με τον Οδηγό για κέντρα θεραπείας και ιδρύματα ΕΕΚ για την οικοθεραπεία για διαταραχές κατάχρησης ουσιών, συμπεριλαμβανομένων των καλών πρακτικών, η σύμπραξη Οικοθεραπείας προσφέρει νέους θεωρητικούς και πρακτικούς πόρους και γνώσεις που συνήθως δεν βρίσκονται στα προγράμματα σπουδών της ΕΕΚ.





This document is published under Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>), and available to download for free from the ECO-THERAPY website.



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.