



ΔΙΑΓΕΝΕΑΚΗ ΔΡΑΣΗ :

- **Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ, ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΤΟΥΣ ΚΑΙ Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΩΝ ΜΕΛΩΝ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ.**

- **ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΤΩΝ Κ.Η.Φ.Η., Μ.Φ.Η. ΚΑΙ ΤΩΝ ΚΔΑΠ ΤΗΣ Π.Κ.Μ.**

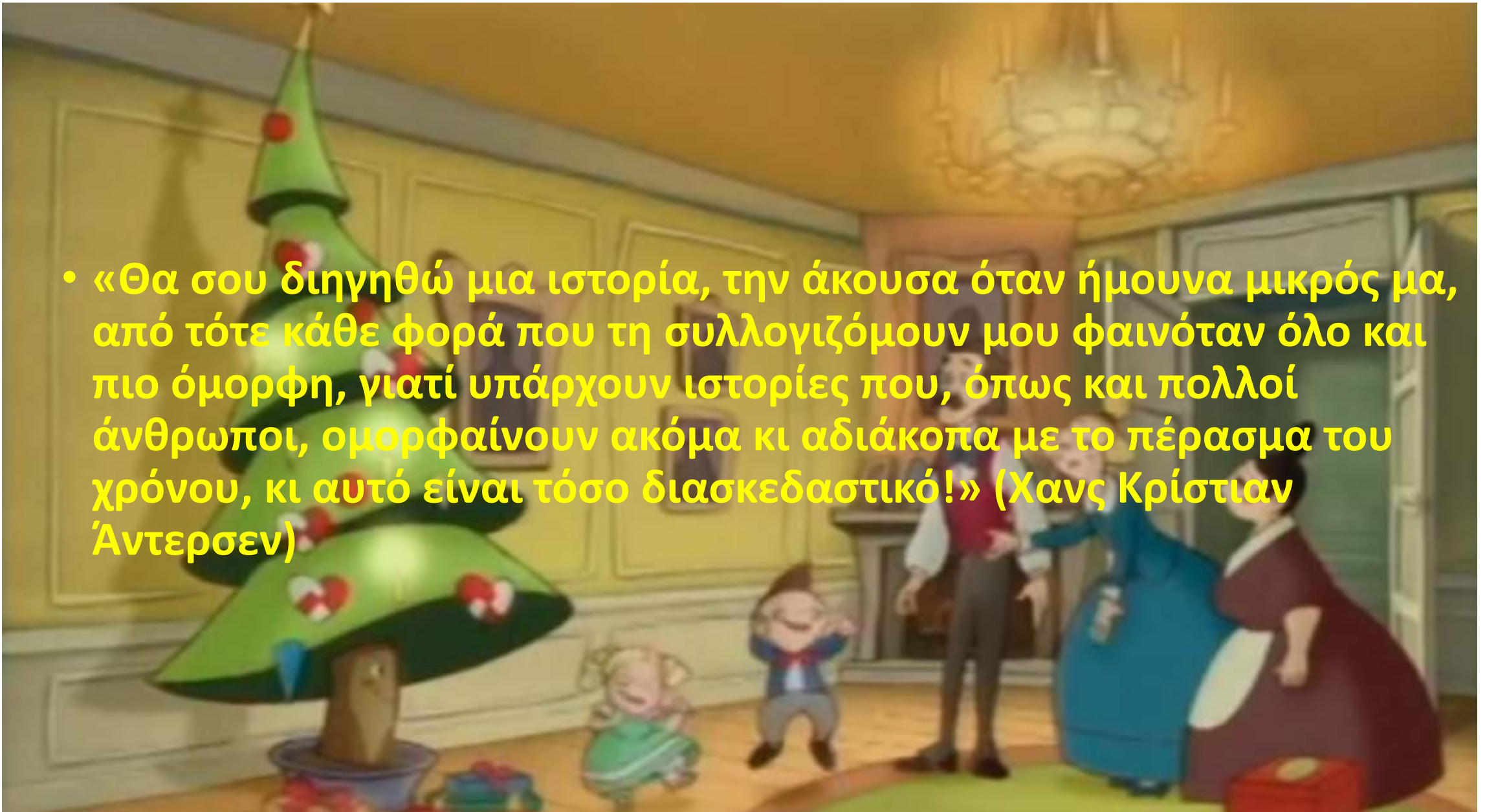
18-12-2025

Τίτλος εισήγησης: «Η ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΩΝ ΠΑΡΑΜΥΘΙΩΝ ΣΤΙΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ»

- ΕΙΣΗΓΗΤΡΙΑ:
- Δρ Βάσω Παττακού – Παρασύρη
- Κοινωνική Λειτουργός-Καθηγήτρια Κοινωνικής Εργασίας,
- Διδάκτωρ Ψυχολογίας Πανεπιστήμιο Sunderland, Αγγλία
- Μέλος Δ.Σ. Πανελλήνιας Ομοσπονδίας N. Alzheimer και μέλος της Διεθνούς Ομοσπονδίας για τη N. Alzheimer
- Εξωτερική Επιστημονική Συνεργάτης Εργαστηρίου Ποιότητας Ζωή, Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο (ΕΛΜΕΠΑ)
- E-mail: v. parasyri@hotmail.com
-



- «Θα σου διηγηθώ μια ιστορία, την άκουσα όταν ήμουν μικρός μα, από τότε κάθε φορά που τη συλλογίζομαι μου φαινόταν όλο και πιο όμορφη, γιατί υπάρχουν ιστορίες που, όπως και πολλοί άνθρωποι, ομορφαίνουν ακόμα κι αδιάκοπα με το πέρασμα του χρόνου, κι αυτό είναι τόσο διασκεδαστικό!» (Χανς Κρίστιαν Άντερσεν)





Εισαγωγή

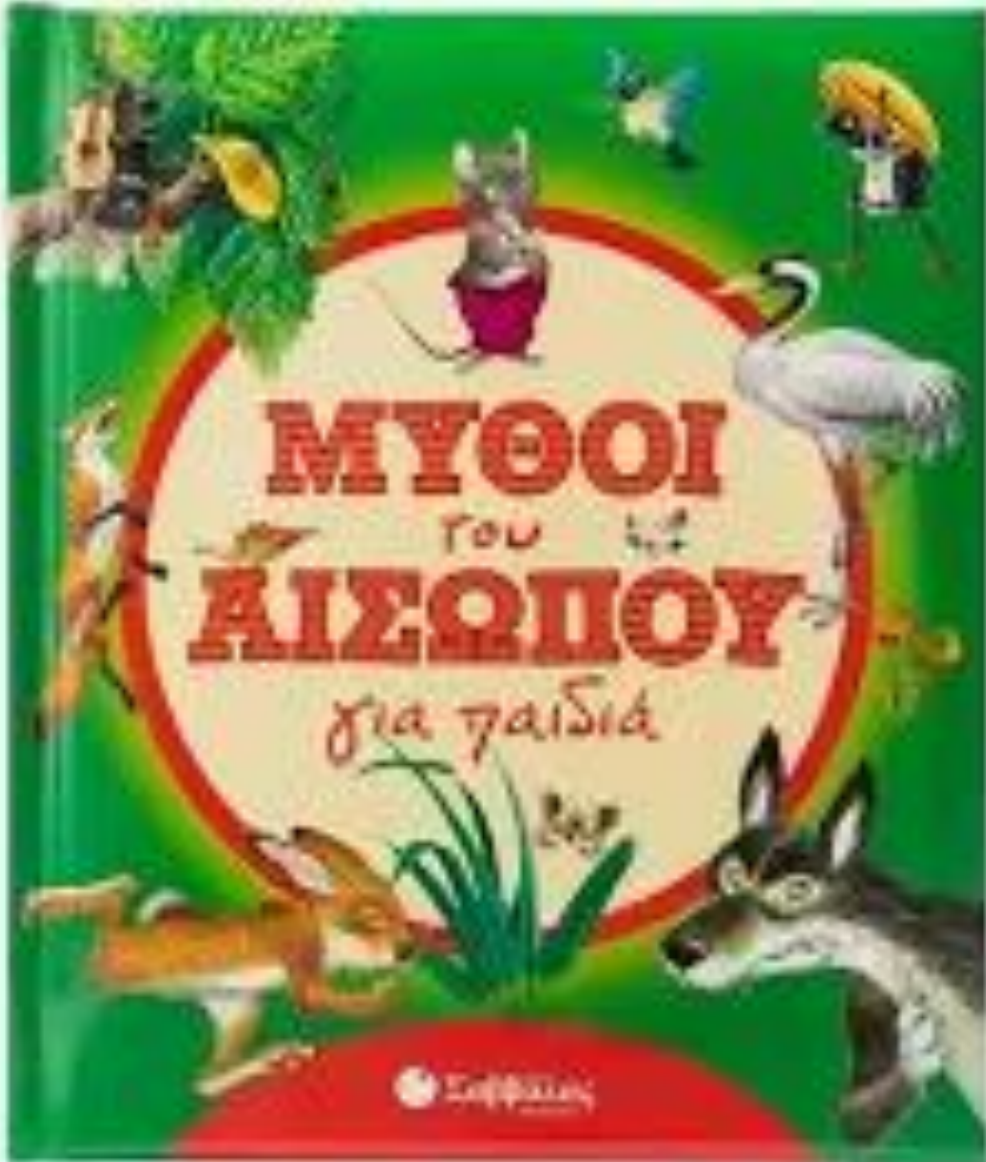
Τα παραμύθια πάντοτε έπαιζαν και παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο στη διαπαιδαγώγηση των παιδιών, καθώς προκαλούν την αισθητική συγκίνησή τους και τα «μυούν» σε αξίες διαχρονικές και οικουμενικές συμβάλλοντας στην ψυχολογία τους, στην πνευματική τους καλλιέργεια και , κατά συνέπεια, στη διαμόρφωση της ελεύθερης συνείδησης και την ωρίμανση της προσωπικότητά τους

Παραμυθάδες

**Σπουδαίοι παραμυθάδες
υπήρξαν:**

- ❖ Ο Όμηρος 8^{ος} π.χ. Αιώνας
- ❖ Ο Αίσωπος 620 π.χ.-564 π.χ.
- ❖ Οι Αδελφοί Γκριμ 1785 και 1786 μ.χ.
- ❖ Χανς Κρίστιαν Άντερσεν 1805 μ.χ.





Η συμβολή των παραμυθιών

- ❖ Στην αρχαία Ελλάδα, τα παιδιά διδάσκονταν γραφή και ανάγνωση μέσα από τα έπη του Ομήρου.
- ❖ Μέσα από τους μύθους του Αισώπου, τα παιδιά παραδειγματίζονταν και έπαιρναν μαθήματα για τις αξίες της ζωής.
- ❖ Αργότερα η διαπαιδαγώγηση των παιδιών στο σπίτι γινόταν από τα παραμύθια των Αδελφών Γκριμ και του Χανς Κρίστιαν Άντερσεν μεταξύ άλλων.

Η θέση των ανθρώπων του πνεύματος για τα παραμύθια

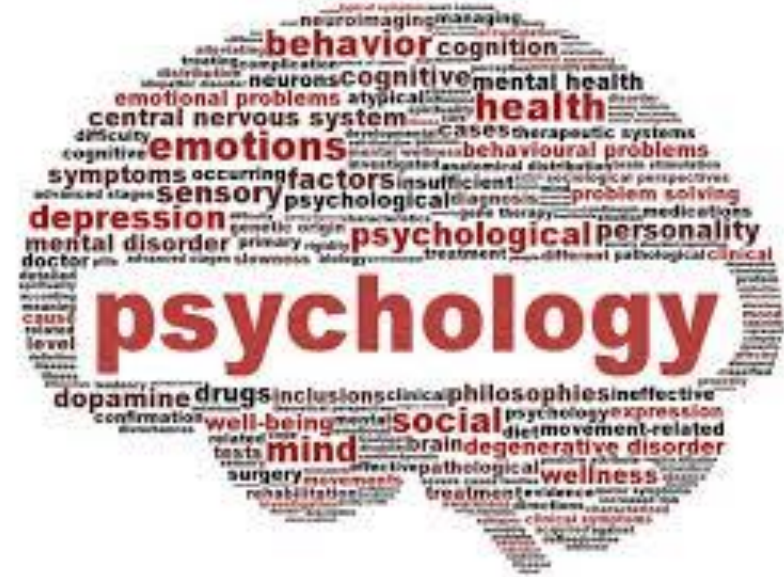
- ❖ Αριστοτέλης: Τα παραμύθια είναι απαραίτητα για τα «δυσυπνούντα παιδάρια» (εννοούσε τα παιδιά που δεν τα παίρνει εύκολα ο ύπνος, τα παραμύθια λειτουργούν καταπραϋντικά) δηλ. υποστήριζε ότι η ανάγνωση επηρεάζει τα συναισθήματα και αποτελεί διαδικασία λύτρωσης.
- ❖ Freud: Το παραμύθι συμβάλλει στην ψυχική ισορροπία του παιδιού και το βοηθά να αναζητά, να προβληματίζεται και τελικά να αποκτά μια σωστή φιλοσοφία ζωής.
- ❖ Ο Άλμπερτ Αϊστάιν λέει: «Αν θέλετε τα παιδιά να γίνουν έξυπνα, διαβάστε τους παραμύθια. Αν θέλετε να γίνουν ακόμα πιο έξυπνα, διαβάστε τους περισσότερα παραμύθια»
- ❖ Στην ψυχιατρική και την ψυχοθεραπεία η θεραπευτική ανάγνωση ξεκίνησε να εφαρμόζεται στην Αμερική το 1940 ενώ στην Ελλάδα ξεκινούν για πρώτη φορά ομάδες «ανάγνωσης κειμένων» το 1966 στο Αιγινήτειο Νοσοκομείο με τους Σακελλαρόπουλο, Μαντωνάκη και Καλή.

Οι ιστορίες προξενούν σε αυτόν που τις ακούει ένα «ξύπνημα», μια συνειδητοποίηση, γιατί απευθύνονται κατευθείαν στο ασυνείδητο, χωρίς άλλο ενδιαμέσο.

Ανέκαθεν οι λαοί μετέδιδαν τους **κανόνες, την ηθική και τις αξίες της κοινωνίας** τους με τη βοήθεια των παραμυθιών, τα οποία ήταν αρχικά μια αφήγηση για μεγάλους (και μάλιστα για τη διασκέδαση των μεγάλων) και αργότερα, ουσιαστικά κρατώντας το ίδιο περιεχόμενο, έγιναν διήγηση και ιστορία για παιδιά.



- Η μελέτη των παραμυθιών στις κοινωνικές επιστήμες αποκαλύπτει ότι δεν πρόκειται απλώς για φανταστικές ιστορίες, αλλά για **συμβολικές αναπαραστάσεις κοινωνικών σχέσεων, πολιτισμικών αξιών και ψυχικών διεργασιών**. Μέσα από τη θεματολογία, τους χαρακτήρες και τη δομή τους, τα παραμύθια προσφέρουν ένα «παράθυρο» κατανόησης της ανθρώπινης συμπεριφοράς και της πολιτισμικής ταυτότητας.



- Τα Παραμύθια ως φορείς κοινωνικών αξιών και συλλογικών νοημάτων.
- Τα παραμύθια λειτουργούν ως «καθρέφτες» των κοινωνιών από τις οποίες προέρχονται. Η θεματολογία τους, οι χαρακτήρες, οι ρόλοι και τα ηθικά διλήμματα που περιέχουν αντικατοπτρίζουν ιστορικές και κοινωνικές αντιλήψεις για την εξουσία, το φύλο, την οικογένεια, την εργασία, την κοινωνική τάξη, αλλά και για το τι θεωρείται καλό ή κακό, επιτρεπτό ή απαγορευμένο.
- Για παράδειγμα, πολλά κλασικά ευρωπαϊκά παραμύθια αναπαράγουν πατριαρχικές δομές, παρουσιάζοντας γυναικείους χαρακτήρες παθητικούς, υπομονετικούς και ηθικούς, ενώ οι άνδρες εμφανίζονται ως σωτήρες, ήρωες και κατακτητές. Η ερευνητική μελέτη τέτοιων μοτίβων επιτρέπει την αναγνώριση κοινωνικών στερεοτύπων και των μηχανισμών αναπαραγωγής τους.



. Παραμύθια και κοινωνικοποίηση

Παραμύθια στην ανθρωπολογία και τη διαπολιτισμική επικοινωνία

Παραμύθια, φύλο και κοινωνική ταυτότητα

Παραμύθια στη συμβουλευτική, την εκπαίδευση





- **Η Εφαρμογή των Παραμυθιών στην Ψυχολογία**

- **Εισαγωγή**

- Τα παραμύθια αποτελούν μια από τις αρχαιότερες μορφές αφήγησης, πλούσια σε συμβολισμούς, αρχέτυπα και πολιτισμικά μοτίβα. Στο πεδίο της ψυχολογίας, τα παραμύθια αναγνωρίζονται όχι μόνο ως αφηγηματικά έργα, αλλά ως εργαλεία που αποκαλύπτουν βαθύτερες ψυχικές διεργασίες. Καθώς λειτουργούν σε συμβολικό επίπεδο, προσφέρουν πρόσβαση στο ασυνείδητο, στην παιδική φαντασία, στην εκπαίδευση της συναισθηματικής νοημοσύνης και στη θεραπευτική διαδικασία.

-

- **Θεωρητικά θεμέλια της χρήσης παραμυθιών στην ψυχολογία**
- **1.1 Ψυχαναλυτική θεώρηση Freud**
- Η ψυχανάλυση προσέγγισε πρώτη τα παραμύθια ως «κλειδί» για το ασυνείδητο.
 - Ο Freud είδε στα παραμύθια τις συμβολικές αναπαραστάσεις οιδιπόδειων συγκρούσεων, επιθυμιών και απωθημένων.
- **Θεραπευτική δύναμη των παραμυθιών**
 - **Σχηματισμός ταυτότητας:** Οι χαρακτήρες λειτουργούν ως πρότυπα ταύτισης.
 - **Συλλογικό ασυνείδητο:** Σύμφωνα με τον Jung, τα παραμύθια περιέχουν αρχέτυπα (ήρωας, σκιά, μέντορας)
- **Συναισθηματική ανάπτυξη:** Βοηθούν στην κατανόηση φόβων, συγκρούσεων και επιθυμιών.

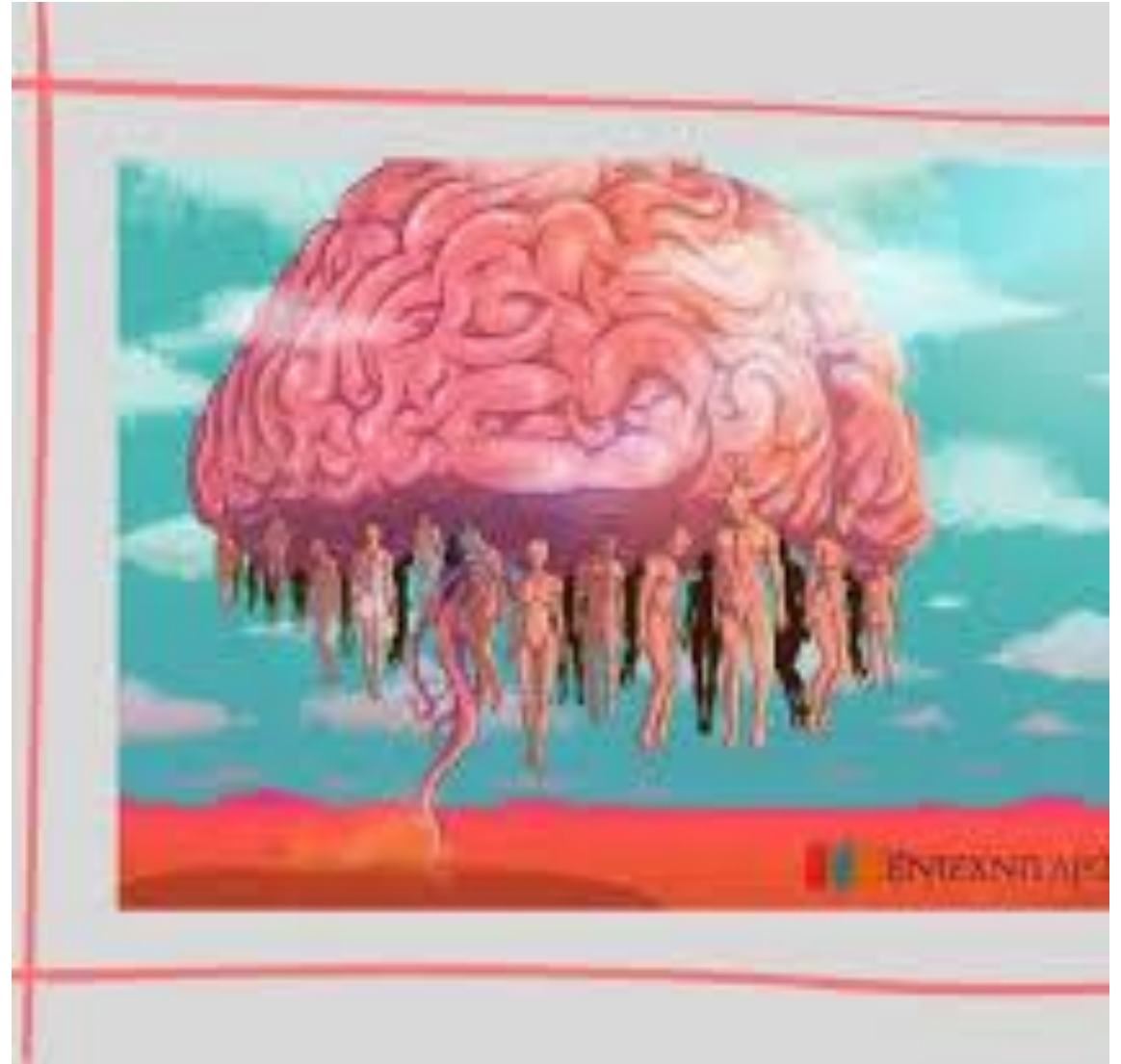


- **Αναλυτική ψυχολογία (Jung)**

- Ο Carl Jung ερμήνευσε τα παραμύθια ως εκφάνσεις του συλλογικού ασυνείδητου.
 - Σύμφωνα με τον Jung, τα παραμύθια φέρουν αρχετυπικά σύμβολα (ήρωας, σκιά, μητέρα, σοφός γέρος, φόβος, θυμός).

- **1.3 Αναπτυξιακή ψυχολογία**

- Τα παραμύθια συμβάλλουν στην ανάπτυξη:
 - φαντασίας,
 - ενσυναίσθησης,
 - ηθικής κρίσης,
 - γλωσσικής έκφρασης,
 - γνωστικών δεξιοτήτων.



- Παραμύθια ως εργαλεία κατανόησης της ψυχικής λειτουργίας
- **2.1 Συμβολική έκφραση συναισθημάτων**
 - Τα παραμύθια δίνουν «μορφή» σε συναισθήματα που είναι δύσκολο να εκφραστούν άμεσα, όπως:
 - φόβος, θυμός, ζήλια, ενοχή, μοναξιά.
 - Μέσα από συμβολικά πρόσωπα και γεγονότα, τα παιδιά (αλλά και οι ενήλικες) μπορούν να αναγνωρίσουν και να ονοματίσουν τον ψυχικό τους κόσμο.
- **2.2 Ταύτιση με τον ήρωα**
 - Η ταύτιση με τον ήρωα προσφέρει ένα πρότυπο δύναμης: το παιδί βλέπει ότι ο ήρωας –όπως και το ίδιο– μπορεί να ξεπεράσει εμπόδια.
- **2.3 Εκμάθηση στρατηγικών αντιμετώπισης** Τα παραμύθια παρουσιάζουν τρόπους επίλυσης προβλημάτων (problem-solving patterns), οι οποίοι ενισχύουν την ψυχική ανθεκτικότητα.



- **Θεραπευτική χρήση των παραμυθιών**

- **3.1 Θεραπευτικό παραμύθι (therapeutic storytelling)**

- Το θεραπευτικό παραμύθι είναι μια συνειδητά κατασκευασμένη ιστορία που αντανακλά το πρόβλημα του ατόμου σε συμβολικό επίπεδο.

Στόχοι του:

- εξωτερικεύση προβλημάτων,
μείωση άγχους,
ενίσχυση ελπίδας,
δημιουργία νέων νοητικών σχημάτων,
ενδυνάμωση της αυτοεικόνας.

- **3.2 Αφήγηση και αναδιήγηση**

- Στη θεραπεία παιχνιδιού (play therapy), η αναδιήγηση παραμυθιών επιτρέπει στα παιδιά να διαμορφώσουν εναλλακτικά σενάρια, να «διορθώσουν» τραυματικά βιώματα και να επεξεργαστούν συγκρούσεις.



- **3.3 Παραμύθια και τραύμα**

- Τα παραμύθια λειτουργούν ως ασφαλές πλαίσιο για την επεξεργασία τραυματικών εμπειριών:

- επιτρέπουν το «μοίρασμα» δύσκολων συναισθημάτων χωρίς απευθείας έκθεση,
- βοηθούν στην αποκατάσταση της συναισθηματικής συνέχειας,
- προσφέρουν μοντέλο επιβίωσης και ανθεκτικότητας

- **3.4 Παραμύθια και γνωσιακή-συμπεριφορική θεραπεία**

- Στη γνωσιακή προσέγγιση, τα παραμύθια χρησιμοποιούνται για:

- ενίσχυση θετικών πεποιθήσεων,
- αναδόμηση αρνητικών σκέψεων,
- διδασκαλία κοινωνικών δεξιοτήτων.



- Παραμύθια στην ψυχοεκπαίδευση και στην πρόληψη
- **4.1 Εκπαίδευση συναισθηματικής νοημοσύνης**
 - Μέσα από τα παραμύθια, τα παιδιά μαθαίνουν να αναγνωρίζουν συναισθήματα, να μιλούν για αυτά και να κατανοούν τους άλλους.
- **4.2 Διαχείριση καθημερινών φόβων**
 - Το παραμύθι προσφέρει έναν «ασφαλή χώρο» όπου το παιδί αναγνωρίζει ότι οι φόβοι είναι κοινές εμπειρίες και μπορούν να υπερβθούν.
- **4.3 Προαγωγή της ενσυναίσθησης**
 - Η είσοδος στον κόσμο των χαρακτήρων ενισχύει την κατανόηση διαφορετικών οπτικών.



Τα Παραμύθια στην Κοινωνική Εργασία

Εισαγωγή

Η κοινωνική εργασία, ως επιστήμη και επάγγελμα, επιδιώκει την ενδυνάμωση των ατόμων, την κοινωνική τους ένταξη και την προαγωγή της ψυχοκοινωνικής τους ευημερίας. Στο πλαίσιο αυτό, η αφήγηση ιστοριών και ιδιαίτερα τα παραμύθια αποτελούν ισχυρά εργαλεία παρέμβασης. Η χρήση τους, γνωστή ως «βιωματική αφήγηση» ή «θεραπευτικό παραμύθι», έχει αναγνωριστεί διεθνώς για τη συμβολή της στην ανάπτυξη δεξιοτήτων, στη διαχείριση συναισθημάτων και στην επεξεργασία τραυματικών εμπειριών.

1. Θεωρητικό υπόβαθρο: γιατί τα παραμύθια λειτουργούν

Τα παραμύθια αποτελούν μορφή συμβολικής γλώσσας, βαθιά ριζωμένης στην ανθρώπινη εμπειρία. Η θεραπευτική τους δύναμη προκύπτει από:

1.1 Συμβολισμό και μεταφορά

.1.2 Ασφαλή απόσταση

1.3 Ταύτιση και ελπίδα

1.4 Προβλεψιμότητα και δομή

Η σταθερή δομή του παραμυθιού (πρόβλημα – δοκιμασία – λύση) προσφέρει αίσθηση ασφάλειας και τάξης, ιδιαίτερα σε παιδιά με τραυματικές εμπειρίες.

Εφαρμογές των παραμυθιών στην κοινωνική εργασία

2.1 Ενδυνάμωση παιδιών και εφήβων

Τα παραμύθια χρησιμοποιούνται για:

- ⌚ ανάπτυξη αυτοεκτίμησης
- ⌚ κατανόηση κανόνων και ορίων
- ⌚ Ενθαρρύνεται η έκφραση συναισθημάτων
- ⌚ διευκολύνεται η συζήτηση δύσκολων θεμάτων (κακοποίηση, εκφοβισμός, απώλεια)
- ⌚ ενίσχυση φαντασίας και δημιουργικότητας
- ⌚ χτίζονται δικτυώσεις και συνεργατικές σχέσεις



Παράδειγμα παρέμβασης

Μέσα από ένα παραμύθι όπου ο ήρωας φοβάται το σκοτάδι, το παιδί προσεγγίζει τους δικούς του φόβους και συζητά τρόπους αντιμετώπισης.

2.2 Παρέμβαση σε ευάλωτες ομάδες

Η αφήγηση παραμυθιών εφαρμόζεται:

- σε παιδιά που έχουν κακοποιηθεί
- σε προσφυγικούς πληθυσμούς
- σε άτομα με αναπηρία
- σε οικογένειες σε κρίση
- σε πληθυσμούς με κοινωνικό αποκλεισμό (π.χ. Ανάπηροι, ηλικιωμένοι, κλπ)

Τα παραμύθια λειτουργούν ως κοινός κώδικας επικοινωνίας, ξεπερνώντας γλωσσικά ή πολιτισμικά εμπόδια.

2.3 Επεξεργασία τραύματος

Στο πλαίσιο της τραυματοκεντρικής κοινωνικής εργασίας, τα παραμύθια:

- προσφέρουν συμβολική «εξωτερικεύση» των τραυματικών εμπειριών
- επιτρέπουν στα παιδιά να αναπτύξουν εναλλακτικά σενάρια
- μειώνουν το άγχος και διευκολύνουν τη λεκτικοποίηση

Το «θεραπευτικό παραμύθι» (therapeutic storytelling) χρησιμοποιείται όταν το παιδί δημιουργεί τη δική του ιστορία με οδηγό τον κοινωνικό λειτουργό.



2.4 Οικογενειακή συμβουλευτική

Τα παραμύθια βοηθούν:

- ⌚ στην ενίσχυση επικοινωνίας γονέα–παιδιού
- ⌚ στη διαχείριση συγκρούσεων
- ⌚ στη διδασκαλία δεξιοτήτων ανατροφής
- ⌚ στη μείωση άγχους και ανασφάλειας

Η κοινή αφήγηση παραμυθιών μπορεί να αποτελέσει τελετουργία που ενδυναμώνει τους δεσμούς.

2.5 Διαπολιτισμική κοινωνική εργασία

Σε πολυπολιτισμικά πλαίσια:

- ⌚ τα παραμύθια λειτουργούν ως γέφυρα πολιτισμικής κατανόησης
- ⌚ προάγουν τον σεβασμό στη διαφορετικότητα
- ⌚ αποκαλύπτουν σημαντικά στοιχεία πολιτισμικής ταυτότητας των οικογενειών
- ⌚ βοηθούν στην ομαλή ένταξη παιδιών μεταναστών ή προσφύγων στο σχολικό περιβάλλον

Κάθε λαός έχει παραμύθια με κοινά δομικά στοιχεία αλλά διαφορετικές αξίες—ιδανικό υλικό για πολιτισμική διαμεσολάβηση.



Πως τα παραμύθια βοηθούν τα άτομα με άνοια

Τα παραμύθια μπορούν να βοηθήσουν τα άτομα με άνοια με πολλούς ουσιαστικούς τρόπους, γιατί μιλούν στο συναίσθημα και στη φαντασία, περιοχές του εγκεφάλου που συχνά διατηρούνται περισσότερο από τη λογική μνήμη.

- **1. Ενεργοποιούν τη μακρόχρονη μνήμη**

- Τα παραμύθια, ειδικά τα παραδοσιακά, είναι συχνά γνωστά από την παιδική ηλικία.
- Θυμίζουν παλιές εμπειρίες
- Ενεργοποιούν αναμνήσεις και εικόνες
- Δημιουργούν αίσθημα οικειότητας και ασφάλειας

- **2. Μειώνουν το άγχος και τη σύγχυση**

- Η απλή δομή των παραμυθιών (αρχή–μέση–τέλος) βοηθά:
- στη χαλάρωση

- **3. Ενισχύουν την επικοινωνία**

- Ακόμη και όταν ο λόγος δυσκολεύει:
- το άτομο μπορεί να αντιδρά με βλέμμα, χαμόγελο, χειρονομίες
- να ολοκληρώσει φράσεις ή να θυμηθεί χαρακτήρες
- να συμμετάσχει ενεργά στην αφήγηση

- **4. Διατηρούν την ταυτότητα και την αυτοεκτίμηση**

- Τα παραμύθια:
- επιβεβαιώνουν το παρελθόν του ατόμου
- ενισχύουν την αίσθηση «ποιος είμαι»
- προσφέρουν ρόλο και αξία μέσα στην ομάδα

- **5. Διεγείρουν τη φαντασία και το συναίσθημα**

- Ακόμα κι όταν η μνήμη φθίνει:
- η φαντασία παραμένει
- τα συναισθήματα από μια ιστορία βιώνονται έντονα
- το άτομο νιώθει χαρά, συγκίνηση, ενδιαφέρον

- **6. Υποστηρίζουν μη φαρμακευτικές θεραπείες**

- **Η αφήγηση παραμυθιών χρησιμοποιείται σε:**
- θεραπεία αναμνήσεων (reminiscence therapy)
- θεραπευτική αφήγηση (storytelling therapy)

- προγράμματα δημιουργικής απασχόλησης

ΑΙΣΩΠΟΥ ΜΥΘΟΙ

ΚΑΙ ΆΛΛΑ ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ
ΚΑΛΕΣ ΓΙΟΡΤΕΣ

