

Ψυχαναλύοντας τη σύγχρονη ζωή

Διευθυντής των τμημάτων Ψυχιατρικής και Γηριατρικής Ψυχιατρικής στο Πανεπιστημιακό Νοσοκομείο Γενεύης, καθηγητής στα πανεπιστήμια Γενεύης και Λοζάνης, ο **ΠΑΝΤΕΛΗΣ ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΣ** έχει πραγματοποιήσει μακρά πορεία στο εσωτερικό του ανθρώπου.



ΤΗΣ ΕΥΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ
ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ: ΖΩΗ ΧΑΤΖΗΓΙΑΝΝΑΚΗ
www.zoehatzigianaki.com

ΠΕΡΠΑΤΗΣΑΜΕ ΠΟΛΥ στην εξοχή για να βρούμε την Ψυχιατρική Κλινική στην οποία είναι διευθυντής. Εντύπωση κάνει η ταμπέλα έξω από το γραφείο του, αφού υποδηλώνει την ύπαρξη ειδικού τμήματος Γηριατρικής Ψυχιατρικής, που λείπει από την Ελλάδα. «Στη ζωή 1 στα 5 άτομα αντιμετωπίζει σημαντικό ψυχολογικό πρόβλημα σε κάποιο στάδιο της ζωής του. Υπάρχουν πληθυσμοί ιδιαίτερα ευαίσθητοι, οι έφηβοι και οι "νέοι ηλικιωμένοι" των 65-70 που παθαίνουν κατάθλιψη μετά τη σύνταξη. Επίσης, ένα μέρος της ερευνητικής μας δουλειάς είναι πάνω στη νόσο Αλτσχάιμερ», εξηγεί.

Η Ψυχιατρική στη Γενεύη είναι δημοσία και αυστηρά συνδεδεμένη με την Ψυχανάλυση. Αυτό κάνει και ο Καθηγητής Γιαννακόπουλος από το 1996. Στο τμήμα που διευθύνει εργάζονται ακόμη 40 Έλληνες, ενώ διαρκώς καταφθάνουν κι άλλοι για εκπαίδευση. «Το καλό εδώ στη Γενεύη είναι ότι τα πράγματα γίνονται γρήγορα, δεν περιμένεις χρόνια για να εξελιχθείς. Αυτήν τη στιγμή η Γενεύη έχει 42% ξένους και οι Έλληνες είναι η τέταρτη στη σειρά εθνικότητα».

Ο καθηγητής Γιαννακόπουλος μεγάλωσε στο Παλαιό Φάληρο, μέσα σε πολύτεκνη οικογένεια με πατέρα θεολόγο και νομικό και μητέρα παιδαγωγό. Όταν ήρθε η ώρα να επιλέξει τον επαγγελματικό του δρόμο, μεταξύ Πολυτεχνείου και Ιατρικής, κέρδισε η περιέργειά του να ανακαλύψει τι κρύβεται στις ψυχές των ανθρώπων. Εχο-ντας στις αποσκευές του περγαμνές από τις ΗΠΑ και το Λονδίνο, καθώς και πτυχίο από την Ιατρική της Αθήνας, πρωτοήρθε το '89 στην Ελβετία για να κάνει ένα μέρος της ειδικότητάς του. Εξήσε δύο χρόνια στο Παρίσι και επέστρεψε μόνιμα στη Γενεύη.

Μια φορά τον χρόνο πηγαίνει στο Καμερούν για να εκπαιδεύσει ψυχιάτρους, σε μια περιοχή όπου ανά ένα εκατομμύριο άτομα αντιστοιχεί ένας ψυχίατρος. Την ίδια στιγμή στη Γενεύη αυτός ο αριθμός είναι ένας γιατρός ανά χίλια άτομα. «Στην Ελλάδα, όσο



ΓΗΡΙΑΤΡΙΚΗ ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ

Η σοφή ματιά των ηλικιωμένων

Η ΤΑΜΠΕΛΑ Psychiatre Geriatrique (ψυχιατρική για ηλικιωμένους) που υποδεικνύει το γραφείο του Παντελή Γιαννακόπουλου δεν είναι τυχαία, αφού ο καθηγητής έχει αφιερώσει ένα μεγάλο τμήμα της έρευνάς του στους ηλικιωμένους και τη νόσο Αλτσχάιμερ, καθώς επίσης και στην κατάθλιψη που πλήττει πλέον όλες τις ηλικίες: «Τα άτομα της τρίτης ηλικίας όσο κι αν ακούγεται περίεργο δεν έχουν την ίδια αύξηση ψυχολογικών προβλημάτων σε σχέση με τους νέους, ίσως γιατί έχουν μια σταθερή ματιά και μια μετριοπάθεια στις αντιδράσεις απέναντι στα σκαμπεβόσματα της ζωής που "ρίχνουν" ή "ανεβάζουν" ανάλογα τη νεολαία. Οι άνθρωποι αυτής της γενιάς μπορούν να αποδέχονται χωρίς πανικό την αβεβαιότητα της ζωής και το γεγονός ότι δεν υπάρχει τίποτε σε αυτόν τον κόσμο που να παραμένει αμετάβλητο μέσα στα χρόνια».

μα. Ακόμη δεν έχω καταφέρει να πάω για βραδινό φαγητό στις οκτώ όπως κάνουν οι Ελβετοί».

Ο 46χρονος καθηγητής επισκέπτεται την Ελλάδα δυο έως τρεις φορές το χρόνο και απολαμβάνει τη θάλασσα με κάθε ευκαιρία. Με την ειδικότητα του Ψυχιάτρου-Ψυχοθεραπευτή και με τη ματιά του Έλληνα που βλέπει την Ελλάδα από έξω μας δίνει συμβουλές για τη διαχείριση των καλών και κακών στιγμών που όλοι βιώνουμε: «Η δυνατότητα να έχει κάποιος στη ζωή επενδύσεις πιο μόνιμες βοηθάει πολύ, και όταν λέω επενδύσεις εννοώ σχέσεις, επαφές με ανθρώπους. Το άλλο μυστικό είναι να μπορεί κανείς να οριοθετεί προσωπικούς στόχους και να μην είναι έρμαιο των γεγονότων. Να έχει μια αντίληψη της διαχρονικότητάς του, ποιος ήταν, τι είναι, ποιος θέλει να γίνει και πώς μπορεί να το κάνει. Να μην είναι η ζωή μια σειρά από στιγμές, μία μετά την άλλη, αλλά μια γραμμή ενιαία. Να βλέπεις τους άλλους σαν καθρέφτη, γιατί μόνο αυτοί σου δείχνουν ποιος είσαι και πώς γίνεσαι στη πορεία του χρόνου. Να καταφέρνεις να μετριάξεις τις αντιδράσεις σου προς τα πάνω ή προς τα κάτω και να μην εκτοξεύεσαι ή βυθίζεσαι όταν τα πράγματα πάνε πάνω ή κάτω, με άλλα λόγια να έχεις αυτό που λέμε τη "ματιά των ηλικιωμένων". Νομίζω ότι τα επόμενα χρόνια θα υπάρξει ζήτηση για ψυχοθεραπευτική δουλειά και πρέπει ο δημόσιος τομέας να το σκεφτεί σοβαρά. Αυτή η δουλειά πρέπει να γίνει μέσω της ατομικότητας, αλλιώς υπάρχει κίνδυνος να χαρμίσουμε κάνα δύο γενιές και εμείς να μείνουμε με το παράπονο». ■



Το άλλο μυστικό είναι να μπορεί κανείς να οριοθετεί προσωπικούς στόχους και να μην είναι έρμαιο των γεγονότων. Να έχει μια αντίληψη της διαχρονικότητάς του, ποιος ήταν, τι θέλει να γίνει».

κι αν σας φαίνεται περίεργο, έχουμε μικρό ποσοστό αυτοκτονιών, τη στιγμή που η Ελβετία παγκοσμίως κατέχει την έκτη θέση. Σήμερα το μεγαλύτερο ποσοστό αυτοκτονιών έχει μετακινηθεί από τη Σκανδιναβία στην πρώην Σοβιετική Ένωση. Μερικοί άνθρωποι έχουν μια ευθραυστότητα που τους κυνηγά σε όλη τους τη ζωή. Η εξέλιξή τους εξαρτάται από την προσωπικότητα και τη δύναμη που τους δίνει το περιβάλλον τους. Δεν αυξάνονται τα ψυχολογικά προβλήματα σήμερα, αυξάνεται η τάση να τα εντοπίζουμε το νωρίτερο δυνατόν. Προσπαθούμε να δημιουργήσουμε στρατηγικές για την πρόληψη των ψυχιατρικών προβλημάτων», συμπληρώνει.

Η σχέση με την πατρίδα.

Πριν από δύο χρόνια ο Έλληνας επιστήμονας τιμήθηκε με το παράσημο του Τάγματος του Φοίνικα για την

προσφορά του στην επιστήμη, από τον Πρόεδρο της Δημοκρατίας, Κάρλο Παπούλια. Στην ερώτηση αν θα γυρνούσε στην Ελλάδα, η απάντηση είναι: «Τώρα θα το σκεφτόμουν πιο πολύ να γυρίσω από τότε που τελείωσα τις σπουδές μου. Αυτήν τη στιγμή θεωρώ πως το μεγαλύτερο πρόβλημα που αντιμετωπίζει η χώρα μας είναι η φυγή των νέων με πολλές δυνατότητες. Πιστεύω ότι το θέμα δεν είναι μόνο τα χρήματα, η έρευνα και οι χρηματοδοτήσεις. Είναι κάτι πιο πολύπλοκο και δυστυχώς οι αρμόδιοι δεν θέλουν να το ακούσουν. Το όλο σκηνικό που επικρατεί είναι ασυναρμολόγητο και μας έχει καταστρέψει η γραφειοκρατία. Και σε μας δεν ήταν τόσο εύκολη η προσαρμογή σε μια ξένη χώρα. Ζούμε σε μια χώρα με όρια κοινωνικής ζωής. Στις δέκα το βράδυ δεν υπάρχει ψυχή στους δρόμους. Δυσκολευτήκαμε πολύ να προσαρμοστούμε στο κλί-

■ Ενδοσκόπηση.

Χώρος μελέτης αλλά και χαλάρωσης, το γραφείο του καθηγητή στην Ψυχιατρική Κλινική του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου της Γενεύης.