

Η δύναμη της φωνής μεταμορφώνει

Σχεδιάζοντας τις μελλοντικές κατευθύνσεις για την
εκπαίδευση κοινωνικών δεξιοτήτων
σε Άτομα με Ψυχοκοινωνικά Προβλήματα



Περιεχόμενα:

Γνωρίζοντας το πρόγραμμα DUB-IN

1

Η δύναμη της μεταγλώττισης

2

Η ομάδα του DUB-IN

4

Γνωρίζοντας το πρόγραμμα DUB-IN

María Carracedo

INTRAS Foundation



Το πρόγραμμα DUB-IN απευθύνεται σε άτομα με ψυχοκοινωνικά προβλήματα, που αντιμετωπίζουν σοβαρά προβλήματα ψυχικής υγείας, όπως η σχιζοφρένεια. Τα άτομα που πάσχουν από αυτές τις διαταραχές χαρακτηρίζονται από γνωστικά, ψυχοφυσιολογικά και διαπροσωπικά ελλείμματα, που δυσχεραίνουν την απόκτηση και ανάπτυξη νέων δεξιοτήτων. Επίσης, έχουν έλλειψη κινήτρων, ενδιαφέροντος και ευχαρίστησης, αλλά εάν υπάρχει κάποιο έλλειμμα που τα χαρακτηρίζει, είναι η χαμηλή κοινωνική λειτουργικότητα. Συνήθως, έχουν επίπεδο συναίσθημα γεγονός που γίνεται κατανοητό και από την αμετάβλητη και συχνά μη ανταποκρινόμενη έκφραση του προσώπου και της φωνής, τους επιτονισμούς και την μειωμένη επικοινωνία. Επιπλέον, έχουν δυσκολίες στην κοινωνική σύνδεση σε καταστάσεις που απαιτούν, για παράδειγμα, να εκφράσουν τις απόψεις τους, να ξεκινήσουν, να διατηρήσουν ή να ολοκληρώσουν συνομιλίες, να κάνουν ή να δέχονται κριτική κ.λπ. Όλα τα παραπάνω αποτελούν αιτίες κοινωνικού αποκλεισμού.

Το πρόγραμμα DUB-IN αναζητά έναν βελτιωμένο τρόπο εκπαίδευσης κοινωνικών δεξιοτήτων στην αποτελεσματικότητα και τις δυνατότητες εφαρμογής του και παρέχει σε εκπαιδευτές, επαγγελματίες, ερευνητές και σχεδιαστές προγραμμάτων εκπαίδευσης νέες πρακτικές και προσεγγίσεις στην αναζήτηση λύσεων για την βελτίωση της κοινωνικής λειτουργικότητας των ατόμων με ψυχοκοινωνικά προβλήματα.

Νέες στρατηγικές αντιμετώπισης και η κοινωνική επάρκεια μπορούν να μειώσουν τα αρνητικά συμπτώματα που συνδέονται με τη σχιζοφρένεια και να προσφέρουν ψυχική ανθεκτικότητα, διαπροσωπική υποστήριξη, κοινωνική ενσωμάτωση, βελτίωση στην ποιότητα ζωής και προστασία από τις υποτροπές. Η κοινωνική επάρκεια επιτρέπει στο άτομο να ελέγχει την ασθένειά του, να ξεπερνά τα εμπόδια και να κινητοποιεί την κοινωνική υποστήριξη όταν χρειάζεται. Δεν υπάρχει πιο ισχυρή πηγή ανάκαμψης από τις ουσιαστικές ανθρώπινες σχέσεις. Το πρόγραμμα DUB-IN σχεδιάζει να αναπτύξει μια πρωτοποριακή λύση: την εφαρμογή τεχνικών μεταγλώττισης για την εκπαίδευση επικοινωνιακών και κοινωνικών δεξιοτήτων.

Ακολουθήστε το έργο μας για να ανακαλύψετε περισσότερα...



Η Δύναμη της Μεταγλώττισης

Yiannis Charakopoulos

Η φωνή μας είναι πολύ περισσότερο από τα λόγια μας.

Οι λέξεις από μόνες τους δεν μας βοηθούν να επικοινωνήσουμε.

Κάθε λέξη μπορεί να έχει διαφορετικό νόημα ανάλογα με τον μεμονωμένο τονισμό, επιτονισμό ή την ένταση της φωνής. Η αύξηση ή η μείωση της έντασης του τόνου της φωνής μας μεταφέρει το νόημα της γραμματικής ή της σύνταξης, όπως είναι οι ερωτήσεις ή οι δηλώσεις, ή ακόμα και τη διάθεση, όπως η έκπληξη, η χαρά ή ο ενθουσιασμός, για να αναφέρουμε μόνο μερικές από τις ιδιότητες της φωνής μας. Με αυτόν τον τρόπο, η φωνή μας γίνεται ένα από τα πιο σημαντικά μέσα επικοινωνίας γιατί κάνει τα συναισθήματά μας να ακουστούν.

Στη μεταγλώττιση η φωνή είναι το παν, είναι το εργαλείο με το οποίο μπορείς να επικοινωνήσεις. Ο μεταγλωττιστής πρέπει να φέρει εις πέρας ένα απλό και, ταυτόχρονα, περίπλοκο έργο. Πρέπει να συντονίσει τη φωνή του για να εκφράσει τα συναισθήματα και τις συνθήκες μιας προκαθορισμένης κατάστασης. Αυτή η διαδικασία δίνει τις απαιτούμενες δεξιότητες έκφρασης συναισθηματικής διαθεσιμότητας και την ετοιμότητα προσαρμογής σε πολλαπλές καταστάσεις. Μπορεί επίσης να ενισχύσει τη φαντασία μας και να διευρύνει το συναισθηματικό μας φάσμα. Οι ηθοποιοί μεταγλώττισης μπορούν να αλλάξουν τη φωνή τους, να της δώσουν διαφορετικό τόνο και ποιότητα ήχου, ώστε να μπορούν να εκφράσουν όλες αυτές τις διαφορετικές συνθήκες.

Όταν μεταγλωττίζεις ακούς πολύ προσεκτικά τη φωνή του ατόμου το οποίο μεταγλωττίζεις και προσπαθείς να πετύχεις την ποιότητα και τον τόνο της φωνής του. Με αυτόν τον τρόπο, η μεταγλώττιση μπορεί να είναι απελευθερωτική. Μπορεί να σας βοηθήσει να δανειστείτε τις φωνητικές εκφράσεις ενός ατόμου για να αναδείξετε τα δικά σας συναισθήματα.

**«Η μεταγλώττιση
είναι μια
απελευθερωτική
διαδικασία»**

Μπορεί να σας βοηθήσει να «κρυφτείτε» πίσω από κάποιον άλλον, ώστε να μπορέσετε να εξερευνήσετε τις δικές σας ικανότητες και δυνατότητες, τις εσωτερικές ανάγκες και τα συναισθήματά σας. Ένα άτομο μπορεί να μιμηθεί μια κατάσταση και στη συνέχεια, σιγά-σιγά, μπορεί να ρυθμίσει τις συνθήκες που συνεπάγεται αυτή η κατάσταση.

Η χρήση της μεταγλώττισης ως εργαλείου προσέγγισης των συναισθημάτων και ενίσχυσης της επικοινωνίας μπορεί να ανοίξει νέους δρόμους. Μπορεί να συνδυάσει και να συγκεντρώσει την έκφραση του συναισθήματος. Επιτρέπει στη φωνή σας να κάνει πολλαπλές παραλλαγές και έτσι μπορεί να είναι το εργαλείο για να επιτρέψει στα άτομα με ψυχοκοινωνικά προβλήματα να διευρύνουν τις δυνατότητές τους και να κυριαρχήσουν στη χρήση της φωνής τους, να ενισχύσουν τις κοινωνικές τους δεξιότητες, καθώς μπορούν να εκφράσουν αυτό που θέλουν και αισθάνονται και, τελικά, να υπάρξει καταπολέμηση του υψηλού κινδύνου κοινωνικής απομόνωσης, της ανεργίας και της περιθωριοποίησης.

Η μεταγλώττιση μπορεί επίσης να είναι μια απελευθερωτική διαδικασία. Εκτός από τα εργαλεία που προσφέρει στα άτομα με ψυχοκοινωνικά προβλήματα δίνοντας τους δυνατότητα να επικοινωνούν και να αποκτούν κοινωνικές δεξιότητες, μπορεί να είναι και ένας τρόπος διασκέδασης.

Προσπαθώντας να κατακτήσετε την τεχνική της μεταγλώττισης, μπορείτε να γελάσετε με τα λάθη σας και να προσπαθήσετε ξανά, μαθαίνοντας ότι κάθε εργασία και δεξιότητα χρειάζεται λίγο χρόνο για να κατακτηθεί.



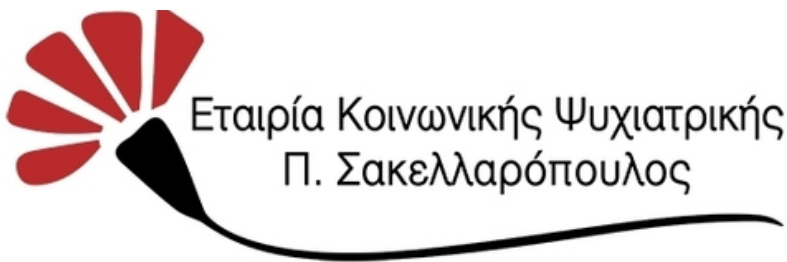


FUNDACIÓN INTRAS



Ο INTRAS είναι ο συντονιστής του προγράμματος DUB-IN.

Είναι ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός αφιερωμένος στην έρευνα και την παρέμβαση στον τομέα της ψυχικής υγείας στην περιοχή Castilla y León της Ισπανίας. Οι υπηρεσίες και τα προγράμματά του, προσανατολίζονται στην ανάκαμψη, δίνοντας τη δυνατότητα σε άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας να ζήσουν μια ζωή με αυτοδιάθεση και αυτοπεποίθηση. Η βασική αξία του INTRAS είναι ο σεβασμός των ανθρωπίνων δικαιωμάτων στο πλαίσιο κοινωνικών υπηρεσιών και των υπηρεσιών υγείας, ειδικά σε ό,τι αφορά άτομα με προβλήματα ψυχικής υγείας.



Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής
Π. Σακελλαρόπουλος

Η Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος είναι ένας μη κερδοσκοπικός επιστημονικός οργανισμός που ιδρύθηκε το 1986.

Χρηματοδοτείται κυρίως από το Ελληνικό Υπουργείο Υγείας και Ευρωπαϊκά Προγράμματα και προσφέρει υπηρεσίες στην κοινότητα σε αστικές πόλη και αγροτικές περιοχές (Οικοτροφεία, Προστατευόμενα Διαμερίσματα, Κινητές Μονάδες Ψυχικής Υγείας, Κέντρα Ημέρας, συνεργασία με Κοινωνικούς Συνεταιρισμούς, Προγράμματα Ευαισθητοποίησης της Κοινότητας κ.λπ.). Ο οργανισμός έχει μεγάλη εμπειρία και τεχνογνωσία: στην κοινωνική ένταξη των ατόμων με ψυχοκοινωνικά προβλήματα, σε ευρύτερα θέματα ψυχικής υγείας, στην Κοινωνική Ψυχιατρική, στην κοινωνική ενσωμάτωση και σε θέματα ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Η Εταιρία Κοινωνικής Ψυχιατρικής Π. Σακελλαρόπουλος είναι μέλος πολλών Ευρωπαϊκών Δικτύων και συμμετέχει ενεργά στις συζητήσεις σχετικά με το σχεδιασμό πολιτικών ψυχικής υγείας στην Ελλάδα και παγκοσμίως.

pro mente | oö

Η Pro Mente Upper Austria, είναι μια εταιρεία για την ψυχική και κοινωνική υγεία και ένας από τους 24 μη κερδοσκοπικούς οργανισμούς που λειτουργούν υπό την ομπρέλα του οργανισμού Pro Mente Austria. Στόχος της είναι η βελτίωση της θέσης των ατόμων με ψυχοκοινωνικά προβλήματα στην κοινωνία και η υποστήριξη του κοινωνικού τους περιβάλλοντος. Η αποστολή της Pro Mente συμβαδίζει με τη Σύμβαση των Ηνωμένων Εθνών για τα Δικαιώματα των Ανθρώπων με Αναπηρίες και το Ευρωπαϊκό Σύμφωνο Ψυχικής Υγείας. Γι' αυτό η Pro Mente προωθεί και απαιτεί τη συμπερίληψη και συμμετοχή όλων των ανθρώπων αμερόληπτα και χωρίς διακρίσεις, καλωσορίζοντας τη διαφορετικότητα.



Το European Platform for Rehabilitation (EPR) είναι ένα δίκτυο υπηρεσιών για τα άτομα με αναπηρίες που δεσμεύεται στην παροχή υψηλής ποιότητας υπηρεσιών. Δραστηριοποιείται σε ευρωπαϊκό επίπεδο στους τομείς της απασχόλησης, της εκπαίδευσης και κατάρτισης, της επαγγελματικής αποκατάστασης, της κοινωνικής φροντίδας, της ιατρικής αποκατάστασης με διατομεακή τεχνογνωσία, την ποιότητα των υπηρεσιών, την ποιότητα ζωής και την ψυχική υγεία. Στόχος του EPR είναι να βοηθήσει τους οργανισμούς-μέλη του να παρέχουν βιώσιμες, υψηλής ποιότητας υπηρεσίες μέσω κοινής μάθησης και εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων. Το EPR έχει 25 μέλη σε 16 χώρες της Ευρωπαϊκή Ένωση (και 1 εκτός ΕΕ).

Τμήμα Θεατρικών Σπουδών, ΕΚΠΑ



Το Τμήμα Θεατρικών Σπουδών του Εθνικού Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών ανήκει στη Φιλοσοφική Σχολή. Προσφέρει ένα πλήρες φάσμα σπουδών στον κλάδο του θεάτρου σε πτυχιακό και μεταπτυχιακό επίπεδο. Έχει διεθνή προσανατολισμό (κυρίως ευρωπαϊκό), με επίκεντρο τα ελληνικά φαινόμενα. Αποτελείται από τα ακόλουθα πεδία: ιστορία του θεάτρου, θεωρία και πράξη του θεάτρου και ανάλυση παράστασης. Από την ίδρυσή του έχει να επιδείξει πλούσιο εκδοτικό έργο, έχει οργανώσει πάνω από 40 συνέδρια και διατηρεί ενεργή συνεργασία με περισσότερα από 20 ευρωπαϊκά πανεπιστήμια.



SMASHINGTIMES
INTERNATIONAL CENTRE FOR
THE ARTS & EQUALITY

Smashing Times είναι μια βραβευμένη επαγγελματική εταιρεία θεάτρου και κινηματογράφου που περιλαμβάνει την εκπαίδευση, τη συμμετοχή και την παρουσίαση παραστάσεων. Η εργασία που παρέχει βασίζεται στην δικαιωματική προσέγγιση, την καλλιτεχνική υπεροχή και την κοινωνική συμπερίληψη. Η Smashing Times εργάζεται πάνω από είκοσι χρόνια αξιοποιώντας το δημιουργικό θέατρο και τον κινηματογράφο με στόχο την προώθηση της ειρήνης, των ανθρωπίνων δικαιωμάτων, την ισότητα των φύλων, τον αντιρατσισμό και τον αντισεχταρισμό, την ενθύμηση και τη θετική ψυχική υγεία. Ως κορυφαίος επαγγελματικός οργανισμός τέχνης, αναπτύσσει καινοτόμα, σύγχρονα εθνικά και διακρατικά προγράμματα αξιοποιώντας καλλιτεχνικές διαδικασίες υψηλής ποιότητας, την τέχνη, τον πολιτισμό, την αλληλεπίδραση και τη συνεργασία στη σύγχρονη κοινωνία.



<https://www.dub-in.eu/>



Το έργο "DUB-IN" συγχρηματοδοτείται από το πρόγραμμα Erasmus+ της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Το περιεχόμενο της παρούσας επιστολής αποτελεί αποκλειστική ευθύνη των εταίρων του έργου και ούτε η Ευρωπαϊκή Επιτροπή ούτε η Ισπανική Υπηρεσία για τη Διεθνοποίηση της Εκπαίδευσης (SEPIE) είναι υπεύθυνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται στο παρόν έγγραφο, που διαδίδονται στο παρόν.