



Γιατί ένα τέτοιο Συμπόσιο WHY SUCH A SYMPOSIUM olympias.uoi.gr/32635 & [doi:heal.uoi.12442](https://doi.org/10.12442/heal.uoi.12442)
Ο δρόμος ως το Συμπόσιο TOWARDS THE SYMPOSIUM olympias.uoi.gr/32632 & [doi:heal.uoi.12439](https://doi.org/10.12439/heal.uoi.12439)
Πρόγραμμα PROGRAM olympias.uoi.gr/32633 & [doi:heal.uoi.12440](https://doi.org/10.12440/heal.uoi.12440)
Ομιλίες ORAL PRESENTATIONS (121 βίντεο / videos) <https://www.youtube.com/@1-706/videos>
ΠΡΑΚΤΙΚΑ PROCEEDINGS olympias.uoi.gr/32634 & [doi:heal.uoi.12441](https://doi.org/10.12441/heal.uoi.12441)
Απολογισμός: Ήμουν κι εγώ εκεί! REPORT: I WAS THERE! olympias.uoi.gr/33342 & [doi:heal.uoi.13058](https://doi.org/10.13058/heal.uoi.13058)

Παρόν άρθρο THIS PAPER olympias.uoi.gr/33249 & [doi:heal.uoi.13004](https://doi.org/10.13004/heal.uoi.13004). EN Summary follows

Φροντίστρια ανίατα πασχόντων στην Αγγλία: Οι πέντε μήνες που άλλαξαν τη ζωή μου.¹

Επιστήμη Νατσούδη²

Σχολική Νοσηλεύτρια στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση

Περίληψη

Ολοκληρώνοντας τις μεταπτυχιακές μου σπουδές στην ψυχική υγεία και με την μικρή επαγγελματική μου εμπειρία στον χώρο της υγείας ως νοσηλεύτρια, έθεσα ένα στόχο πρόκληση στον εαυτό μου: Θεώρησα ότι η καλύτερη επαγγελματική αλλά και ανθρωποκεντρική εμπειρία που μπορεί να βιώσει κανείς είναι να προσφέρει την επαγγελματική του φροντίδα σε ασθενείς σε εξωνοσοκομειακό περιβάλλον. Αποφάσισα να εργαστώ σε ένα διαφορετικό πλαίσιο, στο σύστημα υγείας στην Αγγλία, σε μια Εταιρία φροντίδας στο σπίτι. Πίστευα ότι θα κατάφερα να υλοποιήσω σημαντικούς στόχους στον επαγγελματικό μου τομέα, καθώς και να συνεχίσω τις σπουδές μου στο αντικείμενο αυτό.

Ξεκίνησα να φροντίζω άτομα στον προσωπικό τους χώρο και να συνεργάζομαι με τον επόπτη και την κλινική ομάδα του κάθε πελάτη. Συνάντησα και φρόντισα πέντε διαφορετικούς ανθρώπους, δύο με μυϊκή δυστροφία εκγενετής, μία διαβητική με εγκεφαλικό, μία σκλήρυνση κατά πλάκας, έναν τετραπληγικό. Κάλυπτα την άδεια του προσωπικού τους φροντιστή. Έμπαινα σε μια βαθιά διαφορετική εθνική νοοτροπία και έπρεπε να έρθω αντιμέτωπη με ανθρώπους που δεν γνώριζα, με τα προβλήματά τους, καθώς και με συναδέλφους από διαφορετικές εθνικότητες και πεποιθήσεις.

¹ 29-4-2017 11:00-12:30 Συνεδρία: *Σ2 Η τέχνη του θνήσκειν*. Ομιλία 1η: [YouTube=kkMPYqbqrHQ](https://www.youtube.com/watch?v=kkMPYqbqrHQ) 13:45.

Άρθρο: υποβολή 7-5-2022· αποδοχή 8-9-2022· κρίση από ομότεχνους (peer review) όχι. Αν οι **σύνδεσμοι** στην κορυφή αυτής της σελίδας δεν λειτουργούν: > ΠΡΑΚΤΙΚΑ: σελίδα 21: υποσημείωση 6.

Πώς να **αναφέρετε** αυτό το άρθρο: Νατσούδη Ε. «Φροντίστρια ανίατα πασχόντων στην Αγγλία: Οι πέντε μήνες που άλλαξαν τη ζωή μου». Στο: «Πότε Πρέπει να Πεθαίνουμε; (ΠΠΠ). Πρακτικά 1ου Διεπιστημονικού Συμποσίου, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 28-30 Απριλίου 2017. ISBN 978-960-233-288-7». Εκδόσεις Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, αποθετήριο Ολυμπιάς. 7 Απριλίου 2024. Άρθρο Σ21: σς 10. <https://olympias.lib.uoi.gr/jspui/handle/123456789/33249> & <http://dx.doi.org/10.26268/heal.uoi.13004>.

² Γεννήθηκε και μεγάλωσε στην επαρχία της Θεσσαλονίκης. Σπούδασε στο ΤΕΙ Ηπείρου στο τμήμα της Νοσηλευτικής (2008-2013). Από Σεπτέμβριο 2011 έως Ιανουάριο 2012 εμπλούτισε τις σπουδές της συμμετέχοντας στο Πρόγραμμα συνεργασίας του τμήματος της Erasmus ανταλλαγής φοιτητών στην Περιφέρεια Almeria της Ισπανίας. Ολοκλήρωσε τις σπουδές της νοσηλευτικής με πρακτική άσκηση στο νοσοκομείο "Ευαγγελισμός" της Αθήνας. Αποφοίτησε το 2015 από το Μεταπτυχιακό της Ψυχικής Υγείας στο Τ.Ε.Ι Θεσσαλίας στο τμήμα της Νοσηλευτικής. Η εργασιακή της εμπειρία αφορά περισσότερο φροντίδα ατόμων με ειδικές ικανότητες/ανάγκες καθώς και ψυχικές ιδιαιτερότητες στην Ελλάδα και στην Αγγλία. Διετέλεσε επίσης μεταπτυχιακή υπότροφος επιστημονικός συνεργάτης στο ΤΕΙ Θεσσαλίας στο τμήμα της νοσηλευτικής (2013-2014). Τώρα εργάζεται ως ειδικό επιστημονικό προσωπικό στο υπουργείο Παιδείας ως αναπληρώτρια σχολική νοσηλεύτρια. Συμμετείχε με ελεύθερες ανακοινώσεις σε νοσηλευτικά συνέδρια, με ομιλίες και παρουσιάσεις θεμάτων προσέγγισης της πράξης της φροντίδας. epi.science@gmail.com.

Βίωσα τις πιο συγκρουσιακές πτυχές της φροντίδας μέσω των δύσκολων συνεργασιών που είχα λόγω των απαιτήσεων των ασθενών, οι οποίοι είχαν αυστηρά και υποκειμενικά κριτήρια τα οποία σχετιζόταν με την ιδιορρυθμία που τους δημιουργούσε η ασθένεια και η ψυχολογική τους κατάσταση καθώς και η πολιτισμική ετερότητα που μας χώριζε. Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα την καθημερινή μου αναπροσαρμογή της φροντιστικής μου προσέγγισης, αλλαγή στον τρόπο σκέψης και πράξης στα ζητήματα του πόνου και της φροντίδας, αναστοχασμό πάνω σε ζητήματα ποιότητας ζωής. Αντιμετώπισα πολλές δυσκολίες: προσαρμογή στην καινούργια νοοτροπία, προσαρμογή στον υποκειμενικό πόνο αλλά και στην αντίληψη τού κάθε ασθενούς που βιώνει την φροντίδα του από κάποιον που δεν είναι της εθνικότητάς του. Από την εμπειρία αυτή οδηγήθηκα σε κάποιες βιωματικές γνώσεις που θα με συνοδεύουν στην υπόλοιπη ζωή μου. Ενισχύθηκε μέσα μου η πεποίθηση ότι, όντας ανίκανοι να προστατευτούμε από την διαδικασία της φθοράς της ζωής, δυσκολευόμαστε να αποδεχθούμε το γεγονός ότι η ζωή δεν είναι υποχρέωση που πρέπει να την ζήσουμε. Κάποιος θα μπορούσε να νιώθει περισσότερο έτοιμος να πεθάνει όταν χάνει την ουσιαστική επαφή με τον εαυτό του, τον ειλικρινή διάλογο με τα συναισθήματα του, την αξιοπρέπεια του. Όταν επίσης χάνει τον σεβασμό και την εκτίμηση προς τον εαυτό του και τους ανθρώπους γύρω του, ειδικά εκείνων που εμπλέκονται στην ίδια του την φροντίδα. Άντεξα μόνο πέντε μήνες. Γύρισα στην πατρίδα μου. Βρήκα δουλειά ως σχολική νοσηλεύτρια. Ήμουν τυχερή. Είμαι χαρούμενη.

Συνοπτικά: η διαδικασία φροντίδας των βαριά πασχόντων είναι επίπονη διαδικασία που οδηγεί σε συγκρούσεις και δυσκολίες συνεργασίας, ειδικά σε ένα διαφορετικό πλαίσιο κουλτούρας που επιβαρύνει την όλη προσπάθεια. Ο μεγαλύτερος ασυνείδητος φόβος μου που αναγνώρισα δεν είναι ο φόβος του θανάτου αλλά το χάσιμο της αξιοπρέπειας. Όταν χάνεται η αξιοπρέπεια, βάζεις σε απλή συντήρηση την ανθρώπινη ζωή και το αντίστροφο, η απλή συντήρησή μας στην ζωή δεν μας κάνει αξιοπρεπείς ανθρώπους με ουσιαστική ποιότητα ζωής. Ο φόβος του θανάτου έτσι χάθηκε μέσα μου. Όσα μου έμαθαν πέντε μήνες δεν μου τα έμαθαν πέντε χρόνια σπουδών, εργασίας και διδασκαλίας. Ναι, ο άνθρωπος πρέπει να φεύγει.

Λέξεις-κλειδιά: *εξατομικευμένη φροντίδα, επιβαρυντικοί παράγοντες στη φροντίδα, προσωπική σχέση με φροντιζόμενο, επιβάρυνση φροντιστών, εξουθένωση φροντιστών, φροντίδα φροντιστών, θεραπεία-σοκ της αφέλειας, θεραπεία-σοκ της παιδικότητας, τέλος της ζωής, θάνατος με αξιοπρέπεια, αξιοπρεπής θάνατος, καλός θάνατος, ωραίος θάνατος, ευ-θάνατος, ώριμος θάνατος, ανώριμος θάνατος, μεθώριμος θάνατος, πρόωρος θάνατος, θάνατος πριν την ώρα του, θάνατος στην ώρα του, θάνατος μετά την ώρα του, μετάωρος θάνατος, αθανασία, ευθανασία, δυσθανασία, προθανασία, μεταθανασία, μεταθανάτια μακροζωία, πότε πρέπει να πεθαίνουμε, ΠΠΠ, πότε οφείλομε να πεθαίνουμε, ΠΟΠ, πώς πρέπει να πεθαίνουμε, ΠώΠΠ, γιατί πρέπει να πεθαίνουμε, ΓΠΠ.*

My experience as carer of people with incurable diseases in England. The five months that have changed my life.³

Epistimi Natsoudi⁴

³ 29-4-2017 11:00-12:30 Session: S2 *The art of dying*. **Speech 1:** [YouTube=kkMPYqbqRHQ](https://www.youtube.com/watch?v=kkMPYqbqRHQ) 13:45. **Paper:** submitted 7 May 2022; accepted 8 Sep 2022; no peer reviewed. If the **links** at the top of the first page do not work: > Top of the 1st page: PROCEEDINGS: page 22; footnote 10.

Cite this article: Natsoudi E. « My experience as carer of people with incurable diseases in England. The five months that have changed my life ». In: «*When Should We Die? (WnSWD). Proceedings of the 1st Interdisciplinary Symposium. University of Ioannina, Greece, April 28-30, 2017. ISBN 978-960-233-288-7*». University of Ioannina Publications, Olympias repository. April 7, 2024. Paper S21: ps 10.
<https://olympias.lib.uoi.gr/jspui/handle/123456789/33249> & <http://dx.doi.org/10.26268/heal.uoi.13004>.

⁴ She was born and raised in the province of Thessaloniki, Greece. She studied at the TEI of Epirus in the Department of Nursing (2008-2013). From September 2011 to January 2012, she enriched her studies by participating in the Cooperation Program of the Erasmus student exchange department in the Almeria Region of Spain. She completed her nursing studies with an internship at the "Evangelismos" hospital in Athens. She graduated in 2015 from the Postgraduate course in Mental Health at TEI of Thessaly in the Department of

School Nurse in Elementary Schools

Abstract

Completing my postgraduate studies in mental health field, I set a goal to myself to offer my professional care to patients in their own place. So, I decided to work in a different frame, in the health system of England, through a company for healthcare at home.

I took care of five different persons in their personal places in corporation with the supervisor and the clinical team of each customer. In this way I got into a deeply different from my national culture way of thinking, and I had to deal with people whom I didn't know, their problems, and of course colleagues of different nationalities and beliefs in the field of caring.

I experienced the most conflictive aspects of caring through the difficult partnership that I had due to patients' requirements, who had strict and subjective criteria related to the peculiarity that arise due to the disease and cultural diversity that separate us. This has lead me in a daily adjustment of my caring approach, chance to think and act on issues of pain and care, and reflections on quality-of-life issues. I faced many difficulties: adapting to a new culture; to subjective pain; and to the perception of each patient's care experience by caregivers of different nationalities. One could feel more ready to die when lose substantial contact with themselves, their sincere dialogue with their feelings, and their dignity.

Briefly: Taking care person with serious problems is a painful process that leads to conflicts and cooperation's difficulties, especially when the different cultures burden this effort. When somebody loses his dignity, you put in simple maintenance the human life, and vice versa our simple maintenance in life does not make us a decent people with meaningful quality of life.

Keywords: *personalized healthcare, aggravating factors in health-caring, personal relationship with patient, caregiver in England, caregiver burnout, caregiver's care, therapy-shock of naivety, therapy-shock of childishness, caregiver burden, end of life, dying with dignity, good death, mature death, premature death, postmature death, immortality, efitthanassia, euthanasia, dysthanassia, prothanassia, metathanassia, posthumous longevity, when should we die, WSWD, when must we die, WMWD, how should we die, HSWD, why should we die, WSWD.*

Πέρασα από συνεντεύξεις, τεστ προσωπικότητας, μπαίνω στο αεροπλάνο με μεγάλη χαρά για το άνοιγμα του νέου κεφαλαίου της ζωής μου, γεμάτη αυτοπεποίθηση και πίστη

Κάποιος μου είχε πει, ανά κεφάλι καινούργιου φροντιστή η εταιρεία παίρνει ποσοστά από το κράτος, επιχορηγήσεις – αρνιόμουν να το δεχτώ

Αυτή η περιπέτεια της ζωής μου ξεκίνησε το καλοκαίρι του 2015. Ήταν η περίοδος των capital controls και το ξαφνικό κλείσιμο των τραπεζών. Σοκαρίστηκα. Ήταν η ημέρα των γενεθλίων μου και απλά δεν μπορούσα να βγω να γιορτάσω, μη έχοντας χρήματα και βλέποντας πανικόβλητες ουρές ανθρώπων στα μηχανήματα αυτόματης ανάληψης. Εκεί μέσα μου άρχισα να αναρωτιέμαι «Τί κάνω εδώ; Σε αυτές τις συνθήκες ζωής, πώς θα μπορέσω να εξελιχθώ σε ένα τόσο δύσκολο πλαίσιο επιβίωσης; Πώς θα

Nursing. Her work experience is more about caring for people with special abilities/needs as well as mental peculiarities in Greece and England. She was also a postgraduate research associate at the TEI of Thessaly in the nursing department (2013-2014). She now works as a specialist scientific staff at the Ministry of Education as a substitute school nurse. He participated with free announcements at nursing conferences, with speeches and presentations on issues of approach to the act of care. epi.science@gmail.com.

καταφέρω να σταθώ στα πόδια μου και να πραγματοποιήσω τους στόχους μου;» Θόλωσα και απογοητευτήκα από τα δεδομένα της μέχρι τότε ζωής μου.

Αποφάσισα την ίδια νύχτα –επιπόλαια;– να κάνω αιτήσεις για δουλειά στο εξωτερικό. Το πιο εύκολο από άποψη γλώσσας ήταν να ψάξω στην Αγγλία. Έγινα δεκτή σε δύο συνεντεύξεις. Μία σε δημόσιο νοσοκομείο της Αγγλίας και μία σε εταιρεία φροντίδας ατόμων με αναπηρίες και χρόνιες παθήσεις. Μέσα μου η επιλογή ήταν ξεκάθαρη από την αρχή. Ήθελα να αποφύγω τον χώρο και την δέσμευση του νοσοκομείου, θεωρώντας πιο εύκολη, προσιτή και ευέλικτη την φροντίδα στο σπίτι. Έκανα λάθος!

Πέρασα από συνεντεύξεις, δοκιμαστικά τεστ προσωπικότητας από την Ελλάδα. Δεκέμβρης του 2015, μπαίνω στο αεροπλάνο με μεγάλη χαρά για το άνοιγμα του νέου κεφαλαίου της ζωής μου. Γεμάτη αυτοπεποίθηση και πίστη ότι θα πάνε όλα καλά και θα τα καταφέρω. Με αυτήν την αίσθηση απίθανων πιθανοτήτων να με συντροφεύει, που είναι τόσο δελεαστική κάθε φορά που την βιώνω στο διάβα της ζωής.

Η πρώτη εβδομάδα ήταν πολύ έντονη με την εκπαίδευση που μας παρείχαν. Μέναμε σε κάτι δωμάτια της εταιρείας σε ένα χωριό έξω από το Birmingham – μόνο εμείς, οι Έλληνες, δεν πληρώναμε αυτήν την διαμονή λόγω της οικονομικής κρίσης που μας μαστίζει. Εκεί άρχισα να συνειδητοποιώ πως πάνω στον ανθρώπινο πόνο υπάρχει μεγάλη εκμετάλλευση από εταιρείες, γιατρούς, συστήματα. Στήνεται ολόκληρο παζάρι ανθρώπων-φροντιστών από χώρες που μαστίζει η ανεργία και η απόγνωση. Έρχονται στην ρημαγμένη χώρα σου, σου τάζουν πράγματα για να σε δελεάσουν να μπεις σε αυτό το σύστημα υποτίμησης και εκμετάλλευσης του ανθρώπινου πόνου. Κάποιος φροντιστής μου είχε πει ότι ανά κεφάλι καινούργιου φροντιστή η εταιρεία παίρνει ποσοστά από το κράτος, επιχορηγήσεις. Αρνιόμουν να το δεχτώ. Πήγα ανυποψίαστη και μη προκατειλημμένη. Και έλεγα, φήμες. Μέχρι που το είδα. Το μόνο που ενδιέφερε την εταιρεία ήταν φυσικά το κέρδος και το καλό της όνομα. Δεν σε φρόντιζαν και δεν νοιαζόντουσαν σαν εργοδότες για εσένα. Αυτό είχε όμως σαν αποτέλεσμα οι πελάτες τους να άλλαζαν συνέχεια φροντιστές. Γιατί οι φροντιστές έμεναν πάντα τελείως αφρόντιστοι. Δεν άντεχαν και έφευγαν. Ένας φαύλος κύκλος. Πραγματικά άλλαζαν φροντιστές σαν τα πουκάμισα. Το εντυπωσιακό ήταν ότι ελάχιστοι Άγγλοι έκαναν την δουλειά αυτή του φροντιστή. Κυρίως μετανάστες. Όπως συμβαίνει βέβαια και στην Ελλάδα. Δεν καταδέχονται να φροντίζουν ένα άτομο. Ακόμη και της οικογένειάς μας να είναι, εμείς θα είμαστε σε απόσταση. Ίσως και αυτό μια άμυνα υγιής να είναι, δεν ξέρω, αλλά θα πάρουμε μια εταιρεία φροντίδας με φτωχούς μετανάστες γι αυτό τον ρόλο.

Η πρώτη πελάτισσα έπασχε από νωτιαία μυϊκή ατροφία εκγενετής

Το μόνο θέμα που μου είχε εμπιστευτεί και συζητούσαμε ήταν το θέμα του θανάτου

Αφού τελείωσε η εκπαίδευση και αφού είχα πάρει και τα εύσημα από τον διευθυντή και ιδρυτή της εταιρείας για την άσπρη συμμετοχή μου στην εκπαίδευση, με έστειλαν στην άλλη άκρη της Αγγλίας μόνη με την βαλίτσα μου αγκαλιά, 12 ώρες ταξίδι. Έφτασα νύχτα στο πανεπιστήμιο του Norwich. Ήμουν τυχερή, έλεγα, με έστειλαν να φροντίσω φοιτήτρια στο πανεπιστήμιο, θα έχει πιο ενδιαφέρον, θα είναι πιο εύκολο. Η πρώτη πελάτισσα έπασχε από νωτιαία μυϊκή ατροφία εκ γενετής. Καθλωμένη στο υπέρ-σύγχρονο αμαξίδιο της, μπορούσε να κουνήσει μόνο το δεξί της χέρι. Έφτασα προπαραμονές Χριστουγέννων στις φοιτητικές εστίες, νύχτα, και έψαχνα να βρω το διαμέρισμα της. Έξω στην αυλή ήταν μια κοπέλα, κάπνιζε, με είδε, δεν αντέδρασε. Τελικά καλώ την πελάτισσα στο τηλέφωνο γιατί δεν έβρισκα το διαμέρισμα της, και ήταν το διαμέρισμα που καθόταν απέξω η άλλη φροντίστρια και κάπνιζε. Κι ενώ είχε ενημερωθεί ότι περιμένουν άτομο, δεν μπήκε καν στο κόπο να με υποδεχθεί, και γύρω ήταν μόνο ερημιά αφού όλοι οι υπόλοιποι φοιτητές είχαν φύγει. Θερμή υποδοχή! Μπαίνω μέσα, τους συστήνομαι, μου δείχνουν το πλάνο φροντίδας, μου λένε πώς χωρίζονται οι βάρδιες μας. Το ‘πλάνο-μενού’ της φροντίδας συμπεριλάμβανε από το πρωί ξύπνημα, ανάλογα με την διάθεση και τα μαθήματα της κοπέλας, κλείσιμο της μάσκας οξυγόνου που φορούσε την νύχτα, τοποθέτηση μιάντων για την χρήση του μηχανήματος μεταφοράς στο δωμάτιο, από το κρεβάτι στην τουαλέτα, μετά στο κρεβάτι για αλλαγή

και μετά στο αμαξίδιο. Ετοιμασία και χορήγηση πρωινών χαπιών και πρωινού. Και έπειτα πάντα καταγραφή των πεπραγμένων. Στη συνέχεια τρέξιμο, αυτή με το υπερσύγχρονο αμαξίδιο, και εγώ έτρεχα από πίσω της να την συνοδέψω στα μαθήματα. Με έβαλαν στην αρχή να κάνω μόνο νυχτερινές βάρδιες βέβαια, διότι ενώ είχα δίπλωμα οδήγησης δεν είχα εμπειρία να οδηγώ στην Αγγλία και έπρεπε να κάνω μαθήματα. Η Εταιρεία το γνώριζε αυτό, αλλά δεν ασχολήθηκε καθόλου με αυτό το ζήτημα, ενώ θα μπορούσε να οργανώσει κάποια μαθήματα. Ένα μήνα να είμαι βραδινή, από τις 8 το βράδυ μέχρι την άλλη μέρα το πρωί, σε επιφυλακή στο διπλανό δωμάτιο της εστίας. Αγκαλιά με το baby μόνιτορ για να ακούω αν ξυπνήσει και φωνάζει ή αν βήξει στον ύπνο της. Και το κουδούνι βοήθειας παραδίπλα. Πολλές φορές την νύχτα με είχε ξυπνήσει. Για να της αλλάξω θέση, να της φτιάξω το μαξιλάρι, να δει αν είμαι εκεί: Μια φροντίστρια σε ρόλο δανεικής μητέρας. Ένα μήνα βραδινή. Όλες τις γιορτές έτσι της πέρασα, τα Χριστούγεννα, την Πρωτοχρονιά.

Είχαμε περάσει τις γιορτές στην πόλη καταγωγή της, μας παραχώρησε δωμάτιο η γιαγιά της. Με αγκάλιασαν, με υποδέχθηκαν αυτοί ζεστά αλλά πάντα ήταν επιφυλακτικοί, γιατί πάντα ήξεραν ότι μπορεί στην πορεία να μην μείνω να φροντίζω την εγγονή τους. Να μω κι εγώ στην ιστορία των φροντιστριών που πέρασαν από εκεί. Βαθιά πικραμένοι για την κατάσταση της εγγονής τους ήταν. Ενώ οι γονείς της έδειχναν ότι το είχαν αντιμετωπίσει ψύχραιμα, μάλλον ήταν στη φάση άρνησης. Έδιναν προσοχή περισσότερο στα μικρότερα δίδυμα παιδιά τους. Ήταν ήσυχοι αφού είχαν εταιρεία για την φροντίδα της, μόνο η μάνα της έδειχνε μια ανησυχία.

Η πελάτισσα αν και μικρή ήταν πολύ επιτακτική στην συμπεριφορά της. Διέταζε ενώ καθοδηγούσε το πώς θέλει να την σηκώσω, να την χτενίσω. Η κοπέλα ήταν απαιτητική, αυστηρή, και φαινόταν κουρασμένη από την διαδικασία να αλλάζει φροντιστές κάθε τόσο και να τους εξηγεί το πώς πρέπει και θέλει να την φροντίζουν. Ήμουν η σκιά της. Σχεδόν πάντα δίπλα της να προσπαθώ να αφουγκραστώ και να προβλέψω τις ανάγκες της προτού τις ξεστομίσει. Ο τρόπος της παγερός, τυπικά ευγενικός και απόμακρος. Ποτέ δεν προσπάθησε να επενδύσει στην σχέση που θα μπορούσαμε να είχαμε χτίσει για την καλύτερη επικοινωνία και συνεργασία μας. Πάντα υπήρχε ο τοίχος της εκεί και κάποια στιγμή δεν άντεξα και της είπα: «Μπορείς σε παρακαλώ να μου δίνεις οδηγίες χωρίς να μιλάς απότομα και να διατάξεις; Είμαι εδώ για εσένα, αυτή είναι η δουλειά μου, αλλά θα σε παρακαλούσα να το σεβαστείς και να μου μιλάς με πιο ανθρώπινο τόνο.»

Φυσικά και ξέφυγα από την πολιτική της εταιρείας αλλά η συμπεριφορά και ο τρόπος της είχαν ξεπεράσει κάθε ανθρώπινο όριο αξιοπρέπειας. Έπειτα άρχισε να προσπαθεί να είναι πιο φιλική, να μιλάει με πιο ήπιο τόνο, αλλά ποτέ στην μεταξύ μας σχέση δεν υπήρξε οικειότητα και άνεση όπως ένιωθε με την άλλη φροντίστρια που την είχε πιο πολύ καιρό.

Το μόνο θέμα που μου είχε εμπιστευτεί και συζητούσαμε ήταν το θέμα του θανάτου. Είχε φίλους στην ίδια κατάσταση από το νοσοκομείο που την παρακολουθούσαν και σκεφτόταν και αυτή το δικό της θάνατο. Κάναμε κουβέντες για αυτό. Ήταν το πιο εποικοδομητικό κομμάτι της συνεργασίας μας.

Έκανα μεγάλη υπομονή για να συνεργαστούμε αποτελεσματικά. Είχα να αντιμετωπίσω μια ήδη εγκαθιδρυμένη σχέση, και εγώ ήμουν η καινούργια της ομάδας που προσπαθούσα να ενταχθώ.

Υπήρχε το συναίσθημα του ανταγωνισμού με την άλλη φροντίστρια και σε στιγμές δυσκολίας με τα χαρτιά μου, με την ζημιά που έκαναν στα γυαλιά μυωπίας μου, ΠΟΤΕ δεν με βοήθησε, δεν μου είπε τι μπορούσα να κάνω, μόνο έλεγε: «Αα δεν ξέρω. Δεν είμαι στην θέση σου!» Στις δυσκολίες αυτές τις καθημερινές δεν είχα κανέναν δίπλα μου. Περνούσαν οι μέρες κλεισμένη στο δωμάτιο της φοιτητικής εστίας. Το μόνο διάλειμμα μου 3 ώρες τα μεσημέρια και τα πρωινά (που συνήθως κοιμόμουν αναπληρώνοντας το χρόνο του χαμένου νυχτερινού ύπνου) που ήταν η άλλη κοπέλα στην βάρδια. Προσωπική ζωή ανύπαρκτη. Πού να γνωρίσεις κόσμο; Πού να βγεις να πιεις έναν καφέ – που τόσο μου είχε λείψει! – και να επικοινωνήσεις με έναν άνθρωπο χωρίς να προσπαθείς να είσαι κάποιος άλλος πέρα από τον εαυτό σου σαν ρόλος. Εγώ η ξένη, η έρημη και η μόνη. Έτσι γυρνούσα στα σοκάκια της κάθε πόλης που με είχαν στείλει από την εταιρεία. Με την ελπίδα να μου συμβεί κάτι καλύτερο. Να με στείλουν σε κάποιο καλύτερο περιστατικό, με την ελπίδα να σταματήσω να είμαι συνέχεια σε επιφυλακή έχοντας την απειλή μιας καινούργιας αλλαγής, αλλά ποτέ δεν συνέβη αυτό.

Πέρασαν οι μέρες και θα ερχόταν πίσω η φροντίστρια που είχε πάρει άδεια και ήμουν στην θέση της. Θα μπορούσα να είχα γυρίσει να κάνω και εγώ ένα διάλειμμα στην Ελλάδα, αλλά δεν ήθελα να φύγω τόσο γρήγορα. Είχα κάπως αρχίσει να προσαρμόζομαι και άρχισα να μαζεύω και χρήματα για να

ξεχρεώσω ό,τι χρωστούσα πίσω στην Ελλάδα, και έπειτα για να συνεχίσω το όνειρο μου να σπουδάσω και άλλο, αλλά η ζωή είχε άλλα σχέδια για εμένα. Έτσι είχα βρει έναν γνωστό στον Λονδίνο για δύο μέρες να με φιλοξενήσει και να πάρω άδεια και έπειτα θα συνέχιζα τον Γολγοθά μου – όμως ποτέ δεν γύρισα στην φοιτήτρια αυτή ξανά, είχε διαμαρτυρηθεί ότι δεν ταιριάζαμε ιδιοσυγκρασιακά και δεν με ήθελε πια. Ούτε καν με είχε αποχαιρετήσει, ούτε φυσικά άκουσα ποτέ ένα ευχαριστώ. Ποτέ δεν είχε αναφέρει ότι είχε θέματα με εμένα. Ειδικά τον τελευταίο καιρό πριν πάρω την άδεια μου είχε κάπως φτιάξει η σχέση μας. Αλλά είχε αποφασίσει για εμένα χωρίς εμένα, όπως είθισται σε αυτού του είδους τις εργασίες. Οι εργαζόμενοι δεν έχουν λόγο.

Έτσι για δεύτερη φορά θα πήγαινα σε ένα καινούργιο περιβάλλον.

Το δεύτερο περιστατικό μια 62άχρονη, διαβητική, με βαρύ εγκεφαλικό και τη μισή της πλευρά παράλυτη

*Κλειδώθηκα στο μπάνιο μέχρι να φτάσει η βοήθεια
γιατί ο άνδρας της δεν σταματούσε το παραλήρημά του*

Το περιστατικό το δεύτερο μια κυρία 62άχρονη, διαβητική, με βαρύ εγκεφαλικό και τη μισή της πλευρά παράλυτη, με έντονα ξεσπάσματα θλίψης, αποτέλεσμα της χρόνιας κατάθλιψής της. Η ίδια δεν ήταν απαιτητική καθόλου και ήταν ευχάριστος χαρακτήρας αλλά με έντονα ξεσπάσματα πόνου και οδύνης για την τραγική κατάσταση που οδηγήθηκε από την ζωή. Ο άνδρας ήταν η πρόκληση σε αυτό το πλάνο φροντίδας. Έτσι κατάλαβα πώς ήταν δυνατόν να αλλάζουν κάθε εβδομάδα φροντίστρια. Ένας γεμάτο απαιτήσεις άνθρωπος, σκληρός και αγενής. Με υποδέχτηκε στην πόρτα η προηγούμενη φροντίστριά της. Φαινόταν αρκετά ταλαιπωρημένη και βιαστική. Της λέω: πώς είναι το περιστατικό;», μου απαντά: «ε, εντάξει, δεν είναι πολύ δύσκολο, θα το δεις· αλλά τα ψυχολογικά της σκαμπανεβάσματα είναι το πιο δύσκολο κομμάτι που πρέπει να διαχειριστείς.»

Στην συνέχεια βίωσα πως όχι μόνο της ασθενούς τα ψυχολογικά σκαμπανεβάσματα ήταν δύσκολα αλλά και του ανδρός της που τον γνώρισα στην συνέχεια. Νόμιζε πώς είχε στο σπίτι όχι φροντίστρια για την γυναίκα του αλλά οικιακή βοηθό για όλες τις δουλειές. Έτρωγε στην κουζίνα χωρίς πιάτο, έπεφταν τα ψίχουλα κάτω κι απαιτούσε από εμένα να τα καθαρίζω. Φώναζε γιατί δεν έβαζα τα δικά του ρούχα για πλύσιμο. Του απάντησα μια μέρα: «δεν είμαι εδώ για εσάς, αλλά για τη γυναίκα σας». Δεν ήξερε τι να πει.

Σκεφτόμουν πως δεν ταίριαζα στην φιλοσοφία της εταιρείας, είμαι άνθρωπος που μιλάει και απαιτεί ισότιμη αντιμετώπιση από την εταιρεία, τους πελάτες και τους συγγενείς τους.

Θυμάμαι έτρεχα το μόνο δίκυκλο που είχα να πάρω λεωφορείο να πιάω μόνη μου μισή ώρα καφέ στο χωριό που με είχαν στείλει. Και αν αργούσα πέντε λεπτά, μου έκανε σκηνή ο άνδρας της. Παρατηρούσα την σχέση τους, ήταν τόσο ταλαιπωρημένη μεταξύ τους. Κουράστηκε να την βλέπει σε αυτήν την κατάσταση ο άνδρας της. Ένιωθε ενοχές κάθε φορά που έφευγε και την άφηνε σε κάποια ξένη φροντίστρια, με αποτέλεσμα με το παραμικρό να βρίσκει να ξεσπάει τις ενοχές του στην κάθε φροντίστρια.

Κάποιες συγκεκριμένες ώρες την ημέρα πρωί-μεσημέρι και βράδυ ερχόντουσαν από άλλη εταιρεία φροντίστριες για μια ώρα όπου μας βοηθούσαν στο μπάνιο, στο στρώσιμο κρεβατιού, στην αλλαγή πάνας και στην περιποίηση της υγιεινής τους φροντίδας γενικότερα. Η συνεργασία με τις υπόλοιπες φροντίστριες ήταν άμεσα εξαρτημένη από τον χαρακτήρα τους και την διάθεση συνεργασίας. Όσο πιο καινούργια τόσο πιο δύσκολο να επιβιώσεις ανάμεσα στις παλιές. Είχαν τον τρόπο τους να γίνονται πιο αρεστές και να εκθειάζουν τον εαυτό τους ως πιο παλιό, άρα πιο έμπειρο άρα και πιο χρήσιμο. Μας χώριζε και η στάση του πελάτη κάποιες φορές επίσης. Επέλεγαν συνήθως να υποστηρίζουν περισσότερο τις παλιές φροντίστριες για να έχουν μια κάποια σταθερότητα στην καθημερινότητα τους, χωρίς να αξιολογούν αντικειμενικά αν ήταν αποτελεσματική η φροντίδα που τους προσέφεραν ή όχι. Θυμάμαι με τις 4 από τις 10 που είχαμε συνεργαστεί ήταν πρόθυμες να σε βοηθήσουν, να κάνεις ερωτήσεις, και μόνο

μια μου συμπαράσταθη και ψυχολογικά στο τελευταίο μου περιστατικό λέγοντας μου μια κουβέντα και μόνο.

Έπειτα από κάποιες ημέρες στο δεύτερο περιστατικό, είχε έρθει η άλλη φροντίστρια και κάναμε μπάνιο την πελάτισσα και την τοποθετήσαμε με το ειδικό μηχάνημα μεταφοράς που είχε σε μια ειδική πολυθρόνα που ήταν στο σαλόνι. Αφού την βάλουμε να καθίσει της βάλουμε την ζώνη ασφαλείας, η άλλη κοπέλα αφού την ευχαρίστησα έφυγε και εγώ πήγα στην κουζίνα να ετοιμάσω το μεσημεριανό της και τα χάπια της. Τότε ξαφνικά η πελάτισσα άρχισε να βήχει έντονα και την άκουσα. Τρέχω στο σαλόνι και τι αντίκρισα, από την έντονη αντανάκλαστική κίνηση που προκάλεσε ο βήχας γλίστρησε από την θέση που την είχαμε τοποθετήσει και η ζώνη της είχε φτάσει μέχρι το στήθος. Ήταν έτοιμη να πνιγεί, ένιωσα να χάνεται, έτρεξα έλυσα την ζώνη και ευγενικά την άφησα να κυλήσει στο πάτωμα καθιστή για να την βοηθήσω να αναπνεύσει κανονικά. Έτρεξα πήρα τηλέφωνο την εταιρεία να ζητήσω να έρθει κάποιος να με βοηθήσει να την σηκώσουμε από το πάτωμα. Καθυστερήσαν και έφτασε πρώτος ο άνδρας της. Άρχισε να ουρλιάζει, να με κατηγορεί. Δεν με άφησε καν να του εξηγήσω τι συνέβη. Άρχισε να την στριφογυρνάει στο πάτωμα μόνος του χωρίς να θέλει τη βοήθεια μου. Μέχρι που ήρθε η κοπέλα η άλλη και άρχισε να με κατηγορεί μπροστά της.

Πήρα αμέσως την εταιρεία τηλέφωνο και ενημέρωσα για το τι συνέβη. Απαθέστατη αντίδραση από τους managers. Μόνο η γραμματέας μού έλεγε να ηρεμήσω και ότι θα βρεθεί λύση. Κλειδώθηκα στο μπάνιο μέχρι να φτάσει η βοήθεια, γιατί ο άνδρας της δεν σταματούσε το παραλήρημά του. Είπα στην εταιρεία ότι απαιτώ να φύγω αμέσως από αυτό το αρρωστημένο πλαίσιο. Μου έκλεισαν μια νύχτα σε ένα ξενοδοχείο και μετά δεν είχα πού να πάω. Μου πρότειναν ότι θα μπορούσα να φιλοξενηθώ στα δωμάτια της εταιρείας αλλά αν γυρνούσα πίσω στην εταιρεία θα έπρεπε να πληρώνω 50 λίρες την βραδιά. Ό,τι χρήματα είχα βγάλεi δηλαδή να τους τα έδινα πίσω. Για καλή μου τύχη βρήκα στο Λονδίνο έναν φίλο από τα παλιά όπου με φιλοξένησε στον καναπέ του. Ζούσαμε σε ένα δωμάτιο μαζί με άλλα 4 άτομα στο σπίτι αυτό. Του είμαι ευγνώμων, με στήριξε την ώρα την δύσκολη που δεν είχα κάποιον άλλον εκεί.

Μετά από λίγες μέρες με ψάχνανε από την εταιρεία και με παρακαλούσαν να πάω σε άλλο περιστατικό, ακόμα πιο βαρύ. Έδωσα ακόμα μια ευκαιρία.

Το τρίτο μου περιστατικό δυο μέτρα άνθρωπος να κείτεται στο κρεβάτι από ατύχημα στις διακοπές του

Αδυνάτισσα, έμεινα η μισή από την ταλαιπωρία μου, μέχρι που αρρώστησα με υψηλό πυρετό. Μου έλειψε κάποιος να νοιάζεται και να φροντίζει εμένα.

Το τρίτο μου περιστατικό ήταν το πιο αξιοπρεπές πλαίσιο αλλά εξαιρετικά απαιτητικό. Ο άνδρας που φρόντιζα ήταν πρώην πιλότος. Δύο μέτρα άνθρωπος να κείτεται στο κρεβάτι έπειτα από ατύχημα στις διακοπές του στο Μεξικό. Χτύπησε στα βράχια όπως στην ταινία «*Η θάλασσα μέσα μου*», τραυματισμός σπονδυλικής στήλης. Παραπληγικός. Προσπαθούσε να βρει λόγους για να ζει. Μια διαρκής προσπάθεια. Ξυπνούσα από τα χαράματα για να τον φροντίσω. Ερχόντουσαν και σε αυτό το περιστατικό κάποιες ώρες και άλλες φροντίστριες για να προσφέρουν βοήθεια σε πράξεις φροντίδας που χρειαζόταν δύο άτομα. Σε αυτό το περιστατικό πήρα τους πρώτους επαίνους από την σκληρή και αποτελεσματική προσπάθεια για φροντίδα που έδινα και από τον ασθενή αλλά και από την εταιρεία που έστελνε τους manager για έλεγχο. Μια μέρα αναρωτήθηκε και ο ίδιος ο πελάτης: «Καλά εσύ είσαι από την όμορφη Ελλάδα και με μεταπτυχιακό και δουλεύεις εδώ; και με ταΐζεις;»

Με έκανε να το σκεφτώ και εγώ. Είχα πλέον κουραστεί να ζω ως εσωτερική φροντίστρια για δύο μήνες συνεχόμενους, μη έχοντας προσωπικό χρόνο και χώρο, να τρέχω να προλάβω την κάθε ανάγκη. Αδυνάτισσα, έμεινα η μισή από την ταλαιπωρία μου, μέχρι που μετά από λίγες μέρες αρρώστησα με υψηλό πυρετό, αμυγδαλές. Έκαίγε ο λαιμός μου, όλο το σώμα μου φώναζε "σταμάτα! κάνε μια παύση". Ενημέρωσα την εταιρεία. Δεν μπορούσα να σηκωθώ από το κρεβάτι. Πονούσα παντού. Μου έλειψε κάποιος να νοιάζεται και να φροντίζει εμένα. Άργησαν να στείλουν άλλο άτομο μισή μέρα. Πάλι με

έστειλαν ευτυχώς σε ένα ξενοδοχείο. Και μετά τι; Να γυρνούσα Ελλάδα για να γίνω καλά και να ξαναγυρνούσα; Να τα παρατούσα;

Βρήκα τον φίλο στο Λονδίνο πάλι και τον παρακάλεσα να με φιλοξενήσει ξανά για να το σκεφτώ μέχρι να γίνω καλά. Την απόλυτη μοναξιά την βίωσα όταν αναγκαστικά να πάω μόνη μου στο νοσοκομείο να με εξετάσει γιατρός. Ο φίλος δεν μπορούσε να με συνοδεύσει, δούλευε και αυτός 12ωρο. Εκεί με έπιασε ένα παράπονο, ένα κλάμα, από την υποδοχή του νοσοκομείου μέχρι και το εξεταστήριο. Θυμάμαι έλεγα στην γιατρό, μετανάστρια και αυτή από την Ινδία: «Γιατί ήρθα Αγγλία; Γιατί είμαι εδώ; Γιατί;» Δεν ήξερε τι να μου απαντήσει, και αυτή είχε έρθει για κάτι καλύτερο. Έμεινα μία εβδομάδα άρρωστη στον καναπέ του φίλου. Μου έλεγε ότι μπορώ με τα προσόντα μου να βρω άλλη δουλειά. Και ότι αυτή η εταιρεία δεν είναι για μένα. Στην άρνηση εγώ. Δεν ήθελα να απογοητευτώ και να το παραδεχθώ αν και ήδη είχα αρχίσει να αγανακτώ.

Πάλι σε φοιτήτρια, πάλι με μυϊκή ατροφία εκγενετής, παντρεμένη και ο σύζυγός της με αναπηρικό αμαξίδιο κι αυτός

Ένα απλό αντικείμενο ήμουν και τίποτα άλλο. Σε χρησιμοποιώ και σε πετώ. Μιας χρήσεως.

Με στείλανε και στο τέταρτο περιστατικό στο Portsmouth, στην πιο όμορφη περιοχή που είχα δει. Πάλι σε φοιτήτρια, πάλι με μυϊκή ατροφία εκ γενετής. Αυτή ήταν παντρεμένη και ο σύζυγός της ήταν με αναπηρικό αμαξίδιο αλλά με έστειλαν εκεί μόνο για την κοπέλα. Με υποδέχθηκαν με τυπικό τρόπο, μου εξήγησαν την κατάσταση, το πλάνο φροντίδας. Στην αρχή όλα καλά, αλλά μετά από δέκα ημέρες άρχισαν πάλι τα προβλήματα. Η κοπέλα είχε παραμορφωμένη γνάθο και δεν μιλούσε καθαρά. Όταν δεν καταλάβαινα, όποτε ρωτούσα καμιά φορά τον σύζυγο της, άρχισε να ζηλεύει που το έκανα αυτό, να μου κάνει σκηνές του τύπου: πού βγαίνω; τί κάνω στα διαλείμματα μου; Προσπαθούσε να φαίνεται δυνατή και αποφασιστική, πως ορίζει τη ζωή της και δεν υπολογίζει την γνώμη κανενός. Μα ήξερε ότι κάποια πράγματα δεν θα μπορούσε να τα πραγματοποιήσει μόνη της και δεν ήθελε να τα επιλέξει.

Ωρες μοναξιάς στο κελί-δωμάτιό μου μέχρι να με επιθυμήσει να την βοηθήσω σε κάτι. Έγινα άτομο χωρίς προσωπική ζωή και χρόνο στο βωμό της θέλησής μου για ανεξαρτησία, και παγιδευτήκα σε κάτι που δεν είχα καλά προβλέψει: στον φαύλο κύκλο της ανάγκης. Έτσι όπως παγιδεύονται και οι ασθενείς που φροντίζα: στον φαύλο κύκλο της ανάγκης εφόρου ζωής. Η μητέρα της ήθελε με το ζόρι να με μάθει να οδηγώ με το Αγγλικό σύστημα για να μπορέσω όσο το δυνατόν γρηγορότερα να οδηγώ και το δικό τους ειδικό αμάξι για το αμαξίδιο της κόρης της. Ήθελα να την βοηθήσω πραγματικά αλλά δεν μου έδωσε το κατάλληλο χρόνο για να τα καταφέρω. Μπήκα λοιπόν στο αμάξι και δοκίμασα αλλά επειδή πήγαινα αργά για να το συνηθίσω άρχισε να πανικοβάλλεται και να φωνάζει που δεν ήμουν έτοιμη οδηγός για την κόρη της.

Δεν άργησε να συμβεί το μεγάλο ξέσπασμα. Κάποια μέρα ήμασταν στο μπάνιο και ήταν κρεμασμένη από τους ιμάντες του μηχανήματος, που την τοποθετούσαμε από την τουαλέτα στο αμαξίδιο, και κουνιέται και ακουμπάει το κεφάλι της στο τοίχο και φωνάζει «άουτς!», της λέω «λυπάμαι, δεν ήθελα να συμβεί αυτό», και άρχισε να λέει «το ξέρω αλλά δεν ακούς», «τι εννοείς;» της λέω, απαντάει «σου μιλάω και δεν ακούς», εγώ αποκρίνομαι «κάνω μεγάλη προσπάθεια που δεν είναι και η μητρική μου γλώσσα να σε καταλάβω», «και όλο, λέει, ρωτάς και τον άνδρα μου», απαντώ «ναι, για να μην σε κουράζω εσένα!» και επέμενε και της λέω τότε «λόγω της κατασκευής του στόματός σου (ήταν παραμορφωμένη η γνάθος της και η μισή της γλώσσα βρισκόταν έξω από την στοματική κοιλότητα) πολύ συχνά δεν μπορώ να καταλάβω τι λες»... Θύμωσε δεν με άφησε να της βάλω ούτε της κάλτσες, πήρε τον άνδρα της 8 η ώρα το πρωί και είπε: «Πάμε μια βόλτα!» Με παράτησαν στο σπίτι χωρίς κλειδιά. Κατάλαβα. Πήγαν στην γειτόνισσα να κάνουν τα απαραίτητα τηλεφωνήματα για να με διώξουν. Μέσα σε 10 λεπτά χτυπάει το κινητό μου. Ήταν από την εταιρεία, μου ζητούσαν να φύγω σε μισή ώρα. «Να πάω πού;», ρωτάω. Και χωρίς προειδοποίηση. Ένα απλό αντικείμενο ήμουν γι' αυτούς και τίποτα άλλο. Αντικείμενο που προσφέρει φροντίδα. Σε χρησιμοποιώ και σε πετώ. Μιας χρήσεως.

Μέχρι να φύγω δεν είχαν γυρίσει στο σπίτι: περίμεναν από το διπλανό παράθυρο πότε θα φύγω. Απαίσιο συναίσθημα, απάνθρωπη συμπεριφορά. Να μιλάς, να λες ειλικρινά τι συμβαίνει, και απλά, επειδή δεν τους βολεύει αυτό που ακούν, να σε διώχνουν.

Με έστειλαν στο τελευταίο και χειρότερο περιστατικό, σε μία γυναίκα με σκλήρυνση κατά πλάκας. Είχε μόλις παντρευτεί όταν διαγνώστηκε και ο άνδρας της την παράτησε

Εκεί λύγισα και τους ανακοινώνω πως φεύγω σε δύο μέρες

Για άλλη μια φορά με μάζεψε στο σπίτι του ο φίλος από τα παλιά. Έδωσα μια τελευταία ευκαιρία, χωρίς να έχω καταλάβει ακόμα το γιατί, στην Εταιρεία. Μου είπαν ότι λυπούνται και ότι μου βρήκαν πιο ταιριαστό άτομο για εμένα να φροντίσω. Τους πίστευα και με έστειλαν στο τελευταίο και χειρότερο περιστατικό, σε μια κακή περιοχή, μία ώρα έξω από το Λονδίνο, σε μία γυναίκα με σκλήρυνση κατά πλάκας, παρατημένη από όλους σε ένα ερείπιο σπίτι. Την λυπήθηκε η καρδιά μου. Σκέφτηκα, άτυχη γυναίκα. Είχε μόλις παντρευτεί όταν διαγνώστηκε και ο άνδρας της την παράτησε. Είχε και ψυχιατρικά θέματα. Χρόνια κατάθλιψη. Έρχονταν για μισή ώρα την εβδομάδα μόνο η μητέρα της με τον καινούργιο σύντροφο της και έφευγε. Μόνη της δραστηριότητα η τηλεόραση. Θυμάμαι συνέχεια, κάθε 5 λεπτά ζητούσε κάτι από εμένα, να της κάνω τσάι, να αλλάξω θέση το χέρι της που δεν κουνιόταν και δεν αισθανόταν καθόλου, να φτιάξω το πόδι της, το μαξιλάρι, να αλλάξω κανάλι. Τα ζητούσε όλα μαζί ταυτόχρονα. Τις νύχτες κοιμόταν με την τηλεόραση ανοιχτή να παίζει το κανάλι με τα θρίλερ. Μια μέρα υπερέβαλε με τις συνεχόμενες απαιτήσεις. Αφού δεν προλάβαινα, και της λέω ευγενικά: «σε παρακαλώ ένα-ένα τα αιτήματα σου διότι δεν είμαι μηχανή, δεν προλαβαίνω». Θύμωσε τόσο που, όταν της κρατούσα το τηλέφωνο και μιλούσε στην μαμά της, αλλοίωνε την πραγματικότητα, παραποιούσε τα γεγονότα και έλεγε ψέματα. Γενικά είχαμε χαθεί στην μετάφραση. Η μαμά της ήταν λογικό να κάνει παράπονα στην Εταιρεία για το πώς χρησιμοποιώ την αγγλική γλώσσα.

Εκεί λύγισα και τους ανακοινώνω πως φεύγω σε δύο μέρες. Βρήκα ό,τι φθηνότερο σε εισιτήριο και ένιωσα ένα κύμα ανακούφισης. Περίμενα από την χαρά μου την Κυριακή που θα πετούσα. Από την λαχτάρα μου έφτασα 6 ώρες νωρίτερα στο αεροδρόμιο. Μέσα στο αεροπλάνο ενώ ταξιδεύαμε και ενώ είχα φάει κανονικά και είπα στον εαυτό μου "τώρα θα χαλαρώσω", παραδόθηκα: Για πρώτη φορά στην ζωή μου λιποθύμησα. Ένιωσα να τελειώνει ο αέρας μου. Σηκώθηκα να ζητήσω βοήθεια και σωριάστηκα στο διάδρομο του αεροπλάνου, ενώ ταξιδεύαμε. Είχα χαθεί. Μόνο άκουγα. Η πίεση μου είχε φτάσει στο 4.

Η εμπειρία μου αυτή ήταν μια θεραπεία-σόκ της αφέλειας και της παιδικότητάς μου

*Τι νόημα έχει να προσποιείσαι ότι ζεις αυτόνομος όταν εξαρτιέσαι από την φροντίδα των άλλων;
Η ζωή δεν είναι υποχρέωση που πρέπει να την ζήσουμε*

Όταν συνήρθα ήμουν ράκος. Ένιωθα όλα τα χτυπήματα και τις κακουχίες αυτών των μηνών πάνω στο σώμα μου. Ό,τι είχα καταπιεί για να αποδείξω ότι μπορώ να τα καταφέρω και πως είμαι δυνατή. Δεν θα ξεχάσω ποτέ την προσμονή και την αγάπη στα μάτια των γονιών μου στο αεροδρόμιο, την ζεστή και ανθρώπινη αγκαλιά τους που τόσο μου έλειψε, αυτό το απλό, το ανθρώπινο. Για πέντε μήνες ζούσα μέσα στην τυπικότητα, στο ψεύτικο προστατευμένο πλαίσιο, στην καταπίεση της έκφρασης συναισθημάτων, στον ευγενικό επαγγελματισμό, στην σκληρότητα της επιβίωσης, στην απομόνωση της ενήλικης μεταναστευτικής μοναξιάς. Και όλα αυτά γιατί; Για την ψευδαίσθηση ότι έχω δουλειά και καταναλώνω. Γιατί μόνο μέσω την κατανάλωσης και της οικονομικής ευμάρειας θεωρείσαι αξιοπρεπής; και ότι μόνο αυτά μπορούν να σε οδηγήσουν στα πραγματικά θέλω σου και κατά συνέπεια στην ευτυχία;

Στον απολογισμό μου είδα την ζωή αλλιώς. Μέσα σε πέντε μήνες φρόντισα πέντε ανθρώπους ολιστικά. Βίωσα μεγάλες εντάσεις και συγκρούσεις αλλά και συναισθήματα που μου άλλαξαν **ριζικά** τον

τρόπο που αντιμετωπίζω το ζήτημα της φροντίδας και του θανάτου. Μέσα από αυτές τις μικρογραφίες του ανθρώπινου πόνου και τις δυσκολίες εκτέθηκα στο βαθύ προσανατολισμό της σημασίας της αξιοπρεπούς διαβίωσης, βίωσα στο κάθε περιστατικό πώς είναι η ζωή σε απλή συντήρηση. Τι νόημα έχει να προσποιείσαι ότι ζεις αυτόνομος όταν εξαρτιέσαι από την φροντίδα των άλλων;

Σε όλους αυτούς τους ανθρώπους, η Ασφάλεια τους εξασφαλίζει μια άνετη ζωή, αλλά πόσοι από αυτούς αποδέχονται την κατάσταση τους; Το πραγματικό πρόβλημα που παρατήρησα ότι βιώνουν οι άνθρωποι αυτοί είναι πως θα φτάσουν μόνοι τους στο τέλος. Η ποιότητα ζωής τους συνίσταται απλώς στο ότι συνεχίζουν να υπάρχουν. Για όλα τα πράγματα της καθημερινής ζωής χρειάζονται κάποιον να τους βοηθήσει. Η ζωή χάνει την αξιοπρέπειά της και απλά περιμένουν πότε θα πεθάνουν.

Η εμπειρία μου αυτή ήταν μια **θεραπεία-σόκ** της αφέλειας και της παιδικότητάς μου, ένα ταξίδι προς την ωρίμανση. Μια αυτογνωστική πορεία που με βοήθησε να αντιληφθώ την ποιητικότητα της ζωής, τη χρήση του προσώπιου φροντίδας, στην αναπαλαίωση της θέσης των σχέσεων μου. Ο φόβος τής μεταμόρφωσης μου παρουσιάστηκε μέσω των επιλογών μου. Η σκληρότητα της συμπεριφοράς των ανθρώπων με προσγείωσε.

Ενισχύθηκε μέσα μου η πεποίθηση ότι, όντας ανίκανοι να προστατευτούμε από την διαδικασία της φθοράς της ζωής, δυσκολευόμαστε να αποδεχθούμε το γεγονός ότι η ζωή δεν είναι υποχρέωση που πρέπει να την ζήσουμε. Και το αντίστροφο, η απλή συντήρηση της ζωής δεν μας κάνει αξιοπρεπείς ανθρώπους με ουσιαστική ποιότητα ζωής. Κάποιος θα μπορούσε να νιώθει περισσότερο έτοιμος να πεθάνει όταν χάνει την ουσιαστική επαφή με τον εαυτό του, τον ειλικρινή διάλογο με τα συναισθήματά του, την αξιοπρέπειά του. Όταν επίσης χάνει το σεβασμό και την εκτίμηση προς τον εαυτό του και τους ανθρώπους γύρω του, ειδικά εκείνων που εμπλέκονται στην ίδια του τη φροντίδα. Ή, υπάρχει καλύτερη περίπτωση, που κάποιος θα μπορούσε να νιώθει περισσότερο έτοιμος να πεθάνει όταν δώσει μέσα του απάντηση στο **θεμελιώδες** ερώτημα ποιο είναι το νόημα της ζωής. Όταν το απαντήσουμε αυτό μέσα μας, έρχεται και η απάντηση στο πότε πρέπει να πεθαίνει κάποιος, έχοντας καταλάβει βασικό κομμάτι της υπαρξής του που το σέβεται. Ναι, ο άνθρωπος πρέπει να φεύγει.

Ας μην ξεχνάμε να αγκαλιάζουμε το ταξίδι προς την αυτογνωσία τής ζωής μας, καθώς και το ταξίδι τού θανάτου. Θέλω να εκφράσω την ευγνωμοσύνη μου στους σημαντικούς ανθρώπους της ζωής μου για όσα μου έχουν προσφέρει που με βοήθησαν να φτάσω στο βαθμό συνειδητοποίησης και αγάπης εαυτού. Άνθρωποι όαση το ταξίδι της ερήμου της ζωής. Τον κύριο Γιάννη Δημολιάτη και την πρόκληση-πρόσκληση, την υποστήριξή του και την πίστη του στις δυνατότητές μου. Και σε σάς που με σεβασμό και κατανόηση με ακούσατε απέναντι στις δυσκολίες των θησαυρών-βιωμάτων μου.

Δεν σας το κρύβω που ζορίστηκα που τα ξανασκεφτήκα.

Συνοπτικά: η διαδικασία φροντίδας των βαριά πασχόντων είναι επίπονη διαδικασία που οδηγεί σε συγκρούσεις και δυσκολίες συνεργασίας, ειδικά σε ένα διαφορετικό πλαίσιο κουλτούρας που επιβαρύνει την όλη προσπάθεια. Ο μεγαλύτερος ασυνείδητος **φόβος** μου που αναγνώρισα δεν είναι ο φόβος του θανάτου, αλλά το χάσιμο της αξιοπρέπειας. Όταν χάνεται η αξιοπρέπεια, βάζεις σε απλή συντήρηση την ανθρώπινη ζωή. Και το αντίστροφο, η απλή συντήρησή μας στη ζωή δεν μας κάνει αξιοπρεπείς ανθρώπους με ουσιαστική ποιότητα ζωής. Ο φόβος του θανάτου έτσι χάθηκε μέσα μου. Όσα μού έμαθαν πέντε μήνες βιωμάτων δεν μου τα έμαθαν πέντε χρόνια σπουδών, εργασίας και διδασκαλίας. Ναι, ο άνθρωπος πρέπει να φεύγει. Να πεθαίνει.

Υστερόγραφο

Δεν θα ξαναπατήσω ποτέ το πόδι μου στην Αγγλία.
Τώρα είμαι σχολική νοσηλεύτρια. Είμαι ευτυχισμένη.