

## ΕΤΑΙΡΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ: Στην υπηρεσία της Ψυχικής Υγείας του Εργαζόμενου και της Υγείας της Εταιρείας

165 εκατομμύρια Ευρωπαίοι, αντιμετωπίζουν ψυχικές και νευρολογικές παθήσεις. Αυτό αντιστοιχεί στο 40% του πληθυσμού. (Ινστιτούτο Κλινικής Ψυχολογίας και Ψυχοθεραπείας, Πανεπιστήμιο Δρέσδης, 2011). Αυτό σημαίνει πως σε ένα γραφείο ή σε μία εταιρεία που φιλοξενεί από 3 άτομα και πάνω, ο νόμος των πιθανοτήτων υπαγορεύει πως τουλάχιστον ο ένας από αυτούς νοσεί είτε από διπολική διαταραχή, είτε από κατάθλιψη, είτε από κάποιου είδους φοβία, σωματόμορφη ή αγχώδη διαταραχή, εθισμό, ψύχωση... η λίστα είναι ατελείωτη και δεν συμπεριλαμβάνει καν τις νευρώσεις και τους ήπιους ψυχαναγκασμούς από τα οποία όλοι λίγο πολύ υποφέρουμε.

Τα ποσοστά αυτά δε βρίσκονται στη διάθεσή μας για την Ελλάδα. Αξίζει όμως να αναρωτηθεί κανείς, σε μία χώρα χτυπημένη βάνουσα από οικονομική και κοινωνικοπολιτική κρίση, σε μία χώρα που η ψυχολογική στήριξη θεωρείται ακόμα ταμπού, σε μία χώρα όπου η συγκάλυψη είναι η κυριότερη δεξιότητά μας, σε μία χώρα που νιώθουμε ολόένα και περισσότερο πως αποφασίζουν άλλοι πριν από εμάς για εμάς... αυτά τα νούμερα, που φτάνουν;

Τα τελευταία χρόνια έχω κληθεί πολλές φορές να προσφέρω υπηρεσίες ανάπτυξης ανθρώπινου δυναμικού σε δεκάδες εταιρείες της ελληνικής αγοράς. Σε αυτές, εκτός από την Οργανωτική Ανάπτυξη και το Executive Coaching, συμπεριλαμβάνεται και η Εταιρική Συμβουλευτική. Η Εταιρική Συμβουλευτική, είναι η προσφορά ψυχολογικής στήριξης σε ατομικό και ομαδικό επίπεδο. Στη Μεγάλη Βρετανία (και σε διάστημα δραστηριότητας περίπου 5 ετών, ίδιο με αυτό στην Ελλάδα), η υπηρεσία αυτή αντιπροσώπευε περίπου το 25% του κύκλου εργασιών μας. Στην Ελλάδα μετά βίας αγγίζει το 10% και αυτό ως επί το πλείστον ως ανταπόκριση σε ακραία γεγονότα και κρίσεις όπως ληστείες τραπεζών, καταστημάτων, εργατικά ατυχήματα κ.λπ. Επιπροσθέτως, 9 στις 10 από αυτές τις παρεμβάσεις ήταν ομαδικές, παρόλο που περιείχαν και ατομικές συναντήσεις. Το πιο ενδιαφέρον όμως στοιχείο, είναι το πως το ποσοστό αρχικών συναντήσεων όπου ζητείται παροχή υπηρεσίας Εταιρικής Συμβουλευτικής (έστω, βαφτισμένη ως «coaching»), είναι περίπου το ίδιο και στις δύο χώρες.

Τα παραπάνω στοιχεία, έστω και βάσει περιορισμένου δείγματος, αποκαλύπτουν τη δυσκολία που αντιμετωπίζουμε στη χώρα μας να πούμε τα πράγματα με το όνομα τους. Έχοντας δουλέψει με πολλές ομάδες εργασίας και διοικητικά συμβούλια, είμαι σε θέση να γνωρίζω τον όγκο και την ένταση των προσωπικών εμποδίων που αντιμετωπίζουν τα στελέχη, ειδικότερα τους τελευταίους 18 μήνες. Με δεδομένη την αδυναμία αύξησης μισθού ή άλλων ακριβών παροχών (όπως αυτοκίνητα και κινητά που «χρυσώνουν το χάπι»), ο εργοδότης οφείλει πλέον να αφουγκραστεί πιο προσεκτικά τις ανάγκες



των ομάδων του και να ανταποκριθεί καίρια και αποτελεσματικά. Και σε αυτή τη διαδικασία, μπορεί να βρει έναν πολύ καλό σύμμαχο στο πρόσωπο ενός κατηρημένου συμβούλου, ο οποίος πέρα από τα οφέλη που μπορεί να προσφέρει στους εργαζόμενους, αποτελεί και μία καλή επένδυση. Για του λόγου το αληθές, παραθέτουμε κάποια στοιχεία: Στη Μεγάλη Βρετανία το άμεσο κόστος των ψυχολογικών διαταραχών, ανέρχεται σε 77 δισεκατομμύρια στερλίνες (Sainsbury Centre for Mental Health, 2002-2003) και στην Ευρώπη αντιστοιχεί στο 4% του ΑΕΠ (International Labour Organisation, 2000). Κάντε μερικούς πρόχειρους υπολογισμούς για την Ελληνική Οικονομία. Τώρα για την εταιρεία σας. Αν σας περισσεύει χρόνος, κάντε αυτούς τους υπολογισμούς για την οικογένειά σας και για τον εαυτό σας. Σημειώστε επιπροσθέτως πως τα στοιχεία προέρχονται από τη εποχή των παχιών αγελάδων. Και κάντε τις σχετικές προσαυξήσεις. Πώς, όμως, θα βρείτε τον κατάλληλο άνθρωπο για μία τόσο λεπτεπίλεπτη διαδικασία; Η αλήθεια είναι ότι τα τελευταία 2-3 χρόνια, η αγορά των συμβούλων εντόπισε τις προκλήσεις των στελεχών και έστω και αν ακόμα δεν έχει επέλθει η ωρίμανση στη συγκεκριμένη αγορά, πολλοί άνθρωποι έσπευσαν να «ανέβουν στο βαγόνι» του λεγόμενου well-being για να βοηθήσουν τους

γύρω τους και ενδεχομένως και τον εαυτό τους, να ανακαλύψουν το νόημα της ζωής. Ανάμεσα σε αυτούς, υπάρχουν αξιόλογοι επαγγελματίες με την κατάλληλη εκπαίδευση ως ψυχολόγοι, ψυχοθεραπευτές και υποδομή σε θέματα ανθρώπινης συμπεριφοράς και παθολογίας, σύμβουλοι οι οποίοι αυθαίρετα πρόσθεσαν ακόμα μία δεξιότητα στο βιογραφικό τους και μία ενδιάμεση κατηγορία που καλύφτηκε κάτω από την ομπρέλα κάποιας εκπαίδευσης «life coaching» (που υποθέτω είναι καλύτερο από το τίποτα της προηγούμενης κατηγορίας, εκτός αν ισχύει αυτό που λένε για την ημιμάθεια). Η αλήθεια είναι πως πολλές φορές τα πράγματα είναι απλά και αν το στέλεχος είναι σε γενικές γραμμές σταθερό και ευτυχισμένο, μπορεί να νιώσει καλύτερα πίνοντας ένα πράσινο τσάι, τρώγοντας περισσότερα φρούτα, συζητώντας το τι θέλει πραγματικά να γίνει όταν μεγαλώσει και ακούγοντας πως πρέπει να ανακαλύψει τον «μοναδικό του εαυτό». Σε περιπτώσεις όμως λίγο πιο περίπλοκες, καλό είναι να καλούνται επαγγελματίες με εξειδίκευση στην ψυχική υγεία. Καμιά φορά το δάνειο της θετικής αναπαισίωσης, της συγκάλυψης και της πλαστικής πραγματικότητας έχει πολύ υψηλό επιτόκιο. Για εργοδότες, εργαζόμενους, συμβούλους και τα επιχειρηματικά δρώμενα της χώρας μας γενικότερα. •