

Πυρκαγιές: Το ψυχικό τραύμα που αφήνουν - Πώς επουλώνεται

/ [Γενικά Θέματα](#)



Ακούτε τον ψυχολόγο-ψυχοθεραπευτή Γιάννη Καλυβόπουλο να μιλά για το ψυχικό τραύμα που αφήνουν οι πυρκαγιές και τον τρόπο που μπορούμε να το διαχειριστούμε



Ενώσω οι πυρκαγιές μαίνονται τριγύρω μας και οι αναζωπυρώσεις είναι διαρκείς το πρώτο μέλημα μας είναι το σβήσιμο της φωτιάς. Οι φλόγες ωστόσο δεν καίνε μόνο κορμούς δέντρων και σπίτια. Καίνε και την ψυχή μας.

Δημιουργούν ένα τραύμα σε ορισμένες περιπτώσεις βαθύ και σιωπηλό με αποτέλεσμα να χρειάζεται ψυχική στήριξη και παρέμβαση ενός ειδικού για να το ξεπεράσουμε.

Τα στοιχεία αποκαλύπτουν ότι περίπου 4 στους δέκα πληγέντες από φυσικές καταστροφές κινδυνεύουν από ψυχικές διαταραχές τον πρώτο χρόνο μετά την έκθεση στο καταστροφικό συμβάν.

Ο ψυχολόγος - ψυχοθεραπευτής Γιάννης Καλυβόπουλος με πολυετή εμπειρία στους Γιατρούς του Κόσμου μας μιλάει για τους τρόπους διαχείρισης του ψυχικού τραύματος.

Ο κύριος Καλυβόπουλος παρείχε τη στήριξή του στους πληγέντες της φωτιάς στο Μάτι και τη Ραφήνα και γνωρίζει καλά πώς είναι να μιλάς και να προσφέρεις στήριξη σε ανθρώπους που έχουν χάσει την περιουσία τους ή ακόμη χειρότερα, τα αγαπημένα τους πρόσωπα.

Ακούστε τη συζήτηση στο podcast που ακολουθεί: