



Υπουργείο Εσωτερικών  
Αρχηγείο Ελληνικής Αστυνομίας  
Διεύθυνση Υγειονομικού  
Κεντρικό Ιατρείο Αθηνών

210 34 10900

24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή



Ψυχολογικής Υποστήριξης,  
Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης



# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

Η «24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής και Ενημέρωσης» είναι μια δομή παροχής φροντίδας στον τομέα της ψυχικής υγείας που απευθύνεται στο ένστολο και το πολιτικό προσωπικό της Ελληνικής Αστυνομίας, εν ενεργεία και συνταξιούχους, καθώς και στα μέλη των οικογενειών τους. Υπάγεται στο Ψυχιατρικό Τμήμα του Κεντρικού Ιατρείου Αθηνών και στεγάζεται στις εγκαταστάσεις του Ιατρείου στην οδό Πειραιώς 153 στην Αθήνα.



# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

Αντικείμενο της Γραμμής είναι η παροχή ψυχολογικής φροντίδας στους δικαιούχους, με χαρακτήρα συμβουλευτικό και υποστηρικτικό, με δικαίωμα ανώνυμης επικοινωνίας, καθώς και τήρηση του απορρήτου και της εμπιστευτικότητας των συνομιλιών, δρώντας συμπληρωματικά προς το κλινικό έργο που παρέχουν οι Ειδικοί Ψυχικής Υγείας της Ελληνικής Αστυνομίας. Φιλοδοξία και προτεραιότητα του προσωπικού της Γραμμής είναι να βρίσκεται δίπλα στο συνάδελφο, οποιαδήποτε ώρα του 24ώρου, καταργώντας τις αποστάσεις και τους περιορισμούς. Να βρίσκεται δίπλα στο συνάνθρωπο που καλεί, όχι από αδυναμία αλλά κάνοντας μια κίνηση αυτοφροντίδας και υπευθυνότητας απέναντι στον ίδιο και το περιβάλλον του.



## ΙΣΤΟΡΙΚΟ

Η 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή αποτελεί προϊόν συστηματικής εργασίας που ξεκίνησε με πρωτοβουλία της πολιτικής και φυσικής Ηγεσίας του Σώματος, οι οποίοι αφουγκραζόμενοι τις αυξανόμενες απαιτήσεις της εποχής και των αναγκών του Προσωπικού του Σώματος της Ελληνικής Αστυνομίας, ανέθεσαν σε επιστημονική ομάδα του Κεντρικού Ιατρείου Αθηνών τη μελέτη και υλοποίηση του εγχειρήματος.

Τον Μάρτιο του 2017 πραγματοποιείται, από την πολιτική και φυσική Ηγεσία, η επίσημη παρουσίαση και έναρξη λειτουργίας της «24ωρης Τηλεφωνικής Γραμμής Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής και Ενημέρωσης» και από τα πρώτα πρωινά λεπτά της 23ης Μαρτίου 2017 η Γραμμή και το Προσωπικό της είναι συνεχώς διαθέσιμα όλο το 24ωρο, δίπλα στον συνάδελφο και την οικογένειά του.



## ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

- Ψυχολογική υποστήριξη ένστολου και πολιτικού προσωπικού της Ελληνικής αστυνομίας σε θέματα υπηρεσιακού και οικογενειακού περιβάλλοντος, καθώς και θέματα κοινωνικού ενδιαφέροντος.
- Υποστήριξη των οικογενειών των δικαιούχων, καθώς και του εν αποστρατεία προσωπικού και των οικογενειών τους σε θέματα ψυχικής υγείας.
- Άμεση ανταπόκριση και παρέμβαση σε καταστάσεις προσωπικής κρίσεως.
- Συμβουλευτική του Προσωπικού και των Διοικήσεων για το χειρισμό ειδικών περιστατικών και καταστάσεων.





## ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΟΙ ΣΤΟΧΟΙ

- Πρόληψη και διαχείριση του καθημερινού στρες και του εργασιακού άγχους.
- Συμβουλευτική σε θέματα σχέσεων, οικογένειας και συμπεριφοράς.
- Ψυχολογική υποστήριξη σε θέματα υγείας, οργανικών νοσημάτων, θέματα πένθους, καθώς και άλλων απωλειών.
- Πρόληψη και διαχείριση περιστατικών κατάθλιψης και άλλων ψυχικών διαταραχών και διασύνδεση με τους Υπηρεσιακούς Ψυχιάτρους και Ψυχολόγους.



## ΣΤΕΛΕΧΩΣΗ

Η Τηλεφωνική Γραμμή στελεχώνεται από εννέα Αστυνομικούς Γενικών Καθηκόντων, οι οποίοι κατέχουν πτυχίο Ψυχολογίας και άδεια Ασκήσεως Επαγγέλματος Ψυχολόγου, έχουν μεταπτυχιακές σπουδές και κλινική εμπειρία στο αντικείμενο της ψυχολογίας, ενώ έχουν τύχει ειδικής εκπαίδευσης σε θέματα διαχείρισης προσωπικών κρίσεων, περιστατικών αυτοκαταστροφικότητας και αυτοκτονικότητας.

Πλεονέκτημα της διπλής ιδιότητας του προσωπικού της Γραμμής αποτελεί το γεγονός ότι, εκτός από την επιστημονική κατάρτιση και εξειδίκευσή του για την παροχή επιστημονικής ψυχολογικής φροντίδας, υπάρχει εμπειρία και προσωπικό βίωμα του αμιγούς αστυνομικού αντικειμένου που εξασφαλίζει καλύτερη κατανόηση και ανταπόκριση στις ανάγκες των συνάδελφων.



# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

## ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΚΛΗΣΕΩΝ ΕΤΟΥΣ 2017

| <u>ΜΗΝΑΣ</u> | ΑΝΔΡΕΣ | ΓΥΝΑΙΚΕΣ | ΑΝΑΠΑ-<br>ΝΤΗΤΕΣ<br>ΔΕΝ<br>ΜΙΛΗΣΑΝ | ΕΝ<br>ΕΝΕΡΓΕΙΑ | ΣΥΝΤΑΞΙ-<br>ΟΥΧΟΙ | ΜΕΛΗ | ΑΛΛΕΣ<br>ΠΕΡΙΠΤΩ-<br>ΣΕΙΣ | ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ -<br>ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ | ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ<br>ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ | ΣΥΜΒΟΥ-<br>ΛΕΥΤΙΚΗ | ΑΛΛΕΣ<br>ΠΕΡΙΠΤΩ-<br>ΣΕΙΣ | ΣΥΝΟΛΙΚΕΣ |
|--------------|--------|----------|------------------------------------|----------------|-------------------|------|---------------------------|----------------------------|--------------------------|--------------------|---------------------------|-----------|
| ΜΑΡΤΙΟΣ      | 21     | 10       | 3                                  | 14             | 1                 | 8    | 11                        | 10                         | 6                        | 12                 | 6                         | 34        |
| ΑΠΡΙΛΙΟΣ     | 43     | 22       | 10                                 | 42             | 1                 | 13   | 19                        | 17                         | 18                       | 23                 | 17                        | 75        |
| ΜΑΪΟΣ        | 34     | 27       | 4                                  | 25             | 5                 | 11   | 24                        | 18                         | 14                       | 20                 | 13                        | 65        |
| ΙΟΥΝΙΟΣ      | 14     | 45       | 10                                 | 15             | 0                 | 16   | 38                        | 22                         | 10                       | 22                 | 15                        | 69        |
| ΙΟΥΛΙΟΣ      | 19     | 52       | 9                                  | 19             | 1                 | 33   | 27                        | 27                         | 8                        | 32                 | 13                        | 80        |
| ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ    | 23     | 29       | 7                                  | 27             | 1                 | 14   | 17                        | 14                         | 6                        | 26                 | 13                        | 59        |
| ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ  | 29     | 32       | 8                                  | 31             | 0                 | 17   | 21                        | 25                         | 11                       | 18                 | 15                        | 69        |
| ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ    | 25     | 48       | 8                                  | 20             | 2                 | 17   | 42                        | 22                         | 22                       | 26                 | 11                        | 81        |
| ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ    | 20     | 43       | 11                                 | 15             | 1                 | 30   | 28                        | 25                         | 11                       | 22                 | 16                        | 74        |
| ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ   | 31     | 54       | 20                                 | 23             | 0                 | 35   | 47                        | 25                         | 9                        | 42                 | 29                        | 105       |
| ΣΥΝΟΛΟ       | 259    | 362      | 90                                 | 231            | 12                | 194  | 274                       | 205                        | 115                      | 243                | 148                       | 711       |

210 34 10900





# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

## ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΚΛΗΣΕΩΝ ΕΤΟΥΣ 2018

| <u>ΜΗΝΑΣ</u> | ΑΝΔΡΕΣ | ΓΥΝΑΙΚΕΣ | ΑΝΑΠΑ-<br>ΝΤΗΤΕΣ<br><br>ΔΕΝ<br>ΜΙΛΗΣΑΝ | ΕΝ<br>ΕΝΕΡΓΕΙΑ | ΣΥΝΤΑΞΙ-<br>ΟΥΧΟΙ | ΜΕΛΗ | ΆΛΛΕΣ<br>ΠΕΡΙΠΤΩ-<br>ΣΕΙΣ | ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ -<br>ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ | ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ<br>ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ | ΣΥΜΒΟΥ-<br>ΛΕΥΤΙΚΗ | ΆΛΛΕΣ<br>ΠΕΡΙΠΤΩ-<br>ΣΕΙΣ | ΣΥΝΟΛΙΚΕΣ |
|--------------|--------|----------|----------------------------------------|----------------|-------------------|------|---------------------------|----------------------------|--------------------------|--------------------|---------------------------|-----------|
| ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ   | 41     | 54       | 12                                     | 33             | 2                 | 25   | 47                        | 30                         | 26                       | 35                 | 16                        | 107       |
| ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ  | 23     | 32       | 11                                     | 17             | 3                 | 13   | 33                        | 22                         | 16                       | 14                 | 14                        | 66        |
| ΜΑΡΤΙΟΣ      | 27     | 38       | 10                                     | 24             | 3                 | 22   | 26                        | 27                         | 8                        | 24                 | 16                        | 75        |
| ΑΠΡΙΛΙΟΣ     | 16     | 26       | 5                                      | 11             | 3                 | 12   | 21                        | 14                         | 3                        | 22                 | 8                         | 47        |
| ΜΑΪΟΣ        | 19     | 36       | 8                                      | 11             | 2                 | 23   | 27                        | 23                         | 4                        | 25                 | 11                        | 63        |
| ΙΟΥΝΙΟΣ      | 33     | 42       | 13                                     | 10             | 1                 | 43   | 34                        | 21                         | 26                       | 21                 | 20                        | 88        |
| ΙΟΥΛΙΟΣ      | 15     | 38       | 8                                      | 16             | 1                 | 21   | 23                        | 21                         | 17                       | 11                 | 12                        | 61        |
| ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ    | 26     | 43       | 1                                      | 15             | 0                 | 33   | 22                        | 25                         | 19                       | 21                 | 5                         | 70        |
| ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ  | 35     | 53       | 2                                      | 33             | 1                 | 36   | 20                        | 36                         | 22                       | 22                 | 10                        | 90        |
| ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ    | 19     | 44       | 3                                      | 21             | 0                 | 26   | 19                        | 27                         | 7                        | 25                 | 7                         | 66        |
| ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ    | 9      | 34       | 1                                      | 9              | 1                 | 23   | 11                        | 16                         | 12                       | 13                 | 3                         | 44        |
| ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ   | 20     | 29       | 7                                      | 18             | 2                 | 20   | 16                        | 16                         | 11                       | 14                 | 15                        | 56        |
| ΣΥΝΟΛΟ       | 283    | 469      | 81                                     | 218            | 19                | 297  | 299                       | 278                        | 171                      | 247                | 137                       | 833       |

210 34 10900



# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

## ΚΛΗΣΕΙΣ ΑΠΟ ΕΝΑΡΞΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

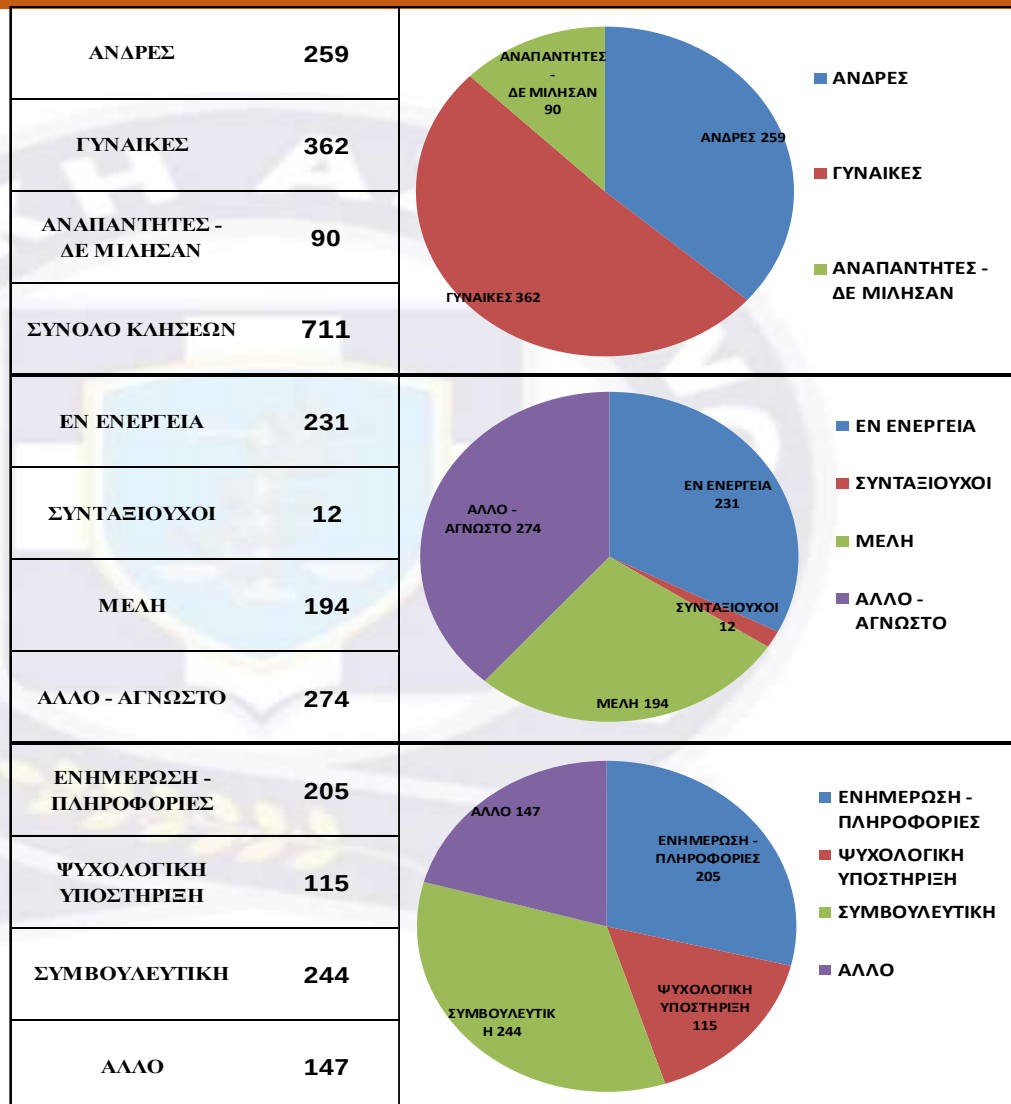
|                  | ΑΝΔΡΕΣ     | ΓΥΝΑΙΚΕΣ   | ΑΝΑΠΑ-<br>ΝΤΗΤΕΣ<br>ΔΕΝ<br>ΜΙΛΗΣΑΝ | ΕΝ<br>ΕΝΕΡΓΕΙΑ | ΣΥΝΤΑΞΙ-<br>ΟΥΧΟΙ | ΜΕΛΗ       | ΑΛΛΕΣ<br>ΠΕΡΙΠΤΩ-<br>ΣΕΙΣ | ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ -<br>ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ | ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗ<br>ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ | ΣΥΜΒΟΥ-<br>ΛΕΥΤΙΚΗ | ΑΛΛΕΣ<br>ΠΕΡΙΠΤΩ-<br>ΣΕΙΣ | ΣΥΝΟΛΙΚΕΣ   |
|------------------|------------|------------|------------------------------------|----------------|-------------------|------------|---------------------------|----------------------------|--------------------------|--------------------|---------------------------|-------------|
| <b>ΕΤΟΣ 2017</b> | 259        | 362        | 90                                 | 231            | 12                | 194        | 274                       | 205                        | 115                      | 243                | 148                       | <b>711</b>  |
| <b>ΕΤΟΣ 2018</b> | 283        | 469        | 81                                 | 218            | 19                | 297        | 299                       | 278                        | 171                      | 247                | 137                       | <b>833</b>  |
| <b>ΣΥΝΟΛΟ</b>    | <b>542</b> | <b>831</b> | <b>171</b>                         | <b>449</b>     | <b>31</b>         | <b>491</b> | <b>573</b>                | <b>483</b>                 | <b>286</b>               | <b>490</b>         | <b>285</b>                | <b>1544</b> |



# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΤΙΚΕΣ  
ΚΛΗΣΕΙΣ

ΕΤΟΥΣ  
2017



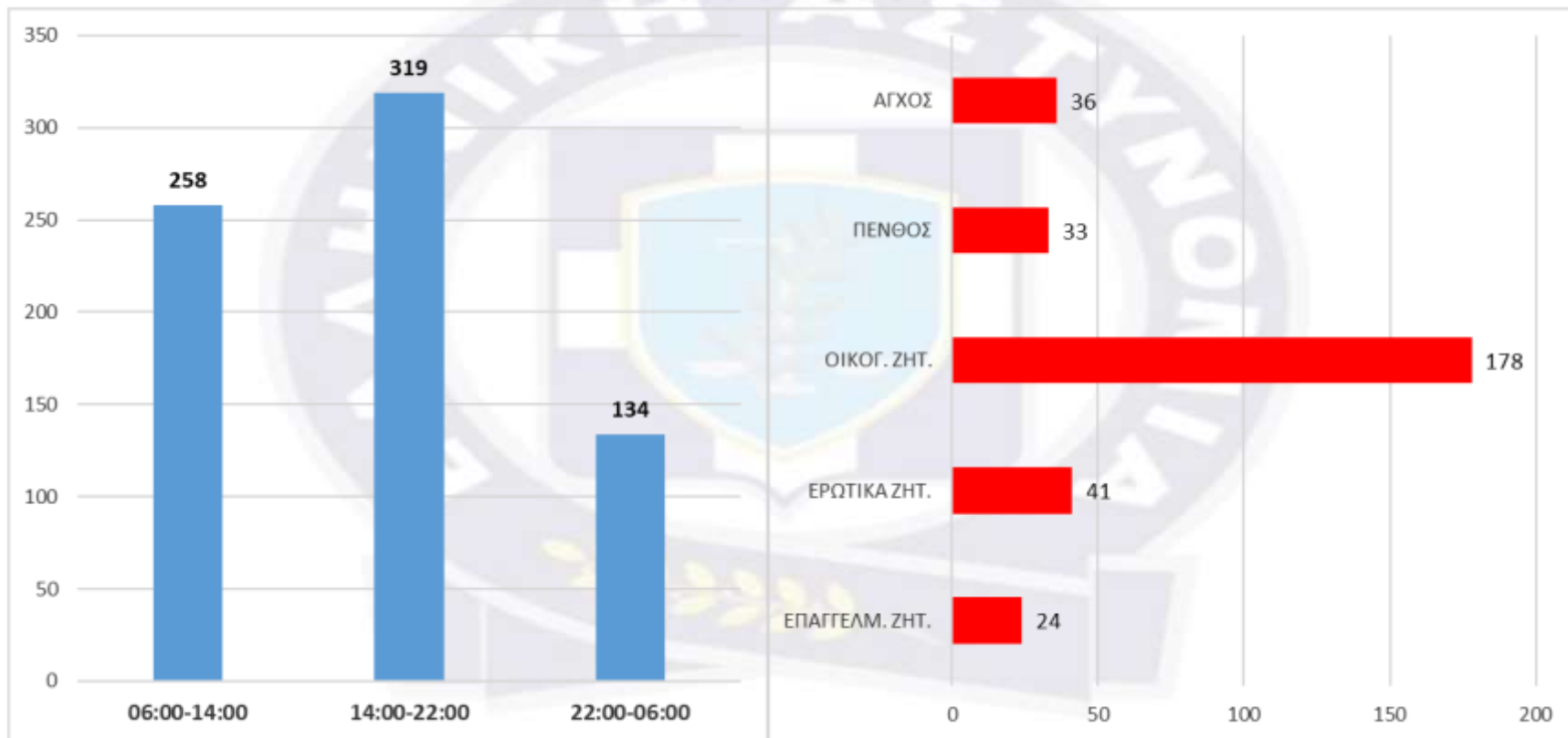
210 34 10900



Υπουργείο Εσωτερικών  
Αρχηγείο Ελληνικής Αστυνομίας  
Διεύθυνση Υγειονομικού  
Κεντρικό Ιατρείο Αθηνών

# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

## ΕΤΟΣ 2017



Συχνότητα κλήσεων ανά ωράριο εργασίας

Συχνότερα εμφανιζόμενα αιτήματα

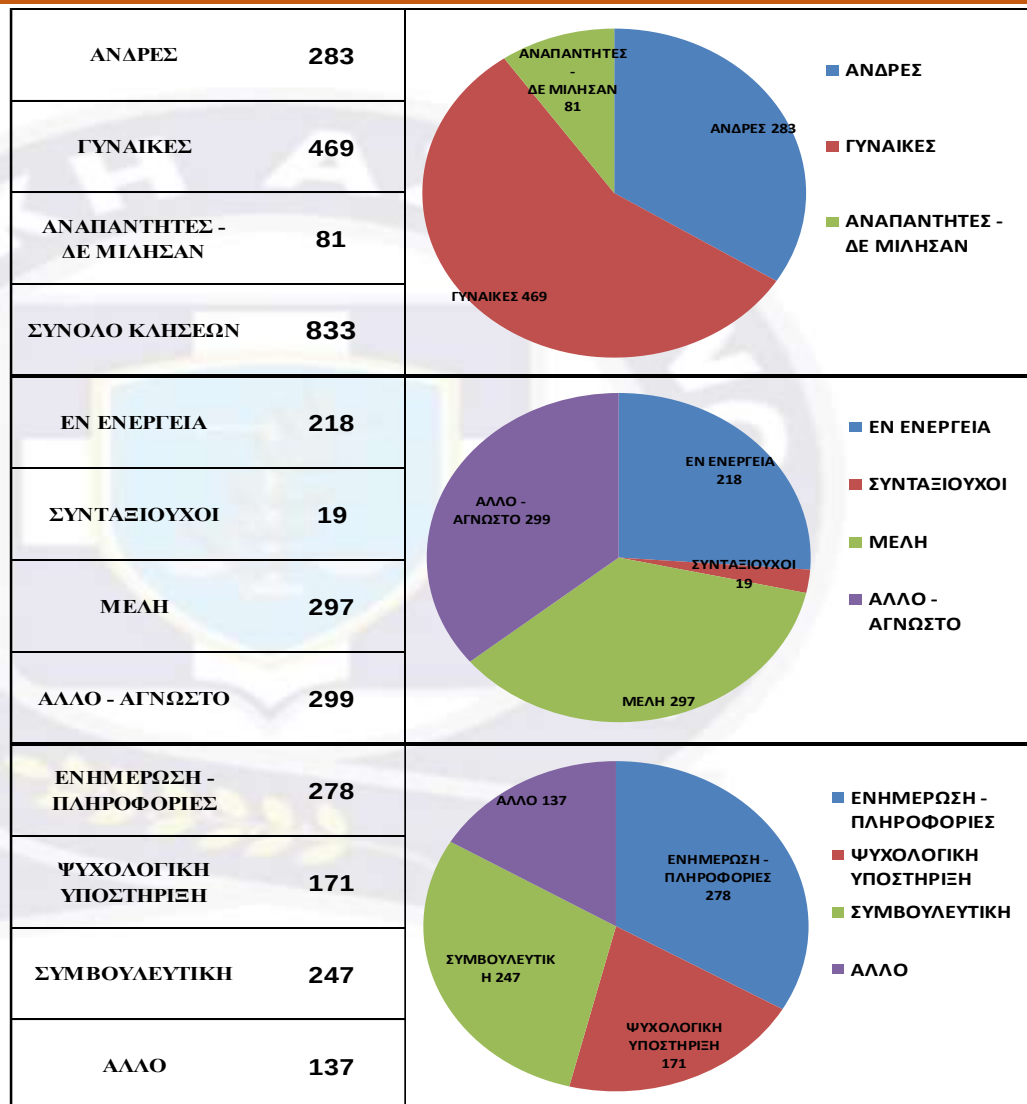
**210 34 10900**



# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΤΙΚΕΣ  
ΚΛΗΣΕΙΣ

ΕΤΟΥΣ  
2018



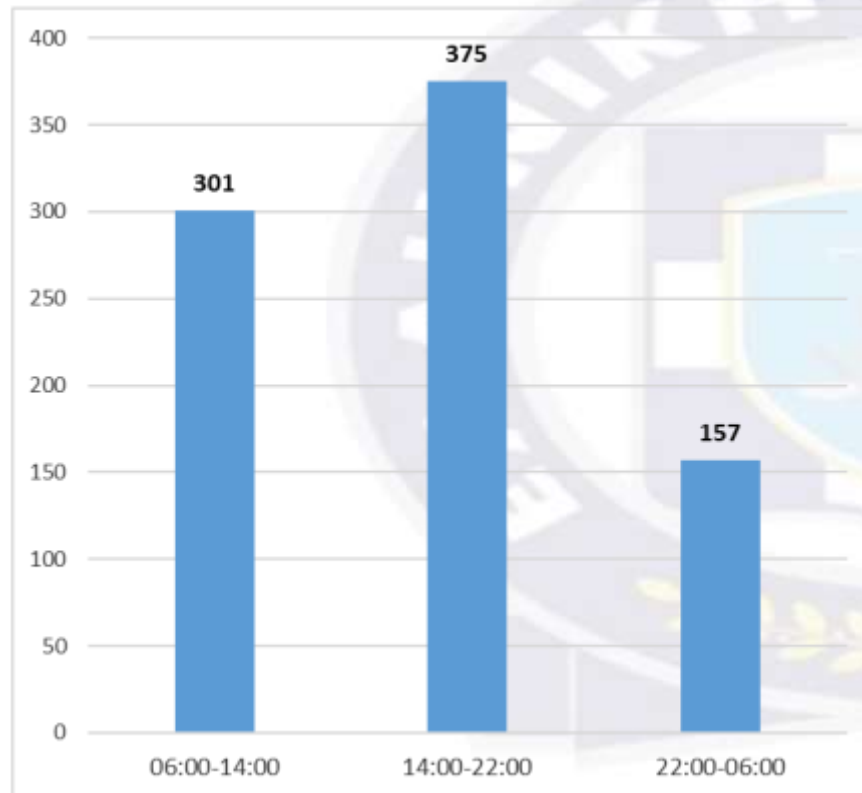
210 34 10900



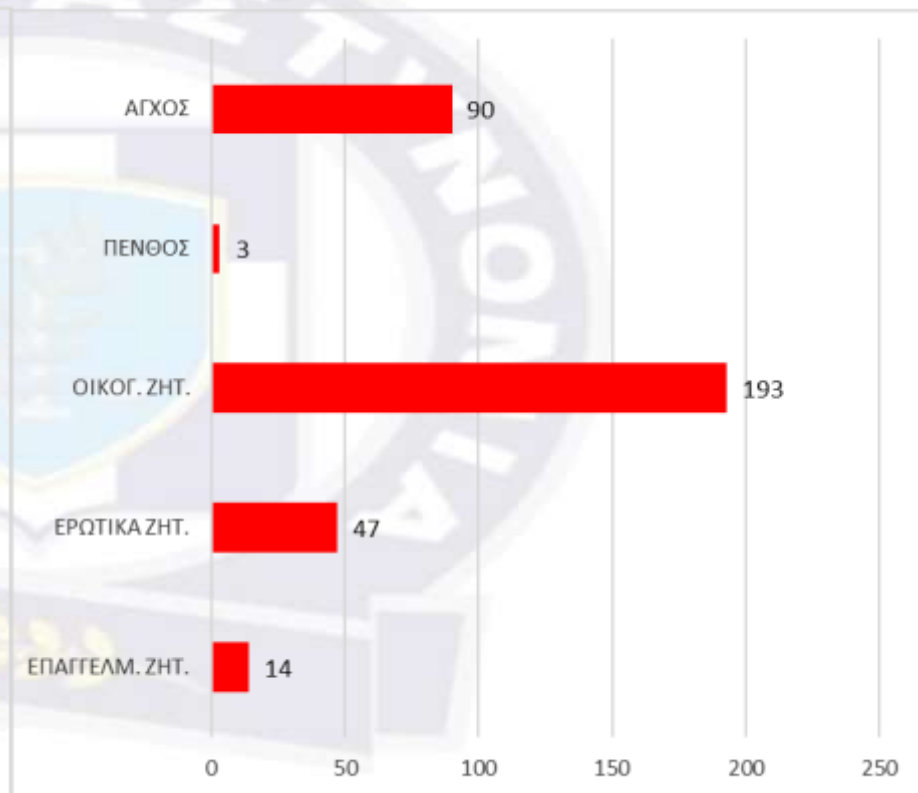


# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

## ΕΤΟΣ 2018



Συχνότητα κλήσεων ανά ωράριο εργασίας



Συχνότερα εμφανιζόμενα αιτήματα

**210 34 10900**



# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης





# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

## ΠΕΝΘΟΣ

### ΣΤΑΔΙΑ

- Άρνηση
- Θυμός
- Διαπραγμάτευση
- Κατάθλιψη
- Αποδοχή

Η μετάβαση από το ένα στάδιο στο άλλο δεν είναι απαραίτητα διαδοχική, ενώ συχνά το άτομο μπορεί να παλινδρομήσει σε προγενέστερο στάδιο.

Το πλέον κρίσιμο στάδιο είναι αυτό της κατάθλιψης, διότι το άτομο εμφανίζει συμπτώματα ανησυχίας, ανηδονίας, απελπισίας και ενεργό επιθυμία για πρόωρο θάνατο.



Υπουργείο Εσωτερικών  
Αρχηγείο Ελληνικής Αστυνομίας  
Διεύθυνση Υγειονομικού  
Κεντρικό Ιατρείο Αθηνών

# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

**ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ  
ΔΙΑΖΥΓΙΟΥ**

**ΣΧΕΣΕΙΣ ΜΕ ΤΗΝ  
ΠΑΤΡΙΚΗ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ  
ΚΑΙ ΤΟΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ  
ΠΕΡΙΓΥΡΟ**

**ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΑ  
ΖΗΤΗΜΑΤΑ**

**ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ  
ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ  
ΠΑΙΔΙΩΝ**

**ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΤΟΥ  
ΖΕΥΓΑΡΙΟΥ**

**210 34 10900**



# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης





## ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΕΣ ΑΣΤΥΝΟΜΙΚΟΥ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ ΠΟΥ ΕΛΑΒΑΝ ΧΩΡΑ ΚΑΤΑ ΤΑ ΕΤΗ 2007 – 2018

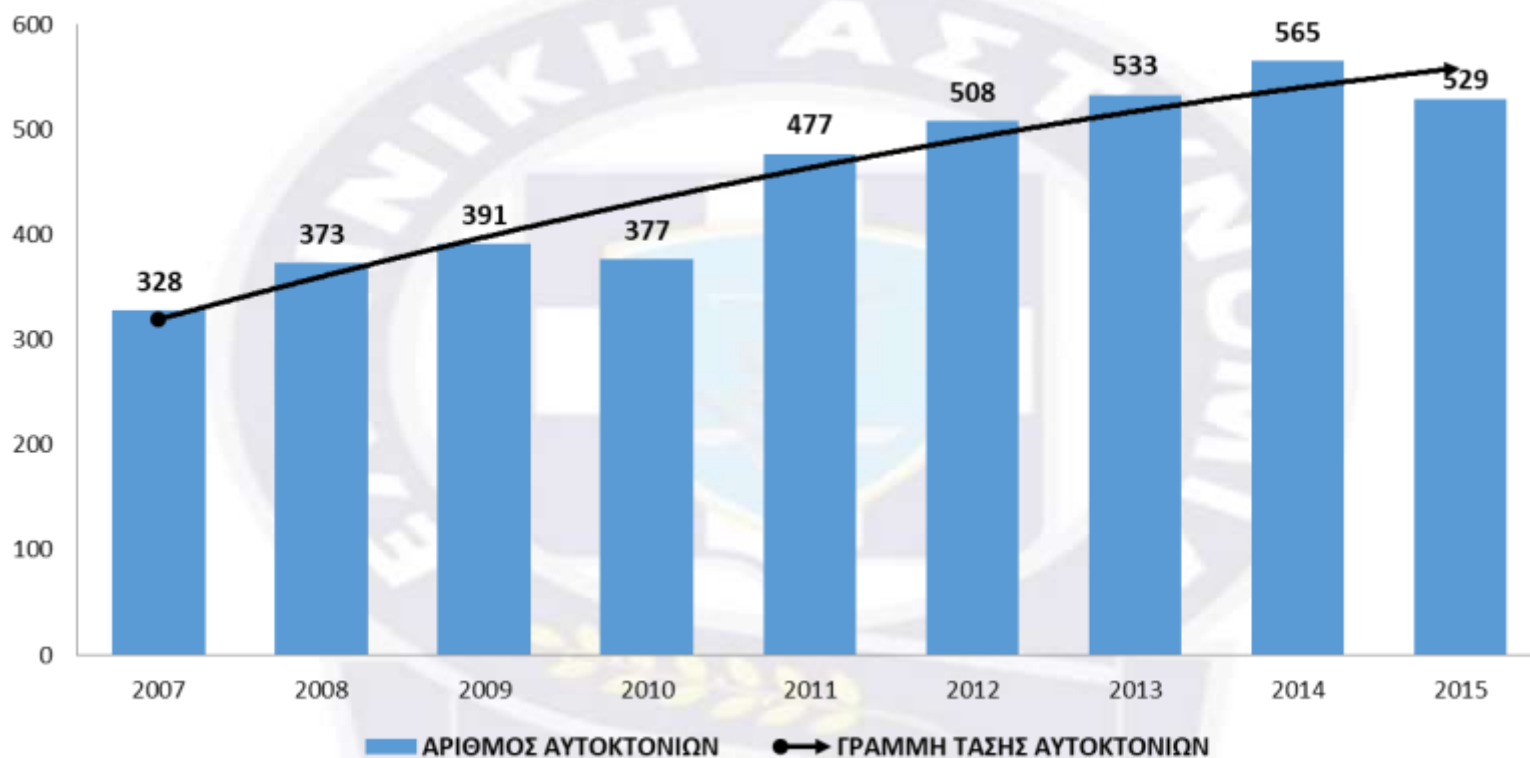
| Α/Α                                                       | Έτος | Αξιωματικοί ΕΛ.ΑΣ | Κατώτερο αστυνομικό προσωπικό |           |      | Συνολικός αριθμός<br>αστυνομικών ανά βαθμό<br>κατ'έτος |
|-----------------------------------------------------------|------|-------------------|-------------------------------|-----------|------|--------------------------------------------------------|
|                                                           |      |                   | ΑΣΤΥΦ. -<br>ΑΝΘ/ΜΟΙ           | ΣΥΝΟΡ/ΚΕΣ | Ε.Φ. |                                                        |
| 01                                                        | 2007 | 1                 | 2                             | 1         | 1    | 5                                                      |
| 02                                                        | 2008 | 0                 | 2                             | 1         | 0    | 3                                                      |
| 03                                                        | 2009 | 1                 | 2                             | 0         | 0    | 3                                                      |
| 04                                                        | 2010 | 1                 | 4                             | 0         | 0    | 5                                                      |
| 05                                                        | 2011 | 0                 | 4                             | 0         | 0    | 4                                                      |
| 06                                                        | 2012 | 0                 | 3                             | 0         | 0    | 3                                                      |
| 07                                                        | 2013 | 0                 | 5                             | 0         | 1    | 6                                                      |
| 08                                                        | 2014 | 0                 | 3                             | 0         | 1    | 4                                                      |
| 09                                                        | 2015 | 0                 | 2                             | 0         | 1    | 3                                                      |
| 10                                                        | 2016 | 2                 | 3                             | 0         | 0    | 5                                                      |
| 11                                                        | 2017 | 0                 | 3                             | 0         | 0    | 3                                                      |
| 12                                                        | 2018 | 0                 | 0                             | 0         | 0    | 0                                                      |
| Συνολικός αριθμός<br>αστυνομικού προσωπικού<br>κατά βαθμό |      | 05                | 33                            | 02        | 04   | 44                                                     |





# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

## ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΕΣ ΣΤΟ ΣΥΝΟΛΟ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΛΗΘΥΣΜΟΥ



| ΕΤΟΣ        | 2007 | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 |
|-------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΕΣ | 328  | 373  | 391  | 377  | 477  | 508  | 533  | 565  | 529  |

\*ΠΗΓΗ: ΕΛΣΤΑΤ

210 34 10900



# 24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή Ψυχολογικής Υποστήριξης, Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

## ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΕΣ ΑΣΤΥΝΟΜΙΚΟΥ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ



| ΕΤΟΣ        | 2007 | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 | 2018 |
|-------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| ΑΥΤΟΚΤΟΝΙΕΣ | 5    | 3    | 3    | 5    | 4    | 3    | 6    | 4    | 3    | 5    | 3    | 0    |

\*ΠΗΓΗ: ΕΛ.ΑΣ.

210 34 10900



Υπουργείο Εσωτερικών  
Αρχηγείο Ελληνικής Αστυνομίας  
Διεύθυνση Υγειονομικού  
Κεντρικό Ιατρείο Αθηνών

24ωρη Τηλεφωνική Γραμμή  
Ψυχολογικής Υποστήριξης,  
Συμβουλευτικής & Ενημέρωσης

ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΓΙΑ ΤΗΝ  
ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ

210 34 10900