

6η εκδήλωση Ελεύθερου Πανεπιστημίου Δήμου Πεντέλης

«Ψυχική ανθεκτικότητα: Μετατρέποντας τις προκλήσεις σε δύναμη»

Πραγματοποιήθηκε η 6η εκδήλωση του **Ελεύθερου Πανεπιστημίου Δήμου Πεντέλης** για το ακαδημαϊκό έτος 2025-2026, με θέμα την «**Ψυχική Ανθεκτικότητα: μετατρέποντας τις προκλήσεις σε δύναμη**».

Η εκδήλωση συγκέντρωσε το ενδιαφέρον εκπαιδευτικών, επιστημόνων και πολιτών, αναδεικνύοντας τη σημασία της ψυχικής ενδυνάμωσης τόσο σε προσωπικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο.

Στην εκδήλωση συμμετείχαν ως εισηγητές ο **Αντώνιος Ντακανάλης**, Καθηγητής Ψυχιατρικής και Ψυχοθεραπείας στο Πανεπιστήμιο του Μιλάνου, η **Βασιλική Γιωτσίδη**, Επίκουρη Καθηγήτρια Κλινικής Ψυχολογίας του Παντείου Πανεπιστημίου, και η **Βασιλική Ρούσσου**, Κλινική Ψυχολόγος, ψυχαναλύτρια και ακαδημαϊκή ερευνήτρια του Παντείου Πανεπιστημίου. Τον συντονισμό της συζήτησης είχε η ακαδημαϊκή υπεύθυνη του θεσμού, **Μαρίνα Γρηγοροπούλου**.

Μέσα από τις τοποθετήσεις τους, οι ομιλητές προσέγγισαν την ψυχική ανθεκτικότητα όχι απλώς ως μια ικανότητα διαχείρισης δυσκολιών, αλλά ως μια βαθύτερη διαδικασία νοηματοδότησης της ζωής. Ανέδειξαν τον τρόπο με τον οποίο οι προσωπικές και κοινωνικές προκλήσεις μπορούν να λειτουργήσουν ως αφετηρία εσωτερικής εξέλιξης, μετασχηματισμού και ενδυνάμωσης.

Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στη σημασία των υποστηρικτικών σχέσεων, των αξιών και των κοινωνικών θεσμών που συμβάλλουν στην ανάπτυξη ψυχικά ανθεκτικών ανθρώπων και κοινοτήτων. Η Βασιλική Γιωτσίδη υπογράμμισε τον καθοριστικό ρόλο της επιστήμης, της εκπαίδευσης και του πολιτισμού, αναφερόμενη στις έξι βασικές αρετές που αποτελούν θεμέλια τόσο ατομικής όσο και συλλογικής ανθεκτικότητας: σοφία, θάρρος, δικαιοσύνη, εγκράτεια, υπέρβαση και ανθρωπιά.

Η Δήμαρχος **Νατάσσα Κοσμοπούλου** δήλωσε:

«Το Ελεύθερο Πανεπιστήμιο Δήμου Πεντέλης συνεχίζει να αποτελεί έναν ζωντανό χώρο γνώσης, διαλόγου και κοινωνικής ευαισθητοποίησης. Η θεματική της ψυχικής ανθεκτικότητας είναι σήμερα περισσότερο επίκαιρη από ποτέ, καθώς αφορά την ικανότητά μας να στεκόμαστε δυνατοί απέναντι στις προκλήσεις της καθημερινότητας, με αξίες, αλληλεγγύη και συλλογικότητα. Ευχαριστούμε θερμά τους διακεκριμένους ομιλητές, τους εκπαιδευτικούς και όλους τους πολίτες που συμμετείχαν ενεργά σε αυτή τη σημαντική εκδήλωση.»

Η Αντιδήμαρχος Πολιτισμού **Άρτεμις Αργύρη**, στον χαιρετισμό της, τόνισε ότι η ψυχική ανθεκτικότητα αποτελεί μια βαθιά κοινωνική και συλλογική διαδικασία. Όπως ανέφερε, συνδέεται άμεσα με την παιδεία, την καλλιέργεια αξιών, την αλληλεγγύη, τη συμμετοχή και τη διαμόρφωση ενός ισχυρού κοινωνικού ιστού που μπορεί να στηρίζει τον άνθρωπο στις δυσκολίες της σύγχρονης εποχής. Υπογράμμισε επίσης ότι η ουσιαστική ανθεκτικότητα δεν αφορά μόνο την ατομική αντοχή, αλλά

την ικανότητα των ανθρώπων να πορεύονται μαζί, με κοινές αξίες και αλληλοστήριξη.

Την εκδήλωση χαιρέτισε η Αντιπεριφερειάρχης Βορείου Τομέα **Μαργαρίτα Βάρσου**, ενώ παρευρέθηκαν και τίμησαν με την παρουσία τους εκπρόσωποι της αυτοδιοίκησης, της ακαδημαϊκής κοινότητας και φορέων της πόλης. Ανάμεσά τους ήταν η αντιδήμαρχος Πεντέλης Μερóπη Καπετανοπούλου, η πρόεδρος του Παιδαγωγικού Τμήματος της ΑΣΠΑΙΤΕ Σίσσυ Παπανικολάου, καθώς και εκπρόσωποι συλλόγων και φορέων.

Ιδιαίτερα συγκινητική ήταν η παρουσία πολλών εκπαιδευτικών όλων των βαθμίδων της πόλης, γεγονός που ανέδειξε τη σημασία που έχει η ψυχική ενδυνάμωση και η καλλιέργεια αξιών στον χώρο της εκπαίδευσης και της κοινωνίας συνολικά.

Η 6η εκδήλωση του Ελεύθερου Πανεπιστημίου Δήμου Πεντέλης ολοκληρώθηκε μέσα σε κλίμα ουσιαστικού διαλόγου και προβληματισμού, επιβεβαιώνοντας τον ρόλο του θεσμού ως χώρου γνώσης, ανταλλαγής ιδεών και ενίσχυσης της κοινωνικής συνοχής.