

**Εκδήλωση για το Σύνδρομο της Άδειας Φωλιάς: «Φτερά για το παιδί, ρίζες για την οικογένεια: από την άδεια φωλιά στη νέα ισορροπία»**

*Ομιλία για το Σύνδρομο της Άδειας Φωλιάς και τη μεγάλη μετάβαση της οικογένειας, στο πλαίσιο του Φεστιβάλ Νεολαίας του Δήμου Πεντέλης*

Ο Δήμος Πεντέλης, στο πλαίσιο της παράλληλης δράσης που αναπτύσσει το Φεστιβάλ Νεολαίας, παρουσιάζει την ομιλία με τίτλο **«Φτερά για το παιδί, ρίζες για την οικογένεια: από την άδεια φωλιά στη νέα ισορροπία»**.

Η δράση ανήκει στον Δήμο Πεντέλης και αποτελεί μέρος του Φεστιβάλ Νεολαίας, στο πλαίσιο των παράλληλων δράσεων που αναπτύσσει το Φεστιβάλ. Αποτελεί σύμπραξη έργου της Βασιλικής Ρούσσου, MSc, PhD(c), Κλινικής Ψυχολόγου - Ψυχαναλύτριας, Εντεταλμένης Συμβούλου Ψυχικής Υγείας Δήμου Πεντέλης, και του Φεστιβάλ Νεολαίας του Δήμου Πεντέλης.

Ομιλίες:

**Κεντρική Ομιλήτρια:**

**Ειρήνη Γεωργίου, MSc, Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια**

**Τμήμα Ψυχικής Υγείας, Αντιδημαρχίας Κοινωνικής Πολιτικής Βασιλική Ρούσσου, MSc, PhD(c)**

Κλινική Ψυχολόγος - Ψυχαναλύτρια

Εντεταλμένη Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας Δήμου Πεντέλης

Τι συμβαίνει όταν η «φωλιά» αδειάζει και το παιδί ανοίγει τα φτερά του για την ενήλικη ζωή;

Η αποχώρηση των παιδιών από το σπίτι βιώνεται συχνά από τους γονείς ως μια βαθιά, υπαρξιακή κρίση. Πρόκειται για μια συνθήκη που η ψυχολογία ονομάζει **«Σύνδρομο της Άδειας Φωλιάς»** και η ανθρωπολογία ορίζει ως ένα κρίσιμο **rite de passage** - τελετουργικό περάσματος - μια περίοδο όπου ολόκληρη η οικογένεια βρίσκεται «στο κατώφλι» μιας νέας πραγματικότητας.

Σας προσκαλούμε σε μια ξεχωριστή, βιωματική συνάντηση στον υποβλητικό χώρο του **Μεγάρου Δουκίσσης Πλακεντίας**, όπου θα προσεγγίσουμε αυτή τη μετάβαση όχι ως μια οριστική απώλεια, αλλά ως μια σπάνια ευκαιρία αναγέννησης και εξέλιξης για όλα τα μέλη της οικογένειας.

## **Τι θα εξερευνήσουμε μαζί:**

### **Η Ανατομία της Αλλαγής:**

Τι είναι η «άδεια φωλιά», ποια είναι τα συμπτώματά της και πώς οι θεωρίες προσκόλλησης φωτίζουν τα στάδια του πένθους που βιώνουμε.

### **Οι Διαφορετικοί Ρόλοι:**

Γιατί οι μητέρες, ιδιαίτερα όσες δεν εργάζονται εκτός σπιτιού, εμφανίζουν μεγαλύτερη ευαλωτότητα και πώς βιώνει, συχνά σιωπηλά, τη δική του μετάβαση ο πατέρας.

### **Η Νέα Δυναμική:**

Πώς επαναπροσδιορίζεται η σχέση του ζευγαριού και πώς αναδύεται μια νέα, ισότιμη και ουσιαστική σχέση με το ενήλικο πλέον παιδί.

### **Η Φωνή του Παιδιού:**

Τι πραγματικά αισθάνεται, τι χρειάζεται από εμάς και ένας πρακτικός οδηγός για το «τι να πείτε και τι όχι» την κρίσιμη ώρα του αποχωρισμού.

### **Βιωματική Άσκηση, προαιρετική:**

Ένα ασφαλές μοίρασμα αποχαιρετισμού και καλωσορίσματος της νέας εποχής.

Κάθε κρίση κρύβει έναν κίνδυνο, αλλά και μια μοναδική υπόσχεση. Ελάτε να ανακαλύψουμε πώς οι ρίζες της οικογένειας μπορούν να παραμείνουν βαθιές και σταθερές, δίνοντας στο παιδί την ασφάλεια να πετάξει ψηλά και σε εσάς τον χώρο να δημιουργήσετε τη δική σας, νέα ισοροπία.

## **Σύντομη Περιγραφή της ομιλίας**

- Συμπτώματα που βιώνουν οι γονείς
- Επιβαρυντικοί και προστατευτικοί παράγοντες
- Η βαθύτερη φύση της απώλειας και οι θεωρίες προσκόλλησης
- Τα στάδια του πένθους με παραδείγματα
- Γιατί οι μητέρες το βιώνουν πιο έντονα
- Γιατί υπάρχει ευαλωτότητα σε μητέρες που δεν δουλεύουν εκτός σπιτιού
- Πώς το βιώνει ο πατέρας  
Πώς αλλάζει η δυναμική του ζευγαριού
- Τι αισθάνεται και χρειάζεται το παιδί
- Η κοινωνική έλλειψη ενός rite de passage για τους γονείς

- Το στάδιο μετάβασης που ανθρωπολογικά ονομάζεται «στο κατώφλι» τους τελευταίους μήνες πριν φύγει το παιδί
- Πρακτικός οδηγός "τι να πείτε και τι να μην πείτε" την ώρα του αποχωρισμού
- Γιατί αυτό που βιώνεται ως κρίση είναι ταυτόχρονα κίνδυνος και ευκαιρία για όλους
- Τι μπορεί να βοηθήσει
- Η σχέση με το ενήλικο παιδί που αναδύεται

Η Δήμαρχος Πεντέλης, **Νατάσσα Κοσμοπούλου**, δήλωσε:

«Το Φεστιβάλ Νεολαίας του Δήμου Πεντέλης, μέσα από τις παράλληλες δράσεις του, αναπτύσσει έναν ουσιαστικό χώρο διαλόγου για θέματα που αφορούν τη νέα γενιά, την οικογένεια και τη μετάβαση σε μια νέα ισορροπία. Η συγκεκριμένη δράση/ομιλία, με τη σύμπραξη έργου της Βασιλικής Ρούσσου ως Εντεταλμένης Συμβούλου Ψυχικής Υγείας του Δήμου Πεντέλης και του Φεστιβάλ Νεολαίας, αναδεικνύει ένα ζήτημα που αγγίζει πολλούς γονείς και οικογένειες. Στόχος μας είναι να στηρίζουμε δράσεις που προσφέρουν ενημέρωση, κατανόηση και ουσιαστική προσέγγιση σε σημαντικές στιγμές της οικογενειακής ζωής».

### **Πληροφορίες Εκδήλωσης**

**Ημερομηνία:** Τρίτη 30 Ιουνίου

**Χώρος:** Μέγαρο Δουκίσσης Πλακεντίας

**Πλαίσιο:** Φεστιβάλ Νεολαίας Δήμου Πεντέλης

**Απευθύνεται σε:** Γονείς εφήβων και νέων, ζευγάρια και κάθε ενδιαφερόμενο που βιώνει ή προετοιμάζεται για τη μεγάλη μετάβαση της οικογένειας.

**Είσοδος:** Ελεύθερη

### **Πληροφορίες:**

Ειρήνη Γεωργίου: 6974835384

Σοφία Ιωαννίδη: 6933406444

Βασιλική Ρούσσου: 6944524050