



ΤΟ ΣΥΝΔΡΟΜΟ ΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ ΦΩΛΙΑΣ

‘Όταν τα παιδιά φεύγουν απ’ το σπίτι...

● **Της Κατερίνας Γεωργάκη**

*Συμβούλου Κέντρου Κοινωνικής και Πνευματικής Στήριξης
Ιεράς Μονής Κύκκου*

Το σύνδρομο της άδειας φωλιάς είναι ένας όρος που χρησιμοποίησαν οι ερευνητές γύρω στο 1970 για να περιγράψουν την ψυχολογική κατάσταση των γονιών, όταν αυτοί έρχονται αντιμέτωποι με το γεγονός ότι τα παιδιά τους ενηλικιώθηκαν και ήρθε η στιγμή να εγκαταλείψουν την πατρική εστία είτε για σπουδές, τη στρατιωτική τους θητεία, το γάμο ή κάποιο άλλο, συνδεδεμένο με την αυτονομία τους, λόγο.

Η απομάκρυνση των παιδιών από το σπίτι σίγουρα σηματοδοτεί την αλλαγή μιας έως τώρα δεδομένης κατάστασης. Το τοπίο για τους γονείς αλλάζει ριζικά. Είναι έτοιμοι να αντιμετωπίσουν αυτές τις αλλαγές; Εάν σας έδινε κάποιος την ευκαιρία να μαντέψετε, τι θα λέγατε; ‘Ότι οι γονείς πλέον θα νιώθουν νοσταλγικοί, καταθλιπτικοί και κενοί; ‘Η περήφανοι, χαρούμενοι, ελεύθεροι και ικανοποιημένοι;

Η αλήθεια είναι πως και οι δύο περιπτώσεις είναι πιθανές. Εάν οι γονείς πέρασαν μια ζωή αφιερωμένη στα παιδιά, παραγκωνίζοντας τη μεταξύ τους σχέση, μπορεί να έρθουν αντιμέτωποι με δύσκολα συναισθήματα. Το σύνδρομο χαρακτηρίζεται από μια κρίση ταυτότητας, κατάθλιψη, αίσθημα απώλειας, έλλειψη στόχων και απογοή-

τευση. Αισθάνονται έντονα πως έφτασε το τέλος μιας εποχής όπου θεωρούσαν τον εαυτό τους χρήσιμο και απαραίτητο. Κάποιες έρευνες δείχνουν τον πατέρα να υποφέρει περισσότερο από τη μητέρα αλλά οι περισσότερες έρευνες, δείχνουν πως η μητέρα είναι αυτή που επηρεάζεται πολύ περισσότερο.

Από την άλλη, αν οι γονείς παράλληλα με την ανατροφή των παιδιών, φρόντισαν να ενισχύουν και να βελτιώνουν και τη δική τους σχέση σα ζευγάρι, η περίοδος αυτή μπορεί να είναι το έναυσμα για μια νέα εποχή που χαρακτηρίζεται από καλύτερες σχέσεις, αυξημένη ικανοποίηση και περισσότερη ελευθερία. Εκλαμβάνεται ως ευκαιρία για νέα ξεκινήματα μιας και υπάρχει επιτέλους περισσότερος χρόνος να αφιερώσουν για να επιτύχουν τους δικούς τους στόχους. Το αίσθημα της υπερφάνειας τους γεμίζει μιας και βλέπουν το παιδί τους να έχει αρχίσει τη διαδικασία εισόδου του σε μια επιτυχημένη ενήλικη ζωή.

Έχει επίσης αναγνωρισθεί ότι σε ένα σημαντικό αριθμό περιπτώσεων, οι σχέσεις γονέων και παιδιών στην ουσία βελτιώνονται λόγω νέας κατάστασης που προκύπτει. Τα παιδιά θα έχουν πλέον ξεφύγει πλήρως από τη θυελλώδη εφηβική ηλικία, οι καθημερινές προστριβές ή διαμάχες εκ των

πραγμάτων μειώνονται και η εισδοχή των παιδιών στην ενήλικη ζωή θα δώσει μια νέα δύναμη στη σχέση γονιών και παιδιών τους. Οι γονείς έχουν πλέον μια πιο ώριμη, βαθύτερη και συναισθηματικά στενότερη σχέση με τα παιδιά τους και αυτό το αισθάνονται μετά τον πρώτο χωρισμό.

Η τεχνολογική πρόοδος και εξέλιξη της μοντέρνας ζωής στην εποχή μας έχει επηρεάσει «το σύνδρομο της άδειας φωλιάς» με πολλούς τρόπους. Στα παλαιότερα χρόνια για παράδειγμα μια μητέρα είχε τις περισσότερες φορές ένα μόνο ρόλο να επιτελέσει στη ζωή της και αυτός ήταν του να είναι μητέρα. Στην εποχή μας πολύ περισσότερες μητέ-

και πιο κοντά στα παιδιά τους είτε αυτά βρίσκονται στο εξωτερικό για σπουδές είτε για άλλη εργασία ή για οποιοδήποτε άλλο λόγο μακριά.

Ο αποχωρισμός των παιδιών από το σπίτι εξακολουθεί και στις μέρες μας να φέρνει ψυχικό πόνο αλλά οι πρόοδοι που επιτεύχθηκαν μετριαζουν και απαλύνουν τα ψυχολογικά προβλήματα που προκύπτουν.

Από την άλλη, πέραν των τεχνολογικών προόδων που αναφέρθηκαν πιο πάνω, χαρακτηριστικό της εποχής μας δε παύει να είναι και ο εξευρωπαϊσμός η βιομηχανοποίηση καθώς οι δύσκολες κοινωνικοοικονομικές συνθήκες. Φαινόμενα που δεν



ρες εργάζονται έξω από το σπίτι και έχουν και τη δική τους επαγγελματική ζωή. Αυτό μειώνει την πιθανότητα της εμφάνισης του συνδρόμου μιας και υπάρχει ένας επιπρόσθετος ρόλος πέραν αυτού του γονιού.

Ταυτόχρονα οι σύγχρονες επιτεύξεις σχετικά με την επικοινωνία, όπως οι τηλεφωνικές επικοινωνίες, το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, η επικοινωνία μέσω διαδικτύου δια μέσου φωνής, εικόνας ή μηνυμάτων, έχουν συμβάλει τα μέγιστα στο μηδενισμό των αποστάσεων και στην απάμβλυνση του πόνου του χωρισμού. Έτσι οι γονείς έρχονται όλο

αφήνουν ανεπηρέαστο το θεσμό της οικογένειας και που καθιστούν το σύνδρομο της άδειας φωλιάς πιο επικρατές στη σύγχρονη εποχή. Δεδομένου ότι υπάρχουν όλο και λιγότερες πολυμελείς οικογένειες και άρα ο αποχωρισμός ενός παιδιού από την οικογένεια μπορεί να γίνεται πιο αισθητός σε μια πολυμελή οικογένεια.

Μια άλλη ενδιαφέρουσα κατάσταση που παρουσιάζει αυξητική τάση στην εποχή μας είναι η επάνοδος των παιδιών στην οικογενειακή τους φωλιά μετά την αρχική τους αποχώρηση. ■