

20/03/2025

5η Συνάντηση της Σχολής Γονέων και Υποψηφίων Γονέων της Ιεράς Μητροπόλεως Γόρτυνος

Μητροπολιτικό Έργο / Ι.Μ. Γόρτυνος και Μεγαλοπόλεως



Στη Μεγαλόπολη και στο Επισκοπικό Παρεκκλήσιο της Παναγίας Μυρτιδιωτίσσης πραγματοποιήθηκε το Σάββατο 15 Μαρτίου 2025 η πέμπτη διάλεξη της [Σχολής Γονέων](#) και Υποψηφίων Γονέων της [Ιεράς Μητροπόλεως Γόρτυνος και Μεγαλοπόλεως](#) από την κα Δήμητρα Μακρή, Dr & Dr Ψυχολογίας και Εκπαιδευτικού, με θέμα: «Έφηβος-Διαχείριση θυμού και άγχους».

Ο Γενικός Αρχιερατικός Επίτροπος και υπεύθυνος της Σχολής, Αρχιμανδρίτης Ιωσήφ Αγγελίδης, παρουσιάζοντας την ομιλήτρια, ανέφερε μεταξύ των άλλων ότι:

Η Δρ. Δήμητρα Μακρή, κλάδου ΠΕ80-Οικονομίας, εργάζεται στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση ως Διευθύντρια της Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Γ΄ Αθήνας (Δυτική Αθήνα), παράλληλα άνω της εικοσαετίας διδάσκει στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση (ΑΣΠΑΙΤΕ, ΠΑΔΑ, ΟΠΑ). Έχει μακροχρόνια διδακτική και διοικητική εμπειρία στην Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση (Διευθύντρια του Μουσικού Σχολείου Ιλίου, Σχολική Σύμβουλος, Συντονίστρια Εκπαιδευτικού Έργου). Έχει πτυχίο στη Διοίκηση Επιχειρήσεων και Οργανισμών (Ελλάδα) και πτυχίο Οικιακής Οικονομίας (Ελλάδα), πτυχίο και μεταπτυχιακό δίπλωμα στις «Επιστήμες της Αγωγής» (Γαλλία), πτυχίο στη Γαλλική Φιλολογία (Γαλλία). Είναι επίσης κάτοχος μεταπτυχιακού με θέμα «Διαπολιτισμικές κοινωνίες και μεταβολές στην Ευρώπη – Ευρωπαϊκές Σπουδές» (Γαλλία). Έχει λάβει με άριστα διδακτορικό και μεταδιδακτορικό δίπλωμα στην Ψυχολογία (Γαλλία) καθώς και διδακτορικό δίπλωμα στη Γαλλική Φιλολογία (Γαλλία). Έχει ολοκληρώσει μεταδιδακτορική έρευνα στο πανεπιστήμιο Αθηνών στην Εκπαίδευση ενηλίκων και έχει εργαστεί σε ευρωπαϊκά προγράμματα (Comenius, Erasmus) καθώς και σε ερευνητικά προγράμματα τόσο στην Ελλάδα (Πανεπιστήμιο Αθηνών, ΙΕΠ, κ.ά) όσο και στο εξωτερικό (Γαλλία, Πορτογαλία, Ιταλία). Παράλληλα έχει γράψει άρθρα, μελέτες και βιβλία και έχει συμμετάσχει σε πολλά συνέδρια.



Εν συνεχεία η κα Μακρή ανέπτυξε το θέμα της, εστιάζοντας στα αίτια και στις συνέπειες του θυμού και του άγχους, προτείνοντας παράλληλα και τρόπους διαχείρισης. Περιέγραψε μεθόδους αναγνώρισης των συναισθημάτων, την

αποτελεσματική επικοινωνία μεταξύ εφήβων-γονέων και όχι μόνο, την ανάπτυξη υγιών συνηθειών και τη δημιουργία ενός ασφαλούς και υποστηρικτικού περιβάλλοντος μέσω της αγάπης και της κατανόησης. Επίσης, υπογραμμίσθηκε η σημασία της πνευματικής ενίσχυσης μέσω της πίστης, της προσευχής και της σχέσεώς μας με το Θεό, που παρέχουν δύναμη και ελπίδα.



Την ενδιαφέρουσα αυτή συνάντηση έκλεισε ο υπεύθυνος της Σχολής Αρχιμανδρίτης Ιωσήφ Αγγελίδης, ευχαριστώντας τους συμμετέχοντες για την παρουσία τους και, ιδιαιτέρως, την εκλεκτή ομιλήτρια για την ουσιαστική και εμπειριστατωμένη ομιλία της, τονίζοντας ότι «ομολογουμένως η εφηβική ηλικία είναι μια περίοδος μεταβάσεων και προκλήσεων, τόσο για τα παιδιά μας όσο και για εμάς τους ίδιους. Η Εκκλησία μας, με την πλούσια παράδοσή της, προσφέρει πολύτιμα εργαλεία για την αντιμετώπιση των ψυχολογικών και συναισθηματικών δυσκολιών. Η πίστη, η προσευχή και η συμμετοχή στα μυστήρια μπορούν να αποτελέσουν πηγή δύναμης και ελπίδας για τους εφήβους μας. Παράλληλα, η αγάπη, η κατανόηση και η υπομονή, που καλούμαστε να επιδείξουμε ως γονείς, είναι απαραίτητες για τη δημιουργία ενός ασφαλούς και υποστηρικτικού περιβάλλοντος. Ελπίζουμε ότι οι πληροφορίες και οι συμβουλές που μοιραστήκαμε θα σας φανούν χρήσιμες στην καθημερινότητά σας. Η διαχείριση του θυμού και του άγχους είναι ένα διαρκές ταξίδι και έχουμε πολλά να μάθουμε ακόμα, όμως θεωρώ ότι κάναμε μία καλή αρχή».



Τέλος, ο π. Ιωσήφ, μεταφέροντας τις ευχές και ευχαριστίες του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτη Γόρτυνος και Μεγαλοπόλεως κ. Νικηφόρου – ο οποίος δεν μπόρεσε να παρευρεθεί στη εκδήλωση, αφού ήταν προσκεκλημένος του Σεβασμιωτάτου Μητροπολίτου Μοναμβασίας και Σπάρτης κ. Ευσταθίου στον πανηγυρικό Εσπερινό της Συνάξεως των Λακώνων Αγίων – ανανέωσε το ραντεβού για την επόμενη, και τελευταία για εφέτος, συνάντηση της Σχολής το Σάββατο 22 Μαρτίου, στην οποία η Dr Αφροδίτη Μαλούχου, Κοινωνική Λειτουργός και Επιμελήτρια Ανηλίκων, θα αναπτύξει το θέμα: «Βία ανηλίκων – Γονείς και Έφηβοι σε κρίση».

