

**ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΑΘΗΝΩΝ**

ΤΜΗΜΑ ΙΑΤΡΙΚΗΣ



**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΑΤΡΟΔΙΚΑΣΤΙΚΗ**

Διευθυντής Σπουδών: Καθηγητής Αθανάσιος Δουζένης

**Ψυχολογικές και Νομικές Εμπειρίες Αποξενωμένων και Μη
Αποξενωμένων Χωρισμένων Γονέων από τη δική τους
οπτική γωνία στην Ελλάδα μετά το Ν. 4800/2021**

**ΒΙΚΤΩΡΙΑ ΦΡΙΖΗ
2508-7780-0678
ΑΜ: 7450472200035**

Διπλωματική Εργασία υποβληθείσα στο Τμήμα Ιατρικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών
ως μέρους των απαιτήσεων για την απόκτηση Μεταπτυχιακού Διπλώματος Ψυχιατροδικαστικής

Αθήνα, Δεκέμβριος 2025

Ευχαριστίες

Ευχαριστώ θερμά τον Επιβλέποντα Καθηγητή Ψυχιατρικής κ. Αθανάσιο Δουζένη, Διευθυντή Σπουδών του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών και επιβλέποντα της παρούσας Διπλωματικής, για την καθοδήγησή του. Επιπλέον ευχαριστώ και τα μέλη της Συντονιστικής Επιτροπής, τον κ. Ιωάννη Μιχόπουλο, Καθηγητή Ψυχιατρικής ΕΚΠΑ και την κα. Γεωργία Καλέμη, Κλινική Ψυχολόγο, Διδάκτορα της Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ.

Επίσης ευχαριστώ τη κα. Μπαλή Παναγιώτα, MSc Ψυχολόγο, Υποψ. Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ του Τμήμα Ψυχοιατροδικαστικής για την ουσιαστική συνεισφορά και τις επισημάνσεις της κατά τη διάρκεια συγγραφής της παρούσας Διπλωματικής.

Θερμά ευχαριστήρια σε φίλους και γνωστούς, ιδιαίτερα στη φίλη και αδερφή Νέλλη Μόλχο για την ηθική και ψυχολογική συμπαράστασή τους.

Δεν θα μπορούσα να μην ευχαριστήσω όλους τους δυστυχώς αποξενωμένους γονείς, οι οποίοι συμμετείχαν στην έρευνα και έδειξαν υπομονή κατά τη διάρκεια των συνεντεύξεων, αγάπη για τα παιδιά τους κατά τη διάρκεια της ζωής τους και για τη γνώση που μου έδωσαν ως ερευνήτρια, ψυχολόγο και κυρίως ως άνθρωπο. Επίσης ευχαριστώ και τους μη αποξενωμένους γονείς για το χρόνο τους και την υπομονή τους.

Τέλος ευχαριστώ τους γονείς μου, οι οποίοι ευελπιστώ πως με έμαθαν τι σημαίνει να είσαι γονιός.

Ψυχολογικές και Νομικές Εμπειρίες Αποξενωμένων και Μη Αποξενωμένων Χωρισμένων Γονέων από τη δική τους οπτική γωνία στην Ελλάδα μετά το Ν. 4800/2021

Περίληψη

Εισαγωγή: Η γονική αποξένωση, αν και διεθνώς αναγνωρισμένη, παραμένει υποερευνημένη στην Ελλάδα, παρά την αύξηση των διαζυγίων. Η παρούσα μελέτη διερευνά τις εμπειρίες χωρισμένων γονέων μετά τον Ν. 4800/2021, εστιάζοντας σε αποξενωμένους και μη.

Θεωρητικό Πλαίσιο: Το θεωρητικό υπόβαθρο εστιάζει στις έννοιες της συνεπιμέλειας και της γονικής αποξένωσης, αναλύοντας το νέο νομοθετικό πλαίσιο του 2021. Εξετάζονται οι προκλήσεις και οι ερμηνευτικές αντιφάσεις που προκύπτουν κατά την εφαρμογή του νόμου, καθώς και ο κοινωνικός στιγματισμός που συνοδεύει το φαινόμενο της αποξένωσης.

Μεθοδολογία: Για τις ανάγκες της μελέτης διεξήχθη ποιοτική έρευνα με τη χρήση πρωτογενών δεδομένων. Συγκεκριμένα, πραγματοποιήθηκαν ημι-δομημένες συνεντεύξεις και γραπτές μαρτυρίες με αποξενωμένους και μη αποξενωμένους χωρισμένους γονείς, με θεματική ανάλυση περιεχομένου, προκειμένου να καταγραφούν οι βιωμένες εμπειρίες και οι στρατηγικές αντιμετώπισης που υιοθετούν.

Κύρια Ευρήματα: Τα αποτελέσματα αναδεικνύουν σημαντικές αποκλίσεις μεταξύ των δύο ομάδων. Οι αποξενωμένοι γονείς βιώνουν έντονο ψυχολογικό πόνο και απογοήτευση από το νομικό σύστημα, το οποίο χαρακτηρίζουν ως μεροληπτικό και αναποτελεσματικό στην πράξη. Αντίθετα, οι μη αποξενωμένοι γονείς αναφέρουν ευκολότερη προσαρμογή και αίσθημα απελευθέρωσης, θεωρώντας θετικό το νέο νόμο, παρά τις επιμέρους δυσκολίες. Κοινά ευρήματα περιλαμβάνουν άγνοια του φαινομένου, έλλειψη εξειδίκευσης σε ψυχολογική/νομική υποστήριξη και επαναπροσδιορισμό του γονεϊκού ρόλου.

Συμπεράσματα και Προτάσεις: Η έρευνα καταλήγει στο ότι, παρά τις προθέσεις του Ν. 4800/2021, η εφαρμογή του παραμένει ελλιπής για την κατηγορία των αποξενωμένων γονέων. Υπογραμμίζεται η επιτακτική ανάγκη για ενίσχυση των δομών υποστήριξης της παιδικής ψυχικής υγείας, την τυποποίηση διαγνωστικών μεθόδων για τη γονική αποξένωση και την περαιτέρω εξειδίκευση των νομικών και κοινωνικών φορέων. Το φαινόμενο απαιτεί άμεσες παρεμβάσεις: περαιτέρω έρευνες, νομικές μεταρρυθμίσεις, εξειδικευμένη εκπαίδευση και κοινωνική ευαισθητοποίηση, προς όφελος του βέλτιστου συμφέροντος του παιδιού.

Λέξεις-κλειδιά: Ν. 4800/2021, γονική αποξένωση, συνεπιμέλεια, χωρισμένοι γονείς, ψυχολογικές εμπειρίες, νομικές εμπειρίες.

“The Psychological and Legal experiences of Alienated and Non-Alienated Divorced Parents from their own perspective in Greece after the Law 4800/2021 was voted”

Abstract

Introduction: Parental alienation, although internationally recognized, remains under-researched in Greece despite the rise in divorce rates. This study explores the experiences of divorced parents following Law 4800/2021, focusing on both alienated and non-alienated individuals.

Theoretical Framework: The theoretical background centers on the concepts of joint custody and parental alienation, analyzing the new legislative framework introduced in 2021. It examines the challenges and interpretative contradictions that arise in the implementation of the law, as well as the social stigma associated with the phenomenon of alienation.

Methodology: For the purposes of this study, qualitative research was conducted using primary data. Specifically, semi-structured interviews and written testimonies were collected from both alienated and non-alienated divorced parents, with thematic content analysis employed to record lived experiences and the coping strategies adopted.

Main Findings: The results highlight significant differences between the two groups. Alienated parents experience intense psychological pain and disappointment with the legal system, which they describe as biased and ineffective in practice. In contrast, non-alienated parents report easier adaptation and a sense of liberation, viewing the new law positively despite certain difficulties. Common findings include lack of awareness regarding the phenomenon, insufficient expertise in psychological/legal support, and a redefinition of the parental role.

Conclusions and Recommendations: The research concludes that, despite the intentions of Law 4800/2021, its implementation remains inadequate for alienated parents. There is an urgent need to strengthen child mental health support structures, standardize diagnostic methods for parental alienation, and further specialize legal and social agencies. The phenomenon calls for immediate interventions: further research, legal reforms, specialized training, and social awareness, all to serve the best interests of the child.

Keywords: Law 4800/2021, parental alienation, joint custody, divorced parents, psychological experiences, legal experiences.

Περιεχόμενα

Περίληψη
Abstract

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΕΙΣΑΓΩΓΗ

- 1.1 Δομή της Διπλωματικής Εργασίας**
- 1.2 Ιστορικό Πλαίσιο & Εξέλιξη του Φαινομένου της Γονικής Αποξένωσης**
- 1.3 Γονική Αποξένωση στην Ελληνική Πραγματικότητα**

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

- 2.1 Ορισμός & Χαρακτηριστικά της Γονικής Αποξένωσης**
 - 2.1.1 Η έννοια της Γονικής Αποξένωσης
 - 2.1.2 Σύνδρομο Γονικής Αποξένωσης & η Αναγνώρισή του
 - 2.1.3 Η Γονική Αποξένωση ως Μορφή Ενδοοικογενειακής Βίας
 - 2.1.4 Συμπεριφορές & Στρατηγικές της Γονικής Αποξένωσης
 - 2.1.5 Η Γονική Αποξένωση & η Εφαρμογή της
- 2.2 Επιπτώσεις της Γονικής Αποξένωσης**
 - 2.2.1 Επιπτώσεις στα Παιδιά
 - 2.2.2 Επιπτώσεις στους Αποξενωμένους Γονείς
 - 2.2.2.1 Ψυχολογικές Επιπτώσεις
 - 2.2.2.2 Οικονομικές και Κοινωνικές Επιπτώσεις
- 2.3 Νομικό Πλαίσιο στην Ελλάδα**
 - 2.3.1 Νομοθετικές Ρυθμίσεις πριν το Ν. 4800/2021
 - 2.3.2 Ο Νόμος 4800/2021
 - 2.3.2.1 Βέλτιστο Συμφέρον του Παιδιού & Ισότητα στη Γονική Μέριμνα
- 2.4 Διεθνής & Ελληνικά Στατιστικά Δεδομένα για τη Γονική Αποξένωση**
 - 2.4.1 Γονική Αποξένωση & Αποξενωμένοι Γονείς σε Διάφορες Χώρες

2.4.2 Στατιστικά Δεδομένα Γονικής Αποξένωσης στην Ελλάδα

2.4.3 Ερευνητικά Κενά & Συμβολή της Παρούσας Έρευνας

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

3.1 Ερευνητικά Ερωτήματα

3.2 Ερευνητικός Σχεδιασμός

3.3 Δείγμα της Έρευνας & Κριτήρια Επιλογής Συμμετεχόντων

3.4 Μέθοδοι Συλλογής Δεδομένων

3.4.1 Ημι-δομημένες Συνεντεύξεις/ Συμπληρωματικές Μέθοδοι Έκφρασης

3.4.3 Ερωτήσεις για Αποξενωμένους Γονείς & Μη Αποξενωμένους Γονείς

3.5 Διαδικασία Ανάλυσης Δεδομένων

3.5.1 Απομαγνητοφώνηση Συνεντεύξεων

3.5.2 Θεματική Ανάλυση (εντοπισμός κοινών θεμάτων, κωδικών, μοτίβων)

3.6 Ηθικά Ζητήματα / Ζητήματα Ηθικής & Δεοντολογίας

3.6.1 Ενημερωμένη Συγκατάθεση & Εμπιστευτικότητα

3.6.2 Διασφάλιση Ανωνυμίας (σύστημα αρίθμησης)

3.6.3 Παροχή Ασφαλούς Χώρου & Ψυχολογικής Υποστήριξης

3.6.4 Δικαίωμα Αποχώρησης

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4: ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

4.1 Γενικά Χαρακτηριστικά του Δείγματος

4.1.1 Δημογραφικά Στοιχεία Συμμετεχόντων

4.1.2 Ηλικία Παιδιού κατά το Χωρισμό & Αριθμός Παιδιών ανά Οικογένεια

4.1.3 Δομή της Οικογένειας & Κατοικία των Παιδιών

4.2 Θεματική Ανάλυση Πρώτης Συνέντευξης

4.2.1 Εμπειρία Χωρισμού/Διαζυγίου

4.2.1.1 Χρονικό Διάστημα & Απόφαση Χωρισμού/Διαζυγίου

- 4.2.1.2 Ανακοίνωση Χωρισμού/Διαζυγίου στα Παιδιά & η Αντίδρασή τους
- 4.2.1.3 Συναισθηματική Μετάβαση από Έγγαμη Ζωή σε Χωρισμένο Γονέα
- 4.2.1.4 Δυσκολία Αποδοχής Γονικής Αποξένωσης
- 4.2.2 Γονική Αποξένωση & Γονική Προσέγγιση: Ορισμός & Εμπειρία
 - 4.2.2.1 Γνώση περί Γονικής Αποξένωσης πριν την Εμπειρία & Πηγή Ενημέρωσης
 - 4.2.2.2 Αντιμετώπιση Διαφορών στη Γονική Προσέγγιση
 - 4.2.2.3 Τρόποι Αποξένωσης από το Παιδί
 - 4.2.2.4 Τρόποι Διατήρησης Καλών Σχέσεων με το Παιδί
- 4.2.3 Ψυχολογικές Προκλήσεις & Υποστήριξη
 - 4.2.3.1 Συναισθηματική Κατάσταση & Ψυχολογικές Προκλήσεις των Χωρισμένων Γονέων
 - 4.2.3.2 Υποστήριξη από Οικογενειακό/Φιλικό/Επαγγελματικό Περιβάλλον
 - 4.2.3.3 Προσφυγή σε Επαγγελματία Ψυχικής Υγείας & Αξιολόγηση της Συμβολής του
- 4.2.4 Νομικές Εμπειρίες & Σύστημα
 - 4.2.4.1 Αποψη για Νομοθεσία πριν & μετά το Ν.4800/2021
 - 4.2.4.2 Απογοήτευση & Έλλειψη Εμπιστοσύνης στο Νομικό Σύστημα
 - 4.2.4.3 Προτάσεις για Βελτίωση στο Νομικό Σύστημα
- 4.2.5 Σχέσεις με Παιδιά & Μελλοντικές Προοπτικές
 - 4.2.5.1 Τωρινή Κατάσταση & Μελλοντικά Σχέδια με το Παιδί
 - 4.2.5.2 Προτάσεις για Πρόληψη & Αντιμετώπιση Γονικής Αποξένωσης
 - 4.2.5.3 Σημασία λέξης «Γονιός» μετά την Εμπειρία του Χωρισμού ή/& της Γονικής Αποξένωσης

4.2.5.4 Ανάλυση Αντίδρασης Γονέων σε Υποθετική Συγγνώμη Αποξενωμένου Παιδιού

4.2.6 Ανάλυση των Συμπληρωματικών Μέσων Έκφρασης (Γράμματα) & 2^η Συνέντευξη

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5: ΣΥΖΗΤΗΣΗ

5.1 Διαφορές & Ομοιότητες μεταξύ Αποξενωμένων & Μη Αποξενωμένων Γονέων

5.2 Σύγκριση & Αντιπαραβολή Ευρημάτων με τη Διεθνή & Ελληνική Βιβλιογραφία

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6: ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ, ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ & ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

6.1 Συμπεράσματα

6.2 Περιορισμοί της Έρευνας

6.3 Προτάσεις για Μελλοντική Έρευνα

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΕΙΣΑΓΩΓΗ

1.1 Δομή της Διπλωματικής Εργασίας

Η παρούσα έρευνα χωρίζεται σε πέντε κεφάλαια, τα οποία οργανώνονται με τον ακόλουθο τρόπο:

- **Κεφάλαιο 1: Εισαγωγή**
 - Στο παρών κεφάλαιο, παρουσιάζεται το ευρύτερο πλαίσιο της γονικής αποξένωσης, τόσο από ψυχολογική όσο και από κοινωνική άποψη.
 - Στη συνέχεια, εξετάζονται οι νομικές μεταβολές που επέφερε ο Ν. 4800/2021 σχετικά με την επιμέλεια και τον ρόλο των γονέων.
 - Τέλος, διατυπώνονται το ερευνητικό πρόβλημα, τα ερευνητικά ερωτήματα, ο σκοπός και η σημασία της μελέτης, καθώς και η δομή της εργασίας.
- **Κεφάλαιο 2: Ανασκόπηση Βιβλιογραφίας**
 - Στο κεφάλαιο αυτό, αναλύεται εκτενώς η υπάρχουσα βιβλιογραφία σχετικά με το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης, τις ψυχολογικές επιπτώσεις του χωρισμού και την επίδραση του νομικού πλαισίου στις οικογενειακές σχέσεις.
 - Παρουσιάζονται οι βασικές θεωρίες και τα ευρήματα προηγούμενων ερευνών, θέτοντας έτσι τη βάση για την παρούσα μελέτη.
- **Κεφάλαιο 3: Μεθοδολογία**
 - Σε αυτό το κεφάλαιο, περιγράφεται λεπτομερώς η ποιοτική προσέγγιση που υιοθετήθηκε για την έρευνα.
 - Επεξηγείται η επιλογή του δείγματος, η μέθοδος συλλογής δεδομένων (ημι-δομημένες συνεντεύξεις) και η διαδικασία ανάλυσης των δεδομένων (θεματική ανάλυση).
 - Τέλος, παρουσιάζονται τα ηθικά ζητήματα και ο τρόπος με τον οποίο αυτά διαχειρίστηκαν.
- **Κεφάλαιο 4: Παρουσίαση και Ανάλυση Αποτελεσμάτων**
 - Αυτό το κεφάλαιο είναι αφιερωμένο στην παρουσίαση των ευρημάτων που προέκυψαν από τις συνεντεύξεις.
 - Τα ευρήματα οργανώνονται σε θεματικές κατηγορίες που αναδύθηκαν από την ανάλυση των δεδομένων.
- **Κεφάλαιο 5: Συζήτηση**
 - Στο τελικό κεφάλαιο γίνεται ξεχωριστή παρουσίαση των εμπειριών των αποξενωμένων και των μη αποξενωμένων γονέων, καθώς και μια συγκριτική ανάλυση.

- Τα ευρήματα της έρευνας συζητούνται σε σχέση με την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας.
- Επισημαίνονται οι περιορισμοί της μελέτης και γίνονται προτάσεις για μελλοντική έρευνα.
- **Κεφάλαιο 6: Συμπεράσματα**
 - Διατυπώνονται τα τελικά συμπεράσματα.

Η παρούσα εργασία εξετάζει τις εμπειρίες διαζευγμένων γονέων στην Ελλάδα, οι οποίοι βιώνουν γονική αποξένωση, με έμφαση στις ψυχολογικές και νομικές επιπτώσεις που αντιμετωπίζουν μετά την εφαρμογή του Ν. 4800/2021. Ο νόμος αυτός θεσπίζει την αρχή της κοινής και ισότιμης άσκησης της γονικής μέριμνας μετά τον χωρισμό (Λέκκας, 2021), ιδιαίτερα όταν σχετίζεται με φαινόμενα γονικής αποξένωσης. Το φαινόμενο της πατρικής αποξένωσης στην Ελλάδα (Gouveris & Nikolaidou, 2022; Gouveris, 2022), ειδικά μετά από διαδικασίες διαζυγίου ή χωρισμού, παρουσιάζεται με αυξημένη συχνότητα, φαίνεται να συνδέεται με τη συρρίκνωση του πατρικού γονικού ρόλου (Gouveris & Nikolaidou, 2022), και έχει γίνει αντικείμενο νομικής και ψυχοκοινωνικής μελέτης, ιδίως μετά το Ν. 4800/2021 (Pally, 2020). Το φαινόμενο αυτό έχει ευρύτερη κοινωνική και ψυχολογική διάσταση, αφήνοντας βαθύ αποτύπωμα στις σχέσεις γονέων και παιδιών (Harman & Lorandos, 2021). Οι συνέπειες της αποξένωσης εκδηλώνονται τόσο άμεσα, με αλλαγές στη συμπεριφορά και την επικοινωνία μεταξύ των αποξενωμένων γονέων και παιδιών, όσο και μακροπρόθεσμα, επιδρώντας στη διαμόρφωση της ψυχοκοινωνικής ανάπτυξης των παιδιών αλλά και την ευημερία των γονέων (Baldwin & Harman, 2021; Gouveris & Nikolaidou, 2022).

Με τη θεσμοθέτηση του Ν. 4800/2021 παρουσιάστηκε μια σημαντική μεταβολή στο νομοθετικό πλαίσιο που διέπει τις σχέσεις μεταξύ γονέων και τέκνων στην Ελλάδα μετά τη διάσπαση της έγγαμης συμβίωσης ή ενός χωρισμού, εισάγοντας νέες διατάξεις που διευθετούν ζητήματα γονικής μέριμνας, επικοινωνίας και ισότιμης συμμετοχής και των δύο γονέων στη ζωή του παιδιού (Gouveris & Nikolaidou, 2022). Πρόκειται για την πρώτη αναθεώρηση τέτοιων διατάξεων από το 1983, γεγονός που από μόνο του υποδηλώνει το βάθος της θεσμικής παρέμβασης (Lawspot.gr, Εισηγητική Έκθεση του Ν. 4800/2021, Council of Europe, Committee of Ministers, 2022). Τι γίνεται όμως όταν στην πράξη, οι μεταρρυθμίσεις αυτές συχνά συναντούν αντιστάσεις από πρόσωπα του νομικού δικαίου ή επαγγελματίες ψυχικής υγείας, με αποτέλεσμα εντέλει να μην εφαρμόζονται έτσι όπως διατάσσει το δίκαιο; Η υπάρχουσα

βιβλιογραφία (Γκουβέρης, 2022) και οι αναφορές μέχρι σήμερα εστιάζουν κυρίως στις προκλήσεις εφαρμογής, τις διαφορετικές ερμηνείες και την ανάγκη εκπαίδευσης, παρά σε σκόπιμη "αντίσταση".

Από νομικής πλευράς, ο Ν. 4800/2021 επιχειρεί να αναδιαμορφώσει το πλαίσιο επίλυσης διαφορών ώστε να μειώσει τις ανισορροπίες ισχύος μεταξύ των γονέων. Ενσωματώνει αρχές που προωθούν την ισότιμη κατοχή της γονικής μέριμνας και επιδιώκει την ελαχιστοποίηση τακτικών αποξένωσης ενός εκ των δύο γονέων προς το παιδί (Gouveris & Nikolaidou, 2022). Ωστόσο, η επίτευξη αυτού του στόχου φαίνεται να επηρεάζεται από τον τρόπο που το δικαστικό σύστημα ερμηνεύει τις διατάξεις. Καθώς δεν υπάρχουν άμεσες επιστημονικές αναφορές που να τεκμηριώνουν συστηματικά την αντίσταση προσώπων του νομικού δικαίου (δικαστές, δικηγόροι) ή επαγγελματίες ψυχικής υγείας (ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί) στον Ν. 4800/2021 στην Ελλάδα, με αποτέλεσμα τη μη εφαρμογή του. Σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία, καθυστέρηση στο δικαστικό πλαίσιο μπορεί να επιφέρει η διερεύνηση ψευδών κατηγοριών, με τις οποίες κατηγορούνται οι αποξενωμένοι γονείς ή η ανάγκη για ειδικές εκθέσεις κοινωνικών λειτουργών και ψυχολόγων (McCormack, 2021). Αυτές οι καθυστερήσεις έχουν σοβαρό αντίκτυπο, καθώς στερούν χρόνο ουσιαστικής επαφής μεταξύ του παιδιού και του αποξενωμένου γονέα. Παράλληλα, ενισχύεται η ένταση μεταξύ των γονέων γεγονός που υπονομεύει τη συναισθηματική ισορροπία ενός παιδιού (Pace & Coohey, 2020; Schermerhorn, 2020)

Ο νέος νόμος θεσπίζει ότι η από κοινού άσκηση γονικής μέριμνας, η οποία είναι το συμφέρον του τέκνου μετά το διαζύγιο/χωρισμό είναι ο κανόνας, εκτός αν συντρέχουν λόγοι που επιβάλλουν την αποκλειστική ανάθεση σε έναν γονέα, όπως γίνεται και στα περισσότερα ευρωπαϊκά κράτη (Harman & Lorandos, 2021).

1.2 Ιστορικό Πλαίσιο & Εξέλιξη του Φαινομένου της Γονικής Αποξένωσης

Το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης έχει απασχολήσει διεθνώς την επιστημονική κοινότητα από την πρώτη περιγραφή του ως σύνδρομο γονικής αποξένωσης τη δεκαετία του 1980 (Bernet et.al., 2020; Caplan, 2023). Ήταν δεκτό ότι εμφανιζόταν σε μη συναινετικά διαζύγια όπου η αντιπαλότητα μεταξύ των γονέων, οδηγούσε σε διάρρηξη της σχέσης αποξενωμένου γονέα και παιδιού (Caplan, 2023). Η διεθνής βιβλιογραφία, καθώς και οι ελληνική νομική πραγματικότητα

δείχνουν ότι η αναγνώριση της γονικής αποξένωσης εντός των δικαστικών αποφάσεων δεν είναι πάντα αυτονόητη και εξαρτάται συχνά από την αντίληψη των εμπλεκόμενων επαγγελματιών για το φαινόμενο (Koukoulis, 2022).

Οι νομικές και ψυχολογικές εμπειρίες, συνέπειες τις οποίες θα υποστεί ένας αποξενωμένος γονέας παίρνουν μεγάλες αρνητικές διαστάσεις για το παιδί/παιδιά (Pally, 2020), τον αποξενωμένο γονέα (Gouveris & Nikolaidou, 2022) αλλά και για το κοινωνικό σύνολο (Harman & Lorandos, 2021; Verde, 2024). Οι γονείς που βιώνουν γονική αποξένωση (είτε μερική είτε ολική) από τα τέκνα τους μέσω αποξενωτικών συμπεριφορών μπορεί να βιώσουν καταθλιπτικά συμπτώματα, φόβο, άγχος, κοινωνική απομόνωση, οικονομικές δυσχέρειες και σοβαρή συναισθηματική δυσκολία (Baldwin & Harman, 2021). Σε ακραίες περιπτώσεις αναφέρονται ακόμη και αυξημένα ποσοστά αυτοκτονιών (Roszak, 2021). Οι επιπτώσεις αυτές δεν περιορίζονται στους αποξενωμένους γονείς αλλά αγγίζουν και ευρύτερα μέλη της οικογένειας, όπως παππούδες, γιαγιάδες ή ακόμη και αδέρφια, τα οποία συχνά αποκόπτονται από το αποξενωμένο παιδί λόγω του κύκλου αποξένωσης (D'Onofrio & Emery, 2019; Lee-Maturana, 2020).

1.3 Γονική Αποξένωση στην Ελληνική Πραγματικότητα

Η παρούσα έρευνα είναι ποιοτική και αξιοποιεί πρωτογενές υλικό μέσα από ημι δομημένες συνεντεύξεις τόσο των αποξενωμένων γονέων όσο και αυτών που δεν αντιμετώπισαν αποξένωση, και δίνει ιδιαίτερη βαρύτητα στις εμπειρίες τους εξετάζοντας πως οι νομοθετικές αλλαγές επηρέασαν τις ψυχολογικές, νομικές, κοινωνικές, οικονομικές τους καταστάσεις αλλά και τη σχέση τους με τα παιδιά τους στην ελληνική πραγματικότητα. Οι Herman & Lorandos (2021), αναφέρουν ότι τόσο οι μητέρες όσο και οι πατέρες μπορούν να είναι θύματα αποξένωσης. Ωστόσο, αναγνωρίζουν ότι οι πατέρες αναφέρονται συχνότερα σε δικαστικές υποθέσεις αποξένωσης, κάτι που μπορεί να οφείλεται σε μεροληψία του συστήματος ή στην κοινωνική αντίληψη, παρά στην πραγματική συχνότητα του φαινομένου. Παρόλα αυτά, η συντριπτική πλειοψηφία των αποξενωμένων γονέων στην παρούσα έρευνα είναι πατεράδες και αυτό συμπίπτει με μια πρόσφατη μελέτη (Gouveris & Nikolaidou, 2022), ενώ οι γονείς που δεν αντιμετώπισαν αποξένωση χωρίζονται σε μητέρες και πατέρες σχεδόν ισάξια, κάτι το οποίο δεν μπορεί να στηριχτεί επίσημα με στατιστικά στοιχεία ή μελέτες στην Ελλάδα.

Μέσα από τις συνεντεύξεις δίνεται η δυνατότητα ανάλυσης προσωπικών ιστοριών σε βάθος, αναδεικνύοντας τόσο τη συναισθηματική φόρτιση όσο και τα στρατηγικά μέσα αντιμετώπισης (Roszak, 2021; Smith & Shinebourne, 2012). Η διαφορετική εμπειρία ανάμεσα στις δύο ομάδες γονέων δημιουργεί έδαφος για συγκρίσεις όχι μόνο στο πεδίο των συναισθηματικών αντιδράσεων αλλά και των πρακτικών επιπτώσεων που έχουν βιώσει στη ζωή τους μετά τον χωρισμό (Harman & Lorandos, 2021). Σύμφωνα με τους Harman & Lorandos (2021), ένα ιδιαίτερο σημείο ενδιαφέροντος είναι ότι οι αποξενωμένοι γονείς συχνά περιγράφουν έντονες δυσκολίες στη συναισθηματική μετάβαση μετά το χωρισμό, ενώ παράλληλα αναφέρουν ότι η αποξένωση επηρεάζει άμεσα την ποιότητα της σχέσης τους με τα παιδιά. Αυτή η εμπειρία μπορεί να συνοδεύεται από αισθήματα αδικίας ή γραφειοκρατίας μέσα στις δικαστικές διαδικασίες (McCormack, 2021). Αντίθετα, οι μη αποξενωμένοι τείνουν να εκτιμούν πιο θετικά τις δυνατότητες επικοινωνίας που προσφέρει το νέο σύστημα, αν και παραδέχονται πως η εφαρμογή του εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τη συνεργασία των δύο πλευρών.

Οι αφηγήσεις των συμμετεχόντων δείχνουν πως πολλές φορές η αποξένωση συνυφαίνεται με άλλες μορφές κοινωνικού στιγματισμού ή καταπίεσης (Korosi, 2021). Σύμφωνα με τη διατριβή του Korosi (2021) οι αποξενωμένοι γονείς βιώνουν τον κοινωνικό στιγματισμό και την κοινωνική απομόνωση, επιβεβαιώνοντας ότι οι αρνητικές προκαταλήψεις επηρεάζουν την εμπειρία τους. Ο Drozd (2020) αναλύει το ιστορικό της προσπάθειας να συμπεριληφθεί το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης στο DSM-5 και στο ICD-11. Ωστόσο, ο όρος σύνδρομο γονικής αποξένωσης ή γονική αποξένωση δεν αναφέρεται ως επίσημη διάγνωση στο DSM-5 (American Psychiatric Association (APA), 2013) και οι κλινικοί μπορούν να χρησιμοποιήσουν κωδικούς όπως «V61.20 Πρόβλημα Σχέσης Γονέα-Παιδιού» (American Psychiatric Association (APA), 2013). Αντίθετα, το ICD-11 (International Classification of Diseases, 11th Revision) του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (WHO) (2018), το οποίο τέθηκε σε ισχύ από το 2022, περιλαμβάνει κωδικούς που σχετίζονται με το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης, αν και παρά την κωδικοποίηση αυτή, η επιστημονική διαμάχη για τη σαφή αξιολόγηση του φαινομένου παραμένει έντονη (Caplan, 2023) και η συζήτηση για τη εφαρμογή του στα δικαστήρια συνεχίζεται (Harman & Lorandos, 2021). Η παρούσα έρευνα ενώ είναι ποιοτική, προσκαλεί στο να εκπονηθούν ποσοτικές έρευνες με θέμα τη γονική αποξένωση διότι η ένταξη διαγνωστικών κατηγοριών στα εγχειρίδια DSM και ICD βασίζεται σε ποσοτικές έρευνες μεγάλης κλίμακας (επιδημιολογικές μελέτες, κλινικές δοκιμές, αξιοπιστία και εγκυρότητα διαγνωστικών

κριτηρίων), και όχι πρωτίστως σε ποιοτικές έρευνες (Harman & Lorandos, 2021). Αυτό σημαίνει ότι παρά τις θεσμικές προσπάθειες υπάρχει ακόμα ανάγκη για τυποποίηση διαγνωστικών μεθόδων, ανάπτυξη δομών στήριξης και συνέχιση των ερευνών σε μακροχρόνιο επίπεδο στην Ελλάδα αλλά και παγκοσμίως.

Στην ελληνική πραγματικότητα, οι αποφάσεις των δικαστηρίων όπως αναλύθηκαν σε βάσεις δεδομένων καταγράφουν παράγοντες όπως φύλο των γονέων, αριθμός τέκνων, είδος στρατηγικών αποκλεισμού επικοινωνίας και αναφορές στον όρο «γονική αποξένωση» στο κείμενο της απόφασης (Gouveris & Nikolaidou, 2022; Koukoulis et.al., 2022). Αυτά τα στοιχεία δείχνουν μια ανομοιογενή προσέγγιση όπου άλλοτε λαμβάνεται δράση για την αντιμετώπιση του προβλήματος ενώ άλλοτε αγνοείται πλήρως. Η ανάλυση των παραπάνω θέτει ήδη ένα πλαίσιο πολυσύνθετο: οι ψυχολογικές και νομικές συνέπειες στους αποξενωμένους γονείς είναι βαθιές και έντονες, ενώ το νέο θεσμικό πλαίσιο παρέχει θεωρητικά περισσότερο χώρο για ισορροπημένη συμμετοχή αλλά πρακτικά συναντά εμπόδια στην εφαρμογή (Ελληνική Δημοκρατία, Βουλή των Ελλήνων, 2021). Έτσι προκύπτει η ανάγκη για περαιτέρω έρευνα πάνω στο πώς ο Ν. 4800/2021 μεταμορφώνει – ή ίσως τελικά δεν μεταμορφώνει όσο προσδοκάται – τις δυναμικές στις οικογενειακές σχέσεις μετά τον χωρισμό και ποιοι είναι λόγοι για τους οποίους γίνεται αυτό.

Επομένως, σκοπός της έρευνας είναι βρεθούν, αναλυθούν, κατανοηθούν, ερμηνευτούν οι ψυχολογικές και νομικές συνέπειες για τον αποξενωμένο και μη αποξενωμένο γονέα, έτσι όπως τις βιώνει ο ίδιος. Σύμφωνα με μια πρόσφατη έρευνα (Poustie, 2018) ο αποξενωμένος γονέας τείνει να αντιλαμβάνεται αρνητικά αυτές τις συνέπειες, εκτός από αυτήν της έννοιας της αγάπης που νιώθει για το παιδί του. Κάτι ανάλογο αναμένεται και για τα δεδομένα της Ελλάδας. Περαιτέρω σκοπός της έρευνας είναι να βοηθήσει στην αντιμετώπιση του προβλήματος των αποξενωμένων γονέων και οικογενειών. Αυτή η έρευνα επιθυμεί να διερευνήσει τις εμπειρίες των αποξενωμένων γονέων όσον αφορά τη γονική αποξένωση και τις επιπτώσεις της στη νομική και κλινική πρακτική, που επιβεβαιώνουν την ύπαρξή της. Ταυτόχρονα να βρεθούν και αναλυθούν οι διαφορές που μπορεί να προκύψουν από τις εμπειρίες των μη αποξενωμένων γονέων. Η έννοια της γονικής αποξένωσης είναι υπαρκτή αλλά και ελάχιστα κατανοητή, αποδεκτή και αναγνωρισμένη (Harman et al., 2019). Για αυτό το λόγο, χρειάζεται να γίνει περαιτέρω έρευνα, έτσι ώστε να μελετηθούν και να κατανοηθούν οι εμπειρίες των

αποξενωμένων γονιών και εν συνεχεία να μετριάστούν οι πιθανές αρνητικές επιπτώσεις ενός χωρισμού ή ενός διαζυγίου που έχουν σοβαρό αντίκτυπο στα παιδιά, στους αποξενωμένους γονείς και στην κοινωνία. Η καταγραφή εκπληρώνεται μέσω ημιδομημένων συνεντεύξεων ώστε να αναδειχθούν προσωπικές αφηγήσεις που φανερώνουν όχι απλά στατικά δεδομένα αλλά τη δυναμική εξέλιξη αυτών των σχέσεων στον χρόνο.

Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι στην Ελλάδα υπάρχει έλλειψη ερευνητικών μελετών για το σύγχρονο (όσον αφορά την αναγνώρισή του) κοινωνικό φαινόμενο της γονικής αποξένωσης, τις επιπτώσεις του στην ψυχική υγεία τόσο του παιδιού που αποξενώνεται όσο και του αποξενωμένου γονέα, καθώς και για τους τρόπους με τους οποίους το διαχειρίζονται οι δικαστικοί λειτουργοί και οι ειδικοί ψυχικής υγείας (Φαρμακοπούλου, 2025) πριν αλλά και μετά τον Ν. 4800/2021.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

2.1 Ορισμός & Χαρακτηριστικά της Γονικής Αποξένωσης

2.1.1 Η έννοια της Γονικής Αποξένωσης

Ο χωρισμός ή το διαζύγιο ενός ζευγαριού γονέων αναγνωρίζεται ευρέως στη βιβλιογραφία ως ένα από τα πιο στρεσογόνα γεγονότα στη ζωή ενός ανθρώπου, που επηρεάζει βαθιά την οικογενειακή δομή (Liu & Recio, 2020). Η διάλυση της συζυγικής/συντροφικής σχέσης και η αναδιάρθρωση της οικογενειακής δομής επιφέρουν σημαντικές ψυχολογικές, συναισθηματικές και κοινωνικές επιπτώσεις για όλα τα μέλη της οικογένειας (D'Onofrio & Emery, 2019).

Η διαδικασία του χωρισμού συχνά συνοδεύεται από αισθήματα απώλειας, πένθους, άγχους, θυμού, ακόμη και κατάθλιψης (Obeid et al., 2021). Η αίσθηση της αποτυχίας, η οικονομική ανασφάλεια και η αλλαγή του κοινωνικού ρόλου (π.χ. από σύζυγος σε πρώην σύζυγος) είναι παράγοντες που επιβαρύνουν την ψυχική υγεία των γονέων (Mushtaq et al., 2025). Ο χωρισμός διαταράσσει τη λειτουργία της οικογένειας, δημιουργώντας νέες συνθήκες διαβίωσης, νέους ρόλους και νέες ρουτίνες (Leopold & Kalmijn, 2016). Η επικοινωνία μεταξύ των γονέων γίνεται συχνά προβληματική, ειδικά σε περιπτώσεις υψηλής σύγκρουσης ή επίθεσης από τον έναν γονέα προς τον άλλον, επηρεάζοντας άμεσα την ικανότητά τους να συνεργαστούν για το συμφέρον των παιδιών (Kay-Flowers, 2021; Sharp et al., 2022). Η κοινωνία αντιμετωπίζει τον χωρισμό με

διάφορους τρόπους. Ενώ υπάρχει μεγαλύτερη αποδοχή του φαινομένου, ενδέχεται να υφίσταται ακόμη κοινωνικός στιγματισμός. Παράλληλα, το κοινωνικό δίκτυο στήριξης, όπως φίλοι και συγγενείς, διαδραματίζει κρίσιμο ρόλο στην ψυχολογική ανάκαμψη των γονέων (Novita et al., 2024).

Μέσα σε αυτό το στρεσογόνο και πολύπλοκο πλαίσιο αναδύεται το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης, το οποίο αποτελεί μια ακραία μορφή που θέτει σε κίνδυνο την ομαλή ψυχολογική ανάπτυξη των παιδιών, τη σχέση τους με τον αποξενωμένο γονέα (Bernet et.al., 2020; Harman & Lorandos, 2021; Verde, 2024) καθώς και την ευημερία αυτού του γονέα (Fard & Alipour, 2023; Walker, 2021; Wallenstein & Blakeslee, 2009). Ωστόσο δεν υπάρχει βιβλιογραφία που να υποστηρίζει τον ισχυρισμό ότι η γονική αποξένωση είναι μια ακραία μορφή επίθεσης από τον αποξενωτή γονέα προς τον αποξενωμένο γονέα που θέτει σε κίνδυνο την ομαλή ψυχολογική ανάπτυξη των παιδιών και τη σχέση τους με τον αποξενωμένο γονέα, διότι οι σύγχρονες έρευνες αποφεύγουν τη χρήση του όρου «επίθεση από γονέα σε γονέα» και εστιάζουν στην πρόκληση βλάβης στο παιδί και στην παραβίαση του δικαιώματός του παιδιού να διατηρεί σχέση με τον αποξενωμένο γονέα (Verde, 2024).

Αν και δεν υπάρχει διεθνής επιστημονική ή νομική ομοφωνία σχετικά με τον ορισμό, τη φύση ή την αναγνώριση του φαινομένου της γονικής αποξένωσης (Caplan, 2023), η γονική αποξένωση συμβαίνει όταν ο ένας γονέας αποξενώνει τον άλλο γονέα από το παιδί, και θεωρείται μορφή ενδοοικογενειακής βίας (Καλαϊτζάκης, 2020). Αναγνωρίζεται ως ένα σύνθετο φαινόμενο, που εντάσσεται συχνά στο πλαίσιο των διαζυγίων και των δικαστικών διαφορών επιμέλειας, προκαλώντας έντονες συζητήσεις σχετικά με την εγκυρότητά της ως κατασκευή και την εφαρμογή της στο οικογενειακό δίκαιο (Marques et al., 2020). Η διαφωνία έγκειται στο αν πρόκειται για ένα σύνδρομο, μια διαταραχή στο παιδί (Gardner, 1985) ή για μια συμπεριφορά του αποξενωτή γονέα προς το παιδί (Verde, 2024) ή αυτό που βιώνει ο αποξενωμένος γονέας ως προς τη σχέση του με το παιδί. Αν και το τελευταίο αναγνωρίζεται από την βιβλιογραφία ως απώλεια ή διακοπή της γονικής σχέσης, η οποία αποτελεί συνέπεια της αποξένωσης (Balwin & Harman, 2021). Επίσης η εφαρμογή του όρου στα δικαστήρια διαφέρει σημαντικά από χώρα σε χώρα και ακόμη και εντός της ίδιας χώρας, καθώς εξαρτάται από την ερμηνεία των δικαστών και την αντίληψη των εμπλεκόμενων επαγγελματιών (McCormack, 2021). Ακόμη είναι σημαντικό να ειπωθεί το μέγεθος της αποξένωσης που θα υπάρξει καθώς αυτή μπορεί να είναι μερική, ολική ή για ένα συγκεκριμένο χρονικό διάστημα, ή μπορεί να είναι ήπια, μέτρια ή σοβαρή

εξαρτάται από πολλούς παράγοντες (Harman & Lorandos, 2021). Πάντως τα συμπτώματα που αναπτύσσονται από τη γονική αποξένωση μπορεί να επηρεάσουν την ψυχική κατάσταση ενός γονέα με αρνητικό τρόπο (Lee-Maturana et al., 2019).

Η γονική αποξένωση μπορεί να εφαρμοστεί σε οποιοδήποτε από τους δύο γονείς (Lowenstein, 2013). Παρ' όλα αυτά, συνήθως ο αποξενωμένος γονέας τείνει να είναι ο πατέρας, επειδή ιστορικά η μητέρα έχει συχνότερα την κύρια επιμέλεια (Gouveris & Nikolaidou, 2022). Με αποτέλεσμα, λίγα να είναι γνωστά για τις εμπειρίες των αποξενωμένων πατέρων (Lowenstein, 2013). Σύμφωνα με μια πρόσφατη έρευνα (Harman et al., 2019), η γονική αποξένωση και το σύνδρομο γονικής αποξένωσης ορίζονται ως ψυχικές παθήσεις σε μεγάλες συγκρούσεις από χωρισμούς ή διαζύγια όταν εμπλέκονται παιδιά, κάτι το οποίο όμως δεν ορίζεται από το DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013).

2.1.2 Σύνδρομο Γονικής Αποξένωσης & η Αναγνώρισή του

Οι έννοιες της γονικής αποξένωσης και του συνδρόμου της γονικής αποξένωσης εισήχθησαν για πρώτη φορά από τον ψυχίατρο Richard Gardner, Αμερικανό παιδοψυχίατρο και καθηγητή κλινικής ψυχιατρικής στο Πανεπιστήμιο της Κολούμπια το 1985 (Gardner, 1985, 1998, 2001), ο οποίος υπέθεσε ότι τα παιδιά εμπλέκονταν σε μάχες για την επιμέλεια στα δικαστήρια κατά τη διάρκεια διαζυγίων υψηλών συγκρούσεων (Gardner et al., 2006). Εξαιτίας αυτής της κατάστασης, το σύνδρομο γονικής αποξένωσης εισήχθη από τον Gardner ως μια διαταραχή που προκύπτει κυρίως στο πλαίσιο διαφορών επιμέλειας παιδιών και υποστήριξε ότι πρόκειται για ένα πλύσιμο εγκεφάλου από τον αποξενωτή γονέα σε βάρος του αποξενωμένου, οδηγώντας το παιδί σε μια αδικαιολόγητη εκστρατεία δυσφήμισης και απόρριψης του αποξενωμένου γονέα (Gardner, 2001).

Αυτή η διάγνωση δεν αναγνωρίζεται στα κύρια εγχειρίδια ψυχικής υγείας λόγω έλλειψης συναίνεσης στην επιστημονική κοινότητα σχετικά με την αξιοπιστία και την εγκυρότητα των κριτηρίων του (Caplan, 2023; Harman & Lorandos, 2021). Παρά την έλλειψη επιστημονικής βάσης, οι ιδέες του Gardner έχουν χρησιμοποιηθεί εκτενώς σε νομικές υποθέσεις επιμέλειας παγκοσμίως, συμπεριλαμβανομένης της Ελλάδας, επηρεάζοντας δικαστικές αποφάσεις (Gouveris & Nikolaidou, 2022). Επίσης ο Gardner κατηγορήθηκε ότι οι θεωρίες του σχετικά με τη γονική αποξένωση ήταν μεροληπτικές υπέρ των πατέρων και εις βάρος των γυναικών, καθώς αρχικά είχε υποστηρίξει ότι οι μητέρες ήταν συχνότερα οι αποξενωτές γονείς και ότι οι

ισχυρισμοί τους για κακοποίηση ήταν συχνά ψευδείς (Gouveris & Nikolaidou, 2022). Ακόμη, οι θεωρίες του χρησιμοποιήθηκαν νομικά για να υποβαθμίσουν ή απορρίψουν αληθινές κατηγορίες παιδικής κακοποίησης από τον πατέρα (Pally, 2020). Οι κλινικές περιγραφές του για παιδιά που έχουν υποστεί σεξουαλική κακοποίηση έχουν εσφαλμένα ερμηνευτεί από υποστηρικτές της κακοποίησης παιδιών και της ενδοοικογενειακής βίας, παρουσιάζοντάς τον ως παιδόφιλο. Αυτοί οι υποστηρικτές έχουν προβεί σε επιθέσεις προς τον Gardner, παραποιώντας τα γραπτά του για να προωθήσουν μια ατζέντα που αρνείται την ύπαρξη της γονικής αποξένωσης (Harman & Lorandos, 2020; Rand, 2013). Οι κατηγορίες που δέχτηκε ο Gardner δεν ακυρώνουν ωστόσο την ύπαρξη του φαινομένου της γονικής αποξένωσης. Αντίθετα, η πολύπλευρη κριτική οδήγησε στην εξέλιξη της κατανόησης του φαινομένου από την επιστημονική κοινότητα (Bernet et. Al., 2020; Gouveris & Nikolaidou, 2022).

2.1.3 Η Γονική Αποξένωση ως Μορφή Ενδοοικογενειακής Βίας

Η σύγχρονη τάση στην επιστημονική βιβλιογραφία και στην κλινική πρακτική έχει μετατοπιστεί από την ιδέα του Gardner για ένα σύνδρομο, διαταραχή του παιδιού στην αναγνώριση του φαινομένου ως αποτέλεσμα των συμπεριφορών του αποξενωτή γονέα ή ως μορφή παιδικής κακοποίησης (Kelly & Johnston, 2015; Pally, 2020). Σύμφωνα με αυτή την τάση, η εστίαση πρέπει να γίνεται στη βλαβερή συμπεριφορά του ενήλικα που προκαλεί τη γονική αποξένωση (Baker & Brand, 2010) και να αποφεύγεται η χρήση του όρου «επίθεση από γονέα σε γονέα». Από κοινωνικοψυχολογική άποψη, η γονική αποξένωση συνιστά μια μορφή δομικής βλάβης στις οικογενειακές σχέσεις. Ο αποξενωτής γονέας λειτουργεί όχι απλώς ως αντίπαλος σε μια διαμάχη αλλά ως κεντρικός παράγοντας κοινωνικής απομόνωσης του αποξενωμένου γονέα από το δίκτυο των οικογενειακών δεσμών (Korosi, 2021).

Η γονική αποξένωση, όπως προαναφέρθηκε, θεωρείται μορφή ενδοοικογενειακής βίας (Καλαϊτζάκης, 2020) και κακοποίησης (Isailă & Hostiuc, 2022). Αποτελεί μια κατάσταση κατά την οποία ένα παιδί απορρίπτει ή αντιστέκεται στη διατήρηση σχέσης με έναν από τους δύο γονείς, χωρίς να υπάρχει αντικειμενικά αποδεκτός και θεμιτός λόγος για αυτή τη στάση (Lorandos & Bernet, 2020). Το αποξενωμένο παιδί είναι το θύμα αυτής της κατάστασης και η ευθύνη βαρύνει τον αποξενωτή γονέα (Pally, 2020) ή/και την αδυναμία του νομικού συστήματος να προστατεύσει το παιδί (Harman & Lorandos, 2021), τη γονική σχέση παιδιού και αποξενωμένου γονέα και τον ίδιο τον αποξενωμένο γονέα (Gouveris & Nikolaidou, 2022). Όσον

αφορά την Ελλάδα, το γεγονός ότι χρειάστηκε να αναθεωρήσει τη νομοθεσία της με τον Ν. 4800/2021 κατόπιν αποφάσεων του ΕΔΔΑ, υποδηλώνει ότι το προηγούμενο νομικό πλαίσιο αδυνατούσε να προστατεύσει αποτελεσματικά το δικαίωμα επικοινωνίας, άρα και τον αποξενωμένο γονέα (Council of Europe, Committee of Ministers, 2022). Η γονική αποξένωση δεν βασίζεται απλώς σε ασυμφωνίες μεταξύ του χωρισμένου ζευγαριού αλλά σε επίμονη κακοποιητική στρατηγική προς τη σχέση παιδιού και αποξενωμένου γονέα, κάτι το οποίο την καθιστά περισσότερο συγγενή με φαινόμενα ενδοοικογενειακής βίας παρά με συμβατικές συγκρούσεις συμφερόντων μέσα στην οικογένεια (Korosi, 2021).

Η απόρριψη εμφανίζεται με τρόπο δυσανάλογο ως προς τις πραγματικές εμπειρίες του παιδιού με τον αποξενωμένο γονέα και χαρακτηρίζεται από ισχυρά αρνητικά συναισθήματα και πεποιθήσεις που δεν βασίζονται σε τεκμηριωμένα περιστατικά κακής μεταχείρισης (Korosi, 2021). Σε τέτοιες περιπτώσεις, η συμπεριφορά του παιδιού εξηγείται συχνά από την επιρροή του αποξενωτή γονέα, ο οποίος επιδιώκει να μειώσει ή να καταργήσει τη σχέση ανάμεσα στο παιδί και τον αποξενωμένο γονέα (Lee-Maturana, 2020). Η βιβλιογραφία συμφωνεί ότι είναι αναγκαίο να γίνεται διάκριση μεταξύ της αδικαιολόγητης αποξένωσης (γονική αποξένωση) και της ρεαλιστικής απομάκρυνσης (Boch-Galhau, 2021). Στην τελευταία περίπτωση, η αρνητική στάση του παιδιού μπορεί να δικαιολογείται πλήρως από λόγους όπως ιστορικό κακοποίησης, παραμέληση ή ενδοοικογενειακή βία από τον γονέα που απορρίπτεται (Lorandos & Bernet, 2020) και ως εκ τούτου το παιδί αναπτύσσει μια δικαιολογημένη προστατευτική αντίδραση του εαυτού του (Meier, 2009). Αντίθετα, στην αδικαιολόγητη αποξένωση, η μη επικοινωνία και η απουσία σχέσης αποτελούν παθολογική εξέλιξη μιας αρχικά θετικής ή ικανοποιητικής σχέσης, η οποία έχει διαβρωθεί μέσω ψυχολογικής χειραγώγησης από τον αποξενωτή γονέα (Bernet et.al., 2020). Η ουσία της διάκρισης αυτής υπαγορεύει διαφορετικές στρατηγικές διαχείρισης: η δικαιολογημένη απόρριψη, όπου υπάρχει αληθινή κακοποίηση, χρήζει προστασίας του παιδιού, ενώ η αδικαιολόγητη αποξένωση (γονική αποξένωση) απαιτεί παρέμβαση από το σύστημα για την αποκατάσταση της σχέσης παιδιού και γονέα (Jaffe et.al., 2020). Οι Herman και Lorandos (2021) αναγνωρίζουν την ύπαρξη ενός μείγματος παραγόντων σε πολλές υποθέσεις, γεγονός που περιπλέκει τη διάγνωση και απαιτεί εξειδικευμένη αξιολόγηση.

Κεντρικό στοιχείο στην έννοια της γονικής αποξένωσης είναι η ύπαρξη μιας συμμαχίας ή συνασπισμού ανάμεσα στο παιδί και τον αποξενωτή γονέα, ως προς την ισχύ και τη δυναμική (Baker & Darnall, 2006; Drozd & O'Malley, 2020; Fidler et al., 2013; Warshak, 2001). Το παιδί

μπορεί να υιοθετήσει πλήρως τις στάσεις και τους ισχυρισμούς του γονέα αυτού, ακόμα κι αν αυτοί έρχονται σε αντίθεση με προσωπικές του αναμνήσεις ή εμπειρίες (Korosi, 2021). Μπορεί επίσης να εκδηλώνει απόλυτη άρνηση να δει τον αποξενωμένο γονέα ακόμη και όταν καταγράφεται ιστορικά μια σχέση φροντίδας και αγάπης πριν την έναρξη των συγκρούσεων (Baker & Darnall, 2006; Lorandos & Bernet, 2020). Αυτή η μηχανική αναπαραγωγή (canned themes) αφηγημάτων και ισχυρισμών υποδηλώνει την ύπαρξη διαδικασιών εσωτερίκευσης ψευδών ή διαστρεβλωμένων πληροφοριών (Bernet et.al., 2020; Warshak, 2001). Ορισμένοι φορείς έχουν επιχειρήσει τυποποίηση του φαινομένου για πρακτική χρήση σε νομικό και κλινικό πλαίσιο (Harman & Lorandos, 2021). Ένα παράδειγμα είναι ο ορισμός που δίνει η Υπηρεσία Συμβουλευτικής και Υποστήριξης Δικαστηρίων για Παιδιά και Οικογένειες (Cafcass) στην Αγγλία: πρόκειται για την περίπτωση όπου η εχθρότητα ή αντίσταση ενός παιδιού απέναντι σε έναν γονέα δεν δικαιολογείται και είναι αποτέλεσμα ψυχολογικής χειραγώγησης εκ μέρους του αποξενωτή γονέα (McCormack, 2021). Η ίδια προσέγγιση αναγνωρίζει ότι το φαινόμενο αφορά τόσο τη σχέση που χάνεται ανάμεσα στο παιδί και στον αποξενωμένο γονέα όσο και το σύστημα συμπεριφορών που χρησιμοποιεί ο αποξενωτής γονέας.

Από θεραπευτική σκοπιά, αρκετοί κλινικοί περιγράφουν τη γονική αποξένωση ως μια μορφή ψυχοπαθολογίας στο παιδί (Korosi, 2021), που μπορεί να σχετίζεται με την ανάπτυξη παραμορφωμένων πεποιθήσεων για τον αποξενωμένο γονέα. Ως εκ τούτου, ο όρος γονική αποξένωση αφορά ταυτόχρονα τις ανθρώπινες σχέσεις (παιδί-αποξενωτής γονέας, παιδί-αποξενωμένος γονέας-αποξενωτής γονέας-αποξενωμένος γονέας) αλλά και την ψυχική κατάσταση όλων των εμπλεκομένων, κυρίως των παιδιών και των αποξενωμένων γονέων (Bernet et.al., 2020; Harman & Lorandos, 2021).

2.1.4 Συμπεριφορές & Στρατηγικές της Γονικής Αποξένωσης

Στο θεωρητικό επίπεδο, έχουν αναφερθεί διάφορες συμπεριφορές και στρατηγικές μέσω των οποίων επιτυγχάνεται η αποξένωση (Baker & Darnall, 2006). Σύμφωνα με τους Baker και Darnall (2006), υπάρχουν 17 συμπεριφορές και στρατηγικές που χρησιμοποιούνται στη γονική αποξένωση, όπως η δυσφήμιση του αποξενωμένου γονέα στο παιδί, την απόσυρση αγάπης υπό όρους, η παραποίηση γεγονότων της καθημερινότητας ώστε να δημιουργούνται φόβος ή δυσπιστία στο παιδί απέναντι στον αποξενωμένο γονέα, η σκόπιμη παρεμπόδιση επικοινωνίας ή επισκέψεων, η παρουσίαση σκηνών θυμού ή απειλών που τρομοκρατούν το παιδί, η καταστροφή

αναμνήσεων, η αλλαγή ονομάτων, η παρεμπόδιση πληροφοριών, η απόρριψη της διευρυμένης οικογένειας. Μελέτες έχουν δείξει ότι οι τακτικές αυτές μπορούν σταδιακά να οδηγήσουν σε μια μορφή ταύτισης του παιδιού με τον αποξενωτή γονέα παρόμοια με φαινόμενα τύπου συνδρόμου της Στοκχόλμης, όπου το θύμα υιοθετεί τις αξίες και θέσεις του δράστη, αλλά αποφεύγεται ο συγκεκριμένος όρος διότι θεωρείται μη ακριβής για αυτήν την κατάσταση (Baker & Darnall, 2006). Μπορεί να είναι απαραίτητα το σύνδρομο της Στοκχόλμης, αλλά έχει ομοιότητες με άλλες μορφές κακοποίησης (Pally, 2020).

2.1.5 Η Γονική Αποξένωση & η Εφαρμογή της

Αντικείμενο συζήτησης αποτελεί διαχρονικά το κατά πόσο η έννοια της γονικής αποξένωσης δύναται να τυποποιηθεί επακριβώς ώστε να χρησιμοποιείται και να εφαρμόζεται με συνέπεια στα δικαστήρια ή στις γνωματεύσεις ειδικών (Drozd, 2020). Η ελληνική μελέτη των Gouveris και Nikolaidou (2022) τονίζει την ασυνέπεια στις δικαστικές αποφάσεις, υποδηλώνοντας ότι η τυποποίηση δεν είναι ακόμη εφικτή ή δεν εφαρμόζεται με συνέπεια στην ελληνική πραγματικότητα.

Οι επικριτές σημειώνουν ότι δεν υπάρχει πάντα σαφής γραμμή μεταξύ αδικαιολόγητης αποξένωσης και περίπτωσης όπου το παιδί αντιδρά δικαίως στα πραγματικά βιώματα κακοποίησης. Αυτό προκαλεί κινδύνους εσφαλμένης χρήσης του όρου σε υποθέσεις όπου θα έπρεπε να ισχύσει προστατευτικό πλαίσιο για το ανήλικο. Για αυτό το λόγο, οι Harman και Lorandos (2021), τονίζουν τη σημασία της προσεκτικής αξιολόγησης για να εφαρμοστεί το σωστό νομικό και προστατευτικό πλαίσιο.

Η πρόσφατη ενσωμάτωση σχετικών όρων προς τη γονική αποξένωση στην Διεθνή Ταξινόμηση Νοσημάτων (ICD-11) (World Health Organization (WHO), 2018) έδωσε νέα ώθηση στην ερευνητική δραστηριότητα αλλά δεν έχει άρει πλήρως την επιστημονική διαφωνία γύρω από την αξιολόγηση της (Caplan, 2023). Ορισμένοι επαγγελματίες ψυχικής υγείας προχωρούν στην αντιμετώπισή της ως μια μορφή συναισθηματικής κακοποίησης ακριβώς επειδή στερεί από το παιδί μια πρότερα πολύτιμη, θετική σχέση χωρίς αιτιολόγηση ικανή να σταθεί σε κλινικό έλεγχο (Kruk, 2018). Για τους σκοπούς τόσο των κοινωνικών υπηρεσιών όσο και των επαγγελματιών ψυχικής υγείας αλλά και των δικαστικών λειτουργιών, το κρίσιμο σημείο παραμένει το εξής: αν η εχθρότητα ενός παιδιού απέναντι στον αποξενωμένο γονέα στηρίζεται μόνο στη χειραγώγηση του αποξενωτή γονέα χωρίς πραγματικά δεδομένα κινδύνου τότε μιλάμε για φαινόμενο που

απαιτεί έγκαιρη παρέμβαση ώστε να αποφευχθούν οι μακροχρόνιες συνέπειες τόσο στις οικογενειακή σχέση παιδιού και αποξενωμένου γονέα όσο και στην ψυχική ευημερία κυρίως του παιδιού αλλά και του αποξενωμένου γονέα (Bernet et. al., 2020).

2.2 Επιπτώσεις της Γονικής Αποξένωσης

2.2.1 Επιπτώσεις στα Παιδιά

Στα παιδιά που εμπλέκονται σε περιπτώσεις γονικής αποξένωσης εμφανίζεται συχνά ένα φάσμα αρνητικών συναισθηματικών και γνωστικών επιπτώσεων ή αντιδράσεων, τα οποία μπορεί να εκδηλωθούν τόσο βραχυπρόθεσμα όσο και μακροπρόθεσμα. Μπορεί να αναπτύξουν χαμηλή αυτοεκτίμηση, δυσκολίες στην επικοινωνία, έλλειμμα εμπιστοσύνης προς ενήλικες ή υποψήφιους φροντιστές, άγχος και κατάθλιψη (Doughty et.,al., 2020, Harman et.al., 2021). Μπορεί να εκδηλώσουν θυμό, ενοχή, εχθρότητα, προβλήματα ελέγχου παρορμήσεων, φοβίες, διαταραχές ύπνου, ακόμη και αυτοκτονικό ιδεασμό (Isailă & Hostiuc, 2022; Miklewska, 2021; Miralles et al., 2021). Ενδέχεται να έχουν δυσκολίες στην οικοδόμηση οικείων σχέσεων, προβλήματα στην προσωπική και κοινωνική τους ζωή, καθώς και ανασφαλή προσκόλληση (Miklewska, 2021; Miralles et al., 2021; Wang et al., 2025). Η γονική αποξένωση μπορεί να αναστείλει τη διαπροσωπική ανάπτυξη των παιδιών, οδηγώντας τα σε κοινωνική απόσυρση και δυσκολίες στις σχέσεις τους με τους άλλους (Matthewson et al., 2023). Απώλεια αίσθησης του ατομικού τους εαυτού, καθώς αισθάνονται υποχρεωμένα να απορρίψουν οποιαδήποτε σχέση με τον αποξενωμένο γονέα, συμπεριλαμβανομένων πτυχών του δικού τους εαυτού (Harman et al., 2021). Είναι πολύ πιθανό να παρατηρηθούν μειωμένες ακαδημαϊκές επιδόσεις (Miralles et al., 2021). Η γονική αποξένωση στα παιδιά έχει συσχετιστεί με υψηλότερα ποσοστά χρήσης αλκοόλ και ναρκωτικών (Isailă & Hostiuc, 2022; Miklewska, 2021; Miralles et al., 2021). Οι αρνητικές συνέπειες της γονικής αποξένωσης μπορούν να είναι και μακροπρόθεσμες, δηλαδή να διαρκέσουν μέχρι την ενηλικίωση, επηρεάζοντας την εργασιακή, κοινωνική και ψυχολογική ανάπτυξη (Miralles et al., 2021). Οι ενήλικες που εκτέθηκαν σε γονική αποξένωση στην παιδική ηλικία έχουν αυξημένο κίνδυνο για χαμηλότερη αυτοεκτίμηση, χαμηλότερη αυτονομία, ψυχοπαθολογία, δυσκολίες στις γονικές σχέσεις και υψηλότερα ποσοστά διαζυγίων (Miralles et al., 2021). Επίσης, αναφέρουν συναισθήματα απώλειας, εγκατάλειψης και ενοχής (Miralles et al., 2021). Η ψυχολογική χειραγώγηση από τον αποξενωτή γονέα δημιουργεί ένα περιβάλλον όπου τα παιδιά πρέπει να καταπιέζουν τις αυθεντικές

συναισθηματικές τους ανάγκες για να διατηρήσουν την έγκριση του γονέα, θέτοντας σε κίνδυνο το σχηματισμό ασφαλών δεσμών προσκόλλησης (Wang et al., 2025). Επίσης αναγκάζονται να διατηρούν ασυμβίβαστες αναπαραστάσεις των γονικών φιγούρων, βλέποντας τον έναν γονέα ως εντελώς καλό και τον άλλο ως εντελώς κακό (Wang et al., 2025). Ακόμη, υπάρχει αυξημένος κίνδυνος επανάληψης των αποξενωτικών συμπεριφορών στα δικά τους τέκνα ως ενήλικες (Miralles et al., 2021). Η έκθεση σε συμπεριφορές γονικής αποξένωσης στην παιδική ηλικία έχει συσχετιστεί με υψηλότερη πιθανότητα κατάθλιψης και μειωμένης ποιότητας ζωής στην ενήλικη ζωή (Verrocchio et al., 2019). Αυτά τα δυσάρεστα ευρήματα υποδεικνύουν την ανάγκη για προληπτικές και κλινικές παρεμβάσεις για την προστασία των ανήλικων από αρνητικά αποτελέσματα (Verrocchio et al., 2019).

Ο αποξενωτής γονέας χρησιμοποιεί είδη συμπεριφορών που σχετίζονται άμεσα με αυτό που η βιβλιογραφία χαρακτηρίζει ως ψυχολογική κακοποίηση (Isailă & Hostiuc, 2022). Σε αυτές περιλαμβάνονται πρακτικές περιφρόνησης, τρομοκράτησης, κοινωνικής απομόνωσης του παιδιού από το άλλο μέρος της οικογένειας, εκμετάλλευσης ή διαστρέβλωσης συμβάντων ώστε να προκαλείται αρνητική συναισθηματική αντίδραση απέναντι στον αποξενωμένο γονέα (Korosi, 2021). Κάθε μία από αυτές τις τεχνικές έχει διαφορετική βαρύτητα αλλά όλες συμβάλλουν στη δημιουργία ενός μοντέλου σκέψης όπου η σχέση με τον αποξενωμένο γονέα εμφανίζεται επικίνδυνη ή ανεπιθύμητη.

Μέσα σε αυτό το συναισθηματικό πλαίσιο τα παιδιά υιοθετούν μια μορφή γνωσιακής παραμόρφωσης, δηλαδή αντιλαμβάνονται γεγονότα υπό το πρίσμα των μηνυμάτων του αποξενωτή γονέα αντί για τη δική τους εμπειρία. Η βιβλιογραφία (Wang & Zhang, 2025) αναγνωρίζει τη σημασία της θεωρίας της προσκόλλησης για την κατανόηση της γονικής αποξένωσης. Σύμφωνα με αυτήν, η χειραγώγηση διαταράσσει τον φυσιολογικό δεσμό προσκόλλησης μεταξύ παιδιού και αποξενωμένου γονέα εισάγοντας αρνητικά συναισθήματα εκεί όπου προϋπήρχαν θετικές εμπειρίες (Lorandos & Bernet, 2020). Το παιδί καλείται να αναδιαμορφώσει την αντίληψη σχέσης σε έναν τρόπο συμβατό με τις πεποιθήσεις του αποξενωτή γονέα· και αν δεν συμμορφωθεί κινδυνεύει να χάσει τη θετική προσοχή του τελευταίου. Αυτό το δυναμικό οδηγεί συχνά σε εσωτερικευμένη σύγκρουση και μακροχρόνια προβλήματα στη δημιουργία εμπιστοσύνης στις σχέσεις του (Miralles et al., 2021).

2.2.2 Επιπτώσεις στους Αποξενωμένους Γονείς

2.2.2.1 Ψυχολογικές Επιπτώσεις

Το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης έχει βαθύτατες και συχνά καταστροφικές επιπτώσεις στους αποξενωμένους γονείς, επηρεάζοντας την ψυχική τους υγεία, την κοινωνική τους ζωή και την οικονομική τους κατάσταση (Lee-Maturana et.al., 2020; Tavares et.al., 2021).

Η απώλεια της σχέσης με το παιδί τους περιγράφεται ως ένα συνεχές πένθος, παρόμοιο με τον θάνατο, το οποίο οδηγεί σε θλίψη, απώλεια του γονικού ρόλου και συναισθήματα απελπισίας (Roma et al., 2021; Tavares et al., 2021). Οι γονείς μπορεί να βιώνουν απώλεια ελέγχου και ψυχολογική προσαρμογή λόγω των δυσκολιών διατήρησης της σχέσης με το παιδί (Tavares et al., 2021). Πολλοί αποξενωμένοι γονείς βιώνουν χρόνιο άγχος, κατάθλιψη, αϋπνία, μετατραυματικό στρες, ακόμη και ακόμη και αυτοκτονικό ιδεασμό (Matthewson et al., 2023). Η συναισθηματική βλάβη γίνεται εμφανής όχι μόνο στα επίπεδα άγχους ή κατάθλιψης αλλά και στην αυτοαντίληψη του αποξενωμένου γονέα ως ικανού γονέα (Korosi, 2021). Αυτό έχει παρατηρηθεί ιδιαίτερα στους πατέρες που συμμετείχαν σε ποιοτικές έρευνες και περιέγραψαν τη σταδιακή διάβρωση του δεσμού με τα παιδιά τους, μαζί με ανησυχία για την ψυχολογική ευημερία αυτών των παιδιών (Gibson, 2021). Η ψυχολογική χειραγώγηση που συμβαίνει κατά την αποξένωση μπορεί να έχει τραυματικές συνέπειες για αυτούς τους γονείς. Συγκεκριμένα, οι αποξενωμένοι γονείς αναφέρουν μέτρια έως υψηλά επίπεδα κατάθλιψης, άγχους και στρες (Matthewson et al., 2023). Επίσης, αναφέρεται ότι υποφέρουν από άγχος και κατάθλιψη κατά τη διάρκεια νομικών διαδικασιών (Tavares et al., 2021). Λογικό επακόλουθο είναι ότι η έκθεση στο φαινόμενο της γονικής αποξένωσης μπορεί να οδηγήσει σε αυξημένη ευπάθεια σε ψυχικές διαταραχές όπως η κατάθλιψη και το άγχος (Miralles et al., 2021). Ο αποξενωμένος γονέας μπορεί να οδηγηθεί σε αμφισβήτηση του εαυτού του, έχοντας αισθήματα ενοχής και ντροπής, καθώς προσπαθεί να κατανοήσει γιατί το παιδί του τον απορρίπτει (Roma et al., 2021). Επίσης είναι συχνή η απομόνωση κοινωνικά (Matthewson et al., 2023; Roma et al., 2021; Tavares et al., 2021), καθώς οι φίλοι, η οικογένεια, αλλά και οι ίδιοι οι θεσμοί του κράτους δυσκολεύονται να κατανοήσουν την κατάστασή του ή να τον υποστηρίξουν (Tavares et al., 2021). Η χρόνια πίεση της όλης κατάστασης που επιφέρει η αποξένωση, μπορεί να οδηγήσει σε ψυχοσωματικά συμπτώματα (Lee-Maturana et al., 2020) όπως πονοκεφάλους, προβλήματα πέψης, εξάντληση, ασθένειες, σωματική καταπόνηση, εφιάλτες και απώλεια ή αύξηση βάρους λόγω των δυσκολιών διαχείρισης της (Tavares et al., 2021). Οι αποξενωμένοι γονείς συχνά

αναγκάζονται να λειτουργούν σε ένα περιβάλλον όπου κάθε τους κίνηση μπορεί να παραποιηθεί είτε στο παιδί είτε στα δικαστήρια, δημιουργώντας έτσι ένα αίσθημα συνεχούς παρακολούθησης και καταστολής των αυθόρμητων αντιδράσεών τους.

2.2.2.2 Οικονομικές & Κοινωνικές Επιπτώσεις

Μια άλλη διάσταση αποτελεί η οικονομική εξάντληση που βιώνουν όσοι αποξενωμένοι γονείς εμπλέκονται σε μακροχρόνιες δικαστικές διαδικασίες, καθώς οι δαπάνες για νομική εκπροσώπηση ή υπηρεσίες ψυχικής υγείας προστίθενται στο ήδη βεβαρημένο συναισθηματικό φορτίο. Οι νομικές μάχες για την επιμέλεια και την αποκατάσταση της σχέσης με τα παιδιά είναι συχνά χρονοβόρες και οικονομικά εξουθενωτικές (Auckland & Goold, 2020; George & Gallwey, 2016). Έρευνες αναφέρουν ότι οι αποξενωμένοι γονείς υποφέρουν από οικονομικές επιπτώσεις και εκφράζουν δυσaráσκεια για τις νομικές διαδικασίες (Lee-Maturana et al., 2020; Miralles et al., 2021; Tavares et al., 2021). Για πολλούς γονείς, το κόστος των νομικών αμοιβών μπορεί να τους αφήσει με σημαντικά χρέη ή ακόμα και σε κατάσταση χρεοκοπίας (George & Gallwey, 2016). Στην Ελλάδα, έχουν εκφραστεί παράπονα (Bantekas, 2016). Το άγχος και η ψυχολογική δυσφορία μπορεί να επηρεάσουν την απόδοσή στην εργασία, οδηγώντας σε απώλεια θέσεως εργασίας ή οικονομικής αστάθειας (Lee-Maturana et al., 2020). Ενδέχεται η απομάκρυνση από την εργασία να οφείλεται άμεσα στον κόπο, τις δυσκολίες και το τραύμα που προκύπτει από τις συγκρούσεις μετά το διαζύγιο (Bertelsen, 2021). Η χαμηλή αυτοεκτίμηση μπορεί επίσης να συνδέεται με μειωμένες εργασιακές προοπτικές (Miralles et al., 2021). Η γονική αποξένωση μπορεί να οδηγήσει σε ρήξη όχι μόνο με το παιδί, αλλά και με άλλους συγγενείς ή φίλους που μπορεί να επηρεαστούν από τον άλλο γονέα ή να μην κατανοούν την κατάσταση ή να ακολουθούν κάποια συγκεκριμένα στερεότυπα (Matthewson et al., 2023). Ακολουθεί συχνά κοινωνική απομόνωση και αλλαγές στο δίκτυο κοινωνικής υποστήριξης (Tavares et al., 2021). Η δυσκολία συμμετοχής στην καθημερινότητα του παιδιού και σε σημαντικές οικογενειακές εκδηλώσεις προκαλεί πόνο, δυσφορία όχι μόνο στους ίδιους αλλά και στις οικογένειές τους (Tavares et al., 2021). Όσο για τις στρατηγικές αντιμετώπισης που χρησιμοποιούν, αυτές περιλαμβάνουν την αυτομόρφωση γύρω από το φαινόμενο, την αναζήτηση κοινωνικής στήριξης και μια στωική στάση, δηλαδή την προσπάθεια να παραμείνουν ψύχραιμοι παρά τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν (Lee-Maturana, 2020). Ωστόσο αυτές οι στρατηγικές δεν εγγυώνται πάντοτε την προστασία από μακροχρόνιες επιπτώσεις στην ψυχική,

οικονομική και κοινωνική τους ευμάρεια. Σύμφωνα με την ίδια έρευνα (Lee-Maturana, 2020) μια ακόμα σχετική έννοια είναι αυτή της ψυχολογικής ανθεκτικότητας, δηλαδή η δυναμικότητα κάποιων αποξενωμένων γονέων να συνεχίζουν να διεκδικούν επαφή και υγιή δεσμό παρά τις αντίξοες συνθήκες. Ανθεκτικότητα δεν σημαίνει απουσία πόνου, καθώς πολλοί από αυτούς βιώνουν έντονες στιγμές απελπισίας αλλά διατηρούν κινητοποίηση μέσω δράσεων όπως ενημέρωση άλλων για το φαινόμενο ή ανάπτυξη κοινοτήτων αλληλοστήριξης. Οι δυσχερείς επιπτώσεις υπογραμμίζουν την ανάγκη για αναγνώριση, υποστήριξη και παρέμβαση τόσο σε νομικό όσο και σε ψυχολογικό επίπεδο για τους αποξενωμένους γονείς, αλλά και την ανάγκη για περαιτέρω έρευνα κυρίως στην Ελλάδα. Πολλοί από αυτούς εκφράζουν την ελπίδα ότι η δημόσια ανάδειξη των εμπειριών τους θα οδηγήσει σε καλύτερη αναγνώριση του προβλήματος και ανάπτυξη υποστηρικτικών μηχανισμών για άλλους που θα βρεθούν στη θέση τους.

Κατηγορία Επιπτώσεων	Συγκεκριμένες Συνέπειες	Πηγές
Ψυχολογικές	Άγχος, κατάθλιψη, PTSD, αυτοκτονικός ιδεασμός, αισθήματα απώλειας, πένθους, χαμηλή αυτοεκτίμηση, ενοχή, ντροπή, διαταραχές ύπνου	Lee-Maturana et.al., 2020; Tavares et.al., 2021; Roma et al., 2021; Matthewson et al., 2023; Miralles et al., 2021
Κοινωνικές	Κοινωνική απομόνωση, ρήξη με οικογένεια και φίλους, αλλαγές στο δίκτυο κοινωνικής υποστήριξης, δυσaráσκεια για τις νομικές διαδικασίες	Matthewson et al., 2023; Tavares et al., 2021
Οικονομικές	Οικονομική επιβάρυνση από νομικές μάχες, υψηλές νομικές αμοιβές, χρέος, δυσκολίες στην εργασία, απώλεια εισοδήματος	Auckland & Goold, 2020; George & Gallwey, 2016; Lee-Maturana et al., 2020; Miralles et al., 2021; Tavares et al., 2021; Bantekas, 2016
Σωματικές	Πονοκέφαλοι, προβλήματα πέψης, εξάντληση, απώλεια ή αύξηση βάρους	Tavares et al., 2021
Εργασιακές	Δυσκολία στην εργασία, μειωμένη απόδοση, απώλεια θέσεως εργασίας, οικονομική αστάθεια, μειωμένες προοπτικές	Lee-Maturana et al., 2020; Bertelsen, 2021; Miralles et al., 2021

2.3 Νομικό Πλαίσιο στην Ελλάδα

2.3.1 Νομοθετικές Ρυθμίσεις πριν το Ν. 4800/2021

Οι επιπτώσεις που θα υποστούν τα παιδιά και οι αποξενωμένοι γονείς τους στη Ελλάδα μπορούν να αποφευχθούν από την κατάλληλη υποστήριξη και παρέμβαση του νομικού συστήματος. Πριν την εισαγωγή του Ν. 4800/2021, το ελληνικό νομικό πλαίσιο που διέπει τη γονική μέριμνα και την επιμέλεια των παιδιών είχε διαμορφωθεί κυρίως από τις διατάξεις του Αστικού Κώδικα, με σημαντικές τροποποιήσεις που θεσπίστηκαν τη δεκαετία του '80 (Gouberis & Nikolaidou, 2022; Tsaoussi, 2002). Κατά την περίοδο 1992-2019, καταγράφηκαν αρκετές υποθέσεις παρεμπόδισης επικοινωνίας γονέων με τα παιδιά τους, με τις μητέρες να κατηγορούνται συχνότερα για παρεμπόδιση της επικοινωνίας πατέρα-παιδιού (Koukoulis et al., 2022).

Στην ελληνική νομική τάξη αναγνωρίζονται τρία διαδοχικά οικογενειακά συστήματα: Πρώτον, το Παραδοσιακό σύστημα, το οποίο ίσχυε στη χώρα μας μέχρι την εφαρμογή του Ν. 1329/1983. Δεύτερον, το Φιλελεύθερο σύστημα, που καθιερώθηκε στην πράξη μετά την εφαρμογή του Ν. 1329/1983. Τρίτον, ένα σύγχρονο σύστημα, το οποίο επιβάλλεται από τις διεθνείς συνθήκες και την ΕΣΔΑ και αναδύεται με το Ν. 4800/2021. Αυτό το σύστημα διέπεται από το νόμιμο πλαίσιο της κοινής άσκησης της γονικής μέριμνας, την αρχή της ισότητας των γονέων στις ευθύνες και τα δικαιώματα απέναντι στο παιδί, την υποχρέωση του γονέα και των συγγενών του, την αυτονομία της ιδιωτικής βούλησης, την προώθηση της διαμεσολάβησης και τον επικουρικό ρόλο του δικαστηρίου. (Βαλμαντώνης, 2024).

Μια κομβική στιγμή στην εξέλιξη του ελληνικού οικογενειακού δικαίου υπήρξε η μεταρρύθμιση του 1983 (Bantekas, 2016; Tsaoussi, 2002). Βασικό χαρακτηριστικό του ήταν ο φιλελεύθερος και φεμινιστικός του χαρακτήρας. Ο Ν. 1329/1983 θεωρήθηκε επίτευγμα του γυναικείου κινήματος, καθώς βασίστηκε κυρίως σε αιτήματα των γυναικών (Βαλμαντώνης, 2024). Με αυτή τη μεταρρύθμιση, το οικογενειακό δίκαιο εκσυγχρονίστηκε ριζικά, εισάγοντας την αρχή της ισότητας των φύλων και φιλελευθεροποιώντας το διαζύγιο. Συγκεκριμένα, καθιερώθηκε το συναινετικό διαζύγιο και το διαζύγιο λόγω ανεπανόρθωτου κλονισμού της έγγαμης σχέσης, ενώ καταργήθηκε το σύστημα της προίκας, ένα πάγιο χαρακτηριστικό του ελληνικού συστήματος οικογενειακής παρουσίας μέχρι τότε (Tsaoussi, 2002; Tsoukala, 2015). Επίσης, εισήχθη το

σύστημα της ισότιμης κατανομής της συζυγικής περιουσίας που αποκτήθηκε κατά τη διάρκεια του γάμου, μια σημαντική αλλαγή που ενίσχυσε τα δικαιώματα των συζύγων (Tsoukala, 2015).

Σύμφωνα με τον Αστικό Κώδικα (όπως ίσχυε πριν το 2021), η γονική μέριμνα περιλάμβανε το σύνολο των δικαιωμάτων και υποχρεώσεων των γονέων προς το τέκνο. Τα άρθρα 1511 και 1513 του Ελληνικού Αστικού Κώδικα προέβλεπαν τη δυνατότητα διαχωρισμού των επιμέρους στοιχείων της γονικής μέριμνας και την ανάθεσή τους σε κάθε γονέα, με γνώμονα πάντα το βέλτιστο συμφέρον του παιδιού (Bantekas, 2016). Παρόλα αυτά, σύμφωνα με τον Bantekas (2016), στην πράξη, η κοινή γονική μέριμνα ήταν μάλλον εξαίρεση.

Παρά τις νομικές προβλέψεις, οι ελληνικές οικογενειακές δικαστικές αρχές, μέχρι και πρόσφατα, έδειχναν μια σχεδόν αποκλειστική τάση να αναθέτουν τη φυσική επιμέλεια, γονική μέριμνα κατά κανόνα σε έναν γονέα (συνήθως στις μητέρες) (Bantekas, 2016) μετά από διάσταση ή διαζύγιο ενώ ο άλλος γονέας αποκτούσε δικαιώματα επικοινωνίας περιορισμένα σε ισχύ και συχνότητα. Αυτή η προσέγγιση δεν ενσωμάτωνε ισχυρούς μηχανισμούς για την αποφυγή πρακτικών αποκλεισμού του γονέα που δεν είχε την επιμέλεια, κάτι που επέτρεπε τη δημιουργία και διαιώνιση καταστάσεων γονικής αποξένωσης (Καραϊνδρου, 2021). Μέσα σε αυτό το πλαίσιο, οι δικαστικές αποφάσεις βασίζονταν στη γενική αρχή του συμφέροντος του παιδιού, αλλά στην πράξη μπορούσε να ερμηνευτεί υποκειμενικά ανάλογα με την κρίση του εκάστοτε δικαστή και τη δυνατότητα παρουσίασης τεκμηρίων από τους εμπλεκόμενους. Η έλλειψη συγκεκριμένης νομοθετικής αναφοράς σχετικά με τη γονική αποξένωση πριν τον Ν. 4800/2021 σήμαινε ότι το φαινόμενο αντιμετωπιζόταν είτε μέσα από αποφάσεις ανάκλησης ή τροποποίησης της επιμέλειας λόγω μη τήρησης ρυθμίσεων επικοινωνίας, είτε μέσω αξιολόγησης κοινωνικών λειτουργών. Ωστόσο, όπως επισήμαναν οι Gouveris και Nikolaidou (2022), οι φορείς παροχής κοινωνικής στήριξης στην Ελλάδα εκείνη την περίοδο συχνά δεν είχαν σαφή κατανόηση των δυναμικών της αποξένωσης και η απουσία ειδικής εκπαίδευσης οδηγούσε σε ανεπαρκείς παρεμβάσεις. Ταυτόχρονα, οι διαδικασίες επαναφοράς της σχέσης παιδιού–αποξενωμένου γονέα ήταν χρονοβόρες, δίνοντας χώρο στον αποξενωτή γονέα να συνεχίζει επιθετικές πρακτικές επηρεασμού (Lee-Maturana, 2020).

Επιδράσεις από διεθνείς τάσεις υπήρχαν αλλά δεν ενσωματώνονταν άμεσα στη νομοθεσία. Ένα παράδειγμα είναι η συζήτηση γύρω από τη θεσμοθέτηση της κοινής επιμέλειας, όπως

εφαρμόστηκε σε χώρες όπως οι ΗΠΑ και η Ισπανία, κάτι το οποίο είχε θέσει την βάση για προβληματισμό και στην Ελλάδα. Στην Ισπανία, τα δικαστήρια διέθεταν εργαλεία ώστε να λαμβάνουν μέτρα κατά της αποξένωσης, θεωρώντας την ακόμη και ως επιβαρυντική συνθήκη για τον αποξενωτή γονέα, κάτι που λειτουργούσε αποτρεπτικά (Bantekas, 2016; Gaffal, 2012).

Αντιθέτως στην ελληνική πραγματικότητα έως τότε δεν υπήρχαν αντίστοιχα εξειδικευμένα νομικά εργαλεία. Όπως σημείωσε η σχετική βιβλιογραφία, η τάση ανάθεσης επιμέλειας στη μητέρα δημιουργούσε ασύμμετρες συνθήκες ανατροφής που αύξαναν τον κίνδυνο αποκλεισμού του πατέρα από την καθημερινότητά των παιδιών (Korosi, 2021). Σημαντική διάσταση αποτελεί ότι πριν τον Ν. 4800/2021 η έννοια της κοινής γονικής μέριμνας ήταν περισσότερο θεωρητική παρά πρακτική, καθώς η νομοθεσία επέτρεπε τη δυνατότητα διαχωρισμού των επιμέρους στοιχείων της γονικής μέριμνας, αλλά στην πράξη σπάνια εφαρμοζόταν (Bantekas, 2016; Gouveris & Nikolaidou, 2022). Η ύπαρξη κοινής γονικής μέριμνας δεν σήμαινε αναλογική συμμετοχή στις αποφάσεις ούτε στο χρόνο με το παιδί. Ο γονέας, ο οποίος δεν είχε φυσική επιμέλεια συχνά ήταν στο περιθώριο όσον αφορά τη λήψη σημαντικών αποφάσεων για την εκπαίδευση, υγεία ή κοινωνική ζωή του παιδιού (Tsaoussi, 2002). Αυτό δημιουργούσε έδαφος για συγκρούσεις αλλά κυρίως για σταδιακή απομάκρυνση του αποξενωμένου γονέα χωρίς απαραίτητα αυτό να εντοπιστεί εγκαίρως ως μορφή γονικής αποξένωσης (Harman & Lorandos, 2021). Διεθνείς αναφορές στο ζήτημα κατά το προγενέστερο χρονικό διάστημα ανέδειξαν τον κίνδυνο χειραγώγησης των απόψεων του παιδιού σε υποθέσεις επιμέλειας (Meier, 2009).

Οι πρακτικές δικαστηριακές διαδικασίες στην Ελλάδα, πριν τη νομοθετική αλλαγή του Ν. 4800/2021, χαρακτηρίζονταν από δομικές αδυναμίες στην επιβολή δικαστικών αποφάσεων (Bantekas, 2016; Gouveris & Nikolaidou, 2022). Συγκεκριμένα παρατηρούνταν περιπτώσεις όπου η παραβίαση των όρων επικοινωνίας αντιμετωπιζόταν με ανοχή ή σημαντική καθυστέρηση στην παρέμβαση του συστήματος, με αποτέλεσμα οι αποξενωμένοι γονείς να στερούνται ουσιαστικής προστασίας (Bantekas, 2016; Council of Europe, Committee of Ministers, 2022). Αυτή η κατάσταση οδηγούσε σε μια de facto αποκοπή του παιδιού από τον αποξενωμένο γονέα, γεγονός που όχι μόνο δυσχέραινε οποιαδήποτε προσπάθεια επανασύνδεσης αλλά παγίωνε τη νέα, παθολογική κατάσταση ως φυσιολογική για το παιδί. Παράλληλα με τις νομικές αδυναμίες, υπήρχαν προσπάθειες ευαισθητοποίησης από πολιτικά πρόσωπα και κοινωνικούς φορείς ακόμη και πριν από την ψήφιση του Ν. 4800/2021 (Council of Europe Committee of Ministers, 2022).

Συνοψίζοντας, το ελληνικό νομικό πλαίσιο, πριν τον Ν. 4800/2021, αν και είχε εκσυγχρονιστεί με τη μεταρρύθμιση του 1983 προς την κατεύθυνση της ισότητας των φύλων και της προστασίας του συμφέροντος του παιδιού, στην πράξη παρουσίαζε σημαντικές προκλήσεις, ιδίως όσον αφορά την ανάθεση της επιμέλειας και την εφαρμογή της αρχής της κοινής γονικής μέριμνας (Bantekas, 2016; Tsaoussi, 2022). Ένα νέο θεσμικό πλαίσιο θα έπρεπε να μεταβάλλει ακόμη και τις κοινωνικές αντιλήψεις, στάσεις και στερεότυπα που υφίστανται στην ελληνική πραγματικότητα επί δεκαετίες, μέσω της κατοχύρωσης της κοινής ευθύνης για τα παιδιά. Ωστόσο οι αλλαγές στη νομοθεσία δεν συνοδεύονται απαραίτητα από άμεση μεταβολή της κοινωνικής στάσης (Tsoukala, 2015). Εκτός αν γίνει δεκτό ότι οι δικαστικοί φορείς, οι οποίοι απαρτίζονται από ανθρώπους, ενδέχεται, ως άνθρωποι να έχουν τις δικές τους κοινωνικές αντιλήψεις και στερεότυπα (Bantekas, 2016), τα οποία ένας νόμος μπορεί να επιχειρήσει να τα αναθεωρήσει.

Η θέσπιση της αποκλειστικής επιμέλειας ως προεπιλεγμένου κανόνα αντιβαίνει στις αρχές της ισότητας των φύλων και της προστασίας της παιδικής ηλικίας, καθώς επηρεάζει αρνητικά την ανάπτυξη του παιδιού, το οποίο χρειάζεται και τους δύο γονείς (Βαλμαντώνης, 2024). Στο βιβλίο του ο Βαλμαντώνης (2024) κάνει λόγο για την ασυμφωνία αυτή με την αρχή της κοινής ευθύνης των δύο γονέων για την ανατροφή του παιδιού, την οποία είχε υπογραμμίσει επανειλημμένα και ο Συνήγορος του Πολίτη ήδη από το 2012. Αναφέρεται και στην ίδρυση κινημάτων, ιδιαίτερα από διαζευγμένους πατέρες, όπως ο Σύλλογος για την Ανδρική και Πατρική Αξιοπρέπεια, οι Ενεργοί Μπαμπάδες, η Συνεπιμέλεια και η ΓΟΝΙΣ στην Ελλάδα, η οποία είχε σημαντική επίδραση στην πορεία προς το Ν. 4800/2021. Αυτές οι ομάδες τονίζουν ότι το δικαστικό σύστημα συχνά ευνοεί τις μητέρες στις δικαστικές αποφάσεις, προκαλώντας βλάβη στα παιδιά. Πολλοί ώριμοι διαζευγμένοι γονείς έχουν κατανοήσει ότι, στις σημερινές συνθήκες, η ισορροπημένη ανατροφή των παιδιών τους απαιτεί την ενεργή συμμετοχή και των δύο γονέων, μακριά από εγωισμούς και αντιπαραθέσεις. Για το λόγο αυτό, ζητούν πιο δίκαιη και ίση κατανομή της φροντίδας των παιδιών μετά το διαζύγιο και την υιοθέτηση μέτρων κατά της γονικής αποξένωσης. Τα αιτήματά τους περιλαμβάνουν την καθιέρωση της ισομερούς κοινής επιμέλειας και της εναλλασσόμενης κατοικίας ως κανόνα. Το 2020, η Ελληνική Ψυχολογική Εταιρεία (ΕΛΨΕ) συνέταξε ένα κείμενο για την ανατροφή των παιδιών σε περίπτωση διαζυγίου. Σύμφωνα με αυτό, σημαντική επιρροή είχε η διάδοση των παιδαγωγικών, ψυχολογικών και

ιατρικών πληροφοριών, οι οποίες δείχνουν ότι δεν υπάρχει κανένα αρνητικό αποτέλεσμα από την κοινή ανατροφή που μοιράζεται ισομερώς μεταξύ δύο κατοικιών. Επιπλέον, ανέδειξαν τις αρνητικές συνέπειες που προκύπτουν από την αποκλειστική επιμέλεια. Η σύγχρονη έρευνα ανατρέπει την άποψη περί βιοκοινωνικής υπεροχής της μητέρας στην ανατροφή των παιδιών ως κυρίαρχης και μοναδικής και προτείνει την ομαλοποίηση και εξισορρόπηση των σχέσεων μέσω σύγχρονων πρακτικών, με τη στήριξη της νομοθεσίας και τη διαμεσολάβηση των ειδικών.

2.3.2 Ο Νόμος 4800/2021

Ο Ν. 4800/2021 εισήχθη ως προσπάθεια αναμόρφωσης του ελληνικού οικογενειακού δικαίου, με κύριο στόχο την προώθηση της ισότιμης συμμετοχής και των δύο γονέων στην ανατροφή των παιδιών μετά από χωρισμό ή διαζύγιο (Koukoulis et.al., 2022). Οι τροποποιήσεις που εισήγαγε ο νέος νόμος στα θέματα επιμέλειας επιχειρούν να αλλάξουν ριζικά ένα σύστημα που για δεκαετίες λειτουργούσε κυρίως με βάση την αποκλειστική ανάθεση της γονικής μέριμνας σε έναν γονέα, συνήθως τη μητέρα. Η προηγούμενη πρακτική, όπως αποτυπώνεται στατιστικά σύμφωνα με εξέταση 50 δικαστικών αποφάσεων από την περίοδο 1992-2019 (Koukoulis et.al., 2022), εμφάνιζε υψηλά ποσοστά αποκλειστικής επιμέλειας υπέρ των μητέρων, αφήνοντας τον πατέρα με περιορισμένο χρόνο επικοινωνίας και ουσιαστικά δευτερεύοντα ρόλο στις καθημερινές αποφάσεις.

Ο νόμος δεν περιορίζεται απλώς στην τυπική ανακατανομή των ευθυνών, αλλά αποσκοπεί στη δημιουργία ενός πλαισίου όπου το παιδί διατηρεί ουσιαστική σχέση και με τους δύο γονείς, ανεξάρτητα από τη μεταξύ τους προσωπική σχέση (Βαλμαντώνης, 2024; Gouveris & Nikolaidou, 2022). Σύμφωνα με την τελευταία έρευνα, αυτή η νομοθετική πρωτοβουλία αποτελεί μια προσπάθεια να αντιμετωπιστούν οι χρόνιες αδυναμίες του ελληνικού συστήματος, όπως η αποκλειστική ανάθεση της επιμέλειας σε έναν γονέα, που συχνά οδηγεί σε πρακτικές αποκλεισμού επικοινωνίας. Ενώ ταυτόχρονα προσαρμόζεται το δίκαιο στις κοινωνικές αλλαγές και στις αυξημένες ανάγκες προστασίας των παιδιών. Η διατύπωση της νομοθεσίας στοχεύει στο να διαχειριστεί την αδικαιολόγητη απομάκρυνση ενός γονέα από τη ζωή του παιδιού (Καραϊνδρου, 2021).

2.3.2.1 Βέλτιστο Συμφέρον του Παιδιού & Ισότητα στη Γονική Μέριμνα

Εισάγονται ιδέες όπως η από κοινού και ισότιμη άσκηση της γονικής μέριμνας, οι οποίες αποσκοπούν να διασφαλίσουν ίσο χρόνο επικοινωνίας και συμμετοχή στη λήψη σημαντικών αποφάσεων που αφορούν το παιδί (Koukoulis et. al., 2022). Ο σκοπός εδώ είναι πρώτον, να μειωθούν οι περιπτώσεις όπου ένας γονέας αποκλείεται σταδιακά μέσω διαδικασιών που μπορεί να περιλαμβάνουν ψυχολογική χειραγώγηση ή παραβίαση συμφωνημένων όρων, και δεύτερον, να ενισχυθεί η αρνητική αποτίμηση τέτοιων πρακτικών από το δικαστικό σώμα, δημιουργώντας έμμεσο αντικίνητρο για την εφαρμογή τους (Gouveris & Nokolaidou, 2002). Ταυτόχρονα, ο νόμος περιλαμβάνει την αναδιατύπωση της έννοιας του συμφέροντος του παιδιού. Παρόλο που αυτή η αρχή είναι θεμελιώδης στο οικογενειακό δίκαιο, ο Ν. 4800/2021 προσπαθεί να δώσει μεγαλύτερη έμφαση στη σημασία της διατήρησης σχέσης με αμφοτέρους τους γονείς ως αναπόσπαστο μέρος αυτού του συμφέροντος, εκτός αν υπάρχουν σοβαροί λόγοι που αποδεικνύουν κίνδυνο για την ασφάλεια ή την ψυχική υγεία του ανηλίκου. (Βαλμαντώνης, 2024; McCormack, 2021). Έτσι, η ισότητα στη γονική μέριμνα δεν παρουσιάζεται μόνο ως δικαίωμα των γονέων αλλά και ως κρίσιμος παράγοντας ευημερίας για το παιδί (Skowronska, 2023).

2.4 Διεθνή & Ελληνικά Στατιστικά Δεδομένα για τη Γονική Αποξένωση

2.4.1 Γονική Αποξένωση & Αποξενωμένοι Γονείς σε Διάφορες Χώρες

Η γονική αποξένωση θεωρείται ένα παγκόσμιο φαινόμενο, με διάφορες χώρες να υιοθετούν διαφορετικές προσεγγίσεις και νομικά πλαίσια. Παρόλο που δεν υπάρχουν πάντα άμεσα συγκρίσιμα στατιστικά στοιχεία για την εξάπλωση της γονικής αποξένωσης σε παγκόσμιο επίπεδο, η αντιμετώπισή της από τα δικαστήρια και τους νομοθέτες διαφέρει.

Στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής, τα δικαστήρια θεωρούν τη γονική αποξένωση ως μια σημαντική, αποδεκτή και σχετική έννοια σε υποθέσεις επιμέλειας και κακοποίησης παιδιών (Lorandos, 2020). Η αναφορά σε όρους που σχετίζονται με τη γονική αποξένωση σε νομικές υποθέσεις έχει αυξηθεί σημαντικά και στον Καναδά χρησιμοποιείται ευρέως σε υποθέσεις οικογενειακού δικαίου στον Καναδά (Pruett et.al., 2023). Εκτιμάται ότι περίπου το 1% των παιδιών και των εφήβων αντιμετωπίζουν γονική αποξένωση (Boch-Galhau, 2021). Αυτό σημαίνει ότι τουλάχιστον 3.9 εκατομμύρια παιδιά είναι μέτρια έως σοβαρά αποξενωμένα από έναν γονέα και τα παιδιά αποξενώνονται περισσότερο από τρεις φορές σε σύγκριση με τον αριθμό των παιδιών που έχουν αυτισμό (Bernet, 2010; Harman et.al., 2019). Σύμφωνα με μια

έρευνα, το 35.5% των γονέων στις ΗΠΑ αισθάνονταν ότι απομακρύνονταν από το παιδί τους και το 32% στον Καναδά (Harman et.al., 2019). Στο βιβλίο του ο Βαλμαντώνης (2024) αναλύει ότι μέχρι πρόσφατα, τα περισσότερα παιδιά ζούσαν μόνο με τη μητέρα τους και περνούσαν μόνο 4 ή 5 νύχτες το μήνα στο σπίτι του πατέρα τους. Περίπου το 5-7% των παιδιών περνούσαν τουλάχιστον το ένα τρίτο του χρόνου τους με τον πατέρα τους. Η συνεπιμέλεια σπάνια επιβαλλόταν από τα δικαστήρια των Ηνωμένων Πολιτειών, εκτός αν και οι δύο γονείς συμφωνούσαν με αυτή την επιλογή. Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια παρατηρείται μια αλλαγή στην κατάσταση. Σε ορισμένες πολιτείες έγιναν αλλαγές στη νομοθεσία προς την κατεύθυνση της συνεπιμέλειας (Βαλμαντώνης, 2024). Η αύξηση του χρόνου που περνάει το παιδί και με τους δύο γονείς συνδέεται με καλύτερη σωματική και ψυχική υγεία (Fabricius & Suh, 2017). Η Βραζιλία έχει ειδικό νόμο για τη γονική αποξένωση (Ν. 12318/2010), ο οποίος εστιάζει στις πράξεις αποξένωσης και στην προστασία του βέλτιστου συμφέροντος του παιδιού (Dalgano et.al., 2023)

Έρευνες που διεξήχθησαν στις Ηνωμένες Πολιτείες και τον Καναδά έχουν υπολογίσει ότι περισσότεροι από 22 εκατομμύρια ενήλικες έχουν βιώσει αποξενωτικές συμπεριφορές, χωρίς να υπάρχουν διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών όσον αφορά την πιθανότητα να είναι κάποιος ο αποξενωτής γονέας (Harman et.al., 2019; Bernet, 2020). Οι αποξενωμένοι γονείς στις ΗΠΑ έχουν αναφέρει υψηλά επίπεδα κατάθλιψης, συμπτώματα τραύματος και αυξημένο κίνδυνο αυτοκτονίας (Harman et.al., 2019). Οι συμπεριφορές που οδηγούν σε γονική αποξένωση θεωρούνται σοβαρή μορφή οικογενειακής βίας, προκαλώντας τόσο βραχυπρόθεσμα όσο και μακροπρόθεσμα αρνητικά συμπτώματα ψυχικής υγείας, παρόμοια με άλλες μορφές βίας, όπως το άγχος, η κατάθλιψη, το τραύμα, οι διαταραχές προσαρμογής και ακόμη και οι αυτοκτονικές σκέψεις.

Στην Ευρώπη, τα στατιστικά στοιχεία για τη γονική αποξένωση αποκαλύπτουν ότι το φαινόμενο επηρεάζει ένα σημαντικό ποσοστό οικογενειών, με τα ποσοστά να διαφέρουν ανάλογα με τη χώρα και το νομικό πλαίσιο. Σύμφωνα με εκτιμήσεις από χώρες με υψηλό εισόδημα, περίπου το 1-4% των παιδιών βιώνουν αποξένωση από έναν γονέα σε κάποιο βαθμό. Στο Ηνωμένο Βασίλειο, διαπιστώθηκε ότι το 39% έως 59% των διαζευγμένων γονέων ανέφεραν ότι είχαν αντιμετωπίσει συμπεριφορές αποξένωσης από τον πρώην σύντροφό τους (Bowring, 2025). Ο όρος γονική αποξένωση έχει αναφερθεί ρητά σε δικαστικές αποφάσεις σε πολλές χώρες, όπως η

Αγγλία, η Γαλλία, η Γερμανία, η Ιταλία, η Ρουμανία, η Ισπανία, η Σουηδία και η Ελβετία, υποδηλώνοντας μια αυξανόμενη θεσμική προβολή του ζητήματος (Boch-Galhau, 2021; Gaffal, 2012). Η απουσία πανευρωπαϊκών στατιστικών δεδομένων οφείλεται κυρίως στο ότι δεν υπάρχει ένας καθολικά αποδεκτός νομικός ή ψυχολογικός ορισμός για τη γονική αποξένωση (Harman & Lorandos, 2021; Pruett et.al., 2023). Επιπλέον, παρόλο που ο όρος «πρόβλημα σχέσεων γονέα-παιδιού» περιλαμβάνεται στο ICD-11 του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, η γονική αποξένωση δεν αναγνωρίζεται ως επίσημη ιατρική διάγνωση με συγκεκριμένες παρεμβάσεις υγειονομικής περίθαλψης που βασίζονται σε αποδεικτικά στοιχεία (World Health Organization, 2019). Επιπλέον, κάποιες μελέτες εστιάζουν στη συχνότητα των συμπεριφορών, ενώ άλλες αναλύουν το αποτέλεσμα (την απόρριψη του παιδιού από τον γονέα), οδηγώντας σε διαφορετικά στατιστικά αποτελέσματα. Οι διαφοροποιήσεις στα ποσοστά εμφάνισης μεταξύ των χωρών συνδέονται με τις διαφορές στα οικογενειακά δικαιώματα, τις διαδικασίες διαζυγίου και την υποστήριξη που παρέχεται σε γονείς και παιδιά. Σε χώρες όπως η Γαλλία, η γονική αποξένωση αναγνωρίζεται και αντιμετωπίζεται μέσω νομικών πλαισίων που δίνουν έμφαση στη διατήρηση της σχέσης του παιδιού και με τους δύο γονείς μετά το διαζύγιο. Στη Γερμανία, η προσέγγιση περιλαμβάνει εξιδανικευμένες υπηρεσίες υποστήριξης για οικογένειες που αντιμετωπίζουν το φαινόμενο, με στόχο την πρόληψη και την έγκαιρη παρέμβαση. Στη Σουηδία, η κοινωνική πολιτική επικεντρώνεται στην παροχή ψυχολογικής υποστήριξης σε παιδιά και γονείς, ενώ τα νομικά μέτρα περιλαμβάνουν διατάξεις για την αντιμετώπιση της γονικής αποξένωσης. Τέλος να σημειωθεί ότι στην Ισπανία, η έννοια της γονικής αποξένωσης έχει ενσωματωθεί σε σημαντικό βαθμό στο νομικό πλαίσιο. Τα δικαστήρια λαμβάνουν υπόψη την ύπαρξη αποξενωτικών πρακτικών κατά τη διαδικασία ανάθεσης ή τροποποίησης επιμέλειας, ενώ η νομολογία δέχεται ότι μπορεί να συνιστά παράγοντα κινδύνου για την ψυχική ευημερία του παιδιού. Η πρακτική αυτή συνοδεύεται από επίσημη εμπλοκή ψυχολόγων σε οικογενειακές υποθέσεις, όπου η διαπίστωση χειραγώγησης αποτελεί βάσιμη αιτία αλλαγής των όρων επικοινωνίας ή ακόμη και της φυσικής επιμέλειας. Η Ισπανική εμπειρία περιλαμβάνει και ειδικές συστάσεις επαγγελματιών φορέων: το Γενικό Κολλέγιο Ψυχολόγων έχει εκδώσει οδηγίες για τη χρήση της ανάλυσης του “Συνδρόμου Γονικής Αποξένωσης” σε πραγματογνωμοσύνες οικογενειακού δικαίου (Bernet et.al., 2010).

Παρά τις διαφορετικές απόψεις σχετικά με την ορολογία της γονικής αποξένωσης, έρευνες σε διάφορες χώρες της Ευρώπης, επιβεβαιώνουν ότι οι αποξενωμένοι γονείς αντιμετωπίζουν

παρόμοια αρνητικά συναισθήματα και συνέπειες. Ορισμένες μελέτες έδειξαν ότι, παρά τα αρνητικά συναισθήματα, οι αποξενωμένοι γονείς ανέπτυξαν ενεργητικές στρατηγικές αντιμετώπισης και διατήρησαν θετική στάση, ειδικά με την ελπίδα της επανένωσης με το παιδί τους (Tavares et.al., 2021). Ακαδημαϊκή έρευνα για τη γονική αποξένωση υπογραμμίζει την παγκόσμια αναγνώριση του φαινομένου και των επιπτώσεών του στα παιδιά (Moro et.al., 2023) και τους αποξενωμένους γονείς (Boch-Galhau, 2021). Παρόλο που τέτοια δεδομένα δεν μπορούν να μεταφερθούν ίσως αυτούσια στην ελληνική πραγματικότητα, υποδηλώνουν ότι το φαινόμενο είναι ευρέως διαδεδομένο σε διάφορα κοινωνικο-πολιτισμικά περιβάλλοντα.

2.4.2 Στατιστικά Δεδομένα Γονικής Αποξένωσης στην Ελλάδα

Παρόλο που το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης αναγνωρίζεται στο ελληνικό νομικό και ακαδημαϊκό πεδίο, η υπάρχουσα βιβλιογραφία δεν περιλαμβάνει ευρέως διαθέσιμα, πλήρη στατιστικά στοιχεία για την συνολική του έκταση στην Ελλάδα. Η έρευνα βρίσκεται ακόμη σε πρώιμο στάδιο, υπάρχει έλλειψη ερευνητικών μελετών σχετικά με το σύγχρονο κοινωνικό φαινόμενο της γονικής αποξένωσης, τις συνέπειές του στην ψυχική υγεία τόσο του παιδιού που αποξενώνεται όσο και του γονέα που βιώνει την γονική αποξένωση, καθώς και για τους τρόπους με τους οποίους το διαχειρίζονται οι δικαστικοί λειτουργοί και οι ειδικοί ψυχικής υγείας (Φαρμακοπούλου, 2025). Τα διαθέσιμα στατιστικά στοιχεία για τη γονική αποξένωση στην Ελλάδα, αν και δεν καταγράφονται επίσημα σε μεγάλο βαθμό, αποκαλύπτουν συγκεκριμένες τάσεις που προκύπτουν από μελέτες περιπτώσεων, δικαστικές αποφάσεις και εμπειρικές έρευνες. Επίσης, η καταγραφή του ακριβούς αριθμού των περιστατικών γονικής αποξένωσης στην Ελλάδα είναι δύσκολη λόγω της έλλειψης συστηματικής αναφοράς ή κωδικοποίησης του όρου από τις αρμόδιες αρχές και τους επαγγελματίες (Bantekas, 2016). Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι η απουσία συγκεκριμένων στατιστικών στοιχείων για μια χώρα δεν σημαίνει απαραίτητα την απουσία του φαινομένου, αλλά μπορεί να οφείλεται στην έλλειψη ολοκληρωμένων ερευνών ή στη διαφορετική νομική και κλινική ορολογία που μπορεί να χρησιμοποιείται.

Στην Ελλάδα και στον ελληνικό τύπο, υπάρχουν ελάχιστες μελέτες σχετικά με τα εμπόδια και τις διακρίσεις που μπορεί να αντιμετωπίζουν οι αποξενωμένοι γονείς όταν συμμετέχουν στην ανατροφή των παιδιών. Το 2020, ένα χρόνο πριν τη νομοθέτηση του Ν. 4800/2021, πραγματοποιήθηκε μια διαδικτυακή έρευνα της ΑΜΚΕ «Ενεργών Μπαμπάδων, για τα

δικαιώματα του παιδιού», στην οποία συμμετείχαν 941 πατέρες ανήλικων παιδιών για τα στερεότυπα και τις διακρίσεις, εναντίον των πατέρων και των παιδιών, που αποτελούν εμπόδια στην ισότιμη συμμετοχή και των δύο γονέων στην ανατροφή τους. Στις περισσότερες περιπτώσεις, η μητέρα ήταν αποκλειστικά υπεύθυνη για την επιμέλεια (73,2%). Μόνο το 5% των πατέρων που δεν ζούσαν με τη μητέρα των παιδιών τους είχε την προτεινόμενη επικοινωνία με τα παιδιά, ενώ το 9% αυτών των πατέρων δεν είχε καμία επαφή με τα παιδιά τους. Σύμφωνα με τους Ενεργούς Μπαμπάδες, «τα στοιχεία αυτά είναι ενδεικτικά της εγγενούς αδυναμίας του δικαστικού συστήματος στην Ελλάδα, σύμφωνα με την οποία η επιμέλεια των παιδιών αποδίδεται αποκλειστικά στον ένα γονέα μετά από ένα χωρισμό και η οποία δημιουργεί προϋποθέσεις γονικής αποξένωσης, δυσχεραίνοντας την ισότιμη συμμετοχή των πατέρων στην ανατροφή των παιδιών» (2020). Το ποσοστό αυτό, μαζί με την συνεχώς αυξανόμενη ποσότητα διαζυγίων (19.190 διαζύγια που αφορούσαν 16.103 ανήλικα παιδιά) (Ελληνική Στατιστική Αρχή (ΕΛΣΤΑΤ), 2017), συνεπάγεται ότι η ανατροφή χιλιάδων παιδιών στην χώρα είναι σήμερα ελλιπής. Το 59% των πατέρων ανέφερε ότι βιώνει συμπεριφορές γονικής αποξένωσης, ενώ το 41,4% δήλωσε ότι τα φαινόμενα ενδοοικογενειακής βίας αυξήθηκαν κατά την περίοδο του κορονοϊού.

Η ίδια έρευνα αναφέρει ότι οι διακρίσεις που αντιμετωπίζουν οι πατέρες έχουν καταστροφικές ή σημαντικές συνέπειες στις σχέσεις τους με τα παιδιά, στην ευεξία και την εκπαίδευση των παιδιών, καθώς και στην υγεία και την εμπιστοσύνη τους προς τους θεσμούς και άλλους ανθρώπους. Το 19,4% των πατέρων είχε σε σημαντικό βαθμό αυτοκτονικές σκέψεις εξαιτίας των διακρίσεων. Οι περισσότεροι πατέρες είχαν εκφράσει τις αντιρρήσεις τους κυρίως μέσω της αστυνομίας και των δικαστηρίων, αν και το αποτέλεσμα ήταν αμφίβολο. Συνοψίζοντας, οι πατέρες στην Ελλάδα, ειδικά εκείνοι που δεν ζουν με τη μητέρα των παιδιών τους, αντιμετωπίζουν διακρίσεις λόγω φύλου σε σχέση με την πατρότητα και τα παιδιά. Αυτό επηρεάζει σοβαρά και πολυδιάστατα τόσο τις σχέσεις των πατέρων με τα παιδιά τους και την ανατροφή και ευημερία των τελευταίων, όσο και την υγεία των πατέρων.

2.4.3 Ερευνητικά Κενά & Συμβολή της Παρούσας Έρευνας

Στην Ελλάδα, παρατηρούνται ερευνητικά κενά τόσο σε ποσοτικό όσο και σε ποιοτικό επίπεδο αναφορικά με τη γονική αποξένωση. Υπάρχει έλλειψη δημοσιευμένων ποιοτικών ερευνών που επικεντρώνονται στη συνέντευξη αποξενωμένων γονέων στην Ελλάδα, με στόχο την κατανόηση

των προσωπικών, ψυχολογικών και νομικών τους εμπειριών. Παρόλο που υπάρχει έρευνα για τις νομικές πτυχές στην Ελλάδα, όπως το πώς τα δικαστήρια διαχειρίζονται την πρόληψη της επικοινωνίας γονέα-παιδιού (Koukoulis et.al., 2022), αυτές οι μελέτες δεν περιλαμβάνουν λεπτομερείς συνεντεύξεις με τους ίδιους τους αποξενωμένους γονείς για την καταγραφή των προσωπικών τους εμπειριών. Έρευνες που χρησιμοποιούν ποιοτικές συνεντεύξεις με αποξενωμένους γονείς (Tavares et.al., 2021; Lee-Maturana et.al., 2020) προέρχονται από άλλες χώρες, γεγονός που υπογραμμίζει την έλλειψη στο ελληνικό πλαίσιο. Έχουν καταγραφεί περισσότερες από 1.300 επιστημονικές και επαγγελματικές δημοσιεύσεις που σχετίζονται άμεσα ή έμμεσα με τη γονική αποξένωση, καλύπτοντας τουλάχιστον 30 χώρες σε έξι ηπείρους (Lorandos & Bernet, 2020).

Επιπλέον, ο νόμος Ν. 4800/2021, γνωστός ως νόμος της συνεπιμέλειας, συνιστά μια σχετικά πρόσφατη εξέλιξη, και οι πρακτικές του επιπτώσεις για όσους αντιμετωπίζουν γονική αποξένωση δεν έχουν ακόμη διερευνηθεί πλήρως. Είναι επίσης κατανοητό ότι η έρευνα συχνά διαχωρίζει ζητήματα που προκύπτουν από τους τομείς της Ψυχολογίας και της Νομικής. Αυτό είναι κάτι που ο κλάδος της Ψυχιατροδικαστικής επιδιώκει να ενσωματώσει με το θέμα της παρούσας μελέτης.

Η παρούσα έρευνα, η οποία στοχεύει στη διερεύνηση των ψυχολογικών και νομικών εμπειριών των αποξενωμένων γονέων στην Ελλάδα μετά την εφαρμογή του Νόμου 4800/2021 μέσω ποιοτικών συνεντεύξεων, αντιμετωπίζει άμεσα ορισμένα κρίσιμα κενά. Μέσω της διεξαγωγής ποιοτικών συνεντεύξεων, η μελέτη επιδιώκει να παρέχει πολύτιμες αναφορές από πρώτο χέρι για τις ψυχολογικές και συναισθηματικές προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι αποξενωμένοι γονείς, τις στρατηγικές αντιμετώπισης που υιοθετούν και τις αντιλήψεις τους για τη γονική αποξένωση στην Ελλάδα. Η προσέγγιση αυτή είναι απαραίτητη για την κατανόηση των λεπτομερειών των εμπειριών τους, τις οποίες οι ποσοτικές μελέτες ή οι νομικές αναλύσεις από μόνες τους δεν μπορούν να αποτυπώσουν. Επιπλέον, η έρευνα θα επιδιώξει να παρέχει κρίσιμες πληροφορίες σχετικά με το πώς το συγκεκριμένο νομικό πλαίσιο που εισάγεται με τον νόμο 4800/2021 επηρεάζει τους αποξενωμένους γονείς. Θα συμβάλει στον καθορισμό του κατά πόσο ο νόμος ανταποκρίνεται στους στόχους του, αν δημιουργεί νέες προκλήσεις ή πώς επηρεάζει τη συνολική εμπειρία της γονικής αποξένωσης εντός του ελληνικού νομικού συστήματος. Η μελέτη επικεντρώνεται τόσο στις ψυχολογικές όσο και στις νομικές εμπειρίες, με στόχο να προσφέρει

μια ολοκληρωμένη κατανόηση της πολυδιάστατης επίδρασης της γονικής αποξένωσης, αναδεικνύοντας πώς οι νομικές παρεμβάσεις και τα αποτελέσματα επηρεάζουν την ψυχική και συναισθηματική ευημερία των γονέων. Τα ευρήματα ενδέχεται να συνεισφέρουν σε εξειδικευμένες γνώσεις για τη γονική αποξένωση στην Ελλάδα, γεγονός που είναι ζωτικής σημασίας για την ανάπτυξη εξατομικευμένων συστημάτων υποστήριξης, θεραπευτικών παρεμβάσεων και νομικών μεταρρυθμίσεων που είναι πολιτισμικά και νομικά συναφείς με τον ελληνικό πληθυσμό. Συνοπτικά, η έρευνα είναι έτοιμη να συμβάλει ουσιαστικά και μοναδικά στην κατανόηση της γονικής αποξένωσης στην Ελλάδα, ιδίως φωτίζοντας τις βιωμένες εμπειρίες αποξενωμένων γονέων στο νέο νομικό πλαίσιο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

3.1 Ερευνητικά Ερωτήματα

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να διερευνήσει, αναλύσει, κατανοήσει, ερμηνεύσει σε βάθος τις εμπειρίες των αποξενωμένων γονέων μετά το Ν. 4800/2021, έτσι όπως τις βιώνουν οι ίδιοι. Οι εμπειρίες αυτές χωρίστηκαν σε ψυχολογικές και νομικές για δύο λόγους. Πρώτον, η γονική αποξένωση είναι ένα θέμα που ανήκει στον κλάδο της Ψυχιατροδικαστικής. Ο αποξενωμένος γονέας και το αποξενωμένο παιδί, δυστυχώς, θα έχουν ψυχολογικές επιπτώσεις από το βίωμά τους και ενδέχεται να υποστούν και νομικές επιπτώσεις αν ακολουθήσουν τις νομικές διαδικασίες προκειμένου να υποστηρίξουν τη σχέση τους ή όταν βρεθούν σε κατάσταση που χρειαστεί οι αποξενωμένοι γονείς να υποστηρίξουν τον εαυτό τους από ψευδείς κατηγορίες. Δεύτερον, σύμφωνα με έρευνες (Lee-Maturana et.al., 2020; Tavares et.al., 2021), η γονική αποξένωση επηρεάζει την ψυχική υγεία των αποξενωμένων γονέων, οι οποίοι εκφράζουν και δυσaráσκεια για τις νομικές διαδικασίες.

Τα δεδομένα συλλέχθηκαν σε 6 ομάδες: 1. Γενικές Πληροφορίες και Σχέση με το Παιδί, Αποξενωτικές Συμπεριφορές, Συμπεριφορά και Συναισθηματική Κατάσταση του Παιδιού, Νομικές και Ψυχολογικές Εμπειρίες, Συστήματα Αντιμετώπισης και Υποστήριξης, Ελπίδα και Μελλοντικές Προοπτικές. Καθώς η έρευνα είναι ποιοτική, τα ερευνητικά ερωτήματα αναδύθηκαν περαιτέρω καθώς η έρευνα ήταν σε εξέλιξη.

Κεντρικό ερευνητικό ερώτημα:

- Πώς περιγράφουν τις ψυχολογικές και νομικές τους εμπειρίες οι αποξενωμένοι και μη αποξενωμένοι χωρισμένοι γονείς στην Ελλάδα, μετά την εφαρμογή του Ν. 4800/2021;

Επιμέρους ερευνητικά ερωτήματα:

- Ποιες είναι οι ομοιότητες και οι διαφορές στις περιγραφές των αποξενωμένων και μη αποξενωμένων χωρισμένων γονέων;
- Ποιο είναι το νόημα που αποδίδεται στη γονική αποξένωση από τους αποξενωμένους γονείς;
- Ποια είναι τα χαρακτηριστικά και τα κυρίαρχα θέματα που σχετίζονται με τη γονική αποξένωση;
- Ποια είναι η δυναμική του Ν. 4800/2021 στο φαινόμενο της γονικής αποξένωσης;

3.2 Ερευνητικός Σχεδιασμός

Η ποιοτική έρευνα προσφέρει μια λεπτομερή προσέγγιση για την ανάλυση των φαινομένων και την κατανόηση των μοναδικών χαρακτηριστικών που καθορίζουν τον τρόπο με τον οποίο οι συμμετέχοντες αντιλαμβάνονται μια συγκεκριμένη σειρά γεγονότων στη ζωή τους (Giorgi, 2009).

Το ερευνητικό ερώτημα επικεντρώνεται στις εμπειρίες, στις προσωπικές ιστορίες και στις ψυχοκοινωνικές αλλαγές που αντιμετωπίζουν οι συμμετέχοντες μετά την εφαρμογή του Ν. 4800/2021. Η χρήση μιας ποσοτικής προσέγγισης θα μείωνε το βάθος και την πολυπλοκότητα αυτών των αφηγήσεων, καθώς θα απαιτούσε την τυποποίηση σε κλίμακες μέτρησης. Αντίθετα, η ποιοτική μέθοδος γεφυρώνει αυτό το κενό, επιτρέποντας μεγαλύτερη ελευθερία στην έκφραση και ανάλυση των βιωματικών δεδομένων (Gibson, 2021).

Η έρευνα που εστιάζει σε αποξενωμένους γονείς αποκαλύπτει ένα σημαντικό κενό στη ελληνική βιβλιογραφία, ειδικά μετά τις αλλαγές στη νομοθεσία. Αυτό το γεγονός στην πράξη ενισχύει την καταλληλότητα της ποιοτικής προσέγγισης, καθώς στοχεύει στη δημιουργία νέας γνώσης μέσω πρωτογενών αφηγήσεων. Ο σχεδιασμός λαμβάνει υπόψη προηγούμενες διεθνείς έρευνες (Lee-Maturana et.al., 2020; Matthewson et.al., 2023; Target, 2017; Tavares et.al., 2021; Soto & Leonhardt, 2020) που επικεντρώθηκαν κυρίως σε ποιοτικές μεθόδους για την καταγραφή των επιπτώσεων της αποξένωσης στους γονείς, δίνοντας έμφαση όχι μόνο στα εμφανή αποτελέσματα αλλά και στις ψυχολογικές διεργασίες που τις συνοδεύουν.

Τέλος, αξίζει να σημειωθεί ότι η επιλογή της ποιοτικής μεθόδου δεν αποκλείει τη δυνατότητα χρήσης ποσοτικών δεδομένων ως συμπληρωματικών στο μέλλον (Lee-Maturana, 2020).

3.3 Δείγμα της Έρευνας & Κριτήρια Επιλογής Συμμετεχόντων

Η έρευνα χρησιμοποίησε δειγματοληψία σκοπιμότητας, δηλαδή προσπάθησε να εντοπίσει ένα δείγμα του πληθυσμού που αντιπροσωπεύει μια ομάδα ανθρώπων που έχουν υπάρξει ή είναι αποξενωμένοι γονείς στην Ελλάδα, καθώς και μια ομάδα ανθρώπων που δεν έχει υποστεί γονική αποξένωση μετά το χωρισμό/διαζύγιο. Πιο συγκεκριμένα, ο πληθυσμός της έρευνας περιλαμβάνει δύο διακριτές ομάδες χωρισμένων γονέων: τους αποξενωμένους γονείς, οι οποίοι βιώνουν αποξένωση από το παιδί τους και έχουν εμπειρία με το νομικό πλαίσιο μετά το Ν. 4800/2021 και τους μη αποξενωμένους γονείς, οι οποίοι έχουν χωρίσει, διαχειρίζονται την επικοινωνία ή τη συνεπιμέλεια με κάποια ισορροπία και έχουν ή δεν έχουν εμπειρία με τον νέο νόμο.

Για την επιλογή των συμμετεχόντων, εφαρμόστηκαν τα ακόλουθα κριτήρια, τα οποία έπρεπε να πληρούν: 1. Διαζευγμένα ή χωρισμένα άτομα ηλικίας 18 ετών τουλάχιστον, 2. Άτομα που είναι Έλληνες ή διαμένουν στην Ελλάδα, 3. Άτομα με ικανότητα για 2 ξεχωριστές δια ζώσης ή διαδικτυακές συνεντεύξεις διάρκειας 1-1,5 ώρα η καθεμία, 4. Άτομα με ικανότητα να ολοκληρώσουν και τις 2 φάσεις της διαδικασίας μέσα σε χρονικό διάστημα 2 εβδομάδων, 5. Άτομα που έχουν βιώσει εμπειρίες ως αποξενωμένοι γονείς, 6. Άτομα που δεν έχουν βιώσει εμπειρίες ως αποξενωμένοι γονείς αν και είναι διαζευγμένοι/χωρισμένοι, 7. Άτομα με ικανότητα να δώσουν περιγραφικές αφηγήσεις των εμπειριών τους σχετικά με τη γονική αποξένωση που έχουν βιώσει ή τη γονική αποξένωση που δεν έχουν βιώσει.

Η διαδικασία στρατολόγησης του δείγματος πραγματοποιήθηκε μέσα από το facebook, το οποίο είναι μέσο κοινωνικής δικτύωσης και δραστηριοποιούνται αρκετοί αποξενωμένοι και μη αποξενωμένοι γονείς. Δημιουργήθηκε σαφές μήνυμα (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α) που εξηγούσε τον σκοπό της έρευνας, τι συνεπάγεται η συμμετοχή και ένα διαδικτυακό ερωτηματολόγιο με σύνδεσμο (<https://forms.gle/1pXw4VVvYDEA2MFy5>) (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β) για εκδήλωση ενδιαφέροντος, το οποίο βοήθησε στο να ελεγχθούν αν πληρούν τα κριτήρια συμμετοχής. Το μήνυμα με την πρόσκληση στην έρευνα δημοσιεύτηκε σε σχετικές σελίδες και ομάδες (Παιδί με 2 Γονείς, Δ.Ε.Σ.Μ.Ο.Σ. (Δράση Ενότητας Συλλόγων & Μελών Ομάδων Συνεπιμέλειας), Ίσα Δικαιώματα Γονέων, Οικογενειακό Δίκαιο- Υποστήριξη και Δικαστικές Αποφάσεις, Ας δούμε

το θεσμός της οικογένειας ξανά, Η γιορτή του Πατέρα, ΟΧΙ ΣΤΗ ΓΟΝΙΚΗ ΑΠΟΞΕΝΩΣΗ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΚΗ ΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗ, Συνεπιμέλεια ίσος χρόνος για τα παιδιά, Σύλλογος Συνεπιμέλεια Group, Συνεπιμέλεια, Ενεργοί Γονείς, ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΜΑΣ ΚΑΙ ΜΟΝΟ, Ενεργοί Μπαμπάδες – Για τα δικαιώματα του παιδιού, Δράση κατά της Γονικής Αποξένωσης) που σχετίζονται με το θέμα της γονικής αποξένωσης, αφού λήφθηκε η άδεια από τους διαχειριστές. Επίσης, αρκετοί υποψήφιοι πρότειναν κι άλλους (δειγματοληψία χιονοστιβάδας) χωρίς να τους ζητηθεί κάτι ανάλογο.

Οι συμμετέχοντες που εξέφρασαν την επιθυμία να συμπεριληφθούν στην έρευνα, συμπλήρωσαν και υπέβαλλαν το σύντομο διαδικτυακό ερωτηματολόγιο για να καθοριστεί η κατάστασή τους (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β). Σε αυτό το ερωτηματολόγιο ερωτήθηκαν δημογραφικά στοιχεία, όπως όνομα, πόλη, χώρα, τηλέφωνο, email, φύλο, ηλικία, επίπεδο μόρφωσης, οικογενειακή κατάσταση, καθώς και προσωπικές πληροφορίες σχετικά με το διάστημα του χωρισμού, την ύπαρξη παιδιού και γονικής αποξένωσης, την επαφή με το παιδί, την ύπαρξη προθυμίας να μοιραστούν εμπειρίες σχετικές με το θέμα, την διαθεσιμότητα για δύο ξεχωριστά διαδικτυακά ή δια ζώσης ραντεβού συνεντεύξεων, και μια ερώτηση ανοιχτού τύπου σχετική με το λόγο που βρήκαν ενδιαφέρον το θέμα της γονικής αποξένωσης και γιατί θα θέλανε να συμμετάσχουν σε αυτήν την ερευνητική μελέτη.

Στη συνέχεια οι συμμετέχοντες που πληρούσαν τις προϋποθέσεις, ειδοποιήθηκαν μέσω email για να προγραμματίσουν τις δύο συνεντεύξεις (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α). Για την επιλογή των συμμετεχόντων δεν λήφθηκε υπόψη το κοινωνικό/οικονομικό υπόβαθρο, η φυλή, το φύλο, η θρησκεία, η καταγωγή ή ο σεξουαλικός προσανατολισμός.

Ο στόχος αυτής της ποιοτικής έρευνας δεν είναι η γενίκευση σε έναν ευρύτερο πληθυσμό, αλλά η εμβάθυνση και η πληρότητα των δεδομένων. Ο κορεσμός δεδομένων συμβαίνει όταν, κατά τη συλλογή των συνεντεύξεων, δεν εμφανίζονται πλέον νέα θέματα. Οι τελευταίες συνεντεύξεις απλώς επιβεβαιώνουν αυτά που έχουν ήδη βρεθεί.

Συνεπώς, το μέγεθος του δείγματος των 20 συμμετεχόντων (13 αποξενωμένοι και 7 μη αποξενωμένοι χωρισμένοι γονείς) κρίθηκε επαρκές για την επίτευξη του κορεσμού των δεδομένων. Κατά τη διάρκεια της ανάλυσης, παρατηρήθηκε ότι μετά από περίπου τη 7^η συνέντευξη αποξενωμένου γονέα και τη 3^η συνέντευξη μη αποξενωμένου γονέα, τα νέα αναδυόμενα θέματα άρχισαν να μειώνονται σημαντικά, υποδεικνύοντας ότι είχε καλυφθεί το φάσμα των σχετικών εμπειριών. Δεδομένης της πολυπλοκότητας του φαινομένου της γονικής

αποξένωσης, ο στόχος ήταν η διεξαγωγή σε βάθος, ημι-δομημένων συνεντεύξεων. Ο αριθμός των 20 ατόμων επέτρεψε στην ερευνήτρια να αφιερώσει επαρκή χρόνο σε κάθε συμμετέχοντα, συλλέγοντας λεπτομερή, πλούσια σε περιγραφές δεδομένα, τα οποία ήταν απαραίτητα για μια εις βάθος ανάλυση των βιωμένων εμπειριών. Η αναλογία των δύο ομάδων (13 αποξενωμένοι και 7 μη αποξενωμένοι) ήταν σκόπιμη για να επιτρέψει τη συγκριτική ανάλυση μεταξύ τους και να αναδείξει διαφοροποιήσεις στις εμπειρίες τους, καλύπτοντας αποτελεσματικά το εύρος του ερευνητικού ενδιαφέροντος.

3.4 Μέθοδοι Συλλογής Δεδομένων

3.4.1 Ημι-δομημένες Συνεντεύξεις/ Συμπληρωματικές Μέθοδοι Έκφρασης

Η δομή των ημι-δομημένων συνεντεύξεων επιτρέπει στους συμμετέχοντες να εκφράσουν το προσωπικό τους αφήγημα σύμφωνα με τις δικές τους προτεραιότητες και αντιλήψεις, ενώ η ερευνητική διαδικασία επικεντρώνεται στην ανάδειξη θεμάτων που προκύπτουν χωρίς προκαθορισμένη κατηγοριοποίηση (Finzi-Dottan et.al., 2012). Αυτή η ελευθερία στη ροή του λόγου βοηθά στην αποκάλυψη λεπτομερειών που διαφορετικά θα παρέμεναν κρυφές, όπως π.χ. αποκάλυψη αντιφατικών ή πολυσύνθετων στάσεων των συμμετεχόντων απέναντι στις νέες νομικές διαδικασίες. Ορισμένοι μπορεί να εκφράζουν ανάμικτα συναισθήματα (επιδοκιμασία μαζί με απογοήτευση ή θυμό), κάτι το οποίο δεν μπορεί εύκολα να αποτυπωθεί μέσω τυπικών κλιμάκων μέτρησης.

Η πρώτη συνέντευξη με τον κάθε συμμετέχοντα ήταν μια ημι-δομημένη συνέντευξη με τριάντα ερωτήσεις, η οποία είχε προγραμματιστεί να έχει διάρκεια 1 ώρα - 1 ώρα και 30 λεπτά, κάτι το οποίο δεν τηρήθηκε από τους συμμετέχοντες επειδή η φύση του θέματος είναι πολύ ευαίσθητη. Η διάρκεια της πρώτης συνέντευξης με τους αποξενωμένους γονείς ήταν αρκετά περισσότερο από τον προγραμματισμένο χρόνο (ΜΟ: 2 ώρες και 10 λεπτά), εξαιτίας του λεπτού ζητήματος. Ενώ η διάρκεια της πρώτης συνέντευξης με τους μη αποξενωμένους γονείς ήταν πολύ λιγότερο από τον προγραμματισμένο χρόνο (ΜΟ: 45 λεπτά).

Μετά το τέλος της πρώτης συνέντευξης, έγινε γνωστό στους συμμετέχοντες ότι θα έπρεπε να γράψουν ένα γράμμα (αν το ήθελαν και τους εξέφραζε) πριν τη δεύτερη συνέντευξη. Το γράμμα θα έπρεπε να απευθύνεται είτε προς στο παιδί/ιά από το/τα οποίο/α έχουν/είχαν αποξενωθεί, είτε προς στον γονέα που αποξενώνει ή σε κάποιον επαγγελματία κοινωνικής υπηρεσίας, νομικής ή ψυχικής υγείας που πιστεύαν ότι επηρέασε σημαντικά τις εμπειρίες τους ως αποξενωμένος

γονέας. Το γράμμα θα έπρεπε να είχε τη μορφή "σαν να" προοριζόταν να διαβαστεί από τον αποδέκτη. Ωστόσο, το γράμμα δεν προοριζόταν για πραγματική παράδοση. Οι συμμετέχοντες είχαν την ευκαιρία να το μοιραστούν με την ερευνήτρια μόνο αν το επιθυμούσαν. Ο σκοπός του γράμματος ήταν να εκφράσουν πώς οι εμπειρίες της γονικής αποξένωσης έχουν επηρεάσει τη ζωή τους και τις σχέσεις τους.

Η δεύτερη συνέντευξη, η οποία πραγματοποιήθηκε σε διάστημα δύο εβδομάδων από την πρώτη, ήταν αδόμητη, ελεύθερη συζήτηση, κατά την οποία η ερευνήτρια εισήγαγε το θέμα της γονικής αποξένωσης ή της εμπειρίας του να είναι κάποιος γονιός μετά το χωρισμό και ρώτησε κάθε συμμετέχοντα σε ποιόν απευθύνθηκε στο γράμμα και τι εμπεριείχε, καθώς και ότι άλλο θα ήθελε να προσθέσει, το οποίο θεώρησε ότι δεν κάλυψαν οι ερωτήσεις της πρώτης συνέντευξης. Η διάρκεια της δεύτερης συνέντευξης ακολούθησε την ίδια πορεία με τη διάρκεια της πρώτης και για τις δύο ομάδες χωρισμένων γονέων (ΜΟ Αποξενωμένοι Γονείς: 42 λεπτά, ΜΟ Μη Αποξενωμένοι Γονείς: 7 λεπτά).

3.4.3 Ερωτήσεις για Αποξενωμένους Γονείς & Μη Αποξενωμένους Γονείς

Η πρώτη συνέντευξη που πραγματοποιήθηκε περιλαμβάνει ένα εκτενές σύνολο τριάντα ημι-δομημένων ερωτήσεων που απευθύνεται τόσο σε Αποξενωμένους Γονείς όσο και σε Μη Αποξενωμένους Γονείς μετά το χωρισμό/διαζύγιο, καλύπτοντας γενικά ζητήματα, ψυχολογικές εμπειρίες, νομικές εμπειρίες και μελλοντικές προοπτικές (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ε).

Οι γενικές ερωτήσεις για τις δύο ομάδες αφορούσαν το χρονικό διάστημα από το χωρισμό/διαζύγιο, τη διαδικασία λήψης της απόφασης, τον τρόπο ανακοίνωσης του διαζυγίου στα παιδιά και τις αντιδράσεις των παιδιών.

Για τους αποξενωμένους γονείς, οι επιπλέον γενικές ερωτήσεις εστίασαν στην προηγούμενη γνώση τους για τη γονική αποξένωση, το πώς ενημερώθηκαν, την περιγραφή της διαδικασίας αποξένωσης και τη συμπεριφορά του άλλου γονέα που, κατά την άποψή τους, οδήγησε στην αποξένωση. Οι μη αποξενωμένοι γονείς ερωτώνται για τους παράγοντες που συμβάλλουν στη διατήρηση καλών σχέσεων με τα παιδιά τους, τον τρόπο διαχείρισης διαφορετικών προσεγγίσεων στη γονεϊκότητα και τις δυσκολίες στον ρόλο τους μετά το χωρισμό/διαζύγιο.

Όσον αφορά τις ψυχολογικές εμπειρίες, και οι δύο ομάδες εκλήθη να μιλήσουν για τη συναισθηματική τους μετάβαση από την έγγαμη στη διαζευγμένη ζωή, τις βασικές ψυχολογικές προκλήσεις μετά το χωρισμό/διαζύγιο, την επίδραση της σχέσης με τα παιδιά στην ψυχολογική

τους κατάσταση και την υποστήριξη που έλαβαν από το κοινωνικό και επαγγελματικό τους περιβάλλον. Οι αποξενωμένοι γονείς εστίασαν επιπλέον στο πώς η αποξένωση επηρέασε τη σχέση με τα παιδιά τους, τον ρόλο της έλλειψης επικοινωνίας με τον/την πρώην σύζυγο, τα συναισθήματά τους κατά τη διαδικασία αποξένωσης, τις πιο δύσκολες στιγμές και την αποδοχή της αποξένωσης. Οι μη αποξενωμένοι γονείς ερωτώνται για τον ρόλο της επικοινωνίας και συνεργασίας με τον/την πρώην σύζυγο, τα συναισθήματά τους κατά τη διαδικασία του διαζυγίου και τη δυσκολία αποδοχής του χωρισμού. Και οι δύο ομάδες ερωτήθηκαν επίσης αν ζήτησαν επαγγελματική ψυχολογική βοήθεια, πώς αξιολόγησαν τη συμβολή της και τι σημαίνει για αυτούς η λέξη «γονέας» μετά την εμπειρία τους.

Το τμήμα για τις νομικές εμπειρίες και για τις δύο ομάδες κάλυψε τις εμπειρίες τους με το χωρισμό/διαζύγιο και τις μετέπειτα νομικές διαδικασίες (επιμέλεια, επικοινωνία, διατροφή), την άποψή τους για τη νομοθεσία πριν τον Ν. 4800/2021 και την αντίληψή τους για τις αλλαγές που επέφερε ο νέος νόμος. Ερωτήθηκαν αν ένιωσαν υποστήριξη ή απογοήτευση από το νομικό σύστημα και αν αντιμετώπισαν νομικές δυσκολίες ή καθυστερήσεις στην υλοποίηση αποφάσεων σχετικών με τα παιδιά τους. Οι αποξενωμένοι γονείς εκλήθη επιπλέον να μιλήσουν για τη συμμετοχή τους σε νομικές διαδικασίες για την επίλυση διαφορών, την άποψή τους για το πώς η δικαιοσύνη χειρίστηκε την υπόθεσή τους, συγκεκριμένες νομικές δυσκολίες που αντιμετώπισαν και την πίστη τους για το πώς οι νόμοι προστατεύουν τα συμφέροντά τους, καθώς και των παιδιών τους. Οι μη αποξενωμένοι γονείς ερωτήθηκαν για τη συμμετοχή τους σε νομικές διαδικασίες σχετικές με επιμέλεια ή επικοινωνία, την εκτίμησή τους για τη δίκαιη μεταχείριση από το νομικό σύστημα σχετικά με την επιμέλεια και προτάσεις για τη βελτίωση του νομικού πλαισίου.

Τέλος, η ενότητα «Μέλλον» διερεύνησε την τρέχουσα κατάσταση και τα μελλοντικά σχέδια και για τις δύο ομάδες. Οι αποξενωμένοι γονείς εκλήθη να προτείνουν τρόπους πρόληψης και αντιμετώπισης της γονικής αποξένωσης, πώς φαντάζονται τη μελλοντική τους σχέση με τα παιδιά, να δώσουν συμβουλές σε άλλους διαζευγμένους γονείς, προτάσεις για νομικούς και ψυχικής υγείας επαγγελματίες, το ιδανικό πλαίσιο φροντίδας παιδιών στην Ελλάδα, τι θέλουν να γνωρίζουν οι άλλοι για την εμπειρία τους με την αποξένωση και πώς μπορούν οι γονείς να αποφύγουν την αποξένωση. Υπάρχουν επίσης ειδικές ερωτήσεις για τους αποξενωμένους γονείς, όπως αν το παιδί είναι ενήλικο, αναφορικά με προσπάθειες επικοινωνίας και αλλαγές στην οπτική τους, ή σχετικά με ένα υποθετικό σενάριο όπου ο γονέας θα ξαναδεί το παιδί του όταν θα

είναι πλέον ενήλικο. Οι μη αποξενωμένοι γονείς ερωτήθηκαν για τις μεγαλύτερες ανησυχίες τους σχετικά με τη μελλοντική σχέση με το παιδί, συμβουλές προς άλλους, προτάσεις προς επαγγελματίες, το ιδανικό πλαίσιο φροντίδας παιδιών, τι θέλουν να γνωρίζουν οι άλλοι για την εμπειρία διαζυγίου, θετικά στοιχεία ή διδάγματα και πώς μπορούν οι γονείς να αποφύγουν την αποξένωση. Μια επιπλέον ερώτηση για τους αποξενωμένους γονείς αφορούσε το αν θεωρούν ότι θα ήταν το ίδιο ενεργοί γονείς χωρίς την εμπειρία της αποξένωσης.

3.5 Διαδικασία Ανάλυσης Δεδομένων

3.5.1 Απομαγνητοφώνηση Συνεντεύξεων

Η διαδικασία της απομαγνητοφώνησης πραγματοποιήθηκε με τη χρήση μιας αυτοματοποιημένης υπηρεσίας αναγνώρισης ομιλίας «Speechmatics», επιταχύνοντας σημαντικά τη μετατροπή των 40 ηχητικών αρχείων (20 ηχητικά αρχεία της 1^{ης} συνέντευξης και 20 ηχητικά αρχεία της 2^{ης} συνέντευξης) σε κείμενο. Αναγνωρίζοντας τους περιορισμούς των αυτοματοποιημένων εργαλείων, η ερευνήτρια προχώρησε σε λεπτομερή, χειροκίνητη επαλήθευση κάθε μεταγραφής έναντι του πρωτότυπου ηχητικού υλικού, έτσι ώστε να διασφαλιστεί η ακρίβεια των δεδομένων. Η τελική απομαγνητοφώνηση ήταν κατά λέξη, με τις μη λεκτικές ενδείξεις (π.χ. γέλιο, κλάμα) να σημειώνονται εντός παρενθέσεων. Όλα τα προσωπικά δεδομένα παρέμειναν ανώνυμα πριν ξεκινήσει η φάση της ανάλυσης.

3.5.2 Θεματική Ανάλυση (εντοπισμός κοινών θεμάτων, κωδικών, μοτίβων)

Η θεματική ανάλυση είναι μια ευέλικτη και ευρέως χρησιμοποιούμενη μέθοδος στην ποιοτική έρευνα στην ψυχολογία και στις κοινωνικές επιστήμες. Στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιήθηκε το μοντέλο των Braun και Clarke (2006) και στην πρώτη συνέντευξη που πραγματοποιήθηκε με τον κάθε συμμετέχοντα.

Μετά την απομαγνητοφώνηση και τον έλεγχο ακριβούς καταγραφής, η ανάλυση ξεκίνησε με τη φάση εξοικείωσης, όπου η ερευνήτρια διάβασε κάθε συνέντευξη επανειλημμένα, ακούγοντας παράλληλα τις ηχογραφήσεις, ώστε να εμβαθύνει στο περιεχόμενο, να κατανοήσει το γενικό κλίμα και να αποκτήσει μια συνολική εικόνα των εμπειριών των συμμετεχόντων σχετικά με τη γονική αποξένωση. Στη συνέχεια, πραγματοποιήθηκε η παραγωγή αρχικών κωδικών. Η κωδικοποίηση έγινε χειροκίνητα και με τη βοήθεια του λογισμικού MAXQDA για να γίνει εξακρίβωση. Η κωδικοποίηση περιλάμβανε τη συστηματική επισήμανση τμημάτων κειμένου

που έδειξαν ενδιαφέρουσες πληροφορίες σχετικές με το ερευνητικό ερώτημα. Μετά οι κωδικοί ομαδοποιήθηκαν σε πιθανά υπο-θέματα και κύρια θέματα. Εν συνεχεία, ελέγχθηκε αν τα δεδομένα εντός του θέματος ταιριάζουν μεταξύ τους και αν τα θέματα καλύπτουν επαρκώς το σύνολο του αρχικού συνόλου δεδομένων. Ορισμένα θέματα συγχωνεύτηκαν, άλλα διαχωρίστηκαν και κάποια απορρίφθηκαν, βελτιώνοντας τη σαφήνεια της ανάλυσης. Μετέπειτα δόθηκαν τελικές, περιγραφικές ονομασίες στα θέματα που προέκυψαν. Στο τέλος έγινε η συγγραφή των αποτελεσμάτων. Τα θέματα παρουσιάστηκαν με τη συνοχή και τη σειρά που εξυπηρετούσαν την απάντηση του ερευνητικού ερωτήματος. Η αφήγηση υποστηρίχθηκε από πλούσια, αντιπροσωπευτικά παραθέματα από τις συνεντεύξεις των συμμετεχόντων. Τα βασικά θέματα που προέκυψαν από την κωδικοποίηση ήταν: 1. Εμπειρία χωρισμού/διαζυγίου, 2. Γονική αποξένωση και γονική προσέγγιση: ορισμός και εμπειρία, 3. Ψυχολογικές προκλήσεις και υποστήριξη, 4. Νομικές εμπειρίες και σύστημα και 5. Σχέση με παιδιά και μελλοντικές προοπτικές. Όσον αφορά το πρώτο θέμα, βρέθηκαν τα εξής υποθέματα: χρονικό διάστημα και απόφαση χωρισμού/διαζυγίου, ανακοίνωση χωρισμού/διαζυγίου στα παιδιά και η αντίδρασή τους, συναισθηματική μετάβαση από έγγαμη ζωή σε χωρισμένο γονέα, δυσκολία αποδοχής γονικής αποξένωσης. Το δεύτερο θέμα είχε τα εξής υποθέματα: γνώση περί γονικής αποξένωσης πριν την εμπειρία και πηγή ενημέρωσης, αντιμετώπιση διαφορών στη γονική προσέγγιση, τρόποι αποξένωσης από το παιδί, τρόποι διατήρησης καλών σχέσεων με το παιδί. Στις Ψυχολογικές Προκλήσεις & Υποστήριξη περιλαμβάνονται τα εξής υποθέματα: συναισθηματική κατάσταση και ψυχολογικές προσκλήσεις των χωρισμένων γονέων, υποστήριξη από οικογενειακό/φίλικό/επαγγελματικό περιβάλλον, προσφυγή σε επαγγελματία ψυχικής υγείας και αξιολόγηση της συμβολής του. Οι Νομικές Εμπειρίες έχουν τα υποθέματα: άποψη για νομοθεσία πριν και μετά τον Ν.4800/2021, απογοήτευση και έλλειψη εμπιστοσύνης στο νομικό σύστημα, προτάσεις για βελτίωση στο νομικό σύστημα. Και τέλος το πέμπτο θέμα έχει τα εξής υποθέματα: τωρινή κατάσταση και μελλοντικά σχέδια με το παιδί, προτάσεις για πρόληψη και αντιμετώπιση γονικής αποξένωσης, σημασία λέξης «γονιός» μετά εμπειρία χωρισμού ή/και γονικής αποξένωσης, ανάλυση αντίδρασης γονέων σε υποθετική συγγνώμη αποξενωμένου παιδιού.

3.6 Ηθικά Ζητήματα / Ζητήματα Ηθικής & Δεοντολογίας

Οι συνεντεύξεις παρείχαν ένα ασφαλές, διακριτικό και εμπιστευτικό μέρος για τους συμμετέχοντες, οι οποίοι είχαν τη δυνατότητα να επιλέξουν την ώρα και μέρα για να συμμετέχουν στη διαδικασία των συνεντεύξεων.

Στους συμμετέχοντες που έγιναν δεκτοί στην έρευνα, δόθηκε ένα έντυπο συγκατάθεσης, το οποίο εγκρίθηκε από το Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Σύμφωνα με αυτό, ο κάθε συμμετέχων, ενημερώθηκε για τον τίτλο, το θέμα, το σκοπό και τα πιθανά οφέλη της έρευνας. Έγινε γνωστό ότι οποιοσδήποτε κίνδυνος για τη βλάβη των συμμετεχόντων θα συγκριθεί με αυτόν που θα αναμενόταν από μια κανονική διαδικασία ψυχοθεραπείας. Λόγω της ευαίσθητης φύσης του θέματος ήταν δυνατόν να παρέχεται σε κάθε συμμετέχοντα που θα χρειαζόταν, στοιχεία επικοινωνίας για πιθανές ερωτήσεις και θεραπευτική υποστήριξη (από την ερευνητή/ψυχολόγο) κατά τη διάρκεια ή μετά τη συμμετοχή του στην έρευνα.

Όλα τα στοιχεία που λήφθηκαν από τους συμμετέχοντες, κατηγοριοποιήθηκαν με ψευδώνυμα και σύστημα αρίθμησης για τη διατήρηση της ανωνυμίας και της εμπιστευτικότητας. Όλοι οι συμμετέχοντες υπέγραψαν το έντυπο συγκατάθεσης, με το οποίο πιστοποίησαν την ικανότητά τους ότι κατανοούν και επιθυμούν να συμμετέχουν στην έρευνα. Τους γνωστοποιήθηκε ότι είχαν το δικαίωμα να τερματίσουν τη συμμετοχή τους στην έρευνα οποιαδήποτε στιγμή καθ' όλη τη διάρκεια της.

3.6.1 Ενημερωμένη Συγκατάθεση & Εμπιστευτικότητα

Στο Έντυπο Συγκατάθεσης (ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Γ) που στάλθηκε με email σε όλους τους συμμετέχοντες και δόθηκε και δια ζώσης όταν αυτό ήταν εφικτό, μεταξύ άλλων έγινε ενημέρωση για έναν πιθανό κίνδυνο για τους συμμετέχοντες, ο οποίος μπορεί να συγκριθεί με αυτόν που θα αναμενόταν από μια κανονική ψυχοθεραπεία. Ωστόσο, λόγω της ευαίσθητης φύσης του θέματος, έγινε γνωστό ότι θα ληφθεί μέριμνα για την παροχή οποιουδήποτε είδους θεραπευτικής υποστήριξης που μπορεί να επιθυμεί ή χρειάζεται ο συμμετέχων κατά τη διάρκεια ή μετά τη συμμετοχή στην έρευνα. Οι συμμετέχοντες ήταν ελεύθεροι να κάνουν ένα διάλειμμα ή να σταματήσουν ή να αναβάλουν αμέσως οποιαδήποτε συνέντευξη σε περίπτωση που είχαν αρνητική συναισθηματική επίπτωση και αισθανόντουσαν ότι δεν μπορούν να συνεχίσουν. Επίσης ενημερώθηκαν γραπτώς πριν την πρώτη συνέντευξη αλλά και προφορικώς στην αρχή της πρώτης συνέντευξης, ότι η ερευνήτρια ως αδειούχος ψυχολόγος και ψυχοθεραπεύτρια,

οφείλει να τηρεί πλήρη εχεμύθεια με ορισμένα όρια εμπιστευτικότητας και υποχρεωτικής αναφοράς. Αυτοί οι περιορισμοί περιλαμβάνουν την υποχρέωση παραβίασης του απορρήτου υπό τις ακόλουθες συνθήκες: 1. Εάν αντιληφθεί ότι ένα άτομο αποτελεί άμεσο ή άμεσο κίνδυνο για τον εαυτό του ή τους άλλους. 2. Εάν έχει λόγους να πιστεύει ότι ένα παιδί, ένας ηλικιωμένος ή ένας ενήλικας που εξαρτάται από άλλους, παραμελείται ή κακοποιείται.

Ακόμη όλοι οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν πως τα αρχεία αυτής της έρευνας θα τηρηθούν με εμπιστευτικότητα. Οι δημοσιευμένες αναφορές δεν θα περιλαμβάνουν πληροφορίες που θα καταστήσουν δυνατό τον προσδιορισμό ενός συμμετέχοντα. Τα αρχεία της έρευνας θα αποθηκευτούν με ασφάλεια και μόνο ο ερευνητής θα έχει πρόσβαση στα αρχεία.

3.6.2 Διασφάλιση Ανωνυμίας (σύστημα αρίθμησης)

Η διασφάλιση της ανωνυμίας και της εμπιστευτικότητας αποτελεί κρίσιμο παράγοντα κατά την επιλογή αυτής της ποιοτικής έρευνας (McCormack, 2021). Λόγω της φύσης του θέματος, που περιλαμβάνει ευαίσθητες οικογενειακές και δικαστικές υποθέσεις, είναι απαραίτητο να ληφθούν όλα τα μέτρα ασφαλείας ώστε οι συμμετέχοντες να εκφράζονται ελεύθερα χωρίς να ανησυχούν για την αποκάλυψη των προσωπικών τους δεδομένων. Αυτό όχι μόνο βελτιώνει την ποιότητα των δεδομένων, αλλά απαιτεί επίσης υψηλό επίπεδο ηθικής υπευθυνότητας από τον ερευνητή.

Η εμπιστευτικότητα θα διατηρηθεί με τη χρήση συστήματος αρίθμησης και με την αλλαγή συγκεκριμένων στοιχείων που θα μπορούσαν να αποκαλύψουν την ταυτότητα των συμμετεχόντων.

3.6.3 Παροχή Ασφαλούς Χώρου & Ψυχολογικής Υποστήριξης

Όλοι οι συμμετέχοντες ενημερώθηκαν εξ αρχής ότι οι συνεντεύξεις θα έπαιρναν μέρος σε μια ασφαλή διαδικτυακή πλατφόρμα (zoom, viber ή whatsapp), στην οποία είχαν την δυνατότητα να έχουν πρόσβαση είτε από υπολογιστή είτε από εφαρμογή κινητού τηλεφώνου. Αν επιθυμούσαν οι συνεντεύξεις να πραγματοποιηθούν δια ζώσης, τους έγινε γνωστό το μέρος, το οποίο ήταν το γραφείο της ερευνήτριας/ψυχολόγου και βρίσκεται στην Αθήνα.

3.6.4 Δικαίωμα αποχώρησης

Κάθε συμμετέχοντας ενημερώθηκε γραπτώς και προφορικά για το δικαίωμα αποχώρησης του από την έρευνα σε οποιοδήποτε στάδιο και για οποιοδήποτε λόγο. Εάν ήθελαν να αποσυρθούν

από την έρευνα, έπρεπε να επικοινωνήσουν με την ερευνητή με email, τηλεφωνικά ή κατά τη διάρκεια των συνεντεύξεων. Εάν η επιλογή ήταν να αποσυρθούν, τα δεδομένα που συλλέχθηκαν θα καταστρεφόντουσαν αμέσως και δεν θα συμπεριλαμβάνοντουσαν σε αυτήν την έρευνα.

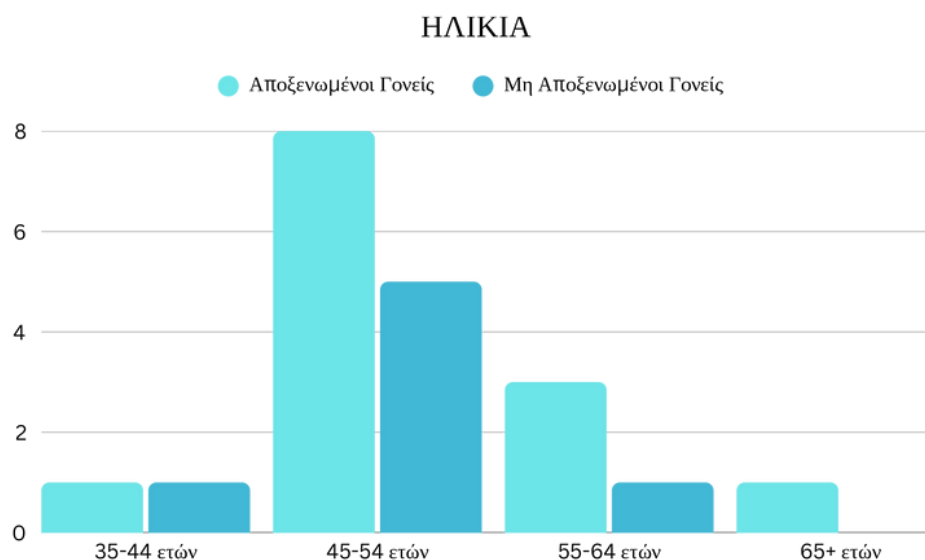
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4: ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

4.1 Γενικά Χαρακτηριστικά του Δείγματος

4.1.1 Δημογραφικά Στοιχεία Συμμετεχόντων

Οι συμμετέχοντες ($n=20$) ήταν 13 αποξενωμένοι γονείς και 7 μη αποξενωμένοι χωρισμένοι γονείς. Όσον αφορά τα δημογραφικά στοιχεία τους (πόλη, φύλο, ηλικία, επίπεδο μόρφωσης, οικογενειακή κατάσταση, αριθμός παιδιών, ηλικία παιδιών, χρόνια χωρισμού), όπως απεικονίζεται στον Πίνακα 1, η πλειοψηφία των χωρισμένων γονέων (65%) είναι 45-54 ετών και ένα ποσοστό μικρότερο ποσοστό (20%) είναι οι γονείς ηλικίας 55-64 ετών. Επίσης η πλειοψηφία των αποξενωμένων γονέων (61.5%) είναι 45-54 ετών.

Πίνακας 1: Ηλικία Αποξενωμένων και Μη Αποξενωμένων Χωρισμένων Γονέων

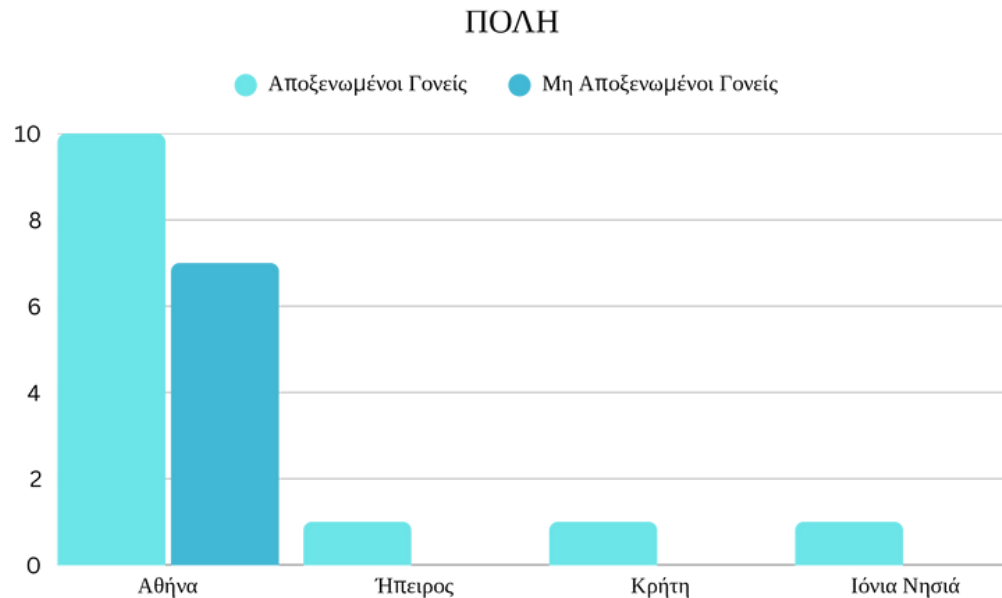


Πηγή: Πρωτογενής έρευνα (2025)

Σημείωση: Το μέγεθος δείγματος (N) είναι 20 χωρισμένοι γονείς (13 αποξενωμένοι και 7 μη αποξενωμένοι)

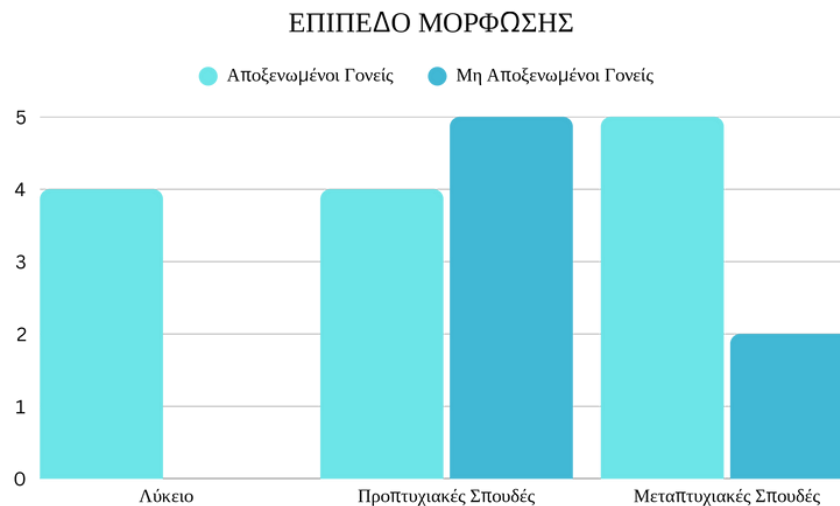
Όπως απεικονίζεται στον Πίνακα 2, η συντριπτική πλειοψηφία των χωρισμένων γονέων (85%) κατοικεί στην Αθήνα και ένα μικρό ποσοστό (15%) κατοικεί στην υπόλοιπη Ελλάδα . Ακόμη να σημειωθεί πως όλοι οι μη αποξενωμένοι γονείς είναι από την Αθήνα.

Πίνακας 2: Μέρος Κατοικίας Αποξενωμένων και Μη Αποξενωμένων Χωρισμένων Γονέων



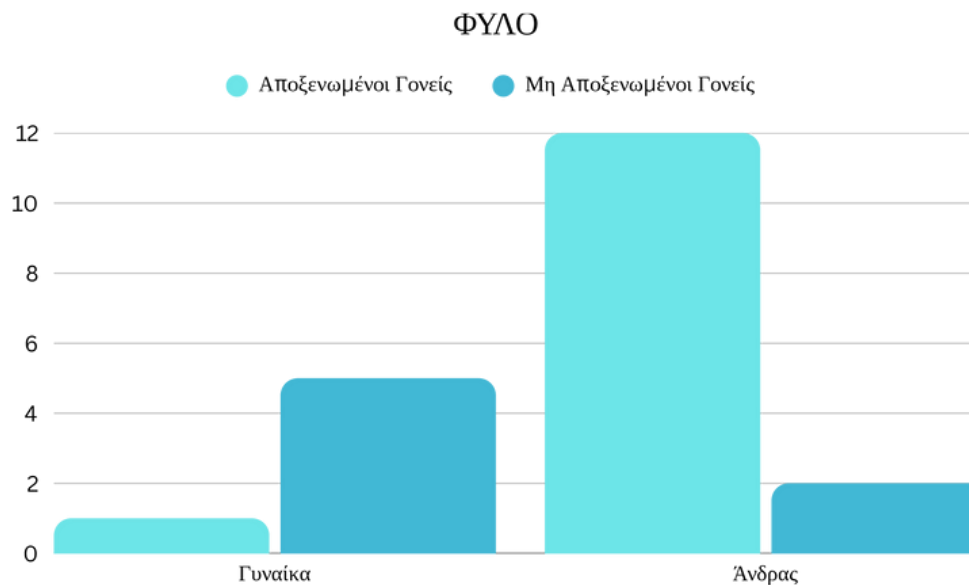
Όπως απεικονίζεται στον Πίνακα 3, η συντριπτική πλειοψηφία των χωρισμένων γονέων (80%) κατέχει τίτλους σπουδών.

Πίνακας 3: Το Επίπεδο Μόρφωσης Αποξενωμένων και Μη Αποξενωμένων Χωρισμένων Γονέων



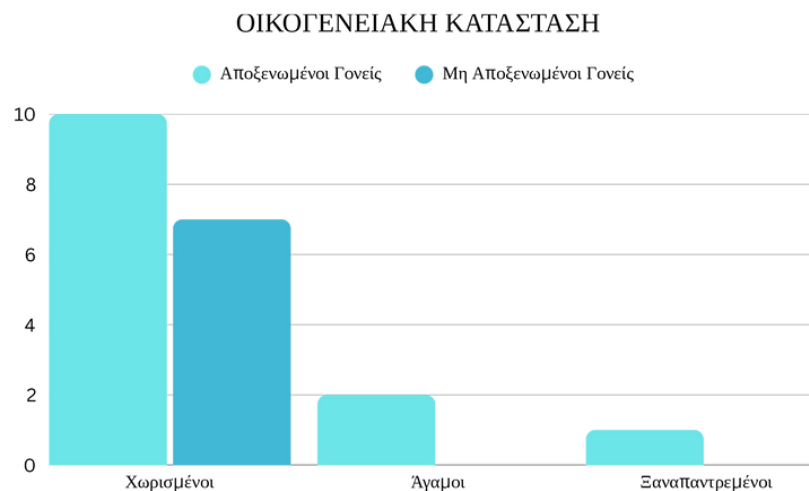
Όπως απεικονίζεται στον Πίνακα 4, οι αποξενωμένοι γονείς είναι πατέρες (92.3%) με συντριπτική πλειοψηφία, κάτι το οποίο αναμενόταν όπως έχει ειπωθεί σε σχετικές διεθνείς έρευνες. Ταυτόχρονα, όσον αφορά την ομάδα των μη αποξενωμένων, τα ποσοστά γυναικών και ανδρών είναι πολύ περισσότερο κοντά σε σχέση με αυτά της ομάδας των αποξενωμένων.

Πίνακας 4: Το Φύλο Αποξενωμένων και Μη Αποξενωμένων Χωρισμένων Γονέων



Όπως απεικονίζεται στον Πίνακα 5, οι συμμετέχοντες γονείς (85%), οι αποξενωμένοι γονείς (77%) και οι μη αποξενωμένοι γονείς (100%) είναι χωρισμένοι στο σύνολό τους. Να σημειωθεί ότι ένα πολύ μικρό ποσοστό (5%) όλων των γονέων είναι ξαναπαντρεμένοι.

Πίνακας 5: Η Τωρινή Οικογενειακή Κατάσταση Αποξενωμένων και Μη Αποξενωμένων Χωρισμένων Γονέων

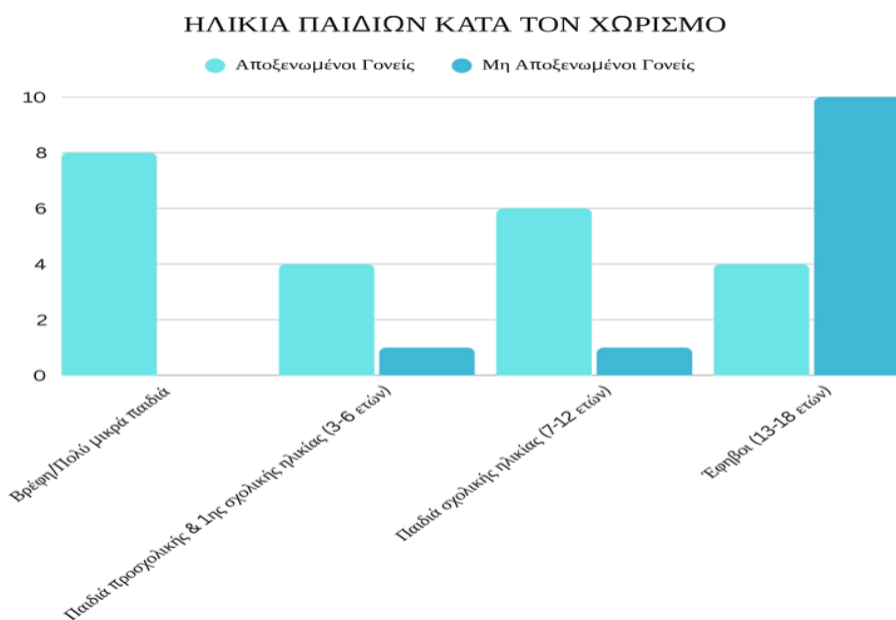


4.1.2 Ηλικία Παιδιού κατά το Χωρισμό & Αριθμός Παιδιών ανά Οικογένεια

Η ηλικία των παιδιών των συμμετεχόντων κατά το χωρισμό ποικίλλει σημαντικά, καλύπτοντας ένα ευρύ φάσμα από βρεφική ηλικία έως την ενηλικίωση. Συγκεκριμένα, οι αναφορές στις συνεντεύξεις δείχνουν τις εξής ηλικίες των παιδιών, οι οποίες απεικονίζονται και παρακάτω στον Πίνακα 6:

- Βρέφη/Πολύ μικρά παιδιά (βρέφος-2 ετών)
- Παιδιά προσχολικής και πρώτης σχολικής ηλικίας (3-6 ετών)
- Παιδιά σχολικής ηλικίας (7-12 ετών)
- Έφηβοι (13-18 ετών)

Πίνακας 6: Ηλικία Παιδιών κατά το χωρισμό/διαζύγιο

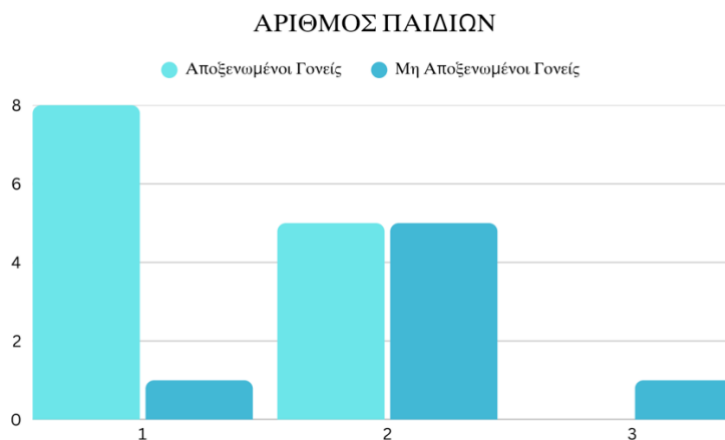


Οι περισσότεροι αποξενωμένοι γονείς (61%) ανέφεραν ότι τα παιδιά τους κατά τη διάρκεια του χωρισμού ήταν βρέφη ή μέχρι 2 ετών. Ενώ σχεδόν όλοι οι μη αποξενωμένοι γονείς ανέφεραν πως κατά τη διάρκεια του χωρισμού τα παιδιά τους ήταν σχολικής ηλικίας ή έφηβοι.

Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι σε ορισμένες περιπτώσεις, οι γονείς αναφέρουν την ηλικία των παιδιών τους κατά τη στιγμή της συνέντευξης και όχι απαραίτητα κατά τον χωρισμό, ή αναφέρουν ότι ο χωρισμός έγινε όταν τα παιδιά ήταν «μικρά» χωρίς να προσδιορίζουν ακριβή ηλικία.

Όπως απεικονίζεται στον Πίνακα 7, η συντριπτική πλειοψηφία των μη αποξενωμένων γονέων (86%) έχουν δύο ή και τρία παιδιά, ενώ όσον αφορά τους αποξενωμένους γονείς τα ποσοστά χωρίζονται ως εξής: ένα παιδί (61,5%) και δύο παιδιά (38,5%). Κάτι το οποίο υποστηρίζεται από τη βιβλιογραφία (Harman et al., 2021; Βαλμαντώνης, 2022, 2024; Gardner, 2002), διότι το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης εμφανίζεται συχνά σε οικογένειες με ένα παιδί, καθώς η δυναμική της σχέσης είναι πιο άμεση και επικεντρωμένη σε ένα μόνο πρόσωπο. Συνολικά περίπου οι μισοί χωρισμένοι γονείς έχουν ένα παιδί και οι άλλοι μισοί δύο παιδιά, το οποίο υποστηρίζεται από τα επίσημα στοιχεία της Ελληνικής Στατιστικής Αρχής (ΕΛΣΤΑΤ) (2021).

Πίνακας 7: Αριθμός Παιδιών ανά οικογένεια



4.1.3 Δομή της Οικογένειας & Κατοικία των Παιδιών

Σχετικά με το οικογενειακό πλαίσιο και τη διάρθρωση των σχέσεων γονέων-παιδιών μετά το διαζύγιο, η ανάλυση αποκαλύπτει ποικίλες δομές, από τη συνεχιζόμενη συγκατοίκηση (κυρίως μη αποξενωμένοι γονείς) έως την πλήρη αποξένωση (μερικοί από τους αποξενωμένους γονείς), με σημαντικές επιπτώσεις στην ψυχολογική κατάσταση τόσο των γονέων όσο και των παιδιών.

Οι δομές κατοικίας των παιδιών μετά το διαζύγιο ή ένα χωρισμό ποικίλλουν σημαντικά. Οι μη αποξενωμένοι γονείς συνεχίζουν να μένουν μαζί ως συγκατοικοί ή διαλέγουν να εναλλάσσουν τα παιδιά κατοικία ή το παιδί μένει με τον έναν γονέα και έχει επαφή με τον άλλον. Όσον αφορά τους αποξενωμένους γονείς, το παιδί μένει με τον έναν γονέα, συνήθως τον αποξενωτή ή υπάρχει πλήρης αποξένωση, όπου ο αποξενωμένος γονιός δεν έχει καμία επαφή με το παιδί.

του. Σε μία μόνο περίπτωση αποξενωμένου γονέα, το ένα από τα παιδιά του διαμένει μαζί του, ενώ από το άλλο παιδί είναι τελείως αποξενωμένος.

Να σημειωθεί ότι οι μη αποξενωμένοι γονείς επιλέγουν τον τρόπο με τον οποίο θα μένουν με τα παιδιά τους, ενώ για τους αποξενωμένους γονείς είναι κάτι που τους επιβάλλεται χωρίς απαραίτητα τη θέλησή τους.

4.2 Θεματική Ανάλυση Πρώτης Συνέντευξης

Η ανάλυση των συνεντεύξεων αποκαλύπτει ένα πολύπλοκο πλέγμα κωδικοποιήσεων και θεμάτων που σχετίζονται με τον χωρισμό και τη γονική αποξένωση. Κεντρικά θέματα περιλαμβάνουν τις συναισθηματικές προκλήσεις, τις δυσκολίες στην επικοινωνία και συνεργασία μεταξύ των γονέων, καθώς και την ανεπάρκεια του νομικού συστήματος και των υπηρεσιών ψυχικής υγείας. Οι συμμετέχοντες βιώνουν έντονο θυμό, απογοήτευση και άγχος, ενώ η γονική αποξένωση περιγράφεται ως μια καταστροφική διαδικασία που επηρεάζει βαθιά τα παιδιά. Αναδεικνύεται η ανάγκη για καλύτερη εκπαίδευση των επαγγελματιών, εξωδικαστικές λύσεις και προτεραιότητα του συμφέροντος του παιδιού. Η εμπειρία του χωρισμού συχνά οδηγεί σε προσωπική αναθεώρηση και αναζήτηση υποστήριξης.

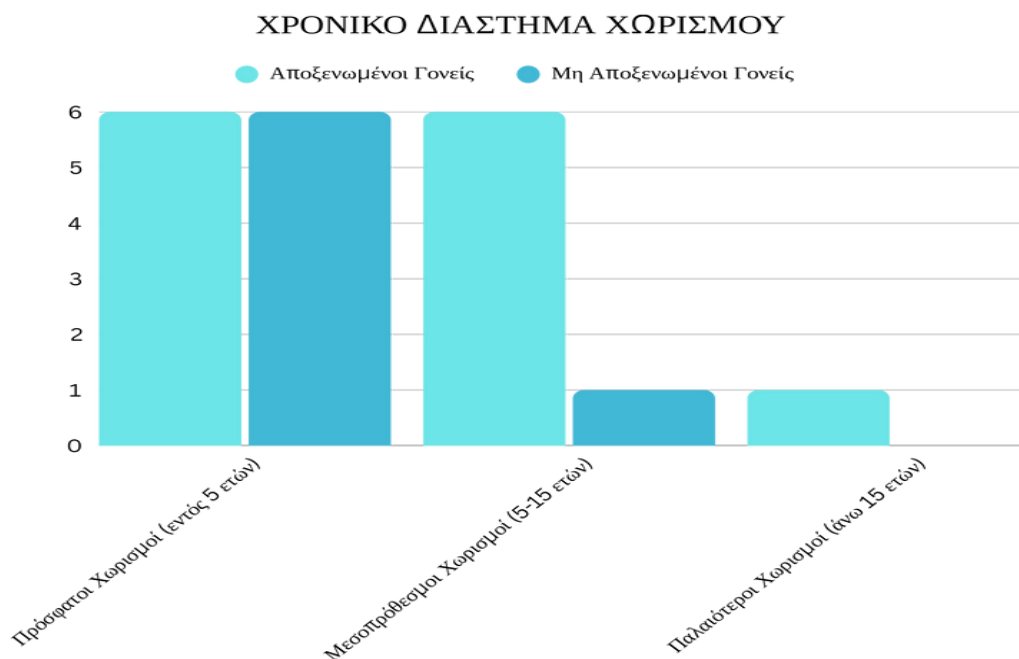
4.2.1 Εμπειρία Χωρισμού/Διαζυγίου

4.2.1.1 Χρονικό Διάστημα & Απόφαση Χωρισμού/Διαζυγίου

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες (N=20) βρίσκονται σε διάσταση ή έχουν χωρίσει τα τελευταία 5-8 χρόνια, με κάποιες περιπτώσεις να φτάνουν έως και τα 35 χρόνια. Η απόφαση για τον χωρισμό ήταν συχνά μονόπλευρη (συμμετέχοντες 14, 16), κυρίως από τη μητέρα, συχνά μετά από μια περίοδο έντονων συγκρούσεων ή προβλημάτων στη σχέση. Υπάρχουν και περιπτώσεις όπου η απόφαση ήταν κοινή (συμμετέχοντες 15, 19) ή προήλθε από τον πατέρα (συμμετέχοντες 2, 4, 13), μετά από προσπάθειες συμφιλίωσης είτε λόγω επιδείνωσης της κατάστασης. Αρκετοί συμμετέχοντες αναφέρουν ότι δεν έχουν ακόμα επίσημο διαζύγιο, παραμένοντας σε διάσταση για μεγάλο χρονικό διάστημα (συμμετέχοντες 4, 9, 14, 15, 20). Αυτό υποδηλώνει την πολυπλοκότητα των νομικών διαδικασιών και των προσωπικών επιλογών που επηρεάζουν την οριστικοποίηση του χωρισμού. Δεν βρέθηκαν ιδιαίτερες διαφορές ανάμεσα στις δύο ομάδες (αποξενωμένοι και μη αποξενωμένοι γονείς) όσον αφορά το χρονικό διάστημα χωρισμού ή το ποιος πήρε την απόφαση για το χωρισμό. Αν και είναι

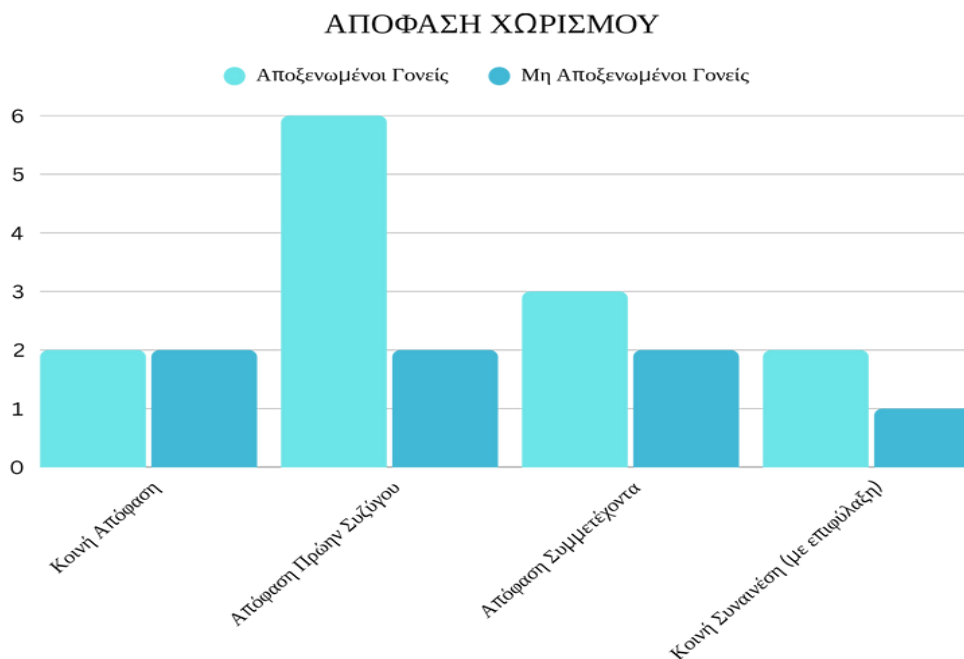
σημαντικό να σημειωθεί ότι σε αρκετές περιπτώσεις, ο τυπικός χρόνος έκδοσης του διαζυγίου διαφέρει από τον ουσιαστικό χρόνο του χωρισμού ή της έναρξης των προβλημάτων, με κάποιους αποξενωμένους γονείς να αναφέρουν ότι η διαδικασία του διαζυγίου καθυστέρησε σημαντικά ή ακόμα εκκρεμεί. Μέσα από τις συνεντεύξεις αναδεικνύεται η πολυπλοκότητα των συναισθημάτων και των παραγόντων που επηρεάζουν αυτές τις αποφάσεις, συχνά με σημαντικές επιπτώσεις στην ψυχολογική κατάσταση των παιδιών και των γονέων. Τα χρονικά πλαίσια που αναφέρθηκαν από τους συμμετέχοντες ήταν εντός 5 ετών (πρόσφατοι χωρισμοί), 5-15 ετών (μεσοπρόθεσμοι χωρισμοί) και άνω των 15 ετών (παλαιότεροι χωρισμοί) (Πίνακας 8).

Πίνακας 8: Χρονικό Διάστημα Χωρισμού/Διαζυγίου



Η απόφαση για τον χωρισμό ή το διαζύγιο προέκυψε με κοινή απόφαση, απόφαση της πρώην συζύγου/συντρόφου, απόφαση του/της συμμετέχοντα/ουσας και κοινή συναίνεση (με επιφύλαξη) (Πίνακας 9).

Πίνακας 9: Απόφαση Χωρισμού



4.2.1.2 Ανακοίνωση Χωρισμού/Διαζυγίου στα Παιδιά & η Αντίδρασή τους

Η ανακοίνωση ενός χωρισμού/διαζυγίου και οι αντιδράσεις των παιδιών αποτελούν ένα ευαίσθητο και πολύπλοκο ζήτημα, με μακροχρόνιες επιπτώσεις στην ψυχολογική τους υγεία και τη σχέση τους με τους γονείς. Η έλλειψη συνεργασίας και η εργαλειοποίηση των παιδιών επιδεινώνουν την κατάσταση, οδηγώντας σε βαθιά τραύματα και δυσλειτουργικές συμπεριφορές. Ο τρόπος ανακοίνωσης του χωρισμού είναι ένα κρίσιμο ζήτημα που επηρεάζει βαθιά τα παιδιά και απαιτεί προσοχή, συνεργασία και, όπου είναι δυνατόν, επαγγελματική υποστήριξη. Η έλλειψη αυτών των παραγόντων μπορεί να οδηγήσει σε περαιτέρω προβλήματα, όπως η γονική αποξένωση. Οι συμμετέχοντες υιοθέτησαν διαφορετικές προσεγγίσεις ανάλογα με την ηλικία των παιδιών και τις συνθήκες χωρισμού. Σε πολλές περιπτώσεις, όσον αφορά τους μη αποξενωμένους γονείς, η ανακοίνωση έγινε από κοινού, με έμφαση στη διατήρηση της αγάπης και των δύο γονέων, ενώ σε άλλες, ο ένας γονέας ανέλαβε την ευθύνη ή ανακοίνωση έγινε έμμεσα. Στην συντριπτική πλειοψηφία των αποξενωμένων γονέων, υπήρξε απουσία ανακοίνωσης στα παιδιά είτε λόγω της μικρής ηλικίας του παιδιού κατά το χωρισμό είτε επειδή το παιδί το αντιλήφθηκε από μόνο του. Οι τρόποι ανακοίνωσης του χωρισμού στα παιδιά είναι οι εξής:

- **Κοινή Ανακοίνωση με έμφαση στην αγάπη και τη συνέχεια της οικογένειας:** Σε ορισμένες περιπτώσεις, κυρίως οι μη αποξενωμένοι γονείς, επιλέγουν να ανακοινώσουν από κοινού την απόφασή τους, τονίζοντας ότι η καθημερινότητα των παιδιών δεν θα αλλάξει ριζικά και ότι η αγάπη και των δύο γονέων παραμένει αναλλοίωτη.
- **Ανακοίνωση από τον έναν γονέα:** Σε αρκετές περιπτώσεις, ο χωρισμός ανακοινώθηκε από τον ένα γονέα, συχνά τη μητέρα, χωρίς την παρουσία ή τη συναίνεση του άλλου.
- **Έμμεση Αντίληψη από τα Παιδιά:** Σε περιπτώσεις που τα παιδιά ήταν πολύ μικρά, η ανακοίνωση δεν έγινε με τυπικό τρόπο, αλλά τα παιδιά αντιλήφθηκαν την αλλαγή στην οικογενειακή δομή.
- **Απουσία Ανακοίνωσης:** Σε αρκετές περιπτώσεις, κυρίως σε οικογένειες όπου υπήρξε γονική αποξένωση, η ανακοίνωση δεν έγινε ποτέ, είτε λόγω της μικρής ηλικίας του παιδιού είτε λόγω της πλήρους αποξένωσης. Συνολικά, η έλλειψη ανακοίνωσης του χωρισμού στα παιδιά, είτε λόγω ηλικίας, είτε λόγω άρνησης του ενός γονέα, είτε λόγω προσπάθειας αποφυγής αρνητικών επιπτώσεων, συχνά οδηγεί σε μεγαλύτερη σύγχυση, συναισθηματική επιβάρυνση των παιδιών και ενισχύει τις τακτικές αποξένωσης από τον έναν γονέα.

Οι αντιδράσεις των παιδιών ποικίλλουν, από αρχική έκπληξη και αποδοχή έως θυμό, στεναχώρια, σύγχυση και αίσθημα εγκατάλειψης, επηρεάζοντας βαθιά την ψυχολογική τους κατάσταση. Η γονική αποξένωση, συχνά, επιδεινώνει αυτές τις αντιδράσεις, οδηγώντας σε σοβαρά ψυχολογικά προβλήματα και διαταραχές συμπεριφοράς στα παιδιά. Η έλλειψη επικοινωνίας και συνεργασίας μεταξύ των γονέων, καθώς και η εργαλειοποίηση των παιδιών, αποτελούν κοινά μοτίβα που επιβαρύνουν την κατάσταση.

- **Αρχική Έκπληξη και Αποδοχή:** Σε ορισμένες περιπτώσεις, τα παιδιά αντέδρασαν με έκπληξη, αλλά αποδέχτηκαν την κατάσταση, ειδικά όταν η ανακοίνωση έγινε με τρόπο που διασφάλισε τη σταθερότητα και την αγάπη.
- **Θυμός, Στεναχώρια και Σύγχυση:** Συχνά, τα παιδιά βίωσαν θυμό, στεναχώρια και σύγχυση. Τα παιδιά, ειδικά σε μικρή ηλικία, δυσκολεύονται να κατανοήσουν την κατάσταση.
- **Αίσθημα Εγκατάλειψης και Αποξένωσης:** Η αποχώρηση του ενός γονέα προκάλεσε αίσθημα εγκατάλειψης.

- **Εργαλειοποίηση και Χειραγώγηση:** Στις περιπτώσεις γονικής αποξένωσης, τα παιδιά έγιναν συχνά εργαλεία του αποξενωτή γονέα.
- **Αλλαγή Συμπεριφοράς και Ψυχολογικά Προβλήματα:** Η γονική αποξένωση μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρές αλλαγές στη συμπεριφορά των παιδιών και σε ψυχολογικά προβλήματα. «Το παιδί άρχισε να αλλάζει συμπεριφορά, να είναι επιθετικό και να βρίζει, κάτι που με τρόμαζε», «Το παιδί μου εμφάνισε "αποκλίνουσες συμπεριφορές", όπως εξάρσεις βίας προς συμμαθητές, ως αποτέλεσμα της αποξένωσης», «το παιδί μου μετά από πλύση εγκεφάλου, έφτασε στο σημείο να λέει ψέματα στον πραγματογνώμονα και να εκφοβίζεται».
- **Μίσος και Χυδαιότητα:** Σε κάποιες περιπτώσεις, τα παιδιά μπορεί να εκφράσουν μίσος και χυδαιότητα προς τον αποξενωμένο γονέα. «Το παιδί μου, από την ηλικία των τεσσάρων ετών, εξέφραζε μίσος με χυδαίες εκφράσεις» αναφέρει ένας αποξενωμένος γονέας.

4.2.1.3 Συναισθηματική Μετάβαση από Έγγαμη Ζωή σε Χωρισμένο Γονέα

Οι εμπειρίες των συμμετεχόντων αναδεικνύουν την πολυπλοκότητα αυτής της μετάβασης, με κοινά σημεία αλλά και σημαντικές διαφοροποιήσεις ανάλογα με τις προσωπικές συνθήκες και τη δυναμική της σχέσης με τον/την πρώην σύντροφο και τα παιδιά.

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες (συμμετέχοντες 6, 9, 14, 15, 18, 19) περιγράφουν την αρχική φάση του χωρισμού ως εξαιρετικά δύσκολη και συναισθηματικά φορτισμένη. Κοινά συναισθήματα περιλαμβάνουν τη θλίψη, τη στεναχώρια, τον θυμό και την αίσθηση ματαίωσης ή αποτυχίας. Η 15^η συμμετέχουσα ένιωθε ότι «δεν τα κατάφερε» και ενοχές, πιστεύοντας ότι ίσως έπρεπε να είχε κάνει περισσότερα για να αποφευχθεί ο χωρισμός. Η 14^η συμμετέχουσα βίωσε τη μετάβαση ως μια «διαδικασία πένθους», με στάδια θυμού και άρνησης. Ο 5^{ος} συμμετέχων περιέγραψε την αρχική περίοδο ως «κατραπακιά» και «έκπληξη», αδυνατώντας να κατανοήσει γιατί συνέβαιναν αυτά.

Οι ψυχολογικές προκλήσεις ήταν ποικίλες. Για κάποιους (συμμετέχοντες 15, 18, 20), η μεγαλύτερη πρόκληση ήταν η ανάγκη να μάθουν να ζουν μόνοι τους μετά από πολλά χρόνια σχέσης και γάμου. Άλλοι αντιμετώπισαν έντονο θυμό, ειδικά όταν ο πρώην σύντροφος τους έριχνε το φταίξιμο για τον χωρισμό (14^η συμμετέχουσα). Η αίσθηση της απώλειας του ανδρικού προτύπου για τον γιο τους ήταν μια σημαντική δυσκολία για την ίδια μητέρα. Ένας

πατέρας (2^{ος} συμμετέχων) ανέφερε ότι η αποξένωση τον έκανε να νιώθει «μόνος και αποκομμένος». Η απροσδιοριστία και η αβεβαιότητα για το μέλλον, καθώς και ο φόβος της πλήρους αποξένωσης από τα παιδιά, αποτελούν επίσης σημαντικές ψυχολογικές προκλήσεις (συμμετέχοντες 1, 8, 13)

Η σχέση με τα παιδιά διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στην ψυχολογική κατάσταση των χωρισμένων γονέων. Για κάποιους, τα παιδιά αποτέλεσαν πηγή δύναμης και βοήθειας στην περίοδο της μετάβασης (συμμετέχοντες 15, 17, 18, 19). Ωστόσο, η γονική αποξένωση, όπου ο ένας γονέας προσπαθεί να αποκόψει τη σχέση του παιδιού με τον άλλο, είναι μια ιδιαίτερα τραυματική εμπειρία. Πολλοί πατέρες (συμμετέχοντες 1, 2, 5, 6, 9, 13), ειδικά, βίωσαν την αποξένωση ως πλήρη και συστηματική, με τον άλλο γονέα να χρησιμοποιεί το παιδί ως εργαλείο εκδίκησης.

Συνολικά, η συναισθηματική μετάβαση από την έγγαμη ζωή στην ιδιότητα του χωρισμένου γονέα είναι μια διαδικασία γεμάτη προκλήσεις και για τις δύο ομάδες γονέων, που απαιτεί χρόνο, αυτογνωσία και συχνά εξωτερική υποστήριξη.

4.2.1.4 Δυσκολία Αποδοχής Γονικής Αποξένωσης

Η αποδοχή της γονικής αποξένωσης είναι μια εξαιρετικά δύσκολη διαδικασία για τους γονείς που τη βιώνουν, χαρακτηριζόμενη από έντονα αρνητικά συναισθήματα όπως θυμός, στεναχώρια και ματαίωση. Επίσης οι μη αποξενωμένοι γονείς δεν επικροτούν και καταδικάζουν το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης. Πολλοί αποξενωμένοι γονείς αρνούνται να αποδεχτούν την αποξένωση, ελπίζοντας σε μελλοντική επανένωση με τα παιδιά τους. Η δυσκολία αυτή εντείνεται από την αίσθηση αδικίας, την έλλειψη υποστήριξης από το νομικό σύστημα και την κοινωνική απομόνωση, ενώ επιφέρει σοβαρές ψυχολογικές επιπτώσεις. Παρά τις προσπάθειες διαχείρισης μέσω ψυχολόγων ή ομάδων υποστήριξης, η αποδοχή παραμένει μια διαρκής πρόκληση, καθώς οι γονείς παλεύουν να διατηρήσουν τη σχέση με τα παιδιά τους.

Οι περισσότεροι γονείς που βιώνουν γονική αποξένωση εκφράζουν μεγάλη δυσκολία στην αποδοχή αυτής της κατάστασης, ακόμα και όταν η απόφαση του χωρισμού ήταν κοινή ή δική τους. Πολλοί γονείς αρνούνται να αποδεχτούν την αποξένωση, ελπίζοντας ότι η κατάσταση θα αλλάξει με τον χρόνο ή ότι τα παιδιά θα καταλάβουν την αλήθεια όταν ενηλικιωθούν. Η άρνηση αυτή πηγάζει από την πεποίθηση ότι το παιδί είναι θύμα και όχι υπεύθυνο για την αποξένωση.

Ο 9^{ος} συμμετέχων δηλώνει: «Δεν πιστεύω ότι την έχω αποδεχτεί ακόμη». Ο 2^{ος} συμμετέχων είναι κατηγορηματικός: «Δεν την αποδέχομαι να σου πω γιατί; Γιατί δεν θέλω το παιδί μου να πέσει θύμα γονικής αποξένωσης αύριο με το δικό του παιδί». Ο 10^{ος} συμμετέχων επίσης δηλώνει: «Όχι, δεν την έχω αποδεχθεί σε καμία περίπτωση. Ζω με τον τρόπο του τι θα συμβεί». Ο 11^{ος} συμμετέχων αρνείται να την αποδεχτεί, λέγοντας: «Αρνούμαι. Θεωρώ ότι είμαι αποξενωμένος. Προσπαθεί να με αποξενώσει. Δεν είμαι». Ο 13^{ος} συμμετέχων επίσης δεν την έχει αποδεχτεί, δηλώνοντας: «Δεν μπορούσα να αποδεχτώ την αποξένωση. Δεν μπορούσα να αποδεχτώ ότι δεν μπορεί ένας πατέρας να είναι με το παιδί του».

Η αποδοχή της γονικής αποξένωσης είναι μια συνεχής μάχη για τους γονείς, που χαρακτηρίζεται από άρνηση, συναισθηματικό πόνο και έναν αδιάκοπο αγώνα για τη διατήρηση της σχέσης με τα παιδιά.

4.2.2 Γονική Αποξένωση & Γονική Προσέγγιση: Ορισμός & Εμπειρία

4.2.2.1 Γνώση περί Γονικής Αποξένωσης πριν την Εμπειρία & Πηγή Ενημέρωσης

Η ανάλυση των συνεντεύξεων αποκαλύπτει ότι η συντριπτική πλειονότητα των συμμετεχόντων στην έρευνα δεν γνώριζε τον όρο γονική αποξένωση πριν βιώσει τα πρώτα της σημάδια, ενώ άλλοι είχαν ακούσει τον όρο αλλά δεν είχαν πλήρη επίγνωση των επιπτώσεών του. Επίσης ένα τμήμα των μη αποξενωμένων γονέων, μπορεί να μην είχε ακούσει την ορολογία αλλά είχε ακούσει για την κατάσταση που επικρατεί. Η ενημέρωση προήλθε κυρίως από προσωπική αναζήτηση στο διαδίκτυο, μέσα κοινωνικής δικτύωσης και ομάδες υποστήριξης γονέων, παρά από επίσημες πηγές όπως τα ΜΜΕ, οικογενειακούς συμβούλους ή δικηγόρους. Ορισμένοι ανακάλυψαν την έννοια μέσω δικαστικών διαδικασιών ή συζητήσεων με άλλους γονείς που αντιμετώπιζαν παρόμοια προβλήματα. Η έλλειψη προηγούμενης γνώσης υποδηλώνει ένα κενό στην επίσημη ενημέρωση του κοινού και των επαγγελματιών σχετικά με αυτό το φαινόμενο, καθώς και μια έλλειψη ευαισθητοποίησης.

- **Έλλειψη Προηγούμενης Γνώσης**

Πολλοί συμμετέχοντες δηλώνουν ρητά ότι δεν είχαν ακούσει ποτέ τον όρο γονική αποξένωση πριν βρεθούν αντιμέτωποι με το φαινόμενο. Για παράδειγμα, ο 9^{ος} συμμετέχων αναφέρει: «Πριν δεν το είχα ακούσει. Μετά από το internet». Αντίστοιχα, ο 5^{ος} συμμετέχων δηλώνει: «Όχι, όχι, Ήταν καινούργιο. Πιστεύω ότι ήταν μια καινούργια κατάσταση. Δεν την ξέραμε μέχρι τότε». Ο 2^{ος} συμμετέχων τονίζει ότι δεν είχε ιδέα για την ορολογία και ότι η ελληνική

πραγματικότητα του διαζυγίου ήταν άγνωστη σε αυτόν, καθώς προερχόταν από μια «άρτια οικογένεια». Ο 3^{ος} συμμετέχων επιβεβαιώνει: «Όχι, δεν γνώριζα». Η 12^η συμμετέχουσα δηλώνει ότι δεν είχε συναντήσει το φαινόμενο ούτε στο επαγγελματικό της περιβάλλον: «Όχι, όχι, καθόλου, Καθόλου. Δεν μου είχε τύχει ούτε να το δω στο περιβάλλον μου, ούτε να... Δεν ήξερα ότι υπάρχει αυτό το πράγμα». Ο 1^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι «δεν γνώριζα για την γονική αποξένωση πριν μου συμβεί». Τέλος, ο 4^{ος} συμμετέχων δηλώνει: «Όχι, δεν γνώριζα αυτή την έννοια».

- **Πηγές Ενημέρωσης**

Η ενημέρωση για τη γονική αποξένωση προήλθε κυρίως από προσωπική αναζήτηση και εμπειρίες άλλων γονέων κι από τις ακόλουθες πηγές:

- ο **Διαδίκτυο και Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης:** Το διαδίκτυο και ειδικότερα τα social media, όπως το Facebook, αναδεικνύονται ως βασικές και πρώτες πηγές ενημέρωσης. Ο 9^{ος} συμμετέχων έμαθε για την αποξένωση «από το internet». Ο 2^{ος} συμμετέχων αναφέρει: «Εκεί έμαθα για την συνεπιμέλεια. Εκεί άρχισα να διαβάζω σχετικά με το θέμα στο εξωτερικό. Εκεί η πρώτη επαφή με άλλους γονείς. Έμαθα για γονείς αποξενωμένους». Ο 3^{ος} συμμετέχων δηλώνει: «Ενημερώθηκα όταν ξεκίνησε από τα social media και από κάποια άρθρα κτλ.». Η 12^η συμμετέχουσα ανακάλυψε την έννοια «Ψάχνοντας στο internet έπεσα σε κάτι στο youtube. Σε αυτά της Πετρίδου που μιλάγε για τη γονική αποξένωση και εκεί κατάλαβα που βρισκόμαστε». Ο 1^{ος} συμμετέχων έμαθε για την αποξένωση μέσω του διαδικτύου και ομάδων όπως οι "Active Dads".
- ο **Ομάδες Υποστήριξης Γονέων/Σύλλογοι/Οργανώσεις Γονέων:** Οι ομάδες υποστήριξης, όπως ο σύλλογος «Γονείς» για τη γονική ισότητα, διαδραμάτισαν κεντρικό ρόλο στην ενημέρωση. Ο 1^{ος} συμμετέχων ζήτησε βοήθεια από τον σύλλογο «Γονείς» και εκεί «είδα αυτά που συζητάμε τώρα, τα έβλεπα σε μεγέθη τρελά». Ο 3^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι ένας γνωστός του κι αυτός αποξενωμένος γονιός του είπε: «κανένας δεν θα σε πιστέψει αν δεν έχει περάσει το πρόβλημα. Οι ίδιοι οι δικοί σου δεν θα καταλαβαίνουν αυτά που λες. Μπορεί να είναι και απέναντι. Εγώ βρήκα πολύ μεγάλη λύση στο οι Γονείς και εκεί ξεκίνησα και πήγα και άκουγα ιστορίες και έλεγα τι γίνεται ρε παιδιά εδώ;».

- **Επαγγελματίες Ψυχικής Υγείας (σε μεταγενέστερο στάδιο):** Ενώ αρχικά οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας δεν ήταν η πηγή ενημέρωσης (εφόσον ο γονέας είχε ήδη ξεκινήσει την προσωπική του αναζήτηση), σε ορισμένες περιπτώσεις, η επαφή με αυτούς βοήθησε στην κατανόηση του φαινομένου. Η 12^η συμμετέχουσα αναφέρει ότι σε ένα συνέδριο της Ιατροδικαστικής, όπου υπήρχε ομιλία δικηγόρου για τη συνεπιμέλεια και τη γονική αποξένωση, είπε «κατάλαβα ότι εδώ είμαστε».
- **Προσωπική Αναζήτηση:** Η μη αποξενωμένη 15^η συμμετέχουσα μέσα από συζητήσεις της με ανθρώπους στον κύκλο της, απέκτησε σαφή γνώση της γονικής αποξένωσης και εκφράζει έντονη άποψη για τους παράγοντες που συμβάλλουν σε αυτήν. Αναφέρει ότι «η γονική αποξένωση συμβάλλει περισσότερο αρνητικά η μητέρα» και περιγράφει λεπτομερώς πώς οι μητέρες στην Ελλάδα οδηγούν σε αυτήν την κατάσταση, θεωρώντας το παιδί «κτήμα τους» και εκμεταλλευόμενες τα συναισθήματα ενοχής των παιδιών». Για άλλους η προσωπική αναζήτηση περιλάμβανε βιβλιογραφία, νομικά κείμενα και συζητήσεις με άλλους παθόντες.
- **Άλλοι Γονείς/Γνωστοί:** Η εμπειρία άλλων γονέων που είχαν περάσει παρόμοιες καταστάσεις λειτούργησε ως πηγή ενημέρωσης και καθοδήγησης.

- **Έλλειψη Επίσημης Ενημέρωσης:**

Είναι αξιοσημείωτο ότι κανένας συμμετέχων δεν ανέφερε τα ΜΜΕ, οικογενειακούς συμβούλους ή δικηγόρους ως αρχικές πηγές ενημέρωσης για τη γονική αποξένωση πριν την προσωπική τους εμπειρία. Αυτό υποδηλώνει ότι οι επίσημοι φορείς και τα μέσα ενημέρωσης δεν είχαν επαρκώς ευαισθητοποιήσει το κοινό για το φαινόμενο, αφήνοντας τους γονείς να το ανακαλύψουν μόνοι τους, συχνά αφού είχαν ήδη υποστεί τις συνέπειές του. Η συμμετέχων 14, για παράδειγμα, δεν γνώριζε κανέναν νόμο, ούτε τον παλιό ούτε τον νέο, σχετικά με την επιμέλεια.

- **Συνέπειες της Έλλειψης Γνώσης:**

Η έλλειψη προηγούμενης γνώσης είχε ως αποτέλεσμα οι γονείς να μην είναι προετοιμασμένοι για τις τακτικές αποξένωσης και να δυσκολεύονται να τις αναγνωρίσουν και να τις αντιμετωπίσουν αποτελεσματικά. Ο 2^{ος} συμμετέχων, για παράδειγμα, αναφέρει ότι «μόλις ξεκίνησε αυτή η ιστορία και άρχισα να καταλαβαίνω τι γίνεται. Να καταλαβαίνω δηλαδή ότι

το πάμε στο να σε αποκόψουμε τελείως επειδή είσαι πατέρας, επειδή είσαι βίαιος, επειδή είσαι ακατάλληλος. Κατάλαβα ότι όλο αυτό είναι καιρό στημένο». Αυτή η καθυστερημένη αναγνώριση του φαινομένου συχνά οδηγεί σε μεγαλύτερη ψυχολογική επιβάρυνση και δυσκολία στην αντιμετώπιση της κατάστασης.

Συνοψίζοντας, η προηγούμενη γνώση για τη γονική αποξένωση είναι συχνά περιορισμένη ή ανύπαρκτη, με τους γονείς να ενημερώνονται για την κατάσταση μόνο αφού την έχουν βιώσει. Αυτό αναδεικνύει την ανάγκη για εντατικότερη, ευρύτερη ενημέρωση και ευαισθητοποίηση, εκπαίδευση του κοινού και των επαγγελματιών σχετικά με τη γονική αποξένωση, ώστε οι γονείς να μπορούν να αναγνωρίζουν τα σημάδια νωρίς και να αναζητούν την κατάλληλη υποστήριξη. Καθώς και να προλαμβάνονται και να αντιμετωπίζονται αποτελεσματικότερα τα περιστατικά γονικής αποξένωσης. Η έλλειψη γνώσης για τη γονική αποξένωση αποτελεί ένα σοβαρό εμπόδιο στην αποτελεσματική αντιμετώπιση του φαινομένου και στην προστασία των παιδιών αλλά και των γονέων που το βιώνουν.

4.2.2.2 Αντιμετώπιση Διαφορών στη Γονική Προσέγγιση

Η αντιμετώπιση των διαφορών στη γονική προσέγγιση μετά τον χωρισμό αποτελεί κεντρικό θέμα στις αφηγήσεις των μη αποξενωμένων γονέων. Η συζήτηση αναδεικνύεται ως ο πρωταρχικός μηχανισμός επίλυσης, με τους γονείς να προσπαθούν να ακούσουν τα επιχειρήματα του άλλου και να καταλήξουν σε κοινές λύσεις. Ωστόσο, η αποτελεσματικότητα αυτής της προσέγγισης εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την ποιότητα της σχέσης μεταξύ των πρώην συζύγων και την ικανότητά τους να παραμερίζουν προσωπικές πικρίες. Σε περιπτώσεις όπου η επικοινωνία είναι προβληματική ή ο ένας γονέας αρνείται τη συνεργασία, ο άλλος γονέας αναλαμβάνει συχνά την πρωτοβουλία να ενεργήσει προς το συμφέρον του παιδιού, ακόμα και αν αυτό συνεπάγεται οικονομική ή προσωπική επιβάρυνση. Η απουσία νομικών διαδικασιών και η επιλογή εξωδικαστικών λύσεων υπογραμμίζουν την επιθυμία για διατήρηση της ηρεμίας και την αποφυγή περαιτέρω εντάσεων για τα παιδιά.

- **Η Σημασία της Επικοινωνίας και της Συζήτησης**

Η συζήτηση αναδεικνύεται ως ο βασικός τρόπος αντιμετώπισης των διαφορών στη γονική προσέγγιση. Η 15^η συμμετέχουσα αναφέρει ότι αυτή και ο πρώην σύζυγός της «πάντοτε τα συζητάμε» και «ακούει ο ένας τα επιχειρήματα του άλλου και κάπου καταλήγουμε σε μια

κοινή λύση». Αυτή η προσέγγιση υποδηλώνει μια προσπάθεια για αμοιβαία κατανόηση και συμβιβασμό, με στόχο την εξεύρεση κοινών λύσεων που να εξυπηρετούν το συμφέρον των παιδιών.

Ωστόσο, η αποτελεσματικότητα της συζήτησης εξαρτάται από την ποιότητα της σχέσης μεταξύ των πρώην συζύγων. Η 16^η συμμετέχουσα, η οποία ζει στο ίδιο σπίτι με τον πρώην σύζυγό της ως συγκατοικοί, δηλώνει ότι «προσπαθώ όταν υπάρχει κάποια διαφορά, να το λύσω με συζήτηση. Αν δεν λύνεται με συζήτηση θα κάνω αυτό που θέλω εγώ». Αυτό υποδηλώνει ότι, παρά την προσπάθεια για διάλογο, ενδέχεται να υπάρχουν όρια στην επίτευξη κοινών αποφάσεων, οδηγώντας τον έναν γονέα να αναλάβει την πρωτοβουλία.

- **Προκλήσεις στην Επικοινωνία και τη Συνεργασία**

Σε ορισμένες περιπτώσεις, η επικοινωνία μπορεί να είναι προβληματική, καθιστώντας δύσκολη την επίλυση των διαφορών. Η 14^η συμμετέχουσα περιγράφει την επικοινωνία με τον πρώην σύζυγό της ως «άρρωστη», όπου εκείνος χρησιμοποιούσε το παιδί για να της δημιουργήσει προβλήματα. Σε τέτοιες συνθήκες, η συνεργασία είναι σχεδόν αδύνατη, και ο ένας γονέας αναγκάζεται να ενεργεί μονομερώς για το καλό του παιδιού. Η ίδια αναφέρει χαρακτηριστικά: «Κοίταζα το καλό του παιδιού. Εμείς τις διαφορές που είχαμε τελειώνανε και υπήρχε και οικονομική επιβάρυνση πάνω σε αυτά». Αυτό δείχνει ότι, όταν ο άλλος γονέας αρνείται να συνεργαστεί ή να συνεισφέρει, ο ένας γονέας επωμίζεται το βάρος των αποφάσεων και των συνεπειών.

- **Οικονομικές Διαφορές και Επιπτώσεις**

Οι οικονομικές διαφορές αποτελούν συχνά πηγή διαφωνιών στη γονική προσέγγιση. Η 17^η συμμετέχουσα αναφέρει ότι ο πρώην σύζυγός της αρνούσαν να πληρώσει για ιατρικές ανάγκες ή εξωσχολικές δραστηριότητες, λέγοντας «εγώ δεν μπορώ, δεν το πληρώνω αυτό για να το κάνει. Αν έχεις λεφτά εσύ, κάντο». Σε αυτές τις περιπτώσεις, η συγκεκριμένη μητέρα αναλάμβανε την οικονομική ευθύνη, «πάντα προσπαθούσα να βρίσκω τα λεφτά για να το κάνω». Αυτό υπογραμμίζει την επιβάρυνση που μπορεί να βιώνει ο ένας γονέας όταν ο άλλος δεν συμμετέχει ισότιμα.

- **Η Αποφυγή Νομικών Διαδικασιών**

Και οι εφτά μη αποξενωμένοι γονείς αποφεύγουν τις νομικές διαδικασίες για την επίλυση των διαφορών. Η 15^η συμμετέχουσα δηλώνει ότι «δεν ακολούθησαν δικαστικές διαδικασίες, ούτε έχουμε μπει στη λογική αυτή και ούτε και θα μπορούμε». Ομοίως, η 14^η συμμετέχουσα δεν έκανε αγωγές, καθώς «οι νομικές διαδικασίες εκτός που κοστίζουν πολλά χρήματα, τραβάνε εις μάκρος, δημιουργούν και μια ψυχολογική κατάσταση στο γονέα, η οποία ίσως από κάποιους γονείς να περνάει και στα παιδιά». Οι υπόλοιποι μη αποξενωμένοι γονείς επίσης δεν ασχολήθηκαν ποτέ με το νομικό σύστημα. Αυτή η κοινή στάση υποδηλώνει την επιθυμία να διατηρηθεί η ηρεμία και να αποφευχθούν περαιτέρω εντάσεις για τα παιδιά, ακόμα και αν αυτό σημαίνει την αποδοχή μιας άνισης κατανομής ευθυνών.

- **Το Συμφέρον του Παιδιού ως Προτεραιότητα**

Παρά τις διαφορές και τις δυσκολίες, το συμφέρον του παιδιού παραμένει η κύρια προτεραιότητα για τους μη αποξενωμένους γονείς (χωρίς αυτό να υπονοεί ότι οι αποξενωμένοι γονείς δεν έχουν προτεραιότητα το παιδί τους). Η 14^η συμμετέχουσα τονίζει ότι «κοίταζα το καλό του παιδιού» ενώ η 16^η συμμετέχουσα δηλώνει ότι «αν δεν συμφωνούμε σε κάτι, εγώ θα κάνω αυτό που πιστεύω ότι είναι σωστό». Οι υπόλοιποι υπογραμμίζουν ότι «πάνω από όλα είναι το συμφέρον του παιδιού». Αυτή η κοινή πεποίθηση καθοδηγεί τις αποφάσεις των γονέων, ακόμα και όταν αντιμετωπίζουν προσωπικές δυσκολίες ή έλλειψη συνεργασίας από τον άλλο γονέα.

Συνοψίζοντας, η αντιμετώπιση των διαφορών στη γονική προσέγγιση μετά τον χωρισμό είναι μια σύνθετη διαδικασία που απαιτεί επικοινωνία, συμβιβασμό και, πάνω απ' όλα, την προτεραιότητα του συμφέροντος του παιδιού. Ενώ η συζήτηση είναι η ιδανική λύση, οι προκλήσεις στην επικοινωνία και οι οικονομικές διαφορές μπορούν να οδηγήσουν σε μονομερείς ενέργειες, με τους γονείς να αποφεύγουν τις νομικές διαδικασίες για να διατηρήσουν την ηρεμία για τα παιδιά τους.

4.2.2.3 Τρόποι Αποξένωσης από το Παιδί

- **Υπονόμευση και Χειραγώγηση του Παιδιού**

Ένας από τους πιο συχνούς τρόπους αποξένωσης είναι η συστηματική υπονόμευση του ενός γονέα από τον άλλο, συχνά μπροστά στο παιδί. Αυτό περιλαμβάνει αρνητικά, υποτιμητικά

σχόλια, κατηγορίες και ψευδείς ισχυρισμούς. Για παράδειγμα, ένας πατέρας (6^{ος} συμμετέχων) αναφέρει ότι η πρώην σύζυγός του, έλεγε στο παιδί ότι «ο μπαμπάς είναι έτσι, ο μπαμπάς έκανε αυτό, μας παράτησε, έφυγε». Παρόμοια, μια μητέρα (12^η συμμετέχουσα) αναφέρει ότι ο πατέρας έλεγε στο παιδί ότι «η μάνα σου είναι καριερίστα και θέλει όλο να δουλεύει και η μάνα σου δε δίνει σε μένα να σε μεγαλώσω εγώ που έχω χρόνο». Αυτά τα σχόλια έχουν ως στόχο να δημιουργήσουν μια αρνητική εικόνα του ενός γονέα στο μυαλό του παιδιού, οδηγώντας σε σύγχυση και διχασμό (συμμετέχοντες 3, 8).

Η πρώην σύζυγος του 1^{ου} συμμετέχοντα έβριζε τη μητέρα του και άλλα μέλη της οικογένειάς του μπροστά στην κόρη τους, λέγοντας ότι δεν ήθελε το παιδί να ξαναδεί αυτούς που έβριζε. Παρόμοια, η πρώην σύζυγος του 7^{ου} συμμετέχοντα χρησιμοποιούσε φράσεις όπως «εμείς είμαστε οικογένεια, εσύ δεν είσαι τίποτα» για να τον μειώσει. Ο 9^{ος} συμμετέχοντας αναφέρει ότι η μητέρα της κόρης του έχει μια «αρρωστημένη νοοτροπία» και της μεταφέρει ότι «είμαι μάνα και κάνω ό,τι γουστάρω», ενώ η κόρη του έχει φτάσει στο σημείο να λέει «ο μπαμπάς μου κάνει αυτό, ο μπαμπάς μου είναι έτσι». Η πρώην σύζυγος του 10^{ου} συμμετέχοντα έλεγε στα παιδιά ότι ο πατέρας τους την έδερνε και ότι τα έδερνε κι εκείνα όταν ήταν μικρά, παρόλο που ήταν όλοι μαζί 24/7. Αυτές οι συμπεριφορές δημιουργούν μια αρνητική εικόνα του αποξενωμένου γονέα στο μυαλό του παιδιού, οδηγώντας σε αποξένωση.

Η χειραγωγή του παιδιού είναι επίσης ένα κοινό φαινόμενο. Οι γονείς που αποξενώνουν μπορεί να πιέζουν το παιδί να κρύβει πληροφορίες από τον άλλο γονέα ή να λέει ψέματα. Ένας πατέρας (1^{ος} συμμετέχων) περιγράφει πώς η κόρη του, μετά από πίεση της μητέρας, αρνήθηκε να βγει μαζί του, παρόλο που το είχε υποσχεθεί, και αργότερα παραδέχτηκε ότι η μητέρα της την καθοδηγούσε. Ο ίδιος συνεχίζει αναφέροντας ότι το παιδί «δεν είχε το κουράγιο να πει στη μαμά της που ήτανε γιατί ήξερε ότι θα ακούσει τα σχόλιά της και αναγκαζόταν να κρύβει το πού πηγαίναμε». Η χειραγωγή μπορεί να φτάσει σε ακραία σημεία, σύμφωνα με τον 2^ο και 7^ο συμμετέχοντα, με τον έναν γονέα να εμφυτεύει ψευδείς μνήμες στο παιδί, όπως κατηγορίες για κακοποίηση.

- **Περιορισμός της Επικοινωνίας και της Επαφής**

Η αποξένωση συχνά εκδηλώνεται μέσω του περιορισμού ή της πλήρους διακοπής της επικοινωνίας και της επαφής του παιδιού με τον έναν γονέα. Αυτό μπορεί να γίνει με διάφορους τρόπους:

- **Άρνηση τηλεφωνικής επικοινωνίας:** Πολλοί γονείς (συμμετέχοντες 1, 2, 10, 13) αναφέρουν ότι ο άλλος γονέας δεν επιτρέπει ή δυσχεραίνει την τηλεφωνική επικοινωνία με το παιδί. Ένας πατέρας (10^{ος} συμμετέχων) αναφέρει ότι η πρώην σύζυγός του «δεν έχει σηκώσει ποτέ το τηλέφωνο από το 2022 μέχρι σήμερα» ενώ αρνείται να του δώσει πληροφορίες για το σχολείο και τους γιατρούς τους. Ο 2^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η πρώην σύζυγός του αρνείται να απαντήσει στις βιντεοκλήσεις του παιδιού, ενώ ορίζεται δικαστικά καθημερινή επικοινωνία. Ο 8^{ος} συμμετέχων περιγράφει πώς η πρώην σύζυγός του μπλόκαρε τις εξερχόμενες κλήσεις του γιου του προς τη μητέρα και το άλλο παιδί, αποκόποντας την επικοινωνία μεταξύ τους.
- **Παραμπόδιση δια ζώσης επαφής (ή δημιουργία εμποδίων στις επισκέψεις):** Σύμφωνα με τους συμμετέχοντες 3, 4, 5, 6, 7, 9, ο αποξενωτής γονέας μπορεί να αρνείται να παραδώσει το παιδί στον άλλο γονέα, να το κρύβει ή να δημιουργεί εμπόδια στις επισκέψεις. Ένας πατέρας (13^{ος} συμμετέχων) αναφέρει ότι η πρώην σύζυγός του «δεν πήγε ποτέ το παιδί στον παιδικό σταθμό την ημέρα που εγώ είχα επικοινωνία για να μπορώ να το παραλάβω». Ο 1^{ος} συμμετέχων βίωσε την αποξένωση όταν η μητέρα της κόρης του τον κλείδωσε έξω από το σπίτι και αρνήθηκε να του δώσει πρόσβαση στο παιδί.
- **Αλλαγή ονόματος ή επίθετου:** Σε ακραίες περιπτώσεις, ο αποξενωτής γονέας μπορεί να προσπαθήσει να αλλάξει το όνομα ή το επίθετο του παιδιού, ώστε να διακόψει κάθε σύνδεση με τον άλλο γονέα (συμμετέχοντες 2, 13).
- **Αποκοπή από το ευρύτερο οικογενειακό περιβάλλον:** Ο αποξενωτής γονέας μπορεί να απαγορεύει στο παιδί να έχει επαφή με τους παππούδες, τις γιαγιάδες ή άλλα μέλη της οικογένειας του άλλου γονέα (1^{ος} συμμετέχων).

- **Εργαλειοποίηση του Παιδιού**

Το παιδί συχνά γίνεται εργαλείο στη διαμάχη των γονέων (συμμετέχοντες 9, 10, 13). Οι αποξενωτές γονείς χρησιμοποιούν το παιδί για να εκδικηθούν τον πρώην σύντροφο, να αποσπάσουν οικονομικά οφέλη ή να επιβάλουν τη δική τους θέληση. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρά ψυχολογικά προβλήματα για το παιδί, καθώς αισθάνεται διχασμένο και πιεσμένο να πάρει το μέρος του ενός γονέα (συμμετέχοντες 9, 15, 17). Ένας πατέρας (9^{ος} συμμετέχων)

αναφέρει ότι το παιδί του «έχει φτάσει στο σημείο να σπάσει το σπίτι», ενώ άλλοι (συμμετέχοντες 3, 5, 10) περιγράφουν πώς «άρχισε να του κάνει πλύση εγκεφάλου».

Ο 10^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η κόρη του, επηρεασμένη από τη μητέρα, του είπε «μπαμπά, αν δεν αλλάξεις τη δικαστική απόφαση, μην ξαναέρθεις να με πάρεις». Ο 13^{ος} συμμετέχων περιγράφει πώς η πρώην σύζυγός του χρησιμοποιούσε το παιδί για να τον εκβιάσει οικονομικά, ζητώντας χρήματα για να δει το παιδί. Ο 9^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η κόρη του του είπε «μπαμπά, η δικηγόρος είπε να μην έρθεις», δείχνοντας την εργαλειοποίηση του παιδιού από τη μητέρα.

Τέλος, να σημειωθεί ότι σε πολλές περιπτώσεις, η συμπεριφορά του αποξενωτή γονέα μπορεί να συνδέεται με έλλειψη ενσυναίσθησης ή ακόμα και με ψυχολογικές διαταραχές. Ο 13^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η πρώην σύζυγός του μπορεί να έχει «αντικοινωνική διαταραχή της προσωπικότητας μαζί με borderline», κάτι που καθιστά δύσκολη την επικοινωνία και την αποδοχή της πραγματικότητας. Ο 8^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η πρώην σύζυγός του ενδέχεται να είναι διπολική, κάτι που εξηγεί τις ακραίες συμπεριφορές της. Ο 10^{ος} συμμετέχων περιγράφει την πρώην σύζυγό του να μιλάει μόνη της και να βρίζει, δείχνοντας σημάδια ψυχοπαθολογίας. Αυτές οι διαταραχές, σε συνδυασμό με την έλλειψη ενσυναίσθησης, καθιστούν αδύνατη τη συνεργασία και την επίλυση των διαφορών, οδηγώντας σε περαιτέρω αποξένωση.

4.2.6.1 Τρόποι Διατήρησης Καλών Σχέσεων με το Παιδί

Η διατήρηση καλών σχέσεων με τα παιδιά μετά τον χωρισμό αποτελεί πολύπλοκη διαδικασία, επηρεαζόμενη από παράγοντες που τονίζουν οι μη αποξενωμένοι γονείς, όπως η ειλικρινής επικοινωνία, η συνεργασία των γονέων και η διατήρηση ενός σταθερού και ήρεμου οικογενειακού περιβάλλοντος. Καθώς και παράγοντες που αναλύουν οι αποξενωμένοι γονείς, όπως ο ενεργός γονικός ρόλος, ένας ποιοτικός χρόνος και κυρίως η αποφυγή της γονικής αποξένωσης. Και οι δύο ομάδες αναφέρονται στην προτεραιότητα για το συμφέρον του παιδιού και στην υποστήριξη από το κοινωνικό περιβάλλον. Η αποφυγή εντάσεων και η προτεραιότητα στις ανάγκες των παιδιών αναδεικνύονται ως κεντρικοί πυλώνες. Η παραμονή στο ίδιο σπίτι ή η διατήρηση στενής επαφής με τους δύο γονείς, ακόμα και μετά τον χωρισμό, συμβάλλει θετικά.

- **Ειλικρινής Επικοινωνία και Δημοκρατική Προσέγγιση**

Ένας από τους πιο σημαντικούς παράγοντες που αναφέρθηκαν από τους μη αποξενωμένους γονείς (συμμετέχοντες 15, 18, 19, 20) για τη διατήρηση καλών σχέσεων είναι η ειλικρινής και ανοιχτή επικοινωνία με τα παιδιά από την αρχή. Η συζήτηση των θεμάτων με δημοκρατικό τρόπο, δίνοντας χώρο στα παιδιά να εκφραστούν και να αυτονομηθούν, χωρίς καταπιεστικές ή ελεγκτικές συμπεριφορές, θεωρείται θεμελιώδης. Αυτή η προσέγγιση βοηθά τα παιδιά να κατανοήσουν την κατάσταση και να προσαρμοστούν στις αλλαγές.

- **Διατήρηση Σταθερού Οικογενειακού Περιβάλλοντος και Ρουτίνας**

Σύμφωνα με τη 14^η συμμετέχουσα, η προσπάθεια διατήρησης ενός ήρεμου οικογενειακού περιβάλλοντος χωρίς εντάσεις, ακόμα και όταν οι γονείς δεν είναι πλέον ζευγάρι, κρίνεται καθοριστική. Η διατήρηση της καθημερινότητας και της ρουτίνας των παιδιών, όπως το σχολείο και οι εξωσχολικές δραστηριότητες, συμβάλλει στην αίσθηση ασφάλειας και σταθερότητας (συμμετέχοντες 12, 14). Η παραμονή στο ίδιο σπίτι, ακόμα και με τους γονείς σε ρόλο συγκάτοικων, αναφέρθηκε ως ένας τρόπος για να διατηρηθούν οι καλές σχέσεις, καθώς τα παιδιά δεν επιθυμούσαν να ζήσουν σε ξεχωριστά σπίτια (16^{ος} συμμετέχων).

- **Προτεραιότητα στο Συμφέρον του Παιδιού**

Η τοποθέτηση του συμφέροντος του παιδιού πάνω από τις προσωπικές διαφωνίες και τους εγωισμούς των γονέων είναι ένας επαναλαμβανόμενος παράγοντας (συμμετέχοντες 2, 3, 14, 16, 18). Γονείς (συμμετέχοντες 1, 12, 14) που επιδιώκουν λύσεις προς όφελος των παιδιών, ακόμα και αν αυτό συνεπάγεται προσωπικές θυσίες ή οικονομικές επιβαρύνσεις, συμβάλλουν θετικά. Η αναγνώριση ότι το παιδί δεν είναι αντικείμενο ή λάφυρο, αλλά μια αυτόνομη οντότητα με ανάγκη και τους δύο γονείς, είναι κρίσιμη (συμμετέχοντες 1, 16, 19).

- **Συνεργασία και Επικοινωνία μεταξύ των Γονέων**

Παρόλο που ο χωρισμός μπορεί να είναι επώδυνος, η διατήρηση μιας καλής σχέσης και η συζήτηση των διαφωνιών μεταξύ των πρώην συζύγων, ειδικά σε θέματα που αφορούν τα παιδιά, είναι ζωτικής σημασίας σύμφωνα με τους μη αποξενωμένους γονείς. Η ικανότητα να

παραμερίζουν τις προσωπικές πικρίες και να συνεργάζονται για την ανατροφή των παιδιών, διασφαλίζοντας την επαφή τους και με τους δύο γονείς, θεωρείται ιδανικό πλαίσιο.

- **Ενεργός Γονικός Ρόλος και Ποιοτικός Χρόνος**

Η ενεργός συμμετοχή και ο ποιοτικός χρόνος με τα παιδιά, ακόμα και υπό δύσκολες συνθήκες, ενισχύουν τη σχέση (συμμετέχοντες 2, 8, 11). Η προσπάθεια να είναι παρόντες στη ζωή των παιδιών, να τους μαθαίνουν πράγματα και να μοιράζονται εμπειρίες, δημιουργεί ένα ισχυρό δέσιμο (συμμετέχοντες 2, 8). Η αφοσίωση στον γονικό ρόλο, ακόμα και όταν αυτό απαιτεί υπερπροσπάθεια, αναδεικνύεται ως βασικός παράγοντας (συμμετέχοντες 3, 11).

- **Υποστήριξη από το Κοινωνικό Περιβάλλον**

Η υποστήριξη από το οικογενειακό, φιλικό και επαγγελματικό περιβάλλον μπορεί να παίζει σημαντικό ρόλο στην ψυχολογική κατάσταση του γονέα και, κατ' επέκταση, στη σχέση του με τα παιδιά (συμμετέχοντες 8, 15, 16, 18). Η ύπαρξη ενός υποστηρικτικού δικτύου βοηθά τους γονείς να διαχειριστούν τις δυσκολίες και να παραμείνουν λειτουργικοί (9^{ος} συμμετέχων).

Συνοψίζοντας, η διατήρηση καλών σχέσεων με τα παιδιά μετά τον χωρισμό απαιτεί συνειδητή προσπάθεια, ειλικρινή επικοινωνία, συνεργασία των γονέων, προτεραιότητα στις ανάγκες των παιδιών και ένα υποστηρικτικό περιβάλλον. Η αποφυγή της γονικής αποξένωσης και η διαχείριση των προσωπικών συναισθημάτων των γονέων είναι καθοριστικής σημασίας για την ψυχική υγεία και ευημερία των παιδιών.

4.2.7 Ψυχολογικές Προκλήσεις & Υποστήριξη

4.2.3.1 Συναισθηματική Κατάσταση & Ψυχολογικές Προσκλήσεις των Χωρισμένων Γονέων

Η συναισθηματική κατάσταση των χωρισμένων γονέων χαρακτηρίζεται από ένα ευρύ φάσμα αρνητικών συναισθημάτων, όπως θλίψη, θυμό, ματαίωση, ενοχές, άγχος και απογοήτευση, συχνά οδηγώντας σε ψυχοσωματικά προβλήματα και κατάθλιψη. Οι ψυχολογικές προκλήσεις περιλαμβάνουν την απώλεια της οικογενειακής δομής, την έλλειψη προσωπικού χώρου, την αντιμετώπιση της γονικής αποξένωσης και την προσπάθεια διατήρησης της σχέσης με τα παιδιά. Η έλλειψη επικοινωνίας και συνεργασίας με τον πρώην σύντροφο επιδεινώνει την κατάσταση, ενώ η υποστήριξη από το οικογενειακό και φιλικό περιβάλλον κρίνεται

απαραίτητη. Το νομικό σύστημα συχνά απογοητεύει τους γονείς, καθώς θεωρείται χρονοβόρο, κοστοβόρο και αναποτελεσματικό στην προστασία του συμφέροντος του παιδιού.

- **Συναισθηματική Κατάσταση**

Οι χωρισμένοι γονείς βιώνουν έντονα αρνητικά συναισθήματα κατά τη διάρκεια και μετά τον χωρισμό. Η **θλίψη** και η **στεναχώρια** είναι κυρίαρχα, ακόμη και όταν η απόφαση του χωρισμού είναι κοινή (συμμετέχοντες 6, 9, 10, 14, 15, 18, 20). Η απώλεια της επαφής με το παιδί προκαλεί βαθιά στεναχώρια, θλίψη και αίσθημα κενού, που συχνά παρομοιάζεται με πένθος, παρόλο που το παιδί είναι ζωντανό (συμμετέχοντες 1, 2, 4, 6, 7, 9, 10, 12). «Στεναχώρια, θυμό, έχω θυμό. Θυμό. Με την πρώην σύζυγο. Με την οικογένειά της. Και το σύστημα δεν βοηθάει καθόλου. Έχω θυμό με ότι δημιούργησε αυτή την κατάσταση για το παιδί» (9^{ος} συμμετέχων). «Είναι βουβό πένθος και είναι και συνεχές, κάθε μέρα πεθαίνει το παιδί αυτών των ανθρώπων κάθε μέρα, γιατί ξέρουν ότι είναι ζωντανό. Και για αυτούς είναι πεθαμένο και για το παιδί τους αυτοί είναι πεθαμένοι» (2^{ος} συμμετέχων). Μια μητέρα αναφέρει: «Το λυπόμουν το παιδί μου για αυτό. Όταν κατάλαβα τι συμβαίνει, το λυπόμουν ότι τραβάει ένα μαρτύριο το παιδί, αντίστοιχο με αυτό που τραβάω κι εγώ. Αλλά και τώρα το λυπάμαι το παιδί» (12^η συμμετέχουσα).

Αυτή η θλίψη πηγάζει συχνά από την αίσθηση της **ματαιώσης** και των **ενοχών**, ότι ίσως θα έπρεπε να είχαν προσπαθήσει περισσότερο για να σώσουν τη σχέση (συμμετέχοντες 15, 19). Η αίσθηση ότι «δεν τα κατάφερα» είναι κοινή. Ορισμένοι γονείς αισθάνονται **ενοχές** για την κατάσταση, αναρωτώμενοι αν θα μπορούσαν να είχαν κάνει κάτι διαφορετικό ή αν φταίνε οι ίδιοι (**αυτοκριτική**) (συμμετέχοντες 2, 12). «Το μετατραυματικό στρες. Ότι και να αντιληφθώ, το μερίδιο της ευθύνης μου, δηλαδή το ότι βρε ηλίθιε έβλεπες τι άνθρωπος είναι, εκεί πήγαινες. Το κατάλαβα πολύ μετά ότι εκεί πήγαινε, η εμμονή μου να κάνω οικογένεια με τύφλωσε να κρίνω σωστά έναν άνθρωπο» (2^{ος} συμμετέχων). «Είχα τύψεις, οι οποίες δεν είχαν όμως βάση. Αυτό με κατέβαλλε βέβαια, γιατί αυτές οι τύψεις μέχρι να καταλάβω ότι δεν έπρεπε να τις έχω και δεν χρειαζόταν, πέρασε αρκετός χρόνος» (1^{ος} συμμετέχων).

Ο **θυμός** και **οργή** είναι ένα άλλο έντονο συναίσθημα, είτε προς τον εαυτό τους για τις επιλογές τους, είτε προς τον πρώην σύντροφο για τη συμπεριφορά του, είτε προς το νομικό σύστημα, είτε προς φορείς που δεν τους υποστηρίζουν (συμμετέχοντες 1, 2, 3, 4, 6, 8, 9, 10, 14, 20). Ένας πατέρας (9^{ος} συμμετέχων) αναφέρει: «Θυμό, στεναχώρια. Όλα τα είχα, όλα τα

είχα θυμό. Θεωρώ ότι υπήρχε. Να σου πω κάτι; Όπως ήρθαν τα πράγματα, ας το πούμε σίγουρο ότι υπήρχε μια παρέμβαση από το σπίτι του πατέρα της. Το σπίτι, τα αδέρφια της από όλους, εκείνη την εποχή είχα θυμό και μπορεί να τρέχουν ακόμη. Με την πρώτην σύζυγο». Ένας άλλος (2^{ος} συμμετέχων) δηλώνει: «Έχω οργή με το σύστημα, αυτό δεν έχω κάτι άλλο για μένα οι άλλοι είναι ασθενείς. Έχω θυμό με τους γονείς τους. Έχω θυμό με τους ανθρώπους που τη στήριξαν, τη μάνα της, την αδερφή της και τον πατέρα της». Ένας τρίτος (3^{ος} συμμετέχων) περιγράφει: «Στην αρχή αισθανόμουν τόσο πολύ θυμό. Και θυμάμαι το έλεγα τότε στην ψυχολόγο ρε παιδί μου. Εεεε και μετά όποτε την έβλεπα είχα τάση για εμετό».

Η **απογοήτευση** και το **αίσθημα της αδικίας** είναι επίσης συχνά, ειδικά όταν οι προσπάθειες για επικοινωνία ή συνεργασία αποτυγχάνουν (6^{ος} συμμετέχων). Οι γονείς (1, 2, 4, 6, 7, 9, 10) αισθάνονται απογοήτευση από την συμπεριφορά του άλλου γονέα, την έλλειψη κατανόησης από το περιβάλλον και κυρίως από την αδυναμία του νομικού συστήματος να προστατεύσει το συμφέρον του παιδιού και τα δικά τους δικαιώματα. «Με απογοήτευσε. Το έχω ζητήσει και στο δικαστήριο αυτό και σε ένα ποινικό. Κάποια στιγμή ζήτησα να μιλήσει το παιδί στον ψυχολόγο, αλλά κανείς δεν έκανε τίποτα. Αυτό με απογοήτευσε» (9^{ος} συμμετέχων). «Σίγουρα απογοήτευση. Γιατί ειδικά μετά από τόσα χρόνια δεν περίμενα ότι θα μου έρθει εμένα η γονική αποξένωση. Είχα υποτιμήσει τη δύναμη της μαμάς» (1^{ος} συμμετέχων). Ένας πατέρας (6^{ος} συμμετέχων) δηλώνει: «Απογοήτευση με το θέμα της διατροφής και με το θέμα των ημερών που μας έκοψε την επικοινωνία».

Επίσης υπάρχει ο **φόβος** και η **ανασφάλεια**. Ο φόβος για την πλήρη απώλεια του παιδιού, για την ψυχολογική του κατάσταση και για τις συνέπειες των πράξεων του άλλου γονέα είναι διάχυτος (συμμετέχοντες 2, 4, 10, 13). «Σήμερα αισθάνομαι φόβο. Αυτό αισθάνομαι. Φόβο για το τι μου ξημερώνει σε σχέση με το παιδί. Νιώθω ανασφάλεια για τη σχέση μου αλλά φόβο έχω συνεχή» (2^{ος} συμμετέχων). «Ζω με το φόβο ότι κάποια στιγμή θα με αποξενώσει πλήρως από τα παιδιά και ζω με το φόβο γιατί συμβαίνει επί της ουσίας» (10^{ος} συμμετέχων). «Το παιδί μου χάθηκε. Βασικά έχασα την δουλειά μου. Έχασα μεγάλο ένα σημαντικό μέρος της παρουσίας μου. Αυτή η υπόθεση μου έχει κοστίσει απίστευτα χρηματικά ποσά» (4^{ος} συμμετέχων).

Πέρα από αυτά, οι γονείς (συμμετέχοντες 1, 9, 10, 15) βιώνουν **άγχος**, **πίεση** και **αγωνία** για το μέλλον των παιδιών τους, φοβούμενοι την αποξένωση ή τις αρνητικές επιπτώσεις του χωρισμού στη ζωή τους, κυρίως όσον αφορά τα παιδιά τους. Η διαρκής μάχη με το νομικό

σύστημα, οι οικονομικές δυσκολίες και η προσπάθεια διατήρησης της επαφής με το παιδί προκαλούν χρόνιο άγχος και πίεση (συμμετέχοντες 4, 9, 13). «Να είμαι μακριά από το παιδί μου αυτό. Άγχος. Να ξέρεις, το παιδί σου είναι καλά» (9^{ος} συμμετέχων). «Υπήρχαν φορές που ένιωθα να λιποθυμήσω χωρίς να υπάρχει λόγος στην ουσία από την πίεση στο κεφάλι, είχα αϋπνίες, δεν κοιμόμουν τα βράδια» (4^{ος} συμμετέχων).

Η **αβεβαιότητα** και η **απροσδιοριστία** για τη δική τους ζωή μετά τον χωρισμό είναι επίσης παρούσες (8^{ος} συμμετέχων). Όπως και το **αίσθημα αβοηθησίας** και **απομόνωσης**. Οι αποξενωμένοι γονείς συχνά νιώθουν μόνοι και αβοήθητοι απέναντι στην κατάσταση, καθώς το περιβάλλον τους δεν μπορεί να κατανοήσει πλήρως την εμπειρία τους (συμμετέχοντες 2, 3, 4, 9). «Κλείστηκα λίγο μέσα. Δηλαδή με έχουν χάσει οι άνθρωποι. Που είσαι; Τι κάνεις; Απομονώθηκα» (9^{ος} συμμετέχων). «Αισθάνθηκα μόνος και αποκομμένος» (2^{ος} συμμετέχων). «Δεν μπορούσα να καταλάβω. Μετέωρος. Ένιωθα αβοήθητος. Δεν μπορείς να το διαχειριστείς. Νιώθεις μετέωρος» (3^{ος} συμμετέχων).

Σε ακραίες περιπτώσεις, αναφέρονται **κατάθλιψη**, **αϋπνίες** και **ψυχοσωματικά προβλήματα**, όπως πονοκέφαλοι, ημικρανίες, διατροφικές διαταραχές και προβλήματα στην καρδιά (συμμετέχοντες 2, 4, 8, 10, 14).

Ωστόσο, ορισμένοι γονείς βιώνουν τον χωρισμό ως **απελευθέρωση** και ευκαιρία να ξαναβρούν τον εαυτό τους (συμμετέχοντες 5, 16, 18). Η σχέση με τα παιδιά μπορεί να λειτουργήσει ως πηγή δύναμης και στήριξης, βοηθώντας τους να διαχειριστούν τη μετάβαση για όλους τους συμμετέχοντες. Παρόλο που ακούγεται αντιφατικό, ορισμένοι γονείς βιώνουν μια αρχική **ανακούφιση** από την απομάκρυνση από ένα τοξικό περιβάλλον, πριν συνειδητοποιήσουν τις συνέπειες της αποξένωσης (συμμετέχοντες 4, 8). «Μια ανακούφιση δηλαδή το πρώτο πράγμα που πήρα ήταν η καφετιέρα για τον καφέ μου. Λοιπόν, περπατούσα εδώ σε αυτό το σπίτι και χύθηκε καφές και δεν φωνάζει κανένας. Δεν χρειάστηκε κανένας. Και λέω κοίτα να δεις, παίρνεις ένα βρεγμένο πανί και ένα σπρέι. Δηλαδή αυτό το ειρηνικό, η απουσία τοξικού όντος είναι μια ανακούφιση» (8^{ος} συμμετέχων). «Εντάξει, επειδή είχαμε προβλήματα συμπεριφοράς. Ανακουφίστηκα στην αρχή, αλλά γρήγορα συνειδητοποίησα τα προβλήματα που υπάρχουν για το παιδί και έρχονται» (4^{ος} συμμετέχων).

Συνολικά, τα συναισθήματα των αποξενωμένων γονέων αλλά συνολικά και όλων των χωρισμένων γονέων είναι πολύπλοκα και συχνά αλληλοσυγκρουόμενα, αντανakλώντας τον ψυχοφθόρο χαρακτήρα της γονικής αποξένωσης για τους αποξενωμένους γονείς και τις βαθιές

πληγές που αφήνει σε όλους τους εμπλεκόμενους (συμμετέχοντες 8, 9). Επίσης, όλα τα παραπάνω συναισθήματα τα βιώνουν οι περισσότεροι αποξενωμένοι γονείς. Ενώ οι μη αποξενωμένοι γονείς εκτός του ότι δεν τα βιώνουν όλα, αυτά τα οποία βιώνουν είναι για περιορισμένο χρονικό διάστημα και με λιγότερη ένταση σε σύγκριση με τους αποξενωμένους γονείς, οι οποίοι μπορεί να βιώνουν την αποξένωση για μεγάλο χρονικό διάστημα.

- **Ψυχολογικές Προκλήσεις**

Οι ψυχολογικές προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι χωρισμένοι γονείς είναι πολλαπλές:

- **Διαχείριση της νέας καθημερινότητας και της προσωπικής ζωής:** Η μεγαλύτερη πρόκληση για ορισμένους (συμμετέχοντες 15, 19) είναι να μάθουν να ζουν μόνοι τους μετά από πολλά χρόνια σχέσης και γάμου. Η αλλαγή της δυναμικής της οικογένειας και η έλλειψη προσωπικού χώρου, ειδικά όταν οι γονείς συνεχίζουν να συγκατοικούν, αποτελούν σημαντική δυσκολία (συμμετέχοντες 15, 16, 17, 19)
- **Γονική αποξένωση:** Αυτή είναι μια από τις πιο επώδυνες προκλήσεις. Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, πολλοί γονείς (συμμετέχοντες 1, 2, 3, 6, 9) δεν γνώριζαν τον όρο πριν τον βιώσουν, μαθαίνοντας για αυτόν μέσω του διαδικτύου ή ομάδων υποστήριξης. Η αποξένωση εκδηλώνεται με την παρεμπόδιση της επικοινωνίας με τα παιδιά, την υπονόμηση του ρόλου του άλλου γονέα και την προσπάθεια να στρέψουν τα παιδιά εναντίον του (συμμετέχοντες 1, 2, 3, 4, 6, 9, 10). Αυτό οδηγεί σε συναισθήματα θυμού, στεναχώριας και φόβου για την απώλεια της σχέσης με τα παιδιά (συμμετέχοντες 1, 2, 9, 10).
- **Έλλειψη επικοινωνίας και συνεργασίας με τον πρώην σύντροφο:** Η αδυναμία συνεννόησης και συνεργασίας με τον πρώην σύντροφο, ειδικά σε θέματα που αφορούν τα παιδιά, προκαλεί έντονο ψυχολογικό βάρος και θυμό (συμμετέχοντες 1, 6, 8, 9, 10, 14). Η επικοινωνία συχνά περιορίζεται σε τυπικά ζητήματα ή γίνεται μέσω δικηγόρων, επιδεινώνοντας την κατάσταση (συμμετέχοντες 2, 10, 16).
- **Οικονομικές δυσκολίες:** Ο χωρισμός συχνά συνοδεύεται από οικονομικές δυσκολίες, ειδικά για τον γονέα που αναλαμβάνει το μεγαλύτερο μέρος των

εξόδων των παιδιών (συμμετέχοντες 4, 6, 9, 10, 14) ή οι αποξενωμένοι γονείς, οι οποίοι αντιμετωπίζουν κοστοβόρες νομικές διαδικασίες. Αυτό προσθέτει επιπλέον άγχος και πίεση.

- **Αντιμετώπιση του νομικού συστήματος:** Το νομικό σύστημα συχνά απογοητεύει τους γονείς, καθώς θεωρείται χρονοβόρο, κοστοβόρο και αναποτελεσματικό (συμμετέχοντες 1, 2, 4, 6, 8, 9, 10, 14). Οι δικαστικές αποφάσεις μπορεί να μην εφαρμόζονται, ενώ οι ψευδείς καταγγελίες και η έλλειψη κατανόησης από τους δικαστικούς λειτουργούς επιδεινώνουν την ψυχολογική κατάσταση των γονέων (συμμετέχοντες 1, 2, 4, 10).
- **Κοινωνική απομόνωση και στιγματισμός:** Ορισμένοι γονείς βιώνουν κοινωνική απομόνωση, καθώς ο κοινωνικός τους κύκλος αλλάζει ή αντιμετωπίζουν στιγματισμό λόγω του χωρισμού ή και της γονικής αποξένωσης (συμμετέχοντες 4, 9, 14).
- **Διαχείριση των συναισθημάτων των παιδιών:** Οι γονείς προσπαθούν να προστατεύσουν τα παιδιά τους από τις αρνητικές επιπτώσεις του χωρισμού, αλλά συχνά αντιμετωπίζουν δυσκολίες στη διαχείριση των συναισθημάτων των παιδιών, ειδικά όταν αυτά επηρεάζονται από τον άλλο γονέα κατά το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης (συμμετέχοντες 10, 14, 15, 16, 18).

4.2.3.2 Υποστήριξη από οικογενειακό/φιλικό/επαγγελματικό περιβάλλον

Η υποστήριξη από το οικογενειακό, φιλικό και επαγγελματικό περιβάλλον διαδραματίζει κρίσιμο ρόλο στη διαχείριση του χωρισμού και της γονικής αποξένωσης, αν και η ποιότητα και η έκταση αυτής της υποστήριξης ποικίλλει σημαντικά μεταξύ των ατόμων. Ενώ ορισμένοι βιώνουν πλήρη υποστήριξη από όλους τους τομείς, άλλοι αντιμετωπίζουν αδιαφορία, κριτική ή ακόμα και περαιτέρω αποξένωση. Η οικογένεια συχνά παρέχει συναισθηματική στήριξη, αλλά μπορεί να μην κατανοεί πλήρως την πολυπλοκότητα της κατάστασης. Οι φίλοι μπορούν να προσφέρουν ηθική υποστήριξη ενώ το επαγγελματικό περιβάλλον μπορεί να δείξει κατανόηση και να προσφέρει πρακτικές διευκολύνσεις. Ωστόσο, η έλλειψη επικοινωνίας και συνεργασίας με τον πρώην σύντροφο συχνά οδηγεί σε αισθήματα μοναξιάς και απομόνωσης, επιβαρύνοντας την ψυχολογική κατάσταση του γονέα.

- **Οικογενειακό Περιβάλλον**

- **Θετική Υποστήριξη:** Η οικογένεια συχνά αποτελεί την πρώτη πηγή υποστήριξης, προσφέροντας συναισθηματική και πρακτική βοήθεια. Ορισμένοι συμμετέχοντες αναφέρουν ότι έλαβαν σημαντική υποστήριξη από την οικογένειά τους. Για παράδειγμα, η 15^η συμμετέχουσα, για παράδειγμα, αναφέρει ότι είχε στήριξη και κατανόηση από το οικογενειακό της περιβάλλον, αν και δεν χρειάστηκε ιδιαίτερη βοήθεια. Αντίστοιχα, η 14^η συμμετέχουσα έλαβε στήριξη από την οικογένειά της, αλλά ένιωθε ότι δεν μπορούσε να ανοιχτεί πλήρως, καθώς η οικογένειά της δεν κατανοούσε πλήρως την κατάσταση και της έλεγε να επιστρέψει στον σύζυγό της. Αυτό υποδηλώνει ότι, ενώ η πρόθεση για βοήθεια υπάρχει, η κατανόηση της πολυπλοκότητας ενός χωρισμού ή και της γονικής αποξένωσης μπορεί να είναι περιορισμένη.

Σε περιπτώσεις γονικής αποξένωσης, η οικογενειακή υποστήριξη μπορεί να είναι ζωτικής σημασίας. Ο 2^{ος} συμμετέχων τονίζει ότι η τωρινή σύντροφός του, ήταν η οικογένειά του και χωρίς αυτήν δεν θα είχε καταφέρει τίποτα, καθώς του στάθηκε πάρα πολύ. Επίσης, αναφέρει ότι η οικογένειά του, τον στήριξαν, αν και είχαν και τα δικά τους ζητήματα. Ο 10^{ος} συμμετέχων επίσης έλαβε υποστήριξη από την οικογένειά του, συμπεριλαμβανομένης της μητέρας του και του αδελφού του, καθώς και από την ξαδέρφη του. Ο 3^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η μητέρα του τον στήριξε, ενώ ο αδερφός του τον βοήθησε σε νομικά ζητήματα. Ο 13^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η ξαδέρφη του τον στήριξε και τον βοήθησε να βρει ένα σπίτι.

- **Προβληματική/Ελλιπής Υποστήριξη:** Ωστόσο, η οικογενειακή υποστήριξη δεν είναι πάντα απρόσκοπτη. Ο 9^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι είχε υποστήριξη από την οικογένειά του, αλλά υπήρχαν και πιο προσωπικές περιπτώσεις που έπρεπε να λύσει μόνος του. Ο 5^{ος} συμμετέχων, από την άλλη, είχε στήριξη μόνο από τη μητέρα του, ενώ ο πατέρας του δεν τον στήριξε ιδιαίτερα, καθώς είχε προβλήματα και με τους δικούς του. Αυτό υπογραμμίζει ότι οι οικογενειακές σχέσεις μπορεί να είναι περίπλοκες και να επηρεάζονται από προϋπάρχοντα ζητήματα. Άλλοι βίωσαν ελλιπή ή ακόμα και αρνητική υποστήριξη από την οικογένεια. Ο 9^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η οικογένεια της πρώην συζύγου του

παρενέβαινε αρνητικά. Ο 11^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η μητριά του, που τον μεγάλωσε, του είπε «καλά σου κάνει αυτά που σου κάνει». Ο 4^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η οικογένειά του δεν μπορούσε να καταλάβει το μέγεθος του προβλήματος.

- **Φιλικό Περιβάλλον**

- **Θετική Υποστήριξη:** Οι φίλοι μπορούν να προσφέρουν σημαντική συναισθηματική υποστήριξη και να λειτουργήσουν ως ένα δίκτυο ασφαλείας. Πολλοί συμμετέχοντες βρήκαν στήριξη στους φίλους τους. Η συμμετέχοντες 15 και 17 αναφέρουν ότι είχαν στήριξη και από το φιλικό τους περιβάλλον. Ο 9^{ος} συμμετέχων επίσης είχε φίλους που ήταν εκεί για να τον ακούσουν. Ο 2^{ος} συμμετέχων τονίζει ότι είχε φίλους που τον στήριξαν και τον βοήθησαν να παραμείνει στα πλαίσια της ηθικής, υπενθυμίζοντάς του τον ρόλο του ως πατέρα. Ο 3^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι οι φίλοι του τον στήριξαν και τον βοήθησαν να παραμείνει στα πλαίσια της ηθικής. Ο 10^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι οι φίλοι του τον στήριξαν και τον βοήθησαν να διαχειριστεί την κατάσταση. Επίσης, ο 13^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι οι φίλοι του τον βοήθησαν να καταλάβει την κατάσταση. Ο 11^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι έχει κάνει πολύ ισχυρές φιλίες με ανθρώπους που έχουν βιώσει παρόμοια πράγματα.
- **Ελλιπής/Αρνητική Υποστήριξη:** Αντίθετα, η 14^η συμμετέχουσα είχε περιορίσει πολύ τον κοινωνικό της κύκλο. Αυτό δείχνει πώς η τοξικότητα σε μια σχέση μπορεί να απομονώσει ένα άτομο από το φιλικό του περιβάλλον. Ο 1^{ος} συμμετέχων, από την άλλη, αναφέρει ότι οι φίλοι του τον στήριξαν, αλλά δεν μπορούσαν να καταλάβουν το μέγεθος του προβλήματος, ενώ κάποιοι τον απέφευγαν λόγω των ψευδών κατηγοριών που είχε δεχτεί. Ο 4^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι ακόμα και παιδικοί του φίλοι τον απέφευγαν.

- **Επαγγελματικό Περιβάλλον**

- **Θετική Υποστήριξη:** Η υποστήριξη από το επαγγελματικό περιβάλλον μπορεί να εκδηλωθεί με διάφορους τρόπους, όπως η κατανόηση και η παροχή διευκολύνσεων. Ορισμένοι συμμετέχοντες βρήκαν κατανόηση και υποστήριξη

στον επαγγελματικό τους χώρο. Ο 2^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η εταιρεία του έδειξε κατανόηση και του επέτρεψε να απουσιάζει για να βλέπει το παιδί του, κάτι που θεωρεί τεράστια υποστήριξη. Ο 10^{ος} συμμετέχων επίσης έλαβε στήριξη από το επαγγελματικό του περιβάλλον, καθώς του δόθηκαν διευκολύνσεις στα ωράρια για να μπορεί να ασχολείται με τις δικαστικές διαδικασίες και τη διάγνωση του παιδιού. Ο 3^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι το αφεντικό του τον στήριξε πολύ, του επέτρεψε να φύγει για να δει τα παιδιά του. Ο 10^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι το επαγγελματικό του περιβάλλον έδειξε κατανόηση και του παρείχε διευκολύνσεις. Ο 11^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι το αφεντικό του τον στήριξε πολύ.

- ο **Ελλιπής/Αρνητική Υποστήριξη:** Ωστόσο, η υποστήριξη αυτή δεν είναι πάντα δεδομένη. Ο 15^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι στο επαγγελματικό του περιβάλλον δεν είναι γνωστό ότι έχει χωρίσει, υποδηλώνοντας την ανάγκη να κρατήσει την προσωπική του ζωή διακριτική.

Η υποστήριξη από το περιβάλλον διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στην ψυχολογική διαχείριση του χωρισμού και της γονικής αποξένωσης. Ενώ ορισμένοι γονείς βρήκαν καταφύγιο και βοήθεια στην οικογένεια, τους φίλους ή την εργασία τους, άλλοι αντιμετώπισαν αδιαφορία, έλλειψη κατανόησης ή ακόμα και αρνητική στάση, ιδιαίτερα η ομάδα των αποξενωμένων γονέων. Ιδιαίτερα σημαντική αναδεικνύεται η ανάγκη για εξειδικευμένη υποστήριξη από επαγγελματίες ψυχικής υγείας, καθώς και η δημιουργία δικτύων με άλλους γονείς που βιώνουν παρόμοιες καταστάσεις, καθώς αυτοί μπορούν να προσφέρουν κατανόηση και πρακτικές συμβουλές που το άμεσο περιβάλλον αδυνατεί να δώσει.

4.2.3.3 Προσφυγή σε Επαγγελματία Ψυχικής Υγείας & Αξιολόγηση της Συμβολής του

Η προσφυγή σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας μετά τον χωρισμό αποτελεί ένα σύνθετο ζήτημα, με τις εμπειρίες των συμμετεχόντων να ποικίλλουν σημαντικά. Ενώ ορισμένοι αναζήτησαν και βρήκαν ουσιαστική βοήθεια, άλλοι εξέφρασαν απογοήτευση από την έλλειψη κατανόησης και εξειδίκευσης των επαγγελματιών. Η οικονομική επιβάρυνση και η δυσκολία εύρεσης κατάλληλων ειδικών αναδεικνύονται ως βασικά εμπόδια. Παράλληλα, η ανάγκη για υποστήριξη είναι εμφανής, ιδιαίτερα σε περιπτώσεις γονικής αποξένωσης, όπου η ψυχολογική

επιβάρυνση είναι μεγάλη. Οι προτάσεις περιλαμβάνουν την εξειδίκευση των επαγγελματιών, την ευκολότερη πρόσβαση σε υπηρεσίες και την προτεραιότητα στο συμφέρον του παιδιού.

- **Εμπειρίες προσφυγής και αξιολόγηση της συμβολής:**

Ορισμένοι συμμετέχοντες δεν προσέφυγαν καθόλου σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας. Οι περισσότεροι μη αποξενωμένοι γονείς δεν προσέφυγαν σε επαγγελματία ψυχικής υγείας, Η 15^η συμμετέχουσα, για παράδειγμα, δηλώνει ότι δεν πήγε σε ψυχολόγο. Αντίστοιχα, η 16^η δεν αναζήτησε ποτέ τέτοια βοήθεια, ούτε σκέφτηκε κάτι τέτοιο, εκφράζοντας την άποψη ότι δεν θα μπορούσε να μεταφέρει την εμπειρία της σε κάποιον που δεν την έχει βιώσει. Οι 17^{ος} και 19^{ος} συμμετέχοντες δεν σκέφτηκαν ποτέ να επισκεφτούν έναν ψυχολόγο και οι 18^{ος} και 20^{ος} συμμετέχοντες αναφέρθηκαν στην οικονομική επιβάρυνση που έχει η συγκεκριμένη επιλογή. Αντίθετα, μία μη αποξενωμένη γονέας αναζήτησε ενεργά βοήθεια. Η 14^η συμμετέχουσα πήγε σε θεραπευτή για τρία χρόνια, και αργότερα προσπάθησε να βρει λύσεις χωρίς οικονομική επιβάρυνση. Αξιολογεί την πρώτη εμπειρία ως τέλεια και δηλώνει ότι τη βοήθησε να κατανοήσει πολλά πράγματα και να ελευθερωθεί.

Όσον αφορά τους αποξενωμένους γονείς, σχεδόν όλοι επισκέφτηκαν τουλάχιστον έναν επαγγελματία ψυχικής υγείας, κάποιοι βοηθήθηκαν, κάποιοι όχι και κάποιοι άλλοι είχαν μεικτή εμπειρία. Ο 6^{ος} συμμετέχων δεν προσέφυγε σε επαγγελματία ψυχικής υγείας, ούτε ο ίδιος ούτε με το παιδί του, αν και υποψιάζεται ότι η πρώην σύζυγός του είχε επισκεφθεί παιδοψυχολόγο. Επίσης ο 7^{ος} συμμετέχων δεν έχει χρειαστεί ψυχολόγο ή ψυχίατρο και ούτε χρειάζεται σύμφωνα με τα λεγόμενά του. Ο 5^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η πρώην σύζυγός του τον εκβίαζε να μιλήσει με μια ψυχολόγο, η οποία ήταν φίλη της και δεν είχε καν πτυχίο. Οι συνθήκες ήταν φρικτές. Ο ίδιος δεν προσέφυγε σε επαγγελματία ψυχικής υγείας για τον εαυτό του, αλλά είχε επαφή με ψυχολόγους μέσω του συλλόγου που συμμετείχε.

Ο 9^{ος} συμμετέχων πήγε σε ψυχολόγο για δύο-τρία χρόνια και έκανε κάποιες συνεδρίες, τις οποίες αξιολογεί ως καλές για την ηρεμία του, αν και βρήκε επίσης παρηγοριά στην εκκλησία και σε πνευματικό. Ο 2^{ος} συμμετέχων απευθύνθηκε σε τέσσερις επαγγελματίες για το παιδί του και σε έναν για τον εαυτό του. Θεωρεί ότι η θεραπεία τον βοήθησε πάρα πολύ, καθώς βίωνε «μεσαίωνα» στην ψυχή του, μετατραυματικό στρες και «τόση κατάθλιψη». Η τωρινή σύντροφός του, τον παρότρυνε να δει ψυχίατρο και η φαρμακευτική αγωγή τον βοήθησε να διαχειριστεί το στρες. Ο 8^{ος} συμμετέχων συνέχισε τις συνεδρίες με την ψυχολόγο που επισκεπτόταν με την πρώην σύζυγό του, αναζητώντας τρόπους διαχείρισης του διαζυγίου, της

επικοινωνίας με τα παιδιά, καθώς και να βρει τρόπους προσέγγισης για τα παιδιά του. Ωστόσο η ψυχολόγος τον βοήθησε, αλλά όχι στο θέμα της αποξένωσης εφόσον δεν βρήκε απάντηση στο αν η αποξένωση είναι μόνιμη ή προσωρινή. Ο 1^{ος} συμμετέχων ζήτησε βοήθεια από τον σύλλογο Γονείς και από ένα ψυχολόγο για να διαχειριστεί την κατάσταση με το παιδί του, καθώς δεν είχε ζήσει ποτέ μαζί του από τη γέννησή του. Πιστεύει ότι αυτές οι συνεδρίες έπαιξαν ρόλο στην ισχυρή σχέση που έχει σήμερα με το παιδί του. Ο 3^{ος} συμμετέχων συμβουλευόταν ψυχολόγο κατά την περίοδο του χωρισμού, ο οποίος του έδωσε δέκα προτάσεις για το πώς να το ανακοινώσει στα παιδιά. Επίσης, έκανε 10-12 συνεδρίες με ψυχολόγο μέσω του συλλόγου Γονείς, οι οποίες τον βοήθησαν πολύ. Είχε πάει και σε σύμβουλο ψυχικής υγείας στην Αθήνα, αλλά δεν είδε κάποια ανάγκη για περαιτέρω συνεδρίες. Ο 10^{ος} συμμετέχων πήγε σε ψυχολόγο για τον εαυτό του στην αρχή του διαζυγίου, αλλά θεωρεί ότι δεν είχε ιδέα τι συνέβαινε και τον έβαζε να σκέφτεται την πλευρά της μητέρας. Η 12^η συμμετέχουσα ζήτησε βοήθεια από ψυχολόγο όταν φοβήθηκε ότι η θλίψη της υπερτερούσε της αγάπης της προς το παιδί. Σιγά σιγά ισορρόπησε. Επίσης, πήγε σε παιδοψυχολόγο για το παιδί και αργότερα σε ένα κέντρο για κακοποιημένες γυναίκες. Ο 13^{ος} συμμετέχων έχει κάνει συμβουλευτική γονέων και με το παιδί και προσωπικά επί σειρά μηνών και ετών. Αναφέρει ότι η πρώην σύζυγός του έχει διαγνωστεί με ψυχικές διαταραχές, και ότι οι ψυχολόγοι αρνούνται να ασχοληθούν μαζί της.

- **Δυσκολίες και προκλήσεις:**

Πολλοί συμμετέχοντες αναφέρουν σημαντικές δυσκολίες στην προσφυγή και την αποτελεσματικότητα των υπηρεσιών ψυχικής υγείας. Ο 9^{ος} συμμετέχων προσπάθησε να βρει παιδοψυχολόγο για την κόρη του, αλλά αντιμετώπισε δυσκολία στην εύρεση ραντεβού, καθώς οι ειδικοί ήταν κλεισμένοι για μήνες. Ο 2^{ος} συμμετέχων σοκαρίστηκε από την αντιμετώπιση του συστήματος, καθώς οι εισαγγελείς και οι κοινωνικοί λειτουργοί φάνηκαν αδιάφοροι ή ανεπαρκείς. Αναφέρει ότι οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας δεν είχαν ιδέα τι είναι η γονική αποξένωση και ότι το σύστημα ασκεί βία στους γονείς. Ο 8^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η ψυχολόγος που επισκεπτόταν δεν τον βοήθησε πολύ στο θέμα της αποξένωσης, καθώς του είπε να περιμένει να κάνει λάθος η πρώην σύζυγος, Ο 13^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι οι ψυχολόγοι και ψυχίατροι συχνά αρνούνται να ασχοληθούν με περιπτώσεις συγκεκριμένων ψυχικών διαταραχών λόγω της δυσκολίας τους. Η 12^η συμμετέχουσα αναφέρει ότι οι γιατροί και οι

κοινωνικοί λειτουργοί απέφευγαν να δώσουν διάγνωση και να ασχοληθούν με το θέμα της γονικής αποξένωσης, φοβούμενοι να μην «πέσει» σε αυτούς το περιστατικό.

- **Προτάσεις για βελτίωση:**

Οι συμμετέχοντες προτείνουν διάφορους τρόπους για τη βελτίωση της υποστήριξης από επαγγελματίες ψυχικής υγείας:

- **Εξειδίκευση και εκπαίδευση:** Πολλοί συμμετέχοντες τονίζουν την έλλειψη γνώσης και εξειδίκευσης των επαγγελματιών ψυχικής υγείας στο θέμα της γονικής αποξένωσης, καθώς και την ανάγκη για εκπαίδευση και επιμόρφωση τους. Ο 2^{ος} συμμετέχων τονίζει την ανάγκη για εκπαίδευση των επαγγελματιών ψυχικής υγείας στη γονική αποξένωση, ώστε να κατανοούν το φαινόμενο και να μην το απορρίπτουν. Η 12^η συμμετέχουσα προτείνει την ένταξη της γονικής αποξένωσης ως ξεχωριστής ενότητας στα μεταπτυχιακά προγράμματα και την επιμόρφωση δικαστών και εισαγγελέων.
- **Πρόληψη:** Ορισμένοι γονείς (συμμετέχοντες 1, 8, 10) τονίζουν τη σημασία της πρόληψης και της αναγνώρισης των σημάδιών της γονικής αποξένωσης από νωρίς.
- **Πρωτοπορία:** Η 12^η συμμετέχουσα εκφράζει την άποψη ότι οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας θα πρέπει να βγουν μπροστά και να μιλήσουν δημόσια για το θέμα της γονικής αποξένωσης, τις συνέπειες και τις αποτελεσματικές θεραπείες. Η επιστημονική κοινότητα έχει μεγάλη ευθύνη και ότι θα πρέπει να γίνουν ενότητες γονικής αποξένωσης στα μεταπτυχιακά προγράμματα.
- **Ευκολότερη πρόσβαση:** Η 16^η συμμετέχουσα επισημαίνει την ανάγκη για ευκολότερη πρόσβαση σε αρμόδιους επαγγελματίες ψυχικής υγείας, ίσως μέσω κρατικής προώθησης, ώστε να μην υπάρχει το στίγμα της προβληματικής κατάστασης.
- **Ομαδική υποστήριξη:** Προτείνεται η δημιουργία ομάδων γονέων και η συζήτηση με άλλους γονείς που έχουν βιώσει παρόμοιες καταστάσεις, καθώς αυτό βοηθά ψυχολογικά. Η 12^η συμμετέχουσα αναφέρει ότι οι ομάδες γονέων θα ήταν πολύ βοηθητικές, καθώς η συζήτηση με άλλους γονείς που έχουν βιώσει παρόμοιες καταστάσεις προσφέρει κατανόηση και καθοδήγηση.

- ο **Προτεραιότητα στο συμφέρον του παιδιού:** Ο 9^{ος} συμμετέχων προτείνει τη δημιουργία ενός δικαστηρίου με παιδοψυχολόγους που να ασχολούνται αποκλειστικά με τα παιδιά διαζυγίων, δίνοντας προτεραιότητα στο συμφέρον του παιδιού. Ο 11^{ος} συμμετέχων τονίζει ότι οι επαγγελματίες πρέπει να κοιτάζουν το πραγματικό συμφέρον του παιδιού και όχι τα δικά τους συμφέροντα.
- ο **Αντικειμενικότητα και ενσυναίσθηση:** Ορισμένοι (συμμετέχοντες 2, 10, 12) αναφέρουν την αδιαφορία και την προκατάληψη των δημόσιων δομών και υπηρεσιών. Ο 13^{ος} συμμετέχων τονίζει την ανάγκη για ενσυναίσθηση από τους επαγγελματίες. Ο 10^{ος} συμμετέχων αναφέρεται στην πεποίθηση ότι η γονική αποξένωση είναι έμφυλη και ότι το σύστημα προστατεύει αποκλειστικά τις μητέρες.
- ο **Οικονομικό κόστος:** Ορισμένοι (συμμετέχοντες 13, 14) αναφέρουν ότι η οικονομική επιβάρυνση αποτελεί εμπόδιο στην αναζήτηση βοήθειας.

Η προσφυγή σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας είναι συχνά αναγκαία για τους γονείς που βιώνουν χωρισμό ή γονική αποξένωση. Ωστόσο, η αποτελεσματικότητα αυτής της βοήθειας εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την εξειδίκευση, την κατανόηση και την ενσυναίσθηση των επαγγελματιών. Η έλλειψη ενημέρωσης, η οικονομική επιβάρυνση και η γραφειοκρατία αποτελούν σημαντικά εμπόδια. Η ανάγκη για ένα πιο δομημένο, εξειδικευμένο και ανθρωποκεντρικό σύστημα υποστήριξης είναι εμφανής, με έμφαση στην προστασία του συμφέροντος του παιδιού και την αποφυγή της περαιτέρω ψυχολογικής επιβάρυνσης των γονέων. Οι εμπειρίες των συμμετεχόντων υπογραμμίζουν την πολυπλοκότητα του ζητήματος της γονικής αποξένωσης και την ανάγκη για ένα πιο ενημερωμένο, εξειδικευμένο και αποτελεσματικό σύστημα υποστήριξης από επαγγελματίες ψυχικής υγείας.

4.2.8 Νομικές Εμπειρίες & Σύστημα

4.2.4.1 Άποψη για Νομοθεσία πριν και μετά τον Ν.4800/2021

Η νομοθεσία πριν και μετά τον Ν.4800/2021 για την συνεπιμέλεια έχει προκαλέσει ποικίλες αντιδράσεις και εμπειρίες στους χωρισμένους γονείς. Ενώ ορισμένοι αποξενωμένοι και κυρίως οι μη αποξενωμένοι γονείς θεωρούν τον νέο νόμο ως ένα θετικό βήμα προς την ισότητα των

γονέων και την προστασία του συμφέροντος του παιδιού, άλλοι κυρίως αποξενωμένοι γονείς εκφράζουν απογοήτευση για την εφαρμογή του και τις καθυστερήσεις που παρατηρούνται. Κανένας από τους μη αποξενωμένους γονείς συμμετέχοντες δεν έχει εμπλακεί σε νομικές δικαστικές διαδικασίες σχετικά με την επιμέλεια, την επικοινωνία ή τη διατροφή, ταυτόχρονα όμως ορισμένοι εκφράζουν ικανοποίηση για τις πρόσφατες αλλαγές, ιδίως την καθιέρωση της συνεπιμέλειας, ενώ άλλοι παραμένουν επιφυλακτικοί ή αδιάφοροι. Η πλειονότητα των γονέων που αναφέρουν γονική αποξένωση αναφέρουν ότι ο νόμος δεν εφαρμόζεται αποτελεσματικά, με αποτέλεσμα να συνεχίζονται οι συγκρούσεις και η εργαλειοποίηση των παιδιών. Η έλλειψη εκπαίδευσης των δικαστικών λειτουργών και η προκατάληψη υπέρ της μητέρας αναδεικνύονται ως βασικά προβλήματα. Η γονική αποξένωση παραμένει μια σοβαρή πρόκληση, με τους γονείς να αναζητούν τρόπους να διατηρήσουν την επαφή με τα παιδιά τους, συχνά με μεγάλο προσωπικό και οικονομικό κόστος.

- **Ο Νόμος 4800/2021: Προσδοκίες και Αλλαγές**

Ο Ν.4800/2021 εισήγαγε την αρχή της υποχρεωτικής συνεπιμέλειας στην Ελλάδα, με στόχο την ισότιμη συμμετοχή και των δύο γονέων στην ανατροφή των παιδιών. Οι προσδοκίες από τον νέο νόμο ήταν υψηλές, καθώς πολλοί γονείς έβλεπαν σε αυτόν ένα μέσο για την αποκατάσταση της ισορροπίας και την προστασία του συμφέροντος του παιδιού.

- **Θετική υποδοχή της αρχής της συνεπιμέλειας:** Ορισμένοι μη αποξενωμένοι γονείς, θεώρησαν τον κανόνα της συνεπιμέλειας ως μια «πολύ θετική έκβαση», καθώς αναγνωρίζει ότι «ο γονιός δεν έχει φύλο» (συμμετέχοντες 15, 17, 19, 20). Η ιδέα ότι το παιδί χρειάζεται και τους δύο γονείς και ότι η συνεπιμέλεια είναι το «τέλειο μοντέλο» για την υγιή ανάπτυξη του παιδιού, υποστηρίχθηκε από αρκετούς (συμμετέχοντες 15, 17, 19, 20). Η 16^η συμμετέχουσα αναφέρει «δεν μπορείς να στερήσεις σε κάποιον το παιδί του, εφόσον θέλει να το ζει». Ένας αποξενωμένος γονιός, ο 3^{ος} συμμετέχων χαρακτηρίζει το νόμο «άγιο» και «υπέβαση».
- **Ενημέρωση και ευαισθητοποίηση:** Ο νέος νόμος συνέβαλε στην ευρύτερη διάδοση του όρου «συνεπιμέλεια» και στην εξοικείωση περισσότερων ανθρώπων με αυτόν (15^η συμμετέχουσα). Πολλοί γονείς, που πριν δεν γνώριζαν την ορολογία της γονικής αποξένωσης, ενημερώθηκαν μέσω των social media και ομάδων υποστήριξης (συμμετέχοντες 1, 2, 3, 4, 9, 13). Επίσης, ένας

αποξενωμένος γονιός, ο 8^{ος} συμμετέχων τονίζει ότι ο νόμος «ήρθε για να ενημερώσει τους δικαστές, τους δικαστικούς λειτουργούς ότι, παιδιά το μοτίβο που ξέρατε δεν υπάρχει» και ότι «η επιστήμη σήμερα επιτάσσει την κοινή ανατροφή των παιδιών».

- ο **Εργαλείο για καλύτερη γονεϊκότητα ή εργαλείο αποξένωσης:** Ορισμένοι γονείς αντιλήφθηκαν τον νόμο ως ένα εργαλείο για να γίνουν καλύτεροι γονείς, καθώς τους ώθησε να ασχοληθούν ενεργά με τα παιδιά τους και να διεκδικήσουν τον ρόλο τους (3^{ος} συμμετέχων) αλλά εκφράζουν και την ανησυχία ότι ο νόμος μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως εργαλείο από τον αποξενωτή γονέα για να εντείνει την αποξένωση, καθώς του δίνει περισσότερα «εργαλεία» (συμμετέχων 1).

- **Εφαρμογή του Νόμου και Απογοητεύσεις**

Παρά τις θετικές προσδοκίες, η εφαρμογή του Ν.4800/2021 αντιμετώπισε σημαντικές προκλήσεις και προκάλεσε απογοήτευση σε πολλούς γονείς.

- ο **Έλλειψη εφαρμογής και καθυστερήσεις:** Ένα από τα κυριότερα προβλήματα είναι η μη εφαρμογή του νόμου στην πράξη (συμμετέχοντες 1, 4, 5, 10). Ο 10^{ος} συμμετέχων δηλώνει ότι ο νόμος «δεν εφαρμόζεται πουθενά» και ότι «δεν τον αποδέχεται ούτε δικαστήριο, ούτε υπηρεσία». Ο 11^{ος} συμμετέχων παρόλο που αναγνωρίζει ότι ο νόμος είναι «άγιος», τονίζει ότι «χρειάζεται βελτιώσεις και επιμόρφωση και εφαρμογή». Οι δικαστικές αποφάσεις καθυστερούν να εκδοθούν και να εφαρμοστούν, με αποτέλεσμα οι γονείς να χάνουν πολύτιμο χρόνο με τα παιδιά τους (συμμετέχοντες 2, 4, 9, 10). Ο 1^{ος} συμμετέχων, ο οποίος έχει λάβει απόφαση για κοινή επιμέλεια και ισόχρονη κατοικία, δηλώνει ότι «από την ημέρα που βγήκε η απόφαση δεν ξαναείδα το παιδί μου». Ο 10^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι «δεν εφαρμόστηκε καμία δικαστική απόφαση» στην περίπτωση του.
- ο **Συνεχιζόμενη προκατάληψη:** Παρά τον νέο νόμο, πολλοί γονείς εξακολουθούν να βιώνουν προκατάληψη από το νομικό σύστημα, ειδικά οι πατέρες (συμμετέχοντες 1, 4, 10). Αναφέρεται ότι οι δικαστές και οι εισαγγελείς, πολλοί εκ των οποίων είναι γυναίκες, έχουν μια «φεμινιστική ατζέντα» και «γυναικεία

αλληλεγγύη», με αποτέλεσμα να μην κρίνουν αντικειμενικά (συμμετέχοντες 10, 13).

- ο **Ανεπαρκής εκπαίδευση δικαστικών λειτουργών:** Η έλλειψη γνώσης και εκπαίδευσης των δικαστικών λειτουργών σε θέματα γονικής αποξένωσης και συνεπιμέλειας είναι ένα επαναλαμβανόμενο θέμα (συμμετέχοντες 2, 4, 10, 12). Αναφέρεται ότι οι δικαστές «δεν γνωρίζουν το αντικείμενο» και ότι «δεν τους ενδιαφέρει» (2^{ος} συμμετέχων). Ο 2^{ος} συμμετέχων τονίζει ότι «οι δικηγόροι δεν νιώθουν, οι δικαστές δεν γνωρίζουν το αντικείμενο, δεν γνωρίζουν την αποξένωση». Ο 10^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι «οι δικαστές είναι αδιάφοροι και δεν μπαίνουν σε διαδικασία να ασκήσουν τα καθήκοντά τους».
- ο **Εργαλειοποίηση του παιδιού:** Η γονική αποξένωση, όπου ο ένας γονέας στρέφει το παιδί εναντίον του άλλου, συνεχίζει να αποτελεί σοβαρό πρόβλημα, με τον νέο νόμο να μην την αντιμετωπίζει αποτελεσματικά (συμμετέχοντες 1, 2, 4, 9, 10, 12, 13). Η εργαλειοποίηση του παιδιού για την επίτευξη προσωπικών στόχων ή εκδίκησης είναι μια τραγική πραγματικότητα (συμμετέχοντες 1, 9, 13). Υπάρχει η άποψη ότι ο νόμος έχει οδηγήσει σε αύξηση των ψευδών καταγγελιών (ιδίως για ενδοοικογενειακή βία) ως μέσο για την αποτροπή της συνεπιμέλειας (συμμετέχοντες 4, 8, 10, 11).
- ο **Οικονομικό κόστος:** Οι δικαστικές διαδικασίες παραμένουν κοστοβόρες, καθιστώντας δύσκολη την πρόσβαση στη δικαιοσύνη για πολλούς γονείς (συμμετέχοντες 2, 4, 9, 14).

Η νομοθεσία πριν και μετά τον Ν.4800/2021 έχει φέρει αλλαγές, αλλά η αποτελεσματικότητά της στην πράξη αμφισβητείται. Η γονική αποξένωση παραμένει ένα βαθιά ριζωμένο πρόβλημα, με τους γονείς να βιώνουν έντονο ψυχολογικό στρες, οικονομικές δυσκολίες και απογοήτευση από το σύστημα. Η ανάγκη για εκπαίδευση, ευαισθητοποίηση και αποτελεσματική εφαρμογή των νόμων είναι επιτακτική, ώστε να διασφαλιστεί το βέλτιστο συμφέρον των παιδιών και να υποστηριχθούν οι χωρισμένοι γονείς. Η συνεργασία μεταξύ των γονέων και η προτεραιότητα στις ανάγκες του παιδιού αναδεικνύονται ως οι πιο σημαντικοί παράγοντες για την υγιή ανάπτυξη των παιδιών μετά τον χωρισμό.

4.2.4.2 Απογοήτευση & Έλλειψη Εμπιστοσύνης στο Νομικό Σύστημα

Η απογοήτευση και η έλλειψη εμπιστοσύνης στο νομικό σύστημα αποτελούν κεντρικά θέματα στις αφηγήσεις χωρισμένων γονέων, ιδίως πατέρων, που βιώνουν γονική αποξένωση. Οι συμμετέχοντες εκφράζουν έντονη δυσαρέσκεια για την αργοπορία, την αναποτελεσματικότητα και την προκατάληψη του συστήματος, το οποίο συχνά αδυνατεί να προστατεύσει το συμφέρον του παιδιού και να εφαρμόσει τις ίδιες του τις αποφάσεις. Το κόστος των νομικών διαδικασιών, η έλλειψη εξειδίκευσης των δικαστικών λειτουργών σε θέματα γονικής αποξένωσης και η απουσία ουσιαστικής επικοινωνίας μεταξύ των γονέων, επιδεινώνουν την κατάσταση, οδηγώντας σε ψυχολογική εξουθένωση και αίσθημα αδικίας.

- **Αργοπορία και Αναποτελεσματικότητα των Νομικών Διαδικασιών:**

Ένα από τα κυριότερα σημεία απογοήτευσης είναι η υπερβολική καθυστέρηση στην έκδοση και εφαρμογή των δικαστικών αποφάσεων. Πολλοί γονείς (συμμετέχοντες 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11) αναφέρουν ότι οι υποθέσεις τους παραμένουν σε εκκρεμότητα για χρόνια, με συνεχείς αναβολές και γραφειοκρατικά εμπόδια. Ο 9^{ος} συμμετέχων, για παράδειγμα, αναφέρει ότι το οριστικό διαζύγιο αναμένεται το 2027, ενώ η ιστορία του ξεκίνησε πριν από επτά χρόνια. Αντίστοιχα, ο 5^{ος} συμμετέχων περιγράφει μια διαδικασία που κράτησε χρόνια, με απεργίες δικηγόρων και δυσκολίες στην έκδοση αποφάσεων. Ο 13^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η πρώτη ποινική καταδίκη της πρώην συζύγου του για παραβίαση επικοινωνίας χρειάστηκε τρία χρόνια για να εκδοθεί, η πρώτη δικαστική απόφαση παραβιάστηκε πλήρως για τέσσερις μήνες, ενώ η δεύτερη απόφαση, που του έδινε επικοινωνία, εκδόθηκε ερήμην του. Ο 2^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι, παρόλο που έχει δικαστική απόφαση για παραλαβή του παιδιού από το σχολείο, αυτή δεν εφαρμόζεται λόγω της ασαφούς διατύπωσης του δικαστή. Επίσης, τονίζει ότι οι δικαστές δεν αλλάζουν νοοτροπία και ότι το σύστημα δεν προστατεύει ούτε το παιδί ούτε τον αποξενωμένο γονέα. Ο 8^{ος} συμμετέχων περιγράφει το σύστημα ως «φιάσκο», με «απαίδευτους κοινωνικά, ανώριμους και ανεκπαιδευτους» ανθρώπους να αναλαμβάνουν υποθέσεις που δεν γνωρίζουν. Αναφέρει επίσης ότι οι δικαστικές αποφάσεις δεν τηρούνται, με αποτέλεσμα να χάνονται χρήματα και χρόνος. Ο 11^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι οι αποφάσεις που αφορούν την επικοινωνία με το παιδί δεν εφαρμόστηκαν ποτέ, με αποτέλεσμα να χάσει πολύτιμο χρόνο. Παρόλο που υπάρχουν νόμοι (όπως ο νόμος 4800/2021 για τη συνεπιμέλεια), πολλοί γονείς αναφέρουν ότι αυτοί δεν εφαρμόζονται στην πράξη ή εφαρμόζονται με τρόπο που δεν εξυπηρετεί το συμφέρον του παιδιού (συμμετέχοντες 1, 4, 6, 8, 10, 15). Αυτή η αργοπορία έχει

ως αποτέλεσμα την περαιτέρω αποξένωση των παιδιών από τον έναν γονέα και την επιδείνωση της ψυχολογικής κατάστασης όλων των εμπλεκομένων (συμμετέχοντες 3, 8).

- **Υψηλό Κόστος, Οικονομική Εξουθένωση, Διαφθορά και Οικονομικά Συμφέροντα:**

Το οικονομικό βάρος των νομικών διαδικασιών αποτελεί ένα σημαντικό αποτρεπτικό παράγοντα για πολλούς γονείς, ειδικά τους αποξενωμένους γονείς και τους γονείς με περιορισμένα οικονομικά μέσα (συμμετέχοντες 3, 4, 5, 8, 9, 10, 14). Η 14^η συμμετέχουσα δηλώνει ότι δεν χρησιμοποίησε το νομικό σύστημα λόγω του κόστους, παρόλο που δεν είχε εισοδήματα και χρειαζόταν υποστήριξη για τη διατροφή του παιδιού. Ο 9^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι τα δικαστήρια, οι αγωγές και οι εφέσεις συνεπάγονται «πολύ κόστος» και οι διαδικασίες είναι «ψυχοφθόρες», απαιτώντας συνεχή δαπάνη χρημάτων για δικηγόρους, αγωγές και εφέσεις. Ο 2^{ος} συμμετέχων υπογραμμίζει ότι η οικονομική δύναμη είναι απαραίτητη για να προχωρήσει κανείς νομικά, καθώς χωρίς αυτήν, το σύστημα αποκόπτει τον γονέα από το παιδί. Ο 8^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η πρώην σύζυγός του του έχει «φάει πάρα πολλά χρήματα» μέσω κατασχέσεων μισθών, με τις ανακοπές να εκδικάζονται μετά από πολλά χρόνια, υπογραμμίζοντας τη χρονοβόρα φύση των διαδικασιών. Ο 11^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι έχει δώσει «πάρα πολλά λεφτά σε δικηγόρους» και ότι οι δικαστικές αποφάσεις αργούν να βγουν, με αποτέλεσμα την απώλεια πολύτιμου χρόνου με το παιδί. Αυτό το κόστος οδηγεί σε οικονομική εξουθένωση και ενισχύει την αίσθηση αδικίας, καθώς οι γονείς νιώθουν ότι το σύστημα ευνοεί όσους έχουν οικονομική άνεση. Επίσης αναφέρονται περιπτώσεις δικηγόρων που ενεργούν χωρίς ηθική, χρησιμοποιώντας ψευδείς καταγγελίες και παραπλανητικές τακτικές (συμμετέχοντες 1, 8, 10, 13) και επιδιώκουν τη σύγκρουση για οικονομικό όφελος, καθώς και υποψίες για κυκλώματα που εκμεταλλεύονται τις οικογενειακές διαφορές (συμμετέχοντες 1, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 13, 14).

- **Έλλειψη Εξειδίκευσης, Κατανόησης & Προκατάληψη των Δικαστικών Λειτουργιών:**

Πολλοί γονείς εκφράζουν την απογοήτευσή τους για την έλλειψη εξειδίκευσης των δικαστών και εισαγγελέων σε θέματα γονικής αποξένωσης, καθώς οι τελευταίοι δεν διαβάζουν καν τις δικογραφίες (συμμετέχοντες 1, 4, 5, 6, 8, 9, 10). Ο 2^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι οι δικαστές «δεν γνωρίζουν το αντικείμενο, δεν γνωρίζουν την αποξένωση» και ότι το σύστημα τον σόκαρε με την αδιαφορία του. Ο 11^{ος} συμμετέχων περιγράφει τους δικαστές ως «ρατσιστές» και «αδιάφορους», που δεν μπαίνουν στη διαδικασία να ασκήσουν τα καθήκοντά τους σωστά.

Υπάρχει η πεποίθηση ότι οι δικαστές συχνά βασίζονται σε στερεότυπα και προσωπικές απόψεις, αντί σε αντικειμενικά στοιχεία, ιδίως σε υποθέσεις που αφορούν μητέρες (συμμετέχοντες 1, 11). Ο 13^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι οι δικαστές «δεν διαβάζουν καν το δικόγραφο» και ότι οι αποφάσεις τους είναι συχνά «μεροληπτικές». Επίσης υπάρχει η αίσθηση ότι το σύστημα ευνοεί τις μητέρες, ειδικά σε περιπτώσεις καταγγελιών, και ότι οι αποφάσεις λαμβάνονται με βάση έμφυλα στερεότυπα παρά το συμφέρον του παιδιού (συμμετέχοντες 1, 4, 5, 6, 8, 10, 11, 14, 15).

- **Απουσία Προστασίας του Συμφέροντος του Παιδιού:**

Παρά τις διακηρύξεις περί προστασίας του συμφέροντος του παιδιού, πολλοί γονείς πιστεύουν ότι το νομικό σύστημα αποτυγχάνει να το πράξει. Ο 9^{ος} συμμετέχων δηλώνει ότι «του παιδιού του δεν προστατεύει κανείς νόμος στα δικαστήρια» και ότι το σύστημα «δεν νοιάζεται για το καλό ενός ανήλικου παιδιού». Ο 2^{ος} συμμετέχων είναι κατηγορηματικός ότι οι νόμοι «καθόλου» δεν προστατεύουν το συμφέρον του παιδιού, αλλά «βάλλουν κατά του συμφέροντος του παιδιού». Οι γονείς αναφέρουν περιπτώσεις όπου οι δικαστικές αποφάσεις αγνοούν τις ανάγκες του παιδιού για επικοινωνία με τον αποξενωμένο γονέα, οδηγώντας σε περαιτέρω ψυχολογική επιβάρυνση (10^{ος} συμμετέχων).

- **Ψευδείς Καταγγελίες και Εργαλειοποίηση του Παιδιού:**

Οι ψευδείς καταγγελίες, ιδίως για ενδοοικογενειακή βία ή σεξουαλική κακοποίηση, χρησιμοποιούνται συχνά ως εργαλείο αποξένωσης, όπως προαναφέρθηκε, με σοβαρές συνέπειες για τον κατηγορούμενο γονέα. (συμμετέχοντες 1, 2, 10, 11).

- **Έλλειψη Υποστήριξης από Κοινωνικές Υπηρεσίες και Επαγγελματίες Ψυχικής Υγείας:**

Οι κοινωνικές υπηρεσίες που θα έπρεπε να προστατεύουν τα παιδιά, συχνά αποτυγχάνουν να το πράξουν, είτε λόγω άγνοιας, είτε λόγω προκατάληψης, είτε λόγω έλλειψης πόρων. Ο 2^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι οι κοινωνικοί λειτουργοί και οι ψυχολόγοι συχνά αγνοούν τα στοιχεία κακοποίησης και ότι η εισαγγελέας αρνήθηκε να διερευνήσει καταγγελίες για εσωτερικά αιματώματα στο παιδί. Ο 10^{ος} συμμετέχων περιγράφει πώς οι κοινωνικοί λειτουργοί και οι ψυχολόγοι της Πρόνοιας προσπαθούσαν να «θάψουν» την κακοποίηση από τη μητέρα και ότι η ψυχολόγος της Πρόνοιας έλεγε στο παιδί ότι «οι μπαμπάδες είναι κακοί και οι μαμάδες είναι καλές». Οι δημόσιες υπηρεσίες (κοινωνικοί λειτουργοί, εισαγγελείς) συχνά αδιαφορούν, δεν ελέγχονται και δεν εφαρμόζουν τις αποφάσεις, με αποτέλεσμα την περαιτέρω

ταλαιπωρία των γονέων και των παιδιών (συμμετέχοντες 1, 2, 4, 8, 9, 10). Αυτή η έλλειψη υποστήριξης οδηγεί σε περαιτέρω απογοήτευση και αίσθημα εγκατάλειψης από το σύστημα.

4.2.4.3 Προτάσεις για Βελτίωση στο Νομικό Σύστημα

Οι συμμετέχοντες κυρίως οι αποξενωμένοι γονείς προτείνουν διάφορες λύσεις για τη βελτίωση του νομικού συστήματος και την αντιμετώπιση της γονικής αποξένωσης:

- **Εκπαίδευση και Εξειδίκευση:** Απαιτείται εκτεταμένη εκπαίδευση των δικαστικών λειτουργών, των κοινωνικών λειτουργών και των επαγγελματιών ψυχικής υγείας σε θέματα γονικής αποξένωσης και των επιπτώσεών της (συμμετέχοντες 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 10, 11, 12, 13). Συγκεκριμένα, δημιουργία εξειδικευμένων οικογενειακών δικαστηρίων με δικαστές και εισαγγελείς που έχουν γνώση και εμπειρία σε θέματα γονικής αποξένωσης (συμμετέχοντες 1, 2, 4, 5, 8, 9, 10, 11).
- **Άμεση Παρέμβαση:** Το σύστημα θα πρέπει να παρεμβαίνει άμεσα και αποτελεσματικά σε περιπτώσεις γονικής αποξένωσης, χωρίς καθυστερήσεις (συμμετέχοντες 10). Άμεση και αυστηρή εφαρμογή του νόμου για τη συνεπιμέλεια, με κυρώσεις για την παραβίαση των δικαστικών αποφάσεων και τις ψευδείς καταγγελίες (συμμετέχοντες 1, 10, 11).
- **Υποχρεωτική Συνεπιμέλεια:** Η συνεπιμέλεια θα πρέπει να είναι ο κανόνας, εκτός αν υπάρχουν αποδεδειγμένα στοιχεία κακοποίησης (συμμετέχοντες 2, 10).
- **Οικονομική Υποστήριξη:** Το κράτος θα πρέπει να παρέχει δωρεάν νομική και ψυχολογική υποστήριξη σε γονείς που αντιμετωπίζουν γονική αποξένωση (συμμετέχοντες 9, 14).
- **Προγαμιαία Συμβόλαιο:** Προτείνεται η χρήση προγαμιαίων συμβολαίων που να καθορίζουν τις υποχρεώσεις των γονέων σε περίπτωση χωρισμού (συμμετέχοντες 5, 7).
- **Εστίαση στο Συμφέρον του Παιδιού:** Όλες οι αποφάσεις θα πρέπει να λαμβάνονται με γνώμονα το βέλτιστο συμφέρον του παιδιού, και όχι τις προσωπικές ατζέντες των γονέων ή των δικαστικών λειτουργών ή όπως αναφέρουν οι περισσότεροι αποξενωμένοι γονείς, το συμφέρον του παιδιού πρέπει να είναι η απόλυτη προτεραιότητα σε όλες τις αποφάσεις (συμμετέχοντες 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15). Επίσης για την προστασία του παιδιού, δημιουργία δομών που προστατεύουν το παιδί από την κακοποίηση και την εργαλειοποίηση, με έμφαση στην ψυχική του υγεία (συμμετέχοντες 1, 4, 10, 11, 12).

- **Υποχρεωτική Συμβουλευτική και Διαμεσολάβηση:** Υποχρεωτική συμβουλευτική και διαμεσολάβηση για τους χωρισμένους γονείς, με έμφαση στην επικοινωνία και τη συνεργασία για το συμφέρον του παιδιού (συμμετέχοντες 1, 4, 5, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 18, 19).
- **Τεστ DNA:** Υποχρεωτικό τεστ DNA κατά τη γέννηση για την αποφυγή αμφισβητήσεων της πατρότητας (συμμετέχοντες 2, 5, 11).

Οι μη αποξενωμένοι γονείς θεωρούν ότι το νομικό πλαίσιο είναι επαρκές και το ζήτημα είναι η ωριμότητα και η παιδεία των πολιτών στην εξωδικαστική επίλυση διαφορών. Προτείνουν στους νομικούς να σκέφτονται τη θέση του παιδιού και όχι απαραίτητα το πώς θα κερδίσουν μια υπόθεση, τονίζοντας ότι πάνω από όλα είναι το συμφέρον του παιδιού (συμμετέχοντες 15, 18). Άλλοι δεν θα έκαναν συγκεκριμένες προτάσεις για τη βελτίωση των νομικών πλαισίων λόγω άγνοιας, αλλά τονίζουν την ανάγκη για δωρεάν νομική υποστήριξη, η οποία θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για το καλό των παιδιών και των γονέων (συμμετέχοντες 14, 17). Επίσης ασκούν κριτική σε νομικούς που δημιουργούν αντιπαραθέσεις, έριδες και έξοδα, αντί να προσπαθούν να φέρουν τους γονείς κοντά, ακόμα και αν αυτό δεν είναι προς το προσωπικό τους οικονομικό όφελος. Η 14^η συμμετέχουσα αναφέρει ένα παράδειγμα πατέρα που ξόδεψε πάνω από 20.000 ευρώ σε δικαστήρια για να πάρει πίσω τα παιδιά του, τα οποία είχαν απαχθεί από τη μητέρα τους. Κι άλλοι (συμμετέχοντες 16, 19, 20) θεωρούν ότι ο ισχύων νόμος είναι πολύ καλός και προτείνουν την περαιτέρω υποστήριξη της εφαρμογής του.

Συνολικά, οι αφηγήσεις των γονέων αναδεικνύουν την πολυπλοκότητα και τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι χωρισμένοι γονείς στην Ελλάδα (κυρίως οι αποξενωμένοι γονείς), καθώς και την ανάγκη για μια ριζική αναμόρφωση του νομικού και κοινωνικού πλαισίου που διέπει τις υποθέσεις διαζυγίου και επιμέλειας, με έμφαση στην προστασία του παιδιού και την υποστήριξη των γονέων που βιώνουν γονική αποξένωση.

4.2.5 Σχέσεις με Παιδιά & Μελλοντικές Προοπτικές

4.2.5.1 Τωρινή Κατάσταση & Μελλοντικά Σχέδια με το Παιδί

Η τρέχουσα κατάσταση και τα μελλοντικά σχέδια των γονέων σε σχέση με τα παιδιά τους μετά τον χωρισμό ή το διαζύγιο είναι βασιζόμενη σε ποιοτικά δεδομένα από τις συνεντεύξεις. Τα μελλοντικά σχέδια των γονέων επικεντρώνονται στην ευημερία, την αυτονομία και την ψυχική

υγεία των παιδιών, με πολλούς να επιδιώκουν την αποκατάσταση ή την ενίσχυση της σχέσης τους.

- **Τρέχουσα Κατάσταση Σχέσης με το Παιδί**

Η τρέχουσα κατάσταση της σχέσης των γονέων με τα παιδιά τους μετά τον χωρισμό ή το διαζύγιο παρουσιάζει μεγάλη ποικιλία, κυμαινόμενη από στενή και υποστηρικτική επαφή έως πλήρη αποξένωση και έλλειψη επικοινωνίας και στις δύο ομάδες χωρισμένων γονέων με τη διαφορά, οι περισσότεροι μη αποξενωμένοι γονείς να έχουν στενή σχέση με τα παιδιά τους χωρίς να τους αναγκάζει κάποιος εξωτερικός παράγοντας για το αντίθετο.

- **Στενή και Υποστηρικτική Σχέση (Μη Αποξενωμένοι Γονείς):**

Ορισμένοι μη αποξενωμένοι γονείς διατηρούν μια πολύ καλή και στενή σχέση με τα παιδιά τους, παρά τον χωρισμό. Αυτό οφείλεται συχνά σε μια ήδη υπάρχουσα ειλικρινή επικοινωνία και δημοκρατική προσέγγιση στην ανατροφή των παιδιών (συμμετέχοντες 15, 17). Σε κάποιες περιπτώσεις, η σχέση με τα παιδιά έχει επηρεάσει θετικά την ψυχολογική κατάσταση του γονέα, δίνοντας δύναμη και υποστήριξη κατά τη δύσκολη περίοδο της μετάβασης (συμμετέχοντες 15, 16, 17, 19, 20). Ακόμη και όταν οι γονείς ζουν στο ίδιο σπίτι μετά τον χωρισμό, η σχέση με τα παιδιά μπορεί να παραμείνει ισχυρή, με τον γονέα να προσπαθεί να είναι παρών και να καλύπτει τις ανάγκες τους (16^η συμμετέχουσα).

- **Γονική Αποξένωση και Έλλειψη Επικοινωνίας (Αποξενωμένοι Γονείς):**

Αντίθετα, πολλοί αποξενωμένοι γονείς βιώνουν γονική αποξένωση, η οποία μπορεί να είναι μερική ή πλήρης. Αυτή η αποξένωση συχνά ξεκινάει από τον άλλο γονέα, ο οποίος μπορεί να χρησιμοποιεί το παιδί ως μέσο εκδίκησης ή χειραγώγησης (συμμετέχοντες 1, 2, 4, 6, 9, 10, 11, 13). Όπως αναφέρθηκε και παραπάνω, η αποξένωση μπορεί να εκδηλωθεί με διάφορους τρόπους, όπως:

- **Περιορισμός ή πλήρης διακοπή της φυσικής επαφής:** Παιδιά που δεν βλέπουν τον έναν γονέα για μεγάλα χρονικά διαστήματα, ακόμη και για χρόνια (συμμετέχοντες 4, 5, 9, 12).
- **Δυσκολία στην τηλεφωνική επικοινωνία:** Ο αποξενωτής γονέας μπορεί να παρεμποδίζει την τηλεφωνική επικοινωνία ή να την καθιστά

δύσκολη, με το παιδί να απαντάει μόνο όταν δεν είναι παρών ο άλλος γονέας (συμμετέχοντες 1, 4, 5, 10, 11, 13).

- **Αρνητική προπαγάνδα:** Ο αποξενωτής γονέας μπορεί να λέει αρνητικά πράγματα για τον άλλο γονέα στο παιδί, επηρεάζοντας την αντίληψή του (συμμετέχοντες 1, 4, 6, 9, 10, 11, 12, 13).
- **Αλλαγή συμπεριφοράς του παιδιού:** Το παιδί μπορεί να γίνει επιθετικό, να χρησιμοποιεί χυδαίες εκφράσεις ή να παρουσιάζει ψυχολογικά προβλήματα ως αποτέλεσμα της αποξένωσης (συμμετέχοντες 1, 4, 9, 10, 11, 12, 13).
- **Εργαλειοποίηση του παιδιού:** Το παιδί χρησιμοποιείται ως μέσο για την επίτευξη στόχων του αποξενωτή γονέα, όπως η οικονομική εκμετάλλευση ή η εκδίκηση (συμμετέχοντες 1, 4, 5, 9, 11, 13).
- **Έλλειψη ενημέρωσης:** Ο αποξενωμένος γονέας δεν ενημερώνεται για θέματα υγείας ή της σχολικής ζωής του παιδιού (συμμετέχοντες 4, 10, 11, 13).

- **Μελλοντικά Σχέδια με το Παιδί**

Τα μελλοντικά σχέδια των γονέων επικεντρώνονται κυρίως στην ευημερία, την ψυχική υγεία και την αυτονομία των παιδιών, καθώς και στην αποκατάσταση ή ενίσχυση της σχέσης τους:

- **Ευημερία και Αυτονομία των Παιδιών (Αποξενωμένοι και Μη Αποξενωμένοι Γονείς)**

Πολλοί γονείς επιθυμούν τα παιδιά τους να δημιουργήσουν τη δική τους ζωή, να ολοκληρώσουν τις σπουδές τους, να βρουν δουλειά και να είναι ευτυχισμένα και ισορροπημένα (συμμετέχοντες 3, 5, 14, 16, 18, 19, 20). Υπάρχει η επιθυμία να είναι κοντά στα παιδιά τους, να τα στηρίζουν και να τα βοηθούν να αναπτύξουν αυτοπεποίθηση και εμπιστοσύνη στον εαυτό τους (συμμετέχοντες 4, 11, 15, 20).

- **Αποκατάσταση και Ενίσχυση της Σχέσης (Αποξενωμένοι Γονείς)**

Για τους γονείς που βιώνουν αποξένωση, το κύριο μέλημα είναι η αποκατάσταση της σχέσης με τα παιδιά τους. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει:

- **Επιδίωξη νομικών λύσεων:** Ορισμένοι γονείς επιδιώκουν την αποκλειστική επιμέλεια ή τη συνεπιμέλεια μέσω δικαστικών οδών, πιστεύοντας ότι αυτό είναι ο μόνος τρόπος να προστατεύσουν τα παιδιά τους και να διασφαλίσουν την παρουσία τους στη ζωή τους (συμμετέχοντες 2, 4, 13).
- **Διατήρηση της επαφής με κάθε κόστος:** Ακόμη και σε περιπτώσεις πλήρους αποξένωσης, οι γονείς προσπαθούν να διατηρήσουν την επαφή, έστω και μέσω βιντεοκλήσεων ή σύντομων συναντήσεων, με την ελπίδα ότι κάποια στιγμή τα παιδιά θα καταλάβουν την αλήθεια (συμμετέχοντες 2, 4, 13).
- **Εστίαση στην ψυχική υγεία των παιδιών:** Υπάρχει ανησυχία για τις ψυχολογικές επιπτώσεις της αποξένωσης στα παιδιά και επιθυμία να τους παρασχεθεί η απαραίτητη υποστήριξη (συμμετέχοντες 4, 9, 10, 11, 12).

4.2.5.2 Προτάσεις για Πρόληψη & Αντιμετώπιση Γονικής Αποξένωσης

Όλοι οι χωρισμένοι γονείς έδωσαν προτάσεις για την πρόληψη και αντιμετώπιση της γονικής αποξένωσης στις συνεντεύξεις. Οι προτάσεις επικεντρώνονται σε νομικές, ψυχολογικές και κοινωνικές παρεμβάσεις. Αναδεικνύεται η ανάγκη για εξωδικαστική επίλυση διαφορών, η ενίσχυση της συνεπιμέλειας και η επιμόρφωση των δικαστικών και ψυχικής υγείας λειτουργών. Επισημαίνεται επίσης η σημασία της έγκαιρης αναγνώρισης των σημαδιών αποξένωσης και της προστασίας του συμφέροντος του παιδιού. Τέλος, τονίζεται η ανάγκη για αλλαγή νοοτροπίας στην κοινωνία και το νομικό σύστημα, ώστε να διασφαλίζεται η ισότιμη συμμετοχή και των δύο γονέων στη ζωή του παιδιού.

• Νομικές Προτάσεις

- **Εξωδικαστική Επίλυση Διαφορών:** Πολλοί γονείς τονίζουν την ανάγκη να αποφεύγονται τα δικαστήρια και να αναζητούνται λύσεις μέσω διαλόγου και συνεργασίας (συμμετέχοντες 5, 15, 17, 18, 19, 20). Η 15^η συμμετέχουσα προτείνει στους γονείς να προσπαθήσουν να βρουν μια λύση εκτός δικαστηρίων, θυμούμενοι τι τους ένωσε και αναγνωρίζοντας την ευθύνη του

γονικού ρόλου. Ο 9^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι προσπάθησε να προτείνει εξωδικαστική λύση για να δοθούν τα χρήματα σε παιδοψυχολόγο αντί για δικαστικά έξοδα, αλλά δεν εισακούστηκε. Ο 10^{ος} συμμετέχων υπογραμμίζει ότι η μη συνεργασία των γονέων οδηγεί σε προβλήματα για το παιδί και ότι η επίλυση των διαφορών πρέπει να γίνεται εκτός δικαστηρίων.

- **Εφαρμογή της Συνεπιμέλειας:** Η επιβολή της συνεπιμέλειας ως κανόνα, με ίσο χρόνο και για τους δύο γονείς, εκτός αν υπάρχουν αποδεδειγμένοι λόγοι για το αντίθετο (συμμετέχοντες 1, 2, 3, 4, 6, 10, 11, 13, 15, 16, 18). Η 15^η συμμετέχουσα θεωρεί τον κανόνα της συνεπιμέλειας πολύ θετική έκβαση, αλλά τονίζει ότι χρειάζεται εφαρμογή, Η 16^η συμμετέχουσα υποστηρίζει τον νέο νόμο για τη συνεπιμέλεια, καθώς πιστεύει ότι κανείς δεν πρέπει να στερείται το παιδί του, εφόσον θέλει να το ζει. Ο 2^{ος} συμμετέχων προτείνει την από κοινού ανατροφή, χρονικά και νομικά, για να μην ευδοκιμήσουν οι τακτικές αποξένωσης και να προστατευθεί το παιδί. Ο 8^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι ο νόμος του 2021 ήρθε για να ενημερώσει τους δικαστές ότι η κοινή ανατροφή είναι επιστημονικά επιτακτική. Ο 11^{ος} συμμετέχων προτείνει ότι η συνεπιμέλεια είναι υποχρεωτική, καθώς και η επιβολή κυρώσεων σε περίπτωση μη τήρησης.
- **Επιμόρφωση Νομικών Λειτουργών/Εξειδικευμένη Υποστήριξη:** Υπάρχει έντονη κριτική για την έλλειψη γνώσης και ευαισθησίας των δικαστικών και νομικών λειτουργών σε θέματα γονικής αποξένωσης. Η 15^η συμμετέχουσα προτείνει στους νομικούς να σκέφτονται τη θέση του παιδιού και όχι το πώς θα κερδίσουν μια υπόθεση. Ο 9^{ος} συμμετέχων ζητά ένα δικαστήριο με παιδοψυχολόγο που να ασχολείται μόνο με τα παιδιά. Ο 2^{ος} συμμετέχων τονίζει ότι οι δικαστές δεν αλλάζουν νοοτροπία και ότι το σύστημα είναι «φιάσκο». Ο 8^{ος} συμμετέχων προτείνει στους νομικούς να σταματήσουν τα «copy paste» δικόγραφα και να εστιάσουν στην ουσία. Ο 11^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι οι δικαστές έχουν χάσει την επαφή με την πραγματικότητα και ότι οι δικηγόροι υπερηφανεύονται για το πόσο καλοί ψεύτες είναι. Η ανάγκη για εξειδικευμένους επαγγελματίες ψυχικής υγείας και νομικούς που να κατανοούν τη γονική αποξένωση και να προστατεύουν το συμφέρον του παιδιού (συμμετέχοντες 1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 18).

- **Αυστηροποίηση Νομοθεσίας και Κυρώσεις:** Προτείνονται αυστηρότερες κυρώσεις για την παραβίαση δικαστικών αποφάσεων και την αποξένωση. Ο 11^{ος} συμμετέχων προτείνει ότι σε περίπτωση που ο γονέας δεν βλέπει το παιδί, να κόβεται η διατροφή και να υπάρχουν κυρώσεις για τη μη τήρηση της υποχρεωτικής επικοινωνίας. Ο 13^{ος} συμμετέχων προτείνει ότι αν αποδειχθεί ψευδής καταγγελία, ο γονέας να χάνει τη γονική μέριμνα και να μπαίνει φυλακή.
- **Τεστ DNA:** Ο 5^{ος} συμμετέχων προτείνει την υποχρεωτική διενέργεια τεστ DNA σε κάθε γέννηση για να διασφαλίζεται η πατρότητα και να αναλαμβάνονται οι ευθύνες από τον πατέρα σε περίπτωση που η μητέρα αρνείται την πατρότητα. Ο 11^{ος} συμμετέχων επίσης προτείνει υποχρεωτικό τεστ DNA.

• **Ψυχολογικές Προτάσεις**

- **Επαγγελματική Υποστήριξη:** Η συμβολή των επαγγελματιών ψυχικής υγείας θεωρείται κρίσιμη. Η 15^η συμμετέχουσα προτείνει βοήθεια από ειδικό ψυχικής υγείας σε κάθε ζευγάρι που χωρίζει. Η 12^η συμμετέχουσα τονίζει την ανάγκη για ομάδες γονέων και την άμεση πρόσβαση σε ειδικούς ψυχικής υγείας μετά από κάθε δικαστήριο ή επαφή με δημόσιες δομές. Ο 1^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η ψυχολόγος τον βοήθησε να διαχειριστεί την κατάσταση και να προσεγγίσει το παιδί, κάτι το οποίο προτείνει.
- **Αναγνώριση Επιστημονικού Φαινομένου:** Οι επαγγελματίες καλούνται να αναγνωρίσουν τη γονική αποξένωση ως ένα επιστημονικά αποδεδειγμένο φαινόμενο και να χρησιμοποιούν τα κατάλληλα πρωτόκολλα αντιμετώπισης (συμμετέχοντες 2, 12).
- **Έγκαιρη Αναγνώριση Σημαδιών:** Η πρόληψη ξεκινά με την έγκαιρη αναγνώριση των σημαδιών της αποξένωσης. Ο 8^{ος} συμμετέχων τονίζει ότι ο κόσμος πρέπει να εκπαιδευτεί να αναγνωρίζει τα σημάδια νωρίς. Ο 1^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η αποξένωση χτίζεται και δεν είναι αποτέλεσμα ενός μεμονωμένου γεγονότος.
- **Συνεργασία και Διάλογος:** Η διατήρηση της επικοινωνίας και της συνεργασίας μεταξύ των γονέων είναι θεμελιώδης. Η 16^η συμμετέχουσα προτείνει συζήτηση

για την αντιμετώπιση διαφορών. Ο 11^{ος} συμμετέχων τονίζει τη σημασία της ωριμότητας, της υπευθυνότητας, του σεβασμού και της αγάπης προς το παιδί.

- **Προστασία του Παιδιού:** Η δημιουργία δομών και μηχανισμών που να προστατεύουν το παιδί από την κακοποίηση και την παραμέληση, με έμφαση στην ψυχική του υγεία (συμμετέχοντες 1, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13) είναι η απόλυτη προτεραιότητα. Η 15^η συμμετέχουσα τονίζει ότι πάνω από όλα είναι το συμφέρον του παιδιού. Ο 9^{ος} συμμετέχων υπογραμμίζει ότι τα παιδιά είναι τα πρώτα θύματα σε αυτές τις περιπτώσεις. Η 16^η συμμετέχουσα αναφέρει ότι το παιδί δεν ανήκει ούτε στον έναν ούτε στον άλλο γονέα, αλλά είναι οντότητα μόνη της και έχει ανάγκη και τους δύο.

- **Κοινωνικές Προτάσεις**

- **Εκπαίδευση και Ευαισθητοποίηση:** Η ενημέρωση του κοινού, της κοινωνίας, των επαγγελματιών και των γονέων για τη γονική αποξένωση και τις επιπτώσεις της (συμμετέχοντες 1, 2, 4, 10, 11, 13). Ο 5^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η γονική αποξένωση ήταν άγνωστη παλαιότερα και ότι χρειάζεται να γίνει γνωστή. Ο 7^{ος} συμμετέχων προτείνει να μαθευτεί, να διαδοθεί και να γίνει γνωστό το φαινόμενο. Ο 11^{ος} συμμετέχων προτείνει εξόρμηση στα σχολεία για την ενημέρωση δασκάλων και καθηγητών.

- **Προτάσεις για την Πρόληψη της Αποξένωσης εντός του Γάμου**

- **Συμβόλαιο Προγαμιαίο/Συμβίωσης:** Ορισμένοι προτείνουν τη δημιουργία προγαμιαίου συμβολαίου ή συμφώνου συμβίωσης, όπου θα καθορίζονται οι όροι σε περίπτωση χωρισμού, συμπεριλαμβανομένης της επιμέλειας και της επικοινωνίας με τα παιδιά (συμμετέχοντες 5, 14).
- **Συνεχής Επικοινωνία και Συνεργασία:** Η διατήρηση καλής επικοινωνίας και συνεργασίας εντός του γάμου μπορεί να προλάβει προβλήματα μετά τον χωρισμό. Η 15^η συμμετέχουσα αναφέρει ότι η ειλικρινής επικοινωνία και η δημοκρατική προσέγγιση στην ανατροφή των παιδιών συνέβαλαν στη διατήρηση καλών σχέσεων.

- **Αποφυγή Τοξικών Συμπεριφορών:** Η αποφυγή τοξικών συμπεριφορών και η διαχείριση των προσωπικών πικριών είναι κρίσιμη. Η ποιότητα της σχέσης ενός ζευγαριού αντανakλάται και στον χωρισμό (συμμετέχοντες 15, 18, 19, 20). Η 16^η συμμετέχουσα προτείνει τη σωστή διαχείριση των συναισθημάτων και των πράξεων.

Συνοψίζοντας, οι προτάσεις για την πρόληψη και αντιμετώπιση της γονικής αποξένωσης περιλαμβάνουν ένα ευρύ φάσμα παρεμβάσεων, από τη νομική μεταρρύθμιση και την επιμόρφωση των λειτουργών μέχρι την ψυχολογική υποστήριξη των γονέων και την ευαισθητοποίηση της κοινωνίας. Η έμφαση δίνεται στην προστασία του παιδιού και τη διασφάλιση της ισότιμης σχέσης του με και τους δύο γονείς.

4.2.5.3 Σημασία λέξης «Γονιός» μετά την Εμπειρία του Χωρισμού ή/και της Γονικής Αποξένωσης

- **Ενισχυμένη Αίσθηση Ευθύνης και Προτεραιότητας**

Η πλειονότητα των συμμετεχόντων αναφέρει ότι η λέξη «γονιός» έχει αποκτήσει μεγαλύτερη βαρύτητα και ευθύνη μετά την εμπειρία του χωρισμού. Για την 15^η συμμετέχουσα, ο ρόλος του γονέα παραμένει ο σημαντικότερος στη ζωή της, χωρίς να έχει αλλάξει κάτι μετά την εμπειρία του χωρισμού. Αντίστοιχα, η 14^η συμμετέχουσα τονίζει ότι ο γονιός είναι αυτός που συνειδητά φέρνει ένα παιδί στον κόσμο και οφείλει να το μεγαλώσει με τον καλύτερο δυνατό τρόπο, θεωρώντας τον ρόλο αυτό «εφ' όρου ζωής» και υπογραμμίζοντας ότι «γονιός είναι για πάντα». Ο 9^{ος} συμμετέχων περιγράφει τη γονικότητα ως «μεγάλη ευθύνη» που απαιτεί «υπομονή» και την ικανότητα να «προλαβαίνεις κάποιες καταστάσεις».

Ο 10^{ος} συμμετέχων υπογραμμίζει ότι «γονιός είναι μόνο ο γονιός, ο οποίος βάζει το παιδί του πάνω από τον εαυτό του» και όχι κάποιος που έχει μια ιδιοκτησιακή σχέση με τα παιδιά του. Αυτή η άποψη ενισχύεται από τον 11^ο συμμετέχων, ο οποίος δηλώνει ότι «γονιός είναι η προστασία του παιδιού» και η διασφάλιση ότι θα μεγαλώσει ως «σωστός άνθρωπος υπεύθυνος». Ο 13^{ος} συμμετέχων, με τη σειρά του, τονίζει την ανάγκη για αφοσίωση και υπευθυνότητα απέναντι στο παιδί, ώστε να του δοθούν τα εφόδια για να αντιμετωπίσει τη ζωή και να έχει επιλογές.

- **Προσωπική Ανάπτυξη και Ενεργός Ρόλος**

Για ορισμένους, η εμπειρία αυτή έχει λειτουργήσει ως καταλύτης για προσωπική ανάπτυξη και ενίσχυση του γονικού τους ρόλου. Ο 2^{ος} συμμετέχων, παρά τις δυσκολίες, νιώθει «υπέρ γονιός» και πιστεύει ότι η προσπάθειά του να παραμείνει στη ζωή του παιδιού του τον έχει κάνει να τον «λατρέψει» και να θέσει τη σχέση τους ως «στόχο ζωής». Ο 8^{ος} συμμετέχων, αν και βίωσε την αποξένωση, δηλώνει ότι η εμπειρία τον έκανε να είναι πιο ενεργός και αφοσιωμένος στον ρόλο του πατέρα.

Ωστόσο, η εμπειρία αυτή δεν είναι πάντα θετική. Ο 4^{ος} συμμετέχων, μετά από χρόνια αποξένωσης, δηλώνει ότι «δεν μπορώ να ξέρω τι σημαίνει γονιός» και ότι η εμπειρία τον έχει κάνει να μην μπορεί να ξαναφτιάξει τη ζωή του.

- **Ενεργός Γονιός μετά τη Γονική Αποξένωση**

Αρκετοί αποξενωμένοι γονείς δηλώνουν ότι η εμπειρία της αποξένωσης τους έχει κάνει πιο ενεργούς και μαχητικούς. Ο 1^{ος} συμμετέχων, παρόλο που βιώνει πλήρη αποξένωση, δηλώνει ότι ήταν κάθε μέρα με το παιδί του στις δραστηριότητές του, στο σχολείο του, στον πόνο του και στις χαρές του, ξεπερνώντας τις τρικλοποδιές της πρώην συζύγου. Ο 8^{ος} συμμετέχων, αν και αρχικά αποξενωμένος, έγινε πιο ενεργός όταν το ένα του παιδί ήρθε να μείνει μαζί του, προσπαθώντας να αποκαταστήσει τη σχέση του με το άλλο παιδί και να το βγάλει από την τοξική ιστορία. Η 12^η συμμετέχουσα αναφέρει ότι η περιπέτεια της αποξένωσης την έκανε καλύτερο γονέα, ωριμάζοντάς την και δίνοντας μεγαλύτερη σημασία στην συναισθηματική ζωή με το παιδί της. Ο 3^{ος} συμμετέχων δηλώνει ότι η αποξένωση τον έκανε πολύ πιο ενεργό, καθώς έβλεπε την ανάγκη να είναι παρών στη ζωή των παιδιών του, ακόμα και στα μαθήματα. Η ερώτηση αν θα ήταν το ίδιο ενεργοί γονείς χωρίς την αποξένωση προκαλεί ποικίλες απαντήσεις. Ο 9^{ος} συμμετέχων πιστεύει ότι θα ήταν λιγότερο ενεργός, καθώς η απουσία προβλημάτων θα τον οδηγούσε σε εφησυχασμό. Αυτή η άποψη υποδηλώνει ότι η κρίση της αποξένωσης λειτούργησε ως καταλύτης για την αυξημένη του συμμετοχή.

Από την άλλη πλευρά, ο 2^{ος} συμμετέχων, αν και αναρωτήθηκε το ίδιο, πιστεύει ότι θα ήταν ο ίδιος πατέρας, καθώς η αγάπη του για το παιδί του ήταν ήδη βαθιά. Ο 1^{ος} συμμετέχων, επίσης, εκφράζει την πεποίθηση ότι θα ήταν το ίδιο ενεργός, καθώς η αφοσίωσή του στον γονικό ρόλο ήταν συνειδητή και βαθιά ριζωμένη. Η 15^η συμμετέχουσα, η οποία δεν βιώνει αποξένωση, δηλώνει ότι ο ρόλος του γονέα είναι ο σημαντικότερος στη ζωή της και δεν έχει αλλάξει μετά

την εμπειρία του χωρισμού. Αυτό υποδηλώνει ότι η ενεργός γονικότητα μπορεί να είναι έμφυτη ή να αναπτύσσεται ανεξάρτητα από τις δυσκολίες.

Η 16^η συμμετέχουσα, η οποία επέλεξε να παραμείνει στο ίδιο σπίτι με τον πρώην σύζυγο για χάρη των παιδιών, δηλώνει ότι ήταν και είναι ενεργός γονέας και ότι ο χωρισμός δεν την βοήθησε να γίνει περισσότερο ενεργή, αλλά την βοήθησε να σταθεί στα πόδια της. Αυτό υπογραμμίζει ότι η ενεργός γονικότητα μπορεί να προϋπάρχει της κρίσης και να μην είναι άμεσο αποτέλεσμα της αποξένωσης. Ο 4^{ος} συμμετέχων, αν και δεν μπορεί να απαντήσει με σιγουριά, πιστεύει ότι θα ήταν το ίδιο ενεργός, ίσως και περισσότερο, αν η σχέση του ήταν υγιής. Αυτή η δήλωση υποδηλώνει ότι η αποξένωση, ενώ τον ανάγκασε να παλέψει, ενδεχομένως περιόρισε την πλήρη έκφραση της γονικής του αγάπης και αφοσίωσης.

Συνοψίζοντας, η λέξη «γονιός» μετά την εμπειρία του χωρισμού και της γονικής αποξένωσης αποκτά μια βαθύτερη και πιο συνειδητή διάσταση. Οι γονείς αναγνωρίζουν την τεράστια ευθύνη τους, την ανάγκη για την παρουσία και των δύο γονέων στη ζωή του παιδιού και, σε πολλές περιπτώσεις, η εμπειρία αυτή τους ωθεί να γίνουν πιο ενεργοί και αφοσιωμένοι στον γονικό τους ρόλο, παρά τις ψυχολογικές και πρακτικές δυσκολίες. Ενώ ορισμένοι πιστεύουν ότι θα ήταν το ίδιο ενεργοί και χωρίς την αποξένωση, άλλοι αναγνωρίζουν ότι η κρίση τους ανάγκασε να αναπτύξουν μια επιμονή και μαχητικότητα που ενδεχομένως δεν θα είχαν σε μια ομαλή κατάσταση. Η επιμονή, η αγάπη και η προσπάθεια για την ευημερία του παιδιού αναδεικνύονται ως τα κυρίαρχα χαρακτηριστικά του γονέα σε αυτές τις συνθήκες.

4.2.5.3 Ανάλυση Αντίδρασης Γονέων σε Υποθετική Συγγνώμη Αποξενωμένου Παιδιού

Η αντίδραση των αποξενωμένων γονέων στην υποθετική συγγνώμη ενός αποξενωμένου παιδιού ποικίλλει, αλλά κυριαρχεί η βαθιά συναισθηματική φόρτιση και η επιθυμία για επανασύνδεση. Πολλοί εκφράζουν συγκίνηση και ανακούφιση, βλέποντας τη συγγνώμη ως δικαίωση των αγώνων τους. Ωστόσο, η αποδοχή της συγγνώμης δεν σημαίνει απαραίτητα την πλήρη αποκατάσταση της σχέσης, καθώς οι μακροχρόνιες επιπτώσεις της αποξένωσης έχουν δημιουργήσει βαθιά τραύματα στο παιδί και στο γονέα. Η ανάγκη για κατανόηση του γιατί συνέβη η αποξένωση και η επιθυμία να προστατευθεί το παιδί από μελλοντικές παρόμοιες καταστάσεις είναι κοινά στοιχεία.

- **Συναισθηματική Αντίδραση και Αποδοχή**

Η πλειονότητα των αποξενωμένων γονέων εκφράζει βαθιά συγκίνηση και ανακούφιση στην ιδέα μιας συγγνώμης από το παιδί τους στην υποθετική ερώτηση που τους τέθηκε. Αυτή η αντίδραση συχνά συνοδεύεται από δάκρυα και μια αίσθηση δικαίωσης για τους αγώνες που έχουν δώσει (συμμετέχοντες 2, 9). Ο 9^{ος} συμμετέχων αναφέρει χαρακτηριστικά: «Θα κλάψω. Δεν ξέρω τη θέση μου. Τότε θα αισθανθώ μέσα μου δικαιωμένος». Παρόμοια, ο 2^{ος} συμμετέχων δηλώνει: «Παιδί μου είναι. Θα έκλαιγα και θα το αγκάλιαζα». Όλοι συμφωνούν ότι το παιδί δεν χρειάζεται να πει ή να νιώσει ενοχές διότι δεν φταίει.

Ωστόσο, η αποδοχή της υποθετικής συγγνώμης δεν είναι πάντα ανεπιφύλακτη. Ορισμένοι γονείς τονίζουν ότι η συγγνώμη δεν είναι απαραίτητη, καθώς θεωρούν το παιδί θύμα της κατάστασης και όχι υπαίτιο (συμμετέχοντες 1, 2, 4). Ο 13^{ος} συμμετέχων αναφέρει: «Για τι πράγμα μου λέει συγγνώμη; Γιατί δεν έχει σφάλει κάπου για να ζητήσει συγγνώμη. Δεν μπορώ να φανταστώ γιατί θα μου πει συγγνώμη το παιδί μου. Το μόνο που έχω να του πω εγώ ίσως είναι συγγνώμη». Αυτή η στάση αντανακλά την κατανόηση ότι το παιδί έχει υποστεί πλήρη εγκεφάλου ή χειραγώγηση από τον αποξενωτή γονέα.

- **Αναζήτηση Αιτιών και Κατανόηση**

Πέρα από τη συναισθηματική αντίδραση, οι γονείς εκφράζουν την ανάγκη να κατανοήσουν τους λόγους πίσω από την αποξένωση και τη συμπεριφορά του παιδιού. Ο 8^{ος} συμμετέχων δηλώνει ότι θα απαλλάξει το παιδί από το βάρος μια υποθετικής συγγνώμης και θα προσπαθήσει να του εξηγήσει ότι ήταν θύμα και όχι θύτης. Αυτό υπογραμμίζει την επιθυμία να αποκατασταθεί η αλήθεια και να βοηθηθεί το παιδί να επεξεργαστεί τα βιώματά του.

Ορισμένοι γονείς πιστεύουν ότι το παιδί, μεγαλώνοντας, θα κατανοήσει από μόνο του την κατάσταση και θα αναγνωρίσει την αλήθεια (συμμετέχοντες 5, 7, 9). Ο 9^{ος} συμμετέχων αναφέρει: «Όσο μεγαλώνει και καταλαβαίνει. Έτυχε πριν δυο τρία χρόνια. Κάποια στιγμή είχε πάρει τηλέφωνο από το χωριό. Κάποια στιγμή ακούγεται σταθερό, βαρύ ακούγεται. Πάλι του πατέρα σου μιλάς; Ναι, γυρίζει και κάνει το παιδί. Έλα να σας πω, άμα δεν γουστάρεις τον πατέρα μου, εγώ θέλω να του μιλάω. Το είπε μόνο του το παιδί τότε». Αυτή η προσδοκία βασίζεται στην πεποίθηση ότι η αλήθεια θα επικρατήσει τελικά.

- **Ο Ρόλος του Γονέα και η Αυτοπροστασία**

Η εμπειρία της αποξένωσης έχει διαμορφώσει την αντίληψη των γονέων για τον ρόλο τους. Πολλοί νιώθουν ότι έχουν γίνει πιο δυνατοί και πιο συνειδητοποιημένοι γονείς (συμμετέχοντες 2, 11). Η 12^η συμμετέχουσα αναφέρει ότι η περιπέτεια την έχει κάνει καλύτερο γονέα, πιο μαλακή και με μεγαλύτερη έμφαση στην συναισθηματική ζωή του παιδιού.

Ταυτόχρονα, η αυτοπροστασία είναι ένα σημαντικό θέμα. Ορισμένοι γονείς έχουν αναπτύξει μηχανισμούς για να διαχειριστούν τον πόνο και την απογοήτευση, όπως η αποκοπή από συναισθηματικές προσδοκίες (13^{ος} συμμετέχων). Για παράδειγμα, αναφέρει ότι έχει αποκοπεί συνειδητά συναισθηματικά για να προστατευτεί και να μην μπορούν να τον «καρφώνουν το μαχαίρι στην καρδιά». Αυτή η στάση, αν και σκληρή, είναι αποτέλεσμα της μακροχρόνιας ταλαιπωρίας και της ανάγκης για επιβίωση.

- **Επιδράσεις του Νομικού Συστήματος και της Κοινωνίας**

Οι γονείς συχνά εκφράζουν απογοήτευση για τον τρόπο που το νομικό σύστημα και οι κοινωνικές υπηρεσίες χειρίζονται τις υποθέσεις αποξένωσης. Η έλλειψη κατανόησης, η καθυστέρηση και η προκατάληψη είναι κοινά παράπονα (συμμετέχοντες 2, 4, 10). Αυτό έχει οδηγήσει σε μια αίσθηση αδικίας και στην πεποίθηση ότι το σύστημα δεν προστατεύει επαρκώς το συμφέρον του παιδιού (συμμετέχοντες 2, 4, 10).

Προκαλείται ένα σύνθετο μείγμα συναισθημάτων στους γονείς, από βαθιά συγκίνηση και ανακούφιση έως την ανάγκη για κατανόηση και αυτοπροστασία. Ενώ η επιθυμία για επανασύνδεση είναι ισχυρή, η εμπειρία της αποξένωσης έχει διαμορφώσει τους γονείς, καθιστώντας τους πιο συνειδητοποιημένους, αλλά και πιο επιφυλακτικούς. Τα τραύματα του παρελθόντος δεν μπορούν να διαγραφούν, αλλά ακόμα και μια υποτιθέμενη πρώτη κίνηση του παιδιού για επανασύνδεση με το γονέα όταν το παιδί θα είναι πλέον ενήλικας, αποτελεί ένα πρώτο βήμα προς την αποκατάσταση μιας σχέσης που έχει υποστεί σοβαρές δοκιμασίες.

4.2.6 Ανάλυση των Συμπληρωματικών Μέσων Έκφρασης (Γράμματα) & 2^η Συνέντευξη

- **Γράμμα Χωρίς Αποστολή**

Τα γράμματα που αναλύθηκαν αποκαλύπτουν τις βαθιές συναισθηματικές και νομικές προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι αποξενωμένοι γονείς στην Ελλάδα. Κυρίαρχα θέματα είναι η γονική αποξένωση, η δυσλειτουργία του νομικού συστήματος και ο αντίκτυπος στα παιδιά.

Οι γονείς εκφράζουν αγωνία για την απώλεια επαφής με τα παιδιά τους, την αδικία των δικαστικών αποφάσεων και την εργαλειοποίηση των παιδιών σε διαζύγια. Αναδεικνύεται η ανάγκη για ισότιμη γονική μέριμνα και η προστασία του βέλτιστου συμφέροντος του παιδιού, με έμφαση στην ψυχολογική υποστήριξη και την αναγνώριση της αξίας και των δύο γονέων.

Τα γράμματα που υποβλήθηκαν από αποξενωμένους γονείς στην Ελλάδα αποκαλύπτουν ένα σύνθετο πλέγμα συναισθηματικών, νομικών και κοινωνικών προκλήσεων. Κυρίαρχα θέματα είναι η γονική αποξένωση, η δυσλειτουργία του νομικού συστήματος, ο αντίκτυπος στα παιδιά και η ανάγκη για ισότιμη γονική μέριμνα.

ο Η Γονική Αποξένωση και οι Συνέπειές της

Η γονική αποξένωση αναδεικνύεται ως ένα κεντρικό ζήτημα, με τους γονείς να περιγράφουν την απώλεια επαφής με τα παιδιά τους και τις προσπάθειες του άλλου γονέα ή συγγενών να διαβάλουν την εικόνα τους. Ο 9^{ος} συμμετέχων, για παράδειγμα, απαγορεύει σε συγκεκριμένα άτομα να πλησιάζουν το παιδί του, κατηγορώντας τα για ψυχική κακοποίηση, θέτοντας σε κίνδυνο την ασφάλεια του παιδιού και διαδίδοντας ψέματα για τον ίδιο. Αναφέρει ότι το παιδί του φοβάται και κλαίει, ενώ του λένε ψέματα ότι ο πατέρας του πετάει δυναμιτάκια ή ότι βρίσκεται στη φυλακή. Αυτές οι ενέργειες έχουν προκαλέσει ψυχολογικά προβλήματα στο παιδί, όπως το να κάνει την ανάγκη του στον ύπνο του.

Ο 10^{ος} συμμετέχων, μέσα από την ποίησή του, περιγράφει την αλήθεια που δεν αντέχει, όπου το ψέμα νικά, οδηγώντας στην καταστροφή των παιδιών και της ελπίδας. Εκφράζει την αγωνία του πατέρα που χάνει τα παιδιά του και την αίσθηση ότι η καρδιά του «χτυπά δυνατά» μόνο όταν πρόκειται να τα αγκαλιάσει.

Ο 5^{ος} συμμετέχων απευθύνεται στα αποξενωμένα του παιδιά, εξηγώντας ότι η απόσταση δεν ήταν επιλογή του και ότι η αγάπη του δεν έσβησε ποτέ. Ζητά να τον σέβονται ως άνθρωπο και όχι ως πηγή χρημάτων, καλώντας τα να «ορθοποδήσουν ψυχολογικά ως ενήλικες».

Ο 4^{ος} συμμετέχων απευθύνεται στον παιδί του, δηλώνοντας ότι δεν του επέτρεψαν να γνωρίσει ουσιαστικά τον πατέρα του, με αποτέλεσμα να πληγωθεί η προσωπικότητά του και να χαθεί περιουσία. Τονίζει ότι το παιδί του υπέφερε ασύμμετρα και δεν γνώρισε φυσιολογική παιδική ηλικία, αλλά παρόλα αυτά είναι ήρωας που επιβίωσε στη βία και την παράνοια.

ο Κριτική στο Νομικό Σύστημα και τους Φορείς

Πολλά γράμματα εκφράζουν έντονη κριτική προς το νομικό σύστημα και τους φορείς που εμπλέκονται σε υποθέσεις διαζυγίων και γονικής μέριμνας. Ο 9^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι δεν του επετράπη να εκθέσει την πλευρά του στο δικαστήριο, αισθανόμενος αδικημένος και ότι του κόλλησαν την ταμπέλα του «κακοποιητή και του βίαιου». Ζητά την παρέμβαση εισαγγελέα και παιδοψυχολόγου για να ακουστεί η αλήθεια του παιδιού του.

Ο 2^{ος} συμμετέχων απευθύνεται σε δικαστικούς λειτουργούς, περιγράφοντας τον αγώνα του ως «πολύπλευρο, άνισο και άδικο». Καταγγέλλει ότι το νομικό σύστημα επιτρέπει στη πρώτην σύζυγο να δημιουργεί προσκόμματα στην ουσιαστική γονική σχέση και ότι η αντίληψη πως «το παιδί είναι προέκταση και κτήμα της μητέρας» είναι στερεοτυπική. Τονίζει ότι η αποκλειστική επιμέλεια δεν εξυπηρετεί το «βέλτιστο συμφέρον του τέκνου» και οδηγεί σε «ελλειμματικές προσωπικότητες». Κατηγορεί τους φορείς ότι κωφεύουν είτε λόγω άγνοιας είτε λόγω στερεοτυπικών αντιλήψεων.

Ο 10^{ος} συμμετέχων καταγγέλλει λειτουργούς ως μέλη μιας «συμμορίας» που δεν βλέπουν στοιχεία, μόνο φύλο, και δεν τις νοιάζουν τα παιδιά.

Το κείμενο του 8^{ου} συμμετέχοντα αναδεικνύει την αδυναμία του νομικού συστήματος να παρέμβει αποτελεσματικά στη γονική αποξένωση, καθώς οι παρεμβάσεις είναι αργές και τα παιδιά μπορεί να είναι αρκετά μεγάλα ώστε να επηρεάζουν τις δικαστικές αποφάσεις. Επικρίνει την «μυωπία και πρεσβυωπία» του συστήματος που εστιάζει σε γονικές διαμάχες αντί για την ευημερία του παιδιού και την ανεπάρκεια των νόμων, ειδικά όσον αφορά την κοινή επιμέλεια.

ο Ο Ρόλος των Παιδιών και η Ψυχολογική τους Υγεία

Τα παιδιά βρίσκονται στο επίκεντρο των ανησυχιών των γονέων. Ο 9^{ος} συμμετέχων ζητά να ακουστούν τα λόγια του παιδιού του και να δει παιδοψυχολόγος το παιδί για να επιβεβαιώσει τα λεγόμενά του.

Ο 10^{ος} συμμετέχων μιλά για «πετρωμένα παιδιά». Τονίζει ότι τα παιδιά «ορφανεύονται» και «στέλνονται παραμελημένα» να κάνουν την καρδιά τους πέτρα.

Ο 2^{ος} συμμετέχων υπογραμμίζει ότι τα παιδιά της αποκλειστικής επιμέλειας έχουν τις λιγότερο επιτυχείς επιδόσεις σε διάφορους τομείς της ζωής τους. Ζητά από τους δικαστικούς λειτουργούς να προστατεύσουν τα δικαιώματα των παιδιών στην οικογενειακή ζωή.

Το ποίημα του Χαλίλ Γκιμπράν, που παραθέτει ο 13^{ος} συμμετέχων, τονίζει ότι «τα παιδιά σας δεν είναι δικά σας παιδιά» και ότι οι γονείς πρέπει να τους δώσουν την αγάπη τους, όχι όμως τις σκέψεις τους, καθώς έχουν τις δικές τους σκέψεις και ψυχές που ζουν στο «σπίτι του Αύριου». Αυτό υπογραμμίζει την ανάγκη για σεβασμό της αυτονομίας και της ψυχικής υγείας των παιδιών.

ο Η Αναζήτηση Ισότητας και Δικαιοσύνης

Οι γονείς ζητούν ισότητα και δικαιοσύνη στο νομικό σύστημα. Ο 2^{ος} συμμετέχων υποστηρίζει ότι η ισότιμη αντιμετώπιση των γονέων διασφαλίζει την έννοια της ισότητας στην κοινωνία και στην αντίληψη των ανηλίκων. Καταγγέλλει ότι όταν ο ένας γονέας γνωρίζει ότι «ο νικητής τα παίρνει όλα», επιδιώκει τη σύγκρουση και τη δικαστική εμπλοκή για να αποκτήσει κυριαρχία.

Ο 10^{ος} συμμετέχων μιλά για «γονιό και πολίτη Β κατηγορίας» λόγω της «βιοκοινωνικής υπεροχής» και των «ψευτοφεμινιστριών» που τους μπερδεύουν σε «πλοκάμια δικαστών και συμφέροντα δικηγόρων». Ζητά «γονική ισότητα άνευ όρων».

Η 15^η συμμετέχουσα σε ένα πιο ήπιο τόνο, απευθύνεται στον εν διαστάσει σύζυγό της, αναγνωρίζοντας ότι «δεν τα καταφέραμε» ως ζευγάρι, αλλά τονίζει ότι «θα είμαστε πάντα γονείς των υπέροχων πλασμάτων μας». Αυτό υποδηλώνει μια προσπάθεια για διατήρηση της γονικής σχέσης παρά τη διάλυση του γάμου.

ο Ο Σκοπός των Γραμμάτων

Οι «Οδηγίες Συγγραφής Γράμματος πριν τη 2η συνέντευξη» διευκρινίζουν ότι τα γράμματα αυτά δεν προορίζονται για πραγματική αποστολή, αλλά για να χρησιμοποιηθούν ως μέρος της συνέντευξης, επιτρέποντας στους συμμετέχοντες να εκφράσουν τις εμπειρίες τους από τη γονική αποξένωση. Αυτό υποδηλώνει ότι τα γράμματα αποτελούν ένα μέσο έκφρασης πόνου, απογοήτευσης και αγωνίας, με στόχο την κατανόηση και την ανάδειξη των προβλημάτων που αντιμετωπίζουν οι αποξενωμένοι γονείς.

Συνολικά, τα γράμματα σκιαγραφούν μια εικόνα γονέων που αγωνίζονται να διατηρήσουν τη σχέση με τα παιδιά τους ενάντια σε ένα σύστημα που συχνά θεωρούν άδικο και αναποτελεσματικό, με βαθιές συνέπειες στην ψυχολογική υγεία τόσο των γονέων όσο και των παιδιών.

- **Δεύτερη Συνέντευξη**

Η ανάλυση της 2^{ης} συνέντευξης αποκαλύπτει μια βαθιά συναισθηματική φόρτιση και απογοήτευση μεταξύ των χωρισμένων γονέων, ιδίως όσον αφορά τη γονική αποξένωση. Οι συμμετέχοντες εκφράζουν την ανάγκη για ένα πιο δίκαιο και αποτελεσματικό νομικό σύστημα που να προστατεύει τα δικαιώματα των παιδιών και των δύο γονέων. Αναδεικνύεται η έλλειψη εξειδίκευσης και ευαισθητοποίησης των δικαστικών και κοινωνικών λειτουργών, καθώς η ανάγκη για ενημέρωση και υποστήριξη των γονέων. Η συζήτηση επεκτείνεται στην επίδραση της αποξένωσης στην ψυχολογία των παιδιών και των γονέων, υπογραμμίζοντας την πολυπλοκότητα του φαινομένου και την ανάγκη για ολιστική προσέγγιση. Τα κείμενα αναδεικνύουν την προσωπική οδύνη, την απογοήτευση από το νομικό σύστημα και την ανάγκη για ουσιαστική υποστήριξη και αναγνώριση του προβλήματος.

- **Συναισθηματική Φόρτιση και Προσωπικές Εμπειρίες**

Οι συμμετέχοντες εκφράζουν έντονη συναισθηματική φόρτιση κατά την αναφορά στις εμπειρίες τους. Η 15^η συμμετέχουσα περιγράφει συγκίνηση και την κατανόηση ότι, παρά τη ρήξη, η σχέση με τον πρώην σύζυγο εξελίχθηκε σε μια βαθιά φιλία, θεωρώντας ότι «τελικά τα καταφέραμε». Αντίθετα, η 14^η συμμετέχουσα δεν αισθάνεται την ανάγκη να γράψει γράμμα σε κανέναν εκτός από το παιδί της, καθώς του εκφράζει καθημερινά τα συναισθήματά της, υπογραμμίζοντας την απουσία άλλων εκκρεμοτήτων ή οργής. Ο 9^{ος} συμμετέχων εκφράζει θυμό για την αδυναμία συνεννόησης με την αντίδικη πλευρά και την αίσθηση αδικίας, ειδικά όταν ένα παιδί βρίσκεται στη μέση. Ο 5^{ος} συμμετέχων αναφέρεται στην «τελική φάση της αποξένωσης» και την ανάγκη να αποδείξει την αθωότητά του, νιώθοντας ότι ο νόμος είναι στημένος εναντίον του. Ο 2^{ος} συμμετέχων περιγράφει τον πόνο που επανέρχεται κάθε φορά που γράφει για το θέμα, τονίζοντας την ανεπάρκεια του χώρου να αποτυπώσει όλα όσα θέλει να πει. Ο 8^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η τιμωρία που επιβάλλεται μοιάζει περισσότερο με εκδίκηση, καθώς οι ζημιές στις ψυχές των παιδιών είναι μη αναστρέψιμες. Ο 10^{ος} συμμετέχων εκφράζει τον πόνο του για την αποξένωση από το παιδί του, ειδικά στα γενέθλιά του, και την αίσθηση ότι ζει σε ένα «καθεστώς ομηρίας». Η 12^η συμμετέχουσα περιγράφει την απογοήτευση από την άρνηση των παιδοψυχιάτρων να αναγνωρίσουν τη γονική αποξένωση και την αίσθηση κοροϊδίας. Ο 1^{ος} συμμετέχων εκφράζει την απογοήτευσή του για την αδυναμία να μεταδώσει στα παιδιά του τις αξίες που επιθυμεί λόγω της αποξένωσης και την

κούραση από τον αγώνα. Ο 13^{ος} συμμετέχων αναφέρεται στην «οικογενειακή δυσλειτουργία» που μεταφέρεται από γενιά σε γενιά και την ανάγκη για ένα άτομο που θα αντιμετωπίσει τις φλόγες. Ο 4^{ος} συμμετέχων περιγράφει την αποξένωση ως κάτι που «σε διαλύει από όλες τις απόψεις» και την αίσθηση ότι είναι ένας δρόμος χωρίς επιστροφή.

ο **Κριτική στο Νομικό Σύστημα και τους Φορείς**

Κοινός τόπος σε πολλά κείμενα είναι η έντονη κριτική προς το νομικό σύστημα και τους φορείς που εμπλέκονται στη διαχείριση των υποθέσεων γονικής αποξένωσης.

- **Έλλειψη Εξειδίκευσης και Ευαισθητοποίησης:** Ο 2^{ος} συμμετέχων τονίζει την έλλειψη γνώσης και αντίληψης στους ανθρώπους που έχουν αναλάβει αυτό το έργο, ειδικά σε θέματα παιδικής ψυχολογίας. Θεωρεί αστείο να περιμένουμε από νομικούς να κατανοήσουν τις ανάγκες του παιδιού με ένα επιπλέον σεμινάριο. Η 12^η συμμετέχουσα εκφράζει την απορία της γιατί οι παιδοψυχίατροι δεν αναγνωρίζουν το Σύνδρομο Γονικής Αποξένωσης και δεν παρέχουν διάγνωση, ενώ οφείλουν να το κάνουν. Ο 1^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι οι δικαστές και οι άνθρωποι του συστήματος δεν έχουν επιμορφωθεί επαρκώς, με αποτέλεσμα να μην κατανοούν τις σύγχρονες ανάγκες των παιδιών και των γονέων.
- **Προκατάληψη και Έμφυλα Κριτήρια:** Ο 10^{ος} συμμετέχων υποστηρίζει ότι τα κριτήρια του «εγκλήματος» της αποξένωσης είναι ξεκάθαρα έμφυλα, με τις γυναίκες δικαστές να είναι συντριπτικά περισσότερες και να τρέμουν μην τους πουν μισογύνηδες αν αποφασίσουν υπέρ του πατέρα. Ο 8^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η συστημική γονική αποξένωση είναι ξεκάθαρα έμφυλη, με το κράτος να αγνοεί την κακοποίηση των παιδιών από τις μητέρες, τις οποίες χαρακτηρίζει «ιερές αγελάδες». Ο 4^{ος} συμμετέχων δηλώνει ότι «άπαξ και είσαι γονέας αρσενικός τίποτα, είσαι καταδικασμένος».
- **Απάθεια και Αναποτελεσματικότητα:** Ο 4^{ος} συμμετέχων περιγράφει την απάθεια του συστήματος και την άρνηση των δικαστών να εφαρμόσουν τη νομοθεσία, ακόμα και σε περιπτώσεις ψευδών κατηγοριών. Ο 5^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι ο νόμος είναι στημένος έτσι ώστε να μπορεί ανά πάσα στιγμή να κατηγορηθεί κάποιος, ακόμα και με ψευδείς μαρτυρίες. Ο 2^{ος} συμμετέχων επισημαίνει ότι οι δικαστές, ακόμα και αυτοί που

έχουν βιώσει την αποξένωση, πέφτουν στα ίδια λάθη, ακολουθώντας μια «δημοσιοϋπαλληλική προσέγγιση».

- **Οικονομικά Κίνητρα και Κυκλώματα:** Ο 8^{ος} συμμετέχων υποστηρίζει ότι η γονική αποξένωση είναι μια «τεράστια φάμπρικα» με πολλά χρήματα να πέφτουν, με δικηγόρους, ψυχολόγους και ψυχιάτρους να βγάζουν τεράστια ποσά από ψευδείς γνωματεύσεις και συγκρουσιακές υποθέσεις. Ο 4^{ος} συμμετέχων αναφέρει την ύπαρξη κυκλωμάτων σε όλες τις εισαγγελίες, με δικηγόρους και υπαλλήλους να εμπλέκονται.

ο Επιπτώσεις στα Παιδιά και τους Γονείς

Η γονική αποξένωση έχει καταστροφικές συνέπειες τόσο για τα παιδιά όσο και για τους γονείς.

- **Ψυχολογικά Τραύματα στα Παιδιά:** Ο 10^{ος} συμμετέχων περιγράφει την κόρη του να ζει σε «καθεστώς ομηρίας» και να λέει «το παραμύθι που της έχουν πει», υπογραμμίζοντας την ψυχολογική χειραγώγηση. Ο 4^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι τα τραύματα είναι «μη αντιστρεπτά σε επίπεδο ψυχικής υγείας». Ο 1^{ος} συμμετέχων εκφράζει φόβο για το μέλλον της κόρης του, καθώς βιώνει πράγματα που δεν είχε φανταστεί, και την απογοήτευσή του για την αρνητική στάση της.
- **Απώλεια Επαφής και Σχέσης:** Πολλοί γονείς βιώνουν την πλήρη απώλεια επαφής με τα παιδιά τους. Ο 10^{ος} συμμετέχων δεν μπορεί να επικοινωνήσει με την κόρη του, καθώς η μητέρα έχει αφαιρέσει το τηλέφωνο από το σπίτι. Ο 1^{ος} συμμετέχων περιγράφει την κόρη του να του μιλάει αρνητικά στο τηλέφωνο, δείχνοντας την επίδραση της μητέρας.
- **Επίδραση στην Ψυχολογία των Γονέων:** Η αποξένωση οδηγεί σε ψυχική, οικονομική και επαγγελματική διάλυση των γονέων. Η 12^η συμμετέχουσα αναφέρει ότι η κατάσταση την οδήγησε σε σοκ και την ανάγκη για ψυχολογική υποστήριξη. Ο 1^{ος} συμμετέχων εκφράζει την κούραση και την κόπωση, αλλά συνεχίζει τον αγώνα για τα παιδιά του. Ο 3^{ος} συμμετέχων αναφέρει ότι η αποξένωση τον οδήγησε σε παραμέληση του εαυτού του και σε αίσθημα παραίτησης.

ο Το Νόημα της Γονικής Αποξένωσης

Το νόημα της γονικής αποξένωσης, όπως αναδύεται από τα κείμενα, είναι πολυδιάστατο:

- **Καταστροφή Οικογενειακών Σχέσεων:** Η αποξένωση καταστρέφει τις σχέσεις μεταξύ γονέων και παιδιών, δημιουργώντας ανεπανόρθωτα τραύματα (συμμετέχοντες 4, 8).
- **Αδικία και Απογοήτευση:** Οι γονείς βιώνουν έντονη αίσθηση αδικίας και απογοήτευσης από ένα σύστημα που αδυνατεί να τους προστατεύσει και να αποδώσει δικαιοσύνη (συμμετέχοντες 42, 4, 9).
- **Κοινωνικό και Θεσμικό Πρόβλημα:** Η αποξένωση δεν είναι μόνο ένα προσωπικό πρόβλημα, αλλά ένα βαθύ κοινωνικό και θεσμικό ζήτημα που απαιτεί συλλογική αντιμετώπιση και αλλαγή νοοτροπίας (συμμετέχοντες 2, 10, 12).
- **Αγώνας για Αναγνώριση και Δικαιοσύνη:** Παρά τις δυσκολίες, οι γονείς συνεχίζουν να αγωνίζονται για την αναγνώριση του προβλήματος και την αποκατάσταση των σχέσεων με τα παιδιά τους, αναζητώντας τρόπους να προστατεύσουν την επόμενη γενιά (συμμετέχοντες 1, 8).

Συνολικά, τα κείμενα σκιαγραφούν μια ζοφερή εικόνα της γονικής αποξένωσης στην Ελλάδα, αναδεικνύοντας την ανάγκη για άμεσες και ουσιαστικές παρεμβάσεις σε νομικό, κοινωνικό και ψυχολογικό επίπεδο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5: ΣΥΖΗΤΗΣΗ

5.1 Διαφορές & Ομοιότητες μεταξύ Αποξενωμένων & Μη Αποξενωμένων Γονέων

Η ανάλυση των δεδομένων αναδεικνύει σημαντικές διαφορές και ομοιότητες μεταξύ αποξενωμένων και μη αποξενωμένων γονέων, κυρίως όσον αφορά τις εμπειρίες τους μετά τον χωρισμό, την ψυχολογική τους κατάσταση, την αλληλεπίδρασή τους με το νομικό σύστημα και τις προτάσεις τους για την αντιμετώπιση της γονικής αποξένωσης. Οι αποξενωμένοι γονείς βιώνουν έντονο και μακροχρόνιο ψυχολογικό στρες, απογοήτευση από το νομικό σύστημα και κοινωνική απομόνωση, ενώ οι μη αποξενωμένοι γονείς αντιμετωπίζουν παρόμοιες προκλήσεις με μικρότερη ένταση και διάρκεια. Και οι δύο ομάδες δίνουν προτεραιότητα στο συμφέρον του παιδιού και αναζητούν τρόπους διατήρησης καλών σχέσεων. Ωστόσο, οι αποξενωμένοι γονείς συχνά αναγκάζονται να αγωνιστούν νομικά και ψυχολογικά για την επαφή με τα παιδιά τους, ενώ οι μη αποξενωμένοι επιλύουν διαφορές μέσω διαλόγου. Η ανάγκη για εκπαίδευση, ευαισθητοποίηση και αποτελεσματική εφαρμογή των νόμων είναι κοινή.

1) Δημογραφικά Χαρακτηριστικά & Στοιχεία σχετικά με τα Παιδιά

Διαφορές:

- **Φύλο:** Οι αποξενωμένοι γονείς είναι συντριπτικά πατέρες (92.3%), ενώ στους μη αποξενωμένους γονείς τα ποσοστά ανδρών και γυναικών είναι πιο ισορροπημένα.
- **Ηλικία Παιδιών κατά τον Χωρισμό:** Οι περισσότεροι αποξενωμένοι γονείς (61%) αναφέρουν ότι τα παιδιά τους ήταν βρέφη ή έως 2 ετών κατά τον χωρισμό. Αντίθετα, σχεδόν όλοι οι μη αποξενωμένοι γονείς δηλώνουν ότι τα παιδιά τους ήταν σχολικής ηλικίας ή έφηβοι. Αυτή η διαφορά υποδηλώνει ότι η αποξένωση μπορεί να ξεκινάει νωρίτερα στη ζωή των παιδιών.
- **Αριθμός Παιδιών:** Η συντριπτική πλειοψηφία των μην αποξενωμένων γονέων (86%) έχουν δύο παιδιά ενώ οι περισσότεροι αποξενωμένοι γονείς έχουν ένα παιδί. Το μοναχοπαιδί είναι πιο ευάλωτο στη γονική αποξένωση εξαιτίας της απουσίας αδελφικών φίλτρων και στην ένταση της δυαδικής σχέσης με τον αποξενωτή γονέα.
- **Δομή Οικογένειας και Κατοικία Παιδιών:** Οι μη αποξενωμένοι γονείς επιλέγουν τον τρόπο διαμονής των παιδιών (συνεχιζόμενη συγκατοίκηση, εναλλασσόμενη κατοικία,

διαμονή με έναν γονέα με επαφή με τον άλλο), ενώ για τους αποξενωμένους γονείς η διαμονή επιβάλλεται, συχνά οδηγώντας σε πλήρη αποξένωση.

Ομοιότητες:

- **Ηλικία Γονέων:** Η πλειοψηφία και των δύο ομάδων (65% του συνόλου, 61.5% των αποξενωμένων) είναι 45-54 ετών.
- **Τόπος Κατοικίας:** Η συντριπτική πλειοψηφία (85%) κατοικεί στην Αθήνα, με όλους τους μη αποξενωμένους γονείς να είναι από την Αθήνα. Επίσης δεν υπάρχουν διαφορές ανάμεσα στους αποξενωμένους γονείς που ζουν στην Αθήνα και έξω από την Αθήνα.
- **Επίπεδο Μόρφωσης:** Η πλειοψηφία (80%) και των δύο ομάδων κατέχει τίτλους σπουδών.
- **Οικογενειακή Κατάσταση:** Και οι δύο ομάδες (85%) είναι χωρισμένοι στο σύνολό τους (77% αποξενωμένοι, 100% μη αποξενωμένοι). Ένα πολύ μικρό ποσοστό (5%) όλων των γονέων είναι ξαναπαντρεμένοι.
- **Χρονικό Διάστημα και Απόφαση Χωρισμού:** Δεν βρέθηκαν ιδιαίτερες διαφορές μεταξύ των δύο ομάδων όσον αφορά το χρονικό διάστημα χωρισμού ή το ποιος πήρε την απόφαση.

2) Εμπειρία Χωρισμού & Ανακοίνωση στα Παιδιά

Διαφορές:

- **Ανακοίνωση Χωρισμού:** Οι μη αποξενωμένοι γονείς συχνά ανακοινώνουν τον χωρισμό από κοινού, τονίζοντας τη διατήρηση της αγάπης. Στην πλειοψηφία των αποξενωμένων γονέων, δεν υπήρξε επίσημη ανακοίνωση, είτε λόγω μικρής ηλικίας των παιδιών είτε επειδή τα παιδιά το αντιλήφθηκαν έμμεσα. Η έλλειψη ανακοίνωσης ενισχύει τις τακτικές αποξένωσης του αποξενωτή γονέα.
- **Αντιδράσεις Παιδιών:** Στις περιπτώσεις αποξένωσης, τα παιδιά συχνά γίνονται εργαλεία του αποξενωτή γονέα, εκφράζουν μίσος και χυδαιότητα προς τον αποξενωμένο γονέα, και εμφανίζουν αλλαγές συμπεριφοράς και ψυχολογικά προβλήματα.

Ομοιότητες:

- **Συναισθηματική Μετάβαση:** Και οι δύο ομάδες βιώνουν θλίψη, θυμό, ματαίωση, άγχος, ενοχές, απογοήτευση, φόβο, αίσθημα αποτυχίας, καθώς και ψυχοσωματικά

προβλήματα. Ωστόσο, οι αποξενωμένοι γονείς βιώνουν αυτά τα συναισθήματα με μεγαλύτερη ένταση και διάρκεια.

- **Δυσκολία Αποδοχής Γονικής Αποξένωσης:** Οι αποξενωμένοι γονείς εκφράζουν μεγάλη δυσκολία στην αποδοχή της κατάστασης, ελπίζοντας σε μελλοντική επανένωση με τα παιδιά τους, ενώ οι μη αποξενωμένοι γονείς καταδικάζουν το φαινόμενο.

3) Γνώση & Αντιμετώπιση της Γονικής Αποξένωσης

Διαφορές:

- **Γνώση περί Γονικής Αποξένωσης:** Η συντριπτική πλειονότητα των αποξενωμένων γονέων δεν γνώριζε τον όρο πριν τον βιώσει, ενώ οι μη αποξενωμένοι γονείς μπορεί να μην είχαν ακούσει την ορολογία, αλλά είχαν ακούσει για την κατάσταση.
- **Πηγές Ενημέρωσης:** Οι αποξενωμένοι γονείς ενημερώθηκαν κυρίως μέσω προσωπικής αναζήτησης στο διαδίκτυο και ομάδων υποστήριξης, ενώ οι μη αποξενωμένοι γονείς απέκτησαν γνώση μέσω συζητήσεων με τον κύκλο τους.
- **Αντιμετώπιση Διαφορών:** Οι μη αποξενωμένοι γονείς επιλύουν διαφορές μέσω συζήτησης και συνεργασίας, αποφεύγοντας νομικές διαδικασίες. Αντίθετα, οι αποξενωμένοι γονείς αντιμετωπίζουν την υπονόμευση, τη χειραγώγηση και τον περιορισμό της επικοινωνίας από τον άλλο γονέα, τον αποξενωτή.

Ομοιότητες:

- **Έλλειψη Επίσημης Ενημέρωσης:** Και οι δύο ομάδες δεν ανέφεραν τα ΜΜΕ, οικογενειακούς συμβούλους ή δικηγόρους ως αρχικές πηγές ενημέρωσης.
- **Προτεραιότητα στο Συμφέρον του Παιδιού:** Και οι δύο ομάδες τονίζουν ότι το συμφέρον του παιδιού είναι η κύρια προτεραιότητα.

4) Ψυχολογικές Προκλήσεις & Υποστήριξη

Διαφορές:

- **Ένταση και Διάρκεια Συναισθημάτων:** Οι αποξενωμένοι γονείς βιώνουν έντονα αρνητικά συναισθήματα (θλίψη, θυμό, ματαίωση, φόβο, απομόνωση, κατάθλιψη) για μεγάλο χρονικό διάστημα, ενώ οι μη αποξενωμένοι γονείς τα βιώνουν με λιγότερη ένταση και για περιορισμένο χρονικό διάστημα.

- **Προσφυγή σε Επαγγελματίες Ψυχικής Υγείας:** Σχεδόν όλοι οι αποξενωμένοι γονείς επισκέφτηκαν επαγγελματίες ψυχικής υγείας, με μικτά αποτελέσματα, ενώ οι περισσότεροι μη αποξενωμένοι γονείς δεν προσέφυγαν σε τέτοιες υπηρεσίες, κυρίως λόγω οικονομικής επιβάρυνσης ή πεποίθησης ότι δεν θα βοηθούσαν.
- **Ψυχολογικές Προκλήσεις:** Οι αποξενωμένοι γονείς αντιμετωπίζουν γονική αποξένωση, νομικές διαδικασίες και κοινωνική απομόνωση, προκλήσεις που δεν βιώνουν οι μη αποξενωμένοι γονείς στην ίδια έκταση.

Ομοιότητες:

- **Αίσθημα Απελευθέρωσης:** Ορισμένοι γονείς και από τις δύο ομάδες βιώνουν τον χωρισμό ως απελευθέρωση από ένα τοξικό περιβάλλον.
- **Υποστήριξη από Περιβάλλον:** Και οι δύο ομάδες αναζητούν και λαμβάνουν υποστήριξη από το οικογενειακό, φιλικό και επαγγελματικό περιβάλλον, αν και η ποιότητα αυτής της υποστήριξης ποικίλλει.

5) Νομικές Εμπειρίες & Προτάσεις

Διαφορές:

- **Εμπλοκή με το Νομικό Σύστημα:** Κανένας από τους μη αποξενωμένους γονείς δεν έχει εμπλακεί σε νομικές δικαστικές διαδικασίες σχετικά με την επιμέλεια, την επικοινωνία ή τη διατροφή, ενώ οι αποξενωμένοι γονείς εκφράζουν έντονη απογοήτευση και έλλειψη εμπιστοσύνης στο νομικό σύστημα λόγω αργοπορίας, αναποτελεσματικότητας, υψηλού κόστους, προκατάληψης και έλλειψης εξειδίκευσης των δικαστικών λειτουργιών.
- **Άποψη για τον Ν.4800/2021:** Οι μη αποξενωμένοι γονείς θεωρούν τον νόμο θετικό βήμα και επαρκή, όσον αφορά την καθιέρωση της συνεπιμέλειας, τονίζοντας την ανάγκη για ωριμότητα των πολιτών στην εξωδικαστική επίλυση διαφορών. Οι αποξενωμένοι γονείς, ενώ αναγνωρίζουν τη σημασία του νόμου και τις προσδοκίες του, εκφράζουν απογοήτευση για την μη εφαρμογή του στην πράξη, τις καθυστερήσεις και την συνεχιζόμενη προκατάληψη.

Ομοιότητες:

- **Ανάγκη για Εκπαίδευση:** Και οι δύο ομάδες τονίζουν την ανάγκη για εκπαίδευση των δικαστικών λειτουργιών σε θέματα γονικής αποξένωσης.

- **Προτάσεις για Βελτίωση:** Και οι δύο ομάδες προτείνουν εξωδικαστική επίλυση διαφορών, ενίσχυση της συνεπιμέλειας και προτεραιότητα στο συμφέρον του παιδιού.

6) Σχέσεις με Παιδιά & Μελλοντικές Προοπτικές

Διαφορές:

- **Τρέχουσα Σχέση:** Οι περισσότεροι μη αποξενωμένοι γονείς διατηρούν στενή και υποστηρικτική σχέση με τα παιδιά τους. Οι αποξενωμένοι γονείς βιώνουν περιορισμό ή πλήρη διακοπή της επαφής, αρνητική προπαγάνδα και αλλαγή συμπεριφοράς των παιδιών.
- **Μελλοντικά Σχέδια:** Οι αποξενωμένοι γονείς επικεντρώνονται στην αποκατάσταση και ενίσχυση της σχέσης, επιδιώκοντας νομικές λύσεις και διατηρώντας την επαφή με κάθε κόστος.
- **Φόβοι και Ανησυχίες:** Οι αποξενωμένοι γονείς έχουν διαρκή φόβο για πλήρη απώλεια του παιδιού και ανησυχία για τις μακροπρόθεσμες ψυχολογικές επιπτώσεις της αποξένωσης.
- **Ενεργός Γονικός Ρόλος:** Οι αποξενωμένοι γονείς γίνονται πιο ενεργοί και μαχητικοί λόγω της αποξένωσης, παλεύοντας σκληρότερα για τη σχέση με τα παιδιά τους. Οι μη αποξενωμένοι γονείς μπορεί να είναι ενεργοί γονείς ανεξάρτητα από την κρίση του χωρισμού.

Ομοιότητες:

- **Ευημερία και Αυτονομία Παιδιών:** Και οι δύο ομάδες επιθυμούν τα παιδιά τους να είναι ευτυχισμένα, ισορροπημένα και να δημιουργήσουν τη δική τους ζωή. Οι αποξενωμένοι γονείς επιθυμούν το παιδί τους να μην αντιμετωπίσει το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης στη μελλοντική του οικογένεια ως ενήλικας.
- **Σημασία της λέξης «Γονιός»:** Και οι δύο ομάδες αναφέρουν ότι η λέξη «γονιός» αποκτά μεγαλύτερη βαρύτητα και ευθύνη μετά τον χωρισμό, με έμφαση στην αφοσίωση και προστασία των παιδιών.

7) Συμπληρωματικά Μέσα Έκφρασης (Γράμματα)

Διαφορές:

- Τα γράμματα των αποξενωμένων γονέων αποκαλύπτουν βαθιά συναισθηματική φόρτιση, κριτική στο νομικό σύστημα, αίσθηση αδικίας και αγωνία για την ψυχολογική υγεία των παιδιών. Οι μη αποξενωμένοι γονείς δεν εκφράζουν την ανάγκη να γράψουν τέτοια γράμματα, καθώς έχουν επιλύσει τις διαφορές τους ή εκφράζουν τα συναισθήματά τους απευθείας στα παιδιά.

Ομοιότητες:

- Και οι δύο ομάδες αναγνωρίζουν την ανάγκη για ισότιμη γονική μέριμνα και την προστασία του βέλτιστου συμφέροντος του παιδιού.

Συνοψίζοντας, ενώ και οι δύο ομάδες γονέων μοιράζονται την αγάπη και την αφοσίωση προς τα παιδιά τους και την κοινή πεποίθηση ότι το συμφέρον του παιδιού πρέπει να είναι η ύψιστη προτεραιότητα, οι αποξενωμένοι γονείς βιώνουν μια πολύ πιο επώδυνη, πολύπλοκη και τραυματική διαδικασία, χαρακτηριζόμενη από έντονη ψυχολογική επιβάρυνση, απογοήτευση από τη δυσλειτουργία του νομικού συστήματος, συνεχή αγώνα για τη διατήρηση της σχέσης με τα παιδιά τους, αλλά και σοβαρές επιπτώσεις στα παιδιά. Οι μη αποξενωμένοι γονείς, αντίθετα, επιλύουν τις διαφορές τους με πιο συνεργατικό τρόπο, αποφεύγοντας τις νομικές εμπλοκές και διατηρώντας πιο σταθερές σχέσεις με τα παιδιά τους.

5.2 Σύγκριση & Αντιπαραβολή Ευρημάτων με τη Διεθνή & Ελληνική Βιβλιογραφία

Η ανάλυση των δεδομένων που παρουσιάστηκε αποκαλύπτει σημαντικές διαφορές και ομοιότητες μεταξύ γονέων που έχουν αποξενωθεί και εκείνων που δεν έχουν αποξενωθεί μετά τον χωρισμό, με έμφαση στις ψυχολογικές συνέπειες και την αλληλεπίδραση με το νομικό σύστημα. Η διεθνής βιβλιογραφία επιβεβαιώνει σχεδόν όλα τα δεδομένα που αναλύθηκαν:

1) Δημογραφικά Χαρακτηριστικά & Στοιχεία σχετικά με τα Παιδιά

- **Το Φύλο του Αποξενωμένου Γονέα & του Αποξενωτή:** Η παρούσα έρευνα αποκαλύπτει ότι οι αποξενωμένοι γονείς είναι κυρίως πατέρες, γεγονός που υποστηρίζεται έντονα από μελέτες που επικεντρώνονται στις διαδικασίες επιμέλειας στην Ελλάδα. Οι έρευνες καταδεικνύουν ότι υπάρχει σημαντική προκατάληψη κατά των πατέρων σε αυτές τις νομικές διαδικασίες, όπου οι μητέρες συχνά προτιμώνται στις αποφάσεις επιμέλειας (Bantekas, 2016). Οι μητέρες ξεκινούν το 70% των διαζυγίων και

σχεδόν όλες (98%) τις οικονομικές αιτήσεις (Bantekas, 2016). Το πλαίσιο αυτό υποδηλώνει ότι οι πατέρες στην Ελλάδα συχνά αντιμετωπίζουν σημαντικές δυσκολίες στις διαμάχες για την επιμέλεια, γεγονός που οδηγεί σε μεγαλύτερη εκπροσώπησή τους μεταξύ των αποξενωμένων γονέων (Bantekas, 2016). Η παρούσα μελέτη κυρίως αναγνωρίζει τους πατέρες ως τα θύματα της αποξένωσης, ενώ αξίζει να σημειωθεί ότι ορισμένες ακαδημαϊκές συζητήσεις θεωρούν τις μητέρες ως τους κύριους αποξενωτές (τον γονέα που εφαρμόζει συμπεριφορές και τακτικές αποξένωσης), ειδικά σε συγκεκριμένα πλαίσια διαμάχης για την επιμέλεια (Faller, 1998; Meier, 2009; Wolpe & Goodman, 2019). Αυτό φέρνει στο προσκήνιο τις περίπλοκες δυναμικές και τις συχνά αντιφατικές προσεγγίσεις που εμφανίζονται στη βιβλιογραφία σχετικά με τους έμφυλους ρόλους στην αποξένωση γονέων.

- **Ηλικία Παιδιών κατά τον Χωρισμό:** Τα ευρήματα δείχνουν ότι η γονική αποξένωση μπορεί να αρχίσει σε πρώιμο στάδιο της ζωής των παιδιών, ιδιαίτερα όταν αυτά είναι βρέφη ή νήπια (έως 2 ετών) κατά τη διάρκεια του διαζυγίου, όπως υποστηρίζεται από τη βιβλιογραφία. Έρευνες υποδεικνύουν ότι τα παιδιά των οποίων οι γονείς χώρισαν σε πολύ νεαρή ηλικία (0-2,5 ετών) παρουσιάζουν αυξημένη συχνότητα μη επιθετικών διαταραχών, με αυτές τις επιδράσεις να ενδέχεται να διαρκούν για πολλά χρόνια (Kalter & Rembar, 1981). Επιπλέον, τα μικρά παιδιά, όπως αυτά ηλικίας 3-5 ετών, συχνά επηρεάζονται πιο έντονα από την απουσία ενός γονέα, ειδικά όταν δεν παρέχονται σαφείς εξηγήσεις, κάτι που μπορεί να οδηγήσει σε αυτοκατηγορία και αυξημένο άγχος (Bruch et al., 1981). Η ευαισθησία σε πρώιμα στάδια ανάπτυξης μπορεί να κάνει τα παιδιά πιο επιρρεπή στη δυναμική της γονικής αποξένωσης, καθώς δυσκολεύονται να κατανοήσουν τους λόγους του διαζυγίου και είναι πιο ευάλωτα σε συναισθηματικές αναταραχές (Aksu et al., 2024).
- **Δομή Οικογένειας και Κατοικία Παιδιών:** Η διάκριση ανάμεσα σε επιλεγμένες και επιβεβλημένες ρυθμίσεις διαμονής είναι κρίσιμη. Η γονική αποξένωση συχνά εμφανίζεται σε περιπτώσεις διαζυγίου ή χωρισμού με έντονες συγκρούσεις, όπου λείπει η συνεργατική συνεπιμέλεια (Marques et al., 2020; Tavares et al., 2021). Σε τέτοιες συνθήκες, οι αποφάσεις για το πού θα μείνει το παιδί συχνά γίνονται αιτία διαμάχης αντί να επιτευχθεί μια συναινετική συμφωνία, κάτι που μπορεί να προκαλέσει στον αποξενωμένο γονέα την αίσθηση ότι του επιβάλλονται πράγματα, οδηγώντας πιθανώς σε

πλήρη αποξένωση. Οι ακαδημαϊκές συζητήσεις για τις οικογενειακές δομές και τις μετεγκαταστάσεις μετά από έναν χωρισμό υπογραμμίζουν τη σημασία των συνεργατικών ρυθμίσεων για την ευημερία των παιδιών (Kruk, 2018; Vowels et al., 2023), μια συνεργασία που λείπει από τη φύση της στις περιπτώσεις της γονικής αποξένωσης.

- **Ηλικία Γονέων:** Το ηλικιακό φάσμα που παρατηρήθηκε, με την πλειονότητα και των δύο ομάδων να ανήκει στην κατηγορία ηλικίας 45-54 ετών, γενικά συμφωνεί με τα ευρήματα άλλων ερευνών. Για παράδειγμα, ορισμένα ερευνητικά δείγματα δείχνουν ότι οι μέσες ηλικίες των γονέων που εμπλέκονται σε περιστατικά αποξένωσης κυμαίνονται από 38,8 έως 44,85 ετών (Roma et al., 2021; Soto & Leonhardt, 2020). Αυτό υποδηλώνει μια γενική δημογραφική τάση για τους γονείς που αντιμετωπίζουν διαζύγιο και τις σχετικές προκλήσεις.
- **Τόπος Κατοικίας:** Η διαπίστωση σχετικά με την υψηλή συγκέντρωση γονέων που ζουν στην Αθήνα είναι ιδιαίτερα σημαντική, λαμβάνοντας υπόψη το τοπικό πλαίσιο της μελέτης. Παρόλο που η διεθνής βιβλιογραφία συνήθως δεν εστιάζει σε γεωγραφικές περιοχές όπως η Αθήνα, μια βασική μελέτη της βιβλιογραφίας για τις «Διακρίσεις εις βάρος των πατέρων στις διαδικασίες επιμέλειας τέκνων στην Ελλάδα» βασίστηκε σε περιπτώσεις που κατοικούσαν στην Αθήνα (Bantekas, 2016). Αυτό υποδηλώνει ότι η Αθήνα αποτελεί σημαντικό κέντρο για υποθέσεις οικογενειακού δικαίου και σχετική έρευνα στην Ελλάδα, παρέχοντας το πλαίσιο για τη μεγάλη συγκέντρωση δείγματος στην περιοχή. Ταυτόχρονα, δεν έχει εξεταστεί το υπόλοιπο της χώρας, με αποτέλεσμα, η Αθήνα να μην είναι η μόνη πόλη που αποτελεί κέντρο για υποθέσεις οικογενειακού δικαίου.
- **Επίπεδο Μόρφωσης:** Η πλειονότητα (80%) και των δύο ομάδων διαθέτει πανεπιστημιακούς τίτλους κι αυτό αντανakλάται γενικά στη σχετική ακαδημαϊκή βιβλιογραφία που εξετάζει το κοινωνικοοικονομικό υπόβαθρο των γονέων σε τέτοιες περιπτώσεις. Για παράδειγμα, ορισμένες μελέτες δείχνουν ότι οι γονείς που εμπλέκονται σε περιστατικά γονικής αποξένωσης έχουν συνήθως ολοκληρώσει τουλάχιστον τη βασική εκπαίδευση, ενώ ένα σημαντικό ποσοστό κατέχει ανώτερο μορφωτικό επίπεδο (Soto & Leonhardt, 2020). Επιπλέον, η έρευνα υποδηλώνει ότι το μορφωτικό υπόβαθρο ενδέχεται να μην διαφοροποιεί σημαντικά τις ομάδες αποξενωμένων και μη αποξενωμένων γονέων (Roma et al., 2021, σ. 1199).

- **Οικογενειακή Κατάσταση:** Το γεγονός ότι και οι δύο ομάδες είναι σε συντριπτικό ποσοστό χωρισμένες αποτελεί θεμελιώδη πτυχή της γονικής αποξένωσης, καθώς το φαινόμενο συνήθως προκύπτει ως αποτέλεσμα της διάλυσης του γάμου. Η γονική αποξένωση συνδέεται σταθερά με το πλαίσιο του χωρισμού και του διαζυγίου (Marques et al., 2020; Tavares et al., 2021). Ταυτόχρονα, αρκετοί αποξενωμένοι γονείς υποστηρίζουν ότι παρατήρησαν σημάδια γονικής αποξένωσης πριν τον χωρισμό, αλλά ήταν ικανοί να τα αναγνωρίσουν μόνο μετά τον χωρισμό.
- **Χρονικό Διάστημα και Απόφαση Χωρισμού:** Το εύρημά ότι δεν υπάρχουν ιδιαίτερες διαφορές μεταξύ των ομάδων όσον αφορά το χρονικό διάστημα από τον χωρισμό ή το ποιος πήρε την απόφαση είναι ενδιαφέρον. Αν και δεν υπάρχουν εκτενείς συγκριτικές μελέτες σχετικά με το ποιος ξεκίνησε το χωρισμό/διαζύγιο μεταξύ των ομάδων αποξενωμένων και μη αποξενωμένων γονέων στη διαθέσιμη βιβλιογραφία, γενικές τάσεις στην Ελλάδα δείχνουν ότι οι σύζυγοι (γυναίκες) ξεκίνησαν το 70% των διαζυγίων (Bantekas, 2016). Αναφορικά με το χρονικό διάστημα που έχει περάσει από τον χωρισμό, μία έρευνα που εξέτασε την ψυχολογική προσαρμογή των παιδιών ανακάλυψε ότι ένα σημαντικό ποσοστό των περιπτώσεων (64,7%) παραπέμφθηκαν περισσότερα από πέντε χρόνια μετά τον χωρισμό (Kalter & Rembar, 1981). Αυτό υποδηλώνει ότι τα προβλήματα που σχετίζονται με τον χωρισμό μπορεί να παραμείνουν για μεγάλα χρονικά διαστήματα, συμβάλλοντας στη συνεχιζόμενη δυναμική, όπως η γονική αποξένωση. Επιπλέον, έρευνες για τη γονική αποξένωση αναφέρουν ότι η διαταραγμένη σχέση μεταξύ γονέα και παιδιού μπορεί να διαρκέσει για χρόνια, και σε ορισμένες περιπτώσεις να επεκταθεί πέρα από δύο δεκαετίες (Pilan et al., 2022). Αυτό καταδεικνύει ότι, ανεξάρτητα από το ποιος πήρε την αρχική απόφαση ή το άμεσο χρονικό διάστημα μετά τον χωρισμό, οι συνέπειες και η διάρκεια της αποξένωσης μπορεί να είναι μακροχρόνιες.

2) Εμπειρία Χωρισμού & Ανακοίνωση στα Παιδιά

- **Ανακοίνωση Χωρισμού:** Σύμφωνα με την παρούσα έρευνα, οι γονείς που δεν είναι αποξενωμένοι συχνά ανακοινώνουν τον χωρισμό τους από κοινού και δίνουν έμφαση στην αγάπη, ενώ οι αποξενωμένοι γονείς συνήθως δεν κάνουν επίσημη ανακοίνωση. Η βιβλιογραφία υπογραμμίζει σταθερά ότι η θετική επικοινωνία εντός της οικογένειας αποτελεί βασικό στοιχείο για την υγιή λειτουργία της μετά το διαζύγιο και μπορεί να

μειώσει σημαντικά τις αρνητικές συνέπειες για τα παιδιά (Herrero et al., 2020). Όταν οι γονείς επικοινωνούν με συνεργατικό και υγιή τρόπο, αυτό είναι καθοριστικό για την ψυχολογική και συναισθηματική ανάπτυξη των παιδιών. Αντίθετα, η απουσία κοινής ανακοίνωσης ή η έμμεση αντίληψη του διαζυγίου, ειδικά όταν συνοδεύεται από υψηλή γονική σύγκρουση, μπορεί να εργαλειοποιήσει τα παιδιά, μετατρέποντάς τα σε μέσο εκδίκησης και προκαλώντας βαθιά ρήγματα στους οικογενειακούς δεσμούς. Η δυνατότητα του παιδιού να συζητά ελεύθερα και με τους δύο γονείς, που συχνά ενισχύεται από τον αμοιβαίο σεβασμό στην επικοινωνία μεταξύ των γονέων, συνδέεται με χαμηλότερα επίπεδα αποφυγής δεσμού στην ενήλικη ζωή (Smith-Etxeberria et al., 2022). Όταν ένας γονέας επιχειρεί να απαξιώσει τον/την πρώην σύντροφο, αυτό μπορεί να οδηγήσει τα παιδιά να διακόψουν τις σχέσεις με τον άλλο γονέα, δημιουργώντας ένα μοτίβο που ενισχύει τις αποξενωτικές συμπεριφορές.

- **Αντιδράσεις Παιδιών:**

- **Τα παιδιά ως εργαλεία και έκφραση μίσους:** Οι γονείς που αποξενώνουν τα παιδιά τους σε περιπτώσεις γονικής αποξένωσης συχνά τα χρησιμοποιούν για να εκφράσουν τον θυμό τους, ζητώντας τους να μεταφέρουν εχθρικά μηνύματα, να υποτιμούν τον άλλο γονέα ή να απαγορεύουν οποιαδήποτε αναφορά σε αυτόν (Verrocchio et al., 2015). Αυτό μπορεί να ωθήσει τα παιδιά να ξεκινήσουν μια εκστρατεία δυσφήμισης κατά του αποξενωμένου γονέα, η οποία περιλαμβάνει περιφρονητικά σχόλια, προσβολές και ταπεινώσεις (Soto & Leonhardt, 2020). Σε αυτές τις περιπτώσεις, τα παιδιά συχνά εκδηλώνουν αδικαιολόγητη απόρριψη προς τον αποξενωμένο γονέα, χωρίς να νιώθουν εμφανή ενοχή ή αμφιθυμία, και συχνά χρησιμοποιούν δανεισμένα επιχειρήματα για να αιτιολογήσουν την εχθρότητά τους (Miralles et al., 2021; Soto & Leonhardt, 2020; Verrocchio et al., 2015). Αυτό υποδηλώνει χειραγώγηση, όπου η ικανότητα του παιδιού να εκφράσει στοργή προς τον έναν γονέα εμποδίζεται και εμφυτεύονται συναισθήματα φόβου και θυμού (Isailă & Hostiuc, 2022).
- **Συμπεριφορικά και Ψυχολογικά Προβλήματα:** Η γονική αποξένωση αναγνωρίζεται ως μορφή ψυχολογικής κακοποίησης και ενδοοικογενειακής βίας, που προκύπτει από συστηματική ψυχολογική χειραγώγηση του αποξενωτή γονέα

(Isailă & Hostiuc, 2022; Verrocchio et al., 2019; Wang et al., 2025). Τα παιδιά που εκτίθενται σε γονική αποξένωση συχνά βιώνουν μια σειρά από αρνητικές συνέπειες, συμπεριλαμβανομένων σημαντικών απωλειών σε πολλούς τομείς της ζωής τους, γεγονός που οδηγεί σε χαμηλή αυτοεκτίμηση, δυσκολίες στην εμπιστοσύνη προς τους άλλους, προβλήματα με ουσίες, κατάθλιψη και άγχος (Harman et al., 2021; Miralles et al., 2021). Τα μικρότερα παιδιά μπορεί να παρουσιάσουν διαταραχές συμπεριφοράς, παλινδρομική συμπεριφορά, μαθησιακές δυσκολίες και κατάθλιψη, ενώ οι έφηβοι ενδέχεται να αντιμετωπίσουν προβλήματα κοινωνικής επάρκειας, όπως επιθετικότητα και απομόνωση (Soto & Leonhardt, 2020). Η έκθεση σε αποξενωτικές συμπεριφορές συνδέεται με την αίσθηση των παιδιών ότι είναι ανάξια, ελαττωματικά, ανεπιθύμητα, μη αγαπητά και ότι διατρέχουν κίνδυνο (Verrocchio et al., 2019). Η ψυχική κατάσταση της γονικής αποξένωσης στα παιδιά χαρακτηρίζεται από την άρνηση ή αποφυγή σχέσης με τον γονέα με τον οποίο προηγουμένως υπήρχε θετική σχέση, χωρίς να υπάρχουν αποδείξεις κακοποίησης από τον γονέα που απορρίπτεται, σε συνδυασμό με την ύπαρξη αποξενωτικών συμπεριφορών από τον άλλον γονέα και σαφείς συμπεριφορικές εκδηλώσεις από το παιδί (Verhaar et al., 2022). Οι μακροχρόνιες συναισθηματικές συνέπειες μιας τέτοιας έκθεσης μπορεί να επεκταθούν και στην ενήλικη ζωή, εκδηλούμενες ως αγχώδεις διαταραχές, τραυματικές αντιδράσεις, ψυχικό οδύνη και ακόμη και αυτοκτονικό ιδεασμό (Miralles et al., 2021; Verhaar et al., 2022).

- **Συναισθηματική Μετάβαση:** Το εύρημα ότι και οι δύο ομάδες βιώνουν αρνητικά συναισθήματα όπως θλίψη, θυμό και άγχος, αλλά οι αποξενωμένοι γονείς τα αισθάνονται με μεγαλύτερη ένταση και διάρκεια, τεκμηριώνεται επαρκώς. Οι αποξενωμένοι γονείς, ειδικότερα, αναφέρουν σοβαρές δυσμενείς συνέπειες στην προσαρμογή τους, όπως βαθιά κατάθλιψη, άγχος, απογοήτευση, έντονο αίσθημα απώλειας, φόβο, αβοηθησία και απόγνωση (Tavares et al., 2021). Συχνά βιώνουν σοβαρή επιδείνωση της σωματικής και συναισθηματικής τους υγείας, σε συνδυασμό με την απώλεια του γονικού ρόλου, ωστόσο εξακολουθούν επίμονα να επιθυμούν να διατηρήσουν τη σχέση με το παιδί τους (Tavares et al., 2021). Αυτός ο συνεχής αγώνας οδηγεί σε σημαντική απώλεια ελέγχου και

ψυχολογική δυσαρμονία (Tavares et al., 2021). Έρευνες δείχνουν ότι η αποξένωση από το παιδί μειώνει την ψυχολογική ευημερία, ενισχύει το αίσθημα απώλειας και μπορεί να οδηγήσει σε εμπειρίες στίγματος (Bates & Taylor, 2021). Αυτός ο αόρατος πόνος και η παρατεταμένη φύση της γονικής αποξένωσης σημαίνει ότι η συναισθηματική επιβάρυνση μπορεί να διαρκέσει για χρόνια, ενώ η επανένωση είναι μια διαδικασία που μπορεί να διαρκέσει ακόμη και δεκαετίες (Bates & Taylor, 2021; Matthewson et al., 2023). Για μεγαλύτερους σε ηλικία γονείς, η αποξένωση από τα ενήλικα παιδιά προκαλεί βαθιά θλίψη και μπορεί να επιδεινώσει και να παρατείνει τα συμπτώματα ψυχικής υγείας, αποτελώντας ένα σημαντικό και συναισθηματικά επώδυνο βάρος (Jessee & Carr, 2025; Nikolajsen et al., 2025).

- **Δυσκολία Αποδοχής της Γονικής Αποξένωσης:** Όπως έδειξε η παρούσα έρευνα, οι αποξενωμένοι γονείς αντιμετωπίζουν μεγάλη δυσκολία στην αποδοχή της κατάστασης, διατηρώντας ελπίδα για μελλοντική επανένωση, ενώ οι μη αποξενωμένοι γονείς καταδικάζουν το φαινόμενο, κάτι το οποίο συμφωνεί επίσης με τα ερευνητικά δεδομένα. (Lee-Maturana et al., 2020; Tavares et al., 2021; Matthewson et al., 2023).

3) Γνώση & Αντιμετώπιση της Γονικής Αποξένωσης

- **Γνώση περί Γονικής Αποξένωσης:** Οι περισσότεροι αποξενωμένοι γονείς δεν γνώριζαν τον όρο πριν το ζήσουν, ενώ οι μη αποξενωμένοι μπορεί να είχαν ακούσει για την κατάσταση αλλά όχι για τη συγκεκριμένη ορολογία, όπως υποστηρίζεται επαρκώς από την έρευνα. Πολλοί αποξενωμένοι γονείς αναφέρουν ότι αρχικά δεν ήξεραν τι συνέβαινε σε αυτούς και τα παιδιά τους, ανακαλύπτοντας αργότερα την έννοια της γονικής αποξένωσης μέσα από προσωπική μόρφωση και ομάδες υποστήριξης (Tavares et al., 2021). Η έλλειψη προηγούμενης ενημέρωσης συχνά επιδεινώνεται από το γεγονός ότι η γονική αποξένωση μπορεί να είναι ένα περίπλοκο και παρεξηγημένο φαινόμενο, ακόμη και στους επαγγελματικούς κύκλους (Bernet, 2020; Johnston & Sullivan, 2020). Για παράδειγμα, μια έρευνα σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας και νομικούς έδειξε ότι οι περισσότεροι δεν είχαν διδαχθεί για τη γονική αποξένωση στην αρχική τους εκπαίδευση, αλλά τη γνώρισαν στην πράξη (Doughty et al., 2020). Αυτό σημαίνει ότι οι γονείς συχνά παλεύουν με έντονο άγχος και σύγχυση πριν εντοπίσουν την πραγματική αιτία της απόρριψης του παιδιού τους (Matthewson et al., 2023).

- Πηγές Ενημέρωσης:** Οι διαφορετικοί τρόποι ενημέρωσης που αναφέρονται – με τους αποξενωμένους γονείς να στηρίζονται κυρίως στην προσωπική αναζήτηση στο διαδίκτυο και σε ομάδες υποστήριξης, ενώ οι μη αποξενωμένοι γονείς να αποκτούν γνώση μέσω του κοινωνικού τους κύκλου – αντικατοπτρίζουν τη μοναξιά που συνοδεύει τη γονική αποξένωση των γονέων και την ευρύτερη έλλειψη εξοικείωσης της κοινωνίας με το θέμα. Οι αποξενωμένοι γονείς συχνά στρέφονται σε διαδικτυακές ομάδες υποστήριξης επειδή αισθάνονται απομονωμένοι και παρεξηγημένοι από τα παραδοσιακά συστήματα βοήθειας (Lee-Maturana et al., 2020). Αυτές οι διαδικτυακές κοινότητες προσφέρουν έναν ζωτικό χώρο για να μοιραστούν εμπειρίες, στρατηγικές αντιμετώπισης και να αποκτήσουν γνώση, κάτι που θεωρείται ουσιώδες για τη διατήρηση της ψυχικής τους υγείας (Matthewson et al., 2023; Tavares et al., 2021). Η έρευνα αποκαλύπτει ότι οι άνθρωποι συχνά επιλέγουν την πιο εύκολη λύση όταν αναζητούν πληροφορίες και πολλοί δεν ζητούν επίσημη νομική ή επαγγελματική καθοδήγηση μέχρι να αντιμετωπίσουν κάποιο πρόβλημα (Partridge et al., 2023).
- Αντιμετώπιση Διαφορών:** Η διάκρισή που έγινε όσον αφορά την επίλυση συγκρούσεων — με τους μη αποξενωμένους γονείς να εμπλέκονται σε συζήτηση και συνεργασία, ενώ οι αποξενωμένοι γονείς αντιμετωπίζουν υπονόμηση, χειραγώγηση και περιορισμό επικοινωνίας — αποτελεί χαρακτηριστικό γνώρισμα της γονικής αποξένωσης. Σε περιπτώσεις γονικής αποξένωσης, ο αποξενωτής γονέας συχνά επιδεικνύει εχθρικές, μη συνεργάσιμες και χειριστικές συμπεριφορές, καθιστώντας αδύνατο τον εποικοδομητικό διάλογο (Tavares et al., 2021). Μπορεί να σαμποτάρει ενεργά την επικοινωνία, να αρνείται τη συνεπιμέλεια και να εφαρμόζει τακτικές που αποσκοπούν στον αποκλεισμό του αποξενωμένου γονέα από τη ζωή του παιδιού, όπως η παρεμπόδιση τηλεφωνημάτων ή μηνυμάτων, η δυσφήμιση/υπονόμηση του αποξενωμένου γονέα και η ενθάρρυνση του παιδιού να τον αγνοεί ή να τον αψηφά (Matthewson et al., 2023; Tavares et al., 2021). Αυτές οι συμπεριφορές αποσκοπούν στον έλεγχο και αναγνωρίζονται ως μορφή κακοποίησης μετά τον χωρισμό, όπου το παιδί μπορεί να λειτουργεί ως μέσο για αυτήν την κακοποίηση (Bates, 2019; Spearman et al., 2023). Η σχέση του παιδιού με τον αποξενωμένο γονέα έχει πλέον μετατραπεί σε μια κατάσταση απομάκρυνσης, εχθρότητας ή περιφρόνησης, εξαιτίας λανθασμένων μηνυμάτων και έλλειψης χρόνου που περνούν μαζί (Matthewson et al., 2023). Αυτό έρχεται σε έντονη αντίθεση με τις

περιπτώσεις συνεπιμέλειας χωρίς αποξένωση, όπου υπάρχει ένα επίπεδο αμοιβαίου σεβασμού και διάθεση επίλυσης διαφορών προς όφελος του παιδιού. Οι σχέσεις χαμηλής έντασης συγκρούσεων στη συνεπιμέλεια χαρακτηρίζονται από την ικανότητα των γονέων να αφήνουν στην άκρη τις διαφορές τους, ώστε να επικεντρώνονται αποτελεσματικά στη φροντίδα των παιδιών τους (Stolnicu et al., 2022).

- **Έλλειψη Επίσημης Ενημέρωσης:** Η κοινή εμπειρία και των δύο ομάδων, δηλαδή ότι δεν βασίζονται στα μέσα ενημέρωσης, τους οικογενειακούς συμβούλους ή τους δικηγόρους ως αρχικές πηγές πληροφόρησης, αναδεικνύει ένα σημαντικό κενό στη δημόσια ευαισθητοποίηση και την επαγγελματική ετοιμότητα σχετικά με τη γονική αποξένωση. Όπως αναφέρθηκε, πολλοί επαγγελματίες στερούνται επαρκούς εκπαίδευσης ή κατανόησης του φαινομένου της γονικής αποξένωσης (Doughty et al., 2020; Johnston & Sullivan, 2020). Η έννοια παραμένει αμφιλεγόμενη και συχνά κυκλοφορεί παραπληροφόρηση τόσο στους επαγγελματικούς όσο και στους δημόσιους κύκλους (Bernet, 2020, 2021). Αυτό σημαίνει ότι οι γονείς καλούνται συχνά να διαχειριστούν αυτές τις πολύπλοκες οικογενειακές δυναμικές χωρίς επαρκή, επίσημη και άμεσα προσβάσιμη καθοδήγηση.
- **Προτεραιότητα στο Συμφέρον του Παιδιού:** Η έμφαση και από τις δύο ομάδες στο βέλτιστο συμφέρον του παιδιού ως πρωταρχική προτεραιότητα αποτελεί κοινό, αν και συχνά διαφορετικό, συναίσθημα μεταξύ των γονέων μετά το διαζύγιο. Ενώ τόσο οι αποξενωμένοι όσο και οι μη αποξενωμένοι γονείς μπορεί να πιστεύουν ειλικρινά ότι ενεργούν προς όφελος του παιδιού τους, οι πράξεις τους και η αντίληψή τους για το τι συνιστά το συμφέρον αυτό μπορεί να διαφέρουν δραματικά. Το βέλτιστο συμφέρον του παιδιού είναι ένα πρότυπο που συχνά επικαλείται στις διαμάχες για την επιμέλεια, ωστόσο μπορεί να είναι μια ασαφής έννοια και δέχεται επικρίσεις, καθώς συχνά αφορά περισσότερο τα συμφέροντα των ενηλίκων που εμπλέκονται (Elrod, 2007). Στις περιπτώσεις γονικής αποξένωσης, ο αποξενωτής γονέας μπορεί να δικαιολογεί τις πράξεις του ισχυριζόμενος ότι προστατεύει το παιδί από τον αποξενωμένο γονέα, παρουσιάζοντας συχνά μια διαστρεβλωμένη εικόνα του βέλτιστου συμφέροντος του παιδιού (Stolnicu et al., 2022). Τα συναισθήματα προδοσίας και εκδίκησης των αποξενωτών γονέων μπορεί να υπερισχύσουν του συμφέροντος του παιδιού, οδηγώντας τους να ξεχνούν τα παιδιά τους (Stolnicu et al., 2022). Επιπλέον, το βέλτιστο συμφέρον

του παιδιού μπορεί να χρησιμοποιείται ως επιχείρημα από όλες τις πλευρές στις διαδικασίες επιμέλειας (Baštecká & Boukalová, 2020). Αυτό αναδεικνύει ότι, ενώ η προτεραιότητα είναι η ευημερία του παιδιού, η ερμηνεία και εφαρμογή της αρχής αυτής μπορεί να καταστεί ιδιαίτερα αμφιλεγόμενη και να εργαλειοποιηθεί στο πλαίσιο της γονικής αποξένωσης (Mendes & Ormerod, 2023, σ. 12; Pruett et al., 2023). Στην Ελλάδα, η υπέρτατη μέριμνα στις διαδικασίες επιμέλειας θα πρέπει να είναι το βέλτιστο συμφέρον του παιδιού, ωστόσο η δικαστική πρακτική έχει αποκαλύψει ασυνέπειες (Bantekas, 2016).

4) Ψυχολογικές Προκλήσεις & Υποστήριξη

- **Ένταση και Διάρκεια Συναισθημάτων:** Το εύρημα ότι οι αποξενωμένοι γονείς βιώνουν έντονα αρνητικά συναισθήματα (θλίψη, θυμό, απογοήτευση, φόβο, απομόνωση, κατάθλιψη) για παρατεταμένες περιόδους, ενώ οι μη αποξενωμένοι γονείς τα βιώνουν με μικρότερη ένταση και για περιορισμένο χρονικό διάστημα, επιβεβαιώνεται ισχυρά από την έρευνα. Οι αποξενωμένοι γονείς αναφέρουν συχνά υψηλά επίπεδα κατάθλιψης, άγχους, στρες, αίσθημα αδυναμίας, μοναξιάς, απελπισίας, ακόμη και αυτοκτονικών σκέψεων (Matthewson et al., 2023). Αυτή η σοβαρή συναισθηματική δυσφορία αποτελεί άμεση συνέπεια της γονικής αποξένωσης και της βαθιάς απώλειας της σχέσης γονέα και παιδιού (Lee-Maturana et al., 2020). Ο συναισθηματικός αντίκτυπος στους αποξενωμένους γονείς περιλαμβάνει σοβαρή επιδείνωση της σωματικής και ψυχικής τους υγείας, αίσθηση βαθιάς απώλειας και συνεχιζόμενες δυσκολίες στην έκφραση της αγάπης προς το παιδί τους (Tavares et al., 2021). Η διάρκεια αυτών των συναισθημάτων μπορεί να είναι εξαιρετικά μεγάλη, με ορισμένες διαδικασίες επανένωσης να διαρκούν δεκαετίες (Matthewson et al., 2023). Αντίθετα, αν και το διαζύγιο εμπεριέχει άγχος για όλους τους γονείς, η ένταση και η χρόνια φύση αυτών των αρνητικών συναισθημάτων είναι ιδιαίτερα έντονα στις περιπτώσεις που εμπλέκεται η γονική αποξένωση (Korpejan-Luitze et al., 2020).
- **Προσφυγή σε Επαγγελματίες Ψυχικής Υγείας:** Οι αποξενωμένοι γονείς αναζητούν βοήθεια από επαγγελματίες ψυχικής υγείας (με ανάμεικτα αποτελέσματα), ενώ πολλοί μη αποξενωμένοι γονείς δεν το κάνουν και αυτό επιβεβαιώνεται επίσης από τη βιβλιογραφία. Οι αποξενωμένοι γονείς συχνά απευθύνονται σε επαγγελματίες εξαιτίας του τεράστιου ψυχολογικού βάρους που συνεπάγεται η αποξένωση, το οποίο

περιλαμβάνει άγχος και κατάθλιψη (Tavares et al., 2021), καθώς και για μια καθοδήγηση στο πώς να συμπεριφερθούν σε καταστάσεις ανάλογες της γονικής αποξένωσης. Ωστόσο, μελέτες δείχνουν ότι οι γονείς αυτοί συχνά εκφράζουν δυσαρέσκεια για την επίσημη υποστήριξη που λαμβάνουν τόσο από το νομικό σύστημα όσο και από τους ψυχικής υγείας επαγγελματίες, θεωρώντας ότι υπάρχει έλλειψη κατανόησης ή αποτελεσματικής παρέμβασης γύρω από το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης (Miralles et al., 2021; Tavares et al., 2021). Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε αισθήματα αδυναμίας και απόγνωσης για τους αποξενωμένους γονείς που ήδη βρίσκονται υπό μεγάλη πίεση (Tavares et al., 2021).

- **Ψυχολογικές Προκλήσεις:** Επίσης τεκμηριώνεται το γεγονός ότι οι αποξενωμένοι γονείς αντιμετωπίζουν μοναδικές ψυχολογικές δυσκολίες, όπως η ίδια η γονική αποξένωση, περίπλοκες νομικές διαδικασίες και κοινωνική απομόνωση, σε βαθμό που δεν βιώνουν οι μη αποξενωμένοι γονείς.
 - **Γονική Αποξένωση:** Είναι μια ψυχολογική πρόκληση, καθώς περιλαμβάνει τη συστηματική χειραγώγηση των αντιλήψεων και των συναισθημάτων του παιδιού προς τον αποξενωμένο γονέα, με αποτέλεσμα το παιδί να τον απορρίπτει (Harman et al., 2021; Matthewson et al., 2023; Bantic, 2024). Για τον αποξενωμένο γονέα, η αποξένωση σηματοδοτεί μια βαθιά απώλεια, με αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία και την ευημερία του (Tavares et al., 2021).
 - **Νομικές Διαδικασίες:** Η νομική διαδικασία γύρω από τη γονική αποξένωση είναι συχνά χρονοβόρα, συναισθηματικά εξαντλητική και οικονομικά επιβαρυντική για τους αποξενωμένους γονείς (Bantekas, 2016; Miralles et al., 2021). Πολλοί αποξενωμένοι γονείς αναφέρουν δυσαρέσκεια τόσο με τους δικηγόρους τους όσο και με τα νομικά αποτελέσματα, γεγονός που οδηγεί σε αυξημένο άγχος και κατάθλιψη κατά τη διάρκεια αυτών των διαδικασιών (Tavares et al., 2021; Bantekas, 2016). Ειδικά στην Ελλάδα, οι πατέρες συχνά αντιμετωπίζουν συστημικά μειονεκτήματα στις διαδικασίες επιμέλειας, γεγονός που εντείνει τις νομικές και ψυχολογικές προκλήσεις για όσους βιώνουν γονική αποξένωση (Bantekas, 2016).
 - **Κοινωνική Απομόνωση:** Οι αποξενωμένοι γονείς συχνά βιώνουν κοινωνική απομόνωση και έλλειψη κατανόησης από το ευρύτερο κοινωνικό τους

περιβάλλον και την κοινωνία γενικότερα (Tavares et al., 2021; Matthewson et al., 2023; Roma et al., 2021). Αυτή η απουσία ανεπίσημης υποστήριξης μπορεί να αποδειχθεί ιδιαίτερα επιζήμια για την υγεία και την ευημερία των αποξενωμένων γονέων (Tavares et al., 2021).

- **Αίσθημα Απελευθέρωσης:** Ορισμένοι γονείς και από τις δύο ομάδες βιώνουν τον χωρισμό ως απελευθέρωση από ένα τοξικό περιβάλλον αναγνωρίζεται στη βιβλιογραφία για το διαζύγιο. Για πολλούς γονείς, ιδιαίτερα όσους βρίσκονται σε γάμους με έντονες συγκρούσεις, το διαζύγιο μπορεί να είναι ανακούφιση, προσφέροντας μια ευκαιρία για μια νέα αρχή και διαφυγή από ένα δυσλειτουργικό οικογενειακό περιβάλλον (Garriga & Pennoni, 2020; Schalkwyk & Gentz, 2023). Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε βελτίωση της ψυχικής υγείας και προσωπική ανάπτυξη για τους ενήλικες (Granados et al., 2022).
- **Υποστήριξη από το Περιβάλλον:** Τόσο οι αποξενωμένοι όσο και οι μη αποξενωμένοι γονείς αναζητούν και λαμβάνουν υποστήριξη από την οικογένεια, τους φίλους και το επαγγελματικό τους περιβάλλον, αν και η ποιότητα και το είδος αυτής της υποστήριξης μπορεί να διαφέρουν σημαντικά. Η κοινωνική υποστήριξη είναι καθοριστική για την προσαρμογή μετά το διαζύγιο και μπορεί να μετριάσει τις αρνητικές επιπτώσεις του άγχους (DeGarmo et al., 2008; Krumrei-Mancuso et al., 2007; Tavares et al., 2021). Έρευνες δείχνουν ότι η ένταξη σε ένα υποστηρικτικό κοινωνικό δίκτυο προάγει τη θετική προσαρμογή μετά το διαζύγιο, την ψυχική ευεξία και την ικανοποίηση από τη ζωή (Visser et al., 2017; Tavares et al., 2021).

5) Νομικές Εμπειρίες & Προτάσεις

- **Εμπλοκή με το Νομικό Σύστημα:** Η διαπίστωσή ότι οι μη αποξενωμένοι γονείς αποφεύγουν τις δικαστικές διαδικασίες, ενώ οι αποξενωμένοι γονείς εκφράζουν βαθιά απογοήτευση και έλλειψη εμπιστοσύνης στο νομικό σύστημα λόγω καθυστερήσεων, αναποτελεσματικότητας, υψηλού κόστους, προκατάληψης και έλλειψης εξειδίκευσης, αντικατοπτρίζεται συστηματικά στην ακαδημαϊκή βιβλιογραφία. Οι αποξενωμένοι γονείς συχνά αντιμετωπίζουν σημαντικά εμπόδια στο νομικό πλαίσιο, γεγονός που επιδεινώνει τη δυσφορία τους (Tavares et al., 2021). Το δικαστικό σύστημα επικρίνεται συχνά για την αποτυχία του να αντιμετωπίσει επαρκώς το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης, με αποτέλεσμα παρατεταμένες νομικές διαμάχες, αυξημένη οικονομική επιβάρυνση και

περαιτέρω συναισθηματική βλάβη τόσο για τους γονείς όσο και για τα παιδιά (Miralles et al., 2021; Tavares et al., 2021). Ειδικά στην Ελλάδα, οι μελέτες επισημαίνουν ανησυχίες σχετικά με δικαστικές προκαταλήψεις εις βάρος των πατέρων στις διαδικασίες επιμέλειας, γεγονός που συμβάλλει στην αποξένωσή τους από τα παιδιά και στην έλλειψη εμπιστοσύνης στην δικαιοσύνη ως προς την αμεροληψία της (Bantekas, 2016). Αυτή η προκατάληψη, σε συνδυασμό με τις διαδικαστικές καθυστερήσεις και το υψηλό νομικό κόστος, μπορεί να αφήσει τους αποξενωμένους γονείς να αισθάνονται ανίσχυροι και απογοητευμένοι από τη νομική διαδικασία (Bantekas, 2016). Η πολυπλοκότητα των υποθέσεων γονικής αποξένωσης απαιτεί εξειδικευμένη γνώση, η οποία συχνά απουσιάζει από τους νομικούς επαγγελματίες, οδηγώντας σε αναποτελεσματικές παρεμβάσεις και παρατεταμένη οδύνη (Doughty et al., 2020) για τον αποξενωμένο γονέα.

- **Άποψη για τον Ν.4800/2021:** Η παρατήρησή σχετικά με τις διαφορετικές απόψεις για τον Νόμο 4800/2021 είναι ιδιαίτερα επίκαιρη. Αν και τέτοιοι νόμοι θεσπίζονται συχνά με στόχο την προώθηση της κοινής γονικής ευθύνης και του βέλτιστου συμφέροντος του παιδιού, η πρακτική τους εφαρμογή σε περιπτώσεις γονικής αποξένωσης συχνά αποδεικνύεται ανεπαρκής (Johnston & Sullivan, 2020). Οι μη αποξενωμένοι γονείς, που συνήθως έχουν ήδη θετική στάση προς τη συνεπιμέλεια, μπορεί να θεωρούν τη σχετική νομοθεσία ως ένα θετικό και επαρκές πλαίσιο. Ωστόσο, για τους αποξενωμένους γονείς, η πρόθεση του νόμου μπορεί να υπονομεύεται από τη συνέχιση των τακτικών αποξένωσης, τις καθυστερήσεις και τη διστακτικότητα των δικαστηρίων να εφαρμόσουν αποτελεσματικά τις διατάξεις του (Johnston & Sullivan, 2020; Pruett et al., 2023). Η έρευνα δείχνει ότι οι νομοθετικές αλλαγές, αν και σημαντικές, δεν μπορούν να αντιμετωπίσουν πλήρως τις πολύπλοκες ψυχοκοινωνικές δυναμικές της γονικής αποξένωσης, χωρίς παράλληλες αλλαγές στην νομική πρακτική και κατανόηση του φαινομένου (Doughty et al., 2020). Η αποτελεσματικότητα των νόμων που προωθούν τη συνεπιμέλεια εξαρτάται από την ικανότητα των δικαστηρίων να αναγνωρίζουν και να αντιμετωπίζουν συμπεριφορές αποξένωσης και όχι απλώς να επιβάλλουν κοινό χρόνο χωρίς να λαμβάνουν υπόψη τη σύγκρουση που ενδέχεται να υπάρχει (Mendes & Ormerod, 2023).
- **Ανάγκη για Εκπαίδευση:** Η κοινή έμφαση και των δύο ομάδων στην ανάγκη εκπαίδευσης των δικαστικών λειτουργών σχετικά με τη γονική αποξένωση αποτελεί

κρίσιμο σημείο που υποστηρίζεται έντονα από την έρευνα. Μια σημαντική πρόκληση στην αντιμετώπιση της γονικής αποξένωσης είναι η έλλειψη εξειδικευμένων γνώσεων και κατάρτισης μεταξύ δικαστών, δικηγόρων και άλλων νομικών και ψυχικής υγείας επαγγελματιών (Doughty et al., 2020; Pruett et al., 2023; Doughty et al., 2020; Baštecká & Boukalová, 2020). Τέτοια εκπαίδευση είναι απαραίτητη για να ξεπεραστεί η σύγχυση και η παραπληροφόρηση που υπάρχει γύρω από το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης στο νομικό σύστημα (Bernet, 2020).

- **Προτάσεις για Βελτίωση:** Το κοινό έδαφος που εντοπίζεται και στις δύο ομάδες όσον αφορά την προώθηση εξωδικαστικής επίλυσης διαφορών, την ενίσχυση της συνεπιμέλειας και το βέλτιστο συμφέρον του παιδιού, αναδεικνύει αρχές που αναγνωρίζονται καθολικά ως ουσιώδεις για τη βελτίωση των αποτελεσμάτων μετά το διαζύγιο.
 - **Εξωδικαστική επίλυση διαφορών:** Η διαμεσολάβηση και άλλες εναλλακτικές μέθοδοι επίλυσης διαφορών συστήνονται συχνά για την αντιμετώπιση οικογενειακών συγκρούσεων, καθώς μπορούν να μειώσουν τις αντιπαράθεσεις και να προάγουν τη συνεργασία μεταξύ των γονέων (Stolnicu et al., 2022; Johnston & Sullivan, 2020).
 - **Ενίσχυση της συνεπιμέλειας:** Η αρχή της συνεπιμέλειας υποστηρίζεται ευρέως ως ωφέλιμη για την ευημερία των παιδιών μετά το διαζύγιο, καθώς επιτρέπει και στους δύο γονείς να παραμένουν ενεργά παρόντες στη ζωή του παιδιού (Vowels et al., 2023; Johnston & Sullivan, 2020).
 - **Προτεραιότητα στο βέλτιστο συμφέρον του παιδιού:** Αυτό αποτελεί τη θεμελιώδη αρχή σε όλες τις υποθέσεις επιμέλειας παιδιών (Mendes & Ormerod, 2023). Τόσο οι αποξενωμένοι όσο και οι μη αποξενωμένοι γονείς, παρά τις διαφορετικές τους εμπειρίες, συνήθως δηλώνουν ότι αυτός είναι ο κύριος στόχος τους (Stolnicu et al., 2022; Baštecká & Boukalová, 2020).

6) Σχέσεις με Παιδιά & Μελλοντικές Προοπτικές

- **Τρέχουσα Σχέση:** Το εύρημα ότι οι μη αποξενωμένοι γονείς διατηρούν στενή και υποστηρικτική σχέση με τα παιδιά τους, ενώ οι αποξενωμένοι γονείς βιώνουν περιορισμένη ή διακεκομμένη επαφή, αρνητική προπαγάνδα και αλλαγές στη

συμπεριφορά των παιδιών, αποτελεί καθοριστικό χαρακτηριστικό της γονικής αποξένωσης. Σε περιπτώσεις αποξένωσης, τα παιδιά συχνά εκδηλώνουν αδικαιολόγητη απόρριψη προς τον αποξενωμένο γονέα, εκφράζοντας μίσος ή έντονη αρνητικότητα που δεν ανταποκρίνεται στις πραγματικές εμπειρίες τους με αυτόν τον γονέα (Miralles et al., 2021; Matthewson et al., 2023; Tavares et al., 2021).

- **Μελλοντικά Σχέδια:** Η εστίαση των αποξενωμένων γονέων στην αποκατάσταση και ενδυνάμωση της σχέσης, στην αναζήτηση νομικών λύσεων και στη διατήρηση της επαφής με κάθε κόστος, αντικατοπτρίζει τη διαρκή ελπίδα και αφοσίωσή τους (Tavares et al., 2021). Η διαδικασία της επανένωσης, αν και μπορεί να επιτευχθεί, είναι συνήθως μακροχρόνια και περίπλοκη, και μπορεί να διαρκέσει πολλά χρόνια, ακόμη και δεκαετίες (Matthewson et al., 2023).
- **Φόβοι και Ανησυχίες:** Ο διαρκής φόβος της πλήρους απώλειας του παιδιού και η ανησυχία για τις μακροπρόθεσμες ψυχολογικές συνέπειες της αποξένωσης είναι ιδιαίτερα έντονα για τους αποξενωμένους γονείς. Αυτοί οι φόβοι βασίζονται στην πραγματικότητα ότι η γονική αποξένωση μπορεί να οδηγήσει σε μόνιμη διάρρηξη της σχέσης και να προκαλέσει σημαντική ψυχολογική βλάβη στο παιδί, η οποία μπορεί να εκδηλωθεί ως χαμηλή αυτοεκτίμηση, δυσκολίες στην εμπιστοσύνη, κατάθλιψη και άγχος στην ενήλικη ζωή (Miralles et al., 2021). Οι αποξενωμένοι γονείς συχνά εκφράζουν ανησυχίες για την ευημερία του παιδιού τους, τόσο στο παρόν όσο και στο μέλλον, καθώς γίνονται μάρτυρες των αρνητικών επιπτώσεων της αποξένωσης (Tavares et al., 2021). Η απώλεια του δεσμού γονέα και παιδιού βιώνεται ως ένα σημαντικό τραυματικό γεγονός, που οδηγεί σε βαθύ και διαρκές συναισθηματικό πόνο (Lee-Maturana et al., 2020).
- **Ενεργός Γονικός Ρόλος:** Η διάκρισή ότι οι αποξενωμένοι γονείς γίνονται πιο ενεργοί και μαχητικοί λόγω της αποξένωσης, παλεύοντας πιο σκληρά για τη σχέση τους, ενώ οι μη αποξενωμένοι γονείς μπορεί να είναι ενεργοί ανεξαρτήτως της κρίσης του διαζυγίου, αναδεικνύει τη δυναμική της αντίδρασης και της ανθεκτικότητας των αποξενωμένων γονέων. Η γονική αποξένωση εξωθεί τους αποξενωμένους γονείς σε μία αντιπαραθετική θέση, όπου πρέπει να αγωνιστούν ενεργά ενάντια στις αποξενωτικές συμπεριφορές και στις σχετικές νομικές και κοινωνικές προκλήσεις για να διατηρήσουν τη σύνδεσή τους με το παιδί τους (Tavares et al., 2021). Αυτό έρχεται σε αντίθεση με καταστάσεις

συνεπιμέλειας, όπου οι γονείς, ακόμη και αν έχουν χωρίσει, μπορούν να παραμείνουν ενεργοί και υποστηρικτικοί χωρίς τόσο έντονη σύγκρουση (Stolnicu et al., 2022). Οι επίμονες προσπάθειες του αποξενωμένου γονέα συχνά πηγάζουν από την επιθυμία του να προσφέρει θετική γονική επιρροή και να προστατεύσει το παιδί του από τις επιβλαβείς συμπεριφορές του αποξενωτή γονέα (Matthewson et al., 2023).

- **Ευημερία και Αυτονομία Παιδιών:** Η κοινή επιθυμία τα παιδιά να είναι ευτυχισμένα, προσαρμοσμένα και να χτίσουν τη δική τους ζωή, με τους αποξενωμένους γονείς να τονίζουν ιδιαίτερα την ευχή τα παιδιά τους να μην βιώσουν γονική αποξένωση στις δικές τους μελλοντικές οικογένειες, αναδεικνύει μια καθολική γονική φιλοδοξία. Και οι δύο ομάδες γονέων θέτουν ως προτεραιότητα την ψυχολογική ευημερία και την υγιή ανάπτυξη του παιδιού (Miralles et al., 2021)
- **Σημασία της λέξης «Γονιός»:** Το συναίσθημα ότι η λέξη «γονιός» αποκτά μεγαλύτερο βάρος και ευθύνη μετά τον χωρισμό, με έμφαση στην αφοσίωση και την προστασία των παιδιών, αποτελεί κοινό προβληματισμό για πολλούς γονείς μετά το διαζύγιο. Οι δυσκολίες του διαζυγίου εντείνουν συχνά την επίγνωση των γονέων για τον καθοριστικό τους ρόλο στη ζωή των παιδιών τους, ανεξάρτητα από τη σχέση με τον άλλο γονέα (Smith-Etxeberria et al., 2022). Για τους αποξενωμένους γονείς, αυτό αποκτά ακόμη βαθύτερο νόημα, καθώς η αφοσίωση και το προστατευτικό τους ένστικτο δοκιμάζονται συνεχώς από την γονική αποξένωση, με αποτέλεσμα η δέσμευσή τους προς το παιδί να παραμένει αμετάβλητη παρά τα εμπόδια (Tavares et al., 2021).

7) Συμπληρωματικά Μέσα Έκφρασης (Γράμμα & 2^η Συνέντευξη)

- **Συναισθηματική φόρτιση και κριτική στο νομικό σύστημα:** Η παρατήρησή ότι τα γράμματα από αποξενωμένους γονείς καθώς και η σχετικά σύντομη 2^η συνέντευξη, αποκαλύπτουν βαθιά συναισθηματική οδύνη, έντονη κριτική προς το νομικό σύστημα, αίσθημα αδικίας και ανησυχία για την ψυχολογική υγεία των παιδιών τους, επιβεβαιώνεται ισχυρά από την έρευνα. Οι αποξενωμένοι γονείς συχνά εκφράζουν έντονα συναισθήματα απώλειας, πένθους και απόγνωσης για τη διακοπή της σχέσης με τα παιδιά τους (Harman et al., 2021; Lee-Maturana et al., 2020). Οι αφηγήσεις τους συχνά τονίζουν τον συναισθηματικό πόνο που προκύπτει από την απόρριψη του παιδιού και το αίσθημα αδυναμίας απέναντι στις ενέργειες του αποξενωτή γονέα (Tavares et al.,

2021). Επιπλέον, οι αποξενωμένοι γονείς εκφράζουν σταθερά βαθιά απογοήτευση και έλλειψη εμπιστοσύνης στο νομικό σύστημα, το οποίο θεωρούν αργό, αναποτελεσματικό, δαπανηρό, μεροληπτικό και ανεπαρκές σε εξειδικευμένη γνώση ώστε να αντιμετωπίσει επαρκώς τη γονική αποξένωση (Tavares et al., 2021; Bantekas, 2016). Αυτή η δικαστική ανεπάρκεια συχνά εντείνει το αίσθημα αδικίας και παρατείνει τη δυστυχία τους (Bantekas, 2016).

- **Απουσία της ανάγκης για γράμματα από μη αποξενωμένους γονείς:** Το γεγονός ότι οι μη αποξενωμένοι γονείς δεν εκφράζουν την ανάγκη να γράψουν τέτοιου είδους συναισθηματικά φορτισμένα γράμματα είναι ενδεικτικό πιο υγιών δυναμικών μετά τον χωρισμό. Αυτοί οι γονείς συνήθως μπορούν να επιλύουν τις διαφορές τους μέσω συζήτησης και συνεργασίας, διατηρώντας άμεση και ανοιχτή επικοινωνία με τα παιδιά τους (Stolnicu et al., 2022). Όταν οι γονείς καταφέρνουν να συνεργάζονται αποτελεσματικά, μπορούν να ανταποκρίνονται άμεσα στις συναισθηματικές ανάγκες και να διατηρούν τη σταθερότητα στη σχέση γονέα και παιδιού, καθιστώντας έτσι περιττή την ανάγκη για έμμεσες ή φορτισμένες γραπτές επικοινωνίες για να εκφράσουν τα συναισθήματα ή τις ανησυχίες τους (Stolnicu et al., 2022).
- **Ανάγκη για ισότιμη γονική μέριμνα και προστασία του βέλτιστου συμφέροντος του παιδιού:** Και οι δύο ομάδες γονέων αναγνωρίζουν τη σημασία της ισότιμης γονικής μέριμνας (μοιρασμένη γονική ευθύνη) και θέτουν ως προτεραιότητα το βέλτιστο συμφέρον του παιδιού. Αυτό αποτελεί θεμελιώδη αρχή στο οικογενειακό δίκαιο και την παιδοψυχολογία, προωθώντας ρυθμίσεις που υποστηρίζουν την ευημερία και την ανάπτυξη του παιδιού (Vowels et al., 2023; Mendes & Ormerod, 2023). Ακόμη και στο συγκρουσιακό πλαίσιο του διαζυγίου και της γονικής αποξένωσης, οι γονείς συχνά διατυπώνουν ως κύρια μέριμνά τους την ευημερία του παιδιού (Baštecká & Boukalová, 2020). Ωστόσο, όπως συζητήθηκε προηγουμένως, ενώ η πρόθεση αυτή μπορεί να είναι κοινή, η ερμηνεία και η εφαρμογή του βέλτιστου συμφέροντος συχνά διαφέρει σημαντικά, ειδικά όταν υπάρχουν αποξενωτικές συμπεριφορές (Baštecká & Boukalová, 2020).

Παρόλο που τόσο οι αποξενωμένοι όσο και οι μη αποξενωμένοι γονείς μοιράζονται μια θεμελιώδη αγάπη και αφοσίωση προς τα παιδιά τους, καθώς και την κοινή πεποίθηση ότι το

βέλτιστο συμφέρον του παιδιού πρέπει να αποτελεί προτεραιότητα, οι εμπειρίες τους μετά τον χωρισμό διαφέρουν δραματικά.

Οι αποξενωμένοι γονείς βιώνουν μια πολύ πιο επώδυνη, περίπλοκη και τραυματική διαδικασία, που χαρακτηρίζεται από έντονο ψυχολογικό φορτίο, απογοήτευση λόγω της δυσλειτουργίας του νομικού συστήματος, συνεχή αγώνα για να διατηρήσουν τη σχέση τους με τα παιδιά τους και σοβαρές επιπτώσεις στα ίδια τα παιδιά (Lee-Maturana et al., 2020; Miralles et al., 2021; Tavares et al., 2021). Συχνά αντιμετωπίζουν κοινωνική απομόνωση και έναν διαρκή φόβο ότι θα χάσουν εντελώς το παιδί τους, γεγονός που οδηγεί σε επίμονη συναισθηματική δυσφορία και το αίσθημα ότι δεν ακούγονται και δεν υποστηρίζονται από την κοινωνία και τους αρμόδιους επαγγελματικούς φορείς (Tavares et al., 2021; Matthewson et al., 2023).

Αντίθετα, οι μη αποξενωμένοι γονείς τείνουν να διαχειρίζονται τον χωρισμό με πιο συνεργατικό τρόπο, επιλύοντας τις διαφορές χωρίς νομική παρέμβαση και διατηρώντας πιο σταθερές σχέσεις με τα παιδιά τους (Stolnicu et al., 2022). Δείχνουν ικανότητα για άμεση επικοινωνία και συνεπιμέλεια, που αποτελεί βασικό παράγοντα για τον περιορισμό των αρνητικών συνεπειών του διαζυγίου στα παιδιά (Herrero et al., 2020). Τέλος, η έρευνα επιβεβαιώνει την πολυπλοκότητα της γονικής αποξένωσης και τον αντίκτυπό της στους γονείς και τα παιδιά, τονίζοντας την ανάγκη για διεπιστημονική προσέγγιση και μεταρρυθμίσεις στο νομικό και κοινωνικό σύστημα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6: ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ, ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ & ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

6.1 Συμπεράσματα

Το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης μετά τη διάσπαση της σχέσης των γονέων είναι εμφανές εδώ και δεκαετίες σε όλο τον κόσμο (Faller, 1998; Meier, 2009; Rand, 2013). Πάρα πολλές οικογένειες και ειδικά αποξενωμένα παιδιά και αποξενωμένοι γονείς υποφέρουν σε καθημερινή βάση και μερικές φορές για χρόνια, επειδή ένας αποξενωτής γονέας πράττει τις λεγόμενες αποξενωτικές τακτικές χωρίς να τον ελέγχει το νομικό σύστημα και μερικές φορές ακόμα και να τον υποστηρίζει (Herman & Lorandos, 2020).

Στην Ελλάδα παλαιότερων δεκαετιών το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης απουσίαζε. Αυτή η αντίληψη βασίζεται σε κοινωνικοοικονομικά και νομικά δεδομένα που υποδεικνύουν χαμηλότερα ποσοστά διαζυγίων και διαφορετικές οικογενειακές δομές στην Ελλάδα του παρελθόντος (Bantekas, 2016). Πιο συγκεκριμένα, η χαμηλή συχνότητα των διαζυγίων, η οποία διατηρήθηκε σε χαμηλά επίπεδα ακόμη και συγκριτικά με άλλες ευρωπαϊκές χώρες, συνεπαγόταν περιορισμένες ευκαιρίες για εκδήλωση φαινομένων γονικής αποξένωσης. Επιπλέον, η ισχυρή κοινωνική αποδοκιμασία του διαζυγίου και η έλλειψη ολοκληρωμένου πλαισίου στήριξης για μονογονεϊκές οικογένειες συνέβαλαν στην διατήρηση των οικογενειακών δεσμών, μειώνοντας τις περιπτώσεις γονικής αποξένωσης (Papadopoulos, 2010). Η παραδοσιακή οικογενειακή δομή στην Ελλάδα, όπου η μητέρα συχνά αποτελούσε την κυρίαρχη φιγούρα στην ανατροφή των παιδιών, ενδεχομένως να μείωνε την πιθανότητα διενέξεων που οδηγούν σε αποξένωση, καθώς η επιμέλεια σπάνια αμφισβητούνταν ενεργά από τον πατέρα. Η θέσπιση του νόμου του 1983 για το οικογενειακό δίκαιο στην Ελλάδα, ο οποίος εισήγαγε τη δυνατότητα διαζυγίου με συναινετικό τρόπο και χωρίς υπαιτιότητα, σηματοδότησε μια μετατόπιση προς πιο σύγχρονες οικογενειακές δομές και αυξημένες πιθανότητες εμφάνισης γονικής αποξένωσης. Ωστόσο, παρά τις νομικές μεταρρυθμίσεις, η ελληνική κοινωνία συνέχισε να χαρακτηρίζεται από μια βαθιά ριζωμένη προτίμηση προς τη μητέρα σε υποθέσεις επιμέλειας, ενισχύοντας έτσι έμμεσα την εμφάνιση περιστατικών γονικής αποξένωσης (Bantekas, 2016). Αυτή η τάση, σε συνδυασμό με την αύξηση των διαζυγίων, δημιούργησε ένα πρόσφορο έδαφος για την εμφάνιση γονικής αποξένωσης, το οποίο παλαιότερα ήταν λιγότερο ορατό ή αναγνωρισμένο (Koukoulis et al., 2022; Tsoukala, 2015). Η σύγχρονη κοινωνική δομή, χαρακτηριζόμενη από αυξημένα διαζύγια, έχει αναδείξει τη γονική αποξένωση ως ένα μείζον ζήτημα που απαιτεί συστηματική διερεύνηση (Koukoulis et al., 2022). Συνεπώς, η αυξημένη

συχνότητα εμφάνισης της γονικής αποξένωσης στην Ελλάδα σήμερα είναι ένα γεγονός το οποίο δεν έχει ερευνηθεί αρκετά.

Η απουσία εκτενούς επιστημονικής διερεύνησης του φαινομένου της γονικής αποξένωσης στην Ελλάδα αποτελεί ένα σημαντικό κενό στην ακαδημαϊκή βιβλιογραφία, καθιστώντας την κατανόηση και την αντιμετώπισή του ιδιαίτερα δύσκολη (Marques et al., 2020). Η παρούσα ποιοτική έρευνα θέλησε να διερευνήσει τις ψυχολογικές και νομικές εμπειρίες χωρισμένων γονέων στην Ελλάδα μετά τον Ν.4800/2021, εστιάζοντας σε αποξενωμένους, μη αποξενωμένους γονείς και στο φαινόμενο της γονικής αποξένωσης. Τα αποτελέσματα αναδεικνύουν την έντονη συναισθηματική επιβάρυνση των αποξενωμένων γονέων, οι οποίοι βιώνουν αρκετά αρνητικά συναισθήματα, σε αντίθεση με τους μη αποξενωμένους που διαχειρίζονται τις προκλήσεις του χωρισμού με μικρότερη ένταση και για λιγότερο χρονικό διάστημα. Το νομικό σύστημα κρίνεται αναποτελεσματικό, χρονοβόρο και κοστοβόρο, με τους δικαστικούς λειτουργούς να στερούνται εξειδίκευσης στη γονική αποξένωση. Η έλλειψη ενημέρωσης και η προκατάληψη υπέρ της μητέρας επιδεινώνουν την κατάσταση, οδηγώντας σε εργαλειοποίηση των παιδιών. Προτείνονται νομικές μεταρρυθμίσεις, εξειδικευμένη ψυχολογική υποστήριξη και αλλαγή της κοινωνικής νοοτροπίας για την προστασία του βέλτιστου συμφέροντος του παιδιού.

Η ανάλυση βασίζεται σε ποιοτικά δεδομένα από συνεντεύξεις και γραπτές μαρτυρίες, αναδεικνύοντας τις προκλήσεις, τις συναισθηματικές καταστάσεις και τις προτάσεις των συμμετεχόντων.

Η συναισθηματική μετάβαση από τον έγγαμο βίο στον ρόλο του διαζευγμένου γονέα περιγράφεται ως περίπλοκη και επώδυνη, με αισθήματα θλίψης, θυμού, απογοήτευσης και άγχους, ακόμη και χωρίς γονική αποξένωση. Οι αποξενωμένοι γονείς συχνά βιώνουν παρατεταμένο πένθος, θυμό κυρίως προς το νομικό σύστημα, καθώς και αίσθημα αδικίας, ενώ οι μη αποξενωμένοι γονείς βιώνουν αυτά τα συναισθήματα για μικρότερο χρονικό διάστημα και με χαμηλότερη ένταση. Ένας αποξενωμένος γονέας έχει να διαχειριστεί τη νέα καθημερινότητα, να αντιμετωπίσει τη γονική αποξένωση, την έλλειψη επικοινωνίας με τον πρώην σύντροφο, να ανταπεξέλθει τις οικονομικές δυσκολίες, να αντιμετωπίσει το νομικό σύστημα, την κοινωνική απομόνωση και να διαχειριστεί τα συναισθήματα του παιδιού του. Οι περισσότεροι μη αποξενωμένοι γονείς δεν προσέφυγαν σε ψυχολόγο, ενώ σχεδόν όλοι οι αποξενωμένοι γονείς

επισκέφτηκαν τουλάχιστον έναν επαγγελματία. Οι εμπειρίες ποικίλλουν από ουσιαστική βοήθεια έως απογοήτευση λόγω έλλειψης εξειδίκευσης.

Η πλειοψηφία των συμμετεχόντων δεν γνώριζε τον όρο «γονική αποξένωση» πριν το βιώσει, μαθαίνοντάς τον κυρίως μέσω προσωπικής διαδικτυακής έρευνας, μέσων κοινωνικής δικτύωσης και ομάδων υποστήριξης, και όχι από επίσημες πηγές. Έτσι όπως οι συμμετέχοντες δε γνώριζαν το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης πριν το βιώσουν, έτσι και η ελληνική κοινωνία δείχνει άγνοια για την ύπαρξή του. Οι μη αποξενωμένοι γονείς συνήθως διαχειρίστηκαν τις διαφορές με συζήτηση και συμβιβασμό, δίνοντας προτεραιότητα στο συμφέρον του παιδιού και αποφεύγοντας τις νομικές διαμάχες. Αντίθετα, οι αποξενωμένοι γονείς περιέγραψαν διάφορες μεθόδους αποξένωσης, όπως υπονόμευση του άλλου γονέα μέσω αρνητικών σχολίων και χειραγώγησης, περιορισμό επικοινωνίας και επαφής, καθώς και εργαλειοποίηση του παιδιού στις διαμάχες.

Το νομικό σύστημα, ιδίως πριν αλλά και μετά τον Ν. 4800/2021 για τη συνεπιμέλεια, αποτελεί σημαντική πηγή απογοήτευσης για τους αποξενωμένους γονείς, οι οποίοι το αντιλαμβάνονται ως αργό, δαπανηρό, αναποτελεσματικό και προκατειλημμένο, ειδικά εις βάρος των πατέρων. Κριτικάρουν την έλλειψη εξειδικευμένης εκπαίδευσης των δικαστικών λειτουργών σχετικά με τη γονική αποξένωση και την επικράτηση ψευδών κατηγοριών, συχνά σχετιζόμενων με ενδοοικογενειακή βία, που χρησιμοποιούνται ως εργαλεία αποξένωσης. Οι μη αποξενωμένοι γονείς, ωστόσο, αντιμετωπίζουν θετικά τη νέα νομοθεσία, τονίζοντας τη σημασία της συνεπιμέλειας για το βέλτιστο συμφέρον του παιδιού.

Η εμπειρία του διαζυγίου και της αποξένωσης επαναπροσδιόρισε σε βάθος τον ορισμό του «γονιού», αναδεικνύοντας την ευθύνη, την προστασία και τη δραστήρια συμμετοχή, καθιστώντας τους συχνά πιο ανθεκτικούς και αφοσιωμένους.

Το υποθετικό σενάριο όπου ένα παιδί ζητά συγγνώμη για την αποξένωση προκάλεσε έντονες συναισθηματικές αντιδράσεις, όπως δάκρυα και αίσθημα δικαίωσης, αλλά και αναγνώριση ότι το παιδί είναι θύμα και όχι θύτης. Οι γονείς εξέφρασαν την επιθυμία να κατανοήσουν τους λόγους πίσω από την αποξένωση και να προστατεύσουν τα παιδιά τους από μελλοντική βλάβη, ελπίζοντας ότι η αλήθεια θα αποκαλυφθεί καθώς τα παιδιά ωριμάζουν. Επιστολές που έγραψαν αποξενωμένοι γονείς υπογράμμισαν περαιτέρω την ψυχική τους οδύνη, τη δυσλειτουργία του νομικού συστήματος και τον καταστροφικό αντίκτυπο στα παιδιά, τα οποία συχνά εργαλειοποιούνται στις γονικές συγκρούσεις. Οι επιστολές αυτές επέκριναν επίσης την

αντιλαμβανόμενη προκατάληψη και αναποτελεσματικότητα του νομικού συστήματος στην προστασία της ευημερίας των παιδιών.

Η ερευνήτρια άκουσε προσωπικές ιστορίες, οι οποίες εμπεριέχουν λεκτική, συναισθηματική και σωματική κακοποίηση προς ανήλικα παιδιά. Είναι σημαντικό καθώς αυξάνονται τα διαζύγια αλλά και τα περιστατικά της γονικής αποξένωσης στην Ελλάδα, να συνεχιστεί η έρευνα σε ποσοτικό και ποιοτικό επίπεδο.

Συνολικά, η έρευνα αναδεικνύει την πολυπλοκότητα και τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι χωρισμένοι γονείς στην Ελλάδα, ιδίως οι αποξενωμένοι γονείς. Έχουν περάσει σχεδόν πέντε χρόνια από την εφαρμογή του Ν. 4800/2021. Αποτελεί μείζον ζήτημα να πραγματοποιηθούν περεταίρω έρευνες για την ισχύ του, καθώς και την ουσιαστική εφαρμογή του.

6.2 Περιορισμοί της Έρευνας

Η παρούσα έρευνα, αν και προσφέρει πολύτιμες ποιοτικές πληροφορίες σχετικά με τις εμπειρίες των χωρισμένων γονέων και το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης στην Ελλάδα, αντιμετωπίζει ορισμένους περιορισμούς που πρέπει να ληφθούν υπόψη.

Μικρό μέγεθος δείγματος: Ένας από τους βασικούς περιορισμούς της παρούσας έρευνας είναι το μικρό μέγεθος του δείγματος. Με 20 συμμετέχοντες (13 αποξενωμένοι και 7 μη αποξενωμένοι γονείς), τα ευρήματα, αν και πλούσια σε ποιοτικά δεδομένα, δεν μπορούν να γενικευθούν στο σύνολο του πληθυσμού των χωρισμένων γονέων στην Ελλάδα. Η ποιοτική φύση της έρευνας, που βασίζεται σε συνεντεύξεις, επιτρέπει την εις βάθος διερεύνηση των εμπειριών, αλλά περιορίζει την ποσοτική ανάλυση και τη στατιστική γενίκευση. **Γεωγραφική συγκέντρωση:** Η πλειονότητα των συμμετεχόντων διέμενε στην Αθήνα. Τα ευρήματα ενδέχεται να μην αντιπροσωπεύουν τις εμπειρίες γονέων που ζουν σε άλλες αστικές, ημιαστικές ή αγροτικές περιοχές της Ελλάδας, όπου οι κοινωνικοί πόροι και οι δικαστικές διαδικασίες μπορεί να διαφέρουν. **Ομοιομορφία μορφωτικού επιπέδου:** Το υψηλό ποσοστό γονέων με τίτλους σπουδών υποδηλώνει ότι το δείγμα δεν είναι αντιπροσωπευτικό του γενικού πληθυσμού, πιθανώς παραβλέποντας τις εμπειρίες ατόμων με χαμηλότερο μορφωτικό επίπεδο, οι οποίοι ενδέχεται να αντιμετωπίζουν διαφορετικά εμπόδια. **Αναδρομικά δεδομένα για την ηλικία των παιδιών:** Τα δεδομένα σχετικά με την ηλικία των παιδιών κατά τον χωρισμό βασίζονται στην μνήμη των γονέων. Αυτό μπορεί να εισαγάγει μεροληψία μνήμης (recall bias), καθώς οι γονείς

ανατρέχουν σε γεγονότα που συνέβησαν πριν χρόνια (Gibson, 2021). **Μεροληψία Αναφοράς (Reporting Bias) από την πλευρά του αποξενωμένου γονέα:** Τα ευρήματα βασίζονται αποκλειστικά στις αναφορές των αποξενωμένων γονέων. Οι περιγραφές των αντιδράσεων των παιδιών και η ερμηνεία της έλλειψης ανακοίνωσης ως τακτικής αποξένωσης είναι υποκειμενικές και ενδέχεται να μην αντικατοπτρίζουν πλήρως την πολυπλοκότητα της κατάστασης ή την οπτική του άλλου γονέα και του παιδιού (Gibson, 2021; Torun et.al., 2021). **Υποκειμενική εκτίμηση της συναισθηματικής έντασης:** Η παρατήρηση ότι οι αποξενωμένοι γονείς βιώνουν συναισθήματα με μεγαλύτερη ένταση και διάρκεια είναι ποιοτική και δεν έχει μετρηθεί με τυποποιημένα ψυχομετρικά εργαλεία. **Μεροληψία Δείγματος ως προς την Ενημέρωση:** Το γεγονός ότι οι αποξενωμένοι γονείς βρήκαν πληροφορίες κυρίως μέσω διαδικτύου και ομάδων υποστήριξης υποδηλώνει ότι το δείγμα μπορεί να αποτελείται από άτομα με μεγαλύτερη προσβασιμότητα στο διαδίκτυο και κίνητρο για ενεργή αναζήτηση λύσεων. Αυτό μπορεί να μην ισχύει για όλους τους αποξενωμένους γονείς στον γενικό πληθυσμό. **Μεροληψία Επιβίωσης στο δείγμα των μη αποξενωμένων γονέων:** Οι μη αποξενωμένοι γονείς που συμμετείχαν στην έρευνα μπορεί να είναι εκείνοι που διαχειρίστηκαν επιτυχώς τον χωρισμό τους. Αυτό μπορεί να μην αντιπροσωπεύει όλους τους μη αποξενωμένους γονείς, πολλοί από τους οποίους ενδέχεται επίσης να βιώνουν σημαντικές ψυχολογικές δυσκολίες. **Μεροληψία Δείγματος λόγω νομικής εμπλοκής:** Η σαφής διάκριση μεταξύ των δύο ομάδων (αποξενωμένοι γονείς με νομική εμπλοκή έναντι μη αποξενωμένων γονέων χωρίς καμία νομική διαδικασία) υποδηλώνει ότι το δείγμα των μη αποξενωμένων γονέων είναι πιθανώς εκείνο που κατάφερε να επιλύσει διαφορές εξωδικαστικά, παραβλέποντας γονείς που μπορεί να μην βίωσαν αποξένωση αλλά χρειάστηκε να προσφύγουν στη δικαιοσύνη. **Έλλειψη Δεδομένων από Νομικούς Επαγγελματίες:** Η έρευνα δεν περιλαμβάνει συνεντεύξεις ή δεδομένα από δικαστές, δικηγόρους, ή κοινωνικούς λειτουργούς, των οποίων η οπτική θα παρείχε μια πιο ισορροπημένη εικόνα της εφαρμογής του Ν.4800/2021 και των προκλήσεων του συστήματος. **Μεροληψία Επιλογής (Selection Bias) και στους δύο ομάδες: Αποξενωμένοι γονείς:** Το δείγμα αποτελείται από γονείς που είναι μαχητικοί και ενεργά αναζητούν λύσεις, συχνά μέσω νομικών οδών και ομάδων υποστήριξης. Αυτό παραβλέπει αποξενωμένους γονείς που έχουν παραιτηθεί, έχουν υποκύψει στην απομόνωση ή δεν έχουν τους πόρους να αγωνιστούν, των οποίων οι εμπειρίες μπορεί να διαφέρουν σημαντικά. **Μη αποξενωμένοι γονείς:** Το δείγμα αυτό φαίνεται να αποτελείται από γονείς που διαχειρίστηκαν τον χωρισμό με μεγάλη επιτυχία. Αυτό πιθανώς δεν αντιπροσωπεύει

όλους τους γονείς που δεν βιώνουν ακραία αποξένωση, αλλά αντιμετωπίζουν παρ' όλα αυτά σημαντικές δυσκολίες ή μέτριες συγκρούσεις (Harman et.al., 2019; Gibson, 2021) **Έλλειψη Μακροπρόθεσμης Παρακολούθησης:** Η έρευνα παρέχει ένα στιγμιότυπο της παρούσας κατάστασης. Δεν παρακολουθεί τις οικογένειες με την πάροδο του χρόνου για να διαπιστώσει αν τα μελλοντικά σχέδια των αποξενωμένων γονέων (αποκατάσταση σχέσης) πραγματοποιούνται ή αν οι φόβοι τους (πλήρης απώλεια) επιβεβαιώνονται (Verhaar et.al., 2022) . **Ποιοτικά Δεδομένα χωρίς Τυποποιημένη Ανάλυση:** Τα δεδομένα από τα συμπληρωματικά μέσα έκφρασης (γράμματα) είναι πλούσια σε συναισθηματική φόρτιση, αλλά η ανάλυσή τους μπορεί να στερείται τυποποιημένων μεθόδων κωδικοποίησης, καθιστώντας δύσκολη την αντικειμενική σύγκριση της έντασης των συναισθημάτων μεταξύ των ομάδων. **Μοναδική οπτική του ερευνητή, μεροληψία στην κωδικοποίηση:** Δεν υπάρχει δεύτερο άτομο για να επιβεβαιώσει ότι οι κατηγορίες και τα θέματα που αναδύθηκαν από την ανάλυση είναι αξιόπιστα και αντικειμενικά (Gibson, 2021).

6.3 Προτάσεις για Μελλοντική Έρευνα

Με βάση τους παραπάνω περιορισμούς και τα ευρήματα της έρευνας, προτείνονται οι ακόλουθες κατευθύνσεις για μελλοντική έρευνα:

Διεύρυνση του Δείγματος και Ποσοτική Έρευνα: Μελλοντικές έρευνες θα μπορούσαν να περιλαμβάνουν ένα μεγαλύτερο και πιο αντιπροσωπευτικό δείγμα χωρισμένων γονέων, χρησιμοποιώντας τόσο ποιοτικές όσο και ποσοτικές μεθόδους. Αυτό θα επέτρεπε τη στατιστική ανάλυση των δεδομένων και τη γενίκευση των ευρημάτων. **Εστίαση σε Συγκεκριμένες Υποομάδες:** Η διερεύνηση των εμπειριών συγκεκριμένων υποομάδων, όπως οι μητέρες που βιώνουν αποξένωση, οι γονείς με παιδιά διαφορετικών ηλικιακών ομάδων κατά τον χωρισμό, ή γονείς από διαφορετικές γεωγραφικές περιοχές, θα μπορούσε να προσφέρει πιο εξειδικευμένες πληροφορίες. **Διεπιστημονική Προσέγγιση:** Η συνεργασία μεταξύ ψυχολόγων, κοινωνιολόγων, νομικών και άλλων ειδικοτήτων είναι απαραίτητη για την ολιστική κατανόηση του φαινομένου. Μελλοντικές έρευνες θα μπορούσαν να υιοθετήσουν μια διεπιστημονική προσέγγιση, συνδυάζοντας διαφορετικές οπτικές γωνίες και μεθοδολογίες. **Διεύρυνση της δειγματοληψίας ως προς το φύλο:** Μελλοντικές μελέτες πρέπει να καταβάλουν συντονισμένες προσπάθειες για τη συμπερίληψη μεγαλύτερου αριθμού αποξενωμένων μητέρων. Ή να πιστοποιηθεί αν ισχύει το γεγονός ότι στην Ελλάδα τείνουν οι πατέρες να είναι οι

αποξενωμένοι γονείς, όπως υποστήριξε η παρούσα έρευνα. **Πανελλαδική κάλυψη:** Η επέκταση της έρευνας σε άλλες μεγάλες πόλεις (π.χ., Θεσσαλονίκη, Πάτρα, Ηράκλειο) και σε αγροτικές περιοχές θα ενίσχυε τη γενίκευση των ευρημάτων σε εθνικό επίπεδο. **Συμπερίληψη της οπτικής των παιδιών και των άλλων γονέων:** Η τρέχουσα έρευνα εστιάζει στην οπτική του αποξενωμένου γονέα. Μελλοντικές μελέτες θα ωφελούνταν από τη συλλογή δεδομένων από όλες τις πλευρές της οικογενειακής δυναμικής—από τους γονείς που επιβάλλουν την αποξένωση (εάν είναι εφικτό) και, κυρίως, από τα ίδια τα παιδιά (ανάλογα με την ηλικία τους). **Ποσοτική μέτρηση της συναισθηματικής επιβάρυνσης:** Η χρήση έγκυρων ψυχομετρικών κλιμάκων (π.χ., για κατάθλιψη, άγχος, μετατραυματικό στρες) θα παρείχε αντικειμενικότερα δεδομένα σχετικά με την ένταση και τη διάρκεια της συναισθηματικής δυσφορίας μεταξύ των δύο ομάδων. **Αξιολόγηση της Αποτελεσματικότητας των Ομάδων Υποστήριξης:** Δεδομένου ότι οι ομάδες υποστήριξης αποτελούν κύρια πηγή ενημέρωσης, μελλοντική έρευνα θα μπορούσε να αξιολογήσει την αποτελεσματικότητα και τον αντίκτυπο αυτών των ομάδων στην ψυχολογική κατάσταση των γονέων και στην ικανότητά τους να διαχειρίζονται την αποξένωση. **Μελέτη Ενηλίκων Παιδιών Αποξενωμένων Γονέων:** Μια κρίσιμη μελλοντική κατεύθυνση είναι η συνέντευξη ενηλίκων που βίωσαν γονική αποξένωση ως παιδιά (Harman et.al, 2019). Αυτό θα παρείχε πολύτιμες πληροφορίες σχετικά με τις μακροπρόθεσμες επιπτώσεις, την ευημερία τους ως ενήλικες, και την εκπλήρωση της επιθυμίας να μην επαναλάβουν το φαινόμενο στις δικές τους οικογένειες. Διαδικασία δια-κωδικοποιητικής αξιοπιστίας: Για την ενίσχυση της αξιοπιστίας των ευρημάτων και τη μείωση της υποκειμενικότητας του αναλυτή, χρησιμοποιώντας τουλάχιστον δύο ή περισσότερους ανεξάρτητους κωδικοποιητές για την ανάλυση των ποιοτικών δεδομένων (συνεντεύξεων) (Torun et.al, 2021).

Συνοψίζοντας, η παρούσα έρευνα αποτελεί ένα σημαντικό βήμα στην κατανόηση της γονικής αποξένωσης στην Ελλάδα. Ωστόσο, οι περιορισμοί της υπογραμμίζουν την ανάγκη για περαιτέρω, πιο εκτεταμένη και διεπιστημονική έρευνα, με στόχο την ανάπτυξη αποτελεσματικών στρατηγικών πρόληψης και αντιμετώπισης του φαινομένου, προς όφελος των παιδιών, των οικογενειών και των αποξενωμένων γονέων.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Aksu, T., Kılıçaslan, F., Kütük, A., Tufan, A. E., Kayar, A., & Toros, F. (2024). Parental attitudes, child mental health problems and gender factor in the divorce process. *Çukurova medical journal*.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.).
- Auckland, C., & Goold, I. (2020). Resolving disagreement: A multi-jurisdictional comparative analysis of disputes about children's medical care. *Medical Law Review*, 28(1), 1–28.
- Baker, A. J. L., & Darnall, D. (2006). Behaviors and strategies used in parental alienation. *Journal of Divorce & Remarriage*, 45(1-2), 97-124.
- Baker, A. J. L., & Brand, E. S. (2010). The long-term effects of parental alienation on adult children: A qualitative research study. *Journal of Divorce & Remarriage*, 51(1), 16-36.
- Baldwin, E. G., & Harman, J. J. (2021). Parental alienation: The dynamics and the effects. *Family Court Review*, 59(3), 447-463.
- Bantekas, I. (2016). Discrimination against fathers in Greek child custody proceedings: Failing the child's best interests. *The International Journal of Children's Rights*, 24(2), 330–357.
- Bantic, M. (2024). Effects of parental alienation: A phenomenological study. *Journal of Electrical Systems*, 20(2), 127–139.
- Baštecká, M., & Boukalová, H. (2020). Ethical issues of psychological expert testimony in child custody cases: A comparison of ethical approaches. *Psychology in Russia State of Art*, 13(3), 85–102.
- Bates, E. A. (2019). “I am still afraid of her”: Men's experiences of post-separation abuse. *Partner Abuse*, 10(3), 298–313.
- Bates, E. A., & Taylor, J. (2021). “I've never felt such absolute devastating loss”: A photo

- elicitation exploration of men's postseparation experiences of coping after intimate partner violence. *Partner Abuse*, 12(4), 519–539.
- Bernet, W. (Ed.). (2010). *Parental alienation, DSM-5, and ICD-11*. Charles C Thomas.
- Bernet, W., Gregory, H. R., Reay, K. M., & Rohr, W. M. (2020). *Parental Alienation: The Handbook for Mental Health and Legal Professionals*. Charles C Thomas Publisher.
- Bertelsen, M. (2021). Staying with the conflict—parenting work and the social organization of post-divorce conflict. *Journal of Family Studies*, 27(4), 519–534.
- Boch-Galhau, W. (2021). Parental alienation: A serious form of child psychological abuse and a worldwide health problem, that affects children and victim parents all over the world. *International Journal of Psychiatry Research*, 6(1), 1–25.
- Bowring, S. (2025). *Parental alienating behaviours: Prevalence and risk factors in private law cases* (Doctoral dissertation). Queen's University Belfast.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bruch, C. S., Wallerstein, J. S., & Kelly, J. B. (1981). Parenting at and after divorce: A search for new models. *Michigan Law Review*, 79(6), 1174–1220.
- Caplan, P. (2023). Parental alienation syndrome: Scientific and legal controversies. *Current Psychiatry Reports*, 25(2), 79-85.
- Council of Europe, Committee of Ministers. (2022, July 12). *Greece: New law regulates separated parents' access to children in line with ECHR judgment*. Council of Europe. <https://www.coe.int/en/web/execution/-/greece-new-law-regulates-separated-parents-access-to-children-in-line-with-echr-judgment>
- Dalgarno, H., Katz, E., Ayeb-Karlsson, S., Barnett, S., Motosi, O. A., & Verma, M. (2023). 'Swim, swim and die at the beach': Family court and perpetrator induced trauma

- (CPIT) experiences of mothers in Brazil. *Journal of Social Welfare & Family Law*.
- DeGarmo, D. S., Patras, J., & Eap, S. (2008). Social support for divorced fathers' parenting: Testing a stress-buffering model. *Family Relations*, 57(1), 108–121.
- D'Onofrio, B. M., & Emery, R. E. (2019). Parental divorce or separation and children's mental health. *The Lancet Public Health*, 4(1), e55-e56.
- Doughty, J., Maxwell, N., & Slater, B. (2020). Professional responses to 'parental alienation': research-informed practice. *Journal of Social Welfare & Family Law*, 42(2), 226–230.
- Droz, L. (2020). Parental Alienation and the DSM-5. In *Parental Alienation*. Springer.
- Droz, L., & O'Malley, J. (2020). Assessing for Alienation in High Conflict Post-Divorce Cases. In *Parental Alienation*. Springer, Cham.
- Elrod, L. H. (2007). Client-directed lawyers for children: Is it the right thing to do?
- Fabricius, W. V., & Suh, G. W. (2017). Should infants and toddlers have frequent overnight parenting time with fathers? The policy debate and new data. *Psychology, Public Policy, and Law*, 23(1), 68–81.
- Faller, K. C. (1998). The parental alienation syndrome: What is it and what data support it?. *Child Maltreatment*, 3(1), 100–110.
- Fard, F., & Alipour, S. (2023). Narrative therapy intervention reduced anxiety and depression caused by stigma of divorce: Case reports. *Journal of Divorce & Remarriage*.
- Fidler, B. J., Bala, N., & Saini, M. A. (2013). *Parental alienation: Case law, research, and policy*. Oxford University Press.
- Finzi-Dottan, Ricky & Goldblatt, Hadass & Cohen-Masica, Orlee. (2012). The experience of motherhood for alienated mothers. *Child & Family Social Work*. 17. 10.1111/j.1365-2206.2011.00782.x.
- Gaffal, M. (2012). Parental alienation in divorce judgments. *InDret*, 4/2012.

- Gardner, R. A. (1985). Recent trends in divorce and custody litigation. *Academy Forum*, 29(2), 3-7.
- Gardner, R. A. (1998). *The parental alienation syndrome: A guide for mental health and legal professionals*. Creative Therapeutics.
- Gardner, R. A. (2001). Parental alienation syndrome: A guide for mental health and legal professionals (2nd ed.). *Cresskill, NJ: Creative Therapeutics*.
- Gardner, R. A., Sauber, S. R., & Lorandos, D. (Eds.). (2006). *The international handbook of parental alienation syndrome: Conceptual, clinical and legal considerations* (Vol. 1108). Charles C Thomas Publisher.
- Garriga, A., & Pennoni, F. (2020). The causal effects of parental divorce and parental temporary separation on children's cognitive abilities and psychological well-being according to parental relationship quality. *Social Indicators Research*, 152, 193–216.
- George, S., & Gallwey, K. (2016). How do parents experience relocation disputes in the family courts? *Journal of Social Welfare & Family Law*, 38(2), 173–187.
- Gibson, J. D. (2021). *[Phenomenological study of fathers' parental alienation experiences]* (Publication No. 10795) [Doctoral dissertation, Walden University].
Walden Dissertations and Doctoral
Studies. <https://scholarworks.waldenu.edu/dissertations/10795>
- Giorgi, A. (2009). *The Descriptive Phenomenological Method in Psychology*. Pittsburg, PA: Duquesne University Press.
- Gouveris, A. (2022). Health aspects of parental alienation syndrome: Greek crisis and gender inequality in the legislation. *Urbanities Journal*, 12(1), 116-125.
- Gouveris, A., & Nikolaidou, E. (2022). Decisions of Greek courts securing the right of parent-child communication: A legal and psychological perspective. *Healthcare*, 10(12), 2522.

- Granados, A., Valero, S., & Berdejo, E. (2022). 'For me, it was a liberation, like being free again.' A qualitative approach to the care trajectories of divorced mothers in Spain. *Families, Relationships and Societies*.
- Harman, J. J., & Lorandos, D. (2020). Allegations of family violence in court: How parental alienation affects judicial outcomes. *Psychology, Public Policy, and Law*, 26(4), 519–541.
- Harman, J. J., & Lorandos, D. (2021). *Parental Alienation: Science and Law*. American Psychological Association.
- Harman, J. J., Bernet, W., & Harman, J. (2019). Parental alienation: The blossoming of a field of study. *Current directions in psychological science*, 28(2), 212-217.
- Harman, J. J., Leder-Elder, S., & Biringen, Z. (2019). Prevalence of adults who are the targets of parental alienating behaviors and their impact. *Children and Youth Services Review*, 101, 31–41.
- Harman, J. J., Matthewson, M. L., & Baker, A. J. L. (2021). Losses experienced by children alienated from a parent. *Current Opinion in Psychology*, 43, 164–169.
- Helios, R., & Jedlecka, A. (2022). Parental alienation in the Polish legal system. *Białostockie Studia Prawnicze*, 27(3), 209–224.
- Herrero, J., Martínez-Pampliega, A., & Álvarez, M. (2020). Family communication, adaptation to divorce and children's maladjustment: The moderating role of coparenting. *Journal of Family Communication*, 20(4), 312–326.
- Isailă, M. A., & Hostiuc, S. (2022). Medical–legal and psychosocial considerations on parental alienation as a form of child abuse: A brief review. *Healthcare*, 10(3), Article 430.
- Jaffe, P. G., Crooks, C. V., & Bala, N. (2020). Parental alienation and child abuse: Is there a link? *Journal of Emotional Abuse*, 21(2), 114-129.

- Jessee, C., & Carr, D. (2025). Silver splits and parent–child disconnectedness: Mental health consequences for European older adults. *European Journal of Population / Revue européenne de Démographie*.
- Johnston, J. R., & Sullivan, M. J. (2020). Parental alienation: In search of common ground for a more differentiated theory. *Family Court Review*, 58(2), 270–292.
- Kalter, N., & Rembar, J. (1981). The significance of a child's age at the time of parental divorce. *American Journal of Orthopsychiatry*, 51(1), 85–100.
- Kay-Flowers, M. (2021). *The effects of parental divorce and separation on children*.
- Kelly, J. B., & Johnston, J. R. (2015). Rejoinder to commentators on "The alienated child" concept: Broader view needed of child's context. *Family Court Review*, 53(2), 273–279.
- Kline, C. L. (2017). *Parental alienation and targeted parents: Loss, coping, and social support* [Master's thesis, Colorado State University]. Mountain Scholar. <https://mountainscholar.org/handle/10217/182606>
- Koppejan-Luitze, A. H. W., Wal, M. F., Kluwer, E. S., Visser, R. F., & Finkenauer, C. (2020). Are intense negative emotions a risk for complex divorces? An examination of the role of emotions in divorced parents and coparenting concerns. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(11), 2736–2754.
- Korosi, S. (2021). *'Am I Still a Parent?': A mixed methods exploration of parental alienation, social alienation and stigma consciousness in Australia* [Doctoral dissertation, University of Wollongong]. Research Online. <https://ro.uow.edu.au/theses1/1236/>
- Koukoulis, A.-N., Tsellou, M., Rougkala, V., Bacopoulou, F., & Papadodima, S. (2022). Decisions of Greek Courts Securing the Right of Parent–Child Communication and Their Determinants. *Healthcare*, 10(12), 2522. <https://doi.org/10.3390/healthcare10122522>

- Kruk, E. (2018). Parental Alienation as a Form of Emotional Child Abuse: Current State of Knowledge and Future Directions for Research. *Family Science Review*, 22(4).
- Krumrei-Mancuso, E. J., Coit, C. L., Martin, A., Fogo, J., & Mahoney, A. (2007). Post-divorce adjustment and social relationships. *Journal of Divorce & Remarriage*, 46(3-4), 113–133.
- Lee-Maturana, S.-L. (2020). The forgotten parents: experiences, consequences and coping mechanisms of targeted parents of parental alienation (Version 1). University of Tasmania. <https://doi.org/10.25959/100.00035874>
- Lee-Maturana, S., Matthewson, M., Dwan, C., & Norris, K. (2019). Characteristics and experiences of targeted parents of parental alienation from their own perspective: A systematic literature review. *Australian Journal of Psychology*, 71(2), 83-91.
- Lee-Maturana, S., Matthewson, M., & Dwan, C. (2020). Targeted parents surviving parental alienation: Consequences of the alienation and coping strategies. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 1645–1654.
- Leopold, T., & Kalmijn, M. (2016). Parental divorce and child well-being: A prospective comparison of the crisis and chronic strain models. *Στο Social Science Research*, 58, 33-41.
- Lis, A. (2021). Enforcement of the obligation to maintain contact with a child. *Bialostockie Studia Prawnicze*, 26(4), 163–174.
- Liu, M., & Recio, S. E. L. (2020). Child development and well-being in the context of parental divorce: An analysis of family processes. *Journal of Divorce & Remarriage*, 61(4), 263-271. [3]
- Lorandos, D. (2020). Parental alienation in U.S. courts, 1985 to 2018. *Family Court Review*,

58(1), 241–263.

Lorandos, D., & Bernet, W. (Eds.). (2020). *Parental alienation: Science and law*. Charles C Thomas Publisher.

Marques, T. M., Narciso, I., & Ferreira, L. C. (2020). Empirical research on parental alienation: A descriptive literature review. *Children and Youth Services Review*, 119, Article 105572.

Matthewson, M. L., Bowring, S., Hickey, L., Ward, S., Diercke, S., & Niekerk, L. (2023). A qualitative exploration of reunification post alienation from the perspective of adult alienated children and targeted parents. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1118600.

McCormack, M. (2021). *Parental alienation: An exploratory study of legal professionals' views and experiences in Northern Ireland* [Doctoral dissertation, Queen's University Belfast]. Queen's University Belfast Research Portal.

https://pureadmin.qub.ac.uk/ws/portalfiles/portal/250912365/Mairead_McCormack_DChild_Thesis_2021.pdf

Meier, J. S. (2009). A historical perspective on parental alienation syndrome and parental alienation. *Journal of Child Custody*, 6(2), 232–257.

Mendes, R., & Ormerod, D. (2023). Uncertainty in child custody cases after parental separation: Context and decision-making process. *Trends in Psychology*.

Miklowska, M. (2021). Disturbed bonds – consequences for mental health of a child. *Humanities and Social Sciences Quarterly*, 1(3), 43–57.

Miralles, E. N., Godoy, F. H., & Montesinos, P. R. (2021). Long-term emotional consequences of parental alienation exposure in children of divorced parents: A systematic review. *Current Psychology*.

Moro, M. R., Ogrizek, P., Dozio, E., Attias, A., Papazian-Zohrabian, G., Jesus-Martin, I., Teicher, M. H., & Baubet, T. (2023). How countries' legislations can sustainably impact

- children's mental health. *European Psychiatry*, 66(S1), S158–S158.
- Mushtaq et al. (2025). *Divorce, Stigma, Socio-Economic and Psychological Challenges: A Study of the Lived Experience of Women From Swabi, Pakistan*.
- Nacev, L., & Belovski, V. (2018). The court expert as a means of evidence in the litigation proceedings. *Journal of Process Management New Technologies*, 6(3), 88–92.
- Nikolajsen, S. S., Larsen, A. R., Christoffersen, J., Holstein, B. E., & Swane, C. E. (2025). Estrangement between older parents and adult children: Associations with mental health. *Journal of Social and Personal Relationships*.
- Novita et al. (2024). *Social Support for Post-Divorce Role Readjustment*. Στο *Komunitas: International Journal of Indonesian Society and Culture*, 16(2).
- Obeid et al. (2021). *The Impact of Divorce on Children's Mental Health*. Στο *Anterior Jurnal*, 24(II), 27-40.
- Pace, J. W., & Coohy, C. (2020). Parental conflict, coping, and child outcomes: A meta-analysis. *Child Abuse & Neglect*, 107, 104524.
- Pally, S. (2020). Parental alienation as a form of child psychological maltreatment. *Child Abuse & Neglect*, 107, 104524.
- Papadopoulos, T. N. (2010). Greek family policy from a comparative perspective. In E. Drew, R. Emerek, & E. Mahon (Eds.), *Women, work and the family in Europe* (pp. 47–57). Routledge
- Partridge, B., McAllister, L., Toohey, J., Field, R., Crowe, M., & Allcock, J. (2023). Understanding the information experiences of parents involved in negotiating post-separation parenting arrangements. *SSRN Electronic Journal*.
- Pilan, P., Akkaş, E., Er, K., Bayturan, Ş., Akdaş, S., & Bildik, T. (2022). Parental alienation

- syndrome: A case alienated from the mother. *Journal of Clinical Psychiatry (Klinik Psikiyatri Dergisi)*, 25(4), 481–488.
- Poustie, C., Matthewson, M., & Balmer, S. (2018). The forgotten parent: The targeted parent perspective of parental alienation. *Journal of Family Issues*, 39(12), 3298–3323.
- Pruett, M. K., Johnston, J. R., Saini, M., Sullivan, M. J., & Salem, P. (2023). The use of parental alienation constructs by family justice system professionals: A survey of belief systems and practice implications. *Family Court Review*, 61(1), 101–123.
- Rand, D. (2013). The history of parental alienation from early days to modern times. In D. Lorandos, W. Bernet, & S. R. Sauber (Eds.), *Parental alienation: The handbook for mental health and legal professionals* (pp. 291–321). Charles C Thomas Publisher.
- Riquelme Soto, V., & Leonhardt, P. (2020). Childhood exposure to parental alienation practices: a socio-educational analysis. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 12(2), 27–46. doi.org
- Roma, P., Marchetti, D., Mazza, C., Ricci, E., Fontanesi, L., & Verrocchio, M. C. (2021). A comparison of MMPI-2 profiles between parental alienation cases and custody cases. *Journal of Child and Family Studies*, 30, 1787–1798.
- Roszak, M. (2021). Parenting in conflict – parental alienation: netnographic research. *Society Register*, 5(2), 83–98. <https://doi.org/10.14746/sr.2021.5.2.06>
- Sandelowski, M. (2010). What's in a name? Qualitative description revisited. *Research in Nursing and Health*, 33, 77–84.
- Schalkwyk, G., & Gentz, K. (2023). Factors affecting resilience in Namibian children exposed to parental divorce: A Q-methodology study. *Frontiers in Psychology*, 14, 1118155.
- Schermerhorn, A. C. (2020). Children's physiological reactivity to marital conflict: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 34(7), 803–814.

- Sharp et al. (2022). *Preventing Mental Health Problems in Children After High Conflict Parental Separation: A Randomized Trial*. Στο *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*.
- Skowrońska, E. (2023). The individual responsibility of each parent for the upbringing of children: an outline of the European standard. *Journal of Modern Science*, 59(4), 105–124.
- Smith, J. A., & Shinebourne, P. (2012). *Qualitative psychology: A practical guide to research methods*. Sage Publications.
- Smith-Etxeberria, X., Corres-Medrano, S., & Villanueva, J. J. (2022). Parental divorce process and post-divorce parental behaviors and strategies: Examining emerging adult children's attachment-related anxiety and avoidance. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 15233.
- Spearman, M., Vaughan-Eden, V., Hardesty, J. L., & Campbell, J. C. (2023). Post-separation abuse: A literature review connecting tactics to harm. *Journal of Family Trauma Child Custody & Child Development*.
- Stolnicu, I., Mol, M., Hendrick, L., & Gaugue, J. (2022). Healing the separation in high-conflict post-divorce co-parenting. *Frontiers in Psychology*, 13, 951012.
- Target, M., Hertzmann, L., Midgley, N., Casey, P., & Lassri, D. (2017). Parents' experience of child contact within entrenched conflict families following separation and divorce: A qualitative study. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 31(1), 1–19. doi.org
- Tavares, D. M., Crespo, C., & Ribeiro, V. (2021). What does it mean to be a targeted parent? Parents' experiences in the context of parental alienation. *Journal of Child and Family Studies*, 30, 2514–2524.]

- Torun, D., Torun, S., & Matthewson, M. L. (2021). Parental alienation: Targeted parent experience in Turkey. *The American Journal of Family Therapy*, 49(5), 455–471.
- Tsaoussi, G. (2002). The Greek divorce law reform of 1983 and its impact on homemakers: A social and economic analysis. *SSRN Electronic Journal*.
- Tsoukala, P. (2015). Household regulation and European integration: The family portrait of a crisis. *The American Journal of Comparative Law*, 63(3), 747–800.
- Verde, A. (2024). Η νομική διάσταση της γονικής αποξένωσης στην Ελλάδα. *Επιστημονική Επιθεώρηση (π.χ. Ελληνική Δικαιοσύνη ή άλλη νομική επιθεώρηση)*.
- Verhaar, M. A., Matthewson, M. L., & Bentley, C. (2022). The impact of parental alienating behaviours on the mental health of adults alienated in childhood. *Children*, 9(3), 366.
- Verrocchio, M. C., Marchetti, D., & Fulcheri, M. (2015). Perceived parental functioning, self-esteem, and psychological distress in adults whose parents are separated/divorced. *Frontiers in Psychology*, 6, 1174.
- Verrocchio, M. C., Marchetti, D., Carrozzino, D., Compare, A., & Fulcheri, M. (2019). Depression and quality of life in adults perceiving exposure to parental alienation behaviors. *Health and Quality of Life Outcomes*, 17, Article 161.
- Vowels, M. J., Comolli, S., Bernardi, L., Chacón-Mendoza, A. M., & Darwiche, J. (2023). Systematic review and theoretical comparison of children’s outcomes in post-separation living arrangements. *PLoS ONE*, 18(6), e0287105.
- Walker, L. (2021). Parental Alienation Syndrome: Legal and Psychological Issues. In *Encyclopedia of Domestic Violence*. Springer, Cham.
- Wallenstein, J. M., & Blakeslee, S. (2009). *Δεύτερες ευκαιρίες: άνδρες, γυναίκες, παιδιά δέκα χρόνια μετά το διαζύγιο*. Αθήνα: Καστανιώτης.
- Wang, M., Lin, X., & Zhang, Y. (2025). Pathways from parental alienation to adolescent

- problem behaviors: A longitudinal study of parent-child attachment and emotion regulation. *Children and Youth Services Review*.
- Warshak, R. A. (2001). The custody evaluator's role in diagnosing parental alienation syndrome. *The American Journal of Family Therapy*, 29(3), 185-197.
- Wolpe, J., & Goodman, G. S. (2019). Child witness research and children's rights. *International Journal on Child Maltreatment: Research, Policy and Practice*, 3(1), 1–13.
- World Health Organization (WHO). (2018). *International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11)*.
- World Health Organization. (2019). *International classification of diseases for mortality and morbidity statistics* (11th ed.). <https://icd.who.int/>
- Βαλμαντώνης, Ι. (2024). *Συνεπιμέλεια και βέλτιστο συμφέρον του τέκνου: Υπό το φως του Ν 4800/2021* (2η έκδ.). Νομική Βιβλιοθήκη.
- Γκουβέρης, Α. (2022). Πρακτικά Συνεδρίου (π.χ. Δικηγορικού Συλλόγου Αθηνών).
- Καλαϊτζάκης, Ε. (2020). Συμπεριφορές Γονικής Αποξένωσης. Σύγχρονη Κοινωνία Εκπαίδευση και Ψυχική Υγεία" Πανεπιστήμιο Αιγαίου, 3-5 Ιουλίου 2020 (σελ 48 στο πρόγραμμα του συνεδρίου)
- Καραϊνδρου, Α. (2021). Ενδοοικογενειακή βία και οι επιπτώσεις της στις έννομες σχέσεις του οικογενειακού δικαίου - ιδίως μετά τον ν. 4800/2021. *e-nomika.gr*.
- Λέκκας, Γ. (2021). *Η επιμέλεια του παιδιού κατά τον Αστικό Κώδικα- Μετά τον Ν. 4800/2021*. Εκδόσεις Σάκκουλα.
- Παπαδοπούλου, Ε. (2024, 24 Ιουλίου). [Στατιστική εκτίμηση της γονικής αποξένωσης στην Ελλάδα – Η εξίσωση PAF ως ερμηνευτικό εργαλείο] [Statistical estimation of parental alienation in Greece – The PAF equation as an interpretive

tool]. *Psychology.gr*. <https://www.psychology.gr/oikogeneiaka-themata/8766-statistiki-ektimisi-tis-gonikis-apoksenosis-stin-ellada-i-eksisosi-paf-os-erminetiko-ergaleio.html>

Σκουλούδης, Σ. (2025, 20 Ιανουαρίου). [Η νέα μάστιγα της κοινωνίας: Η Γονική Αποξένωση που κάνει τα παιδιά μας «ορφανά»] [The new scourge of society: Parental Alienation that makes our children "orphans"]. *Newsbomb.gr*. <https://www.newsbomb.gr/ellada/story/1644130/i-nea-mastiga-tis-koinonias-i-goniki-apoksenosi-pou-kanei-ta-paidia-mas-orfana>

Φαρμακοπούλου, Ι., Μπάκα, Γ., & Δουζένης, Α. (2025). Συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση παραγόντων που οδηγούν στη γονική αποξένωση και τρόποι διαχείρισης της. *Ψυχιατρική παιδιού & εφήβου*, 12–13, 7–17.
https://www.researchgate.net/publication/392123801_SYSTEMATIKE_BIBLIOGRAPHIKE_A_NASKOPESE_PARAGONTON_POU_ODEGOUN_STE_GONIKE_APOXENOSE_KAI_TROPOI_DIACHEIRISES_TOU

Εισηγητική Έκθεση του Ν. 4800/2021 https://www.hellenicparliament.gr/Nomothetiko-Ergo/Anazitisi-Nomothetikou-Ergou?law_id=19720d08-12e1-421f-9756-ad2100bb4f18.

Ελληνική Δημοκρατία, Βουλή των Ελλήνων. (2021). *Εισηγητική έκθεση επί του σχεδίου νόμου «Μεταρρυθμίσεις αναφορικά με τις σχέσεις γονέων και τέκνων, άλλα ζητήματα οικογενειακού δικαίου και λοιπές επείγουσες διατάξεις»*. <https://www.hellenicparliament.gr/UserFiles/2f026a16-d3c5-4c50-8b5e-257a0a03d15b/9818817.pdf>

Ελληνική Στατιστική Αρχή (ΕΛΣΤΑΤ). (2017, 30 Οκτωβρίου). *[Διαζύγια και παιδιά: Στατιστικά στοιχεία για το έτος 2017]* [Divorces and children: Statistical data for the year 2017]. <https://www.statistics.gr/el/statistics/-/publication/SJO01/2017>

Ελληνική Ψυχολογική Εταιρεία. (2020, 14 Ιουλίου). *Διαζύγιο και συνεπιμέλεια παιδιών: κείμενο του κλάδου Κλινικής Ψυχολογίας και Ψυχολογίας της Υγείας της ΕΛΨΕ*. Ανακτήθηκε από <https://elpse.com/anakoinwseis/anakoinwsh-elpse-mme-kai-stigmatismos-2/>.

Ενεργοί Μπαμπάδες. (2020). *[Διαδικτυακή έρευνα βάσει ερωτηματολογίου σχετικά με την πατρότητα και την ανατροφή των παιδιών: Έκθεση γονικής ισότητας]* [Online questionnaire survey on fatherhood and parenting: Parental equality report]. <https://www.energoimpampades.gr/wp-content/uploads/2020/11/Εκθεση-γονικής-ισότητας.pdf>

Lawspot.gr. Νέο Οικογενειακό Δίκαιο: Δημοσιεύθηκε ο Ν. 4800/2021 – Συγκριτικός πίνακας διατάξεων <https://www.lawspot.gr/nomika-nea/neo-oikogeneiako-dikaio-dimosieythike-o-n-4800-2021-sygkritikos-pinakas-diataxeon/>

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α

(ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΣΕ SOCIAL MEDIA (FACEBOOK) ΠΡΟΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΜΕΝΟΥΣ)

ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ ΣΕ ΕΡΕΥΝΑ

Μια έρευνα που διερευνά τις ψυχολογικές και νομικές εμπειρίες αποξενωμένων και μη αποξενωμένων χωρισμένων γονέων από τη δική τους οπτική γωνιά στην Ελλάδα μετά το Ν. 4800/2021.

Η γονική αποξένωση (ΓΑ) αναφέρεται σε μια κατάσταση όπου ο ένας γονέας (ο «αποξενωτής γονέας») σκόπιμα ή ασυνείδητα χειραγωγεί ένα παιδί για να απορρίψει τον άλλο γονέα (τον «αποξενωμένο γονέα») χωρίς νόμιμη αιτιολόγηση. Αυτό συμβαίνει συχνά κατά τη διάρκεια διαζυγίων με έντονες συγκρούσεις ή μάχες για την επιμέλεια. Η γονική αποξένωση (ΓΑ) είναι μια διαδικασία κατά την οποία ο ένας γονέας (αποξενωτής) επηρεάζει αρνητικά την αντίληψη του παιδιού για τον άλλο γονέα (αποξενωμένος) (Balmer, Matthewson & Hines, 2017).

- Είστε διαζευγμένος/η με παιδί/ά και έχετε εμπειρία ως αποξενωμένος γονέας;
Ή
- Είστε διαζευγμένος/η με παιδί/ά και δεν έχετε εμπειρία ως αποξενωμένος γονέας;
- Είστε πρόθυμος/η να πάρετε μέρος σε δύο διαδικτυακές ή δια ζώσης συνεντεύξεις και να μοιραστείτε την ιστορία σας για τη γονική αποξένωση ως αποξενωμένος γονέας;
Ή
- Είστε πρόθυμος/η να πάρετε μέρος σε δύο διαδικτυακές ή δια ζώσης συνεντεύξεις και να μοιραστείτε την ιστορία σας σχετικά με το διαζύγιο και τα παιδιά σας;

Εάν η απάντησή σας σε μια από αυτές τις ερωτήσεις είναι ναι, μπορεί να έχετε δικαίωμα συμμετοχής σε μια έρευνα που θέλει να διερευνήσει τις ψυχολογικές και νομικές εμπειρίες αποξενωμένων και μη αποξενωμένων χωρισμένων γονέων από τη δική τους οπτική γωνιά.

Ο σκοπός αυτής της έρευνας είναι η καλύτερη κατανόηση της βιωμένης εμπειρίας της γονικής αποξένωσης και αν υπάρχουν εμφανείς διαφορές όταν δεν υπάρχει αποξένωση.

Οι συμμετέχοντες θα κληθούν να παρευρεθούν σε δύο διαδικτυακές ή δια ζώσης συνεντεύξεις μέσα σε διάστημα δύο εβδομάδων. Επίσης θα πρέπει να δεσμευτούν χρονικά ως εξής για τα ακόλουθα: 1) σύντομο ερευνητικό διαδικτυακό ερωτηματολόγιο 10 λεπτών, 2) πρώτη συνέντευξη από 1 ώρα έως 1,5 ώρα, 3) άσκηση με το να γράψουν ένα γράμμα που θα ολοκληρωθεί πριν από τη δεύτερη συνέντευξη 20-30 λεπτά, 4) δεύτερη συνέντευξη από 1 ώρα έως 1,5 ώρα.

Οι συμμετέχοντες θα ενθαρρυνθούν να υποβάλουν κατά τη διάρκεια της δεύτερης συνέντευξης οποιεσδήποτε πρόσθετες μορφές ψυχολογικής και νομικής εμπειρίας με τη μορφή τέχνης, εγγραφών περιοδικών/εφημερίδων, φωτογραφιών κ.λπ., με τα οποία πιστεύουν ότι θα διευκολύνουν την έκφραση της εμπειρίας τους ως αποξενωμένοι ή όχι γονείς.

Οι πληροφορίες από την έρευνα αυτή θα παρέχουν τις απαραίτητες γνώσεις και διερεύνηση για τις εμπειρίες από τη γονική αποξένωση.

Η έρευνα θα διεξαχθεί σε μια ασφαλή διαδικτυακή πλατφόρμα, στην οποία μπορεί ο συμμετέχων να έχει πρόσβαση είτε από υπολογιστή είτε από εφαρμογή κινητού τηλεφώνου. Αν οι συνεντεύξεις πραγματοποιηθούν δια ζώσης, θα λάβουν μέρος στο γραφείο της ερευνήτριας/ψυχολόγου, το οποίο βρίσκεται στην Αθήνα.

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο έρευνας
<https://forms.gle/1pXw4VVvYDEA2MFy5>
για να γίνει η ανάλογη επιλογή σύμφωνα με τις απαντήσεις

Η Βικτώρια Φριζή είναι Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπεύτρια, με ειδίκευση στο Τραύμα και διατηρεί ιδιωτικό γραφείο στην Αθήνα. Ως μεταπτυχιακή φοιτήτρια της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών, του τμήματος Ψυχιατροδικαστικής (MSc in Forensic Psychiatry), θα εκπονήσει τη συγκεκριμένη έρευνα.

Αν επιθυμείτε να επικοινωνήσετε με τη Βικτώρια Φριζή, μπορείτε να στείλετε email στο victoriafrizis@gmail.com ή να τηλεφωνήσετε στο 6975428200 για περισσότερες πληροφορίες.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β

Ερωτηματολόγιο Έρευνας

Ερωτηματολόγιο διερεύνησης για άτομα που ενδιαφέρονται να συμμετάσχουν σε μια ερευνητική μελέτη σχετικά με τις ψυχολογικές και νομικές εμπειρίες της γονικής αποξένωσης από τη δικής τους οπτική γωνιά στην Ελλάδα μετά το Ν. 4800/2021.

Παρακαλείστε να συμπληρώσετε τις ακόλουθες πληροφορίες:

<https://forms.gle/1pXw4VVvYDEA2MFy5>

1. Παρακαλείστε να συμπληρώσετε τις ακόλουθες πληροφορίες.

Όνομα

Πόλη

Χώρα

Email

Τηλέφωνο

2. Ποιο είναι το φύλο σας;

☐ Γυναίκα

☐ Άνδρας

☐ Άλλο

3. Ποιο είναι υψηλότερο επίπεδο μόρφωσης σας;

☐ Λύκειο

☐ Προπτυχιακές Σπουδές

☐ Μεταπτυχιακές Σπουδές

☐ Άλλο

4. Ποια είναι η τωρινή οικογενειακή σας κατάσταση;

☐ Χωρισμένος/η

☐ Ξαναπαντρεμένος/η

☐ Άγαμος/η

☐ Συγκατοίκηση

☐ Άλλο

5. Εάν έχετε χωρίσει, είστε τουλάχιστον δύο χρόνια διαζευγμένος/η;

☐ Ναι

☐ Όχι

6. Ποια είναι η ηλικία σας;

☐ Κάτω από 18 ετών

☐ 18-24

☐ 25-34

☐ 35-44

☐ 45-54

☐ 55-64

☐ 65+

7. Έχετε παιδί ή παιδιά που γεννήθηκαν ή υιοθετήθηκαν κατά τη διάρκεια του γάμου σας και από τα οποία είστε αυτή τη στιγμή αποξενωμένος/η;

- ☐ Ναι
- ☐ Όχι
- ☐ Άλλο

8. Έχετε αυτήν τη στιγμή κάποιο είδος επαφής με το παιδί/ά σας;

- ☐ Ναι
- ☐ Όχι
- ☐ Άλλο

9. Είστε πρόθυμοι να μιλήσετε για τις εμπειρίες του γάμου, της οικογένειας ή της καταγωγής σας και για τις παιδικές σας εμπειρίες;

- ☐ Ναι
- ☐ Όχι
- ☐ Άλλο

10. Πιστεύετε ότι έχετε βιώσει εμπειρίες ως αποξενωμένος γονέας; Πιστεύετε ότι έχετε βιώσει μια κατάσταση κατά την οποία ο/η σύντροφός σας επιχείρησε σκόπιμα να βλάψει ή να καταστρέψει τη σχέση σας με το παιδί/ά σας;

- ☐ Ναι
- ☐ Όχι
- ☐ Άλλο

11. Μπορείτε να παρευρεθείτε σε δύο ξεχωριστά, διαδικτυακά ή δια ζώσης ραντεβού συνεντεύξεων, το καθένα από 1 έως 1,5 ώρα, μέσα σε διάστημα δύο εβδομάδων;

- ☐ Ναι
- ☐ Όχι

12. Αν επιλέξετε να παρευρεθείτε στις συνεντεύξεις διαδικτυακά, έχετε πρόσβαση είτε σε υπολογιστή είτε σε κινητό τηλέφωνο που θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για δύο διαδικτυακές συνεδρίες συνέντευξης;

- ☐ Ναι
- ☐ Όχι

13. Αν επιλέξετε να παρευρεθείτε στις συνεντεύξεις διαδικτυακά, διαθέτετε τις δεξιότητες που απαιτούνται για να χρησιμοποιήσετε μια διαδικτυακή πλατφόρμα τηλεδιάσκεψης είτε σε υπολογιστή είτε σε κινητό τηλέφωνο (whatsapp, viber, zoom);

- ☐ Ναι
- ☐ Όχι

14. Πιστεύετε ότι μπορείτε να μοιραστείτε τις εμπειρίες που ζήσατε ως αποξενωμένος γονέας μέσω μιας πλούσιας αφήγησης;

- ☐ Ναι

☐ Όχι

15. Παρακαλείστε να γράψετε συνοπτικά μια ή δύο παραγράφους σχετικά με το γιατί βρίσκετε ενδιαφέρον το θέμα της γονικής αποξένωσης και γιατί θα θέλατε να συμμετάσχετε σε αυτήν την ερευνητική μελέτη.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Γ

Έντυπο Συγκατάθεσης

Τίτλος του έργου: Ψυχολογικές και νομικές εμπειρίες αποξενωμένων και μη αποξενωμένων χωρισμένων γονέων από τη δική τους οπτική γωνιά στην Ελλάδα μετά το Ν. 4800/2021

Κύριος ερευνητής: Βικτώρια Φριζή

Πρόσκληση για συμμετοχή σε Ερευνητική Μελέτη

Καλείστε να συμμετάσχετε σε μια ερευνητική μελέτη. Για να συμμετέχετε πρέπει να είστε διαζευγμένος/η ή χωρισμένος ηλικίας τουλάχιστον 18 ετών και να ήσασταν παντρεμένοι/ζευγάρι για τουλάχιστον πέντε χρόνια καθώς και να είστε σήμερα δύο χρόνια διαζευγμένοι/χωρισμένοι. Πρέπει να κατοικείτε στην Ελλάδα. Πρέπει να είστε πρόθυμοι και ικανοί να είστε διαθέσιμοι για δύο ξεχωριστές διαδικτυακές συνεντεύξεις ή δια ζώσης, διάρκειας από 1 ώρα έως 1,5 ώρα η καθεμία. Πρέπει να είστε πρόθυμοι να ολοκληρώσετε και τις δύο φάσεις της διαδικασίας μέσα σε χρονικό διάστημα δύο εβδομάδων. Πρέπει να έχετε εμπειρία ως αποξενωμένος γονέας και να είστε σε θέση να παρέχετε μια πλούσια, περιγραφική αφήγηση σχετικά με τη εμπειρία της γονικής αποξένωσης. Ή διαφορετικά να είστε ναι μεν διαζευγμένος/η/χωρισμένος/η και με παιδί/ά αλλά χωρίς να έχετε βιώσει τη γονική αποξένωση. Η συμμετοχή σε αυτή την έρευνα είναι εθελοντική.

Παρακαλείστε να αφιερώσετε χρόνο για να διαβάσετε ολόκληρο το έντυπο και να κάνετε ερωτήσεις προτού αποφασίσετε εάν θα λάβετε μέρος σε αυτό το ερευνητικό έργο.

Τι αφορά η έρευνα και γιατί γίνεται;

Σκοπός της έρευνας είναι η καλύτερη κατανόηση των εμπειριών της γονικής αποξένωσης και τον ρόλο που παίζουν πρότυπα συζυγικής διχόνοιας και κοινωνικής δομής στη διαμόρφωση γονικών συμπεριφορών αποξένωσης. Επίσης θα διερευνήσει την επίδραση των αποξενωτικών συμπεριφορών στην προσωπική ευημερία των αποξενωμένων γονέων.

Τι θα συμβεί εάν λάβετε μέρος σε αυτή την έρευνα;

Εάν συμφωνήσετε να συμμετάσχετε σε αυτή την έρευνα, παρακαλείστε να κάνετε τα εξής:

1. Να παρευρεθείτε στην πρώτη διαδικτυακή ή δια ζώσης συνέντευξη. Αυτή η συνέντευξη θα διαρκέσει από 1 ώρα έως 1,5 ώρα, θα εγγραφεί με ήχο και δεν απαιτεί καμία προετοιμασία.
2. Να γράψετε ένα σύντομο γράμμα είτε στο αποξενωμένο σας παιδί, στον αποξενωτή γονέα ή σε έναν πάροχο νομικών ή κοινωνικών υπηρεσιών που συμμετείχε στη διαδικασία επιμέλειας. Ο σκοπός του γράμματος είναι να εκφράσει πώς οι εμπειρίες της γονικής αποξένωσης έχουν επηρεάσει τη ζωή σας και τις σχέσεις σας. Αυτό το γράμμα θα πρέπει να προετοιμαστεί πριν από τη δεύτερη συνέντευξη. Θα χρειαστεί να επιστρέψετε το γράμμα πριν από τη δεύτερη συνέντευξη και να το μοιραστείτε προφορικά με τον ψυχολόγο που θα πραγματοποιήσει τη συνέντευξη. Μπορείτε επίσης να δημιουργήσετε και να μοιραστείτε οποιοδήποτε πρόσθετο υλικό πιστεύετε ότι παρέχει πληροφορίες για τις εμπειρίες σας από τη γονική αποξένωση. Αυτό

το υλικό θα μπορούσε να περιλαμβάνει καταχωρίσεις ημερολογίου, έργα τέχνης, φωτογραφίες ή άλλα μέσα που βοηθούν στην πληρέστερη έκφραση των εμπειριών σας (20-30 λεπτά).

3. Να παρευρεθείτε στη δεύτερη διαδικτυακή ή δια ζώσης συνέντευξη. Αυτή η συνέντευξη θα διαρκέσει από 1 ώρα έως 1,5 ώρα και θα εγγραφεί με ήχο.

Πώς θα μπορούσατε εσείς ή άλλοι να επωφεληθείτε από την έρευνα;

Οι συμμετέχοντες δεν θα πρέπει να αναμένουν να λάβουν άμεσο όφελος από τη συμμετοχή τους στην έρευνα. Ωστόσο, η συμμετοχή θα δώσει την ευκαιρία να πείτε την ιστορία της γονικής αποξένωσης ως αποξενωμένος γονέας σε ένα ασφαλές, υποστηρικτικό και μη επικριτικό περιβάλλον ή την ιστορία της γονικής προσέγγισης ως μη αποξενωμένος, χωρισμένος γονέας.

Τα οφέλη για την κοινωνία περιλαμβάνουν την καλύτερη κατανόηση των εμπειριών της γονικής αποξένωσης. Η καλύτερη κατανόηση αυτής της κατάστασης θα μπορούσε να παρέχει πληροφορίες για τις υπηρεσίες υποστήριξης που χρειάζονται οι αποξενωμένοι γονείς, να θέσει προτάσεις για μελλοντικές σχετικές έρευνες για οικογένειες που επηρεάζονται από τη γονική αποξένωση και να μεγιστοποιήσει την ευαισθητοποίηση του κοινού για το φαινόμενο της γονικής αποξένωσης στην Ελλάδα. Επίσης πιθανά κοινωνικά οφέλη είναι η καλύτερη κατανόηση των προτύπων συζυγικής διαφωνίας που επιδρούν στη γονική αποξένωση αλλά και η επίδραση της γονικής αποξένωσης στην προσωπική ευημερία του αποξενωμένου γονέα.

Ποιους κινδύνους μπορεί να αντιμετωπίσετε από τη συμμετοχή σας σε αυτή την έρευνα;

Ένας πιθανός κίνδυνος για τους συμμετέχοντες μπορεί να συγκριθεί με αυτόν που θα αναμενόταν από μια κανονική ψυχοθεραπεία. Ωστόσο, λόγω της ευαίσθητης φύσης του θέματος, θα ληφθεί μέριμνα για την παροχή οποιουδήποτε είδους θεραπευτικής υποστήριξης που μπορεί να επιθυμεί ή χρειάζεται ο συμμετέχων κατά τη διάρκεια ή μετά τη συμμετοχή στην έρευνα.

Θα είστε ελεύθεροι να κάνετε ένα διάλειμμα ή να σταματήσετε ή αναβάλετε αμέσως οποιαδήποτε συνέντευξη εάν στεναχωρηθείτε συναισθηματικά ή αισθανθείτε ότι δεν μπορείτε να συνεχίσετε.

Ως αδειούχος ψυχολόγος και ψυχοθεραπεύτρια, οφείλω να τηρώ πλήρη εχεμύθεια με ορισμένα όρια εμπιστευτικότητας και υποχρεωτικής αναφοράς. Αυτοί οι περιορισμοί περιλαμβάνουν την υποχρέωση παραβίασης του απορρήτου υπό τις ακόλουθες συνθήκες:

1. Εάν αντιλαμβάνομαι ότι ένα άτομο αποτελεί άμεσο ή άμεσο κίνδυνο για τον εαυτό του ή τους άλλους.

2. Εάν έχω λόγους να πιστεύω ότι ένα παιδί, ένας ηλικιωμένος ή ένας ενήλικας που εξαρτάται από άλλους, παραμελείται ή κακοποιείται.

Πώς θα προστατεύονται τα προσωπικά δεδομένα;

Τα αρχεία αυτής της έρευνας θα τηρηθούν με εμπιστευτικότητα. Οι δημοσιευμένες αναφορές δεν θα περιλαμβάνουν πληροφορίες που θα καταστήσουν δυνατό τον προσδιορισμό ενός συμμετέχοντα. Τα αρχεία της έρευνας θα αποθηκευτούν με ασφάλεια και μόνο ο ερευνητής θα έχει πρόσβαση στα αρχεία. Τα δεδομένα που συλλέγονται από εσάς ενδέχεται να κοινοποιηθούν

για χρήση σε μελλοντικές ερευνητικές μελέτες. Εάν τα δεδομένα που συλλέγονται από εσάς κοινοποιηθούν, τυχόν πληροφορίες που θα μπορούσαν να σας ταυτοποιήσουν θα αφαιρεθούν πριν από την κοινή χρήση των δεδομένων.

- Η εμπιστευτικότητα θα διατηρηθεί με τη χρήση αρίθμησης και με την αλλαγή συγκεκριμένων στοιχείων που θα μπορούσαν να αποκαλύψουν την ταυτότητά σας. Όλες οι συνεντεύξεις θα διεξαχθούν σε ασφαλή τοποθεσία (διαδικτυακά ή δια ζώσης) που θα διασφαλίζει το απόρρητο και θα προφυλάσσει από οποιοδήποτε μέρος της συνέντευξης ακούγεται.
- Οι συνεντεύξεις θα καταγραφούν ηχητικά ή και με βίντεο. Όλα τα δεδομένα που συλλέγονται, συμπεριλαμβανομένων των γραπτών και καταγεγραμμένων θα αποθηκευτούν με ασφάλεια.
- Η εμπιστευτικότητα θα περιοριστεί μόνο στο βαθμό που απαιτείται από την ελληνική νομοθεσία.

Πώς θα αποζημιωθείτε για τη συμμετοχή σας στην έρευνα;

Οι συμμετέχοντες δεν θα αποζημιωθούν για τη συμμετοχή τους στην έρευνα.

Η συμμετοχή στην έρευνα είναι εθελοντική;

Η συμμετοχή σε αυτή την έρευνα είναι εθελοντική. Εάν αποφασίσετε να συμμετάσχετε, είστε ελεύθεροι να μην απαντήσετε σε καμία ερώτηση ή να αποσυρθείτε ανά πάσα στιγμή.

Τι πρέπει να κάνετε εάν αποφασίσετε να αποσυρθείτε από την έρευνα;

Εάν επιλέξετε να αποσυρθείτε από την έρευνα, επικοινωνήστε με τον ερευνητή στη διεύθυνση email ή τον αριθμό τηλεφώνου που περιλαμβάνονται στην επόμενη παράγραφο. Εάν επιλέξετε να αποσυρθείτε, τα δεδομένα που συλλέγονται από εσάς θα καταστραφούν αμέσως και δεν θα συμπεριληφθούν σε αυτήν την έρευνα.

Με ποιον επικοινωνείτε εάν έχετε ερωτήσεις ή ανησυχίες σχετικά με την έρευνα;

Η ερευνήτρια που διεξάγει αυτή την έρευνα είναι η Βικτώρια Φριζή. Μπορείτε να κάνετε όποιες ερωτήσεις έχετε στο μυαλό σας. Εάν έχετε ερωτήσεις αργότερα, σας ενθαρρύνουμε να επικοινωνήσετε μαζί της στο 6975428200 ή στο victoriafrizis@gmail.com. Μπορείτε επίσης να επικοινωνήσετε με τον υπεύθυνο της Ψυχιατροδικαστικής σχολής της ερευνήτριας.

Με ποιον επικοινωνείτε εάν έχετε ερωτήσεις σχετικά με τα δικαιώματά σας ως συμμετέχων στην έρευνα;

Εάν έχετε οποιεσδήποτε ερωτήσεις ή προβληματισμούς σχετικά με αυτήν την έρευνα και θέλετε να μιλήσετε με κάποιον άλλο εκτός από την ερευνήτρια, σας ενθαρρύνουμε να επικοινωνήσετε με το τμήμα της Ψυχιατροδικαστικής του Πανεπιστημίου Αθηνών.

Η συγκατάθεσή σας

Με την υπογραφή αυτού του εγγράφου, συμφωνείτε να συμμετάσχετε σε αυτήν την έρευνα. Βεβαιωθείτε ότι καταλαβαίνετε τι αφορά η έρευνα προτού υπογράψετε. Θα σας δοθεί ένα αντίγραφο αυτού του εγγράφου για τα αρχεία σας. Η ερευνήτρια θα κρατήσει ένα αντίγραφο με τα αρχεία της έρευνας. Εάν έχετε οποιεσδήποτε ερωτήσεις σχετικά με την έρευνα αφού υπογράψετε αυτό το έγγραφο, μπορείτε να επικοινωνήσετε με την ομάδα έρευνας χρησιμοποιώντας τις πληροφορίες που παρέχονται παραπάνω.

Έχω διαβάσει και κατανοήσει τις παραπάνω πληροφορίες. Έχω κάνει ερωτήσεις και έχω λάβει απαντήσεις. Συμφωνώ να συμμετάσχω στην έρευνα.

- ☐ Η ερευνήτρια έχει την άδειά μου να με ηχογραφήσει ή και να βιντεοσκοπήσει εφόσον θα συμμετέχω σε αυτή την έρευνα.

Όνομα Συμμετέχοντα

Υπογραφή & Ημερομηνία

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Δ

Email Αποδοχής συμμετεχόντων

Αγαπητέ κ./κα. [Συμμετέχων]

Σας ευχαριστώ για το ενδιαφέρον σας στην ερευνητική μου μελέτη σχετικά με τη γονική αποξένωση και για τον χρόνο που αφιερώσατε για να συμπληρώσετε το ερωτηματολόγιο. Είμαι στην ευχάριστη θέση να σας ενημερώσω ότι σύμφωνα με τις απαντήσεις σας, μπορείτε να λάβετε μέρος στην έρευνα.

Με αυτό το email επισημαίνεται η πρόσκλησή σας για συμμετοχή στην έρευνα.

Εάν ενδιαφέρεστε να προχωρήσετε, θα χρειαστεί να προγραμματίσετε δύο διαδικτυακές ή δια ζώσης συνεντεύξεις.

Θα χρειαστεί επιπλέον να ελέγξετε και να υπογράψετε ένα αντίγραφο της συγκατάθεσης κατόπιν ενημέρωσης, το οποίο μπορείτε να βρείτε συνημμένο στο email για να το διαβάσετε και να υπογράψετε (στην πρώτη συνάντηση, αν πραγματοποιηθεί δια ζώσης, θα δοθεί και εκτυπωμένο). Αυτό το έγγραφο θα παρέχει πρόσθετες πληροφορίες σχετικά με την έρευνα. Διαβάστε προσεκτικά το έντυπο συγκατάθεσης. Εάν έχετε οποιεσδήποτε ερωτήσεις ή απορίες, μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί μου τηλεφωνικά στο 6975428200 ή μέσω email στο victoriafrizis@gmail.com.

1^η Συνέντευξη: Η πρώτη συνέντευξη δεν απαιτεί προετοιμασία εκ των προτέρων. Αυτή η συνέντευξη θα διαρκέσει από 1 ώρα έως 1,5 ώρα. Και οι δύο συνεντεύξεις θα πραγματοποιηθούν μέσω της πλατφόρμας τηλεδιάσκεψης zoom, whatsapp ή viber. Μπορείτε να έχετε πρόσβαση σε αυτές τις πλατφόρμες είτε από υπολογιστή είτε χρησιμοποιώντας μια εφαρμογή για κινητά τηλέφωνα. Κατά τη διάρκεια αυτής της συνέντευξης θα ερωτηθούν συγκεκριμένες ερωτήσεις στους αποξενωμένους και μη αποξενωμένους γονείς, οι οποίες έχουν σκοπό να βοηθήσουν να ταυτοποιηθούν κοινά μοτίβα σε περιπτώσεις αποξένωσης, να εκτιμηθεί η συναισθηματική επίπτωση στους γονείς και να αναλυθούν αποτελεσματικές στρατηγικές αντιμετώπισης.

Ακολουθούν δομημένα ερευνητικά ερωτήματα κατηγοριοποιημένα ανά θέμα:

1. Γενικές Πληροφορίες και Σχέση με το Παιδί
2. Αποξενωτικές συμπεριφορές (παρατηρηθείσες ή ύποπτες)
3. Συμπεριφορά και συναισθηματική κατάσταση του παιδιού & του αποξενωμένου/χωρισμένου γονέα
4. Νομικές και Ψυχολογικές Παρεμβάσεις
5. Συστήματα Αντιμετώπισης και Υποστήριξης
6. Ελπίδα και Μελλοντικές Προοπτικές

Θα τεθούν περαιτέρω ερωτήσεις για βαθύτερη επίγνωση, οι οποίες θα βοηθήσουν τον ερευνητή να προσδιορίσει κοινές τακτικές που χρησιμοποιούν οι γονείς που αποξενώνουν και οι γονείς

που δεν αποξενώνουν, να μετρήσει το συναισθηματικό τίμημα στους αποξενωμένους και μη γονείς, να αξιολογήσει νομικές/θεραπευτικές παρεμβάσεις και να αναπτύξει καλύτερα συστήματα και πολιτικές υποστήριξης.

2^η Συνέντευξη: Η δεύτερη συνέντευξη θα σχετίζεται με το γράμμα, το οποίο θα σας ζητηθεί να γράψετε πριν παρευρεθείτε στο ραντεβού της συνέντευξης. Το γράμμα θα πρέπει να απευθύνεται είτε στο παιδί/ιά από το/τα οποίο/α έχετε αποξενωθεί αυτήν τη στιγμή, είτε προς στον γονέα που αποξενώνει ή σε κάποιον επαγγελματία κοινωνικής υπηρεσίας, νομικής ή ψυχικής υγείας που πιστεύετε ότι επηρέασε σημαντικά τις εμπειρίες σας ως αποξενωμένος γονέας. Θα γράψετε αυτό το γράμμα "σαν να" προορίζοταν να διαβαστεί από τον αποδέκτη. Ωστόσο, το γράμμα δεν προορίζεται για πραγματική παράδοση. Το γράμμα θα αποτελέσει τη βάση για συζήτηση κατά τη δεύτερη συνέντευξη. Θα ενθαρρυνθείτε να υποβάλετε τυχόν πρόσθετα αντικείμενα ή μέσα που πιστεύετε ότι εκφράζουν περαιτέρω τις εμπειρίες σας ως αποξενωμένος ή όχι γονέας. Παραδείγματα μπορεί να περιλαμβάνουν καταχωρήσεις ημερολογίου, φωτογραφίες, έργα τέχνης, ποίηση κ.λπ. Αυτή η συνέντευξη θα διαρκέσει από 1 ώρα έως 1,5 ώρα. Τόσο το γράμμα όσο και τυχόν πρόσθετα μέσα θα πρέπει να είναι σε μορφή που να μπορούν να υποβληθούν ψηφιακά στην πλατφόρμα wetransfer.com ή μέσω email.

Λόγω της ευαίσθητης φύσης του θέματός, θα καταβληθεί κάθε προσπάθεια για να παρέχουμε έναν ασφαλή, υποστηρικτικό και μη επικριτικό χώρο για να μοιραστείτε τις εμπειρίες σας. Θα είστε ελεύθεροι να αποσυρθείτε από τη μελέτη ανά πάσα στιγμή, εάν πιστεύετε ότι αυτό είναι προς το συμφέρον σας.

Σας ευχαριστώ και πάλι για το ενδιαφέρον και τη συμμετοχή σας. Ανυπομονώ να σας γνωρίσω στην πρώτη συνέντευξη. Θυμηθείτε να ελέγξετε και να υπογράψετε το έγγραφο συγκατάθεσης πριν από την πρώτη σας συνέντευξη. Θα σας ζητηθεί να υποβάλετε το υπογεγραμμένο έντυπο συγκατάθεσης στην αρχή της συνέντευξης μέσω της δυνατότητας ανταλλαγής αρχείων στο wetransfer.com ή μέσω email ή δια ζώσης.

Με εκτίμηση,
Βικτώρια Φριζή

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ε

1^η Συνέντευξη

Ερωτήσεις σε Χωρισμένους Αποξενωμένους και Μη Αποξενωμένους Γονείς

Αποξενωμένοι Γονείς

Γενικές Πληροφορίες

Χωρισμός/Διαζύγιο & Γονική Αποξένωση

- Πριν από πόσο χρονικό διάστημα πήρατε διαζύγιο; Ήταν δική σας η απόφαση, του/της συζύγου σας, ή κοινή συναινέσει;
- Με ποιόν τρόπο ανακοινώσατε το διαζύγιο στα παιδιά σας; Πώς αντέδρασε το παιδί/α σας;
- Θα μπορούσατε να περιγράψετε σύντομα το οικογενειακό σας πλαίσιο και τη διάρθρωση (δομή) της σχέσης σας με το/τα παιδί/ιά σας μετά το διαζύγιο;
- Πριν βιώσετε τα πρώτα σημάδια της Γονικής Αποξένωσης, γνωρίζατε για αυτό; Αν ναι, ποιος σας ενημέρωσε; Υπήρξε πηγή ενημέρωσης; (ΜΜΕ, οικογενειακός σύμβουλος, δικηγόρος)
- Μπορείτε να περιγράψετε τον τρόπο αποξένωσης από το παιδί σας;
- Πώς περιγράφετε τη συμπεριφορά του άλλου γονέα που, κατά την άποψή σας, οδήγησε στην αποξένωση;

Ψυχολογικές εμπειρίες

- Πώς βιώσατε συναισθηματικά τη μετάβαση από την έγγαμη ζωή στη ζωή ως χωρισμένος/η γονέας;
- Ποιες είναι οι μεγαλύτερες ψυχολογικές προκλήσεις που αντιμετωπίσατε μετά το διαζύγιο;
- Πώς επηρέασε η σχέση σας με το/τα παιδί/ιά την ψυχολογική σας κατάσταση; Πώς έχει επηρεάσει η αποξένωση τη σχέση σας με το παιδί/τα παιδιά σας;
- Αισθανθήκατε ότι είχατε την απαραίτητη υποστήριξη από το οικογενειακό, φιλικό ή επαγγελματικό σας περιβάλλον;
- Τι ρόλο έπαιξε η έλλειψη επικοινωνίας και συνεργασίας με τον/την πρώην σύζυγο στο ψυχολογικό σας βίωμα;
- Έχετε προσφύγει σε επαγγελματία ψυχικής υγείας και, αν ναι, πώς αξιολογείτε τη συμβολή του στη διαχείριση των δυσκολιών;
- Πώς περιγράφετε τα συναισθήματά σας από τη στιγμή που ξεκίνησε η διαδικασία γονικής αποξένωσης;
- Ποιες ήταν οι πιο δύσκολες στιγμές για εσάς κατά τη διάρκεια της αποξένωσης;
- Πόσο δύσκολο ήταν για εσάς να αποδεχτείτε την αποξένωση ή την έχετε αποδεχτεί;
- Τι σημαίνει για εσάς η λέξη «γονιός» μετά από αυτή την εμπειρία;

Νομικές εμπειρίες

- Πώς βιώσατε τη διαδικασία του διαζυγίου και τις δικαστικές διαδικασίες που ακολούθησαν (π.χ. επιμέλεια, επικοινωνία, διατροφή);
- Ποια ήταν η γνώμη σας για τη νομοθεσία που ίσχυε πριν από τον Ν. 4800/2021 και πώς αντιληφθήκατε τις αλλαγές που επέφερε ο νέος νόμος όσον αφορά τις προσδοκίες και τις ανάγκες σας ως γονέας;
- Υπήρχαν στιγμές που αισθανθήκατε ότι το νομικό σύστημα σάς υποστήριξε ή, αντίθετα, σας απογοήτευσε; Θα θέλατε να μοιραστείτε κάποιο παράδειγμα;
- Υπήρξαν νομικές δυσκολίες ή καθυστερήσεις στην εφαρμογή αποφάσεων που αφορούσαν το/τα παιδί/παιδιά σας;
- Έχετε εμπλακεί σε νομικές διαδικασίες για την επίλυση της διαφοράς; Αν ναι, πώς ήταν η εμπειρία σας;
- Ποια είναι η άποψή σας για τον τρόπο με τον οποίο η δικαιοσύνη αντιμετώπισε την περίπτωση σας;
- Ποιες νομικές δυσκολίες αντιμετωπίσατε κατά τη διάρκεια των διαδικασιών;
- Πόσο πιστεύετε ότι οι νόμοι και οι δικαστικές αποφάσεις προστατεύουν το συμφέρον του παιδιού σας και το δικό σας ως γονέα;

Μέλλον

- Ποια είναι η τωρινή κατάσταση και ποια τα μελλοντικά σας σχέδια όσον αφορά το/τα παιδί/ιά σου;
- Τί προτάσεις έχεις να κάνεις για την πρόληψη και αντιμετώπιση της γονικής αποξένωσης;
- Πώς θα ήθελες να εξελιχθεί η σχέση σου με το παιδί/ιά σου στο μέλλον;
- Αν μπορούσατε να δώσετε μία συμβουλή σε άλλους χωρισμένους γονείς στην ίδια θέση, ποια θα ήταν αυτή;
- Τι θα προτεινάτε σε επαγγελματίες νομικούς ή ψυχικής υγείας για να υποστηρίξουν καλύτερα τα χωρισμένα άτομα και τα παιδιά τους;
- Πώς φαντάζεστε το ιδανικό πλαίσιο φροντίδας και προστασίας για τα παιδιά χωρισμένων γονέων στην Ελλάδα;
- Τι θα θέλατε να γνωρίζουν οι άλλοι για την εμπειρία σας με την αποξένωση;
- Πώς πιστεύετε ότι μπορούν οι γονείς να αποφύγουν την γονική αποξένωση;
- Εάν το παιδί είναι ενήλικας: Έχει προσπαθήσει για επικοινωνία αφού μεγάλωσε; Άλλαξε η οπτική, στάση του; Ή Σενάριο: "Αν το παιδί σας ζητούσε συγγνώμη, πώς θα αντιδρούσατε;"
- Αν δεν είχες υποστεί γονική αποξένωση πιστεύεις ότι θα ήσουν το ίδιο ενεργός γονιός;

Μη Αποξενωμένοι Γονείς

Γενικές Ερωτήσεις

Διαζύγιο & Γονική Αποξένωση

- Πριν από πόσο χρονικό διάστημα πήρατε διαζύγιο; Ήταν δική σας η απόφαση, του/της συζύγου σας, ή κοινή συναινέσει;
- Με ποιόν τρόπο ανακοινώσατε το διαζύγιο στα παιδιά σας; Πώς αντέδρασε το παιδί/α σας;
- Θα μπορούσατε να περιγράψετε σύντομα το οικογενειακό σας πλαίσιο και τη διάρθρωση (δομή) της σχέσης σας με το/τα παιδί/ιά σας μετά το διαζύγιο;
- Ποιοι παράγοντες θεωρείτε ότι συνέβαλαν στο να διατηρήσετε καλές σχέσεις με το παιδί/ιά σας;
- Πώς αντιμετωπίζετε πιθανές διαφορές στη γονική προσέγγιση μεταξύ εσάς και του άλλου γονέα;
- Τι δυσκολίες αντιμετωπίζετε στον ρόλο σας μετά την οικογενειακή αλλαγή;

Ψυχολογικές εμπειρίες

- Πώς βιώσατε συναισθηματικά τη μετάβαση από την έγγαμη ζωή στη ζωή ως χωρισμένος/η γονέας;
- Ποιες είναι οι μεγαλύτερες ψυχολογικές προκλήσεις που αντιμετωπίσατε μετά το διαζύγιο;
- Πώς επηρέασε η σχέση σας με το/τα παιδί/ιά την ψυχολογική σας κατάσταση;
- Αισθανθήκατε ότι είχατε την απαραίτητη υποστήριξη από το οικογενειακό, φιλικό ή επαγγελματικό σας περιβάλλον;
- Τι ρόλο έπαιξαν η επικοινωνία και η συνεργασία με τον/την πρώην σύζυγο στο ψυχολογικό σας βίωμα;
- Έχετε προσφύγει σε επαγγελματία ψυχικής υγείας και, αν ναι, πώς αξιολογείτε τη συμβολή του στη διαχείριση των δυσκολιών;
- Πώς περιγράφετε τα συναισθήματά σας από τη στιγμή που ξεκίνησε η διαδικασία του διαζυγίου;
- Ποιες ήταν οι πιο δύσκολες στιγμές για εσάς κατά τη διάρκεια του διαζυγίου;
- Πόσο δύσκολο ήταν για εσάς να αποδεχτείτε τον χωρισμό;
- Τι σημαίνει για εσάς η λέξη «γονιός» μετά από αυτή την εμπειρία;

Νομικές εμπειρίες

- Πώς βιώσατε τη διαδικασία του διαζυγίου και τις δικαστικές διαδικασίες που ακολούθησαν (π.χ. επιμέλεια, επικοινωνία, διατροφή);
- Ποια ήταν η γνώμη σας για τη νομοθεσία που ίσχυε πριν από τον Ν. 4800/2021 και πώς αντιληφθήκατε τις αλλαγές που επέφερε ο νέος νόμος όσον αφορά τις προσδοκίες και τις ανάγκες σας ως γονέας;

- Υπήρχαν στιγμές που αισθανθήκατε ότι το νομικό σύστημα σάς υποστήριξε ή, αντίθετα, σας απογοήτευσε; Θα θέλατε να μοιραστείτε κάποιο παράδειγμα;
- Έχετε εμπλακεί σε νομικές διαδικασίες που σχετίζονται με την επιμέλεια ή την επικοινωνία με το παιδί;
- Πώς αξιολογείτε τη δίκαιη αντιμετώπιση από το νομικό σύστημα όσον αφορά την επιμέλεια;
- Τι προτάσεις θα κάνατε για τη βελτίωση των νομικών πλαισίων για μη αποξενωμένους γονείς;

Μέλλον

- Ποια είναι η τωρινή κατάσταση και ποια τα μελλοντικά σας σχέδια;
- Ποια είναι η μεγαλύτερη ανησυχία σας σχετικά με τη μελλοντική σχέση σας με το παιδί;
- Αν μπορούσατε να δώσετε μία συμβουλή σε άλλους χωρισμένους γονείς στην ίδια θέση, ποια θα ήταν αυτή;
- Τι θα προτείνατε σε επαγγελματίες νομικούς ή ψυχικής υγείας για να υποστηρίξουν καλύτερα τα χωρισμένα άτομα και τα παιδιά τους;
- Πώς φαντάζεστε το ιδανικό πλαίσιο φροντίδας και προστασίας για τα παιδιά χωρισμένων γονέων στην Ελλάδα;
- Τι θα θέλατε να γνωρίζουν οι άλλοι για την εμπειρία σας με το διαζύγιο;
- Υπήρξαν θετικές πλευρές ή μαθήματα που πήρατε από αυτή τη διαδικασία;
- Πώς πιστεύετε ότι μπορούν οι γονείς να αποφύγουν την γονική αποξένωση;

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ζ

Οδηγίες Συγγραφής Γράμματος πριν τη 2^η συνέντευξη

(Οι οδηγίες συγγραφής του γράμματος θα δοθούν μετά το πρώτο ραντεβού συνέντευξης)

Αγαπητέ συμμετέχοντα,

Για τη δεύτερη συνέντευξη θα χρειαστεί να έχετε γράψει ένα γράμμα. Το γράμμα θα είναι γραμμένο «σαν να» ήταν να το παραλάβει ο ενδιαφερόμενος παραλήπτης. Ωστόσο, δεν προορίζεται για πραγματική αποστολή και παραλαβή από τον παραλήπτη. Το περιεχόμενο του γράμματος θα χρησιμοποιηθεί ως μέρος της δεύτερης συνέντευξης. Μην ταχυδρομήσετε ή παραδώσετε το γράμμα.

Απευθυνθείτε είτε στο παιδί/ιά σας από το οποίο/α είστε αποξενωμένος αυτήν τη στιγμή, είτε στον αποξενωτή γονέα ή σε κάποιον κοινωνικό φορέα, νομικό ή επαγγελματία ψυχικής υγείας που πιστεύετε ότι επηρέασε σημαντικά τις εμπειρίες σας ως αποξενωμένος γονέας.

Γράψτε το γράμμα πριν από τη δεύτερη συνέντευξη. Επιπλέον μη διστάσετε να υποβάλετε οποιεσδήποτε πρόσθετες μορφές εμπειριών με τη μορφή ποίησης, γραπτού λόγου, εγγραφών από περιοδικά/εφημερίδες, φωτογραφιών, έργων τέχνης κ.λπ., που πιστεύετε ότι θα διευκολύνουν την έκφραση των εμπειριών σας από τη γονική αποξένωση. Τόσο το γράμμα όσο και τυχόν πρόσθετα μέσα θα πρέπει να είναι σε μορφή που να μπορούν να συγκεντρωθούν ψηφιακά μέσω WeTransfer.com ή email.

Εάν έχετε οποιεσδήποτε ερωτήσεις, μη διστάσετε να με καλέσετε στο 6975428200 ή να μου στείλετε email στο victoriafrizis@gmail.com.

Με εκτίμηση,
Βικτώρια Φριζή