

**ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ ΣΤΗ ΝΕΟΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ  
(ΕΠΑ.Λ ΟΜΑΔΑ Α΄)  
ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΕΣ 2010**

**A.1**

Ο συγγραφέας του κειμένου αναφέρεται στον ιλιγγιώδη ρυθμό της ζωής που κυριαρχεί στη σημερινή εποχή. Υποστηρίζει ότι οι γρήγοροι ρυθμοί σχετίζονται με την επικράτηση της μηχανής σε όλους τους ανθρώπινους χώρους και αναδεικνύει τη μεγάλη σημασία που έχει η ταχύτητα στην παραγωγή των αγαθών. Στη συνέχεια, διατυπώνει την άποψη ότι οι σημερινοί άνθρωποι επιταχύνουν τους ρυθμούς της ζωής τους προκειμένου να αποκτήσουν περισσότερα χρήματα και να ανταποκριθούν στο καταναλωτικό πρότυπο ζωής, αλλά επισημαίνει και το γεγονός ότι η διαδικασία αυτή τους γεμίζει με άγχος. Τέλος, καταλήγει στο συμπέρασμα ότι η βιασύνη που επιδεικνύει ο σημερινός άνθρωπος δεν είναι παρά μια προσπάθεια φυγής από τα αληθινά του προβλήματα και – εν τέλει – από τον ίδιο του τον εαυτό.

**B.1**

Ο σημερινός άνθρωπος – και ειδικά αυτός που ζει στα λεγόμενα εύπορα κράτη του δυτικού κόσμου – έχει υιοθετήσει σχεδόν ανεπιφύλακτα το καταναλωτικό μοντέλο ζωής. Το αποδέχεται είτε γιατί έχει πεισθεί για την αξία του είτε γιατί δεν τολμάει να βαδίζει αντίθετα στο καταναλωτικό ρεύμα. Σε κάθε περίπτωση πάντως οδηγείται στην ολοένα και μεγαλύτερη κατανάλωση αγαθών και υπηρεσιών, γεγονός που εκτοξεύει τον οικογενειακό προϋπολογισμό στα ύψη. Πού θα βρεθούν όμως τα επιπλέον χρήματα για την κάλυψη των νέων αναγκών; Οι θεμιτές επιλογές δεν είναι πολλές. Ως μόνη κοινά αποδεκτή λύση εμφανίζεται η αναζήτηση πρόσθετης βοηθητικής εργασίας που θα συμπληρώσει το οικογενειακό εισόδημα.

**B.2**

**α)** Σύγκριση και αντίθεση υπάρχει στην πρώτη περίοδο της παραγράφου. Εκεί συγκρίνεται η ταχύτητα και το κόστος της κατασκευής αγαθών σε παλαιότερες (περασμένες) εποχές με την ταχύτητα και το κόστος κατασκευής αγαθών στη σημερινή εποχή. Από τη σύγκριση αυτή αναδεικνύεται η υπεροχή της σημερινής εποχής λόγω της χρήσης των μηχανών.

**β)** Τα παραδείγματα υπάρχουν στην πρώτη περίοδο της παραγράφου («π.χ. μία δαντέλα ή μία χαλκογραφία»). Χρησιμοποιούνται για να δώσουν μια ιδέα στον αναγνώστη για το εύρος των προϊόντων που σε μια παλαιότερη – περασμένη εποχή θα απαιτούσαν πολλές μέρες για να κατασκευασθούν και θα κόστιζαν πάρα πολύ.

### B.3

#### Συνώνυμα

φαντασθούμε – σκεφθούμε, υποθέσουμε

γνώμη – άποψη

δουλεύει – εργάζεται

επαρκεί – φθάνει

σημερινού – σύγχρονου, τωρινού

#### Αντώνυμα

γρήγορα ≠ αργά

επιταχύνουν ≠ επιβραδύνουν

λογική ≠ παράλογη

έσοδα ≠ έξοδα

πλούσιο ≠ φτωχό

### B.4

Για αυτό το λόγο – αιτιολόγηση

Ωστόσο – αντίθεση

### Γ1.

#### **ΤΙΤΛΟΣ:**

Το άγχος βλάπτει σοβαρά την υγεία!

#### **1. ΠΡΟΛΟΓΟΣ:**

Η κυριαρχία των μηχανών στις σύγχρονες κοινωνίες φαίνεται να αποτελεί μονόδρομο. Σ' έναν πλανήτη 6,5 δισεκατομμυρίων ψυχών με τεράστιες παραγωγικές ανάγκες η μόνη λύση είναι η αυτοματοποίηση της παραγωγής. Ωστόσο, η επέκταση της χρήσης των μηχανών σε όλους τους τομείς της ανθρώπινης δραστηριότητας οδήγησε και σε μια απρόσμενη επιτάχυνση των ρυθμών της ζωής. Ο σύγχρονος άνθρωπος τρέχει. Τρέχει, για να προλάβει τα χρονοδιαγράμματα στη δουλειά του, τρέχει, για να προλάβει την δεύτερη δουλειά του, τρέχει να προλάβει, για να έχει χρόνο με την οικογένεια του, με τους φίλους του, με τον εαυτό του. Και δυστυχώς οι μηχανές του δίνουν την δυνατότητα. Τη δυνατότητα – ή μήπως την ψευδαίσθηση – ότι αν τρέξει θα μπορέσει να τα προλάβει όλα. Κάπου εκεί όμως αρχίζει και το άγχος του. Το άγχος για να τα προλάβει όλα.

## 2. ΚΥΡΙΟ ΜΕΡΟΣ:

### A. ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ

Πολλές έρευνες και μελέτες έχουν γίνει για τις συνέπειες του άγχους στη ζωή των ανθρώπων. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον όμως παρουσιάζουν εκείνες που καταπιάνονται με τις επιπτώσεις του άγχους στη ζωή των νέων ανθρώπων, καθώς η ψυχοσύνθεση και η προσωπικότητά τους βρίσκονται υπό συνεχή διαμόρφωση.

Επιπτώσεις του άγχους σε ψυχικό και συναισθηματικό επίπεδο:

- Προξενεί αβεβαιότητα και αίσθημα ανασφάλειας.
- Προξενεί φόβο στο νέο, για το εάν μπορεί να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις.
- Εμποδίζει την ομαλή και απρόσκοπτη κοινωνικοποίησή του, καθώς δεν του επιτρέπει να χαρεί ελεύθερα την επικοινωνία του με τους άλλους ανθρώπους.
- Οδηγεί μερικές φορές στην κατάθλιψη και στην παραίτηση.
- Η υπερβολική πίεση οδηγεί τους νέους σε αντιδραστική συμπεριφορά που εκδηλώνεται είτε με διάφορες καταχρήσεις (π.χ. αλκοόλ, ναρκωτικά) είτε με επιθετικότητα (λεκτική ή σωματική βία, βανδαλισμοί κ.α.)

Επιπτώσεις του άγχους σε βιολογικό - σωματικό επίπεδο:

- Μειωμένη απόδοση
- Αϋπνίες
- Σωματική κόπωση και εξάντληση
- Ανορεξία
- Κρίσεις πανικού
- Σε ακραίες περιπτώσεις έχουμε αυτοκτονικές τάσεις από τους νέους.

Επιπτώσεις του άγχους σε ηθικό επίπεδο:

- Ο νέος αποπροσανατολίζεται και δεν ιεραρχεί σωστά αυτά που πραγματικά έχουν αξία στη ζωή του.
- Οδηγείται στον ατομικισμό και στον κυνισμό.

Επιπτώσεις του άγχους σε πνευματικό επίπεδο:

- Μειωμένη απόδοση
- Δεν κρίνει και δεν εκτιμά ορθά τις καταστάσεις.

### B. ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΑ ΜΕΤΡΑ:

- Η οικογένεια.  
Θα πρέπει να διαμορφώνει το κατάλληλο ψυχικό και συναισθηματικό περιβάλλον που θα στηρίζει τους νέους.  
Θα πρέπει οι γονείς να γαλουχούν τα παιδιά τους από τη μικρή ηλικία με πνευματικές αξίες και ιδανικά, ώστε τα παιδιά να μπορούν να ιεραρχούν σωστά τις ανάγκες και τις φιλοδοξίες τους.
- Το σχολείο.  
Θα πρέπει να διαμορφώνει αυριανούς πολίτες που θα δίνουν έμφαση στο «είναι» των ανθρώπων και όχι στο «έχουν» τους.  
Θα πρέπει να φροντίζει για την ουσιαστική και πολύπλευρη καλλιέργεια του μαθητή, ώστε να μπορεί αυτός να κρίνει σωστά και να αντιμετωπίζει τις καταστάσεις στις σωστές τους διαστάσεις.
- Τα Μ.Μ.Ε.  
Θα πρέπει να σταματήσουν την προβολή του καταναλωτικού μοντέλου ζωής. Θα πρέπει να προβάλλουν την αντίληψη ότι η ευτυχία δε βρίσκεται στην αγορά και στην κατανάλωση αγαθών και υπηρεσιών, αλλά στις υψηλές αξίες και στην ολοκλήρωση της προσωπικότητας του κάθε ανθρώπου.
- Ο κόσμος των ενηλίκων – η πολιτεία.  
Οι ενήλικες θα πρέπει να δίνουν οι ίδιοι το σωστό παράδειγμα. Οι νέοι θα αγχώνονται όσο θα βλέπουν ότι και οι γύρω τους αγχώνονται. Επομένως, απαιτείται αλλαγή νοοτροπίας και συμπεριφοράς από τους ίδιους τους ενήλικες.  
Η πολιτεία θα πρέπει να δημιουργήσει κέντρα υποστήριξης που θα στελεχωθούν με το κατάλληλο και εξειδικευμένο προσωπικό (π.χ. ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί κλπ).  
Κυρίως, όμως, και η πολιτεία και οι ενήλικες θα πρέπει να δώσουν στους νέους ένα όραμα και μια ελπίδα για το μέλλον. Οι νέοι θα πρέπει να ξέρουν ότι θα ζήσουν σε μια κοινωνία αξιοκρατίας, ίσων και πραγματικών ευκαιριών. Θα πρέπει να ξέρουν ότι με τη δουρεία τους και τις ικανότητές τους θα καταφέρουν κάποια στιγμή να προοδεύσουν, να ολοκληρωθούν και να ζήσουν ευτυχισμένοι.

### 3. ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Το άγχος σε μικρές δόσεις μπορεί να είναι ευεργετικό για τον άνθρωπο, καθώς τον παρακινεί σε δράση και επίλυση των προβλημάτων. Από εκεί και πέρα όμως θα πρέπει να είμαστε σώφρονες και λογικοί στις αντιδράσεις μας και δεν θα πρέπει να αφήνουμε το άγχος να κυριαρχεί στη ζωή μας. Πρέπει

να εκτιμούμε σωστά τις δυσκολίες της ζωής και να αντιδρούμε ψύχραιμα, ώστε να τις ξεπερνούμε.

### **Σχόλιο**

Τα θέματα είναι διατυπωμένα με σαφήνεια και δεν αναμένεται να δημιουργήσουν ιδιαίτερες δυσκολίες στους μαθητές. Η μοναδική δυσκολία σχετίζεται με το θέμα Γ.1 και συγκεκριμένα με τους τρόπους αντιμετώπισης του άγχους. Εκτιμάται ότι πολλοί μαθητές ίσως βγουν εκτός θέματος.

### **Επιμέλεια θεμάτων**

**Βουτσινάς Αναστάσιος - φιλόλογος**

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΡΟΜΒΩΝ  
ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ - ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ