**ΚΕΙΜΕΝΟ 1 Μοναξιά: η πληγή του 21ου αιώνα**

Εισαγωγικό σημείωμα

Διασκευή άρθρου της ψυχολόγου Ηλέκτρας Χατζηδημητρίου που δημοσιεύθηκε στον ιστότοπο www.inzone.gr στις 4 Δεκεμβρίου 2016.

Μοναξιά… Μια λέξη που με το πρώτο άκουσμά της φέρνει στο μυαλό συναισθήματα δυσάρεστα και σκέψεις θλίψης και μελαγχολίας. Ανά τους αιώνες, δεν ήταν λίγοι οι καλλιτέχνες και οι φιλόσοφοι που ασχολήθηκαν με αυτήν, ξεκινώντας από τον Αριστοτέλη ο οποίος πολλούς αιώνες πριν είχε διαπιστώσει πως: «Ο άνθρωπος είναι ον φύσει κοινωνικό και πολιτικό. Αυτός που μπορεί να ζήσει μακριά απ’ τις ανθρώπινες κοινωνίες είναι είτε θηρίο είτε θεός». Μολονότι, λοιπόν, η μοναξιά αποτελεί ένα διαχρονικό ζήτημα ανά τους αιώνες, στις μέρες μας τείνει σταδιακά να καταλαμβάνει διαστάσεις επιδημίας. Εξωτερικά πολλοί άνθρωποι μπορεί να φαίνονται κοινωνικοί και ευτυχισμένοι, αλλά μέσα τους νιώθουν κενοί. Ζούμε σε μια εποχή που η έμφαση δε δίνεται πλέον στην ποιότητα των σχέσεων και στην αληθινή επαφή και επικοινωνία, αλλά στην επίδειξη της ποσότητας και του εύρους του κοινωνικού δικτύου. Φυσικά, στο γεγονός αυτό έχει συντελέσει περισσότερο από οτιδήποτε άλλο η τεχνολογία, η οποία, ενώ αρχικά στόχευε στο να φέρει τους ανθρώπους πιο κοντά με κάθε δυνατό τρόπο, στην πορεία έχασε το δρόμο της και πέτυχε ακριβώς το αντίθετο.

Στη σημερινή εποχή τα ποσοστά των ανθρώπων που υποφέρουν από μοναξιά έχουν ξεπεράσει κάθε προηγούμενο. Οι άνθρωποι συχνά αναρωτιούνται: «Τι κάνω λάθος στις σχέσεις μου με τους άλλους;», «Γιατί δεν μπορώ να αντλήσω γνήσια ικανοποίηση μέσα από τις κοινωνικές μου επαφές;». Τι πραγματικά έχει οδηγήσει, όμως, σ’ αυτή την κατάσταση; Γιατί ενώ γνωρίζουμε ότι η ουσιαστική κοινωνική επαφή και το «ανήκειν», αποτελούν πρωταρχική ανάγκη του ανθρώπινου είδους, αποτυγχάνουμε και στερούμαστε αυτή την πολύτιμη πηγή ικανοποίησης και ευτυχίας;

Ζούμε σε μία εποχή που έχουμε τη δυνατότητα να βιώνουμε όλες τις υλικές ανέσεις, αλλά και τα σπουδαία επιτεύγματα της ιατρικής και της τεχνολογίας. Αδιαμφισβήτητα, το βιοτικό μας επίπεδο κατέγραψε στην πάροδο των χρόνων μια ανοδική πορεία. Δε συνέβη, όμως, το ίδιο και με την ψυχική και συναισθηματική μας ευημερία. Οι ιλιγγιώδεις ρυθμοί ζωής του σήμερα μας «φορτώνουν» συνεχώς με νέους ρόλους, νέες υποχρεώσεις, περιορισμούς και ευθύνες. Μέσα σ’ αυτή την πάλη της καθημερινότητας ο ποιοτικός χρόνος που μπορούμε να αφιερώσουμε στον εαυτό μας είναι ελάχιστος. Ελάχιστος, όμως, είναι και ο χρόνος και τα αποθέματα που έχουμε στη διάθεση μας, για να χτίσουμε ουσιαστικές σχέσεις με τους γύρω μας, σχέσεις που να βασίζονται στην αυθεντική και ειλικρινή έκφραση.

Στις μέρες μας, διψάμε για αληθινή επαφή με τους άλλους, καθώς τις περισσότερες φορές δειλιάζουμε να ανοιχτούμε και να βγάλουμε στην επιφάνεια βαθύτερα κομμάτια του εαυτού μας. Μας λείπουν οι ανθρώπινες σχέσεις μέσα στις οποίες θα νιώθουμε πραγματικά ο εαυτός μας, χωρίς καμία προσποίηση ή ίχνος υποκρισίας. Ο σύγχρονος άνθρωπος έχει εγκλωβιστεί στην εικόνα του και περικλείεται από αναρίθμητα «πρέπει», «πρέπει» που μπορεί μεν στα μάτια των άλλων να τον κάνουν να φαίνεται σωστός, ωστόσο του κοστίζουν πολλά περισσότερα. Του στερούν τον πραγματικό του εαυτό, το «είναι» του. Μέσα σε σχέσεις συμβατικές ο σύγχρονος άνθρωπος χάνει την ελευθερία του και αναγκάζεται να «φυλακίσει» μέσα του αυτά που πραγματικά σκέφτεται και αισθάνεται. Μέσα σε τέτοιες σχέσεις, λοιπόν, πώς να μη νιώθει μόνος και κενός; Όσο λιγότερα κομμάτια του αληθινού του εαυτού μοιράζεται κανείς με τους άλλους, τόσο μεγαλύτερη μοναξιά νιώθει.

**ΚΕΙΜΕΝΟ 2 Οι μοναχικοί άνθρωποι έχουν βλέμμα βαθύ**

Εισαγωγικό σημείωμα

Απόσπασμα από το βιβλίο της Μάρως Βαμβουνάκη «Ο παλιάτσος και η Άνιμα», Εκδόσεις Ψυχογιός, Αθήνα 2006.

Στους καιρούς μας, η μοναξιά θεωρείται απειλή, ήττα. Στο όνομα τούτου του τρόμου, αποφασίζονται και οι βαρύτεροι συμβιβασμοί. Συμβιβασμοί στη συντροφιά, στη δουλειά, στους φίλους, στις ιδεολογίες, στο γάμο. Υπάρχουν άνθρωποι που προτιμούν να κοιμούνται με τον εχθρό τους, να μοιράζονται την κάθε μέρα τους με κάποιον που περιφρονούν, που τους μειώνει, τους αποδιοργανώνει το χαρακτήρα, παρά να ζήσουν, έστω και για ένα διάστημα, μόνοι. Λέγεται ότι «φόβος μοναξιάς είναι φόβος εαυτού» ίσως και γι’ αυτό είναι τόσο ισχυρός, ολοκληρωτικός φόβος. Όταν ο ίδιος ο εαυτός μας, μας είναι άγνωστος, απωθημένος, παραποιημένος και ξένος, τον αποφεύγουμε.

Υπάρχουν άνθρωποι που μπορείς να ζεις μέσα τους χωρίς να ζεις μαζί τους. Όπως και άνθρωποι που ενώ ζεις μαζί τους είναι αδύνατον να ζεις μέσα τους, έγραφε ο Γκαίτε. Με άλλα λόγια, μέσα σε πολυμελή οικογένεια, μέσα σε φασαριόζικη παρέα που γλεντοκοπά, μέσα σε μια ομάδα που εκδράμει, η εσωτερική μοναξιά, η αληθινή γνήσια μοναξιά ενός μέλους μπορεί να φτάνει στην απελπισία. Δεν είναι όλοι γεννημένοι για να παντρευτούν, δεν είναι όλοι γεννημένοι για να γεννούν παιδιά.

Κοινωνικός δεν είναι ο κοσμικός. Κοινωνικός είναι ο άνθρωπος που μπορεί να συμπαθήσει τον άλλο. Να τον ακούσει με βαθιά προσοχή, να του ανοίξει την καρδιά του. Την κοινωνικότητα την ορίζει η ικανότητα της συμπάθειας και της αλληλοκατανόησης, ενώ την κοσμικότητα η σωματική συνύπαρξη για κάποιου είδους υλική συνεργασία: για να φωτογραφηθούμε, για παράδειγμα, σε κάποιο κοσμικό περιοδικό ή για να ανταλλάσσουμε επισκέψεις με σκοπό να παραμείνουμε σε ένα επίπεδο μελών καλής οικονομικής τάξεως κ.λπ.

Αυτές όμως είναι εμπειρίες που μόνο οι θαρραλέοι της μοναξιάς μπορούν να χαρούν. Γιατί η μοναξιά σου ασκεί το κουράγιο, σου εκλεπτύνει τη διαίσθηση, σου στερεώνει την αυτάρκεια και τη σεμνότητα που καταλήγει να επιλέγει κάθε σοβαρός άνθρωπος. Γιατί η μοναξιά είναι το σχολειό της αυτογνωσίας. Και όπως λέει ο Λάο-Τσε: «Αν όλο τον κόσμο γνωρίσεις, γνώρισες πολλά. Αν γνωρίσεις τον εαυτό σου, τα έμαθες όλα».

**ΚΕΙΜΕΝΟ 3 Οι πολυάνθρωπες οι πολιτείες**

Εισαγωγικό σημείωμα

Το ποίημα που ακολουθεί είναι του Γιώργου Γεραλή (1917-1996) από το βιβλίο Η Ελληνική Ποίηση, Ανθολογία και Γραμματολογία, τόμος Ε΄, εκδ. Σοκόλη, Αθήνα.

Οι πολυάνθρωπες οι πολιτείες

ωραίες το βράδυ,

μέσα σε λάμψεις πολύχρωμες

κανένα φως,

στο βουητό το αδιάκοπο

ήχος κανένας,

σε αναρίθμητα πρόσωπα

μορφή καμιά.

Ωραίες το βράδυ,

με την απέραντη μοναξιά

στο κινούμενο πλήθος,

πόση ξεκούραση,

μιλάς δε σ’ ακούνε,

γνέφεις κι εκείνοι ονειρεύονται,

το ποτάμι κυλά

καθρεφτίζοντας άστρα διαλυμένα,

προσωπεία από τη μια

κι από την άλλη όχθη.

Ωραίο μέσα στην πολυάνθρωπη

ερημιά να ξεχνιέσαι,

να μη θυμάσαι αν άκουσες «πνίγομαι»

ή «αγάπη μου, ήρθες αργά»,

ή κάτι ακόμα πιο αδιάφορο:

«να βρεθούμε μια μέρα».

Χέρια που δέρνονται μεθυσμένα,

μάτια ανεξερεύνητα, δεν τα προφταίνεις

και οι συναντήσεις συμπτωματικές και δίχως

μιαν οποιαδήποτε συνέχεια, όπως

οι γνωριμίες στις κλινικές.

**ΘΕΜΑΤΑ**

**Θέμα Α Α1**. Να παρουσιάσετε συνοπτικά σε 70 λέξεις το περιεχόμενο των δύο τελευταίων παραγράφων του Κειμένου 1. Μονάδες 20

**Θέμα Β Β1.** Στο Κείμενο 2 η συγγραφέας παραθέτει μια φαινομενική και μια ουσιαστική διάσταση της έννοιας της κοινωνικότητας. Να την εξηγήσεις σε 50-60 λέξεις. Μονάδες 15

**Β2.** Να εντοπίσεις **δύο τρόπους** **με τους οποίους οργανώνεται ο λόγος** στην 3η παράγραφο του Κειμένου 2 (μονάδες 4). Να δικαιολογήσεις τις επιλογές της κειμενογράφου με βάση την πρόθεσή της σε κάθε περίπτωση. (μονάδες 6) Μονάδες 10

Β3. α. Να ξαναγράψεις το απόσπασμα του Κειμένου 1 (στη 2η παράγραφο): Οι άνθρωποι συχνά αναρωτιούνται: «Τι κάνω λάθος στις σχέσεις μου με τους άλλους;», «Γιατί δεν μπορώ να αντλήσω γνήσια ικανοποίηση μέσα από τις κοινωνικές μου επαφές;» **μεταφέροντας σε πλάγιο λόγο** τα λόγια των ανθρώπων που βρίσκονται σε ευθύ λόγο. (μονάδες 2) Τι αλλάζει ως προς το ύφος λόγου; (μονάδες 2)

β. Στη 2η παράγραφο του Κειμένου 2 η συγγραφέας χρησιμοποιεί **ασύνδετο σχήμα λόγου**. Να το εντοπίσεις (μονάδες 2) και να εξηγήσεις τους λόγους, για τους οποίους επιλέγει αυτό τον τρόπο σύνδεσης των νοημάτων (μονάδες 4). Μονάδες 10

**Θέμα Γ Γ1.** Ποια χαρακτηριστικά των πολυάνθρωπων πολιτειών παρουσιάζονται στο Κείμενο 3 και πώς αποτυπώνονται εκφραστικά; (τρεις αναφορές σε σχετικούς κειμενικούς δείκτες κρίνονται επαρκείς). Παράλληλα, να εκφράσεις τα συναισθήματα και τις σκέψεις που σου προκάλεσε η ανάγνωση του κειμένου (150- 200 λέξεις). Μονάδες 15

**Θέμα Δ Δ1.** Με αφορμή το άρθρο της ψυχολόγου Ηλέκτρας Χατζηδημητρίου (κείμενο 1) αποφασίζεις να γράψεις μία ανοιχτή επιστολή στο διαδίκτυο στην οποία θα καταθέτεις τους προβληματισμούς σου σχετικά με τους παράγοντες που έχουν συμβάλει στην όξυνση του φαινομένου της μοναξιάς στη σημερινή εποχή, αλλά και τους τρόπους με τους οποίους οι νέοι θα μάθουν να δίνουν χαρά στα πράγματα με την καρδιά τους και όχι να προσπαθούν να δώσουν χαρά στην καρδιά τους με τα πράγματα, αποφεύγοντας την αυτοκαταδίκη της μοναξιάς δίνοντας νόημα στη ζωή τους. (350-400 λέξεις) Για την απάντησή σας μπορείτε να αξιοποιήσετε το υλικό και από τα τρία κείμενα. Μονάδες 30

**Απαντήσεις**

**Θέμα Α Α1.** Στις δύο τελευταίες παραγράφους παρουσιάζονται οι λόγοι της μοναξιάς στη σημερινή εποχή. Επισημαίνεται πως παρά τη βελτίωση του βιοτικού επιπέδου δεν έχει επέλθει συναισθηματική ευημερία λόγω των ταχύτατων ρυθμών ζωής και των υποχρεώσεων, εξαλείφοντας οποιονδήποτε χρόνο για τον εαυτό μας και για ουσιαστικές διαπροσωπικές σχέσεις. Επιπλέον, οι κοινωνικές συμβάσεις εμποδίζουν την εκδήλωση του πραγματικού μας εαυτού και οδηγούν στην προσποίηση και τη μοναξιά.

**Θέμα Β Β1.** Στο Κείμενο 2 η συγγραφέας παραθέτει μια φαινομενική και μια ουσιαστική διάσταση της έννοιας της κοινωνικότητας. Στη **φαινομενική διάσταση** συγκαταλέγεται **ο κοσμικός άνθρωπος**, οποίος συνυπάρχει με τους γύρω του σωματικά για κάποιου είδους υλική συνεργασία, οι σχέσεις του είναι επιφανειακές για το «φαίνεσθαι» και επιλέγει καιροσκοπικά τον κύκλο των ανθρώπων που τον περιβάλλουν («για να φωτογραφηθούμε, για παράδειγμα, σε κάποιο κοσμικό περιοδικό ή για να ανταλλάσσουμε επισκέψεις με σκοπό να παραμείνουμε σε ένα επίπεδο μελών καλής οικονομικής τάξεως κ.λπ.»). Στην **ουσιαστική διάσταση**, ο κοινωνικός άνθρωπος στηρίζεται στην αλληλοκατανόηση, στην ουσιαστική και συναισθηματική επικοινωνία («ο άνθρωπος που μπορεί να συμπαθήσει τον άλλο, να τον ακούσει με βαθιά προσοχή, να του ανοίξει την καρδιά του»).

**Β2.** Στην 3η παράγραφο του κειμένου 2 **ο λόγος οργανώνεται με σύγκριση αντίθεση** στο χωρίο «Κοινωνικός είναι ο άνθρωπος...ενώ την κοσμικότητα η σωματική συνύπαρξη για κάποιου είδους υλική συνεργασία.» και **παραδείγματα** στο χωρίο «για να φωτογραφηθούμε, για παράδειγμα, σε κάποιο κοσμικό περιοδικό ή για να ανταλλάσσουμε επισκέψεις με σκοπό να παραμείνουμε σε ένα επίπεδο μελών καλής οικονομικής τάξεως κ.λπ.». Με τη σύγκριση-αντίθεση **διακρίνονται οι έννοιες που αντιπαρατίθενται** (κοσμικότητα-κοινωνικότητα) **και προσδιορίζονται οι ουσιώδεις διαφορές τους**, τονίζοντας πιο εμφατικά την έννοια της πραγματικής, ουσιαστικής διάστασης της κοινωνικότητας. **Με τα παραδείγματα γίνεται πιο κατανοητή στον αναγνώστη η έννοια της κοσμικότητας.**

Β3. α. Μετατροπή σε πλάγιο λόγο → Οι άνθρωποι συχνά αναρωτιούνται τι κάνουν λάθος στις σχέσεις τους με τους άλλους και γιατί δεν μπορούν να αντλήσουν γνήσια ικανοποίηση μέσα από τις κοινωνικές τους επαφές. **Το ύφος λόγου με τη μετατροπή σε πλάγιο γίνεται πιο σοβαρό και επίσημο,** ενώ πριν υπήρχε η ζωντάνια, η οικειότητα κι η αμεσότητα του ευθέος λόγου με την αυτούσια μεταφορά των λόγων.

β. Στη 2η παράγραφο του Κειμένου 2 η συγγραφέας χρησιμοποιεί ασύνδετο σχήμα λόγου στο χωρίο «μέσα σε πολυμελή οικογένεια, μέσα σε φασαριόζικη παρέα που γλεντοκοπά, μέσα σε μια ομάδα που εκδράμει...». **Με το ασύνδετο σχήμα το ύφος αποκτά πυκνότητα και ταχύτητα καθώς παρατίθενται οι πολυπληθείς κοινωνικές ομάδες μέσα στις οποίες κάποιος μπορεί να αισθάνεται μοναξιά**. Επίσης, προκαλεί **προβληματισμό και συναισθηματική φόρτιση** μέσα από την αντίθεση των τριών πρώτων όρων του ασύνδετου σχήματος με τους δύο επόμενους (η εσωτερική μοναξιά, η αληθινή γνήσια μοναξιά ενός μέλους) **και επεξηγεί την άποψη του Γκαίτε** για την οποία γίνεται λόγος στην αρχή της παραγράφου.

**Θέμα Γ Γ1.** Στο κείμενο 3 το ποιητικό υποκείμενο παρουσιάζει τα χαρακτηριστικά των πολυάνθρωπων πολιτειών: **τη μοναξιά, την έλλειψη επικοινωνίας, την αποξένωση, την υποκρισία, την ερημιά, τις επιφανειακές, τυπικές, απρόσωπες σχέσεις, την αδιαφορία**. Με έντονη **ειρωνική διάθεση** μέσα από την **επανάληψη** του επιθέτου «ωραίες», «ωραίο» δηλώνεται ουσιαστικά αυτή η ασχήμια που κρύβουν οι μεγαλουπόλεις, στις οποίες, παρά την πολυκοσμία τους, κυριαρχεί η μοναξιά και η αποξένωση των μελών τους. Στις **αντιθετικές εικόνες** «μέσα σε λάμψεις πολύχρωμες/ κανένα φως», «στο βουητό το αδιάκοπο/ ήχος κανένας», «σε αναρίθμητα πρόσωπα/ μορφή καμιά» διακρίνονται τα αντιφατικά χαρακτηριστικά τους και τονίζεται η μοναξιά των ανθρώπων παρά τις πολυπληθείς ομάδες μέσα στις οποίες βρίσκονται. Η υποκρισία των ανθρωπίνων σχέσεων δηλώνεται ξεκάθαρα με τη **χρήση του ουσιαστικού «προσωπεία»,** ενώ η τυπικότητα και η επιφανειακή τους διάσταση δίνεται εμφατικά με την **παρομοίωση** στον τελευταίο στίχο «όπως οι γνωριμίες στις κλινικές».

Προσωπικά, η ανάγνωση του συγκεκριμένου ποιήματος μου δημιουργεί θλίψη και απογοήτευση για την ποιότητα των διαπροσωπικών σχέσεων στη σημερινή εποχή. Είναι τραγικό στην εποχή της εξέλιξης και της προόδου η ουσιαστική επικοινωνία των ανθρώπων να απουσιάζει και να αντικαθίσταται από την ιδιοτέλεια και την ανταποδοτικότητα στις σχέσεις. Θα πρέπει όμως η παραίτηση να μη μας καταβάλει, αλλά να προσπαθήσουμε, εφόσον έχουμε συνειδητοποιήσει την τραγικότητα της κατάστασης, να αποκτήσουμε ουσιαστικούς δεσμούς με τους συνανθρώπους μας.

**Θέμα Δ Δ1.** - Αθήνα, 18 Φεβρουαρίου 2023

Αγαπητοί αναγνώστες,

Σε μία από τις πρόσφατες αναγνώσεις μου, διάβασα το άρθρο της ψυχολόγου Ηλέκτρας Χατζηδημητρίου με τίτλο «Μοναξιά: η πληγή του 21ου αιώνα». Ομολογώ πως δεν είχα συνειδητοποιήσει πόσο αυξημένα είναι στην εποχή μας τα ποσοστά των ανθρώπων που υποφέρουν από μοναξιά. Και πραγματικά είναι απορίας άξιον γιατί στην εποχή της τεχνολογίας και των υλικών ανέσεων η συναισθηματική μας ευημερία δεν είναι ευθέος ανάλογη με τη βελτίωση του βιοτικού μας επιπέδου. Ποιοι είναι οι παράγοντες που έχουν συμβάλει στην όξυνση του φαινομένου;

**Ζητούμενο 1ο: Αιτίες της μοναξιάς** • Οι ιλιγγιώδεις ρυθμοί της σύγχρονης ζωής φορτώνουν συνεχώς τον άνθρωπο με νέες υποχρεώσεις, περιορισμούς και ευθύνες με αποτέλεσμα να μην διαθέτει χρόνο για τον εαυτό του και τους γύρω του. • Η παγίδευση του σύγχρονου ανθρώπου στα κοινωνικά πρότυπα που διακρίνονται από συμβάσεις, εξαναγκασμούς και ανταγωνισμό του στερούν τον πραγματικό του εαυτό και την ελευθερία του. • Η αδυναμία για ουσιαστική επαφή και κατανόηση για τον συνάνθρωπο καθώς οι σχέσεις πλέον είναι μόνο υλιστικές και ανταποδοτικές με σκοπό το οποιοδήποτε κέρδος. Όμως η ουσία της ζωής βρίσκεται αλλού. Και οφείλουμε όλοι και κυρίως εμείς οι νέοι να μάθουμε να δίνουμε χαρά στα πράγματα με την καρδιά μας και όχι να προσπαθούμε να δώσουμε χαρά στην καρδιά μας με τα πράγματα. **Ζητούμενο 2ο: Τρόποι άρσης του φαινομένου** • Επαναπροσδιορισμός και ιεράρχηση των προτεραιοτήτων και των αναγκών. • Αποβολή του καταναλωτικού προτύπου που οδηγεί σε επίδειξη αγαθών και τις επιφανειακές σχέσεις. • Αυτογνωσία και αφιέρωση χρόνου για τον εαυτό του για βαθύτερη ενδοσκόπηση. • Ανάπτυξη της ικανότητας για συμπάθεια και αλληλοκατανόηση μέσα από εθελοντικές δράσεις και γενικότερες ψυχωφελείς δραστηριότητες (πνευματικές, καλλιτεχνικές, αθλητικές, πολιτιστικές). Το φαινόμενο της μοναξιάς δεν είναι καινούριο. Όμως σήμερα η ρήση του Αντώνη Σαμαράκη «Ποτέ άλλοτε οι στέγες των σπιτιών των ανθρώπων δεν ήταν τόσο κοντά η μία στην άλλη, όσο είναι σήμερα. Και ποτέ άλλοτε οι καρδιές των ανθρώπων δεν ήταν τόσο μακριά η μία από την άλλη, όσο είναι σήμερα» φαντάζει επίκαιρη όσο ποτέ. Ελπίζω να προβληματιστήκατε κι εσείς όσο κι εγώ και να αλλάξουμε την κατάσταση. Γιατί είναι στο χέρι μας και μπορούμε. Με φιλικούς χαιρετισμούς, μαθητής γ΄ λυκείου