**Κείμενο Ι**

**Πώς επηρεάζει η τέχνη την ευημερία και την υγεία μας;**

Η τέχνη σε κάθε μορφή της μπορεί να αποτελέσει μεταξύ άλλων και «φάρμακο» απέναντι στις δυσκολίες. Αυτό υποστηρίζει ο υπουργός Υγείας του Ηνωμένου Βασιλείου, Μάτ Χάνκοκ, ο οποίος δήλωσε ότι οι γιατροί θα πρέπει να συνταγογραφήσουν μαθήματα χορού και εισιτήρια συναυλιών, όπως ακριβώς κάνουν με τα χάπια ή τις φυσιοθεραπείες.

Είναι σαφές πώς οι τέχνες μπορούν να ωφελήσουν την υγεία και την ευημερία. Θα μπορούσαμε μάλιστα να το προχωρήσουμε ένα βήμα παρακάτω, καθώς τα οφέλη που αποκομίζει κανείς από τη δημιουργικότητα είναι τεράστια και συνεπώς θα ήταν καλό να επενδύσουμε σε αυτή για ένα πιο ευτυχισμένο μέλλον. Οι άνθρωποι τείνουν να σκέφτονται την προσωπική υγεία με λανθασμένο τρόπο, αφού περιορίζονται στις ιατρικές συμβουλές των γιατρών που τους ενθαρρύνουν να σταματήσουν το κάπνισμα, να πιούν λιγότερο αλκοόλ, να χάσουν βάρος και να ασκηθούνε. Βέβαια τα τελευταία χρόνια η ιδέα της ευημερίας έχει αρχίσει να αλλάζει. Η γιόγκα και ο διαλογισμός είναι δύο χαρακτηριστικά παραδείγματα, που συνδέονται σήμερα με την ιδέα της υγείας.

Ωστόσο, οι άνθρωποι σπάνια ενθαρρύνονται από τους γιατρούς να ξεκινήσουν κάποιο δημιουργικό χόμπι. Η τέχνη μπορεί να αποτελέσει μεταξύ άλλων και έναν «καθρέφτη» στις σκέψεις και στα συναισθήματα, δίνοντας τους μορφή μέσα από την εικόνα ή τη μουσική και τα αποτελέσματά της είναι φοβερά στον τομέα της υγείας. Μάλιστα έρευνες έχουν δείξει ότι μπορούν πραγματικά να βοηθήσουν τους ανθρώπους να παραμείνουν υγιείς ή να αναρρώσουν γρηγορότερα όταν πάσχουν από κάποια ασθένεια.

Ειδικότερα, η ενασχόληση με δημιουργικές δραστηριότητες όπως η μουσική, ο χορός, η ζωγραφική, ο κινηματογράφος, το διάβασμα, η επίσκεψη σε μουσεία και γκαλερί μπορούν να βελτιώσουν τη σωματική και ψυχική μας υγεία, κυρίως μέσω των αυξημένων κοινωνικών συνδέσεων που δημιουργούν. Δεν είναι μάλιστα τυχαίο που τα τελευταία χρόνια η τέχνη έχει μπει στον τομέα της υγείας, με τη μουσικοθεραπεία, την χοροθεραπεία και το ψυχοδράμα. Και τα αποτελέσματα για την προώθηση της υγείας και της ευημερίας είναι τεκμηριωμένα.

Τα τελευταία δέκα χρόνια, οι έρευνες απέδειξαν τη σημασία της δημιουργικότητας στις τέχνες και τις ανθρωπιστικές επιστήμες. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα μπορούν να συμβάλλουν στη διατήρηση της υγείας, να «γκρεμίσουν» τα κοινωνικά εμπόδια, να βοηθήσουν στην έκφραση των συναισθημάτων και να βοηθήσουν στην ανάπτυξη εμπιστοσύνης, κατανόησης και συμπόνιας. Παράλληλα, μας βοηθούν να επικοινωνήσουμε με το ασυνείδητο και να κατανοήσουμε τα προβλήματα της ανθρώπινης ύπαρξης, ενώ πολλές φορές μπορούν να διευκολύνουν ψυχολόγους κι άλλους γιατρούς να κατανοήσουν ανθρώπους που αντιμετωπίζουν προβλήματα συμπεριφοράς ή ψυχικές ασθένειες.

Το 2017, η βρετανική κυβέρνηση δημοσίευσε μια έκθεση σχετικά με τα οφέλη της δημιουργικότητας στην υγεία και την ευημερία. Ένα ερευνητικό πρόγραμμα στο οποίο ηγήθηκε ο Paul Crawford, καθηγητής στο πανεπιστήμιο του Nottingham, συγκέντρωσε κάποια πολύ ενδιαφέροντα στοιχεία. «Σε αυτό το πενταετές πρόγραμμα, αναλύσαμε τα οφέλη της δημιουργικότητας στην ψυχική υγεία. Ιδιαίτερα συναρπαστικά αποτελέσματα προέκυψαν από την ενασχόληση με τα ντραμς, που φαίνεται ότι μπορούν να μειώσουν το άγχος και να βοηθήσουν στην καταπολέμηση της κατάθλιψης», ανέφερε στο Conversation. «Πάντως δεν επωφελούνται από τη δημιουργικότητα μόνο όσοι πάσχουν από κάποιο πρόβλημα υγείας. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι βελτιώνεται η ευημερία και με τη μουσική, το τραγούδι, τη ζωγραφική και την ενασχόληση γενικότερα με τα εικαστικά και τον χορό», πρόσθεσε.

Συνεπώς οι δημιουργικές τέχνες και οι ανθρωπιστικές επιστήμες είναι ένας από τους καλύτερους τρόπους για την ενίσχυση της δημόσιας υγείας και της κοινωνικής συνοχής. Η κοινωνία πρέπει να δώσει τη δέουσα σημασία και να υπάρχει κι η απαραίτητη παρακίνηση από τους γιατρούς για ένα καλύτερο μέλλον και καλύτερη ποιότητα ζωής.

Απλά φανταστείτε για μια στιγμή ένα κόσμο χωρίς μουσική, τραγούδι, ταινίες, θέατρο και άλλες τέχνες. Μια σύντομη σκέψη για μια τέτοια προοπτική σίγουρα σας φέρνει τρόμο. Στο Ηνωμένο Βασίλειο, υπάρχει συνεχής κριτική για τον τρόπο με τον οποίο η δημόσια χρηματοδότηση για τις τέχνες τείνει να ευνοεί το Λονδίνο σε σχέση με άλλες περιοχές. Αυτό φυσικά συμβαίνει και σε άλλες πόλεις του κόσμου, όπου οι περικοπές των δαπανών γίνονται ολοένα και πιο έντονες, κυρίως στα μουσεία και στις γκαλερί. Είναι πλέον καιρός οι κυβερνήσεις των εκάστοτε χωρών να μην αφήνουν τις τέχνες και τις ανθρωπιστικές επιστήμες στο περιθώριο, αλλά να τις κάνουν ενεργό κομμάτι της ζωής των πολιτών.

Μάρθα Κίσκιλα, m.tvxs.gr, 11/11/2018

**Κείμενο ΙΙ**

**Η τέχνη στο σχολείο του Γιάννη Σκορδά\***

Αδυνατεί ο νους μου να συλλάβει την απουσία της τέχνης από την ελληνική εκπαίδευση. Η χώρα που γέννησε τον πολιτισμό, κατέληξε πια απολίτιστη. Σας φαίνονται δυο προκείμενες άσχετες μεταξύ τους; Σκεφτείτε καλύτερα.

Το σημερινό ελληνικό λύκειο δεν έχει χώρο για την τέχνη. Παρεμπιπτόντως, τέχνη δεν είναι μόνο όσα μπορείς να βρεις σε μια γκαλερί, τέχνη είναι ένα τραγούδι, ένα graffiti, ένα βιβλίο, μια φωτογραφία. Στο σχολικό πρόγραμμα του λυκείου δεν προβλέπεται ούτε μία ώρα που να αφορά τις τέχνες. Ωστόσο η προσφορά της στους νέους είναι ευρέως γνωστή.

Με κανέναν άλλο τρόπο ο νέος δεν μπορεί να εκφράσει τα συναισθήματά του, όπως με την τέχνη. Μέσω της τριβής τους με αυτή, οι νέοι δέχονται έναν πλούτο ερεθισμάτων και εθίζονται στο διαφορετικό. Συνεπώς, οι νέες προσλαμβάνουσες οδηγούν στην πνευματική καλλιέργεια και στο περαιτέρω **«ψάξιμο»** του νέου.

Η αναζήτηση και ο προβληματισμός, δια μέσου της τέχνης, βοηθά τον νέο να καταλάβει τον εαυτό του. Εισάγεται στον τρόπο σκέψης του εκάστοτε καλλιτέχνη και ο ίδιος έρχεται σε επαφή με βιωματικό τρόπο με καινούργιες ιδέες. Επιπλέον, μπορεί να επικοινωνεί με τη γλώσσα της τέχνης, μια κοινή γλώσσα για τους φιλότεχνους. Η τέχνη αποτελεί ένα συνεκτικό δεσμό για τους ανθρώπους και την αφορμή για τη συνειδητοποίηση των ομοιοτήτων μας. Ο ρατσισμός φοβάται την τέχνη.

Δεν είναι μόνο οι ρατσιστικές αντιλήψεις που καταπολεμούνται από την τέχνη, μα και άλλες παθογένειες. Επί παραδείγματι, ο νέος παύει να είναι παθητικοποιημένος και μπαίνει στη διαδικασία της αντιμετώπισης γεγονότων και καταστάσεων με κριτικό τρόπο. Οι άπειρες διέξοδοι που προσφέρει η τέχνη συμβάλλουν στην ανακάλυψη του πραγματικού εαυτού μας κι έτσι εξαλείφεται η τυποποίηση καθώς και η ομοιομορφία. Εξίσου σημαντικός είναι και ο εξευμενισμός[[1]](https://filologika.gr/lykio/g-lykiou/genikis-pedias/neoelliniki-glossa/techni-amp-scholeio-kritirio-axiologisis-eniaia-exetasi/%22%20%5Cl%20%22_ftn1) της ψυχής μετά από τη διαδικασία της παρακολούθησης ενός έργου τέχνης **(η γνωστή και ως κάθαρσις)**, αφού σταδιακά υποχωρεί η βαρβαρότητα.

Η πρόταση; Περισσότερη τέχνη στα σχολεία. Όχι από καθηγητές που διδάσκουν να τραγουδάς ψηλά ή να ζωγραφίζεις ίσια. Χρειαζόμαστε ενεργούς δασκάλους-καθοδηγητές, γνώστες του αντικειμένου, που θα αντιλαμβάνονται τις ανησυχίες των μαθητών, θα τους οδηγούν στις μορφές τέχνης που τους ενδιαφέρουν και θα τους παροτρύνουν να ασχολούνται με αυτές δημιουργικά.

Εκτός κι αν η ελληνική κοινωνία φοβάται ότι τα άτομα με καλλιτεχνική φύση θα πάψουν να καταπιέζονται, θα απελευθερωθεί η δημιουργικότητά τους και θα αρχίσει **–επιτέλους!-** η παραγωγή Ελλήνων καλλιτεχνών. Η βασικότερη επιδίωξη, ωστόσο, είναι να προσφερθεί καλλιτεχνική παιδεία στους νέους από τους κατάλληλους ανθρώπους. Τέχνη είναι όλα, αρκεί να ξέρεις να το βλέπεις.

\*Ο Γιάννης Σκορδάς είναι μαθητής Β Λυκείου

[[1]](https://filologika.gr/lykio/g-lykiou/genikis-pedias/neoelliniki-glossa/techni-amp-scholeio-kritirio-axiologisis-eniaia-exetasi/%22%20%5Cl%20%22_ftnref1) Κατευνασμός των παθών, ηρεμία, καταπράυνση, εξιλέωση

**Κείμενο ΙΙΙ**

**Μελαγχολία τοῦ Ἰάσωνος Κλεάνδρου ποιητοῦ ἐν Κομμαγηνῇ· 595 μ.Χ.\***

Τό γήρασμα τοῦ σώματος καί τῆς μορφῆς μου

εἶναι πληγή ἀπό φρικτό μαχαῖρι.

Δέν ἔχω ἐγκαρτέρησι[[1]](https://filologika.gr/lykio/g-lykiou/genikis-pedias/neoelliniki-glossa/techni-amp-scholeio-kritirio-axiologisis-eniaia-exetasi/#_ftn1) καμιά.

Εἰς σέ προστρέχω Τέχνη τῆς Ποιήσεως,

πού κάπως ξέρεις ἀπό φάρμακα·

νάρκης τοῦ ἄλγους δοκιμές[[2]](https://filologika.gr/lykio/g-lykiou/genikis-pedias/neoelliniki-glossa/techni-amp-scholeio-kritirio-axiologisis-eniaia-exetasi/%22%20%5Cl%20%22_ftn2), ἐν Φαντασίᾳ καί Λόγῳ[[3]](https://filologika.gr/lykio/g-lykiou/genikis-pedias/neoelliniki-glossa/techni-amp-scholeio-kritirio-axiologisis-eniaia-exetasi/%22%20%5Cl%20%22_ftn3).

Εἶναι πληγή ἀπό φρικτό μαχαίρι. —

Τά φάρμακά σου φέρε Τέχνη τῆς Ποιήσεως,

πού κάμνουνε — γιά λίγο — νά μή νοιώθεται ἡ πληγή.

Κ. Π. Καβάφης (1921)

[[1]](https://filologika.gr/lykio/g-lykiou/genikis-pedias/neoelliniki-glossa/techni-amp-scholeio-kritirio-axiologisis-eniaia-exetasi/#_ftnref1) Εγκαρτέρηση, Υπομονή, Απάθεια.

[[2]](https://filologika.gr/lykio/g-lykiou/genikis-pedias/neoelliniki-glossa/techni-amp-scholeio-kritirio-axiologisis-eniaia-exetasi/%22%20%5Cl%20%22_ftnref2) νάρκης του άλγους δοκιμές· δοκιμές νάρκης του άλγους· απόπειρες να κατευνασθεί ο πόνος.

[[3]](https://filologika.gr/lykio/g-lykiou/genikis-pedias/neoelliniki-glossa/techni-amp-scholeio-kritirio-axiologisis-eniaia-exetasi/%22%20%5Cl%20%22_ftnref3) εν Φαντασία και Λόγω· με τη δύναμη της φαντασίας που συλλαμβάνει και με τη μαγική λειτουργία του λόγου, δηλ. της γλώσσας, που πραγματοποιεί τη σύλληψη.

**Παρατηρήσεις**

**Θέμα Α**

**Α1.**Να αποδώσετε συνοπτικά και χωρίς δικά σας σχόλια σε 80-90 λέξεις τις θετικές επιδράσεις της τέχνης στην ψυχική υγεία του ατόμου όπως αναφέρονται στο **Κείμενο 1**.

**Μονάδες 15**

**Θέμα Β**

**Β1.**Να χαρακτηρίσετε καθεμιά από τις παρακάτω προτάσεις/πληροφορίες ως ΣΩΣΤΗ ή ΛΑΘΟΣ, σύμφωνα με το **Κείμενο 1.**

**Μονάδες 20**

|  |
| --- |
| **α)** Η τέχνη έχει ευεργετικά αποτελέσματα απέναντι στις δυσχέρειες της ζωής. |
| **β)**Οι γιατροί ενθαρρύνουν τους ανθρώπους να ασχοληθούν με την τέχνη. |
| **γ)**Η τέχνη μπορεί να συνδράμει τους ειδικούς για να κατανοήσουν καλύτερα τα προβλήματα των ανθρώπων. |
| **δ)**Η τέχνη μπορεί να συμβάλει στην ίαση σοβαρών ψυχικών προβλημάτων. |
| **ε)**Οι κυβερνήσεις αναγνωρίζοντας τη σημασία της τέχνης στη ζωή του ανθρώπου στηρίζουν εμπράκτως τις τέχνες και τις ανθρωπιστικές επιστήμες. |

**Μονάδες 15**

**Β2 α)** Πόσο αποτελεσματικό κρίνετε τον τίτλο του **Κειμένου 1** με κριτήριο τη σχέση του με το περιεχόμενο του κειμένου και την προσέλκυση του ενδιαφέροντος του αναγνώστη;

**Μονάδες 5**

**β)**Πώς επιτυγχάνεται η συνοχή μεταξύ 6ης και 7ης παραγράφου του **Κειμένου 1**; Με ποια νοηματική σχέση συνδέονται; Να σχολιάσετε στηριζόμενοι και στο περιεχόμενο των 2 παραγράφων.

**Μονάδες 5**

**Β3.** **α)** **«Η βασικότερη επιδίωξη, ωστόσο, είναι να προσφερθεί καλλιτεχνική παιδεία στους νέους από τους κατάλληλους ανθρώπους.» (Κείμενο 2).** Ποιο είδος σύνταξης αναγνωρίζετε στην παραπάνω πρόταση; Να τη μετατρέψετε στην αντίθετη. Ποιες αλλαγές παρατηρείτε στο ύφος;

**Μονάδες 7**

**β)** Αναγνωρίστε τα σημεία στίξης που χρησιμοποιεί ο συγγραφέας στα παρακάτω παραδείγματα και δηλώστε τη λειτουργία που εξυπηρετούν στο καθένα. **(Κείμενο 2)**

στο περαιτέρω «ψάξιμο» του νέου

(η γνωστή και ως κάθαρσις)

θα αρχίσει –επιτέλους!- η παραγωγή Ελλήνων καλλιτεχνών (διπλή παύλα και θαυμαστικό)

**Μονάδες 3**

**Θέμα Γ**

**Γ.** Ποια η συναισθηματική κατάσταση του ποιητικού υποκειμένου; Σε ποιο είδος τέχνης καταφεύγει για να την αλλάξει και τι του προσφέρει αυτό; (Η απάντησή σας να στηριχθεί σε στοιχεία του ποιήματος, **Κείμενο 3**). Με ποιες μορφές τέχνης έρχεστε εσείς σε επαφή στην καθημερινότητά σας και πώς αυτές σας βοηθούν; (120-150 λέξεις).

**Μονάδες 15**

**Θέμα Δ**

**Δ.**Η αρθρογράφος παραθέτει την άποψη του υπουργού Υγείας του Ηνωμένου Βασιλείου ότι “Η τέχνη σε κάθε μορφή της μπορεί να αποτελέσει μεταξύ άλλων και «φάρμακο» απέναντι στις δυσκολίες” (**Κείμενο 1**). Αξιοποιώντας δημιουργικά τις πληροφορίες (π.χ. επιχειρήματα, ιδέες, εκφράσεις κ.ά.) από το κείμενο, να συντάξετε- με την ιδιότητά σας ως μαθητές/μαθήτριες- μια επιστολή προς τη διεύθυνση του σχολείου σας. Σ’ αυτήν, παρουσιάζετε τα οφέλη της τέχνης για τον άνθρωπο και προτείνετε τρόπους για την αναβάθμιση της καλλιτεχνικής παιδείας στο σχολείο (300-350 λέξεις).

**Μονάδες 30**