

ΠΑΝΕΛΛΑΔΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ
ΓΕΝΙΚΟΥ ΛΥΚΕΙΟΥ
ΝΕΟΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ & ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ

29 ΜΑΪΟΥ 2026

ΕΚΦΩΝΗΣΕΙΣ

ΚΕΙΜΕΝΟ 1

Μια παγκόσμια σύγχρονη κρίση μοναξιάς

Μια δομική αλλαγή συντελείται σχεδόν παντού, ταυτόχρονα. Για πρώτη φορά στη σύγχρονη ιστορία, η πλειονότητα των κρατών, αναπτυγμένων και αναπτυσσόμενων, βρίσκεται κάτω από το «όριο αναπλήρωσης» των 2,1 παιδιών ανά γυναίκα, προκειμένου ένας πληθυσμός να διατηρείται δημογραφικά σταθερός χωρίς μετανάστευση. Σε 66 χώρες, συμπεριλαμβανομένης της Ελλάδας, ο μέσος όρος είναι τώρα πιο κοντά στο 1. Σε άλλες, πλησιάζει όλο και πιο επικίνδυνα το μηδέν.

Εδώ και χρόνια, πολιτικοί και αναλυτές αντιμετωπίζουν την υπογεννητικότητα ως πρόβλημα πρωτίστως οικονομικής φύσης. Η ακρίβεια, η εργασιακή επισφάλεια, το υψηλό κόστος στέγασης, η ελλιπής κρατική στήριξη προς τους γονείς και η δυσκολία συνδυασμού καριέρας και οικογένειας -ιδίως για τις γυναίκες- θεωρούνται οι βασικές αιτίες. Όμως, πλέον δεν αρκούν για να εξηγήσουν τις παγκόσμιες διαστάσεις του φαινομένου. Δημογράφοι επισημαίνουν ότι η κρίση γεννητικότητας έχει εξελιχθεί σε κρίση των σχέσεων, με ριζική αλλαγή προτύπων και αντιλήψεων στην ψηφιακή εποχή. Στους «New York Times», η Άννα Λουί Σάσμαν, συγγραφέας και δημοσιογράφος με ειδίκευση σε θέματα φύλου, οικονομίας και αναπαραγωγής, σκιαγραφεί μια διαχυτή υπαρξιακή αβεβαιότητα στις τάξεις των νέων ενηλίκων. Συμβαίνει σε μια «εποχή πολυκρίσης», παρατηρεί, εν μέσω κλιματικής αλλαγής, γεωπολιτικής και οικονομικής αστάθειας, διεύρυνσης των ανισοτήτων και του τρόπου με τον οποίο η τεχνητή νοημοσύνη μετασχηματίζει τις κοινωνίες.

Προς επίρρωση¹ των ανωτέρω, έρευνα των «Financial Times» βάσει ανάλυσης δεδομένων -από δημογραφικά αρχεία έως αναζητήσεις στην Google- καταγράφει μια χρονική σύμπτωση της πιο πρόσφατης δημογραφικής κατάρρευσης σε πολλές χώρες με τη χρήση των smartphones. Έχουν αλλάξει τον τρόπο αλληλεπίδρασης των νέων, ενόσω τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης καλλιεργούν εξιδανικευμένα πρότυπα σχέσεων, εμφάνισης και επιτυχίας. Έτσι, δημιουργούν μη ρεαλιστικές προσδοκίες που αυξάνουν τα επίπεδα μοναξιάς, κοινωνικής απομόνωσης και ψυχολογικής δυσφορίας, αλλά και ένα

¹ επίρρωση: ισχυροποίηση, ενίσχυση

αναδυόμενο ιδεολογικό χάσμα μεταξύ νέων ανδρών και γυναικών, κυρίως μεταξύ όσων δεν έχουν πανεπιστημιακή εκπαίδευση.

Στο πλαίσιο αυτό, χωρίς ουσιαστικές παρεμβάσεις, όπως υπογραμμίζει ο συντάκτης της έρευνας, Τζον Μπερν-Μέρντοχ, η γήρανση του πληθυσμού «επιβαρύνει την αύξηση της παραγωγικότητας και τη βελτίωση του βιοτικού επιπέδου».

[Μαργαρίτα Βεργολιά, εφημερίδα ΤΑ ΝΕΑ, 23.5.2026, ελαφρώς συντομευμένο και διασκευασμένο].

ΚΕΙΜΕΝΟ 2

[Τα νιάτα και τα γεράματα]

Λέγεται συνήθως ότι τα νιάτα είναι επαναστατικά, αγαπούν τις μεγάλες καινοτομίες, απαιτούν ριζικές λύσεις, δεν δέχονται συμβιβασμούς· και αυτό πραγματικά είναι η χάρη και η δόξα τους. Λέγεται ακόμη ότι τα γεράματα είναι κατά κανόνα συντηρητικά, ηλικία των συμβιβασμών, ότι τα χρόνια εκείνα ο άνθρωπος και στις εχθρότητες και στις συμπάθειές του είναι μαλακός· ότι δεν προσέχει τις πολύ λεπτές αποχρώσεις, βλέπει μονάχα τα βασικά χρώματα· δεν μετακινείται προς νέες καταστάσεις, άγνωστες, αδοκίμαστες ακόμη. Και τούτο είναι αληθινό, έως ένα σημείο τουλάχιστο. Μπορούμε μάλιστα με αυτά τα μέτρα να προσδιορίζουμε τα γεράματα της μικρής ηλικίας και τα νιάτα της μεγάλης ηλικίας. **Γιατί** υπάρχουν και νέοι συντηρητικοί, συμβιβαστικοί, υποχωρητικοί, που δεν αγαπούν ό,τι πρόκειται να τους βγάλει έξω από τα καθιερωμένα. Όπως αντίθετα υπάρχουν και γέροντες ριζοσπαστικοί, που νεάζουν στις σκέψεις και στα αισθήματα, που ενθουσιάζονται για τις επαναστατικές καινοτομίες κ.τ.λ. Τα δύο **λοιπόν** στρατόπεδα υπάρχουν και μακάρι να διαχωρίζονται αγάλογα με την ηλικία των σταυροφόρων τους. Γιατί χρειάζονται και τα δύο· είναι απαραίτητα για την υγεία του κοινωνικού σώματος. Αλίμονο στις κοινωνίες που αποτελούνται μόνο από «νέους» (στα νεύρα και στις ιδέες) ανθρώπους που διαρκώς καλπάζουν ορμητικά προς τα εμπρός. Και αλίμονο πάλι στις κοινωνίες που είναι καμωμένες μόνο από «γέροντες» (στα μυαλά και στα χέρια) που τρέμουν κάθε μεταβολή και την καταριούνται. Ευλογημένες είναι κείνες που έχουν και τις δύο κατηγορίες πολιτών· η ιστορία χρειάζεται και τα δυο ρεύματα.

[Ε. Π. Παπανούτσος, *Πρακτική Φιλοσοφία*, απόσπασμα από το κεφάλαιο «Τα γερατειά», σσ. 174–175, Αθήνα, 2008, εκδ. Νόηση]

ΚΕΙΜΕΝΟ 3

Ο Ανδρέας Εμπειρικός στο ποίημά του «Ποιος ζει και ποιος πεθαίνει» συνδέει τη ζωή με τη χαρά και την αγωνιστικότητα.

Αρκεί.

Χτύπα τη θλίψη καταγής

Και πέταξε το μαράζι στα σκουπίδια.

Πρέπει να πολεμήσης να χαρής

Κι ακόμα να χαρής

Κι όχι να πίνης ξύδι -όποιος κι αν στο δίνει

Τώρα σου πρέπει μέλι κι ένα ποτήρι γιομάτο «δε με μέλλει»¹

Ορθό-κοφτό σαν βλύσμα² κραυγής γλάρου

Πρέπει να γυμνωθής

Κι αν στολιστής να στολιστής με αχάτη³.

Πρέπει να νιώσης όλες τις ηδονές που σε τραβάνε

Μα πρώτα πρέπει να ανασάνης μπροστά στον ήλιο

Κι αφού λυτρώσεις στην ψυχή σου τον οίστρο⁴ του βαρβάρου

Έβγα στο δρόμο.

Κ' εκεί,

Προ πάντων,

Μην φοβηθείς το πάτημά σου.

1. «δε με μέλλει»: δεν με νοιάζει, δεν με ενδιαφέρει

2. βλύσμα: εκρηκτικός ήχος (μτφ.) (από το ρ. βλύζω: αναβλύζω, ξεπηδώ ορμητικά)

3. ο αχάτης: ημιπολύτιμος πολύχρωμος λίθος

4. ο οίστρος: κατάσταση ψυχικής και πνευματικής έξαρσης

[Α. Εμπειρικός, 1934 • Προϊστορία ή Καταγωγή, εκδ. Άγρα, Αθήνα 2014, διατηρήθηκε η ορθογραφία του ποιήματος].

Θέμα Α

A1. Να συνοψίσετε σε 70–80 λέξεις τους λόγους στους οποίους, σύμφωνα με το **Κείμενο 1**, οφείλεται η υπογεννητικότητα.

Μονάδες 20

Θέμα Β

B1. Να γράψετε στο τετράδιό σας δίπλα στον αριθμό της **Στήλης Α** το γράμμα από τη **Στήλη Β** που αντιστοιχεί στην ορθή απάντηση, με βάση το περιεχόμενο των **Κειμένων 1** και **2** (χωρίς αναφορά σε χωρία του κειμένου):

Στήλη Α

Στήλη Β

1. Στην πρώτη παράγραφο του Κειμένου 1 υποστηρίζεται ότι	α. η πλειονότητα των αναπτυγμένων χωρών εμφανίζει μηδενική γεννητικότητα.
	β. τα περισσότερα κράτη, ανεξαρτήτως βαθμού ανάπτυξης, βρίσκονται κάτω από το «όριο αναπλήρωσης».
2. Στη δεύτερη παράγραφο του Κειμένου 1 υποστηρίζεται ότι οι παραδοσιακές οικονομικές ερμηνείες της υπογεννητικότητας θεωρούνται πλέον ανεπαρκείς, επειδή	α. οι κυβερνήσεις έχουν ήδη επιλύσει τα οικονομικά προβλήματα των νέων ζευγαριών.
	β. το φαινόμενο συνδέεται πλέον και με βαθύτερες μεταβολές στις ανθρώπινες σχέσεις και στις κοινωνικές αντιλήψεις.
3. Στην τρίτη παράγραφο του Κειμένου 1 τα smartphones και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης συνδέονται με τη δημογραφική κρίση, επειδή	α. συντελούν στην καλλιέργεια εξιδανικευμένων προτύπων και στην αύξηση της μοναξιάς και της κοινωνικής απομόνωσης.
	β. ενισχύουν την πρόσβαση των νέων σε εκπαιδευτικό υλικό για την οικογένεια.
4. Στο Κείμενο 2 υποστηρίζεται ότι	α. η ιστορία έχει ανάγκη και τα νιάτα και τα γηρατειά.
	β. τα γηρατειά και τα νιάτα υπονομεύουν την πρόοδο.
5. Σύμφωνα με το Κείμενο 2 , ο συγγραφέας υποστηρίζει ότι	α. οι άνθρωποι μπορεί να είναι προοδευτικοί ανεξαρτήτως της ηλικίας τους.
	β. τα γηρατειά είναι πάντα συντηρητικά.

Μονάδες 15

B2. α. Η τρίτη παράγραφος του **Κειμένου 1** («Προς επίρρωση...πανεπιστημιακή εκπαίδευση») αναπτύσσεται με τον τρόπο του αιτίου–αποτελέσματος. Να επισημάνετε το αίτιο και δύο από τα αποτελέσματα (μονάδες 3) και να δηλώσετε ποια πρόθεση της συντάκτριας εξυπηρετεί η συγκεκριμένη επιλογή (μονάδες 3).

β. Στο **Κείμενο 2** να γράψετε τι δηλώνουν οι έντονα υπογραμμισμένες λέξεις **Γιατί** (το πρώτο του κειμένου) και **λοιπόν**, κάνοντας αναφορά στα νοήματα που αυτές συνδέουν σε κάθε περίπτωση (μονάδες 4).

Μονάδες 10

B3. Στο **Κείμενο 2** να εξηγήσετε τη λειτουργία των παρακάτω γλωσσικών επιλογών:

- το ασύνδετο σχήμα: «Λέγεται συνήθως...συμβιβασμούς» (μονάδες 4),
- το πρώτο πληθυντικό πρόσωπο: «Μπορούμε...προσδιορίζουμε» (μονάδες 2) και
- τη συνυποδήλωση/μεταφορά: «ανθρώπους που διαρκώς καλπάζουν ορμητικά προς τα εμπρός» (μονάδες 4).

Μονάδες 10

Θέμα Γ

Γ1. Ποιες είναι οι προτροπές του ποιητικού υποκειμένου προς τον αναγνώστη/την αναγνώστρια; Να τεκμηριώσετε την απάντησή σας με τρεις (3) διαφορετικούς μεταξύ τους κειμενικούς δείκτες από το ποίημα. Πώς θα ανταποκρινόσουν εσύ στο κάλεσμα αυτό του ποιητικού υποκειμένου; (150–200 λέξεις)

Μονάδες 15

Θέμα Δ

Δ1. Αξιοποιώντας δημιουργικά ιδέες από τα **Κείμενα αναφοράς 1 και 2**, σε ένα άρθρο 350–400 λέξεων που θα αναρτηθεί στη σχολική εφημερίδα:

α) να εξηγήσετε για ποιους λόγους, κατά τη γνώμη σας, αυξάνονται τα επίπεδα μοναξιάς στην εποχή μας και

β) να προτείνετε τρόπους με τους οποίους θα μπορούσαν να συνεργάζονται οι νέοι με τους ανθρώπους της τρίτης ηλικίας, ώστε να θεραπευτεί η μοναξιά και των δύο γενεών.

Μονάδες 30

ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

ΘΕΜΑ Α.

- A1.** Η συγγραφέας πραγματεύεται αίτια της μείωσης των γεννήσεων. Αναλυτικότερα, αυξημένα έξοδα διαβίωσης, εργασιακή ανασφάλεια, ελλιπής κρατική υποστήριξη της οικογένειας και αδυναμία των γυναικών να συνδυάσουν εργασιακές και γονεϊκές απαιτήσεις αποτελούν γενεσιουργούς παράγοντες. Παράλληλα, η επιδείνωση των διαπροσωπικών σχέσεων λόγω μεταβολών στη νοοτροπία των νέων και η υπαρξιακή αγωνία λόγω οικολογικής και οικονομικοπολιτικής κρίσης, κοινωνικών διακρίσεων και επιδράσεων της τεχνητής νοημοσύνης οξύνουν το φαινόμενο. Τέλος, τα «έξυπνα τηλέφωνα» αλλοιώνουν κοινωνικές επαφές, επιβάλλουν ουτοπικά πρότυπα ομορφιάς και καταξίωσης και ανέφικτες επιδιώξεις, οδηγώντας νέους σε εσωστρέφεια, δυσανασχέτηση και ιδεολογική απόσταση.

ΘΕΜΑ Β

- B1.** 1 – β
2 – β
3 – α
4 – α
5 – α

- B2. α)** Η τρίτη παράγραφος του Κειμένου 1 («*Προς επίρρωση ... πανεπιστημιακή εκπαίδευση*») αναπτύσσεται με τον τρόπο του αίτιου – αποτελέσματος. Συγκεκριμένα, επισημαίνεται ότι ένα αίτιο της πρόσφατης δημογραφικής κατάρρευσης, που εντοπίζεται σε πολλές χώρες, είναι η χρήση των smartphones. Το παραπάνω αίτιο έχει ως αποτέλεσμα την αλλαγή στον τρόπο σύνδεσης και επικοινωνίας των νέων, καθώς τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, στα οποία έχουν πρόσβαση οι νέοι μέσω των smartphones, δημιουργούν εξιδανικευμένα πρότυπα σχέσεων, εμφάνισης και επιτυχίας. Επίσης, δημιουργούν στους νέους μη ρεαλιστικές προσδοκίες, που εντείνουν τη μοναξιά τους, τους απομονώνουν, τους προκαλούν ψυχολογικά προβλήματα και επιφέρουν χάσμα ανάμεσα στα δύο φύλα.

Η πρόθεση της συντάκτριας με τη χρήση αυτού του τρόπου ανάπτυξης είναι να επιβεβαιώσει τη θέση της, σύμφωνα με την οποία η εκτεταμένη χρήση των smartphones οδηγεί στην επιδείνωση του προβλήματος της υπογεννητικότητας. Στο πλαίσιο αυτό, δηλώνει τα αποτελέσματα της χρήσης των νέων τεχνολογιών

στις σχέσεις των ατόμων. Έτσι, πείθει πληρέστερα τον αναγνώστη για την ορθότητα των σκέψεών της, αφού αναδεικνύει τις βαθύτερες σχέσεις μεταξύ των φαινομένων που αναλύει, φωτίζοντας σχέσεις αιτίου – αιτιατού, που δεν είναι πάντα ευδιάκριτες στον αναγνώστη. Κατ' αυτόν τον τρόπο, η επιχειρηματολογία της καθίσταται ολοκληρωμένη, γιατί δεν παρουσιάζει μόνο τα φαινόμενα καθ' αυτά, αλλά και τους παράγοντες από τους οποίους απορρέουν και τα αποτελέσματα που αυτά επιφέρουν.

B2. β) Στο κείμενο 2 χρησιμοποιούνται οι διαρθρωτικές λέξεις γιατί και λοιπόν, που εξασφαλίζουν τη συνοχή του κειμένου.

Συγκεκριμένα, η λέξη γιατί δηλώνει αιτιολόγηση της θέσης που προηγείται («*Μπορούμε μάλιστα με αυτά τα μέτρα να προσδιορίζουμε τα γεράματα της μικρής ηλικίας και τα νιάτα της μεγάλης ηλικίας*»). Αναλυτικότερα, ο συγγραφέας αναφέρεται στην παραπάνω περίοδο σε οξύμωρες έννοιες, όπως είναι τα γεράματα της μικρής ηλικίας και τα νιάτα της μεγάλης ηλικίας, και, έπειτα, αιτιολογεί γιατί τα φαινόμενα αυτά είναι υπαρκτά. Συγκεκριμένα, τονίζει ότι κάποιοι νέοι, παρά το νεαρό της ηλικίας τους, είναι οπισθοδρομικοί και δεν αποδέχονται την αλλαγή και την εξέλιξη, αλλά και ότι υπάρχουν αντίστοιχα και κάποιοι ηλικιωμένοι που έχουν πολύ προοδευτικές ιδέες και νιώθουν ενθουσιασμό για τις ριζοσπαστικές εξελίξεις.

Η λέξη λοιπόν δηλώνει συμπέρασμα, καθώς ο συγγραφέας καταλήγει στο συμπέρασμα ότι και οι δύο ομάδες, αυτή των νέων και αυτή των ηλικιωμένων, δεν είναι μόνο προοδευτικές και μόνο συντηρητικές αντίστοιχα. Το συμπέρασμα προεκτείνεται με την παραδοχή ότι όλοι οι άνθρωποι, ανεξαρτήτως της ηλικίας τους, διαπνέονται ταυτόχρονα από προοδευτικές και συντηρητικές ιδεολογίες.

B3. Στο Κείμενο 2 χρησιμοποιούνται οι παρακάτω γλωσσικές επιλογές:

- το ασύνδετο σχήμα: «Λέγεται συνήθως ... συμβιβασμούς»: το ασύνδετο σχήμα χρησιμοποιείται από τον συγγραφέα, για να προσδώσει ζωντάνια και παραστατικότητα στον λόγο, χάρη στον γοργό ρυθμό που δίνεται στην ανάγνωση. Επίσης, τονίζονται τα πολλαπλά χαρακτηριστικά των νέων, που χαρακτηρίζονται επαναστατικοί, καινοτόμοι και μη συμβιβασμένοι, αφού επιδιώκουν ουσιαστικές λύσεις στα προβλήματά τους. Τέλος, με τη χρήση του ασύνδετου σχήματος ο λόγος γίνεται εμφατικός, πυκνός και αποφεύγεται η μονότονη επανάληψη του «και» και του υποκειμένου «τα νιάτα».
- το πρώτο πληθυντικό πρόσωπο: «Μπορούμε ... προσδιορίζουμε»: χρησιμοποιείται από τον συγγραφέα, για να εκφράσει την

καθολικότητα των χαρακτηρισμών που αποδίδονται στους νέους και τους ηλικιωμένους. Με το πρόσωπο αυτό ο πομπός δείχνει στους δέκτες ότι ανήκουν από κοινού στο ίδιο σύνολο και ότι, τόσο αυτός όσο και οι αναγνώστες, συχνά προβαίνουν με παρόμοιους τρόπους σε γενικευτικούς χαρακτηρισμούς. Τέλος, η χρήση του πρώτου πληθυντικού προσώπου προσδίδει ζωντάνια και αμεσότητα στον λόγο.

- **η συνυποδήλωση / μεταφορά «ανθρώπους που διαρκώς καλπάζουν ορμητικά προς τα εμπρός»:** η συγκεκριμένη μεταφορά χρησιμοποιείται από τον συγγραφέα, με σκοπό να δείξει ότι οι νέοι δελεάζονται διαρκώς από το σύγχρονο και το εξελιγμένο και, σαν τα άλογα, καλπάζουν μόνο προς τα εμπρός, δηλαδή ορμούν με πάθος προς το οτιδήποτε νεωτεριστικό, εγκαταλείποντας καθετί οπισθοδρομικό και συντηρητικό. Επιπλέον, η λέξη «καλπάζουν» χρησιμοποιείται συνυποδηλωτικά από τον συγγραφέα, για να παραπέμψει τον δέκτη σε συνειρμούς με το άλογο και να προσδώσει συγκινησιακές αποχρώσεις στον λόγο του. Επίσης, η συνυποδηλωτική λειτουργία της γλώσσας στο χωρίο αυτό δίνει έμφαση και υποβλητικότητα στον λόγο, προσφέροντας αισθητική απόλαυση, ενεργοποιώντας τη φαντασία και κεντρίζοντας το ενδιαφέρον του αναγνώστη.

ΘΕΜΑ Γ

- Γ1.** Το ποίημα του Ανδρέα Εμπειρικού αποτελεί κάλεσμα του ποιητικού υποκειμένου στον αναγνώστη για δυναμική αντιμετώπιση των προκλήσεων της ζωής. Αναλυτικότερα, το ποιητικό υποκείμενο αρχικά προτρέπει τον αναγνώστη να αντιμετωπίσει τη στενοχώρια του, απομακρυνόμενος από αυτήν, προτροπή που δίνεται emphatically με τις **εντυπωσιακές μεταφορές** (*χτύπα τη θλίψη καταγής, πέταξε το μαράζι στα σκουπίδια*). Ακόμα, τον προτρέπει να αγωνιστεί, για να εξασφαλίσει τη χαρά και την ευτυχία, και να μην υπομένει με διάθεση ηττοπαθείας τις «πίκρες που θα τον ποτίζουν» οι άλλοι. Τον καλεί να απολαύσει ευχάριστες εμπειρίες στη ζωή, επιδεικνύοντας ακόμη και αδιαφορία, αν χρειαστεί, σε καταστάσεις και προβλήματα στα οποία δεν αξίζει να επενδύσει χρόνο και προσπάθεια. Οι προαναφερθείσες παραινέσεις δηλώνονται έντονα **με τη χρήση της αντίθεσης** (*όχι να πίνεις ξύδι – ένα ποτήρι γιομάτο μέλι*). Έπειτα, ο αναγνώστης καλείται να είναι αυθεντικός και να κοσμήσει τον εαυτό του μόνο με κάποιο πολύτιμο στολίδι, που, ακόμα και αν δεν έχει τεράστια χρηματική αξία, θα τον κάνει να νιώθει όμορφος. Τέλος, το ποιητικό υποκείμενο καλεί τον αναγνώστη να απολαύσει τις ηδονές της ζωής και να «αναπνεύσει

ελεύθερος στον ήλιο», για να εξαγνιστεί ψυχοπνευματικά, να απαλλαγεί από αρνητικά συναισθήματα ή ένστικτα που «τον καθιλώνουν» σε απρεπείς συμπεριφορές και, τελικά, να προχωρήσει με αυτοπεποίθηση προς τα εμπρός, στηριζόμενος γερά στα δικά του πόδια και πατήματα. Σε όλη την έκταση του ποιήματος χρησιμοποιείται το **β' ενικό ρηματικό πρόσωπο** (*χτύπα, πέταξε, να στολιστείς, να νιώσεις*), για να αισθητοποιηθούν οι προτροπές / συμβουλές του ποιητικού υποκειμένου στον αναγνώστη, αφού με το πρόσωπο αυτό προσδίδεται στο ποίημα θεατρικότητα και διαλογικός, παραινετικός και συμβουλευτικός τόνος. Επίσης, με το β' ενικό πρόσωπο επιχειρείται η συναισθηματική προσέγγιση του αναγνώστη. Επιπλέον, όλες οι προτροπές του ποιητικού υποκειμένου δίνονται με έμφαση με τη χρήση ρημάτων σε **Έγκλιση Προστακτική** (*χτύπα, πέταξε*) ή **προτρεπτική Υποτακτική** (*να χαρείς, όχι να πίνεις*) αλλά και με τη **χρήση του απρόσωπου ρήματος «πρέπει»** (*πρέπει να γυμνωθείς, πρέπει να νιώσεις*), γλωσσικά στοιχεία που προσδίδουν δεοντολογικό χαρακτήρα στα γραφόμενα.

Αν ήμουν αποδέκτης του καλέσματος του ποιητικού υποκειμένου, θα έκανα πράξη τις συμβουλές του, καθώς θεωρώ ότι αποτελούν απόσταγμα της εμπειρίας ενός ανθρώπου που, με τη σοφία που του χαρίζει η ωριμότητα, φαίνεται ότι μπορεί να συμβουλεύσει ορθά έναν νέο άνθρωπο για την πορεία του στη ζωή. Εξάλλου, συμφωνώ απόλυτα με τις προτροπές του, αφού, ως έφηβος, προσπαθώ να πορευτώ στο μέλλον με αισιοδοξία, για να αντιμετωπίσω με δυναμισμό και αποφασιστικότητα τις προκλήσεις της ζωής.

ΘΕΜΑ Δ.

Τίτλος: Η μοναξιά του σύγχρονου ανθρώπου ... στο μικροσκόπιο!

Πρόλογος:

Τι σημαίνει για τον σύγχρονο άνθρωπο η συντροφικότητα και η επικοινωνία; Είναι οι σχέσεις του με τους συνανθρώπους του ποιοτικές ή απλώς τυπικές; Τελικά μήπως η χρήση της τεχνολογίας τον απομονώνει από τους άλλους, αντί να τον συνδέει με αυτούς; Αυτοί, και άλλοι παρόμοιοι, προβληματισμοί δημιουργήθηκαν στη σχολική κοινότητα την προηγούμενη εβδομάδα μετά την ανάγνωση ενός κειμένου της Μαργαρίτας Βεργολιά και ενός δοκιμίου του Ευάγγελου Παπανούτσου. Έτσι, η συζήτηση επικεντρώθηκε στην κατάσταση της μοναξιάς, ενός αισθήματος που δημιουργεί στον άνθρωπο εσωτερικό κενό και αίσθηση εγκατάλειψης και ανεπάρκειας. Επειδή στον σύγχρονο κόσμο αποτελεί ένα διαρκώς εντεινόμενο κοινωνικό και ψυχολογικό φαινόμενο, η συντακτική ομάδα της σχολικής εφημερίδας αποφάσισε να συντάξει το παρόν άρθρο, για να αναφερθεί στους γενεσιουργούς παράγοντες του φαινομένου και στους τρόπους με τους οποίους νέοι και ηλικιωμένοι μπορούν, από κοινού, να το αντιμετωπίσουν.

Απάντηση α' ερωτήματος: γενεσιουργοί παράγοντες της μοναξιάς:

- **Καθήλωση στις νέες τεχνολογίες:** Ο εθισμός και η εξάρτηση από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και η επιλογή του ατόμου να επικοινωνεί ψηφιακά με τον συνάνθρωπό του, όντας εγκλωβισμένος στο σπίτι, περιορίζει τις προσωπικές αλληλεπιδράσεις. Αν και δίνουν την αίσθηση ότι συνδέουν τα άτομα, τα μέσα αυτά συχνά υποκαθιστούν την ουσιαστική ανθρώπινη επαφή και οδηγούν τον χρήστη σε συναισθηματική απομόνωση.
- **Αστικοποίηση:** Η ζωή στις μεγαλουπόλεις χαρακτηρίζεται από έντονους ρυθμούς, ανωνυμία, καχυποψία και απομάκρυνση από τις παραδοσιακές κοινότητες. Οι σχέσεις που συνάπτονται στο αστικό περιβάλλον είναι επιφανειακές και ευμετάβλητες. Έτσι, ο άνθρωπος νιώθει «χαμένος μέσα στο πλήθος» και αλλοτριωμένος.
- **Ανταγωνισμός, εγωισμός και έμφαση στην προσωπική καταξίωση:** Η σύγχρονη κοινωνία προάγει την ατομική επιτυχία και τον ανταγωνισμό εις βάρος της συλλογικότητας και της αλληλεγγύης. Οι άνθρωποι εστιάζουν στην υλοποίηση των προσωπικών μόνο στόχων, παραμελώντας τις σχέσεις τους, και καταλήγουν απομονωμένοι.
- **Αλλαγή κοινωνικών προτύπων και ρόλων:** Η αποδυνάμωση των παραδοσιακών θεσμών, όπως είναι η οικογένεια, και η κρίση αξιών έχουν οδηγήσει σε μεγαλύτερη απομόνωση. Πολλοί άνθρωποι καθυστερούν ή αποφεύγουν τη δημιουργία σταθερών δεσμών, γεγονός που αυξάνει τα ποσοστά μοναξιάς.
- **Εντατικοποίηση της εργασίας και άγχος:** Τα αυξημένα ωράρια εργασίας και η συνακόλουθη πίεση αφήνουν ελάχιστο χρόνο για κοινωνικές σχέσεις. Επιπλέον, η συνεχής κόπωση, την οποία συνεπάγεται η εξαντλητική υπερωριακή απασχόληση, μειώνει την επιθυμία για κοινωνική επαφή, με συνέπεια το άτομο να παραμελεί την κοινωνική του ζωή.
- **Κοινωνικός αποκλεισμός:** Τα άτομα που χαρακτηρίζονται από κάποιο στοιχείο διαφορετικότητας και ανήκουν σε ευάλωτες κοινωνικές ομάδες βιώνουν περιθωριοποίηση. Η απόρριψη και οι προκαταλήψεις που διατυπώνονται εις βάρος τους ενισχύουν την απομόνωσή τους.
- **Ψυχικές διαταραχές:** Άτομα με άγχος, κατάθλιψη ή άλλες ψυχικές δυσκολίες αδυνατούν να συνδεθούν ουσιαστικά με τους συνανθρώπους τους. Τα αισθήματα μειονεξίας και η χαμηλή αυτοεκτίμηση τα οδηγούν σε εσωστρέφεια, που επιδεινώνει την ψυχική τους κατάσταση, καθιστώντας ανέφικτη την κοινωνικοποίησή τους. Μάλιστα, όταν τα άτομα αυτά βρεθούν αντιμέτωπα με τη διάλυση σημαντικών σχέσεων, βιώνουν βαθύ ψυχικό πόνο. Τότε δυσκολεύονται ακόμα περισσότερο να συνδεθούν με άλλους, καθώς το πένθος και η απώλεια που βιώνουν τους δημιουργούν συναισθηματική αποστασιοποίηση.

Απάντηση β' ερωτήματος: τρόποι υπέρβασης της μοναξιάς με τη συνεργασία νέων και ηλικιωμένων:

- **Απόδοση ρόλων από τους νέους στους ηλικιωμένους:** Οι νέοι μπορούν να ζητήσουν από τους ηλικιωμένους να αναλαμβάνουν ρόλους στο οικογενειακό περιβάλλον, όπως είναι η φύλαξη των παιδιών ή η συνοδεία των παιδιών σε δραστηριότητες, ώστε να νιώθουν ότι είναι ακόμη χρήσιμοι και να ενισχυθεί η αυτοπεποίθησή τους.
- **Διεξαγωγή σεμιναρίων και ημερίδων με τη συμμετοχή νέων και ηλικιωμένων:** Οι νέοι θα δώσουν έτσι την ευκαιρία στους ηλικιωμένους να τους διδάξουν και να τους βοηθήσουν να δουν τον κόσμο από άλλη οπτική γωνία και οι ηλικιωμένοι θα βοηθηθούν από τους νέους στην προσπάθειά τους να προσαρμοστούν στα δεδομένα της σύγχρονης ζωής, αποκτώντας, για παράδειγμα, ψηφιακές ή άλλες δεξιότητες.
- **Συμμετοχή νέων σε δράσεις που γίνονται σε χώρους απασχόλησης ηλικιωμένων:** Οι νέοι μπορούν να συμμετέχουν σε δραστηριότητες που διοργανώνουν τα ΚΑΠΗ. Πράγματι, στους χώρους αυτούς διεξάγονται ψυχαγωγικές δραστηριότητες και εκδρομές ή ενημερώσεις για θέματα υγείας, που συμβάλλουν στην κοινωνική και ψυχική αποκατάσταση των ηλικιωμένων. Αν οι συμμετέχοντες στις δράσεις αυτές μοιράζονται κοινές εμπειρίες, θα μειωθεί η απομόνωσή τους.
- **Δράσεις διαγενεακής εθελοντικής προσφοράς:** Νέοι και ηλικιωμένοι μπορούν να συμμετέχουν από κοινού σε εθελοντικά προγράμματα, για να βιώσουν το αίσθημα της αλληλεγγύης και να επωφεληθούν από το πνεύμα συνεργασίας. Αν δημιουργηθούν σχέσεις εμπιστοσύνης κατά τη διάρκεια των προγραμμάτων αυτών, θα περιοριστεί το αίσθημα μοναξιάς και στις δύο ηλικιακές ομάδες.
- **Αθλητικές και ψυχαγωγικές δράσεις:** Ήπιες μορφές άθλησης, όπως είναι το περπάτημα ή ο χορός, μπορούν να γίνονται διαγενεακά. Αυτή η φυσική δραστηριότητα βελτιώνει τη διάθεση και η ομαδικότητα ενισχύει τις κοινωνικές σχέσεις. Έτσι καλλιεργείται το αίσθημα του «ανήκειν» στην κοινωνία για όλα τα μέλη της.
- **Αξιοποίηση των δημόσιων χώρων για τη συνάντηση ανθρώπων όλων των ηλικιών:** Νέοι και ηλικιωμένοι μπορούν να συναντιούνται τακτικά σε πλατείες, πάρκα, βιβλιοθήκες και πνευματικά κέντρα. Εκεί μπορούν να συζητούν ή να διοργανώνουν δράσεις πνευματικού ή οικολογικού χαρακτήρα. Καθαρισμοί δημόσιων χώρων, δένδροφυτεύσεις ή δράσεις ανακύκλωσης ενώνουν τις γενιές, αφού οι άνθρωποι γνωρίζονται καλύτερα μεταξύ τους και ενισχύεται η κοινωνική συνοχή.
- **Κοινή ενασχόληση με την τεχνολογία:** Η απουσία ψηφιακών δεξιοτήτων αποτελεί «πληγή» για την τρίτη ηλικία. Εξ αυτού οι νέοι μπορούν να αναλάβουν να βοηθούν ηλικιωμένους στη χρήση των νέων τεχνολογιών, ώστε οι ηλικιωμένοι να συνδεθούν με τον σύγχρονο

κόσμο και οι νέοι να ευαισθητοποιηθούν για τα προβλήματα της τρίτης ηλικίας.

- **Λέσχες ανάγνωσης βιβλίων, όπου θα δίνεται η ευκαιρία για ανταλλαγή προβληματισμών και εξιστόρηση εμπειριών ζωής:** Σε βιβλιοπωλεία ή βιβλιοθήκες μπορούν να διοργανώνονται δράσεις φιλαναγνωσίας, στο πλαίσιο των οποίων οι ηλικιωμένοι θα αφηγούνται ιστορίες και εμπειρίες τους με αφορμή τα θέματα των βιβλίων. Από την πλευρά τους, οι νέοι θα μοιράζονται δικές τους ανησυχίες και προβληματισμούς. Κατ' αυτόν τον τρόπο, θα επιτευχθεί η βαθιά και ουσιαστική επικοινωνία των δύο γενεών και η καταπολέμηση της μοναξιάς.

Επίλογος:

Ολοκληρώνοντας την πραγμάτευση του θέματος, αξίζει να τονίσει κανείς ότι η μοναξιά αποτελεί «καρκίνωμα της κοινωνίας». Πλήττοντας εξίσου νέους και ηλικιωμένους, εξαπλώνεται και απειλεί την κοινωνία με διάλυση και τον σύγχρονο άνθρωπο με καταρράκωση. Με την αγαστή συνεργασία, όμως, νέων και ηλικιωμένων μπορεί ταχύτατα να εκριζωθεί. Τότε ο άνθρωπος θα ανακτήσει τη σύνδεση με τον συνάνθρωπο και θα βιώσει αισθήματα ευτυχίας και αυτοπραγμάτωσης.