

Κείμενο 1

Τρίτη ηλικία και θετική ψυχολογία

Το κείμενο είναι δημοσιευμένο στο ηλεκτρονικό περιοδικό Psychopedia.gr με θέματα ψυχολογίας. (προσπέλαση 28.3.2021) και είναι διασκευασμένο για τις ανάγκες της εξέτασης.

Η ψυχολογία ως επιστήμη της ανθρώπινης νόησης, του συναισθήματος και της συμπεριφοράς καλείται να αναλάβει νέο ρόλο, πέρα από τους τρόπους αντιμετώπισης και θεραπείας της ψυχικής νόσου. Καλείται να συμβάλει στην καλλιέργεια ικανοτήτων και την επιδίωξη της ψυχολογικής ευημερίας με έναν νέο κλάδο, τη Θετική Ψυχολογία, η οποία μελετά τους τομείς, στους οποίους οι άνθρωποι είναι ικανοί και αποτελεσματικοί, και καταγράφει πώς το καταφέρνουν. Τα θετικά συναισθήματα, η θετικότητα έχουν κεντρική θέση στον κλάδο της Θετικής Ψυχολογίας. [...]

Οι ηλικιωμένοι είναι ο κατεξοχήν πληθυσμός που μπορεί να απολαμβάνει αποτελεσματικά τις θετικές εμπειρίες. Απαλλαγμένοι από τις καθημερινές έννοιες και τον βιοπορισμό, έχουν όλες τις προοπτικές να ενεργοποιήσουν τη διαδικασία του «απολαμβάνειν». Τρεις είναι οι απαραίτητες προϋποθέσεις, για να μπορέσει κανείς να απολαύσει τις μικρές χαρές της ζωής. Πρώτον, να μην είναι επιβαρυσμένος με προβλήματα αυτοεκτίμησης και κοινωνικές έγνοιες. Δεύτερον, να επικεντρώνεται σε αυτό που συμβαίνει την παρούσα στιγμή. Τρίτον, να έχει έναν βαθμό αναγνώρισης των θετικών συναισθημάτων που νιώθει. Η αναπόληση των θετικών συναισθημάτων έχει εκτεταμένα μελετηθεί κυρίως στον πληθυσμό τρίτης ηλικίας με επαναλαμβανόμενα θετικά αποτελέσματα στην ενδυνάμωση της ευεξίας. Η καλή προσαρμογή του ατόμου της μεγάλης ηλικίας στις δυνατότητες και τους περιορισμούς του γήρατος είναι αυτό που αναφέρεται ως «πετυχημένα ή καλά γηρατειά».

Το γήρας συχνά φαντάζει σαν μια ανεξέλεγκτη απώλεια του εαυτού, της χαράς, των ικανοτήτων και μπορεί να ξυπνά μέσα μας εικόνες άνοιας, ασθένειας ή και κατάθλιψης. Οι απαισιόδοξες πεποιθήσεις και σκέψεις για το γήρας δυσκολεύουν έναν ενήλικα από το να το διανύσει επιτυχώς. Μια επιτυχής μετάβαση απαιτεί, κατ' αρχάς, υψηλό επίπεδο νοητικών λειτουργιών. **Προσπαθήστε, λοιπόν, να κρατάτε το μυαλό σας ενεργό μέσα από το διάβασμα, το γράψιμο, τις συζητήσεις, τη διαρκή επίλυση προβλημάτων.** Τελευταίες έρευνες αποκαλύπτουν ότι ο ανθρώπινος εγκέφαλος μπορεί να συνεχίσει να αναπτύσσεται

ακόμη και στην τρίτη ηλικία, όταν το περιβάλλον είναι βοηθητικό και πλαισιώνεται από πλούσια ερεθίσματα. Ας μην ξεχνάμε ότι είναι ιερή η συμβολή των ατόμων τρίτης ηλικίας στην οικογένεια και την κοινωνία μέσω της σοφίας που μόνο εκείνοι κατέχουν.

Κείμενο 2

Ανδρέας Καρκαβίτσας (1865-1922)

Ο ζητιάνος

Το μυθιστόρημα «Ο ζητιάνος» του Ανδρέα Καρκαβίτσα δημοσιεύτηκε πρώτη φορά στο περιοδικό Εστία το 1896. Το παρακάτω απόσπασμα είναι από το δημοσιευμένο κείμενο των εκδόσεων Νεφέλη, 1989. Διατηρήθηκε η ορθογραφία του κειμένου.

[...]

– Εγώ θα σου δώσω το σερνικοβότανο¹, είπεν αδράζοντας² την ευκαιρία ο Τζιριτόκωστας. Πιέτο, και το πρώτο που θα πιάσης θα είνε σερνικό³.

-Αμ' ετούτο; Είπε δείχνοντας την κοιλιά της με αποστροφή. Αν είνε και τούτο θηλυκό;

Ο Τζιριτόκωστας την κοιτάζε κατάματα. Έπειτα εγύρισε στη γριά Σταμάτω, που εκαθόταν στη γωνιά αμίλητη σαν ξόανο. Έπειτα έφερε περίγυρα στους γυμνούς και καπνισμένους τοίχους τα μάτια του, έως την αραχνοκαμένη σκεπή και τα εκάρφωσε τέλος στην άλληνη άκρη του σπιτιού αντίκρυ. Εκεί ήταν η θέσις που έμεναν τα ζώα του Μαγουλά, δύο βώδια καματερά και μια αγελάδα. [...] Τώρα και τα τρία ζωντανά έλειπαν μαζί με τον Μαγουλά στο χωράφι. Μόνον ένα αρνί ήταν εκεί δεμένο, του σπιτιού θρεφτάρι, μ' ένα κουδουνάκι στο λαιμό και ανακάτευε κάποτε με τα λεπτά ποδάρια του την ξερή φάκνα.

-Να είχαμε ένα νεφρό, είπεν ο οΤζιριτόκωστας αργά και σοβαρά κοιτάζοντας πάντοτε στον στάβλο. Εγώ ημπορούσα να σου πω τι παιδί έχεις μέσα στην κοιλιά σου.

-Τι νεφρό; Ερώτησεν αμέσως η Κρουστάλλω πρόσχαρη.

-Να, αρνίσιο, αν είχα ένα νεφρό, αμέσως θα σας έλεγα.

-Νεφρό αρνίσιο...ένα νεφρό αρνίσιο! Εψιθύρισεν κοιτάζοντας τη μάννα της, σαν να ήθελε να την συμβουλευθή πώς ημπορούσαν να εύρουν ένα νεφρό αρνίσιο.

-Πού να βρούμε; Είπεν, ανασηκώνοντας τους ώμους η γριά.

Και δεν είχεν άδικο. Σπανίως σφάζουν στα χωριά. Το κρέας το τρώγουν οι χωριάτες μόνον τρεις-τέσσερες φορές τον χρόνο, τη Λαμπρή, τα Χριστούγεννα και τις Αποκριές. [...]

¹Σερνικοβότανο: βοτάνι που πίστευαν πως όταν το καταναλώσει, όπως το τσάι, η γυναίκα θα γεννήσει αγόρι.

²Αδράζω: αρπάζω

³Σερνικό: αρσενικό.

ΘΕΜΑΤΑ

ΘΕΜΑ 1

1^ο υποερώτημα (μονάδες 10)

Να αποδώσεις τις απαραίτητες συνθήκες που πρέπει να ισχύουν, προκειμένου οι άνθρωποι να βιώσουν όσο γίνεται πιο ευχάριστα τα γηρατειά, σύμφωνα με το Κείμενο 1 (50-60 λέξεις).

Μονάδες 10

2^ο υποερώτημα (μονάδες 10)

Στη δεύτερη παράγραφο του Κειμένου 1 ο συγγραφέας οργανώνει τον λόγο του με αιτιολόγηση και διαίρεση. Να επιβεβαιώσεις με σχετικές αναφορές στο κείμενο την παραπάνω διαπίστωση.

Μονάδες 10

3^ο υποερώτημα (μονάδες 15)

«Προσπαθήστε, λοιπόν, να κρατάτε το μυαλό σας ενεργό μέσα από το διάβασμα, το γράψιμο, τις συζητήσεις, τη διαρκή επίλυση προβλημάτων». (3^η παράγραφος)

Ποια φαίνεται ότι είναι η πρόθεση του συγγραφέα στην παραπάνω περίοδο λόγου του Κειμένου 1 (μονάδες 3); Να εντοπίσεις δύο γλωσσικές επιλογές που δικαιολογούν την απάντησή σου (μονάδες 4) και να μετασχηματίσεις την περίοδο λόγου, ώστε το ύφος λόγου να γίνει πιο πληροφοριακό (μονάδες 8).

Μονάδες 15

ΘΕΜΑ 4 (μονάδες 15)

Να χαρακτηρίσεις με αναφορές στο Κείμενο 2 τον ζητιάνο (Τζιριτόκωστα) και την Κρουστάλλω λαμβάνοντας υπόψη τις στερεότυπες αντιλήψεις της εποχής στην οποία αναφέρεται το κείμενο. Να αναπτύξεις την απάντησή σου σε 100-150 λέξεις.

Μονάδες 15