

ΠΑΝΕΛΛΑΔΙΚΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ 2026

ΘΕΜΑΤΑ & ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

29 Μαΐου, 2026

**ΝΕΟΕΛΛΗΝΙΚΗ
ΓΛΩΣΣΑ &
ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ
Γ' ΛΥΚΕΙΟΥ**



ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ

ΩΘΗΣΗ

Αφειτηρία το μέλλον

Επιμέλεια: Ομάδα Φιλολόγων
<https://www.othisi.gr/frontistirio/>

Παρασκευή, 29 Μαΐου 2026
Γ' ΛΥΚΕΙΟΥ ΓΕΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ
ΝΕΟΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ
ΚΑΙ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ

ΚΕΙΜΕΝΑ

ΚΕΙΜΕΝΟ 1

Μια παγκόσμια 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 Λούι Σάσμαν, συγγραφέας και δημοσιογράφος με ειδίκευση σε θέματα φύλου, οικονομίας και αναπαραγωγής, σκιαγραφεί μια διάχυτη υπαρξιακή αβεβαιότητα στις τάξεις των νέων ενηλίκων. Συμβαίνει σε μια «εποχή πολυκρίσης», παρατηρεί, εν μέσω κλιματικής αλλαγής, γεωπολιτικής και οικονομικής αστάθειας, διεύθυνσης 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 στοιχεία έως αναζητήσεις στην Google- καταγράφει μια χρονική σύμπτωση της πιο πρόσφατης δημογραφικής κατάρρευσης σε πολλές χώρες με

¹ Επίρρωση: ισχυροποίηση, ενίσχυση

τη χρήση 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 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 προσδιορίζομε 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 ανάλογα 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 τις 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 καταριώνται. Ευλογημένες είναι κείνες που έχουν και τις δύο κατηγορίες πολιτών· η ιστορία χρειάζεται και τα δύο ρεύματα.

[Ε.Π.Παπανούτσος, Πρακτική Φιλοσοφία, απόσπασμα από το κεφάλαιο «Τα γερατεία», σ.σ. 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»² α το μέλλον

Ορθό – κοφτό σαν βλύσμα³ κραυγής γλάρου

Πρέπει να γυμνωθής

Κι αν στολιστής να στολιστής με αχάτη⁴.

Πρέπει να νιώσης όλες τις ηδονές που σε τραβάνε

Μα πρώτα πρέπει να ανασάνης μπροστά στον ήλιο

Κι αφού λυτρώσεις στην ψυχή σου τον οίστρο⁵ του βαρβάρου

Έβγα στο δρόμο.

Κ' εκεί,

Προ πάντων,

Μην φοβηθείς το πάτημά σου.

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

ΘΕΜΑ Α1.

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

Μονάδες 20

² «δε με μέλλει»: δεν με νοιάζει, δεν με ενδιαφέρει

³ βλύσμα: εκρηκτικός ήχος (μτφ.) (από το βλύζω: αναβλύζω, ξεπηδώ ορμητικά)

⁴ ο αχάτης: ημιπολύτιμος πολύχρωμος λίθος

⁵ ο οίστρος: κατάσταση ψυχικής και πνευματικής έξαρσης

ΛΥΣΗ

Στο **Κείμενο 1** καταγράφονται τα αίτια της υπογεννητικότητας. Παραδοσιακά αυτή αποδίδεται κυρίως στην ακρίβεια, τον φόβο της ανεργίας, το στεγαστικό πρόβλημα (εναλλακτικά: σε οικονομικούς λόγους), την ανεπάρκεια κρατικής μέριμνας αλλά και στη δυσχέρεια συνδυασμού σταδιοδρομίας και οικογένειας. Ειδικοί διαπιστώνουν διάβρωση σχέσεων με μεταβολή προτύπων και αντιλήψεων στον ψηφιακό κόσμο. Από μία ειδικό εξηγείται το φαινόμενο ως υπαρξιακό άγχος των νέων ενηλίκων σε μία «εποχή πολυκρίσης». Συμπληρωματικά, έρευνα συσχετίζει το πρόβλημα με τα ψηφιακά μέσα και τα προβαλλόμενα ωραιοποιημένα πρότυπα. Αυτά δημιουργούν ανεδαφικές προσδοκίες, που εντείνουν τη μοναξιά, τη δυσθυμία και τη διαφορά αντιλήψεων ανδρών και γυναικών.

ΘΕΜΑ Β1.

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 ήδη έχουν 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	α. συντελούν στην καλλιέργεια εξιδανικευμένων προτύπων και στην

μέσα κοινωνικής δικτύωσης συνδέονται με τη δημογραφική κρίση, επειδή	αύξηση τη 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 προσδευτικοί ανεξαρτήτως της ηλικίας τους. β. τα γηρατειά είναι πάντα συντηρητικά.

Μονάδες 15

ΛΥΣΗ

1. β
2. β
3. α
4. α
5. α

ΘΕΜΑ Β2.

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

ΛΥΣΗ

B2α. Η τρίτη παράγραφος αναπτύσσεται με τον τρόπο του **αιτίου-αποτελέσματος**. Ως **αίτιο** αποδίδεται «*η χρήση των smartphones*», που τίθεται στη θεματική περίοδο της παραγράφου («Προς επίρρωση...*smartphones*»). Στις λεπτομέρειες της παραγράφου («*Έχουν αλλάξει... πανεπιστημιακή εκπαίδευση*») αναφέρονται **τα αποτελέσματα της χρήσης των smartphones** τα οποία είναι η αλλαγή του τρόπου αλληλεπίδρασης των νέων, η καλλιέργεια εξιδανικευμένων προτύπων σχέσεων, εμφάνιση και επιτυχίας, η δημιουργία μη ρεαλιστικών προσδοκιών λόγω των οποίων αυξάνεται η μοναξιά, η κοινωνική απομόνωση και η ψυχολογική δυσφορία αλλά και η ανάδυση ιδεολογικού χάσματος μεταξύ ανδρών και γυναικών κυρίως χωρίς πανεπιστημιακή εκπαίδευση. Η συγκεκριμένη επιλογή **πείθει τον αναγνώστη/ερμηνεύει σε βάθος το ζήτημα της δημογραφικής κατάρρευσης** αποδίδοντάς το κατά ένα μέρος στη χρήση των smartphones και καθιστώντας σαφή την αιτιώδη σχέση που τις συνδέει. Έτσι, η συντάκτρια **αναδεικνύει την αρνητική επίδραση της ψηφιακής τεχνολογίας στις ανθρώπινες σχέσεις και στην έξαρση του φαινομένου της μοναξιάς. Καθίσταται, επομένως, εμφανής η σοβαρότητα του δημογραφικού ζητήματος.** Ενδεικτικές λέξεις-κλειδιά που επιβεβαιώνουν αυτόν τον τρόπο ανάπτυξης είναι τα ρήματα «έχουν αλλάξει», «καλλιεργούν», «δημιουργούν», «αυξάνουν» και οι σύνδεσμοι «ενόσω» και «έτσι».

B2β. «**Γιατί**»: εκφράζει τη νοηματική σχέση της **αιτιολόγησης**. Συγκεκριμένα, ο δοκιμιογράφος αιτιολογεί/αποδίδει το λόγο για τον οποίο η ηλικία δε συνιστά στοιχείο απόδειξης της προοδευτικότητας των νέων και της συντηρητικότητας των μεγαλύτερων. «**Λοιπόν**»: εκφράζει τη νοηματική σχέση του **συμπεράσματος**. Συγκεκριμένα, ο δοκιμιογράφος συμπεραίνει πως υφίστανται δύο διαφορετικές γενιές με χαρακτηριστικά που δε συνάδουν απαραίτητα με την ηλικία τους («*Τα δύο λοιπόν στρατόπεδα υπάρχουν*») και εύχεται και στις δύο ηλικίες να υπάρχουν προοδευτικές απόψεις.

ΘΕΜΑ Β3.

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

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

Μονάδες 10

ΛΥΣΗ

- Στο απόσπασμα «Λέγεται συνήθως...συμβιβασμούς» εντοπίζεται η χρήση του **ασύνδετου σχήματος** καθώς παρατίθενται όμοιοι συντακτικοί όροι (εν προκειμένω ρήματα). Μέσω αυτής της γλωσσικής επιλογής ο δοκιμιογράφος τονίζει το πλήθος των χαρακτηριστικών των νέων, οι οποίοι είναι ριζοσπαστικοί, επιθυμούν την πρωτοπορία, διεκδικούν λύσεις και δεν υποχωρούν («...τα νιάτα είναι επαναστατικά, αγαπούν,...,απαιτούν..., δεν δέχονται συμβιβασμούς»). Τα χαρακτηριστικά αυτά της νεότητας αποδίδονται με **ένταση, αμεσότητα, πυκνό, κοφτό λόγο και γοργό/ασθματικό τόνο**. Τέλος, ο δέκτης **φορτίζεται συναισθηματικά**.
- Με τη χρήση του **α' πληθυντικού προσώπου** («Μπορούμε...προσδιορίζομε») ο δοκιμιογράφος **ομιλεί εκ μέρους ενός ευρύτερου συνόλου** τόσο των νέων όσο και των ηλικιωμένων. **Εκφράζει με αμεσότητα και συλλογικότητα** το γεγονός πως όλοι μπορούμε να προσδιορίσουμε τα χαρακτηριστικά των γενεών. Έτσι αναπτύσσει **οικειότητα με τον αναγνώστη και γεφυρώνει τη μεταξύ τους απόσταση**.
- Με τη χρήση της **συνυποδηλωτικής/μεταφορικής** λειτουργίας της γλώσσας ο δοκιμιογράφος με **παραστατικό και ζωντανό τρόπο εικονοποιεί** την ασυγκράτητη ορμή των νέων να προοδεύουν («καλπάζουν ορμητικά προς τα εμπρός.»). Δίνει έτσι **έμφαση στη μορφή του μηνύματος, κινητοποιώντας παράλληλα τη συνειρμική σκέψη του δέκτη και τα συναισθήματά του**.

ΘΕΜΑ Γ.

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

ΛΥΣΗ

Το ποιητικό υποκείμενο καλεί τον αναγνώστη να απολαύσει τη ζωή με αγωνιστικό πνεύμα. Θαρρεί πως έφτασε η ώρα για μία ριζική αλλαγή στο πώς ο καθένας αντιμετωπίζει τη ζωή (στ. 1). Αξιοποιώντας την **προστακτική β' ενικού προσώπου** («χτύπα», «πέταξε») προτρέπει τον αναγνώστη να αποβάλει με αποφασιστικότητα («καταγής») τη θλίψη και να εγκαταλείψει τη στεναχώρια που πιθανόν πηγάζει από ανεκπλήρωτες επιθυμίες (στ. 2-3). Μια τέτοια επιλογή, όμως, δεν είναι εύκολη. Και αυτό γιατί η κατάκτηση της χαράς προϋποθέτει προσπάθεια κι αγώνα (στ.4). Ο άνθρωπος οφείλει να επιδιώκει αυτή τη χαρά, αφήνοντας πίσω του αρνητικά συναισθήματα, όποια κι αν είναι η αιτία τους (στ. 6). Τώρα είναι η στιγμή να επιλέξει χωρίς ενδοιασμούς (χαρακτηριστική η **παρομοίωση** «σαν βλύσμα κραυγής γλάρου») την αδιαφορία για ό, τι τον πικραίνει (στ. 7-8). Επιπλέον, το ποιητικό υποκείμενο παρακινεί τον αναγνώστη «να γυμνωθεί» (στ. 9): να εγκαταλείψει τον παλιό του εαυτό, την πρότερη στάση ζωής και να «στολιστεί με αχάτη», να ζήσει με αισιοδοξία, αναγνωρίζοντας την αξία του εαυτού του, κάτι που γλαφυρά αναδεικνύει η **μεταφορά** του συγκεκριμένου στίχου (στ. 10). Κάλεσμα αποτελεί, ακόμη, και η απόλαυση της ζωής δίχως ενοχές, αφού πρώτα ο άνθρωπος απελευθερωθεί και την ατενίσει με αισιοδοξία (στ. 11-12). Κι αφού αποδεχθεί και συμφιλιωθεί με την πρωτογενή ορμή που κρύβει μέσα του (στ. 13), το ποιητικό υποκείμενο παροτρύνει τον αναγνώστη να ξεκινήσει μια πορεία (στ. 14) που καταφάσκει τη ζωή χωρίς φόβο, με τόλμη και πίστη στο κάθε του βήμα (στ. 17).

Προσωπικά, θα απαντούσα θετικά στο κάλεσμα του ποιητικού υποκειμένου. Ως νέος/α έχω νιώσει στιγμές θλίψης και πικρία από αρνητικές κριτικές του περιβάλλοντός μου. Γι' αυτό ο λόγος του ποιητή συνιστά για εμένα πολύτιμο οδοδείκτη, ώστε με εξωστρέφεια, αυτοπεποίθηση και τόλμη να απολαύσω τις χαρές της ζωής.

Κειμενικοί δείκτες (εναλλακτικά):

- **επανάληψη του απρόσωπου ρήματος:** «πρέπει» (δεοντική τροπικότητα»)
- **αντίθεση:** «όχι να πίνεις ξύδι – Τώρα σου πρέπει μέλι»
- **μεταφορές:** «Χτύπα τη θλίψη καταγής», «Πρέπει να γυμνωθής»
- **εικόνα:** «να στολιστής με αχάτη», «να ανασάνης μπροστά στον ήλιο»

ΘΕΜΑ 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 των δύο γενεών.

Μονάδες 30

ΛΥΣΗ

Τίτλος 1: Χτίζοντας γέφυρες επικοινωνίας.../

Τίτλος 2: Η μοναξιά δεν γνωρίζει ηλικία!

Πρόλογος

Καθημερινά γνωρίζουμε - και απολαμβάνουμε - όλο και περισσότερες εφαρμογές του ψηφιακού κόσμου που μειώνουν τις χωροχρονικές αποστάσεις και μας εξασφαλίζουν απρόσκοπτη επικοινωνία. Ωστόσο, η μοναξιά αποκτά πλέον διαστάσεις παγκόσμιας επιδημίας και παύει να αφορά συγκεκριμένες μόνο ηλικιακές ομάδες. Χρειάζεται, λοιπόν, να αναρωτηθούμε για το πώς έχουμε οδηγηθεί σ' αυτό το αδιέξοδο αλλά και για το πώς η γενιά η δική μας και αυτή των ηλικιωμένων μπορούμε να αμβλύνουμε το πρόβλημα της μοναξιάς.

Κ. Μέρος

1^η Νοηματική Ενότητα:**Θ.Π.1 Αίτια της αυξανόμενης μοναξιάς**

- η **εξάπλωση της χρήσης κινητών και της πρόσβασης στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης** → εγκλωβισμός σε μία ψευδαίσθηση επικοινωνίας, επιλογή μορφών ψυχαγωγίας που ευνοούν την εσωστρέφεια και τη μοναχικότητα αντί της φυσικής ανθρώπινης επαφής. Στην ίδια κατεύθυνση τα **νόθα πρότυπα** που κυριαρχούν στα κοινωνικά δίκτυα (πρότυπα σχέσεων, εμφάνισης, τρόπου ζωής) συντηρούν μια εξωπραγματική εικόνα για το πώς πρέπει να λειτουργούν οι άνθρωποι στις σχέσεις τους → χαμηλή αυτοεκτίμηση, άγχος και δυσφορία λόγω της σύγκρισης με αυτά τα πρότυπα → αποθάρρυνση από τη σύναψη σχέσεων.

Τέλος, στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης αναπαράγονται ισοπεδωτικά στερεότυπα για τις ηλικιακές ομάδες, για τα φύλα, για την επαγγελματική και κοινωνική «επιτυχία» και αυτά τα στερεότυπα διογκώνουν το χάσμα στις διαπροσωπικές σχέσεις.

- **οι πιεστικοί ρυθμοί ζωής**, οι συνθήκες ζωής στις μεγαλουπόλεις, οι σχέσεις που χαρακτηρίζονται από **καχυποψία, η ανωνυμία - το ετερόκλιτο πλήθος** των πόλεων, **η ανασφάλεια και ο φόβος** που προκαλούν οι υψηλοί δείκτες εγκληματικότητας αποτρέπουν από τη σύναψη ουσιαστικών διαπροσωπικών σχέσεων.
- **Η οικονομική κρίση, τα βιοποριστικά προβλήματα, η εργασιακή αβεβαιότητα, το ανταγωνιστικό περιβάλλον εργασίας** είναι συνθήκες που επιβαρύνουν ψυχολογικά το άτομο και δυσχεραίνουν την ουσιαστική επικοινωνία του με τους άλλους.
- **Ο ατομικισμός και η ιδιοτέλεια** αντί της αλληλεγγύης και της ενσυναίσθησης όπως και **η αναγωγή της υπερκατανάλωσης / υλικών αγαθών σε αυτοσκοπό** παράγουν ανθρώπους αδιάφορους και κυνικούς που δεν πιστεύουν στην αξία των σχέσεων ή που τις αντιμετωπίζουν ωφελμιστικά.
- **Το ρευστό παγκόσμιο γεωπολιτικό περιβάλλον** (πόλεμοι, ενεργειακή κρίση) σε συνδυασμό με την **κλιματική κρίση**, διογκώνουν τον φόβο για το μέλλον/ την υπαρξιακή αβεβαιότητα → αναστέλλεται η διάθεση για επικοινωνία και για δημιουργία γόνιμων σχέσεων.

2^η Νοηματική Ενότητα:

Θ.Π.2 Τρόποι συνεργασίας νέων και ηλικιωμένων για την αντιμετώπιση της μοναξιάς

- Μέσω της **οικογένειας: συστηματική επαφή με τους ηλικιωμένους του συγγενικού μας περιβάλλοντος** (σε ονομαστικές γιορτές και γενέθλια, σε μεγάλες θρησκευτικές γιορτές καθώς επίσης και συμμετοχή των δύο γενεών σε καθημερινές δραστηριότητες της οικογένειας όπως προετοιμασία φαγητού και λοιπές οικιακές εργασίες) ώστε να **αντλούμε διδάγματα και εμπειρίες από τις προσωπικές τους ιστορίες- αφηγήσεις αλλά και να μας δίνεται η ευκαιρία να μοιραστούμε μαζί τους τις δικές μας ανησυχίες** χωρίς τη στερεοτυπική αντίληψη ότι είμαστε «απλησίαστοι κόσμοι» ή ότι οι συμβουλές τους είναι περιττές και παρωχημένες.
- Μέσω του **σχολείου: προγράμματα συνεργασίας της σχολικής κοινότητας με δομές φιλοξενίας ηλικιωμένων και με συλλόγους πολιτιστικούς ή εθελοντικούς** ώστε να αναπτύξουμε κοινές δράσεις με περιβαλλοντικό ή

λαογραφικό χαρακτήρα (π.χ. παραδοσιακοί χοροί, μουσική, γαστρονομία) που θα μας φέρουν πιο κοντά ως γενιές και θα αποτελέσουν δίαυλο επικοινωνίας.

- Μέσω της τοπικής αυτοδιοίκησης και άλλων αρμοδίων υπηρεσιών: προώθηση προγραμμάτων ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης των γενεών για το πρόβλημα της μοναξιάς και τρόπων υπέρβασής της, όπως και προγραμμάτων εθελοντισμού για τους μοναχικούς ηλικιωμένους. Στο ίδιο πλαίσιο χρειάζεται να διευρύνονται προγράμματα απόκτησης ψηφιακών δεξιοτήτων για την Τρίτη ηλικία προς περιορισμό του ψηφιακού χάσματος και της κοινωνικής απομόνωσης.

Επίλογος

Ως τελική διαπίστωση θα μπορούσαμε να τονίσουμε την ανάγκη υπέρβασης της προκατάληψης πως η εξέλιξη χρειάζεται μόνο εμάς τους νέους. Αντιθέτως, τόσο η γενιά μας όσο και η γενιά των ηλικιωμένων μπορούμε να είμαστε τα «δύο ρεύματα» που διαμορφώνουν συνθήκες προόδου, κάτι που όμως προϋποθέτει πάνω απ' όλα την ουσιαστική επικοινωνία των γενεών ως αντίδοτο στη μοναξιά.

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

- ✚ Τα θέματα παρουσιάζουν ιδιαίτερο ενδιαφέρον και βιωματικότητα.
- ✚ Το θέμα Α κρίνεται απαιτητικό λόγω του πλήθους των νοημάτων του κειμένου 1.
- ✚ Οι ασκήσεις του Β θέματος καλύπτουν σημαντικό εύρος της εξεταζόμενης ύλης.
- ✚ Το λογοτεχνικό κείμενο κρίνεται απαιτητικό στην ερμηνεία του.
- ✚ Η παραγωγή λόγου, ως προς το α' ζητούμενο, βασίζεται σε πληροφορίες που μπορούν να αντλήσουν οι μαθητές από τα κείμενα αναφοράς και σε διαθεματική προσέγγιση, ενώ ως προς το β' ζητούμενο απαιτεί την αξιοποίηση της προσωπικής τους εμπειρίας και της αιτιολογημένης παρουσίας της.

Καλή επιτυχία!



ΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΟ

ΩΘΗΣΗ

Αφειρηρία το μέλλον