



## Θέμα 30058 τράπεζα θεμάτων Γ Λυκείου

### «Ο χρόνος»

Ο **χρόνος** είναι μία συνηθισμένη έννοια, παρόλα αυτά δύσκολα μπορούμε να τον ορίσουμε.

Κανένας μας δεν μπορεί να απαντήσει στο ερώτημα τι είναι χρόνος. Απλά, έχουμε διαμορφώσει ένα κανονιστικό πλαίσιο που περιλαμβάνει κάποιου είδους μέτρησης του χρόνου και παράλληλα ρυθμίζουμε τη ζωή μας και τον πολιτισμό μας με αυτό το ρυθμιστικό πλαίσιο. Ο χρόνος είναι συνυφασμένος με τον χώρο. Μία και ενιαία ενότητα είναι ο χωροχρόνος, αλλά δεν μπορούμε να κατακτήσουμε αυτή την ενότητα, γιατί απολυτοποιούμε τον χρόνο ενώ αυτός είναι απόλυτα σχετικός. Ακόμα και η έννοια του παρόντος χρόνου έχει νόημα και αξία μόνο στη γήινη κλίμακα μας.

**Ελεύθερος χρόνος** είναι ο χρόνος που έχουμε στη διάθεση μας ανεξάρτητα από το ωράριο της εργασίας και τον οποίο μπορούμε να τον χρησιμοποιήσουμε, όπως θέλουμε.

**Ο σύγχρονος άνθρωπος** πιέζεται πάρα πολύ από το χρόνο καθώς:

- Οι εργαζόμενοι υπέρ εργάζονται για να μπορέσουν να ανταπεξέλθουν στις δύσκολες και απαιτητικές βιοτικές συνθήκες της σύγχρονης εποχής παρόλο που το ωράριο της εργασίας έχει μειωθεί σε σχέση με προηγούμενες εποχές.
- Στην καθημερινή ζωή, κυρίως στις μεγαλουπόλεις οι άνθρωποι αναλώνουν τον χρόνο τους περιμένοντας μέσα στην κίνηση που υπάρχει στους δρόμους ενώ αναγκάζονται να αυξήσουν τους ρυθμούς τους προκειμένου να προλάβουν όλες τους τις υποχρεώσεις. Αυτή η αντίφαση τους προκαλεί άγχος και άλλες ψυχικές διαταραχές.
- Οι μαθητές είναι συνήθως πολύ φορτωμένοι με σχολικές υποχρεώσεις, με πολλές ώρες φροντιστηρίων είτε για τις ξένες γλώσσες είτε για τα σχολικά μαθήματα. Αυτό συμβαίνει κυρίως στη χώρα μας, αφού το ελληνικό εκπαιδευτικό σύστημα δεν μπορεί να παρέχει τις απαραίτητες γνώσεις μέσα στο πλαίσιο του σχολικού ωραρίου.
- Οι γυναίκες και ειδικά οι εργαζόμενες μητέρες έχουν πολύ λίγο ελεύθερο χρόνο, γιατί εξακολουθούν να είναι φορτωμένες με πολλές και διαφορετικού είδους υποχρεώσεις, καθώς παρά τη θεσμοθετημένη ισοτιμία των φύλων, είναι ακόμα «αιχμάλωτες» στους παραδοσιακούς τους ρόλους ως σύντροφοι, σύζυγοι, μητέρες και νοικοκυρές.

**Όμως ο χρόνος** ο αφιερωμένος πέρα από τις οποιοσδήποτε υποχρεώσεις είναι **απαραίτητος για κάθε άνθρωπο**, ώστε να τον διαθέτει όπως τον ευχαριστεί με την προϋπόθεση να μην προβαίνει σε ασχολίες που βλάπτουν τον ίδιο /την ίδια, τον συνάνθρωπο ή το περιβάλλον, διότι :

- Μπορεί να βρει ευκαιρία για σωματική ,ψυχική ηρεμία, να αποβάλει το άγχος ή τα δυσάρεστα ψυχικά συναισθήματα που μπορεί να τον/την ταλανίζουν.
- Να εξασφαλίσει χρόνο για την ανάπτυξη συναισθηματικών δεσμών με την οικογένεια και τα μέλη της ή με φίλους, να συζητήσουν για προβλήματα, ιδέες, για στόχους και έτσι να υπάρξει αληθινή ψυχική επαφή.
- Ακόμη στον διαθέσιμο χρόνο του ο άνθρωπος μπορεί να διαβάσει βιβλία, να δει θεατρικές παραστάσεις, να παρευρεθεί σε συναυλίες ,να ασχοληθεί με τη μουσική, με τον αθλητισμό, με τη φύση, με τον εθελοντισμό, με τα κοινά.
- Ειδικά τα παιδιά και οι έφηβοι χρειάζονται διαθέσιμο χρόνο για ανεμελιά, ξεκούραση, παιχνίδι, για επαφή με συνομηλίκους τους, για ονειροπόληση και για να επανακτήσουν τις δυνάμεις τους ι παράλληλα διαμορφώνουν την προσωπικότητά τους αποκτώντας βιώματα από την πραγματική ζωή. Αρκεί να μην σπαταλούν τον χρόνο αυτό σε παθητικές μορφές διασκέδασης, όπως στα ηλεκτρονικά παιχνίδια και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

#### **Συνεπώς;**

- Ας αποφεύγεται η υπέρμετρη κατανάλωση αγαθών που στερεί χρόνο και οδηγεί σε ψευδαίσθηση ελευθερίας και επίπλαστη ευδαιμονία.
- :- Το άτομο χρειάζεται να ιεραρχήσει τις ανάγκες του προκειμένου να μη γίνεται θύμα των καταναλωτικών αναγκών του και να μη διαθέτει όλο του το χρόνο στην εργασία προκειμένου να αποκτά όλο και περισσότερα. Η εργασία είναι ευλογία, αλλά ας εργαζόμαστε για το ευ ζην και όχι να ζούμε, για να εργαζόμαστε.
- Το εκπαιδευτικό σύστημα να γίνει πιο ανθρώπινο να αφήνει ελεύθερο χρόνο στα παιδιά και στους εφήβους και κυρίως τα νεαρά άτομα να μάθουν να αξιοποιούν προς όφελός τους το διαθέσιμο χρόνο.
- Η πολιτεία οφείλει να εξασφαλίσει όλες τις προϋποθέσεις για διαθέσιμο εκτός υποχρεώσεων χρόνο, αφενός με καλύτερες συνθήκες εργασίας, λογικά ωράρια, αξιοπρεπείς αποδοχές, περισσότερες άδειες μετ' αποδοχών και αφετέρου με υποδομές για δημιουργική αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου, όπως βιβλιοθήκες, αθλητικές εγκαταστάσεις, συναυλιακούς χώρους, θέατρα για όλους τους ανθρώπους και για όλες τις ηλικίες
- Μία κοινωνία σέβεται τον πολίτη όχι μόνο όταν του εξασφαλίζει εργασία, αλλά και όταν του παρέχει ι τον χρόνο και τις προϋποθέσεις, ώστε να απολαύσει αυτά που αποκτά με την εργασία του. Έτσι, ίσως να υπάρξει πιθανότητα για καλή ποιότητα ζωής με κέντρο και μέτρο τον άνθρωπο.

Ας αναλογιστούμε ότι **η έμβια ζωή είναι πεπερασμένη** και καλό είναι να θυμόμαστε ότι : **«Μια αστραπή η ζωή μας.. μα προλαβαίνουμε».**

*Νίκος Καζαντζάκης*