

Κείμενο 1

Το άγχος των σχολικών εξετάσεων

Γράφει στο efiveia.gr η Ψυχολόγος, MSc Εγκληματολογίας Κωνσταντίνα Καστελιώτη, συνεργάτης του Κέντρου Λόγου, Γραφής & Συμπεριφοράς ΛΟΓΟ-ΤΕΧΝΙΑ, 12.6.2018, <https://efiveia.gr>.

Η σχολική επίδοση είναι ένα ζήτημα που απασχολεί συχνά τόσο τους έφηβους μαθητές όσο και τους γονείς τους. Το άγχος για τη βαθμολογία συνήθως εντείνεται σε περιόδους εξετάσεων, ιδιαίτερα όταν πρόκειται για τις Πανελλήνιες εξετάσεις οι οποίες πολλές φορές συνδέονται με την μελλοντική επαγγελματική εξειδίκευση του εφήβου.

Το άγχος έχει, τις περισσότερες φορές, αρνητική χροιά όμως δεν αποτελεί εξ ορισμού πρόβλημα. Μπορεί, δηλαδή, να λειτουργήσει καταλυτικά, ώστε να βάλουμε προτεραιότητες, να οργανώσουμε και τελικά να επιτύχουμε τους στόχους που μας ενδιαφέρουν, αλλά που ίσως τους αναβάλλουμε για καιρό.

Από την άλλη πλευρά, το άγχος δεν είναι πια παραγωγικό, όταν είναι τόσο έντονο που δυσκολευόμαστε να το διαχειριστούμε. Στην περίπτωση των μαθητών, το άγχος δε βοηθάει, όταν συνδέεται με αρνητικές σκέψεις. Έτσι, το διάβασμα μπορεί να είναι λιγότερο αποδοτικό, όταν ο μαθητής σκέφτεται πως δε μπορεί να απομνημονεύσει τίποτα ή ότι θα αποτύχει ούτως ή άλλως. Ακόμα περισσότερο, την ώρα των εξετάσεων, το άγχος μπορεί να είναι τόσο αυξημένο που ο μαθητής να νομίζει ότι αδυνατεί να θυμηθεί έστω και το παραμικρό από αυτά που έχει μελετήσει. Δεν είναι λίγες οι φορές, άλλωστε, που το άγχος εκδηλώνεται μέσα από σωματικά συμπτώματα, όπως πονοκεφάλους, κοιλιακούς πόνους, δύσπνοια κτλ.

Οι γονείς μπορούν να βοηθήσουν το παιδί τους σε μια τόσο αγχογόνα περίοδο τηρώντας, καταρχήν, οι ίδιοι μια ψύχραιμη και υποστηρικτική στάση. Είναι χρήσιμο να συνειδητοποιήσουν οι γονείς τις δικές τους προσδοκίες. Κατά πόσο οι προσδοκίες αυτές συνάδουν με την επιθυμία, αλλά και την προετοιμασία του μαθητή; Είναι ξεκάθαρο για τον έφηβο ότι θα έχει την αποδοχή, τον σεβασμό και την εκτίμηση των γονέων του γι αυτό που είναι ως άνθρωπος, ανεξαρτήτως της επιτυχίας του ως μαθητής; Επίσης, είναι βοηθητικό να

εστιάζουμε στην προσπάθεια αντί για το αποτέλεσμα. Έτσι, ακόμα κι όταν ένα μάθημα δεν πάει καλά, η προσπάθεια συνεχίζεται και ολοκληρώνεται μόνο στο τέλος των εξετάσεων.

Το ήρεμο περιβάλλον, η σωστή διατροφή, ο καλός ύπνος, όπως και τα συχνά διαλείμματα από το διάβασμα είναι παράγοντες που διευκολύνουν τον έφηβο κατά την απαιτητική περίοδο των εξετάσεων.

Κείμενο 2

ΧΩΡΙΣΜΟΣ

Απόσπασμα από το ομώνυμο διήγημα της Ειρήνης Α. Δενδρινού, Τα Διηγήματα, Νεοελληνική Βιβλιοθήκη, Ίδρυμα Κώστα και Ελένης Ουράνη, Αθήνα: 2014.

Εγύριζεν αργά, πολύ αργά το βράδυ από το χωράφι, που είχε δουλέψει όλη μέρα, πολύ συλλογισμένη και με βήμα σιγανό, μη προσέχοντας εις το μαύρο σκοτάδι, που είχε ξαπλωθεί ολόγυρά της.

Είχε περάσει τα σαράντα χρόνια και η όψη της, η μαραμμένη από τις πίκρες και την κακοπέραση έδειχνε που θα 'χε τα πενήντα και καλά βαρημένα. Έμεινε χήρα εικοσιεφτά χρόνων και δεν ηθέλησε να ξαναπαντρευθεί, αφοσιώθηκε μ' όλη την καρδιά της στο παιδί της.

«Αυτό να μου ζήσει», είπε μέσα της, «να μου μεγαλώσει, να το ιδώ, όπως επιθυμεί η καρδιά μου, και τι θέλω άλλα χέρια να μου δουλεύουνε; Φθάνουνε τα δικά μου».

Κ' εξενοδούλευεν.

Το παιδί της ήτανε για κείνη μάτια και φως. Τώρα είναι παλληκάρι, δουλεύει και κείνο· τέσσερα χέρια, ατίμητος θησαυρός για το φτωχό χωριό, που θέλει δουλειά και δουλειά. Γιατί λοιπόν απόψε να 'ναι τόσο συλλογισμένη; Γιατί ενυκτώθηκε τέτοιαν ώρα στην κακοστρατιά;

Κάτι αιστάνεται να της πλακώνει την καρδιά, της φαίνεται πως απόψε το μαύρο εκείνο σκοτάδι είναι προμήνυμα μιας μεγάλης συμφοράς. Άκουσε και κάτου τους δουλευτάδες να μιλούνε, να λένε που όλη η Ελλάδα θα πολεμήσει και που πολύ αίμα εφέτος θα χυθεί στα σύνορα. Όλους θα τους κράξουν κι όλοι θα πάνε να πολεμήσουνε· ως τα τώρα, δυό ηλικίες...

Και το παιδί της είναι εικοσιτριών χρονώ, θα της το πάρουν, να το ρίξουν στη φωτιά του πολέμου; Ίσως και να της το σκοτώσουν! Και οι θυσίες της, κ' οι αγρυπνίες της στο πλευρό του, όταν το νανούριζε μωρό παιδί, κ' η πριν της ώρας μαραμένη όψη της για κείνο, και τα χέρια της τα ηλιοψημένα, που δουλέψανε για να το αναστήσουν, για να το ιδούνε παλληκάρι;

ΘΕΜΑΤΑ

ΘΕΜΑ 1 (μονάδες 35)

1^ο υποερώτημα (μονάδες 10)

Ποιοι παράγοντες, σύμφωνα με το Κείμενο 1, βοηθούν τον μαθητή στην απαιτητική περίοδο των εξετάσεων, για να αντιμετωπίσει το άγχος του; Να τους εκθέσεις σε 60 περίπου λέξεις.

Μονάδες 10

2^ο υποερώτημα (μονάδες 10)

Να περιγράψεις με συντομία τον τρόπο με τον οποίο γλωσσικά και νοηματικά επιτυγχάνεται η σύνδεση των νοημάτων των παραγράφων 2 και 3 του Κειμένου 1.

Μονάδες 10

3^ο υποερώτημα (μονάδες 15)

α. Σε αρκετά σημεία του Κειμένου 1 η συντάκτριά του πιθανολογεί, δεν εκφράζει δηλαδή τις θέσεις της με βεβαιότητα. Να βρεις δύο τέτοια σημεία (μονάδες 4) και να δικαιολογήσεις αυτή την επιλογή (μονάδες 6)

β. Στη 2^η παράγραφο η συγγραφέας χρησιμοποιεί κυρίως το πρώτο πληθυντικό ρηματικό πρόσωπο. Ποια η σκοπιμότητα αυτής της επιλογής, κατά τη γνώμη σου (μονάδες 5);

Μονάδες 15

ΘΕΜΑ 4 (μονάδες 15)

Πώς ερμηνεύεις τη συναισθηματική κατάσταση της γυναίκας που πρωταγωνιστεί στην αφήγηση στο Κείμενο 2; Τη θεωρείς δικαιολογημένη ή όχι και γιατί, σύμφωνα με στοιχεία που δίνει η αφήγηση; Η απάντησή σου να εκτείνεται σε 120 λέξεις.

Μονάδες 15