

ΓΙΑΤΙ ΠΑΡΑΤΗΡΕΙΤΑΙ ΣΤΗΝ ΕΠΟΧΗ ΜΑΣ ΕΛΛΕΙΜΜΑ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ

Καθώς ζούμε σε υσιωνίες ανταγωνιστικές ταυτίζουμε την ευτυχία με την πετυχημένη επαγγελματική σταδιοδρομία, με τις ικανοποιή-
τιες χρηματικές απολαβές και την κοινωνική καταξίωση, προβαί-
νοντας έτσι σε εσφαλμένη ιεράρχηση αξιών. Γι' αυτό βλάπτει όλα,
εικόνα που θα μας φέρουν σε ισορροπία με τον εαυτό μας αλλά
και με το περιβάλλον μας. Την ανάπαυση, την πραγματική ψυχα-
γωγία που μπορούμε ν' αναζητήσουμε κατά τη διάρκεια του ελεύθε-
ρου χρόνου μας.

Πολλές φορές, άλλωστε, η έλλειψη οργάνωσης και προγραμματισμού,
η προχειρότητα που μας διαπρίνει στη δουλειά μας ή στην προσωπική
μας ζωή ελαχιστοποιεί τον ελεύθερο χρόνο μας, καθώς αναλώνουμε α-
έκοπτα.

Ταυτόχρονα έχουν πολλαπλασιαστεί στην εποχή μας οι υσιωνιές
και οι υποχρεώσεις. Η γυναίκα για παράδειγμα πρέπει
υποχρεωτικά ν' ανταποκρίνεται με επιτυχία σε πολλαπλούς ρόλους που
ελαχιστοποιούν τον ελεύθερο χρόνο της. Είναι μητέρα, νοικοκυρά, εύ-
χυος, εργαζόμενη. Εμείς, επίσης, από πολύ μικρή ηλικία ετούς από τις
ενοχολογίες μας υποχρεώσεις, έχουμε πληθός εγωχολικών δραστηριο-
τήτων - που πολλές φορές φορές είναι και επιλογές των γονέων μας
και όχι δικές μας - που εφανεμίζουν τον ελεύθερο χρόνο μας.

Τέλος, η μηχανιστική των αστικών κέντρων έχει αυξήσει δραματικά τον
αριθμό των "χαμένων" ωρών, τόσο εξαιτίας της μεγάλης απόστασης
μεταξύ έπιτιου και εργασίας όσο και της κυκλοφοριακής συμφόρη-
σης και της δυσχετηνότητας των ευμοιωνιών. Εξάλλου ζούμε ε'
ένα κόσμο που συνεχώς αλλάζει, γεγονός που συμβαίνει κοντά η μα-
κριά από μας που επιρραδίζουν άμεσα ή έμμεσα τη ζωή μας. Η
ενημέρωση όμως πάνω ε' αυτά απαιτεί πολύ χρόνο καθώς οι πλητές
πληροφόρησης είναι πολλές και οι σχέτιες πληροφορίες από τα ΜΜΕ
είναι καταπληκτικές και αλλοιωμένες.

ΓΙΑΤΙ ΟΙ ΝΕΟΙ ΔΕΝ ΑΞΙΟΠΟΙΟΥΝ ΤΟΝ ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΧΡΟΝΟ ΤΟΥΣ

Βασικό αίτιο είναι το έλλειμμα παιδείας που διαπρίνει μερίδα νέων.
Την ευθύνη γ' αυτό έχει κυρίως η εκπαίδευση. Καθώς είναι συνδέδε-
μένη με τις πανελλήνιες εξετάσεις οι περισσότεροι νέοι αδιαφορούν
για τα ανθρωπιστικά μαθήματα όπως η λογοτεχνία, η Ιστορία, η
Τέχνη που τους βοηθούν να ερμολογούν τον ελεύθερο χρόνο ως αξία
και τους προανατολίζουν σε γνήσιες μορφές ψυχαγωγίας με τις
οποίες μπορούν να ερδών σε επαφή κατά τη διάρκεια του ελεύθε-
ρου χρόνου τους. Εξάλλου, προωθεί τον άχρονο εγωχολογικό και
τη βίαια απομνημόνευση και δεν διαμορφώνει κριτικά ευεπτό-
μενα ανθρώπους που θα αποφύγουν ενείδητα στη ζωή τους γο-
χουτόνες δραστηριότητες.

Τα ΜΗΕ, από την άλλη, προβάλλουν αρνητικά πρότυπα γυμναστικής και έτελη θεάματα όπως τα ριάλιτι βόου - απομακρύνοντας πολλούς νέους από την αθλητική γυμναστική. Μάλιστα, καθώς προβάλλουν ως πρότυπο προς μίμηση τον τρόπο ζωής προσημμένων δυτικών χωρών, υαθίσταν πολλούς νέους επιρρεπείς σε ξένιες επιδράσεις. Το αποτέλεσμα είναι οι γυμναστικές τους επιλογές να είναι περιορισμένες και ανώστες όπως η ανατάταστική διαδυέδαα σε νυχτέρινα κέντρα.

Ο τρόπος γυμναστικής κατά τη διάρκεια του ελεύθερου χρόνου μας εξαρτάται από τις δυνατότητες που μας παρέχει ο τόπος που ζούμε. Όταν η πολιτεία δεν εξασφαλίζει τις απαραίτητες υποδομές όπως αθλητικές εγκαταστάσεις, οργανωμένες βιβλιοθήκες, περιβαλλοντικά πάρκα, όταν η δράση μορφωτικών και πολιτιστικών συλλόγων που μπορούν να μας φέρουν σε επαφή με στοιχεία τα παραδοσιακά μας πολιτισμικά ή με διάφορες μορφές τέχνης είναι περιορισμένη ως απαραιτή, όταν οι εντατικοί ρυθμοί ζωής που βιώνουμε στα αστικά κέντρα δεν παρέχουν ελεύθερο χρόνο για γυμναστική, ούτε ευνοεί την ανάπτυξη συνιστικών σχέσεων, τότε -αλήθεια! - πως μπορούμε ν' αξιοποιήσουμε τον ελεύθερο χρόνο μας;

ΓΙΑΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΧΟΥΜΕ ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΧΡΟΝΟ; ΓΙΑΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΞΙΟΠΟΙΟΥΜΕ ΤΟΝ ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΧΡΟΝΟ ΜΑΣ;

Ο ελεύθερος χρόνος μας εξασφαλίζει την ανάπαυλα από την κόπωση και το άγχος που μας δημιουργούν οι καθημερινές πολλαπλές μας υποχρεώσεις. Ανανέωνοντας τις σωματικές, πνευματικές, ψυχικές δυνάμεις, μας μπορούμε με ευφρόσυνη διάθεση να επανέλθουμε στο απαιτητικό ημερήσιο πρόγραμμά μας. Ταυτόχρονα, έχουμε το χρόνο να χωρίσουμε τον εαυτό μας και να τον βελτιώσουμε, να πληρώσουμε τις αρετές και τα προτερήματα μας αλλά και περιορίζοντας ή εξαλείφοντας αδυναμίες, ελαττώματα, πάθη μας.

Παράλληλα μορφωνόμαστε περισσότερο καθώς ερχόμαστε σ' επαφή με πολιτιστικά αγαθά όπως το ποιοτικό βιβλίο και την τέχνη - παρανολαδώντας θεατρικές παραστάσεις και κινηματογραφικές ταινίες, επισκεπτόμενοι ευδέσεις, ζωγραφικής, γλυπτικής, μουσεία, περιηγούμενοι αρχαιολογικούς χώρους - ή πραγματοποιώντας ταξίδια που εμμελίζουν τις παραστάσεις μας καθώς χωρίζουμε όχι μόνο το φυσικό κάλλος ενός τόπου αλλά και τον πολιτισμό του, την καθητέα και τον τρόπο ζωής άλλων ανθρώπων.

ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Κατά τη διάρκεια του ελεύθερου χρόνου τους οι άνθρωποι μπορούν να έλθουν σε επαφή με τους συνανθρώπους τους από τον οποίον έχων αποφευθεί. Αιταλλάσσω απόψεις, εκφράζουν συναισθήματα, καλύπτοντας την έμφυτη τάση τους για κοινωνικότητα. Η αλληλεγγύη, η αλληλοκατανόηση και ο αλληλοσεβασμός, αρεί τυχόν προκαταλήψεις και συνετέλ στη διαμόρφωση φιλικών σχέσεων αλλά και στην ανάπτυξη αρετών όπως η συνεργατικότητα και η αλληλεγγύη που είναι απαραίτητες για την επίλυση κοινών προβλημάτων και την επίτευξη συλλογικών στόχων.

Τέλος, οι άνθρωποι έχοντας ελεύθερο χρόνο απολαμβάνουν πολιτική. 3
Ενημέρωση από την ποιότητα της οποίας εξαρτάται η συμμετοχή
τους ή όχι στα κοινά. Ταυτόχρονα μπορούν να αναπτύξουν εθελοντι-
κή δραστηριότητα ως μέλη ανθρωπιστικών οργανώσεων, φιλανθρωπικών
ελλήνων, εθελοντικών ομάδων, πιέζοντας κυβερνήσεις να επιδείξουν
πολιτική βούληση για την επίλυση μεγάλων προβλημάτων ή εθελ-
όντας κυβερνήσεις που τα μέτρα που λαμβάνουν είναι ελλιπή και α-
νεπαρκή.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ: Ο ελεύθερος χρόνος εξασφαλίζει στον άνθρωπο
ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ καθώς του δίνει τη δυνατότητα να αποκτήσει αρμο-
νική και ισορροπημένη σχέση με τον εαυτό του, το κοινωνικό, πολιτικό
και πολιτιστικό περιβάλλον του (δηλ. ο ελεύθερος χρόνος βοηθά τον
άνθρωπο να αποσταθεροποιηθεί την αλλοτριωμένη σχέση του με τον
εαυτό του και το περιβάλλον του)

Η ποιότητα ζωής είναι αυτή που εξασφαλίζει γενικότερα την
ΕΥΤΥΧΙΑ. Ωστόσο δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι οι υποδοριστικότεροι
παράγοντες για να είμαστε ευτυχισμένοι είναι η υγεία και η ευ-
ρεία εργασία.

ΓΙΑΤΙ Ο ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΧΡΟΝΟΣ ΕΙΝΑΙ ΑΝΑΓΚΑΙΟΣ ΣΗΜΕΡΑ.

Καθώς η εργασία του επιβιώνει επαγγελματία είναι εξειδικευμένη
και τυποποιημένη και δεν τα προσφέρει την ατομική ικανοποίηση της
αλλοτριωμένης προσωπικής δημιουργίας, μπορεί κατά τη διάρκεια του
ελεύθερου χρόνου του να επιδιώκεται σε δραστηριότητες που αντικατα-
στήσουν αυτή τη μονομέρεια. Αυτόμα και αν η εργασία του προσφέρει
ευκαιρίες για αρμονική ανάπτυξη των δυνατοτήτων του ανθρώπου, δεν
πρέπει να τον καταπονεί καθώς είναι εντατική και απαιτητική.
Έχει, λοιπόν, ανάγκη τον ελεύθερο χρόνο για να ανανεώσει τις δυνάμεις...

Ο σύγχρονος άνθρωπος είναι υγιής. Καθώς έχει υπερτιμήσει την ύλη
αδιαφορεί για την ηθικιστική του καλλιέργεια. Χρειάζεται τον ελεύ-
θερο χρόνο για να έρθει σε επαφή με πολιτιστικά αγαθά...

Ο σύγχρονος άνθρωπος είναι αποξενωμένος από το συνάνθρωπο του.
Χρειάζεται τον ελεύθερο χρόνο για να χαλύψει την έμφυτη τάση του
για κοινωνικότητα

Ο σύγχρονος άνθρωπος ιδιωτεύει και δεν έχει υιοθετήσει τη δημιαρε-
τία ως τρόπο ζωής. Χρειάζεται τον ελεύθερο χρόνο για να αβχολη-
θεί με τα κοινά.

**ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΛΛΕΙΨΗ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ Η
ΤΗΝ ΚΑΚΗ ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ**

Θλ. αξία του ελεύθερου χρόνου: εξ αυτού του απόδειξη.

ΥΠΟ ΠΟΙΕΣ ΠΡΟΥΠΟΘΕΣΕΙΣ ΘΑ ΑΞΙΟΠΟΙΟΥΜΕ ΤΟΝ ΕΛΕΥ-
ΘΕΡΟ ΧΡΟΝΟ ΜΑΣ (ΤΡΟΠΟΙ - ΠΡΩΤΑ)

Κατ' αρχάς μεγάλη είναι η εδύνη της ελάχιστης πολιτικής αμέλειας. Αυτή πρέπει, παράλληλα, με την παροχή ανθρωπιστικής παιδείας ν' αναβαθμίζει την παρεχόμενη μαθητική, θεωρητική και εμβατική παι-
δεία των νέων βελτιώνοντας τις υπάρχουσες υποδομές, προβαλόν-
οντας έμφαση στα ενδιαφέροντα των μαθητών. Χρέος της, επίσης, είναι να
ενισχύσει υλικά και ηθικά τη δράση μορφωτικών και πολιτιστικών
οργανισμών κυρίως σε αγροτικές περιοχές και στα υποβαθμισμένα ατα-
κτα κέντρα, να έλθουν σε επαφή οι νέοι με την παράδοση της
αρχαίας και με διάφορες μορφές τέχνης, ν' αυξήσει τα αθλητικά
κέντρα αθλά και να επιβάλλει αυστηρές ποινές ό' ευέλπιδος που κερδο-
σκοπούν σε βάρος των νέων, φέρνοντας τους σε επαφή με νέες μορφές
ψυχαγωγίας.

Ταυτόχρονα τα ΜΜΕ οφείλουν να επιτελέσουν το εθνικοπολιτικό τους
ρόλο και να εδυνατώσουν το πνευματικό επίπεδο των πολιτών, προβάλλο-
ντας ποιοτικές μορφωτικές και ψυχαγωγικές εκπομπές. Δίνοντας εφαλ-
τήρια στους διανοούμενους να ενεργοποιηθεί η εφευρετική έρε-
υνα των ανδρών που περνούν τη ζωή τους εγκαταλελειμμένοι στο
χώρο εργασίας τους ή σε γκρουπικές δραστηριότητες αγνώστου ό'α
ή αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου εξασφαλίζει ποιότητα στη ζωή
τους.

Τέλος, η αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου αποτελεί προφανώς, και ευ-
θύνη του κράτους από μας. Αν επανεισαρρήκαμε τις αξίες στη ζωή
μας και βιωματοποιήσαμε την αξία του ελεύθερου χρόνου, αν
διαβάσαμε ποισιδια βιβλία, αν χωρίσαμε διάφορες μορφές τέχνης,
αν πραγματοποιήσαμε ταξίδια που θα εμπεριέχουν τις παραστάσεις
μας χωρίζοντας όχι μόνο το φυσικό κάλλος ενός τόπου αλλά και
και τα πολιτιστικά στοιχεία ανθρώπων, αν επαναπροσδιορίσαμε τη σχέση μας
με τη φύση, είναι σίγουρα ότι η ζωή μας θ' αποκτήσει ποιότητα
και νόημα.

ΜΕ ΠΟΙΟΥΣ ΤΡΟΠΟΥΣ (ΠΡΩΤΑ) ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΘΑ ΕΞΟΙΚΕΩΣΕΙ ΤΟΥΣ
ΝΕΟΥΣ ΜΕ ΜΟΡΦΕΣ ΓΝΗΣΙΑΣ ΨΥΧΑΓΩΓΙΑΣ ΟΣΤΕ ΝΑ ΑΞΙΟ-
ΠΟΙΟΥΝ ΤΟΝ ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΧΡΟΝΟ ΤΟΥΣ

Το σχολείο κατ' αρχάς πρέπει να αποσυνδεθεί από τις πανεπι-
στιμικές εξετάσεις. Έτσι περισσότεροι νέοι θα ενδιαφέρονται για τα αν-
θρωπιστικά μαθήματα όπως η λογοτεχνία, η ιστορία, η τέχνη που
τους προσανατολίζουν σε γνήσιες μορφές ψυχαγωγίας με τις οποίες
μπορούν να έλθουν σε επαφή κατά τη διάρκεια του ελεύθερου
χρόνου τους. Εξάλλου δεν πρέπει να προωθεί τον άγονο εγω-
κεντρικό και τη στεία απομνημόνευση ώστε να διαφερώ-
νται υπαρκτά ευεπτόμενας ανθρώπους που θα αποφέρουν βιωσιμότητα
στη ζωή τους γκρουπικές δραστηριότητες αναλώνοντας τον ε-
λεύθερο χρόνο τους.

4
Παραλληλα όσο οι μαθητές προτρέπονται να συμβεβηχούν
σε κοινές δράσεις με την τοπιή αυτοδιοίκηση, ανθρωπιστική ορ-
γανώσεις, φιλανθρωπικούς συλλόγους, εθελοντικές ομάδες για να
βελτιώσουν την ποιότητα ζωής των ευαυρώτων τους, όσο λαμβά-
νουν μέρος σε προγράμματα ανταλλαγής μαθητών τότε θα ενισχύ-
νουν την κοινωνική τους συνείδηση και θα συνεργαστούν με τους
συμφοιτητές τους αλλά και με ανθρώπους διαφορετικών εθνικο-
τήτων - κατά τη διάρκεια του ελεύθερου χρόνου τους - για να
επιλύσουν κοινά προβλήματα και να επιτύχουν συλλογικούς στό-
χους.

Τέλος, οι εκπαιδευτικοί αποτελούν πρότυπο για τους μαθητές τους
με τις ποιοτικές επιλογές τους κατά τη διάρκεια του ελεύθερου
χρόνου τους. Ταυτόχρονα, όμως, η ανάληψη πρωτοβουλιών εις μέρους
τους για οργάνωση καλλιτεχνικών εκδηλώσεων εντός και εντός σχο-
λείου, εκδόσεων ζωγραφικής, μουσικών, χορού, θεατρικών παρ-
ελάσεων, η ενταξη των μαθητών σε προγράμματα όπως το "Πα-
με δινεμά," οι οργανωμένες επιβιβάσεις σε μνημειακούς χώρους,
η επίρριξη εκδηλώσεων που φέρνουν τους μαθητές με την παρ-
εδοχή του τόπου τους θα εδίδουν τους νέους στις ποικίλλες εκφάν-
σεις της γνώσης σύγχρονης.