

ΝΕΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ

Κείμενο

Γέλιο και ευφυΐα

Οι περισσότεροι άνθρωποι σπάνια (χαμο)γελούν. Αυτό συμβαίνει γιατί επικρατεί η εντύπωση ότι αυτός που (χαμο)γελάει πολύ είναι λιγότερο έξυπνος, σε σχέση με κάποιον άλλον, που είναι συνεχώς σοβαρός. Για κάποιον λόγο, έχουμε συνδέσει τη σοβαρότητα με την ευφυΐα και θεωρούμε ότι όσο πιο σοβαροφανώς¹ μιλάμε ή ενεργούμε, τόσο περισσότερο ευφυείς είμαστε. Έτσι, όποιος (χαμο)γελάει συχνά, κινδυνεύει να θεωρηθεί αφελής.

Σκεφτείτε πόσο δύσκολο είναι να κάνετε κάποιον να γελάσει. Δεν είναι τυχαίο που η κωμωδία θεωρείται το δυσκολότερο είδος για τους ηθοποιούς και τους συγγραφείς. Όταν μας συμβαίνει κάτι δυσάρεστο, θεωρείται λογικό και αυτονόητο να στεναχωριόμαστε. Πόση ευφυΐα χρειάζεται για να πράξει κάποιος το αυτονόητο; Αντίθετα, χρειάζεται ευστροφία για να απεγκλωβιστούμε² από την ιδιωτική μας λογική και να δούμε την εύθυμη όψη μιας κατάστασης.

Θεωρητικά, οι περισσότεροι από εμάς γνωρίζουμε ότι η ανησυχία για ένα πρόβλημα δεν θα μας δώσει τη λύση. Ωστόσο, το πιθανότερο είναι να μας φέρει σε χειρότερη θέση, γιατί διπλασιάζει το φορτίο στις πλάτες μας. Εξαιτίας της ανησυχίας, μπαίνουμε σε κατάσταση άγχους και αισθανόμαστε περισσότερο πιεσμένοι. Επιπλέον, έτσι όπως είμαστε πιεσμένοι, γινόμαστε ενεργειακά πιο φτωχοί. Δεν φτάνει που έχουμε το πρόβλημα, έχουμε και άγχος από πάνω! Το βρίσκετε σοφό αυτό;

(Χαμο)γελώντας, δεν μειώνουμε το πρόβλημα, αλλά διαλύουμε την ανησυχία και το πρόσθετο άγχος. Όταν (χαμο)γελάμε, δεν σημαίνει ότι δεν θέλουμε να αντιμετωπίσουμε τα προβλήματά μας. Ουσιαστικά, η ευφυΐα μας κινητοποιείται, ώστε να γίνει μία διαφορετική διαχείριση δυνατοτήτων. Απεγκλωβίζομαστε από την αυτοπαγίδευσή μας στο ναρκοπέδιο της σοβαροφανούς ιδιωτικής μας λογικής. Ως γνωστόν, τα προβλήματα πάνε μαζί με τις λύσεις τους. Από όσο περισσότερες πλευρές δούμε κάτι, τόσες περισσότερες πιθανότητες έχουμε να βρούμε τη λύση. Το

¹ σοβαροφανής: αυτός που θέλει να φαίνεται σοβαρός

² απεγκλωβίζομαι: απελευθερώνομαι

γέλιο φωτίζει κάποιες ξεχασμένες πλευρές των προβλημάτων μας, χώρια που μας χαλαρώνει κιόλας! Μας δείχνει τον δρόμο, μας ανάβει το φως και μας ξεκουράζει κι από πάνω!

Αλ. Λουπασάκης. (2002). *Γέλιο - Η καλύτερη θεραπεία*, 123-124.
Αθήνα: Κέδρος (διασκευή).

ΘΕΜΑΤΑ

A1. (Μονάδες 15)

A1. Ποια είναι, σύμφωνα με το κείμενο, η συμβολή του γέλιου στην αντιμετώπιση των προβλημάτων μας; (60-80 λέξεις)

(μονάδες 15)

A2. (Μονάδες 10)

A2.α. Να επισημάνετε δύο από τις διαρθρωτικές λέξεις με τις οποίες επιτυγχάνεται η συνοχή στην τρίτη παράγραφο (Θεωρητικά... αυτό;) του κειμένου.

(μονάδες 5)

A2.β. Να αιτιολογήσετε τη χρήση τους από τον συγγραφέα.

(μονάδες 5)

B1. (Μονάδες 10)

B1. Να δημιουργήσετε από μία πρόταση με καθεμιά συνώνυμη λέξη ή ισοδύναμη φράση των λέξεων με την έντονη γραφή, με βάση τη σημασία τους στο κείμενο: **σοφό, μειώνουμε, διαλύουμε, θέλουμε, κινητοποιείται.**

(μονάδες 10)

B2. (Μονάδες 15)

B2. Ποιους επικοινωνιακούς στόχους επιχειρεί να επιτύχει ο συγγραφέας χρησιμοποιώντας το α' και το β' πληθυντικό πρόσωπο;

(μονάδες 15)

ΘΕΜΑ 2915

A1. Τα προβλήματα είναι φυσικό να μας γεμίζουν άγχος και ψυχολογική πίεση, στην προσπάθειά μας να βρούμε λύση, με αποτέλεσμα πολλές φορές να στερούμαστε νηφάλιας αντιμετώπισης. Το γέλιο δε σημαίνει ότι δε θέλει να λύσει το πρόβλημα του. Κινητοποιεί την ευφυΐα, ώστε να γίνει μια διαφορετική διαχείριση δυνατοτήτων. Όταν χαμογελάμε κι έχουμε πιο θετική σκέψη μπορούμε να διαλύσουμε το άγχος και πιθανώς να βρούμε και τη λύση. Το γέλιο απαλλάσσει από δυσάρεστες σκέψεις, βοηθάει τον άνθρωπο να χαλαρώσει, ξεκουράζει και προκαλεί αισιοδοξία.

A.2 α. ωστόσο, επιπλέον.

A.2 β. ωστόσο: τονίζει την αντίθεση μεταξύ των νοημάτων της πρώτης και της δεύτερης περιόδου.

επιπλέον: συμπληρώνει το περιεχόμενο της προηγούμενης πρότασης.

B.1 σοφό = έξυπνος: η κίνησή σου να πουλήσεις τις μετοχές τη συγκεκριμένη στιγμή ήταν πολύ έξυπνη

Μειώνουμε = περιορίζουμε: οφείλουμε να περιορίσουμε τη σπατάλη νερού.

Διαλύουμε = εξαφανίζουμε: το συγκεκριμένο προϊόν εξαφανίζει το πρόβλημα της τριχόπτωσης.

Θέλουμε = επιθυμούμε: Θα επιθυμούσα περισσότερο ελεύθερο χρόνο.

Κινητοποιείται = δραστηριοποιώ: Πρέπει να δραστηριοποιηθείς άμεσα αλλιώς θα βαλτώσεις

B.2 Η χρήση α' πληθυντικού αποπνέει συλλογικότητα και ο λόγος αποκτά αμεσότητα και οικειότητα. Επιχειρείται παράλληλα η απόδοση συλλογικής ευθύνης ενώ παράλληλα ο συγγραφέας δεν αποποιείται τις ευθύνες του.

Η χρήση β' πληθυντικού προσδίδει στο λόγο ζωντάνια, αμεσότητα και παραστατικότητα.

ΝΕΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ

Κείμενο

Η σημασία του γέλιου στη ζωή μας

Το γέλιο είναι δώρο, όπλο και φάρμακο για τον άνθρωπο. Μπορεί να επηρεάσει θετικά την υγεία μέσω της ευχάριστης συναισθηματικής κατάστασης την οποία δημιουργεί. Συγκεκριμένα, το γέλιο προκαλεί μεταβολές σε διάφορα συστήματα του οργανισμού, οι οποίες με τη σειρά τους ωφελούν την υγεία. Για παράδειγμα, έχει αποδειχθεί ότι μπορεί να μειώσει έως και 20% τη χρήση παυσίπονων, λόγω της διέγερσης που προκαλεί στις φυσικές αντικαταθλαπτικές ουσίες του οργανισμού. Ακόμη, το έντονο γέλιο ενισχύει την άμυνα του οργανισμού. Επίσης, χαλαρώνει, κάνει καλό στην καρδιά και τονώνει την αναπνευστική λειτουργία.

Η παρουσία του γέλιου είναι ευεργετική και αντίθετα η απουσία του γίνεται δυσάρεστα αισθητή σε όλες σχεδόν τις εκδηλώσεις της κοινωνικής ζωής. Λέγεται ότι η ευαισθησία και ο **συναισθηματικός κόσμος** των μελών μιας κοινωνίας, η πνευματική τους στάθμη, η αισθητική τους **καλλιέργεια**, αλλά, ιδίως, η **ποιότητα** της μεταξύ τους επικοινωνίας μπορούν να προσδιοριστούν με ασφαλή τρόπο από τη συχνότητα του γέλιου και από την ποιότητα των μέσων που το προκαλούν.

Το χιούμορ, επίσης, διευκολύνει την κοινωνική ζωή των ανθρώπων. Αυτό συμβαίνει γιατί, πρώτον, είναι μια εμπειρία που μοιραζόμαστε με άλλους. Δεύτερον, διότι ενισχύει την εσωτερική συνοχή κάθε κοινωνικής ομάδας. Ακόμη, μπορεί να έχει «διπλωματική» χρήση, εφόσον, λόγω της έμφυτης ασάφειάς του, επιτρέπει να κινούμαστε **μεταξύ σοβαρού και αστείου** χωρίς τον κίνδυνο να παρεξηγηθούμε. Με άλλα λόγια, εκφράσεις και λόγια που **διατυπώνονται** με χιούμορ μεταφέρουν συναισθήματα και αλήθειες που θα ενοχλούσαν αν διατυπώνονταν με σοβαρό τρόπο. Επιπλέον το χιούμορ είναι ελκυστικό, καθώς εκείνοι που μπορούν να το προκαλούν είναι πιο κανοί στην επικοινωνία και προκαλούν τη συμπάθεια των άλλων.

Εξάλλου, το γέλιο καταπολεμά το άγχος, ενώ το χιούμορ μπορεί έμμεσα να συμβάλει στην ευεξία¹, περιορίζοντας τις επιπτώσεις του άγχους στον οργανισμό. Η καλή αίσθηση του χιούμορ μπορεί να βοηθήσει τον άνθρωπο να αποστασιοποιηθεί²

¹ ευεξία: καλή κατάσταση της υγείας

² αποστασιοποιούμαι: απομακρύνομαι, αποδεσμεύομαι συναισθηματικά

από το πρόβλημα που τυχόν αντιμετωπίζει και να δρομολογήσει ευκολότερα τρόπους επίλυσής του. Ακόμη, με το χιούμορ και το γέλιο ο άνθρωπος μπορεί να αποκτήσει αίσθηση κυριαρχίας σε μια δύσκολη περίσταση και να αντιμετωπίσει πιο αποτελεσματικά το στρες. Αυτό επιτυγχάνεται με την αξιοποίηση της ικανότητας του ανθρώπου να διακρίνει το παράλογο σε μια κατάσταση και, αντί να καταβάλλεται από αυτήν, να γελά μαζί της. Έτσι, μπορεί να χαλαρώσει από καταστάσεις έντασης και να απελευθερωθεί από πιέσεις.

Ερευνητική Εργασία. *Η σημασία του γέλιου στη ζωή μας*, σχολ. έτος 2012-13.
Από την ιστοσελίδα του 4^{ου} ΓΕΛ Αθηνών (διασκευή).

ΘΕΜΑΤΑ

A1. (Μονάδες 15)

A1. Με ποια επιχειρήματα τεκμηριώνεται στο κείμενο η άποψη ότι το γέλιο και το χιούμορ ωφελούν την υγεία; (60-80 λέξεις)

(μονάδες 15)

A2. (Μονάδες 10)

A2.α. Με ποιες διαρθρωτικές λέξεις επιτυγχάνεται η συνοχή στην τρίτη παράγραφο (Το χιούμορ...άλλων) του κειμένου;

(μονάδες 5)

A2.β. Να αιτιολογήσετε τη χρήση τους στο κείμενο.

(μονάδες 5)

B1. (Μονάδες 10)

B1. Να συντάξετε μία παράγραφο 60-80 λέξεων, στην οποία να χρησιμοποιήσετε τις λέξεις/φράσεις του κειμένου με την έντονη γραφή: **συναισθηματικός κόσμος, καλλιέργεια, ποιότητα, μεταξύ σοβαρού και αστείου, διατυπώνονται.**

(μονάδες 10)

B2. (Μονάδες 15)

B2.α. Να επισημάνετε στο κείμενο δύο παραδείγματα μεταφορικής/συνυποδηλωτικής χρήσης της γλώσσας.

(μονάδες 10)

B2. β. Να αιτιολογήσετε τη χρήση τους.

(μονάδες 5)

ΘΕΜΑ 2918

A1. Σύμφωνα με το κείμενο το γέλιο είναι φάρμακο για τον άνθρωπο. Μπορεί να επηρεάσει θετικά την υγεία μέσω της ευχάριστης συναισθηματικής κατάστασης που δημιουργεί. Πρώτα από όλα προκαλεί μεταβολές σε συστήματα του οργανισμού που ωφελούν την υγεία. Μειώνει τη χρήση παυσίπονων, ενισχύει την άμυνα του οργανισμού, χαλαρώνει, επιδρά θετικά στην καρδιά και τονώνει την αναπνευστική λειτουργία. Επιπλέον, καταπολεμά το άγχος και έμμεσα συμβάλλει στην ευεξία. Τέλος, χαλαρώνει τον άνθρωπο από καταστάσεις έντασης και τον απελευθερώνει από πιέσεις.

A.2 α. επίσης, αυτό συμβαίνει, γιατί, πρώτον, δεύτερον, ακόμη, εφόσον, με άλλα λόγια, επιπλέον.

A.2 β. επίσης: δηλώνει προσθήκη

αυτό συμβαίνει: αντωνυμία που επαναλαμβάνει την προηγούμενη έννοια

γιατί: δηλώνουν αιτιολόγηση

πρώτον και δεύτερον: δηλώνουν σειρά.

εφόσον: δηλώνει αιτιολόγηση.

με άλλα λόγια: χρησιμοποιείται επεξηγηματικά

επιπλέον: δηλώνει προσθήκη

B1. Ο άνθρωπος μέσω του γέλιου μπορεί ευκολότερα να εκφράσει τον **συναισθηματικό κόσμο** και να βελτιώσει έτσι τις σχέσεις του με τους συνανθρώπους του. Η **ποιότητα** των σχέσεών του συχνά εξαρτάται από τις συζητήσεις που πραγματοποιούνται **μεταξύ σοβαρού και αστείου** και μπορούν να αποκαλύψουν μεγάλες αλήθειες καλυμμένες με χιουμοριστικές εκφράσεις. Ο άνθρωπος, λοιπόν, οφείλει να εστιάσει στην **καλλιέργεια** του χιουμοριστικού στοιχείου, προκειμένου να μπορεί να αντεπεξέρχεται ακόμη και σε απαιτητικές συζητήσεις, όπου χρειάζεται το χιούμορ ως σύμμαχο για να τις αντιμετωπίσει, όταν **διατυπώνονται πικρές αλήθειες**.

B.2 α. διπλωματική χρήση, απελευθερωθεί από πιέσεις.

B.2 β. Η μεταφορική χρήση της γλώσσας δημιουργεί παραστατικότητα στο λόγο, αισθητική απόλαυση και συγκίνηση στο δέκτη. Επιπλέον ενισχύει τον εικονοπλαστικό λόγο και τη λυρική του ποιότητα του κειμένου. Έτσι, ο αναγνώστης αποκτά περισσότερο ενδιαφέρον.

ΝΕΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ

Κείμενο

Η σημασία του γέλιου στη ζωή μας

Το γέλιο είναι δώρο, όπλο και φάρμακο για τον άνθρωπο. Μπορεί να επηρεάσει θετικά την υγεία μέσω της ευχάριστης συναισθηματικής κατάστασης την οποία δημιουργεί. Συγκεκριμένα, το γέλιο προκαλεί μεταβολές σε διάφορα συστήματα του οργανισμού, οι οποίες με τη σειρά τους ωφελούν την υγεία. Για παράδειγμα, έχει αποδειχθεί ότι μπορεί να μειώσει έως και 20% τη χρήση παυσίπονων, λόγω της διέγερσης που προκαλεί στις φυσικές αντικαταθλιπτικές ουσίες του οργανισμού. Ακόμη, το έντονο γέλιο ενισχύει την άμυνα του οργανισμού. Επίσης, χαλαρώνει, κάνει καλό στην καρδιά και τονώνει την αναπνευστική λειτουργία.

Η παρουσία του γέλιου είναι ευεργετική και αντίθετα η απουσία του γίνεται δυσάρεστα αισθητή σε όλες σχεδόν τις εκδηλώσεις της κοινωνικής ζωής. Λέγεται ότι η ευαισθησία και ο συναισθηματικός κόσμος των μελών μιας κοινωνίας, η πνευματική τους στάθμη, η αισθητική τους καλλιέργεια, αλλά, ιδίως, η ποιότητα της μεταξύ τους επικοινωνίας μπορούν να προσδιοριστούν με ασφαλή τρόπο από τη συχνότητα του γέλιου και από την ποιότητα των μέσων που το προκαλούν.

Το χιούμορ, επίσης, διευκολύνει την κοινωνική ζωή των ανθρώπων. Αυτό συμβαίνει γιατί, πρώτον, είναι μια εμπειρία που μοιραζόμαστε με άλλους. Δεύτερον, διότι ενισχύει την εσωτερική συνοχή κάθε κοινωνικής ομάδας. Ακόμη, μπορεί να έχει «διπλωματική» χρήση, εφόσον, λόγω της έμφυτης ασάφειάς του, μας επιτρέπει να κινούμαστε μεταξύ σοβαρού και αστείου χωρίς τον κίνδυνο να παρεξηγηθούμε. Με άλλα λόγια, εκφράσεις και λόγια που διατυπώνονται με χιούμορ μεταφέρουν συναισθήματα και αλήθειες που θα ενοχλούσαν αν διατυπώνονταν με σοβαρό τρόπο. Επιπλέον το χιούμορ είναι ελκυστικό, καθώς εκείνοι που μπορούν να το προκαλούν είναι πιο ικανοί στην επικοινωνία και προκαλούν τη συμπάθεια των άλλων.

Εξάλλου, το γέλιο καταπολεμά το άγχος, ενώ το χιούμορ μπορεί έμμεσα να συμβάλει στην ευεξία¹, περιορίζοντας τις επιπτώσεις του άγχους στον οργανισμό. Η καλή αίσθηση του χιούμορ μπορεί να βοηθήσει τον άνθρωπο να αποστασιοποιηθεί² από το πρόβλημα που τυχόν αντιμετωπίζει και να δρομολογήσει ευκολότερα τρόπους

¹ ευεξία: καλή κατάσταση της υγείας

² αποστασιοποιούμαι: απομακρύνομαι, αποδεσμεύομαι συναισθηματικά

επίλυσής του. Ακόμη, με το χιούμορ και το γέλιο ο άνθρωπος μπορεί να αποκτήσει αίσθηση κυριαρχίας σε μια δύσκολη κατάσταση και να αντιμετωπίσει πιο αποτελεσματικά το στρες. Αυτό επιτυγχάνεται με την αξιοποίηση της ικανότητας του ανθρώπου να διακρίνει το παράλογο σε μια κατάσταση και, αντί να καταβάλλεται από αυτήν, να γελά μαζί της. Έτσι, μπορεί να χαλαρώσει από καταστάσεις έντασης και να απελευθερωθεί από πιέσεις.

Ερευνητική Εργασία. *Η σημασία του γέλιου στη ζωή μας*, σχολ. έτος 2012-13.
Από την ιστοσελίδα του 4^{ου} ΓΕΛ Αθηνών (διασκευή).

ΘΕΜΑΤΑ

A1. (Μονάδες 15)

A1. Πώς το χιούμορ διευκολύνει την κοινωνική ζωή του ανθρώπου, σύμφωνα με το κείμενο; (60-80 λέξεις)

(μονάδες 15)

A2. (Μονάδες 10)

A2. Ποια είναι τα δομικά στοιχεία της τέταρτης παραγράφου (Εξάλλου...πιέσεις) του κειμένου;

(μονάδες 10)

B1. (Μονάδες 10)

B1. Να δημιουργήσετε από μία πρόταση με μια συνώνυμη λέξη ή ισοδύναμη φράση των λέξεων με την έντονη γραφή, με βάση τη σημασία τους στο κείμενο: **επηρέασει, ενισχύει, συμβάλει, επιπτώσεις, χαλαρώσει.**

(μονάδες 10)

B2. (Μονάδες 15)

B2. Να επισημάνετε στην πρώτη παράγραφο του κειμένου (Το γέλιο ...λειτουργία) τρεις ειδικούς όρους που χρησιμοποιούνται σε μία επιστήμη (ειδικό λεξιλόγιο).

(μονάδες 15)

ΘΕΜΑ 2920

A1. Το γέλιο και το χιούμορ ωφελούν τον άνθρωπο σε ποικίλους τομείς της ζωής του και ιδιαίτερα στον κοινωνικό τομέα. Σημαντική είναι η επίδρασή του στην κοινωνικότητα του ανθρώπου, αφού βελτιώνει την επικοινωνία μεταξύ των μελών και το πνευματικό και αισθητικό τους επίπεδο προσδιορίζονται μέσω του γέλιου. Η κοινωνική συνοχή σε μεγάλο βαθμό εξαρτάται από τη διπλωματική χρήση του χιούμορ. Χάρη σε αυτό οι συνομιλητές μπορούν, παρότι εκφράζουν σκληρές αλήθειες, να μη δημιουργούν δυσάρεστα συναισθήματα. Επιπλέον, οι άνθρωποι που χρησιμοποιούν το χιούμορ είναι εκτός από ευχάριστοι συνομιλητές και πιο ελκυστικοί καθώς κερδίζουν τη συμπάθεια των γύρω τους.

A2. Θεματική πρόταση: «Εξάλλου ... οργανισμό»

Λειπτομέρειες: «Η καλή αίσθηση ... μαζί της»

Κατακλείδα: «Έτσι ... πιέσεις».

B.1 επηρεάσει = επιδράσει: Το γέλιο μόνο θετικά μπορεί να επιδράσει στην ψυχολογία μας.

Ενισχύει = ενδυναμώνει: Πολλές βιταμίνες ενδυναμώνουν τον οργανισμό.

Συμβάλει = συνεισφέρει: Συνεισφέρει με τον αγώνα της στη διάσωση της θαλάσσιας χελώνας.

Επιπτώσεις = συνέπειες: Μια από τις συνέπειες της λαίμαργιας είναι η αύξηση του σωματικού βάρους.

Χαλαρώνει = κατευνάσει: Στο κενό έπεσε η προσπάθεια του να κατευνάσει την ένταση της ομάδας.

B.2 αναπνευστική λειτουργία, καρδιά, συστήματα οργανισμού.