

Κείμενο 1

Η αυτοεκτίμηση του παιδιού

Κείμενο της Παναγιώτας Κυπραίου, ψυχοθεραπεύτριας και Συντονίστριας Σχολών Γονέων. Αντλήθηκε από την ιστοσελίδα www.psychotherapieia.net.gr στις 27.9.2021.

Αυτοεκτίμηση είναι η αξία που δίνουμε στον εαυτό μας, η γνώση και αίσθηση που έχουμε για όλα όσα θεωρούμε ότι είμαστε. Καλή αυτοεκτίμηση σημαίνει ότι έχεις μια υγιή εικόνα για τον εαυτό σου, μια ήρεμη αίσθηση ότι αξίζεις, ότι είσαι ικανός, μοναδικός, ότι σε αγαπάνε και νιώθεις γενικά ικανοποιημένος με τον εαυτό σου.

Η καλή αυτοεκτίμηση είναι η προστασία του παιδιού απέναντι στις προκλήσεις της ζωής. Τα παιδιά που γνωρίζουν τις δυνατότητες και τις αδυναμίες τους και νιώθουν καλά με τον εαυτό τους, έχουν γενικά μεγαλύτερη ευκολία να διαχειριστούν συγκρούσεις και να αντισταθούν σε αρνητικές επιρροές. Συνήθως χαμογελούν πιο εύκολα, απολαμβάνουν τη ζωή, έχουν ρεαλισμό και αισιοδοξία. Αντίθετα, τα παιδιά με χαμηλή αυτοεκτίμηση έχουν την τάση να βιώνουν τις προκλήσεις με μεγάλο άγχος και απογοήτευση και δυσκολεύονται να βρουν λύσεις στα προβλήματα. Μπορεί να σκέφτονται π.χ. «Δεν είμαι καλός» ή «Δεν μπορώ να κάνω τίποτα σωστά», οπότε γίνονται παθητικά, αποσύρονται ή παθαίνουν κατάθλιψη. Όταν αντιμετωπίζουν μια νέα πρόκληση μπορεί να σκέφτονται αμέσως «Δεν μπορώ».

Η αυτοεκτίμηση είναι πολύ σημαντικό στοιχείο για μια επιτυχημένη και χαρούμενη ζωή. Ένα άτομο μπορεί να έχει εξυπνάδα και ταλέντο αλλά λόγω χαμηλής αυτοεκτίμησης να μην πετυχαίνει τους στόχους του στην επαγγελματική ή προσωπική του ζωή.

Η αυτοεκτίμηση αρχίζει να αναπτύσσεται πολύ νωρίς στη νηπιακή ηλικία και συνεχίζει να διαμορφώνεται μέχρι την ενηλικίωση. Από νωρίς το παιδί έχει την εμπειρία της επιτυχίας μετά από προσπάθεια και επιμονή. Καθώς προσπαθεί, αποτυγχάνει, ξαναπροσπαθεί, αποτυγχάνει ξανά και τελικά τα καταφέρνει, διαμορφώνει ιδέες για τις ικανότητές του. Ταυτόχρονα, δημιουργεί μια άποψη για τον εαυτό του με βάση τις αλληλεπιδράσεις που έχει με άλλους ανθρώπους. Γι' αυτό η συμμετοχή του γονιού είναι θεμελιώδης στο να βοηθήσει το παιδί να διαμορφώσει μια σωστή και υγιή αντίληψη για τον εαυτό του. Οι γονείς μπορούν να συμβάλουν στην ανάπτυξη υγιούς αυτοεκτίμησης, δείχνοντας ενθάρρυνση και ικανοποίηση σε πολλούς τομείς. Καλό είναι να μην εστιάζουν σε έναν συγκεκριμένο τομέα, π.χ. στο να τα πάει καλά σε ένα τεστ ορθογραφίας, γιατί έτσι

το παιδί μπορεί να συνδέσει την προσωπική του αξία με το βαθμό του τεστ.

Τα πρώτα χρόνια της ζωής του παιδιού είναι καθοριστικά, για να χτίσει την αυτοεκτίμησή του. Οι γονείς δεν μπορούν φυσικά να ελέγξουν όλα όσα βλέπει, ακούει ή σκέφτεται το παιδί, που ίσως επηρεάσουν την εικόνα που θα σχηματίσει για τον εαυτό του. Μπορούν όμως να κάνουν αρκετά πράγματα. Οι γονείς είναι οι πρώτοι και πιο σημαντικοί παιδαγωγοί, οπότε έχουν τη μεγαλύτερη επιρροή στη διαμόρφωση της αυτοεκτίμησης του παιδιού. Μπορούν να φτιάξουν ένα «αποθεματικό αυτοεκτίμησης», όπου το παιδί θα αποθηκεύει πολλά θετικά πράγματα για τον εαυτό του. Στα επόμενα χρόνια αυτό το αποθεματικό θα αντισταθμίσει τις αρνητικές εμπειρίες που αναπόφευκτα θα έχει. Οι σχέσεις που θα αναπτύξει το παιδί με άλλα μέλη της οικογένειας, με δασκάλους, φίλους και άλλους ενήλικους θα επηρεάσουν φυσικά την αυτοεκτίμησή του περαιτέρω.

Κείμενο 2

Εφηβεία

Το ποίημα είναι του Ηλία Σιμόπουλου (1913-2015) και αντλήθηκε από την ιστοσελίδα http://filologikes.maties.blogspot.com/2016/08/blog-post_16.html.

Τι όμορφο που ήτανε
το παραμύθι της άνοιξης
τα κυριακάτικα πρωινά
με τις καμπάνες του 'Αη-Σπυρίδωνα
σα μιαν εξαίσια μουσική συναυλία –
όταν ανεβαίναμε
 τα μαρμάρινα σκαλοπάτια
όταν κατεβαίναμε
 τους κήπους με τις τριανταφυλλιές
όταν δεν υπήρχε χτες
 ούτε σήμερα
 ούτε αύριο
παρά μονάχα τα ηλιοκαμένα μας σώματα
με τα πλατιά στέρνα, τα γερά μπράτσα
τα εφηβικά μας όνειρα
 που δεν υποψιάζονταν τα δόντια της φθοράς

ο δίχως σύνορα ουρανός
κι ο στρατηλάτης άνεμος
που 'φερνε τα μηνύματα
μιας άνοιξης αιώνιας

Τι όμορφο που ήτανε
το παραμύθι της άνοιξης!

ΘΕΜΑΤΑ

ΘΕΜΑ 1 (μονάδες 35)

1° υποερώτημα (μονάδες 10)

Ποια η συμβολή των γονέων στην οικοδόμηση της αυτοεκτίμησης των παιδιών τους, σύμφωνα με το κείμενο 1; (50-60 λέξεις).

Μονάδες 10

2° υποερώτημα (μονάδες 10)

Στο Κείμενο 1 η συγγραφέας χρησιμοποιεί για την οργάνωση της δεύτερης παραγράφου την αιτιολόγηση και την αντίθεση. Να εντοπίσεις τα σχετικά χωρία (μονάδες 6) και να δικαιολογήσεις γιατί, κατά τη γνώμη σου, επιλέγει τους συγκεκριμένους τρόπους. (μονάδες 4)

Μονάδες 10

3° υποερώτημα (μονάδες 15)

«Όταν αντιμετωπίζουν μια νέα πρόκληση μπορεί να σκέφτονται αμέσως «Δεν μπορώ». [...] Καλό είναι να μην εστιάζουν σε έναν συγκεκριμένο τομέα, π.χ. στο να τα πάει καλά σε ένα τεστ ορθογραφίας, γιατί έτσι το παιδί μπορεί να συνδέσει την προσωπική του αξία με το βαθμό του τεστ.»

Στα παραπάνω υπογραμμισμένα σημεία επιλέγεται ένα ύφος που ταιριάζει στον προφορικό ή τον γραπτό λόγο; (μονάδες 3) Τι επιτυγχάνεται με την επιλογή αυτή; (μονάδες 6) Να μετασηματίσεις εκφραστικά ή και συντακτικά τα σημεία αυτά, ώστε πλέον να παραπέμπουν σε πιο σοβαρό ύφος, αν το θεωρείς προφορικό, ή το αντίστροφο.(μονάδες 6)

Μονάδες 15

ΘΕΜΑ 4 (μονάδες 15)

Να διερωτηθείς για τον τρόπο με τον οποίο στο κείμενο 2 αποτυπώνεται ποιητικά η εφηβεία. Συμφωνείς ή διαφωνείς με τις απόψεις του ποιητικού υποκειμένου και γιατί; (100-150 λέξεις)

Μονάδες 15