

ΤΡΙΤΗ ΗΛΙΚΙΑ



Πηγές: <http://latistor.blogspot.com>

<http://filologikesidees.blogspot.gr/>

<http://eclass.sch.gr/>

<http://www.e-philologika.edu.gr/>

<http://e-didaskalia.blogspot.gr/>

### Ορισμός

**Η τρίτη ηλικία** αναφέρεται στην περίοδο του γήρατος, στην περίοδο δηλαδή κατά την οποία οι άνθρωποι βιώνουν μια σημαντική κάμψη των σωματικών και πνευματικών τους δυνάμεων κι έρχονται αντιμέτωποι με διάφορες χρόνιες παθήσεις. Για λόγους καθαρά πρακτικούς έχει οριστεί το 60ο ή το 65ο έτος της ηλικίας των ανθρώπων ως ενδεικτικό της έναρξης της γερωντικής ηλικίας, γιατί στις περισσότερες χώρες το άτομο συνταξιοδοτείται, όταν φθάσει σ' αυτή την ηλικία. Ωστόσο, πολλοί επιστήμονες κάνουν τον διαχωρισμό μεταξύ «τρίτης» και «τέταρτης ηλικίας» και χρησιμοποιούν ως κριτήριο διάκρισης των δύο αυτών ηλικιακών ομάδων τη δυνατότητα του ατόμου για αυτοεξυπηρέτηση. Σύμφωνα με τη βιολογία, γηρατειά είναι το βιολογικό φαινόμενο κατά το οποίο οι ζωντανοί οργανισμοί παρουσιάζουν προοδευτική κάμψη των φυσιολογικών λειτουργιών τους. Είναι η ηλικιακή φάση της ωριμότητας, κατά την οποία ο άνθρωπος βιώνει την ύστερη βιολογική περίοδο της ύπαρξής του, η όψιμη περίοδος της ζωής του ανθρώπου. Η «τρίτη ηλικία» ή τα γηρατειά είναι μια συνεχιζόμενη και εξελισσόμενη διαδικασία, που αρχίζει σε διαφορετική στιγμή και εξελίσσεται με διαφορετικό ρυθμό. Ακόμη, συνοδεύεται από διαφορετικές για τον κάθε άνθρωπο **βιολογικές, ψυχολογικές, κοινωνικές και οικονομικές αλλαγές** που επηρεάζουν τη συμπεριφορά και την ικανότητα προσαρμογής τους

<b>Τρίτη ηλικία-προβλήματα</b>
<b>Βιολογικά</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Μειώνεται βαθμιαία η δύναμη στα ηλικιωμένα άτομα.</li><li>• Παράλληλα, αρχίζουν να εμφανίζονται χρόνιες ασθένειες. Αποτέλεσμα όλων αυτών είναι</li><li>• η μείωση της δραστηριότητας του ατόμου,</li><li>• η ελάττωση του αποθέματος ενέργειάς του</li><li>• και μια ποικιλία άλλων εξωτερικών φυσιολογικών και αισθητικών αλλαγών.</li><li>• Αμβλύνονται οι αισθήσεις (σημαντική μείωση όρασης και ακοής, σεξουαλική ανικανότητα)</li></ul>
<b>Πνευματικά</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Παρατηρούνται μεταβολές του κεντρικού νευρικού συστήματος, που έχουν ως αποτέλεσμα τη μείωση της ικανότητας της αντίληψης.</li><li>• Ελαττώνεται η ικανότητα για σωστή χρήση πληροφοριών -τεχνοφοβία</li><li>• είναι συχνά προσκολλημένοι σε στερεότυπες αντιλήψεις</li><li>• υπερασπίζονται τις απόψεις τους με την πεποίθηση του αλάθητου, για το οποίο επικαλούνται την πείρα τους</li><li>• λειτουργούν με τη λογική και δεν εμπιστεύονται ανεπιφύλακτα</li><li>• οι γέροντες έχουν μεγάλη πείρα, χρήσιμη για συμβουλή και καθοδήγηση των νεότερων, ώστε να αποφεύγονται τα λάθη του παρελθόντος</li></ul>
<b>Ψυχικά</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Βιώνουν την απομόνωση, τη μοναξιά (θάνατοι αγαπημένων προσώπων, χαλάρωση οικογενειακών θεσμών).</li><li>• Ψυχικός κλονισμός (απομάκρυνση από τον εργασιακό χώρο λόγω συνταξιοδότησης, μακροχρόνιες ασθένειες, σεξουαλική ανικανότητα, εγκατάλειψη από τα συγγενικά πρόσωπα, αισθάνονται βάρος για την κοινωνία).</li><li>• μελαγχολία</li><li>• νοσταλγία</li><li>• αίσθημα ανεπάρκειας και υποτίμησης</li><li>• κατάθλιψη (απομάκρυνση από την παραγωγική δραστηριότητα, οικονομικά προβλήματα)</li></ul>

### Σχέση με το παρελθόν

- συχνά επιστρέφουν με νοσταλγία στο παρελθόν και είναι προσηλωμένοι σ' αυτό
- συντηρούν την παράδοση, όσα έχουν κατακτηθεί και θα αποτελέσουν θεμέλιο για το μέλλον.
- ωραιοποιούν το παρελθόν και αποστρέφονται τα σύγχρονα δεδομένα.

### Σχέση με τους νέους και το παρόν

- κατηγορούν συχνά τους νέους για επιπολαιότητα και ασέβεια
- είναι επιφυλακτικοί απέναντι σε κάθε νεωτεριστικό ιδεολογικό ρεύμα γι' αυτό και γίνονται συντηρητικοί

### Κοινωνικές σχέσεις

Δυσκολεύονται να προσαρμοστούν στις νέες συνθήκες σ' αυτό το στάδιο της ζωής τους διότι αλλάζει:

- ο ρόλος των ηλικιωμένων μέσα στην οικογένεια και
- η σχέση τους με τον χώρο της εργασίας τους, εφόσον μετά τη συνταξιοδότηση απομακρύνονται από αυτόν και συχνά ζουν στο περιθώριο

#### 1<sup>η</sup> περίπτωση

- αρκετοί οι ηλικιωμένοι είναι ανεξάρτητοι οικονομικά, αφού συνταξιοδοτούνται. Επομένως δεν έχουν ανάγκη να συμβιώνουν με τα παιδιά τους.
- γενικά, έχει διαμορφωθεί ένα πνεύμα ανεξαρτησίας και αυτονομίας που δεν ευνοεί τη στενή συμβίωση και αλληλεξάρτηση.
- έχουν δημιουργηθεί υπηρεσίες με μέριμνα του κράτους ή των ιδιωτών (π.χ. οι παιδικοί σταθμοί), που έχουν αντικαταστήσει τη γιαγιά στο «φύλαγμα» των παιδιών.

#### 2<sup>η</sup> περίπτωση σε μια διευρυμένη οικογένεια

- φροντίζουν τα παιδιά, όταν οι γονείς εργάζονται.
- προσφέρουν εργασία στο σπίτι.
- συνδέουν το παρόν με το χθες, μεταφέροντας στα παιδιά και τα εγγόνια τους πληροφορίες για το παρελθόν.
- διατηρούν την παράδοση, τα ήθη και τα έθιμα της πατρίδας μας.
- Οικονομική βοήθεια

#### 3<sup>η</sup> περίπτωση

- Οι περισσότεροι άνθρωποι ζουν στις πόλεις, στα διαμερίσματα, όπου δεν είναι εύκολη η συνοίκηση τόσο πολλών ανθρώπων
- Οι οικονομικά ασθενείς εξαρτώνται από τη φροντίδα των παιδιών τους
- Εκδηλώνουν διεκδικητικές τάσεις προς την οικογένεια, αλλά και προς την κοινωνία (αγανακτούν οι ηλικιωμένοι απέναντι στο περιβάλλον που τους αναγκάζει να ζουν σε απομόνωση και αδράνεια και τους αρνείται να χρησιμοποιούν τις ικανότητές τους, όσο μπορούν).
- Εγωκεντρισμός (επιθυμία πρόκλησης του ενδιαφέροντος)
- Το περιβάλλον συνήθως αδιαφορεί, υποτιμά τις ανάγκες τους, τους περιθωριοποιεί
- Οι νέοι φέρονται με ασέβεια, αδιαφορία και κυνισμό στους ηλικιωμένους

### Η θέση των ηλικιωμένων στη σύγχρονη εποχή

Οι ηλικιωμένοι στη σημερινή εποχή αντιμετωπίζουν μία αντιφατική στάση από το κοινωνικό σύνολο. Από τη μία πλευρά, βιώνουν μια απαξιώτικη και ενίοτε περιφρονητική συμπεριφορά από τις νεότερες γενιές, αλλά, από την άλλη, έχουν πλέον πρωτοφανείς σε σχέση με το παρελθόν δυνατότητες να απολαύσουν τη ζωή και τα αγαθά της.

Η θετική πλευρά της θέσης της τρίτης ηλικίας στις σύγχρονες κοινωνίες εκφράζεται από:

- την επιμήκυνση του μέσου όρου ζωής χάρη στα επιτεύγματα των ιατρικών και βιολογικών επιστημών
- την αντιμετώπιση πολλών ασθενειών και δυσλειτουργιών που συνδέονταν με το γήρας από την επιστήμη και τη συνακόλουθη σωματική και ψυχική αναζωογόνηση των ηλικιωμένων
- την εκπόνηση ειδικών προγραμμάτων από την οργανωμένη Πολιτεία για τη συμμετοχή των ηλικιωμένων σε διάφορους τομείς της κοινωνικής ζωής (προγράμματα άθλησης, ομαδικές εκδρομές, χώροι συνάντησης και ψυχαγωγίας, καλλιτεχνικές εκδηλώσεις κ.λπ.)
- τη συμμετοχή και παρουσία πολλών ατόμων της τρίτης ηλικίας σε δραστηριότητες που απαιτούν σθένος, πνευματική διαύγεια, τόλμη, αποφασιστικότητα και πάθος για τη ζωή, τη δράση και την περιπέτεια (π.χ. πτήσεις υπερηλίκων στο διάστημα, έντονη δραστηριοποίηση ηλικιωμένων στον πολιτικό στίβο, κατάρριψη παγκόσμιων ρεκόρ από άτομα τρίτης ηλικίας κ.λπ.)

### Πτυχές της σύγχρονης πραγματικότητας των ηλικιωμένων

Παρά το γεγονός ότι θα περίμενε κανείς από την πολιτεία να φροντίζει και να προστατεύει τα ευάλωτα μέλη της -μέρος των οποίων είναι και οι ηλικιωμένοι-, παρατηρούνται κι εδώ σημαντικές ελλείψεις, οι οποίες φανερώνουν την απουσία ουσιαστικής οργάνωσης και πραγματικού ενδιαφέροντος από τη μεριά του κράτους. Ειδικότερα:

- Οι ηλικιωμένοι έρχονται αντιμέτωποι με συνεχείς περικοπές των συντάξεών τους, με αποτέλεσμα εκείνοι που λαμβάνουν πολύ χαμηλές συντάξεις να μην μπορούν να καλύψουν τις βιοτικές τους ανάγκες, και να αισθάνονται ταπεινωμένοι από την πολιτεία. Άνθρωποι που δούλεψαν υπό αντίξοες ιστορικές συνθήκες, άνθρωποι που γνώρισαν πολλές στερήσεις στα χρόνια της νεότητάς τους, βρίσκονται πάλι, και μάλιστα σε μια ηλικία που δεν τους επιτρέπει να εργαστούν, αντιμέτωποι με τη φτώχεια.
- Πολλοί ηλικιωμένοι δεν έχουν τα αναγκαία χρήματα για να αγοράσουν τα φάρμακα που χρειάζονται ή για να καλύψουν τα ιατρικά τους έξοδα. Άλλοι βρίσκονται εγκαταλελειμμένοι από τους οικείους τους και ανήμποροι να φροντίσουν τον εαυτό τους, ενώ κάποιοι καταλήγουν άστεγοι στους δρόμους των πόλεων. Φαινόμενα οδυνηρά για ένα δημοκρατικό κράτος, που όχι μόνο δεν θα έπρεπε να υφίστανται, αλλά θα έπρεπε να ανήκουν ήδη στο μακρινό παρελθόν.
- Μεγάλο μέρος των ηλικιωμένων, έστω κι αν κατορθώνει να καλύψει τις πολύ βασικές ανάγκες της καθημερινότητας, εξαναγκάζεται ωστόσο στην υιοθέτηση ενός απόλυτα ασκητικού βίου, εφόσον δεν έχει τη δυνατότητα να προβεί σε καμία άλλη δραστηριότητα. Έννοιες, όπως είναι η ψυχαγωγία και η διασκέδαση, τους είναι άγνωστες, καθώς τα χρήματα που λαμβάνουν ως σύνταξη δεν επαρκούν για τίποτε άλλο πέρα από την κάλυψη των στοιχειωδών αναγκών διαβίωσης.

### Αίτια περιθωριοποίησης των ηλικιωμένων

- Η πολιτεία δίνει προτεραιότητα στους νέους ανθρώπους που βρίσκονται σε παραγωγική ηλικία και αδιαφορεί για τις ανάγκες των ηλικιωμένων.
- Οι σύγχρονοι ρυθμοί ζωής, ο ατομικισμός και τα υλιστικά πρότυπα που κυριαρχούν μας έχουν απογυμνώσει ηθικά και αδιαφορούμε για τους ανθρώπους γύρω μας, ιδιαίτερα για τους ηλικιωμένους.
- Η οικονομική παρακμή και η απουσία ενός κράτους πρόνοιας στερούν από τους ηλικιωμένους όλα όσα πρόσφεραν και αξίζουν να απολαύσουν στην τρίτη ηλικία.
- Η έλλειψη ανθρωπιστικής παιδείας και ευαισθησίας που διδάσκει στα νέα άτομα τον σεβασμό, την αξία της προσφοράς και την ανιδιοτέλεια.
- Οι νέες μορφές οικογένειας, η κρίση του οικογενειακού θεσμού

### Ηλικιωμένοι και άμεσο οικογενειακό περιβάλλον

Η ιδανική κατάσταση για τους ηλικιωμένους που έχουν δημιουργήσει οικογένεια, είναι η ενεργή συμμετοχή στη ζωή των παιδιών τους και ιδίως των εγγονιών τους. Οι ηλικιωμένοι, αν έχουν τις αναγκαίες δυνάμεις, μπορούν να προσφέρουν χρήσιμη βοήθεια με το να προσέχουν τα μικρά παιδιά ή μπορούν απλώς να αντλήσουν οι ίδιοι μεγάλη χαρά συναναστρεφόμενοι μαζί τους.

Η κάθε οικογένεια οφείλει να αναγνωρίζει πως οι ηλικιωμένοι, τώρα πια, γονείς υπήρξαν κάποτε σημαντικό στήριγμα στη ζωή τους και τους προσέφεραν πολλά. Αναγνώριση που οφείλει, εύλογα, να οδηγήσει στην ανταπόδοση ανάλογης προσφοράς με την ανάληψη της φροντίδας και της προστασίας των ηλικιωμένων αυτών προσώπων. Είναι προφανές πως οι ηλικιωμένοι άνθρωποι που έχουν παιδιά και εγγόνια αναμένουν μια στοιχειώδη έστω περιθαλψη· επιθυμούν την ευκαιρία να αισθάνονται ακόμη χρήσιμοι για τους άλλους, και θέλουν να έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν με κάποιο τρόπο στην καθημερινότητα των δικών τους ανθρώπων, ώστε να μη νιώθουν απομονωμένοι.

Είναι λυπηρό φαινόμενο της σύγχρονης εποχής να εγκαταλείπονται οι ηλικιωμένοι άνθρωποι από τους οικείους τους ή να αντιμετωπίζονται με βιαιότητα, αφού οι νεότεροι τείνουν να τους εκλαμβάνουν ως βάρος και ως ανεπιθύμητες πλέον παρουσίες. Δημιουργείται, έτσι, μια εξαιρετικά επώδυνη κατάσταση για τους ανθρώπους αυτούς που για χρόνια αγωνίστηκαν να προσφέρουν κάθε πιθανή στήριξη στα παιδιά τους, να βιώνουν στα τελευταία χρόνια της ζωής τους την αχαριστία και τη σκληρότητα των παιδιών αυτών

### Τρόποι με τους οποίους μπορεί να βοηθήσει η κοινωνία τους γέροντες

1. **Η αντιμετώπιση των γερόντων από τους νέους, ο σεβασμός :** σεβασμός προς ένα ηλικιωμένο σημαίνει να μην τον προσβάλουμε, να μην τον αντιμετωπίσουμε με επιθετικότητα ή αδιαφορία, να δείχνουμε κατανόηση για την ανημποριά του. Προπάντων, δείχνουμε σεβασμό σ' ένα ηλικιωμένο μέσα στην οικογένεια, όταν δεν τον θέτουμε σε περιθώριο, αντιμετωπίζοντάς τον ως περιττό βάρος. Δεν είναι ανάγκη να συμφωνούμε ή να συμμορφωνόμαστε μ' ό,τι μας λένε οι ηλικιωμένοι, δεν πρέπει όμως να τους αποδοκιμάζουμε, επειδή έχουν αντίθετη γνώμη από μας. Από την άλλη, είναι δικαίωμά μας να μην αποδεχόμαστε ως προσωπικότητα κάποιον ηλικιωμένο, ακόμη και να μην τον εκτιμούμε ως άνθρωπο, ίσως γιατί έχει κάποιες αδυναμίες που θεωρούμε ασυγχώρητες, π.χ. να είναι υποκριτής ή τσιγκούνης κ.λπ. Όμως έχουμε υποχρέωση να του συμπεριφερόμαστε

με τρόπο που να μην προσβάλλει την ανθρώπινη αξιοπρέπειά του. Τον σεβασμό τον οφείλουμε όχι μόνο στους ηλικιωμένους αλλά και σε κάθε άνθρωπο, ανεξάρτητα από την ηλικία του, την κοινωνική του θέση και τη μόρφωση, γιατί μόνο έτσι δικαιούμαστε να απαιτούμε από τους άλλους να μας σέβονται.

### 2. Γενικότερα η οικογένεια και οι συγγενείς

- πληροφόρηση – ενημέρωση για τις ιδιαίτερες ανάγκες των ηλικιωμένων.
- διανομή φαγητού.
- παροχή υπηρεσιών ανακούφισης και περίθαλψη.
- οικιακή φροντίδα σε πρακτική βοήθεια στο σπίτι (καθαριότητα, ψώνια...).
- παροχή υπηρεσιών, όπως ψυχαγωγία, εργοθεραπεία, φυσικοθεραπεία, δυνατότητες εκπαίδευσης κ.α.
- φροντίδα το Σαββατοκύριακο για την ανακούφιση των συγγενών.
- συστήματα συναγερμού (τηλεφωνικά κυκλώματα για τους μοναχικούς),επόπτες γειτονιάς.
- προγράμματα καλής γειτονιάς και φιλικών επισκέψεων.

### 3. Τα μέτρα από την πολιτεία, για να έχουν οι ηλικιωμένοι μια γεμάτη και ενδιαφέρουσα ζωή

- διεύρυνση και βελτίωση των κέντρων ανοιχτής προστασίας (Κ.Α.Π.Η.).
- παροχή ικανοποιητικών συντάξεων που να εξασφαλίζουν μια αξιοπρεπή διαβίωση.
- ιατροφαρμακευτική περίθαλψη που να καλύπτει τις αυξημένες ανάγκες αυτής της φάσης.
- αναγνώριση της προσφοράς τους από την πολιτεία με κοινωνικές διακρίσεις, τιμές και εκδηλώσεις.
- ψυχαγωγικά προγράμματα (από τα Μ.Μ.Ε. που εποπτεύονται από την πολιτεία ) κατάλληλα και συναφή προς τα ενδιαφέροντά τους.
- αξιοποίηση, μέσα από θεσμούς, της πείρας των ηλικιωμένων και της γνώσης τους για σημαντικά θέματα.
- επιστημονική μελέτη και ανάλυση των προβλημάτων της τρίτης ηλικίας και πρακτική αξιοποίηση των πορισμάτων.

### 4. Τι πρέπει να κάνουν οι ίδιοι :

οι ηλικιωμένοι πρέπει να μην παραιτούνται από τις ανάγκες και τις επιθυμίες τους και να μην αυτοπεριορίζονται σε μια γωνιά του σπιτιού. Αν δεν μπορούν να εργαστούν, να βρίσκουν κάποια απασχόληση, να επιδίδονται σε ό,τι τους αρέσει και δίνει ενδιαφέρον στη ζωή τους. Το ζητούμενο είναι να μην παραιτηθούν από τη ζωή, να μην ξεχνούν ότι έχουν δικαιώματα, όπως όλοι οι άνθρωποι, να μην πανικοβάλλονται με τις ασθένειες και την ανημποριά τους και, προπάντων, να κρατούν ανοιχτές τις γέφυρες επικοινωνίας με τους συνομήλικους, αλλά και τα παιδιά και τα εγγόνια τους.

## ΚΕΙΜΕΝΑ

### Κείμενο 1

#### Οι νέοι δίπλα στην τρίτη ηλικία

Το 1990 ο Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών (ΟΗΕ) ανακήρυξε την 1η Οκτωβρίου ως την Παγκόσμια Ημέρα των Ηλικιωμένων και ένα χρόνο αργότερα όρισε πέντε βασικές αρχές για τους ηλικιωμένους, οι οποίες στοχεύουν στο να διασφαλίσουν ότι θα δοθεί προτεραιότητα στην τρίτη ηλικία από όλες τις κυβερνήσεις του κόσμου. Αυτές οι αρχές είναι η ανεξαρτησία, η συμμετοχή των ηλικιωμένων στα κοινά, η δυνατότητα εκπλήρωσης των προσωπικών στόχων, η φροντίδα και η αξιοπρέπεια. Ο πολιτισμός μιας κοινωνίας κρίνεται μεταξύ άλλων από τη στάση της απέναντι στην τρίτη ηλικία. Παρότι η οικογένεια αποτελεί έναν από τους σημαντικότερους θεσμούς στην Ελλάδα, οι αριθμοί

από έρευνες παρουσιάζουν μια ιδιαίτερα θλιβερή εικόνα: ένας στους τρεις ηλικιωμένους, δηλαδή 1.000.000 συνάνθρωποί μας, υποφέρουν από μοναξιά.

Εμείς, και κυρίως οι νέοι, έχουμε βαθιά υποχρέωση να αντιμετωπίσουμε με σεβασμό και πραγματική βούληση τα προβλήματα των συνανθρώπων μας της τρίτης ηλικίας και να τους βοηθήσουμε στη διασφάλιση μιας αξιοπρεπούς καθημερινότητας.

Οφείλουμε λοιπόν να τους προσφέρουμε την ανεξαρτησία, την αυτοεκτίμηση και τις δυνατότητες για αξιοπρεπή διαβίωση και συμμετοχή στην κοινωνία, παρέχοντας υψηλές υπηρεσίες υγείας και φροντίδας. Οφείλουμε να είμαστε στο πλευρό τους, για όσα μας έχουν προσφέρει απλόχερα, γιατί έχουν συμβάλει σημαντικά στο να διαμορφώσουμε τους χαρακτήρες μας και να γίνουμε χρήσιμοι άνθρωποι στην κοινωνία. Έτσι, όχι μόνο θα νοσηματοδοτηθεί η διακήρυξη του ΟΗΕ, αλλά και θα έχουμε κάνει το προσωπικό μας καθήκον απέναντι στην τρίτη ηλικία.

Α. Σιώκας - Γ. Κρικρής, από την ηλ. εφ. *Μοσχάτο Ταύρος.gr*, 29.4.2014 (διασκευή).

### Κείμενο 2

#### [Η κοινωνικοποίηση της τρίτης ηλικίας]

Ας πάρουμε την περίπτωση των ανθρώπων της τρίτης ηλικίας. Οι περισσότεροι άνθρωποι σε αυτήν την ηλικία ίσως έχουν για πρώτη φορά στη ζωή τους αρκετό ελεύθερο χρόνο, για να τον χρησιμοποιήσουν, όπως επιθυμούν. Θα μπορούσαν, όμως, όλοι να περάσουν ευχάριστα τον χρόνο τους σε μια πλατεία; Σίγουρα κάποιοι και κάποιες το κάνουν. Μάλλον όσοι και όσες έχουν ήδη ένα κύκλο γνωστών βρίσκονται μεταξύ τους στις πλατείες. Κάποιος παππούς όμως ή κάποια γιαγιά που δεν έχει έναν τέτοιο κύκλο, πόσο εύκολο είναι να κοινωνικοποιηθεί σε μια πλατεία, να γνωρίσει άλλους ανθρώπους και να αναπτύξει σχέσεις φιλίας;

Η Πολιτεία θα μπορούσε να συμβάλει ώστε να ξεπεραστεί η αμηχανία από έναν παππού ή μια γιαγιά που δεν έχει πολλούς γνωστούς ή φίλους στη γειτονιά του, να έχει ένα λόγο να πάει στην κοντινή πλατεία του σπιτιού του και έτσι να κοινωνικοποιηθεί. Όπως οι Λέσχες Φιλίας των Δήμων προσφέρουν παραπάνω από έναν καφέ ή τάβλι, λόγω των προγραμμάτων (γυμναστικής, αυτοάμυνας, διατροφολογίας, ομάδες συζητήσεων, εποχιακές εκδηλώσεις κ.ά), που καθημερινά παρακολουθούν όσοι ηλικιωμένοι είναι μέλη, έτσι και οι πλατείες θα μπορούσαν να μετατραπούν κατά καιρούς σε υπαίθριες λέσχες φιλίας, προσφέροντας στους κατοίκους κάτι παραπάνω από μια βόλτα.

Παρόλο που όλα τα παραπάνω προφανώς δεν μπορούν να αντιστρέψουν εντελώς τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζει η σύγχρονη κοινωνία τους ηλικιωμένους, τους οποίους στην ουσία οδηγεί σε κοινωνικό αποκλεισμό, ωστόσο, θα μπορούσαν να συντελέσουν στη βελτίωση της θέσης τους στις σύγχρονες μεγαλουπόλεις. Αφιερώνοντας κάποιες μέρες του χρόνου τις πλατείες μας στους ηλικιωμένους εφιστούμε την προσοχή και στους νεότερους πως η πόλη δεν ανήκει μόνο στα νιάτα, αλλά οφείλουμε να την κάνουμε φιλόξενη και για την τρίτη ηλικία.

Έ. Κοσκώση, από την ηλεκτρονική εφημερίδα *Oikopress*, 23. 1. 2013 (διασκευή).

### ΘΕΜΑΤΑ

#### A1. (Μονάδες 15)

A1. Ποιες ενέργειες, σύμφωνα με τους συγγραφείς των δύο κειμένων, θα μπορούσαν να συντελέσουν στη βελτίωση της θέσης των ηλικιωμένων; (60-80 λέξεις)  
(μονάδες 15)

A2. (Μονάδες 10)

A2. Να δώσετε από ένα πλαγιότιτλο σε κάθε παράγραφο και των δύο κειμένων.  
(μονάδες 10)

B1. (Μονάδες 10)

B1. «Ο πολιτισμός μιας κοινωνίας κρίνεται μεταξύ άλλων από τη στάση των μελών της απέναντι στην τρίτη ηλικία».

Χρησιμοποιώντας την παραπάνω πρόταση, να δημιουργήσετε μια παράγραφο 50-60 λέξεων.  
(μονάδες 10)

B2. Σε ποιες από τις ακόλουθες φράσεις/προτάσεις των κειμένων η γλώσσα χρησιμοποιείται κυριολεκτικά/δηλωτικά και σε ποιες μεταφορικά/συνυποδηλωτικά;

1. «είμαστε στο πλευρό τους»

2. «κύκλο γνωστών»

3. «σύγχρονη κοινωνία»

(μονάδες 15)

### Κείμενο 3 Τρίτη ηλικία

Η «τρίτη ηλικία» ή τα γηρατειά είναι μια συνεχιζόμενη και εξελισσόμενη διαδικασία, που αρχίζει σε διαφορετική στιγμή και εξελίσσεται με διαφορετικό ρυθμό. Ακόμη, συνοδεύεται από διαφορετικές για τον κάθε άνθρωπο βιολογικές, ψυχολογικές, κοινωνικές και οικονομικές αλλαγές. Εύλογα, λοιπόν, ο ορισμός της τρίτης ηλικίας είναι πολυσύνθετος και κάθε επιστήμη προσεγγίζει την ηλικία αυτή από τη δική της σκοπιά.

Σύμφωνα με τη βιολογία, γηρατειά είναι το βιολογικό φαινόμενο κατά το οποίο οι ζωντανοί οργανισμοί παρουσιάζουν προοδευτική κάμψη των φυσιολογικών λειτουργιών τους. Έτσι, μειώνεται βαθμιαία η δύναμη στα ηλικιωμένα άτομα. Παράλληλα, αρχίζουν να εμφανίζονται χρόνιες ασθένειες. Αποτέλεσμα όλων αυτών είναι η μείωση της δραστηριότητας του ατόμου, η ελάττωση του αποθέματος ενέργειάς του και μια ποικιλία άλλων εξωτερικών (φυσιογνωμικών και αισθητικών) αλλαγών.

Η ψυχολογία από την πλευρά της υπογραμμίζει κυρίως τις μεταβολές του κεντρικού νευρικού συστήματος, που έχουν ως αποτέλεσμα τη μείωση της ικανότητας της αντίληψης. Επίσης, ενδιαφέρεται για την άμβλυνση<sup>1</sup> των αισθήσεων, καθώς και την ελάττωση της ικανότητας για τη σωστή χρήση πληροφοριών.

Η κοινωνιολογία, και ιδιαίτερα η κοινωνική ψυχολογία, ενδιαφέρεται για τις αλλαγές που υφίσταται η κοινωνική ομάδα των ηλικιωμένων στις σχέσεις της με τις άλλες κοινωνικές ομάδες. Ειδικότερα, παρατηρεί ότι αλλάζει ο ρόλος των ηλικιωμένων μέσα στην οικογένεια και η σχέση τους με τον χώρο της εργασίας τους, εφόσον μετά τη συνταξιοδότηση απομακρύνονται από αυτόν και συχνά ζουν στο περιθώριο. Ακόμη, μελετά το πώς μεταβάλλεται η συμπεριφορά της κοινωνίας απέναντι στους ηλικιωμένους και αυτών απέναντι στην κοινωνία, γεγονός που οφείλεται κυρίως στον περιορισμό των δραστηριοτήτων τους.

Τέλος, οι οικονομικές επιστήμες προσεγγίζουν την τρίτη ηλικία από οικονομική άποψη. Μελετούν, δηλαδή, πόσα άτομα είναι οικονομικά ενεργά, πόσα συνταξιοδοτούνται, πόσα είναι άπορα και πόσα έχουν πρόσθετες οικονομικές ανάγκες λόγω προβλημάτων υγείας και στέγης.

Από όλες αυτές τις προσεγγίσεις στην τρίτη ηλικία γίνεται σαφές πως είναι δύσκολο, αν όχι αδύνατο, να ορίσει κανείς αυτήν την ομάδα. Για λόγους καθαρά πρακτικούς έχει οριστεί το



60ο ή το 65ο έτος της ηλικίας των ανθρώπων ως ενδεικτικό της έναρξης της γεροντικής ηλικίας, γιατί στις περισσότερες χώρες το άτομο συνταξιοδοτείται, όταν φθάσει σ' αυτή την ηλικία. Ωστόσο, πολλοί επιστήμονες κάνουν τον διαχωρισμό μεταξύ «τρίτης» και «τέταρτης ηλικίας» και χρησιμοποιούν ως κριτήριο διάκρισης των δύο αυτών ηλικιακών ομάδων τη δυνατότητα του ατόμου για αυτοεξυπηρέτηση.

Μ. Μαλικιώση – Λοϊζου. (2000). «Τρίτη ηλικία». Στο: Παιδαγωγική Ψυχολογική Εγκυκλοπαίδεια Λεξικό, τ. 8ος, σελ. 4838. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα (διασκευή).

1 άμβλυνση: μείωση, ελάττωση

### ΘΕΜΑΤΑ

A1. (Μονάδες 15)

A1. Για ποιους λόγους, σύμφωνα με το κείμενο, η τρίτη ηλικία παρουσιάζει ενδιαφέρον από οικονομική άποψη; (60-80 λέξεις)

(μονάδες 15)

A2. (Μονάδες 10)

A2. Ποια είναι τα δομικά στοιχεία της τέταρτης παραγράφου (Η κοινωνιολογία...δραστηριοτήτων τους) του κειμένου;

(μονάδες 10)

B1. (Μονάδες 10)

B1. «Μεταβάλλεται η συμπεριφορά της κοινωνίας απέναντι στους ηλικιωμένους και αυτών απέναντι στην κοινωνία».

Χρησιμοποιώντας την παραπάνω πρόταση, να δημιουργήσετε μία παράγραφο 50-60 λέξεων.

(μονάδες 10)

B2. (Μονάδες 15)

B2. Να επισημάνετε σε ποιες από τις παρακάτω προτάσεις/φράσεις του κειμένου η γλώσσα χρησιμοποιείται κυριολεκτικά/δηλωτικά και σε ποιες μεταφορικά/συνυποδηλωτικά:

1. «Κάθε επιστήμη προσεγγίζει την ηλικία αυτή»

2. «ο ρόλος των ηλικιωμένων»

3. «το άτομο συνταξιοδοτείται»

(μονάδες 15)