

ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΧΡΟΝΟΣ – ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ - ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ

Ορισμοί:

Ελεύθερος χρόνος: πρόκειται για το χρόνο που ανήκει αποκλειστικά στον άνθρωπο για να ξεκουραστεί, ν' αξιοποιήσει τις κλίσεις του, να καλλιεργήσει τα ενδιαφέροντα του.

Ψυχαγωγία: (< ψυχήν + άγω= οδηγώ την ψυχή) είναι η δημιουργική αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου, που προσφέρει στον άνθρωπο ευχαρίστηση, χαλάρωση, απομάκρυνση απ' την πραγματικότητα και τη μονοτονία, ψυχοπνευματική καλλιέργεια.

Διασκέδαση: (< σκεδάννυμι= σκορπίζω) αφορά την εκτόνωση που έχει ανάγκη ο άνθρωπος στη ζωή και ειδικότερα στον ελεύθερο χρόνο του, προκειμένου να νιώσει ψυχικά ισορροπημένος. Συχνά όμως ταυτίζεται με τη «νόθα» ψυχαγωγία, την απόπειρα φυγής, το «σκότωμα της ώρας».

Μορφές ψυχαγωγίας

A. Ποιοτική, γνήσια: αθλητισμός, ταξίδια, ενασχόληση με τέχνες κλπ. Πρόκειται για οργανωμένη δραστηριότητα ή απασχόληση του ανθρώπου που αποσκοπεί στην ευχαρίστηση και στη γόνιμη αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου.

B. Νόθη: τυχερά ή ηλεκτρονικά παιχνίδια, ναρκωτικά, καταχρήσεις, υποκουλτούρα κ.α. Αυτό το είδος ψυχαγωγίας αποτελεί απόπειρα φυγής απ' τη μονότονη πραγματικότητα, αποπροσανατολίζοντας τον άνθρωπο και προσφέροντάς του φαινομενική και προσωρινή εσωτερική πληρότητα ή αυτάρκεια.

ΔΕΙΓΜΑΤΑ ΑΥΞΗΣΗΣ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ ΣΗΜΕΡΑ

- ^ Πενθήμερη εργασία
- ^ Οκτάωρη καθημερινή απασχόληση
- ^ Περισσότερες αργίες
- ^ Περισσότερες άδειες, αυξημένος χρόνος διακοπών
- ^ Περισσότερα συντάξιμα χρόνια

ΑΙΤΙΑ ΑΥΞΗΣΗΣ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ ΣΗΜΕΡΑ

- Η είσοδος της μηχανής στην παραγωγή αντικατέστησε τα ανθρώπινα χέρια, μείωσε το ωράριο καθημερινής απασχόλησης και δημιούργησε περισσότερο ελεύθερο χρόνο.
- Οι αγώνες των εργαζομένων (συνδικαλιστικό κίνημα) για καλύτερες συνθήκες εργασίας και μείωση του εργάσιμου χρόνου συνέβαλαν στην αύξηση του ελεύθερου χρόνου.
- Προκειμένου να περιοριστεί το πρόβλημα της ανεργίας, μειώθηκε το υποχρεωτικό ωράριο απασχόλησης, ώστε να βρουν δουλειά περισσότεροι άνθρωποι.

- Η μηχανοποίηση της ζωής και της εργασίας έκαναν αναγκαία την αύξηση του ελεύθερου χρόνου, προκειμένου ο ανθρώπινος οργανισμός ν' ανανεώνεται. Όλοι πλέον έχουν αντιληφθεί, ότι ιδιαίτερα οι σημερινοί εργαζόμενοι χρειάζονται τον ελεύθερο χρόνο περισσότερο από ποτέ.
- Η άνοδος του βιοτικού επιπέδου, ο αυτοματισμός, η γενικότερη εξέλιξη της επιστήμης και της τεχνολογίας αύξησαν τον ελεύθερο χρόνο.
- Με την ειδίκευση εξοικονομείται χρόνος, αφού σήμερα υπάρχει κάποιος ειδικός για κάθε δραστηριότητα.
- Η τεράστια εξέλιξη των ΜΜΕ, των μέσων μεταφοράς και συγκοινωνίας βοήθησαν τον άνθρωπο στην καθημερινότητά του.

ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΤΗΣ ΨΥΧΑΓΩΓΙΑΣ

- Αναζωογόνηση σώματος και πνεύματος, ξεκούραση, ανάκτηση δυνάμεων, τόνωση ψυχοσωματικής υγείας.
- Ηρεμία, εξασφάλιση συναισθηματικής ισορροπίας κι εσωτερικής πληρότητας απαλλαγή από άγχη, νευρώσεις, φόβους, αγωνίες.
- Διεύρυνση πνευματικών οριζόντων, ανάπτυξη πνευματικών λειτουργιών, καλλιέργεια προβληματισμού, μόρφωση κι επιμόρφωση.
- Δημιουργία, αισθητική, ηθική καλλιέργεια, ανάπτυξη καλαισθησίας, εξευγενισμός του ανθρώπου.
- Σύσφιξη κοινωνικών σχέσεων, κοινωνικότητα.
- Διασφάλιση αρμονικής κοινωνικής συμβίωσης.

ΓΟΝΙΜΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ

- Μελέτη: διευρύνει τους ορίζοντες, εξάπτει την περιέργεια, οξύνει την κρίση και το γόνιμο προβληματισμό.
- κινηματογράφος, θεάματα ποιότητας, θέατρο: το άτομο συμμετέχει, συμπάσχει, συγκινείται, προβληματίζεται, οξύνονται η κρίση κι η φαντασία του, όταν προβάλλονται σοβαρά μηνύματα και πρότυπα.
- επαφή με τις τέχνες και την παράδοση.
- άθληση: ψυχική υγεία ως αποτέλεσμα της σωματικής ηρεμίας, εκτόνωση του περίσσιου φορτίου ενέργειας, καλλιέργεια του συναγωνισμού.
- ταξίδια: επαφή με τη φύση, ευαισθητοποίηση, εμπειρίες, γνωριμία με ήθη κι έθιμα.
- κοινωνικές σχέσεις, εορταστικές εκδηλώσεις, συντροφιά μ' άλλους ανθρώπους, ένταξη σε κοινωνικοπολιτικές ομάδες, συλλόγους, ανταλλαγή απόψεων.

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΤΩΝ ΜΟΡΦΩΝ ΨΥΧΑΓΩΓΙΑΣ

- α. Το περιβάλλον κι οι δυνατότητες που προσφέρει (κοινωνικό, πολιτισμικό, πολιτικό)
- β. η οικονομική ευχέρεια
- γ. η πνευματική καλλιέργεια, το μορφωτικό επίπεδο

- δ. η ηλικία , τα ενδιαφέροντα, οι συνήθειες
- ε. τα ΜΜΕ (προβολή κι επιβολή προτύπων)
- στ. ο διαθέσιμος ελεύθερος χρόνος
- ζ. η ιδιοσυγκρασία, η ψυχοσύνθεση κι η παράδοση ενός προσώπου ή λαού (π.χ. θέατρο στην αρχαία Ελλάδα, μονομαχίες στη Ρώμη, ταυρομαχίες στην Ισπανία).

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ - ΠΡΟΥΠΟΘΕΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΡΘΗ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ

- ✓ σωστά κριτήρια επιλογών.
- ✓ παροχή κινήτρων κι ερεθισμάτων απ' τους φορείς αγωγής (σχολείο, οικογένεια κτλ.).
- ✓ παιδεία πλατιά, καλλιέργεια πολύπλευρων ενδιαφερόντων.
- ✓ ευκαιρίες μόρφωσης κι επιμόρφωσης απ' την πολιτεία.
- ✓ οικονομική ενίσχυση των μορφωτικών συλλόγων και ίδρυση κέντρων που θα καλύπτουν τις ανάγκες των νέων (αθλητικοί και πολιτιστικοί χώροι, βιβλιοθήκες, θέατρα).
- ✓ χρηματοδότηση πολιτιστικών εκδηλώσεων απ' την πολιτεία, τους επιχειρηματίες κ.α.
- ✓ αποτελεσματικότερος έλεγχος των υποπτιων κέντρων «ψυχαγωγίας».
- ✓ ποιοτική αναβάθμιση των ΜΜΕ, επιλεκτική χρήση της τηλεόρασης.

ΑΙΤΙΕΣ ΣΤΡΟΦΗΣ ΣΤΗ ΝΟΘΗ ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

- ❖ Έλλειψη ερεθισμάτων και κινήτρων για ποιοτική ψυχαγωγία απ' το ευρύτερο κοινωνικό ή οικογενειακό περιβάλλον.
- ❖ εξοντωτικός ρυθμός ζωής, άγχος, ανταγωνισμός, υπερεργασία, αίσθηση εγκλεισμού, «ασφυξία», αναζήτηση εκτόνωσης.
- ❖ προβολή της νόθης ψυχαγωγίας απ' τα Μ.Μ.Ε. για εξυπηρέτηση οικονομικών συμφερόντων.
- ❖ μιμητισμός, μόδα, ξενομανία.
- ❖ τεχνοκρατική παιδεία, απουσία πνευματικών ανθρώπων.

ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΑΠ' ΤΗΝ ΚΑΚΗ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ

- Κατασπατάληση των σωματικών και ηθικοπνευματικών δυνάμεων, ψυχική κόπωση που οδηγούν στην καταστροφή της υγείας
- μη καλλιέργεια των πνευματικών κλίσεων κι απολαύσεων
- προσωρινή κι επιφανειακή ευχαρίστηση, πλήξη, μονοτονία
- οικονομικά προβλήματα
- υπερκατανάλωση αγαθών
- σπατάλη χρόνου
- κρίση ηθικών αξιών
- χαλάρωση των σχέσεων, αποξένωση
- πλήρης αδράνεια

