

ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΧΡΟΝΟΣ – ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ - ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ

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

^ 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.

^ 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

V Η είσοδος της μηχανής στην παραγωγή αντικατέστησε τ' ανθρώπινα χέρια, μείωσε το ωράριο καθημερινής απασχόλησης και δημιούργησε περισσότερο ελεύθερο χρόνο,

V οι αγώνες των εργαζομένων (συνδικαλιστικό κίνημα) για καλύτερες συνθήκες εργασίας και μείωση του εργάσιμου χρόνου συνέβαλαν στην αύξηση του ελεύθερου χρόνου,

V προκειμένου να περιοριστεί το πρόβλημα της ανεργίας, μειώθηκε το υποχρεωτικό ωράριο απασχόλησης, ώστε να βρουν δουλειά περισσότεροι άνθρωποι,

V 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 άλλοτε,

V η άνοδος του βιοτικού επιπέδου, ο αυτοματισμός, η απλούστευση της ζωής, η γενικότερη εξέλιξη της επιστήμης και της τεχνολογίας αύξησαν τον ελεύθερο χρόνο,

V με την ειδίκευση εξοικονομείται χρόνος, αφού σήμερα υπάρχει κάποιος ειδικός για κάθε δραστηριότητα,

V η τεράστια εξέλιξη των ΜΜΕ, των μέσων μεταφοράς και συγκοινωνίας βοήθησαν τον άνθρωπο στην καθημερινότητά του.

ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΤΗΣ ΨΥΧΑΓΩΓΙΑΣ

v Αναζωογόνηση σώματος και πνεύματος, ξεκούραση, ανάκτηση δυνάμεων, τόνωση ψυχοσωματικής

υγείας, v ηρεμία, εξασφάλιση συναισθηματικής ισορροπίας κι εσωτερικής

πληρότητας, απαλλαγή από άγχη, νευρώσεις, φόβους, αγωνίες,

ενοχές και πάθη,

v διεύρυνση πνευματικών οριζόντων, ανάπτυξη πνευματικών λειτουργιών, καλλιέργεια προβληματισμού, μόρφωση κι επιμόρφωση,

v δημιουργία, αισθητική, ηθική καλλιέργεια, ανάπτυξη καλαισθησίας, εξευγενισμός του ανθρώπου,

v σύσφιξη κοινωνικών σχέσεων, κοινωνικότητα,

v διασφάλιση αρμονικής κοινωνικής συμβίωσης.

ΓΟΝΙΜΟΙ ΤΡΟΠΟΙ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ

V Μελέτη: διευρύνει τους ορίζοντες, εξάπτει την περιέργεια, οξύνει την κρίση και το γόνιμο προβληματισμό,

V κινηματογράφος, θεάματα ποιότητας, θέατρο: το άτομο συμμετέχει, συμπάσχει, συγκινείται, προβληματίζεται, οξύνονται η κρίση κι η φαντασία του, όταν προβάλλονται σοβαρά μηνύματα και πρότυπα,

V επαφή με τις τέχνες και την παράδοση,

V άθληση: ψυχική υγεία ως αποτέλεσμα της σωματικής ηρεμίας, εκτόνωση του περίσσιου φορτίου ενέργειας, καλλιέργεια του συναγωνισμού,

V ταξίδια: επαφή με τη φύση, ευαισθητοποίηση, εμπειρίες, γνωριμία με ήθη κι έθιμα,

V κοινωνικές σχέσεις, εορταστικές εκδηλώσεις, συντροφιά μ' άλλους ανθρώπους, ένταξη σε κοινωνικοπολιτικές ομάδες, συλλόγους, συμμετοχή στην τοπική αυτοδιοίκηση: συναισθηματική κάλυψη, ανταλλαγή απόψεων,

V δημιουργική ερασιτεχνική ενασχόληση,

V αυτοκριτική.

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΤΩΝ ΜΟΡΦΩΝ ΨΥΧΑΓΩΓΙΑΣ

V Το περιβάλλον κι οι δυνατότητες που προσφέρει (κοινωνικό, πολιτισμικό, πολιτικό),

V η οικονομική ευχέρεια,

V η πνευματική καλλιέργεια, το μορφωτικό επίπεδο,

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

ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ - ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΡΘΗ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ

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

ΑΙΤΙΑ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΤΟΥ ΧΡΟΝΟΥ ΣΗΜΕΡΑ

- V Η απομάκρυνση απ' τη φύση, η συσσώρευση πολλών ανθρώπων στα αστικά κέντρα, η έλλειψη ζωτικού χώρου, ο ανταγωνισμός, η απουσία ουσιαστικής επικοινωνίας αλλοτριώνουν το χαρακτήρα του ατόμου, το στρέφουν στη μοναξιά ή στην ανούσια διασκέδαση,
 - V οι γρήγοροι ρυθμοί ζωής, η σύνθετη δομή των κοινωνιών, οι αλληλοσυγκρουόμενοι ρόλοι και τα πρότυπα σε συνδυασμό με τα σοβαρά προβλήματα (ανεργία, αναξιοκρατία κ.α) καταπιέζουν τον άνθρωπο και τον οδηγούν σ' εκτόνωση ή αντικοινωνικές συμπεριφορές,
 - V οι πολλαπλές υποχρεώσεις (επαγγελματικές, κοινωνικές, οικογενειακές), οι οικονομικές απαιτήσεις του σύγχρονου ανθρώπου κι οι καταναλωτικές επιθυμίες τον αναγκάζουν σε πρόσθετη εργασία και περιορισμό του ελεύθερου χρόνου,
 - V η αύξηση του «νεκρού χρόνου» (π.χ. μετακινήσεις),
 - V η στείρα τεχνοκρατική αντίληψη, ο βιομηχανοποιημένος τρόπος ζωής, η μη δημιουργική εργασία κι η πληκτική καθημερινότητα ατονούν το πνεύμα του ανθρώπου, οπότε δεν έχει την ωριμότητα ν' ασχοληθεί με δημιουργικές ενασχολήσεις παρά μόνο με την εκτόνωση.
- Επιπλέον, δεν αντιστέκεται στην κουλτούρα κακής ποιότητας, αλλά χαρακτηρίζεται από μιμητισμό, υποδούλωση στη μόδα, έλλειψη ενδιαφερόντων,
- V η οικογένεια περνά κρίση, χάνει το νόημά της, οπότε δεν υπάρχει χρόνος και διάθεση να μεταδώσουν οι γονείς στα παιδιά τους τις κατάλληλες αρχές κι

ενδιαφέροντα, για ν' αξιοποιούν δημιουργικά τον ελεύθερο χρόνο τους,
V το σχολείο δε λειτουργεί πια ως φορέας ανθρωπιστικής παιδείας, που διαμορφώνει άτομα σφαιρικά και πολύπλευρα, ώστε να έχουν συνείδηση ότι ο ελεύθερος χρόνος σχετίζεται με την πνευματική καλλιέργεια και την αυτοκριτική,

V σήμερα είναι περισσότερες οι δραστηριότητες κι οι υποχρεώσεις ενός έφηβου - μαθητή σε σύγκριση μ' αυτές ενός μαθητή πριν από τριάντα χρόνια,

V τα ΜΜΕ με τα φθηνά θεάματα προβάλλουν αρνητικά πρότυπα ψυχαγωγίας, οπότε προσανατολίζουν τους δέκτες στην ανούσια διασκέδαση κι οδηγούν το πνεύμα ή την ψυχή σε παρακμή,

V η τηλεόραση δολοφονεί το χρόνο, καταδικάζει σ' αδράνεια κι αποχαύνωση, νεκρώνει τη φαντασία, τη δημιουργικότητα, τη διάθεση για διαπροσωπικές σχέσεις.

ΔΕΙΓΜΑΤΑ ΜΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗΣ ΕΚΜΕΤΑΛΛΕΥΣΗΣ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ

V Απομάκρυνση απ' το βιβλίο και τη μελέτη γενικότερα,

V γήπεδα και χουλιγκανισμός αντί για άθληση,

V εκτονωτικές μορφές διασκέδασης (μπαρ, κλαμπ, μπουζούκια, κραυγές, κλπ.), βιομηχανοποιημένοι τρόποι εκμετάλλευσης του ελεύθερου χρόνου (ηλεκτρονικά παιχνίδια, αυτοκίνητα κλπ.),

V χαρτοπαιξία, αλκοόλ, ακόμη και μορφές αντικοινωνικής συμπεριφοράς (βία, εγκληματικότητα, ναρκωτικά),

V άκριτη θέαση και συνεχής παρακολούθηση προγραμμάτων της τηλεόρασης που οδηγεί στην αποχαύνωση,

V απομάκρυνση απ' την αληθινή τέχνη, επαφή μόνο με εμπορευματοποιημένες μορφές καλλιτεχνικής έκφρασης, δηλ. με μαζική κουλτούρα (εμπορικός κινηματογράφος, επιθεωρήσεις),

V άρνηση των παραδοσιακών τρόπων διασκέδασης (χορός, «τραγούδι της τάβλας») και υιοθέτηση ξένων προτύπων (π.χ μουσικές προτιμήσεις),

V υπερκατανάλωση υλικών αγαθών,

V σύναψη επιφανειακών σχέσεων με τους συνανθρώπους,

V πλήρης αδράνεια στον ελεύθερο χρόνο. Στο όνομα της ανάπαυσης αρκετοί φτάνουν στο άλλο άκρο: στην πλήρη παθητικοποίηση και την απραξία, που μόνο δημιουργικές δεν είναι,

V υπερεντατικοποίηση της εργασίας, ενασχόληση μ' επαγγελματικά θέματα και στον «υποτιθέμενο» ελεύθερο χρόνο.

ΑΙΤΙΕΣ ΣΤΡΟΦΗΣ ΣΤΗ ΝΟΘΗ ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ

V Έλλειψη ερεθισμάτων και κινήτρων για ποιοτική ψυχαγωγία απ' το ευρύτερο κοινωνικό ή οικογενειακό περιβάλλον,

V εξοντωτικός ρυθμός ζωής, άγχος, ανταγωνισμός, υπερεργασία, πολλαπλοί ρόλοι, αίσθηση εγκλεισμού, «ασφυξία», αναζήτηση εκτόνωσης,

V προβολή της νόθης ψυχαγωγίας απ' τα Μ.Μ.Ε. για εξυπηρέτηση οικονομικών

συμφερόντων,

V μιμητισμός, μόδα, ξενομανία,

V ανάλαφρη, επιπόλαιη στάση απέναντι στη ζωή,

V τεχνοκρατική παιδεία, απουσία πνευματικών ανθρώπων.

ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΑΠ' ΤΗΝ ΚΑΚΗ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗ ΤΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ

V Κατασπατάληση των σωματικών και ηθικοπνευματικών δυνάμεων, ψυχική κόπωση που οδηγούν στην καταστοφή της υγείας,

V μη καλλιέργεια των πνευματικών κλίσεων κι απολαύσεων,

V απώλεια εσωτερικής ελευθερίας,

V προσωρινή κι επιφανειακή ευχαρίστηση, πλήξη, μονοτονία,

V οικονομικά προβλήματα,

V υπερκατανάλωση αγαθών,

V σπατάλη χρόνου,

V κρίση ηθικών αξιών,

V χαλάρωση των σχέσεων, αποξένωση,

V πλήρης αδράνεια.