



**ΔΙΑΓΩΝΙΣΜΑ ΕΝΔΟΦΡΟΝΤΙΣΤΗΡΙΑΚΗΣ ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΣΗΣ
Γ' ΤΑΞΗΣ ΗΜΕΡΗΣΙΟΥ ΓΕΝΙΚΟΥ ΛΥΚΕΙΟΥ
ΚΥΡΙΑΚΗ 7 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024
ΕΞΕΤΑΖΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑ: ΝΕΟΕΛΛΗΝΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ
ΣΥΝΟΛΟ ΣΕΛΙΔΩΝ: ΕΞΙ (6)**

1^ο ΚΕΙΜΕΝΟ

Διαδίκτυο: Εθισμός, πρόληψη και τρόποι αντιμετώπισης

Αναμφισβήτητα η χρήση των νέων τεχνολογιών στην εκπαίδευση αλλά και την καθημερινή κοινωνική μας ζωή έχει κάνει την τεχνολογία μέρος της ζωής μας. Νύχτα-μέρα «αγκαλιά» με τον υπολογιστή είναι όλο και περισσότερα παιδιά στη χώρα μας. Αυτό έχει συνέπειες στην κοινωνική τους ζωή και την ατομική τους κατάσταση. Σε σχετικές έρευνες, ένα παιδί 12 ετών απαντά πως «αν μου πάρεις το κινητό, μου παίρνεις ένα κομμάτι του εαυτού μου». Το Διαδίκτυο, όμως, δεν κρύβει μόνο γοητεία, αλλά και κινδύνους. Πρόκειται για μια εξίσου επιβλαβή και επικίνδυνη κατάσταση, όπως ο εθισμός σε ουσίες, τον τζόγο κ.ά..

Ο εθισμός στο διαδίκτυο και την τεχνολογία δεν αποτελεί ακόμη «επίσημη κατηγορία» στα εγχειρίδια ταξινόμησης ψυχικών διαταραχών. Ωστόσο, έχει τα κριτήρια εκείνα που περιγράφουν τον εθισμό και τον καταναγκασμό αναφορικά με ουσίες και τον τζόγο. Πολλοί, μάλιστα, ερευνητές αντικαθιστούν την έννοια της «ουσίας» με αυτή του διαδικτύου και περιγράφουν το φαινόμενο, ενώ έρευνες περιγράφουν τον εθισμό στο διαδίκτυο και με όρους ψυχαναγκασμού (obsessive and compulsive behavior).

Ένα άτομο ή παιδί το οποίο είναι εθισμένο στο διαδίκτυο τις περισσότερες φορές θεωρεί το «έξυπνο» τηλέφωνό του το σημαντικότερο «κεφάλαιο» της καθημερινότητάς του. Αντίστοιχα, σε όσους εθίζονται στα ηλεκτρονικά παιχνίδια παρουσιάζεται αύξηση της παραγωγής του νευροδιαβιβαστή του εγκεφάλου ντοπαμίνη, η οποία συνδέεται με την ευχαρίστηση. Τέλος, το παιδί χρειάζεται σταδιακά όλο και περισσότερες ώρες χρήσης του υπολογιστή, ώστε να νιώθει ευχαρίστηση και, αν και αισθάνεται ότι έχει πρόβλημα, δεν μπορεί να κάνει κάτι, για να περιορίσει τη χρήση του υπολογιστή.

Όλα αυτά έχουν, όπως είναι επόμενο, σοβαρές επιπτώσεις σε διάφορους τομείς της λειτουργικότητας του ατόμου. Μειώνεται ο χρόνος που περνάει ο έφηβος με την οικογένειά του, περιορίζονται τα χόμπι και οι κοινωνικές συναναστροφές του, αυξάνεται ο κίνδυνος εμφάνισης παχυσαρκίας, μυοσκελετικών προβλημάτων και οφθαλμικών παθήσεων λόγω των πολλών ωρών- ακινησίας- μπροστά στην οθόνη. Παράλληλα, οι εθισμένοι στο Διαδίκτυο νεαροί παραμελούν τη σωματική τους υγιεινή, ενώ κάνουν πολλές απουσίες στο σχολείο με αποτέλεσμα ακόμη και να χάνουν τη σχολική χρονιά. Δεν

είναι ανάγκη, όμως, να φθάσουν τα πράγματα σε αυτά τα άκρα· υπάρχουν προειδοποιητικά καμπανάκια που οι γονείς οφείλουν να ακούσουν. Αν αντιληφθούν ότι οι σχολικές επιδόσεις του παιδιού πέφτουν χωρίς να υπάρχει άλλος λόγος εκτός από τη συνεχή ενασχόληση με το διαδίκτυο, αν καταλάβουν ότι το παιδί χάνει την κοινωνικότητά του και απομονώνεται, πρέπει να αντιδράσουν, να βρουν τρόπο διαχείρισης της κατάστασης, θέτοντας ένα πλαίσιο, ώστε να απομακρύνουν τον έφηβο από τον εθισμό του.

Συμβουλές σε γονείς

Ιδιαίτερα για τους γονείς προτείνεται ο ορισμός οικογενειακών κανόνων χρήσης του υπολογιστή και του διαδικτύου, κανόνες που αφορούν και τους ίδιους τους γονείς.

- Σημαντικές στην ανάπτυξη των παιδιών και των εφήβων είναι η ώθηση σε κοινωνικές και αθλητικές δραστηριότητες και η καθιέρωση οικογενειακών δραστηριοτήτων που δεν εμπεριέχουν τη χρήση υπολογιστή και διαδικτύου.
- Ο υπολογιστής θα πρέπει να τοποθετείται σε δωμάτιο κοινής χρήσης από την οικογένεια και όχι στο δωμάτιο των παιδιών.
- Μπορείτε να εγκαταστήσετε και να χρησιμοποιήσετε προγράμματα ελέγχου της πρόσβασης σε συγκεκριμένες ιστοσελίδες αλλά και του χρόνου παραμονής στο ιστό. Ωστόσο, επιτρέψτε την πρόσβαση στο διαδίκτυο διότι συχνά ο αποκλεισμός οδηγεί στη μυθοποίηση, μας ενδιαφέρει ο σωστός έλεγχος και όχι η απόρριψη του διαδικτύου.

Σε κάθε περίπτωση, χωρίς πανικό και ενοχές, μπορείτε να έρθετε σε επαφή με ειδικούς για παροχή βοήθειας και συμβουλές ώστε να προλάβουμε ή να αντιμετωπίσουμε σχετικά προβλήματα.

Μαρία Θεοφίλου, Σχολική Ψυχολόγος

2^ο ΚΕΙΜΕΝΟ

Lean: Το ναρκωτικό της γενιάς του τραπ

Κάθε μουσικό είδος από τη δεκαετία του '30 μέχρι και σήμερα είναι στενά συνδεδεμένο με τη χρήση κάποιας ουσίας που σε πολλές περιπτώσεις καθόρισε την εξέλιξη του ήχου και την αισθητική που τον συνοδεύει. Αυτό είναι γεγονός, είτε μιλάμε για το αλκοόλ, είτε για ναρκωτικά που επηρέασαν σε μεγάλο βαθμό τη μουσική ιστορία, από την τζαζ, την μπλουζ και το ροκ -σε όλες του τις εκφάνσεις- μέχρι το ραπ, το τέκνο και το house, αλλά και την ηλεκτρονική μουσική των τριών προηγούμενων δεκαετιών, ειδικά τη χορευτική. Από το χόρτο και τα φυσικά διεγερτικά μέχρι το LSD και την κοκαΐνη και από το ecstasy και τα συνθετικά ναρκωτικά μέχρι την κωδεΐνη, οι νεανικές κουλτούρες χρησιμοποιούν τα ναρκωτικά, για να εμπνευστούν, για να διασκεδάσουν, για να φλεξάρουν¹, ακόμα και για να δημιουργήσουν «θύματα-μάρτυρες» που είναι τα είδωλα κάθε γενιάς (π.χ. μουσικοί που πέθαναν από ναρκωτικά ή άλλες ουσίες).

Η γενιά του τραπ έχει το lean. Ένα «κοκτέιλ», φθηνό και εύκολο στην παρασκευή του, με γλυκιά γεύση, που δίνει την ψευδαίσθηση του αναψυκτικού και εύκολα αναμειγνύεται με άλλες ουσίες. Είναι τρομερά εθιστικό και ο χρήστης αναζητά όλο και

μεγαλύτερες ποσότητες. Το lean ξεκίνησε να συνδέεται με το ραπ στις αρχές των '90s, όταν ράπερς άρχισαν να κάνουν remix σε κομμάτια επιβραδύνοντας τα bpm (beats per minute²), κατεβάζοντάς τα στα 60, για να ταιριάζουν απόλυτα με τη χαλαρωτική κατάσταση που δημιουργεί το κωδεϊνούχο κοκτέιλ. Όσο η σκηνή του Χιούστον δυνάμωνε και αυξανόταν η επιρροή της, τόσο αυξανόταν και η δημοφιλία του lean, που έγινε το αγαπημένο ποτό των τράπερς. Το lean αναφέρεται για πρώτη φορά σε ελληνικό ραπ στο τραγούδι «Μαραντόνα» του ΥΠΟ (Έλληνας τράπερ), το οποίο ήταν το πρώτο δημοφιλές κομμάτι, που έκανε την τραπ μόδα («Όλα άσπρα γύρω, χιονάνθρωπος έχω γίνει/ μόνος μου στο σαλόνι, lean cup και κωδεΐνη»). Και ο Mad Clip το ανέφερε, «μιξάρω κωδεΐνη με Sprite».

Το 2018 το πιο ακριβό μπουκαλάκι που έβρισκες έκανε ένα πενηντάρικο και σιγά-σιγά έγινε πάμφθηνο, γι' αυτό και χαρακτηρίζεται ως «το ναρκωτικό των φτωχών» και των πιτσιρικάδων. Είναι πιο φτηνό και από ένα τσιγάρο «μαύρο». Η κατάσταση σήμερα έχει ξεφύγει στην Ελλάδα: υπάρχουν ράπερς που πουλούν κωδεΐνη. Μάλιστα, έχουν βγάλει και δικό τους μπουκαλάκι, σε δική τους συσκευασία με δικό τους logo, και πουλούν 500-600 μπουκάλια τον μήνα.

Στη μακροχρόνια χρήση έχουμε συμπεριφορικά προβλήματα, δηλαδή ο χρήστης εγκαταλείπει δραστηριότητες, την εργασία του, ακόμα και το φαγητό, και ασχολείται μόνο με την αναζήτηση και τη χρήση της ουσίας. Το διάστημα που περνάει μέχρι να παρέλθει η επίδρασή της είναι αρκετά έντονο. Επίσης, βιολογικά έχουμε κάποια προβλήματα τα οποία συνήθως δεν θορυβούν τους χρήστες, γιατί τα αντιπαρέρχονται, όπως η χρόνια δυσκοιλιότητα που μπορεί να οδηγήσει σε γαστρεντερολογικά προβλήματα, μέχρι και σε ειλεό και οστεοπόρωση. Αυτές είναι οι κλασικές παρενέργειες. Γενικά, τα οπιοειδή, αν και δεν έχουν πολλές παρενέργειες, η μία από αυτές -και η πιο σημαντική- είναι ο θάνατος. Υπάρχουν φάρμακα με πολύ περισσότερες παρενέργειες, αλλά από εκείνα δεν πεθαίνεις, ενώ από τα οπιοειδή μπορείς να πεθάνεις αρκετά εύκολα.

Είναι και πολύ πιο δύσκολο να φτάσει για απεξάρτηση από κωδεΐνη κάποιος στην Ελλάδα, καθώς τα προγράμματα απεξάρτησης στοχεύουν σε χρήστες ηρωίνης, που δεν είναι λειτουργικοί στη ζωή τους. Οι χρήστες κωδεΐνης είναι λειτουργικοί, έχουν δουλειά, ενδεχομένως είναι και διάσημοι (όπως οι ράπερς). Γι' αυτό, χρειάζονται ειδικά προγράμματα, καθώς δεν είναι οι τυπικοί εξαθλιωμένοι άνθρωποι του κέντρου της πόλης, της Ομόνοιας. Ωστόσο, καθώς το lean είναι μία ουσία, που κυκλοφορεί underground, στις υποκοουλτούρες, δεν «αφορά» ακόμα την ιατρική κοινότητα. Μία ουσία υπάρχει, όταν έχει κλινική αντιπροσώπευση. Η ιατρική, συνήθως, «είναι πίσω» σε αυτά, ειδικά σε μια ουσία όπως η κωδεΐνη, που αφορά κυρίως νεαρά άτομα, που δεν είναι στο περιθώριο. Κυρίως είναι έφηβοι της μεσαίας ή ανώτερης τάξης που τις περισσότερες φορές δεν είναι σταθεροί χρήστες.

1. επιδεικνύω, χρησιμοποιείται και ως αμετάβατο, εννοώντας τη γενικότερη επίδειξη πλούτου και κυριαρχίας.
2. χτυπήματα/ παλμοί ανά λεπτό: αναφέρεται στον τρόπο που υπολογίζεται η ταχύτητα στη μουσική, το τέμπο.

Διασκευή άρθρου, που δημοσιεύθηκε στην έντυπη LiFO

3^ο ΚΕΙΜΕΝΟ

Λιωμένο παγωτό¹

Κάποιος κοιτάει την ώρα
κάποιος στο δρόμο τρέχει
κάπου σε κάποια χώρα
τώρα μπορεί να βρέχει

Και μένα τι με νοιάζει
εδώ έχει πάντα ήλιο
μόνο που με τρομάζει
οπότε λέω θα φύγω
είχα πει θα φύγω, είχα πει

Κι όμως είμαι ακόμα εδώ
κι αυτό το καλοκαίρι
λιωμένο παγωτό κολλάει στο χέρι

Κάποιος κοιτάει την ώρα
κάποιος στον δρόμο τρέχει
είμαι ακόμα εδώ

Έχει αδειάσει η πόλη
γυρνάω στην παραλία
έχουνε φύγει όλοι
η ώρα πήγε μια

Και μένα τι με νοιάζει
εδώ έχει πάντα ήλιο
μόνο που με τρομάζει
οπότε λέω θα φύγω
είχα πει θα φύγω είχα πει

Κι όμως είμαι ακόμα εδώ
κι αυτό το καλοκαίρι
λιωμένο παγωτό κολλάει στο χέρι

Κάποιος κοιτάει την ώρα
κάποιος στο δρόμο τρέχει
είμαι ακόμα εδώ

Πάυλος Παυλίδης, Ξύλινα Σπαθιά

1. στη γλώσσα των τοξικομανών ονομάζεται το αίμα από τη φλέβα, που ρέει μαζί με υγρή ηρωίνη στο χέρι μετά από χρήση.

ΘΕΜΑ Α

A1. Σε μία παράγραφο (60-70 λέξεις) να παρουσιάσεις συνοπτικά τις επιπτώσεις από τον εθισμό στο διαδίκτυο (1^ο ΚΕΙΜΕΝΟ).

Μονάδες 20

ΘΕΜΑ Β

B1. Να γράψεις στο απαντητικό φύλλο δίπλα στον αριθμό της Στήλης Α το γράμμα από τη Στήλη Β που αντιστοιχεί στην ορθή απάντηση με βάση το περιεχόμενο των αντίστοιχων κειμένων (χωρίς αναφορά σε χωρία των κειμένων):

ΣΤΗΛΗ Α	ΣΤΗΛΗ Β
1. Στη δεύτερη παράγραφο του 1 ^{ου} ΚΕΙΜΕΝΟΥ υποστηρίζεται ότι:	α. οι ερευνητές κατηγοριοποιούν τον εθισμό στο διαδίκτυο ως ψυχική διαταραχή. β. ο εθισμός στο διαδίκτυο μοιάζει με τον εθισμό σε ουσίες ή τον τζόγο. γ. ο εθισμός στο διαδίκτυο πρέπει να περιγράφεται με όρους ψυχαναγκασμού.
2. Στην τέταρτη παράγραφο του 1 ^{ου} ΚΕΙΜΕΝΟΥ υποστηρίζεται ότι:	α. η πολύωρη ενασχόληση του εφήβου με το διαδίκτυο δεν έχει ιδιαίτερα αρνητικές επιπτώσεις. β. οι γονείς δε δίνουν σημασία στα προειδοποιητικά καμπανάκια. γ. ο εθισμός στο διαδίκτυο επηρεάζει τον νέο σε βιολογικό και κοινωνικό επίπεδο.
3. Το 1 ^ο ΚΕΙΜΕΝΟ απευθύνεται:	α. στην επιστημονική κοινότητα. β. στους γονείς. γ. στα νεαρά παιδιά.
4. Σύμφωνα με τη δεύτερη παράγραφο του 2 ^{ου} ΚΕΙΜΕΝΟΥ:	α. το lean είναι διαδεδομένο μόνο στις ΗΠΑ. β. η ευκολία στην παρασκευή και στην ανάμιξη του lean με άλλες ουσίες ευθύνεται για τη δημοφιλία του. γ. το lean συνδέθηκε με τη ραπ μουσική το 1999, όταν ράπερς έκαναν remix σε κομμάτια επιβραδύνοντας τα bpm.
5. Στην τελευταία παράγραφο του 2 ^{ου} ΚΕΙΜΕΝΟΥ αναφέρεται ότι:	α. οι χρήστες κωδεΐνης είναι όσο λειτουργικοί είναι και οι χρήστες κοκαΐνης. β. έφηβοι κυρίως από χαμηλά οικονομικά στρώματα κάνουν χρήση κωδεΐνης. γ. στην Ελλάδα δε λειτουργούν ειδικά προγράμματα απεξάρτησης από κωδεΐνη.

Μονάδες 10

B2α. Το τελευταίο τμήμα του 1^{ου} ΚΕΙΜΕΝΟΥ («**Συμβουλές σε γονείς**») εντάσσεται στο κειμενικό είδος των οδηγιών. Να το επιβεβαιώσεις με αναφορά στη δομή του (μονάδες 3) και σε δύο γλωσσικές επιλογές (μονάδες 6)

B2β. Να αναφέρεις τρεις γλωσσικές επιλογές του συντάκτη που πιστοποιούν ότι το 2^ο ΚΕΙΜΕΝΟ απευθύνεται και σε νεανικό κοινό (3 μονάδες) και να αιτιολογήσεις την επιλογή του συντάκτη (3 μονάδες).

Μονάδες 15

B3. Η πρώτη παράγραφος του 2^{ου} ΚΕΙΜΕΝΟΥ («**Κάθε μουσικό είδος... υπερβολική δόση αλκοόλ**») οργανώνεται στη βάση των παραδειγμάτων. Να βρεις δύο αποσπάσματα, όπου χρησιμοποιούνται παραδείγματα (μονάδες 4) και να αιτιολογήσεις τη λειτουργία τους στην ανάπτυξη του κειμένου (μονάδες 6).

Μονάδες 10

ΘΕΜΑ Γ

Γ1. Ποιο θεωρείς ότι είναι το βασικό ερώτημα που τίθεται στους στίχους του τραγουδιού «Λιωμένο παγωτό» (3^ο ΚΕΙΜΕΝΟ); Να απαντήσεις αξιοποιώντας, τουλάχιστον, τρεις κειμενικούς δείκτες. Ποιο είναι το δικό σου «λιωμένο παγωτό», που δε σε αφήνει «να φύγεις»;

Μονάδες 15

ΘΕΜΑ Δ

Δ1. Με αφορμή τα μη λογοτεχνικά κείμενα αποφασίζεις να αναρτήσεις στο προσωπικό σου ιστολόγιο κείμενο (350-400 λέξεις) στο οποίο επισημαίνεις τις συνέπειες του εθισμού των νέων στο διαδίκτυο, αλλά και τους τρόπους με τους οποίους η οικογένεια και το σχολείο θα συμβάλει, ώστε να αντιμετωπιστεί το φαινόμενο.

Μονάδες 30

ΟΔΗΓΙΕΣ (για τους εξεταζομένους)

1. Στο τετράδιο να γράψετε μόνο τα προκαταρκτικά (ημερομηνία, κατεύθυνση, εξεταζόμενο μάθημα). **Να μην αντιγράψετε** τα θέματα στο τετράδιο.
2. Να γράψετε το ονοματεπώνυμό σας στο πάνω μέρος των φωτοαντιγράφων, αμέσως μόλις σας παραδοθούν. **Τυχόν σημειώσεις σας πάνω στα θέματα δεν θα βαθμολογηθούν σε καμία περίπτωση.** Κατά την αποχώρησή σας να παραδώσετε μαζί με το τετράδιο και τα φωτοαντίγραφα.
3. Να απαντήσετε **στο τετράδιό σας σε όλα** τα θέματα.
4. Να γράψετε τις απαντήσεις σας μόνο με μπλε ή μόνο με μαύρο στυλό. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μολύβι μόνο για σχέδια, διαγράμματα και πίνακες.
5. Κάθε απάντηση επιστημονικά τεκμηριωμένη είναι αποδεκτή.
6. Διάρκεια εξέτασης: τρεις (3) ώρες μετά τη διανομή των φωτοαντιγράφων.
7. Χρόνος δυνατής αποχώρησης: μια (1) ώρα και δεκαπέντε (15) λεπτά μετά τη διανομή των θεμάτων.

ΣΑΣ ΕΥΧΟΜΑΣΤΕ ΕΠΙΤΥΧΙΑ!