**Κείμενο Ι.**

**Άσε με να κάνω λάθος!**

1. Ο φόβος του να μην κάνουμε λάθη, η αγωνία και η αβεβαιότητα για τις επιλογές μας αποτελούν πηγή μεγάλης νευρικότητας και άγχους για τους περισσότερους ανθρώπους. Στην πραγματικότητα όμως, η πηγή αυτής της ψυχοσωματικής ταλαιπωρίας θα πρέπει να αναζητηθεί αλλού: **στην κοινωνική δυσανεξία απέναντι στα ανθρώπινα σφάλματα** και στην κυρίαρχη, αλλά απάνθρωπη επιταγή να μην κάνουμε σχεδόν ποτέ λάθη. Στις υπερτεχνολογικές κοινωνίες μας, τα ανθρώπινα «λάθη» θεωρούνται (εσφαλμένα) προσωπική ανεπάρκεια ή, ακόμη χειρότερα, ένδειξη βιολογικής δυσλειτουργίας. Πάντως, ο ανθρώπινος εγκέφαλος διαθέτει αποτελεσματικούς μηχανισμούς για την αντιμετώπιση και κυρίως για την εκμετάλλευση των σφαλμάτων του**. Εγκεφαλικά κυκλώματα που εξελίχθηκαν ώστε να αφομοιώνουν δημιουργικά και προς όφελος των οργανισμών τα λάθη τους**. Επομένως, θα έπρεπε να γίνει σε όλους σαφές ότι τα «λάθη» δεν αποτελούν εμπόδιο αλλά, αντίθετα, ζωτική ανάγκη για την ορθή ανάπτυξη και την αποτελεσματική λειτουργία του εγκεφάλου μας. Υπό μια αυστηρά επιστημονική έννοια, κυριολεκτικά υπάρχουμε και διαρκώς εξελισσόμαστε χάρη στα... λάθη μας. Αναλύοντας τα αισθήματα δυσφορίας των ανθρώπων όταν διαπράττουν κάποιο λάθος, οι σχετικές ψυχολογικές έρευνες έδειξαν ότι αυτά οφείλονται σε διαφορετικούς ψυχολογικούς μηχανισμούς ή ψυχολογικές παγίδες που προέρχονται και κυρίως ενδυναμώνονται από την τρομοκρατία του λάθους.

* Γνωρίσματα επιστημονικού λόγου
* Επιχειρηματολογία – αποδεικτικό ύφος
* Σχέσεις αιτιότητας
* Τρόποι ιεράρχησης – οργάνωσης νοημάτων

***Πώς αντιμετωπίζουν το «λάθος» οι σύγχρονες αναπτυγμένες κοινωνίες και τι σημαίνει αυτό για τον άνθρωπο της εποχής μας;***

[Αναφέρετε εδώ την προέλευση.]

2. Η συνηθέστερη παγίδα είναι η **«υπερ-γενίκευση»**, η τάση δηλαδή να ανάγουμε σε καθολικό χαρακτηριστικό κάθε επιμέρους σφάλμα μας. Κάθε λάθος βιώνεται ως «το τέλος του κόσμου» και συνοδεύεται από το αυτοκαταστροφικό συναίσθημα ότι «δεν αξίζω τίποτα». Μια αρνητική ψυχολογική αντίδραση που πυροδοτείται και εμφανίζεται συνήθως σε άτομα με χαμηλή αυτοεκτίμηση, η οποία μπορεί να οφείλεται σε εκπαιδευτικές ανεπάρκειες ή σε προηγούμενες προσωπικές αποτυχίες. Τέτοια αισθήματα αποτυχίας εκδηλώνονται πολύ συχνότερα σε καταθλιπτικά άτομα που τείνουν να τα βλέπουν όλα μαύρα και να υποτιμούν τις θετικές πτυχές ή τις δυνατότητες αυτοβελτίωσης από την ενεργητική αντιμετώπιση ενός λάθους. Αποτέλεσμα αυτής της στάσης είναι η ενίσχυση των φοβικών και παραλυτικών αντιδράσεων απέναντι στο λάθος, που οδηγούν αυτά τα άτομα στην απραξία.

3. Η δεύτερη συχνότερη ψυχολογική παγίδα είναι **η αναποφασιστικότητα:** το άγχος που μας γεννά η ανάγκη να διαλέξουμε γρήγορα ανάμεσα σε εναλλακτικές δυνατότητες. Η συνήθης αντίδραση αυτών των ατόμων όταν πρέπει π.χ. να επιλέξουν τι θα σπουδάσουν, τι θα ψηφίσουν, αν ή ποια/ποιον θα παντρευτούν είναι να αναβάλουν επ’ αόριστον κάθε δεσμευτική και οριστική επιλογή. Πίσω από τέτοιες παράλογα αναβλητικές συμπεριφορές κρύβεται ο τρομοκρατικός φόβος του λάθους ή της αποτυχίας και, για πολλοστή φορά, θύμα της αναβλητικότητας και της αναποφασιστικότητάς του πέφτει το ίδιο το άτομο, αλλά και όσοι το περιβάλλουν.

4. Μια άλλη, κάπως διαφορετική παγίδα είναι **η τελειομανία.** Οι τελειομανείς βιώνουν ως τραγωδία ή ως προσωπική καταστροφή κάθε ασυμβατότητα των ιδεοληπτικών επιθυμιών τους με την πεζή πραγματικότητα και θεωρούν ότι τα αποτέλεσμα των πράξεών τους θα είναι πάντα κατώτερα των υψηλότατων προδιαγραφών τους. Η ανελαστικότητα και η αλαζονεία τους οδηγούν σε μια παραπλανητική εικόνα της πραγματικότητας, που μοιραία εκφράζεται με αυτοκαταστροφικές πρακτικές.

5. Σύγχρονες, όμως, νευροβιολογικές έρευνες μας δείχνουν σαφώς ότι η νοητική ικανότητα αφομοίωσης, αντιμετώπισης και συνεπώς διαχείρισης των λαθών αποτελεί για τους ανθρώπους, αλλά και για τα περισσότερα πρωτεύοντα θηλαστικά, βασική **προϋπόθεση όχι μόνο της ευζωίας αλλά και της επιβίωσής τους.** Διόλου περίεργο, λοιπόν, που οι σύγχρονες Νευροεπιστήμες, τις δύο τελευταίες δεκαετίες, κατάφεραν να ανακαλύψουν σημαντικούς εγκεφαλικούς μηχανισμούς που σχετίζονται άμεσα με την αποτελεσματική διαχείριση των λαθών. Αν και τα ανθρώπινα «λάθη» αντιμετωπίζονται, εσφαλμένα, ως προσωπικές ανεπάρκειες και, ενίοτε, τιμωρούνται κοινωνικά, ο ανθρώπινος εγκέφαλος διαθέτει αποτελεσματικούς μηχανισμούς για την αντιμετώπιση και την αξιοποίηση των περισσότερων σφαλμάτων μας. Όπως έδειξαν μια σειρά από έρευνες, μεταξύ των πολλών μηχανισμών του εγκεφάλου μας, αυτός, για την ανίχνευση των λαθών ενεργοποιείται με απίστευτη ταχύτητα.

***Ποιος μπορεί να είναι τελικά ο ρόλος των σφαλμάτων – λαθών για έναν άνθρωπο;***

Τι προτείνει το κείμενο επ’ αυτού στην τελευταία παράγραφο;

***Ποιος ο ρόλος τους στην εκπαίδευση;***

Γνωρίσματα αποδεικτικών κειμένων -επιχειρηματολογίας:

Ποιο το βασικό επιχείρημα και ποιο το βασικό συμπέρασμα;

6. Συνεπώς, η ανίχνευση, επεξεργασία και ακριβής διόρθωση των σφαλμάτων δεν έχει τυχαίο χαρακτήρα ούτε και θα μπορούσε να αφεθεί στην τύχη από την εξέλιξη του εγκεφάλου των πρωτευόντων και ακόμη λιγότερο του ανθρώπου. Εντούτοις, τόσο στο εκπαιδευτικό μας σύστημα όσο και στην επαγγελματική ή κοινωνική μας ζωή τα ανθρώπινα λάθη ποινικοποιούνται, χωρίς να αναγνωρίζεται η δημιουργική και θετικότατη επιρροή τους. Αντίθετα, αντιμετωπίζονται ως προσωπικές αδυναμίες και όχι ως μοναδικές ευκαιρίες για τη βελτίωση του καθιερωμένου τρόπου ζωής και σκέψης των ανθρώπων. *(Διασκευή κειμένου Σπύρου Μανουσέλλη, Εφημερίδα των Συντακτών).*

**Κείμενο ΙΙ.**

**Τελειομανία, αυτή η ασθένεια**

…Αλλά το μειονέκτημα της τελειομανίας, δεν είναι ότι κάνει τους ανθρώπους πιο επιτυχημένους και πιο παραγωγικούς. Οι τάσεις τελειομανίας έχουν συνδεθεί με πολλές ψυχικές ασθένειες, όπως η κατάθλιψη, το άγχος (ακόμα και στα παιδιά), ο αυτοτραυματισμός, η αγοραφοβία, η ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή, η ανορεξία, η βουλιμία, η διαταραχή του τραυματικού στρες, το σύνδρομο χρόνιας κόπωσης, η αϋπνία, η δυσπεψία, οι χρόνιες ημικρανίες ακόμα και η πρόωρη θνησιμότητα και οι τάσεις αυτοκτονίας.

Από πολιτιστικής απόψεως, βλέπουμε συχνά την τελειομανία ως θετική. Δεν είναι άλλωστε λίγες οι φορές που σε μια συνέντευξη για εύρεση εργασίας, την παρουσιάζουμε ως το μεγαλύτερο μας ελάττωμα, θεωρώντας την στην πραγματικότητα «προτέρημα». Αυτό είναι που καθιστά την τελειομανία περίπλοκη και αμφιλεγόμενη. Ορισμένοι ερευνητές υποστηρίζουν ότι υπάρχει η «υγιής» τελειομανία, που χαρακτηρίζεται από υψηλά πρότυπα, κίνητρα και πειθαρχία, και η «ανθυγιεινή» έκδοση της, όπου τίποτα δεν ικανοποιεί τους στόχους ενός ατόμου.

Το αίσθημα της τελειομανίας όμως είναι πολύ επικίνδυνο. Οι αριθμοί των νέων που εμφανίζουν ψυχικές ασθένειες, είναι πολύ υψηλοί σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας. Η **κατάθλιψη, το άγχος και οι αυτοκτονικές τάσεις είναι πολύ πιο συχνές τα τελευταία χρόνια** από ό, τι πριν από μια δεκαετία και σε αυτό οφείλεται σε μεγάλο βαθμό η τελειομανία. Η **συνεχής αυτοκριτική μπορεί να οδηγήσει σε συμπτώματα κατάθλιψης**, αλλά τα συμπτώματα αυτά μπορούν να επιδεινώσουν με τη σειρά τους την αυτοκριτική, πυροδοτώντας έτσι την τελειομανία. **Από πού προέρχεται αυτή η αύξηση των ποσοστών τελειομανίας;**

Ζούμε σε μια κοινωνία που το κοινωνικό στάτους παίζει πολύ σημαντικό ρόλο. Δεν είναι τυχαίο άλλωστε που πολλές φορές όταν πρωτοσυναντάμε κάποιον είναι να τον ρωτήσουμε τι δουλειά κάνει. Οι άνθρωποι έχουν μάθει να εκτιμούν τους υπόλοιπους για αυτά που έχουν πετύχει σε επαγγελματικό και οικονομικό επίπεδο, ενώ και η εξωτερική μας εμφάνιση (ρούχα, σωματική διάπλαση) παίζει επίσης το δικό της ρόλο.

Συνεπώς, η αποτυχία είναι πολύ σοβαρή σε μια κοινωνία που βασίζεται στην αγορά. Ο ανταγωνισμός έχει ενσωματωθεί ακόμα στα σχολεία. Δεν είναι περίεργο ότι οι γονείς ασκούν όλο και μεγαλύτερη πίεση στον εαυτό τους και στα παιδιά τους για να πετύχουν περισσότερα. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα τα παιδιά να αισθάνονται ένοχα όταν κάνουν κάποιο λάθος ή όταν δεν έχουν καλές επιδόσεις. Και οι έρευνες δείχνουν ότι αυτοί οι τύποι γονικής τακτικής κάνουν τα παιδιά πιο πιθανό να αποκτήσουν τάσεις τελειομανίας και αργότερα να αναπτύξουν κατάθλιψη.

Ο φόβος της αποτυχίας αυξάνεται και με άλλους τρόπους. Πάρτε για παράδειγμα τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Κάνετε ένα λάθος και ο φόβος σας ότι μπορεί να μεταδοθεί είναι σχεδόν παράλογος. Πώς μπορούμε να την αντιμετωπίσουμε;

Σε ορισμένες περιπτώσεις η τελειομανία είναι κληρονομική, αλλά δημιουργείται κυρίως από τον κοινωνικό περίγυρο. Οι γονείς μπορούν να την αντιμετωπίσουν επιδεικνύοντας άνευ όρων αγάπη στα παιδιά τους, σύμφωνα με τους ειδικούς. Άλλωστε δε χρειάζεται να είσαι τέλειος για να είσαι αξιαγάπητος ή να αγαπάς τους άλλους.

Η τελειομανία είναι είναι μια μεγάλη πρόκληση ως προς την θεραπεία της, πόσο μάλλον σε έναν κόσμο μας κάνει καλύτερους στο εργασιακό μας περιβάλλον με έναν αυστηρό και απαιτητικό εργοδότη. Οι «ασθενείς» πρέπει να καταλάβουν τα συμπτώματα και να προσπαθήσουν να να μην είναι τόσο κριτικοί με τον εαυτό τους και με τον περίγυρο τους. Η κριτική μπορεί να είναι απαραίτητη, αλλά χρειάζται πάντα μέτρο. Το εγχείρημα είναι δύσκολο. Πρόκειται για ένα έργο που θέλει συνεχή προσπάθεια και εξέλιξη. Άλλά όταν φτάσετε στο σημείο να τα καταφέρετε, με έκπληξη θα ανακαλύψετε όχι μόνο ότι δε θα έχετε τόσο άγχος, αλλά θα νιώθετε και πιο ελεύθεροι. Και αυτό είναι ανεκτίμητο.

**Κείμενο ΙΙΙ.**

Μαρία Ι. Χρονιάρη, **«Το Σωστό Λάθος»**

Ο άνθρωπος δεν είναι παρά ένας ανεξάντλητος ωκεανός, γεμάτος από ανεξάντλητες νησίδες φωτός, που οδηγούν πάντα στο ίδιο σημείο: Το εντός του βάθος.

Ένα απόγευμα κουρασμένη από το πολύωρο περπάτημα, κάθισα σ’ ένα παγκάκι της πλατείας να πάρω μια ανάσα. Στο ακριβώς διπλανό, δυο νεαρά κορίτσια συζητούσαν χαμηλόφωνα όταν το ένα φώναξε: «Δεν είναι σωστό». Η φράση αυτή με έβαλε αμέσως σε σκέψεις. Ποιο είναι το σωστό; Ποιο είναι το λάθος; Και κυρίως, που; Για όλα υπάρχει η προσωπική μας οπτική και πρόσληψη. Ποιος είναι εκείνος που θα κρίνει το σωστό και το λάθος; Με ποια ιδιότητα θα αποφανθεί; Κι αν η κρίση του δεν είναι σωστή, ποιος θα του επισημάνει πως είναι λάθος;

* Προσωπικός στοχασμός με εξομολογητική διάθεση (χρονογράφημα;)
* **Θέμα:** Απόπειρα προσδιορισμού του «λάθους». Τι είναι και πώς συνδέεται με την ανθρώπινη ζωή.
* Συσσώρευση ερωτημάτων
* Αβεβαιότητα και αστάθεια, με πιθανολόγηση απαντήσεων

***Προσπάθησε να απαντήσεις σε κάποια από τα ερωτήματα – απορίες του κειμένου (σύμφωνα με τη δική σου οπτική).***

Πόσο επηρεάζει η προσωπική μας κρίση την κριτική και κυρίως τον διαχωρισμό λάθους – σωστού; Ποιος όρισε τη διαφορά ανάμεσά τους; Το δικό μου λάθος είναι το δικό σου σωστό και το αντίστροφο; Τι είναι εκείνο που τα κάνει να διαφέρουν; Κανόνες ηθικής; Νομικοί; Τάξης; Αν το δικό σου σωστό το εφαρμόσω σε μένα κι αποδειχθεί λάθος; Είναι όντως σωστό; Ή εγώ έπραξα λάθος;

Οι καλές προθέσεις είναι σωστές, αλλά πολλές φορές φέρνουν λάθος αποτελέσματα. Μήπως λοιπόν οι προθέσεις είναι εκ προοιμίου λανθασμένες; Κι αν είναι, ποιος μπορεί να το γνωρίζει αν δε δει το λάθος αποτέλεσμα; Εσύ πόσες φορές έκανες λάθος σήμερα; Πόσες έπραξες σωστά; Για ποιο από τα δύο καταδίκασες την πράξη σου; Μήπως το ότι θεωρείς πως κάνεις το σωστό σε βοηθά να έχεις ήσυχη τη συνείδησή σου; Τελικά μήπως το λάθος είναι αυτό που μας βοηθά να βλέπουμε πιο βαθιά και με περισσότερη αλήθεια τον εαυτό μας;

Σε όλα τα γεγονότα, σε όλες τις καταστάσεις, ισχύει ο νόμος της σχετικότητας. Ο σωστός άνθρωπος βρίσκεται τη λάθος στιγμή στο σωστό μέρος. Ο λάθος άνθρωπος βρίσκεται τη σωστή στιγμή στο λάθος σημείο. Πώς θα ξεχωρίσουν πού, πότε, και κυρίως γιατί; Είναι σωστό να κρίνουμε τις πράξεις των άλλων; Κι αν ναι, γιατί οι υπόλοιποι είναι λάθος να μας κρίνουν; Πώς προσδιορίζεται; Πώς ορίζεται η κρίση για την κριτική σωστού – λάθους;

Πάλι από εκείνο που μας συντελεί ως χαρακτήρες και προσωπικότητες. Και ποιος έχει τη δικαιοδοσία της απόφασης του λάθους; Ποιος του σωστού; Από πού εξουσιοδοτείται εφ’ όσον δεν σκέφτεται αντικειμενικά; Πόσο ο προσωπικός παράγοντας επηρεάζει το λάθος μου; Πόσο το σωστό μου; Υπάρχει αντικειμενικότητα ή είναι όλα υποκειμενικά; Κι αυτό από μόνο του είναι λάθος ή σωστό;

Η αντικειμενικότητα του σωστού καταδεικνύει το λάθος ή μήπως η υποκειμενικότητα του λάθους καθιστά το σωστό, σωστό; Ποια αντίληψη είναι εκείνη που επιτρέπει την σωστή ή λάθος ανάγνωση των πραγμάτων;

Κι εν τέλει τόση ώρα κάνω λάθος που το αναλύω; Ή μήπως όχι;

**Κείμενο ΙΙΙ,**

Άσε με να κάνω λάθος

* Νεανική αμφισβήτηση – αντίδραση
* Προστακτική – διατακτικό και προκλητικό – απειλητικό ύφος
* Εκφραστικές επαναλήψεις (ποιες και γιατί;)
* Κυνισμός και «σύνδρομο του άτρωτου»
* Αίτημα ανεξαρτησίας – αυτονομίας
* Μηδενιστική προσέγγιση της ζωής
* Απογοήτευση, αδιέξοδο, έλλειμμα επικοινωνίας και «κρυμμένο τραύμα»;

***Ποιος νέος θα μπορούσε να έχει παρόμοια συμπεριφορά; Εσείς, πώς κρίνετε μια τέτοια βιοθεωρία; Σας εκφράζει και σε ποιο βαθμό; (Αιτιολογήστε)***

Μην μου λες πως ειν' ντροπή

άσε με να βρω μονάχος

Ποιο το τέλος ποια η αρχή

άσε με μονάχο μου να νιώσω

Την ουσία μέσα σ' όλα που 'χεις πει

Αν αντίρρηση μου φέρεις

Θα θυμώσω και το ξέρεις

Αν με χάσεις αιτία θα 'σαι εσύ

Άσε με να κάνω λάθος

άσε με να κούραστώ

άσε με να 'ρθω μονάχος

Και συγγνώμη να σου πω

Έχω μπόλικο καιρό να κοροϊδεύω

Κάθε λέξη, κάθε έννοια και σκοπό

Έχω όρεξη πολύ να αλητεύω

Κι ας μη ξέρω για τι ψάχνω ή τι θα βρω

Μη μου λες για εξερευνήσεις

Και για χώρες μακρινές

Μη μου λες για κατακτήσεις

Και για μαζικές δομές

….

Άσε με να κάνω λάθος

άσε με να δω καλά

άσε με να βρω μονάχος

Τι μου παίρνει τα μυαλά

άσε με να σου σφυρίξω στο σκοτάδι

Ένα γνώριμο παλιό σκοπό

άσε με να σου γεμίσω κάποιο βράδυ

Τα κενά με μουσική, rock'n'roll που συμπαθώ

Άσε με να κάνω λάθος

Μη παριστάνεις το Θεό

Δε μ' αρέσουν οι σωτήρες

Δε γουστάρω να σωθώ

Δεν πειράζει αν μετά θα μετανιώσω

Δεν τρέχει τίποτα αν διπλά θα κουραστώ

Δε με νοιάζει απογοήτευση αν νιώσω

Αφού ξέρω πώς έπαιξα και 'γω

(Τραγούδι του Β. Παπακωνσταντίνου).