

ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΧΡΟΝΟΣ

ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΧΡΟΝΟΣ

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΑΥΞΗΣΗΣ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ

- ☺ θεσμοθέτηση οκτάωρης εργασίας
- ☺ θέσπιση πενθήμερης εργασίας
- ☺ αργίες, εορτές, επέτειοι, διακοπές
- ☺ τα μέσα μεταφοράς και συγκοινωνίας εκμηδένισαν τις αποστάσεις και συνέβαλαν στην αύξηση του ελεύθερου χρόνου
- ☺ η ανάπτυξη των επιστημών που είχε ως αποτέλεσμα την εισαγωγή των μηχανών και του αυτοματισμού στην παραγωγική διαδικασία αντικατέστησε τον ανθρώπινο μόχθο και μείωσε το ωράριο εργασιακής απασχόλησης

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΟΥ ΧΡΟΝΟΥ

- ☹ οι υπερωρίες
- ☹ η ανάγκη για δια βίου μάθηση
- ☹ η υπερπληροφόρηση και η συνεχής προσπάθεια των ατόμων να ενημερώνονται καθημερινά για όσα συμβαίνουν σε εθνικό αλλά και διεθνές επίπεδο
- ☹ οι ταχείς ρυθμοί διαβίωσης στο σύγχρονο αστικό περιβάλλον, η πολυπλοκότητα των ρόλων και η αύξηση των υποχρεώσεων των ατόμων
- ☹ το υπερκαταναλωτικό πνεύμα της σύγχρονης εποχής και η οικονομική κρίση οδήγησε στην υπερεργασία για την απόκτηση χρήματος για τη εξασφάλιση των υλικών αγαθών.
- ☹ αύξηση του νεκρού χρόνου
- ☹ αύξηση χρόνου που διαθέτει ο άνθρωπος για την επανάκτηση των βιολογικών του δυνάμεων

	ΟΦΕΛΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΥΠΑΡΞΗ
ΣΩΜΑΤΙΚΟΣ ΥΛΙΚΟΣ ΒΙΟΛΟ-ΓΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ	☺ προσφέρει τη δυνατότητα σωματικής ξεκούρασης και ανανέωσης ☺ επιτρέπει στο άτομο να ασχοληθεί με τον αθλητισμό και με δραστηριότητες στη φύση που συμβάλλουν στη διατήρηση ενός υγιούς σώματος
ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ	☺ προσφέρει τη δυνατότητα πνευματικής ξεκούρασης και ανανέωσης ☺ εξασφαλίζει την πνευματική διαύγεια ☺ επιτρέπει στο άτομο να ασχοληθεί με τη διεύρυνση των πνευματικών του οριζόντων και τον εμπλουτισμό των γνώσεών του μέσω της επαφής με τις τέχνες και τα γράμματα ☺ αξιοποίηση του ελεύθερου χρόνου για την ενίσχυση των επαγγελματικών του προσόντων
ΨΥΧΙΚΟΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ	☺ επιτρέπει την ενδοσκόπηση και συμβάλλει στην αυτογνωσία ☺ η δυνατότητα του ατόμου να ασχοληθεί με την τέχνη και τον αθλητισμό ευαισθητοποιεί το άτομο και του καλλιεργεί αρετές όπως ο αλληλοσεβασμός, η αλληλεγγύη, η πειθαρχία
ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ	☺ κοινωνικοποίηση του ατόμου ☺ δημιουργία υγιών σχέσεων ☺ ενασχόληση με πολιτικά και κοινωνικά θέματα και δραστηριοποίηση

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΠΟΥΣΙΑ

ΣΩΜΑΤΙΚΟΣ ΥΛΙΚΟΣ ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ

- ☹ σωματική κατάρρευση
- ☹ αδυναμία ενασχόλησης με την άθληση, τη γυμναστική
- ☹ συνεχές αίσθημα κόπωσης
- ☹ το άτομο γίνεται ευάλωτο σε ασθένειες

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ

- ☹ πνευματική κατάρρευση
- ☹ έλλειψη ευθυκρισίας λόγω κούρασης
- ☹ αδιαφορία για απόκτηση επιπλέον γνώσεων
- ☹ αδυναμία ενασχόλησης του ατόμου με την τέχνη
- ☹ απαιδευσιά, αμορφωσιά
- ☹ αποστροφή προς την εργασία

ΨΥΧΙΚΟΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ

- ☹ το άτομο αδυνατεί να κάνει την αυτοκριτική του με αποτέλεσμα να μην οδηγείται στην αυτογνωσία και να μην μπορεί να βελτιώσει τα αδύναμα στοιχεία του χαρακτήρα του
- ☹ το άτομο δεν προβαίνει σε δραστηριότητες που καλλιεργούν την προσωπικότητά του
- ☹ μοναξιά
- ☹ καταθλιπτικά συναισθήματα

ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ

- ☹ απομόνωση του ατόμου από το κοινωνικό του περιβάλλον
- ☹ δημιουργία επιδερμικών σχέσεων
- ☹ απουσία ενδιαφέροντος και ενασχόλησης με τα κοινά
- ☹ ιδιώτευση

ΤΡΟΠΟΙ ΟΡΘΗΣ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗΣ

- ☺ επαφή με τη φύση
- ☺ επαφή με τον αθλητισμό
- ☺ επαφή με την τέχνη
- ☺ επαφή με αγαπημένα άτομα

ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ

- ☺ Οικογένεια
- ☺ Παιδεία
- ☺ ΜΜΕ
- ☺ Κοινωνία