

Ελεύθερος χρόνος

Ορισμός

Ο χρόνος κατά τον οποίο ο άνθρωπος δεν εργάζεται και μπορεί να τον διαθέσει όπως αυτός θέλει για να ικανοποιήσει τα ενδιαφέροντα και τις επιθυμίες τους

Σημασία ελεύθερου χρόνου στο παιδί

-Η έννοια ελεύθερος χρόνος είναι ένας σημαντικός παράγοντας δημιουργίας για τον άνθρωπο και ιδιαίτερα για το παιδί. Πρόκειται για τον χρόνο εκείνο κατά τον οποίο το παιδί αναπτύσσει πρωτοβουλίες, διευρύνει τις γνώσεις και τις εμπειρίες του με δραστηριότητες που το ίδιο επιλέγει. Ο χρόνος που έχει στην διάθεσή του το παιδί πολλές φορές δεν είναι αρκετός ώστε να του δώσει την δυνατότητα να αναπτύξει μόνος του τα ενδιαφέροντά του.



-Συμβάλλει στην ψυχολογική ισοροπία του ατόμου

-Απαλλαγή από :Άγχος,εσωστρέφια,απομόνωση

-Βοηθά στις διαπροσωπικές σχέσεις του ατόμου με άλλα άτομα

-Κοινωνικοποίηση του ατόμου

-Κοινωνικές δραστηριότητες

-Συνεργασία με άλλους ανθρώπους

-Αποβολή εγωιστικών τάσεων



-Προστασία απο κακές συνήθειες και παρέες

Γιατί υπάρχει έλλειψη ελεύθερου χρόνου :

-Αλλοτρώωση στην εργασία

-Μηχανοποίηση-----Πλήξη και ανία



-Καταναλωτική μανία

-Υπερεργασία



-Ανταγωνιστική κοινωνία

-Άγχος αναστάλεια αβεβαιότητα

-Μεγάλη σπατάλη χρόνου στην μετάβαση εργασίας

-Νεκρός χρόνος

-Εκνευρισμός και εξουθένωση του ατόμου

-Πως πρέπει να αξιοποιείται ο ελεύθερος χρόνος

-Σωματική ξεκούραση

-Αποφόρτιση από το άγχος της εργασίας

-Μόρφωση επιμόρφωση

-Αθλητισμός

-Ταξίδια

-Επαφή με τη φύση



Νόθα ψυχαγωγία

-Παθητική τηλεθέαση

-Γληπεδο(Χουλιγκανισμός)

-Νυκτερινή ζωή

-Αλκοολισμός

-Χαρτοπαιξία

-Αλητεία

Συνέπειες

-Απόπυρα φυγής
-Σκωτομα της ώρας
-Ψυχοκτονία
-Ανία
-Πλήξη
-Τυποποίηση
-Απογοήτευση
-Ψυχονευρωτικές παρενέργειες