

Με αφορμή τη δημοσιοποίηση της Διακρατικής Έκθεσης του ερευνητικού Προγράμματος HBSC/WHO «Spotlight on adolescent health and well-being»¹, το ΕΠΙΨΥ δημοσιοποιεί το Τεύχος «Οι έφηβοι-μαθητές στην Ελλάδα και στο σύνολο των χωρών του ερευνητικού προγράμματος HBSC/WHO» με πρόσφατα (2018) ερευνητικά δεδομένα σχετικά με τη σωματική και ψυχοκοινωνική υγεία των έφηβων-μαθητών στην Ελλάδα, σε σύγκριση με τους συνομηλίκους από 45 χώρες της Ευρώπης και τον Καναδά.

Η έρευνα καλύπτει ένα ευρύ φάσμα συμπεριφορών και συνθηκών στη ζωή των εφήβων: σωματική και ψυχολογική υγεία/ευεξία, οικογένεια και επικοινωνία με τους γονείς, σχολικό περιβάλλον, bullying και βίαιοι καυγάδες, διατροφικές συνήθειες, φυσική δραστηριότητα και παχυσαρκία, επικοινωνία και κοινωνική δικτύωση, κατανάλωση αλκοόλ, κάπνισμα, χρήση κάνναβης και σεξουαλική συμπεριφορά.

Τα ευρήματα της έρευνας παρατίθενται ακολούθως αναλυτικά.

Συνοπτικά, σε ό,τι αφορά ειδικά την Ελλάδα, τα ευρήματα καταδεικνύουν τουλάχιστον δύο πεδία αισιοδοξίας αλλά κι έναν αντίστοιχο αριθμό προβληματισμού:

- Στα θετικά είναι ότι οι έφηβοι-μαθητές στη χώρα μας νιώθουν σε υψηλότερο ποσοστό πως λαμβάνουν μεγάλη υποστήριξη από την οικογένειά τους και από τους/τις φίλους/ες τους ενώ επιπλέον προτιμούν σε πολύ υψηλότερο ποσοστό την προσωπική επαφή από τα ηλεκτρονικά μέσα για την επικοινωνία με την παρέα τους.
- Στα αρνητικά είναι ότι οι έφηβοι-μαθητές στη χώρα μας αντλούν σε χαμηλότερο ποσοστό ικανοποίηση από το σχολείο και σε επίσης χαμηλότερο ποσοστό αισθάνονται ότι λαμβάνουν υποστήριξη από τους εκπαιδευτικούς και από τους συμμαθητές τους. Επίσης σε χαμηλότερο ποσοστό λαμβάνουν καθημερινά πρωινό ή καταναλώνουν φρούτα και σε επίσης χαμηλότερο ποσοστό ασκούνται επαρκώς. Είναι δε, σε υψηλότερο ποσοστό υπέρβαροι ή παχύσαρκοι.

Σύμφωνα με την **Άννα Κοκκέβη**, Ομοτ. Καθηγήτρια του Πανεπιστημίου Αθηνών και Επικεφαλής του Τομέα Επιδημιολογικών και Ψυχοκοινωνικών Ερευνών του ΕΠΙΨΥ, «*Είναι ιδιαίτερα ενθαρρυντικό το γεγονός ότι τα ποσοστά των εφήβων που αναφέρουν ότι λαμβάνουν μεγάλη υποστήριξη από τους γονείς και από την παρέα τους είναι υψηλότερα στη χώρα μας συγκριτικά με τις περισσότερες από τις χώρες που συμμετέχουν στην έρευνα—ενδεικτικό του ότι ο κοινωνικός ιστός συνεχίζει να προσφέρει στους νέους μας ένα αίσθημα ασφάλειας, κάτι που μπορεί να αποδειχθεί ιδιαίτερα σημαντικό σε συνθήκες όπως αυτές που βιώνουμε λόγω της πανδημίας του covid-19.*»

«*Ωστόσο*» όπως συνεχίζει να αναφέρει η Επιστ. Υπεύθυνη του ελληνικού σκέλους της έρευνας «*είναι ιδιαίτερα ανησυχητικό το ότι το σχολείο παραμένει στη χώρα μας ένα περιβάλλον το οποίο, αντί να αποτελεί εστία άντλησης ικανοποίησης και στήριξης για τα νεαρά του μέλη, φαίνεται να αντιμετωπίζεται από τους περισσότερους εφήβους με αρνητικά συναισθήματα και δυσπιστία. Το παραπάνω οφείλει να μάς προβληματίσει όλους και ιδιαίτερα την εκπαιδευτική κοινότητα, η οποία παίζει έναν ισχυρό διαμορφωτικό ρόλο στις εμπειρίες και την ανάπτυξη της προσωπικότητας των μαθητών.*»

Τα κύρια ευρήματα της έρευνας για την Ελλάδα συγκριτικά με το σύνολο των χωρών που συμμετέχουν στο ερευνητικό πρόγραμμα HBSC/WHO

Συνήθειες διατροφής, στοματική υγιεινή, φυσική δραστηριότητα, σωματικό βάρος και εικόνα σώματος:

Οι έφηβοι στην Ελλάδα αναφέρουν:

- σε **χαμηλότερο** ποσοστό λήψη **πρωινού** καθημερινά τις ημέρες του σχολείου (48%, έναντι 58% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά) και κατανάλωση **φρούτων** σε καθημερινή βάση (31%, έναντι 40% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά)
- σε σχεδόν **υποτριπλάσιο** ποσοστό κατανάλωση αναψυκτικών με ζάχαρη (6%, έναντι 16% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά)
- σε **παρόμοιο** ποσοστό ότι **τρώνε μαζί με την οικογένειά** τους καθημερινά (48%, έναντι 50% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά)- ωστόσο, τα **κορίτσια** στην Ελλάδα αναφέρουν καθημερινά γεύματα με την οικογένεια σε **χαμηλότερο** ποσοστό (44%) σε σύγκριση με τα κορίτσια στις χώρες του Προγράμματος (48%)
- σε **χαμηλότερο** ποσοστό –το 6ο χαμηλότερο– ότι **βουρτσίζουν τα δόντια** τους περισσότερο από μία φορά την ημέρα (52%, έναντι 65% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά)
- σε **χαμηλότερο** ποσοστό ότι κάνουν **φυσική δραστηριότητα** καθημερινά (16%, έναντι 19% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά)

¹ Διαθέσιμη στο σύνδεσμο: www.euro.who.int/en/hbsc-spotlight

Επίσης,

- σε **υψηλότερο** ποσοστό οι έφηβοι στην Ελλάδα (25%) συγκριτικά με το πρόγραμμα HBSC συνολικά (21%) είναι **υπέρβαροι ή παχύσαρκοι**, κατατάσσοντας την χώρα μας στην 6^η υψηλότερη θέση. Η διαφορά αυτή εμφανίζεται κυρίως στα αγόρια (31% στην Ελλάδα και 25% στις χώρες του προγράμματος HBSC).
- σε **παρόμοια** ποσοστό οι έφηβοι στην Ελλάδα (25%) και στις χώρες του προγράμματος HBSC συνολικά (27%) θεωρούν το σώμα τους «**παχύ**».

Επικοινωνία με ηλεκτρονικά μέσα

- Σε **παρόμοιο** ποσοστό οι έφηβοι στην Ελλάδα (33%) και στο πρόγραμμα HBSC συνολικά (35%) αναφέρουν ότι έχουν **πολύ συχνή επικοινωνία** με φίλους ή άλλους μέσω ηλεκτρονικών μέσων.
- Σε πολύ **χαμηλότερο** ποσοστό οι έφηβοι στην Ελλάδα (8%) συγκριτικά με το πρόγραμμα HBSC συνολικά (14%) δείχνουν ισχυρή προτίμηση στην **κοινωνική αλληλεπίδραση μέσω ίντερνετ** έναντι της επαφής «πρόσωπο με πρόσωπο».
- Σε **υψηλότερο** ποσοστό (10%) οι έφηβοι στην Ελλάδα συγκριτικά με το πρόγραμμα HBSC συνολικά (7%) κάνουν **προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης** με τη διαφορά αυτή να είναι πολύ εντονότερη στα κορίτσια (12% στην Ελλάδα έναντι 8% στο Πρόγραμμα, συνολικά).

Ψυχοκοινωνική υγεία

- Σε πολύ **υψηλότερο** ποσοστό –το 6^ο υψηλότερο– (50%) οι έφηβοι στην Ελλάδα συγκριτικά με τους εφήβους στο σύνολο των χωρών του προγράμματος HBSC (37%) αναφέρουν ότι η **υγεία** τους είναι *πάρα πολύ καλή*.
- **Χειρότερη** αξιολογούν τη **ζωή** τους οι έφηβοι στην Ελλάδα (Μέση Τιμή:7,6) σε σχέση με τους εφήβους στο Πρόγραμμα HBSC (Μέση Τιμή:7,8). Η διαφορά αυτή είναι εντονότερη στα κορίτσια και στους μεγαλύτερους (3^η χαμηλότερη θέση στους 13χρονους) εφήβους, ενώ, αντίθετα, μεταξύ των **11χρονων** η Ελλάδα έχει **υψηλότερη** τιμή από το μέσο όρο του Προγράμματος.
- Σε πολύ **υψηλότερο** ποσοστό- το 4^ο μεταξύ των χωρών του προγράμματος HBSC- οι έφηβοι στην Ελλάδα (44%) συγκριτικά με το Πρόγραμμα συνολικά (35%) αναφέρουν πολλαπλά **ψυχολογικά/σωματικά συμπτώματα** (πονοκέφαλο, πόνο στο στομάχι, πόνο στη μέση/πλάτη, ακεφιά, δυσθυμία. Νευρική, δυσκολία στον ύπνο, ζαλάδα) με τη διαφορά να είναι εντονότερη μεταξύ των κοριτσιών και μεταξύ των μεγαλύτερων εφήβων.

Σεξουαλική συμπεριφορά

- Σε **υψηλότερο** ποσοστό οι 15χρονοι έφηβοι στην Ελλάδα (26%) –το 3^ο υψηλότερο μεταξύ των χωρών που συμμετέχουν στο πρόγραμμα HBSC (19%)- αναφέρουν ότι είχαν τουλάχιστον μία **ολοκληρωμένη σεξουαλική επαφή** στη ζωή τους, με τη διαφορά αυτή να είναι εντονότερη στα αγόρια (34% και 24% αντίστοιχα, στην Ελλάδα και στο σύνολο των χωρών του Προγράμματος). Μεταξύ των 15χρονων που αναφέρουν σεξουαλική εμπειρία, η Ελλάδα έχει :
 - το 2ο **υψηλότερο** ποσοστό (74%) εφήβων που αναφέρουν χρήση **προφυλακτικού** κατά την τελευταία σεξουαλική επαφή: το αντίστοιχο ποσοστό στο πρόγραμμα HBSC συνολικά είναι 61%.
 - το **χαμηλότερο** ποσοστό (6%) εφήβων που αναφέρουν χρήση **αντισυλληπτικού χαπιού** κατά την τελευταία σεξουαλική επαφή: το αντίστοιχο ποσοστό στο πρόγραμμα HBSC συνολικά είναι 26%.

Χρήση ουσιών

Οι έφηβοι στην Ελλάδα αναφέρουν:

- σε ελαφρώς υψηλότερο ποσοστό ότι έχουν **καπνίσει** σε όλη τους τη ζωή (15%, έναντι 14% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά) και πρόσφατα (τις τελευταίες 30 ημέρες πριν τη διεξαγωγή της έρευνας) (8%, έναντι 7% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά, με τη διαφορά αυτή να είναι εντονότερη στα 15χρονα κορίτσια),
- στο **υψηλότερο** ποσοστό του Προγράμματος κατανάλωση **αλκοόλ** σε όλη τους τη ζωή (μάλιστα για τους 15χρονους ανέρχεται στο 85%, έναντι 59% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά) και πρόσφατα (30%, έναντι 19% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά),
- σε **παρόμοια** ποσοστά ότι έχουν **μεθύσει** πρόσφατα (~7%) και
- σε **χαμηλότερο** ποσοστό χρήση **κάνναβης** σε όλη τους τη ζωή (9%, έναντι 13% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά) και πρόσφατα (5%, έναντι 7% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά).

Bullying και βία συμπεριφορά

Οι έφηβοι στην Ελλάδα αναφέρουν:

- σε **χαμηλότερο** ποσοστό ότι κατά τους τελευταίους 2 μήνες στο σχολείο **υπέστησαν bullying** (7%, έναντι 10% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά) και **συμμετείχαν σε bullying** άλλων (3%, έναντι 6% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά),
- σε πολύ **χαμηλότερο** ποσοστό ότι κατά τους τελευταίους 2 μήνες **υπέστησαν ηλεκτρονικό bullying** (5%, έναντι 13% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά) και **συμμετείχαν σε ηλεκτρονικό bullying** άλλων (3%, έναντι 10% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά),

- σε ελαφρώς **υψηλότερο** ποσοστό ότι ήρθαν **άγρια στα χέρια** με κάποιον ή κάποιους άλλους, τουλάχιστον 3 φορές κατά τους τελευταίους 12 μήνες από τη διεξαγωγή της έρευνας (11%, έναντι 10% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά)

Σχολικό περιβάλλον

Οι έφηβοι στην Ελλάδα αναφέρουν:

- σε σχεδόν **υποδιπλάσιο** ποσοστό (το 6^ο χαμηλότερο) ότι τους αρέσει πολύ το **σχολείο** (15%, έναντι 28% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά). Η διαφορά αυτή είναι οξύνεται με την ηλικία των εφήβων· έτσι το αντίστοιχα ποσοστό 15χρονων εφήβων στην Ελλάδα είναι σχεδόν υποτριπλάσιο (8%) συγκριτικά με εκείνο των 15χρονων στο πρόγραμμα HBSC (21%),
- σε πολύ **χαμηλότερο** (το 3^ο χαμηλότερο) ότι λαμβάνουν **υποστήριξη από τους συμμαθητές** τους (41%, έναντι 59% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά). Η διαφορά αυτή οξύνεται με την ηλικία των εφήβων με τους 15χρονους να βρίσκονται στην τελευταία θέση της κατάταξης μεταξύ των χωρών συνολικά,
- σε **χαμηλότερο** ποσοστό ότι λαμβάνουν **υποστήριξη από τους δασκάλους/καθηγητές** τους (50%, έναντι 56% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά). Η διαφορά αυτή είναι εντονότερη στα κορίτσια και οξύνεται με την ηλικία των εφήβων.

Οικογένεια και φίλοι

Οι έφηβοι στην Ελλάδα αναφέρουν:

- σε **παρόμοια** ποσοστά ότι είναι «εύκολη» η **επικοινωνία με τη μητέρα** τους για θέματα που τους απασχολούν (~85% στην Ελλάδα και στο Πρόγραμμα συνολικά),
- σε **χαμηλότερο** ποσοστό ότι είναι «εύκολη» η **επικοινωνία με τον πατέρα** τους (69%, έναντι 73% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά), με τη διαφορά αυτή να εντοπίζεται κυρίως στα κορίτσια (Ελλάδα 58%, HBSC 66%) και στους 15χρονους (Ελλάδα 59%, HBSC 65%),
- σε **υψηλότερο** ποσοστό ότι λαμβάνουν **υποστήριξη από την οικογένειά** τους (78%, έναντι 72% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά), με τη διαφορά να εντοπίζεται κυρίως στα αγόρια.
- σε **υψηλότερο** ποσοστό (το 7^ο υψηλότερο) ότι λαμβάνουν **υποστήριξη από τους φίλους** τους (70%, έναντι 60% των εφήβων του Προγράμματος συνολικά).

Πηγή: Όλα τα παραπάνω στοιχεία προέρχονται από την έρευνα του ΕΠΙΨΥ με τίτλο «Πανελλήνια έρευνα για τις συμπεριφορές που συνδέονται με την υγεία των εφήβων μαθητών» (Έρευνα HBSC/WHO). Η έρευνα διεξάγεται στο πλαίσιο του διεθνούς προγράμματος «Health Behaviour in School-Aged Children», τελεί υπό την αιγίδα του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας και επαναλαμβάνεται ανά τετραετία σε περισσότερες από 40 χώρες. Στην Ελλάδα πραγματοποιείται από το ΕΠΙΨΥ από το 1998 με την επιστημονική ευθύνη της Ομοτ. Καθηγήτριας του Πανεπιστημίου Αθηνών, Α. Κοκκέβη και παρέχει πολύτιμες πληροφορίες για τον τρόπο ζωής των εφήβων και τους κινδύνους που απειλούν την υγεία τους, συμβάλλοντας στην παρακολούθηση των υπό εξέταση συμπεριφορών και φαινομένων μέσα στο χρόνο, την παρακολούθηση της κατάστασης στη χώρα μας συγκριτικά με άλλες χώρες αλλά και στην αξιολόγηση σχετικών μέτρων και πολιτικών που εφαρμόζονται.

Στην έρευνα του 2018 συμμετείχε πανελλήνιο αντιπροσωπευτικό δείγμα 3.845 μαθητών της ΣΤ΄ Δημοτικού, της Β΄ Γυμνασίου και της Α΄ Λυκείου από 238 σχολικές μονάδες. Διενεργήθηκε με την έγκριση του Υπουργείου Παιδείας. Κατόπιν γονικής συναίνεσης, οι μαθητές απάντησαν σε ανώνυμο ερωτηματολόγιο που χορηγήθηκε ομαδικά στις τάξεις του δείγματος χωρίς (ή με διακριτική) την παρουσία εκπαιδευτικών. Η έρευνα του 2018 υλοποιήθηκε χάρη στην εθελοντική συμβολή μελών ΔΕΠ και φοιτητών ΑΕΙ και ΤΕΙ της χώρας και χρηματοδοτήθηκε μερικώς από τον ΟΚΑΝΑ και την Αστική μη Κερδοσκοπική Εταιρεία «Προαγωγή της Γνώσης στις Ψυχικές Διαταραχές».

Πληροφορίες : Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγείας, Νευροεπιστημών και Ιατρικής Ακριβείας «ΚΩΣΤΑΣ ΣΤΕΦΑΝΗΣ» (ΕΠΙΨΥ)

Ιστοσελίδα: www.epipsy.gr

E-mail: erevna.hbsc@epipsy.gr



<https://www.facebook.com/EPIPSI.UMHRI>