

Έρευνα Συμπεριφορών Υγείας Μαθητών (HBSC)

Η Έρευνα Συμπεριφορών Υγείας Μαθητών (Health Behavior in School-aged Children - HBSC) αποτελεί μία διακρατική έρευνα για τη συμπεριφορά εφήβων μαθητών (11, 13 και 15 ετών) σε σχέση με θέματα υγείας και η οποία πραγματοποιείται κάθε τέσσερα χρόνια. Οργανώνεται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ) και έχει αναγνωριστεί διεθνώς ως μια έγκυρη πηγή πληροφοριών για θέματα υγείας των εφήβων, η οποία υιοθετεί τη θέση ότι η υγεία περιλαμβάνει φυσικές, κοινωνικές αλλά και συναισθηματικές πτυχές.

Η έρευνα ασχολείται με σημαντικούς τομείς της ζωής των εφήβων, όπως το οικογενειακό, κοινωνικοοικονομικό και σχολικό περιβάλλον, τις σχέσεις με τους συνομήλικους και την αλληλεπίδραση και επικοινωνία μέσω διαδικτύου καθώς και το αίσθημα του ανήκειν σε κάποια κοινωνική ομάδα. Εξετάζει επίσης συνήθειες και συμπεριφορές που επηρεάζουν την υγεία όπως, τις συνήθειες διατροφής και σωματικής άσκησης, τη χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών, τον εκφοβισμό στο σχολείο κλπ.

Η έρευνα λαμβάνει χώρα από το 1983 σε περισσότερες από 45 χώρες στην Ευρώπη και στη Βόρεια Αμερική. Στην Κύπρο τη φετινή σχολική χρονιά (2018-2019) η έρευνα πραγματοποιήθηκε για πρώτη φορά από το Κέντρο Εκπαιδευτικής Έρευνας και Αξιολόγησης (ΚΕΕΑ) του Παιδαγωγικού Ινστιτούτου, σε μια συνεργασία του Υπουργείου Παιδείας και Πολιτισμού με το Υπουργείο Υγείας.

Συγκεκριμένα, φέτος πραγματοποιήθηκε η Πιλοτική Φάση της έρευνας, που στόχο είχε να εφαρμόσει δοκιμαστικά τις διαδικασίες και τα εργαλεία συλλογής δεδομένων, ώστε η Κύπρος να έχει τη δυνατότητα να αιτηθεί για να καταστεί μέλος του δικτύου της έρευνας HBSC.

Η συλλογή δεδομένων έγινε την περίοδο 12 Νοεμβρίου μέχρι 12 Δεκεμβρίου 2018 με τη χρήση ανώνυμου ερωτηματολογίου που χορηγήθηκε ηλεκτρονικά. Συνολικά, στην έρευνα συμμετείχαν παιδιά από 61 τμήματα, που συνιστούσαν αντιπροσωπευτικό δείγμα για τρεις ηλικιακές ομάδες (παιδιά 11, 13 και 15 χρόνων). Το ποσοστό ανταπόκρισης έφτασε το 92,4%, καθώς 1092 από τους 1182 επιλεγμένους/ες μαθητές/μαθήτριες συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο. Τα δεδομένα που συλλέγηκαν αφορούσαν στις θεματικές: υγεία και στην ποιότητα ζωής, συμπεριφορές υγείας, απόψεις παιδιών για το σχολείο, βία και εκφοβισμός, υποστήριξη από φίλους/ες, ηλεκτρονική επικοινωνία, σεξουαλική υγεία και οικογένεια.

Αναφορικά με την **υγεία και την ποιότητα ζωής**, πέρα από το 90% των παιδιών περιέγραψε την υγεία τους ως «*πάρα πολύ καλή*» (52,2%) ή «*καλή*» (38,2%). Λιγότερο από 8% αναφέρθηκε σε καθημερινά προβλήματα με πονοκέφαλο (6,9%), πόνο στο στομάχι (2,3%) ή πόνο στην πλάτη (7,5%). Λίγο περισσότερα παιδιά αναφέρθηκαν ότι βιώνουν «*ακεφιά*» (10,3%), «*θυμό ή γκρίνια*» (19,3%) και νευρικότητα (20,2%) σε καθημερινή βάση. Περίπου τα μισά παιδιά (51%)

θεωρούσαν ότι έχουν «*μάλλον στο σωστό βάρος*», παρόλο που τα 15χρονα παιδιά πίστευαν σε μεγαλύτερο βαθμό ότι είχαν πολύ μεγαλύτερο βάρος από το κανονικό (27,7%), συγκριτικά με μικρότερα παιδιά (11χρονα: 22,3%, 13χρονα: 23,4%).

Σε σχέση με **συμπεριφορές υγείας** τα παιδιά ανέφεραν ότι αφιέρωναν 4 μέρες (11χρονα και 13χρονα) και 3 μέρες (15χρονα) ανά εβδομάδα σε φυσική δραστηριότητα. Πέραν του 40% των παιδιών τρώει πρωινό τις καθημερινές. Το αντίστοιχο ποσοστό για τα σαββατοκύριακα ήταν πολύ μεγαλύτερο (70%). Ένα στα δύο παιδιά δήλωσαν ότι γευμάτιζαν με την οικογένειά τους «*κάθε μέρα*». Περίπου 51% των παιδιών έτεινε να τρώει φρούτα και λαχανικά 5-6 φορές τη βδομάδα ή συχνότερα, π.χ. κάθε μέρα. Το αντίστοιχο ποσοστό για κατανάλωση γλυκών ή αναψυκτικών ήταν πολύ χαμηλότερο (32,5% και 18,9%, αντίστοιχα).

Σχεδόν όλα τα 11χρονα παιδιά (97,4%) ανέφεραν ότι δεν είχαν καπνίσει ποτέ. Αυτό το ποσοστό μειώθηκε σε 87,3% για τα 13χρονα και 65,3% για τα 15χρονα παιδιά. Επιπρόσθετα, το 40% των μαθητών δεν κατανάλωσε ποτέ αλκοόλ, με το ποσοστό αυτό να μειώνεται με την ηλικία (74,3%, 41,6%, 15,8% για τα 11χρονα, 13χρονα, 15χρονα παιδιά, αντίστοιχα). Επιπλέον, η συντριπτική πλειοψηφία των 15χρονών παιδιών (95%) δεν κατανάλωσε ποτέ κάνναβη, ενώ το 50% των παιδιών της συγκεκριμένης ηλικιακής ομάδας ανέφερε ότι χρησιμοποίησε ναργιλέ έστω και μία φορά στη ζωή του.

Όσον αφορά στις **απόψεις τους για το σχολείο**, οι μαθητές τοποθετήθηκαν θετικά, με το ποσοστό των παιδιών με θετικά συναισθήματα να μειώνεται με την ηλικία. Τα μεγαλύτερα παιδιά (13 και 15 ετών) ανέφεραν ότι αισθάνονταν πίεση στο σχολείο σε μεγαλύτερο ποσοστό (60%), συγκριτικά με τους/τις 11χρονους/ες (18,1%).

Σε ό,τι αφορά στη **βία και στον εκφοβισμό**, πέραν του 85% των παιδιών ανέφερε ότι δεν εκφόβισε άλλο πρόσωπο στο σχολείο και το 77,8% ότι δεν υπέστηκε εκφοβισμό στο σχολείο ποτέ. Το ποσοστό αυξήθηκε σε 92,4% και 87,4% για ηλεκτρονικό εκφοβισμό, αντίστοιχα. Από την άλλη, το ποσοστό αυτό ήταν πολύ μικρότερο (61,3%) για τις περιπτώσεις που αφορούν εμπλοκή σε φυσικό καβγά.

Σε σχέση με την **ηλεκτρονική επικοινωνία**, τα παιδιά όλων των ηλικιών δήλωσαν ότι επικοινωνούσαν συχνά μέσω διαδικτύου («*καθημερινά, σχεδόν συνέχεια, όλη μέρα*») με στενούς φίλους (36,5%) και με φίλους/ες από την ευρύτερη παρέα (16%), άλλα άτομα εκτός από φίλους/ες (21,8%) ή φίλους/ες που γνώρισαν μέσω διαδικτύου (7,4%). Ένα σημαντικό ποσοστό ανέφερε ότι κατά τη διάρκεια του προηγούμενου χρόνου «*χρησιμοποίησε τα κοινωνικά δίκτυα για να ξεφύγει από τα αρνητικά του συναισθήματα*» (44,5%), «*ένοιωσε άσχημα, γιατί δεν μπορούσε να χρησιμοποιήσει τα μέσα δικτύωσης*» (35,2%), «*προσπάθησε να μειώσει τον χρόνο περνά στα κοινωνικά δίκτυα, αλλά απέτυχε*» (34,2%). Σχεδόν ένα στα τέσσερα παιδιά «*έχει νοιώσει ανικανοποίητο, επειδή ήθελε να περάσει περισσότερο χρόνο στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης*» (27,6%), «*έχει διαφωνίες με άλλους λόγω της ενασχόλησής του με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης*» (25,7%), «*δεν μπορούσε να σκεφτεί τίποτε άλλο εκτός από τη στιγμή που*

θα συνδεόταν στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης» (25,5%) και «παραμέλησε άλλες δραστηριότητες (π.χ. χόμπι, αθλητισμό) για τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης» (25%).

Σε σχέση με την **οικογένεια**, 94 % των παιδιών ανέφερε ότι ζει με τη μητέρα (94%) και μικρότερο ποσοστό (77,4%) με τον πατέρα. Πέραν του 80% των παιδιών δήλωσε «πολύ εύκολο» ή «εύκολο» να μιλήσει με τη μητέρα και 66,3% με τον πατέρα, για θέματα που απασχολούν τα παιδιά.

Τέλος, όσον αφορά στη **σεξουαλική υγεία** των 15χρονων, το 19,8% δήλωσε ότι έχει ολοκληρωμένη σεξουαλική επαφή, με την πλειοψηφία να είναι αγόρια. Από όσους/ες απάντησαν θετικά, το 62,7% των αγοριών ανέφερε ότι χρησιμοποίησαν προφυλακτικό, ενώ το 46,2% των κοριτσιών δήλωσε ότι χρησιμοποιούσε αντισυλληπτικό χάπι.

Η περίληψη των αποτελεσμάτων έχει ήδη αναρτηθεί στην ιστοσελίδα του ΚΕΕΑ για την Έρευνα: <http://keea-hbsc.pi.ac.cy/hbsc/>. Τα πιο ενδιαφέροντα αποτελέσματα θα συζητηθούν περαιτέρω, καθώς πολύ πιθανόν να καταδεικνύουν σημαντικούς προσανατολισμούς για μελλοντικές πολιτικές. Ορισμένα ευρήματα, που αφορούν π.χ. στο κάπνισμα ναργιλέ και στον εθισμός στην ηλεκτρονική επικοινωνία, αναδύονται ως σημεία προβληματισμού, σε σχέση με την αγωγή υγείας των παιδιών (ειδικότερα των μεγαλύτερων).

Κατά τον Ιούνιο του 2019 πραγματοποιήθηκε η εαρινή συνάντηση του ερευνητικού δικτύου της έρευνας HBSC στην Ισλανδία. Στην συνάντηση αυτή παρουσιάστηκαν οι διαδικασίες και αποτελέσματα της Πιλοτικής Φάσης της έρευνας στη χώρα μας και, μετά από σχετική απόφαση της Γενικής Συνέλευσης, η Κύπρος εγκρίθηκε ως η 50^η χώρα-μέλος του δικτύου.

Μετά την έγκριση της συμμετοχής της Κύπρου στο δίκτυο, αναμένεται η τακτική συμμετοχή της χώρας μας στην έρευνα κατά τον επόμενο κύκλο (2021-2022), με μεγαλύτερο αριθμό παιδιών από τις τρεις ηλικιακές ομάδες. Επίσης, αναμένεται ότι η έρευνα θα συμπεριλάβει τόσο δημόσια όσο και ιδιωτικά σχολεία. Τέλος, θα ληφθεί απόφαση αναφορικά με τα προαιρετικά πακέτα ερωτήσεων, τα οποία θα συμπεριληφθούν στο ερωτηματολόγιο της έρευνας.

