

ΕΦΗΒΟΙ ΚΑΙ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Η κατάσταση σήμερα (2022) και διαχρονικά

Διακρατικό Ερευνητικό Πρόγραμμα Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC)

Η εφηβεία αποτελεί την περίοδο κατά την οποία τα παιδιά τείνουν να γίνονται ολοένα και πιο ανεξάρτητα από τους γονείς τους. Ωστόσο, το οικογενειακό περιβάλλον εξακολουθεί να αποτελεί το πρωταρχικό πλαίσιο για την υγιή τους ανάπτυξη και κοινωνικοποίηση.

Το 2022, πανελλήνιο αντιπροσωπευτικό δείγμα 6.250 μαθητών/ριών 11, 13 και 15 ετών συμμετείχαν στη σχολική έρευνα του ΕΠΙΨΥ με τίτλο «Πανελλήνια έρευνα για τις συμπεριφορές που συνδέονται με την υγεία των έφηβων-μαθητών». Οι συμμετέχοντες ρωτήθηκαν -μεταξύ άλλων- για το πόσο εύκολο ή δύσκολο τούς είναι να επικοινωνήσουν με τους γονείς τους, την υποστήριξη που αισθάνονται ότι λαμβάνουν από την οικογένειά τους, την επίβλεψη που οι γονείς τους τούς ασκούν και τις δραστηριότητες που κάνουν με την οικογένειά τους. Επιπλέον, απάντησαν σε ερωτήσεις σχετικά με την επίδραση που η πανδημία του COVID-19 είχε στις σχέσεις τους με την οικογένεια. Τα ευρήματα παρουσιάζονται για το σύνολο των μαθητών και ξεχωριστά για τα φύλα, τις ηλικιακές ομάδες 11, 13 και 15 και το οικονομικό επίπεδο της οικογένειας ('χαμηλό', 'μέσο', 'υψηλό')¹, για το 2022 (πιο πρόσφατη έρευνα) και -όπου είναι διαθέσιμα- διαχρονικά, ανά τετραετία, για την 24ετία 1998-2022.²



Family Unity Wood Print | Kelly Turner

Περιεχόμενα

Κύρια ευρήματα1

1. Ευκολία στην επικοινωνία με τους γονείς....2
2. Υποστήριξη από την οικογένεια5
3. Γονεϊκή επίβλεψη....6
4. Δραστηριότητες με την οικογένεια...8
5. Επίδραση της περιόδου COVID-19 στην οικογένεια ...10
6. Συμπεράσματα και προεκτάσεις ...11

Κύρια ευρήματα

- Για περισσότερα από τα 4/5 (83,7%) των εφήβων στην Ελλάδα είναι εύκολο να μιλήσουν με τη μητέρα τους για θέματα που τους απασχολούν και για τα 2/3 (67,8%) είναι εύκολο να μιλήσουν με τον πατέρα—για έναν στους 7 (14,0%) δεν είναι, ωστόσο, εύκολο να μιλήσει με κανέναν γονιό.
- Σχεδόν τα 3/4 (73,1%) των εφήβων νιώθουν ότι έχουν την υποστήριξη των γονιών τους—σε υψηλότερο ποσοστό τα αγόρια συγκριτικά με τα κορίτσια και οι 11χρονοι συγκριτικά με τους 13- ή τους 15χρονους. Ωστόσο, το ποσοστό των εφήβων που έχουν την υποστήριξη των γονιών είναι σήμερα (2022) χαμηλότερο από ό,τι ήταν πριν από μια δετία (80,2% το 2014).
- Για σχεδόν τα 2/3 (63,7%) των εφήβων φαίνεται να υπάρχει επαρκής γονεϊκή επίβλεψη. Ωστόσο, το ποσοστό αυτό έχει μειωθεί σημαντικά την τελευταία δετία (ήταν 86,0% το 2014).
- Μόνο για το 44,5% φαίνεται ότι οι γονείς γνωρίζουν καλά για το πού συνδέονται και το τι οι έφηβοι κάνουν όταν είναι στο διαδίκτυο, με το ποσοστό αυτό να είναι σήμερα σημαντικά χαμηλότερο σε σχέση με μία 4ετία πριν (53,5% το 2018).
- Οι δραστηριότητες που η πλειονότητα των εφήβων κάνουν συχνότερα μαζί με την οικογένεια τους είναι να τρώνε μαζί (74,1%), να συζητούν (67,1%) και να παρακολουθούν τηλεόραση και ταινίες (45,6%). Την τελευταία 12ετία, αν και έχει αυξηθεί το ποσοστό των εφήβων που αναφέρουν ότι συζητούν και πηγαίνουν για περπάτημα καθημερινά με την οικογένεια, έχει μειωθεί σημαντικά το ποσοστό εκείνων που αναφέρουν ότι τρώνε καθημερινά με την οικογένειά τους.
- Περίπου τα 2/5 των εφήβων θεωρεί ότι η πανδημία του COVID-19 (συμπεριλαμβανομένων των μέτρων για τον περιορισμό της) είχε είτε ουδέτερη (43,2%) είτε θετική (39,7%) επίδραση στις σχέσεις τους με την οικογένεια. Ωστόσο, ένας στους 6 (17,0%) αναφέρει ότι η επίδραση ήταν αρνητική.
- Οι έφηβοι από οικογένειες χαμηλότερου οικονομικού επιπέδου αναφέρουν σε χαμηλότερο ποσοστό ότι νιώθουν υποστήριξη από την οικογένεια, ότι έχουν εύκολη επικοινωνία με τον πατέρα (αν και δεν ισχύει το ίδιο για την επικοινωνία με τη μητέρα), και ότι κάνουν συχνά δραστηριότητες μαζί με την οικογένειά τους.
- Οι έφηβοι για τους οποίους είναι εύκολο να μιλήσουν με τους γονείς τους και εκείνοι που αισθάνονται ότι λαμβάνουν υποστήριξη από την οικογένειά τους εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα αυτεπάρκειας και χαμηλότερο κίνδυνο για εκδήλωση συμπτωμάτων κατάθλιψης.

¹ Κατηγοριοποίηση σε 3 επίπεδα («χαμηλό», «μέσο», «υψηλό») βάσει των απαντήσεων των μαθητών σε ειδική κλίμακα αξιολόγησης της οικονομικής κατάστασης της οικογένειας (Family Affluence Scale, 10.1016/j.socscimed.2007.11.024)

² Σχολιάζονται οι διαφορές που είναι στατιστικά σημαντικές σε επίπεδο $\alpha=0,01$. Στις αναλύσεις λήφθηκε υπόψη ο σχεδιασμός του δείγματος (στρωματοποιημένο, κατά συστάδες) και η στάθμιση των περιπτώσεων.

1. Ευκολία στην επικοινωνία με τους γονείς

Η επικοινωνία γονιού-παιδιού αποτελεί έναν από τους ισχυρότερους δείκτες κοινωνικής υποστήριξης και δεσμού των εφήβων με τους γονείς και έναν από τους σημαντικότερους προστατευτικούς μηχανισμούς για την υγεία και ανάπτυξη των εφήβων³. Πλήθος ερευνών συγκλίνουν στο ότι η επικοινωνία μεταξύ παιδιού και γονιού μειώνει τον κίνδυνο χαμηλής αυτοεκτίμησης και χαμηλής επίδοσης στο σχολείο⁴⁵. Η ευκολία στην επικοινωνία με τη μητέρα φαίνεται ότι είναι προγνωστικός παράγοντας της ικανοποίησης από τη ζωή,⁶ ενώ επιπλέον οι έφηβοι που αναφέρουν ευκολία στην επικοινωνία με τη μητέρα τους είναι λιγότερο πιθανό να καπνίζουν⁷, να καταναλώνουν συχνά αλκοόλ⁸ και να είναι σεξουαλικά ενεργοί πρώιμα⁹. Η ευκολία στην επικοινωνία με τον πατέρα διαδραματίζει προστατευτικό ρόλο στη συναισθηματική ευεξία, την αυτοεκτίμηση¹⁰ και τη θετική εικόνα του σώματος¹¹, ιδιαίτερα στα κορίτσια, ενώ είναι επιπλέον και αποτρεπτικός παράγοντας για την εκδήλωση επιθετικότητας στα αγόρια¹².

Στην πανελλήνια έρευνα του ΕΠΙΨΥ, οι έφηβοι ρωτήθηκαν σχετικά με το πόσο εύκολο ή δύσκολο τους είναι να μιλήσουν με τους γονείς τους για θέματα που τους απασχολούν. Μπορούσαν να επιλέξουν μία από τις 4 επιλογές απάντησης από «πολύ εύκολο» έως «πολύ δύσκολο».

Το 2022, περισσότεροι από οκτώ στους 10 εφήβους (83,7%) αναφέρουν ότι τους είναι *εύκολο*¹³ να μιλήσουν με τη μητέρα τους και σχεδόν επτά στους 10 (67,8%) αναφέρουν ότι τους είναι *εύκολο* να μιλήσουν με τον πατέρα τους (Γράφημα 1.1 και Γράφημα 1.2).

Φύλο: Συγκριτικά με τα κορίτσια, τα αγόρια αναφέρουν σε υψηλότερο ποσοστό ότι τους είναι *εύκολο* να μιλήσουν τόσο με τη μητέρα (81,6% και 86,1%, αντίστοιχα) όσο και με τον πατέρα τους (56,7% και 80,3%, αντίστοιχα).

Ηλικία: Συγκριτικά με τους 13χρονους και τους 15χρονους, οι 11χρονοι αναφέρουν σε υψηλότερο ποσοστό *εύκολη* επικοινωνία και με τους δύο γονείς: ενδεικτικά, *εύκολη* επικοινωνία με τη μητέρα αναφέρουν το 93,1% των 11χρονων, το 81,1% των 13χρονων και το 77,8% των 15χρονων.

Οικονομικό επίπεδο: Οι έφηβοι από οικογένειες χαμηλότερου -αναλογικά- οικονομικού επιπέδου αναφέρουν σε χαμηλότερο ποσοστό ότι τους είναι *εύκολο* να μιλήσουν με τον πατέρα για θέματα που τους απασχολούν, συγκριτικά με τους συνομηλίκους τους από οικογένειες υψηλότερου οικονομικού επιπέδου (63,5% και 70,5%, αντίστοιχα). Εντούτοις, αντίστοιχες διαφορές δεν καταγράφονται αναφορικά με την επικοινωνία με τη μητέρα (Γράφημα 1.1 και Γράφημα 1.2).

¶ Το 2022 περισσότερα από δύο στα 5 (43,3%) κορίτσια αναφέρουν ότι δεν τους είναι εύκολο να μιλήσουν με τον πατέρα για θέματα που τα απασχολούν, ενώ -ανεξαρτήτως φύλου- ένας στους 7 εφήβους (14,0%) αναφέρει ότι δεν του είναι εύκολο να μιλήσει με κανέναν από τους 2 γονείς τους (δεν φαίνεται σε γράφημα).

³ Brooks, F., Zaborskis, A., Tabak, I., Carmen Granado Alcón, M. D., Zemaitiene, N., de Roos, S., & Klemner, E. (2015). Trends in adolescents' perceived parental communication across 32 countries in Europe and North America from 2002 to 2010. *The European Journal of Public Health*, 25(suppl_2), 46-50.

⁴ Riesch, S. K., Anderson, L. S., & Krueger, H. A. (2006). Parent-child communication processes: Preventing children's health-risk behavior. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 11(1), 41-56.

⁵ Hartos, J. L., & Power, T. G. (2000). Association between mother and adolescent reports for assessing relations between parent-adolescent communication and adolescent adjustment. *Journal of youth and adolescence*, 29(4), 441-450.

⁶ Levin, K. A., & Currie, C. (2010). Family structure, mother-child communication, father-child communication, and adolescent life satisfaction: A cross-sectional multilevel analysis. *Health Education*.

⁷ Luk, J. W., Farhat, T., Iannotti, R. J., & Simons-Morton, B. G. (2010). Parent-child communication and substance use among adolescents: Do father and mother communication play a different role for sons and daughters?. *Addictive behaviors*, 35(5), 426-431..

⁸ Zambon, A., Lemma, P., Borraccino, A., Dalmasso, P., & Cavallo, F. (2006). Socio-economic position and adolescents' health in Italy: the role of the quality of social relations. *The European Journal of Public Health*, 16(6), 627-632.

⁹ Lenciauskiene, I., & Zaborskis, A. (2008). The effects of family structure, parent-child relationship and parental monitoring on early sexual behaviour among adolescents in nine European countries. *Scandinavian journal of public health*, 36(6), 607-618.

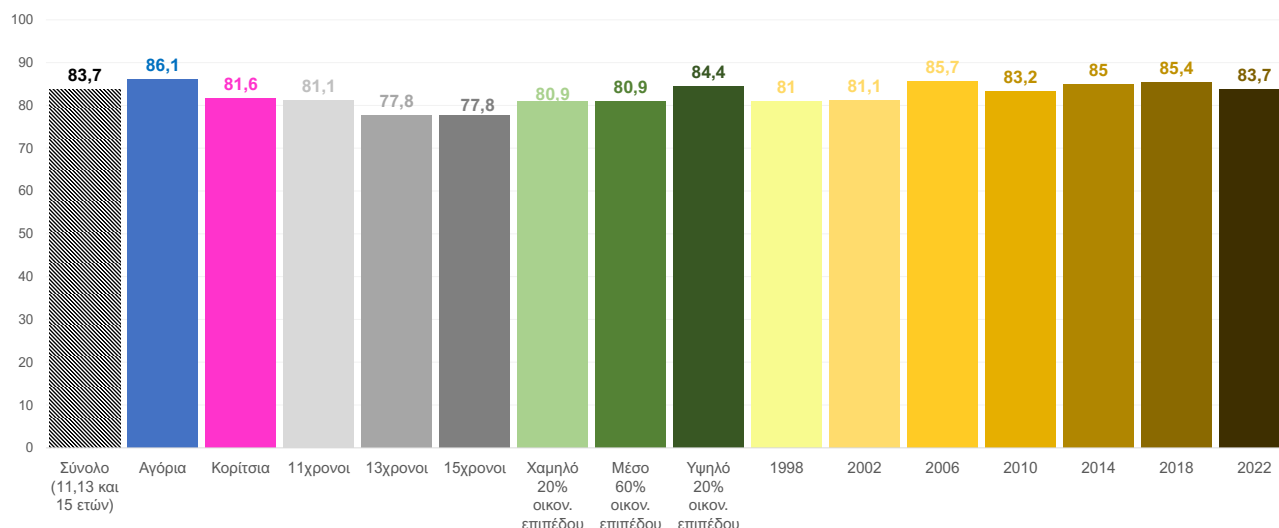
¹⁰ Cava, M. J., Buelga, S., & Musitu, G. (2014). Parental communication and life satisfaction in adolescence. *The Spanish Journal of Psychology*, 17, E98.

¹¹ Fenton, C., Brooks, F., Spencer, N. H., & Morgan, A. (2010). Sustaining a positive body image in adolescence: an assets-based analysis. *Health & social care in the community*, 18(2), 189-198.

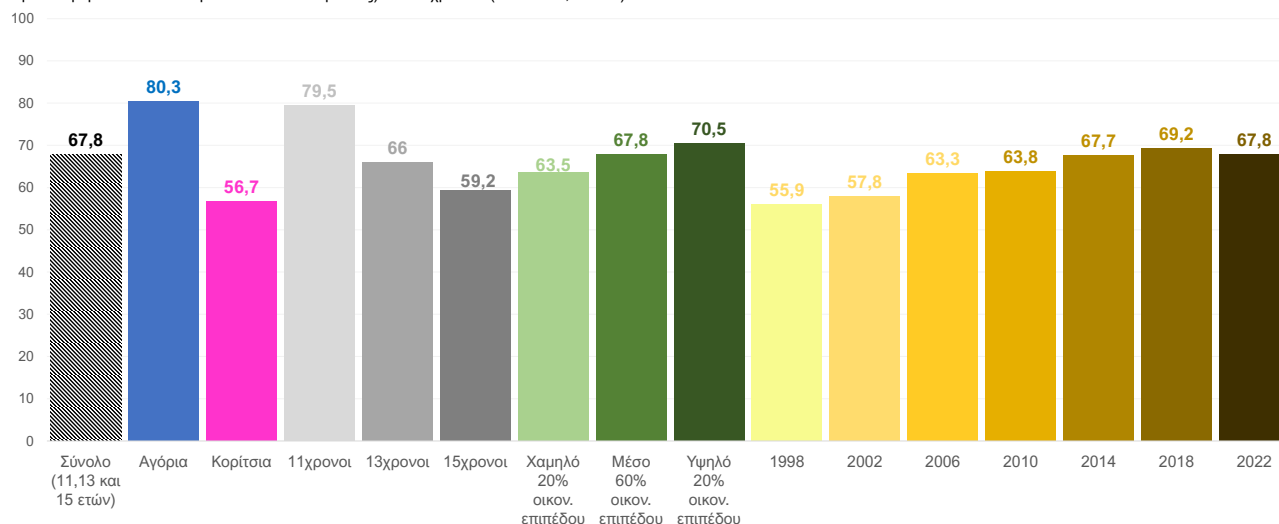
¹² Jafari, M., Baharudin, R., & Archer, M. (2016). Fathers' parenting behaviors and Malaysian adolescents' anxiety: family income as a moderator. *Journal of Family Issues*, 37(2), 198-220.

¹³ Απάντησαν «εύκολο» ή «πολύ» εύκολο» στη σχετική ερώτηση.

Γράφημα 1.1. Ποσοστό εφήβων που αναφέρουν ότι τους είναι "εύκολο" να μιλήσουν με τη μητέρα τους για θέματα που τους απασχολούν, για το 2022 (στο σύνολο και ανά φύλο, ηλικιακή ομάδα και οικονομικό επίπεδο οικογένειας) και διαχρονικά (HBSC-GR, ΕΠΙΨΥ)



Γράφημα 1.2. Ποσοστό εφήβων που αναφέρουν ότι τους είναι "εύκολο" να μιλήσουν με τον πατέρα τους για θέματα που τους απασχολούν, για το 2022 (στο σύνολο και ανά φύλο, ηλικιακή ομάδα και οικονομικό επίπεδο οικογένειας) και διαχρονικά (HBSC-GR, ΕΠΙΨΥ)



Διαχρονικά: Συγκριτικά με το 1998, υψηλότερο ποσοστό εφήβων αναφέρουν το 2022 ότι τους είναι εύκολο να μιλήσουν για θέματα που τους απασχολούν τόσο με τη μητέρα (από 81,0% σε 85,4%) όσο και τον πατέρα (από 55,9% σε 67,8%), με τη βελτίωση, εντούτοις, να αφορά από το 2010 και μετά μόνον τα αγόρια (Γραφήματα 1.3 και 1.4). Όσον αφορά τα κορίτσια, το ποσοστό που αναφέρουν εύκολη επικοινωνία με τη μητέρα μειώνεται σημαντικά από το 2014 (85,8%) στο 2022 (81,6%) (Γράφημα 1.3).

📌 Το 2022 περισσότερα από δύο στα 5 (43,3%) κορίτσια ανέφεραν ότι δεν τους είναι εύκολο να μιλήσουν με τον πατέρα για θέματα που τα απασχολούν.

📌 Ένας/μία στους/στις 7 (14,0%) εφήβους αναφέρει ότι δεν του/της είναι εύκολο να μιλήσει για θέματα που τον/την απασχολούν με κανέναν γονιό (δεν φαίνεται σε γράφημα).

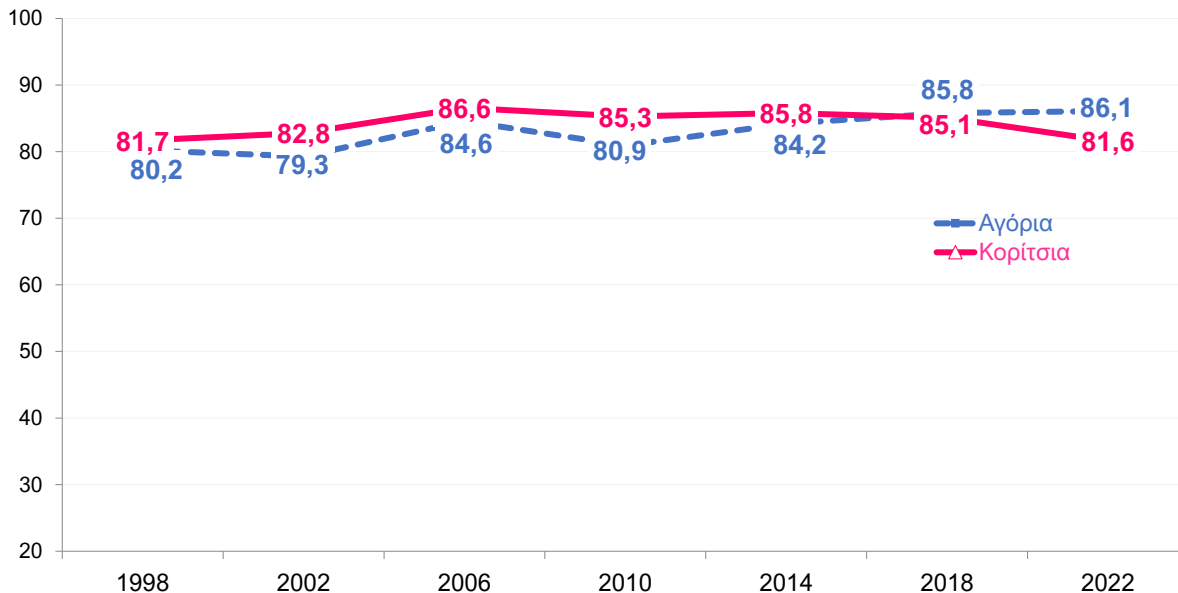
Ειδική ανάλυση

Ευκολία στην επικοινωνία με γονείς και αυτεπάρκεια: Οι έφηβοι που αναφέρουν ότι έχουν εύκολη επικοινωνία με τη μητέρα χαρακτηρίζονται από αυτεπάρκεια¹⁴ σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό (26,2%), συγκριτικά με εκείνους που αναφέρουν δύσκολη επικοινωνία (16,2%). Ομοίως, έφηβοι που αναφέρουν εύκολη επικοινωνία με τον πατέρα έχουν αυτεπάρκεια σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό (28,6%), συγκριτικά με όσους αναφέρουν δύσκολη επικοινωνία (16,5%).

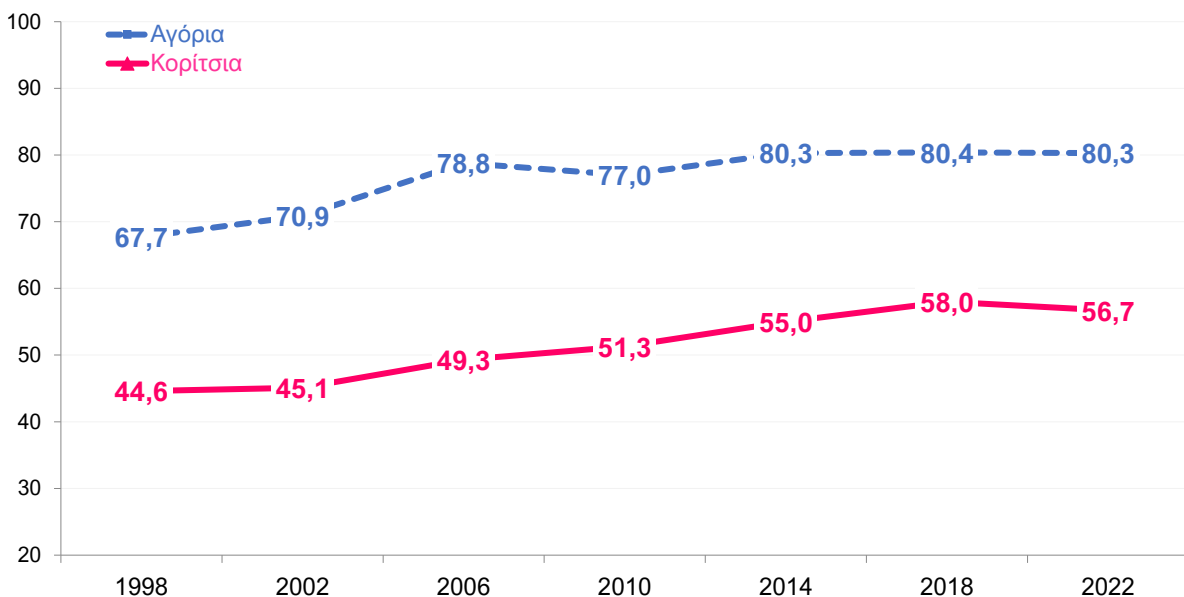
¹⁴ Η αυτεπάρκεια υπολογίστηκε βάσει των απαντήσεών τους σε σχετική κλίμακα αναφορικά με το πόσο συχνά βρίσκουν λύση σε προβλήματα αν προσπαθήσουν αρκετά και με το πόσο συχνά καταφέρνουν να κάνουν αυτά που έχουν αποφασίσει. -Schwarzer R and Jerusalem M (1995). Generalized Self-Efficacy Scale. In: Weinman, J, S Wright, and M Johnson (eds.) Measures in health psychology: A user's portfolio, Causal and control beliefs. Windsor England: Nfer-Nelson, pp. 35-37.

Ευκολία στην επικοινωνία με γονείς και καταθλιπτικό συναίσθημα: Οι έφηβοι που έχουν *εύκολη* επικοινωνία με τη μητέρα τους είναι σε χαμηλότερο ποσοστό σε κίνδυνο να εκδηλώσουν συμπτώματα κατάθλιψης (10,0%), συγκριτικά με όσους αναφέρουν *δύσκολη* επικοινωνία (33,8%). Παρόμοια, οι έφηβοι που αναφέρουν εύκολη επικοινωνία με τον πατέρα βρίσκονται σε σημαντικά χαμηλότερο ποσοστό σε κίνδυνο για εκδήλωση συμπτωμάτων κατάθλιψης (7,0%), συγκριτικά με εκείνους που δεν έχουν εύκολη επικοινωνία (27,6%).

Γράφημα 1.3 Ποσοστό εφήβων που αναφέρουν ότι τους είναι εύκολο να μιλήσουν με τη μητέρα τους για θέματα που τους απασχολούν, διαχρονικά, ανά φύλο (HBSC-GR, ΕΠΙΨΥ)



Γράφημα 1.4 Ποσοστό εφήβων που αναφέρουν ότι τους είναι εύκολο να μιλήσουν με τον πατέρα τους για θέματα που τους απασχολούν, διαχρονικά, ανά φύλο (HBSC-GR, ΕΠΙΨΥ)



2. Υποστήριξη από την οικογένεια

Η υποστήριξη που αισθάνονται ότι λαμβάνουν οι έφηβοι από την οικογένεια έχει θεμελιώδη ρόλο στην ανάπτυξη, την κοινωνικοποίηση και την υγεία τους. Το υψηλό επίπεδο οικογενειακής υποστήριξης συνδέεται με καλύτερη ψυχική υγεία, την εκδήλωση λιγότερων εξωτερικευμένων προβλημάτων¹⁵ και καλύτερη σχολική επίδοση¹⁶ ενώ η υψηλή (αντιληπτή) υποστήριξη φαίνεται ότι προστατεύει από τις αρνητικές συνέπειες δυσμενών συμβάντων στη ζωή των εφήβων¹⁷. Ένα υποστηρικτικό οικογενειακό περιβάλλον μπορεί να επηρεάσει θετικά και την υγεία των εφήβων υποστηρίζοντάς τους, για παράδειγμα, στο να βελτιώσουν τον τρόπο ζωής και τις συνήθειες τους.

Στην έρευνα του ΕΠΙΨΥ οι έφηβοι ρωτήθηκαν για το κατά πόσο συμφωνούν ή διαφωνούν με μια σειρά από προτάσεις σχετικά με την υποστήριξη που νιώθουν ότι λαμβάνουν από την οικογένειά τους, σε διαφορετικούς τομείς της ζωής τους. Μπορούσαν να επιλέξουν μία από τις 7 επιλογές απάντησης, από «διαφωνώ πάρα πολύ» έως «συμφωνώ πάρα πολύ». Από τις απαντήσεις τους υπολογίστηκε επιπλέον το ποσοστό εκείνων που λαμβάνουν *υψηλό επίπεδο* υποστήριξης.

Το 2022, σχεδόν τρεις στους 4 εφήβους (73,1%) νιώθουν ότι λαμβάνουν *υψηλό επίπεδο* υποστήριξης (εφεξής *υποστήριξη*) από την οικογένειά τους (Γράφημα 2.1).

Φύλο: Τα αγόρια αναφέρουν σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό ότι λαμβάνουν υποστήριξη από την οικογένεια (78,3%), συγκριτικά με τα κορίτσια (68,5%).

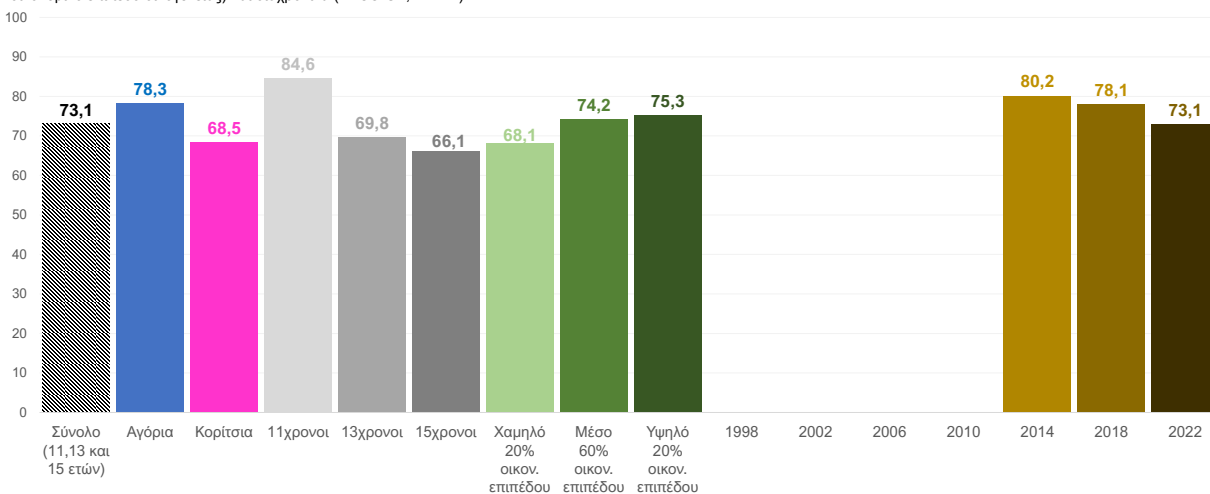
Ηλικία: Οι 11χρονοι αναφέρουν σε υψηλότερο ποσοστό (84,6%) ότι έχουν υποστήριξη από την οικογένεια, συγκριτικά με τους 13χρονους (69,8%) και τους 15χρονους (66,1%).

Οικονομικό επίπεδο: Οι έφηβοι από οικογένειες - αναλογικά- μέσου και υψηλότερου οικονομικού επιπέδου αναφέρουν ότι λαμβάνουν σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό υποστήριξη από την οικογένειά τους (75,3% και 74,2%, αντίστοιχα), συγκριτικά με τους συνομηλικούς τους από οικογένειες αναλογικά χαμηλότερου επιπέδου (68,1%).

⚠ Το 2022, περισσότεροι από ένας στους 4 εφήβους (26,9%) ανέφεραν ότι δεν λαμβάνουν υποστήριξη από την οικογένεια, με το αντίστοιχο ποσοστό να είναι σημαντικά υψηλότερο για τα κορίτσια (31,5%), τους 13χρονους (30,2%), τους 15χρονους (33,9%), καθώς και για τους εφήβους από οικογένειες χαμηλότερου οικονομικού επιπέδου (31,9%) (δεν φαίνεται σε γράφημα).

Διαχρονικά: Μειώνεται σημαντικά διαχρονικά το ποσοστό των εφήβων που νιώθουν ότι λαμβάνουν υποστήριξη από την οικογένειά τους—από 80,2% το 2014 και 78,1% το 2018 σε 73,1% το 2022 (Γράφημα 2.1) με τη μείωση να αφορά και τα δύο φύλα (δεν φαίνεται σε γράφημα).

Γράφημα 2.1. Ποσοστό εφήβων που αναφέρουν ότι λαμβάνουν *υψηλό επίπεδο υποστήριξης* από την οικογένειά τους, για το 2022 (στο σύνολο και ανά φύλο, ηλικιακή ομάδα και οικονομικό επίπεδο οικογένειας) και διαχρονικά (HBSC-GR, ΕΠΙΨΥ)



¹⁵ Keijsers, L., Frijns, T., Branje, S. J. T., & Meeus, W. (2009). Developmental links among parenting practices, adolescent disclosure, and delinquency: Moderation by parental support. *Dev. Psychol.*, 45, 1314-1327.

¹⁶ Wilkinson, R. B. (2004). The role of parental and peer attachment in the psychological health and self-esteem of adolescents. *Journal of youth and adolescence*, 33, 479-493.

¹⁷ Alcon, M. D. C. G., & Pedersen, J. M. (2001). Family as a child development context and smoking behaviour among schoolchildren in Greenland. *International Journal of Circumpolar Health*, 60(1), 52-63.

Ειδική ανάλυση

Υποστήριξη από την οικογένεια και αυτεπάρκεια: Οι έφηβοι που νιώθουν ότι λαμβάνουν υποστήριξη από την οικογένειά τους χαρακτηρίζονται από αυτεπάρκεια σε διπλάσιο ποσοστό (28,5%) συγκριτικά με εκείνους που δεν λαμβάνουν (14,3%).

Υποστήριξη από την οικογένεια και καταθλιπτικό συναίσθημα: Παρόμοια, οι έφηβοι που νιώθουν ότι λαμβάνουν υποστήριξη από την οικογένεια είναι σε σημαντικά χαμηλότερο ποσοστό σε κίνδυνο να εκδηλώσουν συμπτώματα κατάθλιψης (8,4%) συγκριτικά με όσους δεν λαμβάνουν υποστήριξη (30,1%).

3. Γονεϊκή επίβλεψη

Υψηλότερα επίπεδα γονεϊκής επίβλεψης συνδέονται με χαμηλότερα επίπεδα προβληματικής συμπεριφοράς στους εφήβους,¹⁸⁻¹⁹ συμπεριλαμβανομένης της παραβατικότητας²⁰, της χρήσης ουσιών, της αυτοκτονικής συμπεριφοράς²¹ και της σεξουαλικής συμπεριφοράς υψηλού κινδύνου²². Η γονεϊκή επίβλεψη φαίνεται επιπλέον ότι αναχαιτίζει την αρνητική επιρροή των συνομηλίκων ως προς την υιοθέτηση συμπεριφορών κινδύνου και την παρενόχληση στο διαδίκτυο,²³ ενώ επιπλέον επηρεάζει θετικά την ποιότητα της ζωής και τις συμπεριφορές που προάγουν την υγεία των εφήβων²⁴.

Οι έφηβοι ρωτήθηκαν σχετικά με το βαθμό στον οποίο οι γονείς τους γνωρίζουν για διάφορες δραστηριότητές τους όπως το ποιοι/ποιες είναι οι φίλοι/-ες τους, το πώς ξοδεύουν τα χρήματά τους, το πού βρίσκονται μετά το σχολείο, το πού πηγαίνουν όταν βγαίνουν το βράδυ, το τι κάνουν στον ελεύθερό τους χρόνο και το τι κάνουν όταν είναι συνδεδεμένοι στο . Μπορούσαν να επιλέξουν μία από τις 3 επιλογές απάντησης, από το «γνωρίζουν καλά» έως «δεν γνωρίζουν καθόλου». Από τις απαντήσεις τους υπολογίστηκε το ποσοστό εκείνων για τους οποίους οι γονείς φαίνεται να έχουν επαρκή γνώση για τις περισσότερες από τις δραστηριότητές τους—οι έφηβοι δηλαδή που υπόκεινται σε *επαρκή γονεϊκή επίβλεψη*.

Το 2022, υπολογίστηκε ότι σχεδόν οι δύο στους 3 εφήβους (63,7%) υπόκεινται σε *επαρκή γονεϊκή επίβλεψη* (Γράφημα 3.1).

Ειδικότερα, σε ποσοστό 85,8% οι έφηβοι απαντούν ότι οι γονείς τους έχουν επαρκή γνώση για το πού βρίσκονται μετά το σχολείο, σε ποσοστό 77,3% αναφέρουν ότι οι γονείς τους γνωρίζουν για το ποιοι/ες είναι οι φίλοι/ες τους, σε ποσοστό 73,9% αναφέρουν ότι οι γονείς τους ξέρουν πού πηγαίνουν όταν βγαίνουν έξω τα βράδια, σε ποσοστό 68,2% γνωρίζουν για το πώς ξοδεύουν τα χρήματά τους και σε παρόμοιο ποσοστό (67,9%) για το τι κάνουν στον ελεύθερο χρόνο τους. Σε χαμηλότερα ποσοστό (44,8%) οι έφηβοι απαντούν, τέλος, ότι οι γονείς τους έχουν επαρκή γνώση σχετικά με το τι κάνουν όταν είναι στο διαδίκτυο (Γράφημα 3.2).

⚠ Το 2022, ένας στους 5 (20,4%) εφήβους ανέφερε ότι οι γονείς του δεν γνωρίζουν καθόλου για το τι κάνει στο διαδίκτυο. Το αντίστοιχο ποσοστό υπερτριπλασιάζεται από την ηλικία των 11 (7,3%) στην ηλικία των 13 (23,4%), ενώ αυξάνεται περαιτέρω στην ηλικία των 15 (29,1%) (δεν φαίνεται σε γράφημα).

¹⁸ Wang, B., Deveaux, L., Lunn, S., Dinaj-Koci, V., Li, X., & Stanton, B. (2016). The influence of sensation-seeking and parental and peer influences in early adolescence on risk involvement through middle adolescence: A structural equation modeling analysis. *Youth & Society, 48*(2), 220-241.

¹⁹ Ryan, J., Roman, N. V., & Okwany, A. (2015). The effects of parental monitoring and communication on adolescent substance use and risky sexual activity: A systematic review. *The Open Family Studies Journal, 7*(1).

²⁰ Jacobson, K. C., & Crockett, L. J. (2000). Parental monitoring and adolescent adjustment: An ecological perspective. *Journal of research on adolescence, 10*(1), 65-97.

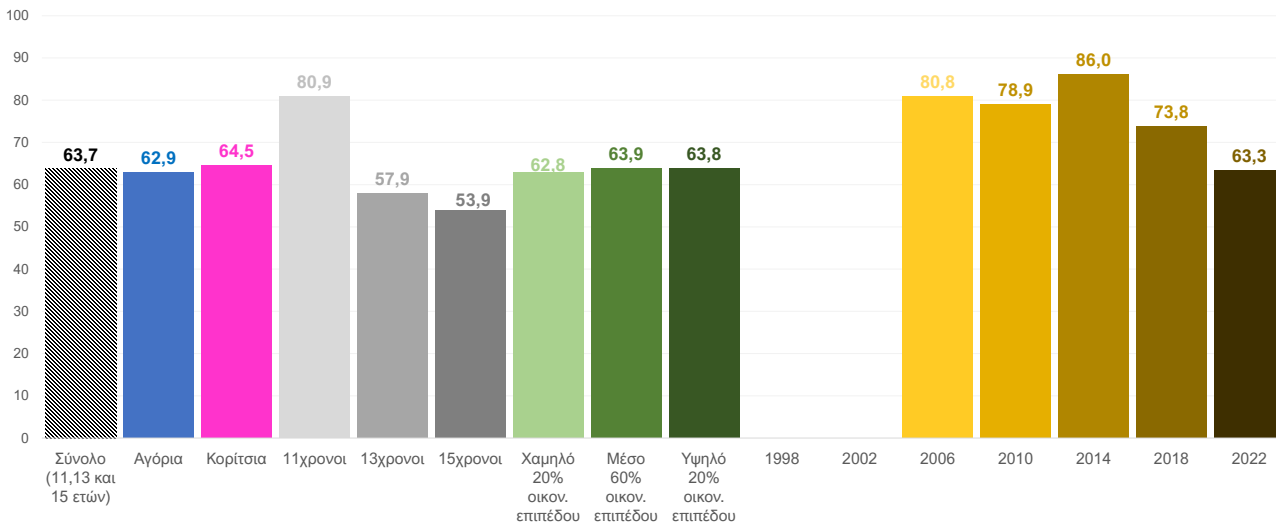
²¹ Zaborskis, A., Sirvyte, D., & Zemaitiene, N. (2016). Prevalence and familial predictors of suicidal behaviour among adolescents in Lithuania: a cross-sectional survey 2014. *BMC public health, 16*, 1-15.

²² Lenciauskiene, I., & Zaborskis, A. (2008). The effects of family structure, parent—child relationship and parental monitoring on early sexual behaviour among adolescents in nine European countries. *Scandinavian journal of public health, 36*(6), 607-618.

²³ Khurana, A., Bleakley, A., Jordan, A. B., & Romer, D. (2015). The protective effects of parental monitoring and internet restriction on adolescents' risk of online harassment. *Journal of youth and Adolescence, 44*, 1039-1047.

²⁴ Jimenez-Iglesias, A., Moreno, C., Ramos, P., & Rivera, F. (2015). What family dimensions are important for health-related quality of life in adolescence?. *Journal of youth studies, 18*(1), 53-67.

Γράφημα 3.1. Ποσοστό εφήβων για τους οποίους υπολογίστηκε ότι οι γονείς τους τους ασκούν επαρκή επίβλεψη, για το 2022 (στο σύνολο και ανά φύλο, ηλικιακή ομάδα και οικονομικό επίπεδο οικογένειας) και διαχρονικά (HBSC-GR, ΕΠΙΨΥ)



Φύλο: Το ποσοστό εφήβων που αναφέρουν ότι έχουν επαρκή γονεϊκή επίβλεψη δεν διαφοροποιείται σημαντικά μεταξύ αγοριών (62,9%) και κοριτσιών (64,5%).

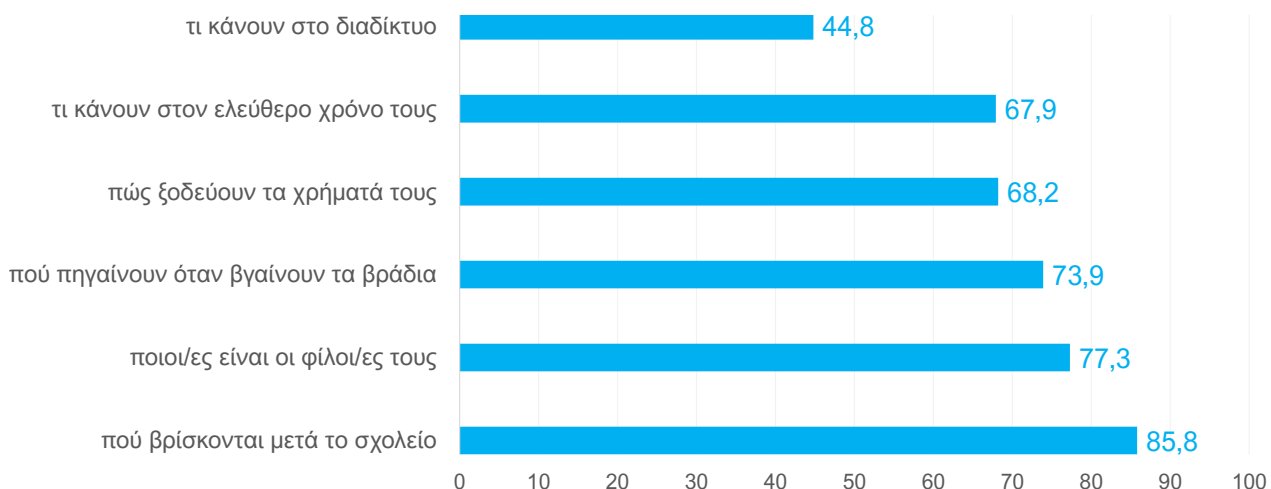
Ηλικία: Οι 11χρονοι αναφέρουν σε υψηλότερο ποσοστό ότι έχουν επαρκή επίβλεψη (80,9%) συγκριτικά με τους 13χρονους (57,9%) και τους 15χρονους (53,9%).

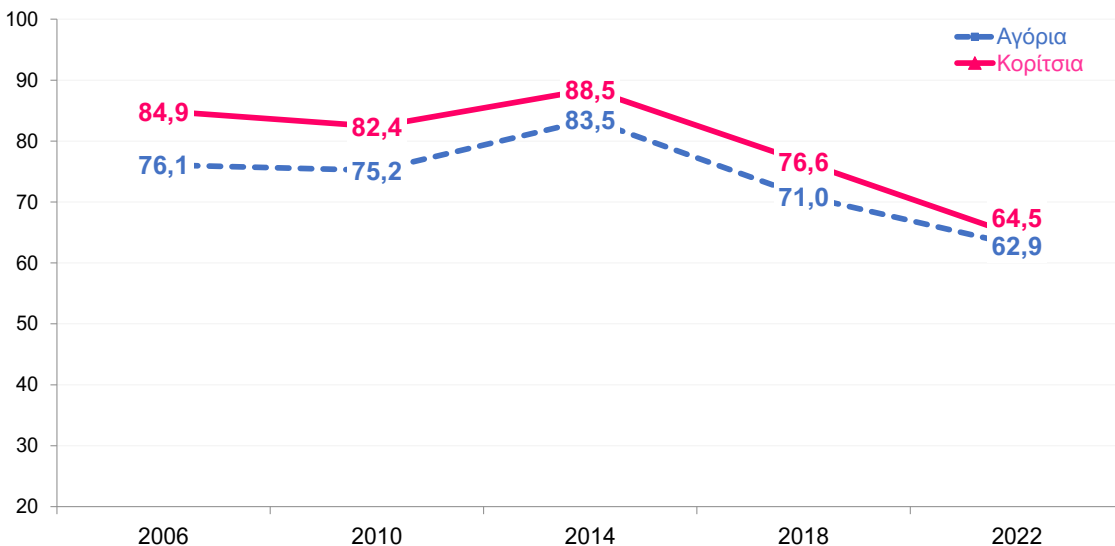
Οικονομικό επίπεδο: Το ποσοστό εφήβων που υπόκεινται σε επαρκή επίβλεψη από τους γονείς τους δεν διαφοροποιείται σημαντικά μεταξύ των τριών οικονομικών επιπέδων.

📌 Από το 2018 στο 2022, αυξάνεται σημαντικά το ποσοστό εφήβων που αναφέρουν ότι οι γονείς τους δεν γνωρίζουν καθόλου για πού ξοδεύουν τα χρήματά τους (από 3,0% σε 6,7%), για τι κάνουν στον ελεύθερό τους χρόνο (από 3,8% σε 6,8%) και για το τι κάνουν στο διαδίκτυο (από 15,0% σε 20,4%) (δεν φαίνεται σε γράφημα).

Διαχρονικά: Ενώ κατά την περίοδο 2006-2014 το ποσοστό εφήβων που ανέφεραν ότι είχαν επαρκή επίβλεψη από τους γονείς παρέμεινε σταθερό σε υψηλά επίπεδα, μετά το 2014 άρχισε να μειώνεται σημαντικά φτάνοντας το 2022 στο χαμηλότερο ποσοστό της τελευταίας 15ετίας (από 86,0% το 2006 σε 63,3% το 2022) (Γράφημα 3.2). Την τελευταία 4ετία σημαντικά μειωμένο εμφανίζεται και το ποσοστό όσων αναφέρουν ότι οι γονείς τους γνωρίζουν καλά για το πού και το τι κάνουν όταν είναι στο διαδίκτυο (από 53,5% το 2018 σε 44,5% το 2022 (δεν φαίνεται σε γράφημα)). Τέλος, ενώ μέχρι το 2018 τα κορίτσια είχαν γονεϊκή επίβλεψη σε υψηλότερο ποσοστό από τα αγόρια, το 2022 η ψαλίδα φαίνεται να έχει κλείσει με τα δύο φύλα να μη διαφέρουν πλέον σημαντικά (Γράφημα 3.3).

Γράφημα 3.2 Ποσοστό εφήβων που απάντησαν ότι οι γονείς τους έχουν επαρκή γνώση σχετικά με τις δραστηριότητές τους το 2022 (HBSC-GR, ΕΠΙΨΥ)



Γράφημα 3.3. Ποσοστό εφήβων για τους οποίους υπολογίστηκε ότι οι γονείς τους τούς ασκούν επαρκή επίβλεψη, διαχρονικά, ανά φύλο (HBSC-GR, ΕΠΙΨΥ)

4. Δραστηριότητες με την οικογένεια

Ο χρόνος που περνά η οικογένεια μαζί συνδέεται ισχυρά με την ποιότητα της επικοινωνίας μεταξύ γονιού και εφήβου, καθώς και με την ικανοποίηση από τη ζωή, και την ψυχική υγεία και ευεξία των εφήβων²⁵. Μάλιστα, φαίνεται ότι ο προστατευτικός ρόλος του χρόνου που περνούν οι οικογένειες μαζί είναι ανεξάρτητος από την ηλικία και το φύλο των εφήβων, το κοινωνικοοικονομικό επίπεδο και τη δομή της οικογένειας. Αναφορικά με το είδος των οικογενειακών δραστηριοτήτων, φαίνεται ότι εκείνες που ενέχουν κάποια υποχρεωτικότητα, όπως η μελέτη για το σχολείο ή οι δουλειές του σπιτιού μαζί με τους γονείς, σχετίζονται με αύξηση των επιπέδων άγχους των εφήβων ενώ, στον αντίποδα, οι δραστηριότητες στον ελεύθερο χρόνο, όπως τα οικογενειακά γεύματα και η ενασχόληση με ηλεκτρονικά παιχνίδια των παιδιών μαζί με τους γονείς τους συνδέονται με αυξημένα επίπεδα ψυχολογικής ευεξίας και με την υιοθέτηση συμπεριφορών που προάγουν την υγεία^{26 27}.

Στην έρευνα του ΕΠΙΨΥ οι έφηβοι ρωτήθηκαν για τη συχνότητα με την οποία κάνουν μια σειρά από δραστηριότητες μαζί με την οικογένεια και συγκεκριμένα για το εάν παρακολουθούν μαζί τηλεόραση ή ταινίες, εάν παίζουν παιχνίδια («παραδοσιακά» και ηλεκτρονικά), αν τρώνε τουλάχιστον ένα γεύμα την ημέρα μαζί, εάν πηγαίνουν για περπάτημα, αν επισκέπτονται διάφορα μέρη, αν επισκέπτονται φίλους και συγγενείς, εάν αθλούνται μαζί και εάν συζητούν για διάφορα θέματα. Μπορούσαν να επιλέξουν για κάθε δραστηριότητα μία από τις 5 επιλογές απάντησης, οι οποίες κυμαινόνταν από το «κάθε μέρα» έως το «ποτέ».

Το 2022, οι δραστηριότητες που η πλειονότητα των εφήβων έκαναν καθημερινά ή σχεδόν καθημερινά (εφεξής *πολύ συχνά*) με την οικογένεια ήταν κατά σειρά συχνότητας: να τρώνε μαζί (74,1%), να συζητούν διάφορα θέματα (67,1%) και να παρακολουθούν μαζί τηλεόραση ή ταινίες (45,6%) (Γράφημα 4.1). Περίπου δύο στους πέντε εφήβους ανέφεραν ότι με την οικογένειά τους *πολύ συχνά* επισκέπτονται φίλους ή συγγενείς (38,4%) και διάφορα μέρη εκτός σπιτιού (37,1%), λιγότεροι από ένας στους 4 ότι πηγαίνουν για περπάτημα (24,6%) και ότι παίζουν μαζί παιχνίδια στο σπίτι (21,7%) και χαμηλότερο ποσοστό εφήβων ανέφεραν ότι *πολύ συχνά* αθλούνται με την οικογένειά τους (15,3%) και ότι παίζουν μαζί ηλεκτρονικά παιχνίδια (13,2%) (Γράφημα 4.1).

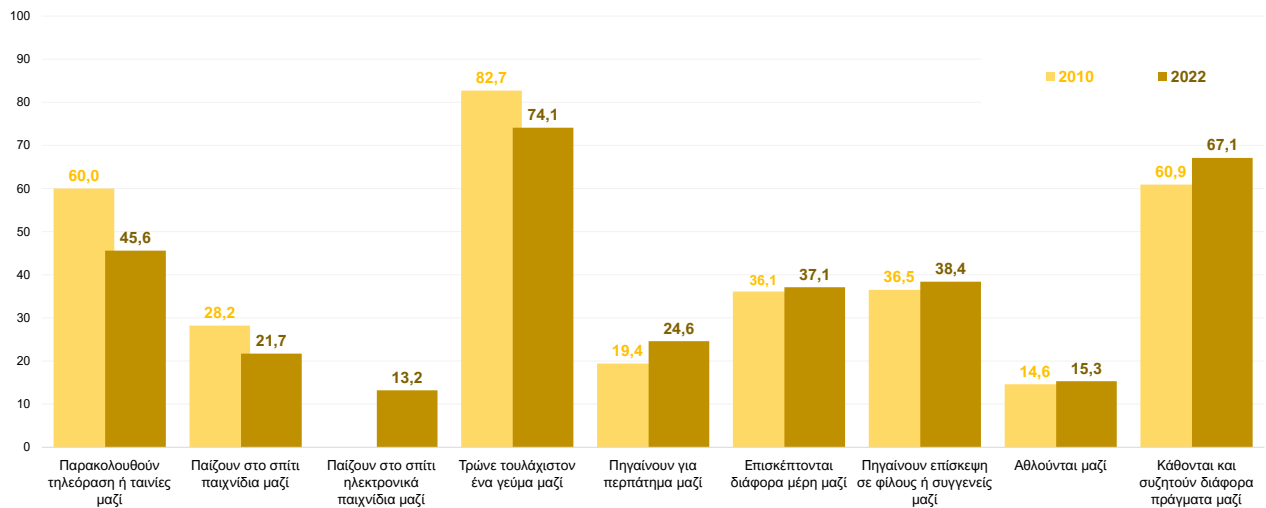
¶ Το 2022 ένας στους 11 εφήβους (9,0%) αναφέρει ότι τρώει μαζί με την οικογένειά του λιγότερο συχνά από μία φορά την εβδομάδα (δεν φαίνεται σε γράφημα).

²⁵ Parker, K., Hallingberg, B., Eriksson, C., Ng, K., Hamrik, Z., Kopcakova, J., ... & Badura, P. (2022). Typologies of joint family activities and associations with mental health and wellbeing among adolescents from four countries. *Journal of Adolescent Health, 71*(1), 55-62.

²⁶ Tabak, I., Jodkowska, M., & Oblacinska, A. (2013). Family meals, support and communication within the family as predictors of teenagers' subjective health and life satisfaction. *Pediatr Pol, 6*(88), 533-539.

²⁷ Brooks, F. M., Chester, K. L., Smeeton, N. C., & Spencer, N. H. (2016). Video gaming in adolescence: factors associated with leisure time use. *Journal of Youth Studies, 19*(1), 36-54.

Γράφημα 4.1. Ποσοστό εφήβων που αναφέρουν ότι κάνουν κάθε μέρα ή τις περισσότερες μέρες της εβδομάδας κάποια δραστηριότητα με την οικογένειά τους, ανά είδος δραστηριότητας, το 2010 και το 2022 (HBSC-GR, ΕΠΙΨΥ)



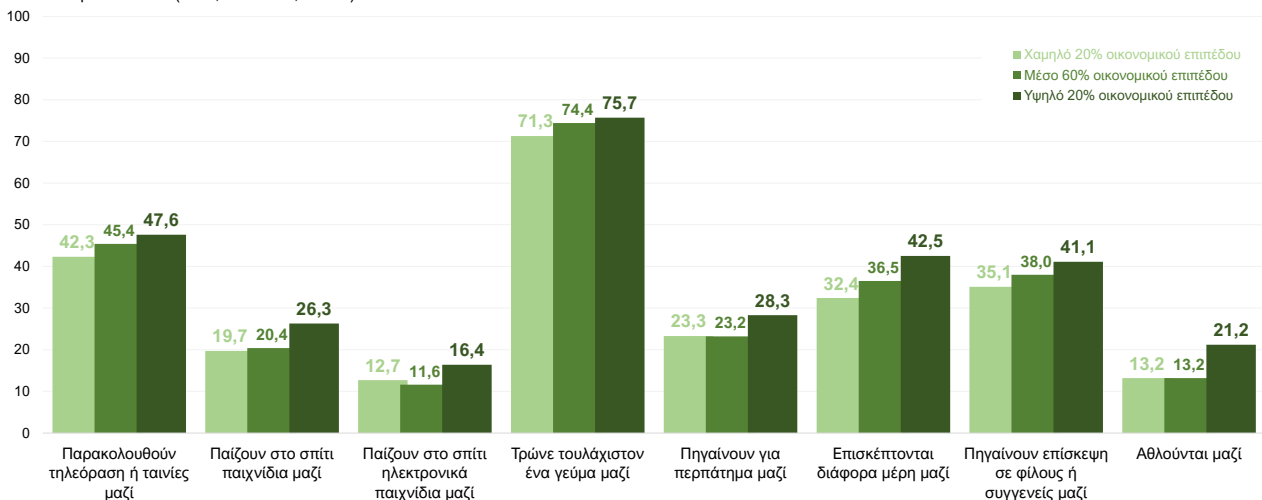
Φύλο: Με εξαίρεση την παρακολούθηση τηλεόρασης ή ταινιών και το περπάτημα με την οικογένεια, όπου τα δύο φύλα δεν διαφέρουν σημαντικά, τα αγόρια ανέφεραν σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό ότι κάνουν πολύ συχνά δραστηριότητες μαζί με την οικογένειά τους. Συγκεκριμένα, οι διαφορές μεταξύ αγοριών και κοριτσιών ήταν πιο έντονες αναφορικά με τα γεύματα (78,2% και 70,5%, αντίστοιχα), την ενασχόληση με τα «παραδοσιακά» (25,1% και 18,7%, αντίστοιχα) και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια (16,0% και 9,9%, αντίστοιχα) και τις συζητήσεις για διάφορα θέματα (68,8% και 65,6%, αντίστοιχα) (δεν φαίνεται σε γράφημα).

¶ Το 2022, ένας στους 6 (17,3%) εφήβους αναφέρει ότι συζητάει με την οικογένειά του λιγότερο συχνά από μία φορά την εβδομάδα—το αντίστοιχο ποσοστό είναι ακόμα υψηλότερο μεταξύ των κοριτσιών (19,4%) και των 15χρονων (20,4%) (δεν φαίνεται σε γράφημα).

Ηλικία: Οι 11χρονοι απάντησαν σε υψηλότερο ποσοστό συγκριτικά με τους 13χρονους και 15χρονους ότι κάνουν πολύ συχνά δραστηριότητες με την οικογένειά τους, ανεξάρτητα από το είδος της δραστηριότητας (δεν φαίνεται σε γράφημα).

Οικονομικό επίπεδο: Οι έφηβοι από οικογένειες υψηλότερου, αναλογικά, επιπέδου ανέφεραν σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό ότι κάνουν πολύ συχνά δραστηριότητες ως οικογένεια, συγκριτικά με τους ομοτίμους τους από οικογένειες αναλογικά χαμηλότερου και, για κάποιες από τις δραστηριότητες, μέσου οικονομικού επιπέδου. Εξαίρεση αποτελούν τα γεύματα με την οικογένεια στα οποία δεν καταγράφηκαν σημαντικές διαφορές μεταξύ των τριών οικονομικών επιπέδων (Γράφημα 4.2).

Γράφημα 4.2. Ποσοστό εφήβων που αναφέρουν ότι κάθε μέρα ή τις περισσότερες μέρες της εβδομάδας κάνουν κάποια δραστηριότητα με την οικογένειά τους, ανά δραστηριότητα και οικονομικό επίπεδο (2022, HBSC-GR, ΕΠΙΨΥ)



Διαχρονικά: Η μεταβολή -από το 2010 στο 2022- στο ποσοστό των εφήβων που αναφέρουν ότι πολύ συχνά κάνουν δραστηριότητες με την οικογένειά τους διαφοροποιείται ανάλογα με το είδος της δραστηριότητας.

Ειδικότερα, μειώνεται σημαντικά το ποσοστό των εφήβων που αναφέρουν ότι *πολύ συχνά* τρώνε με την οικογένειά τους (από 82,7% σε 74,1%), παρακολουθούν μαζί τηλεόραση ή ταινίες (από 60,0% σε 45,6%) και παίζουν μαζί παιχνίδια στο σπίτι (από 28,2% σε 21,7%). Αντίθετα, σε σύγκριση με το 2010, το 2022 είναι υψηλότερο το ποσοστό των εφήβων που αναφέρουν ότι *πολύ συχνά* συζητούν με την οικογένειά τους διάφορα θέματα (από 60,9% σε 67,1%) και πηγαίνουν μαζί για περπάτημα (από 19,4% σε 24,6%) (Γράφημα 4.1).

5. Επίδραση της περιόδου COVID-19 στην οικογένεια

Πλήθος ερευνών έχουν μελετήσει τις επιπτώσεις που η πανδημία του COVID-19 (συμπεριλαμβανομένων των μέτρων που είχαν ληφθεί για τον περιορισμό της) είχε στις οικογενειακές σχέσεις, με τα ευρήματά τους να είναι συχνά αντιφατικά. Από τη μία, φαίνεται ότι η πανδημία αποτέλεσε μια αγχογόνα περίοδο για τις οικογένειες, καθώς πυροδότησε το άγχος για την υγεία²⁸, την οικονομική ανασφάλεια²⁹ και την πίεση σχετικά με περιορισμούς στον χώρο που ζούσαν, εργάζονταν και μελετούσαν τα μέλη του νοικοκυριού³⁰⁻³¹. Μάλιστα, μέρος των μελετών επισημαίνουν ότι κατά τη διάρκεια της πανδημίας οι σχέσεις των γονιών με τα παιδιά επιδεινώθηκαν και σε ορισμένες περιπτώσεις η αύξηση του άγχους και η επιβάρυνση της οικονομικής κατάστασης και της ψυχικής υγείας των γονιών συνδέθηκε με περιστατικά αυταρχικής συμπεριφοράς ή ακόμα και κακοποίησης³²⁻³³. Άλλες μελέτες ανέδειξαν ότι, κατά τη διάρκεια της πανδημίας, οι έφηβοι αισθάνονταν λιγότερη υποστήριξη από τους γονείς τους, ανέφεραν χαμηλότερη ικανοποίηση από τις οικογενειακές σχέσεις³⁴ και ήρθαν συχνότερα σε ρήξη με τα αδέρφια εξαιτίας κυρίως των περιορισμών στον χώρο που έπρεπε να μοιραστούν για παρατεταμένο χρονικό διάστημα³⁵. Στον αντίποδα, πρόσφατες μελέτες καταλήγουν στο ότι τελικά η επίδραση της πανδημίας δεν ήταν αρνητική για όλες τις οικογένειες, καθώς πολλοί προστατευτικοί παράγοντες έδρασαν και συνεχίζουν να δρουν στον μετριασμό της επιβάρυνσης που η πανδημία έφερε ξαφνικά στην καθημερινότητα των οικογενειών³⁶⁻³⁷.

Στην έρευνα του ΕΠΙΨΥ, οι έφηβοι απάντησαν σε σειρά από ερωτήσεις σχετικά με την επίδραση που είχε η πανδημία του COVID-19 και τα επακόλουθα μέτρα περιορισμού της εξάπλωσής της (εφεξής *η πανδημία του COVID-19*) σε διάφορες πτυχές της ζωής τους, συμπεριλαμβανομένων των σχέσεων με την οικογένειά τους. Μπορούσαν να επιλέξουν μία από τις πέντε επιλογές απάντησης, από «πολύ αρνητική» έως «πολύ θετική».

Ένας στους 6 (17,1%) εφήβους ανέφεραν ότι η πανδημία του COVID-19 είχε *αρνητική*³⁸ επίδραση στις σχέσεις τους με την οικογένεια, περισσότεροι από δύο στους 5 (43,2%) ανέφεραν ότι η επίδραση ήταν *ουδέτερη*,³⁹ ενώ δύο στους 5 (39,7%) ανέφεραν ότι η επίδραση ήταν *θετική*⁴⁰ (Γράφημα 5.1).

²⁸ Kachanoff, F. J., Bigman, Y. E., Kapsaskis, K., & Gray, K. (2021). Measuring realistic and symbolic threats of COVID-19 and their unique impacts on well-being and adherence to public health behaviors. *Social Psychological and Personality Science*, 12(5), 603–616.

²⁹ Shek, D. T. L., Dou, D., Zhu, X., Wong, T., & Tan, L. (2022b). Need satisfaction and depressive symptoms among university students in Hong Kong during the COVID-19 pandemic: Moderating effects of positive youth development attributes. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 931404.

³⁰ Feinberg, M. E., Mogle, J. A., Lee, J.-K., Tornello, S. L., Hostetler, M. L., Cifelli, J. A., Bai, S., & Hotez, E. (2022). Impact of the COVID-19 pandemic on parent, child, and family functioning. *Family Process*, 61(1), 361–374.

³¹ Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631–643.

³² Brown, S. M., Doom, J. R., Lechuga-Peña, S., Watamura, S. E., & Koppels, T. (2020). Stress and parenting during the global COVID-19 pandemic. *Child Abuse & Neglect*, 110, 104699.

³³ Chung, G., Lanier, P., & Wong, P. Y. J. (2020). Mediating effects of parental stress on harsh parenting and parent-child relationship during Coronavirus (COVID-19) pandemic in Singapore. *Journal of Family Violence*, 37, 801–812.

³⁴ Hussong, A. M., Midgette, A. J., Richards, A. N., Petrie, R. C., Coffman, J. L., & Thomas, T. E. (2022). COVID-19 life events spill-over on Family functioning and adolescent adjustment. *Journal of Early Adolescence*, 42(3), 359–388.

³⁵ Eales, L., Ferguson, G. M., Gillespie, S., Smoyer, S., & Carlson, S. M. (2021). Family resilience and psychological distress in the COVID-19 pandemic: A mixed methods study. *Developmental Psychology*, 57(10), 1563–1581.

³⁶ Bülow, A., Keijsers, L., Boele, S., van Roekel, E., & Denissen, J. J. A. (2021). Parenting adolescents in times of a pandemic: Changes in relationship quality, autonomy support, and parental control? *Developmental Psychology*, 57(10), 1582–1596.

³⁷ Eriksson, C., Boniel-Nissim, M., Lyyra, N., Moor, I., Paakkari, L., & Kulmala, M. (2023). A network of care: the importance of social support for adolescents in the WHO European Region during the COVID-19 pandemic: impact of the COVID-19 pandemic on young people's health and well-being from the findings of the HBSC survey round 2021/2022. In *A network of care: the importance of social support for adolescents in the WHO European Region during the COVID-19 pandemic: impact of the COVID-19 pandemic on young people's health and well-being from the findings of the HBSC survey round 2021/2022*.

³⁸ Απάντησαν στη σχετική ερώτηση ότι η επίδραση ήταν «πολύ αρνητική» ή «αρκετά αρνητική».

³⁹ Απάντησαν στη σχετική ερώτηση ότι η πανδημία δεν είχε «ούτε θετική ούτε αρνητική επίδραση».

⁴⁰ Απάντησαν στη σχετική ερώτηση ότι η επίδραση ήταν «πολύ θετική» ή «αρκετά θετική».

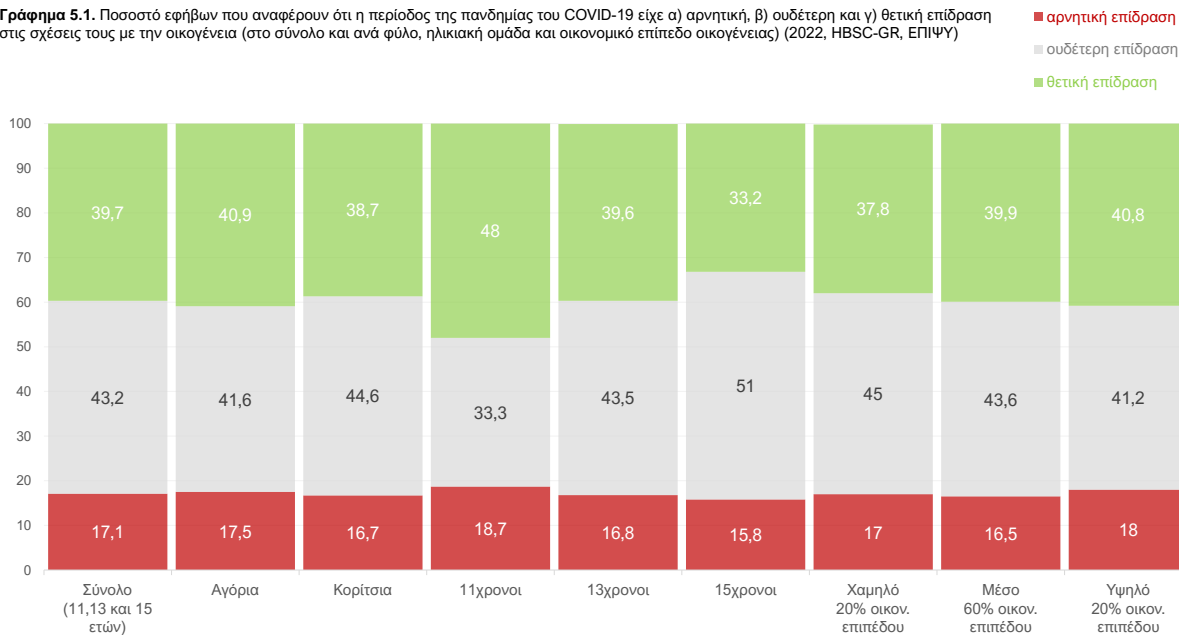
Φύλο: Αγόρια και κορίτσια δεν διαφέρουν σημαντικά στα ποσοστά που ανέφεραν ότι η πανδημία του COVID-19 είχε αρνητική, ουδέτερη και θετική επίδραση στις σχέσεις τους με την οικογένεια.

Ηλικία: Οι μικρότεροι σε ηλικία έφηβοι αναφέρουν ότι η πανδημία είχε θετική επίδραση στις σχέσεις τους με την οικογένεια σε υψηλότερα ποσοστά συγκριτικά με τους μεγαλύτερους: σχεδόν οι μισοί (48,0%) 11χρονου, δύο στους 5 (39,6%) 13χρονους και ένας στους 3 (33,2%) 15χρονους ανέφεραν θετική επίδραση της πανδημίας στις σχέσεις τους με την οικογένεια. Υψηλότερο ποσοστό μεγαλύτερων εφήβων απάντησαν ότι η επίδραση της πανδημίας στις σχέσεις τους με την οικογένεια ήταν *ουδέτερη* (51,0% των 15χρονων, σε 43,5% των 13χρονων και 33,3% των 11χρονων). Οι τρεις ηλικιακές ομάδες δεν διέφεραν σημαντικά ως προς την αρνητική επίδραση της πανδημίας (Γράφημα 5.1).

Οικονομικό επίπεδο: Το ποσοστό εφήβων που ανέφεραν ότι η πανδημία του COVID-19 είχε αρνητική, ουδέτερη ή θετική επίδραση στις σχέσεις τους με την οικογένεια δεν διαφέρει σημαντικά μεταξύ των τριών οικονομικών επιπέδων.

¶ Ένας στους 5 εφήβους (21,6%) συμφώνησε με την άποψη ότι, εξαιτίας της πανδημίας του COVID-19, αυξήθηκαν, συγκριτικά με το παρελθόν, οι καυγάδες και οι εντάσεις στην οικογένεια (δεν φαίνεται σε γράφημα).

Γράφημα 5.1. Ποσοστό εφήβων που αναφέρουν ότι η περίοδος της πανδημίας του COVID-19 είχε α) αρνητική, β) ουδέτερη και γ) θετική επίδραση στις σχέσεις τους με την οικογένεια (στο σύνολο και ανά φύλο, ηλικιακή ομάδα και οικονομικό επίπεδο οικογένειας) (2022, HBSC-GR, ΕΠΙΨΥ)



6. Συμπεράσματα και προεκτάσεις

Τα ευρήματα της έρευνας προσφέρουν μια εις βάθος επισκόπηση του τρόπου με τον οποίο οι έφηβοι αντιλαμβάνονται το οικογενειακό τους περιβάλλον και αναπτύσσονται μέσα σε αυτό. Η πλειονότητα των εφήβων αναφέρουν σήμερα (2022) ότι τους είναι εύκολο να μιλήσουν με τη μητέρα ή/και τον πατέρα για θέματα που τους απασχολούν και ότι λαμβάνουν υποστήριξη από την οικογένειά τους. Ωστόσο, η έρευνα καταδεικνύει την παρουσία μιας σημαντικής μερίδας εφήβων για τους οποίους η οικογενειακή εμπειρία δεν είναι θετική. Ειδικότερα, για έναν στους 7 εφήβους προκύπτει ότι δεν μπορεί να μιλήσει εύκολα με κανέναν από τους γονείς και για έναν στους 4 ότι δεν λαμβάνει αρκετή υποστήριξη από την οικογένεια—με τα ποσοστά αυτά να είναι σημαντικά υψηλότερα στα κορίτσια και στους εφήβους των μεγαλύτερων ηλικιακών ομάδων.

Η ενίσχυση των σχέσεων στην οικογένεια συντελείται σε μεγάλο βαθμό και μέσω του χρόνου που οι οικογένειες περνούν μαζί—ιδιαίτερα μέσω δραστηριοτήτων που ποικίλουν σε είδος και λαμβάνουν χώρα σε μη-οργανωμένα πλαίσια. Ένα σημαντικό ποσοστό εφήβων στην Ελλάδα αναφέρουν σήμερα (2022) ότι κάνουν διάφορες δραστηριότητες μαζί ως οικογένεια, με το ποσοστό -μάλιστα- εκείνων που αναφέρουν ότι συζητούν για διάφορα θέματα ή πηγαίνουν για περπάτημα μαζί με την οικογένειά τους να καταγράφει σημαντική αύξηση την τελευταία 12ετία. Ωστόσο, κατά την ίδια περίοδο μειώνεται σημαντικά εκείνων που αναφέρουν ότι περνούν χρόνο με την οικογένειά τους τρώγοντας μαζί.

Επιπλέον, η έρευνα επιβεβαιώνει τη σημασία των θετικών οικογενειακών σχέσεων στην ψυχική υγεία των εφήβων καθώς από τις αναλύσεις διαφαίνεται ότι οι έφηβοι που αναφέρουν ότι τούς είναι εύκολο το να μιλήσουν στους γονείς τους για θέματα που τους απασχολούν, αλλά και εκείνοι που αισθάνονται ότι λαμβάνουν υποστήριξη από την οικογένεια εμφανίζουν σε υψηλότερο ποσοστό αυτεπάρκεια και βρίσκονται σε μικρότερο κίνδυνο για εκδήλωση συμπτωμάτων κατάθλιψης.

Πέραν της υποστήριξης μέσω καθολικών παρεμβάσεων και πολιτικών ως προς την ενίσχυση των γονιών και των εφήβων, ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δοθεί στην υποστήριξη των οικογενειών από τα πιο ευάλωτα κοινωνικοοικονομικά στρώματα. Τα αποτελέσματα της έρευνας υπογραμμίζουν ότι οι έφηβοι από οικογένειες χαμηλότερου οικονομικού επιπέδου αναφέρουν σε χαμηλότερο ποσοστό ότι νιώθουν υποστήριξη από την οικογένεια, ότι έχουν εύκολη επικοινωνία με τον πατέρα (αν και όχι με τη μητέρα) και ότι κάνουν συχνά διάφορες δραστηριότητες με την οικογένειά τους εντός και εκτός σπιτιού.

Η πιο πρόσφατος κύκλος της Πανελλήνιας Έρευνας για τις Συμπεριφορές που Συνδέονται με την Υγεία των Εφήβων-μαθητών του ΕΠΙΨΥ αποτελεί μία από τις πρώτες έρευνες μεγάλης κλίμακας που διενεργείται (το 2022) στο σχολικό πληθυσμό της χώρας μετά τη φάση έξαρσης της πανδημίας του COVID-19. Είναι ενθαρρυντικό ότι όταν ρωτήθηκαν συγκεκριμένα για την επίδραση της πανδημίας στη σχέση τους με την οικογένειά τους τέσσερις στους 5 εφήβους απάντησαν ότι η επίδραση δεν ήταν αρνητική. Μάλιστα, οι μισοί εκ των 11χρονων, οι τέσσερις στους 10 13χρονους και ένας στους 3 15χρονων αξιολόγησαν «θετικά» τον αντίκτυπο της πανδημίας—ενδεικτικό αφενός της ικανότητας κάποιων οικογενειών στο να προσαρμόζονται σε εξωτερικούς αγχογόνους παράγοντες μέσω βραχυπρόθεσμων ή μακροπρόθεσμων αλλαγών στην καθημερινότητά τους, αφετέρου μιας ενδεχόμενης ανάγκης των εφήβων να περνούν περισσότερο χρόνο με την οικογένεια (όπως αναγκαστικά συνέβη σε πολλές οικογένειες λόγω των μέτρων τηλεκαίτευσης και τηλεργασίας).

Ωστόσο, δεν πρέπει να υποτιμηθεί το γεγονός ότι περίπου ένας στους έξι εφήβους θα συμφωνούσε με την άποψη ότι η πανδημία είχε αρνητικές συνέπειες στις σχέσεις τους με την οικογένεια. Επίσης, όπως η ίδια έρευνα κατέδειξε, σε σύγκριση με την περίοδο αμέσως πριν από την πανδημία (2018), το 2022 τόσο η υποστήριξη που οι έφηβοι αισθάνονται από την οικογένειά τους και όσο και η ευκολία που έχουν στην επικοινωνία με τη μητέρα τους εμφανίζονται σημαντικά μειωμένες. Παράλληλα, καταγράφεται αύξηση στο ποσοστό των εφήβων που αναφέρουν ότι οι γονείς τους δεν έχουν επαρκή γνώση για τις διάφορες δραστηριότητές τους—ιδιαίτερα, για το πώς περνούν τον ελεύθερό τους χρόνο, για το τί κάνουν όταν είναι στο διαδίκτυο και για το πώς ξοδεύουν τα χρήματά τους.

Συνολικά, αν και η πλειονότητα των εφήβων στην Ελλάδα μεγαλώνουν σε οικογενειακά περιβάλλοντα που φαίνεται να προάγουν την επικοινωνία και τη συναισθηματική στήριξη, για ένα σημαντικό υποσύνολο η οικογένεια αποτελεί δύναμη πλαίσιο ανάπτυξης αρνητικών ψυχολογικών καταστάσεων και υιοθέτησης συμπεριφορών υψηλού, οι οποίες θα μπορούσαν να αποτραπούν μέσω της έγκαιρης ανίχνευσης και ενδεδειγμένων παρεμβάσεων σε επίπεδο οικογένειας, σχολείου και κοινότητας.

Η ταυτότητα της έρευνας—Η Πανελλήνια έρευνα του ΕΠΙΨΥ για τις συμπεριφορές που συνδέονται με την υγεία των εφήβων-μαθητών εκπονείται από το 1998 ανά 4ετία ως το εθνικό σκέλος του διεθνούς ερευνητικού προγράμματος Health Behaviour in School-aged Children (www.hbsc.org), το οποίο τελεί υπό την αιγίδα του Π.Ο.Υ. Στην έρευνα του 2022 συμμετείχε πανελλήνιο αντιπροσωπευτικό δείγμα 6.250 μαθητών της ΣΤ΄ Δημοτικού, της Β΄ Γυμνασίου και της Α΄ Λυκείου. Οι μαθητές με γονική συναίνεση συμπλήρωσαν ανώνυμο ηλεκτρονικό ερωτηματολόγιο στο σχολείο. Η έρευνα χρηματοδοτήθηκε μερικώς από το Υπουργείο Υγείας.

Το ΕΠΙΨΥ ευχαριστεί—το Υπουργείο Υγείας, το ΥΠΑΙΘ, το ΙΕΠ, τις διοικήσεις και τους/τις εκπαιδευτικούς των σχολείων για τη συνεργασία, καθώς και τους/τις μαθητές/ριες για τη συμμετοχή τους στην έρευνα.

Πληροφορίες—ΕΠΙΨΥ, 2106170014 | erevna.HBSC@epipsi.gr | www.epipsi.gr

Προτεινόμενη αναφορά: Σταύρου, Μ., Καναβού, Ε., Φωτίου, Α., & Κοκκέβη, Α. (2024). Έφηβοι και οικογενειακό περιβάλλον στην Ελλάδα: Η Κατάσταση Σήμερα και Διαχρονικά. Σειρά Τευχών με Αποτελέσματα από την Πανελλήνια Έρευνα για τις Συμπεριφορές που Συνδέονται με την Υγεία των Έφηβων-Μαθητών (Έρευνα HBSC/WHO). Αθήνα: Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγείας, Νευροεπιστημών & Ιατρικής Ακριβείας «ΚΩΣΤΑΣ ΣΤΕΦΑΝΗΣ». • Stavrou, M., Kanavou, E., Fotiou, A., & Kokkevi, A. (2024). Adolescents and family context in Greece: Current Situation and Trends. Series of Thematic Reports from the Greek arm of the Health Behaviour in School-aged Children study (HBSC/WHO). Athens, University Mental Health, Neurosciences, & Precision Medicine Research Institute “COSTAS STEFANIS”.



Ελληνικό σκέλος της διεθνούς έρευνας Health Behaviour in School-aged Children στο Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγείας, Νευροεπιστημών & Ιατρικής Ακριβείας «ΚΩΣΤΑΣ ΣΤΕΦΑΝΗΣ» (ΕΠΙΨΥ)

Διακρατικό Ερευνητικό Πρόγραμμα Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC)

