



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗΣ
ΤΙΤΛΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
«ΠΡΟΗΓΜΕΝΗ ΚΑΙ ΤΕΚΜΗΡΙΩΜΕΝΗ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ»**

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Τίτλος εργασίας

«Η Αγωγή Υγείας ως μέσο γνώσεων, αξιών και δεξιοτήτων στη σύγχρονη εκπαιδευτική διαδικασία»

**Συγγραφέας
Μαρίνου Μαρία-Αθανασία
ΑΜ: 21040**

**Επιβλέπουσα:
Αγγελική Σαρέλλα
Επίκουρη καθηγήτρια
Σχολή Επιστημών Υγείας και Πρόνοιας
Τμήμα Μαιευτικής ΠΑ.Δ.Α**

Αθήνα, Μάρτιος 2023



**UNIVERSITY OF WEST ATTICA SCHOOL
OF HEALTH PROFESSIONS AND WELFARE
TITLE OF POST GRADUATION PROGRAM
MSc in Advanced and Evidence Based Midwifery Care»**

DIPLOMA THESIS

Title

**«Health Education as a means of knowledge, values and skills in the
modern educational process»**

**Student:
Marinou Maria-Athanasia
Registration number: 21040**

**Supervisor:
Sarella Angeliki
Assistant Professor School of Health and Care
Sciences Department of Midwifery
University of West Attica**

Athens, March 2023



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΔΥΤΙΚΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗΣ
ΤΙΤΛΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
«ΠΡΟΗΓΜΕΝΗ ΚΑΙ ΤΕΚΜΗΡΙΩΜΕΝΗ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ»

Τίτλος εργασίας

«Η Αγωγή Υγείας ως μέσο γνώσεων, αξιών και δεξιοτήτων στη σύγχρονη εκπαιδευτική διαδικασία»

Μέλη Εξεταστικής Επιτροπής συμπεριλαμβανομένου και του Εισηγητή
Σαρέλλα Αγγελική
Βιβιλάκη Βικτωρία
Ηλιάδου Μαρία

Η μεταπτυχιακή διπλωματική εργασία εξετάστηκε επιτυχώς από την κάτωθι Εξεταστική Επιτροπή:

A/a	ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ	ΒΑΘΜΙΑΑ/ ΙΔΙΟΤΗΤΑ	ΨΗΦΙΑΚΗ ΥΠΟΓΡΑΦΗ
1	ΣΑΡΕΛΛΑ ΑΓΓΕΛΙΚΗ	ΕΠΙΚΟΥΡΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ	
2	ΒΙΒΙΛΑΚΗ ΒΙΚΤΩΡΙΑ	ΑΝΑΠΛΗΡΩΤΡΙΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ	
3	ΗΛΙΑΔΟΥ ΜΑΡΙΑ	ΕΠΙΚΟΥΡΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ	

Δήλωση συγγραφέα μεταπτυχιακής εργασίας

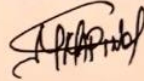
Η κάτωθι υπογεγραμμένη Μαρίνου Μαρία Αθανασία του Γεωργίου, με αριθμό μητρώου 21040, φοιτήτρια του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών «Προηγμένη και Τεκμηριωμένη Μαιευτική Φροντίδα» του Τμήματος Μαιευτικής της Σχολής Επιστημών Υγείας του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής, δηλώνω ότι:

«Είμαι συγγραφέας αυτής της μεταπτυχιακής εργασίας και ότι κάθε βοήθεια την οποία είχα για την προετοιμασία της, είναι πλήρως αναγνωρισμένη και αναφέρεται στην εργασία. Επίσης, οι όποιες πηγές από τις οποίες έκανα χρήση δεδομένων, ιδεών ή λέξεων, είτε ακριβώς είτε παραφρασμένες, αναφέρονται στο σύνολό τους, με πλήρη αναφορά στους συγγραφείς, τον εκδοτικό οίκο ή το περιοδικό, συμπεριλαμβανομένων και των πηγών που ενδεχομένως χρησιμοποιήθηκαν από το διαδίκτυο. Επίσης, βεβαιώνω ότι αυτή η εργασία έχει συγγραφεί από μένα αποκλειστικά και αποτελεί προϊόν πνευματικής ιδιοκτησίας τόσο δικής μου, όσο και του Ιδρύματος.

Παράβαση της ανωτέρω ακαδημαϊκής μου ευθύνης αποτελεί ουσιώδη λόγο για την ανάκληση του πτυχίου μου».

Η Δηλούσα

Μαρίνου Μαρία Αθανασία
Μαία/Εκπαιδευτικός ΠΕ87.02



Αγγελική Σαρέλλα

Angeliki
Sarella

Digitally signed
by Angeliki Sarella
Date: 2023.03.16
01:21:36 +02'00'

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ

Copyright ©, ΜΑΡΙΝΟΥ ΜΑΡΙΑ-ΑΘΑΝΑΣΙΑ 2023

Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

Η Αγωγή Υγείας ως μέσο γνώσεων, αξιών και δεξιοτήτων στη σύγχρονη εκπαιδευτική διαδικασία

Περίληψη

Εισαγωγή: Η Αγωγή Υγείας αποσκοπεί στην ενημέρωση και ευαισθητοποίηση των μαθητών σε θέματα σχετικά με την υγεία, την προαγωγή και την αξία της, καθώς και στην προετοιμασία τους για τα σύγχρονα προβλήματα υγείας που αντιμετωπίζει η κοινωνία του 21^{ου} αιώνα. Οι στόχοι, οι διδακτικές προσεγγίσεις και η σπουδαιότητα του μαθήματος της Αγωγής Υγείας στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση, την καθιστά μέσο γνώσεων, αξιών και δεξιοτήτων στη σύγχρονη εκπαιδευτική διαδικασία.

Σκοπός: Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι να διερευνήσει τις απόψεις των μαθητών Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης σχετικά με τη χρησιμότητα του μαθήματος της Αγωγής Υγείας. Συγκεκριμένα εξετάζονται οι απόψεις των μαθητών Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης για την απόκτηση γνώσεων και δεξιοτήτων, αλλά και την ανάπτυξη αξιών μέσα από το μάθημα της Αγωγής Υγείας.

Μέθοδος: Διεξήχθη έρευνα σε τυχαίο δείγμα μαθητών της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, μέσω δομημένου ερωτηματολογίου, το οποίο δόθηκε σε μαθητές του 1ου ΕΠΑΛ Λεχαινών. Η συλλογή του δείγματος έγινε με βάση την εκούσια συμμετοχή των μαθητών και τα στοιχεία που συλλέχθηκαν ήταν ανώνυμα. Οι μαθητές έλαβαν ενημέρωση σχετικά με τη διαφύλαξη των προσωπικών τους δεδομένων πριν από την έναρξη της έρευνας.

Συμπεράσματα: Τα αποτελέσματα της έρευνας ανέδειξαν πως οι μαθητές μέσω του μαθήματος Αγωγής Υγείας απέκτησαν αξίες που θα τους ακολουθήσουν στην μετέπειτα ζωή τους, αφενός μέσω της απόκτησης γνώσεων, αφετέρου μέσω της ανάπτυξης δεξιοτήτων σε θέματα υγείας. Οι μαθητές δήλωσαν την πρόθεσή τους να εφαρμόσουν στη ζωή τους τις γνώσεις που αποκτήθηκαν από το μάθημα πάνω σε θέματα υγείας, επισημαίνοντας ότι το μάθημα είναι εξαιρετικά χρήσιμο.

ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ: Αγωγή Υγείας, Δευτεροβάθμια εκπαίδευση, αξίες, γνώσεις, δεξιότητες

Health Education as a means of knowledge, values and skills in the modern educational process

Abstract

Introduction:Health Education aims to inform and sensitize students on issues related to health, its promotion and value, as well as to prepare them for the modern health problems facing society in the 21st century. The goals, the teaching approaches, and the importance of the Health Education course in secondary education, makes it a means of knowledge, values, and skills in the modern educational process.

Objectives: This study aims at investigating the opinions of secondary school students regarding the usefulness of the Health Education course. Specifically, this study examines the opinions of secondary school students regarding the acquisition of knowledge and skills, as well as the development of values through the Health Education course.

Method:Research was conducted on a random sample of Secondary Education students, through the development of a structured questionnaire, which was given to students of the 1stEPAL of Lechaina. The collection of the sample took place during the Health Education course after completing the questionnaire at the end of the course.

Conclusions:The results of the research showed that the students through the Health Education course acquired values that will follow them in their later life, on the one hand through the acquisition of knowledge, on the other hand through the development of skills in health matters. The students declared their intention to apply in their lives the knowledge gained from the course on health issues, pointing out that the course is extremely useful.

KEYWORDS: Health Education, Secondary education, values,knowledge, skills

Πίνακας περιεχομένων

Περίληψη.....	3
Abstract.....	4
Εισαγωγή	10
Κεφάλαιο 1	12
Εννοιολογικές αποσαφηνίσεις.....	12
1.1 Η ανάγκη για την προαγωγή της υγείας	13
1.2 Η Αγωγή Υγείας	16
1.2.1 Ορισμός και χαρακτηριστικά	17
1.2.2 Η εκπαίδευση για την υγιεινή	19
1.2.3 Η εκπαίδευση για την αναπαραγωγική υγεία	23
1.2.4 Η εκπαίδευση για τη σεξουαλική υγεία	25
Κεφάλαιο 2	27
Η Αγωγή Υγείας στο σύγχρονο σχολείο.....	27
2.1 Σύντομη αναδρομή στη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγή Υγείας.....	27
2.2 Το αναλυτικό πρόγραμμα του μαθήματος Αγωγή Υγείας στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση.....	29
2.2.1 Η Αγωγή Υγείας στα σχολεία της Ευρωπαϊκής Ένωσης.....	32
2.2.2 Η Αγωγή Υγείας στα ελληνικά σχολεία.....	33
2.3 Εκπαιδευτικές μέθοδοι και διδακτικές προσεγγίσεις.....	34
2.4 Ο ρόλος του εκπαιδευτικού στη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγή Υγείας	38
Κεφάλαιο 3	39
Η χρησιμότητα του μαθήματος της Αγωγής Υγείας	39
3.1 Η Αγωγή Υγείας και η ανάπτυξη αξιών και δεξιοτήτων	39
3.2 Η Αγωγή Υγείας ως μέσο ενημέρωσης	41
3.3 Ανταπόκριση του μαθήματος στην καθημερινή ζωή.....	42
B. Ειδικό μέρος	43
Κεφάλαιο 4	43
Ερευνητικό Μέρος.....	43
4.1 Σκοπός.....	43
4.2 Ερευνητικά ερωτήματα.....	43
4.3 Ανάλυση δεδομένων	43
4.4 Δείγμα και δειγματοληψία.....	44
4.5 Διδασκαλία μαθήματος.....	45

4.6 Εργαλείο έρευνας.....	46
4.7 Περιορισμοί και ηθική της έρευνας	47
Κεφάλαιο 5 ^ο	49
Αποτελέσματα.....	49
5.1 Δημογραφικά.....	49
5.2 Απαντήσεις στα ερευνητικά ερωτήματα	52
5.3 Παραγοντική ανάλυση.....	66
Συζήτηση.....	76
Συμπεράσματα.....	78
Προτάσεις	80
Βιβλιογραφία	81
Ξενόγλωσση	81
Ελληνική.....	84
Παραρτήματα	85
Παράρτημα Ι.....	85
Ερωτηματολόγιο Έρευνας	85
Παράρτημα ΙΙ.....	90
Βεβαίωση έγκρισης χορήγησης ερωτηματολογίου από την Διεύθυνση του 1ου ΕΠΑ.Λ Λεχαινών	90

Πίνακας πινάκων στατιστικής επεξεργασίας

Πίνακας 1: Φύλο	49
Πίνακας 2: Ηλικία.....	50
Πίνακας 3:Τάξη.....	51
Πίνακας 4:Υπήρχε κάτι ενδιαφέρον στην αρχή της εκπαιδευτικής μεθόδου που τράβηξε την προσοχή μου	52
Πίνακας 5:Η διδακτική προσέγγιση που χρησιμοποιείται είναι ελκυστική	53
Πίνακας 6: Η μέθοδος διδασκαλίας κρατά την προσοχή μου	53
Πίνακας 7: Ο σχεδιασμός της μεθόδου διδασκαλίας φαίνεται ελκυστικός	54
Πίνακας 8: Οι γνώσεις που έλαβα με βοήθησαν στην καθημερινότητά μου	54
Πίνακας 9: Στο μάθημα έμαθα πως οι σεξουαλικές συμπεριφορές σχετίζονται με θέματα υγείας	55
Πίνακας 10: Ο τρόπος διδασκαλίας του μαθήματος με βοηθάει να κατανοήσω πως μπορώ να προστατεύσω τον εαυτό μου από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα	55
Πίνακας 11: Μέσω της εκπαιδευτικής προσέγγισης η καθηγήτρια εξήγησε πολύ καλά θέματα σεξουαλικής υγείας.....	56
Πίνακας 12: Βρήκα ότι το μάθημα σεξουαλικής αγωγής είναι πολύ σημαντικό	56
Πίνακας 13: Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιήθηκε στο μάθημα Αγωγής Υγείας που παρακολούθησα ήταν ενδιαφέρουσα	57
Πίνακας 14: Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιείται προκαλεί το ενδιαφέρον για το πρόγραμμα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας	57
Πίνακας 15: Η εκπαιδευτική μέθοδος βελτίωσε τις γνώσεις μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας.....	58
Πίνακας 16: Μέσα από το μάθημα απέκτησα γνώσεις για την αναπαραγωγική υγεία.....	58
Πίνακας 17: Απέκτησα γνώσεις σε σχέση με τη λήψη αποφάσεων που επηρεάζουν την σεξουαλική μου υγεία	59
Πίνακας 18: Απέκτησα γνώσεις σχετικά με την καλή υγιεινή	59
Πίνακας 19: Θα εφαρμόσω τη γνώση που απέκτησα.....	60
Πίνακας 20: Το μάθημα με βοήθησε να αποκτήσω γνώσεις για την αντιμετώπιση της πίεσης των συνομηλίκων κατά την εφηβεία	60
Πίνακας 21: Το μάθημα επέκτεινε την υπάρχουσα κατανόησή μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας.....	61
Πίνακας 22: Το μάθημα είναι πολύ αποτελεσματικό στη μετάδοση γνώσεων σε θέματα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας	61

Πίνακας 23: Θεωρώ ότι θα μου είναι χρήσιμο το περιεχόμενο του μαθήματος.....	62
Πίνακας 24: Θεωρώ ότι το μάθημα αξίζει	62
Πίνακας 25: Θεωρώ ότι το μάθημά θα μου είναι χρήσιμο στη ζωή μου ..	63
Πίνακας 26: Πιστεύετε ότι το μάθημα Αγωγής Υγείας σας βοήθησε να αναπτύξετε αξίες σε σχέση με τη σεξουαλική σας δραστηριότητα;	64
Πίνακας 27: Καταγράψτε τη πιο σημαντική αξία που θεωρείτε ότι αποκτήσατε στο πλαίσιο του μαθήματος	64
Πίνακας 28: KMO&Bartlett'stest μεταξύ Φύλου Ηλικίας Αξιών-Γνώσεων	66
Πίνακας 29: Communalitiesμεταξύ Φύλου Ηλικίας Αξιών-Γνώσεων.....	67
Πίνακας 30: TotalVarianceExplainedμεταξύ Φύλου, Ηλικίας Γνώσεων-Αξιών	69
Πίνακας 31:ComponentMatrix μεταξύ Φύλου, Ηλικίας, Αξιών-Γνώσεων	72

Πίνακας εικόνων

Εικόνα 1:Φύλο	49
Εικόνα 2: Ηλικία.....	51
Εικόνα 3:Τάξη.....	51
Εικόνα 4: ScreePlotΦύλου, Ηλικίας, Αξιών-Γνώσεων	70

Ευχαριστίες

Τις θερμές μου ευχαριστίες θα ήθελα να εκφράσω στην καθηγήτριά μου Σαρέλλα Αγγελική για τις υποδείξεις της που με βοήθησαν να ολοκληρώσω την μεταπτυχιακή μου εργασία. Επίσης θερμές ευχαριστίες απευθύνω και στα άλλα μέλη της Τριμελούς Επιτροπής: κ. Βιβιλάκη Βικτώρια και κ. Ηλιάδου Μαρία.

Εισαγωγή

Το μάθημα της Αγωγής Υγείας συμβάλλει στην κατανόηση της έννοιας της υγείας, στην ευαισθητοποίηση των μαθητών σχετικά με την αξία της και στην ενημέρωση και προετοιμασία τους για τα σύγχρονα προβλήματα υγείας που αντιμετωπίζει η κοινωνία του 21ου αιώνα. Μέσα από την παρούσα εργασία αναδεικνύεται η σημαντικότητα του μαθήματος, η οποία αποδεικνύεται μέσα από τα ευρήματα της ποσοτικής ανάλυσης που διεξήχθη. Σκοπός της εργασίας είναι να καταγράψει τις απόψεις μαθητών Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης σε σχέση με τις γνώσεις, τις αξίες και τις δεξιότητες που έχουν αποκτήσει στο πλαίσιο του μαθήματος Αγωγής Υγείας.

Το πρώτο κεφάλαιο εστιάζει στην ανάγκη για την προαγωγή της υγείας, στον ορισμό και τα χαρακτηριστικά της, καθώς και στην εκπαίδευση που πρέπει να παρέχεται για την υγιεινή, την αναπαραγωγική υγεία και τη σεξουαλική υγεία.

Το δεύτερο κεφάλαιο πραγματοποιεί μία σύντομη αναδρομή αναφορικά με τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγή Υγείας και παρουσιάζει το αναλυτικό πρόγραμμα του μαθήματος στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση στη σημερινή εποχή. Ακόμα, αναφέρει τη σημαντικότητα της Αγωγής Υγείας στα σχολεία της Ευρωπαϊκής Ένωσης και την αντίστοιχη εικόνα που επικρατεί στα ελληνικά σχολεία. Επιπλέον δίνεται μία παρουσίαση των εκπαιδευτικών μεθόδων και των διδακτικών προσεγγίσεων που πραγματοποιούνται, αλλά και του ρόλου που καλείται να αναλάβει ο εκπαιδευτικός για τη διδασκαλία του συγκεκριμένου μαθήματος.

Το τρίτο κεφάλαιο παρουσιάζει τη συμβολή του μαθήματος Αγωγής Υγείας στην ανάπτυξη αξιών και δεξιοτήτων, αλλά και τη χρησιμότητά του ως μέσο ενημέρωσης και εφαρμογής της στην καθημερινή ζωή.

Το τέταρτο κεφάλαιο επιδιώκει την καταγραφή των απόψεων των μαθητών της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης σε σχέση με τις γνώσεις, τις αξίες και τις δεξιότητες, που έχουν αποκτήσει στο πλαίσιο του μαθήματος Αγωγής Υγείας. Για το σκοπό αυτό, διατυπώνονται τα ερευνητικά ερωτήματα της εργασίας,

καθορίζεται το δείγμα και η δειγματοληπτική μέθοδος, καθώς και το εργαλείο της έρευνας.

Το πέμπτο κεφάλαιο επικεντρώνεται στην ανάλυση των αποτελεσμάτων της έρευνας. Αρχικά αναλύονται τα δημογραφικά στοιχεία των μαθητών και ακολουθούν οι απαντήσεις των μαθητών στα ερευνητικά ερωτήματα της εργασίας. Εφαρμόζεται η παραγοντική ανάλυση προκειμένου να εξεταστεί η συσχέτιση διαφόρων μεταβλητών.

Τέλος, στο έκτο κεφάλαιο και τα συμπεράσματα που ακολουθούν, αναδεικνύεται η σημαντικότητα του μαθήματος Αγωγής Υγείας καθώς αυτό συμβάλλει στην ανάπτυξη γνώσεων, αξιών και δεξιοτήτων των μαθητών σχετικά με θέματα υγείας, που θα τα βοηθήσει να τις εφαρμόσουν στην καθημερινότητά τους.

Κεφάλαιο 1

Εννοιολογικές αποσαφηνίσεις

Η ισορροπία του σώματος και του πνεύματος θεωρείται, από την αρχαιότητα μέχρι και σήμερα, ως ένα από τα πολυτιμότερα αγαθά για τον άνθρωπο. Το γεγονός αυτό μαρτυρά το απόφθεγμα «*νους υγιής εν σώματι υγείη*», το οποίο ειπώθηκε από τους αρχαίους Έλληνες, οι οποίοι με τη σειρά τους το ενστερνίστηκαν από τα λόγια του σατιρικού ποιητή Decimus Junius Juvenalis (60 – 127 μ.Χ.) στο έργο του «Σάτιρες» (Krajewska, 2019). Η αρχική φράση στο έργο του ποιητή, «*orandum est utsitmenssana in corporesano*» δηλαδή «να εύχεστε ένα υγιές πνεύμα σε ένα υγιές σώμα», αποτελεί μια μεγάλη αλήθεια, η οποία επισημαίνει τη σημασία της ψυχικής και σωματικής υγείας για τον άνθρωπο.

Η σωματική ακεραιότητα αποτέλεσε το ζητούμενο των τελευταίων δεκαετιών και η προάσπιση της θεωρήθηκε ανθρώπινο δικαίωμα. Τα τελευταία έτη, στο όνομα της ευεξίας και της ευημερίας του ανθρώπου, δόθηκε η πρέπουσα σημασία και στην ψυχική υγεία (Christodoulou et al., 2018).

Με αυτά τα δεδομένα, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (Π.Ο.Υ) ορίζει την υγεία όχι μόνο λαμβάνοντας ως κριτήριο την ύπαρξη αναπηρίας ή κάποιας ασθένειας, αλλά ως την κατάσταση εκείνη, κατά την οποία ο άνθρωπος βιώνει την προσωπική ευεξία, σε κοινωνικό, σωματικό και ψυχικό επίπεδο (Conti, 2018).

1.1 Η ανάγκη για την προαγωγή της υγείας

Η σύγχρονη κοινωνία μαστίζεται από φαινόμενα, τα οποία σχετίζονται με την υγεία και τον τρόπο που αυτή προάγεται εντός του κοινωνικού συνόλου και ιδιαιτέρως εντός του σχολείου(Χατζηχηρήστου, 2015). Η κάθε είδους βία, η εγκληματικότητα, η χρήση ψυχοτρόπων ουσιών, τα εγκλήματα σεξουαλικής φύσης, η αύξηση του ποσοστού των εφηβικών κυήσεων, συνδέονται με την παιδεία, την οποία λαμβάνουν οι νέοι και με τον κάθε είδους αποκλεισμό (κοινωνικό, οικονομικό, επαγγελματικό). Επιπλέον, ασθένειες όπως ο καρκίνος, το AIDS, οι καρδιακές παθήσεις, η παχυσαρκία συνδέονται με τη συμπεριφορά του ανθρώπου και την υιοθέτηση εκ μέρους του δεξιοτήτων, τόσο σε ατομικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο(Vaquero-Solís et al, 2021).

Όλα αυτά τα φαινόμενα και οι ασθένειες αποτελούν δυστυχώς μια πραγματικότητα, για την οποία το σύγχρονο σχολείο καλείται, όχι μόνο να ενημερώσει τους μαθητές, και να τους εκπαιδεύσει ώστε να είναι προετοιμασμένοι για την αντιμετώπισή τους, αλλά και να τους βοηθήσει, με την πρόληψη και την ανάπτυξη δεξιοτήτων, να αποφύγουν τις δυσάρεστες συνέπειες που σχετίζονται με θέματα υγείας. Μέσα στη σχολική τάξη οι μαθητές θα αποκτήσουν τις αξίες και τη συμπεριφορά, οι οποίες θα τους οδηγήσουν στην υιοθέτηση μιας υγιούς στάσης ζωής, διαμορφώνοντας συγχρόνως την προσωπικότητά τους (Vaquero-Solís et al, 2021).

Το σχολείο, προκειμένου να επιτύχει το σκοπό του και να δημιουργήσει πολίτες ενημερωμένους, επιδέξιους και ικανούς να διαχειριστούν όλα τα σύγχρονα θέματα και προβλήματα της κοινωνίας, οφείλει να υποστηρίξει τους μαθητές και να τους βοηθά να αντιληφθούν τον τρόπο με τον οποίο, αυτά που διδάσκονται, βρίσκουν ανταπόκριση στην καθημερινότητα, στην οικογένεια και στην κοινωνία (Estrada et al, 2020).

Η προαγωγή της υγείας στο σχολείο αποτελεί μια θεματική ενότητα, η οποία είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με τη ζωή, αλλά και με ότι άλλο διδάσκονται τα παιδιά. Με την προαγωγή της υγείας στο σχολείο οι εκπαιδευτικοί αποκτούν ένα νέο ρόλο,

προκειμένου να προσαρμόσουν τη διδασκαλία στις ανάγκες των μαθητών. Και ενώ η Αγωγή Υγείας έχει στόχο να αναπτυχθούν δεξιότητες και υγιείς συμπεριφορές εκ μέρους των μαθητών, η προαγωγή της υγείας, εκτός από τους στόχους της Αγωγής Υγείας έχει επιπλέον σκοπό τη δημιουργία ενός αναβαθμισμένου κοινωνικού συνόλου(Χατζηχρήστου, 2015). Παρόλα αυτά, οι δύο αυτές έννοιες αλληλοσυμπληρώνονται και λαμβάνονται ταυτόχρονα υπόψη από τους ειδικούς.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας ορίζει την προαγωγή υγείας ως εκείνη τη διαδικασία, η οποία διευκολύνει τους ανθρώπους να αποκτήσουν τον έλεγχο της υγείας τους και να την προάγουν. Πρόκειται για τη δυνατότητα που έχει ο άνθρωπος, όντας μέλος διαφόρων κοινωνικών ομάδων, να ελέγχει την ικανοποίηση των αναγκών του μέσα από την ικανότητά του να αλλάζει τις περιβαλλοντικές συνθήκες που τον αφορούν ή ακόμα και να προσαρμόζεται σε αυτές (Ottawa Charter for Health Promotion, 1986).

Η πρώτη φορά που η προαγωγή της υγείας τέθηκε ως παγκόσμιος μακροπρόθεσμος στόχος ήταν στην 32η Παγκόσμια Συνδιάσκεψη για την Υγεία (1979), κατά την οποία ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας έθεσε το στόχο «Υγεία για όλους έως το 2000». Απώτερος στόχος ήταν η επίτευξη του επαναπροσδιορισμού των υπηρεσιών υγείας και της δημόσιας πολιτικής για την υγεία, καθώς και η ανάπτυξη προσωπικών δεξιοτήτων, ώστε να επιτευχθεί το κατάλληλο περιβάλλον για την υγεία (Mahler, 1981).

Το πλαίσιο για την επίτευξη όλων αυτών των επιδιώξεων για την προαγωγή της υγείας θεσπίστηκε στη Συνδιάσκεψη για την προαγωγή της υγείας, το 1986 στην Οττάβα (Ottawa Charter for Health Promotion, 1986), το οποίο επισήμανε ότι δράση και ενέργειες για την προαγωγή της υγείας σημαίνει (Nutbeam, 1986):

i) Δημιουργία υγιούς δημόσιας πολιτικής: Η προαγωγή της υγείας υπερβαίνει την υγειονομική περίθαλψη, οι υπεύθυνοι για τη χάραξη της πολιτικής για την υγεία θα πρέπει να λαμβάνουν τις ευθύνες τους γνωρίζοντας τις συνέπειες των αποφάσεών τους και να προσεγγίσουν την προαγωγή της υγείας μέσω της κατάλληλης νομοθεσίας, των δημοσιονομικών μέτρων, της φορολογίας και της οργανωτικής αλλαγής.

ii) Δημιουργία υποστηρικτικών περιβαλλόντων: Οι άρρηκτοι δεσμοί μεταξύ των ανθρώπων και του περιβάλλοντός τους αποτελούν τη βάση για μια κοινωνικο-οικονομική προσέγγιση στην υγεία. Η προστασία του φυσικού και δομημένου περιβάλλοντος και η διατήρηση των φυσικών πόρων πρέπει να αντιμετωπίζονται

από κάθε στρατηγική προαγωγής της υγείας. Ο άνθρωπος θα πρέπει να λάβει υπόψη τον αντίκτυπο που μπορεί να έχει για την υγεία η αλλαγή των προτύπων ζωής, εργασίας και αναψυχής, καθώς όλα αυτά θα πρέπει να είναι πηγή υγείας για τους ανθρώπους.

iii) Ενίσχυση της κοινοτικής δράσης: Η προαγωγή της υγείας απαιτεί τον καθορισμό προτεραιοτήτων, τη λήψη αποφάσεων, το σχεδιασμό στρατηγικών και την εφαρμογή τους για την επίτευξη καλύτερης υγείας. Θα πρέπει να υπάρχει πλήρης και συνεχής πρόσβαση σε πληροφορίες, ευκαιρίες μάθησης για την υγεία, καθώς και χρηματοδοτική υποστήριξη.

iv) Ανάπτυξη προσωπικών δεξιοτήτων: Η προαγωγή της υγείας υποστηρίζει την προσωπική και κοινωνική ανάπτυξη μέσω της παροχής πληροφοριών, της εκπαίδευσης για την υγεία και της ενίσχυσης των προσωπικών δεξιοτήτων. Με αυτόν τον τρόπο, αυξάνει τις επιλογές που είναι διαθέσιμες στους ανθρώπους, ώστε να ασκούν περισσότερο έλεγχο στη δική τους υγεία και στο περιβάλλον τους και να κάνουν επιλογές οι οποίες ευνοούν την υγεία. Αυτό πρέπει να επεκταθεί στο σχολείο, στο σπίτι, στην εργασία και στην κοινότητα.

v) Επανασχεδιασμός και επαναπροσδιορισμός των υπηρεσιών υγείας: Η ευθύνη για την προαγωγή της υγείας στις υπηρεσίες υγείας θα πρέπει να αφορά τα άτομα, την κοινότητα, τους επαγγελματίες υγείας, τα ιδρύματα υπηρεσιών υγείας και τις κυβερνήσεις, οι οποίοι οφείλουν να συνεργαστούν προς ένα σύστημα υγειονομικής περίθαλψης, που θα συμβάλλει στην επίδωξη καλύτερης υγείας. Η υγεία δε θα πρέπει να αφορά μόνο την ευθύνη για την παροχή κλινικών και θεραπευτικών υπηρεσιών, αλλά συγχρόνως να συμβάλει στην επίτευξη αλλαγής στάσης και οργάνωσης της υγείας.

Το 1997 στη Τζακάρτα πραγματοποιήθηκε η 4^η Διεθνής Συνδιάσκεψη για την προαγωγή της υγείας, με μακροπρόθεσμο στόχο την προαγωγή της υγείας τον 21^ο αιώνα, όπου και επισημάνθηκαν οι προτεραιότητες και οι στόχοι για την υγεία (WHO, 1997). Στην 6^η Παγκόσμια Συνδιάσκεψη για την προαγωγή της υγείας στην Μπανγκόκ το 2005 τονίστηκαν οι ενέργειες που θα έπρεπε να πραγματοποιηθούν, σε κάθε επίπεδο και από κάθε φορέα, τοποθετώντας στο επίκεντρο τον άνθρωπο, τις ανάγκες του και τις περιβαλλοντικές συνθήκες (WHO, 2005). Ακολούθησε το 7^ο Παγκόσμιο Συνέδριο για την προαγωγή της υγείας στο Ναϊρόμπι (2009), το 8^ο Παγκόσμιο Συνέδριο για την προαγωγή της υγείας στο Ελσίνκι (2013) και το 8^ο Παγκόσμιο Συνέδριο για την προαγωγή της υγείας στη

Σαγκάη (2016), και καθορίστηκαν οι προτεραιότητες για την προαγωγή της υγείας για τον 21^ο αιώνα ως εξής(<http://healthpromotion.med.uoa.gr>): προώθηση της κοινωνικής ευθύνης για την υγεία (ευθύνη του δημόσιου και ιδιωτικού τομέα), αύξηση των επενδύσεων για την ανάπτυξη της υγείας (εκπαίδευση, υπηρεσίες υγείας, ευαίσθητες κοινωνικές ομάδες), ενίσχυση συνεργασιών για την υγεία, ενδυνάμωση του ατόμου (δεξιότητες και ικανότητες μέσω της εκπαίδευσης) και εξασφάλιση υποδομής για την προαγωγή της υγείας.

1.2 Η Αγωγή Υγείας

Η «Αγωγή Υγείας» είναι μία διαδικασία που στηρίζεται σε επιστημονικές αρχές και χρησιμοποιεί προγραμματισμένες ευκαιρίες μάθησης, οι οποίες δίνουν τη δυνατότητα στους ανθρώπους, όταν λειτουργούν ως άτομα ή ως σύνολο, να αποφασίζουν και να ενεργούν συνειδητά για θέματα που επηρεάζουν την υγεία τους», (Ευρωπαϊκή Ένωση, Συμπόσιο Λουξεμβούργου, 1996).

Η απόφαση για να ενταχθεί στο σχολικό πρόγραμμα το μάθημα της Αγωγής Υγείας, αποτέλεσε καθοριστικό παράγοντα και ένδειξη κοινωνικής και πολιτισμικής προόδου, καθώς η Αγωγή Υγείας συνδράμει στο να κατανοήσουν οι μαθητές την έννοια και τη σπουδαιότητα της υγείας, να ευαισθητοποιηθούν, να ενημερωθούν, να προετοιμαστούν και να προφυλαχθούν από τα προβλήματα υγείας, τα οποία συναντά κανείς στη σημερινή κοινωνία (Sharma, 2021).

1.2.1 Ορισμός και χαρακτηριστικά

Οι ειδικοί, οι οποίοι ασχολούνται με την προαγωγή και την αγωγή της υγείας, έχουν ως σκοπό τη δημιουργία συμπεριφορών και την υιοθέτηση στάσεων από τους νέους ανθρώπους μέσω της κατάλληλης εκπαίδευσης. Η Αγωγή Υγείας είναι αλληλένδετη με την προαγωγή υγείας και έχει οριστεί ποικιλοτρόπως.

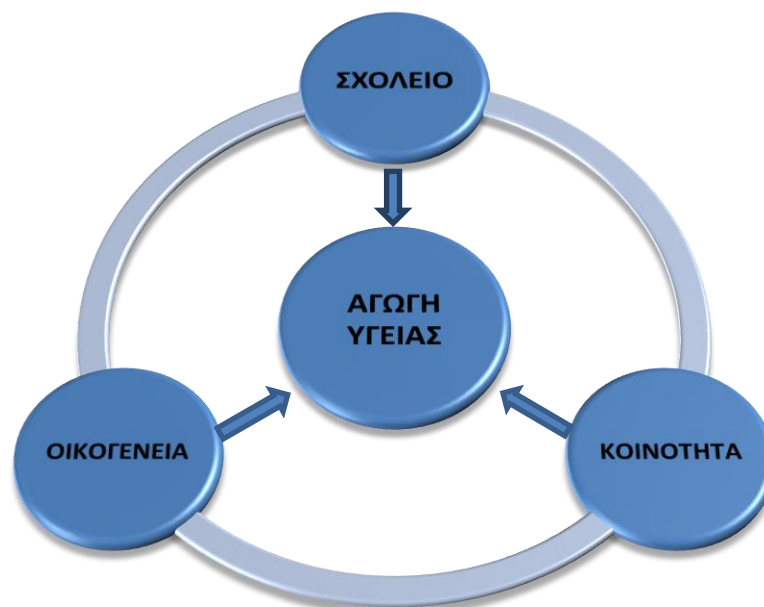
Οι Downie et al., (1990), όρισαν την Αγωγή Υγείας ως μια δραστηριότητα επικοινωνίας που στοχεύει στην ενίσχυση της θετικής υγείας σε άτομα και ομάδες, μέσω του επηρεασμού των πεποιθήσεων, στάσεων και συμπεριφοράς σε όλη την κοινότητα(Sharma, 2021). Το 2000, στην έκθεση της μικτής επιτροπής η Αγωγή Υγείας ορίστηκε ως συνδυασμός προγραμματισμένων μαθησιακών εμπειριών, βασισμένων σε αιτιολογημένες θεωρίες, που παρέχει σε άτομα, ομάδες και κοινότητες την ευκαιρία να αποκτήσουν τις πληροφορίες και τις δεξιότητες που απαιτούνται για τη λήψη ποιοτικών αποφάσεων σε θέματα υγείας. Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, το 1998, όρισε την Αγωγή Υγείας ως τη διαδικασία που περιλαμβάνει συνειδητά κατασκευασμένες ευκαιρίες για μάθηση που έχουν σχεδιαστεί για τη βελτίωση της γνώσης και της ανάπτυξης δεξιοτήτων συμβάλλοντας στην ατομική και κοινοτική υγεία. Είναι δηλαδή, σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας εκείνη η διαδικασία, η οποία βασίζεται στην επιστήμη και στον προγραμματισμό ίσων ευκαιριών μάθησης, με σκοπό οι άνθρωποι ή οι διάφορες κοινωνικές ομάδες να μπορούν υπεύθυνα να αποφασίζουν για ζητήματα που αφορούν την υγεία τους.

Η υγεία αντιμετωπίστηκε ως ανθρώπινο δικαίωμα τον εικοστό αιώνα, οπότε και ανέλαβαν δράση παγκόσμιοι και ευρωπαϊκοί οργανισμοί για να την προστατεύσουν και να την προάγουν(Green, 1999). Η προαγωγή της υγείας και η εκπαίδευση για την υγεία γνώρισε μεγάλη ανάπτυξη τον εικοστό πρώτο αιώνα, με την ανάπτυξη των τεχνολογιών και τη δυνατότητα να συλλέγονται και να συνδυάζονται στοιχεία και πληροφορίες, τα οποία παλαιότερα παρέμεναν άγνωστα.

Οι ορισμοί για την Αγωγή Υγείας αναφέρονται σε μια διαδικασία, η οποία αποσκοπεί στην ενημέρωση, στην ενδυνάμωση με ανάπτυξη δεξιοτήτων, στην υιοθέτηση συμπεριφορών που θα οδηγήσουν στην ατομική υγεία και στην προαγωγή της (Nutbeam, 2019).

Η υγεία αποτελεί ατομική ευθύνη κάθε ανθρώπου. Κάθε άνθρωπος οφείλει να μεριμνά για την υγεία του, πράγμα το οποίο είναι σε θέση να επιτύχει μόνο μέσω της σωστής εκπαίδευσης από το σχολείο και την οικογένεια. Αυτό είναι και το βασικό χαρακτηριστικό της Αγωγής Υγείας, να ενδυναμώσει κάθε άνθρωπο, ώστε να μπορεί να φροντίσει την υγεία του, την υγεία της οικογένειας, των παιδιών και τέλος του κοινωνικού συνόλου.

Πολύ σημαντικό για να επιτευχθεί ο στόχος του μαθήματος της Αγωγής Υγείας στο σχολείο είναι η παραδοχή ότι το σχολείο, η οικογένεια και η κοινωνία αποτελούν φορείς εκπαίδευσης και προαγωγής της υγείας, και για αυτό επιβάλλεται η συνεργασία τους (Εικόνα 1),(Χατζηχρήστου, 2015):



Εικόνα 1. Οι φορείς της Αγωγής Υγείας

1.2.2 Η εκπαίδευση για την υγιεινή

Στο Διαθεματικό Ενιαίο Πλαίσιο Προγραμμάτων Σπουδών (ΔΕΠΠΣ), το μάθημα της Αγωγής Υγείας έχει σχεδιαστεί με τέτοιο τρόπο, ώστε να συσχετίζει την υγεία με τη φυσική αγωγή και άσκηση, με τη σεξουαλική και αναπαραγωγική αγωγή, με τις συνήθειες που έχουν οι άνθρωποι και τον τρόπο ζωής τους αλλά και με το φυσικό και κοινωνικό περιβάλλον, βρίσκοντας ανταπόκριση στην καθημερινή ζωή και όχι μόνο εντός της σχολικής τάξης(Χατζηχρήστου, 2015). Ο σχεδιασμός του μαθήματος της Αγωγής Υγείας πρέπει να γίνεται αφού προηγηθεί μελέτη των βασικών παραγόντων που επηρεάζουν τον τρόπο ζωής των παιδιών, όπως είναι η σύγχρονη διατροφή, το περιβάλλον και οι συνθήκες κάτω από τις οποίες ζουν, η φυσική τους δραστηριότητα, η χρήση ή μη εξαρτησιογόνων ουσιών, η σεξουαλική τους συμπεριφορά, οι σχέσεις τους με τους άλλους (Αθανασίου, 2004).

Τα προβλήματα υγείας, τα οποία αντιμετωπίζουν οι μαθητές, οφείλονται συνήθως στις διατροφικές τους συνήθειες και στην έλλειψη συστηματικής ατομικής υγιεινής. Τα ζητήματα υγείας που αντιμετωπίζουν οι σημερινοί μαθητές (παιδιά και έφηβοι) είναι:

Κακή στοματική υγιεινή: Τα περισσότερα παιδιά σήμερα αντιμετωπίζουν προβλήματα στοματικής υγιεινής, καθώς καταναλώνουν καθημερινά τρόφιμα που περιέχουν μεγάλες ποσότητες ζάχαρης. Οι σοκολάτες και τα μπισκότα, τα αναψυκτικά, τα παγωτά, τα ζαχαρωτά, και άλλα τρόφιμα που αρέσουν στα παιδιά και τους εφήβους, προϋποθέτουν συστηματική περιποίηση των δοντιών (WHO, 2006). Η διάβρωση των δοντιών, η τερηδόνα και η ουλίτιδα, όταν ξεκινούν από την παιδική ηλικία, μπορούν να οδηγήσουν σε καταστροφικά αποτελέσματα στην ενήλικη ζωή καθώς μπορεί να προκαλέσουν ακόμα και απώλεια των δοντιών (Priya et al., 2019).

Την αρχική εκπαίδευση των παιδιών για τη στοματική υγιεινή την αναλαμβάνουν οι γονείς, οι οποίοι καλούνται να διδάξουν στα παιδιά τους το σωστό τρόπο

φροντίδας των δοντιών και την αποφυγή ανθυγιεινών τροφών, δίνοντας το καλό παράδειγμα (Γκούβρα, Κυρίδης και Μαυρικάκη, 2001). Η φροντίδα της στοματικής υγιεινής θα πρέπει να επισημαίνεται και στο σχολείο από τον εκπαιδευτικό με παραδείγματα, τα οποία να είναι κατανοητά στους μαθητές, να τους παροτρύνουν να πλένουν τα δόντια τους, να επισκέπτονται τον οδοντίατρο και να τρέφονται σωστά.

Η εκπαίδευση για τη σωστή και υγιεινή διατροφή στο σχολείο, θα βοηθήσει να αποφευχθούν και άλλα προβλήματα υγείας, όπως τα παρακάτω (Χατζηχρήστου, 2015).

Παχυσαρκία: Η παχυσαρκία υφίσταται όταν το παιδί έχει βάρος που υπερβαίνει τα φυσιολογικά όρια για την ηλικία και την ανάπτυξή του (Kumanyika et al., 2002). Οι τροφές που προτιμώνται λόγω του γρήγορου ρυθμού ζωής της, τα ανθυγιεινά σνακ, η έλλειψη σωματικής δραστηριότητας και η καθιστική ζωή, η προδιάθεση που έχει το παιδί λόγω κληρονομικότητας, η ψυχολογική του κατάσταση, το ευρύτερο κοινωνικό και φυσικό περιβάλλον, αποτελούν παράγοντες που ευνοούν την ύπαρξη της παχυσαρκίας (Αθανασίου, 2004). Η οικογένεια και το σχολείο, καλούνται να ενημερώσουν και να αποτρέψουν τα παιδιά από το να γίνουν υπέρβαρα. Η σωστή εκπαίδευση στο σχολείο αφορά στην ενημέρωση για τη σωστή διατροφή και την αποφυγή λανθασμένων διατροφικών συνηθειών, την προαγωγή ενός τρόπου διατροφής που θα περιλαμβάνει πολλά φρούτα και λαχανικά, αλλά και την ενημέρωση και καθοδήγηση των μαθητών, ώστε να μην κρίνουν αρνητικά τους συμμαθητές τους, που μπορεί να αντιμετωπίζουν προβλήματα παχυσαρκίας (Rector et al., 2021).

Τέλος, στο σχολείο θα πρέπει να δίνεται έμφαση στις μακροπρόθεσμες συνέπειες της παχυσαρκίας, καθώς μπορεί να συμβάλει στην εμφάνιση διαφόρων ασθενειών, όπως είναι ο διαβήτης, η υπέρταση και οι καρδιαγγειακές ασθένειες (WHO, 2006).

Σακχαρώδης διαβήτης: Ο διαβήτης παρουσιάζεται σε δύο μορφές, εκ των οποίων ο διαβήτης τύπου II εμφανίζεται σε μεγαλύτερες ηλικίες, ενώ στα παιδιά και τους εφήβους εμφανίζεται ο διαβήτης τύπου I, ο οποίος αντιμετωπίζεται μόνο με έλεγχο των συμπτωμάτων του, με τη χορήγηση ινσουλίνης (d'Annunzio et al., 2020).

Οι παράγοντες που προκαλούν το διαβήτη τύπου I μπορεί να είναι γενετικοί και περιβαλλοντικοί παράγοντες. Στο σχολείο τα παιδιά θα πρέπει να μαθαίνουν για το

σακχαρώδη διαβήτη, για τα προβλήματα που δημιουργεί και για τον τρόπο με τον οποίο αντιμετωπίζεται, καθώς μπορεί κάποια από αυτά να αντιμετωπίζουν προβλήματα διαβήτη, ενώ κάποια άλλα παιδιά μπορεί να βρεθούν αντιμέτωπα με ένα περιστατικό συμμαθητή ή συνανθρώπου τους, ο οποίος να χρειάζεται τη βοήθειά τους (Lawrence et al., 2021).

Έλλειψη σωματικής άσκησης: Το φαινόμενο της παχυσαρκίας στα παιδιά και τους εφήβους, το οποίο αναφέρθηκε στα προηγούμενα, οφείλεται και στην έλλειψη φυσικής άσκησης (Zhu et al., 2019). Στο σχολείο δίνεται η δυνατότητα να προαχθεί η σωματική άσκηση και να ενσωματωθεί ως απαραίτητη ενότητα στην Αγωγή Υγείας. Η σωματική άσκηση πρέπει να υιοθετηθεί ως η συνήθεια που θα βελτιώσει την υγεία και θα αποτελέσει σύμμαχο των μαθητών στον έλεγχο του βάρους τους (DiPietro et al., 2020).

Για το λόγο αυτό, η σωματική άσκηση στο σχολείο θα μπορούσε να συνδυαστεί με παιχνίδι, κίνηση, δραστηριότητες, πολεμικές τέχνες. Στον αντίποδα αυτών των συνηθειών βρίσκεται ο σημερινός τρόπος ζωής των παιδιών, που είναι αφοσιωμένα στα κινητά και τα tablets, που ασχολούνται με ηλεκτρονικά παιχνίδια αντί για ομαδικά αθλήματα και βλάπτουν την υγεία τους και την όρασή τους και συγχρόνως απομακρύνονται από τους συνομηλίκους τους και το περιβάλλον (WHO, 2006).

Καρδιαγγειακές παθήσεις: οι παθήσεις του καρδιαγγειακού συστήματος έχει παρατηρηθεί ότι εμφανίζουν τα πρώτα σημάδια τους στην παιδική ηλικία και για αυτό είναι πολύ σημαντικό τα παιδιά να γνωρίζουν τα αίτια που τις δημιουργούν, καθώς και μεθόδους πρόληψης και αντιμετώπισης αυτών των παθήσεων (Xiang et al., 2018).

Η σωστή και ισορροπημένη διατροφή, παράλληλα με τη φυσική άσκηση, μπορούν να αποτελέσουν τρόπο πρόληψης των καρδιαγγειακών παθήσεων. Για το λόγο αυτό, στο σχολείο θα πρέπει παράλληλα με την ενημέρωση να προσεγγίζονται τα θέματα υγείας με τρόπο κατανοητό στα παιδιά και να τα βοηθά να αντιληφθούν τη σημασία της υιοθέτησης του υγιεινού τρόπου ζωής από μικρή ηλικία (Vasilyev et al., 2018).

Παιδικός και εφηβικός καρκίνος: Παρόλο που ο καρκίνος σε όλες του τις μορφές εμφανίζεται στους ενήλικες, κάποιες μορφές του εμφανίζονται σε μικρά παιδιά και

εφήβους. Παρά τη δυσκολία με την οποία μπορεί κανείς να προσεγγίσει τη μάστιγα του αιώνα μας, τα παιδιά θα πρέπει να ενημερώνονται για την ύπαρξη των διαφόρων μορφών του καρκίνου, να γνωρίζουν ότι υπάρχουν θεραπείες, να καταλάβουν ότι πρόκειται για μια ασθένεια, για την οποία έχουν γίνει προσπάθειες και έχουν ανακαλυφθεί φάρμακα (Santos et al., 2022). Με αυτό τον τρόπο θα μπορέσουν να αντιμετωπίσουν την κατάσταση σε μια ενδεχόμενη ασθένειά τους από την επάρατη νόσο, ή να βοηθήσουν κάποιον δικό τους άνθρωπο που νοσεί. Επιπλέον, οι νέοι θα πρέπει να ενημερωθούν για τις συνήθειες εκείνες της καθημερινότητας, που είναι δυνατό να συμβάλλουν στη δημιουργία καρκίνου (διατροφικές συνήθειες, έκθεση σε ακτινοβολία κ.α.) (Bryan et al., 2021).

Covid-19: Η πανδημία Covid-19, έφερε νέα δεδομένα και νέο τρόπο θεώρησης της ατομικής υγιεινής, με συνακόλουθη προσαρμογή του μαθήματος της Αγωγής Υγείας στα σχολεία (Gurta et al., 2020). Και ενώ οι ενήλικες, έσπευσαν να διαμαρτυρηθούν στην υποχρεωτική χρήση μάσκας, απεδείχθη για μια ακόμα φορά πόσο εύκολα μπορούν να προσαρμοστούν και να καθοδηγηθούν τα παιδιά μέσα από την εκπαίδευση του σχολείου. Οι μικροί μαθητές αλλά και οι μεγαλύτεροι, οι έφηβοι, έμαθαν να φορούν τις μάσκες τους, να πλένουν τα χέρια τους, να διατηρούν καθαρά τα υπάρχοντά τους και να προσέχουν γενικότερα την υγεία τους (Ma et al., 2021). Τα παιδιά και οι έφηβοι του σήμερα, όντας μάρτυρες μιας πανδημίας, την οποία οι μεγαλύτεροι δεν περίμεναν να βιώσουν με αυτό τον τρόπο, μπορούν να μάθουν μέσω του μαθήματος της Αγωγής Υγείας τρόπους υγιεινής, τους οποίους θα μεταλαμπαδεύσουν στις επόμενες γενιές.

1.2.3 Η εκπαίδευση για την αναπαραγωγική υγεία

Η σεξουαλική και η αναπαραγωγική υγεία του ανθρώπου διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο για την πορεία του και τη στάση του για τη ζωή, τους συνανθρώπους και την κοινωνία. Συνδέεται με τη σεξουαλικότητα του ατόμου, η οποία αφορά το φύλο, το σεξουαλικό προσανατολισμό, την ερωτική ζωή, την ανάγκη για ευχαρίστηση, την ανάπτυξη οικειότητας και τη γνώση της διαδικασίας και του δικαιώματος για αναπαραγωγή(Χατζηχρήστου, 2015).

Τα προγράμματα υγείας που σχεδιάζονται, οι πολιτικές που διαμορφώνονται, η φροντίδα που παρέχεται, θα πρέπει να είναι εστιασμένα στο σημαντικό ρόλο, τον οποίο διαδραματίζει η σεξουαλικότητα και η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία όλων των ανθρώπων (Fantaye et al.,2020). Για το λόγο αυτό, είναι πολύ σημαντικό να αναπτυχθούν υπηρεσίες υγείας και υπηρεσίες εκπαίδευσης για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, που θα στοχεύουν στη δημιουργία μιας σεξουαλικά υγιούς κοινωνίας (WHO, 2002).

Η αναπαραγωγική υγεία δεν είναι απλά η κατάσταση του ατόμου κατά την οποία απουσιάζει η νόσος ή η αναπηρία, αλλά πρόκειται για μια κατάσταση που χαρακτηρίζει συνολικά το ανθρώπινο αναπαραγωγικό σύστημα και περιλαμβάνει την ευημερία του ανθρώπου σε όλα τα επίπεδα (σωματικό, ψυχικό και κοινωνικό).Το γεγονός αυτό καθιστά κάθε άτομο υπεύθυνο αλλά και ελεύθερο να λαμβάνει αποφάσεις για τη σεξουαλική και την αναπαραγωγική του υγεία και δραστηριότητα. Επιπλέον, η σπουδαιότητα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας, καθιστά δικαίωμα όλων των ανθρώπων, ανεξαρτήτως φύλου, φυλής, οικονομικής και κοινωνικής κατάστασης,στη σωστή πληροφόρηση για τον οικογενειακό προγραμματισμό. (Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, 2013).

Η σεξουαλική και αναπαραγωγική αγωγή συμβάλει στην ανάπτυξη στάσεων και συμπεριφορών που θα βοηθήσει τους νέους να λάβουν σωστές αποφάσεις για τη ζωή τους και για τις σχέσεις τους .Ο σεβασμός στη διαφορετικότητα του άλλου,η ατομική υπευθυνότητα και η εμπιστοσύνη στον εαυτό τους,είναι κάποιες από τις αξίες που στοχεύει.

Σκοπός της σεξουαλικής και της αναπαραγωγικής αγωγής θα πρέπει να είναι καταρχήν η σωστή ενημέρωση, η οποία θα περιλαμβάνει πληροφορίες για την ανατομία και τη φυσιολογία του ανθρώπινου σώματος, τη σεξουαλικότητα, τη διαδικασία της αναπαραγωγής και τον τοκετό, την αντισύλληψη και την άμβλωση, τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα και την κάθε είδους σεξουαλική κακοποίηση.

Επιπλέον, στόχος της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής αγωγής θα πρέπει να είναι η ενδυνάμωση κάθε ανθρώπου, ώστε να μπορεί να ανταπεξέλθει στις ευθύνες και τις υποχρεώσεις της οικογένειας και του κοινωνικού συνόλου. Η ανάπτυξη των δεξιοτήτων των νέων θα τους βοηθήσει να είναι ικανοί να λάβουν σωστές αποφάσεις για τη ζωή τους, οι οποίες θα επηρεάσουν τους ίδιους αλλά και άλλους ανθρώπους (Claudia et al., 2020). Τέλος, στόχος της αναπαραγωγικής αγωγής στο σχολείο θα πρέπει να είναι η δημιουργία υπεύθυνων ατόμων, τα οποία θα έχουν τον έλεγχο κάθε πράξης που θα αφορά τη σεξουαλική και την αναπαραγωγική τους ζωή, θα γνωρίζουν τους τρόπους προφύλαξης και αντισύλληψης, ώστε να προστατεύσουν τη σεξουαλική και την αναπαραγωγική τους υγεία (Fantaye et al., 2020).

Η υπερβολική έκθεση των μαθητών στα μέσα μαζικής ενημέρωσης και το διαδίκτυο έχει ενεργοποιήσει τις κυβερνήσεις και τους ευρωπαϊκούς και διεθνείς οργανισμούς για την εκπαίδευση των νέων ανθρώπων μέσα από το σχολείο για θέματα που αφορούν τη σεξουαλική και την αναπαραγωγική τους υγεία. Η ατζέντα 2030 για τη βιώσιμη και την αειφόρο ανάπτυξη περιλαμβάνει στις επιδιώξεις της, την εκπαίδευση χωρίς εξαιρέσεις όλων των ανθρώπων, ανεξαρτήτως φύλου, φυλής, χώρας προέλευσης, οικονομικής και κοινωνικής κατάστασης, σε θέματα που αφορούν την ισότητα των φύλων, την υγεία, την ανάπτυξη (Kirby, 2001).

Η εκπαίδευση για τη σεξουαλική και την αναπαραγωγική υγεία, από κατάλληλα εκπαιδευμένο προσωπικό, βοηθά οι μαθητές να αισθανθούν άνετα με το σώμα τους και να το αγαπήσουν, να καταλάβουν ότι η σεξουαλική ανάπτυξη αποτελεί μέρος της συνολικής ανάπτυξης του ανθρώπου, να κατανοήσουν την σεξουαλικότητά τους και τον σεξουαλικό τους προσανατολισμό, συμπεριφερόμενοι με σεβασμό απέναντι στο σεξουαλικό προσανατολισμό των συμμαθητών τους και κυρίως, να αποκτήσουν πληροφορίες που δε μπορούν να λάβουν από το οικείο περιβάλλον και το στενό κοινωνικό περίγυρο (UNESCO, 2018).

1.2.4 Η εκπαίδευση για τη σεξουαλική υγεία

Η σεξουαλική υγεία κατέχει σημαντικό ρόλο στη δημιουργία της ταυτότητας του εαυτού κάθε ανθρώπου, καθώς επιδρά ποικιλοτρόπως στα διάφορα στάδια ανάπτυξής του (Fantaye et al., 2020). Η ποιότητα και οι εμπειρίες της σεξουαλικής ζωής έχουν αντίκτυπο στο συναισθηματικό κόσμο του ατόμου, στην ψυχοσύνθεσή του και στην αντίληψή του για τον κόσμο και τις σχέσεις (Βαϊδάκης, 2008). Εντούτοις, για τα ελληνικά δεδομένα, το μάθημα της Αγωγής Υγείας, εστιασμένο στη σεξουαλική υγεία, άργησε πολύ, σε σχέση με κάποιες ευρωπαϊκές χώρες, να ενταχθεί ως μάθημα στο σχολείο και να κατανοηθεί, ότι είναι αδιανόητο να μην υπάρχει σωστή και κατάλληλη ενημέρωση για ένα τόσο θεμελιώδες ζήτημα (Καδιγιαννόπουλος, 2020).

Στη σύγχρονη εποχή, παρατηρείται αύξηση των εφηβικών κυήσεων, με αποτέλεσμα αυξημένο ποσοστό αμβλώσεων. Επιπρόσθετα, έχουν αυξηθεί τα ποσοστά των σεξουαλικώς μεταδιδόμενων νοσημάτων, γεγονός το οποίο μαρτυρά την ελλιπή ενημέρωση και την απουσία των ειδικών εκπαιδευτικών παρεμβάσεων (European Commission, 2020).

Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση σήμερα γίνεται εφικτή μέσα από το μάθημα της Αγωγής Υγείας, η οποία αποσκοπεί στην ανάπτυξη δεξιοτήτων και τη δημιουργία θετικών συμπεριφορών, ώστε να προαχθεί η σεξουαλική υγεία και η σπουδαιότητά της. Επιπλέον, μέσα από τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση στο σχολείο, οι μαθητές λαμβάνουν πληροφορίες για την αναπαραγωγική υγεία, θέμα που μέχρι πρότινος αποτελούσε ζήτημα 'ταμπού' για συζήτηση στην οικογένεια (Χατζηχρήστου, 2015).

Ο εκπαιδευτικός πλέον που καλείται να διδάξει το εν λόγω μάθημα, έχοντας τις απαραίτητες γνώσεις, εκτός από την ενημέρωση και τη μετάδοση της γνώσης, καλείται να συμβάλει και στην αλλαγή της συμπεριφοράς των μαθητών και στην υιοθέτηση θετικής στάσης απέναντι σε θέματα που αφορούν τη σεξουαλικότητα και τη σεξουαλική ζωή. Στις σύγχρονες σχολικές τάξεις, όπως και σε αυτές της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, οι μαθητές μαθαίνουν τα βασικά ζητήματα της σεξουαλικής αγωγής στο πλαίσιο του αναλυτικού προγράμματος μαθημάτων (European Commission, 2020).

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας ορίζει τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση ως την εκπαίδευση για τη σεξουαλικότητα του ατόμου, η οποία αποσκοπεί στην

προστασία της ατομικής σεξουαλικής ανάπτυξης (WHO, 2003). Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση παρέχεται στα παιδιά και τους εφήβους και εξακολουθεί να αποτελεί πεδίο μάθησης και των ενηλίκων, καθώς μέσω αυτής παρέχονται γνώσεις, δεξιότητες και αξίες, οι οποίες διευκολύνουν τους ανθρώπους κάθε ηλικίας να κατανοήσουν την έννοια της σεξουαλικότητας, να σχετιστούν με άλλους ανθρώπους και να αποκτήσουν μια καλή σεξουαλική υγεία (WHO, 2010).

Το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο (2013), το Συμβούλιο της Ευρώπης και άλλοι Ευρωπαϊκοί μηχανισμοί επισημαίνουν τη σημασία που έχει η σεξουαλική αγωγή και καθιστούν τη μάθηση για τη σεξουαλική υγεία μέσω του μαθήματος της Αγωγής Υγείας, επιτακτική και απαραίτητη.

Σύμφωνα με την UNESCO (UNESCO & UNFPA, 2017), η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση αποσκοπεί στην πρόληψη των σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων, όπως του HIV, για τον οποίο αποτελεί στόχο η ευαισθητοποίηση, η ενημέρωση και η γνώση της υφιστάμενης κατάστασης από τους νέους ανθρώπους και ιδιαίτερα τους εφήβους και η δυνατότητα θεραπείας του ιού. Επιπρόσθετα, στόχος της UNESCO είναι να ενισχυθεί η εκπαίδευση των εφήβων, έτσι ώστε να αποφευχθούν οι περιπτώσεις εφηβικής κύησης, η οποία κάποιες φορές δε συνάδει με τη θέληση του κοριτσιού που βρίσκεται στην εφηβεία (Καλοκαιρινού και Σουρτζή, 2005). Τέλος, μέσω του ενημερωτικού προγράμματος και των προτεινόμενων δράσεων της UNESCO προωθείται η εκπαίδευση για τη σεξουαλική υγεία για να συμβάλει στην υιοθέτηση τέτοιων στάσεων για τη ζωή και στην απόκτηση τέτοιων αξιών και δεξιοτήτων, οι οποίες θα οδηγήσουν τους παρόντες εφήβους και τους μελλοντικούς ενήλικες στη σύναψη υγιών σχέσεων.

Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση δεν είναι απλά η μετάδοση της πληροφορίας και της στείρας ενημέρωσης για την ανατομία, την αναπαραγωγή και τη βιολογία του σώματος, αλλά αποτελεί τον τρόπο προαγωγής μιας ομαλής και υγιούς σεξουαλικής ανάπτυξης, τον τρόπο ανακάλυψης των χαρακτηριστικών της ταυτότητας του φύλου και της αυτοεικόνας, την προαγωγή των σχέσεων κάθε είδους, ώστε κάθε έφηβος να μπορέσει να αναπτύξει μια υγιή σεξουαλική συμπεριφορά (Breuner et al., 2016).

Κεφάλαιο 2

Η Αγωγή Υγείας στο σύγχρονο σχολείο

2.1. Σύνοψη αναδρομή στη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγή Υγείας

Το μάθημα της Αγωγής Υγείας έχει τις ρίζες του στον αρχαίο ελληνικό πολιτισμό. Ο άνθρωπος στα αρχαία χρόνια είχε την πεποίθηση ότι η υγεία ήταν δώρο των θεών και ότι οι ασθένειες οφείλονταν στις υπερφυσικές δυνάμεις των θεών, οι οποίοι τις χρησιμοποιούσαν για να τιμωρήσουν τους ανθρώπους. Τα φιλοσοφικά κείμενα των αρχαίων Ελλήνων, τα οποία πραγματεύονταν θέματα ιατρικής, χρονολογούνται περί τον 6^ο με 4^ο αιώνα π.Χ. (Tountas, 2009).

Κατά τη διάρκεια του Μεσαίωνα, η υγεία και η ευημερία του ανθρώπου συνδεόταν με τον ίδιο τον άνθρωπο, το περιβάλλον και τη φύση, αλλά και με την ανώτερη δύναμη του Θεού (Conti, 2018).

Η καλή υγεία και η ανάγκη για την ύπαρξή της διαφαίνεται στα πρώτα προγράμματα, τα οποία έχουν εντοπιστεί σε γραπτά κείμενα και αφορούσαν την προάσπιση της υγείας των στρατιωτών το δέκατο όγδοο αιώνα μ.Χ. Στη συνέχεια, τα προγράμματα αυτά επεκτάθηκαν στην κοινότητα (19ος αιώνας) και αφορούσαν ως επί το πλείστον προγράμματα πρόληψης και εμβολιασμού. Δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στη δημόσια υγεία, γεγονός που μαρτυρούν πολλά κείμενα της εποχής, χαρακτηριστικό παράδειγμα των οποίων αποτελεί η Αναφορά της Υγειονομικής Επιτροπής της Μασαχουσέτης (1850), στην οποία γίνεται αναφορά στην υγεία των πολιτών, κάνοντας χρήση δεικτών και αριθμών για τις γεννήσεις και τους θανάτους. Στην ίδια αναφορά επισημαίνεται η ανάγκη για την προάσπιση της δημόσιας υγείας, η οποία πρέπει να ξεκινά από τη σχολική ηλικία (Wilcox, 2005).

Τα υψηλά ποσοστά θνησιμότητας των βρεφών απασχόλησαν την επιστημονική κοινότητα τις πρώτες δεκαετίες του 20ού αιώνα, και για αυτό έγινε μια προσπάθεια ενημέρωσης του κοινού μέσω έντυπων φυλλαδίων και των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης. Η αποκάλυψη ότι ο ανθρώπινος παράγοντας, καθώς και η

συμπεριφορά και οι γνώσεις του μπορούν να βελτιώσουν την κατάσταση, οδήγησε στην ανάγκη για εκπαίδευση όλων των πολιτών σε θέματα υγείας. Από το 1960 άρχισαν να δημιουργούνται σε χώρες της Ευρώπης, αλλά και της Αμερικής προγράμματα Αγωγής Υγείας, τα οποία αποσκοπούσαν να εκπαιδεύσουν τους πολίτες σε θέματα υγείας, ώστε να επιτευχθεί η υγεία στο κοινωνικό σύνολο, να καθοριστεί η πρόληψη και η θεραπεία των ασθενειών και των θεμάτων υγείας γενικότερα, να εστιάσουν τα προγράμματα στην ατομική υγεία, στην υγεία της οικογένειας, αλλά και να προαχθεί η πνευματική υγεία (Green, 1999). Τα προγράμματα που δημιουργήθηκαν εκείνη την εποχή, αν και δεν αναφέρονταν σε καίρια κοινωνικά ζητήματα (κάπνισμα, αλκοολισμός, ψυχοτρόπες ουσίες, θέματα σεξουαλικής φύσεως), επεκτάθηκαν στο σχολείο, και δημιουργήθηκαν προγράμματα Αγωγής Υγείας ανάλογα με την ηλικιακή ομάδα των μαθητών.

Στις αρχές του 20ου αιώνα η υγεία εντάσσεται πλέον μεταξύ των θεμελιωδών ανθρωπίνων δικαιωμάτων, για την προάσπιση της οποίας δημιουργούνται Διεθνείς Οργανισμοί, ενώ τα κράτη δημιουργούν τα πρώτα υπουργεία υγείας. Η υγεία πλέον αποτελεί κοινωνικό και ατομικό αγαθό και χαρακτηρίζει την ευημερία της κοινωνίας. Η προσπάθεια για την εκπαίδευση σχετικά με την υγεία εντείνεται κατά τη διάρκεια του 21ου αιώνα, με την εμφάνιση νέων στατιστικών εργαλείων και μεθόδων συλλογής πληροφοριών, τα οποία αποσκοπούν στην καλύτερη ενημέρωση όλων των ανθρώπων (Green, 1999).

2.2 Το αναλυτικό πρόγραμμα του μαθήματος Αγωγή Υγείας στη Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση

Η Αγωγή Υγείας στο σχολείο αποτελεί σήμερα σημαντικό μέρος της εκπαίδευσης και η σπουδαιότητά της έγκειται στο γεγονός ότι τα παιδιά στο σχολείο έχουν τη δυνατότητα να ενημερωθούν για καίρια ζητήματα υγείας, ανεξαρτήτως της οικονομικής και κοινωνικής κατάστασης της οικογένειάς τους, Επιτυγχάνεται με αυτό τον τρόπο μια καθολική ενημέρωση των μαθητών περί θεμάτων υγείας, η οποία θα βοηθήσει τους μελλοντικούς ενήλικες να έχουν υγεία και να έχουν αποκτήσει συμπεριφορές και στάσεις με επίκεντρο την υγιεινή ζωή (Zhu et al, 2019).

Το μάθημα της Αγωγής Υγείας στο σχολείο είναι υποχρεωτικό, γεγονός που αποδεικνύει τη σπουδαιότητά του και συγχρόνως δεν αφήνει περιθώρια ώστε να υπάρχουν άνθρωποι που δεν έχουν ενημερωθεί για θέματα υγείας, όπως συνέβαινε στο παρελθόν. Η προσέγγιση του μαθήματος με κατάλληλες εκπαιδευτικές παρεμβάσεις μπορεί στη μικρή αυτή ηλικία των μαθητών να αποτελέσει τον πυλώνα για την πρόληψη της υγείας και την αποφυγή συνηθειών καταστροφικών για αυτήν(Vasilyev & Perekusikhin, 2018).

Τα προγράμματα της Αγωγής Υγείας στο σχολείο επικεντρώνονται στους παράγοντες που μπορούν να βλάψουν την υγεία και που ευθύνονται για τους υψηλούς δείκτες θνησιμότητας παιδιών και εφήβων των τελευταίων ετών. Συγχρόνως, οι μαθητές ενημερώνονται και μαθαίνουν να αναγνωρίζουν και να αντιμετωπίζουν τα προβλήματα συναισθηματικής και πνευματικής φύσης που τα απασχολούν,τα οποία αν δεν αντιμετωπιστούν δημιουργούν προβλήματα στην ενήλικη ζωή τους (Nutbeam, 1992).

Η επένδυση στον τομέα της υγείας με την εκπαίδευση των παιδιών, αποσκοπεί στη δημιουργία ενηλίκων που έχουν υγιή ζωή, γνωρίζουν τα δυσμενή αποτελέσματα των επιβλαβών συνηθειών, είναι ενημερωμένοι για τους τρόπους με τους οποίους δύνανται να θεραπευτούν διάφορες ασθένειες, γεγονός που θα συνεισφέρει στη μελλοντική υγεία των ερχόμενων γενεών. Η πρόληψη και η θεραπεία των ασθενειών που μαστίζουν την ανθρωπότητα παγκοσμίως, θα επιφέρει οφέλη για τον άνθρωπο τόσο σε οικονομικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο (Nutbeam, 2019).

Τα αναλυτικά προγράμματα Αγωγής Υγείας στο σχολείο, αποσκοπούν στην απόκτηση από τους μαθητές μαθησιακών εμπειριών, οι οποίες θα συμβάλουν στην ενημέρωση, αντίληψη και κατανόηση αλλά και υιοθέτηση συμπεριφορών, με στόχο την προαγωγή της υγείας (MacDonald & Green, 1994). Η Αγωγή Υγείας στο σχολείο και ο κατάλληλος τρόπος διδασκαλίας της, θα έχει ως στόχο οι μαθητές να αναπτύξουν δεξιότητες, που θα τους βοηθήσουν να υιοθετήσουν στάσεις και συμπεριφορές για να βελτιώσουν την υγεία τους.

Η Αγωγή Υγείας στο σχολείο συνεισφέρει στην αναβάθμιση της σχολικής ζωής και στη σύνδεση του σχολείου με την κοινωνική πραγματικότητα. Μέσω του μαθήματος οι μαθητές αποκτούν κριτική σκέψη και κοινωνικές δεξιότητες, ώστε να περιοριστεί ο αποκλεισμός των νεαρών ατόμων από την κοινωνία και την αγορά εργασίας. Οι βασικοί άξονες του μαθήματος αναφέρονται (ΥΠΕΠΘ, 2022) στις Διαπροσωπικές σχέσεις-Ψυχική υγεία, που στοχεύουν στη πρόληψη χρήσης εξαρτησιογόνων ουσιών, στη σεξουαλική αγωγή-διαφυλικές σχέσεις, στη φυσική άσκηση και υγεία, στην κυκλοφοριακή αγωγή και ατυχήματα, στο περιβάλλον και υγεία, στον εθελοντισμό και την αντιμετώπιση έκτακτων καταστάσεων.

Στην πρώτη ενότητα προάγεται ο εαυτός και η σχέση με τους άλλους και το περιβάλλον. Ενισχύεται η αυτοεκτίμηση, δίνεται ιδιαίτερη σημασία στην ατομική ταυτότητα, τα συναισθήματα και την επικοινωνία. Ταυτόχρονα προάγεται η ισότητα των δύο φύλων, αλλά και όλων των ανθρώπων και οι μαθητές λαμβάνουν τα κατάλληλα μηνύματα σχετικά με το ρατσισμό και τη βία. Οι μαθητές εκπαιδεύονται για να αντιμετωπίζουν τα θέματα κοινωνικού αποκλεισμού, γνωρίζοντας ότι όλοι έχουν το δικαίωμα για ίσες ευκαιρίες στην εκπαίδευση, την εργασία και τα κοινωνικά αγαθά. Σε αυτή την ενότητα οι μαθητές μαθαίνουν να αντιμετωπίζουν το άγχος τους και να διαχειρίζονται το πένθος.

Αναφορικά με τον δεύτερο άξονα, οι μαθητές έρχονται αντιμέτωποι με σύγχρονα κοινωνικά προβλήματα όπως ο εθισμός στα ναρκωτικά, το αλκοόλ και το κάπνισμα και μαθαίνουν τις επιβλαβείς συνέπειές τους.

Στη δεύτερη ενότητα προωθείται η σωστή διατροφή και οι διατροφικές συνήθειες που προάγουν την υγεία, αλλά και αυτές που τη βλάπτουν. Επισημαίνονται προβλήματα υγείας, όπως η παχυσαρκία και τα καρδιαγγειακά νοσήματα, προάγεται η στοματική υγιεινή και δίνονται πληροφορίες για τα γενετικά τροποποιημένα προϊόντα.

Η ενότητα σεξουαλική αγωγή-διαφυλικές σχέσεις στοχεύει οι μαθητές να έχουν τη δυνατότητα να ενημερωθούν για τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα (AIDS, Ηπατίτιδα Β), θέματα αντισύλληψης, θέματα αναπαραγωγής καθώς και για θέματα προάσπισης των δικαιωμάτων τους αναφορικά με τη σεξουαλική τους υγεία. Στόχος, μεταξύ άλλων, είναι να προληφθεί η παιδική κακοποίηση.

Στην ενότητα φυσική άσκηση και υγεία, οι μαθητές μαθαίνουν να αξιοποιούν τον ελεύθερο χρόνο τους με δραστηριότητες που προάγουν την υγεία, αλλά και τη σημασία που έχει η αφιέρωση χρόνου από την καθημερινότητα για φυσική άσκηση.

Στην ενότητα Κυκλοφοριακή Αγωγή-ατυχήματα οι μαθητές ενημερώνονται για την οδική συμπεριφορά των μαθητών-πεζών. Εκπαιδεύονται για τη σπουδαιότητα της χρήσης κράνους και ζώνης ασφαλείας, αλλά και για τις αρνητικές επιπτώσεις της χρήσης αλκοόλ πριν και κατά την οδήγηση. Οι μαθητές μαθαίνουν πως πρέπει να συμπεριφέρονται όταν επιβαίνουν σε διάφορα μεταφορικά μέσα (αυτοκίνητο, σχολικό λεωφορείο, ποδήλατο, αεροπλάνο, πλοίο και άλλα).

Στην ενότητα περιβάλλον και υγεία παρέχονται οι πληροφορίες για την έκθεση σε τοξικές ουσίες και στην υπερβολική ηλιακή ακτινοβολία. Οι μαθητές εκπαιδεύονται για τις συνέπειες της μόλυνσης του περιβάλλοντος τόσο για το ίδιο το περιβάλλον όσο και για την ανθρώπινη υγεία (καρκίνος).

Στην ενότητα εθελοντισμός διδάσκεται η σπουδαιότητα της εθελοντικής αιμοδοσίας η δωρεά οργάνων, οι πρώτες βοήθειες, η εθελοντική εργασία, και ο θεσμός του εθελοντή σχολικού τροχονόμου.

Τέλος στην ενότητα αντιμετώπιση έκτακτων καταστάσεων οι μαθητές μαθαίνουν να διαχειρίζονται έκτακτες καταστάσεις (σεισμοί, πλημμύρες, πυρκαγιές, ναυάγια) με τη σωστή ενημέρωση και την ανάπτυξη δεξιοτήτων για την αντιμετώπιση του άγχους, του φόβου και άλλων.

2.2.1 Η Αγωγή Υγείας στα σχολεία της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Τα τελευταία έτη, η κοινωνική πολιτική των περισσότερων κρατών στοχεύει στην προαγωγή και την προάσπιση της υγείας. Οι διεθνείς οργανισμοί για την υγεία έχουν πλέον αναλάβει να συμβάλουν στην προστασία των πολιτών από προβλήματα και επικίνδυνες καταστάσεις για την υγεία, ξεφεύγοντας από την αντίληψη ότι η υγεία αποτελεί αποκλειστικά προσωπική υπόθεση. Τα κράτη και οι διεθνείς οργανισμοί ακολουθούν πολιτικές, οι οποίες αποσκοπούν να βελτιώσουν την υγεία των πολιτών και μέσα από ερευνητικά προγράμματα και διακρατικές συνεργασίες να προαχθεί η παγκόσμια υγεία (Sharma, 2021).

Σε αυτό το σκοπό θα συμβάλουν οι φιλικές και ειρηνικές σχέσεις μεταξύ των κρατών, οι οποίες θα αποτελέσουν το δρόμο για τη συνεργασία και τη διαμόρφωση κοινών συστημάτων υγείας και παροχών υγείας, φαρμακευτικής και ιατρικής περίθαλψης, δηλαδή όλα αυτά τα οποία χαρακτηρίζουν ένα κράτος πρόνοιας. Η Αγωγή Υγείας ως γνωστικό αντικείμενο στο σχολείο έχει σκοπό να συμβάλει στην ανάπτυξη στάσεων, αξιών και πρακτικών που θα βοηθήσουν τους μαθητές να φροντίζουν για την υγεία τους (Γκούβρα et al., 2005).

Τα σχολικά προγράμματα στις Ευρωπαϊκές χώρες αποσκοπούν στην απόκτηση γνώσεων, οι οποίες θα βοηθήσουν τους μαθητές ώστε να αναπτύξουν σωστούς τρόπους συμπεριφοράς, που θα προάγουν την υγεία τους και θα τη συσχετίσουν με την υγεία των υπολοίπων ανθρώπων, αλλά και με την περιβαλλοντική ευημερία. Πολλά από τα ζητήματα, τα οποία διδάσκονται οι μαθητές, αφορούν τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία, καθώς αποτελούν πρωταρχική μέριμνα της εκπαίδευσης του ανθρώπου σε θέματα που τον αφορούν και τον προστατεύουν από δυσμενείς καταστάσεις European Commission, (2020).

Ταυτόχρονα, στα σχολεία των χωρών της Ευρώπης διδάσκεται ο υγιεινός τρόπος ζωής και προωθούνται οι συνήθειες που βελτιώνουν την υγεία και την προάγουν σε παγκόσμιο επίπεδο (Σώκου, 1995; Lawrence et al., 2021).

2.2.2 Η Αγωγή Υγείας στα ελληνικά σχολεία

Η Αγωγή Υγείας στα ελληνικά σχολεία αποτελεί σημαντικό μάθημα, οι θεματικές ενότητες του οποίου καθορίζονται από το Υπουργείο Υγείας (ΥΠΕΠΘ, 2022). Το ελληνικό σύστημα εκπαίδευσης, στο πλαίσιο της διεθνούς τακτικής, και λαμβάνοντας υπόψη τις ανάγκες των Ελλήνων μαθητών αλλά και των μαθητών που προέρχονται από διαφορετικές χώρες και πολιτισμούς και φοιτούν στα ελληνικά σχολεία, έχει αναπτύξει εκπαιδευτικές παρεμβάσεις, οι οποίες αποσκοπούν στην ενημέρωση και την ευαισθητοποίηση των μαθητών σχετικά με την υγεία (Αθανασίου, 2004).

Οι παρεμβάσεις σχετικά με την υγεία στη σχολική τάξη των ελληνικών σχολείων λαμβάνουν τα θέματά τους από το αναλυτικό πρόγραμμα για το μάθημα της Αγωγής Υγείας και εφαρμόζονται στο πλαίσιο της διδασκαλίας του μαθήματος αλλά και άλλων μαθημάτων. Σημαντικό ρόλο διαδραματίζουν οι εκπαιδευτικές σχολικές παρεμβάσεις για τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία (Καδιγιαννόπουλος, Καραβίδα, Γαλανοπούλου & Γαλανόπουλος, 2020), οι οποίες ενημερώνουν και αναδεικνύουν χρήσιμα για τον άνθρωπο ζητήματα, για τα οποία η κοινωνία λίγες δεκαετίες νωρίτερα εμφάνιζε δυσκολία χειρισμού λόγω ‘ταμπού’ (Βαϊδάκης, 2008).

Η αξιολόγηση των παρεμβάσεων πραγματοποιείται με την ολοκλήρωση της σχολικής χρονιάς και αφορά τόσο τους μαθητές και τις γνώσεις-δεξιότητες που απέκτησαν, όσο και τους εκπαιδευτικούς που κρίνονται για την επάρκειά τους στη διδασκαλία του μαθήματος. Επιπλέον, οι παρεμβάσεις συνοδεύονται από έντυπο υλικό, βίντεο και ακουστικό υλικό, τα οποία ενίοτε προσαρμόζονται ανάλογα με την ηλικία των μαθητών.

2.3 Εκπαιδευτικές μέθοδοι και διδακτικές προσεγγίσεις

Σημαντικό ρόλο στη διδασκαλία του μαθήματος της Αγωγής Υγείας κατέχει ο τρόπος της διδασκαλίας και της εκπαιδευτικής προσέγγισης των θεματικών ενοτήτων. Δεδομένου ότι η μέθοδος που ακολουθεί ο εκπαιδευτικός, είναι στην πραγματικότητα η εφαρμογή της στρατηγικής που θα ακολουθηθεί, ώστε να επιτευχθεί ο σκοπός του μαθήματος, ο ίδιος φέρει και την ευθύνη της εφαρμογής αυτής της στρατηγικής από την αρχή μέχρι το πέρας του μαθήματος (Sharma, 2021).

Η διδασκαλία του μαθήματος της Αγωγής Υγείας πρέπει να βασίζεται σε σύγχρονες μεθόδους και διδακτικές προσεγγίσεις των ευαίσθητων ζητημάτων, τα οποία πραγματεύεται το μάθημα. Επιπλέον, θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη η χρησιμότητα της ενεργού συμμετοχής των μαθητών, οι οποίοι θα γίνονται αποδέκτες της εμπειρικής μάθησης, σε αντίθεση από τις τυπικές μεθόδους μάθησης, οι οποίες οδηγούσαν τους μαθητές στην αφομοίωση της γνώσης (Dewey, 1938, 1980).

Η ιδιαιτερότητα του μαθήματος της Αγωγής Υγείας και τα ευαίσθητα θέματα που πραγματεύεται, προϋποθέτουν την καλή οργάνωση του μαθήματος και την εφαρμογή σύγχρονων μεθόδων διδασκαλίας. Οι προκλήσεις και τα προβλήματα που παρουσιάζονται κατά τη διδασκαλία του μαθήματος είναι τρία: το θέμα της κατάρτισης των εκπαιδευτικών που διδάσκουν το μάθημα της Αγωγής Υγείας, η προοδευτική εξέλιξη του γνωστικού αντικειμένου του μαθήματος και η προσαρμογή του στις νέες απαιτήσεις, το μεταβατικό στάδιο της υιοθέτησης σύγχρονων μεθόδων διδασκαλίας σε συνδυασμό με την τυποποιημένη μέθοδο (Αθανασίου, 2004).

Η διδασκαλία του μαθήματος της Αγωγής Υγείας προϋποθέτει την κατάρτιση των εκπαιδευτικών πάνω στα θέματα του μαθήματος, και τη συνεχή ενημέρωσή τους και προσαρμογή στα νέα δεδομένα που προκύπτουν, όπως ακριβώς συνέβη για την αντιμετώπιση των θεμάτων υγείας και υγιεινής λόγω της πανδημίας covid-

19(Gupta & Jawanda, 2020). Η συνειδητοποίηση της ανάγκης για επικαιροποίηση των γνώσεων και δεξιοτήτων των εκπαιδευτικών, που διδάσκουν το μάθημα της Αγωγής Υγείας, οδήγησε στην έρευνα για νέες μεθόδους διδασκαλίας.

Η μέθοδος της διδασκαλίας, την οποία θα ακολουθήσει ο εκπαιδευτικός στο μάθημα της Αγωγής Υγείας, θα πρέπει να είναι αυτή που θα οδηγήσει στην ανάπτυξη γνώσεων και δεξιοτήτων από τους μαθητές με το βέλτιστο δυνατό τρόπο (WHO, 2005). Ο εκπαιδευτικός οφείλει να λαμβάνει υπόψη την ηλικιακή ομάδα στην οποία απευθύνεται το μάθημα αλλά και τη σωματική και πνευματική κατάσταση των μαθητών. Επιπρόσθετα, η μέθοδος διδασκαλίας του μαθήματος θα πρέπει να αποτελεί τον τρόπο συνεργασίας των μαθητών, των καθηγητών, των γονέων και του ευρύτερου κοινωνικού συνόλου, στην προσπάθεια να επιτευχθούν οι εκπαιδευτικοί στόχοι (Στάππα – Μουρτζίνη, 2010).

Η επιτυχία της εκπαιδευτικής παρέμβασης που θα εφαρμόσει ο εκπαιδευτικός για τη διδασκαλία του μαθήματος της Αγωγής Υγείας, είναι αλληλένδετη με το λεπτομερή προγραμματισμό, την αξιολόγηση και την τελική επίτευξη των μαθησιακών στόχων. Επιπλέον, ο εκπαιδευτικός είναι αυτός ο οποίος θα αποφασίσει για τις τεχνικές και τις μεθόδους που θα χρησιμοποιήσει για να προσεγγίσει τους μαθησιακούς στόχους.

Η τεχνική, την οποία θα εφαρμόσει ο εκπαιδευτικός, αποτελεί το παιδαγωγικό εργαλείο εφαρμογής της επιλεγμένης μεθόδου διδασκαλίας και μπορεί να γίνεται χρήση μιας ή περισσότερων τεχνικών σε κάθε εκπαιδευτική μέθοδο. Οι τεχνικές διδασκαλίας θα πρέπει να αποσκοπούν στην ενεργή συμμετοχή όλων των μαθητών, στην ύπαρξη πολλών δραστηριοτήτων, στην καλλιέργεια των ικανοτήτων των μαθητών και στην ενθάρρυνση της συμμετοχής των μαθητών στην εκπαιδευτική διαδικασία. Οι τεχνικές που μπορεί να χρησιμοποιήσει ο εκπαιδευτικός για τη διδασκαλία του μαθήματος της Αγωγής Υγείας είναι οι εξής (Στάππα-Μουρτζίνη, 2010):

Ερωτηματολόγιο

Το ερωτηματολόγιο αποτελεί συνήθως έναν τρόπο έναρξης της συζήτησης για κάποιο θέμα, το οποίο αφορά το μάθημα και δίνει τη δυνατότητα στους μαθητές να εκφράσουν απόψεις και απορίες και στους εκπαιδευτικούς την ευκαιρία να εντοπίσουν τα θέματα στα οποία θα πρέπει να εστιάσουν.

Καταιγισμός ιδεών

Με την τεχνική αυτή ο εκπαιδευτικός θέτει το πρόβλημα ή το θέμα που σκοπεύει να διδάξει και καλεί τους μαθητές να καταγράψουν τις απόψεις τους για αυτό. Στη συνέχεια οι απόψεις των μαθητών συζητούνται στην τάξη και δημιουργείται ένας κατάλογος ιδεών με τα πιο σημαντικά θέματα που εντόπισαν οι μαθητές.

Παιχνίδια ρόλων

Πρόκειται για μια βιωματική τεχνική, κατά την οποία οι μαθητές αναλαμβάνουν κάποιο ρόλο και μέσα από το παιχνίδι ρόλων έχουν τη δυνατότητα να εκφράσουν τα συναισθήματά τους, να αναπτύξουν δεξιότητες που θα τους βοηθήσουν να επιλύσουν διάφορα προβλήματα, να υιοθετήσουν στάσεις για τη ζωή, να συζητήσουν για τις αξίες, τα ήθη, τις αντιλήψεις και τις συνήθειες πάνω στο αντικείμενο της διδασκαλίας.

Επίλυση προβλήματος

Με την τεχνική της επίλυσης προβλήματος ο εκπαιδευτικός θα πρέπει καταρχήν να έχει δημιουργήσει στην τάξη τις προϋποθέσεις που απαιτούνται, ώστε κάθε μαθητής να εκφράζει την άποψή του για τη λύση, ασχέτως της ορθότητας αυτής. Στη συνέχεια θα πρέπει να καθοδηγεί τους μαθητές στον τρόπο σκέψης για την επίλυση του τιθέμενου προβλήματος, διδάσκοντας τους μαθητές πως να προβαίνουν σε υποθέσεις και στη συνέχεια στη διερεύνηση της ορθότητας αυτών των υποθέσεων.

Η μέθοδος Project

Η μέθοδος Project βασίζεται στην οργάνωση δραστηριοτήτων, οι οποίες αποσκοπούν στην απόκτηση των επιθυμητών γνώσεων και δεξιοτήτων. Σύμφωνα με τη θεωρία του Piaget (Kamii & Devries, 1979) η βιωματική μέθοδος μάθησης βοηθά το μαθητή να αποσαφηνίσει πιο εύκολα τις έννοιες και να τις εντάξει στο πεδίο των γνώσεων του. Η μέθοδος Project, μέσα από την ολοκλήρωση της δραστηριότητας που περιλαμβάνει, βοηθά να επιλυθεί το πρόβλημα που έχει τεθεί από τον εκπαιδευτικό και το οποίο καλούνται να επιλύσουν οι μαθητές. Το Project

θα πρέπει να διέπεται από συγκεκριμένα χαρακτηριστικά, τα οποία θα συμβάλουν στην επιτυχία του. Ο ρεαλισμός, η συσχέτιση με την πραγματικότητα και τα ενδιαφέροντα των μαθητών οδηγούν τους μαθητές να μαθαίνουν να συνεργάζονται -συνήθως σε μικρές ομάδες- να περατώνουν εργασίες, να ανταλλάσσουν απόψεις και να δημιουργούν (Nutbeam, 2019).

2.4 Ο ρόλος του εκπαιδευτικού στη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγή Υγείας

Ο ρόλος του εκπαιδευτικού στη διδασκαλία του μαθήματος της Αγωγής Υγείας είναι πολύ σημαντικός και η κατάρτισή του σχετικά με τα ζητήματα που πραγματεύεται το μάθημα αποτελεί καθοριστικό παράγοντα για την επιτυχία της διδασκαλίας του. Επιπλέον, τα θέματα που καλείται ο εκπαιδευτικός να διδάξει στο μάθημα της Αγωγής Υγείας απαιτούν λεπτούς χειρισμούς και διακριτικότητα (Αθανασίου, 2004).

Για τη διδασκαλία του μαθήματος της Αγωγής Υγείας, ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να είναι προετοιμασμένος να δεχτεί τις ερωτήσεις των μαθητών, να ερμηνεύσει και να εξηγήσει τα ερωτήματα και τις απορίες που εγείρει η συζήτηση και να μεταφέρει στους μαθητές τις γνώσεις του, επιστημονικά τεκμηριωμένες. Επιπρόσθετα, στα σύγχρονα πολυπολιτισμικά σχολεία, με τους μαθητές να προέρχονται από διαφορετικές κουλτούρες και κοινωνίες, ο εκπαιδευτικός θα πρέπει να επιδείξει ανθρωπισμό και διάθεση να συμπεριλάβει στο μάθημα όλους τους μαθητές και τις απόψεις τους, ακόμα και να σεβαστεί τις ιδιαιτερότητες και τις αντιλήψεις τους (Ιωαννίδη, 2003).

Οι εκπαιδευτικοί που διδάσκουν το μάθημα της Αγωγής Υγείας οφείλουν να έχουν συγκεκριμένες γνώσεις και να έχουν αναπτύξει δεξιότητες που θα τους επιτρέψουν να διδάξουν το μάθημα αποτελεσματικά. Οφείλουν να γνωρίζουν και να εφαρμόζουν οι ίδιοι τον υγιεινό τρόπο ζωής, καθώς και τα σημαντικά θέματα υγείας που απασχολούν την κοινωνία (Vasilyev & Perekusikhin, 2018). Οι σύγχρονοι εκπαιδευτικοί θα πρέπει να είναι σε θέση να εφαρμόζουν μεθόδους που θεωρούνται οι πλέον κατάλληλες και αποτελεσματικές για τη διδασκαλία του μαθήματος της Αγωγής Υγείας και να συνδυάζουν, όπου είναι απαραίτητο τις κατάλληλες τεχνικές.

Λαμβάνοντας υπόψη τις σύγχρονες απαιτήσεις της κοινωνίας για την αντιμετώπιση σημαντικών προβλημάτων υγείας, καθώς και τα προβλήματα που δημιουργεί η εμφάνιση νέων ασθενειών και πανδημιών (Ma et al., 2021), ο ρόλος του εκπαιδευτικού του μαθήματος της Αγωγής Υγείας επιβαρύνεται με όλο και περισσότερες απαιτήσεις. Για το λόγο αυτό, θα πρέπει οι εκπαιδευτικοί να επιμορφώνονται διαρκώς και να προσαρμόζουν τη διδασκαλία τους στα νέα δεδομένα.

Κεφάλαιο 3

Η χρησιμότητα του μαθήματος της Αγωγής Υγείας

3.1 Η Αγωγή Υγείας και η ανάπτυξη αξιών και δεξιοτήτων

Δεδομένης της θετικής επίδρασης που μπορεί να έχει το μάθημα της Αγωγής Υγείας στην εκπαίδευση και μετέπειτα στη ζωή των μαθητών αδιαμφισβήτητα θα μπορούσε να αποτελέσει ένα εργαλείο εκπαιδευτικής πολιτικής (Nutbeam, 2019). Πέρα από την ενημέρωση των μαθητών επί θεμάτων υγείας και υγιεινής, η Αγωγή Υγείας ως μάθημα συνεισφέρει στο να κατανοήσουν οι μαθητές την έννοια της υγείας, να αναγνωρίσουν την αξία της και να αναθεωρήσουν τις στάσεις και τις συμπεριφορές τους, αντιλαμβανόμενοι τη σημασία του να είναι κάποιος υγιής. Οι στόχοι αυτοί, τους οποίους καλείται ο εκπαιδευτικός να επιτύχει με τη διδασκαλία του μαθήματος, καθιστούν την Αγωγή Υγείας ως το μέσο με το οποίο θα αποκτηθεί η γνώση και θα επιτευχθεί η ανάπτυξη αξιών και δεξιοτήτων (Ιωαννίδη, 2003).

Οι αξίες είναι εσωτερικευμένες γνωστικές δομές που καθοδηγούν τις επιλογές των ατόμων. Συνδέονται με τις πεποιθήσεις των ατόμων για το τι είναι σωστό και λάθος και για αυτό καθορίζουν τις προτεραιότητες και τις πράξεις τους. Όπως και άλλες γνωστικές δομές, οι αξίες μπορούν να μελετηθούν σε ατομικό ή ομαδικό επίπεδο. Επίσης, οι αξίες εκφράζουν αυτό που οι άνθρωποι αισθάνονται ως επιθυμητό, σημαντικό και χρήσιμο. Επηρεάζουν το τι νιώθουν, σκέφτονται και τι επιλογές κάνουν. Ορισμένες αξίες καθορίζονται με αντικειμενικά κριτήρια, όπως η επιθυμία για αποφυγή σωματικού πόνου ή αναζήτηση ευχαρίστησης. Άλλες αξίες θεωρούνται υποκειμενικές και ποικίλλουν μεταξύ ατόμων και πολιτισμών. Υπάρχουν διάφοροι τύποι αξιών όπως οι ηθικές αξίες, οι δογματικές/ιδεολογικές (θρησκευτικές, πολιτικές) αξίες, οι κοινωνικές αξίες και οι αισθητικές αξίες (Oyserman, 2001).

Με το μάθημα της Αγωγής Υγείας και την υποστήριξη των ικανοτήτων τους, οι μαθητές έχουν την ευκαιρία να ενισχύσουν το αίσθημα της αυτοεκτίμησης, να αποκτήσουν εμπιστοσύνη στις ικανότητες τους, να καλλιεργήσουν τη φαντασία και να εκφράσουν τα συναισθήματά τους, να βιώσουν νέες εμπειρίες και να τις

επεξεργαστούν. Συγχρόνως, μαθαίνουν να συνεργάζονται με τους συμμαθητές τους και τον εκπαιδευτικό, γεγονός που τα βοηθά να ενταχθούν στην κοινωνία και να αποφύγουν τον κοινωνικό αποκλεισμό και τις παραβατικές συμπεριφορές (Ιωαννίδη, 1998-2000).

Η γνώση, η οποία αποκτάται μέσω του μαθήματος της Αγωγής Υγείας, ιδιαίτερα όταν αυτό διδάσκεται με σύγχρονες μεθόδους που χρησιμοποιούν τεχνικές, οι οποίες εγείρουν το ενδιαφέρον των μαθητών, συμβάλει στην ανάπτυξη δεξιοτήτων, οι οποίες με τη σειρά τους θα βοηθήσουν τους μαθητές να αναπτύξουν ή και να αναθεωρήσουν τις στάσεις και τις αξίες τους για τη ζωή(π.χ ατομική υπευθυνότητα,σεβασμός στην διαφορετικότητα,εμπιστοσύνη). Σύμφωνα με την Ιωαννίδη (2003), μέσα από το μάθημα της Αγωγής Υγείας οι μαθητές μπορούν να αποκτήσουν: ενημέρωση για τα πρότυπα υγιούς συμπεριφοράς, αντίληψη για τους κινδύνους που επιφυλάσσει η υιοθέτηση βλαβερών για την υγεία συνηθειών, επίγνωση για τις συνήθειες και τις δράσεις που προάγουν την υγεία, κατάρτιση και εμπέδωση των κοινωνικών αξιών για να αποφασίζουν με υπευθυνότητα, αυτοεκτίμηση, θετικές διαπροσωπικές σχέσεις, τη δυνατότητα να συμμετέχουν σε κοινές προσπάθειες και να συνεργάζονται θέτοντας τους στόχους της ομάδας και τέλος την ικανότητα να αναγνωρίζουν, να αναλύουν και να χειρίζονται διάφορες καταστάσεις και συμπεριφορές (Ιωαννίδη, 2003).

3.2 Η Αγωγή Υγείας ως μέσο ενημέρωσης

Η Αγωγή Υγείας έχει βασικό της στόχο να ενημερώσει τους μαθητές για θέματα υγείας που τους απασχολούν και θα τους απασχολήσουν στην ενήλικη ζωή τους. Απώτερος σκοπός είναι η δημιουργία μιας ενημερωμένης κοινωνίας, η οποία θα χαρακτηρίζεται από ευαισθησία για τα θέματα υγείας και όσους τα αντιμετωπίζουν, καθώς και κάθε μέλος της θα γνωρίζει τη σημασία και την αξία που έχει η υγεία (Christodoulou et al., 2018).

Η σωστή ενημέρωση για τα θέματα υγείας θα δημιουργήσει πολίτες με ενεργό συμμετοχή στην προάσπιση και την προαγωγή της, πολίτες που θα συμβάλουν στην αντιμετώπιση προβλημάτων υγείας, στη βελτίωση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών υγείας και συνεπώς και στην αναβάθμιση της ποιότητας της ζωής (Vaquero-Solís et al., 2021).

Η ενημέρωση μέσω του μαθήματος της Αγωγής Υγείας έχει ως στόχο οι μαθητές να αναπτύξουν και να καλλιεργήσουν αξίες για τη ζωή, οι οποίες θα προάγουν το βιοτικό επίπεδο και τον ανθρωπισμό. Συγχρόνως, μέσω της Αγωγής Υγείας οι μαθητές μαθαίνουν τη σημασία που έχει για τον άνθρωπο και την υγεία του η προστασία του περιβάλλοντος, αντιλαμβάνονται την ανάγκη για φυσική άσκηση σε ένα υγιές φυσικό περιβάλλον με θετικές συνέπειες για τη βιωσιμότητα του πλανήτη και την αειφορία (DiPietro et al., 2020).

Επιπρόσθετα, εστιάζοντας στην ατομική υγεία και υγιεινή, οι μαθητές μέσω του μαθήματος της Αγωγής Υγείας ενημερώνονται για τις συνήθειες που προάγουν την ίδια την υγεία τους. Τέτοιες συνήθειες μπορεί να είναι η προσωπική καθημερινή φροντίδα, όπως για παράδειγμα το πλύσιμο των δοντιών (Priya et al., 2019).

Τέλος, λαμβάνοντας υπόψη τον αριθμό των αμβλώσεων και ιδιαίτερα αυτών που αφορούν νεαρά κορίτσια ακόμα και στην εφηβεία, αλλά και την άνθιση πολλών σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων, η Αγωγή Υγείας μπορεί να προσφέρει τη γνώση και την ενημέρωση στους νεαρούς μαθητές, ώστε να αποφευχθούν αυτά τα προβλήματα αλλά και οποιοδήποτε είδος παιδικής, εφηβικής ή ακόμα και μετέπειτα ενήλικης σεξουαλικής κακοποίησης (Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, 2013; European Commission, 2020). Η σωστή ενημέρωση με τον κατάλληλο τρόπο θα αποτελέσει το επίκεντρο της επίλυσης αυτών των θεμάτων, τα οποία ανθίζουν όταν δεν υπάρχει η γνώση, όταν κυριαρχεί η άγνοια και ο φόβος, όταν δεν υπάρχει αυτοσεβασμός και αυτοεκτίμηση (Breuner & Mattson, 2016).

3.3 Ανταπόκριση του μαθήματος στην καθημερινή ζωή

Η Αγωγή Υγείας αποτελεί ένα μάθημα, το οποίο έχει θετική επίδραση στη ζωή των μαθητών και του ευρύτερου κοινωνικού συνόλου. Η προάσπιση της υγείας, τόσο της σωματικής όσο και της ψυχικής βρίσκει εφαρμογή στην κοινωνία και διδάσκει τους μαθητές πως να ξεπερνούν τα προβλήματα υγείας που εμφανίζονται και συγχρόνως πως να βοηθούν όσους αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας και τους χρειάζονται (Sharma, 2021).

Με το μάθημα της Αγωγής Υγείας η ζωή των μαθητών στο σχολείο αναβαθμίζεται, γεγονός που προοδευτικά αναβαθμίζει τη ζωή της οικογένειας και του κοινωνικού συνόλου (Χατζηχρήστου, 2015). Οι μαθητές εντάσσονται στο κοινωνικό σύνολο και αποκτούν την ικανότητα να συμμετέχουν στην αγορά εργασίας. Επιπλέον, με την απόκτηση αυτοεκτίμησης ξεπερνούν όχι μόνο τις σχολικές αποτυχίες, αλλά και τις αποτυχίες που μπορεί να βιώσουν στη ζωή και μαθαίνουν να μην εγκαταλείπουν τις προσπάθειες και τους στόχους τους.

Η Αγωγή Υγείας στο σχολείο θα επιτύχει τον περιορισμό των ανισοτήτων και των διακρίσεων κάθε είδους μεταξύ των μαθητών, συμβάλλοντας στην άμβλυνση των ανισοτήτων της κοινωνίας (Ιωαννίδη, 1998-2000). Οι μαθητές μαθαίνουν να είναι δίκαιοι, λογικοί και ευαίσθητοι αναφορικά με τα ανθρώπινα δικαιώματα, αφού γνωρίζουν ότι το πολυτιμότερο αγαθό για τον άνθρωπο είναι η υγεία. Οι άνθρωποι, λοιπόν, που από τη μικρή ηλικία έχουν εμπεδώσει ότι αυτό είναι το πολυτιμότερο αγαθό, θα το διαφυλάξουν, θα το προασπίσουν, θα το βελτιώσουν και δε θα αποδεχτούν ποτέ να υπάρχει άνθρωπος που θα το στερηθεί.

B. Ειδικό μέρος

Κεφάλαιο 4

ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

4.1. Σκοπός

Μέσα από την παρούσα έρευνα επιδιώκεται η καταγραφή των απόψεων των μαθητών της Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης αναφορικά με τις γνώσεις, τις αξίες και τις δεξιότητες που έχουν αποκτήσει στο πλαίσιο του μαθήματος Αγωγής Υγείας. Τα ερευνητικά ερωτήματά της εργασίας είναι τα ακόλουθα:

4.2. Ερευνητικά ερωτήματα

Ερευνητικό ερώτημα 1^ο: Ποιες είναι οι αντιλήψεις των μαθητών για τις γνώσεις και τις δεξιότητες που απέκτησαν κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγής Υγείας;

Ερευνητικό ερώτημα 2^ο: Ποιες είναι οι απόψεις των μαθητών της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης για τη χρησιμότητα της Αγωγής Υγείας;

Ερευνητικό ερώτημα 3^ο: Ποιες αξίες απέκτησαν οι μαθητές κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγής Υγείας;

4.3. Ανάλυση δεδομένων

Προκειμένου να διεξαχθεί η έρευνα έγινε χρήση ποσοτικής ανάλυσης δεδομένων με τη βοήθεια του στατιστικού πακέτου IBM SPSS Statistics 22, το οποίο παρέχει μετρήσιμα δεδομένα μέσα από μία σειρά τυποποιημένων και καθορισμένων διαδικασιών. Οι τελευταίες είναι σε θέση να αποδώσουν το σύνολο των τάσεων που ακολουθούνται μέσω τυποποιημένων αποτελεσμάτων. Προκειμένου να αποδοθούν οι απόψεις των συμμετεχόντων έγινε χρήση σχετικών συχνοτήτων και συσχετίσεων ανάμεσα στις υπό εξέταση καθορισμένες μεταβλητές. Τα αποτελέσματα που προέκυψαν απέδωσαν μία εικόνα σχετικά με τις γνώσεις και τις δεξιότητες που έχουν αποκτήσει οι μαθητές κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγή της Υγείας αλλά και με τις αξίες που έλαβαν μέσα από το μάθημα. Ειδικότερα, τα αποτελέσματα που ελήφθησαν αφορούν τις αξίες που έχουν

αποκτήσει οι μαθητές κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγή της Υγείας και τον τρόπο που θα τις χρησιμοποιήσουν στη μετέπειτα πορεία της ζωής τους.

4.4 Δείγμα και δειγματοληψία

Το δείγμα που επιλέχθηκε να απαντήσει στα διαφορετικά ερωτήματα αποτελείται από 54 άτομα, άνδρες και γυναίκες, μαθητές του 1^{ου} ΕΠΑΛ Λεχαινών. Αναφορικά με τη προσέγγιση του δείγματος πραγματοποιήθηκε κατά τη διάρκεια του μαθήματος Αγωγή Υγείας το οποίο διεξάγεται από την ερευνήτρια στην Α' τάξη του Λυκείου. Το ερωτηματολόγιο μοιράστηκε στους μαθητές στο τέλος του μαθήματος ενώ σε ότι αφορά τους μαθητές της Β' και Γ' τάξης πραγματοποιήθηκε ενημέρωση σχετικά με τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα και τις μεθόδους αντισύλληψης. Έπειτα από τη σχετική ενημέρωση έγινε μοίρασμα του ερωτηματολογίου και σε αυτούς.

Ακόμα ένα στοιχείο που αξίζει να τονιστεί είναι η επιλογή της συγκεκριμένης μεθόδου δειγματοληψίας για το λόγο ότι μία τυχαία ή άλλης μορφής δειγματοληψία θα ήταν περισσότερο χρονοβόρα και δαπανηρή. Κατ' αυτόν τον τρόπο, έγινε χρήση δειγματοληψίας ευκολίας η οποία θεωρείται ως η καταλληλότερη για τη συγκεκριμένη έρευνα. Η εν λόγω μέθοδος εφαρμόστηκε γιατί υπολογίζεται στην ευκολία να βρεθεί το δείγμα και στην πιλοτική φύση της παρούσας ερευνητικής προσπάθειας. Πρόκειται επομένως για δειγματοληψία ευκολίας της οποίας τα βασικά χαρακτηριστικά είναι:

- Η ταχύτητα και το χαμηλό κόστος συλλογής των δεδομένων που συνιστούν το κύριο πλεονέκτημά της
- Η έλλειψη αντιπροσωπευτικότητας του δείγματος που η ερευνήτρια επιθυμεί να μελετήσει συνιστά το κύριο μειονέκτημά της

4.5 Διδασκαλία μαθήματος

Ξεκινώντας είναι σημαντικό να αναφερθεί ότι πριν δοθεί το ερωτηματολόγιο προηγήθηκε η διδασκαλία του μαθήματος στην τάξη εφόσον η ερευνήτρια είναι εκπαιδευτικός της συγκεκριμένης τάξης. Πιο αναλυτικά, στην Α' Λυκείου η εκπαιδευτικός διδάσκει το Μάθημα Αγωγή υγείας 2 ώρες την εβδομάδα. Το βιβλίο του μαθήματος είναι "Αγωγή υγείας" της Κασαπίδου Ζωής και της Σφήκα Δήμητρας. Σε αυτό το πλαίσιο, πραγματοποιήθηκαν διαλέξεις για 2 εβδομάδες (4 διδακτικές ώρες) πάνω στον άξονα "Σεξουαλική αγωγή - διαφυλικές σχέσεις" με περιεχόμενο τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα και την πρόληψη ανεπιθύμητων κυήσεων.

Στην Β' και Γ' λυκείου έγινε σχετική ενημέρωση με παρουσίαση με powerpoint για την Σεξουαλική και Αναπαραγωγική υγεία με βάση τις κατευθυντήριες γραμμές του Υπουργείου Υγείας. Βασικό θέμα ήταν οι σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις, η αντισύλληψη στην Εφηβεία. Η εκπαιδευτική δράση διήρκησε 3 διδακτικές ώρες.

Οι διαλέξεις που πραγματοποιήθηκαν θεωρούνται εκ των πιο δημοφιλών μεθόδων διδασκαλίας. Οι διαλέξεις συνοδεύονταν από έντυπα φυλλάδια καθότι αποτελούν μεθόδους ενημέρωσης και κατανόησης των μαθητών. Η χρήση των διαλέξεων ως μεθόδου διδασκαλίας επιλέχθηκε διότι είναι μία εύκολη, οικονομική, εύκολα προσαρμόσιμη και πρακτική μέθοδος. Μέσω των διαλέξεων μεταδόθηκαν πληροφορίες που ευαισθητοποίησαν και προβληματίσαν τους μαθητές. Επίσης χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος ατομικής διδασκαλίας και η παροχή προσωπικών οδηγιών προς τους μαθητές. Τόσο στο πλαίσιο των διαλέξεων όσο και στο πλαίσιο της ατομικής διδασκαλίας έγινε χρήση οπτικού υλικού (εικόνες) για πιο εύκολη αφομοίωση των νέων γνώσεων. Επιπλέον, η εκπαιδευτικός έκανε προτάσεις στα παιδιά για συγκεκριμένα εκπαιδευτικά βίντεο που είχαν τη δυνατότητα να παρακολουθήσουν στο σπίτι τους. Για την διευκόλυνση της αλλαγής των στάσεων των μαθητών χρησιμοποιήθηκε και η τεχνική της ομαδικής συζήτησης και του διαλόγου με εκ των προτέρων σχεδιασμένες ερωτήσεις από την εκπαιδευτικό. Επίσης η εκπαιδευτικός παρότρυνε τους μαθητές να χρησιμοποιήσουν συγκεκριμένες εκπαιδευτικές ιστοσελίδες σχετικές με το θέμα από το διαδίκτυο στο σπίτι τους. Η εκμάθηση μέσω της προσωπικής εμπλοκής στη μάθηση βοηθάει

στη καλύτερη αφομοίωση ενός θέματος. Τέλος κατά τη διάρκεια της διδασκαλίας οι μαθητές εργάστηκαν σε ομάδες μέσω των οποίων είχαν τη δυνατότητα να συζητήσουν και να προβληματιστούν πάνω στο υλικό της παράδοσης.

4.6 Εργαλείο έρευνας

Το εργαλείο που χρησιμοποιήθηκε στην παρούσα έρευνα προκειμένου να συλλεχθούν επιτυχώς τα δεδομένα είναι το ερωτηματολόγιο έντυπης μορφής. Μέσα από το 1^ο μέρος του γίνεται αναφορά στα δημογραφικά στοιχεία των συμμετεχόντων και πιο συγκεκριμένα σε ερωτήσεις που αφορούν το φύλο, την ηλικία, το σχολείο φοίτησης αλλά και την τάξη στην οποία φοιτούν οι μαθητές.

Μέσα από το 2^ο μέρος του, οι μαθητές κλήθηκαν να απαντήσουν σε ερωτήσεις σχετικές με την προώθηση γνώσεων και δεξιοτήτων μέσω του μαθήματος Αγωγής Υγείας, καθώς και ερωτήσεις που αφορούν στην χρησιμότητα του μαθήματος. Ειδικότερα, αυτό που ζητήθηκε από τους ίδιους είναι να επιλέξουν την απάντηση εκείνη που θεωρούν ότι τους αντιπροσωπεύει περισσότερο. Το συγκεκριμένο τμήμα του ερωτηματολογίου αποτελείται από 22 ερωτήσεις με κλίμακες Likert (1=Συμφωνώ απόλυτα, 2=Συμφωνώ, 3=Ουδέτερη, 4=Διαφωνώ, 5=Διαφωνώ απόλυτα) και δείκτη αξιοπιστίας Cronbach's alpha= 0,955 (Πολύ υψηλή αξιοπιστία). Για το δεύτερο μέρος του ερωτηματολογίου έγινε προσαρμογή του ερευνητικού εργαλείου των Haguna et al. (2018) που είναι ελεύθερης πρόσβασης.

Μέσα από το 3ο τμήμα του ερωτηματολογίου, οι συμμετέχοντες καλούνται να απαντήσουν σε ερωτήσεις που σχετίζονται με τις αξίες που έλαβαν μέσα από το μάθημα. Ειδικότερα, οι ερωτήσεις που διατυπώνονται αφορούν τις αξίες που έχουν αποκτήσει οι μαθητές κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγή της Υγείας. Το 3ο αυτό μέρος αποτελείται και αυτό από 2 κλειστού τύπου ερωτήσεις. Η πρώτη ερώτηση με κλίμακα Likert είχε εύρος απαντήσεων «πάρα πολύ, πολύ, ουδέτερος-η, λίγο, καθόλου», ενώ στη δεύτερη κλειστού τύπου ερώτηση υπήρξε η δυνατότητα επιλογής των εξής απαντήσεων: «Ατομική Υπευθυνότητα», «Σεβασμός στη διαφορετικότητα των άλλων», «Εμπιστοσύνη στον εαυτό μου».

4.7 Περιορισμοί και ηθική της έρευνας

Κατά τη διαδικασία διεξαγωγής της έρευνας προέκυψαν κάποιοι περιορισμοί – όπως ήταν αναμενόμενο- οι περισσότεροι εκ των οποίων δημιουργούνται στο σύνολο των ερευνητικών προσεγγίσεων. Μεταξύ αυτών των περιορισμών είναι το δείγμα των μαθητών που συμμετείχε στην υλοποίηση έρευνας και το μέγεθός του. Για το λόγο ότι το τελευταίο ήταν αρκετά μικρό ($N=54 < 100$ που θεωρείται το ελάχιστο επαρκές δείγμα) τα αποτελέσματα που ελήφθησαν δεν είναι εφικτό να παρέχουν μία ευρύτερη και πολύπλευρη προσέγγιση που θα είναι σε θέση να καλύψει επαρκώς τα ερευνητικά ερωτήματα.

Η ιδανική περίπτωση συνδέεται με ένα αρκετά μεγάλο δείγμα ή έστω με ένα όσο το δυνατόν μεγαλύτερο -το οποίο συχνά επιδιώκεται να αποτελείται από 100 άτομα και άνω- ώστε να παρέχει ένα πλήθος διαφορετικών τοποθετήσεων και απόψεων. Ένας επιπλέον περιορισμός που αξίζει να σημειωθεί είναι η προέλευση του δείγματος, εξ ολοκλήρου από ένα και μόνο εκπαιδευτικό ίδρυμα και μία συγκεκριμένη βαθμίδα, συνθήκη που καθιστά περιορισμένο το εύρος των επιλογών και των αποτελεσμάτων που λαμβάνονται. Υπό αυτό το πρίσμα, θα μπορούσαν να διεξαχθούν επιπλέον έρευνες που να λάβουν υπόψη ένα μεγαλύτερο δίκτυο εκπαιδευτικών μονάδων (π.χ. Γυμνάσιο) ανά την Ελλάδα ώστε να μπορέσουν να ληφθούν ευρήματα που να αποδίδουν διαφορετικές οπτικές και μία πιο ουσιαστική προσέγγιση του θέματος. Πέραν όμως των προαναφερθέντων σημείων που ενδέχεται να λειτούργησαν περιοριστικά, τα ευρήματα που ελήφθησαν με τη βοήθεια του ερωτηματολογίου, απέδωσαν μία αρκετά ρεαλιστική αναπαράσταση σχετικά με τις απόψεις μαθητών Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης αναφορικά με τις γνώσεις, τις αξίες και τις δεξιότητες που έχουν αποκτήσει στο πλαίσιο του μαθήματος Αγωγής Υγείας.

Επιπλέον, μεταξύ των κύριων σημείων μίας έρευνας είναι η ηθική της που συνιστά το πλέον καθοριστικό τμήμα της. Για το λόγο ότι τα στοιχεία έχουν συλλεχθεί μέσα από το μοίρασμα ερωτηματολογίου, εντός του οποίου διατυπώθηκαν προσωπικά στοιχεία των μαθητών, είναι σημαντικό να τονιστεί ότι κάθε ένας από αυτούς συναίνεσε να συμμετάσχει στην έρευνα έπειτα από σχετική ενημέρωση που δόθηκε στην αρχική σελίδα του ερωτηματολογίου. Η συνειδητή συγκατάθεση των μαθητών που έχουν συμμετάσχει σε αυτήν προκύπτει έπειτα από την πλήρη ενημέρωσή τους σχετικά με το σκοπό της έρευνας, τη χρήση των προσωπικών

δεδομένων που έχουν δηλώσει για την λήψη στατιστικών συμπερασμάτων αλλά και τη δυνατότητα άρνησης συμμετοχής ή αποχώρησης δίχως συνέπεια.

Ότι αφορά την προστασία των προσωπικών δεδομένων, έγινε κατανοητό στο σύνολο των μαθητών-προτού προβούν σε συναίνεση ότι τα προσωπικά τους δεδομένα είναι προστατευμένα και ότι η συμπλήρωση του ερωτηματολογίου είναι ανώνυμη. Ότι αφορά στη συλλογή αλλά και στην επεξεργασία των στοιχείων τους, πραγματοποιήθηκε μέσα σε νόμιμα πλαίσια με γνώμονα το σεβασμό, την ακρίβεια αλλά και τη διασφάλιση των δικαιωμάτων των ατόμων που συμμετείχαν στην έρευνα ενώ ταυτόχρονα αποκλείεται η μεταφορά και χρήση τους για άλλο σκοπό αλλά και η διατήρησή τους για χρονικό διάστημα μεγαλύτερο από αυτό που απαιτείται για τους σκοπούς της έρευνας.

Πέραν της συναίνεσης των μαθητών, ζητήθηκε και η συναίνεση των γονέων στους οποίους μοιράστηκαν υπεύθυνες δηλώσεις. Μέσω της υπεύθυνης δήλωσης οι γονείς είχαν την ευκαιρία να ενημερωθούν για το σκοπό της έρευνας και τη χρονική διάρκεια. Επίσης, οι γονείς πριν συναινέσουν για τη συμμετοχή των παιδιών τους στην έρευνα ενημερώθηκαν για τον τρόπο προστασία προσωπικών δεδομένων των παιδιών και για τη μη πιθανότητα πρόκλησης σωματικής ή ηθικής βλάβης των παιδιών.

Κεφάλαιο 5^ο

Αποτελέσματα

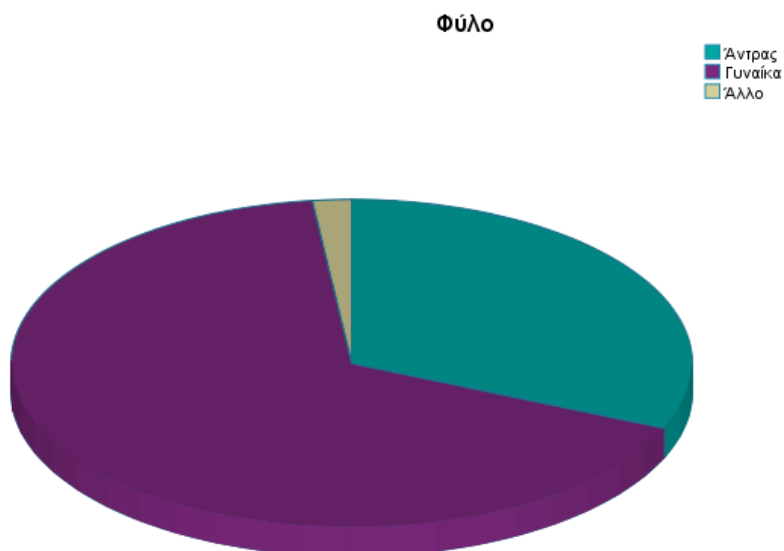
5.1 Δημογραφικά

Το πρώτο τμήμα της ανάλυσης αποτελείται από τα δημογραφικά στοιχεία των μαθητών, τα οποία είναι εμφανή μέσα από τους ακόλουθους πίνακες. Ως εκ τούτου, μέσα από τον πίνακα 1 γίνεται εμφανές τόσο το ποσοστό των **γυναικών** (66,7% (N=36)) όσο και το αντίστοιχο των **ανδρών** (31,5% (N=17)).

Πίνακας 1: Φύλο

		Φύλο			
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Αντρας	17	31,5	31,5	31,5
	Γυναίκα	36	66,7	66,7	98,1
	Άλλο	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Αντίστοιχα, το γράφημα 1 αποκαλύπτει τα ποσοστά που προαναφέρθηκαν με τη συχνότητα εμφάνισης των γυναικών να υπερβαίνει την αντίστοιχη των ανδρών.

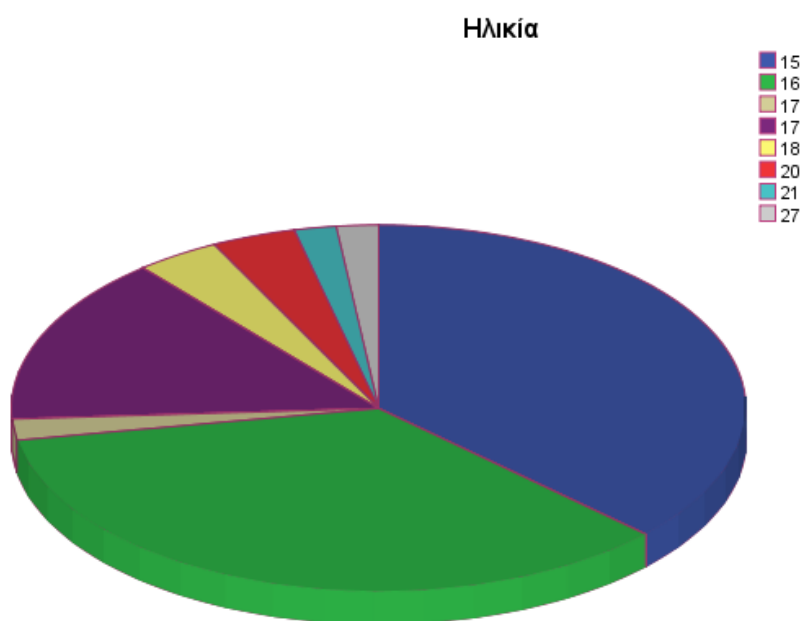


Εικόνα 1: Φύλο

Ο πίνακας 2 παρέχει πληροφορίες σχετικά με την ηλικία των μαθητών. Για το λόγο ότι πρόκειται για παιδιά Λυκείου, τη μεγαλύτερη συχνότητα εμφάνισης κατέχει η ηλικία των **15 ετών (37% (N=20))**, έπεται με ελάχιστη διαφορά η ηλικία των **16 ετών (35,2% (N=19))** και η αντίστοιχη των **17 ετών (14,8% (N=8))**.

Πίνακας 2: Ηλικία

		Ηλικία			
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	15	20	37,0	37,0	37,0
	16	19	35,2	35,2	72,2
	17	1	1,9	1,9	74,1
	17	8	14,8	14,8	88,9
	18	2	3,7	3,7	92,6
	20	2	3,7	3,7	96,3
	21	1	1,9	1,9	98,1
	27	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

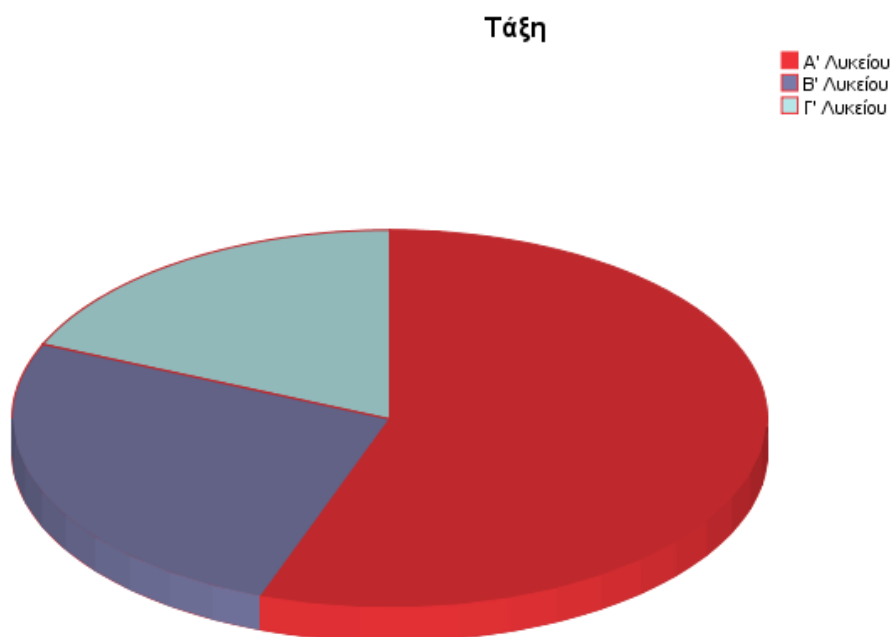


Εικόνα 2: Ηλικία

Ακολουθώς, η τάξη που φοιτούν οι περισσότεροι μαθητές είναι η Α' Λυκείου (55,6% (N=30)) και έπεται η Β' Λυκείου (25,9% (N=14)) και η Γ' Λυκείου (18,5% (N=10)).

Πίνακας 3: Τάξη

		Τάξη			
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	A' Λυκείου	30	55,6	55,6	55,6
	B' Λυκείου	14	25,9	25,9	81,5
	Γ' Λυκείου	10	18,5	18,5	100,0
	Total	54	100,0	100,0	



Εικόνα 3: Τάξη

5.2 Απαντήσεις στα ερευνητικά ερωτήματα

Ερευνητικό ερώτημα 1^ο: Ποιες είναι οι αντιλήψεις των μαθητών για τις γνώσεις και τις δεξιότητες που απέκτησαν κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγής Υγείας;

Ότι αφορά το 1^ο ερευνητικό ερώτημα και τις αντιλήψεις των μαθητών για τις γνώσεις και τις δεξιότητες που απέκτησαν κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγής Υγείας, ακολουθούν οι πίνακες με τις τοποθετήσεις τους που μας παρέχουν τις απαιτούμενες πληροφορίες. Ο πίνακας 4 σχετίζεται με την ύπαρξη ενδιαφέροντος στην αρχή της εκπαιδευτικής μεθόδου που τράβηξε την προσοχή του εκάστοτε μαθητή. Οι μαθητές (**35,2% (N=19)**) υποστήριξαν ότι **συμφωνούν** ενώ το **31,5% (N=17)** δήλωσαν **ουδέτεροι** ως προς αυτό.

Πίνακας 4: Υπήρχε κάτι ενδιαφέρον στην αρχή της εκπαιδευτικής μεθόδου που τράβηξε την προσοχή μου

		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	16	29,6	29,6	29,6
	Συμφωνώ	19	35,2	35,2	64,8
	Ουδέτερος/η	17	31,5	31,5	96,3
	Διαφωνώ απόλυτα	2	3,7	3,7	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Ότι αφορά την ελκυστικότητα της διδακτικής προσέγγισης που έχει χρησιμοποιηθεί, το **50% (N=27)** των μαθητών δήλωσε ότι **συμφωνεί** με αυτήν ενώ ακολουθεί η κατηγορία εκείνων (**27,8% (N=15)**) που δήλωσαν **ουδέτεροι**.

Πίνακας 5: Η διδακτική προσέγγιση που χρησιμοποιείται είναι ελκυστική

Η διδακτική προσέγγιση που χρησιμοποιείται είναι ελκυστική.					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	11	20,4	20,4	20,4
	Συμφωνώ	27	50,0	50,0	70,4
	Ουδέτερος/η	15	27,8	27,8	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Ο πίνακας 6 συνδέεται με τη μέθοδο διδασκαλίας και αν αυτή μπορεί να κρατήσει την προσοχή των μαθητών. Το **35,2% (N=19)** δήλωσε ότι **συμφωνεί** με αυτό και το **27,8% (N=15)** ότι **συμφωνεί απόλυτα** και επομένως η συγκεκριμένη δραστηριότητα είναι σε θέση να κρατήσει την προσοχή τους.

Πίνακας 6: Η μέθοδος διδασκαλίας κρατά την προσοχή μου

Η μέθοδος διδασκαλίας κρατά την προσοχή μου					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	15	27,8	27,8	27,8
	Συμφωνώ	19	35,2	35,2	63,0
	Ουδέτερος/η	13	24,1	24,1	87,0
	Διαφωνώ	5	9,3	9,3	96,3
	Διαφωνώ απόλυτα	2	3,7	3,7	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Ότι αφορά το σχεδιασμό της μεθόδου διδασκαλίας και το πόσο ελκυστικός φαίνεται στους μαθητές, το **51,9% (N=28)** δήλωσε ότι **συμφωνεί** και πράγματι το βρίσκει ελκυστικό ενώ ακολουθεί το **24,1% (N=13)** το οποίο εμφανίστηκε **ουδέτερο** ως προς αυτό.

Πίνακας 7: Ο σχεδιασμός της μεθόδου διδασκαλίας φαίνεται ελκυστικός

Ο σχεδιασμός της μεθόδου διδασκαλίας φαίνεται ελκυστικός.					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	10	18,5	18,5	18,5
	Συμφωνώ	28	51,9	51,9	70,4
	Ουδέτερος/η	13	24,1	24,1	94,4
	Διαφωνώ	2	3,7	3,7	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total		54	100,0	100,0

Ο πίνακας 8 παρέχει πληροφορίες σχετικά με τις γνώσεις που έλαβαν οι μαθητές από το μάθημα της Αγωγής Υγείας και την πόσο τους βοήθησε στην καθημερινότητά τους. Το **40,7% (N=22)** δήλωσε ότι **συμφωνεί απόλυτα** με αυτό και θα μπορούσε να συσχετίσει το περιεχόμενο του μαθήματος με γεγονότα της καθημερινής του ζωής όπως επίσης και το **29,6% (N=16)** που δήλωσε επίσης ότι **συμφωνεί**.

Πίνακας 8: Οι γνώσεις που έλαβα με βοήθησαν στην καθημερινότητά μου

Οι γνώσεις που έλαβα με βοήθησαν στην καθημερινότητά μου					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	22	40,7	40,7	40,7
	Συμφωνώ	16	29,6	29,6	70,4
	Ουδέτερος/η	12	22,2	22,2	92,6
	Διαφωνώ	2	3,7	3,7	96,3
	Διαφωνώ απόλυτα	2	3,7	3,7	100,0
	Total		54	100,0	100,0

Στη συνέχεια, το **42,6% (N=23)** εξέφρασε ότι **συμφωνεί** με το γεγονός ότι στο μάθημα έμαθε πως οι σεξουαλικές συμπεριφορές σχετίζονται με θέματα υγείας. Το ίδιο ισχύει και για το **38,9% (N=21)** των μαθητών, διαμορφώνοντας έτσι μία θετική εικόνα του μαθήματος.

Πίνακας 9: Στο μάθημα έμαθα πως οι σεξουαλικές συμπεριφορές σχετίζονται με θέματα υγείας

Στο μάθημα έμαθα πως οι σεξουαλικές συμπεριφορές σχετίζονται με θέματα υγείας					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	21	38,9	38,9	38,9
	Συμφωνώ	23	42,6	42,6	81,5
	Ουδέτερος/η	8	14,8	14,8	96,3
	Διαφωνώ	1	1,9	1,9	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Σχετικά με το εάν ο τρόπος διδασκαλίας του μαθήματος βοηθάει τους μαθητές να κατανοήσουν περισσότερο πως μπορούν να προστατεύσουν τον εαυτό τους από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, το **40,7% (N=22)** δήλωσε ότι **συμφωνεί** και το **37% (N=20)** ότι **συμφωνεί απόλυτα**. Οι δηλώσεις αυτές αποκαλύπτουν ότι πράγματι ο τρόπος διδασκαλίας θεωρείται βοηθητικός ως προς την κατανόηση των συμπεριφορών των μαθητών.

Πίνακας 10: Ο τρόπος διδασκαλίας του μαθήματος με βοηθάει να κατανοήσω πως μπορώ να προστατεύσω τον εαυτό μου από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα

Ο τρόπος διδασκαλίας του μαθήματος με βοηθάει να κατανοήσω πως μπορώ να προστατεύσω τον εαυτό μου από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	20	37,0	37,0	37,0
	Συμφωνώ	22	40,7	40,7	77,8
	Ουδέτερος/η	9	16,7	16,7	94,4
	Διαφωνώ	2	3,7	3,7	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Στη συνέχεια, οι μαθητές ερωτήθηκαν για το εάν η καθηγήτρια εξήγησε αρκετά καλά θέματα σεξουαλικής υγείας, μέσα από την εκπαιδευτική προσέγγιση. Ως εκ τούτου, το **44,4% (N=24)** **συμφώνησε απόλυτα** με την επεξηγηματική ερμηνεία της καθηγήτριας, όπως επίσης και το **35,2% (N=19)** που δήλωσε ότι **συμφωνεί**.

Πίνακας 11: Μέσω της εκπαιδευτικής προσέγγισης η καθηγήτρια εξήγησε πολύ καλά θέματα σεξουαλικής υγείας

Μέσω της εκπαιδευτικής προσέγγισης η καθηγήτρια εξήγησε πολύ καλά θέματα σεξουαλικής υγείας.					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	24	44,4	44,4	44,4
	Συμφωνώ	19	35,2	35,2	79,6
	Ουδέτερος/η	9	16,7	16,7	96,3
	Διαφωνώ	1	1,9	1,9	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Εστιάζοντας στο μάθημα της σεξουαλικής αγωγής, το **40,7% (N=22)** των μαθητών δήλωσε ότι **συμφωνεί** και το **33,3% (N=18)** ότι **συμφωνεί απόλυτα** με τη σημαντικότητά του.

Πίνακας 12: Βρήκα ότι το μάθημα σεξουαλικής αγωγής είναι πολύ σημαντικό

Βρήκα ότι το μάθημα σεξουαλικής αγωγής είναι πολύ σημαντικό					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	18	33,3	33,3	33,3
	Συμφωνώ	22	40,7	40,7	74,1
	Ουδέτερος/η	10	18,5	18,5	92,6
	Διαφωνώ	3	5,6	5,6	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Ότι αφορά τη μέθοδο διδασκαλίας που χρησιμοποιήθηκε στο μάθημα Αγωγής Υγείας που παρακολουθήθηκε, το **40,7% (N=22)** δήλωσε ότι **συμφωνεί** με αυτήν και το **33,3% (N=18)** ότι **συμφωνεί απόλυτα** και πράγματι ήταν ενδιαφέρουσα.

Πίνακας 13: Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιήθηκε στο μάθημα Αγωγής Υγείας που παρακολούθησα ήταν ενδιαφέρουσα

Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιήθηκε στο μάθημα Αγωγής Υγείας που παρακολούθησα ήταν ενδιαφέρουσα.					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	18	33,3	33,3	33,3
	Συμφωνώ	22	40,7	40,7	74,1
	Ουδέτερος/η	11	20,4	20,4	94,4
	Διαφωνώ	1	1,9	1,9	96,3
	Διαφωνώ απόλυτα	2	3,7	3,7	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Στην ερώτηση που τέθηκε στους μαθητές σχετικά με το εάν η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιείται προκαλεί το ενδιαφέρον τους για το πρόγραμμα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας, το **51,9% (N=28)** τόνισε ότι **συμφωνεί** και το **29,6% (N=16)** ότι **συμφωνεί απόλυτα**.

Πίνακας 14: Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιείται προκαλεί το ενδιαφέρον για το πρόγραμμα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας

Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιείται προκαλεί το ενδιαφέρον για το πρόγραμμα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας.					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	16	29,6	29,6	29,6
	Συμφωνώ	28	51,9	51,9	81,5
	Ουδέτερος/η	8	14,8	14,8	96,3
	Διαφωνώ	1	1,9	1,9	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Ακολούθως, στην ερώτηση που τέθηκε στους μαθητές σχετικά με το εάν η εκπαιδευτική μέθοδος βελτίωσε τις γνώσεις τους σε θέματα σεξουαλικής υγείας, το **44,4% (N=24)** τόνισε ότι **συμφωνεί απόλυτα** και το **31,5% (N=17)** ότι **συμφωνεί**.

Πίνακας 15: Η εκπαιδευτική μέθοδος βελτίωσε τις γνώσεις μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας

Η εκπαιδευτική μέθοδος βελτίωσε τις γνώσεις μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	24	44,4	44,4	44,4
	Συμφωνώ	17	31,5	31,5	75,9
	Ουδέτερος/η	9	16,7	16,7	92,6
	Διαφωνώ	3	5,6	5,6	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Έπεται η ερώτηση που τέθηκε στους μαθητές σχετικά με το εάν μέσα από το μάθημα απέκτησαν γνώσεις για την αναπαραγωγική υγεία. Ως εκ τούτου, το **44,4% (N=24)** τόνισε ότι **συμφωνεί** και το **33,3% (N=18)** ότι **συμφωνεί απόλυτα**, δηλώνοντας με αυτόν τον τρόπο την επάρκεια των γνώσεων που έχουν λάβει μέσα από τη διδασκαλία.

Πίνακας 16: Μέσα από το μάθημα απέκτησα γνώσεις για την αναπαραγωγική υγεία
Μέσα από το μάθημα απέκτησα γνώσεις για την αναπαραγωγική υγεία

Μέσα από το μάθημα απέκτησα γνώσεις για την αναπαραγωγική υγεία					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	18	33,3	33,3	33,3
	Συμφωνώ	24	44,4	44,4	77,8
	Ουδέτερος/η	7	13,0	13,0	90,7
	Διαφωνώ	1	1,9	1,9	92,6
	Διαφωνώ απόλυτα	4	7,4	7,4	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Ακολουθεί η ερώτηση που τέθηκε στους μαθητές σχετικά με την απόκτηση γνώσεων ως προς τη λήψη αποφάσεων που επηρεάζουν την σεξουαλική τους υγεία. Εστιάζοντας στα δεδομένα του πίνακα 17, το **48,1% (N=26)** τόνισε ότι **συμφωνεί** και το **35,2% (N=19)** ότι **συμφωνεί απόλυτα** αποκαλύπτοντας ότι πράγματι έλαβαν τις απαραίτητες γνώσεις.

Πίνακας 17: Απέκτησα γνώσεις σε σχέση με τη λήψη αποφάσεων που επηρεάζουν την σεξουαλική μου υγεία

Απέκτησα γνώσεις σε σχέση με τη λήψη αποφάσεων που επηρεάζουν σεξουαλική μου υγεία					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	19	35,2	35,2	35,2
	Συμφωνώ	26	48,1	48,1	83,3
	Ουδέτερος/η	7	13,0	13,0	96,3
	Διαφωνώ	1	1,9	1,9	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Έπεται η ερώτηση που τέθηκε σχετικά με την απόκτηση γνώσεων ως προς την καλή υγιεινή. Εστιάζοντας στα δεδομένα του πίνακα 18, το **42,6% (N=23)** τόνισε ότι **συμφωνεί** και το **35,2% (N=19)** ότι **συμφωνεί απόλυτα** αποκαλύπτοντας ότι πράγματι απέκτησαν τις απαραίτητες γνώσεις για την τήρηση μίας σωστής υγιεινής.

Πίνακας 18: Απέκτησα γνώσεις σχετικά με την καλή υγιεινή

Απέκτησα γνώσεις σχετικά με την καλή υγιεινή					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	19	35,2	35,2	35,2
	Συμφωνώ	23	42,6	42,6	77,8
	Ουδέτερος/η	10	18,5	18,5	96,3
	Διαφωνώ	1	1,9	1,9	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Τα δεδομένα του πίνακα 19 αναφέρονται στο ενδεχόμενο να εφαρμόσουν οι μαθητές στη ζωή τους τις γνώσεις που έχουν αποκτήσει από τη δραστηριότητα. Πιο συγκεκριμένα το **46,3% (N=25)** τόνισε ότι **συμφωνεί απόλυτα** με την εφαρμογή τους και το **37% (N=20)** ότι **συμφωνεί** και επομένως επιθυμεί να τις πραγματοποιήσει.

Πίνακας 19: Θα εφαρμόσω τη γνώση που απέκτησα

Θα εφαρμόσω τη γνώση που απέκτησα					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	25	46,3	46,3	46,3
	Συμφωνώ	20	37,0	37,0	83,3
	Ουδέτερος/η	8	14,8	14,8	98,1
	Διαφωνώ	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Μία ακόμα ερώτηση που τέθηκε στους μαθητές συνδέεται με το γεγονός ότι το μάθημα τους βοήθησε να αποκτήσουν γνώσεις για την αντιμετώπιση της πίεσης των συνομηλίκων κατά την εφηβεία. Και σε αυτήν την περίπτωση το **44,4%** (N=24) δήλωσε ότι **συμφωνεί** και το **37%** (N=20) δήλωσε ότι **συμφωνεί απόλυτα** ότι μέσα από το μάθημα κατάφερε να αντιμετωπίσει αποτελεσματικότερα την πίεση που βιώνει από τους συνομηλικούς του κατά την εφηβεία.

Πίνακας 20: Το μάθημα με βοήθησε να αποκτήσω γνώσεις για την αντιμετώπιση της πίεσης των συνομηλίκων κατά την εφηβεία

Το μάθημα με βοήθησε να αποκτήσω γνώσεις για την αντιμετώπιση της πίεσης των συνομηλίκων κατά την εφηβεία.					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	20	37,0	37,0	37,0
	Συμφωνώ	24	44,4	44,4	81,5
	Ουδέτερος/η	8	14,8	14,8	96,3
	Διαφωνώ	2	3,7	3,7	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Στη συνέχεια, οι μαθητές ερωτήθηκαν για το εάν το μάθημα επέκτεινε την υπάρχουσα κατανόηση τους σε θέματα σεξουαλικής υγείας. Και σε αυτήν την περίπτωση το **46,3%** (N=25) δήλωσε ότι **συμφωνεί απόλυτα** και το **29,6%** (N=16) δήλωσε ότι **συμφωνεί** ότι μέσα από το μάθημα πράγματι κατάφερε να επεκτείνει την ήδη υπάρχουσα κατανόησή του ως προς τα θέματα σεξουαλικής υγείας.

Πίνακας 21: Το μάθημα επέκτεινε την υπάρχουσα κατανόηση μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας

Το μάθημα επέκτεινε την υπάρχουσα κατανόηση μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	25	46,3	46,3	46,3
	Συμφωνώ	16	29,6	29,6	75,9
	Ουδέτερος/η	9	16,7	16,7	92,6
	Διαφωνώ	3	5,6	5,6	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Ακολούθως, οι μαθητές ερωτήθηκαν για το εάν το μάθημα είναι πολύ αποτελεσματικό στη μετάδοση γνώσεων σε θέματα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας. Το **42,6% (N=23)** δήλωσε ότι **συμφωνεί απόλυτα** και το **31,5% (N=17)** δήλωσε ότι **συμφωνεί** ότι το μάθημα πράγματι κρίνεται αποτελεσματικό για αυτούς σε θέματα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας.

Πίνακας 22: Το μάθημα είναι πολύ αποτελεσματικό στη μετάδοση γνώσεων σε θέματα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας

Το μάθημα είναι πολύ αποτελεσματικό στη μετάδοση γνώσεων σε θέματα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	23	42,6	42,6	42,6
	Συμφωνώ	17	31,5	31,5	74,1
	Ουδέτερος/η	12	22,2	22,2	96,3
	Διαφωνώ	1	1,9	1,9	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Ερευνητικό ερώτημα 2^ο: Ποιες είναι οι απόψεις των μαθητών της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης για τη χρησιμότητα της Αγωγής Υγείας;

Εστιάζοντας στο 2^ο ερευνητικό ερώτημα της εργασίας και το σύνολο των τοποθετήσεων των μαθητών της Δευτεροβάθμιας για το πόσο χρήσιμο κρίνεται το μάθημα Αγωγής Υγείας για αυτούς, μπορούμε να διακρίνουμε μέσα από τους επόμενους πίνακες τις απόψεις τους λεπτομερώς. Ειδικότερα, ο πίνακας 23 αποκαλύπτει το πόσο χρήσιμο είναι για τους μαθητές το περιεχόμενο του

μαθήματος. Το **53,7% (N=29)** δήλωσε ότι **συμφωνεί απόλυτα** και το **24,1% (N=13)** **ότι συμφωνεί** ότι το μάθημα και πιο συγκεκριμένα το περιεχόμενό του πράγματι θεωρείται χρήσιμο για αυτούς.

Πίνακας 23: Θεωρώ ότι θα μου είναι χρήσιμο το περιεχόμενο του μαθήματος

Θεωρώ ότι θα μου είναι χρήσιμο το περιεχόμενο του μαθήματος					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	29	53,7	53,7	53,7
	Συμφωνώ	13	24,1	24,1	77,8
	Ουδέτερος/η	8	14,8	14,8	92,6
	Διαφωνώ	1	1,9	1,9	94,4
	Διαφωνώ απόλυτα	3	5,6	5,6	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Ακολούθως, ο πίνακας 24 αποκαλύπτει τις απόψεις των μαθητών σχετικά με την αξία που έχει το συγκεκριμένο μάθημα για αυτούς. Το **(53,7% (N=29)** δήλωσε ότι **συμφωνεί απόλυτα** και **22,2% (N=12)** δήλωσε ότι **συμφωνεί** ότι το μάθημα αξίζει πραγματικά για τους ίδιους.

Πίνακας 24: Θεωρώ ότι το μάθημα αξίζει

Θεωρώ ότι το μάθημα αξίζει					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	29	53,7	53,7	53,7
	Συμφωνώ	12	22,2	22,2	75,9
	Ουδέτερος/η	9	16,7	16,7	92,6
	Διαφωνώ	1	1,9	1,9	94,4
	Διαφωνώ απόλυτα	3	5,6	5,6	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Αναφορικά με τη χρησιμότητα που θεωρούν ότι θα έχει το μάθημα στη ζωή τους, το **(50% (N=27) συμφωνώ απόλυτα– 25,9% (N=14) συμφωνώ)** δήλωσε ότι πράγματι θεωρούν ότι θα είναι χρήσιμο στη μετέπειτα πορεία της ζωής τους.

Πίνακας 25: Θεωρώ ότι το μάθημά θα μου είναι χρήσιμο στη ζωή μου

Θεωρώ ότι το μάθημα θα μου είναι χρήσιμο στη ζωή μου					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Συμφωνώ απόλυτα	27	50,0	50,0	50,0
	Συμφωνώ	14	25,9	25,9	75,9
	Ουδέτερος/η	12	22,2	22,2	98,1
	Διαφωνώ απόλυτα	1	1,9	1,9	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Ερευνητικό ερώτημα 3^ο: Ποιες αξίες απέκτησαν οι μαθητές κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγής Υγείας;

Εστιάζοντας στο 3^ο ερευνητικό ερώτημα και το σύνολο των αξιών που απέκτησαν οι μαθητές κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγής Υγείας, μπορούμε να διακρίνουμε μέσα από τους επόμενους πίνακες τις λεπτομερείς απόψεις τους. Ειδικότερα, μέσα από τον πίνακα 26 αναπαρίσταται η ερώτηση για το εάν το μάθημα Αγωγής Υγείας βοήθησε τους μαθητές να αναπτύξουν αξίες σε σχέση με τη σεξουαλική τους δραστηριότητα. Η πλειοψηφία τους (**48,1% (N=26) πάρα πολύ– 31,5% (N=17) πολύ**) επισήμανε ότι το μάθημα υπήρξε όντως βοηθητικό για την ανάπτυξη αξιών αναφορικά με τα ζητήματα σεξουαλικής δραστηριότητάς τους.

Πίνακας 26: Πιστεύετε ότι το μάθημα Αγωγής Υγείας σας βοήθησε να αναπτύξετε αξίες σε σχέση με τη σεξουαλική σας δραστηριότητα;

Πιστεύετε ότι το μάθημα Αγωγής Υγείας σας βοήθησε να αναπτύξετε αξίες σε σχέση με τη σεξουαλική σας δραστηριότητα;					
		Frequency	Percent	ValidPercent	Cumulative Percent
Valid	Πάρα πολύ	26	48,1	48,1	48,1
	Πολύ	17	31,5	31,5	79,6
	Ουδέτερος/η	9	16,7	16,7	96,3
	Καθόλου	2	3,7	3,7	100,0
	Total	54	100,0	100,0	

Στο τελευταίο βήμα του ερωτηματολογίου ζητήθηκε από τους μαθητές να καταγράψουν τη πιο σημαντική αξία που θεωρούν ότι απέκτησαν στο πλαίσιο του συγκεκριμένου μαθήματος.

Πίνακας 27: Καταγράψτε τη πιο σημαντική αξία που θεωρείτε ότι αποκτήσατε στο πλαίσιο του μαθήματος

		Frequency	Percent	ValidPercent
	Εμπιστοσύνη στον εαυτό μου	6	11,1	11,1
	Ατομική Υπευθυνότητα	39	72,2	72,2
	Σεβασμός στη διαφορετικότητα των άλλων	9	16,7	16,7
	Total	54	100,0	100,0

Συμπερασματικά, μέσα από την ανάλυση των ερωτήσεων, που έχουν τεθεί στους μαθητές, γίνονται αντιληπτές οι τοποθετήσεις τους αναφορικά με τις γνώσεις και τις δεξιότητες που απέκτησαν κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγής Υγείας. Οι μαθητές (35,2% (N=19)) υποστήριξαν ότι συμφωνούν ότι η διδακτική προσέγγιση που έχει χρησιμοποιηθεί είναι ελκυστική και το 50% (N=27) των μαθητών δήλωσε ότι συμφωνεί με αυτήν την διδακτική προσέγγιση.

Επιπλέον, οι μαθητές συμφώνησαν πως η μέθοδος διδασκαλίας κρατά την προσοχή και το ενδιαφέρον τους. Το ίδιο ισχύει και με το σχεδιασμό της μεθόδου διδασκαλίας και το πόσο ελκυστικός φαίνεται στους ίδιους. Αυτό που αξίζει να τονιστεί είναι η συμφωνία που εξέφρασαν οι μαθητές ως προς το περιεχόμενο

διδασκαλίας του μαθήματος Αγωγής Υγείας δηλώνοντας μάλιστα ότι βοήθησε στην καθημερινή τους ζωή και ότι τους δίδαξε πως οι σεξουαλικές συμπεριφορές σχετίζονται με θέματα σεξουαλικής υγείας.

Επιπλέον, οι μαθητές εξέφρασαν τη θετική στάση τους απέναντι στον τρόπο διδασκαλίας του μαθήματος ο οποίος τους βοηθάει να κατανοήσουν πως μπορούν να προστατέψουν τον εαυτό τους από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, αλλά και ότι η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιείται προκαλεί το ενδιαφέρον τους για το πρόγραμμα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας. Ακόμα, δήλωσαν ότι μέσα από τη συγκεκριμένη μέθοδο διδασκαλίας απέκτησαν γνώσεις για την αναπαραγωγική υγεία, βελτίωσαν τις γνώσεις τους σε θέματα σεξουαλικής υγείας και τους βοήθησε στη λήψη αποφάσεων που επηρεάζουν τη σεξουαλική τους υγεία.

Ακολουθώς, το 48,1% (N=26) των μαθητών δήλωσε ότι σκοπεύει να εφαρμόσει στη ζωή του τις γνώσεις που έχουν αποκτηθεί από το μάθημα, και μάλιστα βοήθησε να αντιμετωπίσει αποτελεσματικότερα την πίεση που βιώνει από τους συνομήλικούς του κατά την εφηβεία. Επιπλέον, το 46,3% (N=25) των μαθητών δήλωσε ότι συμφωνεί απόλυτα και το 29,6% (N=16) ότι συμφωνεί ότι μέσα από το μάθημα πράγματι κατάφερε να επεκτείνει την ήδη υπάρχουσα θέση του σε θέματα σεξουαλικής υγείας.

Εστιάζοντας στις τοποθετήσεις των μαθητών της Δευτεροβάθμιας για το πόσο χρήσιμο κρίνεται το μάθημα Αγωγής Υγείας για αυτούς, το 53,7% (N=29) δήλωσε ότι συμφωνεί απόλυτα και το 24,1% (N=13) αντίστοιχα δήλωσε ότι συμφωνεί ότι το μάθημα και πιο συγκεκριμένα το περιεχόμενό του πράγματι θεωρείται χρήσιμο για αυτούς.

Τέλος, ότι αφορά στο σύνολο των αξιών που απέκτησαν οι μαθητές κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγής Υγείας επισημάνθηκε ότι το μάθημα υπήρξε όντως βοηθητικό για την ανάπτυξη αξιών αναφορικά με θέματα σεξουαλικής υγείας. Σχετικά με την καταγραφή της πιο σημαντικής αξίας που θεωρούν ότι απέκτησαν στο πλαίσιο του συγκεκριμένου μαθήματος, η αξία που παρουσίασε τη μεγαλύτερη συχνότητα καταγραφής είναι η «Ατομική Υπευθυνότητα» (72,2%) (N=39) ενώ ακολουθεί η «Σεβασμός στη διαφορετικότητα των άλλων» (16,7%) (N=9) και η «Εμπιστοσύνη στον εαυτό μου» (11,9% (N=6)).

5.3 Παραγοντική ανάλυση

Εστιάζοντας στη διαδικασία ανάλυσης των παραγόντων, συνοψίζονται οι σχέσεις ανάμεσα σε ένα συγκεκριμένο αριθμό μεταβλητών (Φύλου, Ηλικίας, Γνώσεων και Αξιών) με έναν περιεκτικό και ακριβή τρόπο ώστε να γίνει αντιληπτή η ιδιότητα τους. Πιο συγκεκριμένα, μέσα από το τεστ σφαιρικότητας του Bartlett επιχειρείται να διερευνηθεί η ύπαρξη ή μη υψηλού βαθμού συσχέτισης ανάμεσα σε τουλάχιστον έναν αριθμό από τις συμπεριλαμβανόμενες μεταβλητές. Εναλλακτικά, η μηδενική υπόθεση H_0 : πίνακας συσχέτισης=πίνακας identity (δηλαδή οι μεταβλητές είναι ασυσχέτιστες) και η H_1 : Οι μεταβλητές δεν είναι ασυσχέτιστες. Στην περίπτωσή μας, η μηδενική υπόθεση απορρίπτεται για το λόγο ότι το επίπεδο σημαντικότητας είναι $0,000 < 0,001$. Ως εκ τούτου, η διεξαγωγή παραγοντικής ανάλυσης έχει νόημα.

Πίνακας 28: KMO&Bartlett's test μεταξύ Φύλου Ηλικίας Αξιών-Γνώσεων

KMO and Bartlett's Test		
Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		,846
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	1150,811
	Df	325
	Sig.	,000

Ακολούθως, μέσα από τον πίνακα Communalities και πιο συγκεκριμένα τη στήλη Extraction, αναδεικνύεται το μέρος της διακύμανσης της εκάστοτε μεταβλητής που ερμηνεύεται από ένα συγκεκριμένο αριθμό παραγόντων. Στην περίπτωση κατά την οποία υπάρχουν τόσοι παράγοντες όσες και οι μεταβλητές (26 στην περίπτωσή μας), τότε όλες οι communalities είναι ίσες με τη μονάδα και η διακύμανση της εκάστοτε μεταβλητής ερμηνεύεται πλήρως. Για παράδειγμα, μπορεί να αναφερθεί ότι το 84,5 % της συνολικής διακύμανσης της μεταβλητής «Στο μάθημα έμαθα πως οι σεξουαλικές συμπεριφορές σχετίζονται με θέματα υγείας» εξηγείται από τον αριθμό των παραγόντων που θα οριστούν στη συνέχεια.

Αντίθετα, η ύπαρξη μίας χαμηλής τιμής υποδεικνύει ότι η εξεταζόμενη μεταβλητή δεν κρίνεται αρκετά σχετική ως προς τους συγκεκριμένους παράγοντες και επομένως θα μπορούσε να εξαλειφθεί. Ο προσδιορισμός της χαμηλής τιμής είναι καθαρά υποκειμενικός και δεν υπάρχει συγκεκριμένο όριο κάτω από το οποίο μία τιμή μπορεί να κριθεί χαμηλή. Παρ' όλα αυτά, λαμβάνοντας υπόψη ότι στην

περίπτωσή μας η χαμηλότερη τιμή ισούται με 0,547, συμπεραίνεται ότι όλες οι μεταβλητές είναι σχετικές.

Πίνακας 29: Communalities μεταξύ Φύλου Ηλικίας Αξιών-Γνώσεων

Communalities		
	Initial	Extraction
Φύλο	1,000	0,611
Ηλικία	1,000	0,600
Υπήρχε κάτι ενδιαφέρον στην αρχή της εκπαιδευτικής μεθόδου που τράβηξε την προσοχή μου.	1,000	0,659
Η διδακτική προσέγγιση που χρησιμοποιείται είναι ελκυστική.	1,000	0,620
Η μέθοδος διδασκαλίας κρατά την προσοχή μου.	1,000	0,631
Ο σχεδιασμός της μεθόδου διδασκαλίας φαίνεται ελκυστικός.	1,000	0,709
Οι γνώσεις που έλαβα με βοήθησαν στην καθημερινότητά μου	1,000	0,574
Στο μάθημα έμαθα πως οι σεξουαλικές συμπεριφορές σχετίζονται με θέματα υγείας	1,000	0,845
Ο τρόπος διδασκαλίας του μαθήματος με βοηθάει να κατανοήσω πως μπορώ να προστατεύσω τον εαυτό μου από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα	1,000	0,803
Μέσω της εκπαιδευτικής προσέγγισης η καθηγήτρια εξήγησε πολύ καλά θέματα σεξουαλικής υγείας.	1,000	0,653
Βρήκα ότι το μάθημα σεξουαλικής αγωγής είναι πολύ σημαντικό	1,000	0,670
Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιήθηκε στο μάθημα Αγωγής υγείας που παρακολούθησα ήταν ενδιαφέρουσα	1,000	0,765
Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιείται προκαλεί το ενδιαφέρον για το πρόγραμμα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας.	1,000	0,643
Η εκπαιδευτική μέθοδος βελτίωσε τις γνώσεις μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας	1,000	0,696
Μέσα από το μάθημα απέκτησα γνώσεις για την αναπαραγωγική υγεία.	1,000	0,772
Απέκτησα γνώσεις σε σχέση με τη λήψη αποφάσεων που επηρεάζουν την σεξουαλική μου υγεία	1,000	0,781
Απέκτησα γνώσεις σχετικά με την καλή υγιεινή	1,000	0,666
Θα εφαρμόσω τη γνώση που απέκτησα	1,000	0,724
Το μάθημα με βοήθησε να αποκτήσω γνώσεις για την αντιμετώπιση της πίεσης των συνομηλίκων κατά την εφηβεία.	1,000	0,696
Το μάθημα επέκτεινε την υπάρχουσα κατανόησή μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας	1,000	0,798
Το μάθημα είναι πολύ αποτελεσματικό στη μετάδοση γνώσεων σε θέματα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας	1,000	0,728
Θεωρώ ότι θα μου είναι χρήσιμο το περιεχόμενο του μαθήματος	1,000	0,547

Θεωρώ ότι το μάθημα αξίζει	1,000	0,692
Θεωρώ ότι το μάθημα θα μου είναι χρήσιμο στη ζωή μου	1,000	0,772
Πιστεύετε ότι το μάθημα Αγωγής Υγείας σας βοήθησε να αναπτύξετε αξίες σε σχέση με τη σεξουαλική σας δραστηριότητα;	1,000	0,619
Καταγράψτε την πιο σημαντική αξία που θεωρείτε ότι αποκτήσατε στο πλαίσιο του μαθήματος	1,000	0,592
Extraction Method: Principal Component Analysis.		

Ακολούθως, μέσα από τον πίνακα 30 είναι εμφανής η συνολική επεξηγούμενη διακύμανση των μεταβλητών Φύλο, Ηλικία, Γνώσεις και Αξίες. Μέσα από το συγκεκριμένο πίνακα αναπαρίστανται σημαντικές πληροφορίες όπως το «Initial Eigen values», το «Extraction Sums of Squared Loadings» και το «Rotation Sums of Squared Loadings». Η μέγιστη διακύμανση που μπορεί να σημειωθεί για όλες τις μεταβλητές είναι ίση με το συνολικό αριθμό τους, στην περίπτωση μας 26. Το τμήμα της συνολικής διακύμανσης της εκάστοτε μεταβλητής που μπορεί να εξηγηθεί από κάθε παράγοντα υποδεικνύεται από το Eigenvalue. Εάν η αξία αυτή διαιρεθεί με το συνολικό αριθμό των μεταβλητών (δηλαδή τη συνολική διακύμανση που ισούται με 26), τότε λαμβάνονται πληροφορίες για το τμήμα της συνολικής διακύμανσης που εξηγείται από κάθε παράγοντα.

Στην περίπτωση μας, ο πρώτος παράγοντας εξηγεί το 48,08% της συνολικής διακύμανσης των 26 μεταβλητών. Ο πρώτος παράγοντας είναι αυτός που ερμηνεύει το μεγαλύτερο δυνατό τμήμα της συνολικής διακύμανσης, ο δεύτερος παράγοντας εξηγεί το μεγαλύτερο δυνατό μέρος της εναπομείνουσας διακύμανσης κοκ. Αυτή η συνθήκη γίνεται αντιληπτή μέσα από την εικόνα των φθινουσών τιμών της πρώτης στήλης.

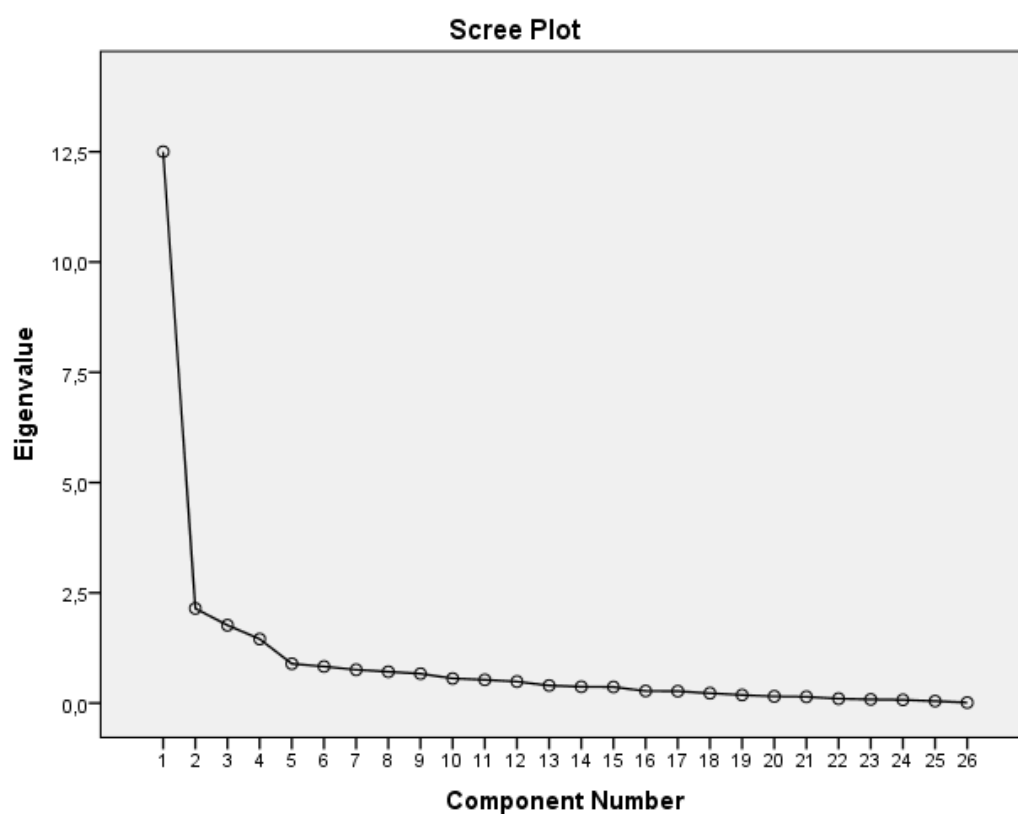
Ένα ακόμα στοιχείο που αξίζει να τονιστεί είναι το αθροιστικό ποσοστό της διακύμανσης που εξηγείται, το οποίο επιδιώκεται να κυμαίνεται κοντά στο 60%. Στην περίπτωση μας, οι πρώτοι τέσσερις παράγοντες εξηγούν ένα ποσοστό της τάξης του 68,72 % της συνολικής διακύμανσης, ποσοστό αρκετά ικανοποιητικό.

Πίνακας 30: Total Variance Explained μεταξύ Φύλου, Ηλικίας Γνώσεων-Αξιών

Total Variance Explained									
Component	Initial Eigen values			Extraction Sums of Squared Loadings			Rotation Sums of Squared Loadings		
	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %	Total	% of Variance	Cumulative %
1	12,501	48,080	48,080	12,501	48,080	48,080	7,520	28,924	28,924
2	2,147	8,259	56,340	2,147	8,259	56,340	5,481	21,080	50,004
3	1,765	6,790	63,129	1,765	6,790	63,129	2,975	11,441	61,445
4	1,454	5,592	68,721	1,454	5,592	68,721	1,892	7,277	68,721
5	,893	3,433	72,155						
6	,829	3,190	75,344						
7	,757	2,910	78,254						
8	,711	2,736	80,990						
9	,667	2,566	83,556						
10	,559	2,150	85,706						
11	,528	2,032	87,738						
12	,488	1,877	89,615						
13	,399	1,534	91,149						
14	,371	1,425	92,574						
15	,366	1,407	93,982						
16	,274	1,052	95,034						
17	,269	1,035	96,069						
18	,224	,863	96,931						
19	,184	,707	97,638						
20	,154	,591	98,229						
21	,144	,552	98,782						
22	,101	,387	99,169						
23	,084	,324	99,493						
24	,074	,283	99,776						
25	,047	,180	99,955						
26	,012	,045	100,000						

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Ακολούθως, το ScreePlot παρέχει πληροφορίες σχετικά με τον αριθμό των παραγόντων που χρησιμοποιείται. Στην περίπτωση μας, είναι δυνατή η χρήση 4 παραγόντων, για το λόγο του ότι στο 4^ο σημείο το γράφημα τείνει να αλλάξει εμφανώς κλίση. Η βαρύτητα της χρήσης των 4 παραγόντων επαληθεύεται μέσα από τον πίνακα total variance explained που αναφέρθηκε προηγουμένως, όπου επισημαίνεται ότι η συνολική διακύμανση που ερμηνεύεται από τους 4 πρώτους παράγοντες είναι 68,72% (ενδείκνυται συνήθως να είναι μεγαλύτερη από 60%).



Εικόνα 4: ScreePlot Φύλου, Ηλικίας, Αξιών-Γνώσεων

Τέλος, ο πίνακας Component περιέχει τιμές μόνο για τους τέσσερις παράγοντες που μας ενδιαφέρουν, οι οποίες είναι γνωστές και ως φορτία. Οι τιμές αυτές αντιστοιχούν στη συσχέτιση μεταξύ ενός συνόλου παραγοντικών τιμών και ενός συνόλου τιμών για την αρχική μεταβλητή. Πρέπει να τονιστεί η εξίσωση της συγκεκριμένης τιμής του παράγοντα με τη συσχέτιση ικανοποιείται μόνο εάν οι παράγοντες είναι ανεξάρτητοι ο ένας από τον άλλο.

Για παράδειγμα, η επεξηγούμενη διακύμανση για τη μεταβλητή «Το μάθημα είναι πολύ αποτελεσματικό στη μετάδοση γνώσεων σε θέματα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας» ισούται με το άθροισμα των τετραγώνων των συντελεστών συσχέτισης ανάμεσα σε αυτήν τη μεταβλητή και κάθε παράγοντα, και η eigenvalue της διακύμανσης που εξηγείται από τον πρώτο παράγοντα ισούται με το άθροισμα των τετραγώνων των συντελεστών συσχέτισης ανάμεσα σε αυτόν τον συγκεκριμένο παράγοντα και σε κάθε μία από τις αρχικές μεταβλητές.

Μέσα από τον πίνακα 31 συμπεραίνεται ότι οι πιο καθοριστικές μεταβλητές, που παρουσιάζουν και τη μεγαλύτερη βαρύτητα λόγω ποσοστού και επεξήγησης από τον 1ο κιόλας παράγοντα, που είναι: «Το μάθημα είναι πολύ αποτελεσματικό στη μετάδοση γνώσεων σε θέματα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας», είναι οι παρακάτω:

- i. Το μάθημα είναι πολύ αποτελεσματικό στη μετάδοση γνώσεων σε θέματα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας
- ii. Απέκτησα γνώσεις σχετικά με την καλή υγιεινή
- iii. Βρήκα ότι το μάθημα σεξουαλικής αγωγής είναι πολύ σημαντικό
- iv. Υπήρχε κάτι ενδιαφέρον στην αρχή της εκπαιδευτικής μεθόδου που τράβηξε την προσοχή μου
- v. Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιήθηκε στο μάθημα Αγωγής Υγείας που παρακολούθησα ήταν ενδιαφέρουσα.
- vi. Ο τρόπος διδασκαλίας του μαθήματος με βοηθάει να κατανοήσω πως μπορώ να προστατέψω τον εαυτό από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα
- vii. Μέσω της εκπαιδευτικής προσέγγισης η καθηγήτρια εξήγησε πολύ καλά θέματα σεξουαλικής υγείας.
- viii. Απέκτησα γνώσεις σε σχέση με τη λήψη αποφάσεων που επηρεάζουν την σεξουαλική μου υγεία

- ix. Η εκπαιδευτική μέθοδος βελτίωσε τις γνώσεις μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας
- x. Το μάθημα επέκτεινε την υπάρχουσα κατανόηση μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας

Οι προαναφερθείσες μεταβλητές σημειώνουν το μεγαλύτερο ποσοστό επεξηγούμενης διακύμανσης -από τον πρώτο παράγοντα- το οποίο σημειώνεται μεγαλύτερο του 0,76 όπως είναι εμφανές μέσα από τον πίνακα 31. Αυτό πρακτικά μπορεί να ερμηνευθεί ως η σημαντικότητα των συγκεκριμένων μεταβλητών-συνιστωσών οι οποίες υποδηλώνουν το ενδιαφέρον των μαθητών για τη μέθοδο διδασκαλίας, την εκπαιδευτική προσέγγιση που χρησιμοποιήθηκε και τη βελτίωσή τους σε θέματα σεξουαλικής υγείας.

Πίνακας 31: Component Matrix μεταξύ Φύλου, Ηλικίας, Αξιών-Γνώσεων

	ComponentMatrix ^a			
	Component			
	1	2	3	4
Το μάθημα είναι πολύ αποτελεσματικό στη μετάδοση γνώσεων σε θέματα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας	,869			
Απέκτησα γνώσεις σχετικά με την καλή υγιεινή	,831			
Βρήκα ότι το μάθημα σεξουαλικής αγωγής είναι πολύ σημαντικό	,826			
Υπήρχε κάτι ενδιαφέρον στην αρχή της εκπαιδευτικής μεθόδου που τράβηξε την προσοχή μου.	,803			
Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιήθηκε στο μάθημα Αγωγής Υγείας που παρακολούθησα ήταν ενδιαφέρουσα.	,791			
Ο τρόπος διδασκαλίας του μαθήματος με βοηθάει να κατανοήσω πως μπορώ να προστατέψω τον εαυτό μου από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα	,780			
Μέσω της εκπαιδευτικής προσέγγισης η καθηγήτρια εξήγησε πολύ καλά θέματα σεξουαλικής υγείας.	,769			

Απέκτησα γνώσεις σε σχέση με τη λήψη αποφάσεων που επηρεάζουν την σεξουαλική μου υγεία.	,768			
Η εκπαιδευτική μέθοδος βελτίωσε τις γνώσεις μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας	,763			
Το μάθημα επέκτεινε την υπάρχουσα κατανόησή μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας	,762			
Μέσα από το μάθημα απέκτησα γνώσεις για την αναπαραγωγική υγεία.	,754			
Ο σχεδιασμός της μεθόδου διδασκαλίας φαίνεται ελκυστικός.	,750			
Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιείται προκαλεί το ενδιαφέρον για το πρόγραμμα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας.	,746	,425		
Θεωρώ ότι το μάθημα θα μου είναι χρήσιμο στη ζωή μου	,735			
Στο μάθημα έμαθα πως οι σεξουαλικές συμπεριφορές σχετίζονται με θέματα υγείας	,729			
Η διδακτική προσέγγιση που χρησιμοποιείται είναι ελκυστική.	,710			
Η μέθοδος διδασκαλίας κρατά την προσοχή μου.	,679			
Θεωρώ ότι το μάθημα αξίζει	,656	-,596		
Πιστεύετε ότι το μάθημα Αγωγής Υγείας σας βοήθησε να αναπτύξετε αξίες σε σχέση με τη σεξουαλική σας δραστηριότητα;	,641	-,427		
Οι γνώσεις που έλαβα με βοήθησαν στην καθημερινότητά μου	,589		,468	
Θεωρώ ότι θα μου είναι χρήσιμο το περιεχόμενο του μαθήματος	,639	-,654		
Το μάθημα με βοήθησε να αποκτήσω γνώσεις για την αντιμετώπιση της πίεσης των συνομηλίκων κατά την εφηβεία.			-,581	
Θα εφαρμόσω τη γνώση που απέκτησα	,439	,443	-,559	

Καταγράψτε την πιο σημαντική αξία που θεωρείτε ότι αποκτήσατε στο πλαίσιο του μαθήματος	-,475		,538	
Ηλικία				,698
Φύλο	-,431			,555
Extraction Method: Principal Component Analysis.				
a. 4 componentsextracted.				

Συμπερασματικά, μέσα από την ανάλυση των ερωτήσεων που έχουν τεθεί στους μαθητές γίνονται αντιληπτές οι τοποθετήσεις τους αναφορικά με τις γνώσεις και τις δεξιότητες που απέκτησαν κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγής Υγείας. Το (35,2% (N=19)) των μαθητών υποστήριξε ότι συμφωνεί με τη διδακτική προσέγγιση που έχει χρησιμοποιηθεί θεωρώντας ότι είναι ελκυστική και το 50% (N=27) των μαθητών δήλωσε ότι συμφωνεί με αυτήν. Επιπλέον, οι μαθητές συμφώνησαν πως η μέθοδος διδασκαλίας κρατά την προσοχή και το ενδιαφέρον τους. Το ίδιο ισχύει και με το σχεδιασμό της μεθόδου διδασκαλίας και το πόσο ελκυστικός φαίνεται στους ίδιους. Αυτό που αξίζει να τονιστεί είναι η συμφωνία που εξέφρασαν οι μαθητές ως προς το περιεχόμενο διδασκαλίας του μαθήματος Αγωγής Υγείας δηλώνοντας μάλιστα ότι μπορούν να το εφαρμόσουν στην καθημερινή τους ζωή και ότι τους δίδαξε συμπεριφορές που σχετίζονται με θέματα σεξουαλικής υγείας.

Επιπλέον, οι μαθητές εξέφρασαν τη θετική στάση τους απέναντι στον τρόπο διδασκαλίας του μαθήματος επειδή τους βοηθάει να κατανοήσουν πως μπορούν να προστατέψουν τον εαυτό τους από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, αλλά και ότι η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιείται προκαλεί το ενδιαφέρον τους για το πρόγραμμα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας. Ακόμα, δήλωσαν ότι μέσα από το μάθημα απέκτησαν γνώσεις για την αναπαραγωγική υγεία, βελτίωσαν τις γνώσεις τους σε θέματα σεξουαλικής υγείας και έλαβαν γνώσεις ως προς τη λήψη αποφάσεων που επηρεάζουν τη σεξουαλική τους υγεία.

Ακολούθως, το 48,1% (N=26) των μαθητών δήλωσε ότι σκοπεύει να εφαρμόσει στη ζωή του τις γνώσεις, που έχουν αποκτηθεί από το μάθημα, και μάλιστα βοήθησε να αντιμετωπίσει αποτελεσματικότερα την πίεση που βιώνει από τους συνομήλικούς του κατά την εφηβεία. Επιπλέον, το 46,3% (N=25) των μαθητών δήλωσε ότι συμφωνεί απόλυτα και το 29,6% (N=16) ότι συμφωνεί, πως μέσα από

το μάθημα πράγματι κατάφερε να επεκτείνει την ήδη υπάρχουσα κατανόησή τους σε θέματα σεξουαλικής υγείας.

Εστιάζοντας στις τοποθετήσεις των μαθητών της Δευτεροβάθμιας για το πόσο χρήσιμο κρίνεται το μάθημα Αγωγής Υγείας για αυτούς το 53,7% (N=29) δήλωσε ότι συμφωνεί απόλυτα και το 24,1% (N=13) ότι συμφωνεί, πως το μάθημα πράγματι θεωρείται χρήσιμο για αυτούς.

Τέλος, σχετικά με την καταγραφή της πιο σημαντικής αξίας που θεωρούν ότι απέκτησαν στο πλαίσιο του συγκεκριμένου μαθήματος, η αξία που παρουσίασε τη μεγαλύτερη συχνότητα καταγραφής είναι η «Ατομική Υπευθυνότητα» (72,2%) (N=39)) ενώ ακολουθεί ο «Σεβασμός στη διαφορετικότητα των άλλων» (16,7%) (N=9)) και η «Εμπιστοσύνη στον εαυτό μου» (11,9% (N=6)).

Συζήτηση

Μέσα από την παρούσα εργασία αναδεικνύεται η σημαντικότητα του μαθήματος Αγωγή της Υγείας το οποίο συμβάλλει στην κατανόηση της έννοιας της υγείας αλλά και στην ευαισθητοποίηση των μαθητών και στην προετοιμασία τους για τα σύγχρονα προβλήματα που καλούνται να αντιμετωπίσουν.

Οι Vaquero-Solís et al. (2021) αναφέρουν ότι μέσα από τη σχολική τάξη οι μαθητές είναι σε θέση να αποκτήσουν τις αξίες και τη συμπεριφορά που θα τους οδηγήσουν στην υιοθέτηση μιας υγιούς στάσης ζωής, διαμορφώνοντας συγχρόνως την προσωπικότητά τους. Παράλληλα οι Estrada et al (2020) επισημαίνουν ότι οι μαθητές μπορούν μέσω του μαθήματος να αντιληφθούν τον τρόπο με τον οποίο, αυτά που διδάσκονται, βρίσκουν ανταπόκριση στην καθημερινότητα, στην οικογένεια και στη κοινωνία. Οι τοποθετήσεις αυτές συμπίπτουν με τα αποτελέσματα της ποσοτικής ανάλυσης που διεξήχθη. Τα εν λόγω αποτελέσματα αποκαλύπτουν τη συμφωνία που εξέφρασαν οι μαθητές ως προς το περιεχόμενο διδασκαλίας του μαθήματος Αγωγής Υγείας. Οι μαθητές δήλωσαν ότι μπορούν να το εφαρμόσουν στην καθημερινή τους ζωή και ότι τους δίδαξε συμπεριφορές που σχετίζονται με θέματα υγείας.

Επιπλέον, οι μαθητές δήλωσαν ότι μέσα από τη συγκεκριμένη μέθοδο διδασκαλίας απέκτησαν γνώσεις για την αναπαραγωγική υγεία, αλλά και ότι η εκπαιδευτική μέθοδος βελτίωσε τις γνώσεις τους σε θέματα σεξουαλικής υγείας. Επίσης, δήλωσαν ότι έλαβαν γνώσεις ως προς τη λήψη αποφάσεων που επηρεάζουν την σεξουαλική τους υγεία. Συγκεκριμένα, το 53,7% (N=29) δήλωσε ότι το μάθημα είναι εξαιρετικά χρήσιμο για την απόκτηση γνώσεων σεξουαλικής υγείας. Επίσης, το 24,1% (N=13) επισήμανε ότι το μάθημα και πράγματι θεωρείται χρήσιμο για αυτούς.

Ενδιαφέροντα είναι τα ευρήματα σχετικά με την αξιολόγηση της διδακτικής προσέγγισης καθότι το (35,2% (N=19)) των μαθητών υποστήριξε ότι η διδακτική προσέγγιση που έχει χρησιμοποιηθεί είναι ελκυστική. Το ίδιο ισχύει και με το σχεδιασμό της μεθόδου διδασκαλίας και το πόσο ελκυστικός φαίνεται στους ίδιους.

Ο Χατζηχρήστου (2015) ανέφερε ότι η σεξουαλική και η αναπαραγωγική υγεία του ανθρώπου διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο για την πορεία του και τη στάση του για τη ζωή, τους συνανθρώπους και την κοινωνία. Επίσης, ο ερευνητής

επιχειρηματολόγησε ότι η σεξουαλική υγεία συνδέεται με τη σεξουαλικότητα του ατόμου, η οποία αφορά το φύλο, το σεξουαλικό προσανατολισμό, την ερωτική ζωή, κ.α. Σε αυτόν τον άξονα κινήθηκαν και οι Claudia et al. (2020) που τόνισαν ότι η ανάπτυξη των δεξιοτήτων των νέων θα τους βοηθήσει να είναι ικανοί να λάβουν σωστές αποφάσεις για τη ζωή τους.

Το σημείο μάλιστα το οποίο επισημαίνεται ειδικότερα από τους Fantaye et al. (2020) σχετίζεται με τη δημιουργία υπεύθυνων ατόμων, τα οποία θα έχουν τον έλεγχο και την απόφαση κάθε πράξης που θα αφορά τη σεξουαλική και την αναπαραγωγική τους ζωή. Με την εν λόγω τοποθέτηση συμφωνούνται ευρήματα της ανάλυσης που υλοποιήθηκε, αφού μεταξύ των αξιών που έχουν αποκομίσει οι μαθητές είναι: η «Ατομική Υπευθυνότητα» (72,2% (N=39)) ενώ ακολουθεί ο «Σεβασμός στη διαφορετικότητα των άλλων» (16,7% (N=9)) και η «Εμπιστοσύνη στον εαυτό μου» (11,9% (N=6)).

Σχετικά με την καταγραφή της πιο σημαντικής αξίας που θεωρούν ότι απέκτησαν στο πλαίσιο του συγκεκριμένου μαθήματος, η αξία που παρουσίασε τη μεγαλύτερη συχνότητα καταγραφής είναι η «Ατομική Υπευθυνότητα» (72,2% (N=39)).

Οι Breuner et al. (2016) τονίζουν ότι η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση δεν είναι απλά η μετάδοση της πληροφορίας και της στείρας ενημέρωσης για την ανατομία, την αναπαραγωγή και τη βιολογία του σώματος. Αντίθετα, αποτελεί τον τρόπο πληροφόρησης για μια υγιή σωματική ανάπτυξη, τον τρόπο ανακάλυψης των χαρακτηριστικών της ταυτότητας του φύλου και της αυτοεικόνας. Επίσης, η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση συμβάλλει στην προαγωγή των σχέσεων κάθε είδους, ώστε κάθε έφηβος να μπορέσει να αναπτύξει μια υγιή σεξουαλική συμπεριφορά. Συγκεκριμένα, το 48,1% (N=26) των μαθητών δήλωσε ότι σκοπεύει να εφαρμόσει στη ζωή του τις γνώσεις που έχουν αποκτηθεί από το μάθημα και ότι μέσα από το μάθημα κατάφερε να αντιμετωπίσει αποτελεσματικότερα την πίεση που βιώνει από τους συνομήλικούς του κατά την εφηβεία. Επίσης, το 46,3% (N=25) των μαθητών τόνισε ότι μέσα από το μάθημα πράγματι κατάφερε να επεκτείνει την ήδη κατανόησή του σε θέματα σεξουαλικής υγείας.

Συμπεράσματα

Μέσα από την παρούσα εργασία επισημαίνεται ότι ο σχεδιασμός του μαθήματος της Αγωγής Υγείας κρίνεται απαραίτητος στη σύγχρονη εποχή και θα πρέπει να εφαρμόζεται καθολικά. Αυτό μπορεί να πραγματοποιηθεί αφού προηγηθεί η μελέτη βασικών παραγόντων που επηρεάζουν τον τρόπο της ζωής των παιδιών, όπως είναι η σύγχρονη διατροφή, το περιβάλλον και οι συνθήκες κάτω από τις οποίες ζει το παιδί, η ενασχόληση του με τη γυμναστική κ.α.

Τα προγράμματα υγείας που σχεδιάζονται, οι πολιτικές που διαμορφώνονται, η φροντίδα που παρέχεται, θα πρέπει να είναι εστιασμένα στο σημαντικό ρόλο, τον οποίο διαδραματίζει η σεξουαλικότητα και η σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία όλων των ανθρώπων. Ότι αφορά στη σπουδαιότητα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας, αξίζει να τονιστεί ότι αποτελεί δικαίωμα όλων των ανθρώπων, ανεξαρτήτως φύλου και οικονομικό-κοινωνικής κατάστασης. Η σεξουαλική και αναπαραγωγική αγωγή συμβάλει στην ανάπτυξη στάσεων και συμπεριφορών που θα βοηθήσουν τα παιδιά να λάβουν σωστές αποφάσεις για τη ζωή τους και για τις σχέσεις τους.

Σύμφωνα με τα ευρήματα της ανάλυσης φάνηκε ότι οι μαθητές επιθυμούν να εφαρμόσουν το περιεχόμενο των γνώσεων που απέκτησαν στην καθημερινή τους ζωή. Παράλληλα, δήλωσαν ότι διδάχθηκαν σημαντικά θέματα που σχετίζονται με θέματα υγείας ενώ τόνισαν ότι το μάθημα θεωρείται χρήσιμο για αυτούς. Συγκεκριμένα σύμφωνα με την ανάλυση το 48,1% (N=26) των μαθητών δήλωσε ότι σκοπεύει να εφαρμόσει στη ζωή του τις γνώσεις που έχουν αποκτηθεί από το μάθημα και το 46,3% (N=25) των μαθητών τόνισε ότι μέσα από το μάθημα απέκτησε νέες γνώσεις πάνω σε θέματα σεξουαλικής υγείας.

Σκοπός της σεξουαλικής και της αναπαραγωγικής αγωγής θα πρέπει να είναι καταρχήν η σωστή ενημέρωση, η οποία θα περιλαμβάνει πληροφορίες για τη σεξουαλικότητα και τον τρόπο που διαμορφώνεται σύμφωνα με την ηλικία. Επίσης θα πρέπει να περιλαμβάνει πληροφορίες για την ανατομία και τη φυσιολογία του ανθρώπινου σώματος, τη διαδικασία της αναπαραγωγής και τον τοκετό, τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, την αντισύλληψη και την άμβλωση.

Αξιοσημείωτο συμπέρασμα είναι ότι πάνω από τους μισούς μαθητές (53,7% (N=29) δήλωσε ότι το μάθημα είναι εξαιρετικά χρήσιμο για την απόκτηση γνώσεων σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας.

Η παραγοντική ανάλυση ανέδειξε ότι από τις πιο καθοριστικές μεταβλητές, που παρουσιάζουν και τη μεγαλύτερη βαρύτητα λόγω ποσοστού και επεξήγησης, είναι οι παρακάτω: «το μάθημα είναι πολύ αποτελεσματικό στη μετάδοση γνώσεων σε θέματα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας» (,869) «Απέκτησα γνώσεις σχετικά με την καλή υγιεινή» (,831), «Βρήκα ότι το μάθημα σεξουαλικής υγείας είναι πολύ σημαντικό» (,826), «Υπήρχε κάτι ενδιαφέρον στην αρχή της εκπαιδευτικής μεθόδου που τράβηξε την προσοχή μου» (,803), «Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιήθηκε στο μάθημα σεξουαλικής υγείας που παρακολούθησα ήταν ενδιαφέρουσα» (,791), «Ο τρόπος διδασκαλίας του μαθήματος με βοηθάει να κατανοήσω πως μπορώ να προστατέψω τον εαυτό μου από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα» (,780), «Μέσω της εκπαιδευτικής προσέγγισης η καθηγήτρια εξήγησε πολύ καλά θέματα σεξουαλικής υγείας» (,769), «Απέκτησα γνώσεις σε σχέση με τη λήψη αποφάσεων που επηρεάζουν την σεξουαλική μου υγεία» (,768), «Η εκπαιδευτική μέθοδος βελτίωσε τις γνώσεις μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας» (,763), και «Το μάθημα επέκτεινε την υπάρχουσα κατανόησή μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας» (,762). Συνοψίζοντας, οι παραπάνω παράγοντες υποδηλώνουν το ενδιαφέρον των μαθητών για τη μέθοδο διδασκαλίας, την εκπαιδευτική προσέγγιση που χρησιμοποιήθηκε και τη βελτίωσή τους σε θέματα σεξουαλικής υγείας. Επίσης οι πιο σημαντικές αξίες που θεωρούν ότι απέκτησαν στο πλαίσιο του συγκεκριμένου μαθήματος είναι η «Ατομική Υπευθυνότητα» (72,2% (N=39)) ενώ ακολουθεί ο «Σεβασμός στη διαφορετικότητα των άλλων» (16,7% (N=9)) και η «Εμπιστοσύνη στον εαυτό μου» (11,9% (N=6)). Στη σύγχρονη εποχή, η οποία χαρακτηρίζεται από την έναρξη της σεξουαλικής δραστηριότητας σε νεαρή ηλικία, παρατηρείται αυξημένο το ποσοστό των εφήβων κοριτσιών που εγκυμονούν, με επακόλουθο αυξημένα ποσοστά αμβλώσεων. Επομένως, κρίνεται απαραίτητη η διδασκαλία της σεξουαλικής υγείας στους εφήβους για τη διαμόρφωση των στάσεων τους γύρω από αυτά τα θέματα γιατί στοχεύει στη προαγωγή της ατομικής υγείας και κατ' επέκταση στη δημιουργία μιας σεξουαλικά υγιούς κοινωνίας.

Τέλος, από την ανάλυση των ευρημάτων, συμπεραίνεται πως εκτός από τις γνώσεις και τις δεξιότητες που απέκτησαν μέσα από το μάθημα της Αγωγής Υγείας, ανέπτυξαν και αξίες με σημαντικότερες την ατομική υπευθυνότητα (72,2%) ,τον σεβασμό στην διαφορετικότητα των άλλων (16,7%) και την εμπιστοσύνη στον

εαυτό μου(11,9%),γι' αυτό αξίζει να σημειωθεί η σπουδαιότητα και αναγκαιότητα του μαθήματος της Αγωγής Υγείας στην σύγχρονη εκπαιδευτική διαδικασία.

Προτάσεις

Μέσα από τη διεξαγωγή της παρούσας έρευνας προέκυψαν κάποιοι περιορισμοί οι οποίοι είναι αναμενόμενοι και λαμβάνουν χώρα συχνά κατά την υλοποίηση ερευνητικών προσεγγίσεων. Για το λόγο ότι, μεταξύ των περιορισμών συγκαταλέγεται το δείγμα των μαθητών που συμμετείχε στην υλοποίηση έρευνας το οποίο ήταν αρκετά μικρό ($N=54 < 100$ που θεωρείται το ελάχιστο επαρκές δείγμα) τα αποτελέσματα που ελήφθησαν δεν ήταν σε θέση να αποδώσουν μία πολύπλευρη προσέγγιση που θα είναι σε θέση να καλύψει επαρκώς τα ερευνητικά ερωτήματα. Υπό αυτό το πρίσμα, θα μπορούσαν να διεξαχθούν περαιτέρω έρευνες μέσα από τις οποίες θα συλλεχθεί ένα αρκετά μεγάλο δείγμα ή ακόμα και ένα μεγαλύτερο από το τρέχον, που θα αποτελείται από 100 άτομα και άνω, ώστε να παρέχει ένα πλήθος διαφορετικών τοποθετήσεων και απόψεων. Ακόμα, θα μπορούσαν να διεξαχθούν επιπλέον μελέτες και έρευνες που θα λάβουν υπόψη ένα μεγαλύτερο δίκτυο εκπαιδευτικών μονάδων (π.χ. Γυμνάσιο) από την Ελλάδα ώστε να μπορέσουν να ληφθούν ευρήματα που να αποδίδουν διαφορετικές οπτικές και μία πιο ουσιαστική προσέγγιση του θέματος. Το γεγονός ότι η σεξουαλική ζωή των νέων ξεκινά ήδη από τις πρώτες τάξεις του Γυμνασίου καθιστά επιτακτική την ανάγκη οι μαθητές να λαμβάνουν μία πολύπλευρη ενημέρωση ήδη από τη νεαρή αυτή ηλικία σε ανάλογα θέματα. Παράλληλα θα πρέπει να διευρυνθεί η βιβλιογραφία που υπάρχει σε αυτό το πεδίο ώστε να είναι σε θέση να συμβαδίζει με την εξέλιξη της εποχής και των τάσεων που ακολουθούνται από τους νέους.

Βιβλιογραφία

Ξενόγλωσση

- Breuner, C., C. & Mattson, G. (2016). Sexuality Education for Children and Adolescents. *American Academy of Pediatrics*.
- Bryan, G., Kelly, P., Chesters, H., Franklin, J., Griffiths, H., Langton, L., ... & Gibson, F. (2021). Access to and experience of education for children and adolescents with cancer: a scoping review protocol. *Systematic reviews*, 10(1), 1-11.
- Chard, A. N., Garn, J. V., Chang, H. H., Clasen, T., & Freeman, M. C. (2019). Impact of a school-based water, sanitation, and hygiene intervention on school absence, diarrhea, respiratory infection, and soil-transmitted helminths: results from the WASH HELPS cluster-randomized trial. *Journal of global health*, 9(2).
- Christodoulou, G., Mezzich, J., Cloninger, R., Christodoulou, N., Villar, E. Appleyard, J. & Botbol, M. (2018). Promoting healthy lives and well-being for all: The contribution of the International College of Person-Centered Medicine (ICPCM). *Psychiatriki*. 29. 52-57. 10.22365/jpsych.2018.291.52.
- Claudia, D. E. D., GonzE, C., Villa, A. R., GarcED, S., & Cruz-Cruz, B. (2020). The Internet as a Reliable Source of Sexual and Reproductive Health Information among Rural School-Aged Children in Oaxaca, Mexico. *Global Journal of Computer Science and Technology*, 20(6), 1-18.
- Conti, A. A. (2018). Historical evolution of the concept of health in Western medicine. *Acta Biomed*. 89(3): 352–354.
- d'Annunzio, G., Maffei, C., Cherubini, V., Rabbone, I., Scaramuzza, A., Schiaffini, R., ... & Maghnie, M. (2020). Caring for children and adolescents with type 1 diabetes mellitus: Italian Society for Pediatric Endocrinology and Diabetology (ISPED) statements during COVID-19 pandemic. *Diabetes research and clinical practice*, 168, 108372.
- DiPietro, L., Al-Ansari, S. S., Biddle, S. J., Borodulin, K., Bull, F. C., Buman, M. P., ... & Willumsen, J. F. (2020). Advancing the global physical activity agenda: recommendations for future research by the 2020 WHO physical activity and sedentary behavior guidelines development group. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 17(1), 1-11.

- Estrada, C. A. M., Gregorio Jr, E. R., Kanyasan, K., Hun, J., Tomokawa, S., Dumlao, M. C., & Kobayashi, J. (2020). School health promotion in South-East Asia by Japan and partners. *Pediatrics International*, 62(9), 1029-1038.
- European Commission, (2020). Sexuality education across the European Union: an overview. Publications Office of European Union. <https://data.europa.eu/doi/10.2767/869234>
- Fantaye, A. W., Buh, A. W., Idriss-Wheeler, D., Fournier, K., & Yaya, S. (2020). Effective educational interventions for the promotion of sexual and reproductive health and rights for school-age children in low-and middle-income countries: a systematic review protocol. *Systematic reviews*, 9(1), 1-8.
- Green, L.W. (1999). Health Education's Contributions to Public Health in the Twentieth Century: A Glimpse Through Health Promotion's Rear-View Mirror. *Annu Rev Public Health*.20(1):67–88.
- Gupta, S., & Jawanda, M. K. (2020). The impacts of COVID-19 on children. *Acta Paediatr*, 109(11), 2181-2183.
- Kirby D. (2001) Emerging Answers: Research Findings on Programs to Reduce Teen Pregnancy (Summary), *American Journal of Health Education*, 32:6, 348-355, DOI: 10.1080/19325037.2001.10603497
- Krajewska, J. (2019). “Orandum est ut sit mens sana in corpore sano”, or the Beginnings of Health Prevention in Antiquity. *Seminare. Poszukiwania naukowe*. (40). 133-146. 10.21852/sem.2019.4.10.
- Kumanyika, S., Jeffery, R. W., Morabia, A., Ritehbaugh, C., Antipatis, V. J. (2002). Public health approaches to the prevention of obesity. Working group of the international obesity taskforce. *Obesity prevention: the case for action*, *Int J Obes* 2002, 26:425-436
- Lawrence, J. M., Divers, J., Isom, S., Saydah, S., Imperatore, G., Pihoker, C., ... & SEARCH for Diabetes in Youth Study Group. (2021). Trends in prevalence of type 1 and type 2 diabetes in children and adolescents in the US, 2001-2017. *JAMA*, 326(8), 717-727.
- Ma, Z., Idris, S., Zhang, Y., Zewen, L., Wali, A., Ji, Y., ... & Baloch, Z. (2021). The impact of COVID-19 pandemic outbreak on education and mental health of Chinese children aged 7–15 years: an online survey. *BMC pediatrics*, 21(1), 1-8.

- Mahler, H. (2016). The Meaning of "Health for All by the Year 2000". *American journal of public health*, 106(1), 36–38. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2016.106136>
- Nutbeam, D. (1986). *Health promotion glossary*. Health promotion (Oxford, England), 1(1), 113–127. <https://doi.org/10.1093/heapro/1.1.113>
- Nutbeam D. (2019). Health education and health promotion revisited. *Health Educ J*.78(6):705–709.
- OTTAWA CHARTER FOR HEALTH PROMOTION, Health PromotionInternational, Volume 1, Issue 4, 1986, Page 405, <https://doi.org/10.1093/heapro/1.4.405>
- Oyserman, D. (2001). Values: Psychological perspectives. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*, 16150–16153, <https://doi.org/10.1016/b0-08-043076-7/01735-6>
- Priya, P. G., Asokan, S., Janani, R. G., &Kandaswamy, D. (2019). Effectiveness of school dental health education on the oral health status and knowledge of children: A systematic review. *Indian Journal of Dental Research*, 30(3), 437.
- Rector, C., Afifa, N. N., Gupta, V., Ismail, A., Mosha, D., Katalambula, L. K., ... & Fawzi, W. W. (2021). School-based nutrition programs for adolescents in Dodoma, Tanzania: a situation analysis. *Food and Nutrition Bulletin*, 42(3), 378-388.
- Santos, J. A. L. D., Camargo, A. B. D., Lisboa, A. M., Rocha, C. C. T., Estevam, C., Latterza, E., ... & Carneiro, T. C. (2022). Challenges of remote learning for children and adolescents with cancer in times of pandemic by COVID-19 in the context of the hospital class: case report. *Rev. Soc. Bras. Enferm. Ped*, 22.
- Sharma, M. (2021). *Theoretical foundations of health education and health promotion*. Jones & Bartlett Learning.
- UNESCO &UNFPA (2017). *Youth and comprehensive sexuality education*. United Nations Youth. Retrieved 20/01/2022 from: <https://www.un.org/esa/socdev/documents/youth/fact-sheets/youth-sexuality-education.pdf>
- UNESCO. *International technical guidance on sexuality education* [Internet]. United Nations Educational Scientific and Cultural Organization SDGs. 2018. 1–139 p. Available from: <http://unesdoc.unesco.org/images/0026/002607/260770e.pdf>

Vaquero-Solís, M., Tapia-Serrano, M. A., Hortigüela-Alcalá, D., Jacob-Sierra, M., & Sánchez-Miguel, P. A. (2021). Health promotion through movement behaviors

Ελληνική

Αθανασίου, Κ. (2004). Αγωγή Υγείας. Θεσσαλονίκη, Εκδόσεις Γρηγόρη.

Βαϊδάκης, Ν. (2008). *Σεξουαλική αγωγή: Το περιεχόμενο και η αναγκαιότητά της*. Στο Ι. Ν. Παρασκευόπουλος και συν. (επιμ) Διαφυλικές Σχέσεις: Εισηγήσεις στο Σεμινάριο Κατάρτισης Εκπαιδευτικών-Στελεχών σε Θέματα Σεξουαλικής Αγωγής και Ισότητας των Φύλων, Τόμος Β' (8η έκδ., σ. 557-564). Ελληνικά Γράμματα.

Γκούβρα, Μ., Κυρίδης, Α., Μαυρικάκη, Ε. (2001). Αγωγή Υγείας και Σχολείο: Βιολογική και Παιδαγωγική Προσέγγιση. Αθήνα, Εκδόσεις ΤΥΠΩΘΗΤΩ.

Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο, (2013). Έκθεση σχετικά με την σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και τα συναφή δικαιώματα. 2013/2040 (INI), 26-9-2013. Ανακτήθηκε 04/03/2022 από:

https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/A-7-2013-0306_EL.html

Καδιγιαννόπουλος, Γ., Καραβίδα, Μ., Γαλανοπούλου, Ε., & Γαλανόπουλος, Α. (2020). Η σεξουαλική αγωγή στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση στον ελλαδικό χώρο. Αρχεία Ελληνικής Ιατρικής, 37(2), 267-272. Ανακτήθηκε 12/01/2022 από: <https://www.mednet.gr/archives/2020-2/pdf/267.pdf>

Καλοκαιρινού, Α. & Σουρτζή, Π. (2005). *Κοινωνική Νοσηλευτική*. Βήτα: Αθήνα σελ.: 85-88

Χατζηχρήστου, Χ. (2015). Πρόληψη και Προαγωγή της Ψυχικής Υγείας στο Σχολείο και στην Οικογένεια. Αθήνα, Gutenberg

Παραρτήματα

Παράρτημα Ι

Ερωτηματολόγιο Έρευνας

Η Αγωγή υγείας ως μέσο γνώσεων, αξιών και δεξιοτήτων στη σύγχρονη εκπαιδευτική διαδικασία

Το παρόν ερωτηματολόγιο έχει σαν στόχο να διερευνήσει τις απόψεις μαθητών Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης σε σχέση με τις γνώσεις, τις αξίες και τις δεξιότητες που έχουν αποκτήσει στο πλαίσιο του μαθήματος Αγωγής Υγείας.

Παρακαλώ αν είστε μαθητής Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης, και φυσικά αν το επιθυμείτε, αφιερώστε 10 λεπτά να απαντήσετε στις ερωτήσεις.

Σημαντική ενημέρωση:

- Για να συμμετέχετε στην έρευνα θα πρέπει να δείξετε το ερωτηματολόγιο στους γονείς σας και να πάρετε έγκριση.
- Μπορείτε αν θέλετε να συμπληρώσετε το ερωτηματολόγιο με την παρουσία των γονέων σας.
- Η συμμετοχή στην έρευνα είναι ανώνυμη και εθελοντική.
- Έχετε το δικαίωμα να μην συμμετέχετε στην έρευνα.
- Έχετε το δικαίωμα να μην απαντήσετε σε ερωτήσεις που σας κάνουν να νιώθετε άβολα ή σε ερωτήσεις που απλά δεν θέλετε να απαντήσετε.
- Έχετε το δικαίωμα να μην απαντήσετε σε ερωτήσεις που δεν κατανοείτε.
- Έχετε το δικαίωμα να διακόψετε τη συμμετοχή σας στην έρευνα ακόμα και αν έχετε ξεκινήσει.
- Δεν χρειάζεται να συμμετέχετε στην έρευνα αμέσως. Μπορείτε να πάρετε το χρόνο σας και να το σκεφτείτε όσο θέλετε.
- Έχετε το δικαίωμα να επικοινωνήσετε μαζί μου είτε για απορίες είτε για να ζητήσετε την μη συμπερίληψη των απαντήσεων σας στην έρευνα.
- Η ταυτότητα σας δεν πρόκειται να κοινοποιηθεί. Θα παραμείνει εμπιστευτική.

Το μέιλ μου είναι: marinouleolei@hotmail.com

Ευχαριστώ εκ των προτέρων για το χρόνο σας!

Δημογραφικά

Οι παρακάτω ερωτήσεις αφορούν στις δημογραφικές σας πληροφορίες.

Παρακαλώ σημειώστε με ένα χ το φύλο σας.

Φύλο

Αντρας	
Γυναίκα	

Παρακαλώ σημειώστε την ηλικία σας.

Ηλικία

.....

Παρακαλώ σημειώστε το σχολείο φοίτησης.

Σχολείο φοίτησης

.....

Παρακαλώ σημειώστε με ένα χ την τάξη σας.

Τάξη

Α' Λυκείου	
Β' Λυκείου	
Γ' Λυκείου	

Η προώθηση γνώσεων, αξιών και δεξιοτήτων μέσω του μαθήματος Αγωγή της Υγείας

Οι παρακάτω ερωτήσεις άφορους στις γνώσεις και στις δεξιότητες που αποκτήσατε κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγή της Υγείας. Επιλέξτε την απάντηση που σας αντιπροσωπεύει περισσότερο.

	Συμφωνώ απόλυτα	Συμφωνώ	Ουδέτερος/η	Διαφωνώ	Διαφωνώ απόλυτα
Υπήρχε κάτι ενδιαφέρον στην αρχή της εκπαιδευτικής μεθόδου που τράβηξε την προσοχή μου.					
Η διδακτική προσέγγιση που χρησιμοποιείται είναι ελκυστική.					
Η μέθοδος διδασκαλίας κρατά την προσοχή μου.					
Ο σχεδιασμός της μεθόδου διδασκαλίας φαίνεται ελκυστικός.					
Οι γνώσεις που έλαβα με βοήθησαν στην καθημερινότητά μου					
Στο μάθημα έμαθα πως οι σεξουαλικές συμπεριφορές σχετίζονται με θέματα υγείας					
Ο τρόπος διδασκαλίας του μαθήματος με βοηθάει να κατανοήσω πως μπορώ να προστατεύσω τον εαυτό μου από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα					
Μέσω της εκπαιδευτικής προσέγγισης η καθηγήτρια εξήγησε πολύ καλά θέματα σεξουαλικής υγείας.					

Βρήκα ότι το μάθημα σεξουαλικής αγωγής είναι πολύ σημαντικό					
Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιήθηκε στο μάθημα Αγωγής Υγείας που παρακολούθησα ήταν ενδιαφέρουσα.					
Η μέθοδος διδασκαλίας που χρησιμοποιείται προκαλεί το ενδιαφέρον για το πρόγραμμα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας.					
Η εκπαιδευτική μέθοδος βελτίωσε τις γνώσεις μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας					
Μέσα από το μάθημα απέκτησα γνώσεις για την αναπαραγωγική υγεία.					
Απέκτησα γνώσεις σε σχέση με τη λήψη αποφάσεων που επηρεάζουν την σεξουαλική μου υγεία					
Απέκτησα γνώσεις σχετικά με την καλή υγιεινή					
Θα εφαρμόσω τη γνώση που απέκτησα					
Το μάθημα με βοήθησε να αποκτήσω γνώσεις για την αντιμετώπιση της πίεσης των συνομηλίκων κατά την εφηβεία.					
Το μάθημα επέκτεινε την υπάρχουσα κατανόησή μου σε θέματα σεξουαλικής υγείας					
Το μάθημα είναι					

πολύ αποτελεσματικό στη μετάδοση γνώσεων σε θέματα εκπαίδευσης σεξουαλικής υγείας					
Θεωρώ ότι θα μου είναι χρήσιμο το περιεχόμενο του μαθήματος					
Θεωρώ ότι το μάθημα αξίζει					
Θεωρώ ότι το μάθημα θα μου είναι χρήσιμο στη ζωή μου					

Αξίες

Οι παρακάτω ερωτήσεις αφορούν στις αξίες που αποκτήσατε κατά τη διδασκαλία του μαθήματος Αγωγή της Υγείας.

Πιστεύετε ότι το μάθημα Αγωγής Υγείας σας βοήθησε να αναπτύξετε αξίες σε σχέση με τη σεξουαλική σας υγεία;

- Παρά πολύ
- Πολύ
- Ουδέτερος/η
- Λίγο
- Καθόλου

Καταγράψτε την πιο σημαντική αξία που θεωρείτε ότι αποκτήσατε στο πλαίσιο του μαθήματος


Ατομική Υπευθυνότητα

Σεβασμός στη διαφορετικότητα των άλλων

Εμπιστοσύνη στον εαυτό μου

Παράρτημα ΙΙ

Βεβαίωση έγκρισης χορήγησης ερωτηματολογίου από την Διεύθυνση του 1ου ΕΠΑ.Λ Λεχαινών



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ
ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ

ΠΕΡΙΦΕΡΙΚΗ Δ/ΝΣΗ Π/ΘΜΙΑΣ & Δ/ΘΜΙΑΣ
ΕΚΠ/ΣΗΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ
Δ/ΝΣΗ Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Ν. ΗΛΕΙΑΣ
1^ο ΕΠΑΛ ΛΕΧΑΙΝΩΝ
«ΗΡΑΚΛΗΣ ΜΟΣΧΟΝΑΣ»

Ταχ. Δ/ση: Λεχαινά
Τ.Κ - Πόλη: 27053 Λεχαινά
Ιστοσελίδα: mail@1epal-lechain.ilei.sch.gr
Πληροφορίες: Βασιής Παναγιώτης
Τηλ: 2623-0-22861
Fax: 2623-0-29104

ΒΕΒΑΙΩΣΗ

Βεβαιώνεται ότι η εκπαιδευτικός **Μαρίνου Μαρία-Αθανασία του Γεωργίου κλάδου ΠΕ87.02** που έχει τοποθετηθεί για το σχολικό έτος 2022-23 ως αναπληρώτρια εκπαιδευτικός στο 1^ο ΕΠΑ.Λ. Λεχαινών, σύμφωνα με τις αναθέσεις μαθημάτων που ανέλαβε, χορήγησε στους μαθητές κατά την διδασκαλία της, ανώνυμα και προαιρετικά, ερωτηματολόγιο με θέμα «*Η Αγωγή Υγείας ως μέσο γνώσεων, αξιών και δεξιοτήτων στη σύγχρονη εκπαιδευτική διαδικασία*» στα πλαίσια της εργασίας της στο Τμήμα Μαιευτικής του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής (Π.Δ.Α.)
Η βεβαίωση αυτή χορηγείται στην ενδιαφερόμενη για να τη χρησιμοποιήσει στο Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής.


Ο Διευθυντής
ΒΑΣΙΛΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
ΠΕΔΑ/ΜΑΕΚΤΡΟΛΟΓΟΣ

Scanned with CamScanner