



**Α.Τ.Ε.Ι. ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ**  
**ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ & ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ**  
**ΤΜΗΜΑ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΜΟΝΑΔΩΝ ΥΓΕΙΑΣ**  
**& ΠΡΟΝΟΙΑΣ**

**ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**«Η κατανάλωση αλκοόλ στην εφηβική ηλικία»**

**ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΑ: ΔΕΡΝΙΤΣΙΩΤΗ ΜΑΝΘΑ, ΑΜ: 2007043**

**ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΚΑΣΤΑΝΙΩΤΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ**

**Ακαδημαϊκό έτος 2011-2012**

**ΚΑΛΑΜΑΤΑ**



## Περιεχόμενα

|   |    |
|---|----|
| Περιεχόμενα.....  | 3  |
| Ευχαριστίες.....  | 8  |
| Περίληψη.....   | 9  |
| <br>  |    |
| Πρόλογος.....   | 10 |
| <br>  |    |
| Πρώτο κεφάλαιο: Εφηβική ηλικία και εξαρτήσεις.....                | 12 |
| 1.1 Στοιχεία εφηβικής ηλικίας.....                                | 12 |
| 1.2 Έφηβοι και εξαρτήσεις.....                                    | 13 |
| <br>  |    |
| Δεύτερο κεφάλαιο: Εφηβεία και αλκοόλ.....                         | 17 |
| 2.1 Ορισμοί και έρευνες για τον αλκοολισμό.....                   | 17 |
| 2.2 Οι επιπτώσεις της κατανάλωσης αλκοόλ στην εφηβική ηλικία..... | 22 |
| 2.3 Σημάδια συστηματικής κατανάλωσης.....                         | 25 |
| <br>  |    |
| Τρίτο Κεφάλαιο: Ειδικό μέρος.....                                 | 27 |
| 3.1 Μεθοδολογία.....  | 27 |
| 3.2 Παρουσίαση Ερωτηματολογίου.....                               | 28 |
| 3.3 Παρουσίαση Αποτελεσμάτων.....                                 | 29 |
| 3.3.1 Δημογραφικά Δεδομένα του Δείγματος.....                     | 29 |
| 3.3.2 Ειδικές Ερωτήσεις.....                                      | 31 |
| <br>  |    |
| Τέταρτο Κεφάλαιο: Συμπεράσματα – Περιορισμοί έρευνας.....         | 45 |
| 4.1 Παρουσίαση Συμπερασμάτων.....                                 | 45 |

|   |    |
|---|----|
| 4.2 Περιορισμοί της έρευνας – Πρόταση για μελλοντική έρευνα ..... | 46 |
| Βιβλιογραφία .....  | 47 |
| Άρθρα.....  | 49 |
| Παράρτημα - Ερωτηματολόγιο.....                                   | 50 |

## Ευρετήριο Πινάκων

|   |    |
|---|----|
| Πίνακας 3.4: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το λόγο κατανάλωσης αλκοόλ για πρώτη φορά.....   | 32 |
| Πίνακας 3.5: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με τη συχνότητα κατανάλωσης αλκοόλ.....   | 33 |
| Πίνακας 3.6: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με την ποσότητα κατανάλωσης αλκοόλ σε νυχτερινές εξόδους.....                                   | 34 |
| Πίνακας 3.7: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το είδος των ποτών που καταναλώνουν σε νυχτερινές εξόδους.....                               | 35 |
| Πίνακας 3.8: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το λόγο που αποφάσισαν να καταναλώσουν αλκοόλ .....  | 37 |
| Πίνακας 3.9: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το λόγο που εξακολουθούν να καταναλώνουν αλκοόλ.....   | 38 |
| Πίνακας 3.10: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν έχουν μεθύσει στο παρελθόν .....   | 39 |
| Πίνακας 3.11: Κατανομή των ερωτηθέντων (που απάντησαν θετικά στην προηγούμενη ερώτηση) σύμφωνα με το πόσες φορές έχουν μεθύσει στο παρελθόν.. | 40 |
| Πίνακας 3.12: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν το οικογενειακό τους περιβάλλον καταναλώνει αλκοόλ .....                             | 41 |
| Πίνακας 3.13: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν οι γονείς τους τους έδιναν αλκοόλ για να δοκιμάσουν σε μικρή ηλικία.....             | 42 |
| Πίνακας 3.14: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν πιστεύουν ότι το αλκοόλ έχει αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία.....                    | 43 |

## Ευρετήριο Σχημάτων

|   |    |
|---|----|
| Διάγραμμα 2.1: Υπερβολική χρήση αλκοόλ τον τελευταίο μήνα στους μαθητές 15-19 ετών, στο σύνολό τους και ανά φύλο (%).....                       | 18 |
| Διάγραμμα 2.2: Χρήση αλκοόλ ανά ηλικιακή ομάδα (%).....   | 20 |
| Διάγραμμα 3.1: Κατανομή των ερωτηθέντων ανά φύλο .....  | 29 |
| Διάγραμμα 3.2: Κατανομή των ερωτηθέντων ανά ηλικία .....  | 30 |
| Διάγραμμα 3.3: Ποσοστό ερωτηθέντων ανά ηλικία που κατανάλωσε αλκοόλ για πρώτη φορά.....   | 32 |
| Διάγραμμα 3.4: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το λόγο κατανάλωσης αλκοόλ για πρώτη φορά.....   | 33 |
| Διάγραμμα 3.5: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με τη συχνότητα κατανάλωσης αλκοόλ .....  | 34 |
| Διάγραμμα 3.6: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με την ποσότητα κατανάλωσης αλκοόλ σε νυχτερινές εξόδους.....                                   | 35 |
| Διάγραμμα 3.7: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το είδος των ποτών που καταναλώνουν σε νυχτερινές εξόδους.....                               | 36 |
| Διάγραμμα 3.8: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το λόγο που αποφάσισαν να καταναλώσουν αλκοόλ .....  | 37 |
| Διάγραμμα 3.9: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το λόγο που εξακολουθούν να καταναλώνουν αλκοόλ.....   | 39 |
| Διάγραμμα 3.10: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν έχουν μεθύσει στο παρελθόν .....   | 40 |
| Διάγραμμα 3.11: Κατανομή των ερωτηθέντων (που απάντησαν θετικά στην προηγούμενη ερώτηση) σύμφωνα με το πόσες φορές έχουν μεθύσει στο παρελθόν.. | 41 |

|   |    |
|---|----|
| Διάγραμμα 3.12: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν το οικογενειακό τους περιβάλλον καταναλώνει αλκοόλ.....                  | 42 |
| Διάγραμμα 3.13: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν οι γονείς τους τους έδιναν αλκοόλ για να δοκιμάσουν σε μικρή ηλικία..... | 43 |
| Διάγραμμα 3.14: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν πιστεύουν ότι το αλκοόλ έχει αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία.....        | 44 |

## Ευχαριστίες

Με την ολοκλήρωση της εργασίας μου και την παράδοσή της για αξιολόγηση στους καθηγητές του Τεχνολογικού Ιδρύματος Καλαμάτας, θα ήθελα να απευθύνω τις ειλικρινείς μου ευχαριστίες στα πρόσωπα εκείνα που μου παραστάθηκαν. Χωρίς εκείνους η εργασία μου δεν θα μπορούσε να ολοκληρωθεί.

Σε πρώτο επίπεδο θα ήθελα να ευχαριστήσω την καθηγήτρια κυρία Κατερίνα Καστανιώτη για την ανιδιοτελή και συνεχή στήριξη που μου παρείχε κατά την έρευνά μου. Η καθοδήγησή του είχε καθοριστική σημασία για την έρευνά μου.

Επίσης, θα ήθελα να ευχαριστήσω τον Διευθυντή και τους καθηγητές του Γυμνασίου – Λυκείου Μώλου Φθιώτιδος, για την βοήθεια που μου παρείχαν στην διενέργεια της έρευνας και στη συγκέντρωση των ερωτηματολογίων.

Σε πιο προσωπικό επίπεδο, θα ήθελα να ευχαριστήσω τους γονείς μου για την συνεχή τους υποστήριξη, την υπομονή και την αποδοχή τους όλα αυτά τα χρόνια οφείλω να εκφράσω την απεριόριστη ευγνωμοσύνη μου. Χάρη σε αυτούς είχα την ευκαιρία να ακολουθήσω την σπουδαστική πορεία που επιθυμούσα και να αφιερωθώ στην ολοκλήρωση των σπουδών μου.

Με εκτίμηση Δερμετσιώτη Μάνθα



## Περίληψη

**Θέμα:** Οι επιπτώσεις της χρήσης αλκοόλ στην εφηβική ηλικία. **Σύνοψη:** Ολοένα και περισσότεροι έφηβοι σήμερα καταναλώνουν ποσότητες αλκοόλ σε τακτική βάση. Στην παρούσα εργασία επιχειρούμε να εξετάσουμε τα αίτια που ωθούν τους νέους στη χρήση αλκοόλ, να αναλύσουμε την σημασία του αλκοόλ για τους ίδιους και να ταξινομήσουμε τις συνέπειες στην καθημερινή ζωή, την φυσική τους κατάσταση, την ψυχική υγεία και τις κοινωνικές τους δεξιότητες. **Στόχος:** Βασικός στόχος της έρευνάς μας είναι η εξαγωγή τεκμηριωμένων συμπερασμάτων αναφορικά με τις επιπτώσεις της κατανάλωσης αλκοόλ στην εφηβική ηλικία με την αξιοποίηση παλαιότερων και σύγχρονων ερευνών, αλλά την διεξαγωγή σχετικής στατιστικής μελέτης. **Μεθοδολογία/υλικό:** Η πρώτη ενότητα της εργασίας που συνιστά και το θεωρητικό της υπόβαθρο αξιολογεί έρευνες παλαιότερων ετών και αξιοποιεί την σχετική βιβλιογραφία. Στην δεύτερη ενότητα, που ασχολείται με την διεξαγωγή στατιστικής έρευνας σύμφωνα με την μέθοδο της δειγματοληπτικής έρευνας της κοινής γνώμης, έχουν συμπεριληφθεί τα αποτελέσματα της συμπλήρωσης 100 ερωτηματολογίων. Τα ερωτηματολόγια αυτά δόθηκαν για συμπλήρωση σε ένα σύνολο 100 μαθητές μεταξύ 12 και 18 ετών, που αποτελείται από 50 αγόρια και 50 κορίτσια, αντίστοιχα με ίση αναλογία απ' όλες τις ηλικίες. Η προσέγγιση των μαθητών πραγματοποιήθηκε σε σχολικές μονάδες έπειτα από την συνεννόηση ανάμεσα στον φοιτητή και τους διευθυντές των σχολείων. Η σύνταξη του ερωτηματολογίου έγινε με βάση την σχετική βιβλιογραφία προκειμένου να συλλεχθούν όλες οι απαραίτητες πληροφορίες για την διεξαγωγή αντικειμενικών συμπερασμάτων. **Συμπεράσματα:** Η χρήση αλκοόλ είναι συνηθισμένη στους εφήβους της Ελλάδας, ωστόσο μόλις ένα μικρό ποσοστό των μαθητών αντιμετωπίζει όντως πρόβλημα αλκοολισμού. Στις περισσότερες περιπτώσεις η κατανάλωση αλκοόλ οφείλεται σε ψυχολογικούς και κοινωνικούς παράγοντες με βασικότερη την επιθυμία του εφήβου να είναι αρεστός και αποδεκτός από τον κοινωνικό του περίγυρο, αλλά και το άγχος που καλλιεργείται από αυτή την επιθυμία.

## Πρόλογος

Η περίοδος της εφηβικής ηλικίας αποτελεί ομολογουμένως μια από τις πιο ταραχώδεις φάσεις της ανθρώπινης ανάπτυξης. Αν και καλύπτει χρονικά ένα ελάχιστο μέρος της συνολικής ζωής του ανθρώπου, η εφηβεία αποτελεί το σημαντικότερο στάδιο της πορείας του, το πέρασμα από την παιδική ηλικία στην ενηλικίωση.

Στην πραγματικότητα, κάθε άνθρωπος βιώνει αυτό το πέρασμα πολύ διαφορετικά και πάντα σε αναλογία με τις ιδιαιτερότητες του δικού του χαρακτήρα. Ωστόσο, συνήθως οι έφηβοι παρουσιάζουν κάποια κοινά χαρακτηριστικά σε διαφορετικό βαθμό, τα οποία παρέρχονται μετά την ενηλικίωσή τους. Λόγου χάριν οι περισσότεροι νέοι αισθάνονται μια έντονη έλξη προς τον κίνδυνο, εμφανίζουν τάσεις συνειδητής παραβατικότητας, λαχταρούν να ξεχωρίσουν αλλά και να ενταχθούν, βιώνουν αμφίρροπα συναισθήματα, είναι επιρρεπείς στις εξαρτήσεις και την κατάθλιψη, ενώ πειραματίζονται σε κάθε ευκαιρία.

Ο συστηματικός θυμός, η επαναστατικότητα, οι ριψοκίνδυνες επιλογές και η ταλάντευση ανάμεσα στην σοβαροφάνεια και τον παλιμπαιδισμό δεν αποτελούν «φήμη» που ακολουθεί τους εφήβους. Αντίθετα, στις περισσότερες περιπτώσεις οι ορμονικές και οι βιολογικές αλλαγές που βιώνουν οι νέοι στο σώμα τους αντικατοπτρίζονται θαυμάσια στην ψυχολογία και την συμπεριφορά τους. Με βάση τα παραπάνω, όλες οι αποκλίσεις από την επιτρεπτή συμπεριφορά είναι σε πολλές περιπτώσεις αναμενόμενες στους εφήβους και οφείλουμε να τις αντιμετωπίζουμε με υπομονή και ανεκτικότητα, όταν η υγεία και ισορροπία εκείνων και των γύρω τους δεν τίθενται σε κίνδυνο.

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, οι έφηβοι επιλέγονται να πειραματίζονται με κάθε ευκαιρία τόσο, ώστε θα μπορούσαμε να τους χαρακτηρίσουμε ως «νεαρούς συλλέκτες εμπειριών». Βέβαια, πολλές από τις εμπειρίες που αποφασίζουν να δοκιμάσουν οδηγούν σε εξάρτηση ή επιδρούν με αρνητικό τρόπο στην συμπεριφορά και τις κοινωνικές συναλλαγές τους. Σε αυτή την περίπτωση συνηθίζουμε να κάνουμε λόγο για «παραβατική συμπεριφορά» κι αυτό επειδή τέτοιες συμπεριφορές

παρεκκλίνουν από την νόρμα, αλλά και διότι συχνά διώκονται από νόμους και κανονισμούς.

Η κατανάλωση αλκοόλ είναι η εξαρτησιογόνος ουσία που αποτελεί την πρώτη επιλογή των εφήβων στην Ελλάδα. Αυτό οφείλεται πιθανότατα στο γεγονός ότι τα αλκοολούχα ποτά είναι εύκολα διαθέσιμα και φθηνά, ενώ οι έλεγχοι για την πώληση ή την προσφορά αλκοόλ σε ανηλίκους σπανίζουν και είναι ελαστικοί. Έτσι, οι έφηβοι επιλέγουν το αλκοόλ άλλοτε για να ξεχωρίσουν για το «θάρρος» τους και να προσελκύσουν την προσοχή των συνομηλίκων τους, άλλοτε επιχειρώντας να συγκαταλεχθούν στην τάξη των ενηλίκων κι άλλοτε σε μια προσπάθεια να αντιμετωπίσουν τα προβλήματά τους.

Στην εργασία αυτή πρόκειται να διερευνήσουμε τα αίτια που σπρώχνουν έναν έφηβο στην παράνομη για τον ίδιο κατανάλωση αλκοόλ, να αναφερθούμε στις λεπτομέρειες της χρήσης, όπως είναι η συχνότητα, το είδος του ποτού, η κατανάλωση κατά φύλο και, τέλος, να εξετάσουμε τις επιπτώσεις που βαραίνουν σωματικά, κοινωνικά και ψυχικά τον έφηβο που μεθά. Στην πρώτη ενότητα της εργασίας θα μας απασχολήσει το θεωρητικό υπόβαθρο της μελέτης μας. Έτσι, θα αναφερθούμε σε παλαιότερες μελέτες και καθιερωμένα συμπεράσματα, θα κάνουμε μια επισκόπηση της βιβλιογραφίας και θα καταγράψουμε κάποιες βασικές πληροφορίες σε σχέση με το θέμα που θα μελετήσουμε. Στο πρώτο κεφάλαιο θα εξετάσουμε την ροπή των εφήβων προς τις εξαρτήσεις ως ευρύ φαινόμενο, ενώ στο δεύτερο κεφάλαιο ο στοχασμός μας περιορίζεται στην μελέτη της κατανάλωσης αλκοόλ στους εφήβους, τα αίτια και τις συνέπειές της. Από την άλλη μεριά, η δεύτερη ενότητα συμπεριλαμβάνει το περιεχόμενο των ερωτηματολογίων που διανεμήθηκαν για συμπλήρωση σε μαθητές από 12 έως 18 ετών, τα στατιστικά αποτελέσματα των απαντήσεών τους και, τέλος, τα συμπεράσματα που προκύπτουν από τις παραπάνω απαντήσεις.

## Πρώτο κεφάλαιο: Εφηβική ηλικία και εξαρτήσεις

### 1.1 Στοιχεία εφηβικής ηλικίας

Η εφηβική ηλικία αποτελεί για το άτομο την περίοδο των ραγδαίων αλλαγών που αντικατοπτρίζονται στο σώμα, στις στάσεις και την συμπεριφορά. Ανάλογα με το φύλο, την σωματική του διάπλαση, τους ρυθμούς της ανάπτυξης και το πολιτισμικό περιβάλλον του καθένας βιώνει διαφορετικά την εφηβεία του. Για τους γονείς η περίοδος αυτή είναι η «μητέρα όλων των μαχών» ανάμεσα στους ίδιους και το παιδί τους, αφού με τις ορμονικές αλλαγές και το πέρασμα στην ενηλικίωση οι εντάσεις και οι επαναστάσεις εντείνονται.

Όπως αναφέρθηκε, με την έναρξη της εφηβείας το σώμα γνωρίζει πολλές αλλαγές, όπως είναι η αύξηση του μεγέθους των μαστών, η εμφάνιση καμπύλων στο σώμα για τα κορίτσια, η ολοκλήρωση της ανάπτυξης των γεννητικών οργάνων και η μεταβολή της φωνής σε πιο μπάσα για τα αγόρια, η αύξηση της τριχοφυΐας και του ύψους, ενώ ξεκινάει η εντατική παραγωγή των ορμονών του εκάστοτε φύλου. Κατά συνέπεια, η έντονη σεξουαλική περιέργεια κάνει την εμφάνισή της και οι νέοι επιθυμούν να πειραματιστούν με το σώμα τους, αλλά και να έρθουν σε στενότερη επαφή με τα άτομα του αντίθετου φύλου.

Από την άλλη μεριά, οι έφηβοι αναπτύσσουν εξίσου πολύ έντονα συναισθήματα. Λόγω των απότομων αλλαγών καλλιεργείται μέσα τους η ανασφάλεια, ενώ τώρα περισσότερο από ποτέ αισθάνονται την ανάγκη να συναντήσουν σε ομάδες ατόμων και ιδεολογιών. Η επιθυμία των νέων να «ανήκουν», να είναι αρεστοί και να ξεχωρίζουν χωρίς να αποκλείονται από τις παρέες των συνομηλίκων, που τώρα έχουν γίνει μεικτές όσον αφορά στο φύλο, γίνεται πια καθοριστικής σημασίας για την ψυχολογική τους ισορροπία. Πολύ συχνά, οι έφηβοι βρίσκονται αντιμέτωποι με τον ίδιο τους τον εαυτό και, καθώς προσπαθούν να αυτοπροσδιοριστούν, βιώνουν την απογοήτευση, την αμφιθυμία, τις ψυχολογικές μεταπτώσεις, τον ενθουσιασμό, την κατάθλιψη, την απόρριψη, την υπεροχή κ.α. Πόσο επικίνδυνη μπορεί να αποδειχτεί αυτή η αμφιταλάντευση μεταξύ ενηλικίωσης κι ανωριμότητας και κατά πόσο μπορεί

να πυροδοτήσει την ροπή του ανθρώπου προς τις διάφορες εξαρτήσεις, αυτό μένει να το εξετάσουμε στην επόμενη υποενότητα<sup>1</sup>.

## 1.2 Έφηβοι και εξαρτήσεις

Η εξάρτηση είναι μια κατάσταση που εμπλέκει σωματικές, ψυχικές, συναισθηματικές και γνωστικές αντιδράσεις κι από την οποία το άτομο νιώθει ανίκανο να απέχει. Στις περισσότερες περιπτώσεις η εξάρτηση σχετίζεται με την συστηματική λήψη κάποιας ψυχοδραστικής ουσίας φυσικής ή χημικής προέλευσης. Οι ουσίες αυτές ονομάζονται «εξαρτησιογόνες» και μερικές από αυτές χαρακτηρίζονται επίσης ως «ναρκωτικές». Κατά κανόνα το άτομο που προσχωρεί στην χρήση κάποιας εξαρτησιογόνου ουσίας αρχικά αυξάνει την συχνότητα της λήψης της κι έπειτα μεταπηδά σε κάποια άλλη, ισχυρότερη ουσία. Καθώς η λήψη της ουσίας γίνεται πιο τακτική, το άτομο αρχίζει να ξεφεύγει όλο και περισσότερο από τον εαυτό του, αφού η συμπεριφορά του μπορεί να κυμαίνεται από καταθλιπτική και βίαιη έως μανιώδη και αυτοκαταστροφική. Δεν είναι σπάνιο να απομακρύνονται οι φίλοι σταδιακά και το εξαρτημένο άτομο να προσεγγίζεται όλο και συχνότερα από άτομα εξίσου εξαρτημένα ή αυτοκαταστροφικά. Αν όμως η εξάρτηση οδηγεί σε τόσο ανεπιθύμητες εξελίξεις, τότε γιατί οι έφηβοι είναι τόσο επιρρεπείς σε αυτές τις ουσίες και γιατί πολλοί κάνουν τα πάντα για να τις εξασφαλίσουν;

Σήμερα οι περισσότεροι ειδικοί της ψυχικής υγείας υποστηρίζουν ότι η ροπή των νέων προς τις εξαρτήσεις σχετίζεται με την προσωπική τους ανασφάλεια, αλλά και με την προσπάθειά τους να «απαρνηθούν» τα ελαττώματά τους και να πλάσουν έναν «ιδανικό εαυτό». Το χάσμα που γεννιάται ανάμεσα στον «πραγματικό εαυτό» και τον «ιδανικό» γεμίζει με την παροδική πλάνη και την στιγμιαία ευφορία που χαρίζουν οι

---

<sup>1</sup> Βλ. Delaroche P. (2005), *Εφηβεία*, Μπουκουμάνης, Αθήνα: σελ. 23-37, 142-215 και Χρυσάφη Φ. (2004), *Ο δρόμος προς την εφηβεία*, University Studio Press, Θεσσαλονίκη: σελ. 27-62.



ουσίες που προαναφέραμε. Δεν είναι τυχαίο λοιπόν που η εξάρτηση από ουσίες θεωρείται ως «απόπειρα φυγής από την πραγματικότητα»<sup>2</sup>.

Ωστόσο, η όλη ισχύς της εξάρτησης στην ζωή του ατόμου που εξαρτάται σχετίζεται με την σημασία την οποία ο χρήστης αποδίδει στην ουσία και τον τρόπο με τον οποίο ερμηνεύει τα αποτελέσματά της στην ψυχολογία, την κοινωνικότητα και το σώμα του. Πράγματι με την χρήση της ουσίας το άτομο επιχειρεί να ερμηνεύσει αλλότροπα τον εαυτό του, να τον περιγράψει ως πιο κοινωνικό, πιο αρεστό, πιο μοντέρνο. Φυσικά, όλες αυτές οι ψευδαισθήσεις κρατούν μονάχα λίγο. Όσο αυξάνεται η λήψη της ουσίας, ο οργανισμός του ατόμου αντιδρά ολοένα και λιγότερο, συνεπώς οι «δικαιολογίες» περί ιδανικού εαυτού στερεύουν.

Στην πραγματικότητα, λοιπόν, δεν είναι τόσο το αλκοόλ ή το τσιγάρο που «εθίζουν» το άτομο στην χρήση τους, όσο η ερμηνεία που του αποδίδει το άτομο καθώς πραγματοποιεί την λήψη σε ορισμένο χωροχρονικό πλαίσιο και σε συγκεκριμένο κοινωνικό περίγυρο. Ασφαλώς η ερμηνεία αυτή εξαρτάται από τις εμπειρίες του ατόμου, το μορφωτικό του επίπεδο, την ψυχολογική του κατάσταση, το εργασιακό του περιβάλλον, τα κοινωνικά και πολιτισμικά συμφραζόμενα, την ηλικία κ.α.

Είπαμε παραπάνω πως ο έφηβος χρησιμοποιεί τις εξαρτήσεις ως «αντίδοτο στα προβλήματά του», αλλά και για να μειώσει το άγχος που του προκαλούν οι διάφορες καθημερινές καταστάσεις, όπως είναι οι ακαδημαϊκές επιδόσεις, οι κοινωνικές σχέσεις και η ερωτική επιτυχία. Πράγματι, το άγχος που του προκαλούν οι καθημερινές απαιτήσεις απαλύνεται προσωρινά μέσω της λήψης ουσιών, αλλά οι αιτίες παραμένουν και συνήθως επιδεινώνονται αφού το εξαρτημένο άτομο δεν καταπολεμά λογικά και ουσιαστικά τα προβλήματά του, απλά τα ξεχνάει για λίγο.

Στο καθημερινό περιβάλλον υπάρχουν πολλοί και ποικίλοι παράγοντες που προωθούν την χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών. Παραδείγματος χάριν, η διαθεσιμότητα των ουσιών αυτών και η ελαστικότητα του νόμου ως προς την απαγόρευσή τους καθιστούν την πρόσβαση τόσο των εφήβων όσο και των ενηλίκων εύκολη υπόθεση, ενώ ο φόβος της επιβολής κάποιας νομικής ποινής παραγκωνίζεται. Ακόμη, οι

---

<sup>2</sup> Κυριακοπούλου Α., Γεωργόπουλος Σ., «Εφηβοί: Εξαρτήσεις και πρόληψη. Ο ρόλος της οικογένειας», *Επιστημονικό Βήμα*, τ.8, Ιούνιος 2007: σελ 137 και Yalom I. (2011), *Αλκοόλ. Από την απεξάρτηση στην θεραπεία*, Ερευνητές, Αθήνα.

δυσχερείς οικονομικές συνθήκες, καθώς ακολουθούνται από πολλά άλλα προβλήματα αποτελούν συνήθη αιτία αναζήτησης τέτοιων ουσιών στην προσπάθεια του ανθρώπου να αποδεχθεί την δυσπραγία του. Επιπλέον, η οικογένεια μπορεί να παίζει ουσιώδη ρόλο στην αποτροπή ή την ώθηση του εφήβου στην χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών. Λόγου χάριν, αν ένα ή περισσότερα μέλη της οικογένειας κάνουν συχνή χρήση αλκοόλ ή οι γονείς αντιμετωπίζουν με υπερβολική επιείκεια το θέμα των εξαρτησιογόνων ουσιών οι πιθανότητες να περιπέσει ο έφηβος στις εξαρτήσεις είναι αυξημένες. Ανάλογη επίδραση ασκεί και η τακτική συναναστροφή στενών φίλων-χρηστών. Οι έφηβοι συνηθίζουν στην ιδέα των ουσιών, απομυθοποιούν τους κινδύνους, κάμπτουν τις αναστολές τους.

Από την άλλη πλευρά, οι κακές σχέσεις με το οικείο ή το φιλικό περιβάλλον, η απόρριψη από τους συνομηλίκους, η ερωτική απογοήτευση και ο ανταγωνισμός με τα άτομα του ίδιου φύλου τείνουν να σπρώχνουν στην λήψη εξαρτησιογόνων ουσιών τον έφηβο, που ούτως ή άλλως επιθυμεί να πειραματιστεί. Άλλες διαταραχές των θεμέλιων λίθων της πραγματικότητας του νέου ατόμου, όπως το διαζύγιο των γονέων, ο θάνατος ενός οικείου προσώπου, η εγκατάλειψη και οι χρόνιες παθήσεις λειτουργούν εξίσου ως προκλητικοί παράγοντες. Ακόμη, πολύ συχνά η ροπή των εφήβων προς τις ουσίες που προκαλούν εξάρτηση μαρτυρούν την αδυναμία των γονέων να διδάξουν στα παιδιά τους πώς να προφυλάσσονται από κινδύνους<sup>3</sup>.

Βεβαίως υπάρχουν ακόμη διάφοροι παράγοντες, όπως οι ψυχοκοινωνικοί που προωθούν την χρήση ουσιών. Τέτοιοι είναι, η χαμηλή μαθησιακή ετοιμότητα, η παραβατικότητα, η προκλητική-εναντιωματική συμπεριφορά, οι τακτικές συγκρούσεις με συνομηλίκους, οι μαθησιακές δυσκολίες, η σχολική αποτυχία, η γενικευμένη ακατάλληλη συμπεριφορά κ.α. Έχει δε παρατηρηθεί ότι σε πολλές περιπτώσεις είναι και βιολογικοί οι παράγοντες που καθιστούν ένα άτομο πιο επιρρεπές στην χρήση τέτοιων ουσιών, όπως η γενετική προδιάθεση, η χρήση

---

<sup>3</sup> Βλ. Castillo K. (2008), *The causes that lead teenagers to drug and alcohol abuse; research paper*, Grin Verlag, Norderstedt Germany.

εξαρτησιογόνων ουσιών από την μητέρα κατά την κύηση, η κληρονομικότητα, η φυσιολογική ευπάθεια και ο προσωπικός σωματικός μεταβολισμός<sup>4</sup>.

Στο σημείο αυτό είναι σημαντικό να αναφέρουμε ότι οι χαμηλές προσδοκίες προς το παιδί δεν βοηθούν πραγματικά<sup>5</sup>. Αντίθετα, η αδράνεια των γονέων που γνωρίζουν τον εθισμό των παιδιών τους μπορεί να συμβάλλει στην χειροτέρευση του προβλήματος. Για κάθε είδους εξάρτηση υπάρχει σήμερα μια σειρά φορέων και διεπιστημονικών ομάδων υποστήριξης που παρέχουν στο άτομο όλες εκείνες τις υπηρεσίες που θα το καταστήσουν ικανό να ξεπεράσει τον εθισμό του και να επανενταχθεί στο φυσιολογικό κοινωνικό πλαίσιο. Ωστόσο, σε κάθε περίπτωση η προσωπική θέληση και η δυναμική του ανθρώπου είναι που αποτελεί εχέγγυο ανάκτησης των ισορροπιών.

---

<sup>4</sup> Για τους παράγοντες που προωθούν την εξάρτηση των εφήβων βλ. Essau C. (2008), *Adolescent Addiction. Epidemiology, Assessment and Treatment*, Academic Press, London: σελ 2-16 και Smith McLaughlin M., Hazouri S. (2007), *Addiction; the high that brings you down*, Enslow Publishers, New York: σελ. 42-43.

<sup>5</sup> Heuer M. (1995), *Teen Addiction*, Ballantine Books, USA: σελ. 106.



## Δεύτερο κεφάλαιο: Εφηβεία και αλκοόλ

### 2.1 Ορισμοί και έρευνες για τον αλκοολισμό

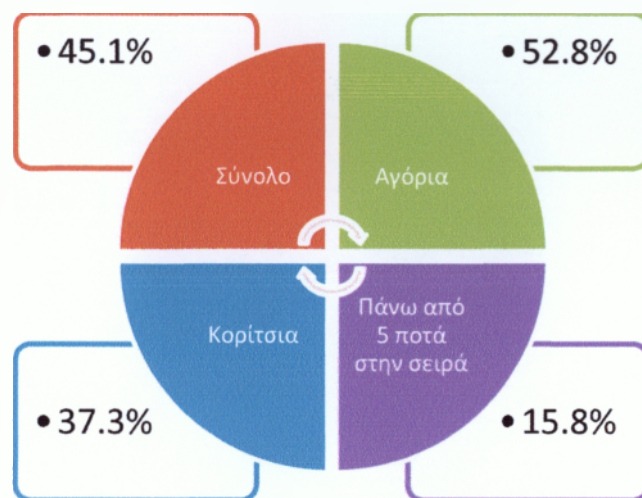
Στην ενότητα αυτή πρόκειται να ασχοληθούμε με το σοβαρό κοινωνικό και ψυχιατρικό πρόβλημα της κατάχρησης στην κατανάλωση αλκοόλ από εφήβους. Η κατανόηση των επιπτώσεων του αλκοόλ αλλά και της σπουδαιότητας που φανερώνουν όσον αφορά στην επιστημονική μελέτη της ψυχικής υγείας είναι μεγάλης σημασίας.

Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα του Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγιεινής (2011) που συμπεριέλαβε μαθητές από 12 έως 19 ετών:

- Έξι στους δέκα (61%) κατανάλωσαν αλκοόλ μέσα στον τελευταίο μήνα
- Ένας στους δέκα (11%) ήπια αλκοόλ με συχνότητα πάνω από δύο φορές την εβδομάδα
- Ένας στους τρεις (34%) έχει μεθύσει τουλάχιστον μία φορά στη ζωή του
- Το 13% των μαθητών έχουν μεθύσει πάνω από δύο φορές στη ζωή τους
- Το κρασί, η μπίρα, τα ισχυρά ποτά, και τα αλκοολούχα αναψυκτικά είναι τα ποτά με την ευρύτερη κατανάλωση στην Ελλάδα
- Πίνουν περισσότεροι μαθητές σε Θεσσαλονίκη και άλλα αστικά και ημιαστικά κέντρα σε σύγκριση με την Αθήνα

Η ίδια έρευνα δεν σταματά εδώ, αλλά προχωρά μελετώντας την εφηβική χρήση αλκοόλ σε σχέση με τα ηλικιακά και αναπτυξιακά επίπεδα των μαθητών. Από τα αποτελέσματα της έρευνας προκύπτει το συμπέρασμα ότι η συχνότητα της κατανάλωσης αλκοόλ και η μέθη αυξάνονται πολύ κατ' αναλογία με την ηλικία των μαθητών. Συγκεκριμένα ένας στους πέντε εφήβους μεταξύ 17-18 ετών (18%) καταναλώνει αλκοόλ πάνω από δυο φορές την εβδομάδα. Επιπλέον, ένας στους τέσσερις μαθητές ηλικίας μέχρι 19 ετών (26,8%) δηλώνει ότι έχει μεθύσει πάνω από δύο φορές στην διάρκεια της ζωής του, ενώ το ίδιο ισχυρίζεται κι ένας στους τέσσερις

μαθητές ηλικίας μεταξύ 17-18 ετών (22,7%), αλλά και ένας στους τρεις μαθητές ηλικίας 19 ετών (32,8%).



Πηγή: Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής, 2011<sup>6</sup>

**Διάγραμμα 2.1: Υπερβολική χρήση αλκοόλ τον τελευταίο μήνα στους μαθητές 15-19 ετών, στο σύνολό τους και ανά φύλο (%)**

Το πράγμα γίνεται βέβαια πιο ανησυχητικό όταν συνειδητοποιούμε ότι το 15% των εφήβων παραδέχεται πως έχει μεθύσει πάνω από τρεις φορές στο διάστημα ενός και μόνο έτους. Στην πραγματικότητα ο μεθυσμένος έφηβος είναι για πολλούς λόγους που θα δούμε παρακάτω πιο επικίνδυνος για τον εαυτό του και τους άλλους από έναν ενήλικο.

Μελετώντας το ιστορικό της κατανάλωσης αλκοόλ από εφήβους μεταξύ 15-19 χρόνων στην Ελλάδα και ειδικότερα στο διάστημα μεταξύ 1984 έως 2011, η έρευνα καταλήγει στο συμπέρασμα ότι:

- Οι έφηβοι που διαμένουν μόνιμα στην Αθήνα παρουσιάζουν συχνότερα την τάση να μειώνουν την ευκαιριακή κατανάλωση αλκοόλ.

<sup>6</sup> «Πανελλήνια έρευνα στο σχολικό πληθυσμό για την χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών», Έρευνα ESPAD, Αθήνα: σελ. 55

- Παράλληλα εμφανίζεται αυξητική η τάση ευκαιριακής κατανάλωσης αλκοόλ ιδιαίτερα στη τετραετία 2007-2011 τόσο στην Θεσσαλονίκη όσο και σε άλλα αστικά και ημιαστικά κέντρα .
- Τα τελευταία 4 χρόνια διαφαίνεται κάποια αύξηση κατανάλωσης αλκοόλ στα κορίτσια σε σύγκριση με τα αγόρια.
- Γενικότερα παρουσιάζεται αυξητική τάση στην υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ στους εφήβους, αλλά και στους ενήλικες<sup>7</sup>.

Σε έρευνα του ίδιου Ινστιτούτου που πραγματοποιήθηκε κατά την διάρκεια του 2011 οι μαθητές ερωτήθηκαν για το είδος του ποτού που καταναλώνουν συχνότερα. Τα αλκοολούχα ποτά κατηγοριοποιήθηκαν στις παρακάτω ομάδες:

- Οινοπνευματώδη με υψηλή περιεκτικότητα αλκοόλ (όπως είναι το ουίσκι, η βότκα και το τζιν)
- Συσκευασμένα αλκοολούχα αναψυκτικά (όπως είναι το Gordon's space)
- Ούζο, ρακή και κρασί.

Από τα αποτελέσματα των απαντήσεων τους προέκυψε ότι το 14.3% προτιμά να καταναλώνει μύρα, ενώ το ίδιο ποσοστό του 14.3% επιλέγει εξίσου τα αλκοολούχα αναψυκτικά. Το αξιόλογο ποσοστό της τάξεως του 14.1% παραδέχθηκε ότι προτιμά τα βαριά οινοπνευματώδη ποτά, ενώ μόλις το 11% επιλέγει συχνότερα να πίνει κρασί.

Η έρευνα του Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου, ωστόσο, συνεχίζει αναλύοντας τα ποσοστά εκείνων που καταναλώνουν ή δεν καταναλώνουν αλκοόλ στην ηλικία των 15 ετών. Στην ερώτηση αυτή το 39.6% απάντησε των εφήβων που ερωτήθηκαν απάντησε ότι δεν πίνει καθόλου οινοπνευματώδη ποτά. Παρατηρήθηκε δε ότι οι έφηβοι που απέχουν της κατανάλωσης αλκοόλ είναι στην πλειοψηφία τους κορίτσια και έφηβοι μεταξύ 11 και 12 ετών. Γενικότερα η έρευνα κατέγραψε ότι τα αγόρια καταναλώνουν σε σύγκριση με τα κορίτσια αλκοόλ σε πολύ μεγαλύτερη ποσότητα

---

<sup>7</sup> Η παραπάνω έρευνα πραγματοποιήθηκε από το Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής (2011), «Πανελλήνια έρευνα στο σχολικό πληθυσμό για την χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών», Έρευνα ESPAD, Αθήνα: <http://www.epipsi.gr/>. Βλ. ακόμη Κοκκέβη Α., Φωτίου Α., Κίτσος Γ. (2009), Χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών από εφήβους μαθητές: νεότερα στοιχεία από την έρευνα ESPAD στην Ελλάδα και σε άλλες 34 χώρες, Παπαζήσης, Αθήνα και Συλλογικό (2007), *Alcohol and drug use among European 17-18 year old students*, CAN, Σουηδία.

και συχνότητα. Αναλυτικά, το 41.3% των 15χρονων αγοριών παραδέχθηκε ότι καταναλώνει αλκοόλ τουλάχιστον μια φορά την εβδομάδα, ενώ στην ίδια ερώτηση μόλις το 29.2% των 15χρονων κοριτσιών απάντησε θετικά.



Πηγή: Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής, 2011<sup>8</sup>

**Διάγραμμα 2.2: Χρήση αλκοόλ ανά ηλικιακή ομάδα (%)**

Παρατηρούμε λοιπόν ότι κυρίως τα έφηβα αγόρια επιλέγουν να καταναλώνουν συχνά οινοπνευματώδη ποτά μεγάλης επεξεργασίας και περιεκτικότητας σε αλκοόλ. Ήδη στην ηλικία των 15 ετών ένα σημαντικό ποσοστό των εφήβων ομολογεί ότι πίνει τακτικά αλκοόλ. Μολονότι το 31% δηλώνει ότι πίνει μόνο ένα ποτό κατά την διάρκεια της βραδινής εξόδου του, κάτι τέτοιο οφείλεται μάλλον στην περιορισμένη διαθεσιμότητα χρημάτων που έχουν, αφού είναι οικονομικά εξαρτημένοι από τους γονείς τους. Από την άλλη το 25% των 15χρονων εφήβων αρσενικού φύλου αναφέρει ότι καταναλώνει τρία ή περισσότερα ποτά σε μια και μόνη βραδινή έξοδο.

<sup>8</sup> «Πανελλήνια έρευνα στο σχολικό πληθυσμό για την χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών», Έρευνα ESPAD, Αθήνα: σελ. 55

Όταν οι μελέτες φθάνουν στο θέμα της μέθης, τα πράγματα γίνονται πιο σοβαρά, αφού τίθεται πλέον το ζήτημα της σωματικής και της ψυχικής ασφάλειας του εφήβου και των γύρω του. Πράγματι, το 22% των εφήβων παραδέχεται ότι έχει βιώσει τουλάχιστον ένα περιστατικό μέθης. Βεβαίως όταν η έρευνα φθάνει να εξειδικεύεται στους 15χρονους εφήβους το ποσοστό που έχει μεθύσει έστω μια φορά ανέρχεται στο 41.8%. Παρόλα αυτά σε μια συγκριτική μελέτη των αποτελεσμάτων ανάμεσα στα έτη 1998 και 2010 παρατηρείται μια αξιόλογη μείωση του ποσοστού των εφήβων που έχει βρεθεί σε κατάσταση μέθης<sup>9</sup>. Στα συμπεράσματά τους οι ερευνητές αναφέρουν:

*«Διεθνείς έρευνες έχουν αναδείξει το πρόβλημα της κατάχρησης και της περιστασιακά υπερβολικής κατανάλωσης αλκοόλ (binge drinking) στους εφήβους μεταξύ 15 και 18 ετών, κυρίως στα αγόρια, το οποίο συνδέεται τόσο με την εξάρτηση από το αλκοόλ στην ενήλικη ζωή όσο και με άλλες συμπεριφορές κινδύνου στην εφηβεία, ιδιαίτερα μεταξύ των μελών της ίδιας παρέας (π.χ. παραβατικότητα, επιθετική συμπεριφορά, απόπειρα αυτοκτονίας). Επίσης η ηλικία έναρξης διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στην μετέπειτα εξέλιξη αυτών των συμπεριφορών. Στην παρούσα έρευνα η μέση ηλικία έναρξης κατανάλωσης αλκοόλ είναι τα 13 έτη. Ως εκ τούτου, οι παρεμβάσεις πρόληψης θα πρέπει να στοχεύουν στην καθυστέρηση της έναρξης κατανάλωσης αλκοόλ. Επιπλέον, κρίνεται αναγκαίος ο σχεδιασμός παρεμβάσεων για τον περιορισμό της συχνότητας και της βαρύτητας κατανάλωσης αλκοόλ στους 15χρονους εφήβους, κυρίως στα αγόρια, μέσω της προώθησης πιο υγιεινών και δημιουργικών τρόπων διασκέδασης και ψυχαγωγίας»<sup>10</sup>.*

---

<sup>9</sup> Κοκκέβη Α., Φωτίου Α., Ξανθάκη Μ., Καναβού Ε. (2010), Πανελλήνια έρευνα στους μαθητές εφηβικής ηλικίας για συμπεριφορές που συνδέονται με την υγεία. Εξαρτησιογόνες ουσίες στην εφηβεία, Έρευνα HBSC/WHO, Αθήνα: <http://www.epipsi.gr/>

<sup>10</sup> Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής (2010), Πανελλήνια έρευνα στους μαθητές εφηβικής ηλικίας για συμπεριφορές που συνδέονται με την υγεία, Έρευνα HBSC/WHO, Αθήνα: <http://www.epipsi.gr/>



## 2.2 Οι επιπτώσεις της κατανάλωσης αλκοόλ στην εφηβική ηλικία

Σήμερα πολλοί έφηβοι βρίσκονται αντιμέτωποι με τις επιπτώσεις που έχει η συστηματική χρήση αλκοόλ στην υγεία, αλλά και την συμπεριφορά τους. Δεν είναι βεβαίως σπάνιες οι περιπτώσεις οπότε οι νέοι αναπτύσσουν παραβατική συμπεριφορά εξαιτίας της παραπάνω κατάχρησης. Στην ενότητα αυτή πρόκειται να αναφερθούμε αναλυτικά στις διάφορες συνέπειες της κατανάλωσης αλκοόλ στην εφηβική ηλικία αφού βασίσουμε τις τοποθετήσεις μας στα αντίστοιχα ερευνητικά τεκμήρια.

Ο τομέας των ακαδημαϊκών δεξιοτήτων είναι συνήθως ο πρώτος που θίγεται, καθώς ο έφηβος παρασύρεται στην χρήση αλκοόλ. Πράγματι, τα οινοπνευματώδη μειώνουν τα επίπεδα συγκέντρωσης και διαταράσσουν την σχολικές επιδόσεις, καθώς η δυνατότητα αφομοίωσης της γνώσης γίνεται όλο και μικρότερη. Από την άλλη μεριά, οι διάφορες αλλαγές στην συμπεριφορά καθιστούν το παιδί ολοένα και πιο προκλητικό, πιο ανυπάκουο και πιο αδιάφορο, ώστε οι συγκρούσεις με τα «πρόσωπα εξουσίας» του σχολικού περιβάλλοντος, όπως είναι οι διευθυντές των σχολικών μονάδων, οι εκπαιδευτικοί και οι σχολικοί φύλακες, αυξάνονται.

Στην πραγματικότητα η πρόωγη κατανάλωση αλκοόλ αντικατοπτρίζεται αισθητά στην συμπεριφορά του εφήβου, που ήδη αντιμετωπίζει δυσκολίες αυτοπροσδιορισμού και αυτοεκτίμησης λόγω της ηλικίας, όπως άλλωστε αναφέραμε σε προηγούμενη ενότητα. Συγκεκριμένα αυξάνεται η ευερεθιστότητα του εφήβου, αλλά αναπτύσσει ακόμη τάσεις επιθετικότητας κι εχθρική έως βίαιη συμπεριφορά. Ο έφηβος λοιπόν μπλέκει όλο και συχνότερα σε καυγάδες και επικίνδυνες καταστάσεις που σε σημαντικό βαθμό σχετίζονται με την κατανάλωση αλκοολούχων σκευασμάτων, γεγονός που θέτει σε κίνδυνο την σωματική του ακεραιότητα, αλλά και την ένταξή του στο σχολικό ή το ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο.

Από την άλλη μεριά, οι έφηβοι που καταναλώνουν αλκοόλ εμπλέκονται πιο συχνά σε περιστατικά παρανομίας και παραβατικότητας, ενώ υπάρχει αυξημένος κίνδυνος ατυχήματος, όπως είναι ο πνιγμός ή τα τροχαία δυστυχήματα<sup>11</sup>.

---

<sup>11</sup> Βλ. Τούντας Γ., «Αλκοόλ και εφηβεία», *Ελευθεροτυπία*: 16.03.2010.

Εξετάζοντας το βιολογικό υπόβαθρο της μακροχρόνιας χρήσης αλκοόλ, ακόμη κι αν αυτή δεν περιλαμβάνει μεγάλες ποσότητες οινοπνευματωδών, οι τελευταίες έρευνες ισχυρίζονται ότι ποικίλες και σημαντικές βλάβες στον εγκέφαλο μπορούν να προκληθούν. Στην πραγματικότητα η εφηβική κατανάλωση αλκοόλ μπορεί ακόμη και να μειώσει τις μνημονικές και διανοητικές τους ικανότητες μέχρι 10%.

Επιπρόσθετα, αν η χρήση παραταθεί ως την ενήλικη ηλικία το άτομο είναι πιθανόν πως θα βρεθεί αντιμέτωπο με προβλήματα στο ήπαρ, στομαχικές δυσλειτουργίες και καρδιαγγειακές παθήσεις. Η κατάχρηση αλκοόλ μπορεί ακόμη να οδηγήσει στην μείωση ή την απώλεια ορισμένων αδρών κινητικών δυνατοτήτων, μέχρι τον εκφυλισμό των μνημονικών ικανοτήτων και την ανάπτυξη ψυχώσεων. Ο καθηγητής Ιατρικής Φούλτον Κρίον αναφέρει ότι η πεποίθηση πως ο νεανικός οργανισμός είναι πιο ανθεκτικός στην εξάρτηση από το αλκοόλ είναι ανυπόστατη και ψευδής. Αυτό, διότι ο εγκέφαλος εξακολουθεί να αναπτύσσεται μετά την ηλικία των 20 κι έτσι είναι πιο ευπαθής σε αλλοιώσεις καθόσον το άτομο βρίσκεται σε νεανική ηλικία. Ακόμη, η μακροχρόνια χρήση αλκοόλ μπορεί να φέρει ως μελλοντική συνέπεια την σεξουαλική δυσλειτουργία, ιδιαίτερα στα αγόρια.

*«Η μνήμη μακράς διάρκειας εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τη δράση του νευροδιαβιβαστή γλουταμίνη. Αν ο υποδοχέας της γλουταμίνης στις συνάψεις δεσμευτεί από κάποια άλλη ουσία, τότε παύει και η ικανότητα δημιουργίας μνήμης μακράς διάρκειας. Ο Σκοτ Σβαρτζβέλντερ του Πανεπιστημίου Ντιουκ διαπίστωσε ότι αν δοθεί σε ποντικούς στην εφηβεία το ανάλογο σε αλκοόλ που παίρνει ένας άνθρωπος πίνοντας δύο μπίρες, οι υποδοχείς δεσμεύονται, ενώ χρειάζεται η διπλάσια ποσότητα για τα ενήλικα ποντίκια. Για να διαπιστώσει αν συμβαίνει το ίδιο και στους ανθρώπους, ο Σβαρτζβέλντερ έκανε ένα πείραμα με νέους 21 έως 29 ετών, χωρίζοντάς τους σε δύο ηλικιακές ομάδες 21-24 και 25-29 ετών. Στο πείραμα δεν μπορούσαν να συμμετέχουν έφηβοι λόγω των νόμων που... απαγορεύουν στις ΗΠΑ την παροχή αλκοολούχων σε νέους κάτω των 21 ετών. Μετά από τρία ποτά, με περιεχόμενο του αίματος ελαφρώς πάνω από το όριο που έχει ορίσει για τους οδηγούς η τροχαία των ΗΠΑ (0,08%), η ικανότητα εκμάθησης των νέων της μικρότερης ηλικιακής ομάδας μειώθηκε κατά 25% περισσότερο απ' ό,τι εκείνων της μεγαλύτερης», υποστηρίζει ο νευροψυχολόγος Σ. Σβαρτζβέλντερ.*

Στην συνέχεια του άρθρου, ο επιστήμονας συμπληρώνει: «Ψυχολόγοι του Πανεπιστημίου της Καλιφόρνια έκαναν ένα πείραμα με εφήβους 15 και 16 ετών που έπιναν κατά μέσο όρο κάθε μέρα επί δύομισι χρόνια. Σε σχέση με μια άλλη ανάλογη ομάδα εφήβων που δεν έπιναν και είχαν το ίδιο κοινωνικοοικονομικό υπόβαθρο, δείκτη νοημοσύνης και οικογενειακό ιστορικό χρήσης αλκοόλ, οι έφηβοι που έπιναν έδειξαν 10% μικρότερες επιδόσεις σε μια σειρά από νοητικές δοκιμασίες που υποβλήθηκαν. Όπως είπε χαρακτηριστικά ένας από τους επιστήμονες, «δεν είναι σοβαρή εγκεφαλική βλάβη, αλλά είναι η διαφορά ενός βαθμού, η διαφορά ανάμεσα στο να περάσεις ή όχι ένα μάθημα»<sup>12</sup>.

Από την άλλη μεριά, καθώς το αλκοόλ μειώνει τις αντιστάσεις και –σε μεγάλες ποσότητες- την συνειδητότητα, πολλές φορές η χρήση του εμπλέκεται σε περιστατικά σωματικής και σεξουαλικής βίας, απόπειρας αυτοκτονίας, οπλοχρησία και εγκλήματα ερωτικού πάθους. Επειδή ο γυναικείος σωματότυπος είναι κατά κανόνα πιο μικροκαμωμένος, το αλκοόλ μεταβολίζεται πιο αργά στο αίμα και οι γυναίκες είθισται να βιώνουν τις συνέπειες της μέθης (όπως ο εμετός, η ναυτία, ο στομαχόπονος, η αστάθεια, ο πονοκέφαλος) πιο έντονα και για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

Έχει ακόμη παρατηρηθεί πως η υπερβολική χρήση αλκοόλ στην αναπαραγωγική ηλικία και ιδιαίτερα από κορίτσια στην εφηβεία είναι σε μεγάλο βαθμό ένοχη για τερατογενέσεις κι άλλα προβλήματα που ανακύπτουν με την γέννηση, όπως οι μαθησιακές δυσκολίες, η νοητική υστέρηση και οι αναπτυξιακές δυσκολίες.

Ακόμη, το αλκοόλ επιδρά στο κεντρικό νευρικό σύστημα ως καταπραϊντικό. Επειδή η δράση του είναι κυρίως ηρεμιστική, το αλκοόλ επιβραδύνει τον κινητικό συντονισμό και μειώνει τον χρόνο αντανάκλαστικής αντίδρασης. Η κατανάλωσή του θεωρείται επίσης ως η κυρίως υπεύθυνη σε ζητήματα διαταραχών του ύπνου, όπως η αϋπνία ή η υπερυπνηλία.

Φθάνοντας στο κοινωνικό κομμάτι του ζητήματος, μπορούμε να αναφέρουμε την συστηματική κατανάλωση οινοπνευματωδών ποτών ως τον κύριο παράγοντα που διαταράζει τις οικογενειακές και τις φιλικές σχέσεις. Τα άτομα γίνονται εχθρικά, όταν

---

<sup>12</sup> Ξενικούδακης Σ., «Οι βλαβερές συνέπειες του αλκοόλ στον εγκέφαλο των εφήβων», *Ριζοσπάστης*: 18.03.2001, σελ. 7.



βρίσκονται υπό την επήρεια αλκοόλ, είτε αδυνατούν να συγκεντρωθούν και να παράγουν λογικούς στοχασμούς. Σύντομα οι οικείοι τους αισθάνονται ανασφάλεια και αποστροφή. Δεν είναι λοιπόν καθόλου τυχαίο που ένα σημαντικό ποσοστό των διαζυγίων βρίσκει την αιτία του στην εξάρτηση του ενός συζυγικού μέλους από το αλκοόλ. Στην εφηβική ηλικία, παρόλο που το άτομο είναι πιθανόν να καταναλώνει αλκοόλ προκειμένου να αισθανθεί πιο φιλικός και να κεντρίσει το ενδιαφέρον των συνομηλίκων του συχνά οι αλλαγές της συμπεριφοράς του απωθούν τους άλλους πολύ σύντομα και το άτομο συχνά νιώθει πια ανίκανο να συνάψει και να διατηρήσει φιλίες, ώστε είναι πιθανό να οδηγηθεί ακόμη και σε μείζον καταθλιπτικό επεισόδιο. Έχει ακόμη διαπιστωθεί ότι το 44% της συνολικής άσκησης βίας οφείλεται στο οινόπνευμα<sup>13</sup>.

### 2.3 Σημάδια συστηματικής κατανάλωσης

Μολονότι η πρόληψη είναι πάντοτε η σημαντικότερη μέθοδος για την αποφυγή μιας δυσάρεστης κατάστασης που θέτει σε κίνδυνο την σωματική και την ψυχική υγεία των εφήβων, η έγκαιρη ανίχνευση του προβλήματος από τα οικεία πρόσωπα είναι εξίσου ουσιώδης. Σε πολλές περιπτώσεις υπάρχουν σημάδια που είναι εμφανή στους εκπαιδευτικούς, τους φίλους και την οικογένεια του εφήβου που καταναλώνει συχνά αλκοόλ.

Μερικά σωματικά συμπτώματα της μέθης είναι η υπερκόπωση χωρίς προφανή αιτία, τα κόκκινα κουρασμένα μάτια, ο συχνός βήχας και η ευπάθεια σε προβλήματα υγείας. Βεβαίως μπορεί κανείς να αντιληφθεί την επιβράδυνση στον τόνο της φωνής και στις αντιδράσεις καθόσον ο έφηβος βρίσκεται υπό την επήρεια αλκοόλ. Επιπλέον σημάδια χρήσης του αλκοόλ είναι οι διατροφικές διαταραχές και οι διαταραχές του ύπνου καθώς επίσης και η ανάπτυξη ψυχώσεων.

Στο σχολικό περιβάλλον το νεαρό άτομο παρουσιάζει σημαντική έκπτωση στις ακαδημαϊκές δυνατότητες, αδιαφορία για την μάθηση και συχνή απουσία από την

---

<sup>13</sup> Βλ. Μαχαιρίδη Ντ., «Αλκοόλ και εφηβεία», *Η Ροδιακή*: 02.05.2011 και Κοκκέβη Α., «Οι έφηβοι, το αλκοόλ και οι επιπτώσεις», [www.medlook.cv.org](http://www.medlook.cv.org): 31.12.2001.

σχολική αίθουσα. Ακόμη, είναι πιθανό πως θα αντιμετωπίζει σημαντικά προβλήματα με την μνήμη και την συγκέντρωσή του, ενώ συχνά θα ξεχνάει τα βασικά εργαλεία της σχολικής διαδικασίας, όπως βιβλία, τετράδια και στυλό. Προβλήματα πειθαρχίας είναι πιθανόν να ανακύψουν αφού το άτομο γίνεται ευερέθιστο, οξύθυμο και εχθρικό.

Πιο εμφανείς είναι βεβαίως οι συναισθηματικές-ψυχολογικές διαφοροποιήσεις που βιώνουν τα άτομα που κάνουν συχνή χρήση αλκοόλ, ώστε οι οικείοι τους να υποστηρίζουν «ότι δεν τους αναγνωρίζουν πια». Οι αλλαγές της διάθεσης, η εναντιωματική συμπεριφορά, η απομόνωση, η ανευθυνότητα, η χαμηλή αυτοεκτίμηση, η κατάθλιψη, η έλλειψη ενδιαφερόντων, ο υπερβολικός θυμός και η δυσκολία παραγωγής λογικών συνειρμών είναι τα συνηθέστερα σημάδια της χρήσης.

Σε κοινωνικό επίπεδο, ο έφηβος αρχίζει να συναναστρέφεται όλο και περισσότερο συνομηλίκους ή ενήλικες που επιδεικνύουν μειωμένο ενδιαφέρον για την μάθηση και τους κοινωνικούς κανόνες. Οι σχέσεις με τους φίλους και την οικογένειά του ραγίζουν, αφού το άτομο συγκρούεται συχνά και δυσκολεύεται να αναλάβει ευθύνες, να τηρήσει τον λόγο του και να δείξει ενσυναίσθηση. Είναι επίσης πιθανό ο έφηβος να εμφανίσει αλλαγές στον τρόπο ντυσίματος και να στραφεί σε κάποιο περισσότερο «περιθωριακό» και αντισυμβατικό ενδυματολογικό ύφος. Παράλληλα οι έφηβοι που καταναλώνουν συστηματικά οινοπνευματώδη ποτά συνηθίζουν να έχουν νομικά προβλήματα, αφού παρουσιάζουν αυξημένη παραβατικότητα.

Στην Ελλάδα υπάρχει ένα πλήθος φορέων, νοσοκομειακών και εξωνοσοκομειακών, ιδιωτικών και δημοσίων που ασχολούνται με την παροχή ιατρικών και συμβουλευτικών υπηρεσιών στους εφήβους και τους γονείς τους. Είναι λοιπόν πολύ σημαντικό οι έφηβοι και οι οικογένειές τους να ενημερώνονται συστηματικά και υπεύθυνα για τους κινδύνους της κατανάλωσης αλκοόλ στην εφηβική ηλικία, αλλά και για τους φορείς που μπορούν να τους προσφέρουν πολλαπλή στήριξη σε περίπτωση εθισμού<sup>14</sup>.

---

<sup>14</sup> Κοκκέβη Α., «Οι έφηβοι, το αλκοόλ και οι επιπτώσεις», [www.medlook.cv.org](http://www.medlook.cv.org): 31.12.2001, Τσαντούλας Δ., «Αλκοόλ: ένας ύπουλος φίλος», [www.iatronet.gr](http://www.iatronet.gr): 18.03.2009, Γρηγοράκος Λ., «Θεραπευτική αντιμετώπιση της μέθης», [www.iatronet.gr](http://www.iatronet.gr). 20.02.2008, Κάντζα Α. (2011), *Αλκοόλ και μηνύματα Αγωγής Υγείας*, Πάντειο Πανεπιστήμιο: σελ. 8-10, 14-17, 32-34 και Ποταμιανός Γ. (2005),

## Τρίτο Κεφάλαιο: Ειδικό μέρος

### 3.1 Μεθοδολογία

Η έρευνα βασίστηκε στη μεθοδο της δειγματοληπτικής έρευνας της κοινής γνώμης. Το δείγμα της έρευνας είναι νέοι μεταξύ 12 έως 18 ετών. Η επιλογή του δείγματος των ερωτώμενων που συμμετείχαν στην έρευνα έγινε με τη μέθοδο της απλής τυχαίας δειγματοληψίας, προκειμένου να εξαλειφθεί τυχόν μεροληψία που οφείλεται σε λάθος επιλογή του δείγματος. Η προσέγγιση του δείγματος έγινε κυρίως μέσα σε σχολεία, μετά από συνεννόηση με τους αρμόδιους Διευθυντές. Το μέγεθος του δείγματος ανέρχεται σε 100 νέους, 50 αγόρια και 50 κορίτσια, με ίση αναλογία από όλες τις ηλικίες.

Η μεθοδολογία έρευνας αφορά στη χρήση ερωτηματολογίου, η σύνταξη του οποίου έγινε με βάση τη βιβλιογραφία, προκειμένου να συλλεχθούν όλες οι απαραίτητες πληροφορίες. Οι ερωτήσεις που συμπεριλαμβάνονται στο ερωτηματολόγιο, είναι κλειστού τύπου, προκειμένου να μπορέσουν να μετρηθούν όλες οι μεταβλητές στο διαθέσιμο χρόνο. Η συμπλήρωση του ερωτηματολογίου πραγματοποιήθηκε με προσωπική συνέντευξη από την ερευνήτρια, ενώ όλα τα ερωτηματολόγια είναι ανώνυμα.

Επιπλέον, πραγματοποιήθηκε έλεγχος του ερωτηματολογίου, ως προς τη σαφήνεια και την ακρίβεια διατύπωσης των ερωτήσεων, με τη διενέργεια πιλοτικού ερωτηματολογίου. Σκοπός του ελέγχου ήταν να διαπιστωθούν τυχόν προβλήματα στην κατανόηση και το χρόνο των ερωτήσεων, ώστε να προκύψουν οι ανάλογες προσαρμογές.

---

*Αλκοόλ. Επιστημονικά δεδομένα για τη χρήση και την κατάχρηση της αλκοόλης, το σύνδρομο εξάρτησης και τη θεραπεία, Α.Α. Λιβάνη, Αθήνα: σελ. 168-193.*

Τέλος, μετά τη συλλογή των δεδομένων, ακολούθησε επεξεργασία τους με τη βοήθεια του στατιστικού πακέτου EXCEL.

### 3.2 Παρουσίαση Ερωτηματολογίου

Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 13 ερωτήσεις κλειστού τύπου. Αρχικά, μελετώνται τα δημογραφικά δεδομένα του δείγματος με ερωτήσεις που αφορούν στο φύλο και την ηλικία των ερωτηθέντων. Στη συνέχεια ακολουθούν οι ειδικές ερωτήσεις του ερωτηματολογίου, οι οποίες είναι οι ακόλουθες:

- σε ποια ηλικία οι ερωτηθέντες κατανάλωσαν αλκοόλ για πρώτη φορά και εάν έγινε με δική τους πρωτοβουλία ή ύστερα από προτροπή φίλων
- πόσο συχνά καταναλώνουν αλκοόλ
- πόσο αλκοόλ καταναλώνουν κατά μέσο όρο στις νυχτερινές τους εξόδους
- τι είδους ποτά καταναλώνουν κατά κύριο λόγο στις νυχτερινές τους εξόδους
- για ποιο λόγο αποφάσισαν να καταναλώσουν αλκοόλ
- για ποιο λόγο εξακολουθούν να καταναλώνουν αλκοόλ
- εάν έχουν μεθύσει στο παρελθόν και εάν ναι, πόσες φορές
- εάν το οικογενειακό τους περιβάλλον καταναλώνει αλκοόλ
- εάν οι γονείς τους, τους έδιναν να δοκιμάσουν αλκοολούχα ποτά όταν ήταν μικρότερης ηλικίας
- εάν πιστεύουν ότι το αλκοόλ έχει αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία.

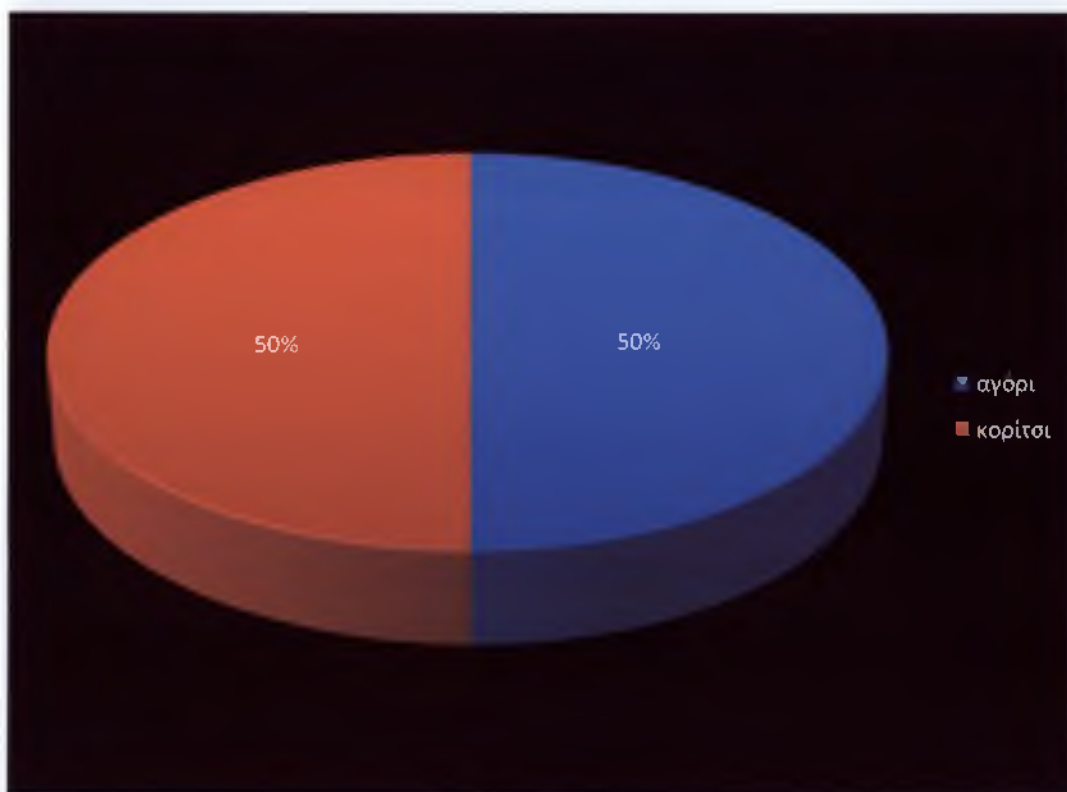
### 3.3 Παρουσίαση Αποτελεσμάτων

#### 3.3.1 Δημογραφικά Δεδομένα του Δείγματος

Στην ενότητα αυτή παρουσιάζονται τα δημογραφικά δεδομένα της έρευνας.

Πίνακας 3.1: Κατανομή των ερωτηθέντων ανά φύλο

|         | Συχνότητα | Ποσοστό |
|---------|-----------|---------|
| αγόρι   | 50        | 50%     |
| κορίτσι | 50        | 50%     |
| Σύνολο  | 100       | 100%    |

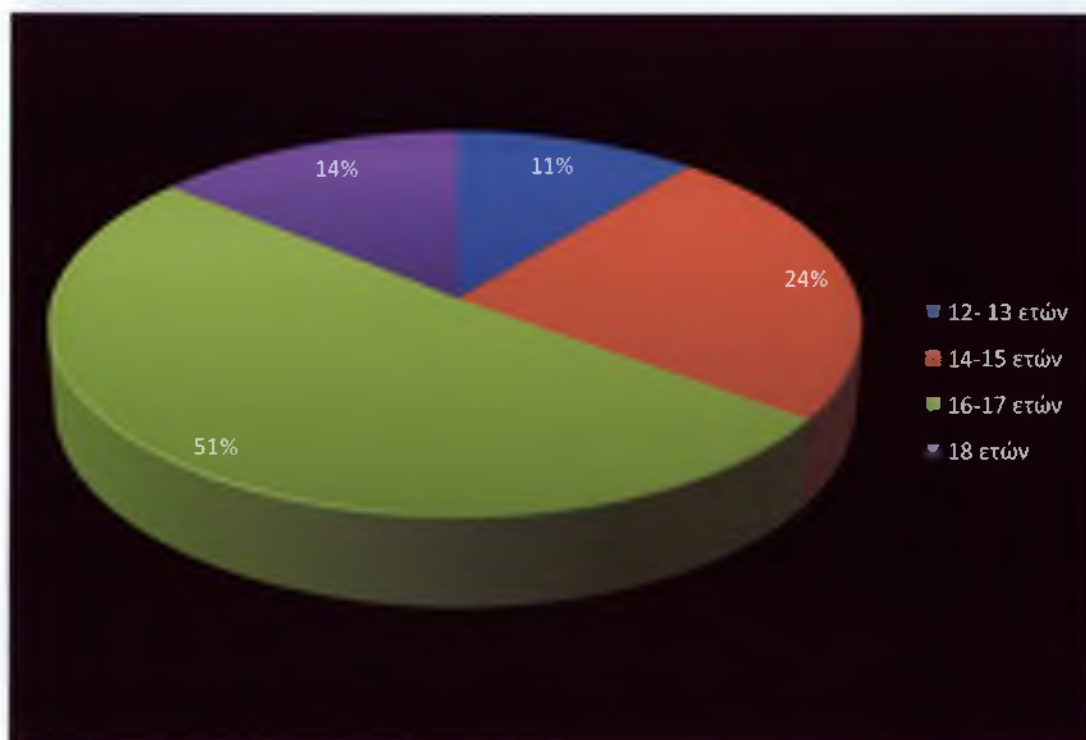


Διάγραμμα 3.1: Κατανομή των ερωτηθέντων ανά φύλο

Σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.1 και του Διαγράμματος 3.1, το 50% των ερωτηθέντων είναι αγόρια, ενώ το υπόλοιπο 50% είναι κορίτσια.

**Πίνακας 3.2: Κατανομή των ερωτηθέντων ανά ηλικία**

|               | Συχνότητα  | Ποσοστό     |
|---------------|------------|-------------|
| 12-13 ετών    | 11         | 11%         |
| 14-15 ετών    | 24         | 24%         |
| 16-17 ετών    | 51         | 51%         |
| 18 ετών       | 14         | 14%         |
| <b>Σύνολο</b> | <b>100</b> | <b>100%</b> |



**Διάγραμμα 3.2: Κατανομή των ερωτηθέντων ανά ηλικία**

Σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.2 και του Διαγράμματος 3.2, το 51% των ερωτηθέντων ανήκει στην ηλικιακή ομάδα 16 έως 17 ετών, το 24% είναι 14 έως 15 ετών, το 14% του δείγματος είναι άτομα με ηλικία 18 ετών και το 11% είναι παιδιά ηλικίας 12-13 ετών.

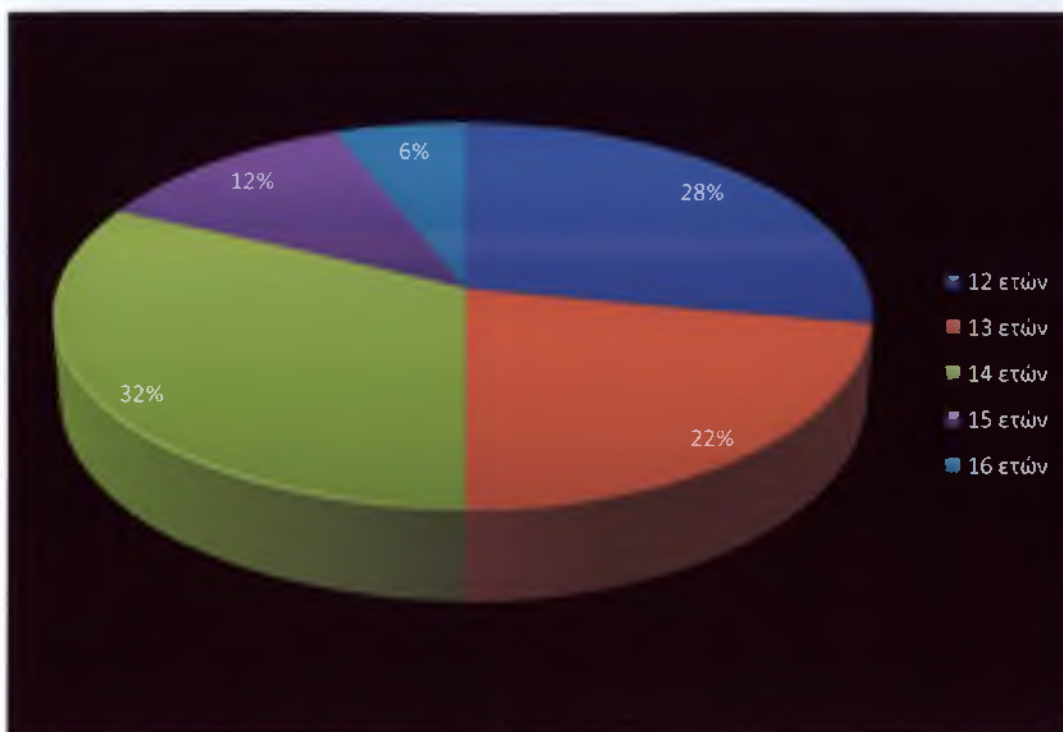
### 3.3.2 Ειδικές Ερωτήσεις

Στην ενότητα παρουσιάζονται τα αποτελέσματα που προέκυψαν από τις απαντήσεις των ερωτηθέντων στις ειδικές ερωτήσεις του ερωτηματολογίου.

**Πίνακας 3.3: Ποσοστό ερωτηθέντων ανά ηλικία που κατανάλωσε αλκοόλ για πρώτη φορά**

|               | Συχνότητα  | Ποσοστό     |
|---------------|------------|-------------|
| 12 ετών       | 28         | 28%         |
| 13 ετών       | 22         | 22%         |
| 14 ετών       | 32         | 32%         |
| 15 ετών       | 12         | 12%         |
| 16 ετών       | 6          | 6%          |
| <b>Σύνολο</b> | <b>100</b> | <b>100%</b> |





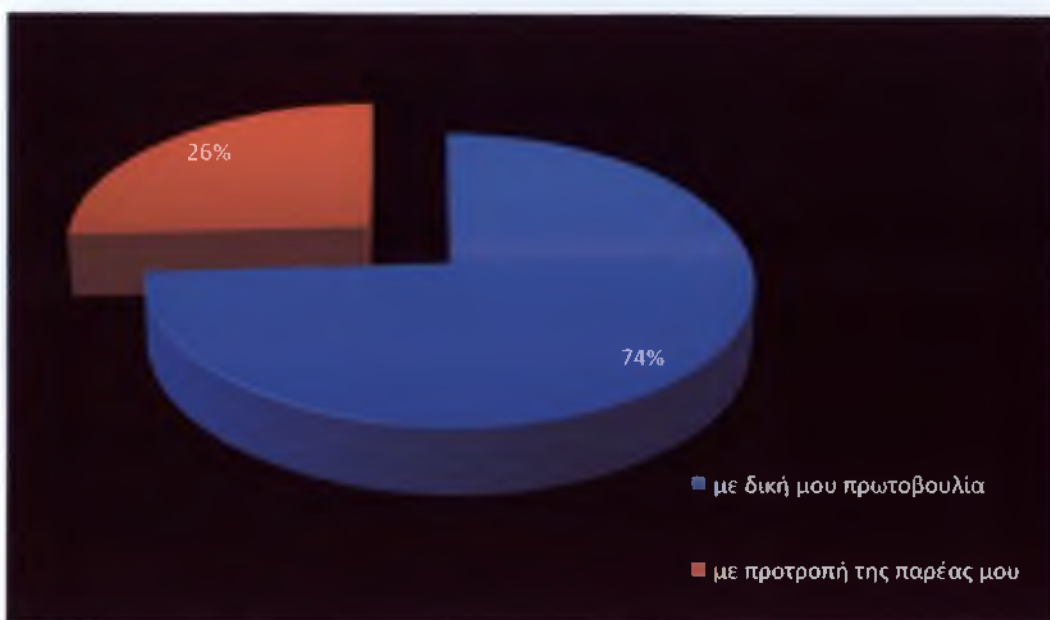
**Διάγραμμα 3.3:** Ποσοστό ερωτηθέντων ανά ηλικία που κατανάλωσε αλκοόλ για πρώτη φορά

Σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.3 και του Διαγράμματος 3.3, το 28% του δείγματος κατανάλωσε αλκοόλ για πρώτη φορά σε ηλικία 12 ετών, το 22% σε ηλικία 13 ετών, το 32% σε ηλικία 14 ετών, το 12% σε ηλικία 15 ετών και το 6% σε ηλικία 16 ετών.

**Πίνακας 3.4:** Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το λόγο κατανάλωσης αλκοόλ για πρώτη φορά

|                            | Συχνότητα  | Ποσοστό     |
|----------------------------|------------|-------------|
| με δική μου πρωτοβουλία    | 74         | 74%         |
| με προτροπή της παρέας μου | 26         | 26%         |
| <b>Σύνολο</b>              | <b>100</b> | <b>100%</b> |



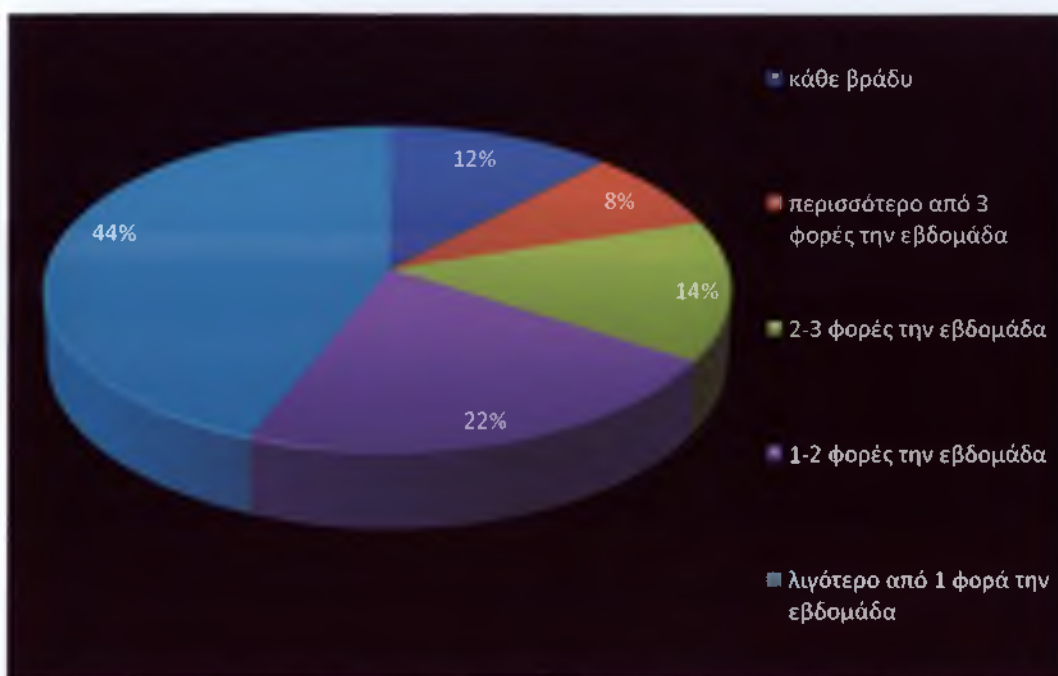


**Διάγραμμα 3.4:** Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το λόγο κατανάλωσης αλκοόλ για πρώτη φορά

Σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.4 και του Διαγράμματος 3.4, το 74% του δείγματος δήλωσε ότι κατανάλωσε πρώτη φορά αλκοόλ με δική του πρωτοβουλία, σε αντίθεση με το 26% που το έκανε ύστερα από προτροπή της παρέας του.

**Πίνακας 3.5:** Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με τη συχνότητα κατανάλωσης αλκοόλ

|                                      | Συχνότητα  | Ποσοστό     |
|--------------------------------------|------------|-------------|
| κάθε βράδυ                           | 12         | 12%         |
| περισσότερο από 3 φορές την εβδομάδα | 8          | 8%          |
| 2-3 φορές την εβδομάδα               | 14         | 14%         |
| 1-2 φορές την εβδομάδα               | 22         | 22%         |
| λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα     | 44         | 44%         |
| <b>Σύνολο</b>                        | <b>100</b> | <b>100%</b> |

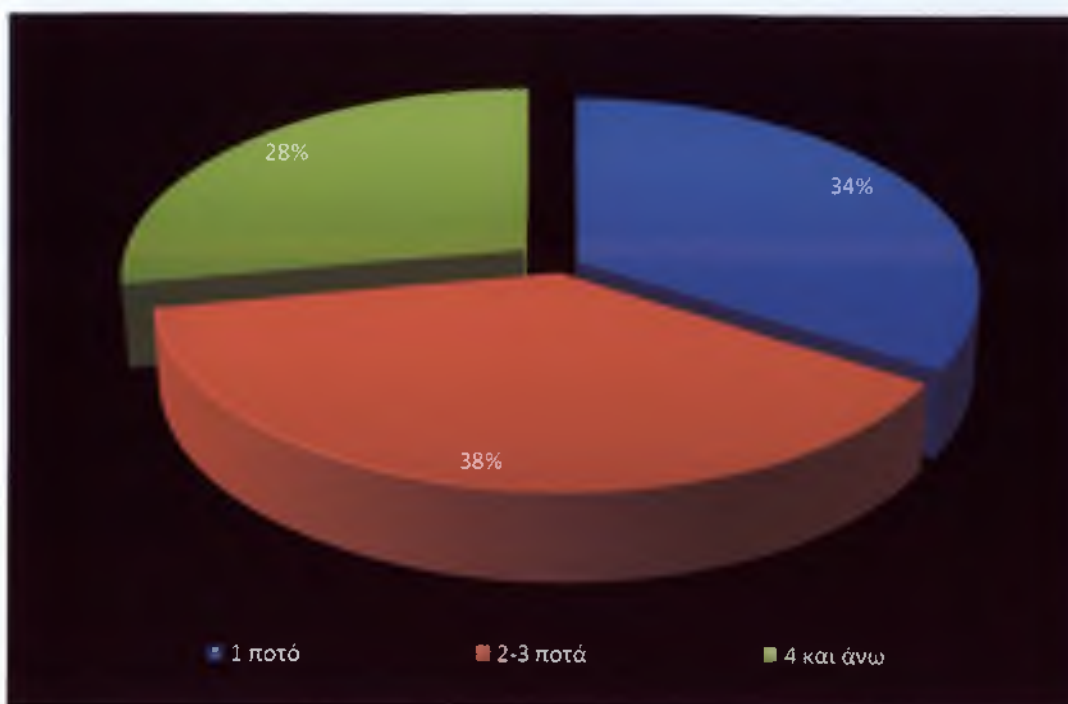


**Διάγραμμα 3.5: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με τη συχνότητα κατανάλωσης αλκοόλ**

Σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.5 και του Διαγράμματος 3.5, το 44% του δείγματος δήλωσε ότι καταναλώνει αλκοόλ λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα, το 22% 1-2 φορές την εβδομάδα, το 14% 2-3 φορές την εβδομάδα, το 12% κάθε βράδυ και το 8% του δείγματος περισσότερο από 3 φορές την εβδομάδα.

**Πίνακας 3.6: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με την ποσότητα κατανάλωσης αλκοόλ σε νυχτερινές εξόδους**

|               | Συχνότητα  | Ποσοστό     |
|---------------|------------|-------------|
| 1 ποτό        | 34         | 34%         |
| 2-3 ποτά      | 38         | 38%         |
| 4 και άνω     | 28         | 28%         |
| <b>Σύνολο</b> | <b>100</b> | <b>100%</b> |

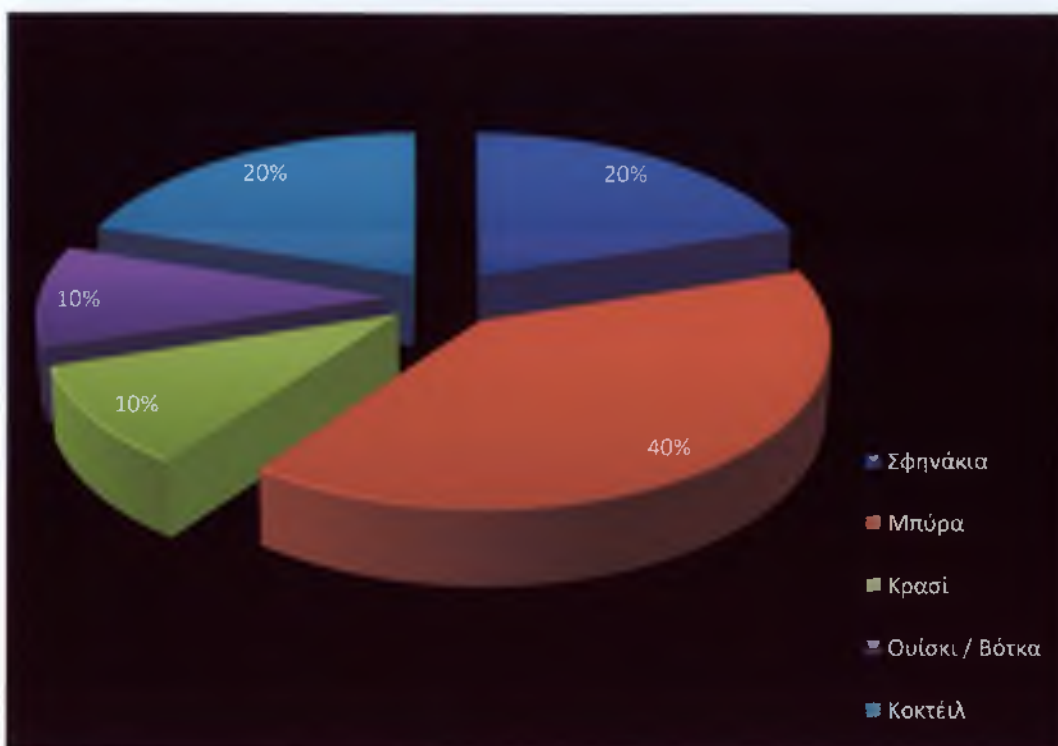


**Διάγραμμα 3.6: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με την ποσότητα κατανάλωσης αλκοόλ σε νυχτερινές εξόδους**

Σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.6 και του Διαγράμματος 3.6, το 38% του δείγματος δήλωσε ότι κατά μέσο όρο σε νυχτερινές εξόδους καταναλώνει 2 έως 3 ποτά, το 34% καταναλώνει 1 ποτό, ενώ το υπόλοιπο 28% καταναλώνει 4 ποτά ή και περισσότερα.

**Πίνακας 3.7: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το είδος των ποτών που καταναλώνουν σε νυχτερινές εξόδους**

|                | Συχνότητα  | Ποσοστό     |
|----------------|------------|-------------|
| Σφηνάκια       | 20         | 20%         |
| Μπύρα          | 40         | 40%         |
| Κρασί          | 10         | 10%         |
| Ουίски / Βότκα | 10         | 10%         |
| Κοκτέιλ        | 20         | 20%         |
| <b>Σύνολο</b>  | <b>100</b> | <b>100%</b> |



**Διάγραμμα 3.7: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το είδος των ποτών που καταναλώνουν σε νυχτερινές εξόδους**

Σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.7 και του Διαγράμματος 3.7, το 40% του δείγματος δήλωσε ότι σε νυχτερινές εξόδους καταναλώνει μπύρα, το 20% σφηνάκια, το 20% κοκτέιλ, το 10% ουίски ή βότκα και το υπόλοιπο 10% κρασί.

**Πίνακας 3.8: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το λόγο που αποφάσισαν να καταναλώσουν αλκοόλ.**

|  | Συχνότητα  | Ποσοστό     |
|--|------------|-------------|
| Επειδή πίνει η παρέα μου                               | 29         | 29%         |
| Από περιέργεια   | 28         | 28%         |
| Για επίδειξη   | 7          | 7%          |
| Για να τραβήξω την προσοχή μιας κοπέλας / ενός αγοριού | 6          | 6%          |
| Για να τραβήξω την προσοχή των γονιών μου              | 3          | 3%          |
| Για να ξεχάσω τα προβλήματά μου                        | 9          | 9%          |
| Άλλο (δηλώστε) επειδή το θέλω – μου αρέσει             | 18         | 18%         |
| <b>Σύνολο</b>  | <b>100</b> | <b>100%</b> |



**Διάγραμμα 3.8: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το λόγο που αποφάσισαν να καταναλώσουν αλκοόλ.**

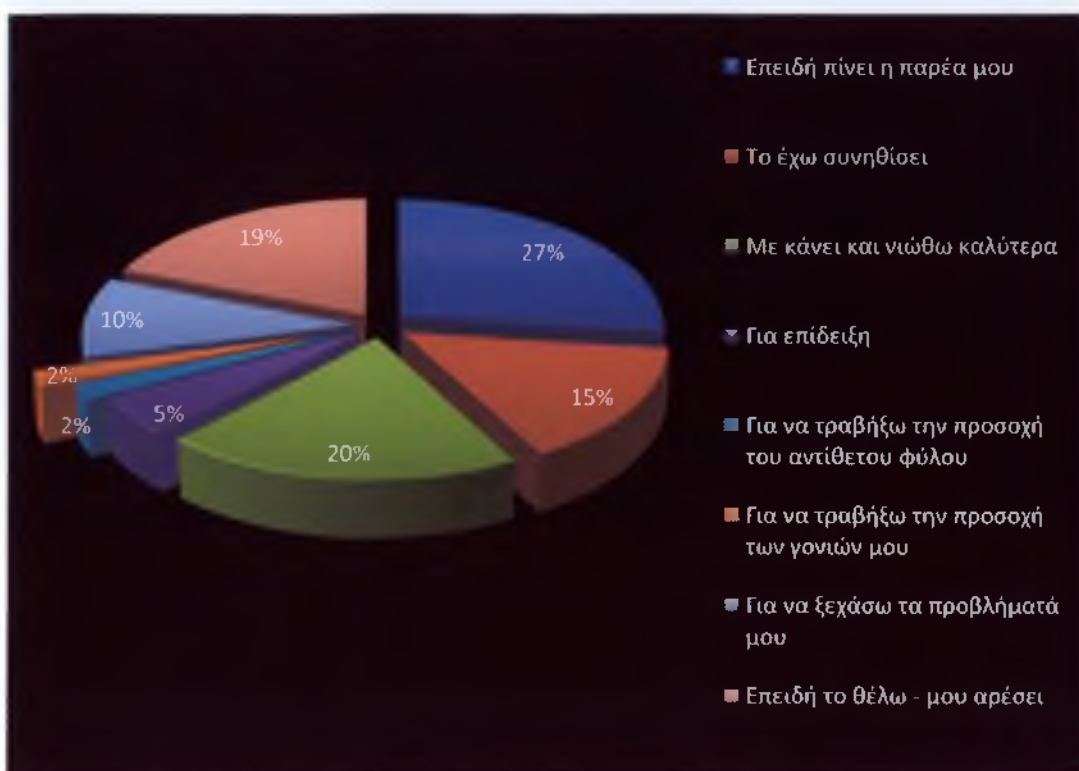
Σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.8 και του Διαγράμματος 3.8, το 29% του δείγματος δήλωσε ότι ο λόγος που αποφάσισε να καταναλώσει αλκοόλ ήταν επειδή πίνει η παρέα του, το 28% η περιέργεια, το 18% επειδή θέλει / του αρέσει, το 9% για να ξεχάσει τα προβλήματά του, το 7% για επίδειξη, το 6% για να τραβήξει το ενδιαφέρον του αντίθετου φύλου και το 3% για να τραβήξει την προσοχή των γονιών του.

**Πίνακας 3.9: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το λόγο που εξακολουθούν να καταναλώνουν αλκοόλ.**

|  | Συχνότητα  | Ποσοστό     |
|--|------------|-------------|
| Επειδή πίνει η παρέα μου                       | 27         | 27%         |
| Το έχω συνηθίσει                               | 15         | 15%         |
| Με κάνει και νιώθω καλύτερα                    | 20         | 20%         |
| Για επίδειξη                                   | 5          | 5%          |
| Για να τραβήξω την προσοχή του αντίθετου φύλου | 2          | 2%          |
| Για να τραβήξω την προσοχή των γονιών μου      | 2          | 2%          |
| Για να ξεχάσω τα προβλήματά μου                | 10         | 10%         |
| Επειδή το θέλω - μου αρέσει                    | 19         | 19%         |
| <b>Σύνολο</b>                                  | <b>100</b> | <b>100%</b> |

Σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.9 και του Διαγράμματος 3.9, το 27% του δείγματος δήλωσε ότι εξακολουθεί να καταναλώνει αλκοόλ επειδή πίνει η παρέα του, το 20% επειδή πιστεύει ότι το αλκοόλ τους κάνει να νιώθουν καλύτερα, το 19% επειδή το θέλει ή του αρέσει το αλκοόλ, το 15% επειδή το έχει συνηθίσει, το 10% του δείγματος εξακολουθεί να πίνει για να ξεχάσει τα προβλήματά του, το 5% για επίδειξη, ενώ μόλις το 2% για να τραβήξει την προσοχή των γονιών του και το υπόλοιπο 2% για να τραβήξει την προσοχή του αντίθετου φύλου.



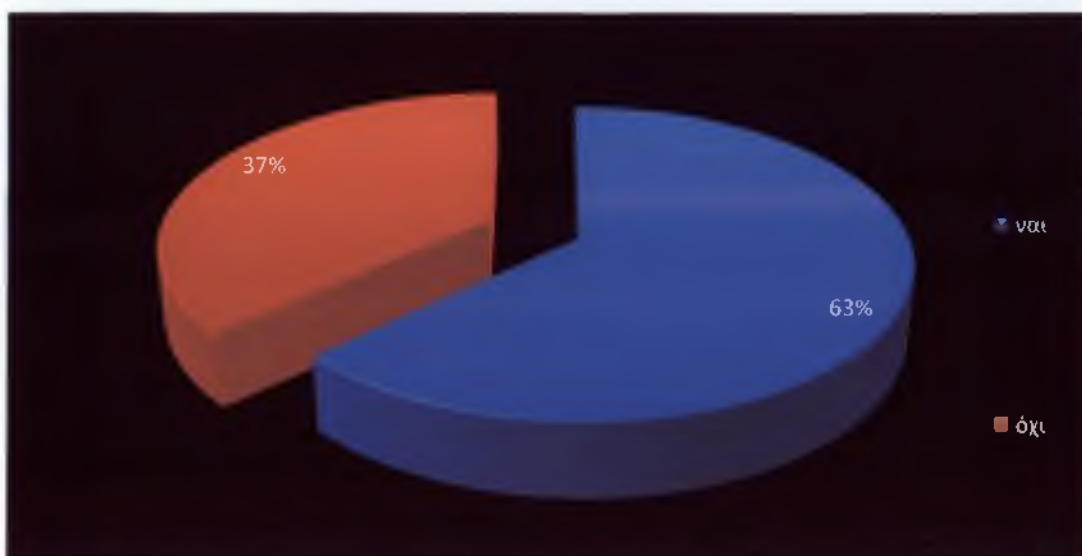


**Διάγραμμα 3.9: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το λόγο που εξακολουθούν να καταναλώνουν αλκοόλ**

Εν συνεχεία, κατανέμονται οι ερωτηθέντες ως προς το εάν έχουν μεθύσει κατά το παρελθόν. Εάν η απάντησή τους είναι θετική, ερωτώνται πόσες φορές έχουν μεθύσει στο παρελθόν. Πιο αναλυτικά, σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.10 και του Διαγράμματος 3.10, το 63% των ερωτηθέντων έχει μεθύσει στο παρελθόν, ενώ το 37% δεν έχει μεθύσει.

**Πίνακας 3.10: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν έχουν μεθύσει στο παρελθόν**

|               | Συχνότητα  | Ποσοστό     |
|---------------|------------|-------------|
| ναι           | 63         | 63%         |
| όχι           | 37         | 37%         |
| <b>Σύνολο</b> | <b>100</b> | <b>100%</b> |



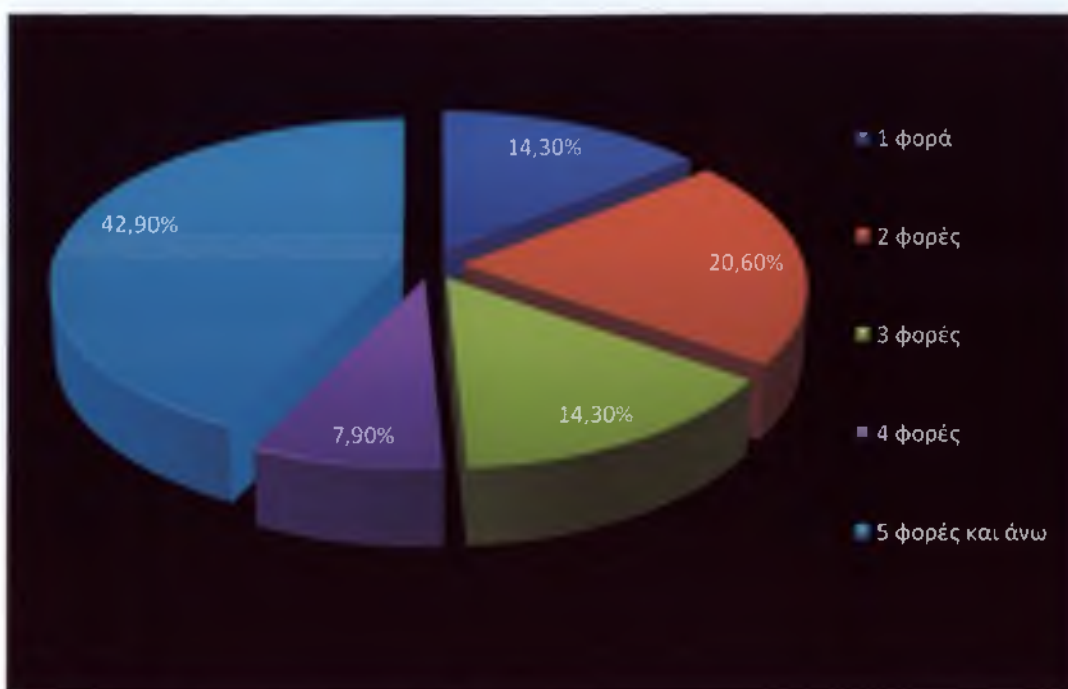
**Διάγραμμα 3.10: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν έχουν μεθύσει στο παρελθόν**

Στον Πίνακα 3.11 και το Διάγραμμα 3.11 που ακολουθούν εξετάζουμε το δείγμα των ερωτηθέντων που απάντησε θετικά στην προηγούμενη ερώτηση (εάν έχει μεθύσει στο παρελθόν) αναφορικά με το πόσες φορές έχουν μεθύσει κατά το παρελθόν.

**Πίνακας 3.11: Κατανομή των ερωτηθέντων (που απάντησαν θετικά στην προηγούμενη ερώτηση) σύμφωνα με το πόσες φορές έχουν μεθύσει στο παρελθόν**

|                 | Συχνότητα | Ποσοστό      |
|-----------------|-----------|--------------|
| 1 φορά          | 9         | 14,3%        |
| 2 φορές         | 13        | 20,6%        |
| 3 φορές         | 9         | 14,3%        |
| 4 φορές         | 5         | 7,9%         |
| 5 φορές και άνω | 27        | 42,9%        |
| <b>Σύνολο</b>   | <b>63</b> | <b>100,0</b> |



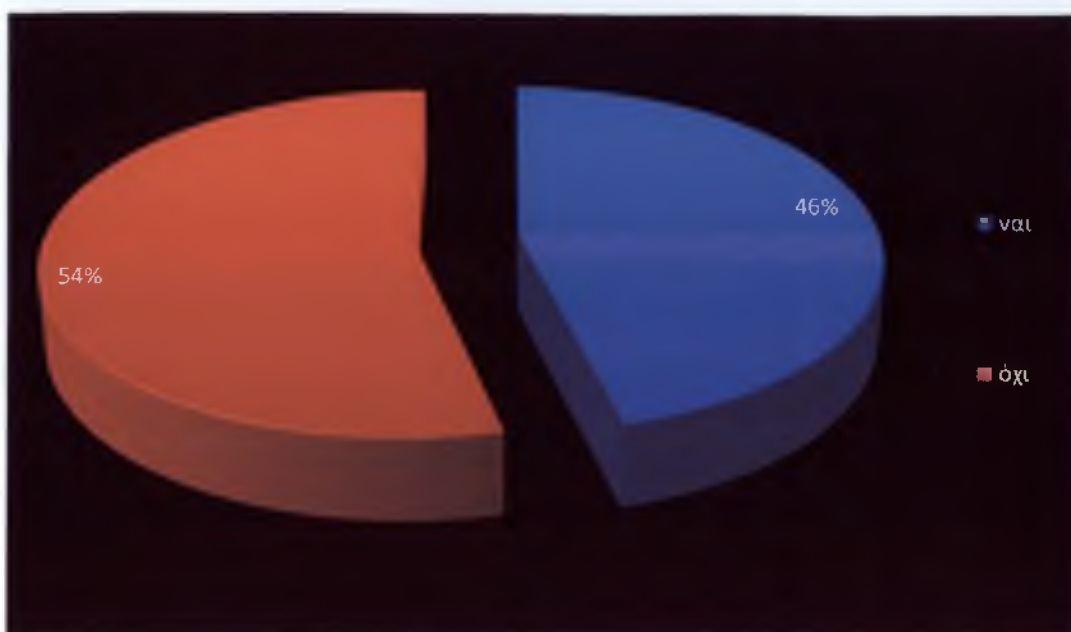


**Διάγραμμα 3.11: Κατανομή των ερωτηθέντων (που απάντησαν θετικά στην προηγούμενη ερώτηση) σύμφωνα με το πόσες φορές έχουν μεθύσει στο παρελθόν**

Όπως παρατηρούμε από τον Πίνακα 3.11 και το Διάγραμμα 3.11, το 42,90% του δείγματος έχει μεθύσει 5 φορές ή και περισσότερες στο παρελθόν, το 20,60% έχει μεθύσει 2 φορές, το 14,30% έχει μεθύσει 3 φορές, το 14,30% 1 φορά και το μόλις 7,90% έχει μεθύσει 4 φορές.

**Πίνακας 3.12: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν το οικογενειακό τους περιβάλλον καταναλώνει αλκοόλ**

|               | Συχνότητα  | Ποσοστό     |
|---------------|------------|-------------|
| ναι           | 46         | 46%         |
| όχι           | 54         | 54%         |
| <b>Σύνολο</b> | <b>100</b> | <b>100%</b> |

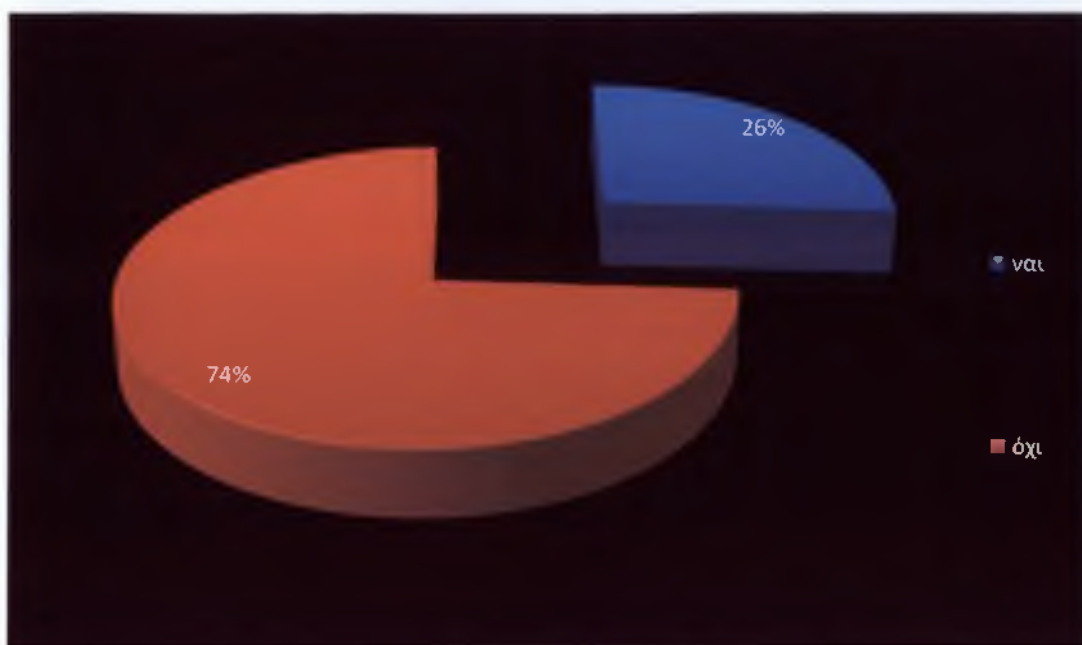


**Διάγραμμα 3.12:** Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν το οικογενειακό τους περιβάλλον καταναλώνει αλκοόλ

Σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.12 και του Διαγράμματος 3.12, το 54% του δείγματος δήλωσε ότι το οικογενειακό του περιβάλλον δεν καταναλώνει αλκοόλ, ενώ το 46% καταναλώνει.

**Πίνακας 3.13:** Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν οι γονείς τους, τους έδιναν αλκοόλ για να δοκιμάσουν σε μικρή ηλικία

|               | Συχνότητα  | Ποσοστό     |
|---------------|------------|-------------|
| ναι           | 26         | 26%         |
| όχι           | 74         | 74%         |
| <b>Σύνολο</b> | <b>100</b> | <b>100%</b> |



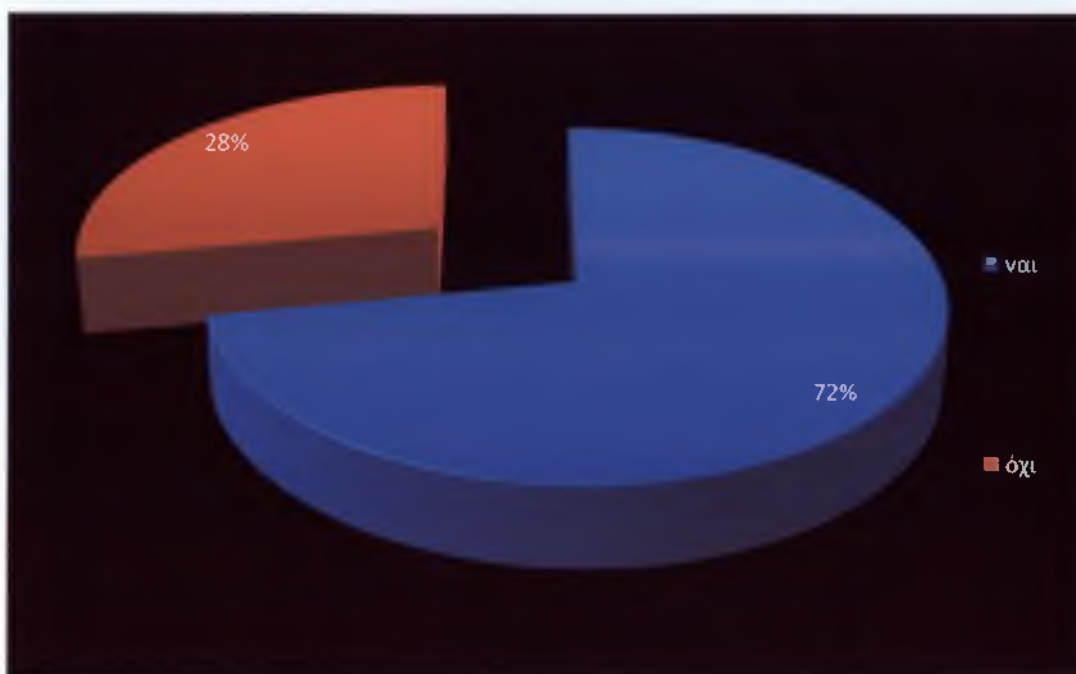
**Διάγραμμα 3.13: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν οι γονείς τους τους έδιναν αλκοόλ για να δοκιμάσουν σε μικρή ηλικία**

Σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.13 και του Διαγράμματος 3.13, το 74% του δείγματος δήλωσε ότι οι γονείς τους δεν τους έδιναν αλκοόλ για να δοκιμάσουν όταν ήταν μικροί, σε αντίθεση με το 26% που δήλωσε το αντίθετο.

Στο τέλος της έρευνας διερευνάται η άποψη των ερωτηθέντων αναφορικά με το εάν πιστεύουν ότι το αλκοόλ έχει αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία.

**Πίνακας 3.14: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν πιστεύουν ότι το αλκοόλ έχει αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία**

|               | Συχνότητα  | Ποσοστό     |
|---------------|------------|-------------|
| ναί           | 72         | 72%         |
| όχι           | 28         | 28%         |
| <b>Σύνολο</b> | <b>100</b> | <b>100%</b> |



**Διάγραμμα 3.14: Κατανομή των ερωτηθέντων σύμφωνα με το εάν πιστεύουν ότι το αλκοόλ έχει αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία**

Σύμφωνα με τα στοιχεία του Πίνακα 3.14 και του Διαγράμματος 3.14, το 72% του δείγματος θεωρεί ότι το αλκοόλ έχει αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία, σε αντίθεση με το 28% που δήλωσε το αντίθετο.

## Τέταρτο Κεφάλαιο: Συμπεράσματα – Περιορισμοί έρευνας

### 4.1 Παρουσίαση Συμπερασμάτων

Στην παρούσα ενότητα καταγράφονται τα συμπεράσματα που προκύπτουν από την επεξεργασία των δεδομένων.

Η πλειοψηφία του δείγματος προέβη στην κατανάλωση αλκοόλ σε μικρή ηλικία. Επιπλέον, το 74% του δείγματος δήλωσε ότι κατανάλωσε πρώτη φορά αλκοόλ με δική του πρωτοβουλία, ενώ το 26% το έκανε ύστερα από προτροπή της παρέας του.

Αναφορικά με την εβδομαδιαία κατανάλωση αλκοόλ, σύμφωνα με την έρευνα προκύπτει ότι το 44% του δείγματος δήλωσε ότι καταναλώνει αλκοόλ λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα, το 22% 1-2 φορές την εβδομάδα, το 14% 2-3 φορές την εβδομάδα, το 12% κάθε βράδυ και το 8% του δείγματος περισσότερο από 3 φορές την εβδομάδα.

Επιπλέον, η πλειοψηφία δήλωσε πως καταναλώνει από 1 έως 3 ποτά στις νυχτερινές εξόδους, ενώ μόλις το 28% καταναλώνει 4 ποτά ή και περισσότερα. Αναφορικά με το είδος των ποτών που καταναλώνουν σε νυχτερινές εξόδους, παρατηρούμε ότι η πλειοψηφία (40%) προτιμά την μύρα. Ακολουθούν τα σφηνάκια και τα κοκτέιλ σε ποσοστό 20% και 20% αντίστοιχα.

Όσον αφορά στο λόγο που αποφάσισαν να καταναλώσουν αλκοόλ, το 29% αναφέρει ως λόγο την κατανάλωση αλκοόλ από την παρέα του. Αυτό καταδεικνύει το γεγονός ότι οι νέοι επηρεάζονται από το φιλικό τους περιβάλλον. Επίσης, το 28% κάνει λόγο για περιέργεια, ενώ μόλις το 18% καταναλώνει αλκοόλ επειδή του αρέσει.

Επιπρόσθετα, το 27% εξακολουθεί να καταναλώνει αλκοόλ λόγω της παρέας του. Και σε αυτή την περίπτωση καταδεικνύεται η επιρροή του φιλικού περιβάλλοντος

στους νέους. Το 20% θεωρεί ότι το αλκοόλ τους κάνει να νιώθουν καλύτερα, το 19% του αρέσει, ενώ το 15% κάνει λόγο για συνήθεια.

Παράλληλα, παρατηρείται ότι η πλειοψηφία των νέων (63%) έχει μεθύσει στο παρελθόν, εκ των οποίων το 42,9% έχει μεθύσει 5 ή και περισσότερες φορές. Επιπρόσθετα, σημειώνεται ότι το 54% του δείγματος δήλωσε ότι το οικογενειακό του περιβάλλον δεν καταναλώνει αλκοόλ και το 74% ότι οι γονείς τους δεν τους έδιναν αλκοόλ για να δοκιμάσουν όταν ήταν μικροί.

Επιπλέον, η πλειοψηφία (72%) των ερωτηθέντων θεωρεί ότι το αλκοόλ έχει αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία.

Εν κατακλείδι, η χρήση αλκοόλ είναι συνηθισμένη στους εφήβους της Ελλάδας, ωστόσο μόλις ένα μικρό ποσοστό των μαθητών αντιμετωπίζει όντως πρόβλημα αλκοολισμού. Στις περισσότερες περιπτώσεις η κατανάλωση αλκοόλ οφείλεται σε ψυχολογικούς και κοινωνικούς παράγοντες με βασικότερη την επιθυμία του εφήβου να είναι αρεστός και αποδεκτός από τον κοινωνικό του περίγυρο, αλλά και το άγχος που καλλιεργείται από αυτή την επιθυμία.

#### **4.2 Περιορισμοί της έρευνας – Πρόταση για μελλοντική έρευνα**

Περιορισμός της έρευνας θεωρείται η συλλογή μικρών αριθμού δεδομένων, καθώς στην έρευνα συμμετείχαν 100 νέοι ηλικίας 12 έως 18 ετών. Για το λόγο αυτό, προτείνεται μία νέα πιο ενδελεχής έρευνα με πολύ μεγαλύτερο δείγμα από όλη την ελληνική επικράτεια, η οποία θα μελετάει τους λόγους για τους οποίους οι νέοι, που ανήκουν σε αυτή την ηλικιακή ομάδα, στρέφονται στην κατανάλωση αλκοόλ.



## Βιβλιογραφία

- **Castillo K.** (2008), *The causes that lead teenagers to drug and alcohol abuse: research paper*, Grin Verlag edition, Norderstedt Germany.
- **Delaroche P.** (2005), *Εφηβεία*, Εκδόσεις Μπουκουμάνης, Αθήνα
- **Essau C.** (2008), *Adolescent Addiction. Epidemiology, Assessment and Treatment*, Academic Press, London
- **Heuer M.** (1995), *Teen Addiction*, Ballantine Books, USA
- **Smith McLaughlin M., Hazouri S.** (2007), *Addiction; the high that brings you down*, Enslow Publishers, New York
- **Yalom I.** (2011), *Αλκοόλ. Από την αποξάρτηση στην θεραπεία*, εκδόσεις Ερευνητές, Αθήνα
- **Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής** (2011), «Πανελλήνια έρευνα στο σχολικό πληθυσμό για την χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών», *Έρευνα ESPAD*, Αθήνα
- **Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής** (2010), «Πανελλήνια έρευνα στους μαθητές εφηβικής ηλικίας για συμπεριφορές που συνδέονται με την υγεία», *Έρευνα HBSC/WHO*, Αθήνα
- **Κάντζα Α.** (2011), *Αλκοόλ και μηνύματα Αγωγής Υγείας*, Εκδόσεις Πάντειου Πανεπιστημίου
- **Κοκκέβη Α., Φωτίου Α., Ξανθάκη Μ., Καναβού Ε.** (2010), «Πανελλήνια έρευνα στους μαθητές εφηβικής ηλικίας για συμπεριφορές που συνδέονται με την υγεία. Εξαρτησιογόνες ουσίες στην εφηβεία», *Έρευνα HBSC/WHO*, Αθήνα
- **Κοκκέβη Α., Φωτίου Α., Κίτσος Γ.** (2009), *Χρήση εξαρτησιογόνων ουσιών από εφήβους μαθητές: νεότερα στοιχεία από την έρευνα ESPAD στην Ελλάδα και σε άλλες 34 χώρες*, Εκδόσεις Παπαζήσης, Αθήνα

- Ποταμιανός Γ. (2005), Αλκοόλ. Επιστημονικά δεδομένα για τη χρήση και την κατάχρηση της αλκοόλης, το σύνδρομο εξάρτησης και τη θεραπεία, Εκδόσεις Α.Α. Λιβάνη, Αθήνα
- Συλλογικό (2007), *Alcohol and drug use among European 17-18 year old students*, CAN Edition, Σουηδία
- Χρυσάφη Φ. (2004), *Ο δρόμος προς την εφηβεία*, Εκδόσεις University Studio Press, Θεσσαλονίκη

## Άρθρα

- Γενικό Λύκειο Λίμνης, Αλκοόλ και μαθητές, διαθέσιμο στο <http://lyk-limnis.evv.sch.gr/agogiyeias2/arxikoerotimatalch.html>
- Γρηγοράκος Α., «Θεραπευτική αντιμετώπιση της μέθης», *www.iatronet.gr*, 20.02.2008
- Κακές Συνήθειες, (2011), Ερωτηματολόγιο με θέμα «Η κατανάλωση αλκοόλ στην εφηβική ηλικία», 13 Δεκεμβρίου, διαθέσιμο στο [http://kakessunitheies.blogspot.gr/2011/12/blog-post\\_13.html](http://kakessunitheies.blogspot.gr/2011/12/blog-post_13.html)
- Κοκκέβη Α., «Οι έφηβοι, το αλκοόλ και οι επιπτώσεις», *www.medlook.cy.org*: 31.12.2001
- Κυριακοπούλου Α., Γεωργόπουλος Σ., «Εφηβοί: Εξαρτήσεις και πρόληψη. Ο ρόλος της οικογένειας», *Επιστημονικό Βήμα*, τ.8, Ιούνιος 2007: σελ 137
- Μαχαιρίδη Ντ., «Αλκοόλ και εφηβεία», *Η Ροδιακή*: 02.05.2011
- Ξενικούδάκης Σ., «Οι βλαβερές συνέπειες του αλκοόλ στον εγκέφαλο των εφήβων», *Ριζοσπάστης*, 18.03.2001: σελ. 7.
- Τούντας Γ., «Αλκοόλ και εφηβεία», *Ελευθεροτυπία*: 16.03.2010
- Τσαντούλας Δ., «Αλκοόλ: ένας ύπουλος φίλος», *www.iatronet.gr*: 18.03.2009

## Παράρτημα - Ερωτηματολόγιο

### ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

Το ακόλουθο ερωτηματολόγιο σχεδιάστηκε προκειμένου να διερευνηθούν τόσο οι συνήθειες όσο και οι στάσεις των εφήβων απέναντι στο αλκοόλ.

Οι απαντήσεις είναι ανώνυμες και θα χρησιμοποιηθούν μόνο για την ανάλυση της έρευνας της πτυχιακής εργασίας με θέμα «Οι επιπτώσεις της κατανάλωσης αλκοόλ στην εφηβική ηλικία»

#### ΕΡΩΤΗΣΗ - ΚΡΙΤΗΡΙΟ

**Καταναλώνετε αλκοολούχα ποτά;**

Ναι

Όχι

**ΑΝ ΟΧΙ, ΤΟΤΕ ΜΗΝ ΑΠΑΝΤΗΣΕΤΕ ΑΛΛΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ**

#### 1. Γενικές Ερωτήσεις

- 1. Φύλο**  
Αγόρι   
Κορίτσι

- 2. Ηλικία**
- 12-13
- 14-15
- 16-17
- 18

## 2. Ειδικές Ερωτήσεις

- 3. Σε ποια ηλικία καταναλώσατε για πρώτη φορά αλκοόλ;**

- 12  13
- 14  15
- 16  17
- 18

- 4. Την πρώτη φορά που καταναλώσατε αλκοόλ, έγινε με:**

- Δική μου πρωτοβουλία
- Προτροπή της παρέας μου

- 5. Πόσο συχνά καταναλώνετε αλκοόλ;**

- Κάθε βράδυ
- Περισσότερο από 3 φορές την εβδομάδα
- 2-3 φορές την εβδομάδα
- 1-2 φορές την εβδομάδα
- Λιγότερο από 1 φορά την εβδομάδα

6. Πόσο αλκοόλ καταναλώνετε κατά μέσο όρο στις νυχτερινές εξόδους σας;

1 ποτό

2-3 ποτά

4 και άνω

7. Τι είδους ποτό καταναλώνετε κατά κύριο λόγο στις εξόδους σας;

Σφηνάκια

Μπίρα

Κρασί

Ουίσκι / Βότκα

Κοκτέιλ

Συνδυασμό των παραπάνω

Άλλο (δηλώστε) .....

8. Για ποιο λόγο αποφασίσατε να καταναλώσετε αλκοόλ;

Επειδή πίνει η παρέα μου

Από περιέργεια

Για επίδειξη

Για να τραβήξω την προσοχή μιας κοπέλας / ενός αγοριού

Για να τραβήξω την προσοχή των γονιών μου

Για να ξεχάσω τα προβλήματά μου

Άλλο (δηλώστε) .....



9. Για ποιο λόγο εξακολουθείτε να καταναλώνετε αλκοόλ;

- Επειδή πίνει η παρέα μου
- Το έχω συνηθίσει
- Με κάνουν και νιώθω καλύτερα
- Για επίδειξη
- Για να τραβήξω την προσοχή του αντίθετου φύλου
- Για να τραβήξω την προσοχή των γονιών μου
- Ξεχνάω τα προβλήματά μου
- Άλλο (δηλώστε) .....

10. Έχετε μεθύσει στο παρελθόν;

- Ναι
- Όχι

9α) Εάν ναι, πόσες φορές;

.....

11. Το οικογενειακό σου περιβάλλον καταναλώνει αλκοόλ;

- Ναι
- Όχι

12. Όταν ήσουν μικρότερος, οι γονείς σου, σου έδιναν να δοκιμάσεις αλκοολούχα ποτά;

- Ναι
- Όχι

13. Πιστεύεις ότι το αλκοόλ έχει αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία;

Ναι

Όχι

Σας ευχαριστώ πολύ για το χρόνο που διαθέσατε!