

**ΑΝΩΤΑΤΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΚΡΗΤΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ**

**ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ : «ΤΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟ
ΠΡΟΦΙΛ ΤΗΣ ΣΥΓΧΡΟΝΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΚΑΙ Η ΣΧΕΣΗ
ΤΟΥ ΜΕ ΤΙΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ».**

**ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ :
ΓΑΛΕΝΙΑΝΟΥ ΕΛΕΝΗ**

**ΣΠΟΥΔΑΣΤΕΣ:
ΔΟΥΛΓΕΡΑΚΗ ΑΓΓΕΛΙΚΗ
ΚΟΡΑΚΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ
ΤΣΙΑΚΑΛΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ**

ΑΘΗΝΑ – ΗΡΑΚΛΕΙΟ 2003'

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Για την πραγματοποίηση της έρευνας πρέπει να ευχαριστήσουμε ιδιαίτερα τα Δημοτικά Σχολεία 7^ο,13^ο,42^ο,53^ο, τα οποία μας βοήθησαν και χωρίς τη συμπαράστασή τους η έρευνα δεν θα είχε τον αριθμό του δείγματος που επιθυμούσαμε.

Ευχαριστούμε θερμά τον διευθυντή του 7^ο Δ.Σ κ. Χουρδάκη Γ και τους εκπαιδευτικούς της Έ Τάξης κα Διαμαντούλη Ε και τον κ. Πατεράκη Κ και της ΣΤ Τάξης κ. Βελεγράκη και την κα Περάκη Μ για την πολύτιμη συμβολή τους στην έρευνα. Τον κ. Βελεγράκη τον ευχαριστούμε επίσης και για την διασύνδεση που μας έκανε με το 53^ο Δ.Σ. Στο συγκεκριμένο σχολείο δεν είχαμε πραγματοποιήσει ετήσια εργαστηριακή άσκηση όπως στα άλλα τρία και άρα η συμβολή του τελευταίου ήταν καθοριστικής σημασίας για την πρόσβαση μας σ' αυτό.

Επιπλέον, ευχαριστούμε πολύ τον διευθυντή του 13^ο Δ.Σ κ. Χριστοφακάκη Σ και τους εκπαιδευτικούς κα Αδαμάκη Ε(της Έ Τάξης), κα Κοκκινάκου Ι(της Έ Τάξης),κα Μηλιάρη-Θεοδούλη Σ(της ΣΤ Τάξης)και την κα Τρακέλλη Β(της ΣΤ Τάξης).

Στο σύνολο τους λοιπόν ευχαριστούμε όλους τους Διευθυντές των Σχολείων και τους εκπαιδευτικούς αυτών, με τους οποίους συνεργαστήκαμε κατά τη φάση της έρευνας. Η συμβολή τους υπήρξε πολύ σημαντική, επειδή παρότρυναν συνεχώς τα παιδιά να υπενθυμίζουν στους γονείς τους να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο μας. Σ' αυτό το σημείο όμως είναι αναγκαίο να ευχαριστήσουμε και τα ίδια τα παιδιά που δεν λησμόνησαν να δώσουν στους γονείς τους τα ερωτηματολόγια αλλά και δεν ξέχασαν να μας τα επιστρέψουν στην ημερομηνία που είχαμε ορίσει.

Ευχαριστούμε επίσης τον κ. Καφάτο Α, καθηγητή προληπτικής ιατρικής, για τις συμβουλές του σε σχέση με το θέμα μας, κατά την φάση επεξεργασίας του θέματος.

Θερμά επίσης ευχαριστούμε τον κ. Αρβανίτη (Καθηγητή της σχολής μας στο μάθημα της Στατιστικής) για την βοήθεια του στον τρόπο επεξεργασίας της έρευνας. Η συμβολή του υπήρξε τεράστια, χωρίς αυτή η ανάλυση της έρευνας δεν θα είχε την ίδια εγκυρότητα και αξιοπιστία. Τον ευχαριστούμε πολύ για τον χρόνο που διέθεσε και για την προθυμία του να μας βοηθήσει.

Ιδιαίτερος ευχαριστούμε τον φίλο μας Παπαματθαίου Μ για τη βοήθειά του στην επεξεργασία της έρευνας στον ΗΥ, για το χρόνο που διέθεσε αλλά και για την ηθική συμπαράστασή του.

Τέλος και οι τρεις ευχαριστούμε τους γονείς μας για την ηθική και υλική συμπαράστασή τους καθ' όλη τη διάρκεια των σπουδών μας.

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Ο συσχετισμός μεταξύ των δυο εννοιών -διατροφή και οικογένεια- υπήρξε για μας πρόκληση από τη στιγμή που κατά την διάρκεια των σπουδών μας τα αντικείμενα που περισσότερο μας κέντριζαν το ενδιαφέρον ήταν αφ' ενός μεν ό,τι αφορούσε το θεσμό της οικογένειας αφετέρου δε οτιδήποτε αφορούσε την αγωγή υγείας γενικότερα. Συνεπώς ένας τέτοιος συνδυασμός μας έδινε τη δυνατότητα να ασχοληθούμε και με τα δυο. Αυτό μας πρόσφερε επίσης την ευκαιρία να αποκτήσουμε γνώσεις και εμπειρία για το πώς μπορεί να γίνει πρακτικά ο συσχετισμός των δύο εννοιών τόσο θεωρητικά όσο και ερευνητικά.

Αναλαμβάνοντας τη συγκεκριμένη διπλωματική εργασία στις αρχές Ιουνίου 2002 αντιμετωπίσαμε το πρόβλημα της ελλιπούς βιβλιογραφίας καθώς σπανίζουν τα θέματα που προσεγγίζουν την έννοια της διατροφής κοινωνιολογικά. Οι περισσότερες εργασίες που έχουν γίνει για την διατροφή έχουν ιατρικό ή διατροφολογικό χαρακτήρα.

Η εργασία ξεκινά με μια γενική αναφορά σε θέματα διατροφής και διαίτολογίας (Κεφ. 1) και συνεχίζει με αναφορές που αναφέρονται στον θεσμό της οικογένειας (Κεφ 2). Στα κεφάλαια αυτά παρατίθενται ορισμοί των εννοιών που θα μελετήσουμε και εισαγάγουν τον αναγνώστη στις δυο βασικές έννοιες που αποτελούν το αντικείμενο της μελέτης μας (διατροφή και οικογένεια).

Όταν λοιπόν ο αναγνώστης έχει αποσαφηνίσει βασικές παραμέτρους των δυο εννοιών μπορεί εν συνεχεία να μελετήσει (στο Κεφ 3) τον συσχετισμό αυτών έχοντας σχηματίσει μια εικόνα για κάθε μια από αυτές από τα προηγούμενα κεφάλαια.

Η εργασία συνεχίζεται με μια μικρή αναφορά στην επίδραση των κυλικίων και των Μ.Μ.Ε (Κεφ 4 και 5) στην διαμόρφωση των διατροφικών συνηθειών των παιδιών, η οποία μπορεί να μην σχετίζεται άμεσα με το θέμα μας, προσφέρει όμως τη δυνατότητα σφαιρικής προσέγγισης των διατροφικών συνηθειών των παιδιών της ηλικίας που μελετάμε(11-13).

Τέλος, θεωρητικά η εργασία ολοκληρώνεται με δύο ακόμη κεφάλαια, το κεφάλαιο για την Αγωγή Υγείας και το κεφάλαιο για την διατροφική πολιτική, τα οποία αποσκοπούν σε μια σύνδεση με την κοινωνική εργασία (κυρίως το τελευταίο) στα πλαίσια της φιλοσοφίας πως ο Κ.Λ δύναται να εργαστεί σε τομείς πρόληψης με βασικό εργαλείο την ευαισθητοποίηση ατόμων, ομάδων και κοινοτήτων σε θέματα Προαγωγής Υγείας.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ	Σελ. 2
-----------------	--------

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ : ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑ

1.1	Εισαγωγή	Σελ. 3
1.2	Τροφή και Διατροφή	Σελ. 3
1.3	Η επιστήμη της Διατροφής – Διαιτολογίας	Σελ. 5
1.4	Η αξία της διατροφής στις χώρες της Μεσογείου (Μεσογειακή Δίαιτα – Πυραμίδα διατροφής)	Σελ. 5
1.4.1	Έννοια και ορισμός	Σελ. 6
1.4.2	Η αναγνωρισιμότητα της Μεσογειακής Δίαιτας από επιστήμονες σε διεθνές επίπεδο	Σελ. 6
1.4.3	Η πυραμίδα της Μεσογειακής Δίαιτας	Σελ. 7
1.5	Η σημασία της διατροφής κατά την πρώτη παιδική ηλικία	Σελ. 8
1.6	Επίλογος	Σελ. 8

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ : ΟΙ ΜΕΤΑΒΟΛΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΛΘΑΝ ΣΤΟΝ ΘΕΣΜΟ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ

2.1	Εισαγωγή	Σελ. 9
2.2	Παραδοσιακή οικογένεια (Αγροτική οικονομία)	Σελ. 9
2.3	Πυρηνική οικογένεια	Σελ. 10
2.4	Η επίδραση της συμπεριφοράς του γονεϊκού προτύπου στη διατροφή του παιδιού	Σελ. 12
2.5	Επίλογος	Σελ. 14

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ : ΤΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ-ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΟ ΠΡΟΦΙΛ ΤΗΣ ΣΥΓΧΡΟΝΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΚΑΙ Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΜΕ ΤΙΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

3.1	Εισαγωγή	Σελ. 15
3.2	Η εργασία των δύο γονέων	Σελ. 16
3.3	Η έλλειψη χρόνου της εργαζόμενης μητέρας	Σελ. 20
3.4	Το εισόδημα της ελληνικής οικογένειας	Σελ. 23
3.5	Το μορφωτικό επίπεδο της οικογένειας	Σελ. 25
3.6	Τα Fast-Food ως επιλογή των παιδιών για την «έξοδό» τους	Σελ. 27
3.7	Επίλογος	Σελ. 30

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ : ΤΑ ΚΥΛΙΚΕΙΑ ΚΑΙ Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΟΥΣ ΣΤΗ ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΩΝ ΣΥΝΗΘΕΙΩΝ ΣΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ.

4.1	Εισαγωγή	Σελ. 31
-----	----------	---------

4.2 Διαχείριση των σχολικών κυλικείων	Σελ. 31
4.3 Το ΦΕΚ για τα κυλικεία	Σελ. 31
4.4 Η επίδραση των κυλικείων στη διαμόρφωση των διατροφικών συνηθειών στους μαθητές σχολικής ηλικία	Σελ. 32
4.5 Επίλογος	Σελ. 33

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ : Η ΣΤΑΣΗ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΣΤΗΝ ΠΡΟΒΟΛΗ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΩΝ ΜΗΝΥΜΑΤΩΝ ΑΠΟ ΤΑ Μ.Μ.Ε.

5.1	Εισαγωγή	Σελ. 34
5.2	Γονείς και Μ.Μ.Ε.	Σελ. 34
5.3	Επίλογος	Σελ. 35

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΚΤΟ : ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ

6.1	Εισαγωγή	Σελ. 36
6.2	Τι είναι Υγεία	Σελ. 36
6.3	Προσδιοριστικοί παράγοντες του επιπέδου υγείας	Σελ. 36
6.4	Η έννοια της «Αγωγής Υγείας»	Σελ. 37
6.5	Αγωγή Υγείας : Επίσημη (Formal) και ανεπίσημη (Informal)	Σελ. 37
6.6	Στόχος της Αγωγής Υγείας	Σελ. 38
6.7	Διατροφική Αγωγή	Σελ. 38

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΒΔΟΜΟ : ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗ

7.1	Εισαγωγή	Σελ. 40
7.2	Ορισμός διατροφικής πολιτικής	Σελ. 40
7.3	Μέτρα για την εφαρμογή μίας Διατροφικής Πολιτικής	Σελ. 40
7.4	Ο ρόλος του Κοινωνικού Λειτουργού στη Διατροφική Πολιτική	Σελ. 41
7.5	Επίλογος	Σελ. 41

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΟΓΔΩΟ : ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

8.1.	Σημασία και σκοπός της έρευνας	Σελ. 42
8.2.	Ερευνητικές υποθέσεις	Σελ. 42
8.3.	Επιλογή και περιγραφή του δείγματος	Σελ. 43
8.4.	Τεχνική συλλογής δεδομένων – περιγραφή ερωτηματολογίου	Σελ. 44
8.5.	Επεξεργασία των αποτελεσμάτων της έρευνας	Σελ. 45

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΝΑΤΟ : ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ

Σελ. 46

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΚΑΤΟ : ΕΡΜΗΝΕΙΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ

Σελ. 90

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΝΔΕΚΑΤΟ : ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ – ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Σελ. 97

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ερέθισμα για την επιλογή του ερευνητικού μας θέματος στάθηκαν οι διάφορες εισηγήσεις σε θέματα σχετικά με την αγωγή υγείας αλλά και την πρόληψη και τη φροντίδα υγείας για την οικογένεια που παρακολουθήσαμε κατά τη διάρκεια των σπουδών μας στο τμήμα της Κοινωνικής Εργασίας του ΤΕΙ Κρήτης. Οι συγκεκριμένες εισηγήσεις μας έδωσαν το ερέθισμα να ασχοληθούμε με θέμα σχετικό με τη διατροφή.

Επιπλέον, επειδή μας ενδιέφερε και η «οικογένεια» ως γνωστικό αντικείμενο, με την οποία ασχοληθήκαμε θεωρητικά κατά τη διάρκεια των σπουδών μας, επιχειρήσαμε ένα συσχετισμό μεταξύ των δύο γνωστικών αντικειμένων (διατροφή και οικογένεια) τόσο θεωρητικά όσο και ερευνητικά.

Επίσης, σημαντικά μας προβλημάτισε μόλις ξεκινήσαμε τη βιβλιογραφική μας αναζήτηση, ότι σε μελέτες και άρθρα για τον παιδικό πληθυσμό της χώρας μας αναφερόταν πως το μεγαλύτερο ποσοστό των παιδιών της σχολικής ηλικίας, καταναλώνουν τυποποιημένα τρόφιμα στα διαλείμματα των σχολικών μαθημάτων. Αυτό το είχαμε, άλλωστε διαπιστώσει και οι ίδιοι κατά τη διάρκεια του έτους που πραγματοποιήσαμε την εργαστηριακή μας άσκηση σε δημοτικά σχολεία της πόλης του Ηρακλείου. Μία σημαντική μελέτη για το θέμα αυτό είχε πραγματοποιηθεί από την Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Κρήτης. Η έρευνα, η οποία απευθυνόταν σε παιδιά ηλικίας έως 12 ετών, έδειξε πως το 98% σιτίζονται στο σχολείο αποκλειστικά, καταναλώνοντας τροφές, οι οποίες ευθύνονται για την παιδική παχυσαρκία, την αύξηση λιποπρωτεϊνών στο αίμα, την τερηδόνα των δοντιών κ.α.¹.

Ακόμη σημαντικά μας προβλημάτισε, η αύξηση των κέντρων αδυνατίσματος που παρατηρείται τα τελευταία χρόνια στη χώρα μας.

Ο προβληματισμός αυτός σχετίζεται άμεσα με το θέμα επιλογής μας, καθώς έχει επιστημονικά αποδειχτεί ότι η εμφάνιση παχυσαρκίας, όπως επίσης και διάφορα άλλα νοσήματα (καρδιαγγειακά) σχετίζονται με τη διατροφή του ανθρώπου σε ορισμένα κρίσιμα ηλικιακά στάδια της ζωής του. Ιδιαίτερα κρίσιμες ηλικίες είναι η βρεφική, η πρώτη παιδική ηλικία (από 0 – 5), η προεφηβική, καθώς και η εφηβική (8 – 15)².

Συνεπώς, η σωστή διατροφή στη διάρκεια της παιδικής και εφηβικής ηλικίας αποτελεί ένα σημαντικό μέτρο, για την εξασφάλιση ομαλής και πλήρους ανάπτυξης του παιδιού και όπως τελικά φαίνεται και για την πρόληψη εμφάνισης διαταραχών στη μετέπειτα ζωή τους³.

¹ Καφάτος Α, Αποστολάκη Ι, Καντιδάκη Ε, Λιονής Χ, «Συνήθειες διατροφής των παιδιών στο σχολείο», Παιδιατρική 91, 54: 10 - 25

² Iatronet, Γεωργακάκης Χ, 7/1/2003, «Διατροφή κατά τη βρεφική και πρώτη παιδική ηλικία», http://iatronet.gr/HTMLpages/Mainpaggers/Diatrofi/DiatrofigiouAtom/igeia_diatrofi_vrefiki.asp.

³ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 2

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ

Διατροφή και Διαιτολογία

1.1. Εισαγωγή

Επειδή η μελέτη μας ασχολείται με δύο βασικές παραμέτρους, την οικογένεια και τη διατροφή, πριν επιχειρηθεί ο μεταξύ τους συσχετισμός και τεκμηριωθεί θεωρητικά, θα προηγηθούν αναφορές αφενός μεν στην έννοια της διατροφής, αφετέρου δε στο θεσμό της οικογένειας και στις αλλαγές, που αυτός υφίσταται τα τελευταία χρόνια προκειμένου ο αναγνώστης να έχει μια σαφή εικόνα γι' αυτές τις δύο έννοιες.

Εξάλλου δεν μπορούμε να προχωρήσουμε στην ανάλυση του θέματος εάν πρωτίστως δεν παραθέσουμε τους ορισμούς των εννοιών, που θα μελετήσουμε. Και σε αυτό ακριβώς έγκειται η ύπαρξη αυτού του κεφαλαίου, που αναφέρεται στη διατροφή, στην Επιστήμη της Διαιτολογίας, καθώς και στη σημασία της διατροφής κατά την παιδική ηλικία.

1.2. Τροφή και διατροφή

Τροφή είναι κάθε τι που τρώμε και πίνουμε, ενώ διατροφή εννοείται εκείνο το σύνολο των λειτουργιών με τις οποίες κάθε ζωντανός οργανισμός παίρνει τις τροφές του από το περιβάλλον του, τις προετοιμάζει, τις διασπά σε απλούστερες ενώσεις, τις απορροφά και τις μετατρέπει. Όλες αυτές συνιστούν ένα κύκλο που χαρακτηρίζει το φαινόμενο της «ζωής»⁴.

Είναι ανάγκη να τονιστεί η διαφορά, που υπάρχει ανάμεσα στην τροφή και στη διατροφή, διότι συχνά γίνεται μια μικρή σύγχυση.

Οι όροι για παράδειγμα «χορτάτος» και «καλά διατρεφόμενος» δεν είναι συνώνυμοι, αλλά έχουν διαφορετικές έννοιες. Ο μεν πρώτος σημαίνει ποσότητα, ενώ ο δεύτερος προϋποθέτει πέρα από την ποσότητα και την ποιότητα της τροφής, που χρειάζεται ο οργανισμός για να ολοκληρώσει σωστά τον κύκλο της θρέψης⁵.

Επιπλέον, κρίνεται σκόπιμο να επισημανθεί πως Διατροφή και Διαιτολογία είναι και η Επιστήμη, που ασχολείται με τη διατροφή ομάδων και ατόμων κάτω από διαφορετικές συνθήκες και καταστάσεις υγείας για τις οποίες θα γίνει λόγος παρακάτω.

Έτσι σ' αυτό το κεφάλαιο θα ασχοληθούμε με την έννοια της διατροφής, όπως αυτή δόθηκε παραπάνω και όχι με την έννοια της Διατροφής ως Επιστημονικού Κλάδου.

Σ' αυτό το σημείο έχει ιδιαίτερο ενδιαφέρον να δούμε πως διατρεφόταν ο άνθρωπος παλαιότερα και πως διατρέφεται σήμερα.

Η σύντομη αυτή ιστορική αναδρομή προσφέρει ενδιαφέροντα στοιχεία τα οποία μας βοηθούν να αντιληφθούμε την εξέλιξη του τρόπου διατροφής των ανθρώπων ανά τους αιώνες, καθώς και τα πλαίσια μέσα στα οποία πραγματοποιήθηκε αυτή η εξέλιξη.

Ξεκινώντας από τον πρωτόγονο άνθρωπο θα λέγαμε ότι αυτός ήταν φυτοφάγος και στην αρχή εξασφάλιζε την τροφή του από το περιβάλλον. Τρεφόταν

⁴ Τριάδη Διαμάντω, Βελεντζάς Δημήτριος, «Θέματα Διατροφής – Διαιτολογίας», ΤΕΕ (Τομέας Υγείας & Πρόνοιας), Εκδόσεις Ο.Ε.Δ.Β.

⁵ Κίτσιου Βασιλική, Κορομηλά Αντωνία, «Οι απόψεις των Ελληνίδων σχετικά με τη διατροφή κατά την παιδική ηλικία», Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Τμήμα Οικιακής Οικονομίας – Οικολογίας, Αθήνα 2000.

με φρούτα, ρίζες, κλάδους φυτών και λιγότερο με θηράματα, έντομα, ψάρια. Οι πρωτόγονοι άνθρωποι καταλάβαιναν τροφές πλούσιες σε υδατάνθρακες (50 – 60%), πρωτεΐνες (25 – 34%) και φτωχές σε λίπος (12 – 21%)⁶.

Αργότερα αναπτύχθηκε η γεωργία, η κτηνοτροφία, και μ' αυτόν τον τρόπο εμπλουτίστηκε η διατροφή του ανθρώπου περισσότερο με γεωργικά και κτηνοτροφικά προϊόντα, όπως, δημητριακά, ψωμί, ζυμαρικά, όσπρια, γάλα, βούτυρο, τυρί, κρέας, πουλερικά, τα οποία προστέθηκαν προοδευτικά στο καθημερινό διαιτολόγιο του ανθρώπου⁷.

Στις πολιτισμένες, κυρίως, χώρες ο άνθρωπος άρχισε σιγά – σιγά να γίνεται «παμφάγος» και κυρίως κρεατοφάγος, καθώς και «χρήστης» ζωικής τροφής, αλλά και υπερβολικής ποσότητας ζάχαρης. Η ζάχαρη, βιομηχανικό κυρίως προϊόν των τελευταίων χρόνων κατέχει σημαντική θέση στη σημερινή διαιτητική του ατόμου⁸.

Από την άλλη μεριά τα οινοπνευματώδη ποτά αν και δεν αποτελούν τροφή για τον άνθρωπο αλλά συνηθισμένο συμπλήρωμα των γευμάτων του από αρχαιοτάτων χρόνων, προσφέρουν σ' αυτόν ευχαρίστηση, υπό διάφορες μορφές (κρασί, ούζο, μπύρα)⁹.

Από τα παραπάνω γίνεται αντιληπτό πως η διατροφή του ανθρώπου, αναπτύχθηκε ανάλογα με τον πολιτισμό, τις πλουτοπαραγωγικές πηγές, αλλά και τις κλιματολογικές συνθήκες της περιοχής στην οποία διέμενε.

Όμως σήμερα διακρίνουμε δύο κόσμους όσον αφορά την κατάσταση του διατροφικού τους επιπέδου. Τον κόσμο των ανεπτυγμένων και τον κόσμο των υποανάπτυκτων ή αναπτυσσόμενων χωρών.

Έτσι στις ανεπτυγμένες χώρες επικρατεί η «χλιδή», η «σπατάλη», η πληθώρα και η υπερκατανάλωση τροφών, η κατανάλωση κρέατος, ζάχαρης, λιπαρών ουσιών. Στις χώρες αυτές περιλαμβάνονται η Ευρώπη, η Β. Αμερική, ο Καναδάς και ορισμένες χώρες της Ασίας¹⁰.

Αντίθετα με τις ανεπτυγμένες χώρες, τα άτομα που ζουν στις αναπτυσσόμενες χώρες της Αφρικής, Ασίας και της Ν. Αμερικής, ζουν κάτω από άθλιες συνθήκες διαβίωσης, αλλά και υποσιτισμού. Οι χώρες αυτές παρουσιάζουν υπερπληθυσμό αλλά και έλλειψη τεχνική οργάνωσης ώστε να εκμεταλλευθούν τις πλουτοπαραγωγικές πηγές, και να μπορούν να προσαρμόζονται στις επικρατούσες καιρικές συνθήκες¹¹.

Οι παραπάνω αναφορές σχετικά με τη διατροφή των διαφόρων χωρών πραγματοποιήθηκαν προκειμένου να διαφανούν οι πολιτισμικές, κοινωνικές και περιβαλλοντικές συνθήκες μέσα στις οποίες διαμορφώνεται η διατροφική συμπεριφορά των ανθρώπων.

Στη χώρα μας το διατροφικό επίπεδο των Ελλήνων δεν είναι σύμφωνο με τις αρχές της σωστής διατροφής, γεγονός, που οι ειδικοί το αποδίδουν κατά 70% σε άγνοια και κατά 30% στην ύπαρξη φτώχειας, γεγονός που κάνει τη διατροφή οξύ πρόβλημα με επιπτώσεις στην ατομική και εθνική υγεία¹².

⁶ Κίτσιου Βασιλική, Κορομηλά Αντωνία, «Οι απόψεις των Ελληνίδων σχετικά με τη διατροφή κατά την παιδική ηλικία», Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Τμήμα Οικιακής Οικονομίας – Οικολογίας, Αθήνα 2000.

⁷ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 6.

⁸ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 6.

⁹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 6.

¹⁰ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 6.

¹¹ Τριάδη Διαμάντω, Βελεντζάς Δημήτριος, «Θέματα Διατροφής – Διαιτολογίας», ΤΕΕ (Τομέας Υγείας – Πρόνοιας), Εκδόσεις Ο.Ε.Δ.Β.

¹² Τριάδη Διαμάντω, Βελεντζάς Δημήτριος, «Θέματα Διατροφής – Διαιτολογίας», ΤΕΕ (Τομέας Υγείας – Πρόνοιας), Εκδόσεις Ο.Ε.Δ.Β.

1.3. Η επιστήμη της Διατροφής – Διαιτολογίας

Η επιστήμη της Διαιτολογίας βρισκόταν στα σπάργανα μέχρι τις αρχές του αιώνα μας. Προβαίνοντας σε μια σύντομη ιστορική ανασκόπηση θα μπορούσε να ειπωθεί πως η απαρχή της εντοπίζεται στην εποχή του Ιπποκράτη (460 – 375 π.Χ.), ο οποίος είχε αντιληφθεί τη συσχέτιση υγείας και τροφής καθώς επίσης και την επιτακτική ανάγκη της δίαιτας σε ασθενείς¹³.

Στο δεύτερο αιώνα ο Γαληνός, διαπίστωσε σχετικά με το θέμα της τροφής και της υγείας ότι η τροφή στο στομάχι διαλύεται σε μικρότερα κομμάτια για να απορροφηθεί. Οι δοξασίες αυτές ήταν επιστημονικά «πιστεύω» ως τον δέκατο ένατο αιώνα, τον αιώνα δηλαδή των ανακαλύψεων και των αλμάτων στη Χημεία, στη Φυσική και στην Ιατρική¹⁴.

Το δέκατο έβδομο αιώνα, ο Βρετανός W. Harvey «ανοίγει» το δρόμο σχετικά με τις νέες αντιλήψεις που αφορούν τη διατροφή. Βέβαια το βασικό ξεκίνημα της Επιστήμης της Διαιτολογίας συναντάται κατά το δέκατο όγδοο αιώνα στα πειράματα του Lavoisier (1743 – 1794), για την ανάλωση και την καύση. Την ίδια εποχή ο Ιταλός Lunzaro Spallanzoni (1792 – 1799) πειραματίζεται όσον αφορά τη διαδικασία της πέψης, ενώ ο Σκωτσέζος J-Lind, ανακαλύπτει τη διατροφική θεραπεία του σκορβούτου με χυμό λεμονιού¹⁵.

Το 1834 ο Άγγλος W. Froust με τη συγγραφή του βιβλίου με τίτλο «Χημεία, μετεωρολογία και οι λειτουργίες της πέψης», αναφέρει ότι οι τροφές χωρίζονται σε τρεις κατηγορίες, δηλαδή ζωικές, φυτικές και λιπαρές¹⁶.

Στην Αμερική ο W. Beaumont και στη Ρωσία ο Petronih Pavlov μελετούν τη φυσιολογία της πέψης, ενώ ο Malder ονομάζει τις αζωτούχες ουσίες, πρωτεΐνες¹⁷.

Βάσει της παραπάνω περιληπτικής ανασκόπησης, είναι αναγκαίο να επισημανθεί ότι οι διάφοροι ερευνητές εκείνης της περιόδου δεν είχαν τη δυνατότητα επικοινωνίας μεταξύ τους με άμεσο αποτέλεσμα να μεσολαβούν μεγάλα χρονικά διαστήματα, ώστε τα επιτεύγματα να γίνουν γνωστά από τη μία χώρα στην άλλη¹⁸.

Η επιστήμη της Διατροφής και Διαιτολογίας στη σημερινή εποχή συνδέεται με πολλές επιστήμες όπως η βιοχημεία, φυσική επιστήμη, ενδοκρινολογία, παθολογία, καθώς και με την ψυχολογία¹⁹.

1.4 Η αξία της διατροφής στις χώρες της Μεσογείου (Μεσογειακή Δίαιτα – Πυραμίδα διατροφής)

1.4.1 Έννοια και Ορισμός

Η Μεσογειακή είναι η Δίαιτα των Ελλήνων, Ιταλών, Γάλλων, Ισπανών, Κυπρίων, συμπεριλαμβανομένων και των Πορτογάλων που έχουν παραπλήσιες διατροφικές συνήθειες. Εξαιρούνται μόνο κάποιοι από τους λαούς της Β. Αφρικής

¹³ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 12.

¹⁴ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 12.

¹⁵ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 12.

¹⁶ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 12.

¹⁷ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 12.

¹⁸ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 12.

¹⁹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 12.

που έχουν εντελώς διαφορετική φιλοσοφία ζωής και αντίστοιχα διαφορετικά διατροφικά πρότυπα²⁰.

Το πρόβλημα του ορισμού της Μεσογειακής Δίαιτας είναι δύσκολο να αποσαφηνισθεί, διότι δεν έχει μόνο γεωγραφικό, αλλά και χρονικό περιορισμό. Αναφέρεται στις διαιτολογικές συνήθειες και στον τρόπο ζωής που επικράτησε το 1960 στην ευρύτερη περιοχή της Μεσογείου²¹.

Η Μεσογειακή Δίαιτα (ελληνική) αφενός μεν θεωρείται ίσως η καλύτερη των άλλων λαών, αφετέρου δε έχει κοινά χαρακτηριστικά με τις άλλες χώρες, αφού έχουν παρόμοια παραγωγή τροφίμων, όπως πορτοκάλια, ελιές, κάστανα, σταφύλια²².

Τέλος η Μεσογειακή Δίαιτα διακρίνεται για τον απλό τρόπο μαγειρέματος (βραστά και ψητά), πράγμα που βοηθά στη διατήρηση των θρεπτικών συστατικών των τροφίμων²³.

1.4.2. Η αναγνωρισιμότητα της Μεσογειακής Δίαιτας από επιστήμονες σε διεθνές επίπεδο

Είναι γεγονός ότι η Μεσογειακή Δίαιτα έχει αναγνωριστεί από πολλούς επιστήμονες, έπειτα από συνεχείς ερευνητικές μελέτες. Θεωρείται ο ιδανικότερος αλλά και ο πιο ισορροπημένος τρόπος δίαιτας για την προαγωγή της σωματικής και ψυχικής υγείας²⁴.

Στη δεκαετία του 1950, πραγματοποιήθηκε μια έρευνα με τίτλο «Μελέτη των επτά χωρών», η οποία διήρκεσε 20 χρόνια. Επιστήμονες από επτά διαφορετικές χώρες μελέτησαν τις διατροφικές συμπεριφορές 12.000 ανθρώπων. Εμπνευστής του εγχειρήματος υπήρξε ο Ίνσελ Κις, καθηγητής της Σχολής Δημόσιας Υγείας του Πανεπιστημίου της Μινεσότα, όπου μαζί με τον Έλληνα ερευνητή Αραβανή, «συγκλόνισαν» τον κόσμο με τα αποτελέσματα των εργασιών τους. Απέδειξαν, δηλαδή, ότι οι Έλληνες σε χωριά της Κέρκυρας και της Κρήτης, οι οποίοι ακολουθούσαν τις αρχές της Μεσογειακής Δίαιτας, εμφάνιζαν σπανιότερα καρδιοαγγειακά νοσήματα ή καρκίνο, αλλά και παρουσίαζαν το μεγαλύτερο προσδοκώμενο χρονικό όριο ζωής²⁵.

Επιπρόσθετα οι διεθνώς γνωστές ερευνητικές ομάδες της Αντωνίας Τριχοπούλου στην Αθήνα και του Αντωνίου Καφάτου στην Κρήτη, σε παιδιά σχολικής ηλικίας, έδειξαν τα ευεργετικά αποτελέσματα της Μ. διατροφής, μέσα από τη διεξαγωγή των ερευνών τους.

Επιπρόσθετα μείζονος σημασίας για την αναγνώριση της Μεσογειακής Δίαιτας υπήρξε και το διαιτολογικό συνέδριο, που πραγματοποιήθηκε στη Βοστώνη το 1994 υπό την αιγίδα του Πανεπιστημίου του Χάρβαρντ, το οποίο στάθηκε αφορμή για να ανασκευαστεί η Πυραμίδα της «Μεσογειακής Δίαιτας»²⁶.

Από την άλλη, έρευνα του Εθνικού Ινστιτούτου Υγείας της Λυών στο Παρίσι, αποδεικνύει ότι ένα διαιτολόγιο, που στηρίζεται στο ψωμί, στο λάδι και στα φρούτα

²⁰ Λάγιου Παγώνα, «Διατροφικά στοιχεία ερευνών οικογενειακών προϋπολογισμών και επιδημιολογικές συσχετίσεις», Διδακτορική διατριβή, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα 1996.

²¹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 20.

²² Βλέπε, ό.π. Υποσ. 20.

²³ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 20.

²⁴ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 20.

²⁵ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 20.

²⁶ Λάγιου Παγώνα, «Διατροφικά στοιχεία ερευνών οικογενειακών προϋπολογισμών και επιδημιολογικές συσχετίσεις», Διδακτορική διατριβή, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα 1996.

μπορεί να μειώσει τους κινδύνους καρδιακής προσβολής κατά 75% σε καρδιοπαθείς²⁷.

Θα μπορούσαν να αναφερθούν πλείστες σχετικές έρευνες από την ελληνική και διεθνή βιβλιογραφία, αλλά παραλείπονται, θεωρώντας ότι «ξεφεύγουν» από το στόχο της παρούσας εργασίας.

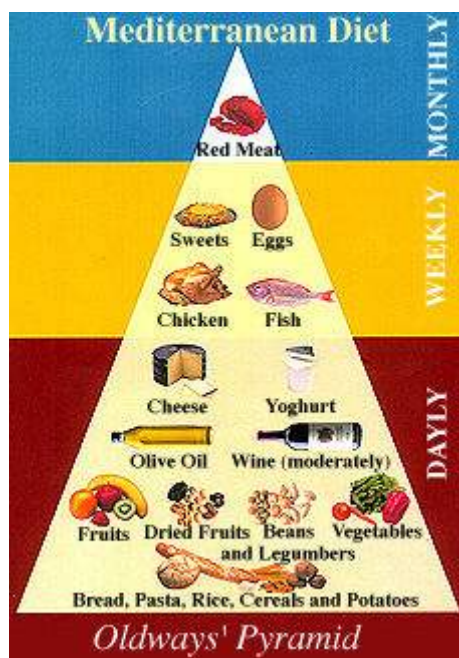
1.4.3. Η πυραμίδα της Μεσογειακής Δίαιτας

Η πυραμίδα της Μεσογειακής Δίαιτας είναι ένα υπόδειγμα διαιτολογίας σύμφωνα με τις αρχές της Μεσογειακής Δίαιτας²⁸:

Οι διαιτολόγοι χρησιμοποιούν την πυραμίδα ως οδηγό για τη διατήρηση της υγείας του ατόμου. Η βάση της πυραμίδας περιλαμβάνει τα δημητριακά και η κορυφή το κόκκινο κρασί. Η ευεργετική επίδραση της Μεσογειακής Δίαιτας σχετίζεται με το σωστό συνδυασμό ομάδων τροφών, οι οποίες περιλαμβάνουν²⁹:

- Μεγάλη κατανάλωση δημητριακών
- Αυξημένη κατανάλωση φρούτων και λαχανικών
- Συχνή κατανάλωση οσπρίων
- Χρήση ελαιόλαδου σε καθημερινή βάση
- Καθημερινή κατανάλωση γαλακτοκομικών προϊόντων.
- Ελάχιστη κατανάλωση οινοπνευματωδών ποτών (1 – 2 ποτήρια κρασί) και συχνή κατανάλωση νερού και χυμών.
- Ελάχιστη κατανάλωση κόκκινου κρέατος και γλυκών
- Τακτική συστηματική άσκηση
- Μη παράλειψη των τριών κυρίως γευμάτων³⁰.

Όσα αναφέρθηκαν παραπάνω τονίζουν την αξία και συμβολή της Μεσογειακής Δίαιτας στη διατήρηση και προαγωγή της υγείας του πληθυσμού.



²⁷ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 26.

²⁸ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 26.

²⁹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 26.

³⁰ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 26.

1.5. Η σημασία της διατροφής κατά την πρώτη παιδική ηλικία

Είναι γεγονός, ότι το μεγαλύτερο ενδιαφέρον για τη διατροφή του ανθρώπου επικεντρώνεται στην παιδική ηλικία, διότι είναι η περίοδος κατά την οποία αυξάνεται και διαπλάθεται ο ανθρώπινος οργανισμός. Ακόμη σ' αυτήν την ηλικιακή φάση εγκαθίστανται αλλά και διαμορφώνονται οι διαιτητικές συνήθειες που θα ακολουθούν το παιδί και κατά την ενηλικίωσή του³¹.

Βασικός κανόνας στη διατροφή του παιδιού σύμφωνα με το Ινστιτούτο Κοινωνικής και Προληπτικής Ιατρικής, αποτελεί η ποικιλία των τροφών στο καθημερινό διαιτολόγιο του παιδιού. Το καθημερινό διαιτολόγιο πρέπει να περιλαμβάνει τροφές που ανήκουν στις ακόλουθες κύριες ομάδες:³².

Η πρώτη ομάδα, περιλαμβάνει το κρέας, το κοτόπουλο, το ψάρι, τα αυγά, τροφές που είναι πλούσιες σε πρωτεΐνες και είναι απαραίτητες για τη διαμόρφωση νέων ιστών στο παιδί. Η δεύτερη ομάδα περιλαμβάνει τα γαλακτοκομικά προϊόντα τα οποία είναι πλούσια σε ασβέστιο. Ενώ οι τροφές της τρίτης ομάδας (ψωμί, μακαρόνια, ρύζι, οι οποίες περιέχουν πολυσακχαρίτες, προσφέρουν στο παιδί την κύρια πηγή θερμίδων για την υλοποίηση των καθημερινών δραστηριοτήτων. Τέλος οι τροφές της τέταρτης ομάδας (φρούτα και λαχανικά) είναι πλούσιες σε βιταμίνες και φυτικές ίνες, οι οποίες προφυλάσσουν το παιδί από την πιθανότητα εμφάνισης καρκίνου³³.

Ο διατροφολόγος Αναστάσιος Παπαλαζάρου αναφέρει ότι η υιοθέτηση ενός υγιεινού διαιτολογίου συμβάλλει στη βελτίωση της σχολικής απόδοσης, καθώς και στην ικανότητα συγκέντρωσης στα μαθήματα. Προσθέτει ότι η κατανάλωση σωστών τροφών μπορεί να επιδράσει θετικά στο δείκτη ευφυΐας των μαθητών³⁴.

1.6 Επίλογος

Σ' αυτό το κεφάλαιο έγινε μια προσπάθεια διεύρυνσης της έννοιας της διατροφής. Συμπερασματικά, θα μπορούσε να ειπωθεί ότι η διατροφή η οποία είναι ωφέλιμη τόσο για τα παιδιά, όσο και για τους ενήλικες είναι αυτή, η οποία βασίζεται στις αρχές της Μεσογειακής Δίαιτας, η οποία, σαφώς, είναι διεθνώς αναγνωρισμένη.

³¹ Λάγιου Παγώνα, «Διατροφικά στοιχεία ερευνών οικογενειακών προϋπολογισμών και επιδημιολογικές συσχετίσεις», Διδακτορική διατριβή, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα 1996.

³² Βλέπε, ό.π. Υποσ. 31.

³³ Mednet.gr, ΙΚΠΙ (Ινστιτούτο Κοινωνικής και Προληπτικής Ιατρικής), 11/1/2003, <http://www.mednet.gr/agogi/nutritio.htm>

³⁴ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 33.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ

Οι μεταβολές που επήλθαν στο θεσμό της οικογένειας.

2.1. Εισαγωγή

Σ' αυτό το κεφάλαιο θα αναφερθούν οι αλλαγές στις οποίες έχει διέλθει ο θεσμός της οικογένειας από την παραδοσιακή – αγροτική εποχή, μέχρι την αστεακή – βιομηχανική περίοδο. Η συγκεκριμένη αναφορά κρίνεται σκόπιμη καθώς η οικογένεια αποτελεί τη δεύτερη βασική μεταβλητή μετά τη διερεύνηση της πρώτης (διατροφή), ώστε ο αναγνώστης να έχει μια σαφέστατη εικόνα για την έννοια της οικογένειας στις μέρες μας. Έτσι στόχος της ενότητας είναι να καταγραφούν οι αλλαγές, που αναφέρονται στη δομή, λειτουργία της οικογένειας, ώστε στο επόμενο κεφάλαιο να επιχειρηθεί ο συσχετισμός του κοινωνικού – οικονομικού επιπέδου της οικογένειας με τις διατροφικές συνήθειες του παιδιού.

2.2. Παραδοσιακή Οικογένεια (Αγροτική οικονομία)

Η οικογένεια, που επικρατεί στην παραδοσιακή κοινωνία είναι η εκτεταμένη και ο αριθμός των μελών της ποικίλει ανάλογα με τους συγγενείς που την απαρτίζουν. Αποτελεί παραγωγική και αναπαραγωγική μονάδα, απαραίτητη για την ανατροφή των ατόμων καθώς και για τη διαπαιδαγώγηση της αναπτυσσόμενης γενιάς³⁵.

Η βάση της οικονομίας αυτή την περίοδο είναι η ενασχόληση με τη γη. Όλα τα άτομα – μέλη της οικογένειας εργάζονται έχοντας ένα κοινό αλλά και καθορισμένο στόχο: την επιβίωση. Ο τρόπος παραγωγής των αγαθών, που συνδεόταν άμεσα με το μοναδικό και κοινό σκοπό συνύπαρξης, δηλαδή την επιβίωση, δημιουργούσε ένα στέρεο υπόβαθρο για την ανάπτυξη και διατήρηση αρμονικών σχέσεων. Σ' αυτήν την περίοδο το άτομο θεωρεί απαραίτητη την αρμονία στις σχέσεις του. Η πιθανότητα διάσπασης αυτής της ενότητας αποτελούσε απειλή τόσο για τον ίδιο όσο και για την κοινότητα μέσα στην οποία άνηκε³⁶.

Η έννοια της ατομικής επιθυμία δεν υπάρχει καθώς μέσα από το συλλογικό αγώνα, το άτομο ενίσχυε την αυτό – εκτίμησή του. Η θυσία των ατομικών επιθυμιών απέβλεπε στην ικανοποίηση των αναγκών, που έθετε η ομάδα³⁷.

Οι ρόλοι που καλούνται να επιτελέσουν τα δύο φύλα εμφανίζονται με μια ξεκάθαρη και συντηρητική διάταξη³⁸.

Ο ρόλος του άνδρα συνδεόταν άρρηκτα αφενός μεν με την εξασφάλιση επαρκών οικονομικών πόρων αφετέρου δε με τη βελτίωση των συνθηκών ζωής της οικογένειας. Προστάτευε την οικογένεια του από τον κίνδυνο εξωτερικών απειλών, διατηρώντας μ' αυτό τον τρόπο τη σταθερότητά της. Από την άλλη μεριά αποτελούσε το συνδετικό κρίκο μεταξύ οικογένειας και κοινότητας. Ο κοινωνικός του ρόλος, όμως είχε και συναισθηματικές απολαβές. Δηλαδή κανένα μέλος της οικογένειας του δεν μπορούσε να αμφισβητήσει το κύρος και την υπεροχή του. Όπως τα μέλη δεν μπορούσαν να τον αμφισβητήσουν, έτσι και ο ίδιος δεν αμφισβητούσε τη δομημένη ιεραρχία της κοινότητας π.χ. πρόεδρος του χωριού, δάσκαλος, ιερέας. Η παραπάνω

³⁵ Κατάκη Χάρης, «Οι τρεις ταυτότητες της ελληνικής οικογένειας», Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1998.

³⁶ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 35.

³⁷ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 35.

³⁸ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 35.

συμπεριφορά συνέβαινε, διότι εκείνη την εποχή οι αξίες, οι κανόνες και οι στάσεις θεωρούνταν δεδομένα, χωρίς περιθώρια αμφισβητήσεων³⁹.

Μέσα στο πλέγμα των κοινωνικών και οικογενειακών αλληλεξαρτήσεων, η γυναίκα είχε σημαντικό ρόλο. Προσέφερε πολλά ακόμα και για την επιβίωση της κοινότητας, βιολογική και κοινωνική, που φυσικά στηριζόταν τόσο στη συνεργασία όσο και στην αλληλοβοήθεια των μελών. Ενώ στην οικογένεια ο ρόλος της ήταν σημαντικός (οικονομικά και κοινωνικά), εκτός οικίας εμφανιζόταν σαν ένα πρόσωπο ασήμαντο, διότι κοινωνικά «έπρεπε» να προβάλλεται η ισχύς του άνδρα. Η ίδια είναι υπεύθυνη για την ανατροφή των παιδιών και δικό της καθήκον είναι να συμβιβάζει τις ενδο – οικογενειακές συγκρούσεις. Ως άτομο δεν έχει επιλογές εκτός από το να παντρευτεί και να αποκτήσει παιδιά. Διαφορετικά κουβαλά το στίγμα της γεροντοκόρης ή της άκληρης⁴⁰.

Η ελληνίδα στην παραδοσιακή κοινωνία, σύμφωνα με τους Βασιλείου, περνούσε μεγάλα διαστήματα της ζωής της χωρίς το σύζυγο, ο οποίος ξενιτευόταν ή πήγαινε στον πόλεμο. Όταν οι σύζυγοι απομακρυνόταν από την οικογενειακή μονάδα, οι γεωργικές ασχολίες δεν εγκαταλείπονταν αλλά τις αναλάμβανε η γυναίκα⁴¹.

Παρατηρούμε λοιπόν, ότι η παραδοσιακή γυναίκα είχε έναν ξεκάθαρο σκοπό ζωής: την προσφορά της προς την υλοποίηση κοινών σκοπών μέσα από τη συλλογική δράση⁴².

Το παιδί θεωρείται ενεργό μέλος της κοινότητας, υπό την έννοια της πρόσθετης εργατικής δύναμης. Συμμετέχει καθημερινά στον αγώνα για επιβίωση ανάλογα με τις δυνάμεις που διαθέτει.

Η διαπαιδαγώγησή του συνδέεται απόλυτα με τις άμεσες καθημερινές ανάγκες. Δεν υπάρχει η διαπαιδαγώγησή με την έννοια, που της αποδίδεται σήμερα, δηλαδή της προσπάθειας προσώπων κύρους να διαμορφώσουν τη συμπεριφορά του παιδιού. Στον παραδοσιακό χώρο το παιδί, διδάσκεται αφενός μεν από τα αποτελέσματα των πράξεών του, αφετέρου δε από τη μίμηση των ενεργειών των υπολοίπων μελών.

Η άποψη των παιδιών του παραδοσιακού χώρου, για το σχολείο και τη μάθηση αποτυπώνεται στην έρευνα της Δραγώνα. Τη μάθηση την περιέγραψαν ως πολύτιμο «αγαθό» και το σχολείο ως ένα ευχάριστο χώρο. Το παιδί, δεν φοβόταν την αποτυχία του σχολείου, γιατί η οικογένεια δεν θεωρούσε την επιτυχία, ως βασική επιδίωξη του παιδιού⁴³.

2.3. Πυρηνική Οικογένεια

Οι διάφορες μεταβολές που επικράτησαν στην κοινωνία όπως η Βιομηχανική Επανάσταση, η αλλαγή του τρόπου παραγωγής αγαθών, η συγκέντρωση πληθυσμού από την υπαίθρο, στα μεγάλα αστικά κέντρα, οδήγησαν σε μια αναδιάρθρωση της δομής της παραδοσιακής οικογένειας. Έτσι στον αστικό χώρο συναντάται η πυρηνική οικογένεια στην οποία συμβιώνει το ζευγάρι με τα παιδιά.

Η Κατάκη αναφέρει ότι η πυρηνική οικογένεια διαπνέεται από την παιδοκεντρική αντίληψη. Το παιδί δηλαδή αποκτά πρωταρχικό ρόλο. Σ' αυτό

³⁹ Κατάκη Χάρης, «Οι τρεις ταυτότητες της ελληνικής οικογένειας», Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1998.

⁴⁰ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 39.

⁴¹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 39.

⁴² Βλέπε, ό.π. Υποσ. 39.

⁴³ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 39.

βασίζεται η σύναψη του γάμου και κατ' επέκταση η δημιουργία της οικογένειας. Η παιδοκεντρική αντίληψη του γάμου, φαίνεται ότι εξυπηρέτησε τη βασική ανάγκη, για τη σταθεροποίηση της οικογενειακής ενότητας, σε μια εποχή όπου οι συνθήκες της ζωής την απειλούσαν με διάλυση⁴⁴.

Συγκρίνοντας την οικογένεια στη σύγχρονη αστική βιομηχανική κοινωνία με αυτήν της παραδοσιακής, οδηγούμαστε σε μια πρώτη διαπίστωση: Όσο πιο απλή είναι η κοινωνική οργάνωση, τόσο περισσότερες και ποικίλες οι ανάγκες, που καλύπτει η οικογένεια. Ενώ όσο η κοινωνία γίνεται πιο σύνθετη, αποκτά περιπλοκότερη οργάνωση, και οι διάφορες βασικές λειτουργίες της οικογένειας αποδεσμεύονται και αυτονομούνται⁴⁵.

Η σύγχρονη πυρηνική οικογένεια έχει χάσει ένα μεγάλο μέρος των λειτουργιών της κοινωνικοποίησης της αγωγής και προστασίας των μελών της. Αυτές τις λειτουργίες, όπως αναφέρει ο Τσαούσης, έχουν αναλάβει το σχολείο, οι διάφοροι πολιτικοί, προνοιακοί θεσμοί του σύγχρονου κράτους⁴⁶. Για παράδειγμα ακόμη και στο θέμα της διατροφής η οικογένεια έχει μεταφέρει τη συγκεκριμένη ευθύνη σε παιδικούς σταθμούς (κρατικούς ή ιδιωτικούς), για να καλυφθεί αυτή η ανάγκη των παιδιών από κει. Με αυτόν τον τρόπο λοιπόν τα παιδιά επιστρέφουν στο σπίτι έχοντας φάει και άρα οι γονείς δεν επιβαρύνονται με τη φροντίδα παρασκευής φαγητού.

Κατά τον Πάρσον και στην πυρηνική οικογένεια συναντάται η διαφοροποίηση των ρόλων του πατέρα και της μητέρας. Ο εκτελεστικός ρόλος του άνδρα συνίσταται κυρίως στην άσκηση ενός επαγγέλματος, που αποτελεί το σημαντικότερο κριτήριο για τον προσδιορισμό της θέσης της οικογένειας στο κοινωνικό σύνολο. Από την άλλη η σύζυγος – μητέρα έχοντας τον εκφραστικό ρόλο, οφείλει να διατηρεί τη συνοχή της οικογένειας, αλλά και να είναι υπεύθυνη τόσο για τη διεκπεραίωση των οικονομικών εργασιών, όσο και για την ανατροφή των παιδιών⁴⁷.

Όμως η είσοδος της γυναίκας στην παραγωγική διαδικασία είτε για λόγους ενίσχυσης του οικογενειακού εισοδήματος, είτε για ικανοποίηση των προσωπικών της φιλοδοξιών για επαγγελματική άνοδο κατά την άποψη του Μισέλ συνδέεται με την άσκηση του παραδοσιακού της ρόλου⁴⁸.

Η Μουσούρου αναφέρει ότι η εργασία της γυναίκας δεν είναι συμπτωματική αλλά οφείλεται στους εξής λόγους: α) στην προοδευτική εξασθένηση των διακρίσεων και των προκαταλήψεων σχετικά με την εργασία, β) στη δημιουργία υπηρεσιών, που διευκολύνουν τη γυναικεία εργασία, γ) στη βελτίωση του μορφωτικού επιπέδου των γυναικών. Από την άλλη τα κίνητρα για γυναικεία απασχόληση, αυξήθηκαν εξαιτίας α) των αυξημένων καταναλωτικών αναγκών και απαιτήσεων της οικογένειας, β) της εκδήλωσης της επιθυμίας της γυναίκας για ανεξαρτητοποίηση⁴⁹.

Αναμφίβολα η επαγγελματική σταδιοδρομία της γυναίκας επηρεάζει και το ρόλο της μέσα στην οικογένεια όσον αφορά στην ανατροφή του παιδιού. Νιώθει πολλές φορές μπερδεμένη σχετικά με την πολυπλοκότητα των ρόλων που καλείται να επιτελέσει ως μητέρα – σύζυγος και εργαζόμενη γυναίκα⁵⁰.

⁴⁴ Κατάκη Χάρης, «Οι τρεις ταυτότητες της ελληνικής οικογένειας», Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1998

⁴⁵ Τσαούσης Δημήτριος, «Η κοινωνία του ανθρώπου», Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1998

⁴⁶ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 45.

⁴⁷ Μισέλ Α, «Κοινωνιολογία της οικογένειας και του γάμου», Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1998

⁴⁸ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 47

⁴⁹ Μουσούρου Λουκία, «Γυναίκα και Απασχόληση», Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1993.

⁵⁰ Μουσούρου Λουκία, «Γυναίκα και Απασχόληση», Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1993

Ο κοινωνικός ρόλος του άνδρα τον ωθεί στην πολύωρη απουσία από το σπίτι του. Η επιτυχία στον επαγγελματικό χώρο, αποτελεί για τον ίδιο βασική προϋπόθεση για τη διατήρηση της ψυχολογικής ισορροπίας του. Πολλές φορές οι απαιτήσεις και οι υποχρεώσεις της δουλειάς μπορεί να επηρεάσουν τη στάση του μέσα στην οικογένεια. Ενδέχεται να συντελέσουν στην απουσία επικοινωνίας, στη δημιουργία συγκρούσεων με τη σύζυγο όσον αφορά θέματα ανατροφής και διαπαιδαγώγησης των παιδιών⁵¹.

Μελέτη των Pleck και Rustand σχετικά με τη συμμετοχή των δύο φύλων στις οικιακές εργασίες απέδειξε ότι οι εργαζόμενες γυναίκες ξοδεύουν περίπου 28 ώρες εβδομαδιαίως για θέματα οικιακών εργασιών ενώ οι σύζυγοι μόνο 13 ώρες. Όταν ο σύζυγος συνεισφέρει, είναι πιθανότερο να φροντίσει τα παιδιά από το να ασχοληθεί με τις οικιακές εργασίες⁵².

Επιπλέον έρευνα της Συμεωνίδου στην Ελλάδα για την μητρική απασχόληση απέδειξε ότι οι μητέρες με μικρά παιδιά εργάζονται λιγότερες ώρες την εβδομάδα, απ' ό,τι οι γυναίκες με μεγαλύτερα παιδιά. Ένα πρώτο συμπέρασμα που εξάγεται είναι ότι υπάρχει ένα ποσοστό μητέρων που «θυσιάζει» την ατομική επιθυμία και φιλοδοξία για την ανατροφή των παιδιών⁵³.

Σχετική είναι και η έρευνα των Beuenson και Hunt, η οποία απέδειξε ότι το μητρικό άγχος αποχωρισμού είναι ιδιαίτερα έντονο σε οικογένειες με διπλή σταδιοδρομία. Δηλαδή, οι μητέρες αισθάνονται άγχος, πίεση και ενοχές όταν αναγκάζονται να αποχωριστούν τα παιδιά τους⁵⁴.

2.4. Η επίδραση της συμπεριφοράς του γονεϊκού προτύπου στη διατροφή του παιδιού

Στις παραπάνω αναφορές μας για την παραδοσιακή και την πυρηνική οικογένεια επισημάναμε ότι στην μεν παραδοσιακή οικογένεια δεν υπάρχει διαπαιδαγώγηση ('εκπαίδευση') με την έννοια που της αποδίδεται σήμερα, στη δε πυρηνική η 'εκπαίδευση' του παιδιού είναι μέσα στη φιλοσοφία της αν σκεφθεί κανείς τις παιδοκεντρικές της αντιλήψεις.

Τα παραπάνω αφορούν και την διατροφή με την έννοια ότι στην παραδοσιακή οικογένεια έτσι και αλλιώς όλοι διατρέφονταν υγιεινά, έτσι οι γονείς και η ευρύτερη κοινωνία λειτουργούσε ως πρότυπο, ενώ στη δε πυρηνική οικογένεια χρειάζεται η 'εκπαίδευση' για τη σωστή διατροφή λόγω και άλλων παραγόντων όπως π.χ. της υπερπληθώρας των αγαθών, των επιρροών από τα Μ.Μ.Ε. (διαφημίσεις), της ευκολίας του έτοιμου φαγητού κ.α.

Έτσι λοιπόν η οικογένεια αποτελεί το βασικότερο παράγοντα που επηρεάζει τις διατροφικές συνήθειες του παιδιού. Οι γονείς μεταφέρουν γνώσεις διατροφής, είναι παραδείγματα προς μίμηση, καλλιεργούν συγκεκριμένο συναισθηματικό περιβάλλον και σχέση με το παιδί και επηρεάζουν τις διαιτητικές συνήθειες και επιλογές του.

Η διαμόρφωση στάσεων είναι ένας από τους κύριους στόχους κάθε κοινωνίας. Στα πρώτα χρόνια της ζωής ενός παιδιού η διαμόρφωση των στάσεων του (τρόποι κοινωνικής συναλλαγής, σωστός ύπνος, ισορροπημένη διατροφή), όπως φάνηκε και παραπάνω γίνεται στόχος των μελών της οικογένειας. Οι στάσεις αντιπροσωπεύουν

⁵¹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 50

⁵² Pleck, Rustad, «Husbands and wives time in family work and paid work in 1975 – 1976», Wellesley College for Research on women

⁵³ Μισέλ Α, «Κοινωνιολογία της οικογένειας και του γάμου», Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1998

⁵⁴ Benenson, Hunt, «Dual career families», transguard the future or residue of the past?» Meeting of the American sociological.

τον κεντρικό άξονα της αντίληψης κοινωνικών φαινομένων απ' την πλευρά του ανθρώπου, επειδή όπως η προσωπικότητα, έτσι και αυτές κατευθύνουν τη συμπεριφορά των ανθρώπων με άλλους⁵⁵.

Η μελέτη των στάσεων του ανθρώπου είναι ένας από τους κεντρικούς στόχους της Κοινωνικής Ψυχολογίας. Οι περισσότεροι ερευνητές συμφωνούν ότι οι στάσεις είναι προϊόν μάθησης και η διαμόρφωση τους αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της διαδικασίας της κοινωνικοποίησης⁵⁶.

Ο Bandura έχει δείξει πως τα μικρά παιδιά μιμούνται τη συμπεριφορά και, κατ' επέκταση, τις στάσεις των γονιών που αντιπροσωπεύουν γι' αυτά, παραδείγματα προς μίμηση. Η μιμητική μάθηση δεν χρειάζεται, κατά τον Bandura, ενίσχυση. Ο ίδιος υποστηρίζει ότι οι στάσεις μαθαίνονται, επειδή τα άτομα μιμούνται τις στάσεις των ατόμων που εκτιμούν, όπως των φίλων, γονιών, δασκάλων και άλλων⁵⁷. Όταν τα παιδιά επομένως βλέπουν τους γονείς να τρώνε υγιεινά και να έχουν μια στάση αρνητική απέναντι στα κονσερβοποιημένα τρόφιμα το πιο πιθανόν είναι και αυτά με τη σειρά τους να αναπτύξουν μια παρόμοια στάση απέναντι στο θέμα της διατροφής.

Οι γονείς είναι υπεύθυνοι να προσφέρουν στο παιδί ένα ισορροπημένο διαιτολόγιο λόγω της μεγάλης επιρροής που έχουν σ' αυτό. Η ευθύνη δεν περιορίζεται στην υγιεινή και ασφάλεια του φαγητού, αλλά μεταφέρεται και στην ποικιλία, ποσότητα, ωράριο γευμάτων και στην ατμόσφαιρα που υπάρχει γύρω από το τραπέζι και το γεύμα. Μέσω της ταύτισης το παιδί θα επιλέξει συνειδητά ή ασυνειδητά να αντιγράψει κάποιον από τους δύο γονείς και θα μιμηθεί όχι μόνο τη συμπεριφορά του αλλά και στάσεις του προτύπου.

Οι γονείς θα πρέπει να παροτρύνουν τα παιδιά τους να καταναλώνουν υγιεινές τροφές τόσο στο χώρο του σπιτιού, αλλά και να διατηρούν σωστές διατροφικές συνήθειες και εκτός σπιτιού, σε άλλους χώρους όπως φροντιστήρια, σχολεία. Θα πρέπει λοιπόν να τα «εκπαιδεύσουν» κατά κάποιο τρόπο να διαχωρίσουν εκείνες τις τροφές που τους βοηθούν στην ανάπτυξή τους, που είναι πλούσιες δηλαδή σε βιταμίνες, σίδηρο, ασβέστιο και άλλες ωφέλιμες θρεπτικές ουσίες από εκείνα τα προϊόντα που είναι φτωχά σε διατροφική αξία και είναι κυρίως παρασκευάσματα μεγάλων πολυεθνικών εταιριών και της διαφήμισης.

Υπάρχουν πολλές ερευνητικές μελέτες που έχουν εξάγει συμπεράσματα για τους γονείς ως διατροφικά πρότυπα. Μια από αυτές διεξήγαγε το αρμόδιο για την παιδική διατροφή τμήμα του Υπουργείου Γεωργίας των ΗΠΑ . Τα αποτελέσματα της έρευνας δημοσιεύτηκαν πρόσφατα στην ιατρική επιθεώρηση Journal of the American Dietetic Association. Βάσει αυτής αποδεικνύεται ότι οι επεμβάσεις για την αύξηση της πρόσληψης φρούτων και λαχανικών από τα παιδιά θα πρέπει να στοχεύουν στους ίδιους τους γονείς και στις διατροφικές τους συνήθειες, όπως αναφέρει η επικεφαλής γιατρός Τζένιφερ Φίσερ. Η ίδια προσθέτει μιλώντας στο Reuters Health: «Το πιο σημαντικό εύρημα της μελέτης είναι η ευκαιρία που διαθέτουν οι γονείς να επηρεάζουν θετικά τις διατροφικές συνήθειες των παιδιών τους δίνοντας εκείνοι το σωστό παράδειγμα⁵⁸.

Ολοκληρώνοντας θα μπορούσε να ειπωθεί ότι η ποιότητα και η ποσότητα κατανάλωσης της τροφής μέσα και έξω από το χώρο του σπιτιού από τα παιδιά, καθορίζονται από παράγοντες και συνήθειες που προέρχονται από την οικογένεια

⁵⁵ Γεώργας Δ, «Κοινωνική Ψυχολογία», τόμος α', Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1995.

⁵⁶ Γεώργας Δ, «Κοινωνική Ψυχολογία», τόμος α', Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1995.

⁵⁷ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 57.

⁵⁸ In.gr, 12/1/2003, «Ζητήματα διατροφής. Τα διατροφικά πρότυπα των γονιών ακολουθούν τα παιδιά», File/local host B:in-grhealth.htm

(υγιείς ή όχι) απ' τους γονείς δηλαδή που διαδραματίζουν το ρόλο των διατροφικών προτύπων.

2.5. Επίλογος

Μέσα από τη συνοπτική αναφορά στις αλλαγές του θεσμού της οικογένειας, διαχρονικά παρατηρήθηκαν διαφοροποιήσεις όσον αφορά τη δομή της οικογένειας, τις λειτουργίες καθώς και τους ρόλους που καλούνται να επιτελέσουν τα δυο φύλα.

Επιπλέον είδαμε και την επίδραση των γονεϊκών προτύπων στις διατροφικές συνήθειες του παιδιού. Συμπεραίνουμε, λοιπόν, ότι οι γονείς που επιθυμούν να διατρέφονται τα παιδιά τους σύμφωνα με τις αρχές της σωστής διατροφής, πρέπει να εφαρμόζουν και οι ίδιοι αυτές τις αρχές στο δικό τους καθημερινό διαιτολόγιο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ

Το κοινωνικοοικονομικό προφίλ της σύγχρονης οικογένειας και η σχέση του με τις διατροφικές συνήθειες του παιδιού.

3.1. Εισαγωγή

Στα δύο προηγούμενα κεφάλαια (της μελέτης μας) διερευνήθηκε αφενός μεν η έννοια της διατροφής και η σημασία της κατά την παιδική ηλικία, αφετέρου δε καταγράφησαν οι αλλαγές στο θεσμό της οικογένειας και η σημασία του ρόλου της οικογένειας στη διατροφή των παιδιών.

Σκοπός τώρα αυτού του κεφαλαίου είναι να επιχειρηθεί ο συσχετισμός του κοινωνικοοικονομικού προφίλ (επιπέδου) της οικογένειας με την υιοθέτηση ή μη ορθών διατροφικών συνηθειών από τα παιδιά. Η ανάλυση του κοινωνικοοικονομικού επιπέδου περιστρέφεται γύρω από άξονες (που απαρτίζουν την έννοια του), όπως το εισόδημα, το επάγγελμα – η μόρφωση και των δύο γονέων, ο ελεύθερος χρόνος των γονέων (κυρίως της μητέρας) και η διασκέδαση των γονέων αλλά κυρίως του παιδιού.

Οι βασικοί παράγοντες της εργασίας μας που απαρτίζουν την έννοια του κοινωνικοοικονομικού προφίλ είναι α) η εργασία των γονέων, β) το εισόδημα της οικογένειας και γ) το μορφωτικό επίπεδο και των δύο γονέων. Ο ελεύθερος χρόνος των γονέων καθώς και η επιλογή των παιδιών για τη διασκέδαση περιλαμβάνονται σ' αυτό το κεφάλαιο γιατί όπως θα δούμε σχετίζονται τόσο με τους τρεις βασικούς άξονες (εργασία, εισόδημα, μορφωτικό επίπεδο) που αναφέρθηκαν παραπάνω όσο και με τη διατροφή.

Τέλος, εκτός από τους παραπάνω παράγοντες σαφώς υπάρχουν και άλλοι οι οποίοι μπορούν να συμπεριληφθούν στο κοινωνικοοικονομικό προφίλ της οικογένειας, όπως θρησκευτικοί, πολιτιστικοί κ.α. Επειδή όμως αυτοί δεν μπορούν να τεκμηριωθούν βάσει της υπάρχουσας βιβλιογραφίας, δεν περιλαμβάνονται στη μελέτη μας.

3.2. Η εργασία των δύο γονέων

Είναι κοινά αποδεκτό πως η εργασία και η οικογένεια συνδέονται αναπόσπαστα και επηρεάζει η μία την άλλη με ποικίλους τρόπους ανεξάρτητα από το γεγονός, ότι είναι διαφορετικοί θεσμοί⁵⁹.

Η σχέση εργασίας και οικογένειας είναι αμοιβαία. Η εργασία είναι υψίστης σημασίας, παρέχει κοινωνικό γόητρο στην οικογένεια και οικονομικούς πόρους για να μπορεί να καταναλώνει ενώ ανεβάζει τα όρια του επιπέδου ζωής. Η εργασία επιπλέον δίνει ευκαιρίες για κοινωνική κινητικότητα όταν αυτή δομείται ως καριέρα⁶⁰. (Με τον όρο κοινωνική κινητικότητα δηλώνεται η μετακίνηση από ένα σημείο σ' ένα άλλο μέσα σ' ένα κοινωνικό σύστημα ή ένα πλέγμα κοινωνικών σχέσεων)⁶¹.

Η εργασία όμως θέτει και εσωτερικούς εξ' αναγκασμούς – περιορισμούς στις δραστηριότητες της οικογένειας. Αυτοί οι εξαναγκασμοί περιλαμβάνουν τη διάρκεια του χρόνου που αφιερώνεται στην εργασία αλλά και στο σχεδιασμό της. Οι εργαζόμενοι γονείς συχνά παραπονιούνται, ότι οι απαιτήσεις της δουλειάς δεν τους αφήνουν αρκετό ελεύθερο χρόνο για την ενασχόληση τους με τα παιδιά τους. Σε έρευνα των Quin και Stainers, τα θέματα σχετικά με το χρόνο και το σχεδιασμό εργασίας αποδείχτηκαν ιδιαίτερα προβληματικά για τους εργαζόμενους γονείς. Οι γονείς αυτοί μπροστά στο άγχος της κοινωνικής κινητικότητας διαθέτουν ελάχιστο χρόνο στη διατροφή και στη φροντίδα των παιδιών⁶².

Επιπλέον, οι εμπειρίες της εργασίας επηρεάζουν την οικογένεια επιδρώντας στις στάσεις, στις αξίες και στην προσωπικότητα των εργαζομένων. Ακόμη μπορεί να υπάρχουν εμπειρίες στον τόπο εργασίας που να προκαλούν άγχος στον εργαζόμενο και που η οικογένεια θα πρέπει να αντιμετωπίσει όταν ο εργαζόμενος επιστρέφει σπίτι του. Σε άλλες περιπτώσεις η εργασία μπορεί να είναι τόσο απαιτητική που να απομένει λίγη ενέργεια στον εργαζόμενο για να ασχοληθεί με τα μέλη της οικογένειάς του⁶³.

Στις οικογένειες «διπλής καριέρας» και οι δύο σύζυγοι μπορεί να αισθάνονται ότι η παραγωγικότητα και η επαγγελματική επιτυχία τους περιορίζονται απ' τις ευθύνες του σπιτιού. Οι απαιτήσεις της καριέρας περιλαμβάνουν σκληρή εργασία στο σπίτι, ιδιαίτερα τα απογεύματα και τα Σαββατοκύριακα και προκαλούν ιδιαίτερα προβλήματα στους γονείς και κυρίως στη μητέρα, η οποία αισθάνεται επιβαρυνμένη με τις απαιτήσεις των παιδιών. Αυτές οι αντίθετες πιέσεις και δυσκολίες έχουν οδηγήσει πολλούς κοινωνιολόγους στο να αναρωτιούνται για τη βιωσιμότητα της «διπλής καριέρας».

Βάσει λοιπόν, όλων των παραπάνω ένα βασικό ερώτημα, που τίθεται είναι εάν το σπίτι θα παραμείνει το κέντρο του φαγητού και της διατροφής, λόγω των βασικών δομικών αλλαγών που συντελούνται στην οικογένεια ειδικότερα, αλλά και στην κοινωνία γενικότερα. Το ερώτημα αυτό τίθεται αφ' ης στιγμής οι διατροφικές συνήθειες είναι ένα κομμάτι των καθημερινών δραστηριοτήτων της ζωής ενός ανθρώπου⁶⁴.

⁵⁹ Spade J. Z, «Understanding the interaction of work and family in dual worker families», Paper Presented at the annual meeting of the society for the study of social problems, Toronto 1981.

⁶⁰ Chez G.R. and Becker G.S. «The allocation of time and goods over life cycle». National Bureau of Economic Research, N.Y. 1975

⁶¹ Τσαούσης Δημήτριος, «Κοινωνική Δημογραφία», Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1986.

⁶² Quin and Stainers, «Quality of employment survey», University of Michigan, 1979

⁶³ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 62.

⁶⁴ Benenson, Hunt, «Dual career families, transguard the future or residue of the past?», Meeting of the American sociological

Είναι γεγονός ότι το 77% των παιδιών δεν τρώει ποτέ μαζί με τους γονείς του και περνάει πολλές ώρες μόνο του στο σπίτι, σύμφωνα με τα πρώτα στοιχεία έρευνας που βρίσκονται σε εξέλιξη, του Ινστιτούτου Καταναλωτών (INKA) για τη διαιτητική συμπεριφορά των μαθητών. Σύμφωνα με τα πρώτα αυτά αποτελέσματα η λήψη «άχρηστων» διατροφικά ουσιών έχει ήδη συμβάλλει στη διαμόρφωση επικίνδυνων διατροφικών προτύπων, στο 77% των παιδιών. Το σπιτικό φαγητό αποτελεί «είδος προς εξαφάνιση» ενώ συνεχώς παρατηρείται συνεχής αύξηση στην κατανάλωση φαγητού τύπου “Fast Food”. Τα παιδιά τρώνε σε Fast Food σε ποσοστό από 7% έως 42%, τουλάχιστον μια φορά την εβδομάδα, ανάλογα με την ηλικιακή ομάδα (παιδιά δημοτικού). Στις μεγαλύτερες ηλικίες η συχνότητα αυτή τριπλασιάζεται⁶⁵.

Η διατροφή όμως των παιδιών αποτελεί ένα πολύ σημαντικό κεφάλαιο στο οποίο θα πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή τόσο από τους γονείς όσο και από τα ίδια τα παιδιά. Οι διατροφικές ανάγκες των παιδιών στη σχολική ηλικία διαφοροποιούνται λόγω της έντονης πνευματικής και σωματικής δραστηριότητας. Και φυσικά δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι το παιδί αποτελεί ένα αναπτυσσόμενο οργανισμό, ο οποίος χρειάζεται όλα τα απαραίτητα θρεπτικά συστατικά για τη σωστή ανάπτυξη. Τα πρώτα γεύματα της μέρας όπως το πρωινό και το κολατσιό αποτελούν βασικά γεύματα καθώς συντελούν στην παροχή ενέργειας κατά τις ώρες της ημέρας με την έντονη δραστηριότητα⁶⁶.

Εντούτοις όμως, το πρωινό αποτελεί το γεύμα το οποίο παραλείπουν πολλοί Έλληνες και το οποίο αποτελεί ίσως το σημαντικότερο γεύμα της ημέρας για το μαθητή, παρέχοντας του την απαραίτητη ενέργεια για τις δραστηριότητες του σχολείου⁶⁷.

Η λήψη ενός επαρκούς πρωινού και η δημιουργία ενός «σπιτικού φαγητού» μέσα στην οικογένεια διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο για την ανατροφή του παιδιού και θεμελιώνουν ορθές και υγιείς διατροφικές συνήθειες.

Παρόλ' αυτά όμως όπως φαίνεται από τις παραπάνω αναφορές, η σύγχρονη ελληνική οικογένεια έχει απομακρυνθεί στην πλειοψηφία της τόσο από τη λήψη του πρωινού όσο και από τη δημιουργία του σπιτικού φαγητού, εξαιτίας των πολλαπλών απαιτήσεων της εργασίας των γονέων.

Τόσο το πρωινό όσο και το φαγητό (αναφερόμαστε στα κύρια γεύματα) εντάσσονται στον τομέα των «οικιακών εργασιών» μιας οικογένειας. Με τον όρο «οικιακές εργασίες» ορίζεται εκείνο το σύνολο των δραστηριοτήτων που έχουν σχέση με το σπίτι και τη φροντίδα των παιδιών και που επιτελούνται σε κάθε νοικοκυριό για τη λειτουργία του ως αυτόνομης οικογενειακής ομάδας⁶⁸.

Βάσει λοιπόν όλων των παραπάνω αξίζει να διερευνηθεί η στάση και των δύο γονέων απέναντι στις οικιακές εργασίες μια και αυτές σχετίζονται και επιδρούν στις διατροφικές συνήθειες των παιδιών. Τέλος, πρέπει να αναφερθεί πως η στάση των γονέων διαφέρει από οικογένεια σε οικογένεια όπως θα φανεί παρακάτω.

Μέσα από αποτελέσματα ερευνών η χρονική επιβάρυνση των γυναικών και των ανδρών σε δραστηριότητες που έχουν σχέση με τις δουλειές του σπιτιού και την ανατροφή των παιδιών ποικίλλει και εξαρτάται από πολλούς παράγοντες, όπως από

⁶⁵ Care magazine, INKA, 2001, «Μοναξιά, tv, κακή διατροφή για τα ελληνόπουλα»
<http://care.flash.gr/mag/topic/2/id=4047>

⁶⁶ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 65

⁶⁷ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 65

⁶⁸ Μαράτου – Αλιμπράντη Λάουρα, «Η οικογένεια στην Αθήνα: Οικογενειακά πρότυπα και συζυγικές πρακτικές, Εκδόσεις Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, Αθήνα 1995.

την ημέρα της εβδομάδας, τον αριθμό των παιδιών της οικογένειας, την κοινωνική κατάσταση των συζύγων κ.α.⁶⁹.

Αναφορικά με τις γυναίκες η διάρκεια του χρόνου που αφιερώνεται στις οικιακές εργασίες και συγκεκριμένα στη δημιουργία σπιτικού φαγητού μεταβάλλεται ανάλογα με την κοινωνική θέση των γυναικών: είναι λιγότερη στα μεσαία και ανώτερα κοινωνικά στρώματα, ενώ αυξάνεται σημαντικά στα κατώτερα.⁷⁰

Οι γυναίκες δηλαδή που δεν εργάζονται διαθέτουν πολύ περισσότερο χρόνο για την πραγματοποίηση οικιακών εργασιών συγκριτικά με τις γυναίκες που έχουν εξωοικιακή επαγγελματική απασχόληση. Οι τελευταίες περιορίζουν σημαντικά (κατά ένα τρίτο περίπου) τον αντίστοιχο χρόνο τους, γεγονός που μας δείχνει αφενός μεν ότι οι εργαζόμενες γυναίκες συμπιέζουν γενικά το χρόνο τους καθημερινά στην προσπάθειά τους να αντεπεξέλθουν στο διπλό ρόλο, αφετέρου δε ότι οι εργαζόμενες γυναίκες αντιμετωπίζουν διαφορετικά τις οικιακές εργασίες, δηλαδή εκδηλώνουν «τη μειωμένη συμβολική δέσμευση τους σε θέματα που άπτονται τον κόσμο του σπιτιού»⁷¹.

Αναφορικά τώρα με τους άντρες η διαπίστωση από μελέτες που πραγματοποιήθηκαν είναι ότι οι άνδρες διαθέτουν λιγότερο χρόνο καθημερινά σε εργασίες που έχουν σχέση με το σπίτι (μία ώρα περίπου) συγκριτικά με αυτό των γυναικών που είναι τετραπλάσια και κυμαίνεται από 4 – 8 ώρες, ανάλογα με τις ιδιαίτερες συνθήκες⁷².

Η παρουσία του συζύγου στις καθημερινές οικιακές εργασίες εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό και από τη δυνατότητα του να βοηθήσει, δηλαδή από τη διάρκεια εργασίας του (από το ωράριό του, από το αν έχει βάρδιες κ.ο.κ.) και γενικά από τον ελεύθερο χρόνο και από το χρόνο που αυτός παραμένει στο σπίτι⁷³.

Σχετικά τώρα με τις ενασχολήσεις γύρω από τα παιδιά οι άνδρες προτιμούν τις «ελαφρές» και κατά κάποιον τρόπο «ευχάριστες» φροντίδες, δηλαδή τη βόλτα, το παιχνίδι, το διάβασμα ενώ άλλες εργασίες (π.χ. το μαγείρεμα) επιβαρύνουν σχεδόν εξ' ολοκλήρου τις γυναίκες⁷⁴.

Επιπλέον, σε σχετική έρευνα του ΕΚΚΕ διαπιστώνεται πως στις περισσότερες από τις μισές οικογένειες της Αθήνας (57%) συναντάται η σχετικά παραδοσιακή κατανομή των συζυγικών ρόλων μέσα στο σπίτι, δηλαδή η μειωμένη συμμετοχή του συζύγου στις οικιακές εργασίες ενώ μόνο στο 43% υπάρχουν κάποιες ενδείξεις για πιο ισότιμο διαχωρισμό των ρόλων στην ιδιωτική σφαίρα. Υπάρχουν όμως

⁶⁹ Girand Alain, "Le boudget – temps de la femme mariee dans les agglomeration urbaine" στο βιβλίο της Μαράτου Αλιμπράντη Λάουρα, «Η οικογένεια στην Αθήνα: οικογενειακά πρότυπα και συζυγικές πρακτικές», Εκδόσεις Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, Αθήνα, 1995.

⁷⁰ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 69.

⁷¹ Francois de Singly, "Fortune et infortune de la femme mariee", στο βιβλίο της Μαράτου – Αλιμπράντη Λάουρα, «Η οικογένεια στην Αθήνα: οικογενειακά πρότυπα και συζυγικές πρακτικές», Εκδόσεις Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, Αθήνα 1995.

⁷² Martin, Meissner, "Sur la division du travail et l'inegalite des sexe", Sociologie de travail No4, 1975, σ. 329 – 339, στο βιβλίο της Μαράτου – Αλιμπράντη Λάουρα, «Η οικογένεια στην Αθήνα: οικογενειακά πρότυπα και συζυγικές πρακτικές», Εκδόσεις Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, Αθήνα 1995.

⁷³ Marie – Agnes Bavvere – Marrison "Chomage et offer de travail der femmer: contribution d' une approche de l' offre de travail", στο βιβλίο της Μαράτου – Αλιμπράντη Λάουρα, «Η οικογένεια στην Αθήνα: οικογενειακά πρότυπα και συζυγικές πρακτικές», Εκδόσεις Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, Αθήνα 1995.

⁷⁴ Jean Kallerhair "Marriager au guotidied" στο βιβλίο της Μαράτου – Αλιμπράντη Λάουρα, «Η οικογένεια στην Αθήνα: οικογενειακά πρότυπα και συζυγικές πρακτικές», Εκδόσεις Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, Αθήνα 1995.

αποκλίσεις από το γενικό αυτό σχήμα, οι οποίες προέρχονται από την επίδραση διαφόρων παραγόντων (επάγγελμα, εκπαίδευση, εισόδημα κ.ο.κ.)⁷⁵.

Σύμφωνα με την ίδια έρευνα η μορφή οικιακής βοήθειας που επικρατεί σε κάθε οικογένεια επηρεάζεται σημαντικά από το εκπαιδευτικό επίπεδο των συζύγων και την ηλικία τους. Αναλυτικότερα ο σχετικά προοδευτικός τύπος οικιακής βοήθειας συναντάται συχνότερα ανάμεσα στους πιο μορφωμένους και νέους συζύγους (55% περίπου). Αντίθετα, ανάμεσα στα ζευγάρια όπου οι σύζυγοι είναι λιγότερο μορφωμένοι επικρατεί σχετικά συντηρητικός τρόπος ζωής⁷⁶.

Μέσα λοιπόν, σε τέτοια πλαίσια (έλλειψη χρόνου των συζύγων, εργασίας του συζύγου, ωραρίων των γονέων, προτίμησης των ανδρών για συγκεκριμένες φροντίδες π.χ. διάβασμα των παιδιών και όχι μαγείρεμα για την οικογένεια και διατήρηση παραδοσιακής κατανομής των συζυγικών ρόλων ακόμη και όταν η σύζυγος εργάζεται) τόσο η οικογένεια όσο και το παιδί προσανατολίζεται σε ετοιμοπαράδοτα τρόφιμα σε μορφοποιημένα δηλαδή παρασκευάσματα (μαγειρεμένα φαγητά) ή στη χρήση τροφών Fast – food ή στη λήψη τοστ, κρουασάν κ.α.

Η λήψη γευμάτων στο σπίτι θα μπορούσε να αποτρέψει την κατανάλωση παραδείγματος χάριν κάποιας τυρόπιτας ή κάποιου ανάλογου σνακ, τα οποία περιέχουν λιπαρά και μάλιστα κακής ποιότητας.

Σε μελέτη που έγινε από το πανεπιστήμιο Κρήτης σε παιδιά ηλικίας 12 χρονών φάνηκε ότι το 98% τρώνε κάτι στο σχολείο που το αγοράζουν από το κυλικείο και μόλις το 2% φέρνει στο σχολείο κάτι από το σπίτι τους⁷⁷.

Στην ίδια μελέτη φάνηκε πως τα τοστ με τυρί και ζαμπόν είναι τα πρώτα στις προτιμήσεις των παιδιών και ακολουθούν τα γαριδάκια, τα πατατάκια, τα κρουασάν, τα μπισκότα και οι σοκολάτες. Από ποτά την πρώτη θέση κατέχουν τα αναψυκτικά (γκαζόζα), η λεμονάδα, η πορτοκαλάδα, σε δεύτερη θέση τα αναψυκτικά τύπου κόλα και μόνο σε ποσοστό 5% οι φυσικοί χυμοί⁷⁸.

Έτσι, σ' αυτό το σημείο είναι ιδιαίτερα σημαντικό να αναφερθούν οι συνέπειες αυτών των διατροφικών συμπεριφορών, που όπως φάνηκε και από την παραπάνω μελέτη χαρακτηρίζουν το σύνολο της σχολικής κοινότητας σε ποσοστό που αγγίζει το 98%⁷⁹.

Συγκεκριμένα λοιπόν η χρήση των αλλαντικών (π.χ. τα τοστ με ζαμπόν και τυρί) προκαλούν παχυσαρκία (30 – 70% των αλλαντικών είναι λίπος) και αυξάνουν τη χοληστερίνη και τις λιποπρωτεΐνες στο αίμα⁸⁰.

Από την άλλη, η κατανάλωση ζαχαρούχων αναψυκτικών δημιουργεί προβλήματα όπως: εμποδίζει το έντερο να απορροφήσει το ασβέστιο που χρειάζεται για την ανάπτυξη των οστών, προσφέρει μόνο θερμίδες και περιορίζει την όρεξη για άλλα κατάλληλα τρόφιμα πλούσια σε ίνες, βιταμίνες, μέταλλα και ιχνοστοιχεία, καταστρέφει τα δόντια και αυξάνει τα τριγλυκερίδια στο αίμα⁸¹.

Τέλος, η κατανάλωση τροφών που περιέχουν ζάχαρη ευνοεί την παχυσαρκία, αφού διαθέτουν μεγάλη θερμιδική πυκνότητα ενώ στερούνται ή έχουν ελάχιστες άλλες θρεπτικές ουσίες. Επιπλέον, προκαλούν τερηδόνα, ανεβάζουν τα επίπεδα

⁷⁵ Μαράτος – Αλιμπράντη Λάουρα, «Η οικογένεια στην Αθήνα: οικογενειακά πρότυπα και συζυγικές πρακτικές», Εκδόσεις Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, Αθήνα 1995.

⁷⁶ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 75.

⁷⁷ Καφάτος Α, Αποστολάκη Ι, Λιονής Χ, «Συνήθειες διατροφής των παιδιών στο σχολείο», Παιδιατρική 91, 54: 10 – 25.

⁷⁸ Καφάτος Α, «Διατροφή και Υγεία. Πρόγευμα. Η σημασία του στην προαγωγή της υγείας».

⁷⁹ Καφάτος Α, «Διατροφή και Υγεία. Πρόγευμα. Η σημασία του στην προαγωγή της υγείας».

⁸⁰ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 79.

⁸¹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 79.

λιπιδίων στο αίμα και ελαττώνουν την όρεξη για τρόφιμα που είναι πλούσιες πηγές βιταμινών και μετάλλων⁸².

Συνεπώς θα μπορούσε να πει κανείς συμπερασματικά, ότι οι γονείς πρέπει να ενθαρρύνονται στο να ετοιμάζουν μόνοι τους τις τροφές των παιδιών. Οι καλές σπιτικές τροφές είναι θρεπτικότερες και περιέχουν λιγότερες πιθανά επιβλαβείς πρόσθετες ουσίες απ' ότι τα προϊόντα του εμπορίου.

3.3. Η έλλειψη χρόνου της εργαζόμενης μητέρας

Οι διατροφικές συνήθειες των Ελληνόπουλων είναι υπεύθυνες για τα περισσότερα προβλήματα υγείας και την ανάπτυξή τους, σύμφωνα με στοιχεία που παρουσιάζονται σε σχετικό δελτίο τύπου που απέστειλε το INKA στο flash care⁸³.

Η υπερκατανάλωση «εύκολων τροφών» (σνακς, κ.λ.π.) αρχίζει από την πρώτη νηπιακή ηλικία (77%) και υπερβαίνει το 89% σε καθημερινή βάση σε μεγαλύτερες ηλικίες⁸⁴.

Σε μεγάλο μέρος της ηλεκτρονικής βιβλιογραφίας ένας σημαντικός παράγοντας που ελαχιστοποιεί τις αντιστάσεις των γονέων έναντι των πιέσεων και των επιθυμιών των παιδιών για κατανάλωση εύκολων «τροφίμων» οφείλεται στην έλλειψη χρόνου των γονέων. Η έλλειψη χρόνου των γονέων και συγκεκριμένα της εργαζόμενης μητέρας, όπως θα φανεί και παρακάτω από συναφείς έρευνες που αναφέρονται στη γυναικεία απασχόληση, οδηγεί πολλές φορές στη μη παρασκευή κολατσιού στο σπίτι και στην αγορά έτοιμων φαγητών της αρεσκείας των παιδιών, με αποτέλεσμα την υψηλή συμμετοχή του κρέατος στο εβδομαδιαίο διαιτολόγιο⁸⁵.

Σε πολλά σημεία της βιβλιογραφίας η έλλειψη χρόνου της εργαζόμενη μητέρας οφείλεται στη μη ισότιμη κατανομή με το σύζυγο σε θέματα που αφορούν τη φροντίδα και την ανατροφή του παιδιού καθώς επίσης και στις απόψεις κυρίως των ανδρών συζύγων για τους ρόλους των δύο φύλων⁸⁶.

Το γυναικείο μοντέλο νοικοκυρά – σύζυγος – μητέρα, διατηρείται στη συνείδηση της πλειοψηφίας τόσο για τη γυναίκα που δεν έχει επαγγελματική απασχόληση, όσο και για την εργαζόμενη. Η γυναίκα μπαίνει στην παραγωγή αλλά δεν βγαίνει από το σπίτι. Γι' αυτό και τα θέματα της οικογένειας των παιδιών καθιερώθηκε να είναι δικά τους θέματα⁸⁷.

Σε έρευνα του ΕΚΚΕ στην Αθήνα αναφορικά με τα οικογενειακά πρότυπα και τις συζυγικές πρακτικές παρατηρείται πως στα ζευγάρια «διπλής απασχόλησης» όσο αυξάνεται ο αριθμός των παιδιών της οικογένειας η στάση των ανδρών δεν επηρεάζεται θετικά. Ανάμεσα στα ζευγάρια με δύο ή περισσότερα παιδιά παρατηρείται μεγαλύτερη συχνότητα παραδοσιακής μορφής οικιακής βοήθειας κατά 66%⁸⁸.

Τα οικογενειακά «βάρη», δηλαδή η παρουσία περισσότερων παιδιών που όπως είναι φυσικό επιβαρύνουν το φόρτο εργασίας των γυναικών μέσα στο σπίτι, δεν ανατρέπει τη στάση και δε διαφοροποιεί τις συμπεριφορές των ανδρών της Αθήνας,

⁸² Βλέπε, ό.π. Υποσ. 79.

⁸³ Care magazine, INKA, 2001, «Τι τρώνε τα παιδιά μας» file://localhostB:/INKA.htm

⁸⁴ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 83.

⁸⁵ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 83.

⁸⁶ Μαράτου – Αλιμπράντη Λάουρα, «Η οικογένεια στην Αθήνα: οικογενειακά πρότυπα και συζυγικές πρακτικές», Εκδόσεις Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, Αθήνα 1995.

⁸⁷ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 86.

⁸⁸ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 86.

ακόμη και στις περιπτώσεις που και οι δύο σύζυγοι έχουν εξωοικιακή επαγγελματική απασχόληση⁸⁹.

Και επειδή στη μελέτη μας, μας ενδιαφέρει να ανιχνεύσουμε εάν οι γονείς ασχολούνται με τη φροντίδα της παρασκευής του φαγητού και ότι αυτό δεν είναι θέμα της συζύγου (όπως διαφαίνεται και από τις έρευνες), είναι ιδιαίτερα ενδιαφέρον να δούμε εάν οι άντρες σύζυγοι, όταν έχουν χρόνο ασχολούνται με τη δημιουργία του φαγητού.

Στην ίδια έρευνα του ΕΚΚΕ διαπιστώθηκε ότι η συμμετοχή των αντρών συζύγων σε θέματα που αφορούσαν το σπίτι είχε ως εξής: ψώνια, ποσοστό συμμετοχής (56,8%), πλύσιμο πιάτων (12,7%), μαγείρεμα (17%), καθάρισμα σπιτιού (14,1%) σιδέρωμα ρούχων (5,7%) κ.α.⁹⁰

Συνεπώς όπως διαφαίνεται η συμμετοχή του Αθηναίου συζύγου στις οικιακές εργασίες είναι ασήμαντη και μόνο στα ψώνια φαίνεται να συμμετέχουν περισσότεροι από τους μισούς. Οι ίδιοι ερευνητές θεωρούν πως αυτή η εργασία πραγματοποιείται παραδοσιακά απ' τον Έλληνα σύζυγο και δεν εκφράζει, κατά τεκμήριο, καινοτόμο συμπεριφορά⁹¹.

Και πάλι βέβαια η συμμετοχή των ανδρών διαφοροποιείται, ανάλογα με την ηλικία και το επίπεδο εκπαίδευσης. Αναλυτικότερα οι μισοί από τους συζύγους που ανήκουν στην ομάδα των πιο μεγάλων, είναι δηλαδή πάνω από 40 ετών και έχουν χαμηλό μορφωτικό επίπεδο, δεν ασχολούνται με καμιά οικιακή εργασία, ενώ ελάχιστοι κάνουν κάποιες εργασίες. Αντίθετα, στην ομάδα των νεότερων (>40 ετών) και πιο μορφωμένων ανδρών συναντάμε το υψηλότερο ποσοστό συζύγων που πραγματοποιούν πάνω από 3 οικιακές εργασίες καθημερινά (12%)⁹².

Επίσης, οι απαιτήσεις της εργασίας περιορίζουν το χρόνο που οι εργαζόμενοι μπορούν να διαθέσουν για την οικογένεια τους. Σε υψηλού επιπέδου επαγγέλματα, υπάρχουν συχνά πολλές χρονικές δεσμεύσεις που «τραβούν» το σύζυγο μακριά απ' την οικογένεια τοποθετώντας το μεγαλύτερο βάρος της οικογενειακής ευθύνης στη σύζυγο. Οι πολλές ώρες εργασίας των ανδρών – συζύγων δημιουργούν μεγαλύτερη ευθύνη στη γυναίκα για τη φροντίδα του σπιτιού, της προετοιμασίας του φαγητού και των παιδιών (π.χ. διάβασμα). Εξ' αιτίας λοιπόν της ασυμμετρίας των ρόλων των δύο φύλων, οι άνδρες επιτρέπεται να «διασπάσουν» την οικογένεια τους στο κυνήγι των επαγγελματικών στόχων⁹³.

Μ' αυτόν τον τρόπο λοιπόν οι εργαζόμενες μητέρες έχουν πολύ λίγη βοήθεια από τους συζύγους τους προκειμένου να αντεπεξέλθουν στις απαιτήσεις του χρόνου και στις πιέσεις της δουλειάς. Όταν η σύζυγος γίνεται επιτυχώς εργαζόμενη μαθαίνει να διατηρεί τις προσδοκίες του ρόλου της έχοντας την υποχρέωση να είναι μια νοικοκυρά μητέρα και εισφορέας στην καριέρα του συζύγου της. Μ' αυτόν τον τρόπο λοιπόν οι γυναίκες έχουν ένα διπλό φόρτο δουλειάς και στην οικογένεια ακόμη και όταν δουλεύουν πλήρες ωράριο⁹⁴.

Μέσα, λοιπόν, σε τέτοια πλαίσια, που αν μη τι άλλο προκαλούνται από το σημερινό κόστος ζωής (το σημερινό κόστος ζωής απαιτεί την υπερεργασία και των δύο γονέων αν σκεφτεί κανείς ότι οι γονείς δαπανούν τεράστια ποσά σε θέματα που αφορούν τα παιδιά π.χ. στο θέμα της μόρφωσης και της παιδείας, η οικογένεια

⁸⁹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 86.

⁹⁰ Μαράτου – Αλιμπράντη Λάουρα, «Η οικογένεια στην Αθήνα: οικογενειακά πρότυπα και συζυγικές πρακτικές», Εκδόσεις Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, Αθήνα 1995.

⁹¹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 90.

⁹² Βλέπε, ό.π. Υποσ. 90.

⁹³ Pleck, «The work family role system», Social Problems, 24, 417 - 427

⁹⁴ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 93.

δαπανά διπλάσια σε σχέση με αυτά που δαπανά μια οικογένεια των κρατών – μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης (έρευνα INKA) το σπιτικό φαγητό χάνει συνεχώς έδαφος και το φαγητό έξω ή μέσα σε αυτό, σε έτοιμο ή ημιέτοιμο φαγητό κερδίζει συνεχώς έδαφος με γεωμετρική πρόοδο⁹⁵.

Το φαγητό που καταναλώνεται στο σπίτι δεν σημαίνει, ότι έχει απαραίτητως μαγειρευτεί. Σύμφωνα με την Καλαφάτη, η οργάνωση του τρόπου μαγειρέματος και η χρήση έτοιμων φαγητών έδειξε, πως υπήρξε ραγδαία αύξηση στη χρήση των φούρνων μικροκυμάτων από το 1985 – 1995, ενώ δύο στους τρεις ανέφεραν ότι χρησιμοποιούσαν έτοιμα φαγητά τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα κι 21% περιέγραφαν τους καταψύχτες τους σαν την πιο «αγαπημένη» τους από τις οικιακές συσκευές, διότι διατηρούσε τα φαγητά που ήταν έτοιμα και το μόνο που έκαναν ήταν να τα ξεπαγώνουν και να τα ψήνουν⁹⁶.

Επίσης από τα πολυκαταστήματα όλης της χώρας διακινείται το 70% περίπου των έτοιμων προψημένων φαγητών. Η κατανάλωση έτοιμων φαγητών στα πολυκαταστήματα έχει παρουσιάσει από το 1987 μέχρι σήμερα μέση ετήσια αύξηση της τάξης του 106,7%⁹⁷.

Με τον όρο «έτοιμα» φαγητά εννοούμε τη νέα μορφή κρεατοσκευασμάτων και μενού που τα τελευταία χρόνια έκαναν την εμφάνισή τους έντονα στα πολυκαταστήματα και τα οποία αποτελούν προμαγειρεμένες μερίδες φαγητού. Τα φαγητά αυτά αφού μαγειρευτούν, καταψύχονται, συσκευάζονται και διατηρούνται στην κατάψυξη για ένα περίπου χρόνο. Για την κατανάλωση τους χρειάζεται μόνο ζέσταμα σε απλό φούρνο για 15 – 20 λεπτά στους 200° - 220° C ή σε φούρνο μικροκυμάτων, ή ελάχιστου χρόνου συμπληρωματικό ψήσιμο⁹⁸.

Στα έτοιμα κρεατοσκευάσματα ανήκουν οι μερίδες φαγητού από κρέας λευκό ή κόκκινο, ψημένο ή τηγανισμένο. Στα ψαρικά, οι ψαρομεζέδες από διάφορα είδη ψαριών, στα μενού περιλαμβάνονται τα ζυμαρικά, το παστίτσιο, ο μουσακάς, ενώ υπάρχουν και άλλα προϊόντα όπως το σαγανάκι και οι προτηγανισμένες πατάτες, τα οποία δεν αποτελούν πλήρη γεύματα⁹⁹.

Τέλος, το έτοιμο φαγητό είναι «εύκολο» φαγητό, γρήγορα παρασκευασμένο και μειώνει σημαντικά το χρόνο για το πλύσιμο των σκευών, το οποίο αποτελεί μια από τις καθημερινές οικιακές δραστηριότητες του νοικοκυριού¹⁰⁰.

⁹⁵ Care.flash.gr, INKA, 2002, «Το χαρτζιλίκι αιτία για επικίνδυνα διατροφικά πρότυπα», <http://care.flash.gr/mag/topic/?id=6206>

⁹⁶ Καλαφάτη Ε, «Διερεύνηση των κοινωνικοοικονομικών χαρακτηριστικών – διατροφικών συνηθειών των οικογενειών στο Δήμο Ανω Λιοσίων, ο ρόλος της μητέρας (εργαζόμενη ή μη) στη διαμόρφωσή τους», Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Τμήμα Οικιακής Οικονομίας, Αθήνα, 1997

⁹⁷ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 96

⁹⁸ Καρσαμπά Δήμητρα, «Έτοιμα φαγητά», Μονάδα κλαδικής βιομηχανικής έρευνας και ενημέρωσης, Ίδρυμα Οικονομικών και Βιομηχανικών Ερευνών, Αθήνα 1992

⁹⁹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 98

¹⁰⁰ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 98

3.4. Το εισόδημα της ελληνικής οικογένειας

Κατά την άποψη πολλών μελετητών οι οικονομικές λειτουργίες της σύγχρονης οικογένειας διαφοροποιούνται στη σημερινή καταναλωτική κοινωνία, ως αποτέλεσμα του κοινωνικού και οικονομικού εκσυγχρονισμού. Κάνοντας μια ιστορική ανασκόπηση στην παραδοσιακή κοινωνία, παρατηρείται ότι οι οικονομικές λειτουργίες συνίστανται σε μια ποικιλία δραστηριοτήτων, όπου η κατανομή της εργασίας εξαρτάται από το φύλο («αντρικές» και «γυναικείες» δουλειές) και καθιστούν την οικογένεια μια οικονομική μονάδα, δηλαδή μια μονάδα παραγωγής και κατανάλωσης¹⁰¹.

Όμως ο εκσυγχρονισμός, δηλαδή η σταδιακή μετατροπή της παραδοσιακής κοινωνίας σε αστεακή, επέδρασε καταλυτικά στις οικονομικές λειτουργίες της οικογένειας. Αυτό συνέβη, διότι α) στη σύγχρονη κοινωνία «το κέντρο» παραγωγής δεν είναι το σπίτι αλλά το εργοστάσιο, β) σ' αυτό το «κέντρο» παραγωγής δεν είναι πια ενεργή η οικογένεια ως ομάδα, αλλά τα μέλη της οικογένειας, γ) η βιομηχανική οικονομία παράγει αγαθά και υπηρεσίες τις οποίες «αγοράζουν» τα άτομα προκειμένου αυτές να καταναλωθούν από την οικογένεια. Έτσι στις σύγχρονες κοινωνίες η οικογένεια κατά κύριο λόγο είναι μονάδα κατανάλωσης¹⁰².

Το άτομο σύμφωνα με το Δεδουσόπουλο προσφέρει εργασία με μοναδικό σκοπό να αποκτήσει εισοδήματα που του επιτρέπουν την πρόσβαση στην κατανάλωση αγαθών.¹⁰³

Έτσι, το μέσο ετήσιο εισόδημα των Ελλήνων είναι 14.200 σε μονάδες αγοραστικής δύναμης, έναντι 21.110 που είναι ο μέσος όρος της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Αυτό το εισόδημα είναι δυσανάλογα μοιρασμένο, δηλαδή το 20% των Ελλήνων είναι πλουσιότερο κατά έξι φορές από το 20% των φτωχών. Ένα πρώτο συμπέρασμα που διεξάγεται είναι ότι η Ελλάδα κατέχει την πρώτη θέση συγκριτικά με άλλες χώρες της Ε.Ε., όσο αφορά τα άτομα που ζουν κάτω από τα όρια της φτώχειας¹⁰⁴.

Σύμφωνα με στοιχεία της Eurostat περίπου 3,5 εκατομμύρια άτομα ζουν κάτω από τα όρια της φτώχειας. Το ποσοστό της εισοδηματικής φτώχειας κυμαίνεται περίπου 3% στην Δανία, 14% στην Ελλάδα και 16% στην Πορτογαλία¹⁰⁵.

Μετά την παράθεση των ανωτέρω στατιστικών στοιχείων μεταξύ Ελλάδας και των υπολοίπων κρατών – μελών της Ε.Ε., σ' αυτό το σημείο θα διερευνηθούν και θα καταγραφούν τα οικονομικά των ελληνικών νοικοκυριών και πώς αυτά σχετίζονται με τη διαμόρφωση των διατροφικών συνηθειών.

Σύμφωνα με στοιχεία του Υπουργείου Οικονομικών και Οικονομίας, το μέσο εισόδημα αυξήθηκε το 2000 κατά 7,8% αγγίζοντας δηλαδή τα 3.789.985 δρχ. Αυτή η αύξηση κατά τη Στατιστική Υπηρεσία δηλώνει, ότι το βιοτικό επίπεδο της χώρας έχει ανέλθει σε υψηλότερα επίπεδα ακόμα και στις αγροτικές περιοχές¹⁰⁶.

Σημαντικό στοιχείο στην ίδια έρευνα, είναι ότι τα είδη διατροφής αποτελούν την πρώτη προτεραιότητα κάθε Έλληνα καταναλωτή. Τη δεύτερη θέση

¹⁰¹ Μουσούρου Λουκία, «Η κοινωνιολογία της σύγχρονης οικογένειας», Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα, 1999

¹⁰² Βλέπε, ό.π. Υποσ. 101.

¹⁰³ Δεδουσόπουλος Απόστολος, «Η προσφορά εργασίας: Θεωρίες, πολιτικές και ερευνητικές αναζητήσεις», εκδόσεις τυπωθήτω, Αθήνα 2001.

¹⁰⁴ Papaki.panteion, Λούβαρης Ιωάννης, 11/3/2003, «Το ευρώ στη ζωή μας» <http://www.papaki.panteion.gr/teuxos6/euro.htm>

¹⁰⁵ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 104

¹⁰⁶ Papaki.panteion, Λούβαρης Ιωάννης, 11/3/2003, «Το ευρώ στη ζωή μας» <http://www.papaki.panteion.gr/teuxos6/euro.htm>

καταλαμβάνουν τα έξοδα για μετακινήσεις, ενώ στην τρίτη θέση βρίσκονται οι δαπάνες για ενοίκιο ή για λογαριασμούς. Τα ελληνικά νοικοκυριά ξοδεύουν τρεις φορές περισσότερα χρήματα για κρέας αντί για ψάρια με πρώτη επιλογή το νωπό χοιρινό. Στα ψάρια την πρώτη θέση κατέχουν αυτά που βρίσκονται στην πρώτη κατηγορία, ενώ σε αγροτικές περιοχές συναντώνται αυτά της «δεύτερης» κατηγορίας, όπως γαύρος, αθερίνα. Όμως οι προτεραιότητες των Ελλήνων διαφέρουν σημαντικά με αυτές των άλλων ευρωπαϊκών χωρών. Έτσι οι Δανοί, οι Γερμανοί και οι Ιρλανδοί δεν διαθέτουν σημαντικό μέρος του εισοδήματός τους στα είδη διατροφής αλλά στην εκπαίδευση και στην υγεία¹⁰⁷.

Εκτός από την προτεραιότητα, που δίνουν τα ελληνικά νοικοκυριά στα διάφορα είδη διατροφής, το χαρτζιλίκι των παιδιών φαίνεται ότι επιβαρύνει τον οικογενειακό προϋπολογισμό σύμφωνα με έρευνα του INKA¹⁰⁸.

Η συγκεκριμένη έρευνα απέδειξε ότι το 85% των παιδιών, παίρνουν υπερβολικό χαρτζιλίκι καθημερινά, γεγονός που οφείλεται αφενός μεν στη μη λήψη επαρκούς πρωινού, και αφετέρου δε στη μη λήψη κολατσιού από το σπίτι. Σημαντική συμμετοχή σε αυτήν την εξέλιξη, φαίνεται πως έχει, η ουσιαστική κατάργηση της «ώρας φαγητού» και το κόστος ζωής, που οδηγεί στην πολύωρη εργασία των δύο γονέων. Έτσι όλα τα παραπάνω ωθούν τους γονείς στο να δίνουν στα παιδιά τους αρκετό χαρτζιλίκι. Μόνο το 5% αυτών των παιδιών δεν παίρνει χαρτζιλίκι για το σχολείο ενώ το 32% παίρνει 3 – 5 ευρώ καθημερινά¹⁰⁹. Τέλος, το INKA με δελτίο τύπου, που απέστειλε στο Flash.care, επισημαίνει ότι όσο πιο πολλά χρήματα διαθέτει ένα παιδί τόσο επιρρεπές είναι στην υιοθέτηση ανθυγιεινών συνηθειών¹¹⁰.

¹⁰⁷ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 106

¹⁰⁸ Care.flash.gr, INKA, 2002, «Το χαρτζιλίκι αιτία για επικίνδυνα διατροφικά πρότυπα», <http://care.flash.gr/mag//topic/?id=6206>

¹⁰⁹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 108

¹¹⁰ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 108

3.5. Το μορφωτικό επίπεδο της οικογένειας

Κατά το Δεδουσόπουλο η εκπαίδευση εμφανίζεται ως η σημαντικότερη ερμηνευτική μεταβλητή της προσφοράς εργασίας ασκώντας έτσι τις επιδράσεις της μέσω των αυξημένων πιθανοτήτων, που προσδίδει είτε για ανεύρεση μιας θέσης εργασίας, είτε αυτής της κατάκτησης ενός υψηλότερου μισθού¹¹¹.

Στοιχεία της Eurostat αναφέρουν ότι το μορφωτικό επίπεδο της Ελλάδας, της Ισπανίας, της Ιταλίας και της Πορτογαλίας, εμφανίζεται ως χαμηλότερο (παρά τις σημαντικές αυξήσεις που έχουν σημειωθεί τα τελευταία τριάντα χρόνια) συγκριτικά με αυτό των κρατών – μελών του Βορρά. Από την άλλη οι διαφορές στο μορφωτικό επίπεδο μεταξύ των δύο φύλων, έχουν μειωθεί στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Δηλαδή ενώ το 77% των νέων γυναικών ηλικίας 25-29 ετών στην Ευρωπαϊκή Ένωση έχουν τίτλο ανώτερης δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης σε σύγκριση με το 75% των νέων ανδρών, μόνο το 45% των γυναικών που ανήκουν στην ηλικιακή ομάδα 50 – 64 ετών έχουν ανάλογο τίτλο σπουδών, συγκριτικά με το 57% των ανδρών της ίδιας ηλικιακής ομάδας¹¹².

Στον ελλαδικό χώρο η διαφορά μεταξύ των δύο φύλων στην κατηγορία των αποφοίτων ανώτερης εκπαίδευσης όσον αφορά τη συμμετοχή τους στο εργατικό δυναμικό είναι 67 ποσοστιαίες μονάδες υπέρ των ανδρών. Για τους άνδρες αποφοίτους των ΑΕΙ η συμμετοχή τους στο εργατικό δυναμικό είναι κατά 1,4 ποσοστιαίες μονάδες υψηλότερη, από αυτή των γυναικών. Η μόνη κατηγορία γυναικών που παρουσιάζει υψηλότερη συμμετοχή, κατά 4,7 ποσοστιαίες μονάδες στην αγορά εργασίας από την αντίστοιχη των ανδρών είναι αυτή που έχει ολοκληρώσει την μεταπτυχιακή εκπαίδευση¹¹³.

Παρά τη σταθερή αύξηση της συμμετοχής των γυναικών στο εργατικό δυναμικό και τη βελτίωση των τυπικών προσόντων, ο καταμερισμός της εργασίας κατά φύλο φαίνεται, ότι συνεχίζει να διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στη διαδικασία ένταξης και εξέλιξης των γυναικών στον εργασιακό χώρο. Η διατήρηση των ανισοτήτων και ο διαχωρισμός των θέσεων εργασίας μεταξύ των δύο φύλων παραμένει κυρίαρχο πρόβλημα όχι μόνο της ελληνικής αλλά και των υπολοίπων ευρωπαϊκών αγορών εργασίας.

Πιο συγκεκριμένα, διαπιστώνεται μια τάση υποεκπροσώπησης των γυναικών σε σημαντικούς τομείς της κοινωνικής και οικονομικής ζωής, όπως στον τομέα της επιστήμης, της έρευνας, στα κέντρα λήψης αποφάσεων και γενικότερα στις υψηλές βαθμίδες της επαγγελματικής ιεραρχίας. Όπως προκύπτει από έρευνα σε 50 ερευνητικούς φορείς της χώρας, το 34,7% (1118 άτομα) του συνολικού ερευνητικού δυναμικού είναι γυναίκες¹¹⁴. Από την κατανομή των ενταγμένων ερευνητών σε βαθμίδες, διαπιστώνεται ότι στις υψηλές βαθμίδες οι γυναίκες είναι ελάχιστες (17,3% έναντι 82,7% των ανδρών), ενώ η διαφορά μειώνεται στις χαμηλότερες ερευνητικές βαθμίδες. Επιπρόσθετα από την άλλη μεριά παρατηρείται μια αυξητική τάση απασχόλησης των γυναικών τόσο σε διοικητικές θέσεις όσο και στους διάφορους τομείς των δημοσίων υπηρεσιών¹¹⁵. Όσον αφορά την κατηγορία «εκπαιδευτικό

¹¹¹ Δεδουσόπουλος Απόστολος, «Η προσφορά της εργασίας» τόμος πρώτος, Εκδόσεις Τυπωθήτω, Αθήνα 2001.

¹¹² Eurostat, «Η κοινωνική κατάσταση στην Ευρωπαϊκή Ένωση», 2002, Περίληψη, Ευρωπαϊκή Επιτροπή.

¹¹³ Κετσετζοπούλου Μαρία, Συμεωνίδου Χάρη, «Ισότητα των φύλων: Η θέση της γυναίκας στο δημόσιο και ιδιωτικό χώρο», στο κοινωνικό πορτραίτο της Ελλάδας, ΕΚΚΕ, Αθήνα

¹¹⁴ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 113.

¹¹⁵ Κετσετζοπούλου Μαρία, Συμεωνίδου Χάρη, «Ισότητα των φύλων: Η θέση της γυναίκας στο δημόσιο και ιδιωτικό χώρο», Στο κοινωνικό πορτραίτο της Ελλάδος, ΕΚΚΕ, Αθήνα

προσωπικό», στην προσχολική εκπαίδευση η συντριπτική πλειονότητα είναι γυναίκες, στη στοιχειώδη και μέση εκπαίδευση πάνω από το μισό των διδασκόντων είναι γυναίκες, ενώ στο διδακτικό προσωπικό ανώτατης εκπαίδευσης οι γυναίκες υποεκπροσωπούνται με ποσοστό 27,9%¹¹⁶.

Μετά την παράθεση των ανωτέρω στατιστικών στοιχείων, σ' αυτό το σημείο θα διερευνηθεί η σχέση του μορφωτικού επιπέδου με την υιοθέτηση διατροφικών ή όχι συνηθειών της οικογένειας.

Σύμφωνα με το χρηματοδοτούμενο από την Ευρωπαϊκή Ένωση πρόγραμμα DAFNE (DATA FOOD NETWORKING), το οποίο σύγκρινε τις διατροφικές συνήθειες διαφόρων ευρωπαϊκών χωρών, εξήγαγε το συμπέρασμα ότι στην Ελλάδα το μορφωτικό επίπεδο αποτελεί σημαντικό παράγοντα διαφοροποίησης, καθώς οι μορφωμένοι Έλληνες πιθανόν ως καλύτεροι αποδέκτες μηνυμάτων, προτιμούν μεγαλύτερες ποσότητες φρούτων και λαχανικών και μικρότερες κόκκινου κρέατος. Από την άλλη η διαθεσιμότητα των λαχανικών, οσπρίων και ελαιολάδου (χαρακτηριστικά της Μεσογειακής Διατροφής) είναι μεγαλύτερη μεταξύ ατόμων χαμηλότερου επιπέδου εκπαίδευσης¹¹⁷.

¹¹⁶ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 115.

¹¹⁷ Nut.UOA.gr.DAFNE, 12/3/2002, «DAFNE (DATA FOOD NETWORKING)», http://www.nut.uoa.gr/greek/dafne/Ereuna_Dafne2.htm

3.6. Τα Fast – Food ως επιλογή των παιδιών για την «έξοδό» τους

Οι πολιτιστικές αξίες και οι συνθήκες που επικρατούν στην κοινωνία διαδραματίζουν αποφασιστικό ρόλο στη διαμόρφωση των ατομικών συμπεριφορών. Αυτό που αντανακλάται από το κοινωνικό σύνολο ή αποτελεί «μόδα» στις περισσότερες των περιπτώσεων λειτουργεί ως κατευθυντήρια βάση των συμπεριφορών των ανθρώπων.

Ο κλάδος του έτοιμου και γρήγορου φαγητού (Fast Food) παρουσιάζει τα τελευταία χρόνια σημαντική εξέλιξη και ανάπτυξη. Σε αυτή την ανάπτυξη συντελούν διάφοροι παράγοντες, όπως οι αλλαγές στις συνθήκες διαβίωσης, οι αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες και προτιμήσεις, η άνοδος του βιοτικού επιπέδου, η επίδραση των ξένων καταναλωτικών προτύπων και ο ρόλος των Μ.Μ.Ε.

Μ' αυτό τον τρόπο λοιπόν τα Fast Food έχουν ενσωματωθεί τα τελευταία χρόνια στην κουλτούρα μας αλλά και στον «τρόπο ζωής» μας.

Έτσι, λοιπόν, τα Fast Food δεν αποτελούν μόνο χώρο εύρεσης γρήγορου φαγητού που καλύπτει την ανάγκη μας για την εξοικονόμηση χρόνου (στα εστιατόρια «γρήγορης τροφής», η τροφή, δηλαδή τα προπαρασκευασμένα τρόφιμα ψήνονται ή τηγανίζονται σε υψηλές θερμοκρασίες, ώστε να παραδοθούν στον καταναλωτή σε ελάχιστο χρόνο που συνήθως δεν ξεπερνά τα δέκα λεπτά) αλλά αποτελούν και έναν χώρο που προτιμούν οι γονείς να βγουν με τα παιδιά τους¹¹⁸.

Από την πλευρά βέβαια των μεγάλων αυτών πολυεθνικών είχε προβλεφθεί κάτι τέτοιο και γι' αυτό οι περισσότεροι ή σχεδόν όλοι απ' αυτούς τους χώρους διαθέτουν παιδότοπους (οι χώροι των fast food είναι ιδιαίτερα ελκυστικοί για παιδιά και νέους)¹¹⁹.

Οι χώροι αυτοί αποτελούν μια πολύ καλή λύση για τους γονείς – και περισσότερο γι' αυτούς που δεν διαθέτουν πολύ ελεύθερο χρόνο ή γι' αυτούς που δεν ενδιαφέρονται να δημιουργήσουν το φαγητό στο σπίτι τους – επειδή συνδυάζουν τόσο την έξοδο των παιδιών όσο και την παροχή τροφής ταυτόχρονα.

Επιπλέον, τα Fast Food αποτελούν χώρους στους οποίους μπορούν να έχουν πρόσβαση τα παιδιά. Επειδή, λοιπόν, τα παιδιά έως και την ηλικία των 12 ετών περίπου δεν παρευρίσκονται σε άλλους χώρους (καφετέριες κ.α.), τα fast Food αποτελούν μια, ίσως και την κυριότερη, από τις νομιμοποιημένες εξόδους του Σαββατοκύριακου.

Οι γονείς συχνά συνοδεύουν τα παιδιά τους σε τέτοιες εξόδους προκειμένου να συναντηθούν με τους φίλους τους και να αξιοποιήσουν «ευχάριστα» και «ξεκούραστα» τον ελεύθερο χρόνο τους.

Σ' αυτό το σημείο αξίζει να παρατεθεί ένα άρθρο του Δημήτρη Γρηγοράκη – Διαιτολόγου, Διατροφολόγου για το χώρο του Fast Food, το οποίο έχει δημοσιευτεί στο διαδίκτυο. Ο τίτλος του άρθρου είναι: Fast Food: Γευστική απειλή για τους εφήβους».

«Η ώρα θα ήταν γύρω στις δύο. Στο «fast food» της γειτονιάς παρατηρείται ασυνήθιστη κίνηση. Πρόσωπα νεαρά, σχολικές τσάντες, ηλικίες ως 14 ετών. Τελευταία τα παιδιά αποκαλούνται και ως γενιά των “fast food”. Δεν είναι καθόλου τυχαίος αυτός ο χαρακτηρισμός, αφού φαίνεται ότι τα παιδιά ζουν, τρώνε και διασκεδάζουν μέσα ή γύρω από τα fast food¹²⁰.

¹¹⁸ Παπαδοπούλου Αλεξάνδρα, «Το πραγματικό κόστος της «γρήγορης τροφής», Παιδιατρική, Ιούλιος – Σεπτέμβριος 2001, τεύχος 13: 275 - 279

¹¹⁹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 118

¹²⁰ iatronet, Γρηγοράκης Δημήτρης, 11/1/2003, «Fast food: Γευστική απειλή για τους εφήβους», http://www.iatronet.gr/HTMLpages/Mainpages/Diatrofi/DiatrofygiouAtom/igeia_diatrofi

Τι τρώνε; Προτηγανισμένες πατάτες, τηγανιτό φιλέτο ψαριού, κοτόπουλο (τύπου πανέ), μπιφτέκι αμφιβόλου ποιότητας, τηγανιτά αβγά, λουκάνικα και φυσικά άφθονη coca-cola. Αν εξαιρέσουμε το ψωμί που περιέχει ένα χάμπουργκερ και τις σαλάτες, τα άλλα είναι όλα για «πέταμα». Πολύ φτωχά σε θρεπτικά συστατικά, πολύ πλούσια όμως σε θερμίδες και βλαβερά οξέα. Τα τελευταία είναι υπεύθυνα για μελλοντικές εκδηλώσεις καρδιαγγειακών νοσημάτων και θέτουν σε κίνδυνο τη σημερινή υγεία των παιδιών μας¹²¹».

Επιπλέον, τα fast food περιέχουν γεύματα που ετοιμάζονται πρόχειρα και γρήγορα, τα οποία αποτελούν γρήγορες λύσεις τόσο για τα ίδια τα παιδιά όσο και για τους ίδιους τους γονείς τους, που ορισμένες φορές τα επιλέγουν εξαιτίας του περιορισμένου χρόνου τους.

Τα τρόφιμα αυτά περιέχουν γενικά, υψηλά επίπεδα σε λίπος και νάτριο και χαμηλά επίπεδα σε βιταμίνες και μέταλλα. Τα τρόφιμα περιέχουν μικρά ποσά ασβεστίου και βιταμίνης Α, αποτελούν φτωχές πηγές φυτικών ινών και η προσλαμβανόμενη ενέργεια είναι πολύ υψηλή συγκριτικά με τα προσλαμβανόμενα θρεπτικά συστατικά¹²².

Στατιστικές μαρτυρούν δραματική αύξηση της παχυσαρκίας στις ΗΠΑ και στην Ευρώπη, στην οποία αποδίδονται περισσότεροι από 300.000 θάνατοι στις ΗΠΑ κάθε χρόνο. Στα παιδιά και στους εφήβους, η συχνότητα της παχυσαρκίας έχει αυξηθεί κατά 39% σε σχέση με τη δεκαετία του 70. Σύμφωνα με πρόσφατες μελέτες, ποσοστό 13 – 36% των εφήβων ηλικίας 12 – 17 ετών είναι μέτρια παχύσαρκοι ενώ άλλο ποσοστό 4 – 12% παρουσιάζουν σοβαρή παχυσαρκία¹²³.

Ως γνωστόν, οι προδιαθεσικοί παράγοντες για τη μεγάλη αύξηση της παχυσαρκίας σε ενήλικες και παιδιά είναι η αύξηση της πρόσληψης θερμίδων και λίπους στις τροφές, κυρίως κορεσμένου λίπους και λιπαρών οξέων, η υπερκατανάλωση προϊόντων «γρήγορης τροφής» και μικρογευμάτων σε συνδυασμό με την καθιστική ζωή και την έλλειψη άσκησης¹²⁴.

Τα περισσότερα προϊόντα «γρήγορης τροφής» συσχετίζονται με την παχυσαρκία καθώς περιέχουν ιδιαίτερα αυξημένη ποσότητα θερμίδων και νατρίου, ενώ υπολείπονται σε ασβέστιο, σίδηρο, βιταμίνη Α, ριβοφλαβίνη και φολικό οξύ. Οι θερμίδες προέρχονται από το λίπος και τη ζάχαρη. Η ζάχαρη προστίθεται στα προϊόντα (π.χ. στις πατάτες), ώστε να διατηρούν τη γεύση τους κατά τη διάρκεια όλου του χρόνου. Η περιεκτικότητα των προϊόντων «γρήγορης τροφής» σε λίπη είναι ιδιαίτερα μεγάλη λόγω της ειδικής επεξεργασίας τους. Οι μπουκιές κοτόπουλου, για παράδειγμα, προέρχονται από πολυεπεξεργασμένο στήθος κοτόπουλου, το οποίο μετά τη σταθεροποίηση, την κατάψυξη και την επανθέρμανση, εμπλουτίζεται με προσμίξεις μύσχου με αποτέλεσμα η περιεκτικότητά του σε λίπος να είναι διπλάσια της περιεκτικότητας σε λίπος ίδιας ποσότητας χάμπουργκερ. Όσον αφορά τη σύσταση του προσλαμβανόμενου λίπους έχει υπολογιστεί ότι ποσοστό 30% του λίπους το οποίο περιέχεται στα προϊόντα «γρήγορης τροφής» αποτελείται από τρανς-λιπαρά οξέα, καθώς τα περισσότερα από αυτά τα προϊόντα μαγειρεύονται σε υδρογονωμένα λίπη. Η υπερκατανάλωση τρανς-λιπαρών οξέων καθώς και η εναπόθεση γραμμώσεων λίπους στα αγγεία προδιαθέτουν στην ανάπτυξη καρδιαγγειακών παθήσεων οι

¹²¹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 120.

¹²² Παπαδοπούλου Αλεξάνδρα, «Το πραγματικό κόστος της «γρήγορης τροφής», Παιδιατρική, Ιούλιος – Σεπτέμβριος 2001, τεύχος 13: 275 - 279

¹²³ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 122

¹²⁴ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 122

οποίες έχουν αναχθεί σε μείζονα προβλήματα της δημόσιας υγείας ευθυνόμενα για περίπου το 50% της ολικής θνησιμότητας¹²⁵.

Η επαρκής ενημέρωση των παιδιών για μια σωστή, ισοζυγισμένη διατροφή, επομένως, είναι εξαιρετικά σημαντική ούτως ώστε να διαφοροποιηθεί αν όχι ο τόπος τουλάχιστον ο τρόπος διατροφής των παιδιών.

Στην Ευρώπη στην οποία τα παιδιά καταναλώνουν κατά μέσο όρο ένα γεύμα «γρήγορης τροφής» την εβδομάδα, το πρόβλημα δεν έχει λάβει διαστάσεις. Στις ΗΠΑ ωστόσο, όπου προϊόντα «γρήγορης τροφής» σερβίρονται ακόμη και στις καντίνες των σχολείων, οι επιπτώσεις παρόμοιας διατροφικής πρακτικής στη θρέψη και την υγεία των παιδιών είναι ανησυχητικές, γι' αυτό και η ενημέρωση των καταναλωτών, καθίσταται επιβεβλημένη. Η επαρκής γνώση έχει ως στόχο την υγιεινότερη διατροφή ακόμη και στα εστιατόρια «γρήγορης τροφής» με την επιλογή γευμάτων χαμηλής θερμιδικής αξίας και αυξημένης περιεκτικότητας σε μέταλλα και ιχνοστοιχεία¹²⁶.

Είναι ευτυχές το γεγονός ότι τα τελευταία χρόνια έχει διαπιστωθεί η τάση για ενσωμάτωση στα μενού των περισσότερων εστιατορίων «γρήγορης τροφής» προϊόντα υγιεινής διατροφής (όπως σαλάτες, σούπες, ψητές πατάτες) αλλά και γεύματα χαμηλής θερμιδικής αξίας. Οι σαλάτες ή οι ψητές πατάτες περιέχουν «σύνθετους» υδατάνθρακες και φυτικές ίνες, τα οποία λείπουν από τα κλασικά προϊόντα «γρήγορης τροφής». Εάν λοιπόν περιοριστεί στο ελάχιστο η χρήση μαργαρίνης, μαγιονέζας, βουτύρου κ.α. και προστεθεί στο γεύμα, σαλάτα ή ψητή πατάτα, τότε περιορίζεται η προσλαμβανόμενη ποσότητα λίπους και ζάχαρης και αυξάνεται η ποσότητα προσλαμβανόμενων βιταμινών και μετάλλων από τον καταναλωτή¹²⁷.

Επομένως, η ενημέρωση των παιδιών αλλά και των οικογενειών τους για τη θρεπτική αξία των διαφόρων προϊόντων «γρήγορης τροφής» είναι απαραίτητη ούτως ώστε να αποφεύγονται τα προϊόντα τα οποία είναι πλούσια σε θερμίδες και τρανς-λιπαρά οξέα και να αντικαθίστανται από άλλα (φρέσκα φρούτα και λαχανικά) πλούσια σε ιχνοστοιχεία και μέταλλα.

¹²⁵ Παπαδοπούλου Αλεξάνδρα, «Το πραγματικό κόστος της «γρήγορης τροφής», Παιδιατρική, Ιούλιος – Σεπτέμβριος 2001, τεύχος 13: 275 - 279

¹²⁶ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 125

¹²⁷ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 125

3.7. Επίλογος

Ολοκληρώνοντας το τρίτο κεφάλαιο της μελέτης μας, πρέπει να επισημάνουμε ότι αν και μέχρι σήμερα δεν έχει με απόλυτη ακρίβεια εξηγηθεί γιατί αλλάζουν τόσο πολύ τα καταναλωτικά πρότυπα αλλά και γενικότερα η διατροφή των ανθρώπων, όπως διαμορφώνονται σε διεθνές επίπεδο, ωστόσο φαίνεται ότι η έντονη αστικοποίηση, η επαγγελματική χειραφέτηση των γυναικών και οι νέες τάσεις μόδας στο φαγητό έχουν οδηγήσει σε εμφανή αλλαγή νοοτροπίας στις διατροφικές συνήθειες, που αφορά τόσο τη σύνθεση όσο και τη χρονική διάρκεια των γευμάτων. Επιπλέον, οι συνθήκες εργασίας στα μεγάλα αστικά κέντρα και η ολοένα αυξανόμενη τάση για αύξηση του ελεύθερου χρόνου των ανθρώπων έχει προσαρμόσει σε νέες τεχνικές τη διατροφή τους (χρήση «έτοιμων φαγητών»)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ

Τα κυλικεία και η επίδρασή τους στη διαμόρφωση των διατροφικών συνηθειών στους μαθητές σχολικής ηλικίας

4.1. Εισαγωγή

Είδαμε λοιπόν ότι η διαμόρφωση σωστής διατροφικής συμπεριφοράς του παιδιού αποτελεί ένα από τα πιο σημαντικά θέματα υγείας. Εκτός από το ρόλο που διαδραματίζει η οικογένεια στην υιοθέτηση ή μη, υγιών διατροφικών συνηθειών, καθοριστική είναι και η επίδραση του σχολείου και συγκεκριμένα των κυλικείων, σχετικά με τη διάθεση υγιεινών ή μη προϊόντων. Συνεπώς στόχος του συγκεκριμένου κεφαλαίου είναι να διερευνηθεί κατά πόσο τα κυλικεία, τα οποία υπάρχουν σε κάθε σχολικό συγκρότημα διαθέτουν αφενός μεν ασφαλή, αφετέρου δε, υγιεινά παρασκευάσματα στα παιδιά.

4.2. Διαχείριση των σχολικών κυλικείων

Είναι γεγονός ότι σε κάθε σχολείο πρωτοβάθμιας ή δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης λειτουργεί κυλικείο για την κάλυψη των διατροφικών αναγκών των μαθητών. Η λειτουργία τους δηλαδή αποτελεί θεσμό. Τα είδη που πωλούνται καθορίζονται με κοινή Υπουργική απόφαση του ΥΠΕΠΘ και του Υπουργείου Υγείας και Πρόνοιας, ενώ οι τιμές των προϊόντων ορίζονται από σχετικές αγορανομικές διατάξεις. Με την έναρξη της κάθε σχολικής χρονιάς, οι διευθυντές των σχολείων καλούνται να λάβουν όλα εκείνα τα απαιτούμενα και ενδεικνυόμενα μέτρα για την άψογη λειτουργία των κυλικείων¹²⁸.

4.3. Το ΦΕΚ για τα κυλικεία

Για την επίτευξη της άψογης λειτουργίας των κυλικείων, εφαρμόζεται η παρακάτω εγκύκλιος με αριθμό Α2 γ/014/2087/95 ΦΕΚ 1362/ΤΒ'16-5-89, σύμφωνα με την οποία καθορίζονται ρητά τα τρόφιμα που επιτρέπεται να πωλούνται στα σχολικά κυλικεία και είναι τα ακόλουθα:

1. Σάντουιτς και τοστ
2. Σάντουιτς με τυρί.
3. Τοστ με τυρί και προσθήκη μαργαρίνης και ειδικών λαχανικών, όπως ντομάτα, μαρούλι κ.α.
4. Ψωμί ή ψωμάκια
5. Τυριά.
6. Ψωμί πολυτελείας σε συσκευασία
7. Κουλούρι
8. Σταφιδόψωμο σε ατομική συσκευασία.
9. Φρυγανιές σε ατομική συσκευασία.
10. Γάλα σε ατομική συσκευασία.
11. Φρούτα εποχής. Πλυμένα, τυλιγμένα σε σελοφάν.
12. Φυσικοί χυμοί φρούτων, χωρίς ζάχαρη.
13. Ξηροί καρποί σε μικρή συσκευασία.

¹²⁸ Πατρικόπουλος Ευάγγελος, «Τα κυλικεία και η επίδρασή τους στη διαμόρφωση των διατροφικών συνηθειών στους μαθητές σχολικής ηλικίας. Ανάλυση κινδύνου, κρίσιμα σημεία ελέγχου στα σχολικά κυλικεία», τμήμα Οικιακής Οικονομίας, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Αθήνα.

14. Τυρόπιτα, σπανακόπιτα, πολύ καλής ποιότητας.
15. Τσάι και λοιπά αφειρήματα (μόνο για το προσωπικό).

Τα προαναφερόμενα προϊόντα θεωρούνται τα πλέον ενδεδειγμένα για την προστασία της υγείας των μαθητών. Η ύπαρξη άλλων προϊόντων, διαφορετικών από τα παραπάνω συνιστά ουσιαστικά παράβαση της σχολικής εγκυκλίου με δικαίωμα καταγγελίας της λειτουργίας του κυλικείου.

Την ευθύνη για την τήρηση και πιστή εφαρμογή των κειμένων διατάξεων για τα κυλικεία και ιδιαίτερα εκείνων που αφορούν τη λειτουργία προβλεπόμενης επιτροπής ελέγχου για τη λειτουργία των σχολικών κυλικείων, έχουν οι προϊστάμενοι εκπαίδευσης καθώς και οι διευθυντές των σχολείων.

Η επιτροπή ελέγχου λειτουργίας του σχολικού κυλικείου αποτελείται από τα παρακάτω μέλη:

1. Τον Διευθυντή του σχολείου ή το νόμιμο αναπληρωτή του.
2. Ένα μέλος του συλλόγου γονέων και κηδεμόνων με τον αναπληρωτή του.
3. Ένα μέλος της σχολικής επιτροπής με τον αναπληρωτή του.
4. Ένα μέλος της μαθητικής κοινότητας με τον αναπληρωτή του.
5. Έναν εκπαιδευτικό του σχολείου με τον αναπληρωτή του.

Έργο της επιτροπής είναι ο έλεγχος της ομαλής λειτουργίας του κυλικείου και η εφαρμογή από αυτό των προβλεπόμενων αποφάσεων που αφορούν τα διατιθέμενα προϊόντα, έτσι όπως ορίζονται στο ΦΕΚ (Τβ' /362/89 και 216/94).

Σε πολλά σχολικά συγκροτήματα τη διαχείριση του κυλικείου αναλαμβάνει η καθαρίστρια του σχολείου, ύστερα βέβαια από την ανάλογη διεξαγωγή διαγωνισμού.

Απαγορεύεται όμως να φροντίζει την καθαριότητα του σχολείου κατά τη διάρκεια του ωραρίου λειτουργίας του κυλικείου, η οποία πρέπει να γίνεται πριν ή μετά τη λειτουργία του.

Ο διαχειριστής του κυλικείου οφείλει να τηρεί με τη μέγιστη αυστηρότητα την Υγειονομική Διάταξη: Α, Β/8.577/83 ΦΕΚ 526/83 ΓΒ' καθώς και Κ.Υ. Α2γ/2087/89 ΦΕΚ 362/89ΤΒ', όπως αυτή τροποποιήθηκε με την 7-8/0/93/18-3 94 ΦΕΚ 216/1974 Τ.Β.¹²⁹.

4.4. Η επίδραση των κυλικείων στη διαμόρφωση των διατροφικών συνηθειών στους μαθητές Δημοτικού

Είναι αναμφισβήτητα αποδεκτό το γεγονός της θετικής επίδρασης των κυλικείων στη διαμόρφωση διατροφικών συνηθειών, όταν η διάθεση των προϊόντων ακολουθεί την ανωτέρω εγκύκλιο διάταξη. Η άσπogie λειτουργία των κυλικείων βοηθά το μαθητή να αποκτήσει σωστή αντίληψη, στάση περί διατροφής, πάντοτε βέβαια σε συσχέτιση με τις διατροφικές αρχές της οικογένειάς του.

Όμως έρευνα του INKA, που δημοσιεύτηκε στο Flashcare αναφέρει ότι το 89% των σχολικών κυλικείων διαθέτει προς πώληση απαγορευμένα προϊόντα, καθώς και προϊόντα τα οποία πολλές φορές έχουν λήξει. Το ποσοστό των παιδιών το οποίο καταναλώνει απαγορευμένα προϊόντα, όπως γαριδάκια, σοκολάτες κ.α. ανέρχεται στο 81%. Η υπερκατανάλωση τέτοιων προϊόντων κατά τη σχολική ηλικία είναι πιθανό να

¹²⁹ Πατρικόπουλος Ευάγγελος, «Τα κυλικεία και η επίδρασή τους στη διαμόρφωση των διατροφικών συνηθειών στους μαθητές σχολικής ηλικίας. Ανάλυση κινδύνου, κρίσιμα σημεία ελέγχου στα σχολικά κυλικεία», τμήμα Οικιακής Οικονομίας, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Αθήνα.

συμβάλλει στην εμφάνιση διαταραχών, όπως ραχίτιδα, διαρροϊκές κενώσεις καθώς και υποθυρεοειδισμό εξαιτίας της ανεπάρκειας ιωδίου¹³⁰.

Τα γαριδάκια και τα συναφή σνακς τα οποία είναι ιδιαίτερα δημοφιλή στα παιδιά μπορεί να προκαλέσουν εξανθήματα μέχρι και σοβαρές βλάβες του νευρικού συστήματος. Η χρήση αναψυκτικών τύπου light, που περιέχουν γλυκαντικές ουσίες έχουν συσχετιστεί με καρκινογενέσεις και γι' αυτό το λόγο έχουν απαγορευτεί στις ΗΠΑ και την Αγγλία. Τέλος, στην πλειονότητα τους οι σοκολάτες και οι γκοφρέτες συμβάλλουν στην πιθανότητα εμφάνισης βραχυπρόθεσμων ή μακροπρόθεσμων οργανικών βλαβών¹³¹.

Όμως παρά την μακροχρόνια επίδραση που έχει η κατανάλωση τέτοιων προϊόντων, τα κυλικεία εξαιτίας της αλόγιστης κερδοσκοπίας δεν τηρούν τους κανόνες της εγκυκλίου. Συναφές με το θέμα αυτό είναι το άρθρο της Τάνιας Κυριακίδου – προέδρου της Ελληνικής Καταναλωτικής Οργάνωσης, το οποίο έχει δημοσιευτεί στην εφημερίδα «Ελευθεροτυπία» και αναφέρει ότι αν οι κυλικειάρχες είχαν κάποια ιδιαίτερη σχέση με το σχολείο και δεν ήταν απλώς έμποροι που πλειοδοτούν σ' ένα διαγωνισμό, πιθανότατα να ενδιαφέρονταν περισσότερο για τη διάθεση υγιεινών προϊόντων¹³².

4.5. Επίλογος

Το συμπέρασμα το οποίο διεξάγεται από την ανάλυση του συγκεκριμένου κεφαλαίου είναι ότι τα κυλικεία στην πλειονότητά τους διαθέτουν απαγορευμένα προϊόντα, τα οποία θεωρούνται επιβλαβή για την υγεία των μαθητών. Όμως τα κυλικεία δεν λειτουργούν μεμονωμένα αλλά εντάσσονται στο σχολικό συγκρότημα. Οι διευθυντές και οι δάσκαλοι, καθώς και η Πρωτοβάθμια Εκπαίδευση επιβάλλεται να είναι ευαισθητοποιημένοι σε ότι αφορά τη διατροφική στάση των μαθητών. Θεωρείται δηλαδή επιβεβλημένο το κυλικείο του σχολείου να αποτελεί εκπαιδευτικό πρότυπο επιλογής προϊόντων υγιεινής διατροφής.

¹³⁰ Care.flash.gr, INKA, 2002, «Το χαρτζιλίκι αιτία για επικίνδυνα διατροφικά πρότυπα», <http://care.flash.gr/mag/topic/?id=6206>

¹³¹ Μπίτσικα Π, «Τρώμε πέντε κιλά συντηρητικά τον χρόνο», http://tovima.dolnet.gr/demo/owa/tobhma.print_print_unique:exBF=13623=A288aa=1&cookie

¹³² Care.flash, Τάνια Κυριακίδου, 16/10/02, «Καταγγέλεις για κυλικεία» <http://care.flash.gr/mag/topic/>id=707>

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ

Η στάση των γονέων απέναντι στην προβολή διατροφικών μηνυμάτων από τα Μ.Μ.Ε.

5.1. Εισαγωγή

Σκοπός της συγκεκριμένης ενότητας είναι να επιχειρηθεί η ανάλυση της στάσης των γονιών απέναντι στην παρακολούθηση τηλεοπτικών προγραμμάτων από τα παιδιά και πως αυτή μπορεί να σχετίζεται με τις διατροφικές συνήθειες των τελευταίων.

5.2. Γονείς και Μ.Μ.Ε

Η τηλεθέαση αποτελεί πραγματικότητα για τα παιδιά του σήμερα και η επίδραση που ασκεί είναι συνάρτηση του χρόνου που διατίθεται και του είδους των προγραμμάτων που παρακολουθούνται¹³³.

Από την κλασική μελέτη των Nilsen και των συνεργατών του στις ΗΠΑ προέκυψε ότι η τηλεθέαση αρχίζει ήδη απ' την ηλικία των 2,5 ετών και σύντομα γίνεται η κυριότερη ξεκούραστη απασχόληση του παιδιού¹³⁴.

Η επίδραση της τηλεόρασης, στη ζωή των παιδιών εκφράζεται μέσα από τα ρούχα που φορούν, τα παιχνίδια που παίζουν, τους ήρωες με τους οποίους ταυτίζονται και με τα προϊόντα που επιλέγουν για τη διατροφή τους, από πολύ μικρές ηλικίες.

Οι πρώτες έρευνες σχετικά με την τηλεθέαση, που υπάρχουν, εστιάζονται κυρίως στις επιδράσεις του τηλεοπτικού μηνύματος πάνω στη συμπεριφορά των παιδιών. Οι έρευνες αυτές έδειξαν ότι το παιδί δεν είναι παθητικός δέκτης των τηλεοπτικών μηνυμάτων, όπως παλαιότερα πιστευόταν, αλλά επεξεργάζεται μηνύματα που δέχεται και αντιδρά ανάλογα με το κοινωνικοπολιτιστικό του περιβάλλον, τις πνευματικές του ικανότητες και το γνωσιολογικό του υπόστρωμα¹³⁵.

Τα διάφορα λοιπόν διαφημιστικά μηνύματα, αποτελούν ένα ισχυρό μέσο για τη διαμόρφωση στάσεων κυρίως στις νέες ηλικίες και στα παιδιά. Ο συμπεριφορισμός παρουσιάζει ένα πρότυπο μάθησης, σύμφωνα με το οποίο οι στάσεις του ατόμου διαμορφώνονται, τόσο από τα ερεθίσματα, όσο και από τις ενισχύσεις του περιβάλλοντος. Αν για παράδειγμα οι διαφημίσεις προβάλλουν κάποιο προϊόν, το αναμενόμενο αποτέλεσμα θα είναι η αλλαγή των στάσεων των νοικοκυριών με την επακόλουθη αλλαγή της συμπεριφοράς τους, αφού θα τρέξουν να αγοράσουν το προϊόν αυτό¹³⁶.

Έτσι παρόμοια μέσα απ' την τηλεόραση η διαφήμιση επηρεάζει τις προτιμήσεις των παιδιών για καταναλωτικά αγαθά. Όταν οι γονείς δεν εξηγήσουν στα παιδιά ότι οι διαφημίσεις υπερβάλλουν για να πείσουν τον πομπό – καταναλωτή να αγοράσει το δικό τους προϊόν, τα παιδιά πιστεύουν κατά γράμμα το διαφημιστικό μήνυμα. Έτσι νομίζουν ότι πίνοντας τη συγκεκριμένη μάρκα γάλακτος θα γίνουν πολύ δυνατά ή ότι η τάδε σοκολάτα είναι πράγματι η καλύτερη της αγοράς.

¹³³ Φεσσάτου Σ, Πετρίδου Ε, Δεσύπρης Ν, Φλυτζάνη Β, Καρπάθιος Θ, «Τηλεόραση: ωφελεί ή βλάπτει τον ελεύθερο χρόνο του παιδιού;», Παιδιατρική, τόμος 52, τεύχος 5, 379 – 386, Σεπτέμβριος – Οκτώβριος 1999

¹³⁴ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 133.

¹³⁵ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 133.

¹³⁶ Γεώργας Δ, «Κοινωνική Ψυχολογία, τόμος α', Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1995

Η στάση των γονέων στη διάρκεια παρακολούθησης της τηλεόρασης από τα παιδιά αποδεικνύεται καθοριστική. Η στρατηγική να «στιγματίσουν» τη συγκεκριμένη δραστηριότητα ενδέχεται να οδηγήσει στο αντίθετο αποτέλεσμα. Η επίδειξη αδιαφορίας μπορεί να ερμηνευτεί από τα παιδιά ως απόρριψη του ενδιαφέροντός τους. Η ενεργή συμμετοχή με κριτικό πνεύμα στο περιεχόμενο αυτού του είδους ψυχαγωγίας είναι ίσως η πιο ενδεδειγμένη στάση. Οι γονείς πρέπει να δέχονται την ανάγκη των παιδιών για ψυχαγωγία μέσα από την τηλεόραση ενώ ταυτόχρονα να θέτουν όρια στην παιδαγωγική τους στάση και να τα οδηγούν και στη σωστή ενημέρωση για σωστές τροφές, τροφές πλούσιες σε βιταμίνες μέσα από τα κατάλληλα διαφημιστικά μηνύματα¹³⁷.

5.3 Επίλογος

Συνεπώς σε σχέση με όλα τα παραπάνω το συμπέρασμα που μπορεί να αναχθεί είναι ότι η τηλεόραση είναι ένα μέσο που επηρεάζει έντονα, κατά θετικό ή αρνητικό τρόπο, τη ζωή των παιδιών και η σωστή ενημέρωση και καθοδήγηση των παιδιών από τους γονείς τους μπορεί να συμβάλλει ουσιαστικά στην προάσπιση και στη διαφύλαξη της πνευματικής και σωματικής υγείας τους.

Ωστόσο ο εκρηκτικός συνδυασμός έλλειψης χρόνου των γονέων, έλλειψης χώρων παιχνιδιού, απουσίας επικοινωνίας παιδιών – γειτόνων και η καθιέρωση της τηλεόρασης ως «ηλεκτρονικής baby sitter» καθιστούν την παιδική τηλεοληψία το σημαντικότερο παράγοντα απασχόλησης, ψυχαγωγίας και διαπαιδαγώγησης των παιδιών¹³⁸.

Όπως προκύπτει από μελέτη, τα παιδιά ηλικίας 9 – 14 ετών βλέπουν τηλεόραση κατά μέσο όρο δύο ώρες την ημέρα. Η κατανάλωση σνακς και κατά συνέπεια η πρόσληψη «άχρηστων θερμίδων», σχετίζεται θετικά με τις ώρες τηλεθέασης και αυξάνει καθώς μεγαλώνει η ηλικία του παιδιού. Συγκεκριμένα η κατανάλωση σνακς μειώνεται κατά 18% το έτος καθώς αυξάνεται η ηλικία του μαθητή και σχεδόν διπλασιάζεται όταν αυξάνεται ο χρόνος ημερήσιας τηλεθέασης κατά μία ώρα. Τα παιδιά της ανώτερης κοινωνικοοικονομικής τάξης κάνουν μικρότερη κατανάλωση σνακς, σε σχέση με τα παιδιά κατώτερης κοινωνικοοικονομικής τάξης. Ως προς τη συσχέτιση με την τηλεθέαση υπάρχει συμφωνία των ερευνητών. Η συσχέτιση του βαθμού κατανάλωσης σνακς με τις ώρες τηλεθέασης, διαφαίνεται και από τα ποσοστά παχυσαρκίας που έχουν συχνότερα τα παιδιά με ιστορικό πολλών ωρών τηλεθέασης. Σύμφωνα με έρευνα του Dietz, σε παιδιά ηλικία 12 – 17 ετών η επίπτωση της παχυσαρκίας αυξάνεται κατά 2% κάθε πρόσθετη ώρα παρακολούθησης της τηλεόρασης¹³⁹.

¹³⁷ Φεσσάτου Σ, Πετρίδου Ε, Δεσύπρης Ν, Φλυτζάνη Β., Καρπάθιος Θ, «Τηλεόραση: ωφελεί ή βλάπτει τον ελεύθερο χρόνο του παιδιού;», Παιδιατρική, τόμος 52, τεύχος 5, 379 – 386, Σεπτέμβριος – Οκτώβριος 1999

¹³⁸ Care magazine, INKA, 2001 «Τι τρώνε τα παιδιά μας» file://localhost/B:/INKA.htm

¹³⁹ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 137.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΚΤΟ

Διατροφή και Αγωγή Υγείας

6.1 Εισαγωγή

Τα τελευταία πενήντα μεταπολεμικά χρόνια, στη Δυτική Ευρώπη, ραγδαίες δημογραφικές αλλαγές έχουν επιδράσει στο θεσμό της οικογένειας, στο ρόλο της γυναίκας στην οικογένεια και στην κοινωνία, οδηγώντας σε περισσότερες συναισθηματικές επενδύσεις, προσδοκίες και απαιτήσεις των γονιών από τα παιδιά που επιθυμούν να αποκτήσουν. Αυτή η εικόνα, η οποία συνεχώς εξελίσσεται και μεταβάλλεται, σε συνδυασμό με νέα κοινωνικά και οικονομικά προβλήματα στην «εν εξελίξει» Ευρώπη, έχουν θέσει την οικογένεια στο μάτι του κυκλώνα. Η οικογένεια δεν μπορεί από μόνη της να καταφέρει αυτά που παλαιότερα ήταν ευθύνη της συγγενικής ομάδας, της γειτονιάς, της κοινότητας¹⁴⁰.

Οι αλλαγές αυτές έχουν οδηγήσει σε νέες ανάγκες, η αντιμετώπιση των οποίων αναδεικνύει την ανάγκη για πρωτογενή πρόληψη στον τομέα των κοινωνικών επιστημών ή για πρωτοβάθμια φροντίδα στον τομέα της υγείας.

6.2 Τι είναι Υγεία

Πρωταρχικός σκοπός κάθε πολιτικής υγείας, είναι αφενός μεν η συμβολή της στον «εξοπλισμό» κάθε ατόμου με τα απαραίτητα εφόδια, για μια υπεύθυνη και ολοκληρωμένη ζωή, αφετέρου δε να συμβάλλει στη διαμόρφωση τέτοιων συνθηκών, που καθιστούν δυνατή μια τέτοια προοπτική¹⁴¹.

Το δικαίωμα στη ζωή στηρίζεται αρχικά στην εξασφάλιση του μεγαλύτερου ανθρώπινου αγαθού, που είναι η υγεία. Βέβαια η εξασφάλιση του συγκεκριμένου αγαθού καθορίζεται αποφασιστικά από τις κοινωνικές συνθήκες καθώς και απ' τις θετικές ή αρνητικές επιδράσεις που δέχεται κάθε άτομο στην κρίσιμη ηλικία της ανάπτυξης. Επομένως η γνώση και η ανάλογη τροποποίηση της συμπεριφοράς του ατόμου είναι το κλειδί για την πρόληψη.

Η μετάδοση των απαραίτητων γνώσεων γύρω από το θέμα της «υγείας» αποτελεί προϋπόθεση για κάθε άτομο, ώστε να μπορεί να χαράζει υπεύθυνα τη ζωή του και να αποφασίζει γνωρίζοντας τις συνέπειες ή τις δυνατότητες των επιλογών του σε ότι αφορά τη σωματική και ψυχική του υγεία (να τρέφεται δηλαδή υγιεινά, να γνωρίζει κινδύνους για την υγεία του).

Η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (ΠΟΥ) με αφετηρία τις απόψεις του Sigerist διαμόρφωσε το 1948 το δικό της ορισμό που αποτελεί σήμερα την επικρατέστερη και πιο γνωστή προσέγγιση για τον προσδιορισμό της υγείας. Σύμφωνα με την ΠΟΥ, υγεία είναι η κατάσταση της πλήρους σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι η απουσία της αρρώστιας ή της αναπηρίας¹⁴².

6.3 Προσδιοριστικοί παράγοντες του επιπέδου υγείας

¹⁴⁰ Αγάθωνος – Γεωργοπούλου Ελένη, «Ο παιδίατρος και τα δικαιώματα του παιδιού», αναδημοσίευση, Παιδιατρική, 97 – 100, 2000

¹⁴¹ Τριάδη, Διαμάντω, Βελεντζάς Δημήτριος, «Θέματα Διατροφής – Διαιτολογίας», ΤΕΕ (Τομέας Υγείας Πρόνοιας), ΟΕΔΒ, Αθήνα.

¹⁴² Βλέπε, ό.π. Υποσ. 141.

Η υγεία όπως έχει προαναφερθεί αποτελεί έναν απ' τους ουσιαστικότερους παράγοντες ευημερίας, συμβάλλοντας ουσιαστικά στη βελτίωση του επιπέδου της κοινωνικοοικονομικής ανάπτυξης μιας χώρας.

Το επίπεδο υγείας του πληθυσμού σήμερα είναι γενικά παραδεκτό ότι επηρεάζεται από ένα σύνολο παραγόντων (κοινωνικοοικονομικών, περιβαλλοντικών, υγειονομικών, δημογραφικών) σημαντικότεροι των οποίων είναι:

- Το εισόδημα και ο τρόπος κατανομής (σε άτομα με χαμηλά και υψηλά εισοδήματα, υπάρχει διαφορά εφτά ετών στο προσδόκιμο όριο επιβίωσης).
- Οι κλιματολογικές συνθήκες
- Η διατροφή που φθάνει σήμερα στα επίπεδα υπερσιτισμού, σε συνδυασμό με την καθιστική ζωή ενοχοποιούνται για την αύξηση των καρδιαγγειακών και όχι μόνο νοσημάτων.
- Το εκπαιδευτικό και μορφωτικό επίπεδο
- Ο τρόπος ζωής
- Το επίπεδο κοινωνικοοικονομικής ανάπτυξης.
- Οι κοινωνικές σχέσεις.
- Το επίπεδο διαταραχής της οικολογικής ισορροπίας.
- Οι συνθήκες εργασίας
- Η ποιότητα κατοικίας
- Η ποιότητα ιατροφαρμακευτικής και νοσοκομειακής περίθαλψης.¹⁴³

6.4 Η έννοια της «Αγωγής Υγείας»

Αγωγή υγείας είναι η εκπαιδευτική διαδικασία, η οποία αποσκοπεί στη διαμόρφωση προτύπων συμπεριφοράς που προάγουν τη σωματική, ψυχική, πνευματική και κοινωνική ευεξία¹⁴⁴.

Όμως η προσπάθεια προασπίσεως και προαγωγής υγείας απαιτεί την ευεργετική συμμετοχή του κάθε ατόμου. Η συμμετοχή αυτή σχετίζεται με την εκδήλωση της υπευθυνότητας του ατόμου τόσο απέναντι στον εαυτό του όσο και στο κοινωνικό σύνολο. Η υπευθυνότητα προϋποθέτει ελεύθερη εκλογή και απόφαση για υλοποίηση πράξεων, δηλαδή συνείδηση του σκοπού και γνώση για συγκεκριμένους στόχους.¹⁴⁵

6.5. Αγωγή Υγείας: Επίσημη (Formal) και ανεπίσημη (Informal)

Η οπτική θεώρηση, που ενδιαφέρει την παρούσα μελέτη προσεγγίζει την αγωγή υγείας από την πλευρά της σωστά δομημένης διατροφικής πολιτικής των παιδιών – εφήβων, ώστε να προάγεται η υγεία τους. Κρίνεται άρα σημαντικό να αναφερθούμε στα δύο είδη αγωγής υγείας, που μπορούν να συνυπάρξουν.

Έτσι η Επίσημη Αγωγή Υγείας (formal) αναφέρεται στην ύπαρξη οργανωμένων προγραμμάτων από φορείς, που έχουν σχέση με την εκπαίδευση και την υγεία και απευθύνονται σε άτομα, οικογένειες, κοινότητα. Κύριος στόχος είναι η γεφύρωση της επιστημονικής γνώσης με τις απόψεις του πληθυσμού, έτσι ώστε τα άτομα να μπορέσουν να τροποποιήσουν τη συμπεριφορά τους με απώτερο στόχο τη βελτίωση της υγείας. Ενώ η Ανεπίσημη Αγωγή Υγείας (informal), αναφέρεται στη

¹⁴³ Χλιαουτάκης Γιάννης, «Πρότυπα Προαγωγής Υγείας» Διδακτικές σημειώσεις, Σχολή ΣΕΥΠ, ΤΕΙ Κρήτης, Ηράκλειο 2002.

¹⁴⁴ Χαραλάμπους Γ, «Διατροφικές συνήθειες των μαθητών Γυμνασίου – Λυκείου», Τμήμα Οικιακής Οικονομίας, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Αθήνα 2001

¹⁴⁵ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 144

μετάδοση εμπειρικών γνώσεων στην οικογένεια, κοινότητα μέσω γονέων, συγγενών, φίλων. Ο χαρακτήρας της είναι περισσότερο μορφωτικός παρά επιστημονικός¹⁴⁶.

6.6 Στόχος της Αγωγής Υγείας

Κύριος στόχος της αγωγής υγείας είναι η ομάδα του νεανικού πληθυσμού και αυτό διότι βρίσκεται στη διαμόρφωση προτύπων συμπεριφοράς και τρόπου ζωής.

Η διατροφική αγωγή υγείας, φαίνεται ότι σήμερα θα έπρεπε να αποτελεί μέρος της αγωγής υγείας στο σχολείο, γιατί πλέον είναι τεκμηριωμένο, ότι η σωστή διατροφική πολιτική κατέχει κυρίαρχη θέση στη σωματική και ψυχική ανάπτυξη.

Έτσι η διαμόρφωση υγιών διατροφικών συνηθειών του νεανικού πληθυσμού, θα καθορίσει τελικά και την υγεία των ενηλίκων¹⁴⁷.

6.7 Διατροφική Αγωγή

Σύμφωνα με τα τρέχοντα επιστημονικά δεδομένα και την εμπειρία διεθνών συναντήσεων ομάδων εργασίας στην Ελλάδα αλλά και στον ευρύτερο Ευρωπαϊκό χώρο, προτάθηκε και εφαρμόστηκε σχετικά με τη διατροφική αγωγή μια σύγχρονη μεθοδολογία, παιδοκεντρικής προσέγγισης με τη συνεργασία οικογένειας – σχολείου και ευρύτερης κοινότητας.

Οι εκπαιδευτικοί με τη συμπαράσταση των λειτουργών υγείας έχουν τη δυνατότητα να αξιοποιήσουν τη διατροφική αγωγή στον κεντρικό άξονα της προαγωγής και αγωγής υγείας, λαμβάνοντας βέβαια υπόψη τη σπουδαιότητα των παραγόντων: αυτοεκτίμησης, την ατομική ταυτότητα, τα συναισθήματα του παιδιού, που το καθιστούν ικανό να:

- Αναγνωρίζει και να ερμηνεύει παράγοντες (κοινωνικοοικονομικό – πολιτισμικούς) που επηρεάζουν την επιλογή τροφίμων και διατροφικών προτύπων.
- Κατανοεί και να αντιλαμβάνεται τη σχέση διατροφής και υγείας.
- Επιλέγει τις ομάδες τροφίμων που εξασφαλίζουν την προαγωγή υγείας¹⁴⁸.

Είναι γεγονός ότι οι σύγχρονες διαιτητικές τάσεις των αναπτυγμένων χωρών και ο άμεσος συσχετισμός αυτών με τη νοσολογία της εποχής, οδήγησαν πολλά κράτη στην υλοποίηση εκπαιδευτικών προγραμμάτων σε θέματα διατροφής.

Το σχολείο, αναμφισβήτητα αποτελεί έκφραση μιας συλλογικής βούλησης για μετάδοση απ' τη μια γενιά στην άλλη, γνώσεων, ικανοτήτων και στάσεων ζωής και συσχετίζεται άμεσα με τη διατροφική αγωγή των παιδιών.

Σημαντικός είναι ο ρόλος του δασκάλου που εκτός από την παροχή γνώσεων πάνω στα γνωστικά αντικείμενα, πρέπει να αποτελεί για τα παιδιά «πρότυπο», για μια σωστή υγιεινή διατροφή. Τα παιδιά σ' αυτή την ηλικία, όπου διαμορφώνεται η προσωπικότητά τους, με την κατάλληλη ενημέρωση μπορούν να υιοθετούν υγιείς διατροφικές συνήθειες.

Βέβαια η προσπάθεια του δασκάλου ίσως δεν έχει αποτέλεσμα, χωρίς τη συμβολή της οικογένειας. Συνεπώς το σχολείο και το οικογενειακό περιβάλλον βρίσκονται σε άμεση αλληλεξάρτηση, σχετικά με το θέμα που αναλύθηκε παραπάνω.

¹⁴⁶ Χαραλάμπους Γ, «Διατροφικές συνήθειες των μαθητών Γυμνασίου – Λυκείου», Τμήμα Οικιακής Οικονομίας, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Αθήνα 2001

¹⁴⁷ Βλέπε, ό.π. Υποσ. 146

¹⁴⁸ Πολυχρονόπουλος Ε, «Διατροφική Αγωγή – Σύγχρονη Μεθοδολογία και Παράδοση», Νέα Υγεία, Τεύχος 28: 8-10, Απρίλιος – Ιούνιος, 2000

Ειδικότερα, η διατροφική αγωγή στο σχολείο έχει ως αντικειμενικό στόχο την παροχή πληροφοριών και απόκτηση γνώσεων, που αφορούν τους κανόνες σωστής διατροφής. Στο παράρτημα της πτυχιακής εργασίας παρατίθεται περίληψη της μελέτης στην οποία παρουσιάζονται τα αποτελέσματα προγράμματος «αγωγής υγείας» μετά από τρία χρόνια εκπαιδευτικής παρέμβασης στα δημοτικά σχολεία της Κρήτης, από την επιστημονική ομάδα του Αντώνη Καφάτου¹⁴⁹.

Σκοπός της μελέτης ήταν να βελτιωθούν με κατάλληλη εκπαιδευτική παρέμβαση, οι γνώσεις, η στάση και η συμπεριφορά των μαθητών σε θέματα υγείας, διατροφής και σωματικής άσκησης αλλά και των γονέων. Η προσπάθεια εφαρμογής του προγράμματος αγωγής υγείας ξεκίνησε στην Κρήτη, το 1992 με τη συμμετοχή των μαθητών που γράφτηκαν στην πρώτη τάξη του δημοτικού σχολείου στους νομούς Ηρακλείου και Ρεθύμνου.

Πριν την εφαρμογή της παρέμβασης εκτιμήθηκαν οι γνώσεις για την υγεία, οι διαιτητικές συνήθειες, η φυσική δραστηριότητα, οι δείκτες παχυσαρκίας και φυσικής κατάστασης και έγιναν εργαστηριακές εξετάσεις.

Οι σημαντικές αλλαγές που επιτεύχθηκαν στη μελέτη, σε σχέση με άλλες μελέτες, στους δείκτες παχυσαρκίας και τις λιποπρωτεΐνες του ορού ίσως θα πρέπει να αποδοθούν σ' ένα βαθμό στις αλλαγές στις συνήθειες της διατροφής, οι οποίες άφηναν σημαντικά περιθώρια βελτίωσης. Σημαντικός παράγοντας για τα θετικά αποτελέσματα της μελέτης ήταν και η συμμετοχή των γονέων και οικογενειών στο πρόγραμμα, αποδεικνύοντας άλλη μια φορά ότι η οικογένεια παίζει σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση διατροφικών συνηθειών.

¹⁴⁹ Καφάτος, Γαλανάκη, Χατζής, Μανιός, «Αξιολόγηση προγράμματος «Αγωγή Υγείας» μετά από τρία χρόνια Εκπαιδευτικής παρέμβασης στα δημοτικά σχολεία Κρήτης», Παιδιατρική, 61: - 483 – 497, 1998

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΒΔΟΜΟ

Διατροφική Πολιτική

7.1 Εισαγωγή

Καθώς η ανθρωπότητα βαδίζει την πρώτη δεκαετία του εικοστού πρώτου αιώνα, η αντιμετώπιση των προβλημάτων που σχετίζονται με το μέλλον της διατροφής, γίνεται ολοένα και πιο δύσκολη καθώς νέα προβλήματα δημιουργούνται στη θέση παλαιών τα οποία λύθηκαν είτε οριστικά είτε προσωρινά.

Η διατροφή δεν μπορεί να στηριχθεί στα τρόφιμα «χάπια» ή στις «συμπυκνωμένες τροφές» και απ' την άλλη «οι οροί» δεν μπορούν να αποτελέσουν το καθημερινό μας γεύμα. Ταυτόχρονα είναι πολύ δύσκολο στο άμεσο μέλλον ο άνθρωπος να δαπανά μεγάλα διαστήματα της ημέρας για να παρασκευάζει τα γεύματά του, καθώς ο ελεύθερος χρόνος είναι πολύ μικρότερος απ' τον εργάσιμο.

Ήδη σε διεθνή κλίμακα «οι παιδικές τροφές» γίνονται αποδεκτές παρά τις επικρίσεις κάποιων σχετικά με την ανάπτυξη του παιδιού. Η χρήση των κατεψυγμένων και γενικά συντηρημένων τροφών γίνεται καθημερινή.

Πρόσφατα έχει αρχίσει να εμφανίζεται η τάση από κάποιες κοινωνίες για την απόρριψη όλων των συντηρημένων και πλούσιων σε χημικά πρόσθετα τροφίμων και η αναζήτηση αν θα μπορούσε να πει κανείς «αγνών τροφών». Έτσι, είναι άμεση η ανάγκη για την εφαρμογή μιας σωστής διατροφικής πολιτικής στα πλαίσια της ευρύτερης κοινωνικής πολιτικής που θα βοηθήσει στην επίτευξη του παραπάνω στόχου που μόλις αναφέρθηκε.

7.2 Ορισμός διατροφικής πολιτικής

Η διατροφική πολιτική ορίζεται σαν ένα σύνολο μέτρων οικονομικών, τεχνικών, αναπτυξιακών, νομοθετικών, εκπαιδευτικών, που αποβλέπουν στην εναρμόνιση της παραγωγής, διάθεση και κατανάλωσης τροφίμων με τις διατροφικές ανάγκες του πληθυσμού με βασικό κριτήριο τη διασφάλιση και προαγωγή υγείας σύμφωνα με τις συστάσεις και τις κατευθύνσεις που υποδεικνύουν τα επιστημονικά γεγονότα.

Η άσκηση της διατροφικής πολιτικής συνίσταται σε συντονισμένες προσπάθειες από διάφορους κλάδους της επιστήμης της Διατροφής και της Διαιτολογίας και από επιστήμονες συναφών κλάδων της επιστήμης¹⁵⁰.

7.3 Μέτρα για την εφαρμογή μιας Διατροφικής Πολιτικής

Οι παρεμβάσεις που πρέπει να υιοθετηθούν προκειμένου να επιτευχθούν οι γενικότεροι διατροφικοί στόχοι εξαρτώνται άμεσα τόσο απ' τις εθνικές όσο και απ' τις τοπικές ιδιαιτερότητες μιας κοινωνίας. Δεν υπάρχει δηλαδή ένα ενιαίο σύνολο προτάσεων που θα ακολουθηθούν αλλά περισσότερο μπορεί να περιγραφεί ένα γενικό πλαίσιο που θα σκιαγραφεί τις καταλληλότερες κατηγορίες μέτρων.

Τα μέτρα που μπορούν να έχουν κάποια επίδραση στην υιοθέτηση υγιών διατροφικών συνηθειών του πληθυσμού, ταξινομούνται σε τρεις κατηγορίες από τις οποίες μόνο η τρίτη κατά σειρά θα αναλυθεί καθώς είναι αυτή που ενδιαφέρει την παρούσα μελέτη.

¹⁵⁰ Ζηλίδης Χρήστος, «Διατροφή και Δημόσια Υγεία», Εκδόσεις University Studio Press, Θεσσαλονίκη, 1995

Έτσι στην πρώτη ανήκουν εκείνα τα μέτρα που επηρεάζουν τη διαθεσιμότητα και την κατανάλωση τροφίμων, στη δεύτερη ανήκουν τα μέτρα που επηρεάζουν την επίδραση τροφίμων στην υγεία και στην τρίτη κατηγορία αναφέρονται τα μέτρα που αφορούν στη γνώση, από μέρους του πληθυσμού και κατ' επέκταση της οικογένειας, που αποτελεί ένα μέρος του γενικότερου πληθυσμού.

Περιοδικά και εφημερίδες διαθέτουν στήλες που απευθύνονται σε θέματα διατροφής και διαιτολογίας. Επιπλέον, τα μέσα μαζικής ενημέρωσης έχουν συχνά ανάλογες εκπομπές με ειδικούς στον τομέα αυτό, που ενημερώνουν το κοινό. Βέβαια κάποιες φορές η παροχή πληροφοριών είτε δεν έχει επαρκές επιστημονικό υπόβαθρο, είτε δεν είναι κατάλληλη για το κοινό.

Ο μέσος Έλληνας και Ευρωπαίος περιορίζεται λοιπόν σε μια διαδικασία αυτοεκπαίδευσης μέσα απ' τις πολλαπλές πηγές πληροφόρησης όσον αφορά στη διατροφή. Η διαπίστωση αυτή οδηγεί στο συμπέρασμα για την αναγκαία ύπαρξη πρωτοβουλίας και έγκυρης πληροφόρησης. (Εκπαίδευση κοινότητας, πρόγραμμα διατροφικής αγωγής που θα εντάσσεται στην επίσημη εκπαίδευση μαθητών στα σχολεία)¹⁵¹.

7.4 Ο ρόλος του Κοινωνικού Λειτουργού στη Διατροφική Πολιτική

Ανάμεσα στις ειδικότητες που μπορούν να σχεδιάσουν, να εφαρμόσουν και να αξιολογήσουν μια διατροφική πολιτική μπορεί να είναι και εκείνη του κοινωνικού λειτουργού.

Ο κοινωνικός λειτουργός μπορεί να συμμετέχει ενεργά σε μελέτες πεδίου (εκτίμηση της κατάστασης υγείας ενός πληθυσμού), στο σχεδιασμό και στη διεξαγωγή ερευνών αλλά και στην ανάλυση των αποτελεσμάτων σχετικά με τη διατροφική πολιτική. Μπορεί να στοχεύει στην ευαισθητοποίηση μαθητών σχολείων γύρω από θέματα διατροφής με την άσκηση σχολικής Κοινωνικής Εργασίας. Πιο συγκεκριμένα μπορεί να συμβάλλει στην ενεργοποίηση και ανάπτυξη ομάδων στόχου που θα συμπεριλαμβάνουν όχι μόνο μαθητές, αλλά γονείς και δασκάλους. Να προάγει προσωπικές και κοινωνικές διαδικασίες μόρφωσης στη φάση της μάθησης που θα περιέχουν και τις σωστές διατροφικές συνήθειες.

Ο κοινωνικός λειτουργός είναι η κατεξοχήν ειδικότητα που «μπαίνει» στην οικογένεια. Ασχολείται με την οικογένεια σε πλείστους τομείς άσκησης της Κοινωνικής Εργασίας. Συνεπώς είναι μια ειδικότητα που δύναται να ασχοληθεί με θέματα που την αφορούν τόσο άμεσα όπως η διατροφή των παιδιών.

Μπορεί να συνεργάζεται με μαθητές και συλλόγους διδασκόντων σε παιδαγωγικές ομάδες, ώστε να στοχεύει μέσω των εκπροσώπων των γονέων να παρεμβαίνει δυναμικά με σκοπό την ανάπτυξη διατροφικής πολιτικής που θα οδηγήσει στην αλλαγή ή στην βελτίωση διατροφικών συνηθειών.

7.5 Επίλογος

Η ύπαρξη και ο σχεδιασμός μιας σωστής διατροφικής πολιτικής μπορεί να συμβάλλει στη διασφάλιση και στην προαγωγή υγείας καθώς και στην υιοθέτηση σωστών διατροφικών συνηθειών. Η διερεύνηση των στόχων που πρέπει να επιτευχθούν με βάσει τις υπάρχουσες ανάγκες καθώς και η καταλληλότητα των μέσων είναι σημαντικά βήματα του σχεδιασμού μιας διατροφικής πολιτικής.

¹⁵¹ Ζηλίδης Χρήστος, «Διατροφή και Δημόσια Υγεία», Εκδόσεις University Studio Press, Θεσσαλονίκη, 1995

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

8.1. Σημασία και σκοπός της έρευνας

Σκοπός της επιστημονικής έρευνας είναι να δώσει απάντηση σε σημαντικά ερωτήματα με την εφαρμογή επιστημονικών μεθόδων.

Αυτό, σε καμιά περίπτωση δεν σημαίνει ότι θα ληφθούν απαντήσεις και πολύ περισσότερο ικανοποιητικές ή οριστικές απαντήσεις. Απλώς η έρευνα προσανατολίζεται στην αναζήτηση απαντήσεων.

Συγκεκριμένα, σκοπός της δικής μας ερευνητικής προσπάθειας είναι να καταγραφεί η σχέση του κοινωνικοοικονομικού προφίλ της σύγχρονης οικογένειας με τη διατροφή του παιδιού.

Με τη διερεύνηση αυτής της σχέσης, βιβλιογραφικά, διαπιστώσαμε πως ορισμένα κοινωνικοπολιτιστικά και οικονομικά χαρακτηριστικά της σύγχρονης ελληνικής οικογένειας (εργασία, εισόδημα, μορφωτικό επίπεδο) προσδιορίζουν τις συμπεριφορές των γονέων σε σχέση με τις διατροφικές συνήθειες των παιδιών τους και επηρεάζονται από αυτές.

8.2. Ερευνητικές υποθέσεις

Η ανάλυση μας έχει ως πρώτο σημείο αναφοράς την εργασιακή κατάσταση και των δυο συζύγων, επειδή βρέθηκε ότι η εργασία θέτει τέτοιους περιορισμούς (έλλειψη ελεύθερου χρόνου εξ' αιτίας των απαιτήσεων της δουλειάς), οι οποίοι μειώνουν την ενασχόληση των γονέων με το θέμα της διατροφής του παιδιού τους. Ειδικότερα, θεωρούμε ότι στις οικογένειες «διπλής σταδιοδρομίας» η προσπάθεια απόκτησης καριέρας έχει ως αποτέλεσμα οι γονείς να εργάζονται πολύ και να έχουν μειωμένη συμβολή σε θέματα που αφορούν την παρασκευή φαγητού στο σπίτι ή άλλες σχετικές ενέργειες που θα διαμόρφωναν ένα υγιές διαιτολόγιο για το παιδί (σελ. 16)

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον έχει επίσης η εργασιακή κατάσταση της μητέρας διότι όπως φάνηκε θεωρητικά αυτή επιβαρύνεται περισσότερο με το θέμα της διατροφής του παιδιού (σελ 21). Η έλλειψη χρόνου από την πλευρά της μητέρας, μας προβληματίζει ιδιαίτερα και γι' αυτό γίνεται προσπάθεια να ερευνηθεί αν υπάρχει σχέση ανάμεσα σ' αυτήν και στη λήψη μη υγιών τροφών από το παιδί.

Βάσει λοιπόν όλης της παραπάνω προβληματικής μας σε σχέση με την εργασία και την έλλειψη χρόνου από την πλευρά των γονέων, θέλουμε επίσης να ερευνησουμε εάν το «έτοιμο φαγητό» προτιμάται από τα ελληνικά νοικοκυριά από τη στιγμή που μειώνει σημαντικά τη διάθεση χρόνου των γονέων για την προετοιμασία του.

Το δεύτερο σημείο της ανάλυσης μας αφορά τη σχέση του μηνιαίου εισοδήματος των νοικοκυριών του δείγματος με την επιλογή έτοιμου ή προπαρασκευασμένου φαγητού και ακόμα κατά πόσο το υψηλό χαρτζιλίκι συνδέεται με την υιοθέτηση ανθυγιεινών συνηθειών από το παιδί. Βιβλιογραφικά (σελ.24) είχε βρεθεί πως υπάρχει σχέση ανάμεσα στο υψηλό χαρτζιλίκι και στη λήψη ανθυγιεινών τροφών από το παιδί.

Το τρίτο σημείο της ανάλυσης μας αναφέρεται στο μορφωτικό επίπεδο της οικογένειας. Στη μελέτη μας θεωρούμε πως οι περισσότερο μορφωμένοι γονείς είναι καλύτεροι αποδέκτες μηνυμάτων υγείας και υγιεινής διατροφής και πως ενδιαφέρονται και ασχολούνται περισσότερο με την υγιεινή διατροφή της οικογένειας

τους (σελ.26). Επιπλέον, θεωρούμε πως αν και υπάρχει ανισότητα ως προς τους χρόνους (ώρες) που οι γυναίκες και οι άντρες αφιερώνουν καθημερινά στη παρασκευή φαγητού στο σπίτι, οι περισσότερο μορφωμένοι σύζυγοι και πατέρες συμμετέχουν και φροντίζουν περισσότερο και ουσιαστικότερα για τη διατροφή του παιδιού τους (σελ.19).

Ταυτόχρονα βρέθηκε πως οι γυναίκες οι οποίες εργάζονται και προέρχονται από ανώτερα κοινωνικά στρώματα (όσον αφορά το μορφωτικό και οικονομικό τους επίπεδο) διαθέτουν λιγότερο χρόνο για τη δημιουργία σπιτικού φαγητού σε αντίθεση με αυτές των κατώτερων κοινωνικοοικονομικών στρωμάτων, (σελ.18) και παρ' όλο που αυτό έρχεται σε αντίθεση με την αμέσως προηγούμενη υπόθεση μας, θέλουμε να διερευνήσουμε καθένα απ' αυτά σε ποιο βαθμό ισχύει.

Το τέταρτο σημείο της ανάλυσης μας στοχεύει στο να διερευνήσει την επίδραση των πολιτιστικών παραγόντων στις διατροφικές συνήθειες του παιδιού. Στη μελέτη μας θεωρούμε πως τα fast- food αποτελούν μόδα «στις εξόδους» του παιδιού και έχουν ενσωματωθεί στην κουλτούρα της σύγχρονης οικογένειας.

Επιπλέον, η μελέτη μας διερευνά την καθημερινή διατροφή του παιδιού στο σχολείο, με έμφαση κυρίως στο τι αγοράζει από το κυλικείο, αλλά και στο τι επιλέγει γενικότερα ν' αγοράζει όταν βρίσκεται εκτός σπιτιού επειδή έχει βρεθεί (σελ.32) πως τα παιδιά στο σχολείο αγοράζουν προϊόντα τα οποία θεωρούνται ανθυγιεινά και απαγορευμένα (σύμφωνα με το σχετικό ΦΕΚ που αναφέρεται στο ποια προϊόντα θεωρούνται κατάλληλα για να πωλούνται σε ένα σχολικό κυλικείο) και τα οποία σύμφωνα με αναφορές ειδικών (σελ.33) μπορούν να αποβούν επιβλαβή για την υγεία τους.

Τέλος, ένα άλλο σημείο το οποίο εξετάζουμε στην παρούσα μελέτη είναι αν τα μηνύματα που προβάλλουν τα ΜΜΕ μπορούν να επηρεάσουν τα παιδιά στις διατροφικές τους επιλογές. Συγκεκριμένα εστιαζόμαστε στην τηλεόραση, καθώς αποτελεί το πιο αγαπητό και συχνό μέσο παρακολούθησης κατά την παιδική ηλικία. Επιπλέον βρέθηκε (σελ.35) ότι οι πολλές ώρες παρακολούθησης τηλεοπτικών προγραμμάτων συνδέονται με τη λήψη ανθυγιεινών τροφών και θέλουμε να διαπιστώσουμε αν ισχύει αυτό.

8.3. Επιλογή και περιγραφή του δείγματος.

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε σε γονείς παιδιών των Ε' και ΣΤ' τάξεων, των δημοτικών σχολείων του Ηρακλείου. Συγκεκριμένα στα δημοτικά σχολεία 7^ο και 53^ο, που βρίσκονται στο κέντρο του Ηρακλείου και στο 13^ο και στο 42^ο που βρίσκονται στην περιοχή Κατσαμπά.

Συνολικά μοιράστηκαν 200 ερωτηματολόγια σε όλα τα παιδιά αυτών των τάξεων (εκτός από τα δυο τμήματα της ΣΤ' του 42^{ου}, τα οποία απουσίαζαν λόγω εκδρομής). Το ερωτηματολόγιο δόθηκε στους γονείς μέσω των παιδιών συνοδευόμενο από μια περιγραφική επιστολή, στην οποία αναφέραμε τον τίτλο της μελέτης μας και εξηγήσαμε στους γονείς, τι ακριβώς ζητάμε. Όταν τα ερωτηματολόγια συμπληρώθηκαν από τους γονείς, τα παραλάβαμε μέσω των παιδιών δυο μέρες αργότερα.

Τελικά επιστράφηκαν τα 156 ερωτηματολόγια τα οποία συγκεντρώθηκαν ως εξής: από το 53^ο δημοτικό σχολείο συγκεντρώθηκαν 40 ερωτηματολόγια (15 από το ΣΤ₁, 15 από το ΣΤ₂ και 10 από την Ε), από το 7^ο δημοτικό σχολείο συγκεντρώθηκαν 60 ερωτηματολόγια (20 από το ΣΤ₁, 10 από το Ε₁ και 15 από το Ε₂), από το 13^ο

δημοτικό σχολείο 30 ερωτηματολόγια (15 από τη ΣΤ και 15 από την Ε) και τέλος από το 42^ο συγκεντρώθηκαν 26 ερωτηματολόγια (16 από το ΣΤ και 10 από το Ε).

Συγκεντρωτικά από τα έξι τμήματα της ΣΤ συγκεντρώθηκαν 96 ερωτηματολόγια και από τα πέντε τμήματα της Ε' συγκεντρώθηκαν 60 ερωτηματολόγια.

Στην έρευνα μας επιλέχθηκαν παιδιά της Ε' και της ΣΤ' τάξεων, δηλαδή παιδιά ηλικίας 11-13 ετών, επειδή η συνεργασία μαζί τους ήταν σαφώς ευκολότερη και επειδή θεωρούμε ότι τα παιδιά αυτών των τάξεων είναι περισσότερο υπεύθυνα από παιδιά μικρότερης ηλικίας για να δώσουν στους γονείς τους το ερωτηματολόγιο (οι γονείς των παιδιών αποτελούν το δείγμα μας).

Ένας ακόμη λόγος ήταν ότι τα παιδιά της συγκεκριμένης ηλικίας μπορούν να πάνε και μόνα τους στα fast- food αλλά έχουν και μεγαλύτερη δυνατότητα επιλογής στην αγορά τροφίμων συγκριτικά με παιδιά μικρότερης ηλικίας και γι' αυτό τα επιλέξαμε. Ακόμη στην ηλικία αυτή, στην έναρξη δηλαδή της εφηβείας έχουν ως ένα μεγάλο βαθμό παγιωθεί κάποιες διατροφικές συνήθειες – συμπεριφορές.

Η επιλογή των συγκεκριμένων σχολείων δεν ήταν τυχαία, στηρίχθηκε στη δυνατότητα πρόσβασης που είχαμε στα συγκεκριμένα σχολεία από την προηγούμενη συνεργασία που είχαμε μαζί τους κατά τη διάρκεια των εργαστηρίων μας (4^ο και 5^ο εξάμηνο).

8.4. Τεχνική συλλογής δεδομένων – περιγραφή του ερωτηματολογίου.

Η συλλογή των δεδομένων της έρευνας έγινε με τη μέθοδο του ερωτηματολογίου. Συγκεκριμένα, στις έξι πρώτες ερωτήσεις χρησιμοποιήθηκαν γενικές ερωτήσεις που είχαν σχέση: με τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των δυο συζύγων και οι οποίες αναφέρονταν στην ηλικία τους, στον αριθμό μελών της οικογένειας, στο επάγγελμα και στο χρόνο που αφιερώνουν σε αυτό, στο μορφωτικό τους επίπεδο και τέλος στην οικονομική τους κατάσταση.

Επίσης η επόμενη σειρά ερωτήσεων (7 – 10) επιχειρούσε να ανιχνεύσει αν η επαγγελματική απασχόληση, γενικότερα οι απαιτήσεις της εργασίας και η επαγγελματική κόπωση ειδικότερα επιδρούν στη διατροφή των οικογενειών του δείγματος μας.

Ακόμη, μια άλλη σειρά ερωτήσεων (11- 18) αναφερόταν στον τρόπο ζωής των γονιών και των παιδιών τους (τις οικιακές εργασίες και το χρόνο που αφιερώνουν σε αυτές, κυρίως το μαγείρεμα, την επιμέλεια και φροντίδα των παιδιών και πληροφορίες όσον αφορά όλα τα γεύματα της ημέρας).

Εν συνεχεία η επόμενη σειρά ερωτήσεων (19 – 22) αποσκοπούσε στο να διερευνηθεί η στάση των γονέων απέναντι στο έτοιμο φαγητό καθώς επίσης και η συχνότητα λήψης από την οικογένεια έτοιμου ή προπαρασκευασμένου φαγητού.

Η ακόλουθη σειρά ερωτήσεων (23 - 28) διερευνούσε τη διατροφική συμπεριφορά του παιδιού εκτός σπιτιού (πως διατρέφεται στο σχολείο, πόσο συχνά επιλέγει τα fast- food, που διαθέτει το χαρτζιλίκι του).

Οι ερωτήσεις 29, 30 χρησιμοποιήθηκαν προκειμένου να καταγραφεί εάν οι διαφημίσεις επιδρούν στις διατροφικές επιλογές των παιδιών.

Τέλος, οι δυο τελευταίες ερωτήσεις του ερωτηματολογίου (31 – 32) αναφέρονταν στην αξιολόγηση των γονέων αναφορικά με τη διατροφή της οικογένειας τους καθώς επίσης και στις πιθανές αιτίες που απομακρύνουν την οικογένεια από ένα υγιές διατροφολόγιο.

Ολοκληρώνοντας είναι αναγκαίο να επισημάνουμε ότι στη διαμόρφωση των ερωτήσεων του ερωτηματολογίου μας βοήθησαν άλλα ερωτηματολόγια από διπλωματικές μελέτες του Χαροκοπείου Πανεπιστημίου Αθηνών και οι οποίες ήταν οι εξής :

1. «Διερεύνηση των κοινωνικο- οικονομικών χαρακτηριστικών – διατροφικών συνηθειών των οικογενειών στο Δήμο Άνω Λιοσίων, ο ρόλος της μητέρας (εργαζόμενης ή μη) στη διαμόρφωση τους» βλ. βιβλιογραφία.
2. «Οι απόψεις των ελληνίδων σχετικά με τη διατροφή κατά την παιδική ηλικία», βλ. βιβλιογραφία.

8.5. Επεξεργασία των αποτελεσμάτων της έρευνας.

Η επεξεργασία των δεδομένων έγινε σε Η/Υ στο πρόγραμμα excel της Microsoft. Σημαντικά επίσης για την στατιστική επεξεργασία μας βοήθησαν το εγχειρίδιο, του Παρασκευόπουλου Ι. «Στοιχεία περιγραφικής και επαγωγικής στατιστικής», Αθήνα 1984 και οι διδακτικές σημειώσεις του Μαρκάκη Γ. «Βιομετρία», τμήμα Νοσηλευτικής, Ηράκλειο 1995.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9.

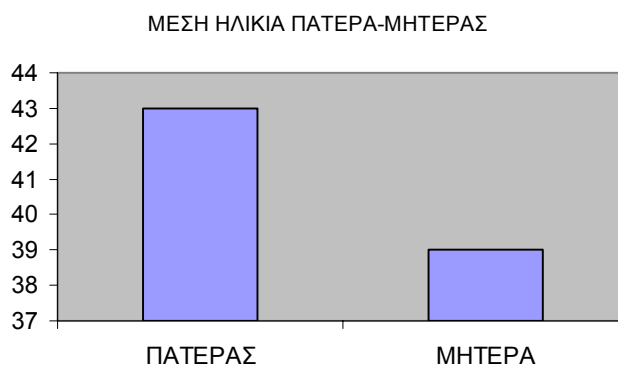
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ.

1)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΗΝ ΗΛΙΚΙΑ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1

ΗΛΙΚΙΑ ΠΑΤΕΡΑ – ΜΗΤΕΡΑ	
ΠΑΤΕΡΑΣ (ΕΤΗ)	ΜΗΤΕΡΑ (ΕΤΗ)
43	39

ΓΡΑΦΗΜΑ 1



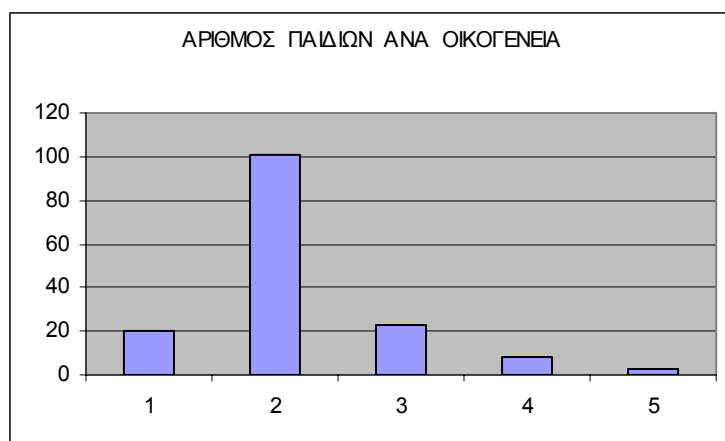
Σύμφωνα με το δείγμα μας η μέση ηλικία των πατεράδων είναι 43 ετών και των μητέρων 39 ετών.

2)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟΝ ΑΡΙΘΜΟ ΠΑΙΔΙΩΝ ΑΝΑ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 2

ΑΡΙΘΜΟΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΑΝΑ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ	
ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΕΣ (ΑΡΙΘΜΟΣ)	ΠΑΙΔΙΑ (ΑΡΙΘΜΟΣ)
20	1
101	2
23	3
8	4
3	5

ΓΡΑΦΗΜΑ 2



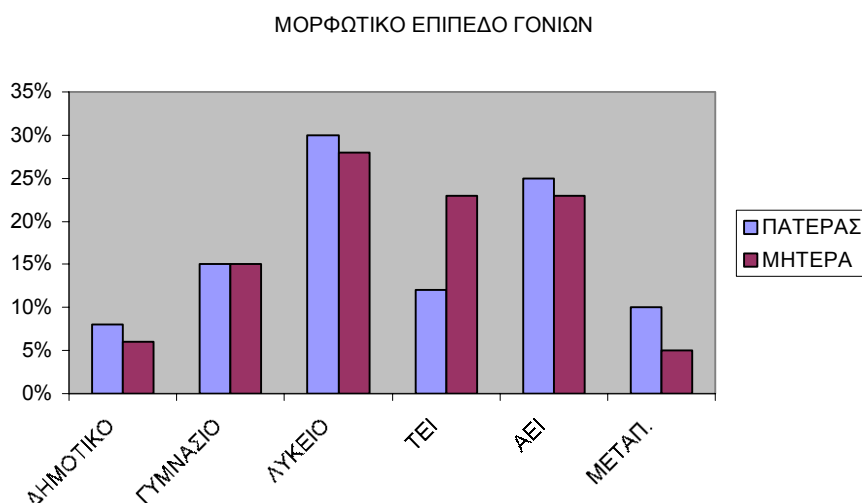
Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας η πλειοψηφία των οικογενειών έχει έως 2 παιδιά. Όπως φαίνεται και από το σχετικό πίνακα οι 101 οικογένειες από τις 156 που αποτελούν συνολικά το δείγμα μας έχει έως 2 παιδιά.

3)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΠΑΤΕΡΑ- ΜΗΤΕΡΑΣ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 3

ΜΟΡΦΩΤΙΚΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΠΑΤΕΡΑ-ΜΗΤΕΡΑΣ		
	ΠΑΤΕΡΑΣ	ΜΗΤΕΡΑ
ΔΗΜΟΤΙΚΟ	13 (8%)	9 (6%)
ΓΥΜΝΑΣΙΟ	24 (15%)	24 (15%)
ΛΥΚΕΙΟ ΤΕΛ	47 (30%)	43 (28%)
ΤΕΙ	19 (12%)	36 (23%)
ΑΕΙ	39 (25%)	35 (23%)
ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ	16 (10%)	8 (5%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 3



Όπως φαίνεται από τον παραπάνω πίνακα οι πατέρες είναι στην πλειοψηφία τους απόφοιτοι λυκείου σε ποσοστό 30% και το ίδιο ακριβώς συμβαίνει και για τις μητέρες. Και αυτές στην πλειοψηφία τους (28%) είναι απόφοιτες λυκείου.

Επιπλέον, οι γυναίκες υπερτερούν σε σχέση με τους άντρες ως απόφοιτες σχολών τριτοβάθμιας εκπαίδευσης (ΑΕΙ – ΤΕΙ) σε ποσοστό 46%, ενώ το αντίστοιχο ποσοστό για τους άντρες είναι το 37%. Όσον αφορά τώρα την επιλογή σχολών, φαίνεται πως οι γυναίκες επιλέγουν την τεχνολογική εκπαίδευση σε ποσοστό σχεδόν διπλάσιο από τους άντρες, ενώ στην επιλογή σχολών, πανεπιστημιακής εκπαίδευσης δεν παρατηρείται κάποια σημαντική διαφορά μεταξύ τους.

Οι πατέρες του δείγματος μας είναι κάτοχοι μεταπτυχιακού τίτλου σε ποσοστό διπλάσιο από τις μητέρες.

Εκείνο που ακόμα αξίζει να σημειωθεί είναι πως το 23% των αντρών – συζύγων και το 21% των γυναικών- συζύγων είναι απόφοιτοι της βασικής εκπαίδευσης (δημοτικό – γυμνάσιο).

Σύμφωνα με τον πίνακα για τη στατιστική επεξεργασία (που βρίσκεται στο παράρτημα) της χ^2 κατανομής, ο οποίος δείχνει ότι για $DF = 2$ σε επίπεδο σημαντικότητας 5% και 1% αντιστοιχούν οι τιμές 11,7 και 15,09 αντίστοιχα. Η χ^2 τιμή 35,36 του κριτηρίου μας (πατέρες – μορφωτικό επίπεδο) είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1%. Επομένως η διαφορά ανάμεσα στις θεωρητικές και πραγματικές συχνότητες των έξι κλιμάκων (δημοτικό, γυμνάσιο, λύκειο, ΤΕΙ, ΑΕΙ, μεταπτυχιακό) είναι στατιστικώς σημαντική.

Η χ^2 τιμή για τις μητέρες είναι 42,07 όπου και αυτή είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% (ομοίως με τον πατέρα). Επομένως και σε αυτήν την περίπτωση η διαφορά ανάμεσα στις δυο μεταβλητές είναι στατιστικώς σημαντική.

Συνεπώς και για τις δυο περιπτώσεις υπάρχει συνάφεια μεταξύ των δυο μεταβλητών (μορφωτικό επίπεδο – πατέρας ή μητέρα αντίστοιχα) που ερευνούμε. {ο τρόπος υπολογισμού του χ^2 φαίνεται αναλυτικά παρακάτω στην ερώτηση 7}.

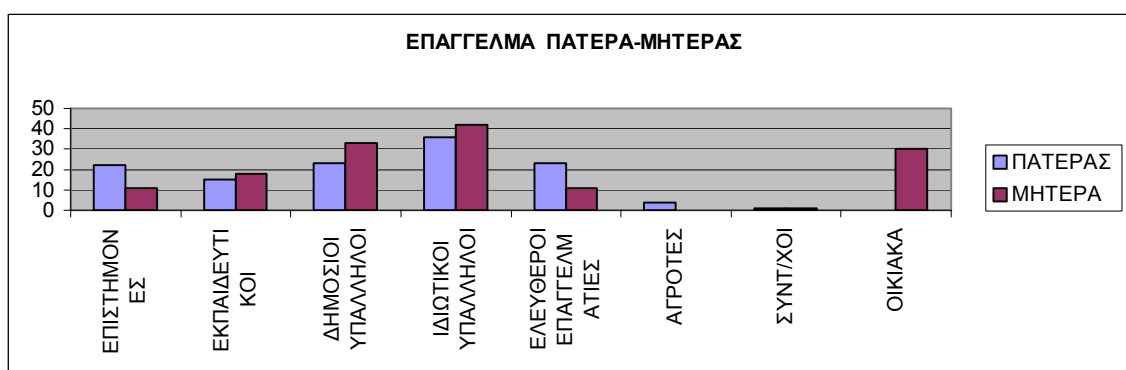
4)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ ΤΟΥ ΠΑΤΕΡΑ – ΜΗΤΕΡΑΣ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 4

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ ΠΑΤΕΡΑ-ΜΗΤΕΡΑΣ		
	ΠΑΤΕΡΑΣ	ΜΗΤΕΡΑ
ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ	22 (18%)	11 (7%)
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ	15 (12%)	18 (12%)
ΔΗΜΟΣΙΟΙ ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ	23 (19%)	33 (23%)
ΙΔΙΩΤΙΚΟΙ ΥΠΑΛΛΗΛΟΙ	36 (28%)	42 (29%)
ΕΛΕΥΘΕΡΟΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ	23 (19%)	11 (8%)
ΑΓΡΟΤΕΣ	4 (3%)	0 (0%)
ΣΥΝΤ/ΧΟΙ	1 (1%)	1 (1%)
ΟΙΚΙΑΚΑ		30 (20%)

*

ΓΡΑΦΗΜΑ 4



Οι μητέρες είναι στην πλειοψηφία τους Δημόσιοι και Ιδιωτικοί Υπάλληλοι ενώ οι πατέρες υπερτερούν ως ελεύθεροι επαγγελματίες και επιστήμονες σε ποσοστό διπλάσιο από τις μητέρες. Αξιοσημείωτο επίσης είναι ότι το 20% από τις μητέρες δεν έχουν εργασία εκτός σπιτιού και ασχολούνται με τα οικιακά (ποσοστό 20%).

*Πηγή: ESUE ΣΥΣΤΗΜΑ ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗΣ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ (ΕΘΝΙΚΗ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ)

Σύμφωνα με τον πίνακα για την στατιστική επεξεργασία (παράρτημα) της χ^2 κατανομής, ο οποίος δείχνει ότι για $df = 7$ σε επίπεδο σημαντικότητας 5% και 1% αντιστοιχούν οι τιμές 14,07 και 18,48 αντίστοιχα. Η χ^2 τιμή 59,20 του κριτηρίου μας (για τους πατέρες) είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1%, επομένως υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των δυο μεταβλητών που ερευνούμε. Ομοίως και για την μητέρα (72,46).

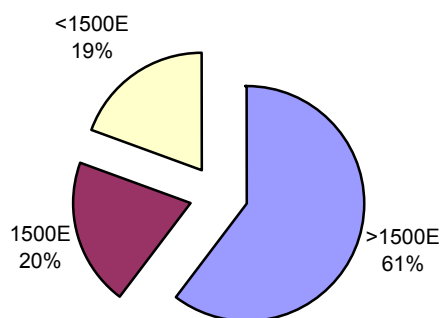
5)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΜΗΝΙΑΙΟ ΕΙΣΟΔΗΜΑ ΤΩΝ ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΩΝ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 5

ΜΗΝΙΑΙΟ ΕΙΣΟΔΗΜΑ ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΟΥ		
>1500 Ε	ΣΧΕΔΟΝ 1500 Ε	<1500 Ε
90 ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΑ	30 ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΑ	29 ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΑ
61%	20%	19%

ΓΡΑΦΗΜΑ 5

ΜΗΝΙΑΙΟ ΕΙΣΟΔΗΜΑ ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΟΥ



Αναφορικά τώρα με το μηνιαίο εισόδημα των οικογενειών αυτό κατά πλειοψηφία (61%) ανέρχεται σε περισσότερο από 1500 ε.

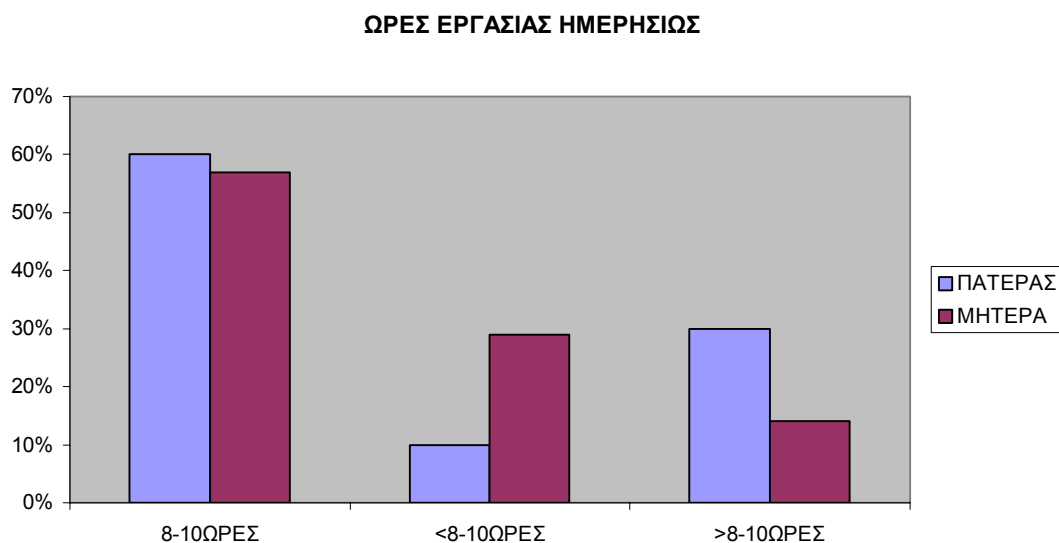
Και σε αυτήν την ερώτηση υπάρχει συνάφεια μεταξύ των δυο μεταβλητών (μηνιαίο εισόδημα – νοικοκυριά). Η χ^2 τιμή είναι 49,14 του κριτηρίου είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% (9,21).

6)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΙΣ ΩΡΕΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΤΟΥ ΠΑΤΕΡΑ ΚΑΙ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ ΗΜΕΡΗΣΙΩΣ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 6

ΩΡΕΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ			
	8-10 (ΩΡΕΣ)	<8-10 (ΩΡΕΣ)	>8-10 (ΩΡΕΣ)
ΠΑΤΕΡΑΣ	83 (60%)	14 (10%)	42 (30%)
ΜΗΤΕΡΑ	80 (57%)	41 (29%)	20 (14%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 6



Οι ώρες εργασίας ημερησίως του πατέρα και της μητέρας είναι περίπου 8- 10 ώρες. Επιπλέον στις περιπτώσεις των γονέων που εργάζονται περισσότερο από 8 – 10 ώρες, ο πατέρας φαίνεται πως υπερτερεί σε διπλάσιο ποσοστό από τη μητέρα.

Και σε αυτήν την περίπτωση υπάρχει συνάφεια μεταξύ των δυο μεταβλητών που ερευνούμε (ώρες εργασίας ημερησίως – πατέρας ή μητέρα αντίστοιχα). Η χ^2 τιμή για τον πατέρα είναι 51,98 και για την μητέρα 39,44 όπου και για τις δυο περιπτώσεις είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% (βλ. πίνακα παραρτήματος).

7)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΙΣ ΠΕΠΟΙΘΗΣΕΙΣ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ ΓΙΑ ΤΟ ΕΑΝ Η ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ ΤΟΥΣ ΕΜΠΟΔΙΖΕΙ ΑΠΟ ΤΟ ΝΑ ΑΣΧΟΛΗΘΟΥΝ ΜΕ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΤΟΥΣ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 7

Η ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ ΕΜΠΟΔΙΖΕΙ ΑΠΟ ΤΟ ΝΑ ΑΣΧΟΛΟΥΝΤΑΙ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΜΕ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΤΟΥΣ		
ΚΑΘΟΛΟΥ	ΛΙΓΟ	ΠΟΛΥ
61 (40%)	73 (48%)	19 (12%)

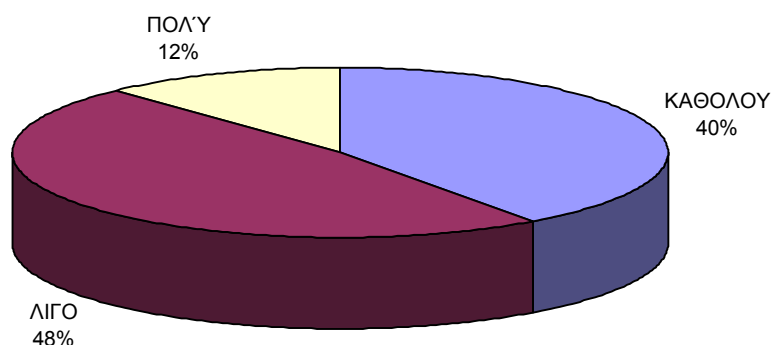
0,35 < P < 0,43

0,43 < P < 0,51

0,09 < P < 0,15 *

ΓΡΑΦΗΜΑ 7

Η ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ ΕΜΠΟΔΙΖΕΙ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ



Πριν αναλύσουμε τη συγκεκριμένη ερώτηση είναι αναγκαίο να επισημάνουμε πως αυτή είχε τεθεί γενικά με σκοπό να καταγράψουμε μια πρώτη στάση των γονέων αναφορικά με τη σχέση εργασίας και διατροφής.

Σύμφωνα λοιπόν με τα αποτελέσματα στη συγκεκριμένη ερώτηση το 48% θεωρεί πως η επαγγελματική απασχόληση δεν τους εμποδίζει σε σημαντικό βαθμό από το να ασχοληθούν με τη φροντίδα της διατροφής των παιδιών τους. Το 40 % θεωρεί πως η επαγγελματική απασχόληση δεν τους εμποδίζει καθόλου από την ενασχόληση τους με τη φροντίδα της διατροφής ενώ ένα 12% θεωρεί πως ο ένας παράγοντας (εργασία) εμποδίζει την ασχολία του με τον άλλο (διατροφή).

Επιπλέον, επειδή η συγκεκριμένη απάντηση αναφέρεται σε πεποιθήσεις του δείγματος (δηλαδή τι πιστεύουν σε σχέση με κάτι) θεωρήσαμε απαραίτητο να προβούμε σε διάστημα εμπιστοσύνης για επίπεδο εμπιστοσύνης 1-α = 99%.

* Ορια διαστήματος εμπιστοσύνης σε κάθε απάντηση, για επίπεδο εμπιστοσύνης 1-α = 99%.

Η συγκεκριμένη λοιπόν στατιστική επεξεργασία μας έδειξε τα εξής :

- στην πρώτη απάντηση, όπου το δείγμα μας απάντησε καθόλου σε ποσοστό 40% τα όρια του διαστήματος κυμαίνονταν από $0,35 < P < 0,43$ πράγμα το οποίο σημαίνει πως εάν 99 φορές πραγματοποιούσαμε την ίδια έρευνα η πιθανότητα της απάντησης που λαμβάναμε θα κυμαίνονταν από το 35% έως το 43%. Κατά τον ίδιο τρόπο και στην δεύτερη απάντηση (λίγο 48%), τα όρια του διαστήματος κυμαίνονται από $0,43 < P < 0,51$ πράγμα το οποίο σημαίνει και εδώ πως εάν 99 φορές πραγματοποιούσαμε την ίδια έρευνα, η πιθανότητα της απάντησης στην ίδια ερώτηση και στην ίδια κλίμακα (λίγο) κυμαινόταν από 43% έως 51%. Με τον ίδιο τρόπο και στην τελευταία απάντηση τα όρια του διαστήματος κυμαίνονται από $(0,09 < P < 0,15)$ που σημαίνει πως η πιθανότητα των απαντήσεων που θα λαμβάναμε κυμαίνονται από 9% έως 15%.

Στις επόμενες ερωτήσεις θα αναφέρονται τα όρια του διαστήματος εμπιστοσύνης της κάθε απάντησης κάτω από κάθε πινακάκι και δεν θα αναλύονται εκτενώς όπως σε αυτήν την απάντηση, επειδή πραγματοποιώντας το διάστημα εμπιστοσύνης σε όλες τις ερωτήσεις του ερωτηματολογίου καταλήξαμε πως η πιθανότητα να λάβουμε τις ίδιες απαντήσεις, εάν 99 φορές πραγματοποιούσαμε την ίδια έρευνα κυμαίνεται περίπου στο $\pm 5\%$.

Στην ίδια ερώτηση θα αναλύσουμε τον υπολογισμό και την τιμή του χ^2 («έλεγχος χ^2 της υποθέσεως ή της σημαντικότητας»), ενώ σε όλες τις υπόλοιπες ερωτήσεις της επεξεργασίας θα αναφερόμαστε μόνο στα αποτελέσματα του ελέγχου μας. Το ίδιο θα κάνουμε και για τα διαστήματα εμπιστοσύνης όπως αναφέραμε και παραπάνω.

Θεωρήσαμε σκόπιμο να εξετάσουμε κατά πόσο υπάρχει συστηματική διαφορά στην ποσοστιαία αναλογία μεταξύ των διαφόρων απαντήσεων που αναφέρονται στην επαγγελματική απασχόληση και διατροφή.

Στον πίνακα 7 είδαμε ότι από τα 153 άτομα απάντησαν τα 61 (40%) ότι η επαγγελματική απασχόληση δεν εμποδίζει καθόλου τους γονείς από το να ασχοληθούν με τη διατροφή των παιδιών τους, τα 73 (48%) απάντησαν ότι η επαγγελματική απασχόληση δεν τους εμποδίζει σε σημαντικό βαθμό (λίγο) από το να ασχοληθούν με την διατροφή των παιδιών τους και τα υπόλοιπα 19 (12%) υποκείμενα θεωρούν ότι η επαγγελματική απασχόληση τους εμποδίζει πολύ από το να ασχολούνται με τη διατροφή των παιδιών τους.

Αν δεν υπήρχε διαφορά ανάμεσα στις συχνότητες των τριών απαντήσεων της επαγγελματικής απασχόλησης – διατροφής (καθόλου, λίγο, πολύ) θα είχαμε σε κάθε κατηγορία $N/3 = 153: 3 = 51$ άτομα (θεωρητικές συχνότητες).

Στον πίνακα 7.1 δίνονται οι θεωρητικές και πραγματικές συχνότητες για κάθε κατηγορία.

Ασφαλώς και αν ακόμα δεν υπήρχε διαφορά στο σύνολο των γονέων που απάντησαν μεταξύ του ποσοστού των διαφόρων απαντήσεων για την επαγγελματική απασχόληση – διατροφή, οι πραγματικές συχνότητες επειδή αναφέρονται σε ένα μόνο δείγμα, είναι δυνατόν να διαφέρουν από τις θεωρητικές, λόγω της φυσικής διακυμάνσεως των τυχαίων δειγμάτων.

Πραγματικές και θεωρητικές συχνότητες της κατανομής των 153 γονέων του πίνακα 7 ως προς την επαγγελματική απασχόληση – διατροφή (χ^2 – κριτηρίου).
7.1 πίνακας

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ - ΔΙΑΤΡΟΦΗ			
ΣΥΧΝΟΤΗΤΕΣ	ΚΑΘΟΛΟΥ	ΛΙΓΟ	ΠΟΛΥ
ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΕΣ	61	73	19
ΘΕΩΡΗΤΙΚΕΣ	51	51	51

$$\chi^2 = \sum_{i=0}^n \frac{(\pi - \theta)^2}{\theta} = \frac{(61 - 51)^2}{51} + \frac{(73 - 51)^2}{51} + \frac{(19 - 51)^2}{51} =$$

$$\frac{100 + 484 + 1024}{51} = 1.969.49 + 20.07 = 31.52$$

$$df = k - 1 = 3 - 1 = 2$$

Τίθεται λοιπόν το εξής ερώτημα : οι διαφορές ανάμεσα στις θεωρητικές και τις αντίστοιχες πραγματικές συχνότητες είναι τόσο μεγάλες ώστε να θεωρηθούν ως συστηματικές ή οφείλονται στην φυσική διακύμανση των τυχαίων δειγμάτων;

Οι υποθέσεις του προβλήματος είναι :

A)μηδενική υπόθεση : οι διαφορές ανάμεσα στις θεωρητικές και τις πραγματικές συχνότητες σε κάθε μια από τις τρεις κλίμακες (καθόλου, λίγο, πολύ) είναι 0.

B)εναλλακτική υπόθεση : οι διαφορές ανάμεσα στις θεωρητικές και τις πραγματικές συχνότητες σε κάθε μια από τις τρεις κλίμακες δεν είναι 0.

Το στατιστικό κριτήριο αξιολόγησης των διαφορών ανάμεσα στις θεωρητικές και στις πραγματικές είναι το χ^2 και υπολογίζεται με τον τύπο :

$$\chi^2 = \sum_{i=0}^n \frac{(\pi - \theta)^2}{\theta}$$

Όπου Π : η πραγματική απόλυτη συχνότητα κάθε κατηγορίας

Όπου Θ : η θεωρητική απόλυτη συχνότητα κάθε κατηγορίας

Όπου Σ : το άθροισμα των ποσοτήτων όλων των κλιμάκων της μεταβλητής.

$$\frac{(\pi - \theta)^2}{\theta}$$

Το κριτήριο αυτό συνδέεται με $df = k-1$ (όπου df οι βαθμοί ελευθερίας και όπου k ο αριθμός των κατηγοριών – κλιμάκων της μεταβλητής).

Σύμφωνα με τον πίνακα για την στατιστική επεξεργασία που βρίσκεται στο παράρτημα μας της χ^2 κατανομής, ο οποίος δείχνει ότι για $df = 2$ σε επίπεδο σημαντικότητας 5% και 1% αντιστοιχούν οι τιμές (5,99 και 9,21 αντίστοιχα). Η χ^2 τιμή 31,52 του κριτηρίου είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% επομένως η διαφορά ανάμεσα στις θεωρητικές και τις πραγματικές συχνότητες των τριών κλιμάκων είναι στατιστικώς σημαντική. Έτσι η μηδενική υπόθεση ότι δεν υπάρχει διαφορά ανάμεσα στις θεωρητικές και τις πραγματικές συχνότητες των τριών κλιμάκων της επαγγελματικής απασχόλησης – διατροφής απορρίπτεται σε επίπεδο 1% υπέρ της εναλλακτικής.

Από τα δεδομένα του πίνακα 7 λοιπόν προκύπτει ότι στους γονείς που απάντησαν υπάρχει συστηματική διαφορά μεταξύ των ποσοστών των διαφόρων κλιμάκων επαγγελματικής απασχόλησης – διατροφής.

Η παραπάνω προσπάθεια (σύγκριση ποσοστιαίων αναλογιών των κατηγοριών μιας μεταβλητής) δηλαδή ο έλεγχος χ^2 για ερωτήσεις απλής κατανομής μπορεί να μην έχει το ίδιο ενδιαφέρον όπως ο έλεγχος χ^2 δυο μεταβλητών στις κοινωνικές επιστήμες αλλά επειδή υπάρχει στατιστικά θεωρήσαμε ότι πρέπει να το συμπεριλάβουμε. Η ύπαρξη του ή η απουσία του (χ^2) δεν προσθέτει ή δεν αφαιρεί κάτι στα ευρήματα των ερωτήσεων απλής κατανομής. Επειδή εκ των προτέρων όμως είχε γίνει αυτή η προεργασία (υπολογισμός του χ^2) για όλες τις ερωτήσεις κρατήσαμε αυτούς τους υπολογισμούς στη μελέτη μας, στα πλαίσια της φιλοσοφίας μας να στηρίζονται στατιστικά όλα τα ευρήματα.

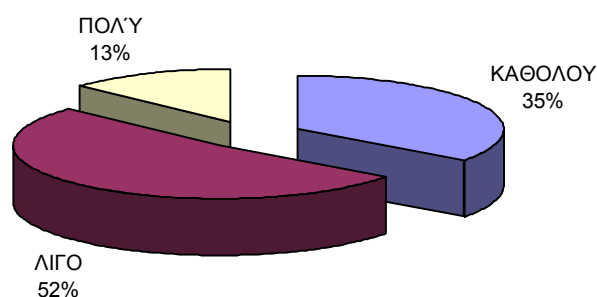
8)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΕΑΝ ΠΙΣΤΕΥΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΠΩΣ ΟΙ ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΠΕΡΙΟΡΙΖΟΥΝ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΤΟΥΣ ΓΙΑ ΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΚΑΙ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΤΟΥΣ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 8

ΟΙ ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΠΕΡΙΟΡΙΖΟΥΝ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΠΟΥ ΑΦΙΕΡΩΝΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΤΗΝ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΟΥΣ		
ΚΑΘΟΛΟΥ	ΛΙΓΟ	ΠΟΛΥ
53 (35%)	79 (52%)	20 (13%)
0,31 < P < 0,38	0,47 < P < 0,56	0,10 < P < 0,15 *

ΓΡΑΦΗΜΑ 8

Η ΕΡΓΑΣΙΑ ΠΕΡΙΟΡΙΖΕΙ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΓΙΑ ΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ-ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ



Σύμφωνα με τα ευρήματα μας το 52% του δείγματος θεωρεί πως οι απαιτήσεις της εργασίας δεν περιορίζουν σε σημαντικό βαθμό το χρόνο που αφιερώνουν οι γονείς για τη διατροφή και τη φροντίδα των παιδιών τους, ένα σημαντικό ποσοστό 35% θεωρεί πως η εργασία δεν περιορίζει καθόλου το χρόνο τους από τη συγκεκριμένη απασχόληση.

Ο έλεγχος χ^2 (34,51) μας έδειξε ότι για $df = 2$ σε επίπεδο σημαντικότητας 5% και 1% αντιστοιχούν οι τιμές 5,99 και 9,21. η χ^2 λοιπόν τιμή μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1%, συνεπώς υπάρχει συνάφεια σχέσης ανάμεσα στις συχνότητες των τριών κλιμάκων.

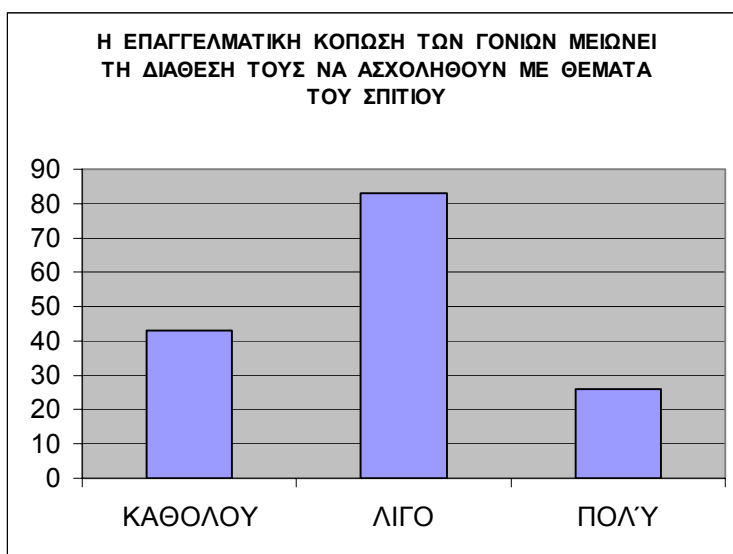
*Ορια διαστήματος εμπιστοσύνης σε κάθε απάντηση, για επίπεδο εμπιστοσύνης $1-\alpha = 99\%$.

9)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΗΝ ΑΠΟΨΗ ΤΟΥ ΓΙΑ ΤΟ ΕΑΝ Η ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΚΟΠΩΣΗ ΤΩΝ ΓΟΝΙΩΝ ΜΕΙΩΝΕΙ ΤΗ ΔΙΑΘΕΣΗ ΤΟΥΣ ΑΠΟ ΤΟ ΝΑ ΑΣΧΟΛΗΘΟΥΝ ΜΕ ΘΕΜΑΤΑ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 9

Η ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΚΟΠΩΣΗ ΤΩΝ ΓΟΝΙΩΝ ΜΕΙΩΝΕΙ ΤΗ ΔΙΑΘΕΣΗ ΤΟΥΣ ΝΑ ΑΣΧΟΛΗΘΟΥΝ ΜΕ ΘΕΜΑΤΑ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ		
ΚΑΘΟΛΟΥ	ΛΙΓΟ	ΠΟΛΥ
43 (28%)	83 (55%)	26 (17%)
0,24 < P < 0,31	0,50 < P < 0,58	0,14 < P < 0,20 *

ΓΡΑΦΗΜΑ 9



Σύμφωνα με τις απαντήσεις που έδωσε το δείγμα μας, φαίνεται ότι ένα μεγάλο ποσοστό από τους γονείς (55%) θεωρεί ότι η επαγγελματική κόπωση μειώνει τη διάθεση τους να ασχοληθούν με θέματα του σπιτιού. Ένα 28% από τους γονείς, θεωρεί ότι η επαγγελματική κόπωση δεν μειώνει καθόλου τη διάθεση τους να ασχοληθούν με το σπίτι, ενώ αντιθέτως το πιο μικρό ποσοστό από τους ερωτηθέντες (17%) πιστεύει ότι η επαγγελματική κόπωση μειώνει πολύ τη διάθεση τους να ασχοληθούν με θέματα του σπιτιού.

Η τιμή χ^2 είναι 33,80 και είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1%, πράγμα το οποίο σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια μεταξύ των συχνοτήτων των τριών κατηγοριών.

*Ορια διαστήματος εμπιστοσύνης σε κάθε απάντηση, για επίπεδο εμπιστοσύνης $1-\alpha = 99\%$.

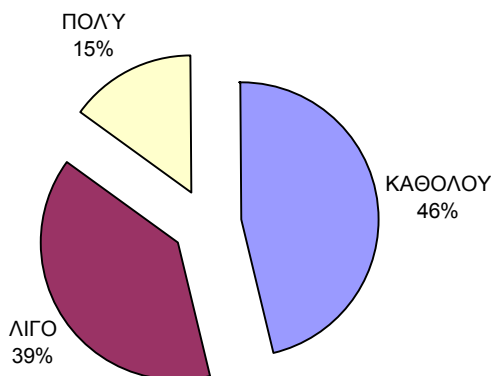
10)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΤΙ ΠΙΣΤΕΥΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΕΑΝ ΟΙ ΕΥΘΥΝΕΣ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ ΠΑΡΕΜΠΟΔΙΖΟΥΝ ΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΤΟΥΣ ΕΞΕΛΙΞΗ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 10

ΟΙ ΕΥΘΥΝΕΣ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ ΠΑΡΕΜΠΟΔΙΖΟΥΝ ΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΩΝ ΓΟΝΙΩΝ		
ΚΑΘΟΛΟΥ	ΛΙΓΟ	ΠΟΛΥ
70 (46%)	59 (39%)	22 (15%)
0,42 < P < 0,50	0,35 < P < 0,43	0,11 < P < 0,17 *

ΓΡΑΦΗΜΑ 10

ΟΙ ΕΥΘΥΝΕΣ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ ΕΜΠΟΔΙΖΟΥΝ ΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ



Το μεγαλύτερο ποσοστό των οικογενειών που απάντησαν στη συγκεκριμένη ερώτηση (46%) αναφέρουν πως η επαγγελματική εξέλιξη τους δεν παρεμποδίζεται από τις ευθύνες του σπιτιού. Ένα επίσης μεγάλο ποσοστό (39%) αναφέρει πως οι ευθύνες δεν τους εμποδίζουν σε σημαντικό βαθμό ενώ μόνο ένα 15% θεωρεί ότι οι ευθύνες του σπιτιού παρεμποδίζουν την επαγγελματική εξέλιξη του.

Η χ^2 τιμή είναι 25,12 και είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1%, συνεπώς υπάρχει συνάφεια σχέσης στις συχνότητες των τριών κλιμάκων.

*Ορια διαστήματος εμπιστοσύνης σε κάθε απάντηση, για επίπεδο εμπιστοσύνης 1- α = 99%.

11)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΠΟΥ ΑΦΙΕΡΩΝΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΣΕ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΣΠΙΤΙ.

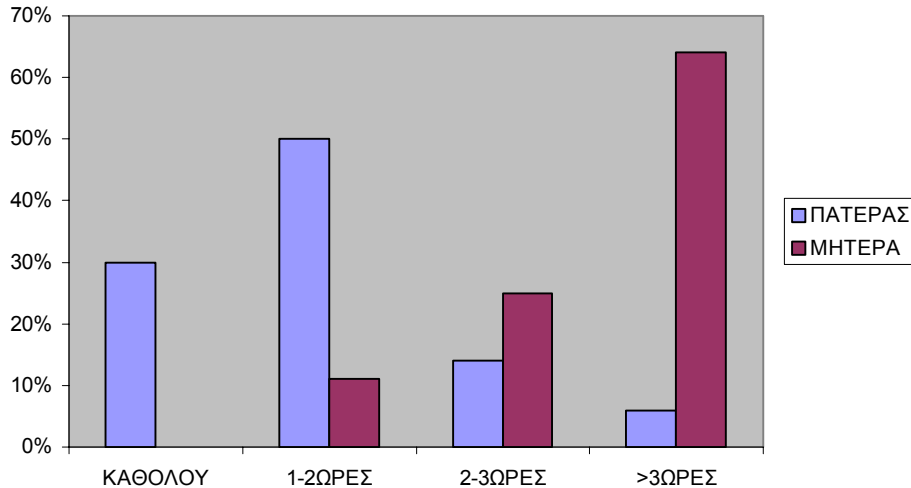
ΠΙΝΑΚΑΣ 11

ΧΡΟΝΟΣ ΠΟΥ ΑΦΙΕΡΩΝΟΥΝ ΠΑΤΕΡΑΣ-ΜΗΤΕΡΑ ΣΕ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΣΠΙΤΙ				
	ΚΑΘΟΛΟΥ	1-2 ΩΡΕΣ	2-3 ΩΡΕΣ	>3 ΩΡΕΣ
ΠΑΤΕΡΑΣ	42 (30%)	69 (50%)	20 (14%)	9 (6%)
ΜΗΤΕΡΑ	0 (0%)	17 (11%)	37 (25%)	97 (64%)

Πατέρας	0,26<P<0,33	0,45<P<0,53	0,11<P<0,17	0,04<P<0,08 *
Μητέρα		0,08<P<0,13	0,21<P<0,28	0,60<P<0,68

ΓΡΑΦΗΜΑ 11

ΧΡΟΝΟΣ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΣΠΙΤΙ



Από τα ευρήματα μπορούμε να διαπιστώσουμε πως το 70% των πατέρων του δείγματος ασχολούνται από 1 έως και περισσότερο από 3 ώρες. Επιπλέον ένα 30% δεν αφιερώνει καθόλου χρόνο σε εργασίες που έχουν σχέση με το σπίτι.

Αναφορικά τώρα με τις μητέρες, εκείνες ασχολούνται με τις εργασίες του σπιτιού >από 3 ώρες σε ποσοστό 64%, 2 – 3 ώρες ημερησίως το ποσοστό αγγίζει το 25%, ενώ από 1 – 2 ώρες το ποσοστό αγγίζει το 11%.

Η τιμή χ^2 για τον πατέρα είναι 60,17 και για την μητέρα 104,41 όπου και στις δυο περιπτώσεις είναι μεγαλύτερο από την κρίσιμη τιμή του 1% που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των τεσσάρων κλιμάκων.

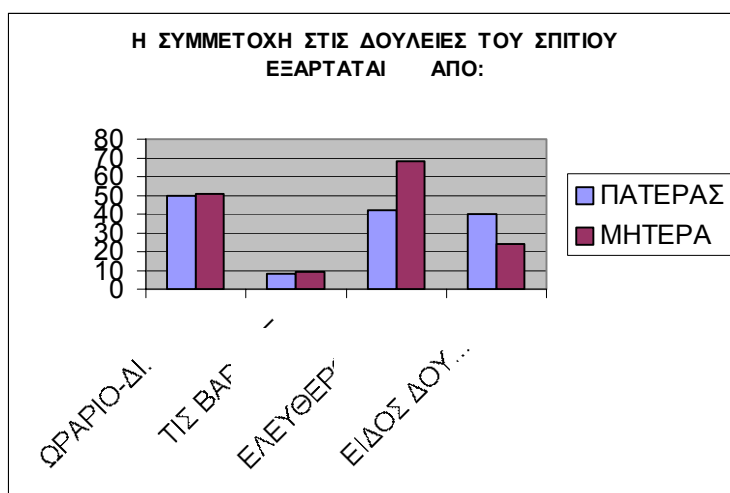
*Ορια διαστήματος εμπιστοσύνης σε κάθε απάντηση, για επίπεδο εμπιστοσύνης 1- α = 99%.

12)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΕΚΕΙΝΟΥΣ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΟΠΟΙΟΥΣ ΕΞΑΡΤΑΤΑΙ Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ ΣΤΙΣ ΔΟΥΛΕΙΕΣ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 12

Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΤΙΣ ΔΟΥΛΕΙΕΣ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ ΕΞΑΡΤΑΤΑΙ ΑΠΟ:				
	ΩΡΑΡΙΟ-ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ	ΤΙΣ ΒΑΡΔΙΕΣ	ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΧΡΟΝΟ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ	ΕΙΔΟΣ ΔΟΥΛΕΙΑΣ ΣΠΙΤΙΟΥ
ΠΑΤΕΡΑΣ	50 (36%)	8 (5%)	42 (30%)	40 (29%)
ΜΗΤΕΡΑ	51 (33%)	9 (6%)	68 (45%)	24 (16%)
Πατέρας	0,31<P<0,39	0,037<P<0,076	0,26<P<0,33	0,24<P<0,32
Μητέρα	0,30<P<0,38	0,04<P<0,07	0,41<P<0,49	0,13<P<0,19 *

ΓΡΑΦΗΜΑ 12



Το 36% των πατέρων του δείγματος απαντά πως η συμμετοχή του, δηλαδή το εάν θα ασχοληθεί ή όχι με τις δουλιές του σπιτιού εξαρτάται από το ωράριο της εργασίας του, ένα 30% απαντά πως η συμμετοχή εξαρτάται από τον ελεύθερο χρόνο παραμονής στο σπίτι. Αξιοσημείωτο επίσης είναι πως ένα μεγάλο ποσοστό 29% οι πατέρες για να συμμετάσχουν αξιολογούν το είδος της εργασίας που πρόκειται να κάνουν.

Η συμμετοχή των γυναικών πλειοψηφικά (45%) εξαρτάται από τον ελεύθερο χρόνο που αυτές παραμένουν στο σπίτι, ένα 33% από το ωράριο της εργασίας τους (περίπου ίδιο ποσοστό με εκείνο των αντρών) ενώ ένα 16% αξιολογεί και εδώ την συμμετοχή ανάλογα με το είδος της εργασίας

*Ορια διαστήματος εμπιστοσύνης σε κάθε απάντηση, για επίπεδο εμπιστοσύνης 1-α = 99%.

Η χ^2 τιμή για τους πατέρες είναι 29,37 και για τις μητέρες 55,42 όπου και στις δυο περιπτώσεις η τιμή του είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των τεσσάρων κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

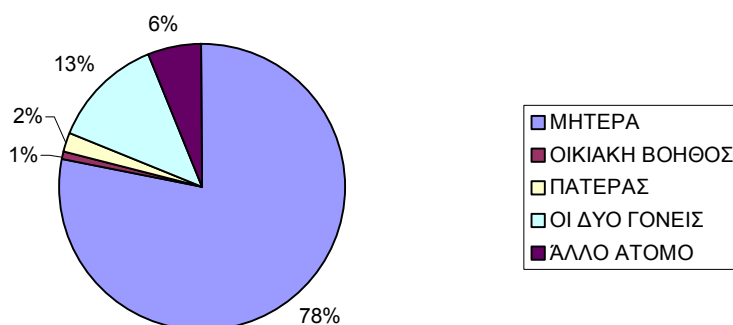
13)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΠΟΙΟΣ ΕΧΕΙ ΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΗΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 13

ΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΗΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΕΧΕΙ :				
ΜΗΤΕΡΑ	ΟΙΚΙΑΚΗ ΒΟΗΘΟΣ	ΠΑΤΕΡΑΣ	ΚΑΙ ΟΙ ΔΥΟ ΓΟΝΕΙΣ	ΆΛΛΟ ΑΤΟΜΟ
132 (78%)	2 (1%)	3 (2%)	22 (13%)	10 (6%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 13

ΤΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΗΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΤΗΝ ΕΧΕΙ :



Τη φροντίδα της μαγειρικής στο σπίτι την έχει η μητέρα σε πολύ μεγάλο ποσοστό ενώ ιδιαίτερα σημαντικό είναι πως σε ποσοστό 20% η ευθύνη αυτή μοιράζεται και στους δυο γονείς.

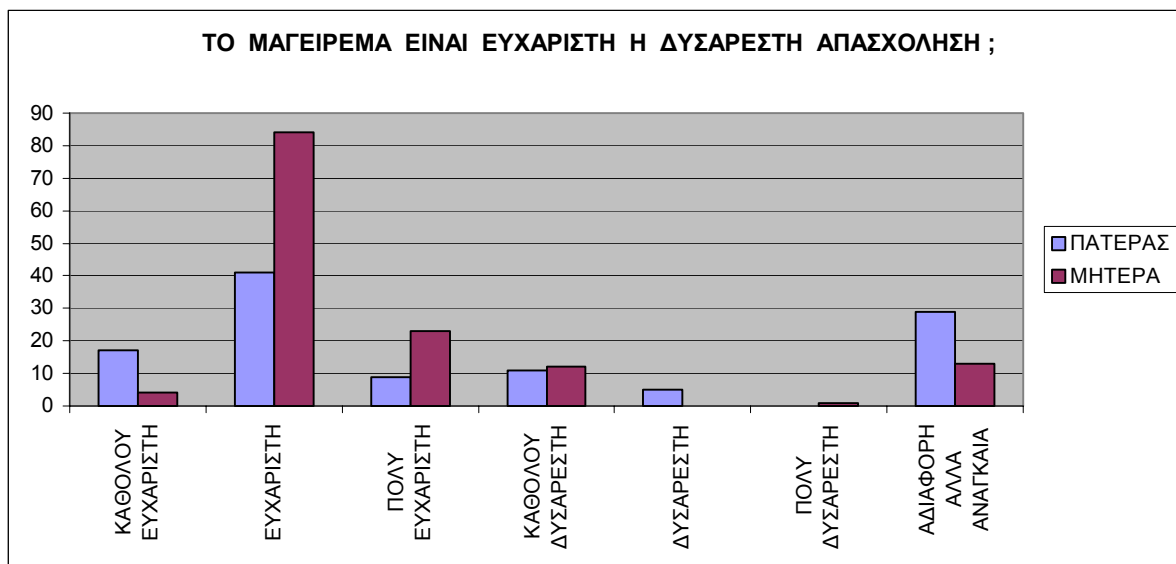
Η χ^2 τιμή 364,16 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των πέντε κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

14)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΕΑΝ ΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ ΑΠΟΤΕΛΕΙ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΗ Η ΔΥΣΑΡΕΣΤΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 14

ΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ ΕΙΝΑΙ ΕΥΧΑΡΙΣΤΗ Η ΔΥΣΑΡΕΣΤΗ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗ ;		
	ΠΑΤΕΡΑΣ	ΜΗΤΕΡΑ
ΚΑΘΟΛΟΥ ΕΥΧΑΡΙΣΤΗ	17 (15%)	4 (3%)
ΕΥΧΑΡΙΣΤΗ	41 (37%)	84 (61%)
ΠΟΛΥ ΕΥΧΑΡΙΣΤΗ	9 (8%)	23(17%)
ΚΑΘΟΛΟΥ ΔΥΣΑΡΕΣΤΗ	11 (10%)	12 (9%)
ΔΥΣΑΡΕΣΤΗ	5 (4%)	0 (0%)
ΠΟΛΥ ΔΥΣΑΡΕΣΤΗ	0 (0%)	1 (0.7%)
ΑΔΙΑΦΟΡΗ ΑΛΛΑ ΑΝΑΓΚΑΙΑ	29 (26%)	13 (9%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 14



Το μεγαλύτερο ποσοστό των πατέρων (37%) αναφέρει πως το μαγείρεμα αποτελεί γι' αυτούς ευχάριστη ενασχόληση, καθώς επίσης και σε ένα μεγάλο ποσοστό (26%) το θεωρούν αδιάφορη αλλά αναγκαία απασχόληση. Οι μητέρες τώρα από την άλλη σε ποσοστό σχεδόν διπλάσιο από ότι οι πατέρες θεωρούν τη συγκεκριμένη ενασχόληση ευχάριστη (61%).

Αξιοσημείωτο επίσης είναι πως μόνο ένας γονέας από το δείγμα μας θεωρεί πολύ δυσάρεστη τη συγκεκριμένη ενασχόληση.

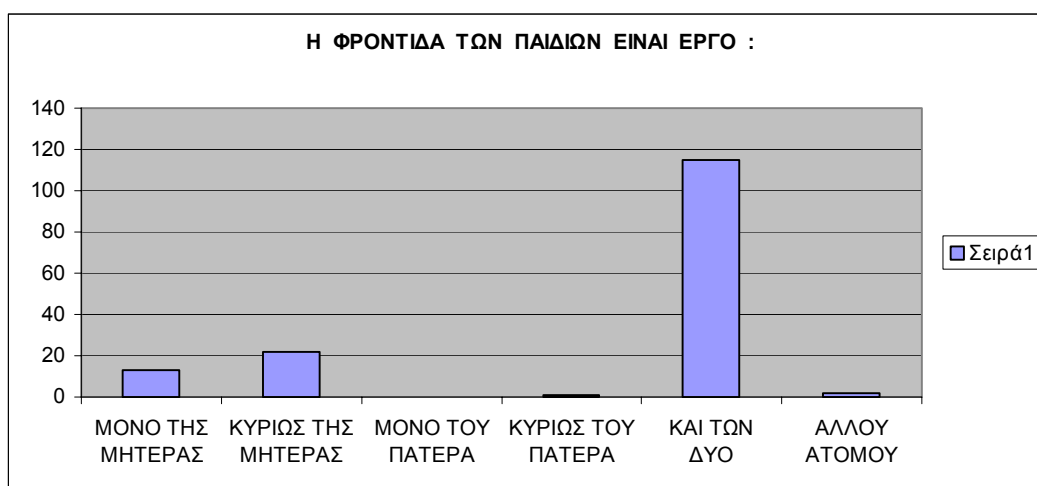
Η χ^2 τιμή 61,87 για τους πατέρες και 247,87 για τις μητέρες όπου και στις δυο περιπτώσεις η τιμή του είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των επτά κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

15)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΠΟΙΟΣ ΕΧΕΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΤΗΝ ΕΥΘΥΝΗ ΤΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 15

Η ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΕΙΝΑΙ ΕΡΓΟ :	
ΜΟΝΟ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ	13 (8%)
ΚΥΡΙΩΣ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ	22 (14%)
ΜΟΝΟ ΤΟΥ ΠΑΤΕΡΑ	0 (0%)
ΚΥΡΙΩΣ ΤΟΥ ΠΑΤΕΡΑ	1 (0.7%)
ΚΑΙ ΤΩΝ ΔΥΟ	115 (75%)
ΑΛΛΟΥ ΑΤΟΜΟΥ	2 (1%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 15



Σε πολύ μεγάλο ποσοστό (75%) η φροντίδα των παιδιών είναι έργο και των δυο γονέων. Επιπλέον σε αρκετά μεγάλο ποσοστό 22% η φροντίδα των παιδιών είναι έργο μόνο ή κυρίως της μητέρας.

Η χ^2 τιμή 365,93 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των έξι κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

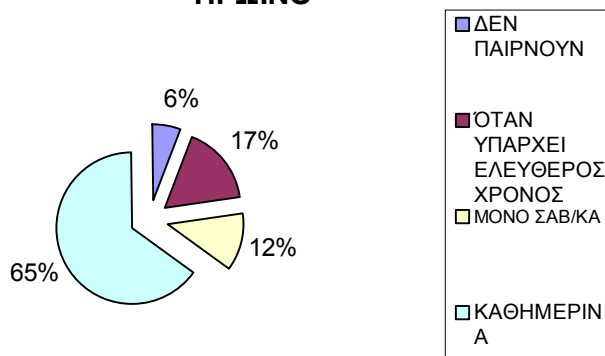
16)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΑΝΑΛΟΓΑ ΜΕ ΤΟ ΕΑΝ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥΣ ΠΑΙΡΝΟΥΝ ΠΡΩΙΝΟ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 16

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΑΙΡΝΟΥΝ ΠΡΩΙΝΟ :	
ΔΕΝ ΠΑΙΡΝΟΥΝ	9 (6%)
ΟΤΑΝ ΥΠΑΡΧΕΙ ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ ΧΡΟΝΟΣ	26 (17%)
ΜΟΝΟ ΣΑΒΒΑΤΟΚΥΡΙΑΚΑ	18(12%)
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ	101 (65%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 16

ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΑΙΡΝΟΥΝ ΠΡΩΙΝΟ



Στο 65% των νοικοκυριών το πρωινό αποτελεί μέρος της καθημερινής τους ζωής. Σημαντική διαπίστωση επίσης από τα ευρήματα της έρευνας είναι ότι ένα σημαντικό ποσοστό παιδιών (12%) παίρνει πρωινό μόνο το σαββατοκύριακο.

Η χ^2 τιμή 139,03 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των τεσσάρων κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

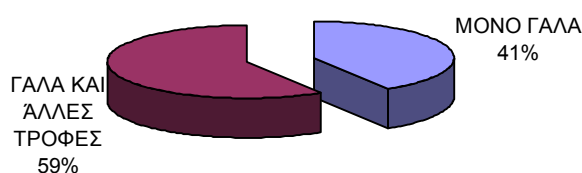
17)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΕΑΝ ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΤΟΥΣ ΑΠΟΤΕΛΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΓΑΛΑ ΜΟΝΟ Η ΚΑΙ ΑΠΟ ΑΛΛΕΣ ΣΠΙΤΙΚΕΣ ΤΡΟΦΕΣ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 17

ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ ΑΠΟΤΕΛΕΙΤΑΙ ΑΠΟ:	
ΜΟΝΟ ΓΑΛΑ	ΓΑΛΑ ΚΑΙ ΑΛΛΕΣ ΤΡΟΦΕΣ
59 (41%)	85 (59%)
0,36<P<0,45	0,54<P<0,63 *

ΓΡΑΦΗΜΑ 17

ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ ΑΠΟΤΕΛΕΙΤΑΙ ΑΠΟ :



Το 59% των παιδιών του δείγματος φαίνεται πως λαμβάνει πιο πλήρες πρωινό εν αντίθεση με το 41% που για πρωινό πίνει μόνο γάλα.

Η χ^2 τιμή 4,69 του κριτηρίου μας είναι μικρότερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι δεν υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των δυο κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας. Επομένως η διαφορά ανάμεσα στις θεωρητικές και στις πραγματικές συχνότητες των δυο κατηγοριών δεν είναι στατιστικώς σημαντική, αυτό σημαίνει ότι υπάρχει μεγάλη πιθανότητα η διαφορά ανάμεσα στην υποτιθέμενη τιμή του πληθυσμού και στην τιμή του δείγματος να είναι τυχαία (φυσική διακύμανση της τυχαίας δειγματοληψίας). Άρα υπάρχει μεγάλη πιθανότητα οι απαντήσεις των γονέων του δείγματος μας που απάντησαν ότι το πρωινό των παιδιών αποτελείται από μόνο γάλα (41%) και γάλα με άλλες τροφές (85%) να διαφέρει σε μεγάλο ποσοστό από τις απόψεις του γενικότερου πληθυσμού.

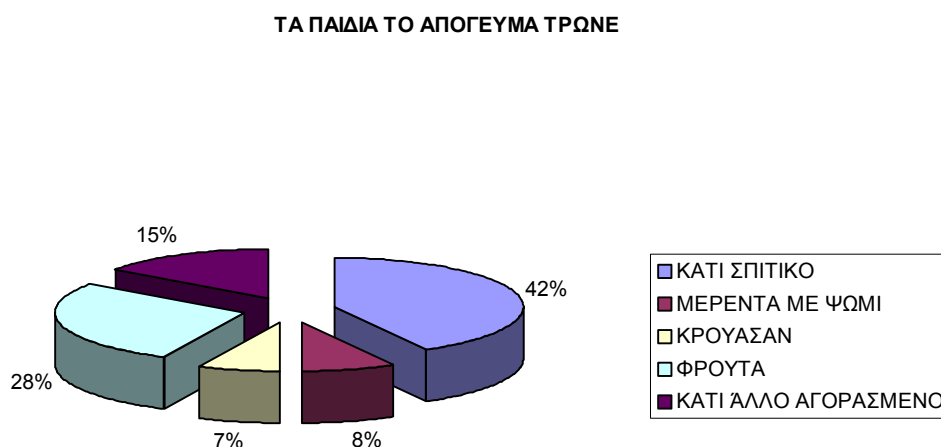
*Ορια διαστήματος εμπιστοσύνης σε κάθε απάντηση, για επίπεδο εμπιστοσύνης $1-\alpha = 99\%$

18)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΤΙ ΤΡΩΝΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥΣ ΤΟ ΑΠΟΓΕΥΜΑ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 18

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟ ΑΠΟΓΕΥΜΑ ΤΡΩΝΕ :				
ΚΑΤΙ ΣΠΙΤΙΚΟ	ΜΕΡΕΝΤΑ ΜΕ ΨΩΜΙ	ΚΡΟΥΑΣΑΝ	ΦΡΟΥΤΑ	ΚΑΤΙ ΑΛΛΟ ΑΓΟΡΑΣΜΕΝΟ
79 (42%)	16 (8%)	14 (7%)	53 (28%)	28 (15%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 18



Σε αυτήν την ερώτηση επειδή οι γονείς συμπλήρωσαν περισσότερες από μια απαντήσεις (προφανώς απάντησαν με αυτόν τον τρόπο επειδή η συχνότητα που λαμβάνουν τα παιδιά τους μια τροφή από αυτές που προτεινόταν ήταν ίδια με κάποια άλλη) τις συμπεριλάβαμε όλες επειδή μας ενδιέφερε να δούμε ποιο είδος τροφής υπερισχύει πλειοψηφικά στις απογευματινές συνήθειες του παιδιού.

Έτσι, από το δείγμα μας φάνηκε πως το απόγευμα τα παιδιά τρώνε σε ποσοστό 42% σπιτικές τροφές και σε ποσοστό 28% φρούτα. Επιπλέον, το 30% επιλέγει να αγοράσει κάτι απ' έξω ή να φάει μερέντα με ψωμί και κρουασάν.

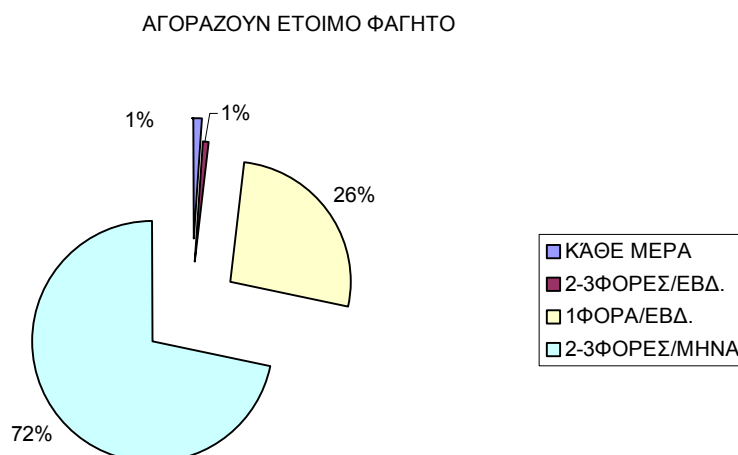
Η χ^2 τιμή 80,68 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των πέντε κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας (κάτι σπιτικό, μερέντα με ψωμί, κρουασάν, φρούτα, κάτι άλλο αγορασμένο).

19)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΕΑΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΑΓΟΡΑΖΟΥΝ ΕΤΟΙΜΟ ΦΑΓΗΤΟ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 19

ΑΓΟΡΑΖΟΥΝ ΕΤΟΙΜΟ ΦΑΓΗΤΟ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ :			
ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ	2-3 ΦΟΡΕΣ/ΕΒΔ.	1ΦΟΡΑ/ΕΒΔ	2-3ΦΟΡΕΣ/ΜΗΝΑ
1 (0.6%)	1 (0.6%)	40 (26%)	108 (71%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 19



Η συχνότητα που το έτοιμο φαγητό μπαίνει στο σπίτι δεν είναι ιδιαίτερα μεγάλη. Σε ποσοστό 71% το έτοιμο φαγητό «μπαίνει» στα νοικοκυριά που μελετάμε 2-3 φορές το μήνα, ενώ μια φορά την εβδομάδα μπαίνει σε ποσοστό 26%. Επίσης αξίζει να σημειωθεί πως οι οικογένειες τρώνε έτοιμο φαγητό κάθε μέρα ή 2-3 φορές την εβδομάδα σε ποσοστό που δεν ξεπερνά το 2%.

Η χ^2 τιμή 203,76 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει διαφορά ανάμεσα στις θεωρητικές και στις πραγματικές συχνότητες των τεσσάρων κατηγοριών που είναι στατιστικώς σημαντική.

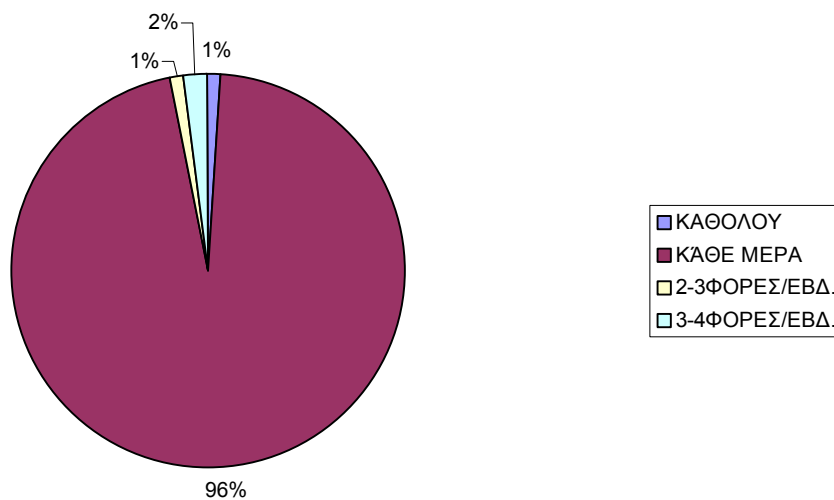
20)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ ΜΑΓΕΙΡΕΥΟΥΝ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 20

ΜΑΓΕΙΡΕΥΟΥΝ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ :			
ΚΑΘΟΛΟΥ	ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ	2-3ΦΟΡΕΣ/ΕΒΔ .	3-4ΦΟΡΕΣ/ΕΒΔ .
1 (0.6%)	148 (96%)	2 (1%)	3 (2%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 20

ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ ΜΑΓΕΙΡΕΥΟΥΝ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ



Το 96% των νοικοκυριών μαγειρεύουν στο σπίτι κάθε μέρα ενώ μόνο το 0,6% δεν μαγειρεύει ποτέ στο σπίτι.

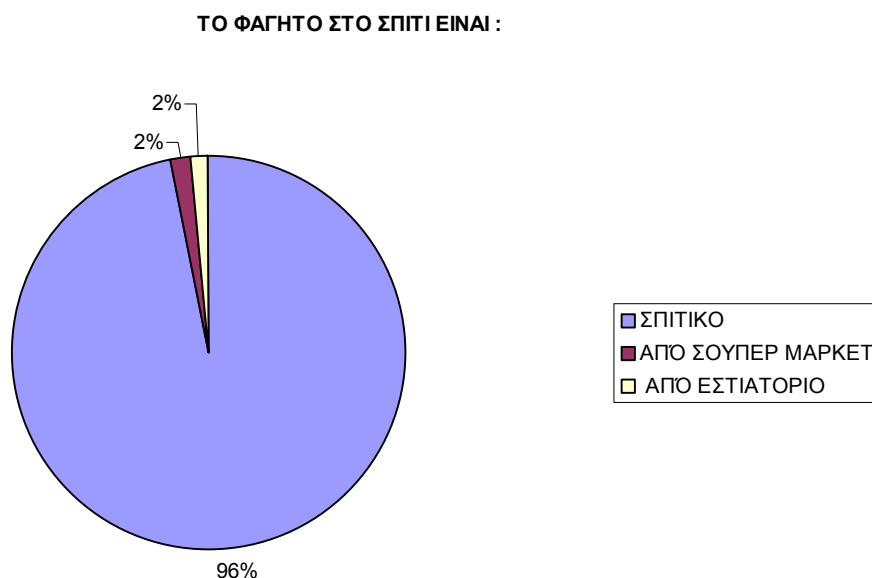
Η χ^2 τιμή 415,29 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει διαφορά ανάμεσα στις θεωρητικές και στις πραγματικές συχνότητες των τεσσάρων κατηγοριών που είναι στατιστικώς σημαντική.

21)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΠΩΣ ΕΠΙΛΕΓΟΥΝ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΦΑΓΗΤΟ ΤΟΥΣ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 21

ΤΙΣ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΦΟΡΕΣ ΤΟ ΦΑΓΗΤΟ ΕΙΝΑΙ :		
ΦΤΙΑΓΜΕΝΟ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ	ΕΤΟΙΜΟ ΑΠΟ ΣΟΥΠΕΡ-ΜΑΡΚΕΤ	ΑΓΟΡΑΣΜΕΝΟ ΑΠΟ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ
153 (97%)	2 (1.5%)	2 (1.5%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 21



Το 97% του δείγματος επιλέγει τις περισσότερες φορές το φαγητό να έχει παρασκευαστεί εξ' ολοκλήρου στο σπίτι ενώ μόνο το 3% επιλέγει να είναι είτε έτοιμο από το σούπερ μάρκετ είτε αγορασμένο από το εστιατόριο.

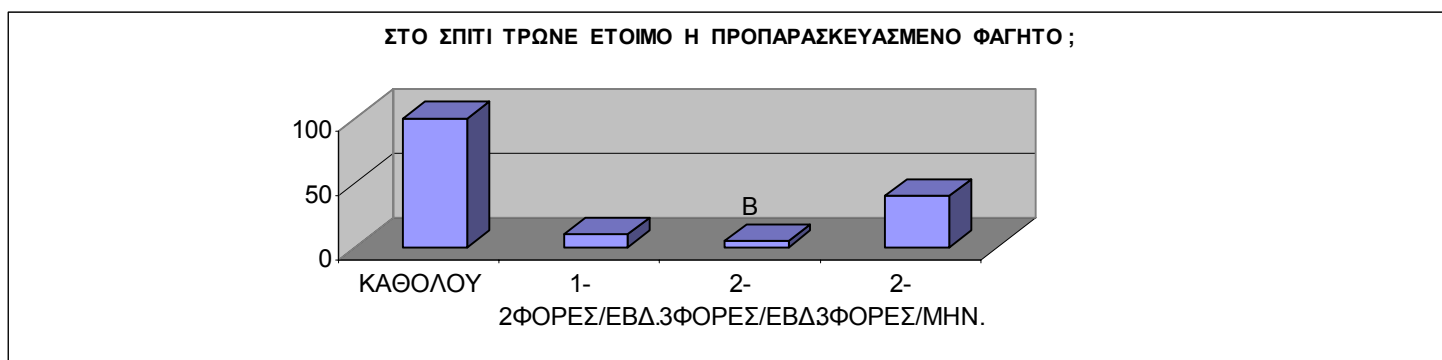
Η χ^2 τιμή 290,45 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των τριών κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

22)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΑΝ ΕΠΙΛΕΓΟΥΝ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΝΑ ΤΡΩΝΕ ΕΤΟΙΜΟ Η ΠΡΟΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ ΦΑΓΗΤΟ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 22

ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΤΡΩΝΕ ΕΤΟΙΜΟ Η ΠΡΟΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ ΦΑΓΗΤΟ ;			
ΚΑΘΟΛΟΥ	1-2ΦΟΡΕΣ/ΕΒΔ.	2-3ΦΟΡΕΣ/ΕΒΔ.	2-3ΦΟΡΕΣ/ΜΗΝ.
100 (65%)	10 (6%)	5 (3%)	40 (26%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 22



Η ερώτηση αυτή υπήρξε στο ερωτηματολόγιο και δικλείδα για τις δυο παραπάνω ερωτήσεις (20,21) και στη συγκεκριμένη ερώτηση το μεγαλύτερο ποσοστό του δείγματος (65%) απάντησε πως δεν σιτίζονται καθόλου με έτοιμο ή προπαρασκευασμένο φαγητό και πως μόνο 2- 3 φορές το μήνα επιλέγουν να φάνε στο σπίτι έτοιμο φαγητό, σε ποσοστό 26%.

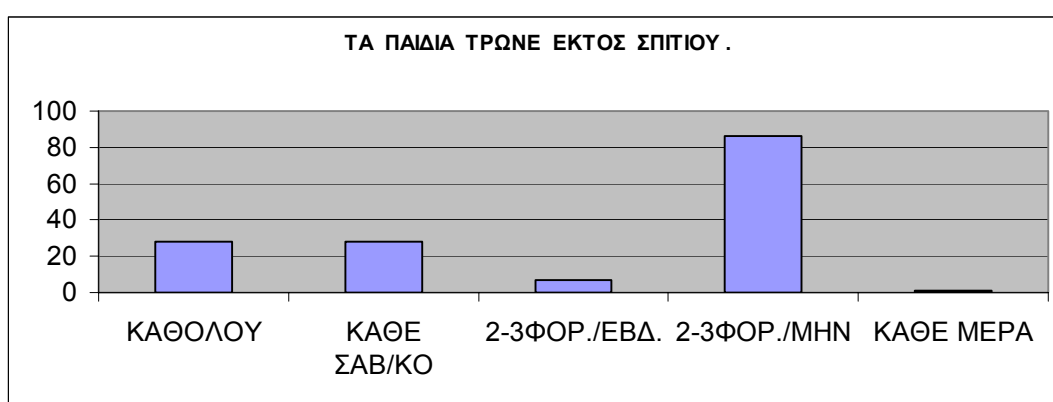
Η χ^2 τιμή 147,58 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των τεσσάρων κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

23)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΑΝ ΤΡΩΝΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥΣ ΕΚΤΟΣ ΣΠΙΤΙΟΥ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 23

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΡΩΝΕ ΕΚΤΟΣ ΣΠΙΤΙΟΥ .				
ΚΑΘΟΛΟΥ	ΚΑΘΕ ΣΑΒ/ΚΟ	2-3ΦΟΡ./ΕΒΔ.	2-3ΦΟΡ./ΜΗΝ	ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ
28 (18%)	28 (18%)	7 (5%)	85 (56%)	1 (0.7%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 23



Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας ένα μεγάλο ποσοστό γονέων (56%) απάντησαν ότι τα παιδιά τους συνηθίζουν να τρώνε εκτός σπιτιού 2 –3 φορές το μήνα. Στη συγκεκριμένη έρευνα άλλοι γονείς απαντούν ότι τα παιδιά τους τρώνε σε χώρους έξω από το σπίτι κάθε σαββατοκύριακο. Με το ίδιο ποσοστό (18%) κάποιοι άλλοι αναφέρουν ότι τα παιδιά τους δεν τρώνε καθόλου εκτός σπιτιού.

Το ποσοστό των γονέων που υποστηρίζουν ότι τα παιδιά τους γευματίζουν 2-3 φορές την εβδομάδα εκτός σπιτιού αγγίζει το 5%, ενώ τα παιδιά εκείνων που τρώνε κάθε μέρα έξω αποτελούν το 0,7%.

Η χ^2 τιμή 147,74 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των πέντε κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

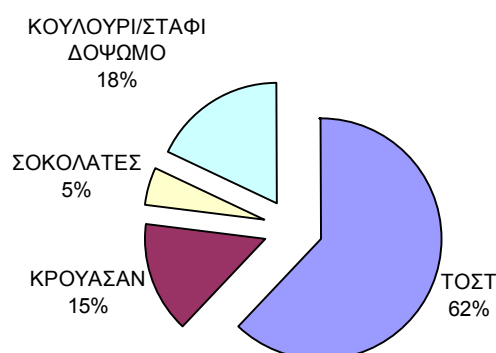
24)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΤΙ ΑΝΑΦΕΡΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΡΩΤΗΣΗ ΤΙ ΑΓΟΡΑΖΟΥΝ ΣΥΝΗΘΩΣ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥΣ ΑΠΟ ΤΟ ΚΥΛΙΚΕΙΟ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 24

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΑΓΟΡΑΖΟΥΝ ΣΥΝΗΘΩΣ ΑΠΟ ΤΟ ΚΥΛΙΚΕΙΟ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ :			
ΤΟΣΤ (ΖΑΜΠΟΝ-ΤΥΡΙ)	ΚΡΟΥΑΣΑΝ	ΣΟΚΟΛΑΤΕΣ	ΚΟΥΛΟΥΡΙ-ΣΤΑΦΙΔΟΨΩΜΟ
103 (62%)	25 (15%)	9 (5%)	31 (18%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 24

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΑΓΟΡΑΖΟΥΝ ΑΠΟ ΤΟ ΚΥΛΙΚΕΙΟ ΤΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ :



Στη συγκεκριμένη ερώτηση κάποιοι από τους γονείς έδωσαν περισσότερες από μια απαντήσεις καθώς προφανώς τα παιδιά δεν συνηθίζουν να παίρνουν ένα μόνο από τα προϊόντα που διαθέτει το κυλικείο του σχολείου τους. Έτσι όλες οι απαντήσεις θεωρήθηκαν χρήσιμες και συμπεριλήφθηκαν στην επεξεργασία δεδομένων. Ένα μεγάλο λοιπόν μέρος του δείγματος απάντησε ότι τα παιδιά τους προτιμάνε να τρώνε τοστ (ζαμπόν – τυρί) σε ποσοστό 62%, τριπλάσιο δηλαδή από εκείνα τα παιδιά που τρώνε σοκολάτες- κρουασάν (28%). Ενώ ένα ποσοστό μόλις 18% προτιμάει ν' αγοράζει από το κυλικείο του σχολείου κουλούρι και σταφιδόψωμο.

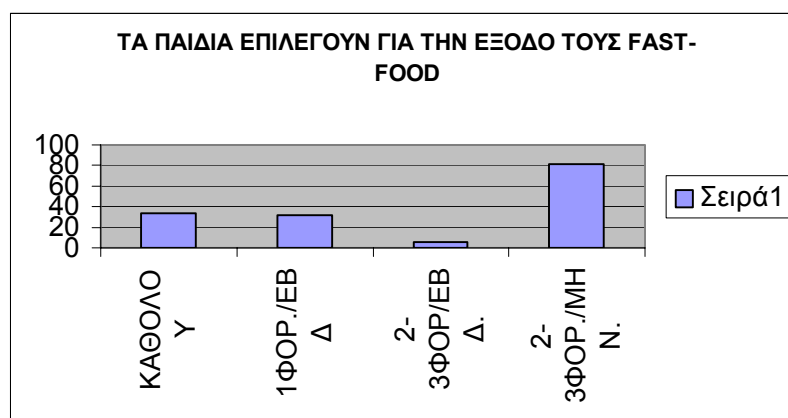
Η χ^2 τιμή 124,28 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει διαφορά ανάμεσα στις θεωρητικές και στις πραγματικές συχνότητες των τεσσάρων κατηγοριών που είναι στατιστικώς σημαντική.

25)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΤΙ ΑΠΑΝΤΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑ ΠΟΥ ΑΝΑΦΕΡΕΤΑΙ ΣΤΟ ΑΝ ΕΠΙΛΕΓΟΥΝ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΞΟΔΟ ΤΟΥΣ ΤΑ FAST- FOOD.

ΠΙΝΑΚΑΣ 25

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΕΠΙΛΕΓΟΥΝ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΞΟΔΟ ΤΟΥΣ FAST-FOOD			
ΚΑΘΟΛΟΥ	1ΦΟΡ./ΕΒΔ	2-3ΦΟΡ/ΕΒΔ.	2-3ΦΟΡ./ΜΗΝ.
34 (22%)	32 (21%)	6 (4%)	81 (53%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 25



Στο παραπάνω ερώτημα περίπου οι μισοί από τους γονείς που ρωτήθηκαν (53%), υποστήριξαν ότι τα παιδιά τους πηγαίνουν στα fast- food κατά την έξοδο τους 2 – 3 φορές το μήνα. Ένα 25% των γονέων απάντησαν ότι τα παιδιά τους πηγαίνουν στα fast- food 1 ή περισσότερες φορές την εβδομάδα. Τα παιδιά που δεν επιλέγουν καθόλου να πηγαίνουν κατά την έξοδο τους σύμφωνα με τους γονείς τους αποτελούν το 22%.

Η χ^2 τιμή 76,46 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει διαφορά ανάμεσα στις θεωρητικές και στις πραγματικές συχνότητες των τεσσάρων κατηγοριών που είναι στατιστικώς σημαντική.

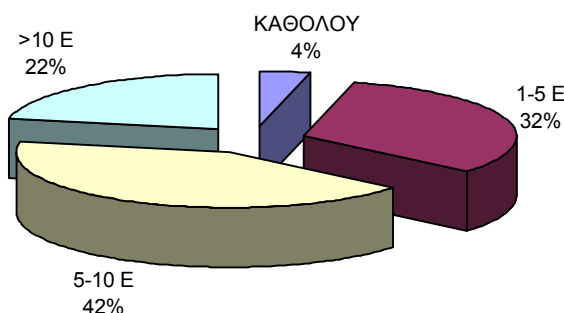
26)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΤΙ ΑΠΑΝΤΗΣΗ ΔΙΝΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑ ΠΟΥ ΑΝΑΦΕΡΕΤΑΙ ΣΤΟ ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΧΑΡΤΖΙΛΙΚΙ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 26

ΤΟ ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΧΑΡΤΖΙΛΙΚΙ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΕΙΝΑΙ :			
ΚΑΘΟΛΟΥ	1-5 Ε	5-10 Ε	>10 Ε
7 (4%)	51 (32%)	65 (42%)	34 (22%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 26

ΤΟ ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΧΑΡΤΖΙΛΙΚΙ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ :



Κάποιοι γονείς (42%) αναφέρουν ότι τα παιδιά τους παίρνουν 5 – 10 ε για εβδομαδιαίο χαρτζιλίκι και ένα 32% των γονέων ανέφερε ότι το εβδομαδιαίο χαρτζιλίκι των παιδιών τους ανέρχεται στο 1-5 ε.

Ένα 22% από τους γονείς που συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο απάντησε ότι στα παιδιά τους δίνουν πάνω από 10 ε για εβδομαδιαίο χαρτζιλίκι ενώ τέλος ένα μικρό ποσοστό γονιών (4%) δήλωσε ότι δεν δίνει καθόλου εβδομαδιαίο χαρτζιλίκι στα παιδιά του.

Η χ^2 τιμή 47,61 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των τεσσάρων κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

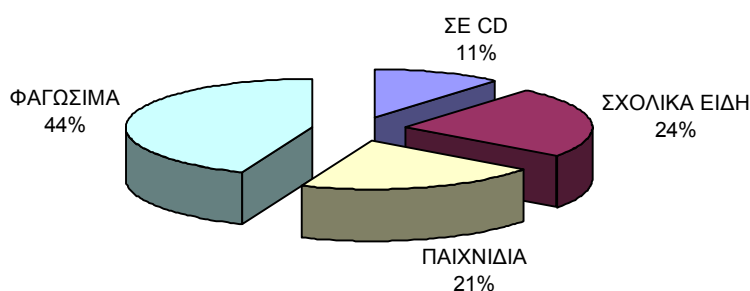
27)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΟ ΤΙ ΑΠΑΝΤΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑ ΣΕ ΤΙ ΔΙΑΘΕΤΟΥΝ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥΣ ΣΥΝΗΘΩΣ ΤΟ ΧΑΡΤΖΙΛΙΚΙ ΤΟΥΣ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 27

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΔΙΑΘΕΤΟΥΝ ΣΥΝΗΘΩΣ ΤΟ ΧΑΡΤΖΙΛΙΚΙ ΤΟΥΣ ΣΕ :			
CD	ΣΧΟΛΙΚΑ ΕΙΔΗ	ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ	ΦΑΓΩΣΙΜΑ
20 (11%)	42 (24%)	36 (21%)	78 (44%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 27

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΔΙΑΘΕΤΟΥΝ ΤΟ ΧΑΡΤΖΙΛΙΚΙ ΤΟΥΣ :



Και σε αυτήν την ερώτηση οι γονείς προτίμησαν να δώσουν περισσότερο από μια απαντήσεις, γεγονός που πιθανόν δικαιολογείται γιατί τα παιδιά εκτός από το χαρτζιλίκι που διαθέτουν για την αγορά προϊόντων πρώτης ανάγκης όπως φαγώσιμα έχουν και άλλες ανάγκες να καλύψουν με το εβδομαδιαίο χαρτζιλίκι τους όπως η αγορά σχολικών ειδών και CD. Στην επεξεργασία των δεδομένων της συγκεκριμένης ερώτησης λήφθηκαν όλες οι απαντήσεις των γονέων.

Ένα μέρος του δείγματος μας που ερωτήθηκε έδωσε ως απάντηση (σε ποσοστό 44%)ότι τα παιδιά του συνηθίζουν να διαθέτουν το χαρτζιλίκι τους σε φαγώσιμα είδη.

Το 24% του δείγματος απάντησε ότι τα παιδιά του συνηθίζουν να αγοράζουν με το χαρτζιλίκι τους σχολικά είδη. Το υπόλοιπο ποσοστό γονέων που απάντησαν (21% και 11%) ανέφεραν ότι τα παιδιά τους αγοράζουν παιχνίδια (21%) και CD (11%) αντίστοιχα.

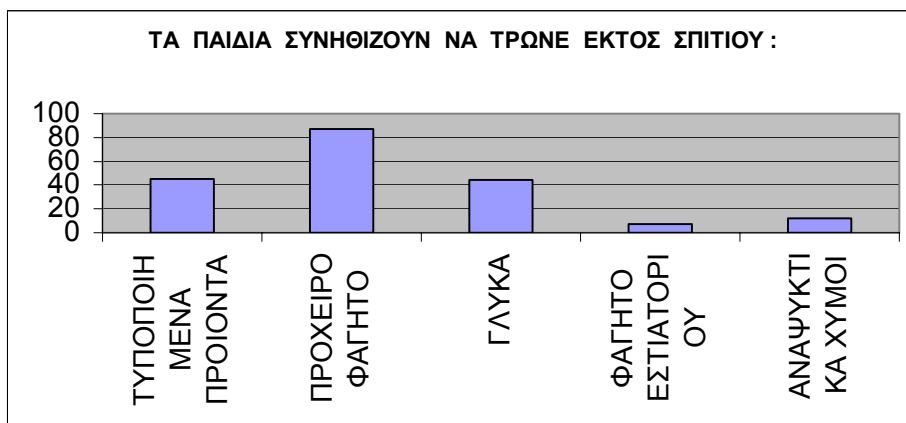
Η χ^2 τιμή 40,90 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των τεσσάρων κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

28)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΙ ΑΠΑΝΤΑΝΕ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑ ΤΙ ΣΥΝΗΘΙΖΟΥΝ ΝΑ ΤΡΩΝΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΕΚΤΟΣ ΣΠΙΤΙΟΥ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 28

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΣΥΝΗΘΙΖΟΥΝ ΝΑ ΤΡΩΝΕ ΕΚΤΟΣ ΣΠΙΤΙΟΥ :				
ΤΥΠΟΠΟΙΗΜΕΝΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ	ΠΡΟΧΕΙΡΟ ΦΑΓΗΤΟ	ΓΛΥΚΑ	ΦΑΓΗΤΟ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ	ΑΝΑΨΥΚΤΙΚΑ ΧΥΜΟΙ
45 (23%)	87 (45%)	44 (22%)	7 (4%)	12 (6%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 28



Στη συγκεκριμένη ερώτηση κάποιοι από τους γονείς επέλεξαν περισσότερο από μια απαντήσεις, καθώς οι κατηγορίες τροφίμων που μπορεί να προτιμάνε τα παιδιά ποικίλουν και προφανώς δεν είναι μόνο μια. Έτσι λήφθηκαν υπόψη όλες οι απαντήσεις.

Έτσι το 45% του δείγματος από τους γονείς μας λένε ότι τα παιδιά τους προτιμούν το πρόχειρο φαγητό εκτός σπιτιού, το 23% αναφέρουν ότι τα παιδιά τους συνηθίζουν να τρώνε τυποποιημένα προϊόντα έξω από το χώρο του σπιτιού και το 22% από τους γονείς ότι τρώνε γλυκά. Τέλος τα μικρότερα ποσοστά γονέων που συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο, έδωσαν ως απάντηση ότι τα παιδιά τους συνηθίζουν να τρώνε εκτός σπιτιού φαγητό εστιατορίου σε ποσοστό 4% και να πίνουν αναψυκτικά σε χυμούς σε ποσοστό 6%.

Η χ^2 τιμή 105,58 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει διαφορά ανάμεσα στις θεωρητικές και στις πραγματικές συχνότητες των πέντε κατηγοριών που είναι στατιστικώς σημαντική.

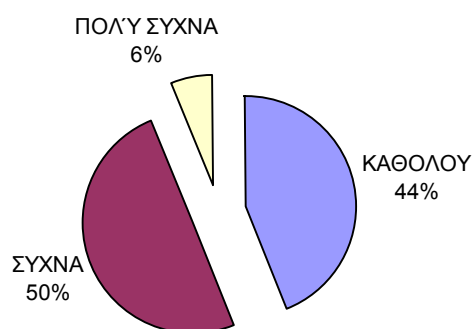
29)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΑΝΑΦΟΡΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΤΙ ΑΠΑΝΤΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΡΩΤΗΣΗ ΤΙ ΤΡΩΝΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥΣ ΟΤΑΝ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΟΥΝ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 29

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΖΗΤΟΥΝ ΝΑ ΦΑΝΕ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΠΟΥ ΔΙΑΦΗΜΙΖΕΙ Η ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ:		
ΚΑΘΟΛΟΥ	ΣΥΧΝΑ	ΠΟΛΥ ΣΥΧΝΑ
69 (44%)	79 (50%)	9 (6%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 29

ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ ΖΗΤΟΥΝ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΝΑ ΦΑΝΕ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΠΟΥ ΔΙΑΦΗΜΙΖΕΙ Η ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ



Σε αυτήν την ερώτηση οι μισοί από τους γονείς του δείγματος μας συμπλήρωσαν πως τα παιδιά ζητούν συχνά να φάνε προϊόντα που διαφημίζει η τηλεόραση. Λίγο χαμηλότερα το 44% των γονέων απάντησε ότι τα παιδιά δεν ζητούν καθόλου να φάνε προϊόντα που διαφημίζει η τηλεόραση. Ενώ ένα πολύ μικρό ποσοστό (6%) γονέων ισχυρίστηκε ότι τα παιδιά τους ζητάνε πολύ συχνά να φάνε προϊόντα που διαφημίζει η τηλεόραση.

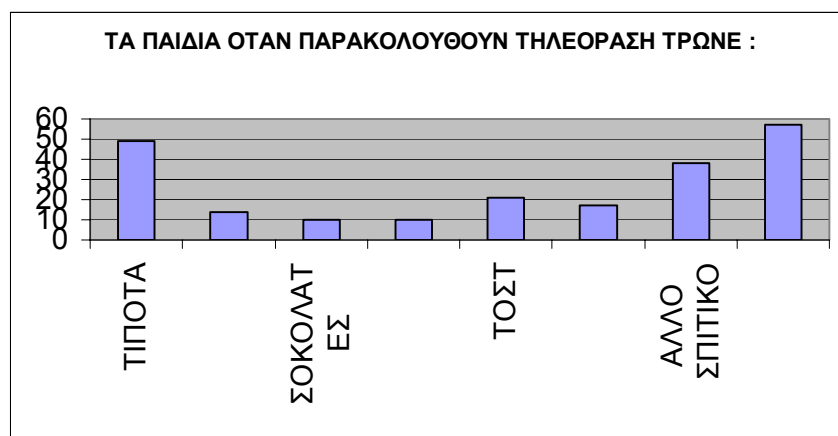
Η χ^2 τιμή 54,11 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των τριών κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

30)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΑΝΑΦΟΡΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΤΙ ΑΠΑΝΤΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΡΩΤΗΣΗ ΤΙ ΤΡΩΝΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΟΥΣ ΟΤΑΝ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΟΥΝ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 30

ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΟΤΑΝ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΟΥΝ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ ΤΡΩΝΕ :	
ΤΙΠΟΤΑ	49 (23%)
ΓΑΡΙΔΑΚΙΑ	14 (6%)
ΣΟΚΟΛΑΤΕΣ	10 (5%)
ΠΙΤΣΑ	10 (5%)
ΤΟΣΤ	21 (10%)
ΣΠΙΤΙΚΟ ΚΕΙΚ-ΚΟΥΛΟΥΡΑΚΙΑ	17 (8%)
ΑΛΛΟ ΣΠΙΤΙΚΟ	38 (17%)
ΦΡΟΥΤΑ	57 (26%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 30



Στο συγκεκριμένο ερώτημα οι γονείς προτίμησαν να δώσουν περισσότερες από μια απαντήσεις καθώς προφανώς οι τροφές που επιλέγουν τα παιδιά τους να τρώνε όταν βλέπουν τηλεόραση ποικίλουν ανάλογα με την ώρα που παρακολουθούν τηλεοπτικά προγράμματα και ανάλογα με τι διαθέσιμο υπάρχει στο σπίτι. Έτσι όλες οι απαντήσεις θεωρήθηκαν χρήσιμες και συμπεριλήφθηκαν στην επεξεργασία των δεδομένων.

Έτσι το μεγαλύτερο ποσοστό από τους γονείς (26%) απάντησε ότι τα παιδιά συνηθίζουν να τρώνε φρούτα όταν παρακολουθούν τηλεόραση, το αμέσως μικρότερο ποσοστό (23%) των γονιών απάντησε ότι τα παιδιά όταν παρακολουθούν τηλεόραση δεν τρώνε τίποτα. Ένα 10% των γονέων απάντησε ότι τα παιδιά τους τρώνε τوست όταν βλέπουν τηλεόραση, ένα 8% ότι τρώνε σπιτικό κέικ – κουλουράκια, ένα 6% ότι

τρώνε γαριδάκια και με το ίδιο ποσοστό 5% και 5% απάντησαν κάποιοι από τους γονείς ότι τα παιδιά τους προτιμούν να τρώνε σοκολάτες και πίτσα.

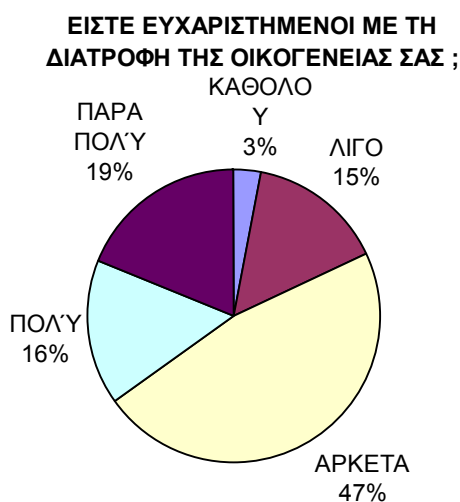
Η χ^2 τιμή 88,44 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει διαφορά ανάμεσα στις θεωρητικές και στις πραγματικές συχνότητες των οκτώ κατηγοριών που είναι στατιστικώς σημαντική.

31)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ ΕΑΝ ΕΙΝΑΙ ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΜΕΝΟΙ ΜΕ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΤΟΥΣ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 31

ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΕΙΝΑΙ ΕΥΧΑΡΙΣΤΗΜΕΝΟΙ ΜΕ ΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΤΟΥΣ :	
ΚΑΘΟΛΟΥ	4 (3%)
ΛΙΓΟ	23 (15%)
ΑΡΚΕΤΑ	71 (47%)
ΠΟΛΥ	25 (16%)
ΠΑΡΑ ΠΟΛΥ	29 (19%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 31



Οι οικογένειες του δείγματος μας είναι ευχαριστημένες από αρκετά έως πάρα πολύ σε ποσοστό 82% ενώ σε ένα 18% δεν είναι ικανοποιημένες σε σημαντικό βαθμό ή και καθόλου.

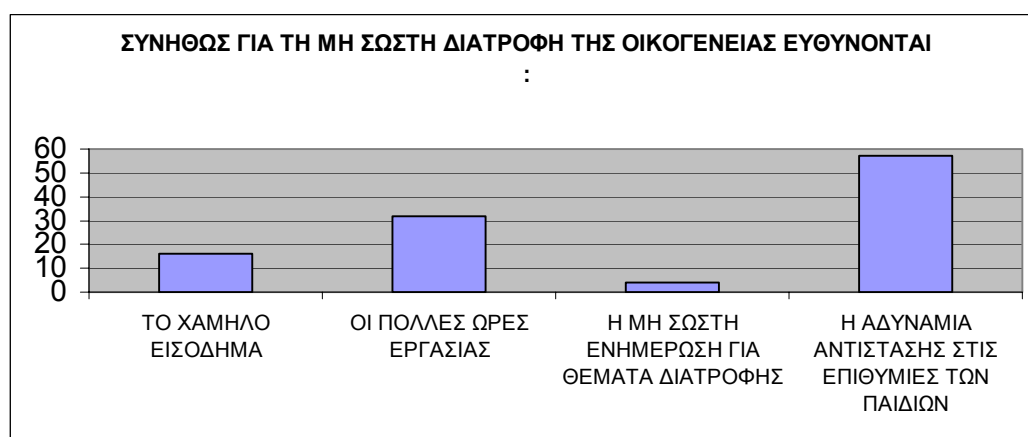
Η χ^2 τιμή 79,97 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των πέντε κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

32)ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΙΣ ΠΕΠΟΙΘΗΣΕΙΣ ΤΟΥΣ ΓΙΑ ΤΟ ΠΟΙΟΙ ΛΟΓΟΙ ΣΥΝΗΘΩΣ ΕΥΘΥΝΟΝΤΑΙ ΓΙΑ ΤΗ ΜΗ ΣΩΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΤΟΥΣ (ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΠΟΥ ΠΙΣΤΕΥΟΥΝ ΟΤΙ ΔΕΝ ΤΡΕΦΟΝΤΑΙ ΣΩΣΤΑ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 32

ΣΥΝΗΘΩΣ ΓΙΑ ΤΗ ΜΗ ΣΩΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΕΥΘΥΝΟΝΤΑΙ :	
ΤΟ ΧΑΜΗΛΟ ΕΙΣΟΔΗΜΑ	16 (15%)
ΟΙ ΠΟΛΛΕΣ ΩΡΕΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ	32 (29%)
Η ΜΗ ΣΩΣΤΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΓΙΑ ΘΕΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ	4 (4%)
Η ΑΔΥΝΑΜΙΑ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗΣ ΣΤΙΣ ΕΠΙΘΥΜΙΕΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ	57 (52%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 32



Σύμφωνα με τον πίνακα ως σημαντικότερο λόγο οι γονείς θεωρούν την αδυναμία αντίστασης στις επιθυμίες των παιδιών με την έννοια ότι δεν μπορούν να τους αντισταθούν στο να τους προσφέρουν κάτι το οποίο δεν είναι υγιεινό.

Ακολουθεί ένα σημαντικό ποσοστό 29% το οποίο θεωρεί πως ευθύνονται οι πολλές ώρες εργασίας και ένα εξίσου σημαντικό ποσοστό 15% που αποδίδει τη μη σωστή διατροφή της οικογένειας στο χαμηλό εισόδημα.

Στη συγκεκριμένη ερώτηση απάντησαν 109 γονείς από τους 156. Σύμφωνα λοιπόν με την τιμή χ^2 57,78 του κριτηρίου μας είναι μεγαλύτερη από την κρίσιμη

τιμή του 1% πράγμα που σημαίνει ότι υπάρχει συνάφεια σχέσης μεταξύ των συχνοτήτων των τεσσάρων κατηγοριών που δομούνται οι απαντήσεις μας.

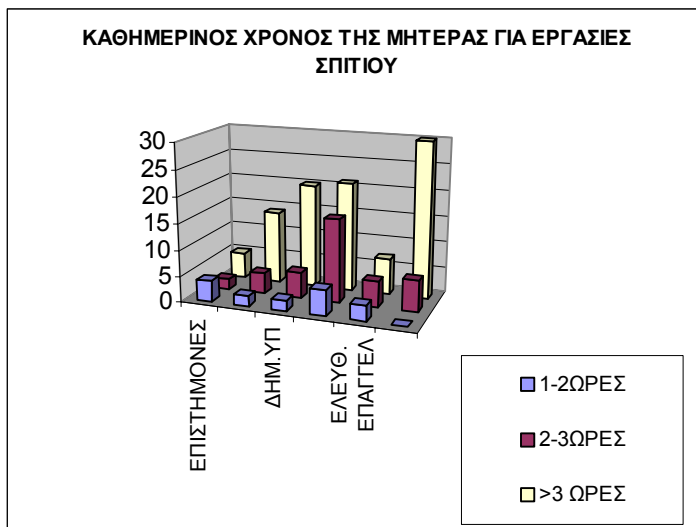
ΑΝΑΛΥΣΗ ΠΙΝΑΚΩΝ ΔΙΠΛΗΣ ΚΑΤΑΝΟΜΗΣ

1].ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ ΜΗΤΕΡΑΣ ΚΑΙ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΥ ΧΡΟΝΟΥ ΠΟΥ ΑΥΤΗ ΑΦΙΕΡΩΝΕΙ ΣΤΙΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ ΚΑΙ ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ ΣΕ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΠΟΙΟΣ ΑΝΑΛΑΜΒΑΝΕΙ ΤΗΝ ΕΥΘΥΝΗ ΤΗΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ.

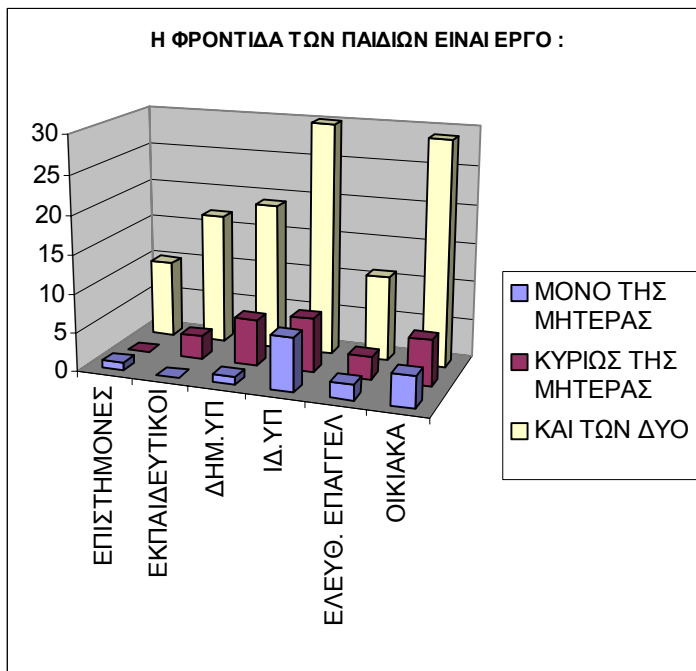
ΠΙΝΑΚΑΣ 33

Α] ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟ Σ ΧΡΟΝΟΣ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ ΓΙΑ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΣΠΙΤΙΟΥ	ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ ΜΗΤΕΡΑΣ						
	ΕΠΙΣΤΗ ΜΟΝΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥ -ΤΙΚΟΙ	ΔΗΜ.ΥΠ	ΙΔ.ΥΠ	ΕΛΕΥΘ. ΕΠΑΓΓΕΛ.	ΟΙΚΙΑΚΑ	ΣΥΝΟΛΟ
1-2ΩΡΕΣ	4 (36%)	2 (10%)	2 (7%)	5 (12%)	3 (20%)	0 (0%)	16
2-3ΩΡΕΣ	2 (18%)	4 (20%)	5 (19%)	16(38%)	5 (33%)	6 (17%)	38
>3 ΩΡΕΣ	5 (46%)	14 (70%)	20 (74%)	21(50%)	7 (47%)	30 (83%)	97
ΣΥΝΟΛΟ	11	20	27	42	15	36	N=153
Β] Η ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΕΙΝΑΙ ΕΡΓΟ :							
ΜΟΝΟ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ	1(9%)	0 (0%)	1 (4%)	7 (16%)	2 (13%)	4 (10%)	15
ΚΥΡΙΩΣ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ	0 (0%)	3 (15%)	6 (23%)	7 (16%)	2 (13%)	6 (16%)	25
ΚΑΙ ΤΩΝ ΔΥΟ	10 (91%)	17 (85%)	19 (73%)	30 (68%)	11 (69%)	27 (69%)	116
ΣΥΝΟΛΟ	11	20	26	44	16	39	N=156

ΓΡΑΦΗΜΑ 33 Α



ΓΡΑΦΗΜΑ 33 Β



Όπως φαίνεται από τον πίνακα οι γυναίκες που ασχολούνται περισσότερο από τρεις ώρες ημερησίως με δουλειές του σπιτιού είναι αυτές που ασχολούνται με τα οικιακά, ακολουθούν αυτές που εργάζονται ως δημόσιοι και ιδιωτικοί υπάλληλοι και τελευταίες έρχονται οι γυναίκες επιστήμονες. Στη μικρότερη κλίμακα (από 1 έως 2 ώρες) αυτές που ασχολούνται λιγότερο είναι αυτές που είναι ιδιωτικές υπάλληλοι.

Από την άλλη τώρα η φροντίδα των παιδιών όπως διαφαίνεται από τον πίνακα είναι και των δυο γονέων ανεξάρτητα από την επαγγελματική κατάσταση της μητέρας.

Αυτά όμως είναι τα πρώτα στοιχεία που μπορεί να συμπεράνει κανείς παρατηρώντας τον παραπάνω πίνακα. Για την επαλήθευση όμως αυτών των στοιχείων κρίνεται απαραίτητο να γίνει έλεγχος με βάση τις ελεγχοσυναρτήσεις καλής προσαρμογής χ^2 . Αυτό θα γίνει για να παρατηρήσουμε αν τα χαρακτηριστικά,

σε πρώτη φάση (επάγγελμα της μητέρας - ώρες ενασχόλησης με το σπίτι) και σε δεύτερη φάση (επάγγελμα της μητέρας - ευθύνη φροντίδας παιδιού), είναι ανεξάρτητα ή όχι.

Στον παραπάνω πίνακα 33.Α βλέπουμε τις συχνότητες 153 ατόμων που μελετήθηκαν για δυο χαρακτηριστικά. Το πρώτο ήταν το επάγγελμα της μητέρας (έξι κατηγορίες: επιστήμονες, εκπαιδευτικοί, δημόσιοι υπάλληλοι, ιδιωτικοί υπάλληλοι, ελεύθεροι επαγγελματίες, οικιακά) και το δεύτερο ήταν ο χρόνος που αυτές αφιερώνουν στις εργασίες του σπιτιού (τρεις κατηγορίες : 1- 2 ώρες, 2-3 ώρες, >από 3).

Για να ελέγξουμε αν αυτά τα δυο χαρακτηριστικά εμφανίζονται ανεξάρτητα πρέπει να δείξουμε ότι η κατανομή του ενός είναι ίδια σε όλες τις διαφορετικές κατηγορίες του άλλου. Ο έλεγχος όπως είπαμε γίνεται με το χ^2 . Όμως στην περίπτωση μας δεν έχουμε θεωρητικές συχνότητες για να τις συγκρίνουμε με τις αναμενόμενες, για το λόγο αυτό πρέπει να τις υπολογίσουμε.

Παρατηρούμε τα μερικά αθροίσματα στην τελευταία γραμμή και βλέπουμε ότι έχουμε συνολικά 11 άτομα επιστήμονες και 20 άτομα εκπαιδευτικούς, δηλαδή η αναλογία των επιστημόνων στον πληθυσμό εκτιμάται με την ποσότητα 11/153 ενώ η αναλογία των εκπαιδευτικών με την ποσότητα 20/153. Αν τα χαρακτηριστικά είναι ανεξάρτητα περιμένουμε η ίδια αναλογία να υπάρχει και μέσα στις τρεις κατηγορίες του χρόνου αφιέρωσης σε εργασίες του σπιτιού.

Με προσθαφαιρέσεις από τα μερικά αθροίσματα μπορούμε να υπολογίσουμε και τις υπόλοιπες συχνότητες και να έχουμε τελικά τον πίνακα των αναμενόμενων συχνοτήτων.

ΠΙΝΑΚΑΣ 34 Α ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΩΝ ΣΥΧΝΟΤΗΤΩΝ

Α] ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΣ ΧΡΟΝΟΣ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ ΓΙΑ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΣΠΙΤΙΟΥ	ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ ΜΗΤΕΡΑΣ						
	ΕΠΙΣΤΗ ΜΟΝΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕ Υ-ΤΙΚΟΙ	ΔΗΜ.ΥΠ	ΙΔ.ΥΠ	ΕΛΕΥΘ. ΕΠΑΓΓΕΛ.	ΟΙΚΙΑΚΑ	ΣΥΝΟΛΟ
1-2ΩΡΕΣ	1,1	2	2,8	4,3	1,5	3,7	16
2-3ΩΡΕΣ	2,7	4,9	6,6	10,3	3,7	8,8	38
>3 ΩΡΕΣ	7	12,7	17,1	26,7	9,5	22,9	97
ΣΥΝΟΛΟ	11	20	27	42	15	36	N=153
Β] Η ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΕΙΝΑΙ ΕΡΓΟ :							

ΜΟΝΟ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ	1,0	1,9	2,5	4,2	1,5	3,75	15
ΚΥΡΙΩΣ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ	1,7	3,2	4,1	7	2,5	6,25	25
ΚΑΙ ΤΩΝ ΔΥΟ	8,1	14,8	19,3	32,7	11,8	29	116
ΣΥΝΟΛΟ	11	20	26	44	16	39	N=156

Τέλος, η ελεγχοσυνάρτηση θα έχει την ίδια μορφή με την χ^2 καλής προσαρμογής, δηλαδή

$$\chi^2 = \sum_{i=0}^n \frac{(\pi_i - \bar{\pi})^2}{\bar{\pi}}$$

Στη συνέχεια πρέπει να βρούμε τους βαθμούς ελευθερίας της χ^2 κατανομής με την οποία θα βρούμε το κρίσιμο σημείο.

Στον πίνακα 33.A που μελετούσαμε τα χαρακτηριστικά επάγγελμα μητέρας – χρόνος για τις εργασίες του σπιτιού το χ^2 είναι 39,04 και είναι $>$ για τις κρίσιμες τιμές του 5% (18,31) και του 1%(23,21) που σημαίνει ότι υπάρχει εξάρτηση ανάμεσα σε αυτά τα δυο χαρακτηριστικά και συμπεραίνουμε ότι αυτά τα δυο χαρακτηριστικά σχετίζονται. **Δηλαδή ο χρόνος που αφιερώνει η μητέρα για τη φροντίδα των εργασιών του σπιτιού εξαρτάται από την κοινωνική της κατάσταση (επαγγελματική – μορφωτική)- βλ. πίνακα 34 A.**

Συμπερασματικά λοιπόν θα λέγαμε ότι τα δικά μας ευρήματα συμφωνούν με αυτό που είχε βρεθεί και βιβλιογραφικά ότι ο χρόνος που αφιερώνει η μητέρα για την φροντίδα των εργασιών του σπιτιού εξαρτάται από την κοινωνική της κατάσταση.

Στον πίνακα 33.B. που μελετούσαμε τα χαρακτηριστικά επάγγελμα μητέρας – ευθύνη φροντίδας παιδιών το χ^2 είναι 7,11 και είναι $<$ από τις κρίσιμες τιμές του 5% (18,31) και του 1% (23,21) που σημαίνει ότι δεν υπάρχει εξάρτηση ανάμεσα στα δυο χαρακτηριστικά και άρα αυτά δεν σχετίζονται μεταξύ τους. **Δηλαδή από τον έλεγχο του χ^2 διαπιστώνουμε ότι το επάγγελμα της μητέρας δεν σχετίζεται με το ποιος αναλαμβάνει την ευθύνη για την φροντίδα του παιδιού- βλ. πίνακα 34 B.**

Συμπερασματικά λοιπόν θα λέγαμε σε σχέση με το τελευταίο ότι τα δικά μας ευρήματα δεν συμφωνούν με αυτό που είχε βρεθεί ότι η έλλειψη χρόνου της εργαζόμενης μητέρας οφείλεται στη μη ισότιμη κατανομή με το σύζυγο σε θέματα που αφορούν τη φροντίδα και την ανατροφή του παιδιού (σελ.20).

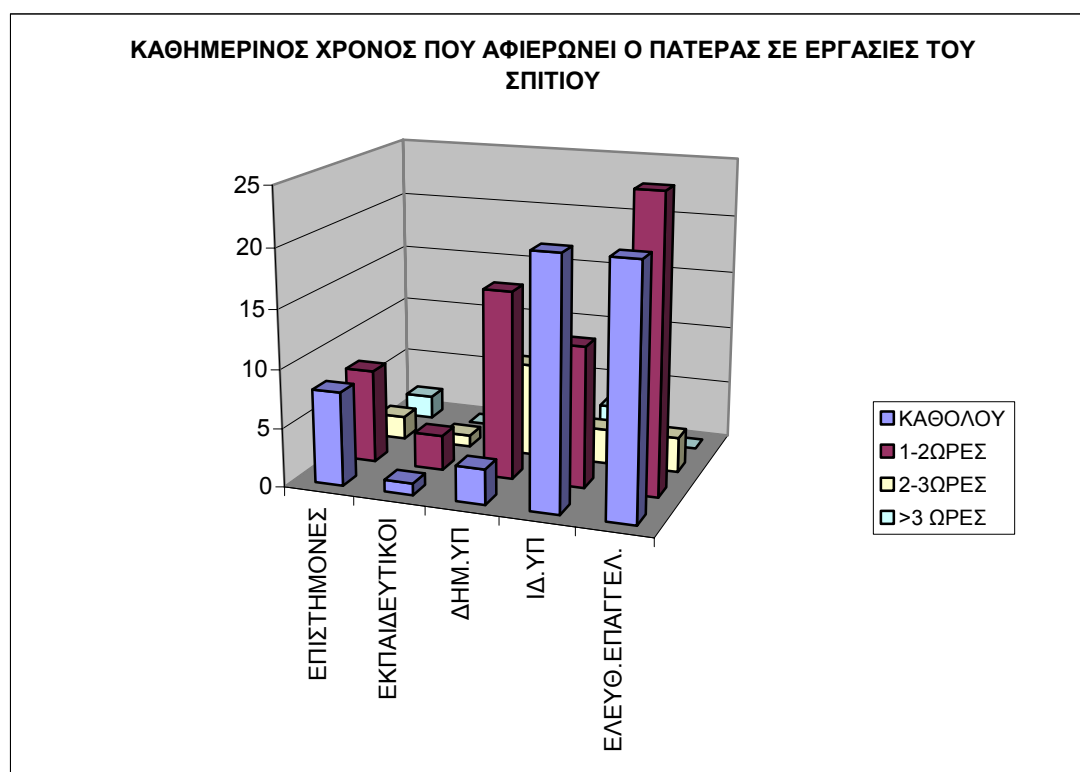
Στη συνέχεια δεν θα παραθέτουμε για λόγους συντομίας τους πίνακες των αναμενόμενων συχνοτήτων αλλά θα αναφερόμαστε απ' ευθείας στο αποτέλεσμα που μας έδωσε ο έλεγχος του χ^2 .

2)ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ ΤΟΥ ΠΑΤΕΡΑ ΜΕ ΤΟ ΧΡΟΝΟ ΠΟΥ ΑΦΙΕΡΩΝΕΙ ΣΤΙΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 35

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΣ ΧΡΟΝΟΣ ΠΟΥ ΑΦΙΕΡΩΝΕΙ Ο ΠΑΤΕΡΑΣ ΣΕ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ	ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ ΠΑΤΕΡΑ					ΣΥΝΟΛΟ
	ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΙ	ΔΗΜ.ΥΠ	ΙΔ.ΥΠ	ΕΛΕΥΘ. ΕΠΑΓΓΕΛ.	
ΚΑΘΟΛΟΥ	8(40%)	1(20%)	3(9,3%)	21(53,8%)	21(42,8%)	50
1-2ΩΡΕΣ	8(40%)	3(60%)	16(57,1%)	12(30,7%)	25(51,0%)	70
2-3ΩΡΕΣ	2(10%)	1(20%)	8(28,5%)	3(7,6%)	3(6,1%)	16
>3 ΩΡΕΣ	2(10%)		1(3,5%)	3(7,6%)		5
ΣΥΝΟΛΟ	20	5	28	39	49	141

ΓΡΑΦΗΜΑ 35



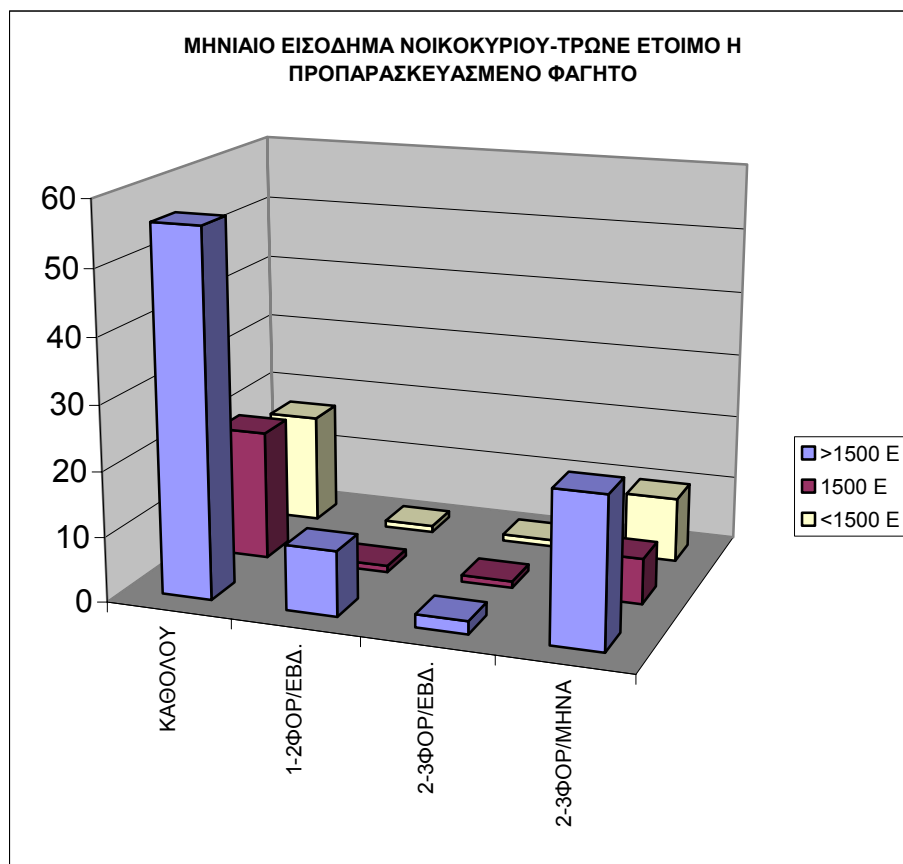
Στον παραπάνω πίνακα παρατηρούμε ότι οι ελεύθεροι επαγγελματίες και οι δημόσιοι και οι ιδιωτικοί υπάλληλοι ασχολούνται περισσότερο με το σπίτι από ότι αυτοί που ασκούν επαγγέλματα τα οποία προϋποθέτουν υψηλό μορφωτικό επίπεδο. **Ο έλεγχος του χ^2 μας έδειξε πως η παρουσία του πατέρα σε δουλειές του σπιτιού εξαρτάται από το επάγγελμα και το μορφωτικό του επίπεδο, όπως έχει βρεθεί και σε άλλες έρευνες, με τη διαφορά όμως ότι εκεί είχε επισημανθεί πως ο σχετικά προοδευτικός τύπος οικιακής βοήθειας συναντάται συχνότερα ανάμεσα στους πιο μορφωμένους συζύγους ενώ ανάμεσα στα ζευγάρια που οι σύζυγοι είναι λιγότερο μορφωμένοι επικρατεί σχετικά συντηρητικός τρόπος ζωής(σελ.19).**

3) ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΜΗΝΙΑΙΟΥ ΕΙΣΟΔΗΜΑΤΟΣ ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑΣ ΠΟΥ ΤΡΩΝΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΡΟΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ ΦΑΓΗΤΟ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 36

ΜΗΝΙΑΙΟ ΕΙΣΟΔΗΜΑ ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΟΥ-ΤΡΩΝΕ ΕΤΟΙΜΟ Η ΠΡΟΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ ΦΑΓΗΤΟ			
ΤΡΩΝΕ ΠΡΟΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ ΦΑΓΗΤΟ	ΜΗΝΙΑΙΟ ΕΙΣΟΔΗΜΑ ΝΟΙΚΟΚΥΡΙΟΥ		
	>1500 Ε	1500 Ε	<1500 Ε
ΚΑΘΟΛΟΥ	56 (62%)	20 (70%)	17 (59%)
1-2ΦΟΡ/ΕΒΔ.	10 (11%)	1 (3%)	1 (3%)
2-3ΦΟΡ/ΕΒΔ.	2 (2%)	1 (3%)	1 (3%)
2-3ΦΟΡ/ΜΗΝΑ	23 (25%)	7 (24%)	10 (35%)

ΓΡΑΦΗΜΑ 36



Το 62% των οικογενειών του δείγματος με το μεγαλύτερο μηνιαίο εισόδημα (>1500) δεν επιλέγουν για τη διατροφή τους το έτοιμο ή προπαρασκευασμένο φαγητό. Και στις οικογένειες με μηνιαίο εισόδημα 1500 και <1500 και εκεί τα μεγαλύτερα ποσοστά των οικογενειών αυτών δεν επιλέγουν το έτοιμο ή το προπαρασκευασμένο φαγητό. Ο έλεγχος χ^2 για την συγκεκριμένη απάντηση είναι 3,7 και είναι μικρότερος από τα κρίσιμα σημεία του 5% (11,07) και 1% (15,9) πράγμα το οποίο σημαίνει ότι ανάμεσα στα δυο χαρακτηριστικά του πίνακα μας δεν υπάρχει εξάρτηση και άρα αυτά τα δυο δεν σχετίζονται.

Τη συγκεκριμένη συσχέτιση την κάναμε επειδή βιβλιογραφικά δεν είχε βρεθεί κάποιο ανάλογο εύρημα το οποίο να μας βοηθήσει να συσχετίσουμε το εισόδημα της οικογένειας με τη διατροφή του παιδιού.

4)ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΤΗΣ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑΣ ΠΟΥ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΑΙΡΝΟΥΝ ΠΡΩΙΝΟ ΚΑΙ ΑΠΟ ΤΙ ΑΠΟΤΕΛΕΙΤΑΙ ΑΥΤΟ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 37

ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΑΙΡΝΟΥΝ ΠΡΩΙΝΟ- ΑΠΟ ΤΙ ΑΠΟΤΕΛΕΙΤΑΙ ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ			
	ΠΟΣΟ ΣΥΧΝΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΠΑΙΡΝΟΥΝ ΠΡΩΙΝΟ		
ΑΠΟ ΤΙ ΑΠΟΤΕΛΕΙΤΑΙ ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ	ΣΤΟΝ ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΧΡΟΝΟ	ΜΟΝΟ ΣΑΒ/ΚΟ	ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ
ΜΟΝΟ ΓΑΛΑ	6 (29%)	2 (12%)	46(49%)
ΓΑΛΑ ΚΑΙ ΑΛΛΕΣ ΤΡΟΦΕΣ	15 (71%)	14 (88%)	48 (51%)

Το μεγαλύτερο μέρος των παιδιών του δείγματος παίρνει για πρωινό γάλα συνοδευόμενο και από άλλες παιδικές τροφές. Επιπλέον ένα σημαντικό ακόμα μέρος των παιδιών του δείγματος πίνει καθημερινά γάλα. **Ο έλεγχος του χ^2 μας έδειξε ότι το πόσο συχνά τα παιδιά παίρνουν πρωινό καθώς επίσης και από τι αποτελείται αυτό σχετίζονται μεταξύ τους με πιθανότητα να σφάλουμε 5%.**

5)ΣΥΣΧΕΤΙΣΗ ΤΟΥ ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟΥ «ΧΑΡΤΖΙΛΙΚΙΟΥ» ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΚΑΙ ΠΩΣ ΑΥΤΟ ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 38

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΧΑΡΤΖΙΛΙΚΙ ΠΑΙΔΙΩΝ-ΠΟΥ ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ ΤΟ ΧΑΡΤΖΙΛΙΚΙ			
	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΧΑΡΤΖΙΛΙΚΙ ΠΑΙΔΙΩΝ		
ΠΟΥ ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ ΤΟ ΧΑΡΤΖΙΛΙΚΙ	1-5 Ε	5-10 Ε	>10 Ε
ΣΕ CD	7 (12%)	5 (7%)	6 (14%)
ΣΧΟΛΙΚΑ ΕΙΔΗ	19 (33%)	16 (22%)	6 (14%)
ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ	8 (14%)	17 (23%)	8 (19%)
ΦΑΓΩΣΙΜΑ	24 (41%)	36 (48%)	22 (53%)

Το σημαντικό που διαφαίνεται από τον πίνακα είναι πως το μεγαλύτερο ποσοστό των παιδιών ανεξάρτητα από το ποσό που παίρνει συνηθίζει να το διαθέτει σε αγορά φαγώσιμων (όπως γαριδάκια, κρουασάν, παγωτό).

Η τιμή του χ^2 σε αυτήν την απάντηση είναι 7,6 και είναι μικρότερη από τις κρίσιμες τιμές του 5% (11,07) και 1% (15,09) που σημαίνει ότι δεν υπάρχει συνάφεια μεταξύ των δυο μεταβλητών δηλαδή δεν εξαρτάται το μέγεθος του χαρτζιλικιού με τον τρόπο που αυτό διατίθεται. Συμπερασματικά λοιπόν θα λέγαμε ότι αυτό έρχεται σε αντίθεση με την αναφορά του θεωρητικού μας κατά την οποία όσο πιο πολλά χρήματα διαθέτει ένα παιδί τόσο επιρρεπές είναι στην κατανάλωση ανθυγιεινών τροφών.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10

ΕΡΜΗΝΕΙΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ

Μετά την ολοκλήρωση της επεξεργασίας των αποτελεσμάτων του ερωτηματολογίου, σ' αυτό το κεφάλαιο θα προχωρήσουμε στην ανάλυση και στην ερμηνεία αυτών των αποτελεσμάτων. Η ανάλυση θα στηρίζεται σε κάθε μια από τις υποθέσεις που είχαμε κάνει (κεφάλαιο 8.2 της μεθοδολογίας της έρευνας).

1^{ov}] Η ανάλυση μας έχει ως πρώτο σημείο αναφοράς την εργασιακή κατάσταση και των δυο συζύγων, επειδή βρέθηκε ότι η εργασία θέτει τέτοιους περιορισμούς (έλλειψη ελεύθερου χρόνου εξ' αιτίας των απαιτήσεων της δουλειάς), οι οποίοι μειώνουν την ενασχόληση των γονέων με το θέμα της διατροφής του παιδιού τους. Ειδικότερα, θεωρούμε ότι στις οικογένειες «διπλής σταδιοδρομίας» η προσπάθεια απόκτησης καριέρας έχει ως αποτέλεσμα οι γονείς να εργάζονται πολύ και να έχουν μειωμένη συμβολή σε θέματα που αφορούν την παρασκευή φαγητού στο σπίτι ή άλλες σχετικές ενέργειες που θα διαμόρφωναν ένα υγιές διαιτολόγιο για το παιδί (σελ 16)

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον έχει επίσης η εργασιακή κατάσταση της μητέρας διότι όπως φάνηκε θεωρητικά αυτή επιβαρύνεται περισσότερο με το θέμα της διατροφής του παιδιού (σελ16,21). Η έλλειψη χρόνου από την πλευρά της μητέρας, μας προβληματίζει ιδιαίτερα και γι' αυτό γίνεται προσπάθεια να ερευνηθεί αν υπάρχει σχέση ανάμεσα σ' αυτήν και στη λήψη μη υγιών τροφών από το παιδί.

Βάσει λοιπόν όλης της παραπάνω προβληματικής μας σε σχέση με την εργασία και την έλλειψη χρόνου από την πλευρά των γονέων, θέλουμε επίσης να ερευνησουμε εάν το «έτοιμο φαγητό» προτιμάται από τα ελληνικά νοικοκυριά από τη στιγμή που μειώνει σημαντικά τη διάθεση χρόνου των γονέων για την προετοιμασία του.

Τα ευρήματα λοιπόν της έρευνας μας έδειξαν πως η επαγγελματική απασχόληση επηρεάζει σε μικρό βαθμό τους γονείς του δείγματος από το να ασχοληθούν με τη διατροφή των παιδιών τους, όσο το επιθυμούν, σε ποσοστό 48%, ενώ ένα 12% των γονέων θεωρεί πως τους επηρεάζει σε πολύ σημαντικό βαθμό. Το 40% του ίδιου δείγματος θεωρεί πως η διατροφή των παιδιών δεν περιορίζεται από τις επαγγελματικές απασχολήσεις.

Ανάλογα ευρήματα έχουμε και σχετικά με το αν οι απαιτήσεις της εργασίας περιορίζουν το χρόνο εκείνο που οι γονείς αφιερώνουν στη φροντίδα των παιδιών τους γενικότερα και στη διατροφή τους ειδικότερα. Σύμφωνα λοιπόν μ' αυτά τα αποτελέσματα οι περισσότεροι απ' τους μισούς γονείς (52%) απάντησαν πως τους επηρεάζει σε μικρό βαθμό, ένα 13% θεωρεί πως η φροντίδα των παιδιών αλλά και συγκεκριμένα η ευθύνη για τη διατροφή τους περιορίζεται πολύ από τις απαιτήσεις της εργασίας, ενώ ένα 35% θεωρεί πως δεν τους περιορίζει καθόλου.

Συνεπώς απ' όλα τα παραπάνω ευρήματα και τις σχετικές απ' αυτά διαπιστώσεις θα λέγαμε πως η εργασία επηρεάζει τη διατροφή του παιδιού, την επηρεάζει όμως λιγότερο απ' ότι περιμέναμε σε σχέση με την εικόνα που είχαμε από τις αναφορές του θεωρητικού μας. Στο θεωρητικό, είχαμε δει πως οι απαιτήσεις της εργασίας περιορίζουν από αρκετά έως πολύ τους εργαζόμενους γονείς και δεν τους αφήνουν χρόνο για την ενασχόληση με τα παιδιά τους. Μάλιστα έρευνα των Quin & Stainers (σελ16) είχε δείξει πως οι εργαζόμενοι γονείς διαθέτουν ελάχιστο χρόνο στη διατροφή και στη φροντίδα των παιδιών.

Ακόμα και σε ερώτηση δικλείδα σε σχέση με τις δυο προηγούμενες που αναφερόταν στις πεποιθήσεις των γονέων σχετικά με το αν η επαγγελματική κόπωση μειώνει τη διάθεση τους για ασχολίες που σχετίζονται με θέματα του σπιτιού, τα ευρήματα ήταν σχεδόν τα ίδια.

Δηλαδή το 55% των γονέων θεωρεί πως η επαγγελματική κόπωση επηρεάζει σε μικρό βαθμό την ενασχόληση με θέματα του σπιτιού, ένα 17% πως επηρεάζει πολύ, ενώ ένα 28% θεωρεί πως η κόπωση από την εργασία δεν τους επηρεάζει καθόλου από το να ασχοληθούν με το σπίτι.

Συνεπώς και εδώ μπορούμε να συμπεράνουμε πως η κόπωση από την εργασία μειώνει τη διάθεση των γονέων ν' ασχοληθούν με θέματα του σπιτιού, τη μειώνει όμως λιγότερο σε σχέση με αυτό που είχε βρεθεί βιβλιογραφικά. Η βιβλιογραφία ανέφερε πως όταν η εργασία έχει πολλές απαιτήσεις και άρα συνοδεύεται από επαγγελματική κόπωση, η ενέργεια που μένει στον εργαζόμενο είναι λίγη για ν' ασχοληθεί με το σπίτι ειδικότερα και με τα μέλη της οικογένειας του γενικότερα (σελ. 16).

Συνεπώς σφαιρικά από την παραπάνω ομάδα ερωτήσεων θα λέγαμε πως επαληθεύεται η υπόθεση μας πως η εργασία θέτει περιορισμούς, οι οποίοι μειώνουν την ενασχόληση των γονέων με το θέμα της διατροφής, όχι όμως στο μέτρο που αυτό βρέθηκε βιβλιογραφικά. Η εργασία δηλαδή ναι μεν επηρεάζει τη φροντίδα για τη διατροφή του παιδιού, την επηρεάζει όμως λιγότερο απ' αυτό που περιγράφουν οι πηγές του θεωρητικού μας.

Σε σχέση τώρα με το αν οι ευθύνες του σπιτιού, συμπεριλαμβανομένης της ευθύνης για την διατροφή των παιδιών παρεμποδίζουν την επαγγελματική εξέλιξη, το 39% των γονέων απάντησε πως η επαγγελματική εξέλιξη επηρεάζεται σε μικρό βαθμό από τις ευθύνες του σπιτιού, το 15% απάντησε πως επηρεάζεται πολύ ενώ το 46% απάντησε πως δεν επηρεάζεται καθόλου.

Άρα και εδώ παρατηρούμε πως οι γονείς θεωρούν ότι η καριέρα (επαγγελματική εξέλιξη) ναι μεν επηρεάζεται από τις ευθύνες του σπιτιού, όχι όμως σε τέτοια έκταση όπως είχε φανεί από τη βιβλιογραφία. Εκεί, είχαμε δει πως και οι δυο εργαζόμενοι γονείς αισθάνονται ότι η παραγωγικότητα και η επαγγελματική τους επιτυχία περιορίζεται πολύ απ' τις ευθύνες του σπιτιού, απ' τη στιγμή που οι απαιτήσεις της καριέρας περιλαμβάνουν σκληρή δουλειά στο σπίτι, ιδιαίτερα τα απογεύματα και τα Σαββατοκύριακα (σελ.16).

Συνεπώς επαληθεύεται η υπόθεση μας πως στις οικογένειες «διπλής σταδιοδρομίας» η προσπάθεια απόκτησης καριέρας έχει ως αποτέλεσμα οι γονείς να εκφράζουν τη μειωμένη συμβολή τους σε θέματα που αφορούν στην παρασκευή φαγητού στο σπίτι ή σε άλλες σχετικές ενέργειες που θα διαμόρφωναν ένα υγιές διαιτολόγιο για το παιδί, επαληθεύεται και ισχύει σε μικρότερο βαθμό απ' αυτόν που παρουσιάζεται στις βιβλιογραφικές αναφορές.

Ας περάσουμε τώρα στη διερεύνηση της στάσης των γονέων απέναντι στις οικιακές εργασίες συσχετίζοντας αυτή τη στάση τους με την εργασίας τους.

Υπενθυμίζουμε πως στο θεωρητικό μας μέρος είχαμε εντάξει τα γεύματα της μέρας μιας οικογένειας στον τομέα των «οικιακών εργασιών».

Ας ξεκινήσουμε πρώτα από τη γυναίκα σύζυγο. Τα ευρήματα της έρευνας έδειξαν πως τα ποσοστά των γυναικών που ασχολούνται περισσότερο από 3 ώρες ημερησίως με οικιακές εργασίες είναι αυτών που ανήκουν σε μεσαία ή και κατώτερα στρώματα όσον αφορά στο εκπαιδευτικό – επαγγελματικό επίπεδο. Οι γυναίκες λοιπόν που προέρχονται από ανώτερα κοινωνικοοικονομικά στρώματα όσον αφορά στο επαγγελματικό – μορφωτικό τους επίπεδο (που είναι συνυφασμένο) διαθέτουν λιγότερο χρόνο σε εργασίες του σπιτιού, εξ' αιτίας των απαιτήσεων της εργασίας

τους, σε αντίθεση μ' αυτές των κατωτέρων κοινωνικοοικονομικών στρωμάτων. Κάτι τέτοιο, είχε βρεθεί και βιβλιογραφικά, ότι δηλαδή η διάρκεια του χρόνου που αφιερώνει η γυναίκα σύζυγος εξαρτάται από την κοινωνική της κατάσταση (σελ.18)

Συνεπώς, έχουμε επαλήθευση της υπόθεσης μας (είχαμε υποθέσει πως οι εργαζόμενες γυναίκες των ανώτερων κοινωνικών στρωμάτων διαθέτουν λιγότερο χρόνο για τη δημιουργία σπιτικού φαγητού σε αντίθεση μ' αυτές των μεσαίων και κατώτερων) βλ. πίνακα 34 Α.

Αναφορικά τώρα με τον άντρα σύζυγο, η εμπειρική διερεύνηση έδειξε πως το 50% των πατεράδων ασχολείται 1 έως 2 ώρες καθημερινά, το 15% 2 – 3 και περίπου το 10% περισσότερο από 3 ώρες. Προβαίνοντας σε μια πρώτη ερμηνεία θα μπορούσαμε να πούμε πως περίπου σε μια δεκαετία η διαφορά αυτή έχει μειωθεί αισθητά και ο σύζυγος πατέρας ασχολείται περισσότερο με τη φροντίδα των εργασιών που άπτονται στο χώρο του σπιτιού (η έρευνα του θεωρητικού που αναφέρει ότι η διαφορά στους χρόνους μεταξύ αντρών και γυναικών είναι τετραπλάσια δημοσιεύτηκε το 1995 από το ΕΚΚΕ – βλ. παραπομπή 72 κεφ.3.2.).

Αυτό το αποδεικνύει η έρευνα και σε άλλα σημεία διότι, όπως φαίνεται, η φροντίδα των παιδιών είναι ευθύνη και των δυο γονέων σε πολύ μεγάλο βαθμό (75%) γεγονός που φανερώνει την αλλαγή στάσης των αντρών μπροστά στις απαιτήσεις για τη διαπαιδαγώγηση και τη φροντίδα του παιδιού. Το ποσοστό αυτό μας δείχνει επίσης και την αναγκαιότητα προσφοράς και από τους δυο γονείς, προκειμένου να καταφέρουν να αντεπεξέλθουν ικανοποιητικά στις γονικές υποχρεώσεις τους.

Ακόμη αξίζει να σημειωθεί πως το 45% των αντρών συζύγων θεωρούν ευχάριστη ενασχόληση το μαγείρεμα και το 26% αδιάφορη αλλά αναγκαία. Ανεξάρτητα απ' αυτήν την θεώρηση τους, όπως φαίνεται από την έρευνα, τη φροντίδα της μαγειρικής στο σπίτι, την έχει η μητέρα (78%) ενώ όταν η ευθύνη αυτή μοιράζεται και στους δυο γονείς το ποσοστό συμμετοχής των αντρών είναι πολύ μικρότερο (13%).

Αρα επαληθεύεται η αναφορά του θεωρητικού (σελ.18) κατά την οποία φαίνεται πως οι άντρες προτιμούν ευχάριστες φροντίδες (π.χ. τη βόλτα ή το διάβασμα του παιδιού) ενώ άλλες εργασίες, όπως το μαγείρεμα επιβαρύνουν σχεδόν ολοκλήρου τις γυναίκες.

Ωστόσο όμως η διαπίστωση παραμένει πως η συμμετοχή του άντρα συζύγου έχει αυξηθεί σημαντικά σε ποσοστό 70% στη σύγχρονη οικογένεια. Ακόμα και το υπόλοιπο 30% δύναται να αιτιολογηθεί αν σκεφτεί κανείς πως το 20% των γυναικών του δείγματος δεν εργάζεται εκτός σπιτιού (οικιακά) συνεπώς το ποσοστό των αντρών συζύγων που δεν υποβοηθά είναι πολύ μικρότερο.

Μετά την ολοκλήρωση της διερεύνησης των στάσεων και των δυο γονέων απέναντι στις οικιακές εργασίες θα λέγαμε πως η υπόθεση μας, αναφορικά με το αν η εργαζόμενη μητέρα επιβαρύνεται με το θέμα της διατροφής του παιδιού και αν η έλλειψη του χρόνου της συνδέεται με τη λήψη μη υγιών τροφών από το παιδί, δεν επαληθεύεται. Δηλαδή ναι μεν η μητέρα όπως φάνηκε από την έρευνα είναι η βασική υπεύθυνη για τη διατροφή της οικογένειας, μπορεί όμως ν' αφιερώσει αυτόν τον χρόνο (για την παρασκευή φαγητού) διότι συνεισφέρει και ο πατέρας.

Αρα μια ερμηνεία που θα μπορούσαμε να κάνουμε εδώ είναι πως μπορεί η ευθύνη της μαγειρικής να επιβαρύνει αποκλειστικά την μητέρα αλλά απ' την στιγμή που και ο σύζυγος συνδράμει μένει χρόνος στη μητέρα ν' ασχοληθεί μ' αυτό το τόσο σημαντικό θέμα της διατροφής του παιδιού. Πιθανόν η μειωμένη συμμετοχή του σε με το σπίτι και η προσπάθεια μόνο της μητέρας ν' αντεπεξέλθει στις υποχρεώσεις της οικογένειας προς το παιδί, αυτό να επηρέαζε ιδιαίτερα σημαντικά ακόμα και το θέμα της διατροφής του.

Έτσι λοιπόν, όπως έδειξε η έρευνα μας το 96% των νοικοκυριών μαγειρεύει καθημερινά και το έτοιμο φαγητό δεν μπαίνει τόσο συχνά στο σπίτι παρά μόνο 2-3 φορές το μήνα σε ποσοστό 71%. Ακόμη, το φαγητό στο σπίτι είναι σε ποσοστό 96% σπιτικό ενώ μόνο σ' ένα 2% είναι έτοιμο από πολυκατάστημα και σ' ένα ακόμη 2% από το εστιατόριο.

Επιπλέον, η πλειοψηφία των παιδιών (65%) πίνει γάλα καθημερινά, ενώ λαμβάνει πιο πλήρες πρωινό (γάλα συνοδευόμενο και από άλλες σπιτικές τροφές) το 59%. Επιπρόσθετα, επειδή αναφερόμαστε σε γεύματα αξίζει να σημειωθεί πως και το απογευματινό τους αποτελείται από κάτι σπιτικό σε ποσοστό 42% ενώ αγορασμένο είναι σε ποσοστό μόλις 15%.

Όλα τα παραπάνω στοιχεία που προκύπτουν από την ερευνητική μας μελέτη δείχνουν πως τα γεύματα της οικογένειας έχουν παραμείνει σπιτικά και πως το έτοιμο φαγητό μπαίνει σπάνια στα συγκεκριμένα νοικοκυριά.

Συνεπώς δεν επαληθεύονται εκείνες οι αναφορές του θεωρητικού που μιλούσαν για την εξαφάνιση του σπιτικού φαγητού και την αύξηση κατανάλωσης φαγητού τύπου fast- food (σελ.17 Ούτε επίσης εκείνες πως τα πρώτα γεύματα της μέρας παραλείπονται απ' την πλειονότητα των Ελλήνων (σελ.17 Συνεπώς δεν επαληθεύεται η υπόθεση μας πως το έτοιμο φαγητό επιλέγεται από τα ελληνικά νοικοκυριά εξ' αιτίας του μειωμένου χρόνου που χρειάζεται για την παρασκευή του.

2^ο] Το δεύτερο σημείο της ανάλυσης μας αφορά τη σχέση του μηνιαίου εισοδήματος των νοικοκυριών του δείγματος με την επιλογή έτοιμου ή προπαρασκευασμένου φαγητού και ακόμα κατά πόσο το υψηλό χαρτζιλίκι συνδέεται με την υιοθέτηση ανθυγιεινών συνηθειών από το παιδί [βιβλιογραφικά (σελ.24) είχε βρεθεί πως υπάρχει σχέση ανάμεσα στο υψηλό χαρτζιλίκι και στη λήψη ανθυγιεινών τροφών από το παιδί.]

Πριν ξεκινήσουμε την ανάλυση των παραπάνω παραμέτρων αναφέρουμε γενικά για το εισόδημα πως η έρευνα μας έδειξε πως το 60% των κρητικών νοικοκυριών έχει μηναίο εισόδημα περισσότερο από 1500 ευρώ. Όπως είχε αναφερθεί στο θεωρητικό πλαίσιο το μέσο εισόδημα αυξήθηκε κατά 7,8 ποσοστιαίες μονάδες. Αυτή η αύξηση κατά τη στατιστική υπηρεσία δηλώνει ότι το βιοτικό επίπεδο της χώρας έχει ανέλθει σε υψηλότερα επίπεδα. Επίσης εκτός από την άνοδο του βιοτικού επιπέδου οι λόγοι που πιθανά σχετίζονται με το υψηλό εισόδημα μπορεί να οφείλονται στην τοπική παραγωγή και στις εξαγωγές προϊόντων που πραγματοποιούνται καθώς και στον τουρισμό του νησιού.

Όσον αφορά τώρα στη σχέση του μηνιαίου εισοδήματος των νοικοκυριών του δείγματος με την επιλογή έτοιμου ή προπαρασκευασμένου φαγητού, αν δηλαδή εξαρτάται το μέγεθος του εισοδήματος με την επιλογή τέτοιου φαγητού, η στατιστική επεξεργασία μας έδειξε πως οι δυο αυτές μεταβλητές δεν σχετίζονται μεταξύ τους.

Δηλαδή δεν σημαίνει πως αυτοί που έχουν μεγαλύτερο εισόδημα θα επιλέξουν περισσότερες φορές έτοιμο ή προπαρασκευασμένο φαγητό απ' αυτούς που διαθέτουν χαμηλότερο αλλά και το αντίστροφο.

Αξιοσημείωτο επίσης είναι πως τα μεγαλύτερα ποσοστά των γονέων και στις τρεις κατηγορίες εισοδήματος (>1500, 1500, <1500) δεν καταναλώνουν καθόλου έτοιμο ή προπαρασκευασμένο φαγητό.

Επιπρόσθετα στην επιλογή του συγκεκριμένου φαγητού από τις οικογένειες, όχι όμως ιδιαίτερα συχνά (2 –3 φορές το μήνα), την πρώτη θέση καταλαμβάνουν εκείνες με υψηλό εισόδημα (>1500).

Σε σχέση τώρα με το χαρτζιλίκι των παιδιών η έρευνα έδειξε πως είτε υψηλό είναι το χαρτζιλίκι είτε χαμηλό δεν διατίθεται απ' τα παιδιά μόνο για φαγώσιμα ενώ στο θεωρητικό μας είχαμε δει ότι όσο πιο πολλά χρήματα διαθέτει ένα παιδί τόσο επιρρεπές είναι στην υιοθέτηση ανθυγιεινών διατροφικών συνηθειών.

3^{ov}] Το τρίτο σημείο της ανάλυσης μας αναφέρεται στο μορφωτικό επίπεδο της οικογένειας. Στη μελέτη μας θεωρούμε πως οι περισσότερο μορφωμένοι γονείς είναι καλύτεροι αποδέκτες μηνυμάτων υγείας και υγιεινής διατροφής και πως ενδιαφέρονται και ασχολούνται περισσότερο με την υγιεινή διατροφή της οικογένειας τους (σελ.24). Επιπλέον, θεωρούμε πως αν και υπάρχει ανισότητα ως προς τους χρόνους (ώρες) που οι γυναίκες και οι άντρες αφιερώνουν καθημερινά για την παρασκευή φαγητού στο σπίτι, οι περισσότερο μορφωμένοι σύζυγοι και πατέρες συμμετέχουν και φροντίζουν περισσότερο και ουσιαστικότερα για τη διατροφή του παιδιού τους (σελ.19)

Επιπλέον, θεωρούμε πως οι γυναίκες οι οποίες εργάζονται και προέρχονται από ανώτερα κοινωνικά στρώματα (όσον αφορά το μορφωτικό και οικονομικό τους επίπεδο) διαθέτουν λιγότερο χρόνο για τη δημιουργία σπιτικού φαγητού σε αντίθεση με αυτές των κατώτερων κοινωνικοοικονομικών στρωμάτων [όπως βρέθηκε σε αναφορές του θεωρητικού μας (σελ.18)] και παρ' όλο που αυτό έρχεται σε αντίθεση με τις παραπάνω αναφορές, θέλουμε να διερευνήσουμε καθένα απ' αυτά σε ποιο βαθμό ισχύει.

Η έρευνα έδειξε πως η μόρφωση της μητέρας σχετίζεται με τον καθημερινό χρόνο που αυτή αφιερώνει σε εργασίες του σπιτιού γενικότερα και στη διατροφή των παιδιών ειδικότερα. Συγκριτικά οι γυναίκες επιστήμονες ασχολούνται λιγότερο απ' ότι οι υπόλοιπες του δείγματος μας. Και σ' αυτό το σημείο υπάρχει συνάφεια μεταξύ αυτών που βρέθηκαν βιβλιογραφικά και αυτών που μας δίνουν τα ευρήματα της έρευνας μας.

Ερμηνεύοντας αυτές τις διαπιστώσεις θα λέγαμε πως οι γυναίκες – μητέρες με υψηλό μορφωτικό επίπεδο διαθέτουν λιγότερο χρόνο σε δουλειές του σπιτιού, αλλά και στη διατροφή του παιδιού, πιθανότατα εξ' αιτίας των επαγγελματικών υποχρεώσεων τους Συνεπώς με όλα τα παραπάνω επαληθεύεται η υπόθεση που είχαμε κάνει.

Σε σχέση τώρα με το μορφωτικό επίπεδο του άντρα εκείνο το οποίο παρατηρείται είναι πως εκείνοι που ασχολούνται περισσότερο με το σπίτι είναι όσοι ασκούν το επάγγελμα του ελεύθερου επαγγελματία και του δημοσίου ή ιδιωτικού υπαλλήλου και λιγότερο οι σύζυγοι με υψηλό μορφωτικό επίπεδο (επιστήμονες – εκπαιδευτικοί). Σε αυτήν την περίπτωση δεν υπάρχει συνάφεια με αυτά που είχαμε βρει στη βιβλιογραφία διότι εκεί φαινόταν πως περισσότερο με το σπίτι ασχολούνταν οι επιστήμονες (55%) και λιγότερο οι σύζυγοι με χαμηλότερη μόρφωση (σελ.19)

Ερμηνεύοντας αυτό θα λέγαμε πως και γι' αυτούς ισχύει το ίδιο που ισχύει και για τις γυναίκες επιστήμονες. Άρα δεν επαληθεύεται η υπόθεση μας πως οι περισσότερο μορφωμένοι σύζυγοι και πατέρες συνδράμουν περισσότερο από άλλους που διαθέτουν χαμηλότερη μόρφωση.

Συνολικά λοιπόν ερμηνεύοντας τον παράγοντα μόρφωση θα λέγαμε πως δεν είναι απαραίτητο να είναι κάποιος μορφωμένος για να είναι καλύτερος αποδέκτης μηνυμάτων υγείας (και συγκεκριμένα σωστής διατροφής) αλλά περισσότερο χρειάζεται να διαθέτει το χρόνο εκείνο που απαιτείται για να παρασκευάσει ο ίδιος το φαγητό στο σπίτι αποφεύγοντας τη λήψη ανθυγιεινών τροφών απ' έξω.

4^{ov}] Το τέταρτο σημείο της ανάλυσης μας στοχεύει στο να διερευνήσει την επίδραση των πολιτιστικών παραγόντων στις διατροφικές συνήθειες του παιδιού. Στη μελέτη μας θεωρούμε πως τα fast- food αποτελούν μόδα «στις εξόδους» του παιδιού και έχουν ενσωματωθεί στην κουλτούρα της σύγχρονης οικογένειας.

Τα ευρήματα της έρευνας μας έδειξαν πως τα παιδιά της ηλικίας που ερευνάμε επιλέγουν άλλους χώρους για την έξοδο τους και όχι τα fast- food απ' την στιγμή που το 22% των παιδιών δεν πηγαίνει καθόλου ενώ το 53% όχι και τόσο συχνά (2 – 3 φορές το μήνα). Συνεπώς τα παιδιά αυτής της ηλικίας επιλέγουν ακόμα χώρους περισσότερο πρόσφορους για παιχνίδι και πιθανά αυτό το κριτήριο αποτελεί το κίνητρο επιλογής για την έξοδο τους. Επίσης, μια άλλη ερμηνεία που θα μπορούσαμε να δώσουμε είναι πως τα παιδιά της ηλικίας που μελετάμε δεν επιλέγουν αυτούς τους χώρους επειδή οι παιδότοποι που υπάρχουν σ' αυτούς απευθύνονται περισσότερο σε παιδιά μικρότερης ηλικίας.

Άρα δεν επαληθεύεται η υπόθεση μας πως τα παιδιά επιλέγουν ως χώρο για την έξοδο τους τα fast- food [είχε βρεθεί πως υπάρχει σχέση ανάμεσα σ' αυτήν την επιλογή εξόδου με τη λήψη ανθυγιεινών τροφών (σελ.27)]

5^{ov}] Επιπλέον, η μελέτη μας διερευνά την καθημερινή διατροφή του παιδιού στο σχολείο, με έμφαση κυρίως στο τι αγοράζει από το κυλικείο, αλλά και στο τι επιλέγει γενικότερα να αγοράζει όταν βρίσκεται εκτός σπιτιού επειδή έχει βρεθεί (σελ.32) πως τα παιδιά στο σχολείο αγοράζουν προϊόντα τα οποία θεωρούνται ανθυγιεινά και απαγορευμένα (σύμφωνα με το σχετικό ΦΕΚ που αναφέρεται στο ποια προϊόντα θεωρούνται κατάλληλα για να πωλούνται σε ένα σχολικό κυλικείο) και τα οποία σύμφωνα με αναφορές ειδικών (σελ.33)μπορούν να αποβούν επιβλαβή για την υγεία τους.

Η έρευνα έδειξε πως το μεγαλύτερο ποσοστό (62%) των παιδιών αγοράζει τoστ (ζαμπόν – τυρί) απ' το σχολικό κυλικείο ενώ όταν βρίσκονται εκτός σπιτιού συνήθως τρώνε σε ποσοστό (45%) πρόχειρο φαγητό σε ποσοστό (23%) τυποποιημένα προϊόντα και σε ποσοστό (22%) γλυκά. Και βιβλιογραφικά είχε βρεθεί το ίδιο, αναφορικά με την επιλογή των παιδιών απ' το σχολικό κυλικείο (σελ 19)

Μια ερμηνεία που θα μπορούσε να δοθεί σε σχέση με το παραπάνω είναι πως όταν τα παιδιά δεν βρίσκονται κάτω από τον έλεγχο των γονέων, τείνουν να καταναλώνουν περισσότερο τροφές που είναι πλούσιες σε λιπαρά , σε περιεκτικότητα ζάχαρης, ελαττώνοντας έτσι την όρεξη για τρόφιμα που είναι πλούσια σε βιταμίνες και μέταλλα (σελ20)

6^{ov}] Ένα άλλο σημείο το οποίο εξετάζουμε στην παρούσα μελέτη είναι αν τα μηνύματα που προβάλλουν τα ΜΜΕ μπορούν να επηρεάσουν τα παιδιά στις διατροφικές τους επιλογές. Συγκεκριμένα εστιάζομαστε στην τηλεόραση, καθώς αποτελεί το πιο αγαπητό και συχνό μέσο παρακολούθησης από την παιδική ηλικία. Επιπλέον βρέθηκε (σελ.35)ότι οι πολλές ώρες παρακολούθησης τηλεοπτικών προγραμμάτων συνδέονται με τη λήψη ανθυγιεινών τροφών και θέλουμε να διαπιστώσουμε αν ισχύει αυτό.

Η έρευνα έδειξε ότι τα παιδιά επηρεάζονται σε μεγάλο ποσοστό απ' τις διαφημίσεις αφού ζητούν συχνά να φάνε προϊόντα που διαφημίζει η τηλεόραση. Μια ερμηνεία που θα μπορούσε να δοθεί γι' αυτό είναι πως τα παιδιά σ' αυτήν την ηλικία

επηρεάζονται σε μεγάλο βαθμό απ' τα διαφημιστικά μηνύματα της τηλεόρασης και ταυτίζονται με τους ήρωες που τα διαφημίζουν καθώς δεν διαθέτουν ακόμα την ώριμη κρίση και σκέψη ενός ενηλίκου για να κατανοήσουν ότι ένα προϊόν που διαφημίζεται δεν είναι απαραίτητα υγιεινό ή κατάλληλο.

Τέλος οι πολλές ώρες παρακολούθησης δεν συνδέονται με τη λήψη ανθυγιεινών τροφών όπως φάνηκε από την έρευνα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 11.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ.

Μετά την ολοκλήρωση του θεωρητικού και μεθοδολογικού πλαισίου της μελέτης μας θα προχωρήσουμε στη διατύπωση γενικότερων συμπερασμάτων που αφορούν τη συγκεκριμένη μελέτη καθώς επίσης και σε αξιολόγηση των αποτελεσμάτων:

- Όπως φάνηκε τόσο από το θεωρητικό αλλά και λιγότερο από την ερμηνεία των αποτελεσμάτων η εργασία επηρεάζει σε κάποιο βαθμό τους γονείς από την ενασχόληση τους με το θέμα της διατροφής του παιδιού. Επίσης όπως φάνηκε οι γονείς παρ' όλες τις απαιτήσεις της εργασίας και παρ' όλη την κόπωση που αυτές επιφέρουν φροντίζουν να παράσχουν στο παιδί ένα υγιές διαιτολόγιο.

Έτσι λοιπόν εκείνο το οποίο μπορούμε να συμπεράνουμε είναι πως οι γονείς ακόμα και αν είναι επιβαρημένοι με πολλές επαγγελματικές ή οικογενειακές ευθύνες δίνουν προτεραιότητα στη διατροφή της οικογένειάς τους. Αυτό ενδεχομένως μπορεί να σημαίνει δυο πράγματα : πρώτον ότι μειώνουν αρκετά τον ελεύθερο χρόνο που έχουν για τους ίδιους προκειμένου να καλύψουν πολύ βασικές ανάγκες και δεύτερον ότι αξιολογούν και ιεραρχούν τις ευθύνες σε σχέση με το σπίτι γενικά και με το παιδί ειδικά. Δηλαδή ενδεχομένως μπορεί στη βάση παροχής μιας σωστής διατροφής της οικογένειας να έρχονται σε δεύτερη θέση άλλες ευθύνες όπως π.χ. αυτή της συχνής καθαριότητας του σπιτιού ή κ.α.

- Ακόμα θα μπορούσαμε να συμπεράνουμε ότι η μόρφωση των γονέων μπορεί να επηρεάσει τη διατροφή του παιδιού θετικά αλλά μάλλον εκείνο που περισσότερο την επηρεάζει αρνητικά είναι η έλλειψη χρόνου από την πλευρά τους.

- Από τους γονείς του δείγματος μας μπορούμε να συμπεράνουμε πως το εισόδημα δεν σχετίζεται με τη λήψη υγιών ή ανθυγιεινών τροφών.

Συνεπώς σε μια προσπάθεια γενίκευσης, θα λέγαμε πως τα οικονομικά μιας οικογένειας δεν επηρεάζουν θετικά ή αρνητικά την διατροφή διότι το μεγαλύτερο μέρος τους διατίθεται ούτως ή άλλως σ' αυτήν. Η διατροφή δηλαδή, με τις όποιες επιλογές της οικογένειας (υγιεινές ή λιγότερο υγιεινές) αποτελεί το βασικό «έξοδο» μιας οικογένειας δηλαδή αν για παράδειγμα μια οικογένεια χαμηλού οικονομικού επιπέδου επιθυμεί κάποιο τρόφιμο που είναι ταυτόχρονα ακριβό και ανθυγιεινό, θα το αποκτήσει γιατί όπως έχει βρεθεί (σελ. 23) τα είδη διατροφής αποτελούν την πρώτη προτεραιότητα κάθε Έλληνα καταναλωτή και εντάσσονται στα βασικά έξοδα του. Δεν είναι δηλαδή όπως τα έξοδα για κάποιο ταξίδι ή κάτι άλλο τα οποία εξαρτώνται άμεσα από το μέγεθος του εισοδήματος.

- Με ερέθισμα τη συγκεκριμένη μελέτη μπορούμε ακόμα να συμπεράνουμε ότι οι ατομικές αξίες και οι αντιλήψεις για τους ρόλους των δυο φύλων στη σύγχρονη οικογένεια αποτελούν δείκτες πολιτισμικών τάσεων και εξελίξεων της κοινωνίας.

Σύμφωνα λοιπόν με την υπάρχουσα μελέτη και όπως διαφαίνεται και από την ανάλυση του εμπειρικού μέρους στα μεγάλα αστικά κέντρα (όπως η πόλη του Ηρακλείου) διαφαίνεται πως επικρατούν θετικές στάσεις και απόψεις όσον αφορά την ισότιμη κατανομή σε θέματα που άπτονται τη φροντίδα του σπιτιού ειδικότερα και των παιδιών της οικογένειας γενικότερα.

Οπωσδήποτε στη συγκεκριμένη μελέτη δεν έχουμε την πρόθεση ν' ασχοληθούμε με το πολύπλευρο θέμα της πολιτισμικής εξέλιξης των γνώμων και των αντιλήψεων αναφορικά με τους ρόλους των δυο φύλων στα πλαίσια ενός οικογενειακού συστήματος, το αγγίζουμε όμως ακροθιγώς επειδή έχει εξαιρετικό ενδιαφέρον απ' τη στιγμή που σε πολλές βιβλιογραφικές αναφορές διαφαίνεται σχεδόν η απουσία του άντρα συζύγου από τα τεκταινόμενα του σπιτιού. Αντιθέτως η ερευνητική μας προσπάθεια έδειξε πως στις οικογένειες που απαρτίζουν το δείγμα μας υπάρχει μια ισοτιμία ρόλων όσον αφορά την ανάληψη ευθυνών και υποχρεώσεων.

Το αποτέλεσμα αυτό, μας προσφέρει τη δυνατότητα να αναγάγουμε το συμπέρασμα πως η αναγκαιότητα της διττής συμβολής σε θέματα του σπιτιού αλλά και σε θέματα γενικώς που αφορούν τη φροντίδα των παιδιών (συμπεριλαμβανομένης της ευθύνης της διατροφής τους) έχει πλέον αρχίσει σιγά – σιγά να γίνεται αντιληπτή κυρίως από τους άντρες συζύγους.

Αυτό βέβαια είναι άμεσα συνυφασμένο και με το γεγονός ότι στα σχολεία στα οποία πραγματοποιήθηκε η έρευνα και από τα οποία βρέθηκε το δείγμα μας βρίσκονται στο κέντρο της πόλης του Ηρακλείου πράγμα το οποίο σημαίνει ότι πρόκειται για γονείς ανώτερου και μέσου κοινωνικοοικονομικού επιπέδου αφού τα σχολεία του κέντρου μιας πόλης εξυπηρετούν γονείς που εργάζονται στο κέντρο (παιδιά γιατρών, δικηγόρων, δημοσίων και ιδιωτικών υπαλλήλων, υπαλλήλων γραφείου κ.α.). Δεν εξυπηρετούν δηλαδή γονείς αγρότες, εργάτες κ.α. ως επί το πλείστον. Άρα δεν μπορούμε να μιλάμε γενικά για συμβολή και των δυο συζύγων σε ευθύνες που έχουν σχέση με το σπίτι αλλά πιθανολογούμε ότι αυτή υφίσταται σε οικογένειες παρόμοιες με αυτές του δείγματος μας.

- Βεβαίως, σε αυτήν την ισοτιμία συμβάλλει ιδιαίτερα και η εργασιακή κατάσταση των γυναικών, η οποία συντελεί σε σταδιακή εξισορρόπηση των συζυγικών ρόλων μέσα στο σπίτι και στην επικράτηση πιο ισότιμων σχέσεων στην καθημερινή ζωή. Έτσι λοιπόν οι γυναίκες που εργάζονται έχουν μεγάλη δυνατότητα να προωθήσουν τα συμφέροντα τους και να επιτύχουν τελικά περισσότερο βοήθεια στις δουλειές του σπιτιού και στην φροντίδα των παιδιών.

- Επιπρόσθετα, ένα ακόμη που μπορούμε να συμπεράνουμε είναι πως η εργασία και των δυο γονέων μπορεί να επηρεάσει σε μεγαλύτερο βαθμό τη διατροφή του παιδιού ειδικότερα αλλά και τη φροντίδα γενικότερα απ' αυτό που φάνηκε στην έρευνα, ενδεχομένως στις περιπτώσεις εκείνες που δεν υπάρχει αμοιβαία κατανόηση μεταξύ των συζύγων όσον αφορά τις υποχρεώσεις τους ως προς το παιδί. Διότι όπως φάνηκε και από το

εμπειρικό μέρος όταν η φροντίδα των παιδιών είναι και των δυο, οι ανάγκες του παιδιού (όπως η ανάγκη για ένα σωστό διαιτολόγιο) καλύπτονται ανεξαρτήτως των υποχρεώσεων των γονέων, εργασιακών και άλλων και μάλιστα όχι μόνο καλύπτονται αλλά και σε μεγάλο ποσοστό, όπως φάνηκε, οι ερωτώμενοι είναι ευχαριστημένοι από τη διατροφή της οικογένειάς τους.

- Επίσης σε σχέση με το τελευταίο που ειπώθηκε στο τέλος του παραπάνω συμπεράσματος, εκείνο που μπορεί να ειπωθεί ακόμα είναι ότι και στις περιπτώσεις που ο γονέας απαντούσε πως δεν είναι ευχαριστημένος με τη διατροφή της οικογένειάς του, αυτό το απέδιδε περισσότερο στην αδυναμία αντίστασης στις επιθυμίες των παιδιών και λιγότερο σε άλλους παράγοντες όπως π.χ. στο χαμηλό εισόδημα της οικογένειας ή στις πολλές ώρες εργασίας ή στη μη επαρκή ενημέρωση του για θέματα σωστής διατροφής.

Η στάση αυτή μετατοπίζει την ευθύνη από την οικογένεια σε άλλους παράγοντες οι οποίοι θα ήταν ενδιαφέρον να τεκμηριωθούν θεωρητικά και ερευνητικά από κάποια άλλη μελέτη. Διότι το να αδυνατεί να αντισταθεί ο γονέας σε μια επιθυμία του παιδιού που πιθανότατα σχετίζεται με την υιοθέτηση μη ορθών διατροφικών συνηθειών, σημαίνει πως η επιθυμία του παιδιού είναι ιδιαίτερα ισχυρή και στηρίζεται σε άλλες βασικές παραμέτρους όπως π.χ. στις νέες τάσεις της μόδας στο φαγητό, στα καταναλωτικά πρότυπα που υποβοηθούνται και από τις διαφημίσεις κ.α. Και βέβαια είναι εξαιρετικά δύσκολο στον γονέα, ακόμα και αν δεν συμφωνεί να αρνηθεί, στο παιδί τροφές που ενδεχομένως κάνει χρήση η ομάδα των συνομηλίκων του.

Η παραπάνω διαπίστωση μεταθέτει την ευθύνη από την οικογένεια και την επεκτείνει στο ευρύτερο κοινωνικό πλαίσιο. Επειδή όμως δεν αποτελεί αντικείμενο της δικής μας μελέτης κάτι τέτοιο, απλώς το αναφέρουμε με ερέθισμα τα αποτελέσματα της έρευνας μας.

- Η ενασχόληση μας με τη διατροφή σε ερευνητικό επίπεδο μας έκανε να συμπεράνουμε πως πιθανόν παρόμοιες έρευνες θα πρέπει να κατευθύνονται σε μεγαλύτερες ηλικίες γιατί απ' ότι φαίνεται η οικογένεια μέχρι και το δημοτικό φροντίζει να παρέχει στο παιδί ένα υγιές διαιτολόγιο. Πιθανόν, αργότερα στη φάση της εφηβείας να μην μπορεί η ίδια να έχει ουσιαστικό λόγο στις διατροφικές επιλογές του παιδιού της αλλά τουλάχιστον σε αυτήν την ηλικία 11- 13 μπορεί ακόμα να πείσει το παιδί για την διατροφή του (μην ξεχνάμε πως σε αυτήν την ηλικία το παιδί μιμείται τις διατροφικές επιλογές της οικογένειάς του) και φαίνεται πως το πράττει.

- Στη σύγχρονη κοινωνία, το θέμα της διατροφής μιας οικογένειας αποτελεί και προϊόν της κουλτούρας των μελών της με την έννοια ότι οι διατροφικές συνήθειες και επιλογές που έχουν ή κάνουν, είναι πιθανόν συνήθειες που ακολουθούν από τις οικογένειες προέλευσης τους. Δηλαδή δεν σημαίνει υποχρεωτικά πως πάντοτε ευθύνονται οι γρήγοροι ρυθμοί ζωής , οι πολλές ώρες εργασίας ή το μορφωτικό επίπεδο κ.α για την μη επαρκή και υγιεινή διατροφή. Κατά περίπτωση σίγουρα διαδραματίζουν ρόλο αλλά σε μικρό βαθμό, όπως φάνηκε τουλάχιστον για τις οικογένειες του δείγματος μας.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

- I. «Η γενική συνέλευση της οικογένειας γύρω από το τραπέζι», Βάρβογλη Λ., εφημερίδα «το Βήμα», διαδικτυακός τόπος www.dolnet.gr , 29 Σεπτεμβρίου 2002.
- II. «Μεγαλώνει γρήγορα η αγορά των τζούνιορ», Σκούφου Δ. , εφημερίδα «τα Νέα», διαδικτυακός τόπος www.dolnet.gr, 21 Μαΐου 2003.
- III. «Το ερωτηματολόγιο της έρευνας».

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Ι

Η «γενική συνέλευση» της οικογένειας γύρω από το τραπέζι

*** Όσο πιο συχνά ένα παιδί γευματίζει με τους γονείς του τόσο λιγότερες πιθανότητες έχει να αρχίσει να καπνίζει, να πίνει ή να χρησιμοποιεί ουσίες**
ΛΙΖΑ ΒΑΡΒΟΓΛΗ

Η οικογενειακή συγκέντρωση γύρω από το τραπέζι έχει και μια άλλη διάσταση, ψυχολογική

Το Πανεπιστήμιο Columbia της Νέας Υόρκης όρισε την Τρίτη 24 Σεπτεμβρίου ως Ημέρα Οικογένειας ή μέρα δείπνου με όλη την οικογένεια, κάτι που συχνά δεν γίνεται.

Η ώρα του φαγητού για την οικογένεια είναι ένας ιδιαίτερος χώρος και χρόνος, ένας τρόπος να βρεθούμε και να επανασυνδεθούμε με τα άτομα που αγαπούμε και νοιαζόμαστε πιο πολύ. Ακόμη και αν πρόκειται για πρόχειρο φαγητό, μια ομελέτα και σαλάτα ή σουβλάκια από το σουβλατζίδικο της γωνίας, αυτό που συμβαίνει στη διάρκεια του οικογενειακού φαγητού είναι μια σύνθετη ψυχική διεργασία με ποικίλες συνέπειες. Κατ' αρχήν η ώρα του φαγητού, από την προετοιμασία του ως την κατανάλωσή του, είναι μια ιεροτελεστία που φέρνει τα μέλη της οικογένειας κοντά και αναζωπυρώνει τη σχέση τους. Είναι η ώρα που όλοι ανταλλάσσουν νέα, σκέψεις, συναισθήματα, που μιλάνε ο ένας στον άλλον και ακούνε. Είναι η ώρα της επικοινωνίας, από τα απλά και τα καθημερινά ως τα μεγάλα και τα σύνθετα. Το νόημα αυτής της ώρας είναι το ότι τα μέλη της οικογένειας δείχνουν ότι νοιάζονται και φροντίζουν το ένα το άλλο. Πρόκειται για έναν ακόμη τρόπο για τους γονείς να έρθουν κοντά στα παιδιά τους, να σκύψουν πάνω από τα προβλήματα και τις ανησυχίες τους και με αυτόν τον τρόπο να τα επηρεάσουν θετικά.

Η Ημέρα της Οικογένειας θεσπίστηκε από το Εθνικό Κέντρο της Εξάρτησης και Χρήσης Ουσιών του Πανεπιστημίου Columbia της Νέας Υόρκης. Ερευνες από το 1996 δείχνουν ότι όσο πιο συχνά ένα παιδί γευματίζει με τους γονείς του, τόσο λιγότερες πιθανότητες έχει να αρχίσει να καπνίζει, να πίνει ή να χρησιμοποιεί παράνομες ουσίες.

*** Τι λένε οι αριθμοί**

Οι έφηβοι που τρώνε ένα γεύμα την ημέρα με τους γονείς τους, έξι με επτά φορές την εβδομάδα, είναι τέσσερις φορές λιγότερο πιθανό να αρχίσουν το κάπνισμα, τρεις

φορές λιγότερο πιθανό να καπνίσουν μαριχουάνα και έχουν περίπου τις μισές πιθανότητες να αρχίσουν να πίνουν, σε σχέση με τους εφήβους που τρώνε με τους γονείς τους δύο φορές την εβδομάδα ή λιγότερο.

Οι αριθμοί δείχνουν ότι τα παιδιά που δεν τρώνε ποτέ με τους γονείς τους έχουν 61% περισσότερες πιθανότητες να καπνίσουν, να αρχίσουν το ποτό ή να δοκιμάσουν παράνομα ναρκωτικά. Από την άλλη, τα παιδιά που γευματίζουν με τους γονείς τους καθημερινά έχουν 20% λιγότερες πιθανότητες από τον μέσο έφηβο να ξεκινήσουν τέτοιου είδους δραστηριότητες.

*** Τι λένε οι ερευνητές**

Οι ερευνητές του προγράμματος του Πανεπιστημίου Columbia είχαν ως στόχο να χρησιμοποιήσουν οι γονείς την ώρα του οικογενειακού δείπνου για να μιλήσουν για θέματα σχετικά με την ουσιοεξάρτηση και να βοηθήσουν στην πρόληψή της. Καθ' οδόν όμως, οι ερευνητές ανακάλυψαν την τεράστια σημασία του ποιοτικού χρόνου και της συζήτησης που γίνεται κατά τη διάρκεια της οικογενειακής συγκέντρωσης γύρω από το τραπέζι για την ψυχική υγεία των παιδιών. Έτσι οι ειδικοί συμβουλεύουν ότι ο χρόνος αυτός μπορεί να αξιοποιηθεί για συζητήσεις σχετικά με την επικαιρότητα, για τα θέματα που προβάλλονται στις ειδήσεις για να μπορέσουν οι γονείς να δημιουργήσουν ένα κλίμα ασφάλειας και σιγουριάς μέσα στο σπίτι.

*** Υγεία και διατροφή**

Αλλά πέρα από τη σύσφιγξη των διαπροσωπικών σχέσεων και την προστασία εναντίων των εξαρτησιογόνων ουσιών που προσφέρει η ώρα του οικογενειακού δείπνου, οι ειδικοί διαβεβαιώνουν ότι υπάρχουν και άλλα οφέλη, μαθήματα ζωής. Μέσα από μια τέτοια διαδικασία, το παιδί κατ' αρχήν τρώει μεγαλύτερη ποικιλία φαγητών και καλύτερη ποιότητα. Σε έρευνα που δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό περιοδικό «Archives of Family Medicine», φάνηκε ότι τα παιδιά που τρώνε με την οικογένειά τους φαγητό μαγειρεμένο στο σπίτι τείνουν να τρώνε πιο ισορροπημένα γεύματα που τους προσφέρουν βιταμίνες, ιχνοστοιχεία και πρωτεΐνες που χρειάζονται για να αναπτυχθούν και να έχουν καλή υγεία. Το παιδί μαθαίνει θετικές διατροφικές συνήθειες, καλούς τρόπους, συνεργασία και άλλες θετικές κοινωνικές συμπεριφορές.

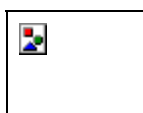
*** Επικοινωνιακές ικανότητες**

Η ώρα του οικογενειακού δείπνου προσφέρει και άλλα οφέλη, μια που δίνει στο παιδί την ευκαιρία να συσφίξει τους δεσμούς του με τα άλλα μέλη της οικογένειας και να εξασκήσει την τέχνη της συζήτησης. Τα παιδιά μαθαίνουν πώς να κάνουν ερωτήσεις, πώς να απαντούν σχετικά με τη μέρα τους και πώς να ακούνε τις πληροφορίες που δίνουν οι άλλοι. Οι έρευνες δείχνουν ότι οι συζητήσεις που γίνονται μεταξύ ενηλίκων και παιδιών με μια κανονική συχνότητα σε ένα φυσικό περιβάλλον για το παιδί (όπως η ώρα που μαζεύεται η οικογένεια για φαγητό) συμβάλλουν στην ανάπτυξη του λεξιλογίου του παιδιού, στη βελτίωση του προφορικού του λόγου και στην ανάπτυξη των πρώιμων αναγνωστικών ικανοτήτων του και ακόμη και στην επιτυχία του στην ανάγνωση, μια που το πλούσιο λεξιλόγιο συνεισφέρει στις αναγνωστικές ικανότητες.

Η κυρία Αίζα Βάρβογλη είναι ψυχολόγος - ψυχοθεραπεύτρια.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙ

Μεγαλώνει γρήγορα η αγορά των «τζούνιορ» Εντυπωσιακή μεγέθυνση πωλήσεων στον κλάδο παιδικών τροφίμων

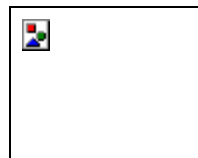


[ΔΗΜΗΤΡΑ
ΣΚΟΥΦΟΥ](#)

Έχουν κατακτήσει δεσπόζουσα θέση στην αγορά τροφίμων, αλλά και στην... καρδιά των παιδιών ηλικίας από 6 μηνών έως και 12 ετών. Είναι η γενιά των προϊόντων «τζούνιορ».

Από τα ράφια των σούπερ μάρκετ, τα ψυγεία των περιπτέρων μέχρι και τα μενού των φαστ φουντ, τα τρόφιμα που απευθύνονται αποκλειστικά σε παιδιά φαίνεται ότι αποτελούν το νέο όπλο των βιομηχανιών τροφίμων για την κατάκτηση των λιλιπούτειων πελατών τους.

Αποτέλεσμα είναι η εντυπωσιακή αύξηση των πωλήσεών τους τα τελευταία χρόνια. Στον κόσμο των «junior» και των «kid» τα προϊόντα ποικίλλουν σε γεύσεις και σε είδη. Γάλατα, γιαούρτια και τυριά, σοκολάτες και μπισκότα, σνακ αλλά και πλήρη γεύματα «τζούνιορ», που περιέχονται σε δελεαστικές πολύχρωμες συσκευασίες με δωροεκπλήξεις είναι οι προτάσεις των εταιρειών στη νέα γενιά καταναλωτών τους. Μια γενιά η οποία ακολουθεί τους γρήγορους ρυθμούς ζωής της σύγχρονης κοινωνίας και αρχίζει την ημέρα της ίσως με γάλα και δημητριακά για παιδιά, συνεχίζει τρώγοντας... Σκρουτζ Μακ Ντακ με γεύση σοκολάτας και αν πείσει τους γονείς μπορεί να γευματίσει σε κάποιο κατάστημα φαστ φουντ.



Οι βιομηχανίες εμπλουτίζουν την γκάμα των προϊόντων τους που απευθύνονται ειδικά στην νέα αγορά των παιδικών τροφίμων

Έξυπνα προϊόντα

Οι αυξητικές τάσεις που παρατηρούνται στις πωλήσεις των προϊόντων για παιδιά τα τελευταία χρόνια έχουν βάλει τις βιομηχανίες τροφίμων σε έναν αγώνα δρόμου, προκειμένου να εμπλουτίσουν την γκάμα των προϊόντων τους, συνδυάζοντας την ασφάλεια, την ποιότητα, την πρωτοτυπία και την έξυπνη ιδέα σε μία συσκευασία. Σύμφωνα με στοιχεία της εταιρείας ACNielsen, στο διάστημα των ετών 1997 -1999 οι πωλήσεις του παιδικού γιαουρτιού - κατηγορία προϊόντων που γνωρίζει σημαντική ανάπτυξη στην Ελλάδα - είχαν διπλασιαστεί, ενώ οι πωλήσεις της σοκολάτας «τζούνιορ» το 1999 είχε αυξηθεί 31%, σε σχέση με το 1997.

Πρωτοτυπία - αποδοχή

Σύμφωνα με στέλεχος μίας από τις μεγαλύτερες ελληνικές γαλακτοβιομηχανίες, «τα προϊόντα για παιδιά δεν πρέπει μόνο να έχουν έξυπνες και πρωτότυπες συσκευασίες. Θα πρέπει να προσφέρουν τα στοιχεία που βοηθούν στην ανάπτυξη του παιδικού οργανισμού και παράλληλα η γεύση τους να αρέσει στα παιδιά». Και αυτό, όπως εξηγεί, επειδή η επιτυχία στο προϊόν έρχεται όταν ο γονιός πειστεί ότι αυτό που αγοράζει είναι κατάλληλο για τη σωστή διατροφή των παιδιών του. Η ΦΑΓΕ, η ΔΕΛΤΑ, η ΜΕΒΓΑΛ, η Friesland, η Nestle, είναι μερικές από τις βιομηχανίες που γεμίζουν τα ράφια των αλυσίδων σούπερ μάρκετ στην Ελλάδα με προϊόντα για παιδιά, ενώ αλυσίδες φαστ φουντ, όπως η Mc Donald's και η Goody's, προσφέρουν εκατοντάδες παιδικά γεύματα ημερησίως.

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΙΙΙ

ΑΤΕΙ ΚΡΗΤΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ
ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΟ ΕΤΟΣ 2002-2003

Αγαπητοί γονείς,

Στα πλαίσια της εκπόνησης της πτυχιακής μας εργασίας με τίτλο ‘ **Το κοινωνικό και οικονομικό προφίλ της σύγχρονης οικογένειας και η σχέση του με τις διατροφικές συνήθειες του παιδιού**’, σας αποστέλλουμε το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο και θα σας παρακαλούσαμε να το συμπληρώσετε συμβάλλοντας έτσι στην προσπάθειάς μας. Το ερωτηματολόγιο θα είναι **ανώνυμο**.

Επιλέξτε τις απαντήσεις χωρίς ιδιαίτερη σκέψη, τοποθετώντας ένα **X** στο κουτάκι, δίδοντας μια απάντηση σε κάθε ερώτηση.

Τα ερωτηματολόγια θα επιστραφούν μέσω των παιδιών μέχρι την ημερομηνία

Σας ευχαριστούμε πολύ!

Οι ασκούμενοι κοινωνικοί λειτουργοί

Δουλγεράκη Αγγελική
Κόρακας Παναγιώτης
Τσιάκαλου Ευαγγελία

Ερωτηματολόγιο

1. Ποιά είναι η ηλικία σας :

πατέρας

μητέρα

2. Πόσα παιδιά έχει η οικογένεια σας:

3. Ποιο είναι το επάγγελμά σας:

Πατέρας :

Μητέρα :

4. Μορφωτικό επίπεδο :

πατέρας

μητέρα

α. Απόφοιτος ή κάποιες τάξεις του δημοτικού

β. Απόφοιτος ή κάποιες τάξεις του γυμνασίου

γ. Απόφοιτος λυκείου ή τεχνικής σχολής

δ. Σπουδές σε :

i)ΤΕΙ

ii)ΑΕΙ

ε . Κάτοχος μεταπτυχιακού τίτλου

5. Το μηνιαίο εισόδημα του νοικοκυριού σας είναι :

α. Περισσότερο από 1500 €

β. Σχεδόν 1500 €

γ. Λιγότερο από 1500 €

6. Πόσες ώρες αφιερώνετε στην εργασία σας την ημέρα:

Πατέρας

Μητέρα

α. 8- 10 ώρες

β. Λιγότερο από 8- 10 ώρες

γ. Περισσότερο από 8- 10 ώρες

7. Πιστεύετε ότι η επαγγελματική σας απασχόληση, σας εμποδίζει από το να ασχοληθείτε με τη διατροφή των παιδιών σας όσο θέλετε;

α. Καθόλου

β. Λίγο

γ. Πολύ

8. Οι απαιτήσεις της εργασίας περιορίζουν το χρόνο που αφιερώνετε στην φροντίδα των παιδιών γενικότερα και στη διατροφή τους ειδικότερα;

α. Καθόλου

β. Λίγο

γ. Πολύ

9. Η επαγγελματική κόπωση μειώνει τη διάθεση σας να ασχοληθείτε με θέματα του σπιτιού;

α. Καθόλου

β. Λίγο

γ. Πολύ

10. Θεωρείτε ότι οι ευθύνες του σπιτιού παρεμποδίζουν την επαγγελματική εξέλιξη;

α. Καθόλου

β. Λίγο

γ. Πολύ

11. Πόσο χρόνο διαθέτετε καθημερινά σε εργασίες που έχουν σχέση με το σπίτι;

Πατέρας

Μητέρα

α. Καθόλου

β. 1 – 2 ώρες

γ. 2 – 3 ώρες

δ. Παραπάνω από 3

12. Η συμμετοχή σας στις δουλειές του σπιτιού εξαρτάται από :

	<i>Πατέρας</i>	<i>Μητέρα</i>
α. Το ωράριο και τη διάρκεια της εργασίας σας	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
β. Από τις βάρδιες	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
γ. Από τον ελεύθερο χρόνο που παραμένετε στο σπίτι	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
δ. Από το είδος της δουλειάς του σπιτιού.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Ποιος έχει τη φροντίδα της μαγειρικής στο σπίτι:

α. Η μητέρα	<input type="checkbox"/>
β. Η οικιακή βοηθός	<input type="checkbox"/>
γ. Ο πατέρας	<input type="checkbox"/>
δ. Και οι δυο γονείς	<input type="checkbox"/>
ε. Άλλο άτομο	<input type="checkbox"/>

14. Το μαγείρεμα είναι συνήθως μια απασχόληση ευχάριστη ή δυσάρεστη:

	<i>Πατέρας</i>	<i>Μητέρα</i>
α. Καθόλου ευχάριστη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
β. Ευχάριστη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
γ. Πολύ ευχάριστη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
δ. Καθόλου δυσάρεστη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ε. Δυσάρεστη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
στ. Πολύ δυσάρεστη	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ζ. Αδιάφορη αλλά αναγκαία	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

15. Η φροντίδα των παιδιών είναι έργο :

- α. Μόνο της μητέρας
- β. Κυρίως της μητέρας
- γ. Μόνο του πατέρα
- δ. Κυρίως του πατέρα
- ε. Και των δυο
- στ. Άλλου ατόμου

16. Πόσο συχνά τα παιδιά παίρνουν πρωινό:

- α. Δεν παίρνουν
- β. Όταν υπάρχει ελεύθερος χρόνος
- γ. Μόνο τα σαββατοκύριακα
- δ. Καθημερινά

17. Συνήθως από τι αποτελείται το πρωινό:

- α. Μόνο γάλα
- β. Γάλα συνοδευόμενο και από άλλες τροφές

18. Συνήθως τα παιδιά τι τρωνε για απόγευμα:

- α. Κάτι σπιτικό π.χ. κέικ
- β. Μερέντα με ψωμί
- γ. Κρουασάν
- δ. Φρούτα
- ε. Κάτι άλλο αγορασμένο

19. Πόσο συχνά αγοράζετε έτοιμο φαγητό στο σπίτι:

- α. Κάθε μέρα
- β. 2 – 3 φορές την εβδομάδα
- γ. Μια φορά την εβδομάδα
- δ. 2- 3 φορές τον μήνα

20. Πόσο συχνά μαγειρεύετε στο σπίτι:

- α. Καθόλου
- β. Κάθε μέρα
- γ. 2- 3 φορές την εβδομάδα
- δ. 3- 4 φορές την εβδομάδα

21. Τις περισσότερες φορές το φαγητό στο σπίτι είναι :

- α. Φτιαγμένα στο σπίτι
- β. Ετοιμασμένο από το Σούπερ Μάρκετ
- γ. Αγορασμένο από εστιατόριο κ.λ.π.

22. Στο σπίτι σας τρώτε έτοιμο ή προπαρασκευασμένο φαγητό :

- α. . καθόλου
- β. 1-2 φορές την εβδομάδα
- γ. 2-3 φορές την εβδομάδα
- δ. 2-3 φορές το μήνα

23. Πόσο συχνά τα παιδιά σας τρώνε εκτός σπιτιού:

- α. Καθόλου
- β. Κάθε σαββατοκύριακο
- γ. 2- 3 φορές την εβδομάδα
- δ. 2 – 3 φορές το μήνα
- ε. Κάθε μέρα

24. Τι αγοράζουν συνήθως τα παιδιά από το κυλικείο του σχολείου:

- α. Τοστ με ζαμπόν και τυρί
- β. Κρουασάν
- γ. Σοκολάτες
- δ. κουλούρι – σταφιδόγωμο

25. Πόσο συχνά επιλέγουν τα παιδιά για την 'έξοδο' τους τα Fast Food (Goody's, Mac Donalds, πιτσαρίες κ.λ.π) εβδομαδιαίως;

- α. Καθόλου
- β. Μια φορά
- γ. 2- 3 φορές
- δ. 2- 3 φορές τον μήνα

26. Ποιο το εβδομαδιαίο χαρτζηλίκι των παιδιών;

- α. Καθόλου
- β. 1- 5 €
- γ. 5- 10 €
- δ. Πάνω από 10 €

27. Που διατίθεται συνήθως το χαρτζηλίκι τους;

- α. Σε CD
- β. Σε σχολικά είδη
- γ. Σε παιχνίδια
- δ. Σε φαγώσιμα(όπως γαριδάκια, κρουασάν, παγωτό κ.α.)

28. Τι συνηθίζουν να τρώνε τα παιδιά σας όταν βρίσκονται εκτός σπιτιού;

29. Πόσο συχνά τα παιδιά ζητούν να φάνε προϊόντα που διαφημίζει η τηλεόραση;

- α. Καθόλου
- β. Συχνά
- γ. Πολύ συχνά

30. Τι τρώνε συνήθως όταν παρακολουθούν τηλεόραση:

- α. Τίποτα
- β. Γαριδάκια
- γ. Σοκολάτες
- δ. Πίτσα
- ε. Τοστ με ζαμπόν και τυρί
- στ. Σπιτικό κέικ – κουλουράκια
- ζ. Κάτι άλλο σπιτικό
- η. Φρούτα

31. Είστε ευχαριστημένοι με τη διατροφή της οικογένειάς σας:

- α. Καθόλου
- β. Λίγο
- γ. Αρκετά
- δ. Πολύ
- ε. Πάρα πολύ

32. Αν δεν είστε ευχαριστημένοι ποιοι λόγοι νομίζετε ότι ευθύνονται κυρίως:

- α. Το χαμηλό εισόδημα
- β. Οι πολλές ώρες εργασίας σας
- γ. Μη επαρκής ενημέρωση για θέματα σωστής διατροφής
- δ. Η αδυναμία αντίστασης στις επιθυμίες των παιδιών

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ

- Βοσνιάδου Στέλλα, “Εισαγωγή στην Ψυχολογία”, τόμος β΄, Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1997
- Γεώργας Δ, “Κοινωνική Ψυχολογία”, τόμος α΄, Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1995
- Δεδουσόπουλος Α, “Η προσφορά εργασίας : θεωρίες, πολιτικές και ερευνητικές αναζητήσεις”, Εκδόσεις Τυπωθήτω, Αθήνα 2001
- Ζάμπελας Αντώνης, Γιαννακούλια Μαρία, “Διατροφικές απαιτήσεις κατά του κύκλου ζωής”, Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, ΥΠΕΠΘ, ΤΕΕ (τομέας Υγείας – Πρόνοιας), Εκδόσεις Α. Λιβάνη, Αθήνα 2000
- Ζηλίδης Χρήστος “Διατροφή” και Δημόσια Υγεία”, University Studio Press, Θεσσαλονίκη 1995
- Καρσαμπά Δήμητρα, “Ετοίμα Φαγητά”, Μονάδα Κλαδικής Βιομηχανικής Έρευνας και Ενημέρωσης, Ίδρυμα Οικονομικών και Βιομηχανικών Ερευνών, Δεκέμβριος, Αθήνα 1992
- Κατάκη Χάρις, “Οι τρεις ταυτότητες της Ελληνικής Οικογένειας”, Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα 1998
- Κετσετζοπούλου Μαρία, Σιμεωνίδου Χάρη, “Ισότητα των φύλων : Η θέση της γυναίκας στο δημόσιο και ιδιωτικό χώρο στι Κοινωνικό Πορτραίτο της Ελλάδος”, ΕΚΚΕ
- Μαράτου – Αλιμπράντη Λάουρα, “η οικογένεια στην Αθήνα : Οικογενειακά Πρότυπα και συζυγικές πρακτικές”, ΕΚΚΕ, Αθήνα 1995
- Μισέλ Α, “Κοινωνιολογία της οικογένειας και του γάμου”, Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1998
- Μουσούρου Λουκία, “Γυναίκα και απασχόληση”, Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα, 1993
- Μουσούρου Λουκία, “Η κοινωνιολογία της σύγχρονης οικογένειας”, Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1999
- Πλέσσας Σταύρος, “Διαιτητική του ανθρώπου”, Εκδόσεις Φάρμακου – Τύπος, Αθήνα, 1984
- Τριάδη Διαμάντω – Βελεντζάς Δημήτριος, “Θέματα Διατροφής Διαιτολογίας”, ΤΕΕ (Τομέας Υγείας – Πρόνοιας), Εκδόσεις ΟΕΔΒ
- Τριχόπουλος Δημήτρης, Καλαμποθάκη Β, Πετρίδου Ε, “Προληπτική Ιατρική και Δημόσια Υγεία” Εκδόσεις Ζήτα, Αθήνα 2000
- Τσαούσης Δημήτρης, “Η κοινωνία του ανθρώπου”, Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1998
- Τσαούσης Δημήτρης, “Στοιχεία Κοινωνιολογίας”, Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1972
- Φίλιας Βασίλης, “Εισαγωγή στη μεθοδολογία και τις τεχνικές των Κοινωνικών Ερευνών”, Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 1977

ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ

- Beuenson, Hunt, “Dual carrer families : Vanguard of the future or residue of the past”, Meeting of the American Sociological Association, USA 1981
- Ellaway A. Macintyre S, “Does where you live predict health related behaviours”, A case study in Glagow, Health Bulletin, 54(6), 443 – 446, November 1996

- Millstein Susan G, Petersen Nightingale, Anne G, and Eleni, “Promoting the health of adolescents new directions for the twenty”– first century, Oxford University Press, New York, 1993
- Newman WP, Wattingnegu Berenson GS, “Children and adolescents : relationship of factors to atherosclerotic lesions”, Ann NY Acad sci 1991 : 623 : 16 – 25
- Petridou E, Malama H, Doxia dis, Pantelukis S, Kunellopoulou G, Toupadaki N, Ivichopoulou A, “Blood lipids in Greek adolescents and their relation to diet obesity and socioeconomic factors, Annals of Epidemiology, 286 – 291, July 1995
- Pleck, Rustad, “Husbands and wives time infamily work and paid work in 1975 – 1976”, Wellesley College for research on women
- Travers K.D. “The social organization of nutritional inequities”, Social Science and Medicine 43(4) 543 – 553, August 1996
- Spade J.Z., Understanding the interaction of work and family indual worker families”, Paper presented at annual meeting of the for the study of social problems”, Toronto, 1981
- Chez G-R and Becker G-S, “The allocation of time and goods over lify – cycle”, National Bureau of Economic Research, N.Y. 1975
- Quin and Stainers, “Quality of employment Survey, “University of Michigan, 1972

ΠΕΡΙΟΔΙΚΑ

- Αγάθωνος – Γεωργοπούλου Ελένη, “Ο παιδίατρος και τα δικαιώματά του”, Αναδημοσίευση, περιοδικό Παιδιατρική, σελ. 97 – 100, 2000
- Καφάτος Α, Αποστολάκη Ι, Καντιδάκη Ε, Λιουής Χ, “Συνήθειες διατροφής των παιδιών στο σχολείο”, Παιδιατρική, 21, 54:10 – 25
- Καφάτος, Γαλανάκη Χατζής, Μανιός, “Αξιολόγηση πρόγραμμα – αγωγής υγείας, μετά από τρία χρόνια, εκπαιδευτικής παρέμβασης στα δημοτικά σχολεία Κρήτης”, Παιδιατρική 1998:61:483 – 497
- Καφάτος Α, “Διατροφή και υγεία. Πρόγευμα. Η σημασία του στην προαγωγή υγείας”
- Παπαδοπούλου Αλεξάνδρα, “Το πραγματικό κόστος της γρήγορης τροφής” Παιδιατρική : τεύχος 3, Ιούλιος – Σεπτέμβριος 2001
- Πολυχρονόπουλος Ε, “Διατροφική Αγωγή – Σύγχρονη Μεθοδολογία και Παράδοση”, Νέα Υγεία, τεύχος 28:8 – 10, Απρίλιος – Ιούνιος 2000
- Φεσσάτου Σ, Πετρίδου Ε, Δεσύσπρης Ν, Φλυτζάνη Β, Καρπαθίου Θ, “Τηλεόραση : Ωφελεί ή βλάπτει τον ελεύθερο χρόνο του παιδιού;”, Παιδιατρική 1999 62 : 379 – 386

ΔΙΔΑΚΤΟΡΙΚΕΣ ΔΙΑΤΡΙΒΕΣ

- Λάγιου Παγώνα, “Διατροφικά στοιχεία ερευνών οικογενειακών προϋπολογισμών και επιδημιολογικές συσχετίσεις”, Διδακτορική Διατριβή, Ιατρική Σχολή Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα 1996

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΕΣ ΜΕΛΕΤΕΣ

- Δούδαλη Αθηνά, “Διατροφικές συνήθειες οικογενειών αγροτικής κωμόπολης του Ν. Ευβοίας. Σύγκριση δύο μεθόδων διατροφικής αξιολόγησης,” Τμήμα Οικιακής Οικονομίας, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Αθήνα 2002

- Καλαφάτη Ε, “Διερεύνηση των κοινωνικο-οικονομικών χαρακτηριστικών – διατροφικών συνηθειών των οικογενειών στο Δήμο Άνω Λιοσίων, Ο ρόλος της μητέρας (εργαζόμενης ή μη) στη διαμόρφωσή τους, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, τμήμα Οικιακής Οικονομίας, Αθήνα 1997
- Κίτσιου Βασιλική, Κορομηλά Απωνία, “Οι απόψεις των Ελληνίδων σχετικά με τη διατροφή κατά την παιδική ηλικία”, Τμήμα Οικιακής Οικονομίας – Οικολογίας, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο Αθήνα 2000
- Πατρικόπουλος Ευάγγελος, “Τα κυλικεία και η επίδρασή τους στη διαμόρφωση των διατροφικών συνηθειών στους μαθητές της σχολικής ηλικίας. Ανάλυση κινδύνου, κρίσιμα σημεία ελέγχου στα σχολικά κυλικεία”, Τμήμα Οικιακής Οικονομίας, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Αθήνα
- Χαραλάμπους Γ, “Διατροφικές συνήθειες των μαθητών Γυμνασίου – Λυκείου”, Τμήμα Οικιακής Οικονομίας, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο, Αθήνα 2001

ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

- Κουκούλη Σοφία, “Κοινωνική Υγιεινή ΙΙ – Π.Φ.Υ- Σχολή ΣΕΥΠ, Τμήμα Κ.Ε., Ηράκλειο 1999-2000
- Χλιαουτάκης Ιωάννης, “Πρότυπα Προαγωγής Υγείας” Διδακτικές σημειώσεις από το προαιρετικό μάθημα Ζ’ εξαμήνου Σχολής ΣΕΥΠ, Τμήμα Κ.Ε., Ηράκλειο 2002

ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΙ ΤΟΠΟΙ

- Iatronet, Γεωργακάκης Χ, 7/1/2003, “Διατροφή κατά τη βρεφική και πρώτη παιδική ηλικία” <http://iatronet.gr/HTMLpages/Mainpagevns/Diatvofi/diatvofigia.Atom/:geia- diatvofi-vrefiki-asp>
- Mednet.gr, ΙΚΠΙ (Ινστιτούτο Κοινωνικής και Προληπτικής Ιατρικής, 11/1/2003, <http://www.mednet.gr/agogi/nutritio .htm>
- In.gr, 12/1/2003, “Ζητήματα διατροφής – Τα διατροφικά πρότυπα των γονιών που ακολουθούν τα παιδιά”, <file://local/hust B:/in.gr health.htm>
- Care magaZine, InKA, 2001, “Μοναξιά TV, κακή διατροφή για τα ελληνόπουλα”, <http://cave.Flash.gr.mag/topic/?id=4047>
- Care.flash.gr, Στέφανος Περτσεμλίδης, 2001, “Πρωινό και κολατσιό σύμμαχοι του μαθητή”, <File://localhost/B:Flash-gr-care>
- Care magaZine, InKA, 2001, “Τι τρώνε τα παιδιά μας””, <File://localhost B://INKA.htm>
- Care.flash.gr, INKA, 2002, “Το χαρτζιλίκι αιτία για επικίνδυνα διατροφικά πρότυπα”, <http://care.flash.gr/mag/topic/?id=6206>
- Papaki.panteion, Λούβαρης Ιωάννης, 11/3/2003, “το ευρώ στη ζωή μας”, <http://www.papaki.panteion.gr/teuxos6/euro.htm>
- Nut.uoA.gr, DAFNE 12/3/2003, “DAFNE (DATA FOOD Net Working)”, <http://www.nut.uod.gr/greek/dafne/Erevna-Dafne2.htm>
- Iatvonet, Γρηγοράκης Δημήτρης, 11/1/2003, “Fast Food : Γευστική απειλή για τους εφήβους”, <http://www.diatrofygiou.Atom/igeia-diatrofi>
- Care.flash.gr, Τάνια Κυριακίδου, 16/10/2002, “Καταγγελίες για κυλικεία”, <http://care.flash.gr/mag/topic/?id=707>

