



ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ & ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ  
«ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΠΟΛΙΤΙΚΗ»  
ΜΕ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗ:  
«ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ, ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑΣ»

**ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19 ΣΤΗΝ ΑΤΟΜΙΚΗ ΚΑΙ  
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΖΩΗ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΤΟΥ ΓΕΩΠΟΝΙΚΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ  
ΑΘΗΝΩΝ

ΤΗΣ

ΔΟΥΡΟΥΚΗ ΟΛΥΜΠΙΑΣ

**ΜΕΛΗ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ**

ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ: ΣΠΥΡΙΔΑΚΗΣ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ

2<sup>ο</sup> ΜΕΛΟΣ: ΤΟΣΚΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ

3<sup>ο</sup> ΜΕΛΟΣ: ΛΑΤΣΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ

Ιανουάριος, 2023

Copyright © Ολυμπία Δουρούκη, 2022.

Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος.

Απαγορεύεται η αντιγραφή, αποθήκευση και διανομή της παρούσας εργασίας, εξ ολοκλήρου ή τμήματος αυτής, για εμπορικό σκοπό. Επιτρέπεται η ανατύπωση, αποθήκευση και διανομή για σκοπό μη κερδοσκοπικό, εκπαιδευτικής ή ερευνητικής φύσης, υπό την προϋπόθεση να αναφέρεται η πηγή προέλευσης και να διατηρείται το παρόν μήνυμα. Ερωτήματα που αφορούν στη χρήση της εργασίας για κερδοσκοπικό σκοπό πρέπει να απευθύνονται προς τον συγγραφέα. Οι απόψεις και τα συμπεράσματα που περιέχονται σε αυτό το έγγραφο εκφράζουν τον συγγραφέα και μόνο και δεν πρέπει να ερμηνευθεί ότι αντιπροσωπεύουν τις θέσεις του επιβλέποντος, της επιτροπής εξέτασης ή τις επίσημες θέσεις του Τμήματος και του Ιδρύματος.

Copyright © Olympia Dourouki, 2022.

All rights reserved.

You may not copy, reproduce or distribute this work (or any part of it) for commercial purposes. Copying/reprinting, storage and distribution for any non-profit educational or research purposes are allowed under the conditions of referring to the original source and of reproducing the present copyright note. Any inquiries relevant to the use of this thesis for profit/commercial purposes must be addressed to the author. The opinions and the conclusions included in this document express solely the author and do not express the opinion of the MSc thesis supervisor or the examination committee or the formal position of the Department(s) or the University of Peloponnese.

## ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Με αφορμή την ολοκλήρωση της Μεταπτυχιακής Διπλωματικής μου Εργασίας, επιθυμώ να εκφράσω τις ευχαριστίες μου, στον επιβλέποντα καθηγητή μου κ. Σπυριδάκη Εμμανουήλ για τη συνεχή συμβουλευτική καθοδήγηση και τις καίριες παρατηρήσεις του καθ' όλη τη διάρκεια εκπόνησης της εργασίας.

Επιπλέον, θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά την οικογένεια και τους φίλους μου για την αδιάκοπη στήριξη και υπομονή τους σε κάθε μου προσπάθεια, όπως και τους συναδέλφους μου που με στήριξαν από τα πρώτα βήματα του μεταπτυχιακού προγράμματος σπουδών.

Τέλος, δεν θα μπορούσα να παραλείψω τις ευχαριστίες στα μέλη της τριμελούς επιτροπής κ. Σπυριδάκη Εμμανουήλ, κα Τόσκα Αικατερίνη και κα Λατσού Δήμητρα για την υπομονή και τον χρόνο που διέθεσαν στην αξιολόγηση της παρούσας Μεταπτυχιακής Διπλωματικής Εργασίας.

## **Περιεχόμενα**

<b>Περίληψη</b> .....	6
<b>Abstract</b> .....	8
Λέξεις κλειδιά – Key words	
Εισαγωγή.....	9
Βιβλιογραφική ανασκόπηση .....	10
Ερευνητικά ερωτήματα ποιοτικής έρευνας .....	12
<b>Μέρος Α' – Θεωρητικό</b>	
<b>Κεφάλαιο 1: Εννοιολογική προσέγγιση όρων και τοποθέτηση ορισμών</b>	
1.1. «Υγεία - Δημόσια Υγεία» .....	13
1.2. «Ψυχική υγεία - ψυχική ασθένεια» .....	16
1.3. «Πανδημία - επιδημία» .....	17
1.4. «Στιγματισμός».....	19
1.5. «Ποιότητα ζωής» .....	21
<b>Κεφάλαιο 2: Επιπτώσεις της πανδημίας Covid-19 στην ποιότητα ζωής των Πανεπιστημιακών φοιτητών</b>	
2.1. Ψυχική υγεία και πανδημία Covid-19.....	24
2.2. Κοινωνική αλληλεπίδραση και πανδημία Covid-19.....	25
2.3. Διαδικτυακός εθισμός και πανδημία Covid-19.....	26
2.4. Κοινωνικός στιγματισμός και πανδημία Covid-19.....	28
<b>Κεφάλαιο 3: Επιπτώσεις της πανδημίας Covid-19 στην εκπαίδευση των Πανεπιστημιακών φοιτητών</b>	
3.1. Πανεπιστημιακή εκπαίδευση και πανδημία Covid-19 .....	31
3.2. Εξ αποστάσεως διδασκαλία και πανδημία Covid-19 .....	32
3.3. Εξ αποστάσεως διδασκαλία και ψυχική υγεία Πανεπιστημιακών φοιτητών .....	35
3.4. Εξ αποστάσεως διδασκαλία και μετά-Covid-19 εποχή .....	37
<b>Κεφάλαιο 4: Πολιτικές αντιμετώπισης της πανδημίας Covid-19</b>	
4.1. Πολιτικές αντιμετώπισης της πανδημίας Covid-19 στην Ελλάδα .....	39

4.2. Η άμεση αντίδραση της ΕΕ στην έξαρση της πανδημίας Covid-19 .....	41
4.3. Το Πρόγραμμα «Η ΕΕ για την υγεία» (EU4Health) .....	43
<b>Μέρος Β' – Εμπειρικό</b>	
<b>Κεφάλαιο 5: Μεθοδολογία Ποιοτικής Έρευνας</b>	
5.1. Ερμηνευτικό πλαίσιο .....	47
5.2. Περιγραφή του πληθυσμού έρευνας .....	48
5.3. Μέθοδος συλλογής δεδομένων .....	49
<b>Κεφάλαιο 6: Αποτελέσματα Ποιοτικής Έρευνας</b>	
6.1. Αποτελέσματα .....	53
<b>Κεφάλαιο 7: Συμπεράσματα - Προτάσεις</b>	
7.1. Συμπεράσματα - Προτάσεις .....	63
<b>Βιβλιογραφία</b> .....	68

## Περίληψη

Η πανδημία Covid-19, αποτελεί ένα σύνθετο και πολυπαραγοντικό φαινόμενο των ημερών. Η πανδημική κρίση έχει ταλανίσει έναν εξαιρετικά σημαντικό αριθμό χωρών, σε παγκόσμια κλίμακα. Οι επιπτώσεις του φαινομένου είναι έντονες και εκδηλώνονται σε όλες τις εκφάνσεις της καθημερινής ζωής των ανθρώπων· ιδίως, της μερίδας των Πανεπιστημιακών φοιτητών.

Συγκεκριμένα, ιδιαίτερη αναφορά, γίνεται στους τρόπους με τους οποίους βιώνουν οι φοιτητές από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών την περίοδο της πανδημίας Covid-19. Επιπροσθέτως, διερευνάται το ζήτημα του διαδικτυακού εθισμού, όπου η συντριπτική πλειοψηφία των Πανεπιστημιακών φοιτητών εμφανίζει καταχρηστική συμπεριφορά, κατά το διάστημα της πανδημικής περιόδου. Επιπλέον, η παρούσα μελέτη διερευνά την απόκριση της Ακαδημαϊκής Κοινότητας του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών απέναντι στο πολύκροτο ζήτημα της πανδημίας Covid-19. Συμπληρώνοντας, εξετάζονται οι τρόποι με τους οποίους η κοινωνική αποστασιοποίηση που επήλθε από την πανδημική κρίση είναι ικανή να διαμορφώσει τη μελλοντική κοινωνική αλληλεπίδραση μεταξύ των ανθρώπων.

Για τον έλεγχο των υπό διερεύνηση ερωτημάτων, χρησιμοποιήθηκαν ως εργαλεία το ερωτηματολόγιο και η δομημένη συνέντευξη. Η κατασκευή του ερωτηματολογίου αποτελεί μία μορφή δομημένης συνέντευξης, όπου τον έλεγχο διατηρεί ο ερευνητής, αποσκοπώντας στην ομαλή καθοδήγηση της παρούσας συνέντευξης. Οι συνεντεύξεις υλοποιήθηκαν μέσω ενός επιλεγμένου πληθυσμού έξι φοιτητών από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, προκειμένου να αναλυθούν εις βάθος τα ερευνητικά ερωτήματα που πραγματεύεται η παρούσα ποιοτική μελέτη.

Το ζήτημα της πανδημίας Covid-19, αποτελεί ένα αναγνωρισμένο θέμα της διεθνούς και ελληνικής βιβλιογραφίας, καθώς από την έναρξη ήδη του πανδημικού κύματος εγείρει το ενδιαφέρον πολλών μελετητών και ερευνητών. Αποτελεί ένα απαιτητικό προς διερεύνηση φαινόμενο, διότι ακόμα καθίσταται ένα υπό εξέταση ζήτημα, αφού ολοένα προστίθενται νέα στοιχεία και ερευνητικά δεδομένα στις υπάρχουσες βιβλιογραφικές αναφορές. Έτσι, βάση των παρεχόμενων βιβλιογραφικών αναφορών, προστίθεται και η εν λόγω ποιοτική έρευνα, η οποία εξετάζει λεπτομερώς τις επιπτώσεις της πανδημίας Covid-19 στην ατομική και κοινωνική ζωή των φοιτητών του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών.

Λέξεις-Κλειδιά: Covid-19, πανδημία, επιπτώσεις, Πανεπιστημιακοί φοιτητές, άγχος.

## **Abstract**

The Covid-19 pandemic is a complex and multifactorial phenomenon of the day. The pandemic crisis has affected an extremely significant number of countries on a global scale. The effects of the phenomenon are intense and are manifested in all aspects of people's daily lives; in particular, the university student population.

Specifically, special reference is made to the ways in which the students from the Agricultural University of Athens experienced the period of the Covid-19 pandemic. Furthermore, the issue of internet addiction is explored, where the vast majority of university students display abusive behaviour during the pandemic period. Moreover, this study investigates the response of the Academic Community of the Agricultural University of Athens towards the highly controversial issue of the Covid-19 pandemic. In conclusion, it examines the ways in which the social distancing brought about by the pandemic crisis is capable of shaping future social interaction between people.

To test the questions under investigation, the questionnaire and the structured interview were used as tools. The construction of the questionnaire is a form of structured interview, where control is maintained by the researcher, aiming to smoothly guide this interview. The interviews were implemented through a selected population of six students from the Agricultural University of Athens, in order to analyse in depth the research questions addressed in this qualitative study.

The issue of the Covid-19 pandemic is a recognized topic in the international and Greek literature, since the beginning of the pandemic wave it has been of interest to many scholars and researchers. It is a demanding phenomenon to be investigated, because it is still an issue under examination, since new data and research data are constantly being added to the existing literature reports. Thus, based on the reports provided, this qualitative research is added, which examines in detail the impact of the Covid-19 pandemic on the personal and social life of the students of the Agricultural University of Athens.

Keywords: covid-19, pandemic, effects, University students, stress.



## *Εισαγωγή*

Αδιαμφισβήτητο γεγονός, αποτελεί τα τελευταία δύο χρόνια, η ένταση του φαινομένου της πανδημίας Covid-19, η οποία έχει ταλανίσει ολόκληρο τον πλανήτη, επιφέροντας τεράστιες αλλαγές στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων. Πιο συγκεκριμένα, οι επιπτώσεις της πανδημίας στην ατομική και κοινωνική ζωή των ατόμων είναι επιζήμιες· ιδιαίτερα των φοιτητών, όπου βιώνουν εντονότερα το αίσθημα της διαρκούς ανασφάλειας και της αβεβαιότητας, λόγω του υπερβολικού όγκου των υποχρεώσεων που απορρέουν από την εκπαιδευτική διαδικασία. Έπειτα, η ανάγκη για απομόνωση και η επιβαλλόμενη καραντίνα έρχονται να ενισχύσουν περαιτέρω τα ήδη υπάρχοντα αισθήματα άγχους και αβεβαιότητας.

Η σημερινή πανδημική κρίση, έχει προκαλέσει πληθώρα δυσκολιών στις ζωές των φοιτητών, καθώς οι ίδιοι υφίστανται χωρίς τη θέλησή τους, τον αιφνίδιο περιορισμό και την κοινωνική αποστασιοποίηση. Οι συνθήκες που επικρατούν κάνουν πολλές φορές τους φοιτητές να αισθάνονται ότι βρίσκονται διαρκώς σε κίνδυνο, καθώς νιώθουν ότι τα σχέδιά τους επηρεάζονται σημαντικά από την εξέλιξη της πανδημίας του κορωνοϊού.

Ακόμη, αξίζει να αναφερθεί, ότι η πανδημία Covid-19, προκάλεσε αμέτρητες αλλαγές και στην εκπαιδευτική διαδικασία, με ποικίλες ατομικές όσο και κοινωνικές επιπτώσεις. [Πιο αναλυτικά, επιτακτική υπήρξε η ανάγκη της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, για την οποία ωστόσο, κανείς δεν ήταν επαρκώς προετοιμασμένος. Το νέο εναλλακτικό πλάνο εγκαθίδρυσης των εκπαιδευτικών καινοτομιών απαιτούσε συνεργασία, ομαδικό πνεύμα, ένα κλίμα αλληλεγγύης και οικογενειακής υποστήριξης. Η ψηφιακή εκπαίδευση αποτέλεσε τη νέα πραγματικότητα. Στη νέα ανατρεπτική, διαφορετική και απαιτητική πραγματικότητα, αρνητικά συναισθήματα πλαισίωσαν την εκπαιδευτική διαδικασία όποτε παρουσιάζονταν δυσκολίες τεχνικής φύσεως, περιορισμένη αλληλεπίδραση και επικοινωνία μέσα από όλα τα επίπεδα της εκπαίδευσης]. [Σύμφωνα με την Unesco, οι επιπτώσεις του ξαφνικού κλεισίματος των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων είναι πολλές. Μεταξύ άλλων, σημειώνεται η άνιση πρόσβαση στη μάθηση φοιτητών από χαμηλά κοινωνικοοικονομικά στρώματα. Ακόμα, η στέρηση των γευμάτων, τα οποία λάμβαναν προ της πανδημικής κρίσης από τις εκπαιδευτικές εγκαταστάσεις. Επιπλέον, η έλλειψη επικοινωνίας και συνεργατικής αλληλεπίδρασης, όπως και η κοινωνική απομόνωση, (Diamanti and Nikolaou, 2021,

<https://doi.org/10.24018/ejdevelop.2021.1.3.35>]). Η διατάραξη λοιπόν, της φοιτητικής τους ζωής επιδρά έντονα στην ψυχολογία τους και κλονίζεται η αίσθηση του ανήκειν στην Πανεπιστημιακή κοινότητα.

Έτσι, γίνεται αντιληπτό το γεγονός, ότι η πανδημία επηρέασε σημαντικά την ψυχική υγεία των Πανεπιστημιακών φοιτητών, καθώς η καθημερινότητά τους κλονίστηκε σε μεγάλο βαθμό. Η ψυχική λοιπόν, υγεία των φοιτητών αναδεικνύεται σε ένα από τα σημαντικότερα θέματα σε παγκόσμια κλίμακα

Σκοπός της εν λόγω έρευνας, είναι η υποστήριξη των παραπάνω ερευνών μέσα από μια περαιτέρω μελέτη πάνω στις απόψεις των φοιτητών για το πολύκροτο ζήτημα της πανδημίας Covid-19, με την καταγραφή των επιπτώσεων αυτής στην ατομική και κοινωνική τους ζωή. Διερευνάται δηλαδή, η συσχέτιση της πανδημίας Covid-19 με τις επιπτώσεις που αυτή επιφέρει στην ατομική και κοινωνική ζωή των φοιτητών, μελετώντας ένα πληθυσμό έξι Πανεπιστημιακών φοιτητών από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Έτσι, η εν λόγω έρευνα συμβάλλει στην αποτελεσματικότερη κατανόηση των αλλαγών που έχει επιφέρει η πανδημία στις ζωές των φοιτητών, αλλά και στον εντοπισμό των εμποδίων και των προκλήσεων που καλούνται οι ίδιοι να αντιμετωπίσουν.

### ***Βιβλιογραφική ανασκόπηση***

[Ποικίλες μελέτες έχουν πραγματοποιηθεί αναφορικά με τα άτομα τα οποία προσβλήθηκαν από τον ιό SARS-CoV-2 κι έπειτα ανάρρωσαν, οι οποίες έδειξαν την παρουσία ψυχωσικής συμπτωματολογίας τόσο στο αρχικό στάδιο της νόσου όσο και κατά τη διάρκεια της οξείας φάσης, η οποία εκδηλωνόταν με ψευδαισθήσεις, (Sheng et al., 2005)]. Επιπλέον, αξίζει να αναφερθεί, ότι ο κορωνοϊός δεν έχει μόνο σωματικές, αλλά και ψυχικές επιπτώσεις. Οι ανάγκες ψυχικής υγείας των νέων επιβάλλεται να λαμβάνονται υπόψη, ώστε να προλαμβάνονται ή να αντιμετωπίζονται έγκαιρα μέσω των υπηρεσιών ψυχικής υγείας.

Παρατηρούνται επίσης, αυξημένα ποσοστά ψυχικών ασθενειών, σε νεαρές ιδίως, ηλικιακές ομάδες, λόγω του αντίκτυπου του εγκλεισμού της πανδημίας Covid-19. Πιο αναλυτικά, [σύμφωνα με τα αποτελέσματα της ανάλυσης των απαντήσεων μιας διαδικτυακής έρευνας, από ένα πρώτο δείγμα χιλίων Πανεπιστημιακών φοιτητών,

αναφορικά με τον αντίκτυπο του εγκλεισμού της πανδημίας στην ψυχική τους υγεία, παρατηρείται μία οριζόντια βαθμολογική αύξηση με ποσοστό άγχους 42.5%, ενώ 4.3% των φοιτητών εμφάνισαν κατάθλιψη και 63.3% αύξηση των αυτοκτονικών σκέψεων, εν γένει. Η ποιότητα του ύπνου επίσης, αυξήθηκε στο 66.3%, αλλά μειώθηκε η ποιότητα αυτού στο 43.0%. Η ποιότητα ζωής των φοιτητών χειροτέρευσε στο 57.0%, (Kararounaki et al., 2020, <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113111>). [Ακόμη, μέσα από αποτελέσματα ερευνών αναφορικά με τις διακυμάνσεις στο άγχος, την κατάθλιψη και την αυτοκτονία κατά τη διάρκεια του lockdown Covid-19 στην Ελλάδα, ανακαλύφθηκε ότι υπάρχει αλληλεπίδραση που οδηγεί από το απλό άγχος στην κλινική κατάθλιψη και την αυτοκτονία μέσω της αγωνίας. Η παραπάνω πληροφορία καθίσταται ιδιαίτερα σημαντική, καθώς μπορεί να έχει πρακτική ισχύ, δεδομένου ότι οι περισσότεροι από τους παράγοντες δημιουργίας είναι τροποποιήσιμοι. Μελλοντικές έρευνες, αλλά και παρεμβάσεις, επιβάλλεται να δώσουν έμφαση σε αυτές, (Fountoulakis et al., 2021, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.10.061>)].

Συνοψίζοντας, μέσα από τα αποτελέσματα των ερευνών, αβίαστα συνάγεται το συμπέρασμα, ότι οι συνέπειες της πανδημίας Covid-19, δυσχεραίνουν την καθημερινότητα των φοιτητών και την καθιστούν λιγότερο λειτουργική. Η ερευνητική βιβλιογραφία επίσης, αναφέρει, ότι επείγουσες συνθήκες και καταστάσεις κρίσεων, όπως χαρακτηρίζεται η περίοδος της πανδημίας Covid-19, οδηγούν σε αντιδράσεις κινδύνου και ευνοούν την εμφάνιση διαταραχών ή επιδεινώνουν τα προϋπάρχοντα περιστατικά ψυχιατρικών διαταραχών. [Επομένως, η αντιμετώπιση της εν λόγω κρίσης, προϋποθέτει κατάλληλους κοινωνικούς θεσμούς και κοινωνικά υποκείμενα, τα οποία διαθέτουν ψυχική ανθεκτικότητα και είναι σε θέση να ανταποκριθούν στις αρνητικές επιδράσεις της πανδημίας και ειδικότερα, στην εκτεταμένη κοινωνική ατροφία (social atrophy) και την κοινωνική ενδόρρηξη (social implosion), (Χτούρης και Ζήση, 2020, <https://doi.org/10.12681/grsr.23228>)].

## Ερευνητικά ερωτήματα ποιοτικής έρευνας

- Με ποιους τρόπους βιώνουν ή βίωσαν οι φοιτητές από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών την περίοδο της πανδημίας Covid-19 και τις επιπτώσεις που αυτή επιφέρει, τόσο σε ατομικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο;
- Πώς διαχειρίστηκαν οι Πανεπιστημιακοί φοιτητές από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών τη σχέση τους με το διαδίκτυο κατά την περίοδο της πανδημίας Covid-19;
- Πώς ανταποκρίθηκε η Ακαδημαϊκή Κοινότητα του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών στο πολύκροτο ζήτημα της πανδημίας Covid-19;
- Με ποιους τρόπους η κοινωνική αποστασιοποίηση που επέφερε η πανδημία είναι ικανή να διαμορφώσει τη μελλοντική κοινωνική αλληλεπίδραση μεταξύ των ανθρώπων;

## Μέρος Α' – Θεωρητικό

### Κεφάλαιο πρώτο: Εννοιολογική προσέγγιση όρων και τοποθέτηση ορισμών

#### 1.1. «Υγεία - Δημόσια Υγεία»

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ) - World Health Organization (WHO), ο ορισμός της υγείας έχει προσδιοριστεί ως «μια πλήρης κατάσταση σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι απλώς η απουσία κάποιας ασθένειας ή αναπηρίας». [Πέρα από τη σωματική δηλαδή, υγεία λαμβάνονται υπόψιν και οι ψυχοκοινωνικοί παράγοντες, οι οποίοι συντελούν στον καθορισμό της έννοιας «υγεία υψηλού επιπέδου», (Preamble to the Constitution of the World Health Organization, p. 100)]. Ο παραπάνω ορισμός για την υγεία, καλύπτει ολόκληρο το φάσμα της ανθρώπινης διάστασης: δηλαδή, σώμα, ψυχή και κοινωνική υπόσταση. [Ως κατάσταση υγείας, χαρακτηρίζεται επίσης από τον ΠΟΥ, η κατάσταση υγείας ενός ατόμου, μιας ομάδας ή ενός πληθυσμού που συγκρίνονται με τα αποδεκτά επίπεδα υγείας. Τα επίπεδα αυτά περιλαμβάνουν την κατάσταση υγείας την οποία αναμένεται ότι διαθέτει ένα άτομο ορισμένης ηλικίας και δεδομένης φυσικής κατάστασης]. [Η ατομική κατάσταση της υγείας μπορεί να εκμαιευθεί από το ίδιο το υποκείμενο βάση των δικών του αντιλήψεων περί υγείας: αντιλήψεις οι οποίες μεταφράζονται υπό τους όρους της σωματικής λειτουργικότητας, συναισθηματικής ευεξίας, πόνου ή ενοχλήσεως και της συνολικής αντίληψης ενός ατόμου για την υγεία, (Γείτονα και συν., 2003)].

[Η υγεία αποτελεί ένα θεμελιώδες ανθρώπινο δικαίωμα, καθώς και ένα κοινωνικό αγαθό με διττή ιδιότητα, καθώς χαρακτηρίζεται ως καταναλωτικό και συνάμα επενδυτικό αγαθό: καταναλωτικό, διότι ανταποκρίνεται στην κάλυψη των άμεσων αναγκών ενός κοινωνικού συνόλου και επενδυτικό, διότι πολλαπλασιάζει το ανθρώπινο κεφάλαιο, (Γείτονα, 1992)].

Σύμφωνα με το βιοϊατρικό μοντέλο, ο όρος υγεία είναι ταυτόσημος με τη φυσιολογική λειτουργία του ανθρώπινου οργανισμού. Το βιοϊατρικό μοντέλο κατακερματίζει την ανθρώπινη ύπαρξη και δεν δίνει βαρύτητα μόνο στο σώμα, αλλά ατομικοποιεί και την έννοια της νόσου (καθιστά δηλαδή, το υποκείμενο υπεύθυνο για τη νόσο, χωρίς να λαμβάνει υπόψη το κοινωνικο-πολιτισμικό περιβάλλον μέσα στο οποίο έχει ανατραφεί το ίδιο το υποκείμενο). Το εν λόγω μοντέλο, μέχρι τη δεκαετία του '70 θεωρήθηκε από

το ιατρικό σώμα ως ελλειπές μοντέλο. Στο σημείο αυτό, αξίζει να αναφερθεί, ότι [ο ορισμός της υγείας δεν αφορά μόνο ό,τι μπορεί να προσδιοριστεί βιοϊατρικά και να μετρηθεί, όπως η νοσηρότητα και η θνησιμότητα, αλλά ενέχει και κοινωνική διάσταση· συμπεριλαμβάνει δηλαδή, τα είδη των σχέσεων που διατηρούν οι άνθρωποι με το περιβάλλον τους και μεταξύ τους, (Τούντας, 2000)]. Η κοινωνική διάσταση της συμπτωματολογίας στη συνέχεια, αναφέρεται στις συνθήκες ζωής του ατόμου, οι οποίες χρήζουν αλλαγής (συμπτώματα σωματοποιημένα, τα οποία όμως, δεν έχουν βιολογική αφόρμηση, αλλά κοινωνική).

Η υγεία των πολιτών λοιπόν, επηρεάζεται τόσο από εσωτερικούς όσο και από εξωτερικούς παράγοντες. [Η βελτιστοποίηση του επιπέδου υγείας σε όλον τον πληθυσμό, αποτελεί ωστόσο, τη βασική επιδίωξη του συστήματος υγείας της κάθε χώρας, (Μπουρσανίδης, 2020)]. [Καίριας σημασίας στάδιο, αποτελεί όχι μόνο η θεραπεία της αρρώστιας, αλλά και η πρόληψη αυτής, καθώς και η ιατροκοινωνική φροντίδα. Κάθε σύστημα υγείας μεριμνά για την προαγωγή, την επαναφορά, αλλά και τη διατήρηση της υγείας. Σε κάθε εποχή υπάρχουν διαφορετικά συστήματα υγείας, τα οποία αντιστοιχούν στις ιδιαιτερότητες της κάθε χώρας, (Σισσούρας και συν., 1995)]. Οι κοινωνίες εξελίσσονται διαρκώς και μαζί τους προσαρμόζονται και οι ανάγκες υγείας του πληθυσμού για φροντίδα και περίθαλψη.

Στα πλαίσια ενός σύγχρονου κοινωνικού κράτους, η πρόληψη των ασθενειών επιτυγχάνεται μέσα από τη Δημόσια Υγεία. Αναφορικά με την ερμηνεία του όρου «Δημόσια Υγεία», αξίζει να αναφερθεί, ότι [οι απαρχές της Δημόσιας Υγείας τοποθετούνται χρονολογικά στις αρχές του 19ου αιώνα, με την επιτακτική παρέμβαση αντιμετώπισης των ενδημικών και επιδημικών νόσων στις πόλεις της πρώιμης βιομηχανικής επανάστασης. Το παραπάνω, υλοποιήθηκε μέσω της εφαρμογής μέτρων υγιεινής, τα οποία έλεγχαν τη διασπορά των λοιμωδών ασθενειών. Ύστερα, η υποστήριξη της μικροβιακής θεωρίας ενέτεινε την αποδοτικότητα των παραπάνω μέτρων, (Φιλαλήθης και συν., 2019)].

Ο επικρατέστερος ορισμός περί Δημόσιας Υγείας, [διατυπώθηκε το 1920 από τον CEA Winslow (1877–1957), καθηγητή Δημόσιας Υγείας στην Ιατρική Σχολή του Yale στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής (ΗΠΑ). Δημόσια λοιπόν, Υγεία είναι «η επιστήμη και η τέχνη της πρόληψης των ασθενειών, της παράτασης της ζωής και της προαγωγής της υγείας των ανθρώπων μέσω οργανωμένων προσπαθειών και ενημερωμένων επιλογών της κοινωνίας, των οργανισμών, δημόσιων και ιδιωτικών, των κοινοτήτων και των ατόμων»]. [Στην Ελλάδα, ο όρος «Δημόσια Υγεία» ταυτίζεται

συχνά με τις κρατικές υπηρεσίες υγείας, σε αντιδιαστολή με την έννοια της Δημόσιας Υγείας ως καθολικής κάλυψης υγείας του πληθυσμού. Έτσι, είθισται να συγχέεται η Δημόσια Υγεία με το Εθνικό Σύστημα Υγείας (ΕΣΥ), (Φιλαλήθης και συν., 2019)]. Η Δημόσια Υγεία καθίσταται απαραίτητη σε όλους τους ανθρώπους, ανεξαιρέτως. [Αντίθετα από το υγειονομικό σύστημα, το οποίο ασχολείται κυρίως με την αποκατάσταση της υγείας του ασθενούς, στο στόχαστρο των δραστηριοτήτων της Δημόσιας Υγείας βρίσκεται η προστασία της υγείας του κοινωνικού γίνεσθαι και η αντιμετώπιση μειζόνων προβλημάτων. Παραδείγματα τέτοιων προβλημάτων αποτελούν οι μολυσματικές ασθένειες και η εξάπλωση επιδημιών, η χρήση απαγορευμένων ναρκωτικών ουσιών, η μόλυνση αέρα και νερού, η επικινδυνότητα στοιχείων της διατροφής, η αδυναμία πρόσβασης στο υγειονομικό σύστημα λόγω έλλειψης πόρων, η ενδοοικογενειακή βία, οι θάνατοι από ατυχήματα και οι λοιπές αιτίες θανάτου που μπορούν να αποφευχθούν, η έλλειψη κεντρικού συντονισμού ενημέρωσης του πληθυσμού σε θέματα υγείας, η ανεπαρκής ερευνητική διαδικασία και η αδυναμία εξεύρεσης λύσεων σε προβλήματα που μαστίζουν τον πληθυσμό, (Σουλιώτης, 2006, σελ. 413 & 415)]. Σημαντικό ωστόσο, πυλώνα προσέγγισης και διασφάλισης της Δημόσιας Υγείας αποτελεί η επιδημιολογία. Η επιστήμη της επιδημιολογίας αποτελεί από τα σημαντικότερα εργαλεία της Δημόσιας Υγείας και ορίζεται ως η μελέτη της διασποράς μιας ασθένειας/ανικανότητας στους ανθρώπους και τους παράγοντες που οδήγησαν σ' αυτή τη διασπορά. Κύριοι σκοποί της επιδημιολογίας, είναι ο καθορισμός της νόσου σαν ξεχωριστή οντότητα, η ταξινόμηση των νοσημάτων, η μέτρηση και περιγραφή της νοσηρότητας και θνησιμότητας ενός πληθυσμού, ο έλεγχος της χρονικής εξέλιξης μιας νόσου, η ανακάλυψη αιτιολογικών παραγόντων που προκαλούν μια νόσο (επαγωγική επιδημιολογία), η μελέτη των συνθηκών και των αιτιών που προκαλούν επιδημίες (monitoring) για παράδειγμα, κάπνισμα και καρκίνος των πνευμόνων. Επίσης, η συμμετοχή στο σχεδιασμό και αξιολόγηση των προγραμμάτων Δημόσιας Υγείας. [Ωστόσο, τελικό στόχο όλων, αποτελεί η πρόληψη της εμφάνισης της νόσου και ο έλεγχος των επιβαρυντικών παραγόντων του περιβάλλοντος, του εργασιακού χώρου, της προσωπικής συμπεριφοράς, ακόμη και του γονιδιακού «υποστρώματος». Η επιδημιολογική λοιπόν, έρευνα αποτελεί απαραίτητη συνιστώσα του στρατηγικού σχεδιασμού για την υγεία, (Σουλιώτης, 2006, σελ. 413 & 415)].

## 1.2. «Ψυχική υγεία - ψυχική ασθένεια»

Η υγεία ενός ατόμου ενδέχεται να μην επηρεάζεται μόνο από παράγοντες παθολογικής φύσεως. Πιο συγκεκριμένα, σύμφωνα με τον ΠΟΥ, [ως ψυχική υγεία χαρακτηρίζεται «η προσπάθεια ενός ατόμου να αισθανθεί συναισθηματικά υγιής προσπαθώντας να αντιμετωπίσει το άγχος της καθημερινότητας του ώστε να μπορεί να είναι παραγωγικό και να προσφέρει στην κοινότητα», (Vesbo et al. 2013)]. Τα παραπάνω, είναι συνυφασμένα με την προσωπικότητα του ατόμου και την ικανότητα επαρκούς ανταπόκρισής του στις προκλήσεις της καθημερινότητας· ωστόσο, δεν τεκμηριώνονται σε απόλυτο βαθμό οι παράγοντες που επηρεάζουν την ψυχική υγεία ενός ατόμου. Ωστόσο, αξίζει να αναφερθεί, ότι η ενημέρωση για θέματα ψυχικής υγείας δεν χαρακτηρίζεται επαρκής.

Οι συνέπειες, οι οποίες προέκυψαν από το πανδημικό κύμα, ανέδειξαν τα αδύνατα σημεία του υφιστάμενου κλάδου υγείας, με τα σύστημα υγείας και υγειονομικής περίθαλψης να έρχονται αντιμέτωπα με σοβαρές ελλείψεις. Το παραπάνω, είχε σαν αποτέλεσμα, να δυσχεραίνεται ολοένα και περισσότερο η ψυχολογική κατάσταση των ανθρώπων, βιώνοντας έντονα αισθήματα φόβου, άγχους, θλίψης, οργής και συνεχούς ανασφάλειας και αβεβαιότητας για το μέλλον. Ειδικότερα, ο πληθυσμός των φοιτητών βίωσε και βιώνει εντονότερα τις συνέπειες της πανδημίας, καθώς διαταράσσεται σε μεγάλο βαθμό όχι μόνο η ατομική, αλλά και κοινωνική ζωή των φοιτητών. Έτσι, έρχονται αντιμέτωποι με την κατάθλιψη, το άγχος και το θυμό και διακατέχονται από αισθήματα φόβου, αγωνίας και απογοήτευσης για τη νέα πραγματικότητα. Η παύση της κοινωνικοποίησής τους αποτέλεσε μεγάλη πρόκληση για εκείνους, καθώς μεταφράζεται ως μέρος της εκπαιδευτικής τους διαδικασίας και είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με τις σπουδές τους. Έτσι, παρατηρείται βαθμιαία, η ανάγκη ενίσχυσης της πρωτοβάθμιας φροντίδας και ψυχολογικής υποστήριξης των φοιτητών.

Αναφορικά λοιπόν, με τον ορισμό της ψυχικής ασθένειας, [αυτή συνοδεύεται από «ένα μοτίβο σκέψης ή συμπεριφοράς ή μια ανωμαλία, η οποία προκαλεί δυσφορία ή σε ορισμένες περιπτώσεις και ανικανότητα, η οποία δεν είναι αναπτυξιακά ή κοινωνικά καθορισμένη. Η ψυχική ασθένεια, καθορίζεται γενικά από ένα συνδυασμό του πώς ένα άτομο αισθάνεται, ενεργεί, σκέπτεται ή αντιλαμβάνεται», (Bull World Health Organ, 2000, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2560724/>)]. Στις περισσότερες περιπτώσεις, τα παραπάνω συμπτώματα, επηρεάζουν σε σημαντικό βαθμό τον τρόπο



αλληλεπίδρασης του ατόμου με το περιβάλλον του. Ακόμη, ο ασθενής βιώνει έντονο το αίσθημα της περιθωριοποίησής του από το κοινωνικό γίνεσθαι και έτσι, δυσχεραίνεται η εξέλιξή του. Η διάγνωση των ψυχικών λοιπόν, διαταραχών, είναι βαρύνουσας σημασίας, καθώς επιτρέπει στο άτομο τη χορήγηση κατάλληλης θεραπευτικής πρακτικής.

### 1.3. «Πανδημία - επιδημία»

[Ο όρος «πανδημία», αποτελεί μία σύνθετη λέξη «πας» (όλος) και «δήμος» (πληθυσμός): χρησιμοποιείται για την περιγραφή της εμφάνισης και εξάπλωσης μιας νόσου, η οποία χαρακτηρίζεται ως μολυσματική για ολόκληρο τον πληθυσμό και εξαπλώνεται στην εν λόγω περιοχή ή χώρα, (Μπαμπινιώτης, 2019)]. [Το Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Ασθενειών (CDC), ερμηνεύει την έννοια της πανδημίας ως μία επιδημία που εξαπλώνεται σε πολλές χώρες ή ηπείρους, πλήττοντας κατά κύριο λόγο μεγάλο αριθμό ανθρώπων, (Khan et al., 2020, <https://doi.org/10.3390/molecules26010039>)]. Από την άλλη, ο όρος «επιδημία» αναφέρεται στην εξάπλωση μιας ασθένειας σε μία γεωγραφικά ευρύτερη περιοχή από αυτή που αναμένεται να είναι ενδημική. Σε περιπτώσεις, όπου καθίσταται αδύνατη η διαδικασία πρόβλεψης και περιορισμού μιας νόσου, λόγω των ταχύτατων ρυθμών εξάπλωσής της μεταξύ των πληθυσμών, παρατηρείται έξαρση των πανδημιών ή επιδημιών. Πανδημίες και επιδημίες, εκδηλώνονται ήδη από την αρχαιότητα, ανά τακτά χρονικά διαστήματα. Εν αντιθέσει με τη συχνότητα εμφάνισης των επιδημιών, η οποία διαφοροποιείται ανά χρονικές περιόδους, η εμφάνιση μιας επιδημίας με εξέλιξη πανδημίας δύναται να υπολογιστεί.

Απαραίτητη προϋπόθεση για την ύπαρξη πανδημίας, αποτελεί η ασθένεια να είναι μεταδοτική. Μέχρι σήμερα, έχουν παρατηρηθεί αρκετές πανδημίες, όπως αυτή της ευλογιάς, της Μαύρης πανώλης, της χολέρας, του κίτρινου πυρετού, της Ρωσικής, Ισπανικής και Ασιατικής γρίπης, όπως και της γρίπης του Χονγκ Κονγκ. Ακόμη, η πανδημία του HIV/AIDS, της γρίπης των χοίρων, η πανδημία SARS, Έμπολα, MERS και τέλος, η πανδημία Covid-19. Αναφορικά με την πανδημία της Μαύρης πανώλης, αξίζει να σημειωθεί, ότι αποτέλεσε την πλέον πιο καταστροφική πανδημία στην παγκόσμια ιστορία. Στην περίπτωση της πανώλης, η διασπορά των μολυσματικών

νόσων παρατηρήθηκε μέσω των λιμανιών. [Έτσι, εμφανίζεται για πρώτη φορά ο όρος «καραντίνα», προερχόμενος από την ενετική παραλλαγή της ιταλικής φράσης *quaranta giorni* (σαράντα ημέρες), (Μπαμπινιώτης Γ., 2019)]. Σε περιπτώσεις, όπου υπήρχαν νοσούντες, κατά το διάστημα της πανδημίας της πανώλης, οι σαράντα ημέρες αναφέρονταν στην υποχρεωτική απομόνωση του πληρώματος και των επιβατών των πλοίων, προς αποφυγή περαιτέρω μετάδοσης της νόσου.

Μερικοί από τους κυριότερους παράγοντες, οι οποίοι ευνοούν την ανάπτυξη των πανδημιών, είναι η κλιματική αλλαγή. Κι αυτό, διότι, οι ασθένειες που περνούν από τα ζώα στους ανθρώπους (ζωονόσοι) γίνονται ολοένα και συχνότερες. Το παραπάνω, επιβεβαιώνεται και στην περίπτωση της τρεχούσης πανδημικής κρίσης του Covid-19, όπου τα ζώα αποτελούν την κύρια πηγή μετάδοσης βακτηρίων και ιών· δηλαδή, παρουσιάζεται η δυνατότητα μετάλλαξης και πολλαπλασιασμού τους στον ζωικό οργανισμό και στη συνέχεια, η άμεση ή έμμεση μετάδοσή τους στον άνθρωπο. Η ολοένα μάλιστα, αυξανόμενη επαφή του ανθρώπου με τα ζώα, κατέστησε εντονότερο τον κίνδυνο μετάδοσης ζωονοσογόνων λοιμώξεων στον ανθρώπινο οργανισμό. [Έτσι, η μερίδα επιστημόνων, επιχειρεί την ανάπτυξη και προώθηση νέων μεθόδων θεραπείας και εμβολίων, μεριμνώντας για ενδεχόμενες μελλοντικές πανδημίες. Κύριος στόχος αποτελεί η άμεση προστασία των πολιτών, αλλά και η μείωση της διασποράς του ενδεχόμενου ιού. Ωστόσο, δεν δύναται να παρέχεται εκ των προτέρων η ακριβής/αποτελεσματικότερη θεραπεία, καθώς έχει προηγηθεί η μετάδοση της ασθένειας, λόγω των ελλιπών δεδομένων που συλλέγονται πριν την έναρξη μιας πανδημίας, (Kemp et al., 2022, <https://doi.org/10.1073/pnas.2108146119>)]. Για τους παραπάνω λόγους, καθίσταται αναγκαία η επένδυση για την ανάπτυξη νέων συστημάτων ενίσχυσης της πρόληψης των ιικών μολύνσεων.

Ακόμη, ένας επιπλέον αιτιολογικός παράγοντας εμφάνισης των πανδημιών, είναι η μικροβιακή αντοχή. [Η εκτεταμένη/αλόγιστη χρήση των αντιβιοτικών φαρμάκων, οδηγεί στην επιβίωση των μικροοργανισμών που είναι ανθεκτικοί στα αντιβιοτικά. Έτσι, αποτελεί παράλληλα, μία από τις κύριες αιτίες αύξησης των πιθανοτήτων για ενδεχόμενη μελλοντική πανδημία]. [Αξίζει να αναφερθεί, ότι η μικροβιακή αντοχή έχει αποτελέσει σοβαρή απειλή για την παγκόσμια υγεία. Η αυξημένη ανθεκτικότητα των βακτηρίων, έχει ήδη προκαλέσει περισσότερους από 700,000 θανάτους παγκοσμίως κάθε χρόνο και ο ετήσιος απολογισμός θα ανέλθει σε 10 εκατομμύρια θανάτους κατά τα επόμενα 35 χρόνια, (MSF - Médecins Sans Frontières, 2021, <https://epicentre.msf.org/en/portfolio/antibiotic-resistance>)]. Αναγκαία λοιπόν,

κρίνεται η συνετή χρήση των αντιβιοτικών φαρμάκων. Το παραπάνω, δύναται να επιτευχθεί μέσω της ελεγχόμενης χορήγησης αυτών· δηλαδή, μόνο σε περιπτώσεις όπου καθίσταται απαραίτητο. Επιπλέον, χορηγώντας τα με ιατρική συνταγή, με την κατάλληλη δοσολογία, στο πρόπονο διάστημα χορήγησης και με την απαραίτητη διάρκεια. Η διαδικασία πρόληψης της μικροβιακής αντοχής ωστόσο, είναι εξίσου σημαντική. Οι επαγγελματίες υγείας οφείλουν να εκπαιδεύονται για την ορθολογικότερη χρήση των αντιβιοτικών φαρμάκων, αλλά και για την τακτική χρήση των μέτρων πρόληψης. Έτσι, τα αντιβιοτικά θα επιτύχουν σε μεγάλο βαθμό την αποτελεσματικότητά τους.

Οι πανδημίες στο σύνολό τους αποτελούν από τις πιο καταστροφικές και απαιτητικές προκλήσεις που ταλανίζουν την ανθρωπότητα. Τα υγειονομικά συστήματα επιβαρύνονται σε σημαντικό βαθμό από την ταχύτατη και ανεξέλεγκτη πορεία των λοιμώξεων· όπως άλλωστε, επιβεβαιώνεται και στην περίπτωση της τρέχουσας πανδημίας του Covid-19. Παρέχονται υποβαθμισμένες υπηρεσίες υγείας, λόγω της μειωμένης προσβασιμότητας στο σύστημα υγείας. Κι αυτό, διότι, το υγειονομικό σύστημα οργανώνεται και δομείται προς αντιμετώπιση της πανδημικής κρίσης. Ως επακόλουθο, θεσπίζονται τα κατάλληλα μέτρα για τον έλεγχο και τον περιορισμό της εξάπλωσης του ιού και προωθείται η ενίσχυση των υγειονομικών συστημάτων για την αντιμετώπιση της πανδημίας. Έτσι, τα συστήματα υγείας μεγιστοποιούν τη δυνατότητα άμεσης παρέμβασης για μελλοντικές/επερχόμενες πανδημικές κρίσεις.

#### **1.4. «Στιγματισμός»**

Σύμφωνα με τον ΠΟΥ, η έννοια του στιγματισμού ερμηνεύεται ως μία δυσάρεστη/αρνητική πεποίθηση και συμπεριφορά έναντι των ατόμων, τα οποία διέπονται από κάποια ιδιαίτερα γνωρίσματα. Στην περίπτωση της πανδημικής αυτής κρίσης, ο στιγματισμός σχετίζεται με τον μολυσματικό παράγοντα από τον ιό SARS-CoV-2. [Το φαινόμενο του στίγματος εμφανίζεται για πρώτη φορά το 1963 από τον κοινωνιολόγο Erving Goffman. Ο Goffman, όρισε το στίγμα ως «μια ανεπιθύμητη και δυσφημιστική ιδιότητα», η οποία αποδίδεται στο άτομο και του στερεί την ολοκληρωτική κοινωνική αποδοχή, αναγκάζοντάς το να μην αποκαλύπτει το αίτιο της εν λόγω αρνητικής αντιμετώπισης. Εν συνεχεία, ύστερα από το πέρας τριών ετών

(1966), ο κοινωνιολόγος Thomas Scheff διατύπωσε τη «θεωρία της ετικέτας», σύμφωνα με την οποία, οι κοινωνικές πεποιθήσεις και αντιλήψεις απέναντι σε άτομα τα οποία εκδηλώνουν κάποιου είδους ιδιαιτερότητα, δεν καθορίζονται απαραίτητα από τη στάση και τη συμπεριφορά τους, αλλά από την ταμπέλα που τους έχει αποδοθεί από τον κοινωνικό τους περίγυρο, βάση των στερεοτύπων που κυριαρχούν στην εκάστοτε εποχή, (Σταυριανάκος, 2021, <https://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health/priority-areas/stigma-and-discrimination>)). [Οι θεωρητικοί της ετικέτας, ενδιαφέρονται για τη διαδικασία κατά την οποία κάποια άτομα που χαρακτηρίζονται ως παρεκκλίνοντα αρχίζουν βαθμιαία να αποκτούν παρεκκλίνουσα συμπεριφορά και συνείδηση]. [Οι υποστηρικτές της θεωρίας της ετικέτας δηλώνουν ένθερμα, ότι η παρέκκλιση είναι μία κατασκευή, η οποία δημιουργείται από τις επιθετικές αντιδράσεις αυτών που διατυπώνουν και εκείνων που υπακούν στους κανόνες. Μέσω της παραπάνω διαδικασίας, το άτομο πέφτει θύμα των στερεοτύπων και μετατρέπεται σε παρείσακτο και απομονώνεται από τον κοινωνικό περίγυρο]. [Η απόρριψη και η απομόνωση εξωθούν τα στιγματισμένα άτομα στη συμμετοχή σε παρεκκλίνουσες ομάδες με άτομα αντίστοιχης κατάληξης]. [Η θεωρία της ετικέτας δεν εστιάζει στα αίτια που οδηγούν ορισμένους ανθρώπους στην παρεκκλίνουσα συμπεριφορά, αλλά βοηθά στην κατανόηση του εάν η ίδια η πράξη μπορεί να θεωρηθεί παρεκκλίνουσα ή όχι, ανάλογα με την κατάσταση και τα χαρακτηριστικά του ατόμου, (Hughes & Kroehler, 2014)]. Ο στιγματισμός λοιπόν, αποτελεί καταλυτικό παράγοντα διακρίσεων και αποκλεισμού του ατόμου από το κοινωνικό γίνεσθαι, έχοντας βαρύτερες συνέπειες στην αυτοπεποίθηση, αυτοεκτίμηση, στη σύναψη δεσμών και την κοινωνικοποίηση του ατόμου, αλλά και στην κάλυψη των αναγκών του.

Ιδιαίτερα, στην περίπτωση της πανδημίας Covid-19, όπου η ασθένεια εξελίσσεται ραγδαία και η παρεχόμενη περί αυτή γνώση είναι περιορισμένη, σε συνδυασμό με τα αυξημένα ποσοστά νοσηρότητας και θνησιμότητας, οι στερεοτυπικές συμπεριφορές, οι διακρίσεις και ο στιγματισμός των ατόμων που νοσούν είναι έκδηλες. Τα άτομα κατακλύζονται από αισθήματα άγχους, ανασφάλειας και φόβου απέναντι στο ενδεχόμενο νόσησης, με αποτέλεσμα να δρουν μεροληπτικά. [Το φαινόμενο λοιπόν, του στιγματισμού παρακωλύει τη διαδικασία αναζήτησης ιατρικής περίθαλψης, έχοντας ως αποτέλεσμα την αμέλεια πρόληψης και θεραπείας της νόσου, (Bruns, Kraguljac & Bruns, 2020)].

## 1.5. «Ποιότητα ζωής»

Η έννοια της ποιότητας ζωής, καθίσταται αδύνατον να ορισθεί με ακρίβεια, καθώς οι ερμηνείες για τη σημασία του όρου ποικίλλουν. Πιο συγκεκριμένα, οι πρώτες αναφορές στον όρο «Ποιότητα ζωής» παρουσιάζονται στο έργο του Αριστοτέλη «Ηθικά Νικομάχεια». [Με τον όρο «ευδαιμονία», ο Αριστοτέλης πραγματεύεται τη σπουδαιότητα της έννοιας «Ποιότητα ζωής». Κι αυτό, διότι, η «ευδαιμονία» αντανακλά το σημαντικότερο αγαθό και τελικό σκοπό της ζωής του ανθρώπου και ισοδυναμεί με το «ευ ζην» και το «ευ πράττειν». Η ποιότητα ζωής και η ευημερία είναι όροι ταυτόσημοι της ευδαιμονίας. Η «ευδαιμονία» επέρχεται μέσω της άσκησης της αρετής. Ο όρος «ευδαιμονία», χαρακτηρίζεται από το κατά φύσιν και το κατ'αρετήν ζην· το να ζει δηλαδή, κάποιος σύμφωνα με την φύση του. Ο Αριστοτέλης υποστηρίζει, ότι η αρετή είναι αποτέλεσμα εθισμού και η ποιότητά της εξαρτάται από την ποιότητα του εθισμού που την προκαλεί. Με την κατάλληλη άσκηση οι άνθρωποι αποκτούν την αρετή, ενώ με την ακατάλληλη άσκηση η αρετή καταστρέφεται. Καταλήγει λοιπόν, στην αποδεικτέα θέση, ότι τα μόνιμα στοιχεία του χαρακτήρα μας, είτε αυτά είναι καλά είτε κακά, διαμορφώνονται μέσα από την συστηματική επανάληψη όμοιων ενεργειών και γι' αυτό πρέπει οι ενέργειές μας να έχουν συγκεκριμένη ποιότητα, (Αριστοτέλης, 2000)].

Το «ευ ζην» αποτελεί διαχρονικά έναν όρο συνεχούς διερεύνησης. Ο ακριβής ορισμός ωστόσο, της έννοιας της ποιότητας ζωής επιδέχεται συνεχείς αλλαγές. [Η πληθώρα επιστημονικών κλάδων, όπως ο τομέας της υγείας, της κοινωνιολογίας, της ανθρωπολογίας, της ψυχολογίας, της οικονομικής επιστήμης, κ.ά., οι οποίοι δραστηριοποιούνται με άξονα τον άνθρωπο και το περιβάλλον του, προσεγγίζουν υπό διαφορετικό πρίσμα την έννοια της ποιότητας ζωής. Επιπλέον, οι προτιμήσεις του κάθε ατόμου, οι εμπειρίες, οι αντιλήψεις και στάσεις του στα διάφορα πνευματικά, κοινωνικά, οικονομικά και ψυχολογικά ζητήματα της καθημερινής ζωής, ενισχύουν τον εκάστοτε ορισμό, (Yfantopoulos, 2001c)]. Έτσι, η έννοια της ποιότητας ζωής αποτελεί μία πολυσχιδής έννοια, ο ορισμός της οποίας σκιαγραφείται υπό την οπτική γωνία του κάθε επιστήμονα.

Ο κλάδος της κοινωνιολογίας έχει ασχοληθεί εκτενέστερα με την προσέγγιση του όρου της ποιότητας ζωής. [Αναλυτικότερα, κοινωνιολόγοι, όπως οι Andrews και Whithey, όρισαν ως δείκτες μέτρησης της ποιότητας ζωής, την αυτοαντίληψη, την οικογενειακή ζωή, το οικονομικό επίπεδο, την απόλαυση ζωής, τη στέγη, τις

οικογενειακές δραστηριότητες, τη διάθεση χρόνου, τις δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου, την κυβέρνηση, την πρόσβαση και αγορά υπηρεσιών υγείας, την εργασία, (Andrews and Whitley, 1976)]. Το παραπάνω μοντέλο των Andrews και Whitley, καταδεικνύει τη βαρύτητα των ψυχολογικών παραγόντων και της οικογενειακής ζωής στην προσέγγιση της έννοιας της ποιότητας ζωής. Στον τομέα της κοινωνικής επιστήμης λοιπόν, η έννοια της ποιότητας ζωής αξιολογείται με τη χρήση κατάλληλων δεικτών, ύστερα από ενδελεχή, επιστημονική μελέτη.

Επιπροσθέτως, η έννοια της ποιότητας ζωής εξειδικεύεται και ενσωματώνεται στον τομέα της υγείας, όπου συναντάται ως «Ποιότητα Ζωής σχετιζόμενη με την Υγεία» ή αλλιώς, HRQL (Health Related Quality of Life). Πιο συγκεκριμένα, [η Ποιότητα Ζωής που σχετίζεται με την Υγεία, στοχεύει στην αποτύπωση του πολυπαραγοντικού φορτίου που επωμίζεται ο ασθενής λόγω της κλινικής του κατάστασης. Η παραπάνω διερεύνηση/μέτρηση, επικεντρώνεται στην παρακολούθηση των (συν)αισθημάτων του ασθενούς, όπως ο φόβος, ο πόνος, η κατάθλιψη, κ.ά., πέραν της αντικειμενικής κλινικής συμπτωματολογίας που προκύπτει από την εμφάνιση της εκάστοτε ασθένειας και της θεραπευτικής διαδικασίας που εφαρμόζεται για την αποκατάσταση της υγείας]. [Η Ποιότητα Ζωής που σχετίζεται με την Υγεία, συμβάλλει στη διερεύνηση της υποκειμενικής άποψης του ασθενή για την επίδραση μιας νόσου ή και μιας θεραπευτικής διαδικασίας και προσδιορίζει τις ανάγκες της φυσικής-σωματικής, ψυχικής και κοινωνικής υποστήριξης του κατά τη διάρκεια της ασθένειας. Επιπλέον, βοηθά στη λήψη αποφάσεων για την επιλογή της κατάλληλης παρέμβασης μεταξύ εναλλακτικών προτάσεων. Ακόμη, παρέχει πληροφορία στους ασθενείς για την αναμενόμενη πορεία μιας νόσου και την αποτελεσματικότητα της προτεινόμενης θεραπευτικής διαδικασίας. Ελέγχει επίσης, την αποτελεσματικότητα των θεραπειών με βάση την υποκειμενική άποψη του ασθενή. Συμβάλλει, επιπροσθέτως, στην επιτήρηση της κατάστασης υγείας του πληθυσμού και στην κατανομή των υγειονομικών πόρων. Συμπληρώνοντας, συμβάλλει στον σχεδιασμό, συντονισμό και αξιολόγηση των υγειονομικών προγραμμάτων, (Γείτονα, 2022)].

Εν συνεχεία, αξίζει να αναφερθεί, ότι κατά την περίοδο της πανδημίας Covid-19, η σχετιζόμενη με την Υγεία Ποιότητα Ζωής παρουσίασε αισθητή μείωση, λόγω της περιορισμένης πρόσβασης σε ιατρική περίθαλψη σε ασθενείς που δεν νοσούν από Covid-19. Επιπλέον, κατά το διάστημα εγκλεισμού, η απομόνωση των πολιτών και ιδιαίτερα, της μερίδας των φοιτητών, αλλά και οι αλλαγές στην ισορροπία μεταξύ προσωπικής και κοινωνικής ζωής, επέφερε σημαντική αύξηση των επιπέδων άγχους

και ανασφάλειας. Έτσι, άρχισε σταδιακά να κλονίζεται η ψυχική τους υγεία και κατ' επέκταση η ποιότητα ζωής τους, βιώνοντας έντονα το αίσθημα αβεβαιότητας για το μέλλον. Επιτακτική λοιπόν, καθίσταται η ανάγκη βελτιστοποίησης των διαφόρων μορφών σχέσεων του τομέα της ποιότητας ζωής, οι οποίοι επλήγησαν σε σημαντικό βαθμό κατά την πανδημική κρίση.

## **Κεφάλαιο δεύτερο: Επιπτώσεις της πανδημίας Covid-19 στην ποιότητα ζωής των Πανεπιστημιακών φοιτητών**

### **2.1. Ψυχική υγεία και πανδημία Covid-19**

Αδιαμφισβήτητο είναι το γεγονός, ότι η πανδημία Covid-19 είχε τεράστιο αντίκτυπο στην ψυχική υγεία των φοιτητών σε παγκόσμια κλίμακα. [Οι Πανεπιστημιακοί φοιτητές, αξίζει να αναφερθεί, ότι ακόμη και σε μη πανδημικές περιόδους συχνά βιώνουν έντονα αισθήματα άγχους, ανασφάλειας και κατάθλιψης, λόγω της ακαδημαϊκής πίεσης που τους ασκείται, αλλά πολλές φορές και λόγω των οικονομικών δυσκολιών που αντιμετωπίζουν, (Saleh, Camart and Romo, 2017, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00019>)]. Οι φοιτητές καλούνται να ανταποκριθούν σε πολλές διαφορετικές προκλήσεις κατά το διάστημα της ακαδημαϊκής τους πορείας, αλλά και της φοιτητικής τους ζωής, εν γένει. Έρχονται αντιμέτωποι με ένα νέο κεφάλαιο στη ζωή τους, όπου ξεκινούν οι συναναστροφές με νέους, διαφορετικούς ανθρώπους, δημιουργώντας καινούργιους δεσμούς. Επιπλέον, μια μεγάλη μερίδα φοιτητών μετακομίζει μακριά από το οικείο της περιβάλλον για πρώτη ως επί το πλείστον φορά και μαθαίνει να ενεργεί αυτόνομα. Επίσης, αντιμετωπίζουν συνεχείς πιέσεις όσον αφορά την ανάγκη έγκαιρης ανταπόκρισης στις ακαδημαϊκές τους υποχρεώσεις και την ανάγκη σωστής διαχείρισης του χρόνου. Η πλειοψηφία των φοιτητών κατακλύζεται από αισθήματα άγχους και αβεβαιότητας σχετικά με την σύναψη υγιών διαπροσωπικών σχέσεων στα πλαίσια της φοίτησής τους, την ακαδημαϊκή τους επίδοση, αλλά και την ανάγκη εξασφάλισης ενός επαγγελματικού πλάνου μετά την περάτωση των σπουδών τους. Οι προαναφερθείσες προκλήσεις δημιουργούν στους φοιτητές έντονα συναισθήματα άγχους και ανασφάλειας, τα οποία μεγεθύνονται με την εμφάνιση του πανδημικού κύματος, δυσχεραίνοντας ακόμη περισσότερο την ψυχική τους υγεία.

Οι επιπτώσεις των μέτρων απομόνωσης, το διαρκές άγχος, ο φόβος και η αβεβαιότητα που επικρατεί οδηγούν τους φοιτητές σε ψυχολογικό αδιέξοδο, σε συνδυασμό με την κοινωνική αποσύνδεση και τη στέρηση δημιουργίας δεσμών και σύσφιξης σχέσεων. Οι επιπτώσεις της πανδημίας για την ψυχική υγεία των φοιτητών έχουν βραχυπρόθεσμο και μακροπρόθεσμο χαρακτήρα. Σημαντικές ήταν και οι συνέπειες της πανδημίας από το κλείσιμο των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων και την παύση των διδακτικών μαθημάτων με τα κοινωνικά δίκτυα να διαδραματίζουν πρωταγωνιστικό ρόλο στην καθημερινή ζωή των φοιτητών. Η αναστολή όλων των μη απαραίτητων



δραστηριοτήτων εν γένει, δυσχεραίνει ακόμα περισσότερο την ισχύουσα κατάσταση. Η πανδημία Covid-19 δηλαδή, κλόνισε τις κοινωνικές σχέσεις/συνδέσεις των φοιτητών, με αποτέλεσμα να αρχίζουν να γίνονται λιγότερο ανθεκτικοί στην έκθεση αγχωτικών καταστάσεων. Η μοναξιά και η κοινωνική απομόνωση επιδεινώνουν το αίσθημα ανασφάλειας και άγχους, δημιουργώντας συχνά σοβαρά θέματα στην υγεία.

Ακόμη, η ταχύτατη εξάπλωση του ιού, αλλά και ο απρόσμενα υψηλός βαθμός μετάδοσης αυτού, προκαλούν περαιτέρω προβλήματα ψυχικής υγείας. Επικρατεί ο φόβος της νόσησης από τον κορωνοϊό ή της μετάδοσης του ιού σε κάποιο οικείο πρόσωπο. Παράλληλα, ενυπάρχει το αίσθημα του άγχους και του φόβου για κοινωνικό στιγματισμό σε περίπτωση νόσησης από τον ιό και της επακόλουθης υποχρεωτικής καραντίνας. Η πρωτόγνωρη λοιπόν, διαδικασία της καραντίνας σε συνδυασμό με τη δυσκολία διαχείρισής της, όντας αποκλεισμένοι από τον κοινωνικό τους περίγυρο, δημιουργούσε έντονο στρες στη μερίδα των φοιτητών. Από τα παραπάνω, επιβεβαιώνεται, ότι [τα περιοριστικά μέτρα έχουν σημαντικό αντίκτυπο στην ψυχική υγεία, αλλά και τη γενικότερη ευημερία των ανθρώπων. Ακόμη, προκαλούν έντονες πολλές φορές αντιδράσεις έναντι στο τρέχον πανδημικό κύμα, (Rubin and Wessely, 2020, <https://doi.org/10.1136/bmj.m313>)].

## **2.2. Κοινωνική αλληλεπίδραση και πανδημία Covid-19**

Η πανδημία Covid-19 έχει επηρεάσει σημαντικά τις κοινωνικές σχέσεις των φοιτητών. Πιο συγκεκριμένα, η απομόνωση και η απαγόρευση της κυκλοφορίας κατά το διάστημα της καραντίνας, ελαχιστοποίησαν τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις, επιδεινώνοντας την ψυχική υγεία των φοιτητών. Η σύναψη κοινωνικών δεσμών είναι καταλυτικής σημασίας για την ψυχική τους υγεία, καθώς τους επιτρέπει να εκφράζουν τα συναισθήματά τους, να αποφορτίζονται, να ανταπεξέρχονται σε στρεσογόνες/αγχωτικές καταστάσεις, αλλά και να ενισχύουν την ψυχική τους ανθεκτικότητα απέναντι στις προκλήσεις. Αντίθετα, η κοινωνική απομόνωση και η έλλειψη κοινωνικής υποστήριξης που βιώνουν οι φοιτητές κατά το διάστημα της τρέχουσας πανδημίας Covid-19, αυξάνουν περαιτέρω τα αισθήματα άγχους, φόβου και ανασφάλειας, οδηγώντας συχνά σε αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχική, αλλά και σωματική υγεία των φοιτητών. Επιπροσθέτως, η παύση των Πανεπιστημιακών

μαθημάτων, οδηγεί τους φοιτητές στη βίωση αυξημένων επιπέδων μοναξιάς. [Το αίσθημα της μοναξιάς ως απόρροια της υποχρεωτικής απομόνωσης και της καραντίνας, η οποία αποτελεί ακούσια συνέπεια των μέτρων περιορισμού των ασθενειών, αποβαίνει ιδιαίτερα προβληματική για τους νέους, (Mental Health Foundation, 2020, <https://www.mentalhealth.org.uk/coronavirus/loneliness-during-coronavirus>)]. Η βίωση του αισθήματος της μοναξιάς τείνει να κάνει τους φοιτητές ευάλωτους κατά το διάστημα της πανδημίας Covid-19, όπως και να δυσχεράνει ακόμη περισσότερο τις επιπτώσεις στην ψυχική τους υγεία. [Η μείωση των κοινωνικών δεσμών με τους συνομήλικούς τους, αλλά και με ανθρώπους του κοινωνικού τους περιβάλλοντος, όπως και η αίσθηση αποκλεισμού μπορούν να οδηγήσουν σε κατάθλιψη, (Beck and Clark, 1988, <https://doi.org/10.1080/10615808808248218>)]. Η τρέχουσα κρίση της πανδημίας Covid-19 έχει ως επακόλουθό της μια σημαντική κοινωνική κρίση εν εξελίξει, η οποία εξαπλώνεται με τη μορφή της αποσταθεροποίησης των κοινωνικών συναναστροφών και δεσμών, αλλά και της αποδόμησης του κοινωνικού εαυτού. Η εν λόγω πανδημική κρίση φέρει άμεσες ή και έμμεσες πολλές φορές επιπτώσεις στο κοινωνικό γίνεσθαι και έρχεται αντιμέτωπη με κοινωνικά φαινόμενα, τα οποία επηρεάζουν την κοινωνική συνοχή και ευημερία του συνόλου της κοινωνίας. Η επιστροφή λοιπόν, στην προ-πανδημική εποχή ελλοχεύει πολλούς κινδύνους, καθώς το ενδεχόμενο εδραίωσης αρνητικών στάσεων και συμπεριφορών είναι πιθανό. Πολλά στοιχεία δηλαδή, της νέας κανονικότητας, όπως το κοινωνικό άγχος και ο φόβος, αλλά και η κοινωνική απομόνωση είναι πιθανό να παγιωθούν ως λειτουργικά στοιχεία μιας κοινωνικής πραγματικότητας.

### **2.3. Διαδικτυακός εθισμός και πανδημία Covid-19**

Η πανδημία Covid-19, οδήγησε τον παγκόσμιο πληθυσμό σε κοινωνική αποστασιοποίηση και παραμονή στο σπίτι· ιδιαίτερα, κατά το διάστημα της έξαρσης του κορωνοϊού. Πληθώρα χωρών λαμβάνουν αυστηρά μέτρα, όπως η απαγόρευση της κυκλοφορίας των πολιτών, προκειμένου να περιοριστεί η εξάπλωση της νόσου. Η κοινωνική αλληλεπίδραση ελαχιστοποιείται και οι φοιτητές περνούν όλο και περισσότερο από τον προσωπικό τους χρόνο μπροστά από τον ηλεκτρονικό υπολογιστή. Το διαδίκτυο διαδραματίζει πρωταρχικό πλέον ρόλο στις ζωές τους,

προσφέροντας πληθώρα υπηρεσιών, δεδομένων και πληροφοριών, οι οποίες λειτουργούν ανακουφιστικά κατά την περίοδο της πανδημίας Covid-19. Ωστόσο, το διαδίκτυο δεν δύναται να γεφυρώσει το χάσμα και την κοινωνική αποστασιοποίηση που έχει δημιουργήσει η παρούσα κατάσταση του παρατεταμένου εγκλεισμού. [Η αισθητά μειωμένη προσωπική αλληλεπίδραση λόγω της πανδημίας Covid-19, έχει οδηγήσει σε αυξημένα ποσοστά χρήσης της τεχνολογίας. Οι αλλαγές στον τρόπο ζωής των Πανεπιστημιακών φοιτητών υπήρξαν καταλυτικής σημασίας, καθώς ευνόησαν τις συνθήκες χρήσης. Στην πραγματικότητα, η τεχνολογική χρήση σχεδόν διπλασιάστηκε, (Wiederhold, 2020, <http://doi.org/10.1089/cyber.2020.29185.bkw>)]. Ωστόσο, η διαδικασία ανίχνευσης και διάγνωσης του εθισμού στο διαδίκτυο χαρακτηρίζεται από περιπλοκότητα. [Πολλοί ψυχολόγοι υποστηρίζουν, ότι ο όρος του εθισμού πρέπει να χρησιμοποιείται για τις χημικές ουσίες, οι οποίες είναι διαδεδομένες ως εξαρτησιογόνες ουσίες, (Griffiths, 2000)]. [Η Young (1998) πρωτοξεκίνησε την έρευνα για τον εθισμό στο διαδίκτυο, θεωρώντας ότι τα συμπτώματα που απορρέουν από την υπερβολική χρήση αυτού, μοιάζουν με τα χαρακτηριστικά του εθισμού στον καπνό και το αλκοόλ]. [Σύμφωνα με την παραπάνω έρευνα της Young (1998), ο εθισμός στο διαδίκτυο έχει αρνητικό αντίκτυπο στις κοινωνικές σχέσεις, την ακαδημαϊκή, αλλά και επαγγελματική επίδοση των ατόμων που βρίσκονται υπό εξάρτηση]. Ο εθισμός στο διαδίκτυο αποτελεί μία βαρύνουσα σημασίας διαταραχή, η οποία γίνεται ολοένα και εντονότερη. Η εύκολη πρόσβαση στο ίντερνετ, καθώς και ο ψυχαγωγικός χαρακτήρας του μέσου, ωθούν τους φοιτητές σε πολύωρη χρήση. Οι νέοι ξεφεύγουν έτσι, από μία πραγματικότητα στην οποία ως επί το πλείστον βιώνουν αισθήματα άγχους, φόβου και ανασφάλειας.

[Σύμφωνα με τον Griffiths, τα κριτήρια που μαρτυρούν τον βαθμό εθισμού στο διαδίκτυο και χαρακτηρίζουν μια συμπεριφορά ως εθιστική, είναι η ανησυχία που προκαλείται στο άτομο από τον εθιστικό παράγοντα (προβολή), η τροποποίηση της διάθεσης, η ανοχή, η απόσυρση, η σύγκρουση και η υποτροπή]. Οι φοιτητές, οι οποίοι κάνουν εκτεταμένη χρήση του διαδικτύου, εμφανίζουν συχνές αλλαγές στη διάθεσή τους: κατακλύζονται κυρίως, από αισθήματα άγχους, φόβου και ανασφάλειας, καθώς και από ευερεθιστότητα όταν δεν ικανοποιείται το αίτημά τους για υπέρμετρη χρήση. Επιπλέον, εμφανίζουν συναισθηματικές εκρήξεις και παράλληλα, αδυνατούν να μειώσουν τον χρόνο που αφιερώνουν μπροστά από την οθόνη. [Οι φοιτητές αποτελούν την πιο επιρρεπή ομάδα ατόμων σε εθισμό στο διαδίκτυο, καθώς δεν τους ασκείται κάποιου είδους επίβλεψη από τα μέλη της οικογένειάς τους και συνάμα, ενθαρρύνονται

για τη χρήση του, μέσω των διαδικτυακών μαθημάτων και εργασιών που καλούνται να εκπονήσουν στα πλαίσια του εκπαιδευτικού προγράμματος σπουδών, (Kandell, 1998)].

Η πολύωρη χρήση του διαδικτύου έχει σημαντικές συνέπειες στην ψυχική, αλλά και σωματική υγεία των φοιτητών, καθώς λόγω της πανδημίας του Covid-19 απουσιάζουν οι δραστηριότητες που άλλοτε απολάμβαναν στην καθημερινότητά τους. Απόρροια της ελλιπούς σωματικής δραστηριότητας, είναι η υποβαθμισμένη ποιότητα του ύπνου, η εμφάνιση μυοσκελετικών δυσλειτουργιών, αλλά και οι αλλαγές στις διατροφικές συνήθειες. [Ειδικότερα, όταν συνυπάρχουν οι διατροφικές διαταραχές με την υποβαθμισμένη ποιότητα του ύπνου, τότε καταδεικνύονται χαρακτηριστικά στοιχεία του εθισμού, (Young, 2004, <https://doi.org/10.1177/0002764204270278>)]. Κάποιες επιπλέον επιπτώσεις της εξάρτησης στο διαδίκτυο, μπορεί να είναι η αισθητά μειωμένη αυτοπεποίθηση, η ακαδημαϊκή επίδοση και απόσυρση στον εαυτό του ατόμου, αλλά και η συχνή σύγκρουση με το οικογενειακό και ευρύτερο περιβάλλον. [Έχει αποδειχθεί μάλιστα, ότι υπάρχει συσχέτιση μεταξύ εθισμού στο διαδίκτυο και ψυχοπαθολογικών μεταβλητών, όπως το άγχος και η κατάθλιψη, (Dong et. al., 2020, <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00751>)]. Παρατηρείται επίσης, ότι τα άτομα που εμφανίζουν ψυχολογικά προβλήματα έχουν την τάση να κάνουν κατάχρηση του διαδικτύου. Τα παραπάνω ζητήματα, γίνονται ολοένα και εντονότερα κατά την περίοδο της πανδημίας Covid-19 και έτσι, καθίστανται αναγκαίες οι παρεμβάσεις άμεσης αντιμετώπισης του φαινομένου, καθώς [κυριαρχεί η παρατεταμένη σύγχυση των ορίων μεταξύ του υγιούς χρόνου ενασχόλησης με το διαδίκτυο και των επιβλαβών επιπτώσεων που απορρέουν από την υπέρμετρη χρήση του, (Σιδηροπούλου, 2014)].

#### **2.4. Κοινωνικός στιγματισμός και πανδημία Covid-19**

Πραγματικότητα, αποτελεί το γεγονός, ότι η πανδημία Covid-19 έχει προκαλέσει σημαντικές ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις. Αναλυτικότερα, απαραίτητη καθίσταται στο σημείο αυτό, η αναφορά στο φαινόμενο του στιγματισμού και της κοινωνικής περιθωριοποίησης που υφίστανται μια σημαντική μερίδα ατόμων που είναι φορείς του ιού. Τα άτομα με θετικά στον κορωνοϊό τεστ, υποβάλλονται σε υποχρεωτική καραντίνα: κατάσταση, η οποία προκαλεί αισθήματα καχυποψίας, ανασφάλειας, φόβου, διάκρισης και προκατάληψης στον κοινωνικό τους περίγυρο. [Ως κοινωνικός ή

δημόσιος στιγματισμός, ορίζεται «η στάση της κοινότητας απέναντι σε άτομα μιας συγκεκριμένης κοινωνικής ομάδας. Το αντιληπτό δημόσιο στίγμα αναφέρεται σε διακρίσεις και υποτίμηση από άλλους», (Pattyn et al., 2014, <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201200561>). Ασθενείς, οι οποίοι έχουν νοσήσει από τον ιό SARS-CoV-2, όπως και επαγγελματίες του κλάδου υγείας, βιώνουν εντονότερα τον στιγματισμό από τον κοινωνικό τους περίγυρο. Το παραπάνω γεγονός, επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό την ψυχολογία των ατόμων αυτών που υφίστανται τον στιγματισμό, [καθώς «το στίγμα αφαιρεί την αξιοπρέπεια των ανθρώπων και παρεμβαίνει στην πλήρη συμμετοχή τους στην κοινωνία», (Link et al., 2004)]. Επιπλέον, επηρεάζονται σημαντικά και οι φροντιστές των ατόμων που νοσούν, όπως και η οικογένεια, οι φίλοι, αλλά και η κοινότητα αυτών. Επίσης, συμπεριφορές διάκρισης και προκατάληψης, αντιμετωπίζουν και άτομα συγκεκριμένων εθνικοτήτων, τα οποία στοχοποιούνται με το πρόσχημα της εν λόγω νόσου.

Η πανδημία του κορωνοϊού συνδέεται σε μεγάλο βαθμό με το επίπεδο στίγματος, καθώς πρόκειται για μία αχαρτογράφητη ως επί το πλείστον νόσο (ελλιπής πληροφόρηση). Ακόμη, κυριαρχεί το αίσθημα φόβου και αβεβαιότητας απέναντι σε μία νεοαφιχθείσα απειλητική νόσο. Το αίσθημα αυτό του φόβου οδηγεί σε στερεοτυπικές προς τους άλλους συμπεριφορές. Η ιδιαιτερότητα μάλιστα, της εν λόγω νόσου, έγκειται στο έντονο αίσθημα φόβου και ανασφάλειας σχετιζόμενο με τον ρυθμό και το μέσο μετάδοσης του ιού SARS-CoV-2. Έτσι, ο υπέρμετρος αυτός βαθμός φόβου και αβεβαιότητας, οδηγεί σε περαιτέρω έκφραση των μη ορθολογικών αντιδράσεων απέναντι στη νόσο Covid-19.

Ακόμη, είναι ιδιαίτερα σημαντικό να τονιστεί το φαινόμενο της αποφυγής υποβολής σε προσυμπτωματικό έλεγχο ή σε ιατρικές εξετάσεις, λόγω του ενδεχόμενου φόβου για στιγματισμό από το κοινωνικό περιβάλλον. Έτσι, δυσχεραίνεται ο έλεγχος της νόσου, καθώς τα πιθανά κρούσματα δεν εντοπίζονται, δεν απομονώνονται και δεν θεραπεύονται έγκαιρα. Οι πιθανές δηλαδή, στερεοτυπικές αντιδράσεις δεν ευνοούν την ομαλή καταγραφή των νοσούντων. Όσο πιο έντονες οι αντιδράσεις του κοινωνικού συνόλου, τόσο μικρότερη η συμμετοχή των πολιτών σε σχετικό τεστ ανίχνευσης του ιού. Στην προσπάθεια των ατόμων για αποφυγή των διακρίσεων, κωλύεται επίσης, η διαδικασία υιοθέτησης υγιών συμπεριφορών υγείας. Με τον τρόπο αυτό, ενισχύεται η εσφαλμένη συσχέτιση μεταξύ της νόσου και άλλων παραγόντων.

Το στίγμα και ο φόβος γύρω από την εν λόγω μεταδοτική ασθένεια εμποδίζουν σημαντικά την αντίδραση των ατόμων. Για τον λόγο αυτό, καθίσταται απαραίτητη η

οικοδόμηση μίας σχέσης εμπιστοσύνης μεταξύ των υπηρεσιών υγείας και των πολιτών. Οι υγειονομικές υπηρεσίες είναι σημαντικό να μεριμνούν για τη διάδοση έγκυρων δεδομένων και πληροφοριών σχετικά με την πορεία της νόσου. Επιπλέον, να υιοθετούν κατάλληλες πρακτικές διαχείρισης της νόσου, ώστε να ελαχιστοποιούνται τα επίπεδα στιγματισμού των ατόμων. Συμπληρώνοντας, αναγκαία κρίνεται η δημιουργία ενός ασφαλούς και υγιούς περιβάλλοντος, όπου η ασθένεια και ο επακόλουθος αντίκτυπος αυτής δεν είναι συνυφασμένα με την έννοια της διάκρισης, του διαχωρισμού και της προκατάληψης προς μία ταχύτερη και αποτελεσματικότερη διαχείρισή της.

## **Κεφάλαιο τρίτο: Επιπτώσεις της πανδημίας Covid-19 στην εκπαίδευση των Πανεπιστημιακών φοιτητών**

### **3.1. Πανεπιστημιακή εκπαίδευση και πανδημία Covid-19**

Η πανδημική κρίση του Covid-19, έχει επηρεάσει σε σημαντικό βαθμό την ατομική, κοινωνική, αλλά και εκπαιδευτική πραγματικότητα των Πανεπιστημιακών φοιτητών. Πιο συγκεκριμένα, ο εκπαιδευτικός κλάδος καλείται να αντιμετωπίσει πρωτόγνωρες προκλήσεις, καθώς η πανδημία Covid-19 αλλάζει τα υφιστάμενα δεδομένα στην μαθησιακή διαδικασία. Αξίζει να σημειωθεί, ότι η ανάγκη αναμόρφωσης των εκπαιδευτικών συστημάτων, αλλά και ενίσχυσης των μέσων διδασκαλίας καθίσταται πρωταρχικής σημασίας για τη διαμόρφωση ενός εκσυγχρονιστικού συστήματος εκπαίδευσης.

Αναλυτικότερα, τα Πανεπιστημιακά ιδρύματα κλήθηκαν να αντιμετωπίσουν σημαντικό αριθμό προκλήσεων κατά το τρέχων διάστημα της πανδημίας Covid-19, λόγω της βεβιασμένης και αναπάντεχης υιοθέτησης του μοντέλου της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Οι περιορισμοί και η αναστολή των δραστηριοτήτων σε συνδυασμό με τα θεσπισμένα μέτρα για κοινωνική αποστασιοποίηση, επηρέασαν μεταξύ άλλων και τον κλάδο της εκπαίδευσης. Η εκπαιδευτική διαδικασία αναπροσαρμόζεται και αλλάζει μορφή διδασκαλίας. Οι φοιτητές καλούνται να προσαρμοστούν στα δεδομένα ενός νέου, καινοτόμου ψηφιακού περιβάλλοντος, τα οποία συνθέτουν μία εναλλακτική πρόταση ψηφιακής επανάστασης. Η ψηφιακή επανάσταση, προωθεί την άνθηση της πληροφορίας και της γνώσης σε ποικίλους τομείς της καθημερινής ζωής και ανοίγει τα θεμέλια για τη δημιουργία της σύγχρονης εκπαιδευτικής διαδικασίας.

[Σύμφωνα με πρόσφατα στοιχεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, η μακράς διάρκειας πανδημία, η οποία έχει σημαντικές επιπτώσεις στον τομέα της δημόσιας υγείας σε παγκόσμιο επίπεδο, είχε σαν αποτέλεσμα την εφαρμογή της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Η εξ αποστάσεως διδασκαλία κρίθηκε ως αναγκαία και όχι απλώς ως μία επιλογή, (WHO, 2020)]. Έτσι, τα Πανεπιστημιακά ιδρύματα, κλήθηκαν να ανταποκριθούν άμεσα στις παρούσες προκλήσεις. [Η πρόκληση για τα Πανεπιστήμια έγκειται στην επιτυχημένη αντιμετώπιση των ψηφιακών εργαλείων, καθώς και στην άμεση ανταπόκριση για ψηφιακό μετασχηματισμό των μαθημάτων. Δηλαδή, δεν απαιτείται μόνο η έγκαιρη ενσωμάτωση των νέων τεχνολογιών στην εκπαιδευτική πρακτική, αλλά και η τροποποίηση της διδασκαλίας και των μαθησιακών διαδικασιών για την κάλυψη των αναγκών των Πανεπιστημιακών ιδρυμάτων, (UNESCO, 2020,

<https://en.unesco.org/covid19/educationresponse>)]. [Ωστόσο, η απότομη μετάβαση της εκπαιδευτικής διαδικασίας από τη διά ζώσης στην εξ αποστάσεως μορφή εκπαίδευσης, δημιούργησε προβλήματα και αναταράξεις στον ακαδημαϊκό χώρο· τόσο για τους εκπαιδευτικούς όσο και για την φοιτητική κοινότητα, (Rajab, Gazal and Alkattan, 2020, <https://doi.org/10.7759/cureus.8966>)].

### **3.2. Εξ αποστάσεως διδασκαλία και πανδημία Covid-19**

Η παρατεταμένη διάρκεια της πανδημικής κρίσης, προκάλεσε εκτός των άλλων επιπτώσεων που έχει επιφέρει στους διάφορους τομείς, την προσωρινή αναστολή της λειτουργίας των εκπαιδευτικών μονάδων. Πιο αναλυτικά, κατέστη αναγκαία η ανεύρεση μιας εναλλακτικής λύσης προς αντιμετώπιση της εν λόγω προσωρινής αναστολής. Η πλειοψηφία των χωρών ενήργησαν προς την κατεύθυνση της εξ αποστάσεως διδασκαλίας ως μεθόδου προσωρινής αποκατάστασης της δια ζώσης διδασκαλίας. Οι νέες δηλαδή, τεχνολογίες με τα κατάλληλα μέσα και την εύκολη πρόσβαση των φοιτητών στην παρεχόμενη γνώση και την πληροφορία, αποκαθιστούν τη δια ζώσης μαθησιακή διδασκαλία. Σε αρκετές περιπτώσεις μάλιστα, γίνεται χρήση της σύγχρονης, αλλά και ασύγχρονης εκπαιδευτικής διδασκαλίας που πλαισιώνεται από τον εκσυγχρονιστικό σχεδιασμό και την έγκυρη αξιολόγηση των διαδικτυακών μαθημάτων και εργασιών.

Η παρούσα λοιπόν, πανδημία διαμορφώνει τα νέα δεδομένα γύρω από την εκπαιδευτική πραγματικότητα. [Η αιφνίδια εφαρμογή της εξ αποστάσεως μαθησιακής διαδικασίας, ελλοχεύει πολλούς κινδύνους· τόσο για το σύνολο των εκπαιδευτών όσο και για των εκπαιδευομένων. Οι παραπάνω κίνδυνοι έγκεινται στη μη εξοικείωση των υποκειμένων με την νέα μέθοδο διδασκαλίας. Παράλληλα, η αναπάντεχη αυτή μετάβαση, προκάλεσε αισθήματα ανασφάλειας, φόβου και αβεβαιότητας τόσο στους εκπαιδευτικούς όσο και στη μερίδα των φοιτητών, (Gatewood and McDonald, 2020)].

Αρχικά, τα τεχνολογικά μέσα/εργαλεία που χρησιμοποιούνται για την υποστήριξη της εν λόγω διαδικασίας, καθίσταται αναγκαίο να είναι κατάλληλα προσαρμοσμένα στις ανάγκες της μαθησιακής διδασκαλίας. Ωστόσο, η εξ αποστάσεως διδασκαλία στερείται αμεσότητας και ζωντανής αλληλεπίδρασης των εκπαιδευτών με τους εκπαιδευομένους, εν αντιθέσει με τη δια ζώσης μορφή διδασκαλίας. Επιπλέον, κατά την εφαρμογή της



μεθόδου της εξ αποστάσεως διδασκαλίας, παρουσιάστηκαν διάφορα ζητήματα τεχνικού χαρακτήρα. Παραδείγματος χάριν, μεγάλος αριθμός εκπαιδευτικών ήταν ανεπαρκώς καταρτισμένοι με τις νέες τεχνολογίες, επιβραδύνοντας έτσι, τη διαδικασία της μάθησης. [Ωστόσο, κρίθηκε απαραίτητη η συνεργασία επαγγελματιών με εξειδίκευση και εμπειρία στο μοντέλο της εξ αποστάσεως διδασκαλίας, (Τσινάκος, 2020)]. Παράλληλα, μεγάλη μερίδα φοιτητών δεν ήταν εξίσου εξοικειωμένοι με τα τεχνολογικά εργαλεία· κατάσταση, η οποία επιδρούσε καταλυτικά στην ακαδημαϊκή τους πορεία. [Δηλαδή, μία σημαντική πρόκληση που έχρηζε άμεσης αντιμετώπισης, ήταν η δυσκολία ορισμένων φοιτητών, αναφορικά με την πρόσβασή τους στο διαδίκτυο. Σε πολλές περιπτώσεις μάλιστα, η έλλειψη του απαραίτητου τεχνολογικού εξοπλισμού αποτέλεσε ένα επιπλέον εμπόδιο στην προσπάθεια υιοθέτησης της νέας μορφής διδασκαλίας. Ως επακόλουθο, υπήρξε η παρακώλυση της διαδικασίας διεξαγωγής αξιολόγησης, (Kennedy, 2020)]. [Στη βιβλιογραφία, γίνονται εκτενείς αναφορές στην υποβάθμιση της ποιότητας της εκπαίδευσης σε σχέση με τη δια ζώσης εκπαιδευτική διδασκαλία και στη διεύρυνση του ήδη υφιστάμενου μαθησιακού χάσματος μεταξύ μαθητών/τριών με διαφορετικό κοινωνικοοικονομικό υπόβαθρο, (Cedefop, 2020)].

Κατά την εφαρμογή της εξ αποστάσεως εκπαιδευτικής διαδικασίας, επικράτησε η δασκαλοκεντρική μέθοδος διδασκαλίας. Το παραπάνω γεγονός, επιφέρει εντονότερες συνέπειες από εκείνες που παρουσιάζονται κατά τη δια ζώσης διδασκαλία, καθώς κι εκεί ως κυρίαρχη διδακτική μέθοδος παρουσιάζεται η δασκαλοκεντρική. Η φυσική απόσταση μεταξύ των μελών της εκπαιδευτικής διαδικασίας, όπως και η απρόσωπη επικοινωνία μέσω των τεχνολογικών εργαλείων μετάδοσης της πληροφορίας, δημιουργεί περαιτέρω χάσμα και καθιστά το εκπαιδευτικό περιβάλλον λιγότερο λειτουργικό.

Στο σημείο αυτό, αξίζει να αναφερθεί, ότι για ορισμένα Πανεπιστημιακά ιδρύματα δεν κατέστη εφικτή η εφαρμογή του μοντέλου της εξ αποστάσεως διδασκαλίας, καθώς αδυνατούσαν να ανταπεξέλθουν στις απαιτήσεις και τις προκλήσεις που απαιτούνταν για την υλοποίηση του εν λόγω εγχειρήματος. Ωστόσο, μερικές κυβερνήσεις επιχείρησαν να συμβάλλουν για την επίλυση του παραπάνω ζητήματος, παρέχοντας τα απαραίτητα τεχνολογικά εργαλεία σε φοιτητές που διέθεταν χαμηλό κοινωνικό και οικονομικό υπόβαθρο. Κι αυτό, διότι, τα Πανεπιστημιακά ιδρύματα οφείλουν να προωθούν ένα περιβάλλον ίσων ευκαιριών για ολόκληρο το σύνολο των φοιτητών της Πανεπιστημιακής κοινότητας. Εν προκειμένω, κύριο μέλημά τους είναι η ίση

πρόσβαση στην εξ αποστάσεως μορφή διδασκαλίας· ιδιαίτερα, για τη μερίδα φοιτητών, οι οποίοι ανήκουν σε ευάλωτες πληθυσμιακά ομάδες ή σε κοινωνικοοικονομικά μειονεκτούσες ομάδες. Ειδικότερα, οι εκπαιδευόμενοι που ανήκουν σε ομάδες εθνοτικών μειονοτήτων, αλλά και τα άτομα με αναπηρίες, δεν λαμβάνουν τις απαραίτητες οδηγίες χρήσης των τεχνολογικών μέσων, οι οποίες να είναι σε γλώσσα που μπορούν να κατανοήσουν. Έτσι, δυσχεραίνεται η ομαλή ένταξή τους στην εξ αποστάσεως μαθησιακή διαδικασία. Η ύπαρξη μεταφρασμένου εκπαιδευτικού υλικού, καθίσταται καταλυτικής σημασίας για τους εκπαιδευόμενους, καθώς αποφεύγεται ο κίνδυνος πρόωρης αποχώρησης από την εκπαιδευτική διαδικασία. Σε πολλές μάλιστα περιπτώσεις, καθίσταται απαραίτητη η παροχή εξατομικευμένης εκπαιδευτικής προσέγγισης, αλλά και ψυχολογικής υποστήριξης για τους εκπαιδευόμενους, εν μέσω της πανδημίας Covid-19.

Οι προκλήσεις, τις οποίες κλήθηκαν να αντιμετωπίσουν τα Πανεπιστημιακά ιδρύματα υπήρξαν πρωτοφανείς. Το παραπάνω, έγκειται στην αιφνίδια αντικατάσταση της διαζώσης με την εξ αποστάσεως μορφή εκπαίδευσης. Επιπλέον, στο γεγονός, ότι έπρεπε να αντιμετωπιστεί άμεσα το ζήτημα της ίσης μεταχείρισης μεταξύ των φοιτητών, αλλά και να μετριαστούν όσο το δυνατόν γίνεται, οι επιπτώσεις της απρόσωπης μορφής διδασκαλίας σε σχέση με τη ζωντανή αλληλεπίδραση των μελών της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Έτσι, το χάσμα μεταξύ των δύο μορφών εκπαίδευσης δεν θα ήταν αγεφύρωτο και η επιστροφή στη νέα πραγματικότητα θα ήταν ομαλότερη.

Ωστόσο, παρά τις προκλήσεις με τις οποίες ήρθαν αντιμέτωπα τα Πανεπιστημιακά ιδρύματα, αξίζει να σημειωθούν και οι αντίστοιχες προοπτικές που παρουσιάζονται μέσα από τη νέα εκπαιδευτική πραγματικότητα. Πιο αναλυτικά, μερικά από τα πλεονεκτήματα που απορρέουν από την καινοτόμα μορφή της εξ αποστάσεως διδασκαλίας, είναι η γρήγορη και εύκολη πρόσβαση στο διαδίκτυο σε συνδυασμό με την εκμετάλλευση του χρόνου που άλλοτε οι φοιτητές σπαταλούσαν για τις μετακινήσεις τους από και προς τα εκπαιδευτικά ιδρύματα, αλλά και για την παραμονή τους εκεί, παρακολουθώντας τα προγράμματα εκπαίδευσης. Επιπλέον, μέσα από την εξ αποστάσεως διδασκαλία, παρέχεται η δυνατότητα της συνεχούς βελτίωσης του μαθησιακού υλικού, ώστε να καθίσταται όσο το δυνατόν πιο κατανοητό και επεξηγηματικό για τους φοιτητές. Με τον τρόπο αυτό, επιτυγχάνονται γρηγορότερα οι διδακτικοί στόχοι που έχουν θέσει προς υλοποίηση οι εκπαιδευτικοί. Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση, αποτελεί μία ελκυστική μορφή διδασκαλίας, καθώς οι νέες τεχνολογίες εγείρουν το ενδιαφέρον των φοιτητών, προσδίδοντας διαδραστικό χαρακτήρα στη

διαδικασία της μάθησης. [Μία έρευνα μάλιστα, η οποία διεξήχθη από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή, ανέδειξε μεταξύ άλλων την ανάγκη ανταλλαγής καλών πρακτικών μεταξύ των Πανεπιστημιακών ιδρυμάτων, στοχεύοντας στη βελτίωση της ποιότητας των παρεχόμενων υπηρεσιών τους πάνω στην εξ αποστάσεως εκπαίδευση, (European Commission, 2020)].

Η εξ αποστάσεως εκπαίδευση, χαρακτηρίζεται ως επί το πλείστον, ως μία εκσυγχρονιστική προσέγγιση διδασκαλίας, η οποία ανταποκρίνεται στις ανάγκες της σύγχρονης κοινωνίας. Ιδιαίτερα στις μέρες μας, η ραγδαία τεχνολογική ανάπτυξη έχει δημιουργήσει νέα δεδομένα στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων, σε παγκόσμια κλίμακα. Οι συνθήκες έχουν πλέον ωριμάσει και εγκαινιάζεται μία εποχή, όπου τα πάντα θα έχουν μία σύνδεση μεταξύ τους, αλλά και με το περιβάλλον. Η ανταλλαγή δεδομένων και πληροφοριών παρέχει την δυνατότητα τηλεχειρισμού και τηλεπικοινωνίας σε όλα τα επίπεδα της καθημερινής ζωής των ανθρώπων. Έτσι, δημιουργείται ένα αναβαθμισμένο επίπεδο ζωής, περικλείοντας όλο το φάσμα των ανθρώπινων δραστηριοτήτων. Για τους παραπάνω λόγους, υποστηρίζεται, ότι η πανδημία Covid-19 αποτελεί το έναυσμα για αναβάθμιση της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Απαραίτητη προϋπόθεση για την υλοποίηση του παραπάνω εγχειρήματος, αποτελεί ο εκσυγχρονισμός των μέσων διδασκαλίας, ο προηγμένος σχεδιασμός του εκπαιδευτικού υλικού και περιεχομένου, αλλά και μια κριτικά αναθεωρημένη μαθησιακή προσέγγιση με γνώμονα τις ανάγκες των εκπαιδευόμενων. Ακόμη, η παροχή της δωρεάν πρόσβασης στο διαδίκτυο μέσω εξελιγμένων τεχνολογικών εργαλείων, εξοικειώνοντας περαιτέρω τους φοιτητές με την χρήση τεχνολογικών μέσων, ώστε να ανταποκρίνονται αποτελεσματικότερα στις εκπαιδευτικές τους ανάγκες. Συμπληρώνοντας, μία από τις σημαντικότερες προκλήσεις της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, έγκειται στην ανάγκη αναμόρφωσης των κοινωνιών σε κοινωνίες δίχως αποκλεισμούς, με δικαίωμα στην έκφραση και τη διαφορετικότητα.

### **3.3. Εξ αποστάσεως διδασκαλία και ψυχική υγεία Πανεπιστημιακών φοιτητών**

Εν μέσω πανδημίας, η απότομη μετάβαση στην εξ αποστάσεως εκπαιδευτική διαδικασία, δημιούργησε πληθώρα αλλαγών στη ζωή των Πανεπιστημιακών φοιτητών. Πιο αναλυτικά, η παραπάνω μετάβαση επηρέασε σε σημαντικό βαθμό τον κλάδο της

εκπαίδευσης, καθώς το σύνολο των μελών της εκπαιδευτικής διαδικασίας κλήθηκε να αντιμετωπίσει με αμεσότητα και αποτελεσματικότητα τα νέα δεδομένα και να προσαρμοστεί όσο το δυνατόν ομαλότερα στις επερχόμενες προκλήσεις. Επιπλέον, σε συναδασμό με τα επιβαλλόμενα μέτρα πρόληψης έναντι του κορωνοϊού SARS-CoV-2, ένα μεγάλο ποσοστό των Πανεπιστημιακών φοιτητών, εμφάνισε αρνητικά συμπτώματα, όπως κατάθλιψη, άγχος, φόβο και ανασφάλεια. [Κι αυτό, διότι, η μη ικανοποίηση των φοιτητών από τα υποχρεωτικά μέτρα πρόληψης, σχετίζεται με την πρόκληση κατάθλιψης, όπως και με το αίσθημα ανησυχίας για ενδεχόμενη μόλυνση και κοινωνική αποστασιοποίηση των ίδιων ή των μελών της οικογένειάς τους, (Mechili et al., 2020, <https://doi.org/10.1111/jpm.12672>)]. Τα παραπάνω συμπτώματα, απασχολούν τους φοιτητές σε σχέση με την εκπαιδευτική τους πορεία. Ακόμη, η έλλειψη κοινωνικοποίησης και αλληλεπίδρασης που απορρέει από την εφαρμογή της εξ αποστάσεως διδασκαλίας, ενισχύει τα αρνητικά συναισθήματα αυτών. [Έτσι, η εν λόγω μετάβαση, σύμφωνα με βιβλιογραφικά δεδομένα, διαπιστώνεται, ότι επηρέασε σε σημαντικό βαθμό την απόδοση της ακαδημαϊκής κοινότητας, δεδομένου ότι τα μέλη της διακατέχονται συχνά από αρνητικά συναισθήματα, (Portillo et al., 2020, <https://doi.org/12:10128>)]. Αν και η αιφνίδια εξ αποστάσεως διδασκαλία είχε ως επί το πλείστον θετική επιρροή για την πλειονότητα των φοιτητών, ένα σημαντικό ποσοστό εξ αυτών, κλήθηκε να αντιμετωπίσει σημαντικές προκλήσεις κατά τη διδακτική διαδικασία. Ειδικότερα, οι φοιτητές, οι οποίοι αντιμετώπισαν δυσκολίες κατά την πρόσβασή τους στην εξ αποστάσεως μορφή διδασκαλίας, αλλά και εκείνοι που ανήκουν σε ευάλωτες πληθυσμιακά ομάδες ή σε κοινωνικοοικονομικά μειονεκτούσες ομάδες, ήταν ιδιαίτερα επιβαρυνμένοι ψυχικά. Οι παραπάνω προκλήσεις συνδέονται άρρηκτα με την ψυχική υγεία των Πανεπιστημιακών φοιτητών. Σε συνδυασμό, μάλιστα, με το ελλιπές δίκτυο κοινωνικών επαφών και αλληλοϋποστήριξης, διαταράσσεται σε μεγάλο βαθμό η ψυχική τους υγεία και βιώνουν αισθήματα άγχους, θυμού και απογοήτευσης. Επιπροσθέτως, η αναβολή στις εξεταστικές περιόδους, στα εργαστηριακά μαθήματα, αλλά και στην τέλεση της πρακτικής άσκησης που καλούνται να πραγματοποιήσουν οι φοιτητές στα πλαίσια του εκπαιδευτικού τους προγράμματος, οδήγησε τους ίδιους στη βίωση έντονου άγχους και ψυχολογικής πίεσης. Ακόμη, η αβεβαιότητα των φοιτητών για την εκπαιδευτική τους πορεία, αλλά και τα μελλοντικά επαγγελματικά τους σχέδια, επιβαρύνει περαιτέρω την ψυχική τους υγεία. Επιπλέον, αξίζει να σημειωθεί, ότι η ψυχική υγεία των φοιτητών βάλλεται σημαντικά στην περίπτωση, όπου οι ίδιοι βιώσουν το πένθος.

Λαμβάνοντας υπόψιν τα παραπάνω, υπογραμμίζεται η σημασία της ψυχικής υγείας και ευημερίας των Πανεπιστημιακών φοιτητών. Ωστόσο, η απότομη μεταβολή στον κλάδο εκπαίδευσης με τη χρήση της εξ αποστάσεως διδασκαλίας, αλλά και η αιφνίδια μεταβολή των περιβαλλοντικών συνθηκών εν γένει, ευνοεί τη βίωση αρνητικών συναισθημάτων για την πλειοψηφία των φοιτητών. Στηριζόμενοι λοιπόν, στα παραπάνω, προτείνεται η υποστήριξη των μελών της εκπαιδευτικής διαδικασίας, με έμφαση στην ψυχική ενδυνάμωση των φοιτητών, η οποία συνεπάγεται μεταξύ άλλων την βελτιστοποίηση της εκπαιδευτικής τους απόδοσης στο ψηφιακό περιβάλλον της τηλεδιάσκεψης, αλλά και τον έλεγχο των συναισθημάτων τους για τη διατήρηση της ψυχικής τους υγείας. [Μάλιστα, πρόσφατη έρευνα υποστήριξε τη δυνατότητα της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης να ενδυναμώσει ψυχικά τους φοιτητές, αλλά και το σύνολο των εκπαιδευτικών μέσω της χρήσης οπτικών εργαλείων ψυχολογικής υποστήριξης, βοηθώντας τους έτσι, στην ανάκτηση επικοινωνιακών και κοινωνικών δεξιοτήτων, (Chidiebere et al., 2020, <https://doi.org/10.7417/CT.2020.2247>)].

#### **3.4. Εξ αποστάσεως διδασκαλία και μετά-Covid-19 εποχή**

Εν μέσω πανδημικής κρίσης, η παρατεταμένη δοκιμασία στην οποία έχει υποβληθεί η κοινωνία στο σύνολό της, αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας. Ειδικότερα, στον τομέα της εκπαίδευσης, η είσοδος της εξ αποστάσεως διδασκαλίας άλλαξε αποφασιστικά τη μαθησιακή διαδικασία. Οι συμμετέχοντες του εν λόγω εγχειρήματος, υποστήριξαν, ότι η εξ αποστάσεως εκπαίδευση δύναται να συντηρηθεί και να προωθήσει τη γνώση και την πληροφορία. Επιπλέον, δεν ήταν λίγοι εκείνοι που στήριξαν την άποψη, ότι η εξ αποστάσεως διδασκαλία ίσως θέσει τα θεμέλια για την υιοθέτηση του συγκεκριμένου μοντέλου διδασκαλίας, πέρα από τα όρια της πανδημικής περιόδου. [Ωστόσο, είναι εξαιρετικά δύσκολο να προβλεφθεί η κατάσταση που θα επικρατήσει στην εκπαίδευση μετά το πέρας της πανδημίας Covid-19, (Weeden and Cornwell, 2020)]. Οι πανδημικές κρίσεις και το σύνολο των φυσικών, αλλά και ανθρωπογενών καταστροφών δίνουν το έναυσμα για την προώθηση της εξ αποστάσεως διδασκαλίας. Σε περιόδους δηλαδή, εκτάκτων αναγκών η εφαρμογή της εξ αποστάσεως διδασκαλίας καθίσταται ιδιαίτερα σημαντική, καθώς επιτρέπει τη συνέχιση της εκπαιδευτικής διαδικασίας και προώθηση της γνώσης. Πληθώρα προγραμμάτων

σπουδών τείνουν προς την κατεύθυνση της διαδικτυακής/εξ αποστάσεως μορφής διδασκαλίας. [Η ραγδαία λοιπόν, εξέλιξη της τεχνολογίας σε συνδυασμό με την ανεπάρκεια των υπαρχουσών δομών και σχημάτων απαιτούν καινοτόμα και ευέλικτα επιμορφωτικά μοντέλα, (Μπαγάκης, 2005)].

Λαμβάνοντας υπόψιν τα παραπάνω, απαραίτητη καθίσταται στο σημείο αυτό, η αναφορά στα αναγκαία μέτρα υλοποίησης προς ένα κατάλληλα δομημένο και οργανωμένο μοντέλο εξ αποστάσεως διδασκαλίας. Πιο συγκεκριμένα, η κατάλληλη επιμόρφωση του εκπαιδευτικού προσωπικού ως προς την χρήση της τεχνολογίας καθίσταται πρωταρχικής σημασίας. Η βελτίωση των εκπαιδευτικών συστημάτων συνδέεται άρρηκτα με το σύνολο των καταρτισμένων με τις νέες τεχνολογίες εκπαιδευτικών· εκπαιδευτικοί, οι οποίοι ανταποκρίνονται άμεσα στις ανάγκες των φοιτητών. Η επιμόρφωσή τους αποτελεί μία διαρκή διαδικασία εξέλιξης και προόδου. Επιπροσθέτως, μέσα από την αποτελεσματική αξιοποίηση των τεχνολογικών μέσων στην εκπαιδευτική διαδικασία, ενισχύεται η επαγγελματική τους γνώση και επανεξετάζονται οι πρακτικές τους μέθοδοι. Ωστόσο, η επιμόρφωση των εκπαιδευτικών στις νέες τεχνολογίες, αποτελεί παράγοντα αποφασιστικής σημασίας τόσο για την προσωπική και επαγγελματική τους ανέλιξη. Εν συνεχεία, οι φοιτητές με τη σειρά τους οφείλουν να είναι κατάλληλα εφοδιασμένοι με γνώσεις, οι οποίες απαντώνται στη διαχείριση και ποιοτική αξιοποίηση των τεχνολογικών μέσων. Το παραπάνω, έχει σαν αποτέλεσμα την ελαχιστοποίηση του κινδύνου παραίτησης από φοιτητές, οι οποίοι έρχονται αντιμέτωποι με πληθώρα δυσκολιών κατά τη διαδικασία της εξ αποστάσεως διδασκαλίας. Ακόμη, ένα ιδιαίτερα σημαντικό μέτρο προσαρμογής προς την αποτελεσματική υιοθέτηση της εξ αποστάσεως διδασκαλίας, είναι η διασφάλιση της ποιότητας και της ακαδημαϊκής ακεραιότητας μέσω της αξιολόγησης με διαφανή κριτήρια. Απώτερο στόχο της εξ αποστάσεως διδασκαλίας, αποτελεί η επίτευξη μιας υγιούς αλληλεπίδρασης μεταξύ των εκπαιδευτικών και των εκπαιδευομένων, αποτελώντας το εφελτήριο για αλλαγή και ανανέωση της εκπαιδευτικής διαδικασίας.

## Κεφάλαιο τέταρτο: Πολιτικές αντιμετώπισης της πανδημίας Covid-19

### 4.1. Πολιτικές αντιμετώπισης της πανδημίας Covid-19 στην Ελλάδα

Το ξέσπασμα της πανδημίας Covid-19 και η ταχύτατη εξάπλωση της ασθένειας, οδήγησε τις πληγείσες χώρες σε άμεση εφαρμογή των απαραίτητων μέτρων για τον περιορισμό των επιπτώσεων της νόσου. Πιο αναλυτικά, [η λήψη των κατάλληλων μέτρων από τις διάφορες χώρες, καθορίστηκε από τα επιμέρους ποσοστά των επιβεβαιωμένων θετικά κρουσμάτων, από τον βαθμό πρόγνωσης του ιού SARS-CoV-2, αλλά και από τον απρόβλεπτο ρυθμό μετάδοσης αυτού. Ο εντοπισμός, η θεραπεία, ο περιορισμός και η διαδικασία εξάλειψης της νόσου απαντώνται μέσα από το ισχύον σύστημα υγειονομικής περίθαλψης της κάθε χώρας, αλλά και από τον τρόπο ανταπόκρισης του εκάστοτε συστήματος στην ολοένα και αυξανόμενη ροή των θετικά επιβεβαιωμένων περιστατικών, (Fouda et al., 2020, <https://doi.org/10.1016/j.hlpt.2020.08.015>)]. Οι πολιτικές, οι οποίες διέπουν τον περιορισμό διάδοσης και εξάπλωσης του ιού SARS-CoV-2, πρέπει να ρυθμίζονται από επιστημονικά τεκμήρια, τα οποία να μεριμνούν για την εμφάνιση πιθανών ψυχοσωματικών επιπτώσεων της πανδημίας Covid-19 στην υγεία των πολιτών. Επιπλέον, να περιορίζουν τις επακόλουθες συνέπειες της πανδημίας Covid-19 στην οικονομία, όπως και στην κοινωνική αλληλεπίδραση και συνοχή των ατόμων, εν συνόλω.

Η αιφνίδια λοιπόν, εξάπλωση της πανδημίας Covid-19 οδήγησε στη λήψη μέτρων προς άμεση αντιμετώπιση της μετάδοσης του ιού SARS-CoV-2. Πιο συγκεκριμένα, η Ελλάδα ανταποκρίθηκε άμεσα και αποφασιστικά, επιβάλλοντας το μέτρο της καθολικής απαγόρευσης της κυκλοφορίας (ΦΕΚ 986/Β/22-3-2020) για διάστημα δύο περίπου μηνών. Με το παραπάνω μέτρο, επιτυγχάνεται ο περιορισμός της διάδοσης της νόσου. Εν συνεχεία, εφαρμόζεται το μέτρο που αφορά την παύση λειτουργίας των σχολείων, των χώρων εστίασης, αλλά και του θεάματος (θέατρο/κινηματογράφος). Επιπλέον, των χώρων εκγύμνασης, των καταστημάτων, των δημόσιων υπηρεσιών, αλλά και των χώρων θρησκευτικής λατρείας. Ωστόσο, κατά την εφαρμογή των πολιτικών για την αντιμετώπιση της πανδημίας Covid-19 παρουσιάστηκαν ορισμένες δυσκολίες. Το παραπάνω γεγονός, [έγκειται στη γεωμορφολογική δομή της χώρας, η οποία αποτελείται από πληθώρα νησιών όπου δεν διατίθενται οι απαραίτητες υγειονομικές μονάδες ή μονάδες φροντίδας για την αποτελεσματική αντιμετώπιση των

περιστατικών Covid-19. Επιπλέον, η Ελλάδα συγκαταλέγεται στις χώρες με τα μεγαλύτερα ποσοστά γήρανσης του πληθυσμού· γεγονός, το οποίο μαρτυρά ομάδες υψηλού κινδύνου που πιθανώς εκδηλώσουν βαρύτερα συμπτώματα από τον ιό SARS-CoV-2. Ακόμη, χρειάστηκε να παρθούν διαφορετικά μέτρα υγειονομικής πολιτικής για τις μεταναστευτικές/προσφυγικές κοινότητες της χώρας, οι οποίες βρίσκονταν σε καταυλισμό και οι συνθήκες διαβίωσης ήταν φανερά υποβαθμισμένες, (Damaskos et al., 2020, <https://doi.org/10.11604/pamj.suppl.2020.35.2.24946>), (Bamias et al., 2020, <https://doi.org/10.1093/ibd/izaa143>)]. Οι συνθήκες διαβίωσης στις εν λόγω κοινότητες σε συνδυασμό με την ταχύτατη εξάπλωση των θετικά επιβεβαιωμένων κρουσμάτων, αποτέλεσαν παράγοντες σημαντικής απειλής για τη διάδοση της νόσου. Έτσι, η κυβέρνηση εξέδωσε μία σειρά ειδικών προληπτικών μέτρων για τις εν λόγω πληθυσμιακές κοινότητες, με στόχο τον έλεγχο μετάδοσης της νόσου. Επιπροσθέτως, ακόμη μία εφαρμοσμένη στρατηγική που έλαβε χώρα κατά το πανδημικό διάστημα, αποτελεί η ενημέρωση των πολιτών μέσω διαφόρων προτρεπτικών και υποστηρικτικών ανακοινώσεων, προβαλλόμενες στα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης. Οι εν λόγω καμπάνιες, αφορούσαν την επιτακτική ανάγκη παραμονής των πολιτών στο σπίτι, καθώς και τα απαραίτητα μέτρα υγιεινής που όφειλαν οι ίδιοι να τηρούν, προκειμένου να προστατευτούν από την ανεξέλεγκτη μετάδοση της νόσου. Επιπλέον, οι πολίτες ενημερώνονταν σε καθημερινή βάση για την πορεία της νόσου, από τον Εθνικό Οργανισμό Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ) μέσω της ημερήσιας έκθεσης επιδημιολογικής επιτήρησης. Οι πολίτες δηλαδή, λάμβαναν πλήρη ενημέρωση σχετικά με τον αριθμό των ημερησίων κρουσμάτων, ανθρωπίνων απωλειών, αλλά και των βαρύτερων περιστατικών που νοσηλεύονταν σε Μονάδες Εντατικής Θεραπείας (ΜΕΘ). [Ακόμη, ένα πολύ σημαντικό μέτρο προστασίας των πολιτών υπήρξε η δημιουργία του Συντονιστικού Κέντρου 24ωρης λειτουργίας για την άμεση ανταπόκριση σε θέματα που αφορούσαν τον ιό SARS-CoV-2 και την διαλειτουργικότητα με τους εμπλεκόμενους κρατικούς φορείς και σε συνεργασία με το ΕΚΑΒ υλοποιούνταν ασκήσεις ετοιμότητας στα Νοσοκομεία της χώρας. Επιπροσθέτως, η συνεργασία με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ), με το European Centre of Disease Control (ECDC), με την Ευρωπαϊκή Επιτροπή, με τα Υπουργεία Υγείας των κρατών-μελών της ΕΕ ήταν διαρκείς και αποσκοπούσε στην έγκυρη και έγκαιρη ανταλλαγή νέων στοιχείων και την μεταφορά τεχνογνωσίας, (Εθνικό Σχέδιο Δράσης Δημόσιας Υγείας 2021-2025, Υπουργείο Υγείας – Γενική Γραμματεία Δημόσιας Υγείας, 2021)]. Στη συνέχεια, εφαρμόστηκε μία εξίσου



αποφασιστική στρατηγική, η οποία αφορούσε τη μετακίνηση των πολιτών μόνον με τη χρήση γραπτών μηνυμάτων ή έγγραφων πιστοποιητικών μετακίνησης, ώστε να επιτευχθεί όσο το δυνατόν γρηγορότερα ο περιορισμός της νόσου. Απαγορεύτηκε δηλαδή, οποιαδήποτε μη ουσιαστική μετακίνηση των πολιτών. Οι άσκοπες και αδικαιολόγητες μετακινήσεις τιμωρούνταν έναντι ορισμένου χρηματικού ποσού. Επιπροσθέτως, ανακοινώθηκε η αναστολή όλων των επιβατικών πτήσεων, καθώς έκλεισαν και τα σύνορα της χώρας απαγορεύοντας τη μετακίνηση με κάθε μέσο μεταφοράς. Η εφαρμογή του εν λόγω μέτρου δεν ίσχυε για την περίπτωση των Ελλήνων πολιτών και όσων είχαν άδεια παραμονής στη χώρα ή για εκείνους που η Ελλάδα αποτελούσε χώρα πρώτης κατοικίας. Έτσι, η εφαρμογή των αυστηρών αυτών μέτρων κοινωνικής απόστασης, αλλά και η έγκαιρη υιοθέτηση πολιτικών προς περιορισμό της πανδημίας Covid-19, έφεραν θετικά αποτελέσματα σε σύντομο μόλις χρονικό διάστημα.

Στο σημείο αυτό, αξίζει να αναφερθεί, ότι οι πολίτες της χώρας επέδειξαν υποδειγματική συμπεριφορά κατά το διάστημα επιβολής των προστατευτικών μέτρων. Επιπλέον, αντιμετώπισαν με πειθαρχία και συμμόρφωση τις αιφνίδιες αλλαγές που συντελέστηκαν στην καθημερινή τους ζωή, λόγω των βαρύτατων επιπτώσεων της πανδημίας Covid-19. Το παραπάνω γεγονός, [οδήγησε στην αποτελεσματικότερη διαχείριση της Ελλάδας στις προκλήσεις της πανδημικής κρίσης σε σχέση με άλλες χώρες. Παράλληλα, επήλθε σταδιακή άρση της επιβαλλόμενης απαγόρευσης της κυκλοφορίας (lockdown), (Damaskos et al., 2020, <https://doi.org/10.11604/pamj.supp.2020.35.2.24946>)]. Ωστόσο, η Ελλάδα δεν επέδειξε την ίδια αποφασιστική στάση απέναντι στις μεταναστευτικές/προσφυγικές κοινότητες της χώρας, εφαρμόζοντας τα απαραίτητα μέτρα υγειονομικής πολιτικής. Έτσι, υπήρξε παρακώλυση κατά τη διαδικασία της πλήρους ένταξης της φροντίδας των προσφύγων στο σχέδιο υγειονομικής περίθαλψης της χώρας.

Συμπληρώνοντας, συνάγεται το συμπέρασμα, ότι οποιαδήποτε ενέργεια προώθησης και ενδυνάμωσης της υγειονομικής περίθαλψης, επιβάλλεται να ακολουθείται από την εφαρμογή μέτρων κοινωνικής απόστασης, ενισχύοντας έτσι, την αποτελεσματικότητα της εκάστοτε παρεμβατικής δράσης.

#### **4.2. Η άμεση αντίδραση της ΕΕ στην έξαρση της πανδημίας Covid-19**

Η ξαφνική εξάπλωση της πανδημίας Covid-19 επέφερε σημαντικές αλλαγές σε κάποια τομέα της ανθρώπινης δραστηριότητας. Πιο αναλυτικά, ο απόηχος της παρούσης πανδημικής κρίσης αντηχεί όχι μόνο στις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ), αλλά σε παγκόσμια κλίμακα.

Η ΕΕ με την εμφάνιση και εξάπλωση του πανδημικού κύματος, έλαβε άμεσα μέτρα προστασίας των χωρών, στοχεύοντας στον έλεγχο της μετάδοσης της απειλητικής αυτής νόσου. Άρχισε η ομαλή συνεργασία μεταξύ των κρατών-μελών της, στοχεύοντας στην προστασία της υγείας και της ευημερίας των πολιτών της ΕΕ. [Τα κράτη-μέλη της ΕΕ είναι αρμόδια για την οργάνωση και την παροχή υγειονομικών υπηρεσιών και ιατρικής περίθαλψης. Ωστόσο, αξίζει να σημειωθεί, ότι ο ρόλος της ΕΕ στην πολιτική για την υγεία έχει συμπληρωματικό χαρακτήρα στις πολιτικές κάθε έθνους. Οι πολιτικές και οι δράσεις της ΕΕ για τη δημόσια υγεία, έχουν ως βασικές προτεραιότητες την προστασία και την προαγωγή της υγείας των πολιτών της ΕΕ. Επιπλέον, την υποβοήθηση του εκσυγχρονισμού των υποδομών υγείας, την ενίσχυση της αποτελεσματικότητας των υγειονομικών συστημάτων στην Ευρώπη, αλλά και των μέτρων ετοιμότητας και άμεσης παρέμβασης σε περιπτώσεις εκτάκτων καταστάσεων κατά της υγείας, (Ευρωπαϊκό Συμβούλιο, Συμβούλιο της Ευρωπαϊκής Ένωσης, 2022, <https://www.consilium.europa.eu/el/policies/coronavirus/>)].

Αναφορικά με την περίπτωση της πανδημίας Covid-19, προτάθηκαν έγκαιρα μέτρα προς την ελαχιστοποίηση των κοινωνικοοικονομικών επιπτώσεων της πανδημίας Covid-19 στο σύνολο των χωρών της ΕΕ. Επιπλέον, τονίσθηκε η ανάγκη ανεύρεσης λύσεων-προτάσεων σε περίπτωση απρόσμενης μελλοντικής εμφάνισης κάποιας κρίσιμης κατάστασης. Τα κράτη-μέλη της ΕΕ ανέπτυξαν ένα περιβάλλον ομαλής συνεργασίας και ανέλαβαν δράση προς την κατεύθυνση άμεσης παρέμβασης με γνώμονα τις κοινωνικές, αλλά και οικονομικές επιπτώσεις της πανδημίας Covid-19. Επιπροσθέτως, η επιστροφή στους προ-πανδημικούς ρυθμούς ζωής, αποτέλεσε βασική προϋπόθεση· συγκεκριμένα, η επιστροφή στη «φυσιολογική» λειτουργία της οικονομίας, αλλά και της κοινωνίας, εν γένει. Κι αυτό, διότι, τα διαστήματα της καραντίνας/απαγόρευσης της κυκλοφορίας για τον έλεγχο και περιορισμό της εξάπλωσης του ιού SARS-CoV-2, επέφεραν την κατακόρυφη πτώση ολόκληρου του συστήματος της παγκόσμιας οικονομίας. Έτσι, τα κράτη-μέλη της ΕΕ οργανώθηκαν άμεσα για την ανεύρεση των κατάλληλων στρατηγικών και προσαρμοστικών

πολιτικών μέσα από ένα πλήρες δομημένο σχέδιο ανάκαμψης. [Η ταχεία ανταπόκριση της ΕΕ στην πανδημική κρίση, επικεντρώνεται σε τέσσερις βασικές παραμέτρους: δηλαδή, στον περιορισμό της εξάπλωσης του ιού SARS-CoV-2, στην εξασφάλιση της παροχής ιατρικού εξοπλισμού, στην ενίσχυση και προώθηση της έρευνας για θεραπείες και εμβόλια, αλλά και στη στήριξη της απασχόλησης, των επιχειρήσεων και της οικονομίας. Οι παραπάνω παράμετροι, αποτέλεσαν τις βασικές προτεραιότητες, σύμφωνα με τις οποίες έδρασαν οι ηγέτες της ΕΕ τον Μάρτιο του 2020]. [Κατά την κορύφωση της πανδημικής κρίσης Covid-19, οι ηγέτες της ΕΕ πραγματοποίησαν τακτικές τηλεδιασκέψεις για την αξιολόγηση της επειγούσης εκείνης κατάστασης και τον επακόλουθο συντονισμό της δράσης τους. Ωστόσο, το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο εξετάζει σε τακτική βάση το πολύκροτο ζήτημα της πανδημίας Covid-19, εστιάζοντας σε στρατηγικές για τη διενέργεια τεστ και για τη χρήση των γρήγορων τεστ αντιγόνων (rapid tests). Επιπλέον, επιδιώκει την αμοιβαία αναγνώριση των διαγνωστικών τεστ μεταξύ των κρατών-μελών, καθώς πολλές χώρες επιβάλλουν δικά τους πρότυπα. Το παραπάνω μέτρο, αποσκοπεί στον περιορισμό εξάπλωσης του ιού SARS-CoV-2, στον εντοπισμό των μολύνσεων, αλλά και στον περιορισμό των μέτρων κοινωνικής απομόνωσης. Ακόμη, περιλαμβάνει ρυθμίσεις μέτρων για την καραντίνα. Επίσης, εστιάζει στη διασυνοριακή ιχνηλάτηση επαφών, στην ανάπτυξη, προετοιμασία/παρασκευή και διάθεση εμβολίων κατά της νόσου, αλλά και στα λειτουργικά ψηφιακά πιστοποιητικά εμβολιασμού, (Ευρωπαϊκό Συμβούλιο, Συμβούλιο της Ευρωπαϊκής Ένωσης, 2022, <https://www.consilium.europa.eu/el/policies/coronavirus/>)]. Επιπροσθέτως, η αντίδραση της ΕΕ απέναντι στην ταχύτερη εξάπλωση της πανδημίας Covid-19, περικλείει τα απαραίτητα μέτρα προστασίας όχι μόνο για τον έλεγχο της τρεχούσης πανδημικής κρίσης, αλλά και για ενδεχόμενες μελλοντικές επείγουσες καταστάσεις. Η ετοιμότητα της ΕΕ αποτελεί ζωτικής σημασίας παράγοντα για την έκβαση της νόσου. Έτσι, τον Μάιο του 2020, δημιουργείται το Πρόγραμμα «Η ΕΕ για την υγεία» (EU4Health). Το εν λόγω πρόγραμμα δράσης της ΕΕ για την υγεία, αποτελεί ένα πρόγραμμα δίχως αποκλεισμούς, στοχεύοντας στην βέλτιστη κάλυψη των αναγκών των πολιτών της ΕΕ.

#### **4.3. Το Πρόγραμμα «Η ΕΕ για την υγεία» (EU4Health)**

Αναμφίβολα, η ΕΕ έχει επωμισθεί αρμοδιότητες ζωτικής σημασίας κατά το διάστημα της πανδημικής κρίσης, με την εξασφάλιση της προστασία της υγείας των κρατών-μελών της σε όλες τις δράσεις της. Στα πλαίσια προώσπισης της υγείας των πολιτών της υποστηρίζεται η πολιτική της Ένωσης στον τομέα της υγείας. Έτσι, στις 28 Μαΐου 2020, η Ευρωπαϊκή Επιτροπή συστήνει ένα νέο, συντονιστικό Πρόγραμμα της ΕΕ για την υγεία (EU4Health), το οποίο θα ισχύσει για την περίοδο του δημοσιονομικού πλαισίου 2021-2027. Το επταετές Πρόγραμμα δράσης, θεσπίστηκε με τον κανονισμό (ΕΕ) 2021/522 και επικεντρώνεται στην προαγωγή της υγείας σε όλες τις πολιτικές, καθώς η υγεία αποτελεί επένδυση. [Το Πρόγραμμα έχει ενωσιακή προστιθέμενη αξία και συμπληρώνει τις πολιτικές των κρατών-μελών, στοχεύοντας στη βελτιστοποίηση της υγείας των ανθρώπων σε ολόκληρη την Ένωση και εξασφαλίζοντας υψηλού επιπέδου προστασία της ανθρώπινης υγείας σε όλες τις πολιτικές της Ένωσης. Προωθεί μια Ευρώπη που προασπίζεται την έγκαιρη πρόσβαση σε υψηλής ποιότητας υγειονομική περίθαλψη για όλους, (Φεφές Μ., 2022)].

Το Πρόγραμμα επιδιώκει γενικούς στόχους, διατηρώντας την προσέγγιση «Μία υγεία»: δηλαδή, [μια προσέγγιση που εστιάζει στη σύνδεση και εναρμόνιση της ανθρώπινης υγείας με την υγεία των ζώων και με το περιβάλλον, (Φεφές Μ., 2022)]. Πιο συγκεκριμένα, [το Πρόγραμμα μεριμνά για τη βελτιστοποίηση της υγείας στην Ένωση, στοχεύοντας στη μείωση της επιβάρυνσης από μεταδοτικές και μη μεταδοτικές νόσους. Το παραπάνω, επιτυγχάνεται μέσα από τη στήριξη για την προώσπιση της υγείας, αλλά και της πρόληψης των ασθενειών. Επιπλέον, με τη μείωση των ανισοτήτων στον υγειονομικό κλάδο, με την υποστήριξη υγιεινών συνηθειών και με την ενίσχυση της πρόσβασης στην υγειονομική περίθαλψη. Ύστερα, επιδιώκεται η υποστήριξη των πολιτών της ΕΕ από διασυνοριακές απειλές κατά της υγείας και η άμεση ανταπόκριση των υγειονομικών συστημάτων, αλλά και η έγκαιρη και ομαλή συνεργασία μεταξύ των κρατών-μελών. Το Πρόγραμμα επιδιώκει επίσης, τη βελτιστοποίηση της προσβασιμότητας, της διαθεσιμότητας, αλλά και της οικονομικής προσιτότητας των φαρμάκων και των ιατροτεχνολογικών προϊόντων, καθώς και των προϊόντων που σχετίζονται με την κρίση στην Ένωση. Επιπλέον, στοχεύει στην ενδυνάμωση των υγειονομικών συστημάτων μέσω της βελτίωσης της ανθεκτικότητάς τους και της αποδοτικής χρήσης των πόρων, (Επίσημη Εφημερίδα της Ευρωπαϊκής Ένωσης, Κανονισμός (ΕΕ) 2021/522 του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου της 24ης Μαρτίου 2021 για τη θέσπιση Προγράμματος σχετικά με τη

δράση της Ένωσης στον τομέα της υγείας [Πρόγραμμα «Η ΕΕ για την υγεία» (EU4Health)] για την περίοδο 2021-2027 και για την κατάργηση του κανονισμού (ΕΕ) αριθ. 282/2014, 2021, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EL/TXT/PDF/?uri=CELEX:32021R0522&from=EN>].

Οι παραπάνω γενικοί στόχοι, υποστηρίζονται μέσω των ακόλουθων ειδικών στόχων προς εξασφάλιση του υψηλού επιδιωκόμενου επιπέδου υγείας. Ειδικότερα, σε συνεργασία με άλλες σχετικές δράσεις της Ένωσης, [επιδιώκεται η πρόληψη των ασθενειών, η προαγωγή της υγείας, αλλά και η μείωση των ανισοτήτων· στόχος, ο οποίος παρουσιάζει πολλές πιθανότητες χρηματοδότησης. Ακόμη, ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη στήριξη δράσεων για τη διάγνωση και τη θεραπεία των μεταδοτικών και ιδίως, των μη μεταδοτικών ασθενειών, όπως ο καρκίνος. Επιπλέον, στη στήριξη δράσεων για την ενδυνάμωση της ψυχικής υγείας, καθώς λόγω της πανδημίας Covid-19, εντείνεται η ανάγκη ανάλογων δράσεων και πολιτικών συντονισμού]. [Επίσης, μία εξίσου σημαντική δράση, αποτελεί η προώθηση της έρευνας και της καινοτομίας, αλλά και των ψηφιακών υπηρεσιών, καθώς και του ψηφιακού μετασχηματισμού των υγειονομικών συστημάτων, παράλληλα με την υποστήριξη της δημιουργίας ενός ευρωπαϊκού χώρου δεδομένων για την υγεία. Επιπρόσθετα, η πρόσβαση σε μία ποιοτική, επικεντρωμένη στον ασθενή υγειονομική περίθαλψη, επιτυγχάνοντας τον στόχο της καθολικής υγειονομικής κάλυψης. Συμπληρώνοντας, η υιοθέτηση των παγκόσμιων δεσμεύσεων και πρωτοβουλιών στον τομέα της υγείας, με την ενδυνάμωση της Ένωσης σε δράσεις διεθνών οργανισμών και την προώθηση της συνεργασίας με τρίτες χώρες, (Ευρωπαϊκή Επιτροπή, Κανονισμός του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου για τη θέσπιση προγράμματος σχετικά με τη δράση της Ένωσης στον τομέα της υγείας για την περίοδο 2021-2027 και για την κατάργηση του κανονισμού (ΕΕ) αριθ. 282/2014 πρόγραμμα «Η ΕΕ για την υγεία» (EU4Health), 2020, <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EL/TXT/?uri=CELEX%3A52020PC0405>].

[Κατά το διάστημα της πανδημίας Covid-19, γίνεται αντιληπτό το γεγονός, ότι η κοινωνία των πολιτών μέσα από την ενεργό συμμετοχή της στη διαμόρφωση της πολιτικής για την υγεία τόσο σε εθνικό όσο και σε ευρωπαϊκό επίπεδο, επιτυγχάνει τη βέλτιστη σύνδεση της Ευρώπης με τους πολίτες των κρατών-μελών της Ένωσης, (Εθνικό Σχέδιο Δράσης Δημόσιας Υγείας 2021-2025, Υπουργείο Υγείας – Γενική Γραμματεία Δημόσιας Υγείας, 2021)].

[Καταλήγοντας, το Πρόγραμμα «Η ΕΕ για την υγεία» (EU4Health), αποτελεί όχι μόνον μια δυναμική αντίδραση στην πανδημική κρίση, αλλά αποσκοπεί στη διασφάλιση μιας Ευρώπης, η οποία ανταποκρίνεται αποτελεσματικά στις μακροπρόθεσμες δράσεις της Ένωσης στον υγειονομικό τομέα. Αποσκοπεί δηλαδή, στη βελτίωση της δημόσιας υγείας στην ΕΕ, αλλά και την ετοιμότητα της Ένωσης στην αντιμετώπιση έκτακτων μελλοντικών υγειονομικών αναγκών, (EU4health Civil Society Alliance, 2020, [https://www.google.com/search?q=eu4health+civil+society+alliance&rlz=1C1GCEA\\_enGR883GR883&oq=EU4health+civil+&aqs=chrome.1.69i57j0i19i512.8839j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8](https://www.google.com/search?q=eu4health+civil+society+alliance&rlz=1C1GCEA_enGR883GR883&oq=EU4health+civil+&aqs=chrome.1.69i57j0i19i512.8839j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8)).

## **Κεφάλαιο πέμπτο: Μεθοδολογία Ποιοτικής Έρευνας**

### **5.1. Ερμηνευτικό πλαίσιο**

Βασικό σημείο αφετηρίας στην προσπάθεια εκτίμησης των επιπτώσεων της πανδημίας Covid-19 στους φοιτητές του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών, τόσο σε ατομικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο, καθίσταται η αναζήτηση των απόψεων των ίδιων των φοιτητών. Το παραπάνω, στοχεύει στην εις βάθος κατανόηση και ερμηνεία των εμπειριών και πεποιθήσεων των συνεντευξιζόμενων. Απαιτείται η καταγραφή των λεγομένων των συμμετεχόντων, ώστε να ερμηνευθεί ο αιτιακός μηχανισμός· δηλαδή, ο λόγος του γιατί απαντούν με έναν συγκεκριμένο τρόπο. Επιπλέον, να κατανοηθούν τα αισθήματα, τα κίνητρα, η συμπεριφορά τους, αλλά και το περιβάλλον μέσα στο οποίο αλληλοεπιδρούν. Επιχειρείται έτσι, η κατανόηση της ποιότητας των όσων λεχθούν από τους συνεντευξιζόμενους.

Το ερμηνευτικό πλαίσιο της τρέχουσας ποιοτικής έρευνας, αναδεικνύει τα βιώματα του εκάστοτε συνεντευξιζόμενου, εμβαθύνοντας στην ποιότητα, δίχως να αξιώνεται γενίκευση. Υποστηρίζει τη μη ύπαρξη αντικειμενικής πραγματικότητας, καθώς ερευνώνται τα υποκείμενα νοήματα. Δηλαδή, κάθε υποκείμενο αντιλαμβάνεται την πραγματικότητα υπό το πρίσμα της δικής του σκοπιάς. Έτσι, βιώνει και αναλύει τα γεγονότα από υποκειμενική οπτική. Επιπλέον, δεν επιχειρείται η απόκτηση της απόλυτης πληροφόρησης και πλήρους γνώσης σχετικά με την εκάστοτε υποκειμενική πραγματικότητα και τα βιώματα των συνεντευξιζόμενων. Επικεντρώνεται στην ανάλυση της πραγματικότητας των υποκειμένων εν συνόλω, μέσα από την προσωπική πραγματικότητα του ερευνητή, επιτρέποντας τις περαιτέρω ερμηνευτικές διερευνήσεις και εξηγήσεις, δίχως να καταλήγει σε μία απόλυτη ερμηνευτική προσέγγιση.

Το ερμηνευτικό πλαίσιο της εν λόγω ποιοτικής έρευνας, χρησιμοποιήθηκε προκειμένου να εξετασθεί με όσο το δυνατόν περισσότερη σαφήνεια το υπό εξέταση ζήτημα των επιπτώσεων της πανδημίας Covid-19 στην ατομική και κοινωνική ζωή των φοιτητών του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών. Παράλληλα, αποτελεί ένα ζήτημα υποκειμενικού χαρακτήρα, με το κύριο ερευνητικό ερώτημα “με ποιους τρόπους επηρεάστηκε η ποιότητα ζωής των Πανεπιστημιακών φοιτητών κατά την περίοδο Covid-19” να κατευθύνει τη διαδικασία των συνεντεύξεων. Η υποκειμενικότητα των συνεντευξιζόμενων ωθεί τον ερευνητή, αλλά και τον αναγνώστη σε περαιτέρω

εμβάθυνση του ζητήματος, από την οποία ίσως προκύψουν νέες προσεγγίσεις και παρατηρήσεις.

Αξίζει στο σημείο αυτό να σημειωθεί, ότι ο ερευνητής δεν δύναται να απέχει από την ποιοτική έρευνα. Κι αυτό, διότι, η τυπικότητα, η απάθεια και η μη ενεργός συμμετοχή του προς τους συνεντευξιαζόμενους, επιφέρει την αποστασιοποίηση των υποκειμένων που συμμετέχουν στη διεξαγωγή της ερευνητικής διαδικασίας. Έτσι, λαμβάνοντας υπόψιν τα παραπάνω, η παρούσα έρευνα πραγματοποιήθηκε με αμεσότητα, σεβασμό, προσοχή και προσήλωση στη διαδικασία κατάθεσης των εμπειριών, των πεποιθήσεων και των συναισθημάτων των συνεντευξιαζόμενων στο υπό εξέταση ζήτημα.

## **5.2. Περιγραφή του πληθυσμού έρευνας**

Η παρούσα μελέτη ανήκει στην ποιοτική μεθοδολογία έρευνας· αποσκοπεί στην εξερεύνηση και κατανόηση των υποκειμενικών αντιλήψεων επιλεγμένου πληθυσμού, αναφορικά με το φαινόμενο που τίθεται υπό διερεύνηση. Με τον τρόπο αυτό, δημιουργείται μία λεπτομερής ερευνητική ανάλυση για το εν λόγω φαινόμενο, η οποία διαθέτει μία ολοκληρωμένη/σαφή ερμηνεία για τα υποκείμενα που μετέχουν στην ερευνητική διαδικασία και το περιβάλλον τους σε σχέση με το υπό διερεύνηση φαινόμενο. Η ποιοτική έρευνα δίνει στα υποκείμενα τη δυνατότητα να εκφραστούν, δίνοντας την υποκειμενική και προσωπική τους ερμηνεία στα γεγονότα της καθημερινότητας. Επιπλέον, εξερευνώνται οι πεποιθήσεις και ερμηνεύονται οι εμπειρίες τους. Διερευνάται δηλαδή, η υποκειμενική εμπειρία των φοιτητών του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών, σχετικά με τις επιπτώσεις της πανδημίας Covid-19 στην ατομική και κοινωνική τους ζωή. Επιπλέον, αξίζει να αναφερθεί, ότι τα συναισθήματα του ερευνητή, όπως και των υποκειμένων καθίστανται θεμιτά κατά την ποιοτική έρευνα. Παράλληλα, διερευνώνται οι επιδράσεις της εν λόγω εμπειρίας στην κατασκευή νοήματος.

Στην παρούσα ποιοτική έρευνα, χρησιμοποιήθηκε ένας πληθυσμός έξι φοιτητών από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, προκειμένου να αναλυθούν εις βάθος τα ερευνητικά ζητήματα που πραγματεύεται η παρούσα ποιοτική έρευνα. Πρόκειται για έναν μικρό αριθμό πληθυσμού έρευνας, καθώς σύμφωνα με το ερμηνευτικό πλαίσιο



της παρούσας εργασίας, η απόλυτη γνώση της αλήθειας δεν δύναται να αποκτηθεί. Το παραπάνω συμβαίνει, διότι κάθε υποκείμενο αντιλαμβάνεται την πραγματικότητα υπό τη δική του εσωτερική-προσωπική σκοπιά. Ο συγκεκριμένος πληθυσμός της έρευνας, επιλέχθηκε, προκειμένου να αξιολογηθεί ο αντίκτυπος της πανδημίας Covid-19 στην ατομική και κοινωνική ζωή των Πανεπιστημιακών φοιτητών, αναδεικνύοντας με αυτό τον τρόπο, τα βιώματα του κάθε συνεντευξιαζόμενου. Επιπλέον, θεωρήθηκε ως κατάλληλος και επαρκής, καθώς παρέχονται οι ακριβείς πληροφορίες και τα δεδομένα που απαιτούνται για το υπό διερεύνηση ζήτημα. Οι φοιτητές του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών, ερμηνεύουν τα βιώματα και τις πεποιθήσεις τους περί των επιπτώσεων της πανδημίας Covid-19 στην ατομική και κοινωνική τους ζωή, ώστε να κατανοηθεί εις βάθος η προσωπική τους εμπειρία.

Η δειγματοληπτική τεχνική, η οποία ακολουθήθηκε κατά τη διεξαγωγή της τρέχουσας ποιοτικής ερευνητικής μελέτης, χαρακτηρίζεται ως σκόπιμη (purposive sampling). Η σκόπιμη δειγματοληψία, αφορά την a priori (από πριν) επιλογή του πληθυσμού της έρευνας, όπου κύριος στόχος της είναι η διερεύνηση και εμβάθυνση των υποκειμενικών νοημάτων και των εμπειριών των συνεντευξιαζόμενων. Τα υποκείμενα που λαμβάνουν συμμετοχή στην παρούσα έρευνα είναι γνώριμα στον ερευνητή, ο οποίος γνωρίζει αντίστοιχα, τις εμπειρίες και τα ατομικά τους βιώματα. Η εμπειρία του εκάστοτε υποκειμένου καθίσταται καταλυτικής σημασίας για την εξέλιξη και έκβαση της ερευνητικής διαδικασίας.

### **5.3. Μέθοδος συλλογής δεδομένων**

Κατά τη διεξαγωγή της ποιοτικής μεθόδου έρευνας, το ενδιαφέρον του ερευνητή επικεντρώνεται στην προώθηση της ατομικής/υποκειμενικής θέσης και ερμηνείας των συμμετεχόντων στην ερευνητική διαδικασία. Το παραπάνω, υλοποιείται μέσα από την κατασκευή ερωτηματολογίου και μιας δομημένης συνέντευξης. Η διεξαγωγή των συνεντεύξεων πραγματοποιείται στον χώρο διαμονής του εκάστοτε συνεντευξιαζόμενου. Κι αυτό, διότι αποτελεί ένα οικείο για τους ίδιους περιβάλλον· ένα χώρο καθημερινής έκθεσης και αλληλεπίδρασης των υποκειμένων. Η εν λόγω επιλογή, βασίστηκε στο γεγονός, ότι ο χώρος διαμονής αποτελεί τον πλέον φιλικό προς

τους συνεντευξιαζόμενους χώρο και παράλληλα, βρίσκεται αποκλεισμένος από θορύβους και περαιτέρω παρεμβάσεις ή διακοπές. Έτσι, οι συνεντεύξεις διεξάγονται με τρόπο ομαλό και διέπονται από αμεσότητα και αποτελεσματικότητα, ενθαρρύνοντας την αδιάκοπη ροή του λόγου των υποκειμένων. Επιπλέον, υλοποιούνται σε προγραμματισμένη ημέρα και ώρα που να εξυπηρετεί τον κάθε συνεντευξιαζόμενο. Η ηχογράφηση των εν λόγω συνεντεύξεων πραγματοποιήθηκε με τη χρήση του κινητού τηλεφώνου. Η πλειοψηφία των συνεντευξιαζόμενων αποτελούν φιλικά πρόσωπα και έτσι, ενυπάρχει το στοιχείο της οικειότητας καθ' όλη τη διάρκεια διεξαγωγής των συνεντεύξεων. Συμπληρώνοντας, ζητήθηκε η μη αναφορά των ονομάτων τους και η διατήρηση της ανωνυμίας τους.

Αρχικά, απαραίτητη κρίθηκε η κατασκευή ενός ερωτηματολογίου, το οποίο αποτελεί μία μορφή δομημένης συνέντευξης, καθώς εμπεριέχονται σταθερά και αμετάβλητα ερωτήματα για όλους τους συνεντευξιαζόμενους και οι απαντήσεις των συμμετεχόντων δύνανται να συγκριθούν μεταξύ τους. Ο έλεγχος διατηρείται από τον ερευνητή μέσω των κοινών για όλους τους συμμετέχοντες ερωτήσεων. Έτσι, επιδιώκεται η παραγωγή ενός ερευνητικού πορίσματος, το οποίο υπερβαίνει τις πεποιθήσεις ενός μεμονωμένου υποκειμένου και δύναται να συγκριθεί.

Το ερωτηματολόγιο κατασκευάζεται, αποσκοπώντας στην ομαλή καθοδήγηση της παρούσας συνέντευξης. Αποτελείται από ανοιχτού και κλειστού τύπου ερωτήσεις, η σειρά των ερωτήσεων καλύπτεται με λογική αλληλουχία και κάθε ερώτηση προσφέρεται για τη συλλογή της απαιτούμενης πληροφορίας. Η εγκυρότητα και αξιοπιστία αυτού, έγκειται στην πιλοτική μελέτη που ακολουθήθηκε με την αποστολή του ερωτηματολογίου σε ένα πληθυσμό πέντε Πανεπιστημιακών φοιτητών, οι οποίοι αξιολόγησαν ως επαρκή τον χρόνο απάντησης των ερωτήσεων. Έπειτα, χαρακτήρισαν ως κατανοητές τη γλώσσα και τις έννοιες, οι οποίες χρησιμοποιήθηκαν, καθώς ανταποκρίνονται στο γνωστικό επίπεδο των Πανεπιστημιακών φοιτητών. Επιπλέον, έδειξαν ιδιαίτερη προθυμία στη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου και στην αποτύπωση των απόψεών τους, προκειμένου να υλοποιηθεί η παρούσα ποιοτική ερευνητική μελέτη.

Στη συνέχεια, πραγματοποιούνται έπειτα από επιθυμία των συμμετεχόντων, οι προσωπικές συνεντεύξεις, οι οποίες βασίζονται στο προαναφερθέν ερωτηματολόγιο. Οι προσωπικές συνεντεύξεις χρησιμοποιήθηκαν ως βασική μέθοδος ποιοτικής έρευνας για την ανίχνευση των επιπτώσεων της πανδημίας Covid-19 στην ατομική και κοινωνική ζωή των φοιτητών του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών.

Πραγματοποιήθηκαν επίσης, όπως αναφέρθηκε, σε χρόνο της επιλογής του κάθε συνεντευξιζόμενου. Στόχος του ερωτηματολογίου, ήταν μέσα από την προσωπική συνέντευξη να ανιχνευτούν τα συναισθήματα του κάθε συνεντευξιζόμενου κατά τη διάρκεια της πανδημίας Covid-19, αλλά και τις επιπτώσεις αυτής στην κοινωνική ζωή του Πανεπιστημιακού φοιτητή.

Το ερωτηματολόγιο της παρούσας έρευνας, παρατίθεται στον ακόλουθο σύνδεσμο: <https://forms.gle/xenH3o5v2nmj13aJA> .

Ωστόσο, ως κύριο ερευνητικό εργαλείο της εν λόγω ποιοτικής έρευνας, χρησιμοποιήθηκε η συνέντευξη. Συνολικά, διενεργήθηκαν έξι συνεντεύξεις με φοιτητές από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, ώστε να ανιχνευθεί ο τρόπος με τον οποίο τα υποκείμενα της ποιοτικής έρευνας κατανοούν τα δεδομένα γύρω τους. Ο πληθυσμός της παρούσας έρευνας είναι σκόπιμος και ομοιογενής, καθώς τα κριτήρια αφορούν την ηλικία (αποτελείται από έξι ενήλικα άτομα ηλικίας 25 ετών), αλλά και το μορφωτικό επίπεδο (Πανεπιστημιακοί φοιτητές κοινού έτους, από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών). Ο συγκεκριμένος πληθυσμός, επιλέχθηκε με στόχο την ανάδειξη της έκτασης των επιπτώσεων της πανδημίας Covid-19, τόσο στην ατομική όσο και στην κοινωνική ζωή των Πανεπιστημιακών φοιτητών του εν λόγω ακαδημαϊκού ιδρύματος.

Τα υποκείμενα, τα οποία συμμετείχαν στην παρούσα ποιοτική έρευνα, είχαν λάβει εκ των προτέρων ενημέρωση, αναφορικά με τον χαρακτήρα της συγκεκριμένης μελέτης, το υπό διερεύνηση ζήτημα, αλλά και τη διαδικασία υλοποίησης των προσωπικών συνεντεύξεων. Έπειτα, ερωτηθήκαν για τη συμμετοχή τους στην έρευνα και πληροφορήθηκαν σχετικά με την εμπιστευτικότητα που θα τους παρεχόταν. Τα παραπάνω, εξασφαλιζόνταν μέσα από την αποκλειστική χρήση του αρχείου ηχογράφησης από τον ερευνητή, για τους σκοπούς της εν λόγω έρευνας. Οι συνεντεύξεις ηχογραφήθηκαν με τη συναίνεση όλων των συμμετεχόντων και στη συνέχεια, καταγράφηκαν ακολουθώντας τη μέθοδο της ανάλυσης περιεχομένου. Η ηχογράφηση των συνεντεύξεων πραγματοποιήθηκε με τη χρήση του κινητού τηλεφώνου.

Από τον αρχικό πληθυσμό των οκτώ φοιτητών του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών, οι δύο εξ αυτών αρνήθηκαν να συμμετάσχουν στην προσπάθεια διεξαγωγής της παρούσας ερευνητικής μελέτης. Οι λόγοι της μη συμμετοχής τους στο εγχείρημα αυτό, αφορούσαν την έλλειψη χρόνου και την αδυναμία απόδοσης προσωπικών εμπειριών, λόγω συναισθηματικής φόρτισης του υποκειμένου. Έτσι, η παρούσα

ερευνητική μελέτη πραγματοποιήθηκε με την υλοποίηση έξι δομημένων συνεντεύξεων, διάρκειας δεκαπέντε έως είκοσι περίπου λεπτών. Ακόμη, αξίζει να αναφερθεί, ότι μία εκ των συνεντεύξεων πραγματοποιήθηκε κατ' ανάγκη, με τη διαδικασία της τηλεδιάσκεψης μέσω της πλατφόρμας 'Zoom', καθώς ο συνεντευξιαζόμενος παρουσίασε αδιαθεσία κατά την προγραμματισμένη ημέρα και ώρα της συνέντευξης. Τα τεχνικά προβλήματα (αδυναμία σύνδεσης) που παρουσιάστηκαν κατά τη διεξαγωγή της συνέντευξης, αντιμετωπίστηκαν άμεσα, λόγω της εξειδικευμένης γνώσης του υποκειμένου σε τεχνολογικά μέσα/εργαλεία.

Η εγκυρότητα και αξιοπιστία των συνεντεύξεων, διασφαλίστηκε με την απουσία τεχνικών προβλημάτων κατά τη διάρκεια συλλογή των δεδομένων. Το παραπάνω, επετεύχθη χάρη στον αποκλεισμό από θορύβους και περισπασμούς περιβάλλοντα χώρο διεξαγωγής των συνεντεύξεων, στην εκ των προτέρων εξοικείωση των υποκειμένων με τη διερευνητική διαδικασία και στη λεπτομερή και μεθοδευμένη καταγραφή των πληροφοριών. Συμπληρώνοντας, τηρήθηκε ο σεβασμός των υποκειμένων της ποιοτικής ερευνητικής μεθόδου και διατηρήθηκε μία ηθικά δεοντολογική στάση απέναντι στο σύνολο των συμμετεχόντων της εν λόγω ερευνητικής διαδικασίας.

## **Κεφάλαιο έκτο: Αποτελέσματα Ποιοτικής Έρευνας**

### **6.1. Αποτελέσματα**

Οι συνεντεύξεις των υποκειμένων της παρούσας έρευνας, πραγματοποιήθηκαν με στόχο τη διεύδυση στα μύχια της ψυχής των συμμετεχόντων· δηλαδή, στα συναισθήματα που βίωσαν κατά τη διάρκεια της πανδημίας Covid-19, αλλά και στις πεποιθήσεις και στάσεις αυτών, αναφορικά με τον αντίκτυπο της πανδημίας Covid-19, τόσο στην ατομική όσο και στην κοινωνική τους ζωή. Πιο αναλυτικά, ο επιλεγμένος πληθυσμός της έρευνας, των φοιτητών από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, έδειξε ιδιαίτερη προθυμία συμμετοχής στην παρούσα συνέντευξη, απαντώντας με ακρίβεια στα ερωτήματα τα οποία κλήθηκαν να απαντήσουν. Έπειτα, μετά το πέρας των συνεντεύξεων των υποκειμένων, το ηχογραφημένο υλικό διαμορφώθηκε σε κειμενικό προς επεξεργασία αρχείο. Στη συνέχεια, μελετήθηκε διεξοδικά, προκειμένου να κατανοηθούν τα επιμέρους υποκειμενικά νοήματα των συμμετεχόντων. Η αποτελεσματικότερη κατανόηση αυτών, προήλθε από την κωδικοποίηση του προαναφερθέντος κειμένου, αλλά και την επακόλουθη σύγκριση των κωδικών προς εντοπισμό των διαφορών και των ομοιοτήτων. Ύστερα, ακολούθησε η μετατροπή των πανομοιότυπων κωδικών σε θεματικές ενότητες, οι οποίες συνθέτουν την ερμηνεία του υπό εξέταση ζητήματος.

Στο στάδιο αυτό της ερευνητικής μελέτης, παρουσιάζεται το περιεχόμενο των συνεντεύξεων των υποκειμένων μέσα από την ανάλυση των πέντε θεματικών ενοτήτων και βάση των ερευνητικών ερωτημάτων που έχουν ορισθεί. Ερμηνεύονται και αποδίδονται δηλαδή, οι τρόποι με τους οποίους επηρεάστηκε η ποιότητα ζωής των φοιτητών από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών κατά την πανδημία Covid-19.

Συγκεκριμένα, κατά το πρώτο στάδιο διεξαγωγής των συνεντεύξεων, αναλύθηκαν οι τρόποι με τους οποίους επηρεάζεται η ψυχική υγεία των φοιτητών από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Η καταγραφή των εν λόγω δεδομένων, θεωρείται ιδιαίτερης σημασίας για την πορεία της ερευνητικής διαδικασίας, καθώς δίνονται στοιχεία μέσα από τα οποία επιτυγχάνεται η ομαλή και ακριβής ερμηνεία των πεποιθήσεων και στάσεων των υποκειμένων. Στη συνέχεια, παρουσιάζεται ο τρόπος με τον οποίο ανταποκρίθηκε η Ακαδημαϊκή Κοινότητα στο ζήτημα της πανδημίας Covid-19, αλλά και οι γενικότερες επιπτώσεις της πανδημικής κρίσης στην κοινωνική ζωή των Πανεπιστημιακών φοιτητών.

Ο πληθυσμός της έρευνας, αποτελείται από έξι φοιτητές από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, οι οποίοι όπως απάντησαν στις ερωτήσεις της έρευνας, δεν εργάζονται στο υπό εξέταση διάστημα, αλλά έχουν μόνον την ιδιότητα του φοιτητή.

Οι συνεντευξιαζόμενοι κλήθηκαν να απαντήσουν σε ερωτήσεις, αναφορικά με τις επιπτώσεις της πανδημίας Covid-19 στην ατομική και κοινωνική τους ζωή.

### Ψυχολογικές επιπτώσεις

Η πλειοψηφία των συνεντευξιαζόμενων παρουσίασε έντονα αισθήματα φόβου, άγχους και ανασφάλειας κατά τη διάρκεια του πανδημικού κύματος. Μάλιστα, κατά το διάστημα του εγκλεισμού, οι κοινωνικές επαφές των Πανεπιστημιακών φοιτητών με τους συνομηλίκους, αλλά και με το κοινωνικό τους περιβάλλον κλονίστηκαν σημαντικά. Επήλθε η σταδιακή κοινωνική αποστασιοποίηση των φοιτητών, δημιουργώντας περαιτέρω αισθήματα άγχους, στεναχώριας και θλίψης, λόγω της χαλάρωσης των κοινωνικών δεσμών, αλλά και της παύσης των δραστηριοτήτων. Μόλις ένας εκ των έξι συνεντευξιαζόμενων δεν βίωσε έντονα αρνητικά συναισθήματα κατά το διάστημα της πανδημίας Covid-19.

*«Κατά το πρώτο διάστημα της πανδημίας δεν είχα νιώσει φόβο ή άγχος, καθώς πίστευα ότι θα τελειώσει πολύ γρήγορα όλο αυτό και θα επιστρέψουμε πίσω στην κανονικότητα και στις καθημερινές μας συνήθειες. Όμως, όσο προχωρούσε ο καιρός και έβλεπα ότι αυτό δεν γινόταν πραγματικότητα, άρχισα να αγχώνομαι έντονα και να πανικοβάλλομαι, καθώς κατά κάποιο τρόπο είχε μπει σε παύση η ζωή μας».*

(συνεντευξιαζόμενος 1)

*«Λόγω του εγκλεισμού δεν είχα άμεση επαφή με τους ανθρώπους του περίγυρό μου· κατάσταση η οποία σταδιακά με έκανε να νιώθω στεναχώρια και θλίψη, θεωρώντας, ότι ίσως χαθούν οι δεσμοί που έχω αναπτύξει μαζί τους. Έτσι, άρχισα να αγχώνομαι έντονα, καθώς συνειδητοποιούσα ότι δεν μπορούσα να κάνω κάτι άμεσα γι' αυτό».*

(συνεντευξιαζόμενος 2)

«...δεν μπορούσα να απασχοληθώ σε αθλητικές δραστηριότητες, καθώς δεν ήταν δυνατή η πρόσβαση σ' αυτές κατά το διάστημα της καραντίνας. Λόγω του υπερβολικού αυτού άγχους που με είχε κυριεύσει εκείνο το διάστημα, άρχισα να έχω κρίσεις πανικού, οι οποίες εκδηλώνονταν συνήθως όταν έβγαινα από το σπίτι. Από τις κρίσεις αυτές, δεν έχω καταφέρει να απαλλαγώ ακόμα, ωστόσο έχουν ελαττωθεί σε ικανοποιητικό βαθμό».

(συνεντευξιαζόμενος 3)

«Η ψυχολογία μου κατά το διάστημα της πανδημίας ήταν ιδιαίτερα επιβαρυνμένη, καθώς μου φαινόταν απίστευτο το γεγονός, ότι η ζωή μας θα μπορούσε να αλλάξει σε τόσο μεγάλο βαθμό, από τη μία στιγμή στην άλλη. Επίσης, ένιωθα και νιώθω ακόμη, πολύ φοβισμένη στη σκέψη μιας ενδεχόμενης νόσησης, τόσο για εμένα όσο και για τους δικούς μου ανθρώπους, καθώς δεν ξέρω πώς μπορεί να ανταποκριθεί ο οργανισμός τους στη νόσο».

(συνεντευξιαζόμενος 4)

«...ένιωθα αισθήματα θλίψης για τον αριθμό των θυμάτων που ολοένα και αυξανόταν, νιώθοντας ανήμπορη που δεν μπορούσα να κάνω κάτι για να το αποτρέψω. Κατά την περίοδο δε της απομόνωσης ήμουν πολύ αναστατωμένη και φοβόμουν για το πως θα εξελισσόταν η κατάσταση. Ένιωθα ότι όλα γύρω μου έχουν σταματήσει και κανείς δεν ήξερε αν η όλη αυτή κατάσταση θα έχει αίσια έκβαση».

(συνεντευξιαζόμενος 5)

«...δεν βίωσα έντονα αρνητικά αισθήματα φόβου ή αγωνίας κατά την περίοδο της απομόνωσης, καθώς δεν αγχώνομαι εύκολα για καταστάσεις τις οποίες δεν μπορώ άμεσα να ελέγξω».

(συνεντευξιαζόμενος 6)

### Διαδικτυακός εθισμός

Κατά το διάστημα της πανδημικής κρίσης, οι αλλαγές στον τρόπο ζωής των Πανεπιστημιακών φοιτητών, ευνόησαν τις συνθήκες για υπέρμετρη διαδικτυακή

χρήση. Η απρόσμενη υιοθέτηση του μοντέλου της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, οδήγησε ένα σημαντικό ποσοστό των φοιτητών σε κατάχρηση των μέσων τεχνολογίας. Η συντριπτική πλειοψηφία των συνεντευξιαζόμενων φοιτητών έκαναν εκτεταμένη χρήση του διαδικτύου, παρουσιάζοντας συχνά διακυμάνσεις στη διάθεσή τους. Επιπλέον, κυριεύονται πολλές φορές από αισθήματα άγχους, φόβου και ανασφάλειας, καθώς και από ευερεθιστότητα. Δύο εκ των υποκειμένων μάλιστα, εμφανίζουν σημαντικές συναισθηματικές εκρήξεις, αδυνατούν να μειώσουν τον χρόνο που αφιερώνουν μπροστά από την οθόνη και παράλληλα, παρουσιάζουν μειωμένες ακαδημαϊκές επιδόσεις.

*«...κατά το διάστημα της πρώτης καραντίνας ένιωσα τη μεγαλύτερη ανάγκη να κάνω πολύωρη χρήση του ηλεκτρονικού υπολογιστή, καθώς ο χρόνος έτσι, περνούσε πολύ πιο γρήγορα και ξεχνούσα τα αισθήματα φόβου, ανησυχίας και δυσκολίας προσαρμογής στη νέα πραγματικότητα».*

*(συνεντευξιαζόμενος 1)*

*«Η υποχρεωτική μέθοδος της τηλεκπαίδευσης σε συνδυασμό με την απομόνωση και την έλλειψη κοινωνικών επαφών με ώθησε σε υπέρμετρη χρήση του διαδικτύου. Αυτό, είχε σαν αποτέλεσμα την παραμέληση πολλών προσωπικών υποχρεώσεων, αλλά και τη μείωση της ακαδημαϊκής μου απόδοσης».*

*(συνεντευξιαζόμενος 2)*

*«...άρχισα να αντιλαμβάνομαι κάποια σημάδια εθισμού στο διαδίκτυο, όταν έβλεπα τον τρόπο που αντιδρούσα σε περίπτωση που κάποιος με διέκοπτε από τον υπολογιστή. Συνήθως, εκνευριζόμουν αμέσως και αντιδρούσα απότομα και νευρικά».*

*(συνεντευξιαζόμενος 3)*

*«Κατά το διάστημα του εγκλεισμού, συνειδητοποίησα ότι χρησιμοποιούσα το διαδίκτυο πολύ περισσότερο απ' όσο χρειαζόταν. Όταν κάποιος μου έλεγε ότι έχω περάσει πολλές ώρες πάλι μπροστά από μία οθόνη το αρνιόμουν και συχνά αντιδρούσα με φωνές».*

*(συνεντευξιαζόμενος 4)*



*«...παρατηρούσα, ότι κάθε μέρα στόχευα να περιορίσω τις ώρες που περνάω στο διαδίκτυο, θέτοντας ένα χρονικό όριο, το οποίο ξεπερνούσα καθημερινά. Σίγουρα, δεν βοηθούσε και η μέθοδος της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, γιατί όλες οι εργασίες γίνονταν πλέον διαδικτυακά».*

*(συνεντευξιαζόμενος 5)*

*«Η ψυχολογική μου διάθεση κατά την πανδημική περίοδο και ιδίως, το διάστημα του εγκλεισμού, ήταν ιδιαίτερα χαμηλή. Περνούσα ώρες ατελείωτες μπροστά από μία οθόνη και όσο περνούσε ο καιρός άρχισα να νιώθω ψυχικά κουρασμένη και ευάλωτη σε οποιοδήποτε εξωτερικό ερέθισμα, αφού η πληροφόρηση για τον Covid-19 ήταν καταγιστική».*

*(συνεντευξιαζόμενος 6)*

#### Απόκριση Ακαδημαϊκής Κοινότητας

Με την έξαρση της πανδημίας Covid-19, τα Πανεπιστημιακά ιδρύματα κλήθηκαν να αντιμετωπίσουν την αιφνίδια υιοθέτηση της μεθόδου της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης. Η εκπαιδευτική διαδικασία αναπροσαρμόζεται και καλείται να ανταποκριθεί στο σύνολο των επακόλουθων αλλαγών της εν λόγω εναλλακτικής μορφής διδασκαλίας.

Οι συνεντευξιαζόμενοι παρουσιάζουν τον τρόπο διαχείρισης και οργάνωσης της Ακαδημαϊκής Κοινότητας του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών, σχετικά με τις αλλαγές που επέφερε η πανδημία Covid-19 στην εκπαιδευτική διαδικασία. Τα υποκείμενα της συνέντευξης, αναφέρονται στον υγειονομικό εξοπλισμό με τον οποίο χρειάστηκε να εφοδιαστεί η σχολή κατά το προσαρμοστικό εκείνο διάστημα, αλλά και στην έγκαιρη πληροφόρηση των καθηγητών του Πανεπιστημίου προς τους φοιτητές, σχετικά με την πανδημία και τους κινδύνους που εγκυμονεί. Ακόμη, τρεις από τους έξι συνεντευξιαζόμενους, αναφέρθηκαν στα κωλύματα που παρουσιάστηκαν κατά την εφαρμογή της εκπαιδευτικής διαδικασίας, τα οποία προέκυψαν από την πρωτοφανή μέχρι τώρα μορφή διδασκαλίας, αλλά και από τη διακοπή των μαθημάτων και των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων εντός των χώρων της σχολής. Έτσι, τα Πανεπιστημιακά ιδρύματα καλούνται με τη σειρά τους να προσαρμοστούν στα νέα δεδομένα ενός καινοτόμου, εναλλακτικού ψηφιακού περιβάλλοντος.

*«Κατά την περίοδο της πανδημίας Covid-19, το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών εφάρμοσε άμεσα τη μέθοδο της τηλεκπαίδευσης, ώστε να προστατεύσει ολόκληρη την Ακαδημαϊκή Κοινότητα από την γρήγορη εξάπλωση της νόσου».*

*(συνεντευξιαζόμενος 1)*

*«...το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών ανέστειλε σε σύντομο χρονικό διάστημα τις δραστηριότητές του και το κομμάτι των μαθημάτων μεταφέρθηκε από τη φυσική παρουσία σε τηλεκπαίδευση, ώστε να ελαχιστοποιηθεί ο κίνδυνος μετάδοσης του ιού».*

*(συνεντευξιαζόμενος 2)*

*«Για την προστασία της κοινότητας του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών, η σχολή εφοδιάστηκε με αντισηπτικά για την απολύμανση των χεριών και υγρά κρεμοσάπωνα για τις τουαλέτες, όπως και με κατάλληλα απολυμαντικά για κάθε επιφάνεια. Πέρα από το κομμάτι της καθαριότητας, έκαναν οι ίδιοι οι καθηγητές μια δεκάλεπτη ενημέρωση πριν την έναρξη των μαθημάτων σχετικά με την τήρηση των μέτρων στους χώρους εντός του Πανεπιστημίου».*

*(συνεντευξιαζόμενος 3)*

*«Στο Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, τα δια ζώσης μαθήματα του εξαμήνου μετατράπηκαν σε εξ αποστάσεως, με σχετικά ομαλή διαδικασία. Παρόλα αυτά, υπήρξαν και ορισμένες δυσκολίες, όπως το γεγονός, ότι η Πρακτική Άσκηση των φοιτητών τέθηκε σε αναστολή, ακόμη και για όσους ήταν δυνατή η τηλεργασία. Επίσης, η εκπόνηση πτυχιακών εργασιών πάγωσε, αφού το Πανεπιστήμιο ήταν κλειστό».*

*(συνεντευξιαζόμενος 4)*

*«...υπήρξε δύσκολη και η επικοινωνία με τους καθηγητές της σχολής, καθώς βίωναν μια πρωτόγνωρη κατάσταση και δεν ήξεραν πώς να μας κατευθύνουν κατάλληλα. Έτσι, σε πολλές περιπτώσεις τα email των φοιτητών απλώς αγνοούνταν. Με το πέρασμα του χρόνου ωστόσο, η επικοινωνία έγινε αποδοτικότερη, αλλά σίγουρα η εξ αποστάσεως εκπαίδευση δεν δύναται να αντικαταστήσει τη δια ζώσης εκπαιδευτική διαδικασία».*

(συνεντευξιαζόμενος 5)

*«Η Ακαδημαϊκή Κοινότητα του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών, αντιμετώπισε αποφασιστικά τις αλλαγές που επέφερε η πανδημία Covid-19. Ωστόσο, κατά τη διαδικασία της τηλεκπαίδευσης, δεν ήταν λίγα τα ζητήματα που έπρεπε να αντιμετωπιστούν. Μερικοί δηλαδή, μαθητές δεν είχαν σύνδεση στο διαδίκτυο, λόγω τεχνικών προβλημάτων· κατάσταση, η οποία καθυστέρησε να διευθετηθεί, λόγω της απειρίας των εκπαιδευτικών σε τεχνολογικά μέσα».*

(συνεντευξιαζόμενος 6)

### Μελλοντικά επαγγελματικά σχέδια

Η πανδημική κρίση δημιούργησε μία σειρά από επιπτώσεις, οι οποίες διαφαίνονται σε όλους τους τομείς της ανθρώπινης καθημερινότητας. Ειδικότερα, οι επιπτώσεις της πανδημίας Covid-19 στην ατομική και κοινωνική ζωή των Πανεπιστημιακών φοιτητών είναι ιδιαίτερα έκδηλες. Τα μελλοντικά επαγγελματικά σχέδια αυτών κλονίζονται σημαντικά από τις παρούσες συνθήκες. Οι συνεντευξιαζόμενοι εκφράζουν συναισθήματα άγχους, αγωνίας και φόβου για τη διαδικασία εύρεσης εργασίας, μετά το πέρας της πανδημίας Covid-19. Κι αυτό, διότι, η πανδημία διαφοροποίησε σε μεγάλο βαθμό τον κλάδο εργασίας, προωθώντας την εφαρμογή των μέσων τεχνολογίας, οδηγώντας έτσι, στην αυτοματοποίηση πολλών εργασιακών θέσεων. Ακόμη, δύο εκ των υποκειμένων αναφέρθηκαν σε καθυστέρηση ολοκλήρωσης των σπουδών τους, ως απόρροια της πανδημίας Covid-19.

*«Η πανδημία του κορωνοϊού θεωρώ, ότι επηρέασε σημαντικά όλους τους τομείς της καθημερινότητας. Ειδικότερα, όσον αφορά τα μελλοντικά μου σχέδια και τις προοπτικές ανέλιξης στον επαγγελματικό χώρο, διαπιστώνω ολοένα και περισσότερο, ότι οι απαιτήσεις των εργοδοτών έχουν αυξηθεί. Έτσι, η εύρεση εργασίας έχει γίνει μια αγχωτική διαδικασία. Νιώθω πολλές φορές φόβο για το μέλλον, καθώς θα επιθυμούσα να απασχοληθώ στο αντικείμενο σπουδών μου και όχι απλώς να ασκώ κάποιο επάγγελμα μόνο από βιοποριστικούς λόγους».*

(συνεντευξιαζόμενος 1)

*«...έχω καθυστερήσει περίπου ενάμιση χρόνο να ολοκληρώσω τις σπουδές μου λόγω της πανδημίας Covid-19, διότι καθιστούσε αδύνατη τόσο την ολοκλήρωση της 4μηνιας Πρακτικής Άσκησης, όσο και της πτυχιακής εργασίας· διαδικασίες, οι οποίες είναι απαραίτητες για την απόκτηση του πτυχίου στο Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Επιπλέον, σχετικά με την εύρεση εργασίας μετά το πέρας της πανδημίας του κορωνοϊού, αυτή, θα αποτελεί μία ακόμα δυσκολότερη διαδικασία, λόγω της ταχύτατης ανάπτυξης της τεχνολογίας».*

*(συνεντευξιαζόμενος 2)*

*«Η πανδημία πιστεύω, ότι διαμόρφωσε σε μεγάλο βαθμό τις προτεραιότητες των εργοδοτών. Έτσι, οδηγούμαστε βαθμιαία σε συρρίκνωση πολλών θέσεων εργασίας, κάτι το οποίο μου προκαλεί ιδιαίτερο άγχος και ανησυχία για το αύριο».*

*(συνεντευξιαζόμενος 3)*

*«...δεν κατάφερα να ολοκληρώσω εγκαίρως τις ακαδημαϊκές μου σπουδές, διότι όταν ξέσπασε η πανδημία Covid-19, βρισκόμουν στο στάδιο εκπόνησης της Πρακτικής μου Άσκησης. Τα εργαστήρια άρχισαν σιγά σιγά να μειώνουν τον αριθμό των φοιτητών που δεχόντουσαν και έτσι, πηγαίναμε πλέον ανά ομάδες των πέντε συνήθως ατόμων για να μπορέσουμε να ολοκληρώσουμε τα πειράματα που είχαμε αναλάβει στις αίθουσες των εργαστηρίων της σχολής».*

*(συνεντευξιαζόμενος 4)*

*«...αισθήματα άγχους και αγωνίας για τη μετέπειτα επαγγελματική μου πορεία, διότι η πανδημία έχει διαφοροποιήσει τον τρόπο πρόσληψης σε μία εργασία. Δηλαδή, έχουν αλλάξει οι απαιτούμενες δεξιότητες που αναζητούν από τους υποψήφιους εργαζόμενους. Αυτό, με κάνει νιώθω ακόμα πιο έντονο τον ανταγωνισμό που επικρατεί στην αγορά εργασίας».*

*(συνεντευξιαζόμενος 5)*

*«Η σχολή μας συνέχισε τις εκπαιδευτικές της λειτουργίες κατά το διάστημα της έξαρσης της πανδημίας, μέσω της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης και έτσι, περιόρισε τα ενδεχόμενα κενά στα προγράμματα σπουδών. Έτσι, ένιωθα μια ανακούφιση στην αρχή των διαδικτυακών μαθημάτων. Καθώς όμως, το σύστημα της*

τελεκπαίδευσης συνεχίστηκε και στα επόμενα εξάμηνα, άρχισα να αντιλαμβάνομαι και τις προκλήσεις που προέκυψαν στα μελλοντικά μου επαγγελματικά σχέδια. Παραδείγματος χάριν, οι εργασιακές πολιτικές δεν επηρεάζονται πλέον από τον τόπο εγκατάστασης της εκάστοτε επιχείρησης, αλλά διευρύνουν τον αριθμό των υποψηφίων σε ευρύτερη γεωγραφικά κλίμακα. Έτσι, ο ανταγωνισμός για τους φοιτητές εντείνεται.

(συνεντευξιαζόμενος 6)

### Κοινωνική αποστασιοποίηση

Οι απόψεις των συμμετεχόντων, αναφορικά με την κοινωνική αποστασιοποίηση, η οποία έχει ενταθεί από την έναρξη της πανδημίας Covid-19, συγκλίνουν. Κάποιοι από τους συνεντευξιαζόμενους δίνουν έμφαση στα συναισθήματα φόβου που βίωσαν κατά το διάστημα της πανδημίας, λόγω της φθοράς των κοινωνικών δεσμών και των επιφανειακών σχέσεων, καθώς ελλοχεύει ο φόβος στις ψυχές των ανθρώπων, ακόμα και μετά το πέρας της καραντίνας. Η σύναψη σχέσεων και η συμμετοχή σε δραστηριότητες γίνεται αντιληπτό, ότι δυσχεραίνεται ολοένα και περισσότερο. Ωστόσο, υποστηρίζεται και η άποψη, ότι το φαινόμενο της κοινωνικής αποστασιοποίησης υπάρχει τρόπος να εξομαλυνθεί, ύστερα από τη λήψη των κατάλληλων και έγκαιρων μέτρων παρέμβασης.

*«Η πανδημία του κορωνοϊού πιστεύω, ότι έχει δημιουργήσει ένα κοινωνικό χάσμα και δυσχεραίνεται η επικοινωνία με το κοινωνικό μας περιβάλλον. Υπάρχει φόβος στις ψυχές μας και πολλές φορές φοβόμαστε ακόμα και μετά το πέρας της καραντίνας να συνάψουμε σχέσεις με τους γύρω μας, να κοινωνικοποιηθούμε και να δραστηριοποιηθούμε, σε οποιοδήποτε τομέα».*

(συνεντευξιαζόμενος 1)

*«...σταδιακά αρχίζουν να αποδυναμώνονται οι κοινωνικοί δεσμοί με τους συνανθρώπους μας, με αποτέλεσμα να γινόμαστε όλο και πιο καχύποπτοι και να μειώνουμε τις κοινωνικές μας συναναστροφές».*

(συνεντευξιαζόμενος 2)

*«Η πανδημία Covid-19 θεωρώ, ότι έχει προκαλέσει σε γενικότερο πλαίσιο, αναταραχή στις σχέσεις μεταξύ των ανθρώπων. Οι σύγχρονες κοινωνίες πρέπει να προσαρμοστούν σε μία νέα πραγματικότητα και να τη διαχειριστούν κιόλας άμεσα και με αποτελεσματικότητα».*

*(συνεντευξιαζόμενος 3)*

*«...αν παρθούν έγκαιρα κάποια στοχευμένα μέτρα παρέμβασης, τότε μπορεί να μειωθεί το φαινόμενο της κοινωνικής αποστασιοποίησης που έχει προκαλέσει η πανδημία του κορωνοϊού».*

*(συνεντευξιαζόμενος 4)*

*«...έχω βιώσει έντονα το αίσθημα άγχους και ανασφάλειας με όλη αυτή την κατάσταση της κοινωνικής αποστασιοποίησης, λόγω των περιορισμών μετακίνησης και της συνεχόμενης καραντίνας. Θεωρώ, ότι είναι πολύ πιθανό να συνεχίσουν να υπάρχουν δυσκολίες κατά τις κοινωνικές μας σχέσεις ακόμη και μετά την πανδημία Covid-19. Αυτό όμως, θα έχει ως αποτέλεσμα την ανάπτυξη ψυχολογικών και συναισθηματικών προβλημάτων τόσο για το ίδιο το άτομο όσο και για τους γύρω του».*

*(συνεντευξιαζόμενος 5)*

*«Η πανδημία Covid-19 έχει δημιουργήσει σημαντικές ρωγμές στις κοινωνικές σχέσεις. Πολλοί άνθρωποι παρατηρώ, ότι βιώνουν καθημερινά το αίσθημα φόβου, μοναξιάς και απομόνωσης και πλέον αποστασιοποιούνται και οι ίδιοι και απέχουν από οποιαδήποτε κοινωνική επαφή. Μελλοντικά, ίσως βελτιωθεί η κατάσταση αν εφαρμοστούν τα κατάλληλα υποστηρικτικά μέτρα».*

*(συνεντευξιαζόμενος 6)*

## **Κεφάλαιο έβδομο: Συμπεράσματα - Προτάσεις**

### **7.1. Συμπεράσματα - προτάσεις**

Η εμπειρική διερεύνηση των στάσεων και αντιλήψεων των Πανεπιστημιακών φοιτητών από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, για το πολύκροτο ζήτημα της πανδημίας Covid-19, με την καταγραφή των επιπτώσεων αυτής στην ατομική και κοινωνική τους ζωή, αποτέλεσε μια πρωτόγνωρη διαδικασία μέσα από την οποία διεξήχθησαν χρήσιμα και ενδιαφέροντα συμπεράσματα. Από τη διεξοδική ανάλυση των ερευνητικών ερωτημάτων της παρούσας ποιοτικής έρευνας, διατυπώνονται με σαφήνεια και κατανοούνται οι αλλαγές τις οποίες επιφέρει η πανδημία Covid-19 στις ζωές των Πανεπιστημιακών φοιτητών και συγκεκριμένα, έξι φοιτητών από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών. Επιπλέον, η παρούσα έρευνα συμβάλλει στον εντοπισμό των εμποδίων και των προκλήσεων που καλούνται οι ίδιοι οι φοιτητές να αντιμετωπίσουν κατά τη διάρκεια της πανδημικής κρίσης.

Λαμβάνοντας υπόψιν λοιπόν, το πρώτο ερευνητικό ερώτημα που τέθηκε προς διερεύνηση, αναφορικά με τους τρόπους που βιώνουν ή βίωσαν οι φοιτητές από το Γεωπονικό Πανεπιστήμιο Αθηνών, την περίοδο της πανδημίας Covid-19 και τις επιπτώσεις που αυτή επιφέρει σε ατομικό, αλλά και κοινωνικό επίπεδο, γίνονται αντιληπτά τα έντονα συναισθήματα φόβου και αβεβαιότητας που κυριάρχησαν στις ψυχές των Πανεπιστημιακών φοιτητών. Ακόμη, υπήρχε ιδιαίτερη ανησυχία και αισθήματα θλίψης για τον ολοένα και αυξανόμενο αριθμό των θυμάτων της πανδημίας. Τα παραπάνω, επιβεβαιώνουν τα όσα αναφέρονται στη βιβλιογραφία, όπου υποστηρίζεται ότι ο φόβος και η αβεβαιότητα επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό τις δημόσιες συμπεριφορές. Η προσωπική και οικογενειακή ασφάλεια διαταράσσονται, η ανάγκη απομόνωσης και οι υποχρεωτικές καραντίνες, έρχονται να προσθέσουν όλο και περισσότερες ανησυχίες και αισθήματα άγχους σε κάθε κοινότητα που πλήττεται από την πανδημία του κορωνοϊού.

Έπειτα, σύμφωνα με το δεύτερο προς διερεύνηση ερώτημα, το οποίο αναφέρεται στον τρόπο διαχείρισης του διαδικτύου από τους φοιτητές του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών κατά το διάστημα της πανδημίας Covid-19, γίνεται αντιληπτή η υπέρμετρη χρήση αυτού. Αναλυτικότερα, ο κοινωνικός αποκλεισμός, η έλλειψη αλληλεπίδρασης με τα μέλη της οικογένειας, αλλά και το ευρύτερο περιβάλλον, ευνοούν σε μεγάλο βαθμό την κατάχρηση του διαδικτύου. Επιπλέον, η προσωρινή παύση όλων των

δραστηριοτήτων σε συνδυασμό με την αναστολή λειτουργίας του ακαδημαϊκού ιδρύματος, ενισχύουν περαιτέρω την παραπάνω καταχρηστική συμπεριφορά των Πανεπιστημιακών φοιτητών. Ακόμη, καταλυτικό παράγοντα διαδραμάτισε η αιφνίδια αλλαγή της δια ζώσης σε εξ αποστάσεως εκπαιδευτική διαδικασία. Αξιοσημείωτη μάλιστα, καθίσταται η αναφορά ενός συνεντευξιαζόμενου στη μείωση των ακαδημαϊκών του επιδόσεων, λόγω του εθισμού στο διαδίκτυο. Η συντριπτική πλειοψηφία των συνεντευξιαζόμενων φοιτητών έκαναν εκτεταμένη χρήση του διαδικτύου, παρουσιάζοντας συχνά διακυμάνσεις στην ψυχολογική τους κατάσταση. Όπως επιβεβαιώνεται από τις βιβλιογραφικές αναφορές, ο φόβος των Πανεπιστημιακών φοιτητών σχετικά με τις επιπτώσεις της νόσου στην υγεία των ίδιων, αλλά και των οικείων τους προσώπων, όπως και η δυσκολία προσαρμογής στη νέα πραγματικότητα, τους ωθούσε σε πολύωρη χρήση του διαδικτύου.

Επιπλέον, αναφορικά με τη διερεύνηση του τρίτου ερευνητικού ερωτήματος για το πώς ανταποκρίθηκε η Ακαδημαϊκή Κοινότητα του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών στο πολύκροτο ζήτημα της πανδημίας Covid-19, αξίζει να σημειωθεί, ότι εφοδιάστηκε έγκαιρα με τον κατάλληλο υγειονομικό εξοπλισμό, με στόχο τη μείωση της μεταδοτικότητας του ιού. Επιπλέον, σημαντικό σημείο αναφοράς, σχετικά με την πανδημία και τους κινδύνους που ελόχευαν, υπήρξε η σαφής πληροφόρηση των καθηγητών του Πανεπιστημίου προς τους φοιτητές. Ωστόσο, έγινε αναφορά σε διάφορα κωλύματα που δημιουργήθηκαν κατά την εκπαιδευτική διαδικασία, τα οποία προέκυψαν από τον πρωτοφανή μέχρι τώρα τρόπο διδασκαλίας της τηλεκπαίδευσης, αλλά και από την παύση των ακαδημαϊκών μαθημάτων και των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων εντός των εγκαταστάσεων της σχολής. Στα παραπάνω, έρχονται να προστεθούν τα όσα έχουν λεχθεί στη βιβλιογραφία περί της ανισότητας των φοιτητών από χαμηλά κοινωνικοοικονομικά στρώματα σχετικά με την πρόσβαση στην εξ αποστάσεως εκπαιδευτική διαδικασία.

Στη συνέχεια, αναφορικά με το τέταρτο προς εξέταση ερευνητικό ερώτημα, σχετικά με ποιους τρόπους η κοινωνική αποστασιοποίηση που έχει επιφέρει η πανδημία, είναι ικανή να διαμορφώσει τη μελλοντική κοινωνική αλληλεπίδραση μεταξύ των ανθρώπων, δίνεται έμφαση στα συναισθήματα φόβου που βιώνει ο φοιτητής κατά την περίοδο της πανδημίας, καθώς οι κοινωνικές σχέσεις αρχίζουν να φθίνουν, διότι ελλοχεύει ο φόβος στις ψυχές των ανθρώπων, ακόμα και μετά το πέρας της καραντίνας. Η σύναψη σχέσεων και η συμμετοχή σε δραστηριότητες δυσχεραίνεται. Έτσι, καθίσταται αναγκαία η λήψη κατάλληλων και έγκαιρων μέτρων προς εξομάλυνση του



φαινομένου της κοινωνικής αποστασιοποίησης, προωθώντας τη σπουδαιότητα της διαζώσης επικοινωνίας και της κοινωνικής αλληλεπίδρασης.

Τα όσα λέχθηκαν από τους συμμετέχοντες, κατά τη διεξαγωγή της παρούσας συνέντευξης, συμπληρώνονται από τη βιβλιογραφία, καθώς [σε συνθήκες συνεχιζόμενης κοινωνικής ατροφίας και μεγάλης κοινωνικής απόστασης και περιορισμού, όπως συμβαίνει στην παρούσα κρίση του Covid-19, απαιτούνται ιδιαίτερες καινοτόμες μορφές ενεργοποίησης του ατόμου, της οικογένειας και κάθε μορφής δημιουργικής αλληλεγγύης στην κοινότητα και την κοινωνία (Chtouris and Miller, 2017)].

Συμπερασματικά, το ξέσπασμα της πανδημίας με την ταχύτατη εξάπλωση του ιού και τον επακόλουθο κοινωνικό περιορισμό, δεν άργησε να δημιουργήσει σημαντικές επιπτώσεις στην ψυχική υγεία και στην ποιότητα ζωής των Πανεπιστημιακών φοιτητών, εν γένει. Οι επιπτώσεις της πανδημίας έχουν ατομικό, αλλά και κοινωνικό αντίκτυπο. Το άγχος, η συνεχής απογοήτευση και αβεβαιότητα, ο φόβος, αλλά και η έλλειψη κινήτρων, αποτελούν μονάχα κάποιες από τις κύριες επιπτώσεις της πανδημίας σε ατομικό επίπεδο. Όσον αφορά τις επιπτώσεις σε κοινωνικό επίπεδο, η απομόνωση από το κοινωνικό σύνολο παράλληλα, με την επιβαλλόμενη εφαρμογή της τηλεκαίδευσης, ενίσχυσε τα συμπτώματα μοναξιάς, θλίψης και αποκλεισμού από το κοινωνικό γίνεσθαι.

Ωστόσο, κρίνεται επιτακτική η ανάγκη ελαχιστοποίησης της επίδρασης της πανδημίας Covid-19 στην ψυχική υγεία των Πανεπιστημιακών φοιτητών. Προς βελτιστοποίηση του ψυχισμού, αλλά και της γενικότερης ποιότητας ζωής των φοιτητών, συστήνεται η υιοθέτηση πρακτικών, όπως η αποδοχή ως επί τω πλείστον, της πανδημικής κρίσης, αλλά και των αρνητικών συναισθημάτων που τη συνοδεύουν. Επιπροσθέτως, η εύρεση εναλλακτικών τρόπων επαφής με τα οικεία τους πρόσωπα, η ενίσχυση της αυτοφροντίδας και η απασχόληση με νέες δραστηριότητες. Ακόμα, ιδιαίτερα σημαντική καθίσταται η ψυχολογική στήριξη από κάποιον επαγγελματία ψυχικής υγείας. Επίσης, απαραίτητες κρίνονται οι πρακτικές, οι οποίες αφορούν στη μείωση της επίδρασης της πανδημίας Covid-19, μέσω της υιοθέτησης σύγχρονων πολιτικών έγκαιρης ανταπόκρισης στη νέα απαιτητική πραγματικότητα, συντονίζοντας την υφιστάμενη κατάσταση.

Αναφορικά επίσης, με την αποδοτικότερη διαχείριση της πανδημίας Covid-19, αλλά και ενός νέου, ενδεχόμενου πανδημικού κύματος, απαραίτητη καθίσταται η θέσπιση από τα Πανεπιστημιακά Ιδρύματα, των κατάλληλων μέτρων υποστήριξης των

φοιτητών, αλλά και των εκπαιδευτικών. Όπως έγινε αντιληπτό, η αιφνίδια μετάβαση στην εξ αποστάσεως εκπαιδευτική διαδικασία, δημιούργησε έντονα αισθήματα άγχους, αβεβαιότητας και ανασφάλειας για την πλειοψηφία των Πανεπιστημιακών φοιτητών του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών. Οι εμπειρίες και τα βιώματα των συνεντευξιζόμενων φοιτητών, μαρτυρούν τις προκλήσεις με τις οποίες ήρθαν αντιμέτωποι, τόσο οι ίδιοι όσο και τα άτομα του οικείου τους περιβάλλοντος.

Παραδείγματος χάριν, ένα αναγκαίο μέτρο προς τη βελτιστοποίηση της υφιστάμενης κατάστασης, αποτελεί ο εφοδιασμός των Πανεπιστημιακών μονάδων με πλήρως εξοπλισμένα τεχνολογικά μέσα και εργαλεία, τα οποία παρέχονται δωρεάν σε όλους τους συμμετέχοντες της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Έτσι, επιτυγχάνεται η αποδοτικότερη λειτουργία της εξ αποστάσεως μορφής διδασκαλίας. Το παραπάνω μέτρο, ευνοεί όλα ανεξαιρέτως τα μέλη της Ακαδημαϊκής Κοινότητας του Γεωπονικού Πανεπιστημίου Αθηνών, αλλά και των λοιπών Πανεπιστημιακών Ιδρυμάτων. Αντίστοιχα, να ενισχυθούν οι διαδικασίες εύκολης και γρήγορης πρόσβασης στο διαδίκτυο για τη μερίδα των φοιτητών, οι οποίοι δεν δύνανται να έχουν πρόσβαση σε ψηφιακά εργαλεία. Έτσι, εξομαλύνονται οι υπάρχουσες εκπαιδευτικές ανισότητες μεταξύ των Πανεπιστημιακών φοιτητών και επιπλέον, δημιουργούνται ομαλότερες συνθήκες σε περίπτωση εμφάνισης μιας μελλοντικής υγειονομικής κρίσης. Επιπροσθέτως, η παρούσα πανδημία Covid-19, αποτέλεσε το εφελτήριο για την αναθεώρηση των μεθόδων της εκπαιδευτικής διαδικασίας, ώστε να αντιμετωπιστούν οι επιμέρους αδυναμίες του εκπαιδευτικού συστήματος, με γνώμονα την αναβάθμιση της παρεχόμενης γνώσης και πληροφορίας, αλλά και την αποδόμηση των παραδοσιακών πρακτικών. Τα Πανεπιστημιακά Ιδρύματα καλούνται έτσι, να αξιολογήσουν την πρωτόγνωρη εμπειρία της ψηφιακής μάθησης με την εφαρμογή των παραπάνω μέτρων και πρακτικών στο πλαίσιο μιας αναβαθμισμένης εκπαιδευτικής διαδικασίας, προωθώντας μια κριτική διδακτική αντίληψη σχετικά με την σπουδαιότητα της τεχνολογίας στην Πανεπιστημιακή εκπαίδευση.

Συνοψίζοντας, αβίαστα συνάγεται το συμπέρασμα, ότι ο σχεδιασμός και η εφαρμογή οποιουδήποτε μέτρου ή πολιτικής διαχείρισης της πανδημικής κρίσης, επιβάλλεται να συνοδεύεται από σεβασμό και πλήρη επίγνωση σε ολόκληρο το φάσμα των πανδημικών επιπτώσεων, με κύριο μέλημα την προώθηση και ενίσχυση της υγείας και της ευημερίας στο σύνολο του πληθυσμού. Η γνώση και η πληροφόρηση επομένως, των παραπάνω διερευνητικών ερωτημάτων, αλλά και η εις βάθος κατανόηση των βιωμάτων των υποκειμένων, τα οποία είναι άρρηκτα συνδεδεμένα με το κοινωνικό

σύνολο, καθίσταται ζωτικής σημασίας. Έτσι, η παρούσα ερευνητική μελέτη, συμβάλλει με τη σειρά της, στην αναγνώριση και πλήρη κατανόηση των εμπειριών των υποκειμένων και αν όχι στην εξάλειψη, τουλάχιστον στην ελαχιστοποίηση των επιπτώσεων της τρέχουσας πανδημίας Covid-19, μέσω προτάσεων και επιτεύξιμων στόχων πολιτικής.

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ**

### *Ξενόγλωσσες*

- Andrews, F.M. and Whithey, S.B. (1976), *Social indicators of well-being: The development of the measurement of perceptual indicators*. New York: Plenum Press.
- Bruns, D. P., Kraguljac, N. V., and Bruns, T. R. (2020), *COVID-19: Facts, Cultural Considerations, and Risk of Stigmatization*. *Journal of transcultural nursing: official journal of the Transcultural Nursing Society*, 31(4), 326–332.
- Bull World Health Organ. (2000), *Cross-national comparisons of the prevalences and correlates of mental disorders*. WHO International Consortium in Psychiatric Epidemiology, 78(4): 413–426.
- Cedefop (2020), *Digital gap during COVID-19 for VET learners at risk in Europe*. 32 Synthesis report on seven countries based on preliminary information provided by Cedefop’s Network of Ambassadors tackling early leaving from VET.
- European Commission (2020), *European Universities Initiative Survey on the impact of COVID-19 on European Universities*.
- Gatewood, B. and McDonald, E. (2020), *Pandemic, pandemonium, and plight for graduate students*. *ASA Footnotes*, 48:9.
- Griffiths, M. (2000), *Excessive internet use: implications for sexual behavior*. *Cyber Psychology Behav*, 3:537–552.
- Hughes, M. and Kroehler, C. (2014), *Βιβλίο Κοινωνιολογίας, Εκδόσεις Κριτική*.
- Kandell, JJ. (1998), *Internet addiction on campus: The vulnerability of college students*. *Cyber Psychology Behav*, 1:11–17.
- Kennedy, M. D. (2020), *Graduate education and academic labor for graduate students during the pandemic*. *ASA Footnotes*, 48:12.
- Link, B. G., Yang, L. H., Phelan, J. C., and Collins, P. Y. (2004), *Measuring mental illness stigma*. *Schizophrenia Bulletin*, 30(3), 511-541.
- Portillo, J., Garay, U., Tejada, E. and Bilbao, N. (2020), *Self-perception of the digital competence of educators during the COVID-19 pandemic: A cross-analysis of different educational stages*. *Sustainability*, 12:10128 .

- Preamble to the Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference, New York, no. 2, p. 100.
- Sheng, B., Cheng, S. K., Lau, K. K., Li, H. L. and Chan, E. L. (2005), The effects of disease severity, use of corticosteroids and social factors on neuropsychiatric complaints in severe acute respiratory syndrome (SARS) patients at acute and convalescent phases, *Eur Psychiatry*, 20(3):236-242.
- Vesbo, J., Hurd, S. S., Agustí, A. G., Jones, P. W., Vogelmeier, C., Anzueto, A., Barnes, P. J., Fabbri, L. M., Martinez, F. J., Nishimura, M., Stockley, R. A., Sin, D. D. and Roberto, R. R. (2013), Global strategy for the diagnosis, management, and prevention of chronic obstructive pulmonary disease: GOLD executive summary, *Am J Respir Crit Care Med*. 187(4):347–365.
- Weeden, K. and Cornwell, B. (2020), The Small-World Network of College Classes: Implications for Epidemic Spread on a University Campus. *Sociological Science*, 7, 222-241 .
- Yfantopoulos, J. (2001c), Health-Related Quality of Life, *Archives of Hellenic Medicine*: 19: 131-146.
- Young, K. S. (1998), Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder, *Cyber Psychology Behav*, 1(3): 237–244.

## **ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΕΣ ΠΗΓΕΣ**

### ***Ξενόγλωσσες***

- Bamias, G., Lagou, S., Gizis, M., Karampekos, G., Kyriakoulis, K. G., Pontas, C. and Mantzaris, G. J. (2020), The Greek Response to COVID-19: A True Success Story from an IBD Perspective, *Inflamm Bowel Dis*. 2020 Jul 17;26(8):1144-1148, available at: <https://doi.org/10.1093/ibd/izaa143>, (ημερομηνία επίσκεψης: 17 Νοεμβρίου 2022).
- Beck, A. T. and Clark, D. A. (1988), Anxiety and depression: An information processing perspective. *Anxiety Research*, 1(1), 23–36, available at: <https://doi.org/10.1080/10615808808248218>, (ημερομηνία επίσκεψης: 3 Νοεμβρίου 2022).

- Chidiebere Okechukwu, E., Tibaldi, L., La Torre, G. (2020), The impact of COVID-19 pandemic on mental health of Nurses, available at: <https://doi.org/10.7417/CT.2020.2247>, (ημερομηνία επίσκεψης: 4 Δεκεμβρίου 2022).
- Damaskos, C., Garmpi, A., Georgakopoulou, V. E., Farmaki, P., Diamantis, E., Dimitroulis, D., Valsami, S., Kontzoglou, K., Antoniou, E. A., Damaskou, Z., Nikolidakis, L., Syllaios, A., Marinos, G., Trakas, N. and Garmpis, N. (2020), COVID19: do it like Greece. Why Greece is coping with COVID-19 better than other countries?, Pan Afr Med J. 35(Suppl 2): 109., 13 July 2020, available at: <https://doi.org/10.11604/pamj.suppl.2020.35.2.24946>, (ημερομηνία επίσκεψης: 23 Νοεμβρίου 2022).
- Dong, H., Yang, F., Lu, X. and Hao, W. (2020), Internet Addiction and related psychological factors among children and adolescents in China during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic. Front. Psychiatry 11, 00751, available at: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.00751>, (ημερομηνία επίσκεψης: 26 Νοεμβρίου 2022).
- EU4health Civil Society Alliance, An inclusive EU4Health Programme to better meet the needs of people in Europe (2020), available at: [https://www.google.com/search?q=eu4health+civil+society+alliance&rlz=1C1GCEA\\_enGR883GR883&oq=EU4health+civil+&aqs=chrome.1.69i57j0i19i512.8839j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8](https://www.google.com/search?q=eu4health+civil+society+alliance&rlz=1C1GCEA_enGR883GR883&oq=EU4health+civil+&aqs=chrome.1.69i57j0i19i512.8839j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8), (ημερομηνία επίσκεψης: 12 Δεκεμβρίου 2022).
- Fouda, A., Mahmoudi, N., Moy, N. and Paolucci, F. (2020), The COVID-19 pandemic in Greece, Iceland, New Zealand, and Singapore: Health policies and lessons learned. Health Policy Technol. 2020 Dec; 9(4):510-524, available at: <https://doi.org/10.1016/j.hlpt.2020.08.015>, (ημερομηνία επίσκεψης: 12 Δεκεμβρίου 2022).
- Fountoulakis, K. N., Apostolidou, M. K., Atsiova, M. B., Filippidou, A. K., Florou, A. K., Gousiou, D. S., Katsara, A. R., Mantzari, S. N., Padouva-Markoulaki, M., Papatriantafyllou, E. I., Sacharidi, P. I., Tonia, A. I., Tsagalidou, E. G., Zymara, V. P., Prezerakos, P. E., Koupidis, S. A., Fountoulakis, N. K. and Chrousos, G. P. (2021), Self-reported changes in anxiety, depression and suicidality during the COVID-19 lockdown in Greece,

- available at: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.10.061>, (ημερομηνία επίσκεψης: 16 Οκτωβρίου 2022).
- Kararounaki, C. K., Patsali, M. E., Mousa, D. P. V., Papadopoulou, E. V. K., Papadopoulou, K. K. K. and Fountoulakis, K. N. (2020), University students' mental health amidst the COVID-19 quarantine in Greece, available at: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113111>, (ημερομηνία επίσκεψης: 14 Οκτωβρίου 2022).
  - Kemp, L., Xu, C., Depledge, J., Ebi, El. K., Gibbins, G., Kohler, A. T., Rockström, J., Scheffer, M., Schellnhuber, J. H., Steffen, W. and Lenton, M. T. (2022), Climate Endgame: Exploring catastrophic climate change scenarios, available at: <https://doi.org/10.1073/pnas.2108146119>, (ημερομηνία επίσκεψης: 22 Οκτωβρίου 2022).
  - Khan, M., Adil, S. F., Alkathlan, H. Z., Tahir, M. N., Saif, S., Khan, M. and Khan, S. T. (2020), COVID-19: A Global Challenge with Old History, Epidemiology and Progress So Far, *Molecules*. Dec 23, 26(1):39, available at: <https://doi.org/10.3390/molecules26010039>, (ημερομηνία επίσκεψης: 28 Νοεμβρίου).
  - Mechili, E. A., Saliq, A., Kamberi, F., Girvalaki, C., Peto, E., Patelarou, A. E., Bucaj, J. and Patelarou, E. (2020), Is the mental health of young students and their family members affected during the quarantine period? Evidence from the COVID-19 pandemic in Albania. *J Psychiatr Ment Health Nurs*, available at: <https://doi.org/10.1111/jpm.12672>, (ημερομηνία επίσκεψης: 18 Νοεμβρίου 2022).
  - Mental Health Foundation (2020), Loneliness during Corona- virus, available at: <https://www.mentalhealth.org.uk/coronavirus/loneliness-during-coronavirus>, (ημερομηνία επίσκεψης: 25 Νοεμβρίου 2022).
  - MSF - Médecins Sans Frontières (2021), Antibiotic Resistance, available at: <https://epicentre.msf.org/en/portfolio/antibiotic-resistance>, (ημερομηνία επίσκεψης: 15 Νοεμβρίου 2022).
  - Pattyn, E., Verhaeghe, M., Sercu, C. and Bracke, P. (2014), Public Stigma and Self-Stigma: Differential Association With Attitudes Toward Formal and Informal Help Seeking, available at:

- <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201200561>, (ημερομηνία επίσκεψης: 4 Δεκεμβρίου 2022).
- Rajab, M. H, Gazal, A. M. and Alkattan, K. (2020), Challenges to online medical education during the COVID-19 pandemic, Cureus, available at: <https://doi.org/10.7759/cureus.8966>, (ημερομηνία επίσκεψης: 22 Νοεμβρίου 2022).
  - Rubin, G. J. and Wessely, S. (2020), The psychological effects of quarantining a city, The BMJ, 368, m313, available at: <https://doi.org/10.1136/bmj.m313>, (ημερομηνία επίσκεψης: 23 Δεκεμβρίου 2022).
  - Saleh, D., Camart, N. and Romo, L. (2017), Predictors of stress in college students, Front Psychol, 8, 19, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00019>, (ημερομηνία επίσκεψης: 25 Δεκεμβρίου 2022).
  - UNESCO, Institute for Statistics Data (2020), COVID-19 Impact on Education, available at: <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse>, (ημερομηνία επίσκεψης: 15 Νοεμβρίου 2022).
  - Weeden, K. and Cornwell, B. (2020), The Small-World Network of College Classes: Implications for Epidemic Spread on a University Campus. Sociological Science, 7, 222-241, available at: <https://doi.org/10.15195/v7.a9>, (ημερομηνία επίσκεψης: 10 Δεκεμβρίου).
  - WHO (2020), COVID-19 Emergency Committee highlights need for response efforts over long term, available at: <https://www.who.int/news/item/01-08-2020-covid-19-emergency-committee-highlights-need-for-response-efforts-over-long-term>, (ημερομηνία επίσκεψης: 25 Σεπτεμβρίου 2022).
  - Wiederhold, B. K. (2020), Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. 359360, available at: <http://doi.org/10.1089/cyber.2020.29185.bkw>, (ημερομηνία επίσκεψης: 27 Νοεμβρίου 2022).
  - Young, K. S. (2004), Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences, American behavioral scientist , Vol 48, Issue 4, available at: <https://doi.org/10.1177/0002764204270278>, (ημερομηνία επίσκεψης: 24 Νοεμβρίου 2022).

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ**

### *Ελληνόγλωσσες*



- Αριστοτέλης (2000), Ηθικά Νικομάχεια, Εκδόσεις Σπουδή, Αθήνα.
- Γείτονα, Μ. (2022), e-class: Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, Αξιολόγηση υπηρεσιών υγείας.
- Γείτονα, Μ., Χατζίκου, Μ., Λαμπρέλλη, Δ. και Υφαντόπουλος Ι. (2003), Κόστος Υπηρεσιών Υγείας, Ποιότητα και Αποτελέσματα, Λεξικό όρων ISPOR, Εκδόσεις Παπαζήση, Αθήνα.
- Γείτονα, Μ. (1992), Σφαιρικός Προϋπολογισμός, Μια μορφή χρηματοδότησης των νοσοκομείων, Η περίπτωση του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, Αθήνα.
- Εθνικό Σχέδιο Δράσης Δημόσιας Υγείας 2021-2025, Υπουργείο Υγείας – Γενική Γραμματεία Δημόσιας Υγείας, Μάρτιος 2021, Αθήνα.
- Μπαγάκης, Γ. (Επιμ.) (2005), Επιμόρφωση και Επαγγελματική Ανάπτυξη του Εκπαιδευτικού. Αθήνα: Μεταίχμιο.
- Μπαμπινιώτης, Γ. (2019), Λεξικό της νέας ελληνικής γλώσσας, εκδ. Κέντρο Λεξικολογίας.
- Μπουρσανίδης, Χ. (2020), Συστήματα Υγείας & Συγκριτική Πολιτική Υγείας, Διδακτικές Σημειώσεις ΕΣΔΔΑ - Αθήνα.
- Σιδηροπούλου, Α. (2014), Η διερεύνηση της σχέσης των εφήβων με το διαδίκτυο και το ζήτημα του εθισμού.
- Σισσούρας, Α., Καρόκης, Α., Πολύζος, Ν. και Θεοδώρου, Μ. (1995), Ενιαίος Φορέας Υγείας: Η Οργάνωση του Συστήματος Χρηματοδότησης και η Αποκέντρωση των Υπηρεσιών Υγείας, Υπουργείο Υγείας και Πρόνοιας, Αθήνα.
- Σουλιώτης, Κ. (2006), Πολιτική και Οικονομία της Υγείας, Εκδόσεις Παπαζήση, σελ. 413 & 415, Αθήνα.
- Τούντας, Γ. (2000), Κοινωνία και Υγεία, Οδυσσέας - Νέα Υγεία, Αθήνα.
- Τσινάκος, Α. (2020), Εξ Αποστάσεως Διδασκαλία: Τι είναι αυτό που γίνεται στην Ελλάδα και σε όλο τον κόσμο αυτή τη στιγμή.
- Φεφές Μ. (2022), e-class: Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου, Διεθνείς Ευρωπαϊκοί Θεσμοί και Πολιτικές Υγείας.
- Φιλαλήθης, Α., Φωτόπουλος, Α. και Τρομπούκης, Κ. (2019), Δημόσια Υγεία-Κοινωνική Ιατρική: Η ιστορία και η σημειολογία του όρου. Archives of Hellenic Medicin.

## ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΕΣ ΠΗΓΕΣ

### *Ελληνόγλωσσες*

- Ευρωπαϊκή Επιτροπή, Κανονισμός του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου για τη θέσπιση προγράμματος σχετικά με τη δράση της Ένωσης στον τομέα της υγείας για την περίοδο 2021-2027 και για την κατάργηση του κανονισμού (ΕΕ) αριθ. 282/2014 πρόγραμμα «Η ΕΕ για την υγεία» (EU4Health) (2020), <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EL/TXT/?uri=CELEX%3A52020PC0405>, (ημερομηνία επίσκεψης: 5 Δεκεμβρίου 2022).
- Ευρωπαϊκό Συμβούλιο, Συμβούλιο της Ευρωπαϊκής Ένωσης, Πανδημία κορωνοϊού COVID-19: Η αντίδραση της ΕΕ (2022), <https://www.consilium.europa.eu/el/policies/coronavirus/>, (ημερομηνία επίσκεψης: 25 Νοεμβρίου 2022).
- Πρόγραμμα «Η ΕΕ για την υγεία» (EU4Health) για την περίοδο 2021-2027 και για την κατάργηση του κανονισμού (ΕΕ) αριθ. 282/2014 (2021), <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EL/TXT/PDF/?uri=CELEX:32021R0522&from=EN>, (ημερομηνία επίσκεψης: 10 Δεκεμβρίου 2022).
- Σταυριανάκος, Κ. (2021), <https://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/mental-health/priority-areas/stigma-and-discrimination>, (ημερομηνία επίσκεψης: 18 Νοεμβρίου 2022).
- Χτούρης, Σ., Ζήση, Α. (2020), Ο κοινωνικός μας εαυτός, η οικογένεια και οι κοινωνικές στάσεις την περίοδο των περιορισμών της πανδημίας του Covid - 19 το 2020. Επιθεώρηση Κοινωνικών Ερευνών, 154, 41-64, doi: <https://doi.org/10.12681/grsr.23228>, (ημερομηνία επίσκεψης: 10 Οκτωβρίου 2022).