



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
«Συμβουλευτική στην Ειδική Αγωγή, την Εκπαίδευση και την Υγεία»

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**Πώς η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης
επηρεάζει και επηρεάζεται από το νόημα ζωής, την ικανοποίηση από
τη ζωή και τη μοναξιά**

Βασιλικού Κυριακή

Μέλη τριμελούς επιτροπής:

Κλεφτάρας Γεώργιος, Καθηγητής (επιβλέπων)

Βλάχου Αναστασία, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια

Σταυρούση Παναγιώτη, Επίκουρη Καθηγήτρια

Βόλος, Οκτώβριος 2016

Υπεύθυνη δήλωση περί μη λογοκλοπής

Η Κυριακή Βασιλικού, γνωρίζοντας τις συνέπειες της λογοκλοπής, δηλώνω υπεύθυνα ότι η παρούσα εργασία με τίτλο «Πώς η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης επηρεάζει και επηρεάζεται από το νόημα ζωής, την ικανοποίηση από τη ζωή και τη μοναξιά» αποτελεί προϊόν αυστηρά προσωπικής εργασίας και όλες οι πηγές που έχω χρησιμοποιήσει έχουν δηλωθεί κατάλληλα στις βιβλιογραφικές παραπομπές και αναφορές. Τα σημεία όπου έχω χρησιμοποιήσει ιδέες, κείμενο ή/και πηγές άλλων συγγραφέων, αναφέρονται ευδιάκριτα στο κείμενο με την κατάλληλη παραπομπή και η σχετική αναφορά περιλαμβάνεται στο τμήμα των βιβλιογραφικών αναφορών με πλήρη περιγραφή.

Η ΔΗΛΟΥΣΑ

Σύντομη περίληψη

Η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης αποτελεί ένα σύγχρονο φαινόμενο, το οποίο απασχολεί όλο και περισσότερους ερευνητές στις μέρες μας. Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι να διερευνήσει πώς η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης σχετίζεται με το νόημα ζωής των νεαρών ενηλίκων, την ικανοποίηση που βιώνουν από τη ζωή τους και το βαθμό της μοναξιάς που νιώθουν. Το δείγμα που συγκεντρώθηκε αποτελείται από 233 νεαρούς/ές ενήλικες μεταξύ 18 έως 34 ετών. Η δειγματοληψία έγινε μέσω της συμπλήρωσης τεσσάρων ερωτηματολογίων αυτοαναφοράς, καθώς και ενός επιπλέον σύντομου ερωτηματολογίου, που περιείχε τα δημογραφικά χαρακτηριστικά. Οι παραγοντικές αναλύσεις, καθώς και οι αναλύσεις αξιοπιστίας που πραγματοποιήθηκαν για κάθε ερωτηματολόγιο ξεχωριστά απέδωσαν ικανοποιητικά αποτελέσματα. Πραγματοποιήθηκε, επίσης, συσχέτιση μεταβλητών με τον συντελεστή του Pearson, απ' όπου και εξήχθησαν τα συμπεράσματα της παρούσας έρευνας. Παρουσιάζεται, λοιπόν, θετική συσχέτιση όλων των παραγόντων της προβληματικής χρήσης με το υπαρξιακό κενό, ενώ παράλληλα η πλειοψηφία των παραγόντων παρουσιάζει θετική συσχέτιση και με την αναζήτηση στόχου. Από την άλλη πλευρά ο κάθε παράγοντας της μοναξιάς (κοινωνική, οικογενειακή και σε επίπεδο ερωτικών σχέσεων) εμφανίζει θετική συσχέτιση με τουλάχιστον δύο από τους παράγοντες της προβληματικής χρήσης. Τέλος, η ικανοποίηση από τη ζωή παρουσιάζει αρνητική συσχέτισή με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και συγκεκριμένα με τους παράγοντες «κοινωνικά οφέλη» και «αρνητικά αποτελέσματα». Τα αποτελέσματα αυτά θα μπορούσαν να αξιοποιηθούν στην συμβουλευτική πρακτική παρέχοντας πληροφορίες για τις συσχετίσεις μεταξύ των μεταβλητών, τις οποίες θα δύναται να αξιοποιήσει ο σύμβουλος σε ανάλογα αιτήματα των συμβουλευόμενων, παρεμβαίνοντας έτσι περισσότερο έγκαιρα και στοχευμένα.

Λέξεις κλειδιά: Μέσα κοινωνικής δικτύωσης, Προβληματική χρήση, Μοναξιά, Ικανοποίηση ζωής, Νόημα ζωής

Σύντομη περίληψη στα αγγλικά

The use of social media constitutes a current phenomenon that has reasearchers' raised concern increased by far, nowadays. The objective of the present study is to probe into how the problematic use of the social media is affiliated with the young adults' perception of the meaning of life, the satisfaction they draw from their lives and the extend of loneliness they feel. The drawn sample is consisted of 233 young male and female adults between the ages of 18 to 34. Subjects completed four questionnaires of self-related nature, as well as a brief supplementary one that included the demographic characteristics. The factorial analysis as well as the reliability analysis, that took place for each and every questionnaire separately, yielded an adequate outcome. Additionally, a variable correlation was realized using Pearson's Correlation Coefficient through which the results of the present study were elicited. Thus, the actual interaction of all factors of the problematic use with the existential vacuum is found, while at the same time the majority of factors present a definite correlation with the quest for a goal. On the other hand, each factor of loneliness (social, family and on the level of romantic relationships) exhibits a positive correlation with at least two factors of the problematic use. Finally the satisfaction one draws from life exhibits a negative correlation with the problematic use of social media and more specifically with the factors "social benefits" and "negative results". These results are discussed in terms of their implications in the area of counselling.

Keywords: Social media, Problematic use, Loneliness, Life Satisfaction, Meaningful Life

Εκτενής περίληψη

Η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης αποτελεί ένα σύγχρονο φαινόμενο, το οποίο απασχολεί όλο και περισσότερους ερευνητές στις μέρες μας. Είναι λογικό το γεγονός ότι μαζί με τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης αυξάνονται και τα ποσοστά της προβληματικής χρήσης αυτών. Οι έρευνες έχουν στραφεί σε έναν μεγάλο βαθμό στις επιπτώσεις της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στο ψυχολογικό και κοινωνικό επίπεδο της ζωής των ανθρώπων. Ωστόσο, η έρευνα για το συγκεκριμένο ζήτημα μόλις έχει αρχίσει να εξελίσσεται στο εξωτερικό, ενώ στον ελλαδικό χώρο βρίσκεται ακόμη στα σπάργανα.

Σκοπός, λοιπόν, της παρούσας μελέτης είναι να διερευνήσει πώς η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης σχετίζεται με το νόημα ζωής των νεαρών ενηλίκων, την ικανοποίηση που βιώνουν από τη ζωή τους και το βαθμό της μοναξιάς που νιώθουν. Οι ερευνητικές μας υποθέσεις διαμορφώθηκαν με βάση τη βιβλιογραφία. Η πρώτη υπόθεση αφορά στη συσχέτιση του νοήματος ζωής με την προβληματική χρήση και χωρίζεται σε επιμέρους υποθέσεις. Η πρώτη από αυτές εμφανίζει την έλλειψη νοήματος να παρουσιάζει θετική συσχέτιση με την προβληματική χρήση, ενώ η αίσθηση επιλογής στη ζωή ενός ατόμου να παρουσιάζει αρνητική συσχέτιση. Η δεύτερη υπόθεση αναφέρεται στην ύπαρξη θετικής συσχέτισης και των τριών επιπέδων της μοναξιάς με την προβληματική χρήση. Η τρίτη υπόθεση υποστηρίζει την ύπαρξη αρνητικής συσχέτισης μεταξύ της ικανοποίησης από τη ζωή και της προβληματικής χρήσης. Η τέταρτη υπόθεση χωρίζεται σε επιμέρους υποθέσεις και αναφέρεται στην ύπαρξη θετικής ή αρνητικής συσχέτισης των δημογραφικών στοιχείων με την προβληματική χρήση.

Το δείγμα που συγκεντρώθηκε αποτελείται από 233 νεαρούς/ές ενήλικες μεταξύ 18 έως 34 ετών. Η δειγματοληψία έγινε μέσω της συμπλήρωσης τεσσάρων ερωτηματολογίων αυτοαναφοράς, τα οποία συνοδεύονταν από ένα επιπλέον σύντομο ερωτηματολόγιο, για τα δημογραφικά χαρακτηριστικά, καθώς και ένα ερωτηματολόγιο με 6 ερωτήσεις αναφορικά με τη χρήση των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης. Οι παραγοντικές αναλύσεις, καθώς και οι αναλύσεις αξιοπιστίας, που πραγματοποιήθηκαν για κάθε ερωτηματολόγιο ξεχωριστά, είχαν ικανοποιητικά αποτελέσματα. Αφού ελέγχθηκε η κανονική κατανομή του δείγματος, διερευνήθηκε η σχέση μεταξύ των μεταβλητών χρησιμοποιώντας τον έλεγχο Pearson. Για την εξαγωγή συμπερασμάτων αναφορικά με το φύλο, τα υπόλοιπα δημογραφικά στοιχεία

και τα στοιχεία χρήσης των ιστοσελίδων έγιναν συγκρίσεις μέσω των όρων και έλεγχος για ανεξάρτητα δείγματα (One Way ANOVA και Independent Sample t-test), ενώ για να γίνει κατανοητό σε ποιο βαθμό μπορεί να προβλεφθεί η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από τις υπόλοιπες μεταβλητές της έρευνας, πραγματοποιήθηκε πολυμεταβλητή ανάλυση γραμμικής παλινδρόμησης.

Τα αποτελέσματα έδειξαν θετική συσχέτιση της προβληματικής χρήσης με τους παράγοντες του νοήματος ζωής που φανερώνουν έλλειψη νοήματος (υπαρξιακό κενό και αναζήτηση στόχου) και αρνητική συσχέτιση με τους παράγοντες που υποδηλώνουν την ύπαρξη νοήματος (αίσθηση επιλογής και σκοπός). Από την άλλη πλευρά ο κάθε παράγοντας της μοναξιάς (κοινωνική, οικογενειακή και σε επίπεδο ερωτικών σχέσεων) εμφανίζει θετική συσχέτιση με τουλάχιστον δύο από τους παράγοντες της προβληματικής χρήσης. Τέλος, η ικανοποίηση από τη ζωή παρουσιάζει αρνητική συσχέτιση με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και συγκεκριμένα με τους παράγοντες «κοινωνικά οφέλη» και «αρνητικά αποτελέσματα». Δεν σημειώθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δημογραφικών στοιχείων και της προβληματικής χρήσης.

Τα αποτελέσματα αυτά θα μπορούσαν να αξιοποιηθούν στην συμβουλευτική πρακτική παρέχοντας πληροφορίες για τις σχέσεις μεταξύ των διερευνώμενων μεταβλητών, οι οποίες δύναται να αποτελούν αίτημα του συμβουλευόμενου. Ο σύμβουλος θα μπορεί να αξιοποιήσει, προκειμένου να παρέμβει πιο άμεσα και έγκυρα. Για την σφαιρικότερη διερεύνηση του ζητήματος, γίνονται προτάσεις για μελλοντικές έρευνες.

Ευχαριστίες

Νιώθω την ανάγκη να ευχαριστήσω όλους αυτούς που συνέβαλαν στην ολοκλήρωση της παρούσας εργασίας, χωρίς τη συμβολή των οποίων το αποτέλεσμα σίγουρα δεν θα ήταν το ίδιο. Πρώτα από όλους θα ήθελα να ευχαριστήσω τον καθηγητή και επιβλέποντά μου, κύριο Γεώργιο Κλεφτάρα, για την άριστη συνεργασία μας, την πολύτιμη και πολύπλευρη βοήθειά του σε όλα τα στάδια της εργασίας και την ουσιαστική καθοδήγησή του στα μέχρι πρότινος άγνωστα για εμένα μονοπάτια της έρευνας. Επίσης, είμαι ευγνώμον στα υπόλοιπα μέλη της τριμελούς επιτροπής της διπλωματικής μου εργασίας, την Αναπληρώτρια Καθηγήτρια κυρία Αναστασία Βλάχου και την Επίκουρη Καθηγήτρια κυρία Σταυρούση Παναγιώτα, για την προσεκτική ανάγνωση της εργασία μου και τις πολύτιμες υποδείξεις τους. Οφείλω, επίσης, θερμές ευχαριστίες στην Κυριακή Γιώτα για την αμέριστη συνδρομή της στο κομμάτι των στατιστικών αναλύσεων. Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω ολόψυχα τους γονείς μου, Γιώργο και Αργυρώ, που για ακόμη μια φορά στάθηκαν ηθικοί και υλικοί αρωγοί της προσπάθειάς μου με αυταπάρνηση, καθώς και τον σύντροφό μου, Σάββα, ο οποίος βοήθησε πραγματικά με κάθε τρόπο για την ολοκλήρωση της παρούσας εργασίας.

Περιεχόμενα

	Σελ
Εισαγωγή.....	1
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1^ο: ΕΝΝΟΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ ΚΑΙ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ	
1.1 Εννοιολογικές προσεγγίσεις	4
1.1.1 Νόημα ζωής.....	4
1.1.2 Μοναξιά.....	7
1.1.3 Ικανοποίηση από τη ζωή.....	8
1.1.4 Προβληματική χρήση του διαδικτύου και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.....	10
1.2 Βιβλιογραφική ανασκόπηση.....	11
1.2.1 Μέσα κοινωνικής δικτύωσης και προβληματική χρήση.....	12
1.2.2 Προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και νόημα ζωής.....	15
1.2.3 Προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και μοναξιά.....	16
1.2.4 Προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και ικανοποίηση από τη ζωή.....	19
1.2.5 Προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και δημογραφικά στοιχεία.....	20
1.3 Ερευνητικές υποθέσεις.....	22
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2^ο: ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ	
2.1 Δείγμα.....	25
2.2 Ψυχομετρικά εργαλεία.....	26
2.2.1 Κλίμακα Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης.....	27
2.2.2 Αναθεωρημένο Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή.....	28
2.2.3 Σύντομη Μορφή της Κλίμακας Συναισθηματικής και Κοινωνικής Μοναξιάς για Ενήλικες.....	29

2.2.4 Κλίμακα Ικανοποίησης από τη Ζωή.....	30
2.3 Διαδικασία – Συλλογή υλικού.....	31

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3^ο: ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

3.1 Μέθοδος ανάλυσης δεδομένων.....	33
3.2 Παραγοντικές αναλύσεις.....	34
3.2.1 Παραγοντική ανάλυση Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης.....	34
3.2.2 Παραγοντική ανάλυση Αναθεωρημένου Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή.....	39
3.2.3 Παραγοντική ανάλυση Σύντομη Μορφή της Κλίμακας Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μοναξιάς για Ενήλικες.....	44
3.2.4 Παραγοντική ανάλυση Κλίμακας Ικανοποίησης από τη Ζωή.....	46
3.3 Έλεγχος κανονικότητας κλιμάκων.....	47
3.4 Σχέση Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης με το Νόημα Ζωής, την Ικανοποίηση από τη Ζωή και τη Μοναξιά.....	47
3.4.1 Σχέση μεταξύ Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και Νοήματος ζωής.....	48
3.4.2 Σχέση μεταξύ Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και Μοναξιάς.....	50
3.4.3 Σχέση μεταξύ Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και Ικανοποίησης από τη ζωή.....	51
3.5 Συγκρίσεις μέσω όρων της Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης με τους δημογραφικούς παράγοντες.....	52
3.6 Η πρόβλεψη της Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης από το Νόημα Ζωής, την Ικανοποίηση από τη Ζωή και τη Μοναξιά.....	55

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4^ο: ΣΥΖΗΤΗΣΗ - ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ..... 57

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Ξενόγλωσση Βιβλιογραφία	65
Ελληνόγλωσση Βιβλιογραφία	73
Ηλεκτρονικές Πηγές – Ιστότοποι.....	73

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Παράρτημα Α: Στάδιο προετοιμασίας της έρευνας

Παράρτημα Α1: Εισαγωγικό σημείωμα, επισυναπτόμενο μαζί με τα ερωτηματολόγια της έρευνας.....	75
Παράρτημα Α2: Κλίμακα Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης.....	76
Παράρτημα Α3: Αναθεωρημένο Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή...	78
Παράρτημα Α4: Σύντομη μορφή της Κλίμακας Συναισθηματικής και Κοινωνικής Μοναξιάς για Ενήλικες.....	81
Παράρτημα Α5: Κλίμακα Ικανοποίησης από τη Ζωή.....	82

Παράρτημα Β: Αναλύσεις

Πίνακας Β1: Φορτίσεις παραγόντων Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης (α' φάση).....	83
Πίνακας Β2: Φορτίσεις παραγόντων Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης (β' φάση).....	85
Πίνακας Β3: Φορτίσεις παραγόντων Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης (γ' φάση - τελική).....	87
Πίνακας Β4: Φορτίσεις παραγόντων Αναθεωρημένου Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή (α' φάση).....	89
Πίνακας Β5: Φορτίσεις παραγόντων Αναθεωρημένου Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή (β' φάση - τελικό).....	93
Πίνακας Β6: Φορτίσεις παραγόντων Σύντομη Μορφή της Κλίμακας Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μοναξιάς για Ενήλικες	96
Πίνακας Β7: Έλεγχος κανονικότητας κλιμάκων.....	97
Πίνακας Β8: Διαφορές φύλου στην προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.....	98
Πίνακας Β9: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης των Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και της ηλικίας...	98
Πίνακας Β10: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way	

ANOVA)μεταξύ της προβληματικής χρήσης των Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και της οικογενειακής κατάστασης.....	99
Πίνακας Β11: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης των Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και της εκπαίδευσης.....	99
Πίνακας Β12: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης των Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και της επαγγελματικής κατάστασης.....	100
Πίνακας Β13: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης των Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και του τύπου κατοικίας.....	100
Παράρτημα Γ: Κατάταξη δηλώσεων ανά παράγοντα προβληματικής χρήσης ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης	
Πίνακας Γ1: Δηλώσεις (αριθμητικώς) ανά παράγοντα σύμφωνα με τον κατασκευαστή (Carlan, 2002).....	101
Πίνακας Γ2: Δηλώσεις ανά παράγοντα σύμφωνα με την παρούσα έρευνα.....	101
Παράρτημα Δ: Κατάταξη δηλώσεων ανά παράγοντα σύμφωνα με το Αναθεωρημένο Προφίλ Στάσης απέναντι στη Ζωή	
Πίνακας Δ1: Δηλώσεις (αριθμητικώς) ανά παράγοντα σύμφωνα με τον κατασκευαστή (Reker, 1992).....	102
Πίνακας Δ2: Δηλώσεις ανά παράγοντα σύμφωνα με την παρούσα έρευνα.....	102
ΠΙΝΑΚΕΣ	
Πίνακας 1: Δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος.....	26
Πίνακας 2: Συσχέτιση (Spearman) προβληματικής χρήσης ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης με το νόημα ζωής.....	49

Πίνακας 3: Συσχέτιση (Spearman) προβληματικής χρήσης ιστοσελίδων Κοινωνικής δικτύωσης με τη μοναξιά.....	51
Πίνακας 4: Συσχέτιση (Spearman) προβληματικής χρήσης ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης με την ικανοποίηση από τη ζ.....	51
Πίνακας 5: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και του ημερήσιου χρόνου που δαπανούν οι χρήστες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.....	54
Πίνακας 6: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και του χρόνου που οι χρήστες διατηρούν προφίλ σε κάποιο μέσο κοινωνικής δικτύωσης.....	55
Πίνακας 7: Πολυμεταβλητή ανάλυση γραμμικής παλινδρόμησης για τους προγνωστικούς παράγοντες της προβληματικής χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης.....	56

Εισαγωγή

Το διαδίκτυο και ιδίως τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης έχουν εισέλθει με γοργά βήματα στην καθημερινότητα μιας μεγάλης μερίδας του πληθυσμού, η οποία συνεχώς αυξάνεται. Ωστόσο, η έρευνα για το συγκεκριμένο ζήτημα μόλις έχει αρχίσει να εξελίσσεται στο εξωτερικό, ενώ στον ελλαδικό χώρο βρίσκεται ακόμη στα σπάργανα. Η συνεχής αύξηση της χρήσης αυτών των μέσων φέρεται να αυξάνει και τα ποσοστά προβληματικής χρήσης τους (Σύνδεσμος Επιχειρήσεων Πληροφορικής και Επικοινωνιών Ελλάδος [ΣΕΠΕ], 2015). Το γεγονός, λοιπόν, ότι τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και η προβληματική χρήση αυτών συναντώνται ιδιαίτερα συχνά στην καθημερινότητά μας, ενώ δεν έχουμε ακόμη στη διάθεσή μας πολλές πληροφορίες για το αν και πώς επηρεάζουν τις άλλες πτυχές της ζωής μας, μάς παρακίνησε στην υλοποίηση της παρούσας έρευνας. Το ζήτημα που θελήσαμε να εξετάσουμε αφορά στην προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, αναφορικά με το πώς επηρεάζει την ψυχοκοινωνική ευημερία των ατόμων. Για το λόγο αυτό επιλέχθηκαν τρεις μεταβλητές, που αφορούν άμεσα την ψυχοκοινωνική ευημερία και για τις οποίες δεν έχει ακόμη πραγματοποιηθεί ενδελεχής έρευνα τόσο σε διεθνές, όσο και σε εγχώριο επίπεδο. Οι μεταβλητές αυτές είναι το νόημα της ζωής, η μοναξιά και η ικανοποίηση από τη ζωή.

Πιο συγκεκριμένα, καταφέραμε να εντοπίσουμε ελάχιστες έρευνες, που να ασχολούνται με το νόημα της ζωής αναφορικά με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Οι έρευνες αυτές υποδεικνύουν θετική σχέση του υπαρξιακού κενού και της αναζήτησης στόχου με την προβληματική χρήση (Shek, Sun & Yu, 2013) και αρνητική συσχέτιση με την αίσθηση επιλογής και ελέγχου στη ζωή (Morahan-Martin & Schumacher, 2000). Όσον αφορά το ζήτημα της μοναξιάς υπάρχει ένα μεγαλύτερο εύρος ερευνών στη βιβλιογραφία, από το οποίο προκύπτουν διχογνωμίες σχετικά με το αν η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης αυξάνει (Ceyhan & Ceyhan, 2008. Gross, Juvonen & Gable, 2002. Kraut et al., 1998. Mittal, Tessner & Walker, 2007. Odacı & Kalkan, 2010. Yang & Tung, 2007. Lavin, Yuen, Weinman, & Kozak, 2004) ή μειώνει (Deters & Mehl, 2012. LaRose, Lin & Eastin, 2003. Lee & Perry, 2004. Lou, Yan, Nickerson, & McMorris, 2012) τα επίπεδα της μοναξιάς. Η μεταβλητή της ικανοποίησης από τη ζωή δεν έχει, επίσης, ερευνηθεί επαρκώς, συγκριτικά με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης,

ενώ οι υπάρχουσες έρευνες διαπιστώνουν αρνητική συσχέτιση μεταξύ των δύο (Kraut et al., 1998. Leung & Lee, 2005. Satici, & Uysal, 2015).

Είναι απαραίτητο να αναφέρουμε ότι ο πληθυσμός της έρευνάς μας επιλέχθηκε να είναι οι ηλικίες μεταξύ και 18 και 34 ετών, τόσο γιατί η ηλικιακή ομάδα των εφήβων αποτελεί μια πολυερευνώμενη ομάδα, όσο και γιατί οι χρήστες των μέσων κοινωνικής δικτύωσης είναι κατά πλειοψηφία οι προαναφερόμενες ηλικίες (Ενημερωτικός Κόμβος Πανελληνίου Σχολικού Δικτύου, χ.χ.), οι οποίες και παρουσιάζουν υψηλά ποσοστά εθισμού στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (Grant, Potenza, Weinstein, & Gorelick, 2010). Διερευνήθηκαν, επίσης, οι σχέσεις της προβληματικής χρήσης με το φύλο, την ηλικία, τον τόπο κατοικίας, την εκπαίδευση, την επαγγελματική κατάσταση, καθώς και τον ημερήσιο χρόνο που δαπανούν οι χρήστες στις ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης και το χρονικό διάστημα που διατηρούν προφίλ σε κάποια από αυτές.

Η παρούσα εργασία διαρθρώνεται σε τέσσερα κεφάλαια, εκ των οποίων στο πρώτο πραγματοποιείται μια πρώτη επαφή του αναγνώστη με τις έννοιες και τις μεταβλητές της έρευνας, παραθέτοντας ορισμούς και άλλες πληροφορίες, που πιθανά να φανούν χρήσιμες στην αποσαφήνιση των εννοιών για τη συνέχεια. Έπειτα ακολουθεί βιβλιογραφική ανασκόπηση των συσχετίσεων των μεταβλητών που χρησιμοποιούνται, όπως αυτές παρατίθενται σε προγενέστερες έρευνες. Στο τέλος του κεφαλαίου διατυπώνονται οι ερευνητικές μας υποθέσεις, βάσει των οποίων θα εργαστούμε στην πορεία της έρευνας. Το δεύτερο κεφάλαιο είναι αυτό της μεθοδολογίας, όπου εξηγούνται αναλυτικά οι ερευνητικές μέθοδοι που χρησιμοποιήθηκαν, ο τρόπος και η διαδικασία συλλογής των δεδομένων, τα χαρακτηριστικά του δείγματός, καθώς και τα ψυχομετρικά εργαλεία με τα οποία συλλέχθηκαν τα δεδομένα. Το τρίτο κεφάλαιο εμπεριέχει αναλυτικά όλα τα βήματα που ακολουθήθηκαν για την εξαγωγή των αποτελεσμάτων, με τις απαραίτητες αναλύσεις. Στο τελευταίο κεφάλαιο παρουσιάζονται όλα τα συμπεράσματά μας, βάσει των αποτελεσμάτων συγκρινόμενα τόσο με τις αρχικές υποθέσεις της έρευνάς μας, όσο και με τα πορίσματα των άλλων ερευνών, ενώ γίνεται αναφορά και στους περιορισμούς της έρευνας. Τέλος, γίνονται προτάσεις για το πώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν αυτά τα ευρήματα στις επαγγελματικές πρακτικές, αλλά και προτάσεις για μελλοντικές έρευνες ως προεκτάσεις του συγκεκριμένου θέματος.

Κεφάλαιο 1ο: Εννοιολογικές προσεγγίσεις και βιβλιογραφική ανασκόπηση

Η εξέλιξη της τεχνολογίας είναι φυσικό πως δεν έχει αφήσει ανεπηρέαστους τους ανθρώπους στην καθημερινότητά τους. Το διαδίκτυο και τα ψηφιακά μέσα βρίσκονται πλέον παντού. Το άτομο εξοικειώνεται με τη χρήση αυτών των μέσων από πολύ μικρή ηλικία. Στην Αμερική για παράδειγμα, όπως αναφέρουν οι Tripp & Hepp-Stephenson (2009), το 97% των σχολείων χρησιμοποιούν το διαδίκτυο και κατά συνέπεια οι μαθητές έρχονται σε επαφή με αυτό και αποκτούν από νωρίς ευχέρεια στη χρήση του. Γίνεται, λοιπόν, εύκολα αντιληπτό πως αυτή η επαφή με το διαδίκτυο δημιουργεί μια τάση ευρείας χρήσης του από μια εξαιρετικά μεγάλη μερίδα πολιτών και ιδιαίτερα από τους νέους. Όμως, όπως κάθε τι που εντάσσεται στην καθημερινότητα των ανθρώπων, έτσι και η χρήση του διαδικτύου έχει επιφέρει αλλαγές στον τρόπο λειτουργίας του κοινωνικού συνόλου και στον τρόπο επικοινωνίας μεταξύ των ανθρώπων (Weiser, 2001). Όπως αναφέρουν και οι Chen και Marcus (2012), η ταχύτατη εξέλιξη των σελίδων κοινωνικής δικτύωσης, καθώς και ο συνεχώς αυξανόμενος ενεργός ρόλος που διαδραματίζουν στην καθημερινότητα των ανθρώπων, έχει επιφέρει μεγάλες αλλαγές στον τρόπο διανομής των πληροφοριών, καθώς και στην επικοινωνία και τη δόμηση των κοινωνικών σχέσεων. Μέσα από μια πληθώρα μέσων κοινωνικής δικτύωσης το Facebook αποτελεί το πιο διαδεδομένο. Ένα, επίσης, διαδεδομένο μέσο είναι το Twitter, το οποίο όμως, όπως αναφέρουν και οι Hughes, Rowe, Batey και Lee (2012), επικεντρώνεται στην ανταλλαγή απόψεων και πληροφοριών και βασίζεται λιγότερο στην κοινωνική αλληλεπίδραση.

Το συγκεκριμένο θέμα του διαδικτύου και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης είναι ανεξάντλητο, ενώ υπάρχει πληθώρα ερευνών, που έχουν πραγματοποιηθεί πάνω σε αυτό το αντικείμενο, το οποίο μπορεί να προσεγγισθεί προς πάσα κατεύθυνση ανάλογα με το ενδιαφέρον του κάθε ερευνητή. Στην παρούσα έρευνα θα μελετηθούν οι έννοιες της μοναξιάς, του νοήματος ζωής και της ικανοποίησης από τη ζωή σε σχέση με τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Αν και δεν υπάρχουν πολλές παρόμοιες έρευνες πάνω και στα τρία αυτά χαρακτηριστικά, γεγονός που αύξησε το βαθμό δυσκολίας στην πραγμάτωση της έρευνας, εντούτοις αυτό στάθηκε εφιαλτήριο για ενδελεχή και επιστάμενη βιβλιογραφική ανασκόπηση, ως προς την πληρέστερη

κατανόηση του ζητήματος, προτού αυτό μελετηθεί και εμπειρικά. Πρώτιστα όμως, είναι σημαντικό να αναλυθούν κάποιες βασικές έννοιες, που θα απασχολήσουν την παρούσα εργασία.

1.1 Εννοιολογικές προσεγγίσεις

Το κύριο θέμα της παρούσας έρευνας σχετίζεται με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αλλά και κάποιες άλλες έννοιες, οι οποίες θα μελετηθούν σε σχέση με την χρήση των μέσων αυτών, όπως η μοναξιά, το νόημα ζωής και η ικανοποίηση από τη ζωή. Για το λόγο αυτό είναι εξαιρετικά σημαντικό να προσδιοριστούν από την αρχή εννοιολογικά, τόσο οι τρεις αυτές εξαρτημένες μεταβλητές, όσο και η ανεξάρτητη, που είναι η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

1.1.1 Νόημα ζωής

Ο Yalom (1980) υποστηρίζει ότι τα ανθρώπινα όντα ανακουφίζονται εξαιρετικά από την πεποίθηση ότι υπάρχει κάποιο ανώτερο, συνεκτικό σχέδιο για τη ζωή και ότι κάθε άτομο έχει να παίξει σε αυτό το σχεδιασμό κάποιο συγκεκριμένο ρόλο. Ο καθένας είναι εφοδιασμένος όχι μόνο με έναν στόχο και ένα ρόλο, αλλά με μια πληθώρα στόχων και ρόλων, οι οποίοι αποτελούν κάποιες γενικότερες κατευθυντήριες γραμμές για το πώς επιθυμεί και επιλέγει να ζήσει τη ζωή του. Σύμφωνα με τον Frankl (1985), ο οποίος υπήρξε ένας από τους κυριότερους ερευνητές στο ζήτημα του νοήματος της ζωής, κάθε άνθρωπος κρύβει μέσα του τη θέληση για εύρεση νοήματος, δηλαδή για να βρει την αιτία της ύπαρξής του. Υποστηρίζει μάλιστα πως αυτό είναι το πρωταρχικό κίνητρο της ανθρώπινης συμπεριφοράς.

Οι ερευνητές δυσκολεύτηκαν να αποδώσουν έναν αντιπροσωπευτικό και κοινά παραδεκτό ορισμό για το νόημα της ζωής, μιας και αποτελεί καθαρά προσωπική υπόθεση κάθε ανθρώπου, ενώ ταυτόχρονα μεταβάλλεται με το χρόνο και τις πολιτισμικές συνθήκες στις οποίες ζει (Frankl, 1985). Οι Reker και Wong (1988) στην προσπάθεια ορισμού της έννοιας καταλήγουν στα τέσσερα δομικά στοιχεία του υπαρξιακού νοήματος, τα οποία είναι ο τρόπος που το νόημα βιώνεται, η πηγή του νοήματος, το πλάτος, δηλαδή η διαφορετικότητα με την οποία βιώνεται το νόημα και το βάθος, με άλλα λόγια η ποιότητα της εμπειρίας του νοήματος. Επίσης, για τους ίδιους (Reker & Wong, 2012) η έννοια του προσωπικού νοήματος ζωής αποτελείται

από δύο ξεχωριστές, αλλά ταυτόχρονα αλληλένδετες πλευρές. Η πρώτη ονομάζεται «παγκόσμιο νόημα» (global meaning), το οποίο περιλαμβάνει την πεποίθηση ότι η ζωή έχει σκοπό και συνοχή, όπου κάθε άτομο προσπαθεί να καταλάβει πώς τα γεγονότα της ζωής ταιριάζουν μέσα σε ένα γενικότερο πλαίσιο. Η δεύτερη αφορά το «νόημα κατάστασης» (situational meaning), η οποία αναφέρεται στο προσωπικό στίγμα του κάθε ανθρώπου, που δίνει σε συγκεκριμένες εμπειρίες ζωής, σύμφωνα με τον τρόπο που τις εξετάζει και δρα σε αυτές, στην προσπάθειά του να εξάγει κάποιο νόημα, όπως παραδείγματος χάρη το νόημα του να μεγαλώνει και να γερνά. Ο Reker (2000:41) καταλήγει σε έναν ορισμό του νοήματος της ύπαρξης ως *«τη γνώση της προσφοράς, τη συνοχή και το σκοπό ύπαρξης ενός ατόμου, την άσκηση και επίτευξη αξιόλογων στόχων και ένα συνοδευτικό αίσθημα ολοκλήρωσης»* και ορίζει τον άνθρωπο με υψηλά επίπεδα υπαρξιακού νοήματος ως ένα άτομο *«με ξεκάθαρους σκοπούς ζωής, αίσθηση κατεύθυνσης, που προσπαθεί οι στόχοι του να συνάδουν με το σκοπό της ζωής του, που αισθάνεται ικανοποιημένο με τους προηγούμενους στόχους του και είναι αποφασισμένο να νοηματοδοτήσει το μέλλον του»*. Μέσα από μια οπτική ανάλογη με όλους τους προαναφερόμενους ερευνητές οι Steger, Kashdan, Sullivan και Lorentz (2008:200) δίνουν το δικό τους ορισμό για την αναζήτηση νοήματος, τον οποίο προσεγγίζουν ως *«τη δύναμη, την ένταση και τη δραστικότητα της επιθυμίας και των προσπαθειών των ανθρώπων για δημιουργία και/ή την αύξηση της κατανόησής τους για το νόημα, τη σημασία και το σκοπό της ζωής τους»*. Ο Seligman (2002) από την πλευρά του αντιλαμβάνεται τη ζωή με νόημα ως τη βίωση μιας αίσθησης σύνδεσης/ανήκειν με/σε ένα μεγαλύτερο σύνολο και αναφέρει ότι επιτυγχάνεται μέσα από μια σειρά σημαντικών επιδιώξεων που έχει κάθε άνθρωπος για διάφορες καταστάσεις της ζωής του, όπως η εργασία, η φιλία, η απελευθέρωση από την ασθένεια και τον πόνο, οι υλικές ανέσεις, το κοινωφελές πνεύμα, η ομορφιά, η εκπαίδευση, η αγάπη, η γνώση και η ήσυχη συνείδηση. Έτσι, θεωρεί ότι το κλειδί για την ευτυχία είναι μια ζωή με νόημα, ενώ το πρόσωπο που ζει μια ζωή με νόημα εξυπηρετεί μεγαλύτερες και πιο χρήσιμες έννοιες απ' ότι είναι η προσωπική ευχαρίστηση και οι επιθυμίες.

Πολλές αναζητήσεις έχουν πραγματοποιηθεί από τους διάφορους ερευνητές σχετικά με τις πηγές του νοήματος ζωής, προκειμένου να γίνει η συγκεκριμένη έννοια περισσότερο κατανοητή και μετρήσιμη. Κατά τον Frankl (1973), λοιπόν, οι παράγοντες, που καθορίζουν πότε ένα άτομο μπορεί να ανακαλύψει το προσωπικό του

νόημα ζωής είναι: α) οι δημιουργικές αξίες, οι οποίες βιώνονται μέσα από την επίτευξη στόχων και την ανακάλυψη του πώς ο ίδιος συμβάλει στις διάφορες καταστάσεις της ζωής του, β) οι βιωματικές αξίες, που βιώνονται μέσα από θετικές προσλαμβάνουσες, όπως κάτι καλό, όμορφο και αληθινό που βιώνει το άτομο στη ζωή του και γ) οι συμπεριφορικές αξίες, οι οποίες αφορούν τη στάση που κρατά το άτομο σε μια δύσκολη και επίπονη κατάσταση ή φάση της ζωής του, η οποία δηλώνει αναπόφευκτα την αντίληψή του για τη ζωή και τον κόσμο. Από την άλλη πλευρά, για τους Reker και Chamberlain (2000) το νόημα ζωής προέρχεται από μια ποικιλία πηγών, όπως μια σύμπλεξη παραγωγικών και νοηματοδοτούμενων δραστηριοτήτων, το να κάνεις μια καλή πράξη, να αγαπάς έναν σημαντικό άλλο ή να παράγεις κάτι δημιουργικό και ανταποκρίνονται σε μια ποικιλία απαιτήσεων της ζωής.

Στην προσπάθεια ορισμού του νοήματος ζωής, οι ερευνητές ορίζουν παράλληλα και την έννοια του «υπαρξιακού κενού», η οποία αποτελεί την έλλειψη νοήματος κατά την οποία το άτομο είτε δεν προσπαθεί να βρει νόημα στη ζωή του, είτε παρεμποδίζεται αυτή του η προσπάθεια, γεγονός που οδηγεί σε επιζήμια αποτελέσματα για την ψυχολογική και πνευματική του ευημερία (Frankl, 1986). Παρά ταύτα, όπως αναφέρει και ο Baumeister (1991), αν και η ζωή κρύβει μια πολυπλοκότητα εμπειριών με απρόβλεπτες καταστάσεις, εκ των οποίων πολλές από αυτές είναι δυσάρεστες, ωστόσο οι άνθρωποι φαίνεται να θεωρούν τη ροή αυτή λογική και μέσα σε αυτό το πλαίσιο φέρεται να υποστηρίζουν πως βρίσκουν νόημα για τη ζωή τους.

Από όλα τα παραπάνω διαπιστώνεται ότι οι προσπάθειες προσδιορισμού της έννοιας του νοήματος ζωής εξελίσσονται μέσα στο χρόνο, ενώ διάφορα χαρακτηριστικά προστίθενται στην έννοια ανάλογα με την οπτική του κάθε ερευνητή. Ωστόσο, φαίνεται να υπάρχει ένας κοινός αμετάβλητος πυρήνας σε κάθε ορισμό, ο οποίος αφορά στην ανάγκη του ατόμου για εύρεση νοήματος στη ζωή του, συνταιριάζοντας τις διάφορες καταστάσεις ζωής και τις εμπειρίες του σε ένα μεγαλύτερο και ενιαίο πλαίσιο με ξεκάθαρους στόχους, αλλά και εντοπισμό της προσωπικής του συμβολής στη δική του ζωή ή/και των συνανθρώπων του.

1.1.2 Μοναξιά

Η μοναξιά είναι μία έννοια που χρησιμοποιείται καθημερινά και συνήθως είναι η πιο εύκολα κατανοητή από τις άλλες δύο, το νόημα ζωής και την ικανοποίηση από τη ζωή, όπου δημιουργείται πολύς χώρος για να εισχωρήσει το υποκειμενικό στοιχείο. Με άλλα λόγια, αποτελεί μια έννοια, η οποία συνήθως γίνεται αντιληπτή από την πλειοψηφία με περίπου ίδια χαρακτηριστικά. Για παράδειγμα ο Sullivan (1953) όρισε τη μοναξιά ως την εξαιρετικά δυσάρεστη εμπειρία, που συνδέεται με την ανεπαρκή εκπλήρωση της ανάγκης για ανθρώπινη, διαπροσωπική οικειότητα. Από την πλευρά της η Rook (1984) ως μοναξιά ονομάζει μία διαρκή κατάσταση συναισθηματικής δυσφορίας, που προκύπτει όταν ένα άτομο αισθάνεται ότι αποξενώνεται, παρεξηγείται ή απορρίπτεται από τους άλλους και δεν έχει δίπλα του ανθρώπους, που να του παρέχουν την αίσθηση της κοινωνικής ενσωμάτωσης και της συναισθηματικής οικειότητας. Βέβαια, όπως χαρακτηριστικά αναφέρει και ο McWhirter (1990) μοναξιά μπορεί να νιώσει κάποιος ακόμα και μέσα στο πλήθος ή την παρέα του ή την οικογένεια του, γι' αυτό άλλωστε και οι Perlman και Perlau (1982) δεν ταυτίζουν την μοναξιά με το να βρίσκεται κάποιος μόνος, ως φυσική παρουσία, αλλά την προσεγγίζουν ως μία εσωτερική διεργασία και ψυχολογική εμπειρία, που το άτομο αντιλαμβάνεται την ανεπάρκεια των κοινωνικών του σχέσεων, βιώνοντας την απόρριψη. Άλλωστε, πολλές έρευνες αναφέρουν ότι η μοναξιά οφείλεται στην αδυναμία του ατόμου να δημιουργήσει στενές και ουσιαστικές σχέσεις με τους ανθρώπους γύρω του ή οι υφιστάμενες σχέσεις βρίσκονται σε ανεπαρκές επίπεδο και περιγράφεται ως ένα οδυνηρό συναίσθημα (DiTommaso & Spinner, 1997).

Για τους Kraus, Davis, Bazzini, Church και Kirchman (1993) τα τρία χαρακτηριστικά της μοναξιάς είναι η αντιληπτή ανεπάρκεια σε ότι αφορά τον κοινωνικό κόσμο, η υποκειμενική κατάσταση, που βιώνει το άτομο και όχι η αντικειμενική λειτουργία του κοινωνικού κόσμου και η βίωσή της ως δυσάρεστη και οδυνηρή. Για τους Nilsson, Lindstrom και Naden (2006) η μοναξιά είναι η βαθύτερη πηγή κοινωνικού άγχους. Σύμφωνα με τον Weiss (1973) η μοναξιά χωρίζεται σε συναισθηματική και κοινωνική. Η συναισθηματική προκύπτει από την απουσία στενών και οικείων σχέσεων και προκαλεί αισθήματα κενού και άγχους, ενώ η κοινωνική προκύπτει από την απουσία ενός δικτύου κοινωνικών σχέσεων και δημιουργεί αισθήματα περιθωριοποίησης, πλήξης και άσκοπης ύπαρξης χωρίς στόχους. Με απλά λόγια λοιπόν, παρατηρείται σχεδόν από όλες τις αναφορές, ότι, η

μοναξιά είναι μία δυσάρεστη κατάσταση, που προκαλεί συναισθηματική δυσφορία και άγχος και παράλληλα έχει και κοινωνικές επιπτώσεις, όπως περιθωριοποίηση και απομόνωση από το κοινωνικό σύνολο.

1.1.3 Ικανοποίηση από τη ζωή

Η έννοια της ικανοποίησης από τη ζωή είναι μια έννοια αρκετά κοντινή με αυτή του νοήματος της ζωής. Για το λόγο αυτό θα προσπαθήσουμε να αποσαφηνίσουμε όσο το δυνατόν πιο ολοκληρωμένα αυτήν την έννοια, ώστε να αποφευχθούν συγχίσεις και παρερμηνείες. Ως μία σύνοψη της βιβλιογραφίας που μελετήθηκε, θα μπορούσε να ειπωθεί ότι η ικανοποίηση από τη ζωή είναι το άθροισμα της ικανοποίησης των διαφόρων τομέων της ζωής (Alfonso, Allinson, Rader, & Gorman, 1996. Andrews & Withey, 1976. Campbell, Converse & Rodgers, 1976. Frisch, 2006. Hall, 1976) και δεν αφορά μόνο ορισμένες πλευρές και στάσεις του ανθρώπου. Είναι δηλαδή, μία έννοια πολύπλευρη. Το γεγονός αυτό επιβεβαιώνεται και στη μελέτη των Peterson, Park και Seligman (2005), η οποία μέτρησε την ικανοποίηση από τη ζωή με τρεις διαφορετικούς τρόπους. Μέσω ευχαρίστησης, μέσω συμμετοχής και μέσω του νοήματος ζωής. Κατέληξαν, λοιπόν, στο συμπέρασμα πως οι τρεις αυτές μεταβλητές, πέρα από το γεγονός ότι η κάθε μία συνδέεται με την ικανοποίηση από τη ζωή, αποτελούν τα κριτήρια διάκρισης μεταξύ μιας πλήρους ζωής και του κενού της ζωής. Με άλλα λόγια το άτομο που νιώθει συχνά το αίσθημα της ευχαρίστησης, είναι συμμετοχικό στην κοινότητα και παρουσιάζει υψηλά επίπεδα νοήματος ζωής, θεωρείται ένα άτομο με πλήρη ζωή.

Οι φιλόσοφοι και ψυχολόγοι εδώ και πολλά χρόνια ασχολούνται με την καλή ποιότητα ζωής και πώς μπορεί να επιτευχθεί η μεγιστοποίηση της απόλαυσης και του ηδονισμού (Russell, 1999), ενώ ως ποιότητα ζωής προσδιορίζεται η συνολική εκτίμηση της ικανοποίησης από τη ζωή ενός ατόμου σύμφωνα με τα επιλεγμένα κριτήριά του (Shin & Johnson, 1978). Γίνεται, λοιπόν, κατανοητό ότι η ποιότητα της ζωής είναι ένα μέτρο συνολικής ικανοποίησης από τη ζωή και όχι ένα άθροισμα ικανοποίησης σε συγκεκριμένους τομείς της ζωής (Leung & Lee, 2005). Με άλλα λόγια η ποιότητα ζωής και η ικανοποίηση από τη ζωή χρησιμοποιούνται συχνά ως ταυτόσημοι όροι. Σύμφωνα με τους τελευταίους (Leung & Lee, 2005) η ποιότητα ζωής επηρεάζεται από χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, όπως η αισιοδοξία και η

αυτοεκτίμηση, αλλά επηρεάζεται επίσης και από περιβαλλοντικούς παράγοντες, όπως η οικογένεια, η εργασία, η ψυχαγωγία, η κοινότητα και άλλα παρόμοια.

Παράλληλα, οι Diener, Emmons, Larsen και Griffin (1985) εξισώνουν την ικανοποίηση από τη ζωή με την υποκειμενική ευτυχία ή την προσωπική ικανοποίηση και θεωρούν ότι ο βαθμός ικανοποίησης, που βιώνει κάθε άνθρωπος στη ζωή του, προέρχεται μέσω μιας σύγκρισης που κάνει με την υφιστάμενη κατάσταση και τα δεδομένα που έχει βάλει το ίδιο το άτομο για τον εαυτό του, τα οποία πιστεύει ότι θα το κάνουν να αισθανθεί ικανοποίηση. Οι Kahneman και Krueger, (2006) τονίζουν ότι η ικανοποίηση από τη ζωή των ατόμων καθορίζεται, εν μέρει, από τους κοινωνικούς δεσμούς τους. Παράλληλα, οι Valenzuela, Park και Kee (2009) αναφέρουν ότι οι αξιολογήσεις της ευτυχίας από τους φίλους ενός ατόμου, η κοινωνική και εξωστρεφής προσωπικότητα του, οι συχνές διαπροσωπικές επικοινωνίες που έχουν θετικές επιπτώσεις και η ευτυχία των μελών της οικογένειας του ατόμου σχετίζονται με υψηλή ικανοποίηση από τη ζωή και ευτυχία. Γι' αυτό άλλωστε, όπως αναφέρει και η Harter (1999), τα διαπροσωπικά σχόλια και η αποδοχή από ομότιμους είναι ισχυροί προγνωστικοί παράγοντες της ικανοποίησης από τη ζωή. Οι Argyle και Crossland (1987) από την πλευρά τους ορίζουν την ευτυχία ως μια κατάσταση χαράς και θετικών συναισθημάτων ή ως την ικανοποίηση από τη ζωή σε ένα γενικότερο πλαίσιο ή από την εργασία, την ψυχαγωγία και άλλα τμήματα της ζωής.

Επίσης, οι Sirgy και Wu (2009:185), αναπτύσσουν τη θεωρία της ισορροπημένης ζωής ορίζοντας την ισορροπία ως *«μια κατάσταση που αντανakλά ικανοποίηση ή εκπλήρωση σε διάφορους σημαντικούς τομείς με ελάχιστη ή καμία αρνητική επιρροή σε άλλους τομείς»*. Υποστηρίζουν ότι η ισορροπία στη ζωή συμβάλλει στην αίσθηση υποκειμενικής ευημερίας, γιατί οι άνθρωποι χρειάζονται να αντλούν ευχαρίστηση από τους διάφορους τομείς της ζωής τους. Η ευημερία σε έναν μόνο τομέα έχει συγκεκριμένο όριο ικανοποίησης. Σύμφωνα με τους παραπάνω και οι δύο αυτές ανάγκες χρειάζεται να πληρούνται για να βιώσει ένα άτομο υψηλά επίπεδα ικανοποίησης, επομένως με αυτόν τον τρόπο η ισορροπία συμβάλλει στην υποκειμενική ευημερία. Δηλαδή, για να επιτευχθεί μια «αυθεντική ευτυχία» οι άνθρωποι χρειάζεται να βιώσουν μια ευχάριστη ζωή, γεμάτη νόημα, με καλή ποιότητα και ταυτόχρονα μια ισορροπημένη ζωή.

1.1.4 Προβληματική χρήση του διαδικτύου και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης

Απαραίτητη προϋπόθεση για να προχωρήσουμε στον ορισμό της προβληματικής χρήσης του διαδικτύου θεωρήθηκε η διευκρίνιση, αρχικώς, της έννοιας της υγιούς χρήσης του. Ο Davis (2001), λοιπόν, ορίζει την «υγιή χρήση του διαδικτύου» ως τη σύνδεση του χρήστη σε αυτό, προκειμένου να επιτευχθεί ένας συγκεκριμένος στόχος, εντός του κατάλληλου χρονικού πλαισίου και χωρίς ο χρήστης να παρουσιάζει γνωστικές ή συμπεριφορικές δυσλειτουργίες που να οφείλονται στο διαδίκτυο.

Η προβληματική χρήση του διαδικτύου αποτελεί έναν αρκετά πρόσφατο όρο στη βιβλιογραφία, ενώ στο παρελθόν το περιεχόμενο αυτού του όρου αποδίδονταν με άλλους τρόπους. Μερικοί από αυτούς είναι ο «εθισμός στο διαδίκτυο», που αναφέρθηκε για πρώτη φορά από τον Goldberg (1996, στο Yu, Tian, Vogel, & Kwok, 2010) και στη συνέχεια εξελίχθηκε ως «εξάρτηση από το διαδίκτυο», η οποία μετατράπηκε σε «παθολογική χρήση του διαδικτύου» (Davis, 2001) και τέλος ως «προβληματική χρήση του διαδικτύου» (Davis, Flett & Besser, 2002). Ο αρχικός ορισμός του Goldberg (1996, στο Yu et al, 2010) εστίαζε στις ανεπιθύμητες συνέπειες στην ζωή των ατόμων από την υπερβολική χρήση του διαδικτύου και έκτοτε ξεκίνησε δειλά δειλά να αντιμετωπίζεται ως σοβαρή ψυχολογική εξάρτηση (Griffiths, 2000).

Ένας ευρέως χρησιμοποιούμενος ορισμός της προβληματικής χρήσης του διαδικτύου την ονομάζει ως ένα πολυδιάστατο σύνδρομο, που αποτελείται από γνωστικά και συμπεριφορικά συμπτώματα, τα οποία οδηγούν σε ψυχολογικές, κοινωνικές, εργασιακές ή ακαδημαϊκές δυσκολίες στη ζωή ενός ατόμου (Caplan, 2003. Davis, 2001. Davis et al. 2002. Morahan-Martin & Schumacher, 2003). Κατά τον Davis (2001) η συμπτωματολογία του εθισμού στο διαδίκτυο περιλαμβάνει την ανοχή, την εμμονή για χρήση, την έλλειψη αυτό-ελέγχου, την αδυναμία παύσης ή περιορισμού της χρήσης και συμπτώματα στέρησης και υποτροπής. Οι Schoenfeld και Yan (2012:17) από την πλευρά τους με τον όρο εθισμό στο διαδίκτυο χαρακτηρίζουν *«την κακή προσαρμογή στη χρήση του διαδικτύου, που παρεμβαίνει σημαντικά στην καθημερινή ρουτίνα και τις δραστηριότητες ενός φυσιολογικού ατόμου, συμπεριλαμβανομένων και των περιορισμών στις σχέσεις του με τους φίλους, την*

οικογένεια και τους συντρόφους, σε κάποια εργασία, στο σχολικό περιβάλλον, αλλά και γενικότερα στην ψυχολογική ευεξία του».

Όλοι οι ορισμοί που έχουν δοθεί κατά καιρούς συμφωνούν σε ορισμένα κοινά χαρακτηριστικά, όπως ο χρόνος που δαπανάται στο διαδίκτυο, η αλλαγή διάθεσης, τα συμπτώματα στέρησης, όπως η ανησυχία και ευερεθιστότητα που παρατηρείται σε περιόδους χωρίς χρήση, η σταδιακή αύξηση της χρήσης και σημάδια, όπως η ανάγκη να δαπανώνται μεγάλα χρονικά διαστήματα στο διαδίκτυο και η πιθανότητα υποτροπής μετά από μια περίοδο αποχής (Griffiths, 2005. Young & Rodgers, 1998). Από την πλευρά τους οι Schoenfeld και Yan (2012:17) αναφέρουν πως τα κύρια συμπτώματα του εθισμού στο διαδίκτυο είναι *«η ανοχή, η απόσυρση, η κατανάλωση υπερβολικού χρόνου στο διαδίκτυο για την επίτευξη της ικανοποίησης, η ψυχαναγκαστική χρήση, προβλήματα στις σχέσεις με τους φίλους, την οικογένεια και τους συντρόφους, καθώς και προβλήματα στην εργασία ή το σχολείο».*

Τέλος, είναι απαραίτητο να επισημάνουμε πως ο εθισμός στις διαδικτυακές σχέσεις αποτελεί σύμφωνα με την Young (1998) μία από τις υποκατηγορίες της προβληματικής χρήσης του διαδικτύου και προφανώς κατ' επέκταση περιλαμβάνει την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Επομένως, είναι δυνατόν να συμπεράνουμε πως η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης παρουσιάζει τα ίδια χαρακτηριστικά με την προβληματική χρήση του διαδικτύου, όπως αυτά αναφέρθηκαν παραπάνω.

1.2 Βιβλιογραφική ανασκόπηση

Στο παρόν υποκεφάλαιο θα επιχειρήσουμε να εξετάσουμε πώς οι μεταβλητές της παρούσας εργασίας εμφανίζονται στην βιβλιογραφία. Πιο συγκεκριμένα θα παραθέσουμε την ύπαρξη ή μη σχέσης, καθώς και το είδος της σχέσης κάθε μίας από αυτές τις μεταβλητές με την ανεξάρτητη μεταβλητή της έρευνάς μας, η οποία είναι η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, όπως εμφανίζονται σε προγενέστερες έρευνες. Οι μεταβλητές για τις οποίες θα αναζητήσουμε την ύπαρξη σχέσης με την προβληματική χρήση είναι το νόημα της ζωής, η μοναξιά, η ικανοποίηση από τη ζωή, καθώς και ορισμένα δημογραφικά στοιχεία, που συμπεριλήφθηκαν στην παρούσα έρευνα, όπως το φύλο, η ηλικία, η επαγγελματική κατάσταση, ο τόπος κατοικίας. Επίσης, θα διερευνηθούν ορισμένα χαρακτηριστικά

της χρήσης που κάνουν στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, όπως ο ημερήσιος χρόνος που δαπανούν οι χρήστες σε αυτά και το χρονικό διάστημα που διαθέτουν προφίλ σε κάποιο από αυτά τα μέσα, πάντα σε σχέση με την προβληματική χρήση.

1.2.1 Μέσα κοινωνικής δικτύωσης και προβληματική χρήση

Σε αυτό το σημείο θα γίνει αναφορά στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και την προβληματική χρήση τους, δηλαδή στην κυριότερη μεταβλητή της συγκεκριμένης έρευνας. Για το λόγο αυτό επιλέχθηκε να αναλυθεί σε ξεχωριστό υποκεφάλαιο, δίνοντας την ευκαιρία για μια περισσότερο ενδελεχή τοποθέτηση. Όπως προαναφέρθηκε η σύγχρονη εποχή έχει ωθήσει τον άνθρωπο σε αλματώδη τεχνολογικά βήματα και μέσα σε όλες αυτές τις εξελίξεις βασικό στοιχείο αποτελούν το διαδίκτυο και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Σήμερα, ο παραδοσιακός τρόπος της κατά πρόσωπο επαφής έχει εξελιχθεί και συχνά αντικαθίσταται με την επαφή από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, από τα οποία το πιο διαδεδομένο φέρεται πως είναι το Facebook, όπως αναφέρουν και οι Lenhart, Purcell, Smith και Zickuhr (2010), καθώς θεωρείται το πιο ευρέως χρησιμοποιημένο μεταξύ των ενηλίκων.

Οι DeLambo, Homa, Peters, DeLambo και Chandras (2011) αναφερόμενοι στους λόγους που οι νέοι χρησιμοποιούν το Facebook, εστιάζουν κυρίως στην επανασύνδεση των χρηστών με παλιούς φίλους, για να διατηρήσουν τις νέες τους επαφές, για να αντλούν πληροφορίες από ομότιμους, αλλά και γενικότερα, για να δημοσιεύουν φωτογραφίες και καταστάσεις τους, για να ενημερώνονται για κοινωνικές εκδηλώσεις και τέλος για να αισθάνονται κοινωνικά συνδεδεμένοι με το ευρύτερο περιβάλλον. Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης φαίνεται να παρέχουν διάφορα χαρακτηριστικά για την αλληλεπίδραση των μελών, όπως τη λίστα των φίλων, τον τοίχο με τις πληροφορίες, τα σπρωξίματα, την κατάσταση, τις εκδηλώσεις, τις φωτογραφίες, τα βίντεο, τα μηνύματα, τις ομάδες, τις συνομιλίες, την ένδειξη «μου αρέσει» στη δημοσιευμένη κατάσταση των άλλων και πολλά άλλα. Όλες αυτές οι λειτουργίες οδηγούν, όπως ανέφεραν και οι συγγραφείς (Nadkarni & Hofmann, 2012), στη διάδραση μεταξύ των χρηστών. Αυτός είναι πλέον, ένας νέος καθημερινός τρόπος αλληλεπίδρασης των μελών μιας κοινωνίας, πέρα από την κατά πρόσωπο επαφή.

Βέβαια σε όλες αυτές τις εξελίξεις βοηθούν και οι συγκυρίες της καθημερινότητας. Για παράδειγμα, όπως αναφέρουν οι Ellison, Steinfield και Lampe

(2007), η επικοινωνία με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι πολλή πρόσφορη, όταν η κατά πρόσωπο είναι περιορισμένη λόγω φυσικής απόστασης. Γι' αυτό άλλωστε και οι Katz, Rice και Aspden (2001) υποστηρίζουν πως η κοινωνικότητα που παρουσιάζουν οι χρήστες του διαδικτύου είναι διασκορπισμένη γεωγραφικά και δεν περιορίζεται στα στενά όρια της γειτονιάς, του σχολείου και της εργασίας. Στα γεωγραφικά κριτήρια επικεντρώνονται και οι Dimmick, Kline και Stafford (2000), οι οποίοι αναφέρουν πως αυτά συμβάλλουν αρκετά στο κατά πόσο αποδοτικότερη είναι η επικοινωνία μέσα από το διαδίκτυο. Οι σχέσεις εξ αποστάσεως φαίνεται λογικό να διατηρούνται σε καλύτερα επίπεδα μέσω του διαδικτύου, αφού οι δια ζώσης συναντήσεις είναι αναγκαστικά περιορισμένες. Μάλιστα οι ίδιοι υποστηρίζουν πως το διαδίκτυο σε αυτές τις περιπτώσεις είναι αποδοτικότερο και από το τηλέφωνο, γεγονός στο οποίο συμφωνούν και οι Chen, Boase και Wellman (2002), ειδικότερα όταν οι χιλιομετρικές αποστάσεις μεγαλώνουν. Οι Cummings, Lee και Kraut (2006) εστιάζοντας στην επικοινωνία των φοιτητών κατά την μετάβαση τους στο κολλέγιο υποστηρίζουν ότι η επικοινωνία μέσω διαδικτύου είναι πολύ ωφέλιμη για τους φοιτητές καθώς διατηρεί τις επαφές τους σε στενότερα επίπεδα σε σχέση με τηλεφωνήματα ή άλλου είδους, εξ αποστάσεως, τρόπους επικοινωνίας. Για τους ίδιους είναι ζωτικής σημασίας για τη διατήρηση των σχέσεων, η ποσότητα επικοινωνίας και όχι η ποιότητα. Σίγουρα το ζήτημα της ποσότητας και της ποιότητας επικοινωνίας είναι ένα θέμα που θα απασχολήσει εν μέρει την παρούσα εργασία και θα αναλυθεί παρακάτω, αλλά είναι δεδομένο πως τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης έχουν κερδίσει πρόσφορο έδαφος στην επικοινωνία έναντι άλλων μορφών, όπως το τηλέφωνο και το ταχυδρομείο, ειδικότερα σε περιπτώσεις που τα αλληλεπιδρώντα μέλη βρίσκονται μακριά.

Συχνά σε έρευνες αναπτύσσεται ποικίλη επιχειρηματολογία από τους ερευνητές για το λόγο που εντάθηκε στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων η επικοινωνία με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Προς αυτή την κατεύθυνση οδεύει η αντίληψη της Boyd (2008), η οποία υποστηρίζει πως οι ιστότοποι κοινωνικής δικτύωσης περιλαμβάνουν κάποια χαρακτηριστικά, που δεν υπάρχουν στις κατά πρόσωπο σχέσεις των ανθρώπων στην κοινωνική τους ζωή και αυτά είναι η επιμονή, η δυνατότητα αναζήτησης πληροφοριών, η αναπαραγωγή και το αόρατο κοινό. Τα χαρακτηριστικά αυτά είναι φανερό πως καταδεικνύουν και τον τρόπο με τον οποίο αλληλεπιδρούν πλέον οι άνθρωποι μέσω του διαδικτύου, που έχει εισβάλει στην

καθημερινότητα τους. Στο ίδιο μήκος κύματος κατευθύνεται και η άποψη των Katz et al. (2001), κατά την οποία υποστηρίζεται πως το διαδίκτυο ενισχύει την κοινωνική αλληλεπίδραση και μπορεί να ενισχύει ακόμα και τη συμμετοχή σε κοινωνικές ομάδες και κοινότητες και να κάνει τους χρήστες πιο ενεργούς πολίτες (Rice, 2001). Άλλωστε είναι γνωστό πως οι κοινότητες του διαδικτύου έχουν αναδειχθεί ως μια μορφή κοινωνικού δικτύου, και οι σε απευθείας σύνδεση ιστότοποι κοινωνικής δικτύωσης (όπως το Facebook) επέκτειναν ταχέως την επικοινωνία και την αλληλεπίδραση μεταξύ των χρηστών (Boyd & Ellison, 2007. Nadkarni & Hofmann, 2012).

Παρά ταύτα, όμως, υπάρχουν και επιστημονικές απόψεις, που καταλήγουν στο γεγονός πως η κατά πρόσωπο επαφή δεν μπορεί να αντικατασταθεί στην επικοινωνία των ανθρώπων. Για παράδειγμα οι Baym, Zhang και Lin (2004) διαπίστωσαν πως παρότι το διαδίκτυο έχει ενσωματωθεί στη ζωή των φοιτητών, από την έρευνα τους προέκυψε ότι η κατά πρόσωπο επικοινωνία μεταξύ τους συνεχίζει να θεωρείται ο βασικός τρόπος αλληλεπίδρασης, ακόμα και αν ο όρος κοινωνικοποίηση αναφέρεται ως ένα από τα πιο δημοφιλή χαρακτηριστικά της χρήσης του διαδικτύου. Δηλαδή τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης φαίνεται να λειτουργούν συμπληρωματικά στην επικοινωνία, την αλληλεπίδραση και την κοινωνικότητα, χωρίς να λειτουργούν εις βάρος της διαπροσωπικής επικοινωνίας. Επίσης, ο Stoll (1995) υποστηρίζει ότι η επικοινωνία των ανθρώπων μέσω του διαδικτύου αντιβαίνει στη φύση του ανθρώπου, ως κοινωνικό όν, όπου προορίζεται να θεμελιώνει ουσιαστικές διαπροσωπικές σχέσεις. Η ανάπτυξη επικοινωνίας με το πάτημα ενός κουμπιού σε έναν εικονικό κόσμο δεν μπορεί να αποτελέσει ουσιαστική φιλία και επικοινωνία όπως συμβαίνει με τον πραγματικό κόσμο (Numes, 1995). Σύμφωνα στις παραπάνω απόψεις φαίνεται να είναι και οι Kraut et al. (1998), οι οποίοι υποστηρίζουν ότι οι αδύναμες κοινωνικές σχέσεις που δημιουργούνται στο διαδίκτυο μπορούν να ενδυναμωθούν με την κατά πρόσωπο επικοινωνία, ενώ παράλληλα και οι Miller και Slater (2000) θεωρούν προβληματική την επικοινωνία μέσω του διαδικτύου για την κοινωνική αλληλεπίδραση.

Από όλα τα παραπάνω λοιπόν, γίνεται αντιληπτός, ο τρόπος που επηρεάζουν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης την καθημερινότητα των ανθρώπων, αλλά το φλέγον ζήτημα, που είναι προς διερεύνηση, αφορά στο κατά πόσο αλλοιώνουν την προσωπική επαφή και αν αυτός ο τρόπος επικοινωνίας καθιστά προβληματική τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Οι απόψεις επ' αυτού του ζητήματος δίστανται με

άλλες έρευνες να προσεγγίζουν με θετικό μάτι την εξέλιξη αυτή και άλλες όχι. Αυτή τη διχογνωμία θα προσπαθήσει να προσεγγίσει και η παρούσα έρευνα, αφού σκοπός της είναι να μελετήσει και να κατανοήσει τον τρόπο συμπεριφοράς των χρηστών των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, σε συνδυασμό με τις μεταβλητές της μοναξιάς, του νοήματος ζωής και της ικανοποίησης από τη ζωή.

1.2.2 Προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και νόημα ζωής

Κατά τη βιβλιογραφική ανασκόπηση δεν κατέστη εφικτό να εντοπιστούν έρευνες που να συσχετίζουν άμεσα την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης με το νόημα της ζωής. Για το λόγο αυτό επιλέχθηκε η αξιοποίηση συσχετίσεων με τους επιμέρους παράγοντες του νοήματος ζωής, όπως το υπαρξιακό κενό, η αναζήτηση στόχου, ο σκοπός της ζωής και οι υπόλοιποι, καθώς και με τους επιμέρους παράγοντες της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, όπως η καταναγκαστική χρήση, η αλλαγή διάθεσης, τα κοινωνικά οφέλη και τους λοιπούς παράγοντες.

Οι Shek et al. (2013) στην έρευνά τους διαπιστώνουν πως τα προβλήματα στην ανθρώπινη ύπαρξη, όπως η έλλειψη νοήματος ζωής, η έλλειψη γνησιότητας και η αποξένωση συμβάλουν στην προβληματική χρήση του διαδικτύου. Άλλωστε κατά τους υπαρξιστές, οι οποίοι ασχολούνται με το νόημα της ζωής, όχι μόνο η εξάρτηση από το διαδίκτυο, αλλά και κάθε μορφή εξάρτησης έχει τα αίτιά της στην έλλειψη νοήματος, στο φόβο της απομόνωσης και στην απώλεια ελευθερίας. Τα άτομα, λοιπόν, που βιώνουν υπαρξιακό κενό είναι πολύ πιθανό να προστρέξουν στον διαδικτύο για να γεμίσουν αυτό το κενό, δημιουργώντας έντονες τάσεις για προβληματική χρήση, ενώ η έλλειψη αυθεντικότητας στη ζωή είναι δυνατόν να γεννήσει ανησυχίες και αναζητήσεις, που εύκολα μπορούν να οδηγήσουν σε προβληματική χρήση του διαδικτύου. Η τελευταία αυτή παραδοχή μας δίνει μία ακόμη σχέση της αναζήτησης στόχου με την προβληματική χρήση του διαδικτύου.

Οι ίδιοι (Shek et al., 2013) βασιζόμενοι στη θεωρία των αναγκών του Maslow εξηγούν τον εθισμό στο διαδίκτυο ως την ανάγκη του ατόμου να ικανοποιήσει τις διαπροσωπικές του ανάγκες και να φτάσει στην αυτοπραγμάτωση μέσα από έναν εικονικό κόσμο, εξαιτίας του ότι η προσπάθεια αυτή στον φυσικό κόσμο έχει

αποτύχει. Κατ' επέκταση, με βάση την παραπάνω εξήγηση, μπορεί να υποθεθεί ότι ο εθισμός στο διαδικτυο σχετίζεται με μια αίσθηση έλλειψης νοήματος και υπαρξιακού κενού, έλλειψης σκοπού και κατεύθυνσης στη ζωή, εξαιτίας των οποίων το άτομο μπαίνει σε μία διαδικασία αναζήτησης στόχου. Η υπόθεση αυτής της σχέσης μπορεί να βασιστεί στο γεγονός ότι η αυτοπραγμάτωση του Maslow δεν απέχει πολύ ως έννοια από την εύρεση νοήματος ζωής, μιας και αφορά μια κατάσταση όπου το άτομο έχει καλύψει τις βασικές του ανάγκες και είναι σε θέση να ασχοληθεί με ζητήματα πιο πνευματικά που νοηματοδοτούν τη ζωή του.

Επιπλέον, αν και θα γίνει εκτενέστερη αναφορά στο κοινωνικό άγχος συγκριτικά με την προβληματική χρήση στο επόμενο υποκεφάλαιο της μοναξιάς, επιλέχθηκε να αναφερθεί σε αυτό το σημείο η διαπίστωση των Morahan-Martin και Schumacher (2000), που αφορά στο γεγονός ότι τα άτομα μπορούν να μειώσουν το κοινωνικό τους άγχος ανακτώντας τον έλεγχο που δεν είχαν στις δια ζώσεις σχέσεις τους, με τις σχέσεις που δημιουργήθηκαν στον κυβερνοχώρο. Η συγκεκριμένη διαπίστωση μας οδηγεί στο γεγονός ότι η αίσθηση του ελέγχου και της επιλογής στη ζωή του κάθε ατόμου, που αποτελεί έναν από τους παράγοντες του νοήματος ζωής, εμφανίζει κάποια σχέση με την προβληματική χρήση του διαδικτύου.

Είναι γεγονός πως το εύρος των ερευνών που παρουσιάστηκαν για τη συσχέτιση των δύο μεταβλητών δεν μπορεί να θεωρηθεί επαρκές, ωστόσο, όπως προαναφέρθηκε, αυτό οφείλεται στην έλλειψη ανάλογων ερευνών. Επίσης, είναι απαραίτητο να τονίσουμε ότι και οι παραπάνω αναφορές αφορούν στην προβληματική χρήση του διαδικτύου γενικότερα και όχι αποκλειστικά των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Παρά ταύτα επιλέχθηκε να παρουσιαστούν αυτά τα δεδομένα, μιας και βιβλιογραφικά τόσο η προβληματική χρήση του διαδικτύου, όσο και η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης εμφανίζουν ακριβώς τα ίδια συμπτώματα και αποτελέσματα (Young, 1998).

1.2.3 Προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και μοναξιά

Όσον αφορά τη σχέση που υπάρχει μεταξύ της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και της μοναξιάς, έχουμε στη διάθεσή μας περισσότερες έρευνες που αποπειράθηκαν να τη μελετήσουν. Αδιαμφησβήτητα υπάρχει στατιστικά

σημαντική συσχέτιση μεταξύ των δύο προαναφερόμενων μεταβλητών, καθώς όπως αναφέρουν οι Shek et al. (2013) ο λόγος που καταλήγουν τα άτομα να εμφανίζουν προβληματική χρήση του διαδικτύου, είναι για να ξεφύγουν από επώδυνες εμπειρίες και συναισθήματα, όπως η κατάθλιψη και η μοναξιά.

Από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση προέκυψε ότι υπάρχει διχογνωμία μεταξύ των ερευνητών για το είδος της σχέσης που εμφανίζει η προβληματική χρήση του διαδικτύου με την μοναξιά. Δεν είναι λίγες οι μελέτες που έχουν διαπιστώσει πως όσο αυξάνεται η προβληματική χρήση του διαδικτύου, τόσο αυξάνεται και η μοναξιά, η συστολή και η αποφυγή των κοινωνικών σχέσεων και αντίστροφα (Ceyhan & Ceyhan, 2008. Gross et al., 2002. Kraut et al., 1998. Mittal et al., 2007. Odaci & Kalkan, 2010. Skues, Williams, & Wise, 2012. Yang & Tung, 2007. Lavin et al., 2004). Παράλληλα, άλλες έρευνες δείχνουν ταυτόχρονη αύξηση της μοναξιάς και του ημερήσιου χρόνου ενασχόλησης με το Facebook και αντίστροφα (Ryan & Xenos, 2011. Schwartz, 2010. Wohn & LaRose, 2014).

Από την άλλη πλευρά η έρευνα των Lou et al. (2012) δείχνει αρνητική σχέση μεταξύ μοναξιάς και έντασης χρήσης του Facebook. Στην ίδια κατεύθυνση βρίσκεται και η έρευνα των Deters και Mehl (2012), όπου προέκυψε πως η μοναξιά μειώνεται όταν ο χρήστης αυξάνει τη δραστηριότητα του στο Facebook ενημερώνοντας την κατάσταση του, αφού αποκτά την ιδέα της διατήρησης της κοινωνικής συνεκτικότητας, καθώς και όταν αισθάνεται ότι είναι συνδεδεμένος με τους φίλους του σε καθημερινή βάση, ανεξάρτητα αν δέχεται άμεση ανατροφοδότηση από αυτούς στις ενημερώσεις που κάνει. Για τους ίδιους η έλλειψη ανατροφοδότησης δεν επηρεάζει την μοναξιά επειδή ακόμα και η απλή ενημέρωση της κατάστασης που κάνει ο χρήστης, του ενισχύει το αίσθημα της κοινωνικής ένταξης.

Πέρα από το είδος της σχέσης που παρουσιάζεται με τη μεταβλητή της μοναξιάς γενικότερα, πραγματοποιήθηκε προσπάθεια να διαπιστώσουμε αν οι διάφορες έρευνες παρουσιάζουν διαφοροποιήσεις στη συσχέτιση της προβληματικής χρήσης του διαδικτύου με την κοινωνική μοναξιά, τη μοναξιά σε επίπεδο οικογένειας και τη μοναξιά σε επίπεδο σχέσεων, όπου είναι οι τρεις διαστάσεις της μοναξιάς κατά τον Weiss (1973), στη θεωρία του οποίου βασίστηκε το ερωτηματολόγιο που θα χρησιμοποιήσουμε στην παρούσα έρευνα. Διαπιστώθηκε, λοιπόν, πως οι μελέτες που έχουν πραγματοποιηθεί σχετικά με το κοινωνικό άγχος και την προβληματική χρήση του διαδικτύου, δίνουν απαντήσεις στη σχέση με την κοινωνική μοναξιά, που εμείς

αναζητούμε και θα αναφερθούμε αμέσως σε μερικές από αυτές. Η Sheldon (2008) υποστηρίζει ότι οι χρήστες που παρουσιάζουν κοινωνικό άγχος αρέσκονται στη χρήση του Facebook για την καταπολέμηση της μοναξιάς, αφού έχουν την τάση να αισθάνονται πιο άνετα σε αυτού του είδους την αλληλεπίδραση απ' ό,τι στην κατά πρόσωπο. Με άλλα λόγια τα άτομα με υψηλά επίπεδα μοναξιάς καταφεύγουν στη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, ώστε να μειώσουν αυτό το αίσθημα (LaRose et al., 2003. Lee & Perry, 2004. Sheldon, Abad & Hirsch, 2011), να αυξήσουν το αίσθημα του «ανήκειν» (Nadkarni & Hofmann, 2012. Yu et al., 2010) και να καλύψουν τις κοινωνικές τους ανάγκες. Με αυτόν τον τρόπο αυξάνουν τα λεγόμενα κοινωνικά οφέλη της προβληματικής χρήσης, δηλαδή τα οφέλη που αποκομίζουν οι χρήστες από τις σχέσεις τους στη διαδικτυακή κοινότητα, σε αντίθεση με την πραγματική ζωή. Κοινή παραδοχή από πολλούς ερευνητές αποτελεί, επίσης, το γεγονός πως τα άτομα που δεν διατηρούν πολλούς φίλους στην πραγματική ζωή, με υψηλά επίπεδα μοναξιάς και κοινωνικού άγχους εμφανίζουν μεγαλύτερη τάση για προβληματική χρήση του διαδικτύου, αφού εκεί τους δίνεται η δυνατότητα να παρουσιάσουν έναν διαφορετικό χαρακτήρα, κρύβοντας αδυναμίες και ατέλειές τους, γι' αυτό και προτιμούν κυρίως τη δημιουργία σχέσεων με αγνώστους (Caplan, 2003. Gross et al., 2002. McKenna, Green & Gleason, 2002). Έτσι δημιουργείται ένας φαύλος κύκλος, όπου η αρνητική ενίσχυση που περιγράφηκε παραπάνω σχετικά με τη δημιουργία φίλων, ενισχύει τη μοναξιά και η μοναξιά με τη σειρά της οδηγεί σε μεγαλύτερη τάση προς τις διαδικτυακές σχέσεις (Morahan-Martin, 1999).

Ανάλογα είναι τα αποτελέσματα και στο ζήτημα της μοναξιάς σε επίπεδο οικογένειας, καθώς οι Shek et al. (2013) τονίζουν πως μια σειρά από κακές πρακτικές στην οικογένεια, όπως η κακή επικοινωνία, η έλλειψη συναισθηματικής έκφρασης, οι συγκρούσεις, τα συζυγικά προβλήματα, η κακή ανατροφή των παιδιών, ο υπερβολικός γονικός έλεγχος ή τα πολύ χαλαρά όρια στις σχέσεις και γενικότερα οποιουδήποτε είδους κακή σχέση γονέα – παιδιού, δύναται να φέρει το άτομο πιο κοντά στην προβληματική χρήση του διαδικτύου. Μια τέτοια κατάσταση στην οικογένεια επηρεάζει περισσότερο τους εφήβους, καθιστώντας τους ομάδα κινδύνου για προβληματική χρήση του διαδικτύου και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Ωστόσο, είναι δυνατόν να επηρεάσει σημαντικά και τους ενήλικες, τόσο άμεσα όσο και έμμεσα. Ένας τρόπος για να συμβεί αυτό είναι ο γεγονός ότι οι έφηβοι που βίωσαν το προαναφερόμενο είδος σχέσης με τους γονείς τους είναι πολύ πιθανό να αναπτύξουν

κακές κοινωνικές σχέσεις και κοινωνικές δεξιότητες ως ενήλικες. Επομένως, πάλι θα βρίσκονται ένα βήμα πιο κοντά στην προβληματική χρήση σε σύγκριση με τους υπόλοιπους. Επίσης, οι Ryan και Xenos (2011) συμφωνούν πως οι χρήστες του facebook φαίνεται να είναι τα άτομα που έχουν ισχυρότερα συναισθήματα οικογενειακής μοναξιάς.

Η μεταβλητή της μοναξιάς σε επίπεδο ερωτικών σχέσεων παρουσιάζει επίσης συσχέτιση με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, μέσω μιας έννοιας, που οι ερευνητές ονόμασαν ως «το άγχος του ραντεβού» (Odaci & Kalkan, 2010), το οποίο ορίζεται ως το άγχος που βιώνει το άτομο σχετικά με την έναρξη ή διατήρηση μιας ερωτικής σχέσης και σχετίζεται με τη μοναξιά, την εξάρτηση από ουσίες και την κατάθλιψη (Glickman & La Greca, 2004). Τα άτομα με αυτού του είδους το άγχος θεωρούν τον εαυτό τους λιγότερο ελκυστικό (Zakahi, Duran & Adkins, 1994). Έτσι, πολλές φορές τα συγκεκριμένα άτομα εμφανίζουν την τάση έναρξης ή διατήρησης μιας τέτοιας σχέσης στο διαδίκτυο (Kim, Kwon & Lee, 2009. Sheeks & Birchmeier, 2007. Stevens & Morris, 2007. Valkenburg & Peter, 2007). Γίνεται, λοιπόν, αντιληπτό ότι με αυτόν τον τρόπο αυξάνουν τα κοινωνικά οφέλη της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, αποφεύγοντας με έναν μη λειτουργικό τρόπο τις κοινωνικές σχέσεις και τις περισσότερο συναισθηματικές εμπειρίες (Mittal et al, 2007).

1.2.4 Προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και ικανοποίηση από τη ζωή

Αντίστοιχη δυσκολία εύρεσης βιβλιογραφικών αναφορών με το νόημα ζωής παρουσιάστηκε και στη συσχέτιση με την ικανοποίηση από τη ζωή. Στις ολιγάριθμες έρευνες που καταφέραμε να εντοπίσουμε διαπιστώθηκε ότι η χρήση του διαδικτύου παρουσιάζει αντιστρόφως ανάλογη σχέση με την ποιότητα ζωής, ενώ αυτή η συσχέτιση είναι πιο έντονη όταν η χρήση του διαδικτύου γίνεται με στόχο την αύξηση της κοινωνικότητας (Leung & Lee, 2005. Satıcı & Uysal, 2015). Επίσης, οι Bevan, Gomez και Sparks (2014) εστίασαν στη δαπάνη χρόνου που ξοδεύουν οι χρήστες στο Facebook και τη συνέδεσαν αρνητικά με την ποιότητα ζωής. Οι Leung και Lee (2005) δίνουν μια σειρά από πιθανές εξηγήσεις ενός τέτοιου αποτελέσματος, όπως το γεγονός ότι για πολλούς ανθρώπους οι διαδικτυακές σχέσεις είναι λιγότερο σημαντικές και πιο

εφήμερες από τις σχέσεις εκτός διαδικτύου, ενώ ο χρόνος που δαπανάται στο διαδίκτυο αφαιρεί χρόνο από άλλες, περισσότερο πολύτιμες κοινωνικές δραστηριότητες, όπως η δια ζώσης επαφή. Επίσης, υποστηρίζουν ότι οι διαδικτυακές επαφές αδυνατούν να φτάσουν στο σημείο της στενής και ουσιαστικής κοινωνικής αλληλεπίδρασης που φέρνει στους ανθρώπους η πρόσωπο με πρόσωπο επαφή. Ταυτόχρονα και οι Kraut et al. (1998) ισχυρίστηκαν ότι οι σχέσεις που διατηρούνται για μεγάλο χρονικό διάστημα μόνο μέσω του διαδικτύου πλήττουν το αίσθημα της ασφάλειας σε επίπεδο διαπροσωπικών σχέσεων, καθώς και την ευτυχία. Αφού, λοιπόν, οι φιλίες που δημιουργούνται μέσω του διαδικτύου έχουν τα χαρακτηριστικά που αναφέρθηκαν παραπάνω, γίνεται κατανοητό πώς το άτομο που χρησιμοποιεί αυτόν τον τρόπο επικοινωνίας δύναται να αξιολογήσει την ποιότητα της ζωής του χαμηλότερα.

1.2.5 Προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και δημογραφικά στοιχεία

Φύλο

Είναι ποικίλες οι έρευνες που ασχοληθήκαν με τις διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών γύρω από τη χρήση του διαδικτύου και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Συγκεκριμένα για το ζήτημα της προβληματικής χρήσης διαπιστώνεται ότι υπάρχει μια έντονη διχογνωμία μεταξύ των ερευνητών αναφορικά με το ποιο από τα δύο φύλα παρουσιάζει προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης (Amichai-Hamburger & Ben-Artzi, 2003. Pfeil, Arjan & Zaphiris 2009). Πολλές έρευνες κατατάσσουν τις γυναίκες στην κορυφή της προβληματικής χρήσης των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης (McAndrew & Jeong, 2012), γεγονός που πιθανά να εξηγείται από τον ισχυρισμό των Kuss και Griffiths (2011) ότι οι ίδιες έχουν ως κίνητρο την επικοινωνία, ενώ οι άντρες τα διαδικτυακά παιχνίδια. Επομένως οι άντρες δεν παρουσιάζουν την υψηλότερη προβληματική χρήση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αλλά σε άλλους τομείς του διαδικτύου, όπως τα διαδικτυακά παιχνίδια που προαναφέρθηκαν. Από την άλλη πλευρά, οι Frangos, Frangos & Sotiropoulos (2011) διαπίστωσαν ότι οι άντρες φαίνεται να έχουν μεγαλύτερες τάσεις για προβληματική χρήση. Ωστόσο, οι Giota και Kleftras (2013) δεν εντόπισαν συσχετίσεις ανάλογα με

το φύλο, εξηγώντας ότι το χάσμα μεταξύ των φύλων στη χρήση του διαδικτύου παρουσιάζει μείωση κατά το πέρας των ετών.

Ηλικία

Οι χρήστες του Facebook, σύμφωνα με τον Ενημερωτικό Κόμβο Πανελληνίου Σχολικού Δικτύου (χ.χ.), ανήκουν κατά πλειοψηφία στην ηλικιακή ομάδα των 25-34, ενώ η αμέσως επόμενη ομάδα είναι μεταξύ 18 και 24 ετών, δηλαδή ακριβώς οι ηλικίες του δείγματος της παρούσας έρευνας. Το γεγονός αυτό επιβεβαιώνει και η ΕΛ.ΣΤΑΤ (2013), με μόνη διαφορά ότι οι μετρήσεις αυτές ξεκινούν από την ηλικία των 16 ετών. Ωστόσο, στην παρούσα έρευνα επιλέχθηκε να μην ενταχθεί καθόλου στο δείγμα η ομάδα των εφήβων, μιας και πρόκειται για μια ομάδα με ιδιαίτερα χαρακτηριστικά, που αξίζει να διερευνηθεί μόνη της. Επιπλέον, η ηλικιακή ομάδα μεταξύ 18 και 34 είναι και αυτή που παρουσιάζει υψηλά ποσοστά εθισμού στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (Grant et al., 2010).

Επαγγελματική κατάσταση

Σε έρευνα των Nalwa και Anand (2003) οι φοιτητές φαίνεται να εμφανίζουν μεγαλύτερα ποσοστά προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Το γεγονός αυτό αιτιολογείται με βάση την έλλειψη επίβλεψης κατά την πρόσβασή τους στο διαδίκτυο, καθώς και τον περισσότερο ελεύθερο χρόνο, ο οποίος επίσης δεν ελέγχεται (Christakis, Moreno, Jelenchick, Myaing, & Zhou, 2011. Frangos et al., 2011).

Τόπος κατοικίας

Όσον αφορά τον τόπο κατοικίας η πλειοψηφία των ερευνών διαπιστώνουν ότι η συχνότητα της προβληματικής χρήση του διαδικτύου είναι σχετικά υψηλότερη στις μικρές πόλεις και αγροτικές περιοχές από ότι στις μεγάλες πόλεις (Dewan & Riggins, 2005. Giota & Klefтарas, 2013. Johansson & Gotestam, 2004), γεγονός που πιθανόν να οφείλεται στην μικρή ποικιλία ευκαιριών για ψυχαγωγία και διασκέδαση, που προσφέρεται σε αυτές τις περιοχές (Giota & Klefтарas, 2013).

Ημερήσιος χρόνος που δαπανάται στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης

Έρευνες που έχουν διεξαχθεί, διαπιστώνουν πως υπάρχει σχέση μεταξύ της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και του ημερήσιου χρόνου που δαπανά ο χρήστης σε αυτά (Hardie & Tee, 2007. Sheldon, 2008). Με άλλα λόγια όσο περισσότερο χρόνο δαπανά ο χρήστης στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τόσο μεγαλύτερες πιθανότητες έχει να εμφανίσει προβληματική χρήση. Οι Lee, Cheung και Thadani (2012) αναφέρθηκαν στις αρνητικές συνέπειες της χρήσης του Facebook όταν οι χρήστες παρασύρονται και δαπανούν υπερβολικό χρόνο σε αυτό. Οι Tsitsika, et al. (2014) ορίζουν τις δύο ώρες ημερησίως ως οριακό σημείο μεταξύ φυσιολογικής και δυνητικά υπερβολικής χρήσης στο διαδίκτυο.

1.3 Ερευνητικές υποθέσεις

Στο σημείο αυτό και με βάση τη βιβλιογραφική ανασκόπηση που πραγματοποιήθηκε παραπάνω, είμαστε σε θέση να διατυπώσουμε τις ερευνητικές μας υποθέσεις. Είναι, ακόμη, χρήσιμο να υπενθυμίσουμε πως ο σκοπός της έρευνάς μας είναι να διερευνήσει πώς η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης σχετίζεται με το νόημα ζωής των νεαρών ενηλίκων, την ικανοποίηση που βιώνουν από τη ζωή τους και το βαθμό της μοναξιάς που νιώθουν.

Όσον αφορά τη σχέση της προβληματικής χρήσης με τη μεταβλητή του νοήματος ζωής, η δυσκολία εντοπισμού προηγούμενων ερευνών που να διερευνούν την ίδια σχέση, μας οδήγησε στην αναζήτηση σχέσεων μεταξύ των επιμέρους μεταβλητών τόσο της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, όσο και του νοήματος ζωής. Η μελέτη μας (βλ. υποκεφάλαιο 1.2.2), λοιπόν, διαμόρφωσε τις εξής ερευνητικές υποθέσεις:

H1α: Η έλλειψη νοήματος και το υπαρξιακό κενό παρουσιάζουν θετική συσχέτιση με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

H1β: Η αναζήτηση στόχου παρουσιάζει θετική συσχέτιση με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

H1γ: Η ύπαρξη σκοπού και η αίσθηση κατεύθυνσης στη ζωή ενός ατόμου παρουσιάζουν αρνητική συσχέτιση με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

H1δ: Η αίσθηση επιλογής στη ζωή ενός ατόμου παρουσιάζει αρνητική συσχέτιση με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

Για τη σχέση μεταξύ της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και της μοναξιάς είναι διαθέσιμος μεγαλύτερος αριθμός προγενέστερων ερευνών, που έχουν διερευνήσει αυτή τη σχέση. Βασιζόμενοι, λοιπόν, σε αυτές (βλ. υποκεφάλαιο 1.2.3) είμαστε σε θέση να διατυπώσουμε τις παρακάτω υποθέσεις:

H2α: Υπάρχει θετική συσχέτιση μεταξύ της κοινωνικής μοναξιάς και της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

H2β: Υπάρχει θετική συσχέτιση μεταξύ της οικογενειακής μοναξιάς και της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

H2γ: Υπάρχει θετική συσχέτιση μεταξύ της μοναξιάς σε επίπεδο ερωτικών σχέσεων και της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

Η σχέση της μεταβλητής της ικανοποίησης από τη ζωή με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, όπως εμφανίζεται σε προγενέστερες έρευνες (βλ. υποκεφάλαιο 1.2.4), μας επιτρέπει να υποθέσουμε ότι:

H3: Υπάρχει αρνητική συσχέτιση μεταξύ της ικανοποίησης από τη ζωή και της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

Έπειτα, εντοπίσαμε τη σχέση που εμφανίζεται στη βιβλιογραφία μεταξύ της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και των δημογραφικών στοιχείων που χρησιμοποιούνται στην παρούσα έρευνα και συγκεκριμένα του φύλου, της ηλικίας, της επαγγελματικής κατάστασης, του τόπου κατοικίας και του χρόνου που δαπανούν οι χρήστες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (βλ. υποκεφάλαιο 1.2.5). Έτσι, διατυπώθηκαν οι εξής υποθέσεις:

H4α: Δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης ανάμεσα στα δύο φύλα.

H4β: Δεν υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ της ηλικίας και την προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

H4γ: Οι φοιτητές παρουσιάζουν μεγαλύτερη προβληματική χρήση των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης από τους εργαζόμενους.

H4δ: Οι κάτοικοι των αγροτικών περιοχών παρουσιάζουν μεγαλύτερη προβληματική χρήση των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης από αυτούς των αστικών περιοχών.

H4ε: Οι χρήστες που δαπανούν περισσότερο χρόνο στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης παρουσιάζουν μεγαλύτερη προβληματική χρήση των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης από αυτούς που δαπανούν λιγότερο χρόνο σε αυτά.

Κεφάλαιο 2^ο: Μεθοδολογία

2.1 Δείγμα

Η έρευνά πραγματοποιήθηκε σε νεαρούς/ές ενήλικες μεταξύ 18 έως 34 ετών μιας και η συγκεκριμένη ηλικιακή ομάδα είναι πολύ εξοικειωμένη με τη χρήση των νέων τεχνολογιών και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης (Gore, Leuwerke & Krumboltz, 2002), δαπανώντας περισσότερο χρόνο σε αυτά (Raacke & Bonds-Raacke, 2008). Το τελικό δείγμα αποτελούνταν από 233 νεαρούς ενήλικες, 65 άνδρες (27.9%) και 168 γυναίκες (72.1%) μεταξύ 18 έως και 34 ετών (*M.O.*=27.11, *T.A.*=3.40). Το 49.4% ζει σε πόλεις άνω των 100.000 κατοίκων, ενώ το 6.4% ζει σε χωριά (μέχρι 1.500 κατοίκους). Το 59% είναι απόφοιτοι είτε ΑΕΙ είτε ΤΕΙ, το 31.3% είναι κάτοχοι μεταπτυχιακού ή διδακτορικού και το 9.4% είναι απόφοιτοι Λυκείου ή σχολής διευτούς και υπερδιευτούς κύκλου σπουδών, όπως οι σχολές μαθητείας του ΟΑΕΔ και τα ΙΕΚ. Στο ζήτημα της επαγγελματικής κατάστασης το 51.1% δηλώνει ότι εργάζεται με πλήρη απασχόληση, ενώ το 12.4% είναι άνεργοι. Οι φοιτητές αποτελούν το 11.6% του δείγματός μας. Το 12% είναι έγγαμοι, ενώ από τους άγαμους το 51.9% δηλώνει πως αυτήν την περίοδο έχει κάποια σχέση και το 36.1% ότι δεν έχει (Πίνακας 1). Η συντριπτική πλειοψηφία με ποσοστό 91.8% δηλώνει ότι διατηρεί λογαριασμό σε κάποιο μέσο κοινωνικής δικτύωσης πάνω από 3 χρόνια και ο μέσος χρόνος που δαπανάται ημερησίως σε αυτά είναι 30-60 λεπτά σε ποσοστό 25.8% με τις μετρήσεις πάνω από 120 λεπτά/2 ώρες και 60-90/1 με 1,5 ώρα να βρίσκονται πολύ κοντά σε ποσοστιαία κλίμακα (22.7% και 20.6% αντίστοιχα). Η πιο δημοφιλής ιστοσελίδα κοινωνικής δικτύωσης είναι το Facebook και έπονται το Instagram και το Twitter. Το 47.2% έχει πάνω από 300 φίλους στο λογαριασμό του, με μόλις το 6% να έχει λιγότερους από 50 φίλους. Το 30% δηλώνει ότι επικοινωνεί μέσω του λογαριασμού του με 5 έως 10 άτομα ημερησίως, με τις άλλες διαβαθμίσεις να έπονται ποσοστιαία, ενώ το 50.6% είναι ικανοποιημένο από τις ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης που χρησιμοποιεί και το 41.2% δηλώνει ουδέτερα ικανοποιημένο.

Πίνακας 1: Δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος (N=233)

	<i>N</i>	<i>Σχετικές Συχνότητες (%)</i>
Φύλο		
Άνδρας	65	27.9%
Γυναίκα	168	72.1%
Ηλικία		
18-25	91	39.1%
25-26	37	15.9%
26-29	48	20.6%
29-34	57	24.5%
Εκπαίδευση		
Απόφοιτος Λυκείου και υπερδιετούς κύκλου σπουδών	22	9.4%
Απόφοιτος ΑΕΙ/ΤΕΙ	138	59.2%
Κάτοχος Μεταπτυχιακού ή Διδακτορικού	73	31.3%
Επαγγελματική κατάσταση		
Φοιτητής/τρια	27	11.6%
Καμιά απασχόληση	29	12.4%
Περιστασιακή απασχόληση	23	9.9%
Μερική απασχόληση	35	15.0%
Πλήρης απασχόληση	119	51.1%
Τόπος κατοικίας		
Πόλη (>100.000 κατοίκους)	115	49,4%
Πόλη (15.000 – 100.000 κατοίκους)	86	36,9%
Κωμόπολη (1.500 – 15.000 κατοίκους)	17	7.3%
Χωριό (<1.500 κατοίκους)	15	6.4%

2.2 Ψυχομετρικά εργαλεία

Οι συμμετέχοντες της έρευνας πέραν των δύο δημογραφικών ερωτηματολογίων, που παρουσιάζονται πιο αναλυτικά στο υποκεφάλαιο 2.3, συμπλήρωσαν τέσσερα ερωτηματολόγια, δηλαδή ένα για κάθε μία μεταβλητή της έρευνας, τα οποία περιγράφονται παρακάτω.

2.2.1 Κλίμακα Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης

Η Κλίμακα Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου (Generalized Problematic Internet Use Scale – GPIUS) κατασκευάστηκε από τον Carlan (2002) για να μετρήσει την επικράτηση γνωστικών και συμπεριφορικών συμπτωμάτων προβληματικής χρήσης του Διαδικτύου, όπως και το βαθμό στον οποίο αυτή διαταράσσει τη λειτουργικότητα του ατόμου σε προσωπικό, ακαδημαϊκό και επαγγελματικό επίπεδο. Ο κατασκευαστής βασίστηκε θεωρητικά στο γνωστικό-συμπεριφορικό μοντέλο του Davis (2001), που δίνει έμφαση σε σκέψεις και συμπεριφορές που σχετίζονται με το Διαδίκτυο και επηρεάζουν την ψυχοκοινωνική υγεία του ατόμου, προκαλώντας αρνητικές επιπτώσεις. Η *Κλίμακα Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης* που χρησιμοποιείται στην παρούσα έρευνα αποτελεί προσαρμογή της GPIUS που αναφέρθηκε παραπάνω και τροποποιήθηκε από την Spraggins (2009), η οποία αντικατέστησε τη λέξη «διαδίκτυο» και «διαδικτυακός» με τις λέξεις «ιστότοποι κοινωνικής δικτύωσης». Η τροποποιημένη κλίμακα παρουσίασε καλή αξιοπιστία εσωτερικής συνοχής ($\alpha=.92$) και εγκυρότητα περιεχομένου (Spraggins, 2009). Πρόκειται για ένα ερωτηματολόγιο 29 δηλώσεων, όπου οι ερωτώμενοι καλούνται να απαντήσουν σε ποιο βαθμό ανταποκρίνεται η κάθε δήλωση στη δική τους περίπτωση, διαλέγοντας από μία 5-βάθμια κλίμακα τύπου Likert, από το 1 (Διαφωνώ απόλυτα) έως το 5 (Συμφωνώ απόλυτα).

Η παραγοντική ανάλυση του Carlan (2002) απέδωσε τους εξής επτά παράγοντες με καλό δείκτη αξιοπιστίας (Cronbach's alpha) στο σύνολό τους: α) αλλαγή διάθεσης ($\alpha=.85$), β) κοινωνικά οφέλη ($\alpha=.85$), γ) αρνητικά αποτελέσματα ($\alpha=.85$), δ) καταναγκαστική χρήση ($\alpha=.80$), ε) υπερβολική διαδικτυακή παρουσία ($\alpha=.83$), στ) απόσυρση ($\alpha=.80$), ζ) διαπροσωπικός έλεγχος ($\alpha=.78$). Η κλίμακα μεταφράστηκε και προσαρμόστηκε κατάλληλα στην ελληνική γλώσσα, ενώ μελετήθηκε η παραγοντική δομή και αξιοπιστία της, η οποία βρέθηκε πολύ καλή με $\alpha=.94$ για το σύνολο της κλίμακας (Giota & Kleftras, 2013). Η παραγοντική ανάλυση για την ελληνική προσαρμογή απέδωσε πέντε παράγοντες, οι οποίοι όμως δεν αποτελούν παραβίαση του θεωρητικού υπόβαθρου στο οποίο βασίστηκε η κατασκευή της κλίμακας. Συγκεκριμένα οι πέντε αυτοί παράγοντες είναι οι εξής: οι κοινωνικές επιπτώσεις, που περιέχουν τους παράγοντες κοινωνικά οφέλη και

αρνητικά αποτελέσματα του Carlan (2002), η υπερβολική διαδικτυακή παρουσία, ο διαπροσωπικός έλεγχος, η αλλαγή διάθεσης και η καταναγκαστική χρήση. Για τους σκοπούς της παρούσας έρευνας χρησιμοποιήθηκε η ελληνική έκδοση της *Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης* ενώ μελετήθηκε η παραγοντική της δομή και η αξιοπιστία των υποκλιμάκων, η οποία παρουσιάζεται αναλυτικά στο 3^ο Κεφάλαιο.

2.2.2 Αναθεωρημένο Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή

Το Αναθεωρημένο Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή (Life Attitude Profile – Revised) κατασκευάστηκε από τον Reker (1992) σε εξέλιξη του Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή (Life Attitude Profile) (Reker, 1981), προκειμένου να καταφέρει να αξιολογήσει το βαθμό του υπαρξιακού νοήματος, του σκοπού της ζωής και τη δύναμη των κινήτρων μέσα από τα οποία το άτομο αναζητά νόημα και σκοπό. Βασισμένος στη θεωρία του Frankl (1985) ότι το κύριο κίνητρο στον άνθρωπο είναι η θέληση για νόημα, καθώς και στους Crumbaugh και Maholich (1969), που προσπάθησαν να μετρήσουν με δικά τους ερωτηματολόγια σε ποιο βαθμό τα άτομα έχουν βρει νόημα και σκοπό στη ζωή τους, ο Reker δημιούργησε το Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή, αφού τα δύο παραπάνω ερωτηματολόγια θεωρήθηκαν μέτρο δύο συμπληρωματικών διαστάσεων του νοήματος ζωής. Προσέθεσε επίσης, ορισμένες ερωτήσεις που αφορούν το θάνατο, μιας και έκρινε ότι αποτελεί μία σημαντική διάσταση της ζωής (Reker & Peacock, 1981).

Αποτελείται από 48 δηλώσεις, έναντι των 57 που περιείχε η πρώτη μη αναθεωρημένη έκδοση, όπου οι ερωτώμενοι καλούνται να απαντήσουν σε ποιο βαθμό ανταποκρίνεται η κάθε δήλωση στη δική τους περίπτωση, διαλέγοντας από μία 7-βάθμια κλίμακα Likert, από το 1 (Διαφωνώ απόλυτα) έως το 7 (Συμφωνώ απόλυτα). Η εσωτερική της αξιοπιστία θεωρείται πολύ καλή, αφού ο δείκτης αξιοπιστίας (Cronbach alpha) κυμαίνεται μεταξύ .77 και .87 (Reker, 2000). Η παραγοντική ανάλυση του Reker (1992) απέδωσε έξι παράγοντες, οι οποίοι ορίστηκαν ως εξής: ο πρώτος ορίστηκε ως «σκοπός» και αφορά σε δηλώσεις που αντιπροσωπεύουν την κατεύθυνση στη ζωή ενός ατόμου, ο δεύτερος ονομάστηκε «συνοχή» και αναφέρεται στην ευτάξη καθώς και στο λόγο ύπαρξης, ο τρίτος ορίστηκε ως «επιλογή/αξιοπιστία» και σχετίζεται με τις προσωπικές επιδιώξεις στην κατεύθυνση της ζωής ενός ατόμου, ο τέταρτος λέγεται «αποδοχή του θανάτου» και περιλαμβάνει δηλώσεις που

σχετίζονται με την επίτευξη της υπέρβασης της ιδέας του θανάτου, ο πέμπτος, που ονομάζεται «υπαρξιακό κενό», αφορά στην έλλειψη νοήματος, κατεύθυνσης και στόχου στη ζωή και τέλος ο έκτος, που ορίστηκε ως «αναζήτηση στόχου», αναφέρεται στην προθυμία του ατόμου για περισσότερες απολαβές από τη ζωή. Εκτός των έξι παραγόντων, όμως, υπάρχουν και δύο σύνθετες κλίμακες, οι οποίες είναι ο «δείκτης προσωπικού νοήματος» και η «υπαρξιακή υπέρβαση», που προκύπτουν έπειτα από ορισμένες μαθηματικές πράξεις. Συγκεκριμένα για την πρώτη κλίμακα χρειάζεται να προστεθούν οι παράγοντες του σκοπού και της συνοχής, ενώ για τη δεύτερη χρειάζεται να προστεθούν οι παράγοντες του σκοπού, της συνοχής, της επιλογής/αξιοπιστίας, και της αποδοχής του θανάτου και να αφαιρεθούν οι παράγοντες του υπαρξιακού κενού και της αναζήτησης στόχου.

Το ερωτηματολόγιο έχει μεταφραστεί και προσαρμοστεί στην ελληνική γλώσσα από τους Anagnostopoulos, Slater, Fitzsimmons και Kolokotroni (2011), ενώ μελετήθηκε η παραγοντική δομή και αξιοπιστία του, η οποία βρέθηκε πολύ καλή με $\alpha=.94$ για το σύνολο της κλίμακας. Η παραγοντική ανάλυση απέδωσε τέσσερις παράγοντες, οι οποίοι, παρά το γεγονός ότι δεν συμφωνούν αριθμητικά με αυτούς του κατασκευαστή, ωστόσο συνεχίζουν να κινούνται στις θεωρητικές αρχές που βασίστηκε η κατασκευή του ερωτηματολογίου. Συγκεκριμένα οι τέσσερις αυτοί παράγοντες είναι οι εξής: α) σκοπός-συνοχή-υπαρξιακό κενό, β) αποδοχή θανάτου, γ) επιλογή, δ) αναζήτηση στόχου. Παρά ταύτα, ανάλογη μελέτη της παραγοντικής δομής και της αξιοπιστίας των υποκλιμάκων και των προτάσεων πραγματοποιήθηκε και στην παρούσα έρευνα, μέσω του δείγματος που συλλέχθηκε και παρουσιάζεται αναλυτικά στο 3^ο Κεφάλαιο.

2.2.3 Σύντομη Μορφή της Κλίμακας Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μοναξιάς για Ενήλικες

Η *Κλίμακα Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μοναξιάς για Ενήλικες (Social and Emotional Loneliness Scale for Adults – SELSA)* κατασκευάστηκε από τους DiTommaso και Spinner (1993), προκειμένου να μετρήσουν τα επίπεδα της μοναξιάς των ατόμων. Ωστόσο, οι κατασκευαστές του συγκεκριμένου εργαλείου βασισμένοι στο πρότυπο του Weiss (1973), αντιλαμβάνονται τη μοναξιά ως μία πολυδιάστατη έννοια και γι' αυτό η Κλίμακα μετρά τη μοναξιά σε οικογενειακό επίπεδο, κοινωνικό επίπεδο και σε επίπεδο ερωτικών σχέσεων. Αποτελείται από 37 δηλώσεις, όπου οι

ερωτώμενοι καλούνται να απαντήσουν σε ποιο βαθμό ανταποκρίνεται η κάθε δήλωση στη δική τους περίπτωση, διαλέγοντας από μία 7-βάθμια κλίμακα Likert, από το 1 (Διαφωνώ απόλυτα) έως το 7 (Συμφωνώ απόλυτα). Η εσωτερική της αξιοπιστία θεωρείται πολύ καλή, αφού ο δείκτης αξιοπιστίας (Cronbach alpha) κυμαίνεται μεταξύ .89 και .93 (DiTommaso & Spinner, 1997).

Για την παρούσα έρευνα χρησιμοποιήθηκε η *Σύντομη Μορφή της Κλίμακας Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μοναξιάς για Ενήλικες (Social and Emotional Loneliness Scale for Adults - Short)*, η οποία κατασκευάστηκε από τους DiTommaso, Brannen και Best (2004). Αποτελείται από 15 δηλώσεις, που απαντώνται με βάση μια 7-βάθμια κλίμακα, ενώ οι παράγοντες παραμένουν οι προαναφερόμενοι τρεις. Τα επίπεδα εσωτερικής συνοχής είναι στατιστικά σημαντικά, αφού ο δείκτης αξιοπιστίας (Cronbach's alpha) κυμαίνεται μεταξύ .87 και .90 (DiTommaso, Brannen & Best, 2004). Προκειμένου να χρησιμοποιηθεί η παραπάνω κλίμακα για τους σκοπούς της έρευνάς μας, μεταφράστηκε από τα αγγλικά στα ελληνικά και προσαρμόστηκε κατάλληλα στην ελληνική γλώσσα από μια ομάδα τριών δίγλωσσων επαγγελματιών ψυχικής υγείας. Εξαιτίας του ότι το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο δεν έχει σταθμιστεί σε ελληνικό πληθυσμό, ούτε έχει μελετηθεί η αξιοπιστία του, στην παρούσα έρευνα, μέσω του δείγματος που συλλέχθηκε, μελετήθηκε η παραγοντική του δομή και η αξιοπιστία των υποκλιμάκων και των προτάσεων, η οποία παρουσιάζεται αναλυτικά στο 3^ο Κεφάλαιο.

2.2.4 Κλίμακα Ικανοποίησης από τη Ζωή

Η Κλίμακα Ικανοποίησης από τη Ζωή (Satisfaction With Life Scale) κατασκευάστηκε από τους Diener et al. (1985) με στόχο να μετρήσουν την ικανοποίηση από τη ζωή, χωρίς να αγγίζουν έννοιες όπως η θετική επίδραση και η μοναξιά. Βασισμένοι στη θεωρία ότι η ικανοποίηση από τη ζωή αποτελεί τον έναν από τους τρεις παράγοντες της υποκειμενικής ευημερίας, με τους άλλους δύο να είναι οι θετικές και οι αρνητικές επιπτώσεις (Andrews & Withey, 1976) και ενστερνιζόμενοι την άποψη ότι αποτελεί μια γνωστική διαδικασία κρίσης για τη ζωή των ίδιων των ατόμων, δημιούργησαν την προαναφερόμενη κλίμακα.

Αποτελείται από 5 δηλώσεις, όπου οι ερωτώμενοι καλούνται να απαντήσουν σε ποιο βαθμό ανταποκρίνεται η κάθε δήλωση στη δική τους περίπτωση, διαλέγοντας από μία 7-βάθμια κλίμακα Likert, από το 1 (Διαφωνώ απόλυτα) έως το

7 (Συμφωνώ απόλυτα). Η εσωτερική της αξιοπιστία θεωρείται πολύ καλή, αφού ο δείκτης αξιοπιστίας (Cronbach alpha) είναι .87, ενώ αποτελείται από έναν παράγοντα (Diener et al. 1985). Η κλίμακα μεταφράστηκε και προσαρμόστηκε κατάλληλα στην ελληνική γλώσσα από τους Stalikas και Lakioti (2012), ενώ μελετήθηκε η παραγοντική δομή και αξιοπιστία της, η οποία βρέθηκε πολύ καλή με $\alpha=.87$ για το σύνολο της κλίμακας. Καθώς δεν έχει ολοκληρωθεί η στάθμισή της στον ελληνικό πληθυσμό, στην παρούσα έρευνα μελετήθηκε η παραγοντική της δομή, η οποία παρουσιάζεται αναλυτικά στο 3^ο Κεφάλαιο.

2.3 Διαδικασία – Συλλογή υλικού

Τα τέσσερα ερωτηματολόγια που παρουσιάστηκαν παραπάνω συνοδεύονταν από ένα επιπλέον σύντομο ερωτηματολόγιο, που περιέχει τα δημογραφικά χαρακτηριστικά, όπως ηλικία, φύλο, τόπος κατοικίας, εκπαίδευση, επαγγελματική κατάσταση και οικογενειακή κατάσταση, καθώς και ένα ερωτηματολόγιο με μία ομάδα έξι ερωτήσεων αναφορικά με τη χρήση των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης. Πιο συγκεκριμένα οι ερωτήσεις αυτές αφορούσαν τις Ιστοσελίδες Κοινωνικής Δικτύωσης, που χρησιμοποιούν οι χρήστες, το χρονικό διάστημα που διαθέτουν προφίλ σε μία ή περισσότερες Ιστοσελίδες Κοινωνικής Δικτύωσης, το χρόνο που δαπανούν καθημερινά σε Ιστοσελίδες Κοινωνικής Δικτύωσης, τον αριθμό των ατόμων που έχουν πρόσβαση στο προφίλ τους, τον αριθμό των ατόμων με τους οποίους αλληλεπιδρούν σε καθημερινή βάση, καθώς και ο βαθμός που είναι ευχαριστημένοι με την/ις Ιστοσελίδα/ες Κοινωνικής Δικτύωσης που χρησιμοποιούν. Ωστόσο, είναι χρήσιμο να τονιστεί πως όταν γίνεται αναφορά στους δημογραφικούς παράγοντες στην παρούσα εργασία εντάσσουμε μέσα και την ομάδα ερωτήσεων σχετικά με τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Ο λόγος που επιλέχθηκε κάτι τέτοιο είναι χάριν συντομίας.

Η δειγματοληψία πραγματοποιήθηκε μέσω της συμπλήρωσης ερωτηματολογίων αυτοαναφοράς. Όλα τα ερωτηματολόγια χορηγήθηκαν στους συμμετέχοντες ως ένα σύνολο, που αποτελούνταν από έξι μέρη, δηλαδή ένα για κάθε ερωτηματολόγιο, ενώ στην αρχή κάθε ερωτηματολογίου δίνονταν σύντομες οδηγίες συμπλήρωσης. Τα ερωτηματολόγια διαμοιράστηκαν ηλεκτρονικά, είτε μέσω e-mail, είτε μέσω των ίδιων των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης. Κάθε υποκείμενο, αφού

ενημερώνονταν για τους σκοπούς της έρευνας και λάμβανε τη διαβεβαίωση για την ανωνυμία των προσωπικών του δεδομένων και της συμμετοχής του, ρωτούνταν αν επιθυμούσε να συμμετάσχει εθελοντικά στην έρευνα. Ωστόσο, δεν ήταν εφικτό να πραγματοποιηθεί ενημέρωση όλων των υποκειμένων για τους σκοπούς της έρευνας και την εμπιστευτικότητα των δεδομένων πριν τη συμπλήρωση των ερωτηματολογίων απευθείας από την ερευνήτρια. Ο λόγος έγκειται στο γεγονός ότι πολλά ερωτηματολόγια διαμοιράστηκαν με τη μέθοδο της χιονοστιβάδας από τα υποκείμενα που ήρθαν απευθείας σε επαφή με την ερευνήτρια, σε άλλα άτομα. Για να διασφαλιστούν, λοιπόν, οι παραπάνω προϋποθέσεις ενημέρωσης στο σύνολο του πληθυσμού που συμπλήρωσε τα ερωτηματολόγια, συντάχθηκε ένα εισαγωγικό σημείωμα με τα προαναφερόμενα, το οποίο χορηγούνταν πάντα συνοδευτικά με τα ερωτηματολόγια (Παράρτημα Α).

Χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της συμπτωματικής δειγματοληψίας μέσα από ένα τυχαίο δείγμα ευχέρειας βασισμένο σε διαθέσιμα υποκείμενα της ερευνήτριας, από διάφορους χώρους και περιοχές της Ελλάδας με μόνα κριτήρια να είναι χρήστες τουλάχιστον ενός μέσου κοινωνικής δικτύωσης και να είναι μεταξύ 18 και 34 ετών. Έπειτα, ζητήθηκε από τα υποκείμενα να προωθήσουν το ερωτηματολόγιο, εφόσον το επιθυμούν, σε άλλα άτομα που να πληρούν τα δύο προαναφερόμενα κριτήρια, εφαρμόζοντας, έτσι, τη δειγματοληπτική μέθοδο της χιονοστιβάδας (Babbie, 2011). Επίσης, εκτός από το μοίρασμα του ερωτηματολογίου μέσω προσωπικής αλληλογραφίας σε οικεία άτομα της ερευνήτριας που εκδήλωσαν το ενδιαφέρον να συμμετέχουν στην έρευνα, το ερωτηματολόγιο τοποθετήθηκε και γνωστοποιήθηκε σε διάφορους ιστότοπους κοινωνικών δικτύων όπως το Facebook, καθώς και σε διάφορες ομάδες που υπάρχουν σε αυτό, όπως τόποι συζήτησης (forum) φοιτητών διαφόρων πανεπιστημίων και εθελοντικών οργανώσεων.

Κεφάλαιο 3^ο: Αποτελέσματα

3.1 Μέθοδος ανάλυσης δεδομένων

Στο πρώτο στάδιο της ανάλυσης των δεδομένων πραγματοποιήθηκε η παραγοντική ανάλυση ξεχωριστά για κάθε μία από τις τέσσερις κλίμακες που χρησιμοποιήθηκαν στην έρευνα. Αφού καταλήξαμε σε έναν αριθμό αξιόπιστων παραγόντων, που να συμφωνούν σε γενικές γραμμές νοηματικά με αυτούς των κατασκευαστών, χρησιμοποιήσαμε τους παράγοντες που αποδόθηκαν στις επόμενες αναλύσεις για την εξαγωγή συμπερασμάτων. Πριν προχωρήσουμε σε οποιαδήποτε ανάλυση και εφαρμογή παραμετρικών μεθόδων πραγματοποιήθηκε έλεγχος κανονικής κατανομής με το στατιστικό κριτήριο των Shapiro-Wilk.

Μιας και η έρευνά μας είναι συσχετιστική, για την επιβεβαίωση ή απόρριψη των ερευνητικών μας υποθέσεων πραγματοποιήθηκαν συσχετίσεις (Pearson) μεταξύ των παραγόντων της προβληματικής χρήσης των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης και αυτών του νοήματος ζωής, της μοναξιάς και της ικανοποίησης από τη ζωή. Πραγματοποιήθηκαν συσχετίσεις μεταξύ των παραγόντων των τεσσάρων κλιμάκων, καθώς οι συσχετίσεις με τα τελικά τους σκορ δεν απέδιδαν κάποιο στατιστικά σημαντικό αποτέλεσμα. Όσον αφορά τα δημογραφικά στοιχεία πραγματοποιήθηκαν σύγκρισεις μέσω όρων (One Way ANOVA, t-test) για κάθε μεταβλητή ξεχωριστά σε σχέση με τους παράγοντες της προβληματικής χρήσης των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης.

Τέλος, πραγματοποιήθηκε μια πολλαπλή παλινδρόμηση της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης με όλες τις ανεξάρτητες μεταβλητές της παρούσας έρευνας (νόημα ζωής, μοναξιά και ικανοποίηση από τη ζωή), προκειμένου να διαπιστώσουμε σε ποιο βαθμό μπορεί να προβλεφθεί η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από τις υπόλοιπες μεταβλητές. Όλα τα προαναφερόμενα περιγράφονται λεπτομερώς στα παρακάτω υποκεφάλαια.

3.2 Παραγοντικές αναλύσεις

Στο πρώτο στάδιο των αναλύσεων μας πραγματοποιήθηκε η διαδικασία της παραγοντικής ανάλυσης για κάθε μία από τις τέσσερις κλίμακες που χρησιμοποιήθηκαν στην παρούσα έρευνα. Ο στόχος αυτής της διαδικασίας είναι να ελέγξουμε εάν η κάθε κλίμακα, μετά την προσαρμογή της στα ελληνικά, καθώς και με τον τρόπο που χρησιμοποιήθηκε στη συγκεκριμένη έρευνα και τις ιδιαιτερότητες του δείγματος, συνεχίζει να είναι αξιόπιστη. Παρακάτω περιγράφεται αναλυτικά η διαδικασία της παραγοντικής ανάλυσης για κάθε κλίμακα.

3.2.1 Παραγοντική ανάλυση Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης

Κατά τη διερευνητική παραγοντική ανάλυση των προτάσεων/δηλώσεων που σχετίζονται με την προβληματική χρήση, βρέθηκε ότι τα στοιχεία ομαδοποιούνται σε επτά παράγοντες, οι οποίοι ερμηνεύουν το 63,45% της συνολικής διακύμανσης. Το κριτήριο Kaiser–Meyer–Olkin επιβεβαίωσε την επάρκεια του δείγματος ($KMO=.87$), ενώ ο έλεγχος σφαιρικότητας Bartlett's ήταν στατιστικά σημαντικός [$\chi^2(406)=3035.8, p<.000$] (Δημητριάδης, 2010). Σύμφωνα με την ανάλυση βασικών συνιστωσών (principal component analysis) με ορθογώνια περιστροφή των αξόνων (Varimax) της Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης, όλες οι προτάσεις ήταν θετικά φορτισμένες στην πρώτη συνιστώσα, επιβεβαιώνοντας το γεγονός ότι η κλίμακα μετράει έναν ενιαίο παράγοντα, που ορίστηκε ως «Γενικός παράγοντας Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης». Ο δείκτης αξιοπιστίας (reliability coefficient) Cronbach's alpha για την Κλίμακα Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης στο σύνολό της ήταν $\alpha=.90$. Η πλήρης λίστα των προτάσεων/δηλώσεων, καθώς και οι φορτίσεις τους σε κάθε έναν από τους επτά παράγοντες παρουσιάζονται στο παράρτημα (Παράρτημα Β - Πίνακας Β1). Ωστόσο, ο έκτος και ο έβδομος παράγοντας περιείχαν από μία και δύο μεταβλητές ο καθένας αντίστοιχα, με αποτέλεσμα για τον έκτο παράγοντα να μην μπορεί να πραγματοποιηθεί ανάλυση αξιοπιστίας, λόγω της μη ύπαρξης δεύτερης δήλωσης και ο έβδομος δεν παρουσίαζε ικανοποιητική αξιοπιστία ($\alpha=.22$).

Έπειτα, ως μία δεύτερη προσπάθεια, αποφασίστηκε να γίνει ανάλυση με πέντε παράγοντες εξ' αρχής, δίνοντας την αντίστοιχη εντολή στο πρόγραμμα SPSS, με βάση το γεγονός ότι η προσαρμογή της Κλίμακας στα ελληνικά απέδωσε πέντε παράγοντες (Giota & Klefтарas, 2013). Οι πέντε παράγοντες που παρήχθησαν ερμηνεύουν το 56.01% της συνολικής διακύμανσης. Η πλήρης λίστα των προτάσεων/δηλώσεων, καθώς και οι φορτίσεις τους σε κάθε παράγοντα παρουσιάζονται στο παράρτημα (Παράρτημα Β - Πίνακας Β2). Ωστόσο, οι παράγοντες δεν παρουσίαζαν ικανοποιητική αξιοπιστία ($\alpha=.68$, $\alpha=.75$, $\alpha=.73$, $\alpha=.69$, $\alpha=.61$ αντίστοιχα για κάθε έναν από τους πέντε παράγοντες).

Ως αποτέλεσμα των παραπάνω διαδικασιών, αποφασίστηκε να αφαιρεθούν διαδοχικά, σε δύο στάδια, η δήλωση 7 και οι δηλώσεις 2 και 5, δηλαδή ο έκτος και ο έβδομος παράγοντας της αρχικής παραγοντικής ανάλυσης, οι οποίοι δεν παρουσίαζαν ικανοποιητική αξιοπιστία, δίνοντας τα εξής αποτελέσματα: Οι πέντε παράγοντες που αποδόθηκαν ερμηνεύουν το 61.04% της συνολικής διακύμανσης και παρουσιάζονται αναλυτικά παρακάτω. Αξίζει να σημειωθεί ότι κατά την ανάλυση παρατηρήθηκε πως οι παράγοντες και οι προτάσεις, από τις οποίες αποτελούνται, είναι ακριβώς οι ίδιες με την αρχική ανάλυση που πραγματοποιήσαμε, αφαιρώντας απλώς τις τρεις συνολικά προτάσεις του έκτου και έβδομου παράγοντα, που προαναφέρθηκαν. Η πλήρης λίστα των προτάσεων/δηλώσεων, καθώς και οι φορτίσεις τους σε κάθε παράγοντα παρουσιάζονται στο παράρτημα (Παράρτημα Β - Πίνακας Β3).

Παράγοντας 1: Αποτελείται από 7 προτάσεις (*ιδιοτιμή*=8.70, *Cronbach's alpha*=.85) και ερμηνεύει το 14.39% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «*Καταναγκαστική χρήση*» και αντιπροσωπεύει την αδυναμία ή αποτυχία του ατόμου να ελέγξει, να μειώσει ή να σταματήσει τη χρήση του Διαδικτύου, καθώς και το βαθμό δυσκολίας που αισθάνεται κάποιος να περνάει χρόνο εκτός Διαδικτύου. Επιπλέον, αναφέρεται και στα συναισθήματα ενοχής που προκύπτουν από την αδυναμία αυτή. Στην ουσία ο παράγοντας αυτός περιλαμβάνει και τον παράγοντα «*απόσυρση*» του Carlan (2002), αφού και η απόσυρση παρουσιάζει προτάσεις που υποδηλώνουν κατά μία έννοια καταναγκαστική χρήση. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

-
6. Όταν δεν είμαι μέσα σε μια ΙΚΔ αναρωτιέμαι για το τι συμβαίνει εκεί..... (.767)
8. Έχω δοκιμάσει να περνάω λιγότερο χρόνο σε ΙΚΔ αλλά δεν τα κατάφερα.....(.712)
13. Θέλω ή έχω κάνει ανεπιτυχείς προσπάθειες για να ελέγξω τη χρήση μιας ή περισσότερων ΙΚΔ..... (.637)
16. Αισθάνομαι ενοχές για το πόσο χρόνο ζοδεύω σε ΙΚΔ..... (.511)
19. Όταν δεν έχω πρόσβαση στο διαδίκτυο, μου λείπει που δεν είμαι σε μια ΙΚΔ. (.535)
25. Αισθάνομαι χαμένος/ -η όταν δεν έχω πρόσβαση σε μια ΙΚΔ..... (.658)
28. Με απασχολεί το να σκέφτομαι σχετικά με τις ΙΚΔ όταν δεν μπορώ να συνδεθώ για κάποιο χρονικό διάστημα.....(.635)
-

Παράγοντας 2: Αποτελείται από 6 προτάσεις (ιδιοτιμή=2.29, Cronbach's alpha=.80) και ερμηνεύει το 13.52% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «Κοινωνικά οφέλη» και αντιπροσωπεύει τα οφέλη που μπορεί να αποκομίσει ο χρήστης από τη διαδικτυακή κοινότητα και τις σχέσεις που δημιουργεί αντισταθμίζοντας δυσκολίες στις σχέσεις εκτός διαδικτύου και την κατά πρόσωπο επικοινωνία. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

-
9. Μου συμπεριφέρονται καλύτερα οι άλλοι όταν βρίσκομαι στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ, απ' ότι στη ζωή μου εκτός διαδικτύου..... (.579)
15. Αισθάνομαι πιο άνετα με ηλεκτρονικούς υπολογιστές παρά με ανθρώπους....(.717)
17. Όταν είμαι σε μια ΙΚΔ έχω κοινωνικές επαφές με άλλα άτομα χωρίς να ανησυχώ για την εμφάνιση μου..... (.494)
20. Στις διαδικτυακές μου σχέσεις σε ΙΚΔ έχω καλύτερη αντιμετώπιση απ' ότι στις κατά πρόσωπο σχέσεις μου..... (.756)
22. Έχω μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στις κοινωνικές μου σχέσεις σε ΙΚΔ απ' ότι εκτός διαδικτύου..... (.698)
24. Αισθάνομαι πιο ασφαλής όταν σχετίζομαι με άτομα στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ απ' ότι πρόσωπο με πρόσωπο..... (.741)
-

Παράγοντας 3: Αποτελείται από 5 προτάσεις (ιδιοτιμή=1.89, Cronbach's alpha=.81) και ερμηνεύει το 11.28% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «Αλλαγή διάθεσης» και αντιπροσωπεύει τη χρήση του Διαδικτύου

προκειμένου να αλλάξει κάποιος τη συναισθηματική του κατάσταση, ή να μετριάσει το άγχος που μπορεί να προκύπτει κατά την διαπροσωπική επικοινωνία. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

-
1. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για να μιλήσω με άλλους όταν αισθάνομαι απομονωμένος/ -η..... (.747)
 3. Το βρίσκω δύσκολο να σταματήσω να σκέφτομαι τι με περιμένει στο διαδίκτυο στις ΙΚΔ που μου αρέσει να χρησιμοποιώ.....(.596)
 4. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για να αισθανθώ καλύτερα όταν ήμουν «πεσμένος/ -η» ή αγχωμένος/ -η..... (.777)
 10. Χρησιμοποιώ ΙΚΔ για να αισθάνομαι καλύτερα όταν είμαι «πεσμένος/ -η»... (.733)
 29. Έχω αναζητήσει άλλα άτομα στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ όταν αισθανόμουν μοναξιά – μόνος/ -η..... (.563)
-

Παράγοντας 4: Αποτελείται από 4 προτάσεις (ιδιοτιμή=1.54, Cronbach's alpha=.80) και ερμηνεύει το 11.14% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «Υπερβολική διαδικτυακή παρουσία» και αντιπροσωπεύει τον βαθμό κατά τον οποίο ένα άτομο αισθάνεται ότι περνάει πολύ χρόνο χρησιμοποιώντας το Διαδίκτυο ή ότι περνάει περισσότερο χρόνο από ότι είχε προγραμματίσει. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

-
18. Χάνω την αίσθηση του χρόνου όταν χρησιμοποιώ ΙΚΔ..... (.615)
 21. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για περισσότερο χρόνο από όσο σκόπευα.....(.835)
 23. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για μεγαλύτερες χρονικές περιόδους απ' ότι περίμενα..... (.774)
 26. Έχω ξοδέψει αρκετό χρόνο χρησιμοποιώντας ΙΚΔ..... (.642)
-

Παράγοντας 5: Αποτελείται από 4 προτάσεις (ιδιοτιμή=1.43, Cronbach's alpha=.79) και ερμηνεύει το 10.71% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «Αρνητικά αποτελέσματα» και αντιπροσωπεύει τη σοβαρότητα των διαπροσωπικών, κοινωνικών και επαγγελματικών προβλημάτων όπως προκύπτουν από την προβληματική χρήση Διαδικτύου, που με τη σειρά τους οξύνουν υφιστάμενες

ψυχοπαθολογικές καταστάσεις, με αποτέλεσμα τη δημιουργία ενός δυσλειτουργικού φαύλου κύκλου. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

-
11. *Δεν έχω πάει για μάθημα ή δουλειά επειδή ήμουν στο διαδίκτυο σε μια ΙΚΔ* (.786)
12. *Αισθάνομαι ασήμαντος εκτός διαδικτύου, αλλά σε μια ΙΚΔ είμαι
«κάποιος/-α»*..... (.707)
14. *Έχω χάσει κάποια κοινωνική εκδήλωση ή κοινωνικές υποχρεώσεις γιατί
ήμουν στο διαδίκτυο σε μια ΙΚΔ*..... (.708)
27. *Έχω αντιμετωπίσει προβλήματα με τον εργοδότη μου ή τη σχολή μου
επειδή βρισκόμουν στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ*..... (.746)
-

Οι πέντε παράγοντες που διαμορφώθηκαν διαφέρουν αριθμητικά από τους επτά παράγοντες που προτείνει ο Carlan (2002) στην έρευνα του, αλλά στη σύνθεση τους δεν παρουσιάζουν έντονες διαφορές, παρά μόνο κάποιου είδους συμπεριλήψεις των προτάσεων των δύο επιπλέον παραγόντων του Carlan (2002) στους πέντε που κατέληξε η παρούσα έρευνα και κάποιες αφαιρέσεις με γνώμονα την αξιοπιστία της ανάλυσης της (Παράρτημα Γ). Συγκεκριμένα, οι δηλώσεις του παράγοντα «Διαπροσωπικός έλεγχος», κατά τον Carlan (2002) αποτελούνταν από τις δηλώσεις 2, 7 και 17, με την τελευταία να συγχωνεύεται σε αυτές του παράγοντα «Κοινωνικά οφέλη» και τις πρώτες δύο να αφαιρούνται από την ανάλυση για τον προαναφερόμενο λόγο. Η επωνυμία στον παράγοντα «κοινωνικά οφέλη», επιλέχθηκε αφού στην ουσία είναι αυτούσιος συμπεριλαμβανοντας και μία επιπλέον δήλωση, η οποία δεν επηρεάζει το νόημα του, αλλά αντιθέτως το ενισχύει. Επίσης, οι δηλώσεις του παράγοντα «Απόσυρση» συμπεριλήφθηκαν σχεδόν εξ' ολοκλήρου στον παράγοντα της «Καταναγκαστικής χρήσης», όπου εκτός από τα υπόλοιπα χαρακτηριστικά του, προστέθηκε και ο βαθμός δυσκολίας που αισθάνεται κάποιος για να περνάει χρόνο εκτός Διαδικτύου και μόνο μία από αυτές (δήλωση 3) μεταφέρθηκε στην «Αλλαγή διάθεσης», ενώ σημειώνεται πως η δήλωση 5, που συμπεριλαμβανόταν στον παράγοντα «καταναγκαστική χρήση» κατά τον Carlan (2002) αφαιρέθηκε από την ανάλυση.

Οι δηλώσεις 2 «Όταν χρησιμοποιώ ΙΚΔ, μπορώ να ελέγξω το πώς με βλέπουν οι άλλοι», 5 «Έχω προσπαθήσει να σταματήσω τη χρήση μιας ή περισσότερων ΙΚΔ για αρκετά μεγάλα χρονικά διαστήματα» και 7 «Όταν είμαι σε μια ΙΚΔ, έχω κοινωνικές

επαφές με άλλα άτομα χωρίς ανησυχία δέσμευσης σε σχέση», οι οποίες αφαιρέθηκαν από το σύνολο, προκειμένου να αποδοθούν ομοιογενείς παράγοντες με σημαντική αξιοπιστία θεωρείται ότι δεν παραβιάζουν το θεωρητικό υπόβαθρο στο οποίο βασίστηκε η κατασκευή της Κλίμακας, μιας και παραμένουν σε αυτήν αντίστοιχες δηλώσεις που διερευνούν ανάλογες υποθέσεις, όπως οι ερωτήσεις 17, 13 και 24 αντίστοιχα για κάθε παραπάνω δήλωση. Πιθανολογείται πως οι διαφοροποιήσεις αυτές συγκριτικά με την Κλίμακα του Carlan (2002) μπορεί να οφείλονται είτε στο μέγεθος του δείγματος και τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του, είτε σε πολιτισμικούς παράγοντες που οδηγούν τους Έλληνες χρήστες να αντιλαμβάνονται διαφορετικά τις προτάσεις που περιγράφουν τους τρόπους με τους οποίους χρησιμοποιούν τις Ιστοσελίδες Κοινωνικής Δικτύωσης, χωρίς ωστόσο αυτό να μειώνει την αξία της κλίμακας ως εργαλείο μέτρησης.

3.2.2 Παραγοντική ανάλυση Αναθεωρημένου Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή

Το κριτήριο Kaiser–Meyer–Olkin επιβεβαίωσε την επάρκεια του δείγματος ($KMO=.86$), ενώ ο έλεγχος σφαιρικότητας Bartlett’s ήταν στατιστικά σημαντικός [$\chi^2(1128)=5414.8, p<.000$]. Σύμφωνα με την ανάλυση βασικών συνιστωσών (principal component analysis) με ορθογώνια περιστροφή των αξόνων (Varimax) του Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή - Αναθεωρημένο, όλες οι προτάσεις ήταν θετικά φορτισμένες στην πρώτη συνιστώσα, επιβεβαιώνοντας το γεγονός ότι η κλίμακα μετράει έναν ενιαίο παράγοντα που ορίστηκε ως «Γενικός παράγοντας Στάσης Απέναντι στη Ζωή». Κατά τη διερευνητική παραγοντική ανάλυση των προτάσεων/δηλώσεων που σχετίζονται με το νόημα ζωής, βρέθηκε ότι τα στοιχεία ομαδοποιούνται σε δέκα παράγοντες, οι οποίοι ερμηνεύουν το 61,59% της συνολικής διακύμανσης. Ο δείκτης αξιοπιστίας (reliability coefficient) Cronbach’s alpha για το Αναθεωρημένο Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή στο σύνολό του ήταν $\alpha=.87$. Η πλήρης λίστα των προτάσεων/δηλώσεων, καθώς και οι φορτίσεις τους σε κάθε παράγοντα παρουσιάζονται στο παράρτημα (Παράρτημα Β - Πίνακας Β4).

Ωστόσο, ο ένατος και ο δέκατος παράγοντας περιείχαν από μία μεταβλητή ο καθένας, για τους οποίους δεν μπορούσε να πραγματοποιηθεί ανάλυση αξιοπιστίας, λόγω της μη ύπαρξης δεύτερης δήλωσης, ενώ οι παράγοντες 6 ($\alpha=.59$), 7 ($\alpha=.54$) και

8 ($\alpha=.49$) δεν παρουσίαζαν ικανοποιητική αξιοπιστία. Έπειτα αποφασίστηκε να γίνει ανάλυση με έξι παράγοντες εξ' αρχής δίνοντας την αντίστοιχη εντολή στο πρόγραμμα SPSS, με βάση το γεγονός ότι τόσους παράγοντες απέδωσε και η παραγοντική ανάλυση του κατασκευαστή (Reker, 1992). Οι έξι παράγοντες που αποδόθηκαν ερμηνεύουν το 51.70% της συνολικής διακύμανσης και παρουσιάζονται αναλυτικά παρακάτω. Η πλήρης λίστα των προτάσεων/δηλώσεων, καθώς και οι φορτίσεις τους σε κάθε παράγοντα παρουσιάζονται στο παράρτημα (Παράρτημα Β - Πίνακας Β5).

Παράγοντας 1: Αποτελείται από 12 προτάσεις (*ιδιοτιμή*=10.37, *Cronbach's alpha*=.86) και ερμηνεύει το 10.98% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «*Επιλογή-Αξιοπιστία*» και αντιπροσωπεύει τις προσωπικές επιδιώξεις στην κατεύθυνση της ζωής ενός ατόμου. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

-
1. Όσα έχω πετύχει μέχρι σήμερα έχουν δώσει νόημα και σκοπό στη ζωή μου... (.664)
 2. Στη ζωή μου έχω πολύ ξεκάθαρους στόχους και σκοπούς..... (.479)
 3. Θεωρώ ότι είναι πολύ σημαντικό να έχω τη δυνατότητα να κατευθύνω τη ζωή μου..... (.661)
 5. Έχω ανακαλύψει έναν ικανοποιητικό σκοπό ζωής..... (.427)
 11. Όσα έχω καταφέρει στη ζωή καθορίζονται σε μεγάλο βαθμό από τις δικές μου προσπάθειες..... (.704)
 17. Εγώ καθορίζω αυτά που συμβαίνουν στη ζωή μου..... (.570)
 30. Η ζωή μου είναι στα χέρια μου και έχω τον έλεγχό της..... (.559)
 31. Προσπαθώντας να πετύχω κάποιους στόχους ζωής, έχω αισθανθεί απόλυτα ολοκληρωμένος/η..... (.636)
 35. Έχω την αίσθηση ότι κάποια μέρη της ζωής μου συνταιριάζουν μεταξύ τους σε ένα ενοποιημένο σχήμα..... (.492)
 39. Όταν πρόκειται για σοβαρά ζητήματα ζωής, παίρνω τις δικές μου αποφάσεις..... (.403)
 45. Δέχομαι ότι έχω προσωπική ευθύνη για τις επιλογές που έχω κάνει στη ζωή μου..... (.455)
 46. Η προσωπική μου ύπαρξη χαρακτηρίζεται από τάξη και συνοχή..... (.487)
-

Παράγοντας 2: Αποτελείται από 8 προτάσεις (ιδιοτιμή=5.63, Cronbach's alpha=.89) και ερμηνεύει το 10.19% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «Αποδοχή θανάτου» και αντιπροσωπεύει την επίτευξη της υπέρβασης της ιδέας του θανάτου. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

8. Νομίζω ότι γενικά ανησυχώ πολύ λιγότερο για το θάνατο απ' ό,τι οι άλλοι γύρω μου.....	(.807)
15. Ούτως ή άλλως ο θάνατος δεν με απασχολεί.....	(.847)
22. Αν και ο θάνατος με περιμένει, αυτό δεν με απασχολεί.....	(.837)
25. Ούτε θα φοβόμουν το θάνατο ούτε θα τον καλωσόριζα.....	(.761)
28. Αφού ο θάνατος είναι μια φυσική πλευρά της ζωής, δεν έχει νόημα να ανησυχεί κανείς για αυτόν.....	(.671)
32. Κάποιοι φοβούνται πάρα πολύ το θάνατο, εγώ όμως όχι.....	(.868)
44. Η σκέψη του θανάτου σπάνια περνάει από το μυαλό μου.....	(.600)
47. Αποδέχομαι το θάνατο ως άλλη μια εμπειρία ζωής.....	(.496)

Παράγοντας 3: Αποτελείται από 8 προτάσεις (ιδιοτιμή=3.96, Cronbach's alpha=.84) και ερμηνεύει το 10.11% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «Υπαρξιακό κενό» και αντιπροσωπεύει την έλλειψη νοήματος, κατεύθυνσης και στόχου στη ζωή. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

4. Μου φαίνεται ότι αλλάζω τους κυριότερους στόχους μου στη ζωή.....	(.693)
6. Έχω την αίσθηση ότι κάποιο στοιχείο, που δεν μπορώ να καθορίσω ακριβώς, λείπει από τη ζωή μου.....	(.612)
9. Νιώθω την έλλειψη και την ανάγκη να βρω πραγματικό νόημα και σκοπό στη ζωή μου.....	(.597)
20. Έχω αισθανθεί ότι ενώ είμαι προορισμένος/η να πραγματοποιήσω κάτι σημαντικό, δεν μπορώ εντούτοις να εντοπίσω τι ακριβώς είναι αυτό.....	(.613)
21. Είμαι ανήσυχος/η.....	(.412)
33. Ονειρεύομαι να επαναπροσδιορίσω τη ζωή μου και να βρω μια καινούργια ταυτότητα.....	(.676)
40. Πιάνω τον εαυτό μου να παραιτείται από τη ζωή με μια στάση του τύπου «Δε με νοιάζει».....	(.757)

42. Η ζωή, γενικά, μου φαίνεται βαρετή και ανιαρή.....(.657)

Παράγοντας 4: Αποτελείται από 8 προτάσεις (ιδιοτιμή=1.88, Cronbach's alpha=.78) και ερμηνεύει το 7.46% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «Αναζήτηση στόχου» και αντιπροσωπεύει την προθυμία του ατόμου για περισσότερες απολαβές από τη ζωή. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

-
10. Προσελκόμεμαι από καινούργια και διαφορετικά πράγματα.....(.568)
13. Δοκιμάζω νέες δραστηριότητες ή νέους τομείς ενδιαφέροντος, οι οποίοι όμως γρήγορα παύουν να είναι ελκυστικοί..... (.417)
14. Θα το απολάμβανα το να ξεφύγω από την καθημερινότητα της ζωής..... (.544)
24. Νιώθω την ανάγκη για περιπέτεια και την ανάγκη να κατακτήσω «καινούργιους κόσμους».....(.720)
34. Αυτή τη στιγμή θα ήθελα μια νέα πρόκληση στη ζωή μου..... (.534)
36. Ελπίζω για κάτι συναρπαστικό στο μέλλον.....(.674)
41. Είμαι ανυπόμονος/η να πάρω περισσότερα από τη ζωή απ' όσα έχω ήδη πάρει μέχρι τώρα.....(.531)
43. Είμαι αποφασισμένος/η να επιτύχω καινούργιους στόχους στο μέλλον.....(.497)
-

Παράγοντας 5: Αποτελείται από 7 προτάσεις (ιδιοτιμή=1.48, Cronbach's alpha=.78) και ερμηνεύει το 7.13% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «Συνοχή» και αντιπροσωπεύει την ευταξία καθώς και το λόγο ύπαρξης. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

-
12. Έχω συνειδητοποιήσει την ύπαρξη ενός πάρα πολύ δυνατού σκοπού που με απορροφά και κατευθύνει τη ζωή μου.....(.691)
16. Η φιλοσοφία ζωής που έχω δίνει νόημα στην ύπαρξή μου..... (.517)
26. Γνωρίζω πού πηγαίνει η ζωή μου στο μέλλον..... (.364)
27. Σκεπτόμενος/η τη ζωή μου, βλέπω έναν λόγο που είμαι εδώ.....(.442)
29. Έχω ένα πλαίσιο που μου επιτρέπει να κατανοώ και να δίνω νόημα στη ζωή μου.....(.435)
37. Έχω μια αποστολή στη ζωή, που μου δίνει μια αίσθηση κατεύθυνσης.....(.566)
38. Έχω μια ξεκάθαρη αντίληψη για το ποιο είναι το απώτερο νόημα της ζωής.....(.758)
-

Παράγοντας 6: Αποτελείται από 5 προτάσεις (*ιδιοτιμή*=1.47, *Cronbach's alpha*=.706 >.70) και ερμηνεύει το 5.81% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «Σκοπός» και αντιπροσωπεύει την κατεύθυνση στη ζωή ενός ατόμου. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

-
7. Το νόημα της ζωής είναι προφανές στον κόσμο γύρω μας..... (.490)
18. Βασικά, ζω το είδος της ζωής που θέλω να ζω..... (.556)
19. Όσον αφορά τη δυνατότητα επιλογής, πιστεύω πως είμαι απόλυτα ελεύθερος/η να κάνω όποιες επιλογές ζωής θέλω.....(.575)
21. Είναι δυνατόν για μένα να ζήσω τη ζωή μου σύμφωνα με αυτά που θέλω να κάνω.....(.588)
48. Η ζωή μου «κυλά» με συναρπαστικά όμορφα πράγματα.....(.475)
-

Οι έξι παράγοντες που διαμορφώθηκαν είναι ίδιοι με αυτούς των κατασκευαστών, αλλά υπάρχουν ορισμένες διαφοροποιήσεις ως προς το περιεχόμενο των δηλώσεων του κάθε παράγοντα (Παράρτημα Δ). Συγκεκριμένα, ο δεύτερος παράγοντας, «Αποδοχή θανάτου», είναι ακριβώς ίδιος με αυτόν του κατασκευαστή. Μεταξύ τρίτου και τέταρτου παράγοντα («Υπαρξιακό κενό» και «Αναζήτηση στόχου» αντίστοιχα) οι συμπεριληφθείσες δηλώσεις είναι ίδιες εκτός των 13 και 21, που κατατάσσονται αντίστροφα, γεγονός το οποίο δεν επηρεάζει το νόημα των παραγόντων. Στον πέμπτο παράγοντα («Συνοχή»), έχουν συμπεριληφθεί οι δηλώσεις 26 και 37, τις οποίες ο κατασκευαστής είχε στον παράγοντα «Σκοπό», όμως από το είδος των δηλώσεων, φαίνεται να ταιριάζουν εξίσου και σε αυτόν τον παράγοντα. Επίσης, δεν συμπεριλαμβάνονται οι δηλώσεις 7, 35 και 46, εκ των οποίων η πρώτη τοποθετήθηκε στον παράγοντα «Σκοπό» και οι άλλες δύο στον παράγοντα «Επιλογή – Αξιοπιστία», χωρίς να επηρεάζουν το νόημά τους.

Μεταξύ πρώτου και έκτου παράγοντα («Επιλογή – Αξιοπιστία» και «Σκοπός» αντίστοιχα), υπάρχει μία σημαντική αντιστροφή στην συμπερίληψη των δηλώσεων ανά παράγοντα. Σε σχέση με τον κατασκευαστή οι δηλώσεις 19 και 23 ήταν τοποθετημένες στον παράγοντα «επιλογή – αξιοπιστία», αλλά στην παρούσα έρευνα κατά την παραγοντική ανάλυση τοποθετήθηκαν στον «Σκοπό». Αντίστροφα οι δηλώσεις 1, 2, 5 και 31 από τον παράγοντα «Σκοπό», τοποθετήθηκαν στον παράγοντα «Επιλογή – Αξιοπιστία».

Παρατηρείται δηλαδή μια σημαντική αντίστροφη εναλλαγή κατάταξης των δηλώσεων μεταξύ των δύο παραγόντων «Επιλογή – Αξιοπιστία» και «Σκοπός», όπου στην παρούσα έρευνα ο πρώτος φαίνεται να έχει απορροφήσει περισσότερες δηλώσεις από τον άλλον. Μια λογική εξήγηση σε αυτό πιθανά να αποτελεί ο τρόπος που το ερωτώμενο κοινό αντιλαμβάνεται την έννοια των δηλώσεων. Εξάλλου οι δύο έννοιες είναι αρκετά συγγενείς και προφανώς στην παρούσα έρευνα τα υποκείμενα έδειξαν να αντιλαμβάνονται την ύπαρξη σκοπού στη ζωή τους ως ένα αποτέλεσμα που βασίστηκε στις δικιές τους επιλογές. Παράλληλα στον τρόπο αντίληψης των ερωτήσεων πιθανά διαδραματίζει σημαντικό ρόλο και το πολιτισμικό υπόβαθρο της υπό διερεύνηση κοινότητας (Smith & Bond, 2011). Η ίδια εξήγηση μπορεί να δοθεί και για την αντιστροφή δύο δηλώσεων που προαναφέρθηκαν μεταξύ των παραγόντων «Υπαρξιακό κενό» και «Αναζήτηση στόχου», που επίσης είναι αρκετά συγγενείς έννοιες, αλλά και των παραγόντων «Συνοχή» και «Σκοπός», όπου απαραίτητη προϋπόθεση του σκοπού αποτελεί η συνοχή. Γι' αυτό άλλωστε και ο δεύτερος παράγοντας της παρούσας έρευνας «Αποδοχή θανάτου», που σαν έννοια είναι αυτοτελής και αρκετά διαφοροποιημένη από τις άλλες, περιλαμβάνει τις ίδιες ακριβώς δηλώσεις με αυτές του κατασκευαστή.

3.2.3 Παραγοντική ανάλυση Σύντομης Μορφής της Κλίμακας Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μοναξιάς για Ενήλικες

Το κριτήριο Kaiser–Meyer–Olkin επιβεβαίωσε την επάρκεια του δείγματος ($KMO=.82$), ενώ ο έλεγχος σφαιρικότητας Bartlett's ήταν στατιστικά σημαντικός [$\chi^2(105)=2139.4, p<.000$] (Δημητριάδης, 2010). Σύμφωνα με την ανάλυση βασικών συνιστωσών (principal component analysis) με ορθογώνια περιστροφή των αξόνων (Varimax) της *Σύντομης μορφής της Κλίμακας Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μοναξιάς για Ενήλικες*, όλες οι προτάσεις ήταν θετικά φορτισμένες στην πρώτη συνιστώσα, επιβεβαιώνοντας το γεγονός ότι η κλίμακα μετράει έναν ενιαίο παράγοντα που ορίστηκε ως «Γενικός παράγοντας Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μοναξιάς». Κατά τη διερευνητική παραγοντική ανάλυση των προτάσεων/δηλώσεων που σχετίζονται με τη μοναξιά, βρέθηκε ότι τα στοιχεία ομαδοποιούνται σε τρεις παράγοντες, οι οποίοι ερμηνεύουν το 67.29% της συνολικής διακύμανσης. Ο δείκτης

αξιοπιστίας (reliability coefficient) Cronbach's alpha για τη Σύντομη Μορφή της Κλίμακας Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μοναξιάς για Ενήλικες στο σύνολό της ήταν $\alpha=.83$. Η πλήρης λίστα των προτάσεων/δηλώσεων, καθώς και οι φορτίσεις τους σε κάθε παράγοντα παρουσιάζονται στο παράρτημα (Παράρτημα Β - Πίνακας Β6). Οι παράγοντες της παρούσας μελέτης συμφωνούν τόσο αριθμητικά, όσο και με βάση το περιεχόμενο, με τους παράγοντες του αρχικού ερωτηματολογίου και είναι οι παρακάτω τρεις:

Παράγοντας 1: Αποτελείται από 5 προτάσεις (ιδιοτιμή=4.67, Cronbach's alpha=.88) και ερμηνεύει το 23.84% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «Μοναξιά σε επίπεδο ερωτικών σχέσεων» και αντιπροσωπεύει την μοναξιά που βιώνει το άτομο στο ζήτημα των ερωτικών του σχέσεων. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

-
3. Έχω μια ερωτική σχέση με την οποία μοιράζομαι τις πιο ενδόμυχες σκέψεις και συναισθήματά μου..... (.907)
6. Έχω έναν/μία σύντροφο ή σύζυγο που μου παρέχει την υποστήριξη και την ενθάρρυνση που χρειάζομαι..... (.934)
10. Εύχομαι να είχα μία πιο ικανοποιητική ερωτική σχέση με τον/την σύντροφό μου..... (.540)
14. Έχω έναν/μία ερωτικό/ή σύντροφο στου/ης οποίου/ας την ευτυχία συμβάλλω (.890)
15. Έχω μια ανεκπλήρωτη ανάγκη για μια στενή συντροφική/ερωτική σχέση.... (.847)
-

Παράγοντας 2: Αποτελείται από 5 προτάσεις (ιδιοτιμή=3.22, Cronbach's alpha=.85) και ερμηνεύει το 22.08% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «Οικογενειακή μοναξιά» και αντιπροσωπεύει τη συναισθηματική απομόνωση που νιώθει το άτομο στην οικογένειά του. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

-
1. Νιώθω μόνος/η όταν είμαι με την οικογένειά μου (.715)
4. Δεν υπάρχει κανείς στην οικογένειά μου που να μπορώ να βασιστώ για υποστήριξη και ενθάρρυνση, αλλά εύχομαι να υπήρχε..... (.716)

8. *Αισθάνομαι κοντά στην οικογένειά μου.....* (.885)
 11. *Νιώθω ότι αποτελώ μέρος της οικογένειάς μου.....* (.841)
 12. *Η οικογένειά μου πραγματικά νοιάζεται για μένα.....* (.793)
-

Παράγοντας 3: Αποτελείται από 5 προτάσεις (*ιδιοτιμή*=2.19, *Cronbach's alpha*=.85) και ερμηνεύει το 21.36% της συνολικής διακύμανσης. Αυτός ο παράγοντας μπορεί να οριστεί ως «*Κοινωνική μοναξιά*» και αντιπροσωπεύει τη συναισθηματική απομόνωση σε επίπεδο κοινωνικών σχέσεων και συναναστροφών. Οι προτάσεις με τη μεγαλύτερη φόρτιση ήταν οι εξής:

-
2. *Νιώθω ότι αποτελώ μέρος μιας ομάδας φίλων* (.708)
 5. *Οι φίλοι μου κατανοούν τα κίνητρά μου και τον τρόπο που σκέφτομαι....* (.766)
 7. *Δεν έχω φίλους που να συμμερίζονται τις απόψεις μου, αλλά θα ήθελα να είχα.....* (.810)
 9. *Είμαι σε θέση να στηρίζομαι στους φίλους μου για βοήθεια.....* (.846)
 13. *Δεν έχω φίλους που να με καταλαβαίνουν, αλλά θα ήθελα να είχα.....* (.804)
-

Οι τρεις παράγοντες που διαμορφώθηκαν είναι ίδιοι με αυτούς των κατασκευαστών, καθώς πέρα από τον αριθμό και τη νοηματική τους συνοχή, παράλληλα, απαρτίζονται και ακριβώς από τις ίδιες δηλώσεις σε κάθε παράγοντα.

3.2.4 Παραγοντική ανάλυση Κλίμακας Ικανοποίησης από τη Ζωή

Το κριτήριο Kaiser–Meyer–Olkin επιβεβαίωσε την επάρκεια του δείγματος ($KMO=.82$), ενώ ο έλεγχος σφαιρικότητας Bartlett's ήταν στατιστικά σημαντικός [$\chi^2(10)=394.9, p<.000$] (Δημητριάδης, 2010). Σύμφωνα με την ανάλυση βασικών συνιστωσών (principal component analysis) με ορθογώνια περιστροφή των αξόνων (Varimax) της *Κλίμακας Ικανοποίησης από τη Ζωή*, όλες οι προτάσεις ήταν θετικά φορτισμένες στην πρώτη συνιστώσα, επιβεβαιώνοντας το γεγονός ότι η κλίμακα μετράει έναν ενιαίο παράγοντα. Κατά τη διερευνητική παραγοντική ανάλυση των προτάσεων/δηλώσεων που σχετίζονται με την ικανοποίηση από τη ζωή, βρέθηκε ότι τα στοιχεία ομαδοποιούνται σε έναν και μοναδικό παράγοντα, ο οποίος ερμηνεύει το 58,56% της συνολικής διακύμανσης. Ο δείκτης αξιοπιστίας (reliability coefficient)

Cronbach's alpha για την Κλίμακα Ικανοποίησης από τη Ζωή στο σύνολό της ήταν $\alpha=.80$. Το αποτέλεσμα της παραγοντικής δομής είναι σύμφωνο με τα αποτελέσματα των κατασκευαστών της Κλίμακας.

3.3 Έλεγχος κανονικότητας κλιμάκων

Σε αυτό το στάδιο των αναλύσεων πραγματοποιήθηκε έλεγχος κανονικής κατανομής, ώστε να ελεγχθεί η κανονικότητα των μεταβλητών της έρευνας, προκειμένου να εφαρμοστούν οι παραμετρικές μέθοδοι ανάλυσης, όπως οι έλεγχοι t -test και ANOVA. Διαπιστώθηκε, λοιπόν, πως οι μεταβλητές στον έλεγχο κανονικής κατανομής με το στατιστικό κριτήριο των Kolmogorov-Smirnov δεν παρουσιάζουν κανονική κατανομή, εκτός από τους παράγοντες του υπαρξιακού κενού και της αποδοχής θανάτου. Ωστόσο η ίδια διαδικασία με το στατιστικό κριτήριο των Shapiro-Wilk έδειξε ότι οι μεταβλητές έχουν συντελεστή μεγαλύτερο του .800 (Παράρτημα Β - Πίνακας Β7), οπότε δύναται να θεωρηθεί η κατανομή κανονική (Ρούσσος & Τσαούσης, 2011). Η διαπίστωση αυτή μας επιτρέπει να συνεχίσουμε την ανάλυση με τις παραμετρικές μεθόδους. Για τις συσχετίσεις θα χρησιμοποιηθεί η μέθοδος του Pearson (r).

3.4 Σχέση Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης με το Νόημα Ζωής, την Ικανοποίηση από τη Ζωή και τη Μοναξιά

Στο επόμενο βήμα των αναλύσεων για την εξαγωγή αποτελεσμάτων, πραγματοποιήθηκαν συσχετίσεις προκειμένου να επιβεβαιωθούν ή να απορριφθούν οι αρχικές υποθέσεις της παρούσας έρευνας. Συγκεκριμένα υπολογίστηκε η συσχέτιση με βάση τον συντελεστή του Pearson (r). Συσχετίστηκαν οι παράγοντες της Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης με τους παράγοντες του Αναθεωρημένου Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή, της Σύντομης Μορφής της Κλίμακας Κοινωνικής και Συναισθηματικής Μοναξιάς για Ενήλικες και της Κλίμακας Ικανοποίησης από τη Ζωή μιας και αυτά είναι τα ζητούμενα της έρευνας. Τα αποτελέσματα όσων περιγράφηκαν, παρατίθενται αναλυτικά στα παρακάτω υποκεφάλαια.

3.4.1 Σχέση μεταξύ Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και Νοήματος Ζωής

Σκοπός μας σε αυτό το σημείο είναι να διαπιστώσουμε αν υπάρχει σχέση μεταξύ της προβληματικής χρήσης ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης και του νοήματος ζωής. Πιο συγκεκριμένα, οι υποθέσεις της έρευνάς μας, που διαμορφώθηκαν ύστερα από ανασκόπηση της βιβλιογραφίας δείχνουν την έλλειψη νοήματος, το υπαρξιακό κενό (H1α) και την αναζήτηση στόχου (H1β) να εμφανίζουν θετική συσχέτιση με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, ενώ την ύπαρξη σκοπού (H1γ) και την αίσθηση επιλογής στη ζωή ενός ατόμου να παρουσιάζουν αρνητική συσχέτιση με την προβληματική χρήση (H1δ). Προκειμένου να διαπιστώσουμε, λοιπόν, αν αυτές οι υποθέσεις επιβεβαιώνονται ή απορρίπτονται χρησιμοποιήσαμε τη μέθοδο συσχέτισης του Pearson (r), συσχετίζοντας τους παράγοντες της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης με τους παράγοντες του νοήματος ζωής.

Αρχικά, το υπαρξιακό κενό παρουσίασε μια καλή θετική συσχέτιση με όλους τους παράγοντες της Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης (καταναγκαστική χρήση $r=.28$, $p=.000$, κοινωνικά οφέλη $r=.29$, $p=.000$, αλλαγή διάθεσης $r=.27$, $p=.000$, υπερβολική διαδικτυακή παρουσία $r=.20$, $p=.002$, αρνητικά αποτελέσματα $r=.29$, $p=.000$) και με αρκετά ικανοποιητική στατιστική σημαντικότητα. Έπειτα, ο παράγοντας «επιλογή-αξιοπιστία» παρουσίασε αρνητική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση με όλους τους παράγοντες (καταναγκαστική χρήση $r=-.16$, $p=.018$, κοινωνικά οφέλη $r=-.18$, $p=.005$, αλλαγή διάθεσης $r=-.14$, $p=.034$, αρνητικά αποτελέσματα $r=-.23$, $p=.000$) εκτός της υπερβολικής διαδικτυακής παρουσίας, όπου η συσχέτιση δεν ήταν στατιστικά σημαντική ($r=-.09$, $p=.159$). Ο παράγοντας σκοπός παρουσιάζει αρνητική και στατιστικά σημαντική συσχέτιση μόνο με τα αρνητικά αποτελέσματα ($r=-.15$, $p=.022$). Η αναζήτηση στόχου παρουσιάζει στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση με τους παράγοντες της καταναγκαστικής χρήσης ($r=.24$, $p=.000$), του κοινωνικού οφέλους ($r=.20$, $p=.003$) και της υπερβολικής διαδικτυακής παρουσίας ($r=.21$, $p=.002$), ενώ ο παράγοντας συνοχή δεν παρουσιάζει στατιστικά σημαντική συσχέτιση με κανέναν από τους παράγοντες της προβληματικής χρήσης (Πίνακας 2).

Πίνακας 2: Συσχέτιση (Pearson) προβληματικής χρήσης ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης με το νόημα ζωής

	Καταναγκαστική Χρήση	Κοινωνικά Οφέλη	Αλλαγή Διάθεσης	Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	Αρνητικά Αποτελέσματα
Επιλογή - Αξιοπιστία	-.16*	-.18**	-.14*	-.09	-.23**
Αποδοχή Θανάτου	-.07	-.08	-.11	.05	-.18**
Υπαρξιακό Κενό	.28**	.29**	.27**	.20**	.29**
Αναζήτηση Στόχου	.24**	.20**	.12	.21**	.12
Συνοχή	-.00	-.04	-.04	-.03	-.05
Σκοπός	-.03	-.11	-.13	.03	-.15*

* $p < .05$ ** $p < .01$

Με άλλα λόγια, σύμφωνα με τα παραπάνω αποτελέσματα, όσο αυξάνεται η αίσθηση της επιλογής και της αξιοπιστίας στη ζωή ενός ατόμου, φαίνεται να μειώνεται και η καταναγκαστική χρήση, τα κοινωνικά οφέλη που αποκομίζει το άτομο στη διαδικτυακή κοινότητα σε αντίθεση με τις κατά πρόσωπο σχέσεις, η αλλαγή της διάθεσης, αλλά και τα αρνητικά αποτελέσματα, που συντελούνται από τη χρήση των σελίδων κοινωνικής δικτύωσης και το αντίθετο. Επίσης, η αύξηση του αισθήματος υπαρξιακού κενού προκαλεί αύξηση στο σύνολο της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και αντίθετα. Ακόμη, όσο αυξάνεται η αναζήτηση στόχου, αυξάνεται και η καταναγκαστική χρήση, τα κοινωνικά οφέλη της χρήσης και η υπερβολική διαδικτυακή παρουσία, ενώ όσο αυξάνεται ο σκοπός ζωής μειώνονται τα αρνητικά αποτελέσματα.

3.4.2 Σχέση μεταξύ Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και Μοναξιάς

Ακολούθως με τα παραπάνω, προκειμένου να ελεγχθούν οι υποθέσεις H2α, H2β και H2γ, σύμφωνα με τις οποίες υπάρχει θετική συσχέτιση μεταξύ κοινωνικής μοναξιάς, οικογενειακής μοναξιάς και μοναξιάς σε επίπεδο ερωτικών σχέσεων με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, πραγματοποιήθηκε η μέθοδος συσχέτισης του Pearson (r). Βρέθηκε, λοιπόν, ότι η καταναγκαστική χρήση παρουσιάζει στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση μόνο με τη μοναξιά σε επίπεδο σχέσεων ($r=.22$, $p=.001$), ενώ ο παράγοντας κοινωνικά οφέλη παρουσιάζει στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση με το σύνολο των τριών παραγόντων της μοναξιάς (σε επίπεδο σχέσεων $r=.25$, $p=.000$, σε επίπεδο οικογένειας $r=.13$, $p=.047$, και σε κοινωνικό επίπεδο $r=.31$, $p=.000$). Ικανοποιητική στατιστική σημαντικότητα παρουσιάζουν και οι συσχετίσεις της αλλαγής διάθεσης και της υπερβολικής διαδικτυακής παρουσίας με τη μοναξιά σε επίπεδο σχέσεων ($r=.14$, $p=.036$) και τη μοναξιά σε επίπεδο οικογένειας ($r=.15$, $p=.024$) αντίστοιχα, οι οποίες έχουν επίσης θετικό πρόσημο, όπως οι προηγούμενες. Τέλος, ο παράγοντας αρνητικά αποτελέσματα παρουσιάζει στατιστικά σημαντική θετική συσχέτιση μόνο με την κοινωνική μοναξιά ($r=.23$, $p=.000$) (Πίνακας 3).

Σύμφωνα με τα παραπάνω, αντιλαμβανόμαστε ότι αν και η μοναξιά δεν σχετίζεται στο σύνολο των παραγόντων της με το σύνολο των παραγόντων της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, ωστόσο οι συσχετίσεις που παρουσιάζει έχουν πάντα θετικό πρόσημο. Αυτή η διαπίστωση μπορεί να μας οδηγήσει στην εξαγωγή ενός γενικότερου συμπεράσματος πως όσο αυξάνεται η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, αυξάνεται και η μοναξιά και το αντίθετο, επιβεβαιώνοντας με αυτόν τον τρόπο τις παραπάνω υποθέσεις.

Πίνακας 3: Συσχέτιση (Pearson) προβληματικής χρήσης ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης με τη μοναξιά

	Καταναγκαστική Χρήση	Κοινωνικά Οφέλη	Αλλαγή Διάθεσης	Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	Αρνητικά Αποτελέσματα
Κοινωνική Μοναξιά	.11	.31**	.11	.10	.23**
Οικογενειακή Μοναξιά	.05	.13*	.10	.15*	.04
Μοναξιά σε επίπεδο Σχέσεων	.22**	.25**	.14*	.11	.11

* $p < .05$ ** $p < .01$

3.4.3 Σχέση μεταξύ Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και της Ικανοποίησης από τη Ζωή

Η υπόθεση H3 υποδείκνυε αρνητική συσχέτιση μεταξύ της ικανοποίησης από τη ζωή και της προβληματικής χρήσης. Ο έλεγχος Pearson (r) για την Κλίμακα Ικανοποίησης από τη Ζωή συγκριτικά με τους παράγοντες της Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης, απέδωσε αρνητική συσχέτιση με τα κοινωνικά οφέλη ($r = -.15$, $p = .018$), επιβεβαιώνοντας την υπόθεσή μας (Πίνακας 4).

Πίνακας 4: Συσχέτιση (Spearman) προβληματικής χρήσης ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης με την ικανοποίηση από τη ζωή

	Καταναγκαστική Χρήση	Κοινωνικά Οφέλη	Αλλαγή Διάθεσης	Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	Αρνητικά Αποτελέσματα
Ικανοποίηση από τη Ζωή	-.02	-.15*	-.10	-.00	-.11

* $p < .05$

3.5 Συγκρίσεις μέσω των όρων της Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης με τους δημογραφικούς παράγοντες

Διαφορές στο φύλο, την ηλικία, τον τόπο κατοικίας, την οικογενειακή κατάσταση, την εκπαίδευση και την επαγγελματική κατάσταση

Οι υποθέσεις μας όσον αφορά τους δημογραφικούς παράγοντες αναφέρουν τη μη ύπαρξη στατιστικά σημαντικών διαφορών της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης τόσο ανάμεσα στους άνδρες και τις γυναίκες (H4α) όσο και μεταξύ των διαφόρων ηλικιών (H4β). Σχετικά με την επαγγελματική κατάσταση διατυπώνουν πως οι φοιτητές παρουσιάζουν μεγαλύτερη προβληματική χρήση από τους άλλους εργαζόμενους (H4γ), ενώ οι κάτοικοι των αγροτικών περιοχών παρουσιάζουν, επίσης, μεγαλύτερη προβληματική χρήση συγκριτικά με αυτούς των αστικών περιοχών (H4δ). Για να πραγματοποιηθούν συγκρίσεις μέσω των όρων των δημογραφικών παραγόντων της έρευνάς μας με τους παράγοντες της Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης χρησιμοποιήθηκε η ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) για τις μεταβλητές ηλικία, εκπαίδευση, επαγγελματική κατάσταση και τόπος κατοικίας, ενώ για τη μεταβλητή φύλο πραγματοποιήθηκε η στατιστική ανάλυση t-test για ανεξάρτητα δείγματα.

Η στατιστική ανάλυση t-test για ανεξάρτητα δείγματα δεν εμφάνισε στατιστικά σημαντικές διαφορές σε κανέναν παράγοντα μεταξύ ανδρών και γυναικών, ως προς τον έλεγχο των μέσων τιμών τους, οι οποίες φέρεται να είναι ίσες. (Παράρτημα Β – Πίνακας Β8). Το ίδιο αποτέλεσμα είχε και η ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) για τα υπόλοιπα δημογραφικά στοιχεία, δηλαδή την ηλικία, τον τόπο κατοικίας, την οικογενειακή κατάσταση, την εκπαίδευση και την επαγγελματική κατάσταση με τους παράγοντες της προβληματικής χρήσης ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης (Παράρτημα Β – Πίνακες Β9, Β10, Β11, Β12, Β13).

Ομάδα ερωτήσεων για τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης

Όσον αφορά τις ερωτήσεις σχετικά με τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης (βλ. υποκεφάλαιο 3.3), η μόνη υπόθεση που διατυπώθηκε αφορά το χρόνο

που περνούν οι χρήστες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, εξαιτίας του ότι δεν υπήρξε στις υπόλοιπες ερωτήσεις ανάλογη σχέση που να έχει διερευνηθεί σε προηγούμενες έρευνες. Πιο συγκεκριμένα η υπόθεση H4ε υποδεικνύει ότι οι χρήστες που δαπανούν περισσότερο χρόνο στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης παρουσιάζουν μεγαλύτερη προβληματική χρήση των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης από αυτούς που δαπανούν λιγότερο χρόνο σε αυτά. Πραγματοποιήσαμε και σε αυτήν την περίπτωση σύγκριση μέσων όρων με την ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) με τους παράγοντες της προβληματικής χρήσης των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης, η οποία απέδωσε τα παρακάτω αποτελέσματα.

Για τη σύγκριση των μέσων όρων του συνολικού ημερήσιου χρόνου που δαπανά το άτομο σε αυτές τις ιστοσελίδες αναφορικά με τους παράγοντες της προβληματικής χρήσης διαπιστώθηκε ότι ο έλεγχος ομοιογένειας διακυμάνσεων (Homogeneity of Variance Test – Levene) έδειχνε χαμηλή σημαντικότητα σε όλους τους παράγοντες, εκτός από τα αρνητικά αποτελέσματα. Γι' αυτό το λόγο προχωρήσαμε στον στατιστικό έλεγχο των δεδομένων για αυτούς τους παράγοντες. Φαίνεται, λοιπόν, από τον έλεγχο Bonferroni πως υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις πέντε ομάδες (λιγότερο από 30 λεπτά, 30-60 λεπτά, 60-90 λεπτά/1-1,5 ώρα, 90-120 λεπτά/1,5-2 ώρες και πάνω από 120 λεπτά/2 ώρες) αναφορικά με τους παράγοντες της καταναγκαστικής χρήσης, της αλλαγής διάθεσης και της υπερβολικής διαδικτυακής παρουσίας. Πιο συγκεκριμένα τα άτομα που δαπανούν πάνω από 2 ώρες την ημέρα στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης παρουσιάζουν μεγαλύτερη καταναγκαστική χρήση ($M.O.=2.33$, $T.A.=.82$) [$F(4,228)=7.06$, $p<.01$], μεγαλύτερη αλλαγή διάθεσης ($M.O.=2.93$, $T.A.=1.01$) [$F(4,228)=3.54$, $p<.01$] και υψηλότερα ποσοστά υπερβολικής διαδικτυακής παρουσίας ($M.O.=3.50$, $T.A.=.89$) [$F(4,228)=5.5$, $p<.01$] συγκριτικά με αυτούς που δαπανούν λιγότερο από 30 λεπτά ημερησίως ($M.O.=1.61$, $T.A.=.74$, $M.O.=2.20$, $T.A.=1.00$, $M.O.=2.53$, $T.A.=1.25$ αντίστοιχα) με $p=.01$, $p<.05$ και $p<.01$ αντίστοιχα, επιβεβαιώνοντας έτσι την υπόθεσή μας (Πίνακας 5).

Στη σύγκριση των μέσων όρων του χρονικού διαστήματος που διαθέτει ο χρήστης προφίλ σε κάποια ιστοσελίδα κοινωνικής δικτύωσης αναφορικά με τους παράγοντες της προβληματικής χρήσης διαπιστώθηκε ότι ο έλεγχος ομοιογένειας διακυμάνσεων (Homogeneity of Variance Test – Levene) έδειχνε χαμηλή σημαντικότητα σε όλους τους παράγοντες, εκτός από τα κοινωνικά οφέλη και

προχωρήσαμε στον στατιστικό έλεγχο των δεδομένων για αυτούς τους παράγοντες. Φαίνεται, λοιπόν, από τον έλεγχο πολλαπλών συγκρίσεων (Bonferroni) πως υπάρχουν οριακές στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στις ομάδες «6 μήνες» και «3 χρόνια και πάνω» αναφορικά με τους παράγοντες της αλλαγής διάθεσης και της υπερβολικής διαδικτυακής παρουσίας. Πιο συγκεκριμένα τα άτομα που διατηρούν προφίλ στο διαδίκτυο εδώ και 6 μήνες ($M.O.=1.13$, $T.A.=.23$) παρουσιάζουν μικρότερη αλλαγή διάθεσης συγκριτικά με αυτούς που διατηρούν προφίλ 3 χρόνια και πάνω ($M.O.=2.67$, $T.A.=.99$) [$F(3,229)=3.09$, $p<.05$], ενώ οι πρώτοι ($M.O.=1.58$, $T.A.=.62$) παρουσιάζουν, επίσης, μικρότερο βαθμό υπερβολικής διαδικτυακής παρουσίας συγκριτικά με τους δεύτερους ($M.O.=3.18$, $T.A.=1.02$) [$F(3,229)=3.56$, $p<.05$] (Πίνακας 6).

Οι αναλύσεις στις ερωτήσεις σχετικά με τον αριθμό των ατόμων που έχουν πρόσβαση στο προφίλ των χρηστών, τον αριθμό των ατόμων με τα οποία οι χρήστες αλληλεπιδρούν σε καθημερινή βάση και το κατά πόσο είναι ευχαριστημένοι με την/τις Ιστοσελίδα/ες Κοινωνικής Δικτύωσης που χρησιμοποιούν δεν παρατίθενται, καθώς κρίθηκε ότι δεν απασχολούν άμεσα τα υπό διερεύνηση ζητήματα της παρούσας εργασίας.

Πίνακας 5: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης των Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και του ημερήσιου χρόνου που δαπανούν οι χρήστες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης

	Ημερήσιος χρόνος που δαπανούν οι χρήστες στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης					
	Λιγότερο από 30 λεπτά ($N=29$) <i>M.O. (T.A.)</i>	30-60 λεπτά ($N=60$) <i>M.O. (T.A.)</i>	60-90 λεπτά ($N=48$) <i>M.O. (T.A.)</i>	90-120 λεπτά ($N=43$) <i>M.O. (T.A.)</i>	Πάνω από 120 λεπτά ($N=53$) <i>M.O. (T.A.)</i>	<i>F</i>
Προβληματική Χρήση						
Καταναγκαστική Χρήση	1.61 (.74)	1.78 (.79)	1.84 (.70)	2.29 (.89)	2.33 (.82)	7.06*
Κοινωνικά Οφέλη	1.70 (.73)	1.73 (.72)	1.75 (.58)	1.81 (.80)	1.92 (.82)	.67
Αλλαγή Διάθεσης	2.20 (1.00)	2.42 (1.00)	2.73 (.97)	2.72 (.90)	2.93 (1.01)	3.54**
Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	2.53 (1.25)	3.01 (.95)	2.97 (1.05)	3.37 (.92)	3.50 (.89)	5.59*
Αρνητικά Αποτελέσματα	1.31 (.73)	1.26 (.44)	1.15 (.29)	1.47 (.72)	1.38 (.60)	2.14

* $p<.001$ ** $p<.01$

Πίνακας 6: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης των Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και του χρόνου που οι χρήστες διατηρούν προφίλ σε κάποιο μέσο κοινωνικής δικτύωσης

	Χρονικό διάστημα που διατηρούν προφίλ οι χρήστες				F
	6 μήνες (N=3) M.O. (T.A.)	1-2 χρόνια (N=3) M.O. (T.A.)	2-3 χρόνια (N=13) M.O. (T.A.)	3 και πάνω χρόνια (N=214) M.O. (T.A.)	
Προβληματική Χρήση					
Καταναγκαστική Χρήση	1.04 (.08)	1.57 (.37)	1.84 (.76)	2.02 (.84)	1.76
Κοινωνικά Οφέλη	1.00 (.00)	1.66 (1.01)	1.64 (.35)	1.81 (.75)	1.42
Αλλαγή Διάθεσης	1.13 (.23)	2.33 (.64)	2.27 (.97)	2.67 (.99)	3.09*
Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	1.58 (.62)	2.58 (1.18)	2.69 (.97)	3.18 (1.02)	3.56*
Αρνητικά Αποτελέσματα	1.00 (.00)	1.33 (.57)	1.13 (.24)	1.32 (.58)	.79

*p< .05

3.6 Η πρόβλεψη της Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης από το Νόημα Ζωής, την Ικανοποίηση από τη Ζωή και τη Μοναξιά

Προκειμένου να διερευνηθεί σε ποιο βαθμό μπορεί να προβλεφθεί η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από τις υπόλοιπες μεταβλητές της έρευνας (νόημα ζωής, μοναξιά και ικανοποίηση από τη ζωή), πραγματοποιήθηκε η ανάλυση παλινδρόμησης. Ως ανεξάρτητες μεταβλητές χρησιμοποιήθηκαν οι τέσσερις διαστάσεις του νοήματος ζωής (επιλογή-αξιοπιστία, υπαρξιακό κενό, αναζήτηση στόχου, σκοπός), καθώς η αποδοχή θανάτου και η συνοχή δεν παρουσίασαν αξιολογες συσχετίσεις με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Επίσης χρησιμοποιήθηκαν οι τρεις διαστάσεις της μοναξιάς (κοινωνική, οικογενειακή και σε επίπεδο ερωτικών σχέσεων) και η ικανοποίηση από τη ζωή. Ως εξαρτημένη μεταβλητή χρησιμοποιήθηκε η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στο σύνολό της.

Η απόλυτη τιμή του συντελεστή γραμμικής συσχέτισης είναι $R=.48$, με το μοντέλο να εξηγεί το 23% της μεταβλητότητας των δεδομένων [$F(8,224)=8.25$,

$p < .01$]. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, οι πιο ισχυροί προβλεπτικοί παράγοντες της προβληματικής χρήσης είναι ο παράγοντας επιλογή-αξιοπιστία του νοήματος ζωής ($\beta = -.28, p < .01$), η αναζήτηση στόχου ($\beta = .25, p < .001$), το υπαρξιακό κενό ($\beta = .22, p < .01$) και η ικανοποίηση από τη ζωή ($\beta = .17, p < .05$) (Πίνακας 7).

Πίνακας 7: Πολυμεταβλητή ανάλυση γραμμικής παλινδρόμησης για τους προγνωστικούς παράγοντες της προβληματικής χρήσης ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης

$R = .48$ $R^2 = .23$ $F(8,224) = 8.25, p < .001$				
Μεταβλητές	B^a	SE B^b	β	t
Νόημα Ζωής				
Επιλογή - Αξιοπιστία	-6.19	1.97	-.28	-3.14*
Υπαρξιακό κενό	3.24	1.22	.22	2.66*
Αναζήτηση στόχου	4.96	1.56	.25	3.17*
Σκοπός	1.48	1.46	.09	1.01
Μοναξιά				
Μοναξιά στις σχέσεις	.93	.63	.09	1.49
Οικογενειακή Μοναξιά	1.12	1.11	.07	1.00
Κοινωνική Μοναξιά	1.17	.98	.08	1.19
Ικανοποίηση από τη Ζωή	2.92	1.45	.17	2.02**

a. Η κατεύθυνση της σχέσης μεταξύ των μεταβλητών. Ένας θετικός συντελεστής B δείχνει ότι η σχέση της μεταβλητής με την ανεξάρτητη μεταβλητή είναι θετική

b. Το «τυπικό σφάλμα» του μη κανονικοποιημένου συντελεστή B.

* $p < .01$, ** $p < .05$

Κεφάλαιο 4^ο: Συζήτηση – Συμπεράσματα - Προτάσεις

Σε αυτό το κεφάλαιο θα επιχειρηθεί μια περαιτέρω ανάλυση των αποτελεσμάτων της παρούσας έρευνας, ενώ παράλληλα θα διαπιστωθεί αν αυτά τα αποτελέσματα συμφωνούν με τα ευρήματα προηγούμενων ερευνών, επιβεβαιώνοντας ή απορρίπτοντας τις υποθέσεις μας. Στο τέλος του κεφαλαίου θα γίνει αναφορά σε ορισμένες προτάσεις σχετικά με το πώς θα μπορούσαν να αξιοποιηθούν αυτά τα αποτελέσματα, καθώς και προτάσεις για μελλοντικές έρευνες.

Αρχικά, διαπιστώθηκε πως το υπαρξιακό κενό παρουσιάζει ισχυρή θετική συσχέτιση με το σύνολο των παραγόντων της προβληματικής χρήσης, υποδεικνύοντας πως όσο αυξάνεται η προβληματική χρήση τόσο αυξάνεται και το υπαρξιακό κενό και αντίστροφα, επιβεβαιώνοντας έτσι την υπόθεση H1α. Με άλλα λόγια αυτό το συμπέρασμα υποδηλώνει πως τα άτομα που αισθάνονται ότι δεν έχουν βρει κάποιο νόημα στη ζωή τους έχουν περισσότερες πιθανότητες να παρουσιάσουν προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Το συμπέρασμα αυτό συμφωνεί εν μέρει με τους Shek et al. (2013), που υποστηρίζουν ότι η εξάρτηση από το διαδίκτυο έχει τα αίτια της στην έλλειψη νοήματος και ότι μέσω της χρήσης τα άτομα προσπαθούν να καλύψουν τα κενά τους για νόημα στη ζωή τους, υπό την έννοια ότι υπάρχει όντως σχέση μεταξύ των δύο αυτών μεταβλητών. Βέβαια η προαναφερόμενη έρευνα έχει διαπιστώσει ότι το υπαρξιακό κενό προϋπάρχει της προβληματικής χρήσης.

Οι ίδιοι (Shek et al., 2013) αναφέρονται και στο ζήτημα της αναζήτησης στόχου, υποδεικνύοντας πως αφού οι χρήστες προστρέχουν στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να καλύψουν το αίσθημα του υπαρξιακού κενού, επομένως μέσα από τη χρήση αναζητούν κάποιο στόχο, ο οποίος θα δώσει νόημα στη ζωή τους. Ανάλογη σύνδεση της αναζήτησης στόχου και της προβληματικής χρήσης βρέθηκε και στην έρευνά μας, επιβεβαιώνοντας την υπόθεση H1β, με τους ίδιους περιορισμούς που ισχύουν και για το υπαρξιακό κενό, αφού εντοπίστηκε θετική συσχέτιση της αναζήτησης στόχου με τους τρεις από τους πέντε παράγοντες της προβληματικής χρήσης (καταναγκαστική χρήση, κοινωνικά οφέλη και υπερβολική διαδικτυακή παρουσία) και μας επιτρέπει να συμπεράνουμε πως όσο αυξάνεται η αναζήτηση στόχου τόσο αυξάνεται και η τάση της προβληματικής χρήσης και το αντίστροφο.

Από την άλλη πλευρά τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας έδειξαν πως όσο αυξάνεται η αίσθηση κατεύθυνσης στη ζωή ενός ατόμου και γίνεται πιο ορατός στο ίδιο, ο σκοπός της ύπαρξής του, τόσο μειώνεται η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Το συμπέρασμα αυτό επιβεβαιώνει την υπόθεση H1γ, η οποία υποδείκνυε αρνητική συσχέτιση μεταξύ των μεταβλητών του σκοπού και της προβληματικής χρήσης. Η έννοια του σκοπού της ύπαρξης περιέχεται μέσα στην έννοια του νοήματος ζωής, καθώς το άτομο που έχει βρει σκοπό στη ζωή του έχει κάνει ένα πολύ μεγάλο βήμα στο να νοηματοδοτήσει τη ζωή του. Επομένως από τη στιγμή που βρέθηκε θετική συσχέτιση μεταξύ της έλλειψης νοήματος και της προβληματικής χρήσης ήταν αναπόφευκτο ο σκοπός ζωής να παρουσιάζει αρνητική συσχέτιση με αυτήν.

Επιβεβαιώθηκε, ακόμη, και η υπόθεση H1δ, η οποία ανέφερε πως όσο μειώνεται η αίσθηση του ατόμου ότι το ίδιο είναι σε θέση να επιλέξει και επιλέγει πράγματα, στόχους και καταστάσεις για την πορεία της ζωής του, τόσο αυξάνεται η πιθανότητα προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και αντίθετα. Άλλωστε οι Morahan-Martin και Schumacher (2000) ισχυρίστηκαν ότι τα άτομα καταλήγουν στην προβληματική χρήση, εξαιτίας του γεγονότος ότι μέσα από τα κοινωνικά δίκτυα αισθάνονται πως ανακτούν τον έλεγχο και επιλέγουν οι ίδιοι το πώς θα ζήσουν τη ζωή τους, κάτι που δεν μπορούν να επιτύχουν στην πραγματική ζωή.

Γίνεται αντιληπτό πως οι παραπάνω αναφορές αποτυπώνουν το πώς οι παράγοντες του νοήματος ζωής (υπαρξιακό κενό, αναζήτηση στόχου και επιλογή-αξιοπιστία) επηρεάζουν την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης. Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας υποδηλώνουν μία αμφίδρομη σχέση μεταξύ των μεταβλητών. Με άλλα λόγια είναι δυνατόν η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης να επιφέρει αύξηση της αίσθησης έλλειψης νοήματος, αύξηση της τάσης αναζήτησης στόχου και μείωση της αίσθησης επιλογής στη ζωή του ατόμου.

Ωστόσο η έλλειψη ανάλογων ερευνών που να εξετάζουν το συγκεκριμένο ζήτημα δεν μας δίνει τη δυνατότητα να βασιστούμε σε πρότερα συμπεράσματα για την επιβεβαίωση αυτής της άποψης. Παρά ταύτα, θεωρούμε πως αυτή η εκδοχή μπορεί να στηριχθεί λογικά αν συσχετιστεί με τα συμπτώματα που παρουσιάζει η προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, όπως αυτά έχουν διαρθρωθεί μέχρι σήμερα στη βιβλιογραφία. Πιο συγκεκριμένα γνωρίζουμε πως τα άτομα που παρουσιάζουν προβληματική χρήση του διαδικτύου εμφανίζουν υπερβολική

διαδικτυακή παρουσία, που καταλήγει ως εμμονή στη χρήση, δημιουργώντας σε αυτά πολλαπλά προβλήματα σε πολλά επίπεδα της ζωής τους, όπως το κοινωνικό, το οικογενειακό, το εργασιακό και το ψυχολογικό επίπεδο (Carlan, 2003. Davis, 2001. Davis et al. 2002. Morahan-Martin & Schumacher, 2003. Schoenfeld & Yan, 2012). Ένα άτομο, λοιπόν, που βιώνει ελλείψεις σε όλα τα προαναφερόμενα επίπεδα της ζωής του, είναι αναμενόμενο να βιώνει υπαρξιακό κενό. Επομένως είναι βάσιμο να ισχυριστούμε πως όσο αυξάνεται η προβληματική χρήση, αυξάνεται και το αίσθημα της έλλειψης νοήματος.

Επιπλέον, από τη στιγμή που η χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στα άτομα που κάνουν προβληματική χρήση γίνεται εμμονή και δεν εξυπηρετεί έναν συγκεκριμένο σκοπό, είναι πιθανό το άτομο να έχει χάσει τους στόχους του και η εμμονή στη χρήση να αποτελεί μια προσπάθεια αναζήτησης στόχου. Άρα η αύξηση της προβληματικής χρήσης δύναται να αυξήσει εξίσου την αναζήτηση στόχου. Τέλος, ένα άλλο σύμπτωμα της προβληματικής χρήσης είναι η έλλειψη αυτοελέγχου (Davis, 2001), η οποία, σε συνδυασμό με όλα τα παραπάνω, αντιλαμβανόμαστε ότι μπορεί να προκαλέσει μείωση της αίσθησης επιλογής και απόφασης κατ' επιλογή στη ζωή του ατόμου.

Ακολούθως, στο ζήτημα της μοναξιάς, και οι τρεις υποθέσεις της έρευνας (H2α, H2β, H2γ) επιβεβαιώθηκαν, παρουσιάζοντας ο κάθε παράγοντας της μοναξιάς (κοινωνική, οικογενειακή, μοναξιά στις σχέσεις) θετική συσχέτιση με τουλάχιστον δύο από τους παράγοντες της προβληματικής χρήσης. Με άλλα λόγια όσο αυξάνεται η αίσθηση της μοναξιάς στο άτομο, τόσο αυξάνεται η προβληματική χρήση του διαδικτύου. Το γεγονός αυτό αποτελεί μια λογική συνέπεια των πραγμάτων, καθώς όπως αναφέρει και ο Carlan (2003) μια φτωχή κοινωνική ζωή θα μπορούσε να οδηγήσει σε κακή χρήση του Διαδικτύου και των ιστότοπων κοινωνικής δικτύωσης ως αντισταθμιστικό μέσο στη χαμηλή επάρκεια σε διαπροσωπικούς τομείς. Έπειτα, όσον αφορά την αντίστροφη σχέση των μεταβλητών αυτών, όπως αναφέρθηκε στο υποκεφάλαιο 1.2.3, υπάρχει διχογνωμία μεταξύ των ερευνητών σχετικά με το αν η έντονη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης αυξάνει ή μειώνει το αίσθημα της μοναξιάς. Η σύγχυση που έχει δημιουργηθεί εξαιτίας αυτής της διχογνωμίας πιθανά να μπορεί να εξηγηθεί ως εξής: Είναι σημαντικό να επισημάνουμε ότι ένας μεγάλος αριθμός ερευνών, που υποστηρίζουν ότι η αυξητική τάση στη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης μειώνει τα επίπεδα της μοναξιάς, αναφέρεται σε άτομα που

βιώνουν κοινωνικό άγχος και γενικότερα δεν τα καταφέρνουν όσο θα ήθελαν στις πρόσωπο με πρόσωπο αλληλεπιδράσεις τους (Grieve, Indian, Witteveen, Tolan, & Marrington, 2013. Nadkarni & Hofmann, 2012. Sheldon et al. 2011. Yu et al., 2010). Καταφεύγουν, λοιπόν, στη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, μέσα από τα οποία νιώθουν μεγαλύτερο αίσθημα του «ανήκειν» και άρα μειώνουν τα επίπεδα της μοναξιάς. Αυτή η κατάσταση αποτυπώνει στην ουσία τον παράγοντα «κοινωνικά οφέλη» της προβληματικής χρήσης, καθώς επίσης η έντονη και αυξητική τάση χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, που αναφέρονται παραπάνω, δύναται να καταταχθούν στον παράγοντα «υπερβολική διαδικτυακή παρουσία» της προβληματικής χρήσης. Παρά ταύτα οι παραπάνω έρευνες υποστηρίζουν ότι ακόμα και αυτή η κατάσταση μπορεί να βοηθήσει το άτομο να ελαττώσει τα επίπεδα της μοναξιάς μέσω του διαδικτύου.

Ωστόσο, μερίδα ερευνών έχουν καταλήξει στο συμπέρασμα ότι η αίσθηση συνεκτικότητας που προσφέρεται δια μέσου των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης, αφορά ουσιαστικά σε μια ψευδαίσθηση, μιας και οι χρήστες αυξάνουν το αίσθημα του «ανήκειν» ακόμη και αν δεν δέχονται άμεση ανατροφοδότηση από άλλα πρόσωπα (Deters & Mehl, 2012), ενώ ακόμη και όταν υπάρχει ανατροφοδότηση και αλληλεπίδραση ορισμένοι ερευνητές ισχυρίζονται ότι ο βαθμός της εγγύτητας, καθώς και η ποιότητα της σχέσης, δεν δύναται να φτάσει στα επίπεδα της δια ζώσης επαφής (Leung & Lee, 2005. Nunes, 1995). Παράλληλα τα ζητήματα που εμποδίζουν την ικανοποιητική δια ζώσης επικοινωνία, συνεχίζουν να υφίστανται, αφαιρώντας χρόνο από την κατά πρόσωπο επαφή (Leung & Lee, 2005), καθώς το άτομο υπεισέρχεται σε μια βολική γι' αυτό κατάσταση, όπου αυξάνει τα κοινωνικά οφέλη της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, αποφεύγοντας με έναν μη λειτουργικό τρόπο τις κοινωνικές σχέσεις και τις περισσότερο συναισθηματικές εμπειρίες (Mittal et al., 2007). Με όλη αυτή τη διαδικασία πιθανά δημιουργείται ένας φαύλος κύκλος, όπου η προαναφερόμενη αρνητική ενίσχυση, αυξάνει τη μοναξιά και η μοναξιά με τη σειρά της οδηγεί σε μεγαλύτερη τάση προς τις διαδικτυακές σχέσεις (Kuss & Griffiths, 2011. Morahan-Martin, 1999). Εξάλλου οι Deters και Mehl (2012:583) έχουν χρησιμοποιήσει μια εύστοχη μεταφορά για να εξηγήσουν τα θετικά που απολαμβάνει ο χρήστης από μία δημοσίευσή του στο προφίλ του, η οποία παρομοιάζει τη δραστηριότητα αυτή με *«ένα σνακ που προσωρινά μειώνει την πείνα έως το επόμενο γεύμα και το κοινωνικό αυτό τσιμπολόγημα μπορεί να βοηθήσει το χρήστη να αντέξει*

την έλλειψη της πραγματικής κοινωνικής αλληλεπίδρασης για ένα ορισμένο χρονικό διάστημα». Από την παραπάνω φράση θα μπορούσε να εξαχθεί το συμπέρασμα πως η μείωση στα επίπεδα της μοναξιάς που αισθάνεται ο χρήστης κατά τη διαδικτυακή του παρουσία είναι παροδική και περιοδική. Επομένως, σύμφωνα με όλα τα παραπάνω, είμαστε σε θέση να ισχυριστούμε πως όσο αυξάνεται η μοναξιά σε οποιοδήποτε επίπεδο (κοινωνικό, οικογενειακό, σχέσεων), αυξάνεται και η προβληματική χρήση, αλλά και όσο αυξάνεται η προβληματική χρήση αυξάνεται και το αίσθημα της μοναξιάς στα άτομα.

Όσον αφορά το ζήτημα της ικανοποίησης από τη ζωή τα ευρήματα της έρευνας επιβεβαίωσαν την H3, παρουσιάζοντας αρνητική συσχέτισή της με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και συγκεκριμένα με τον παράγοντα «κοινωνικά οφέλη» της προβληματικής χρήσης. Αυτό σημαίνει πως η μείωση της αίσθησης ικανοποίησης από τη ζωή προκαλεί αύξηση της προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και αντίστροφα. Τα αποτελέσματα αυτά συμφωνούν και με τις προϋπάρχουσες έρευνες στις οποίες διαπιστώθηκε ότι η χρήση του διαδικτύου παρουσιάζει αντιστρόφως ανάλογη σχέση με την ποιότητα ζωής, ενώ αυτή η συσχέτιση είναι πιο έντονη όταν η χρήση του διαδικτύου γίνεται με στόχο την αύξηση της κοινωνικότητας (Leung & Lee, 2005). Επίσης, το γεγονός ότι η μεταβλητή της ικανοποίησης από τη ζωή σχετίζεται σημαντικά μόνο με τον συγκεκριμένο παράγοντα της προβληματικής χρήσης, ίσως αφορά στο ότι αυτός ο παράγοντας εμπεριέχει τα ζητήματα της προβληματικής χρήσης που σχετίζονται και με άλλους τομείς της ζωής, όπως θέματα που καλύπτει η προβληματική χρήση, στα οποία οι χρήστες παρουσιάζουν αδυναμίες στην πραγματική ζωή. Με δεδομένο, λοιπόν, ότι ο βαθμός ικανοποίησης από τη ζωή προέρχεται από μια συνολική αξιολόγηση όλων των τομέων της ζωής, μπορούμε να αντιληφθούμε το λόγο που υπάρχει στατιστικά σημαντική συσχέτιση με αυτόν τον παράγοντα.

Επιπλέον, στο ερώτημα σχετικά με το βαθμό που μπορεί το νόημα ζωής, η μοναξιά και η ικανοποίηση από τη ζωή να προβλέψουν την προβληματική χρήση των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης, διαπιστώσαμε ότι αν γνωρίζουμε καθέναν από αυτούς τους παράγοντες μπορούμε να κατανοήσουμε κατά 23% την προβληματική χρήση των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης με το υπαρξιακό κενό, την αναζήτηση στόχου και την επιλογή-αξιοπιστία του νοήματος ζωής, καθώς και την ικανοποίηση

από τη ζωή να αποτελούν τους ισχυρότερους προβλεπτικούς παράγοντες της προβληματικής χρήσης.

Οι επόμενες υποθέσεις μας αφορούν τα δημογραφικά στοιχεία της έρευνας. Ξεκινώντας από τη μεταβλητή του φύλου, εντοπίστηκε ότι οι άντρες και οι γυναίκες δεν παρουσιάζουν στατιστικά σημαντικές διαφορές σχετικά με την προβληματική χρήση του διαδικτύου, επιβεβαιώνοντας την υπόθεσή μας (H4α). Ανάλογα είναι τα αποτελέσματα και στα υπόλοιπα δημογραφικά στοιχεία (ηλικία, τόπος κατοικίας, οικογενειακή κατάσταση, εκπαίδευση, επαγγελματική κατάσταση), όπου δεν βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές με την προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, επιβεβαιώνοντας την υπόθεση H4β, η οποία αναφέρει ότι δεν υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ ηλικίας και προβληματικής χρήσης, ενώ απορρίπτονται οι υποθέσεις H4γ, που υποστηρίζει ότι οι φοιτητές παρουσιάζουν μεγαλύτερη προβληματική χρήση των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης από τους εργαζόμενους και H4δ, που διατυπώνει πως οι κάτοικοι των αγροτικών περιοχών παρουσιάζουν μεγαλύτερη προβληματική χρήση των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης από αυτούς των αστικών περιοχών. Τα ευρήματα αυτά πιθανόν να οφείλονται είτε στο γεγονός ότι τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης έχουν ενταχθεί σε πολύ μεγάλο βαθμό στην καθημερινότητα των ανθρώπων, εξαλείφοντας διαφορές δημογραφικού χαρακτήρα στη χρήση τους, είτε στα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του δείγματος της παρούσας έρευνας.

Στην ομάδα ερωτήσεων σχετικά με τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης επιβεβαιώθηκε η υπόθεση (H4ε) ότι οι χρήστες που δαπανούν περισσότερο χρόνο στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης παρουσιάζουν μεγαλύτερη προβληματική χρήση στις ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης από αυτούς που δαπανούν λιγότερο χρόνο σε αυτές, καθώς βρέθηκε πως οι χρήστες που δαπανούν πάνω από δύο ώρες την ημέρα, παρουσιάζουν μεγαλύτερη προβληματική χρήση από τους υπόλοιπους με λιγότερες ώρες, εμφανίζοντας την μεγαλύτερη διαφορά με αυτούς που δαπανούν λιγότερο από 30 λεπτά την ημέρα. Τα ευρήματα αυτά εναρμονίζονται με τις προγενέστερες έρευνες, οι οποίες διαπιστώνουν ότι όσο περισσότερο χρόνο δαπανά ο χρήστης στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τόσο μεγαλύτερες πιθανότητες έχει να εμφανίσει προβληματική χρήση (Hardie & Tee, 2007. Sheldon, 2008).

Επίσης, παρόλο που δεν βρέθηκαν ανάλογες βιβλιογραφικές αναφορές για τη σχέση της προβληματικής χρήσης ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης με το χρονικό

διάστημα που διατηρεί ο χρήστης προφίλ σε κάποια ιστοσελίδα, στην παρούσα έρευνα διαπιστώθηκε ότι τα άτομα που διατηρούν προφίλ στο διαδίκτυο πάνω από 3 χρόνια παρουσιάζουν μεγαλύτερη προβληματική χρήση ως προς τους παράγοντες της αλλαγής διάθεσης και της υπερβολικής διαδικτυακής παρουσίας, συγκριτικά με αυτούς που διατηρούν προφίλ εδώ και 6 μήνες. Το γεγονός αυτό πιθανά να οφείλεται στο ότι οι χρήστες που έχουν 6 μήνες προφίλ σε κάποια ιστοσελίδα δεν έχουν προλάβει να το εντάξουν τόσο έντονα στην καθημερινότητά τους, ώστε να οδηγηθούν περιοδικά σε προβληματική χρήση.

Όπως σε κάθε έρευνα, έτσι και στην παρούσα, υπάρχουν διαφόρων ειδών περιορισμοί στους οποίους είναι απαραίτητο να γίνει αναφορά. Ένας από αυτούς τους περιορισμούς είναι το γεγονός ότι στην παρούσα έρευνα, όπως και σε κάθε άλλη συσχετιστική έρευνα μπορούμε να διαπιστώσουμε την ύπαρξη ή μη σχέσης μεταξύ των μεταβλητών, αλλά δεν μπορούμε να απαντήσουμε στο γιατί και πώς η μία μεταβλητή επηρεάζει την άλλη (Babbie, 2011). Στην προκειμένη περίπτωση διαπιστώσαμε παραδείγματος χάρη την ύπαρξη θετικής συσχέτισης μεταξύ μοναξιάς και προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, ωστόσο δεν είμαστε σε θέση να γνωρίζουμε τους λόγους ή τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά αυτής της αλληλοεπιρροής. Ένα τέτοιο ερώτημα θα μπορούσε να αποτελέσει αντικείμενο μιας νέας έρευνας, με διαφορετικές ερευνητικές μεθόδους.

Σίγουρα έναν ακόμη περιορισμό αποτελεί και η μέθοδος συλλογής του δείγματος, μιας και παρουσιάζει, όπως κάθε μέθοδος, τα μειονεκτήματά της. Καθώς το δείγμα μας προέρχεται από διαθέσιμα υποκείμενα, ακόμη και αν η επιλογή τους ήταν τυχαία, είναι δυνατόν να υπάρξει ασυνείδητη μεροληψία έναντι ορισμένων ανθρώπων ή ακόμη και μιας ομάδας ανθρώπων με συγκεκριμένα χαρακτηριστικά. Ακόμη και η δειγματοληψία μέσω της τεχνικής της χιονοστιβάδας, μπορεί να οδηγήσει επίσης σε κομμάτια του πληθυσμού με παρόμοια χαρακτηριστικά, αποκλείοντας άλλους πληθυσμούς. Συνεπώς, η γενίκευση των αποτελεσμάτων της παρούσας στο γενικό πληθυσμό δεν είναι εφικτή.

Παραμένοντας στο ζήτημα του δείγματος, περιορισμό αποτελεί και ο αριθμός των υποκειμένων που χρησιμοποιήθηκαν στη συγκεκριμένη έρευνα, μιας και είναι πολύ μικρός συγκριτικά με τον συνολικό πληθυσμό του ελλαδικού χώρου, για να μπορεί να είναι αντιπροσωπευτικός. Έπειτα, η χρήση ερωτηματολογίων αυτοαναφοράς έχει πάντα την πιθανότητα να υποπέσει στο φαινόμενο της κοινωνικής

σκοπιμότητας (Babbie, 2011), όπου το υποκείμενο απαντά με βάση έναν ιδεατό εαυτό, με αποτέλεσμα η ορθότητα και ειλικρίνεια των απαντήσεων να μην μπορεί να διασφαλιστεί. Ωστόσο, όλοι οι παραπάνω περιορισμοί δεν μειώνουν τη σημαντικότητα της παρούσας έρευνας, ενώ παρακάτω θα αναφερθούμε στο πώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν τα αποτελέσματά της, στις επαγγελματικές πρακτικές.

Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας θα μπορούσαν να αξιοποιηθούν με ποικίλους τρόπους στον τομέα της ψυχολογίας και της συμβουλευτικής διαδικασίας, μερικοί από τους οποίους παρατίθενται. Αρχικά, οι σχέσεις που διαπιστώθηκαν μεταξύ των μεταβλητών της έρευνας είναι δυνατόν να κρατήσουν έναν σύμβουλο σε επαγρύπνηση. Γνωρίζοντας τη σύνδεση μεταξύ των μεταβλητών, καθίσταται πιο εύκολο για τον σύμβουλο να χειριστεί μία περίπτωση προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης ενός συμβουλευόμενου, εξετάζοντας πιο γρήγορα και στοχευμένα τις επιπτώσεις αυτού του ζητήματος. Επιπλέον, είναι σε θέση, σε περίπτωση που συντρέχει αίτημα του συμβουλευόμενου που να σχετίζεται με το νόημα της ζωής, τη μοναξιά ή την ικανοποίηση από τη ζωή, να βρίσκεται σε εγρήγορση προκειμένου να εντοπίσει έγκαιρα πιθανό ζήτημα προβληματικής χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, το οποίο δεν έχει αναδυθεί.

Η έρευνα για αυτό το ζήτημα εξελίσσεται τα τελευταία χρόνια στο εξωτερικό, ενώ στη χώρα μας είναι ακόμα στα σπάργανα. Με αυτό το δεδομένο και προκειμένου να δημιουργήσουμε μια περισσότερο ολιστική άποψη πάνω στο ζήτημα της χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης, θα είχε μεγάλο ενδιαφέρον να μελετηθούν και άλλες πτυχές του ζητήματος. Παραδείγματος χάρη οι μελλοντικές έρευνες θα μπορούσαν να εξετάσουν τα ίδια δεδομένα σε άλλες ηλικιακές ομάδες, όπως αυτές των εφήβων, οι οποίοι είναι ιδιαίτερα επιρρεπείς στην προβληματική χρήση του διαδικτύου, καθώς και σε ενήλικες άνω των 34 ετών, ώστε να εντοπιστούν ομοιότητες και διαφορές. Επίσης, θεωρείται σημαντικό να διερευνηθεί και η σχέση της χρήσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης με άλλους ψυχοκοινωνικούς παράγοντες. Τέλος, για μια περισσότερο εις βάθος ανάλυση αυτών των σχέσεων θα μπορούσε να διεξαχθεί μια ποιοτική έρευνα, προκειμένου να εντοπιστούν οι αιτίες, αλλά και τα πιθανά ιδιαίτερα χαρακτηριστικά αυτών των σχέσεων.

Βιβλιογραφία

Ξενόγλωση Βιβλιογραφία

- Alfonso, V. C., Allinson, D. B., Rader, D. E., & Gorman, B. S. (1996). The extended satisfaction with life scale: Development and psychometric properties. *Social Indicators Research*, 38(3), 275–301. doi: 10.1007/BF00292049
- Amichai-Hamburger, Y., & Ben-Artzi, E. (2003). Loneliness and internet use. *Computers in Human Behavior*, 19(1), 71-80. doi: 10.1016/S0747-5632(02)00014-6
- Anagnostopoulos, F., Slater, J., Fitzsimmons, D., & Kolokotroni, P. (2011). Exploring global meaning in Greek breast cancer patients: Validation of the Life Attitude Profile – Revised (LAP-R). *Psycho-Oncology*, 20(4), 419-427. doi: 10.1002/pon.1755
- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). *Social indicators of well-being: Americans perceptions of life quality*. New York: Plenum Press.
- Argyle, M., & Crossland, J. (1987). The dimensions of positive emotions. *British Journal of Social Psychology*, 26(2), 127-137. doi: 10.1111/j.2044-8309.1987.tb00773.x
- Baumeister, R.F. (1991). *Meanings on Life*. New York: The Guilford Press.
- Baym, N. K., Zhang, Y. B., & Lin, M. (2004). Social interactions across media: Interpersonal communication on the internet, telephone and face-to-face. *New Media and Society*, 6(3), 299-318. doi: 10.1177/1461444804041438
- Bevan, J. L., Gomez, R., & Sparks, L. (2014). Disclosures about important life events on Facebook: Relationships with stress and quality of life. *Computers in Human Behavior*, 39(3), 246–253. doi: 10.1016/j.chb.2014.07.021
- Boyd, D. (2008). Why youth heart social network sites: The role of networked publics in teenage social life. In D. Buckingham (Eds), *Youth Identity and Digital Media* (pp. 119-142). Cambridge, MA: MIT Press. [MacArthur Foundation Series on Digital Learning]. Retrieved from <http://www.danah.org/papers/WhyYouthHeart.pdf>
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210–230. doi: 10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x
- Campbell, A., Converse, P. E., & Rodgers, W. L. (1976). *The quality of American life: Perception, evaluations and satisfactions..* New York: Russell Sage Foundation.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: Development of a theorybased cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553–575. doi: 10.1016/S0747-5632(02)00004-3
- Caplan, S. E. (2003). Preference for online social interaction: A theory of problematic Internet use and psychosocial well-being. *Communication Research*, 30(6), 625-648. doi: 10.1177/0093650203257842

- Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic internet use. *Journal of Communication*, 55(4), 721-736. doi: 10.1111/j.1460-2466.2005.tb03019.x
- Ceyhan, A. A., & Ceyhan, E. (2008). Loneliness, depression, and computer self-efficacy as predictors of problematic internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 11(6), 699-701. doi: 10.1089/cpb.2007.0255
- Chen, W., Boase, J., & Wellman, B. (2002). The global villagers: Comparing internet users and uses around the world. In B. Wellman & C. Haythornthwaite (Eds.), *The Internet in Every Day Life* (pp. 74-113). Oxford: Blackwell. Retrieved from <http://individual.utoronto.ca/jboase/assets/chen-boase-and-wellman-2002-the-global-villagers.pdf>
- Chen, B., & Marcus, J. (2012). Students' self-presentation on Facebook: An examination of personality and self-construal factors. *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2091-2099. doi: 10.1016/j.chb.2012.06.013
- Christakis, D. A., Moreno, M. M., Jelenchick, L., Myaing, M. T., & Zhou, C. (2011). Problematic internet usage in US college students: A pilot study. *BMC Medicine*, 9(77), 1-6. doi: 10.1186/1741-7015-9-77.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1969). *Manual of Instructions for the Purpose in Life Test*. Illinois: Psychometric Affiliates.
- Cummings, J., Lee, J., & Kraut, R. (2006). Communication technology and friendship during the transition from high school to college. In R. Kraut, M. Brynin, & S. Kiesler (Eds.), *Computers, phones, and the internet; Domesticating information technology* (pp. 265-278). New York, NY: Oxford University Press. Retrieved from <http://kraut.hciresearch.org/sites/kraut.hciresearch.org/files/open/Cummings06-CommunicationTechnology&FriendsInTransition.pdf>
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195. doi: 10.1016/S0747-5632(00)00041-8
- Davis, R. A., Flett, G. L., & Besser, A. (2002). Validation of a new scale for measuring problematic Internet use: Implications for pre-employment screening. *CyberPsychology & Behavior*, 5(4), 331-345. doi: 10.1089/109493102760275581
- Deters, F. G., & Mehl, M. R. (2012). Does posting Facebook status updates increase or decrease loneliness? An online social network experiment. *Social Psychological and Personality Science*, 4(5), 579-586. doi: 10.1177/1948550612469233
- Dewan, S., & Riggins, F. J. (2005). The digital divide: Current and future research directions. *Journal of the Association for Information Systems*, 6(12), 298-337. Retrieved from <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.504.4679&rep=rep1&type=pdf>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. Retrieved from http://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/Documents/Diener-Emmons-Larsen-Griffin_1985.pdf

- Dimmick, J., Kline, S., & Stafford, L. (2000). The gratification niches of personal email and the telephone: Competition, displacement, and complementarity. *Communication Research*, 27(2), 227–248. doi: 10.1177/009365000027002005
- DiTommaso, E., & Spinner, B. (1993). The development and initial validation of the social and emotional loneliness scale for adults (SELSA). *Personality and Individual Differences*, 14(1), 127-134. doi: 10.1016/0191-8869(93)90182-3
- DiTommaso, E., & Spinner, B. (1997). Social and emotional loneliness: A re-examination of Weiss' typology of loneliness. *Personality and Individual Differences*, 22(3), 417-427. doi: 10.1016/S0191-8869(96)00204-8
- DiTommaso, E., Brannen, C., & Best, L. A. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99-119. doi: 10.1177/0013164403258450
- Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook "friends": Social capital and college students' use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1143–1168. doi: 10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x
- Frangos, C. C., Frangos, C. C., & Sotiropoulos, I. (2011). Problematic internet use among Greek university students: An ordinal logistic regression with risk factors of negative psychological beliefs, pornographic sites, and online games. *CyberPsychology Behavior & Social Network*, 14(1-2), 51-58. Retrieved from <http://discovery.ucl.ac.uk/1298277/1/1298277.pdf>
- Frankl, V. E. (1973). *Psychotherapy and Existentialism: Selected Papers on Logotherapy*. London: Pelican Books.
- Frankl, V. E. (1985). *Man's Search for Meaning*. New York: Washington Square Press. Retrieved from <https://ernstchan.com/b/src/1435009987453.pdf>
- Frankl, V. E. (1986). *The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy* (3rd Ed.). New York: Vintage.
- Frisch, M. B. (2006). *Quality of Life Therapy: Applying life satisfaction approach to positive psychology and cognitive therapy*. New Jersey: John Wiley & Sons. Retrieved from http://www.enhancingpeople.com/paginas/master/Bibliografia/biblio_V1/Sesion004/QUALITY%20OF%20LIFE%20THERAPY-BOOK%201.pdf
- Gerstein, L. H., & Tesser, A. (1987). Antecedents and responses associated with loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4(3), 329-363. doi: 10.1177/026540758700400306
- Giota, K. G., & Kleftras, G. (2013). The role of personality and depression in problematic use of social networking sites in Greece. *CyberPsychology*, 7(3), article 6. doi: 10.5817/CP2013-3-6
- Glickman, A. R., & La Greca A. M. (2004). The dating anxiety scale for adolescents: Scale development and associations with adolescent functioning. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 33(3), 566-578. doi: 10.1207/s15374424jccp3303_14

- Gore, P. A., Leuwerke, W. C., & Krumboltz, J. D. (2002). Technologically enriched and boundaryless lives: Time for a paradigm upgrade. *The Counseling Psychologist*, 30(6), 847-857. doi: 10.1177/001100002237758
- Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A., & Gorelick, D. A. (2010). Introduction to behavioral addictions. *American Journal of Drug & Alcohol Abuse*, 36(5), 233-241. doi: 10.3109/00952990.2010.491884
- Grieve, R., Indian, M., Witteveen, K., Tolan, A. G., & Marrington, J. (2013). Face-to-face or Facebook: Can social connectedness be derived online? *Computers in Human Behavior*, 29(3), 604-609. doi: 10.1016/j.chb.2012.11.017
- Griffiths, M. (2000). Internet addiction – time to be taken seriously? *Addiction Research & Theory*, 8(5), 413-418. doi: 10.3109/16066350009005587
- Griffiths, M. (2005). A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197. doi: 10.1080/14659890500114359
- Gross, E. F., Juvonen, J., & Gable, S. L. (2002). Internet use and well-being in adolescence. *Journal of Social Issues*, 58(1), 75-90. Retrieved from http://www.cdmc.ucla.edu/Research_files/gross2002.pdf
- Hall, J. (1976). Subjective measures of quality of life in Britain, 1971 to 1975: Some developments and Trends. *Social Trends*, 7, 46–60. Retrieved from http://surveyresearch.weebly.com/uploads/2/9/9/8/2998485/hall_1976.pdf
- Hardie, E., & Tee, M. Y. (2007). Excessive internet use: The role of personality, loneliness and social support networks in internet. *Australian Journal of Emerging Technologies & Society*, 5(1), 43-47. Retrieved from <http://ictaugustine.pbworks.com/f/Excessive+Internet+Use.pdf>
- Harter, S. (1999). *The Construction of the Self: A development perspective*. New York: Guilford Press.
- Hughes, D. J., Rowe, M., Batey, M., & Lee, A. (2012). A tale of two sites: Twitter vs Facebook and the personality predictors of social media usage. *Computers in Human Behavior*, 28(2), 561-569. doi: 10.1016/j.chb.2011.11.001
- Johansson, A., & Götestam, K. (2004). Internet addiction: Characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12–18 years). *Scandinavian Journal of Psychology*, 45(3), 223-229. doi: 10.1111/j.1467-9450.2004.00398.x
- Kahneman, D., & Krueger, A. B. (2006). Developments in the measurement of subjective well-being. *The Journal of Economic Perspectives*, 20(1), 3-24. doi: 10.1257/089533006776526030
- Katz, J. E., Rice, R. E., & Aspden, P. (2001). The Internet, 1995 – 2000: Access, civic involvement and social interaction. *American Behavioral Scientist*, 45(3), 405-419. doi: 10.1177/0002764201045003004
- Kim, M., Kwon, K. N., & Lee, M. (2009). Psychological characteristics of internet dating services users: The effect of self-esteem, involvement, and sociability on the use of internet dating services. *CyberPsychology & Behavior*, 12(4), 445-449. doi: 10.1089/cpb.2008.0296

- Kraus, L. A., Davis, M. H., Bazzini, D., Church, M., & Kirchman, C. M. (1993). Personal and social influences on loneliness: The mediating effect of social provisions. *Social Psychology Quarterly*, 56(1), 37-53. doi: 10.2307/2786644
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet Paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53(9), 1017–1031. doi: 10.1037/0003-066X.53.9.1017
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V., & Crawford, A. (2002). Internet paradox revisited. *Journal of Social Issues*, 58(1), 49-74. doi: 10.1111/1540-4560.00248
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction – A review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528-3552. doi: 10.3390/ijerph8093528
- LaRose, R., Lin, C. A., & Eastin, M. S. (2003). Unregulated Internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? *Media Psychology*, 5(3), 225–253. doi: 10.1207/S1532785XMEP0503_01
- Lavin, M. J., Yuen, C. N., Weinman, M., & Kozak, K. (2004). Internet dependence in the collegiate population: the role of shyness. *CyberPsychology & Behavior*, 7(4), 379-383. doi: 10.1089/cpb.2004.7.379
- Lee, K. C., & Perry, S. D. (2004). Student instant message use in a ubiquitous computing environment: Effects of deficient self-regulation. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 48(3), 399–420. doi: 10.1207/s15506878jobem4803_4
- Lee, Z. W. Y., Cheung, C. M. K., & Thadani, D. R. (2012). An investigation into the problematic use of Facebook. In *45th Hawaii international conference on system sciences, IEEE Computer Society*, 1768-1776. doi: 10.1109/HICSS.2012.106
- Leung, L., & Lee, P. S. N. (2005). Multiple determinants of life quality: The roles of internet activities, use of new media, social support, and leisure activities. *Telematics and Informatics*, 22(3), 161-180. doi: 10.1016/j.tele.2004.04.003
- Lou, L. L., Yan, Z., Nickerson, A., & McMorris, R. (2012). An examination of the reciprocal relationship of loneliness and Facebook use among first-year college students. *Journal of Educational Computing Research*, 46(1), 105-117. doi: 10.2190/EC.46.1.e
- McAndrew, F. T., & Jeong, H. (2012). Who does what on Facebook? Age, sex and relationship status as predictors on Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2359-2365. doi: 10.1016/j.chb.2012.07.007
- McKenna, K. Y. A., Green, A. S., & Gleason, M. E. J. (2002). Relationship formation on the internet: What's the big attraction? *Journal of Social Issues*, 58(1), 9–31. doi: 10.1111/1540-4560.00246
- McWhirter, B. T. (1990). Loneliness: A review of current literature, with implications for counseling and research. *Journal of Counseling and Development*, 68(4), 417-422. doi: 10.1002/j.1556-6676.1990.tb02521.x
- Miller, D., & Slater, D. (2000). *The Internet: An Ethnographic Approach*. Oxford: Berg.

- Mittal, V. A., Tessner, K. D., & Walker, E. F. (2007). Elevated social internet use and schizotypal personality disorder in adolescents. *Schizophrenia Research*, *94*(1-3), 50-57. doi: 10.1016/j.schres.2007.04.009
- Morahan-Martin J. (1999). The relationship between loneliness and internet use and abuse. *CyberPsychology & Behavior*, *2*(5), 431-439. doi: 10.1089/cpb.1999.2.431
- Morahan-Martin J., & Schumacher P. (2000). Incidence and correlates of pathological internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, *16*(1), 13–29. doi: 10.1016/S0747-5632(99)00049-7
- Nadkarni, A., & Hofmann, S. G. (2012). Why do people use Facebook? *Personality and Individual Differences*, *52*(3), 243-249. doi: 10.1016/j.paid.2011.11.007
- Nalwa, K., & Anand, A. P. (2003). Internet addiction in students: A cause of concern. *CyberPsychology & Behavior*, *6*(6), 653-656. doi: 10.1089/109493103322725441
- Nilsson, B., Lindstrom, U. A., & Naden, D. (2006). Is loneliness a psychological dysfunction? A literary study of the phenomenon of loneliness. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, *20*(1), 93-101. doi: 10.1111/j.1471-6712.2006.00386.x
- Nunes, M. (1995). Jean baudrillard in cyberspace: Internet, virtuality, and postmodernity. *Style*, *29*(2), 314-327. URL: <http://www.jstor.org/stable/42946283>
- Odaci, H., & Kalkan, M. (2010). Problematic internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university students. *Computers and Education*, *55*(3), 1091-1097. doi: 10.1016/j.compedu.2010.05.006
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1982). Loneliness Research: A survey of empirical findings. In L. A. Peplau, & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 13-46). New York: John Wiley and Sons.
- Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, *6*, 25-41. doi:10.1007/s10902-004-1278-z
- Pfeil, U., Arjan, R., & Zaphiris, P. (2009). Age differences in online social networking – A study of user profiles and the social capital divide among teenagers and older users in MySpace. *Computers in Human Behavior*, *25*(3), 643-654. doi: 10.1016/j.chb.2008.08.015
- Raacke, J., & Bonds-Raacke, J. (2008). MySpace and Facebook: Applying the uses and gratifications theory to exploring friend-networking sites. *CyberPsychology & Behavior*, *11*(2), 169-174. doi: 10.1089/cpb.2007.0056
- Reker, G. T. (1992). *Manual of the Life Attitude Profile-Revised (LAP-R)*. Peterborough, ON: Student Psychologists Press.
- Reker, G. T. (2000). Theoretical perspective, dimensions, and measurement of existential meaning. In G. T. Reker, & K. Chamberlain (Eds.), *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span* (pp.39-55). Thousand Oaks: Sage Publication.

- Reker, G. T. & Peacock, E. J. (1981). The Life Attitude Profile (LAP): A Multidimensional Instrument for Assessing Attitudes toward Life. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 13(3), 263-274. doi: 10.1037/h0081178
- Reker, G. T. & Wong, P. T. (1988). Aging as an individual process: Toward a theory of personal meaning. In J. E. Birren & V. L. Bengtson (Eds.), *Emergent theories of aging* (pp. 214-246). New York: Springer Publishing Company. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/266261451_Aging_as_an_individual_process_Toward_a_theory_of_personal_meaning
- Reker G. T., & Chamberlain K. (2000). Existential meaning: Reflections and directions. In G. T. Reker, & K. Chamberlain (Eds.) *Exploring existential meaning: Optimizing human development across the life span* (pp. 199-209). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Rook, K. S. (1984). Promoting social bonding: strategies for helping the lonely and socially isolated. *American Psychologist*, 39(12), 1389-1407. doi: 10.1037/0003-066X-39.12.1389
- Russell, B. (2013). *The conquest of happiness* (3rd Ed.). New York, NY: Liveright Publishing Corporation.
- Ryan, T., & Xenos, S. (2011). Who uses Facebook? An investigation into the relationship between the Big Five, shyness, narcissism, loneliness and Facebook usage. *Computers in Human Behavior*, 27(5), 1658-1664. doi: 10.1016/j.chb.2011.02.004
- Satici, S. A., & Uysal, R. (2015). Well-being and problematic Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 49(3), 185-190. doi: 10.1016/j.chb.2015.03.005
- Schoenfeld, D., & Yan, Z. (2012). Prevalence and correlates of internet addiction in undergraduate students: Assessing with two major measures. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning*, 2(2), 16-34. doi: 10.4018/ijcbpl.2012040102
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize your Potential for Lasting Fulfillment*. Australia: Simon & Schuster.
- Sheeks, M. S., & Birchmeier, Z. P. (2007). Shyness, sociability, and the use of computer-mediated communication in relationship development. *CyberPsychology & Behavior*, 10(1), 64-70. doi: 10.1089/cpb.2006.9991
- Shek, D. T. L., Sun, R. C. F., & Yu, L. (2013). Internet addiction. In D. W. Pfaff (Eds.) *Neuroscience in the 21st Century: From Basic to Clinical* (pp. 2775-2811). New York, NY: Springer. doi: 10.1007/978-1-4614-1997-6_108.
- Sheldon, P. (2008). The relationship between unwillingness-to-communicate and students' Facebook use. *Journal of Media Psychology*, 20(2), 67-75. doi: 10.1027/1864-1105.20.2.67
- Sheldon, K. M., Abad, N., & Hirsch, C. (2011). A two-process view of Facebook use and relatedness need-satisfaction: Disconnection drives use, and connection rewards it. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(4), 766-775. doi: 10.1037/a0022407

- Shin, D. C., & Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social Indicators Research*, 5(1), 475-492. doi: 10.1007/BF00352944
- Sirgy, J. M., & Wu, J., (2009). The Pleasant Life, the Engaged Life, and the Meaningful Life: What about the Balanced Life? *Journal of Happiness Studies*, 10(2), 183–196. doi: 10.1007/s10902-007-9074-1
- Skues, J. L., Williams, B., & Wise, L. (2012). The effects of personality traits, self-esteem, loneliness, and narcissism on Facebook use among university students. *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2414–2419. doi: 10.1016/j.chb.2012.07.012
- Spraggins, A. (2009). *Problematic use of online social networking sites for college students: Prevalence, predictors, and association with well-being* (Unpublished Doctoral Dissertation). University of Florida.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76(2), 199-228. doi: 10.1111/j.1467-6494.2007.00484.x
- Stevens, S. B., & Morris, T. L. (2007). College dating and social anxiety: Using the internet as a means of connecting to others. *ChyberPsychology & Behavior*, 10(5), 680-688. doi: 10.1089/cpb.2007.9970
- Stoll, C. (1995). *Silicon Snake Oil: Second thoughts on the information highway*. New York: Doubleday.
- Sullivan, H. S. (1953). *The Interpersonal Theory of Psychiatry: A systemic presentation of the later thinking of one of the great leaders in modern psychiatry*. New York, USA: W.W. Norton & Company Ltd.
- Tripp, L.M., & Herr-Stephenson, R. (2009). Making access meaningful: Latino young people using digital media at home and at school. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 14(4), 1190-1207. doi: 10.1111/j.1083-6101.2009.01486.x
- Tsitsika, A., Janikian, M., Schoenmakers, T. M., Tzavela, E. C., Olafsson, K., Wojcik, S, ...Richardson, C. (2014). Internet addictive Behavior in Adolescence: A cross-sectional study in seven European countries. *CyberPsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(8), 528-535. doi: 10.1089/cyber.2013.0382
- Valenzuela, S., Park, N., & Kee, K. F. (2009). Is There Social Capital in a Social Network Site?: Facebook Use and College Students' Life Satisfaction, Trust, and Participation. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 14(4), 875–901. doi: 10.1111/j.1083-6101.2009.01474.x
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Social consequences of the Internet for adolescents: A decade of research. *Current Directions in Psychological Science*, 18(1), 1–5. doi: 10.1111/j.1467-8721.2009.01595.x
- Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. USA: Basic Books.
- Yang, S. C., & Tung, C. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, 23(1), 79-96. doi: 10.1016/j.chb.2004.03.037

- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244. doi: 10.1089/cpb.1998.1.237
- Young, K. S., & Rodgers, R. C. (1998, April). Internet addiction: Personality Traits Associated with Its Development. *Paper presented at the 69th annual meeting of the Eastern Psychological Association*. Retrieved from http://netaddiction.com/articles/personality_correlates.pdf
- Yu, A. Y., Tian, S. W., Vogel, D., & Kwok, R. C. (2010). Can learning be virtually boosted? An investigation of online social networking impacts. *Computers and Education*, 55(4), 1494–1503. doi: 10.1016/j.compedu.2010.06.015
- Weiser, E. B. (2001). The functions of internet use and their social and psychological consequences. *CyberPsychology & Behavior*, 4(6), 723–743. doi: 10.1089/109493101753376678
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: The MIT Press Classics.
- Wohn, D. Y., & LaRose, R. (2014). Effects of loneliness and differential usage of Facebook on college adjustment of first-year students. *Computers & Education*, 76(7), 158-167. doi: 10.1016/j.compedu.2014.03.018
- Zakahi, W. R., Duran, R. L., & Adkins, M. (1994). Social anxiety, only skin deep? The relationship between ratings of physical attractiveness and social anxiety. *Communication Research Reports*, 11(1), 23-31. doi: 10.1080/08824099409359937

Ελληνόγλωσση βιβλιογραφία

- Babbie, E. (2011). *Εισαγωγή στην Κοινωνική Έρευνα* (Κ. Ζαφειρόπουλος, επίμ., & Γ. Βογιατζής, μετάφρ., 1^η έκδ.). Αθήνα: Κριτική Α.Ε.
- Δημητριάδης, Ε. (2010). *Στατιστικές Εφαρμογές με SPSS 17.0 και LISREL 8.7* (1^η έκδ.). Αθήνα: Κριτική Α.Ε.
- Ρούσσο, Π. Α., & Τσαούσης, Γ. (2011). *Στατιστική στις επιστήμες της συμπεριφοράς με τη χρήση του SPSS*. Αθήνα: Τόπος.
- Smith, P.B., & Bond, M.H. (2011). *Διαπολιτισμική Κοινωνική Ψυχολογία* (Α. Παπαστυλιανού, επίμ., & Β. Καγκου, μετάφρ., β' έκδ.). Αθήνα: GUTENBERG
- Σταλίκας, Α., Τριλίβα, Σ., & Ρούσση, Π. (2012). *Τα Ψυχομετρικά Εργαλεία στην Ελλάδα: Μία συλλογή και παρουσίαση των ερωτηματολογίων, δοκιμασιών και καταλόγων καταγραφής χαρακτηριστικών στον ελληνικό χώρο*. Αθήνα: Πεδίο.

Ηλεκτρονικές Πηγές – Ιστότοποι

- DeLambo, D. A., Homa, D., Peters, R. H., DeLambo, A. M., & Chandras, K. V. (2011). *Facebook and social media: Implications for Counseling College Students*. American Counseling Association's VISTAS 2011 Annual Electronic Monograph. Alexandria, VA: American Counseling Association. Retrieved from https://www.counseling.org/resources/library/vistas/2011-V-Online/Article_68.pdf

- ΕΛ.ΣΤΑΤ. (2013). *Έρευνα χρήσης τεχνολογιών πληροφόρησης και επικοινωνίας από τα νοικοκυριά: 2013*. Διαθέσιμο στο διαδικτυακό τόπο <http://www.statistics.gr/documents/20181/96467cd4-9c70-48b9-ab3e-f4748bce988c>
- Ενημερωτικός Κόμβος Πανελληνίου Σχολικού Δικτύου. (χ.χ.). *Δημογραφικά στοιχεία Facebook για την Ελλάδα (infographic)*. Διαθέσιμο στο διαδικτυακό τόπο <http://internet-safety.sch.gr/index.php/ekp/157-facebook-infographic>
- Lenhart, A., Purcell, K., Smith, A., & Zickuhr, K. (2010). *Social Media & Mobile Internet Use Among Teens and Young Adults* Pew Internet & American Life Project. *Washington, DC: Pew Internet & American Life Project*. Retrieved from http://www.pewinternet.org/files/old-media/Files/Reports/2010/PIP_Social_Media_and_Young_Adults_Report_Final_with_toplevels.pdf
- Schwartz, M. (2010). *The usage of Facebook as it relates to narcissism, self-esteem and loneliness* (Unpublished doctoral dissertation) [abstract]. Pace University, New York, NY. Retrieved from <http://digitalcommons.pace.edu/dissertations/AAI3415681/>
- Σύνδεσμος Επιχειρήσεων Πληροφορικής και Επικοινωνιών Ελλάδος [ΣΕΚΕ]. (2015). *Αύξηση των κρουσμάτων υπερβολικής χρήσης του Διαδικτύου στην Ελλάδα*. Διαθέσιμο στο διαδικτυακό τόπο <http://www.sepe.gr/gr/research-studies/article/4599830/auxisi-ton-krousmaton-upervolikis-hrisis-tou-diadiktuou-stin-ellada/>

Παράρτημα

Παράρτημα Α: Στάδιο προετοιμασίας της έρευνας

Παράρτημα Α1: Εισαγωγικό σημείωμα, επισυναπτόμενο μαζί με τα ερωτηματολόγια της έρευνας.

Έρευνα: Νόημα ζωής, ικανοποίηση από τη ζωή και μοναξιά των χρηστών των μέσων κοινωνικής δικτύωσης

Αγαπητοί/-ές,

Είμαι μεταπτυχιακή φοιτήτρια του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών «Συμβουλευτική στην Ειδική Αγωγή, την Εκπαίδευση και την Υγεία» του Παιδαγωγικού Τμήματος Ειδικής Αγωγής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και διεξάγω, υπό την εποπτεία του καθηγητή κυρίου Κλεφτάρα Γεωργίου, την παρούσα δειγματοληπτική έρευνα.

Σκοπός της έρευνας είναι η μελέτη της σχέσης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης με το νόημα ζωής, την ικανοποίηση από τη ζωή και τη μοναξιά των χρηστών του. Η έρευνα διεξάγεται σε νεαρούς ενήλικες ηλικίας 18 έως 34 ετών. Στο παρόν ηλεκτρονικό μήνυμα συμπεριλαμβάνεται ένα ερωτηματολόγιο, που αποτελείται από έξι μέρη, ενώ δίνονται οδηγίες συμπλήρωσης στην αρχή κάθε μέρους. Θα σας παρακαλούσα να απαντήσετε ολοκληρωμένα, δίχως να παραλείψετε κάποια από τις ερωτήσεις, μιας και αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για τα αποτελέσματα της έρευνας. Το ερωτηματολόγιο είναι ανώνυμο και τα δεδομένα συλλέγονται αποκλειστικά για ερευνητικούς σκοπούς. Θα το εκτιμούσα πολύ αν αφιερώνατε λίγο χρόνο για τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου και μου το στέλνετε σε σχετικά σύντομο χρονικό διάστημα. Η επιστροφή του (ηλεκτρονικά) αποτελεί τη συγκατάθεσή σας για την αξιοποίηση των απαντήσεών σας στην έρευνα.

Επίσης, όποιος είναι πρόθυμος, θα μπορούσε να προωθήσει αυτό το ερωτηματολόγιο (μέσω αυτού του link) σε άτομα που γνωρίζει με βεβαιότητα ότι είναι χρήστες των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και η ηλικία τους είναι μεταξύ 18 και 34 ετών. Η εθελοντική συμμετοχή σας σε αυτήν την έρευνα θα είναι πολύ σημαντική βοήθεια στην προαγωγή της γνώσης και της κατανόησής μας σχετικά με το θέμα της έρευνας. Σας ευχαριστώ εκ των προτέρων για τη συνεργασία και τη συμβολή σας. Για οποιαδήποτε διευκρίνιση μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί μου στην ηλεκτρονική διεύθυνση kvasilikou@hotmail.com

Με εκτίμηση,
Βασιλική Κυριακή
Μεταπτυχιακή φοιτήτρια

Παράρτημα Α2: Κλίμακα Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης

Σημειώστε σε ποιο βαθμό συμφωνείτε ή διαφωνείτε με τις παρακάτω προτάσεις για τον τρόπο με τον οποίο χρησιμοποιείτε μια ή περισσότερες Ιστοσελίδες Κοινωνικής Δικτύωσης (ΙΚΔ)

1: Διαφωνώ απόλυτα	2: Διαφωνώ	3: Αναποφάσιστος/ -η	4: Συμφωνώ	5: Συμφωνώ απόλυτα
---------------------------	-------------------	-----------------------------	-------------------	---------------------------

α/α		1	2	3	4	5
1	Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για να μιλήσω με άλλους όταν αισθάνομαι απομονωμένος/ -η.	1	2	3	4	5
2	Όταν χρησιμοποιώ ΙΚΔ, μπορώ να ελέγξω το πώς με βλέπουν οι άλλοι.	1	2	3	4	5
3	Το βρίσκω δύσκολο να σταματήσω να σκέφτομαι τι με περιμένει στο διαδίκτυο στις ΙΚΔ που μου αρέσει να χρησιμοποιώ.	1	2	3	4	5
4	Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για να αισθανθώ καλύτερα όταν ήμουν «πεσμένος/ -η» ή αγχωμένος/ -η.	1	2	3	4	5
5	Έχω προσπαθήσει να σταματήσω τη χρήση μιας ή περισσότερων ΙΚΔ για αρκετά μεγάλα χρονικά διαστήματα.	1	2	3	4	5
6	Όταν δεν είμαι μέσα σε μια ΙΚΔ αναρωτιέμαι για το τι συμβαίνει εκεί.	1	2	3	4	5
7	Όταν είμαι σε μια ΙΚΔ, έχω κοινωνικές επαφές με άλλα άτομα χωρίς ανησυχία δέσμευσης σε σχέση.	1	2	3	4	5
8	Έχω δοκιμάσει να περνάω λιγότερο χρόνο σε ΙΚΔ αλλά δεν τα κατάφερα.	1	2	3	4	5
9	Μου συμπεριφέρονται καλύτερα οι άλλοι όταν βρίσκομαι στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ, απ' ό,τι στη ζωή μου εκτός διαδικτύου.	1	2	3	4	5
10	Χρησιμοποιώ ΙΚΔ για να αισθάνομαι καλύτερα όταν είμαι «πεσμένος/ -η».	1	2	3	4	5
11	Δεν έχω πάει για μάθημα ή δουλειά επειδή ήμουν στο διαδίκτυο σε μια ΙΚΔ.	1	2	3	4	5
12	Αισθάνομαι ασήμαντος εκτός διαδικτύου, αλλά σε μια ΙΚΔ είμαι «κάποιος/ -α».	1	2	3	4	5
13	Θέλω ή έχω κάνει ανεπιτυχείς προσπάθειες για να ελέγξω τη χρήση μιας ή περισσότερων ΙΚΔ.	1	2	3	4	5
14	Έχω χάσει κάποια κοινωνική εκδήλωση ή κοινωνικές υποχρεώσεις γιατί ήμουν στο διαδίκτυο σε μια ΙΚΔ.	1	2	3	4	5
15	Αισθάνομαι πιο άνετα με ηλεκτρονικούς υπολογιστές παρά με ανθρώπους.	1	2	3	4	5
16	Αισθάνομαι ενοχές για το πόσο χρόνο ξοδεύω σε ΙΚΔ.	1	2	3	4	5
17	Όταν είμαι σε μια ΙΚΔ έχω κοινωνικές επαφές με άλλα άτομα χωρίς να ανησυχώ για την εμφάνιση μου.	1	2	3	4	5
18	Χάνω την αίσθηση του χρόνου όταν χρησιμοποιώ ΙΚΔ.	1	2	3	4	5

19	Όταν δεν έχω πρόσβαση στο διαδίκτυο, μου λείπει που δεν είμαι σε μια ΙΚΔ.	1	2	3	4	5
20	Στις διαδικτυακές μου σχέσεις σε ΙΚΔ έχω καλύτερη αντιμετώπιση απ' ότι στις κατά πρόσωπο σχέσεις μου.	1	2	3	4	5
21	Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για περισσότερο χρόνο από όσο σκόπευα.	1	2	3	4	5
22	Έχω μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στις κοινωνικές μου σχέσεις σε ΙΚΔ απ' ότι εκτός διαδικτύου.	1	2	3	4	5
23	Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για μεγαλύτερες χρονικές περιόδους απ' ότι περίμενα.	1	2	3	4	5
24	Αισθάνομαι πιο ασφαλής όταν σχετίζομαι με άτομα στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ απ' ότι πρόσωπο με πρόσωπο.	1	2	3	4	5
25	Αισθάνομαι χαμένος/ -η όταν δεν έχω πρόσβαση σε μια ΙΚΔ.	1	2	3	4	5
26	Έχω ξοδέψει αρκετό χρόνο χρησιμοποιώντας ΙΚΔ.	1	2	3	4	5
27	Έχω αντιμετωπίσει προβλήματα με τον εργοδότη μου ή τη σχολή μου επειδή βρισκόμουν στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ.	1	2	3	4	5
28	Με απασχολεί το να σκέφτομαι σχετικά με τις ΙΚΔ όταν δεν μπορώ να συνδεθώ για κάποιο χρονικό διάστημα.	1	2	3	4	5
29	Έχω αναζητήσει άλλα άτομα στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ όταν αισθανόμουν μοναξιά – μόνος/ -η.	1	2	3	4	5

Παράρτημα Α3: Αναθεωρημένο Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή

1	2	3	4	5	6	7
Διαφωνώ απόλυτα	Διαφωνώ	Διαφωνώ μέτρια	Ουδέτερος/η	Συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ	Συμφωνώ απόλυτα

1. Όσα έχω πετύχει μέχρι σήμερα έχουν δώσει νόημα και σκοπό στη ζωή μου.	1	2	3	4	5	6	7
2. Στη ζωή μου έχω πολύ ξεκάθαρους στόχους και σκοπούς.	1	2	3	4	5	6	7
3. Θεωρώ ότι είναι πολύ σημαντικό να έχω τη δυνατότητα να κατευθύνω τη ζωή μου.	1	2	3	4	5	6	7
4. Μου φαίνεται ότι αλλάζω τους κυριότερους στόχους μου στη ζωή.	1	2	3	4	5	6	7
5. Έχω ανακαλύψει έναν ικανοποιητικό σκοπό ζωής.	1	2	3	4	5	6	7
6. Έχω την αίσθηση ότι κάποιο στοιχείο, που δεν μπορώ να καθορίσω ακριβώς, λείπει από τη ζωή μου.	1	2	3	4	5	6	7
7. Το νόημα της ζωής είναι προφανές στον κόσμο γύρω μας.	1	2	3	4	5	6	7
8. Νομίζω ότι γενικά ανησυχώ πολύ λιγότερο για το θάνατο απ' ό,τι οι άλλοι γύρω μου.	1	2	3	4	5	6	7
9. Νιώθω την έλλειψη και την ανάγκη να βρω πραγματικό νόημα και σκοπό στη ζωή μου.	1	2	3	4	5	6	7
10. Προσελκύομαι από καινούργια και διαφορετικά πράγματα.	1	2	3	4	5	6	7
11. Όσα έχω καταφέρει στη ζωή καθορίζονται σε μεγάλο βαθμό από τις δικές μου προσπάθειες.	1	2	3	4	5	6	7
12. Έχω συνειδητοποιήσει την ύπαρξη ενός πάρα πολύ δυνατού σκοπού που με απορροφά και κατευθύνει τη ζωή μου.	1	2	3	4	5	6	7
13. Δοκιμάζω νέες δραστηριότητες ή νέους τομείς ενδιαφέροντος, οι οποίοι όμως γρήγορα παύουν να είναι ελκυστικοί.	1	2	3	4	5	6	7
14. Θα το απολάμβανα το να ξεφύγω από την καθημερινότητα της ζωής.	1	2	3	4	5	6	7
15. Ούτως ή άλλως ο θάνατος δεν με απασχολεί.	1	2	3	4	5	6	7
16. Η φιλοσοφία ζωής που έχω δίνει νόημα στην ύπαρξή μου.	1	2	3	4	5	6	7

17. Εγώ καθορίζω αυτά που συμβαίνουν στη ζωή μου.	1	2	3	4	5	6	7
18. Βασικά, ζω το είδος της ζωής που θέλω να ζω.	1	2	3	4	5	6	7
19. Όσον αφορά τη δυνατότητα επιλογής, πιστεύω πως είμαι απόλυτα ελεύθερος/η να κάνω όποιες επιλογές ζωής θέλω.	1	2	3	4	5	6	7
20. Έχω αισθανθεί ότι ενώ είμαι προορισμένος/η να πραγματοποιήσω κάτι σημαντικό, δεν μπορώ εντούτοις να εντοπίσω τι ακριβώς είναι αυτό.	1	2	3	4	5	6	7
21. Είμαι ανήσυχος/η.	1	2	3	4	5	6	7
22. Αν και ο θάνατος με περιμένει, αυτό δεν με απασχολεί.	1	2	3	4	5	6	7
23. Είναι δυνατόν για μένα να ζήσω τη ζωή μου σύμφωνα με αυτά που θέλω να κάνω.	1	2	3	4	5	6	7
24. Νιώθω την ανάγκη για περιπέτεια και την ανάγκη να κατακτήσω «καινούργιους κόσμους».	1	2	3	4	5	6	7
25. Ούτε θα φοβόμουν το θάνατο ούτε θα τον καλωσόριζα.	1	2	3	4	5	6	7
26. Γνωρίζω πού πηγαίνει η ζωή μου στο μέλλον.	1	2	3	4	5	6	7
27. Σκεπτόμενος/η τη ζωή μου, βλέπω έναν λόγο που είμαι εδώ.	1	2	3	4	5	6	7
28. Αφού ο θάνατος είναι μια φυσική πλευρά της ζωής, δεν έχει νόημα να ανησυχεί κανείς για αυτόν.	1	2	3	4	5	6	7
29. Έχω ένα πλαίσιο που μου επιτρέπει να κατανοώ και να δίνω νόημα στη ζωή μου.	1	2	3	4	5	6	7
30. Η ζωή μου είναι στα χέρια μου και έχω τον έλεγχο της.	1	2	3	4	5	6	7
31. Προσπαθώντας να πετύχω κάποιους στόχους ζωής, έχω αισθανθεί απόλυτα ολοκληρωμένος/η.	1	2	3	4	5	6	7
32. Κάποιοι φοβούνται πάρα πολύ το θάνατο, εγώ όμως όχι.	1	2	3	4	5	6	7
33. Ονειρεύομαι να επαναπροσδιορίσω τη ζωή μου και να βρω μια καινούργια ταυτότητα.	1	2	3	4	5	6	7
34. Αυτή τη στιγμή θα ήθελα μια νέα πρόκληση στη ζωή μου.	1	2	3	4	5	6	7
35. Έχω την αίσθηση ότι κάποια μέρη της ζωής μου συνταιριάζουν μεταξύ τους σε ένα ενοποιημένο σχήμα.	1	2	3	4	5	6	7
36. Ελπίζω για κάτι συναρπαστικό στο μέλλον.	1	2	3	4	5	6	7
37. Έχω μια αποστολή στη ζωή, που μου δίνει μια αίσθηση	1	2	3	4	5	6	7

κατεύθυνσης.	
38. Έχω μια ξεκάθαρη αντίληψη για το ποιο είναι το απώτερο νόημα της ζωής.	1 2 3 4 5 6 7
39. Όταν πρόκειται για σοβαρά ζητήματα ζωής, παίρνω τις δικές μου αποφάσεις.	1 2 3 4 5 6 7
40. Πιάνω τον εαυτό μου να παραιτείται από τη ζωή με μια στάση του τύπου «Δε με νοιάζει».	1 2 3 4 5 6 7
41. Είμαι ανυπόμονος/η να πάρω περισσότερα από τη ζωή απ' όσα έχω ήδη πάρει μέχρι τώρα.	1 2 3 4 5 6 7
42. Η ζωή, γενικά, μου φαίνεται βαρετή και ανιαρή.	1 2 3 4 5 6 7
43. Είμαι αποφασισμένος/η να επιτύχω καινούργιους στόχους στο μέλλον.	1 2 3 4 5 6 7
44. Η σκέψη του θανάτου σπάνια περνάει από το μυαλό μου.	1 2 3 4 5 6 7
45. Δέχομαι ότι έχω προσωπική ευθύνη για τις επιλογές που έχω κάνει στη ζωή μου.	1 2 3 4 5 6 7
46. Η προσωπική μου ύπαρξη χαρακτηρίζεται από τάξη και συνοχή.	1 2 3 4 5 6 7
47. Αποδέχομαι το θάνατο ως άλλη μια εμπειρία ζωής.	1 2 3 4 5 6 7
48. Η ζωή μου «κυλά» με συναρπαστικά όμορφα πράγματα.	1 2 3 4 5 6 7

Παράρτημα Α4: Σύντομη Μορφή της Κλίμακας Συναισθηματικής και Κοινωνικής Μοναξιάς για Ενήλικες

1	2	3	4	5	6	7
Διαφωνώ απόλυτα	Διαφωνώ	Διαφωνώ μέτρια	Ουδέτερος/η	Συμφωνώ μέτρια	Συμφωνώ	Συμφωνώ απόλυτα

Κοινωνική Υποκλίμακα

1. Νιώθω ότι αποτελώ μέρος μιας ομάδας φίλων.
2. Οι φίλοι μου κατανοούν τα κίνητρά μου και τον τρόπο που σκέφτομαι.
3. Δεν έχω φίλους που να συμμερίζονται τις απόψεις μου, αλλά θα ήθελα να είχα.
4. Είμαι σε θέση να στηρίζομαι στους φίλους μου για βοήθεια
5. Δεν έχω φίλους που να με καταλαβαίνουν, αλλά θα ήθελα να είχα.

Υποκλίμακα Οικογένειας

1. Νιώθω μόνος/η όταν είμαι με την οικογένειά μου.
2. Δεν υπάρχει κανείς στην οικογένειά μου που μπορώ να βασιστώ για υποστήριξη και ενθάρρυνση, αλλά εύχομαι να υπήρχε.
3. Αισθάνομαι κοντά στην οικογένειά μου.
4. Νιώθω ότι αποτελώ μέρος της οικογένειάς μου.
5. Η οικογένειά μου πραγματικά νοιάζεται για εμένα.

Υποκλίμακα Συντροφικότητας

1. Έχω μια ερωτική σχέση με την οποία μοιράζομαι τις πιο ενδόμυχες σκέψεις και συναισθήματά μου.
2. Έχω έναν/μία σύντροφο ή σύζυγο που μου παρέχει την υποστήριξη και την ενθάρρυνση που χρειάζομαι.
3. Εύχομαι να είχα μια πιο ικανοποιητική ερωτική σχέση με τον/την σύντροφό μου.
4. Έχω έναν/μία ερωτικό/ή σύντροφο στου/ης οποίου/ας την ευτυχία συμβάλλω.
5. Έχω μια ανεκπλήρωτη ανάγκη για μια στενή συντροφική/ερωτική σχέση.

Παράρτημα Α5: Κλίμακα Ικανοποίησης από τη Ζωή

Παρακάτω βρίσκονται πέντε προτάσεις με τις οποίες μπορεί να συμφωνείτε ή να διαφωνείτε. Χρησιμοποιώντας την παρακάτω κλίμακα 1-7 δηλώστε κατά πόσο συμφωνείτε με κάθε πρόταση μαυρίζοντας τον κατάλληλο αριθμό στο απαντητικό φύλλο. Παρακαλούμε να είστε ανοιχτοί και ειλικρινείς στις απαντήσεις σας. Η 7βαθμη κλίμακα έχει ως εξής:

1 = διαφωνώ πάρα πολύ

2 = διαφωνώ

3 = διαφωνώ λίγο

4 = ούτε συμφωνώ ούτε διαφωνώ

5 = συμφωνώ λίγο

6 = συμφωνώ

7 = συμφωνώ πάρα πολύ

- ___ 1. Από τις περισσότερες απόψεις η ζωή μου είναι κοντά στο ιδανικό μου.
- ___ 2. Οι συνθήκες της ζωής μου είναι εξαιρετικές
- ___ 3. Είμαι ικανοποιημένος/-η από τη ζωή μου
- ___ 4. Μέχρι τώρα έχω αποκτήσει τα σημαντικά πράγματα που θέλω στη ζωή
- ___ 5. Αν μπορούσα να ζήσω τη ζωή μου από την αρχή, δεν θα άλλαζα σχεδόν τίποτα.

Παράρτημα Β: Αναλύσεις

Πίνακας Β1: Φορτίσεις παραγόντων Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης (α' φάση)

Rotated Component Matrix^a

	Component						
	1	2	3	4	5	6	7
1. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για να μιλήσω με άλλους όταν αισθάνομαι απομονωμένος/ -η.	,178	-,055	,687	,143	,132	,240	,198
2. Όταν χρησιμοποιώ ΙΚΔ, μπορώ να ελέγξω το πώς με βλέπουν οι άλλοι.	,163	-,143	,284	,070	,014	-,120	,653
3. Το βρίσκω δύσκολο να σταματήσω να σκέφτομαι τι με περιμένει στο διαδίκτυο στις ΙΚΔ που μου αρέσει να χρησιμοποιώ.	,188	,391	,613	,020	,026	,063	,026
4. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για να αισθανθώ καλύτερα όταν ήμουν «πεςμένος/ -η» ή αγχωμένος/ -η.	,030	,148	,771	,256	,164	,024	,103
5. Έχω προσπαθήσει να σταματήσω τη χρήση μιας ή περισσότερων ΙΚΔ για αρκετά μεγάλα χρονικά διαστήματα.	,079	,347	,014	,036	,039	,151	,673
6. Όταν δεν είμαι μέσα σε μια ΙΚΔ αναρωπιέμαι για το τι συμβαίνει εκεί.	,179	,748	,241	,073	-,016	,057	,020
7. Όταν είμαι σε μια ΙΚΔ, έχω κοινωνικές επαφές με άλλα άτομα χωρίς ανησυχία δέσμευσης σε σχέση.	,038	,112	,194	-,043	,018	,803	-,025
8. Έχω δοκιμάσει να περνάω λιγότερο χρόνο σε ΙΚΔ αλλά δεν τα κατάφερα.	,094	,710	,014	,161	,159	,231	,128
9. Μου συμπεριφέρονται καλύτερα οι άλλοι όταν βρίσκομαι στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ, απ' ό τι στη ζωή μου εκτός διαδικτύου.	,599	,285	,191	,028	,336	,000	,057
10. Χρησιμοποιώ ΙΚΔ για να αισθάνομαι καλύτερα όταν είμαι «πεςμένος/ -η».	,183	,276	,737	,201	,089	,007	,007
11. Δεν έχω πάει για μάθημα ή δουλειά επειδή ήμουν στο διαδίκτυο σε μια ΙΚΔ.	-,025	,177	,067	,086	,802	,139	-,049
12. Αισθάνομαι ασήμαντος εκτός διαδικτύου, αλλά σε μια ΙΚΔ είμαι «κάποιος/ -α».	,435	,103	,116	,022	,692	-,112	,100
13. Θέλω ή έχω κάνει ανεπιτυχείς προσπάθειες για να ελέγξω τη χρήση μιας ή περισσότερων ΙΚΔ.	,098	,641	,058	,180	,304	,112	-,036
14. Έχω χάσει κάποια κοινωνική εκδήλωση ή κοινωνικές υποχρεώσεις γιατί ήμουν στο διαδίκτυο σε μια ΙΚΔ.	,228	,162	-,007	,137	,710	,123	,228
15. Αισθάνομαι πιο άνετα με ηλεκτρονικούς υπολογιστές παρά με ανθρώπους.	,720	,017	,114	,030	,334	-,114	,160
16. Αισθάνομαι ενοχές για το πόσο χρόνο ξοδεύω σε ΙΚΔ.	,086	,529	-,022	,488	,107	,005	,221

17. Όταν είμαι σε μια ΙΚΔ έχω κοινωνικές επαφές με άλλα άτομα χωρίς να ανησυχώ για την εμφάνιση μου.	,441	-,016	,066	,282	,019	,363	,212
18. Χάνω την αίσθηση του χρόνου όταν χρησιμοποιώ ΙΚΔ.	,237	,173	,145	,641	,066	,107	-,194
19. Όταν δεν έχω πρόσβαση στο διαδίκτυο, μου λείπει που δεν είμαι σε μια ΙΚΔ.	,269	,497	,389	,257	,145	-,055	-,006
20. Στις διαδικτυακές μου σχέσεις σε ΙΚΔ έχω καλύτερη αντιμετώπιση απ' ότι στις κατά πρόσωπο σχέσεις μου.	,750	,171	,091	,110	,202	,166	,072
21. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για περισσότερο χρόνο από όσο σκόπευα.	,090	,051	,185	,835	,069	,069	,039
22. Έχω μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στις κοινωνικές μου σχέσεις σε ΙΚΔ απ' ότι εκτός διαδικτύου.	,707	,192	,133	,214	-,033	,037	,021
23. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για μεγαλύτερες χρονικές περιόδους απ' ότι περίμενα.	,149	,148	,174	,781	,054	-,106	,113
24. Αισθάνομαι πιο ασφαλής όταν σχετίζομαι με άτομα στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ απ' ότι πρόσωπο με πρόσωπο.	,756	,185	,152	,052	-,016	,052	-,003
25. Αισθάνομαι χαμένος/ -η όταν δεν έχω πρόσβαση σε μια ΙΚΔ.	,443	,620	,270	,033	,138	-,143	,030
26. Έχω ξοδέψει αρκετό χρόνο χρησιμοποιώντας ΙΚΔ.	-,070	,365	,250	,634	,165	-,004	,124
27. Έχω αντιμετωπίσει προβλήματα με τον εργοδότη μου ή τη σχολή μου επειδή βρισκόμουν στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ.	,075	,114	,167	,069	,736	-,127	-,109
28. Με απασχολεί το να σκέφτομαι σχετικά με τις ΙΚΔ όταν δεν μπορώ να συνδεθώ για κάποιο χρονικό διάστημα.	,222	,596	,304	,237	,230	-,142	-,059
29. Έχω αναζητήσει άλλα άτομα στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ όταν αισθανόμουν μοναξιά – μόνος/ -η.	,277	,104	,483	,270	-,032	,342	,060

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.^a

a. Rotation converged in 9 iterations.

Πίνακας Β2: Φορτίσεις παραγόντων Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης (β' φάση)

Rotated Component Matrix^a

	Component				
	1	2	3	4	5
1. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για να μιλήσω με άλλους όταν αισθάνομαι απομονωμένος/ -η.	-,018	,194	,157	,744	,146
2. Όταν χρησιμοποιώ ΙΚΔ, μπορώ να ελέγξω το πώς με βλέπουν οι άλλοι.	-,175	,265	,127	,334	,054
3. Το βρίσκω δύσκολο να σταματήσω να σκέφτομαι τι με περιμένει στο διαδίκτυο στις ΙΚΔ που μου αρέσει να χρησιμοποιώ.	,429	,148	,034	,584	,058
4. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για να αισθανθώ καλύτερα όταν ήμουν «πεσμένος/ -η» ή αγχωμένος/ -η.	,176	,015	,283	,736	,204
5. Έχω προσπαθήσει να σταματήσω τη χρήση μιας ή περισσότερων ΙΚΔ για αρκετά μεγάλα χρονικά διαστήματα.	,303	,180	,087	,135	,033
6. Όταν δεν είμαι μέσα σε μια ΙΚΔ αναρωτιέμαι για το τι συμβαίνει εκεί.	,766	,136	,084	,212	-,004
7. Όταν είμαι σε μια ΙΚΔ, έχω κοινωνικές επαφές με άλλα άτομα χωρίς ανησυχία δέσμευσης σε σχέση.	,157	,047	-,079	,401	-,066
8. Έχω δοκιμάσει να περνάω λιγότερο χρόνο σε ΙΚΔ αλλά δεν τα κατάφερα.	,710	,088	,169	,058	,135
9. Μου συμπεριφέρονται καλύτερα οι άλλοι όταν βρίσκομαι στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ, απ' ό τι στη ζωή μου εκτός διαδικτύου.	,325	,574	,023	,168	,354
10. Χρησιμοποιώ ΙΚΔ για να αισθάνομαι καλύτερα όταν είμαι «πεσμένος/ -η».	,318	,142	,217	,683	,133
11. Δεν έχω πάει για μάθημα ή δουλειά επειδή ήμουν στο διαδίκτυο σε μια ΙΚΔ.	,185	-,046	,081	,066	,781
12. Αισθάνομαι ασήμαντος εκτός διαδικτύου, αλλά σε μια ΙΚΔ είμαι «κάποιος/ -α».	,122	,424	,027	,072	,713
13. Θέλω ή έχω κάνει ανεπιτυχείς προσπάθειες για να ελέγξω τη χρήση μιας ή περισσότερων ΙΚΔ.	,651	,060	,180	,042	,293
14. Έχω χάσει κάποια κοινωνική εκδήλωση ή κοινωνικές υποχρεώσεις γιατί ήμουν στο διαδίκτυο σε μια ΙΚΔ.	,160	,256	,145	,034	,694
15. Αισθάνομαι πιο άνετα με ηλεκτρονικούς υπολογιστές παρά με ανθρώπους.	,052	,722	,028	,090	,364
16. Αισθάνομαι ενοχές για το πόσο χρόνο ξοδεύω σε ΙΚΔ.	,509	,106	,509	-,023	,106

17. Όταν είμαι σε μια ΙΚΔ έχω κοινωνικές επαφές με άλλα άτομα χωρίς να ανησυχώ για την εμφάνιση μου.	,012	,486	,266	,190	-,014
18. Χάνω την αίσθηση του χρόνου όταν χρησιμοποιώ ΙΚΔ.	,208	,203	,616	,117	,056
19. Όταν δεν έχω πρόσβαση στο διαδίκτυο, μου λείπει που δεν είμαι σε μια ΙΚΔ.	,525	,225	,267	,321	,176
20. Στις διαδικτυακές μου σχέσεις σε ΙΚΔ έχω καλύτερη αντιμετώπιση απ' ό τι στις κατά πρόσωπο σχέσεις μου.	,223	,743	,087	,129	,198
21. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για περισσότερο χρόνο από όσο σκόπευα.	,059	,105	,832	,180	,065
22. Έχω μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στις κοινωνικές μου σχέσεις σε ΙΚΔ απ' ό τι εκτός διαδικτύου.	,241	,689	,196	,128	-,020
23. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για μεγαλύτερες χρονικές περιόδους απ' ό τι περίμενα.	,145	,165	,793	,128	,073
24. Αισθάνομαι πιο ασφαλής όταν σχετίζομαι με άτομα στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ απ' ό τι πρόσωπο με πρόσωπο.	,242	,730	,030	,150	-,002
25. Αισθάνομαι χαμένος/ -η όταν δεν έχω πρόσβαση σε μια ΙΚΔ.	,649	,393	,045	,189	,178
26. Έχω ξοδέψει αρκετό χρόνο χρησιμοποιώντας ΙΚΔ.	,355	-,063	,656	,221	,174
27. Έχω αντιμετωπίσει προβλήματα με τον εργοδότη μου ή τη σχολή μου επειδή βρισκόμουν στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ.	,127	,032	,072	,082	,753
28. Με απασχολεί το να σκέφτομαι σχετικά με τις ΙΚΔ όταν δεν μπορώ να συνδεθώ για κάποιο χρονικό διάστημα.	,617	,164	,248	,203	,265
29. Έχω αναζητήσει άλλα άτομα στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ όταν αισθανόμουν μοναξιά – μόνος/ -η.	,151	,277	,261	,553	-,042

Extraction Method: Principal Component Analysis.
Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.
a. Rotation converged in 7 iterations.

Πίνακας Β3: Φορτίσεις παραγόντων Κλίμακας Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης (γ' φάση - τελική)

Rotated Component Matrix^a

	Component				
	1	2	3	4	5
1. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για να μιλήσω με άλλους όταν αισθάνομαι απομονωμένος/ -η.	-,032	,208	,747	,140	,129
3. Το βρίσκω δύσκολο να σταματήσω να σκέφτομαι τι με περιμένει στο διαδίκτυο στις ΙΚΔ που μου αρέσει να χρησιμοποιώ.	,431	,167	,596	,006	,029
4. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για να αισθανθώ καλύτερα όταν ήμουν «πεσμένος/ -η» ή αγχωμένος/ -η.	,168	,025	,777	,243	,180
6. Όταν δεν είμαι μέσα σε μια ΙΚΔ αναρωτιέμαι για το τι συμβαίνει εκεί.	,767	,153	,211	,078	-,019
8. Έχω δοκιμάσει να περνάω λιγότερο χρόνο σε ΙΚΔ αλλά δεν τα κατάφερα.	,712	,101	,023	,192	,138
9. Μου συμπεριφέρονται καλύτερα οι άλλοι όταν βρίσκομαι στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ, απ' ό,τι στη ζωή μου εκτός διαδικτύου.	,340	,579	,162	,015	,340
10. Χρησιμοποιώ ΙΚΔ για να αισθάνομαι καλύτερα όταν είμαι «πεσμένος/ -η».	,305	,161	,733	,176	,103
11. Δεν έχω πάει για μάθημα ή δουλειά επειδή ήμουν στο διαδίκτυο σε μια ΙΚΔ.	,178	-,036	,077	,091	,786
12. Αισθάνομαι ασήμαντος εκτός διαδικτύου, αλλά σε μια ΙΚΔ είμαι «κάποιος/ -α».	,130	,422	,093	,014	,707
13. Θέλω ή έχω κάνει ανεπιτυχείς προσπάθειες για να ελέγξω τη χρήση μιας ή περισσότερων ΙΚΔ.	,637	,075	,065	,183	,291
14. Έχω χάσει κάποια κοινωνική εκδήλωση ή κοινωνικές υποχρεώσεις γιατί ήμουν στο διαδίκτυο σε μια ΙΚΔ.	,154	,254	,017	,166	,708
15. Αισθάνομαι πιο άνετα με ηλεκτρονικούς υπολογιστές παρά με ανθρώπους.	,054	,717	,105	,016	,356
16. Αισθάνομαι ενοχές για το πόσο χρόνο ξοδεύω σε ΙΚΔ.	,511	,103	-,003	,509	,107
17. Όταν είμαι σε μια ΙΚΔ έχω κοινωνικές επαφές με άλλα άτομα χωρίς να ανησυχώ για την εμφάνιση μου.	-,016	,494	,134	,310	,002
18. Χάνω την αίσθηση του χρόνου όταν χρησιμοποιώ ΙΚΔ.	,209	,210	,139	,615	,050
19. Όταν δεν έχω πρόσβαση στο διαδίκτυο, μου λείπει που δεν είμαι σε μια ΙΚΔ.	,535	,237	,338	,247	,155
20. Στις διαδικτυακές μου σχέσεις σε ΙΚΔ έχω καλύτερη αντιμετώπιση απ' ό,τι στις κατά πρόσωπο σχέσεις μου.	,196	,756	,110	,109	,203

21. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για περισσότερο χρόνο από όσο σκόπευα.	,046	,101	,203	,835	,074
22. Έχω μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση στις κοινωνικές μου σχέσεις σε ΙΚΔ απ' ότι εκτός διαδικτύου.	,198	,698	,162	,195	-,021
23. Έχω χρησιμοποιήσει ΙΚΔ για μεγαλύτερες χρονικές περιόδους απ' ότι περίμενα.	,149	,151	,174	,774	,070
24. Αισθάνομαι πιο ασφαλής όταν σχετίζομαι με άτομα στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ απ' ότι πρόσωπο με πρόσωπο.	,214	,741	,160	,032	-,007
25. Αισθάνομαι χαμένος/ -η όταν δεν έχω πρόσβαση σε μια ΙΚΔ.	,658	,404	,203	,025	,157
26. Έχω ξοδέψει αρκετό χρόνο χρησιμοποιώντας ΙΚΔ.	,372	-,068	,239	,642	,168
27. Έχω αντιμετωπίσει προβλήματα με τον εργοδότη μου ή τη σχολή μου επειδή βρισκόμουν στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ.	,125	,035	,138	,049	,746
28. Με απασχολεί το να σκέφτομαι σχετικά με τις ΙΚΔ όταν δεν μπορώ να συνδεθώ για κάποιο χρονικό διάστημα.	,635	,175	,240	,220	,241
29. Έχω αναζητήσει άλλα άτομα στο διαδίκτυο σε ΙΚΔ όταν αισθανόμουν μοναξιά – μόνος/ -η.	,111	,300	,563	,264	-,049

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 6 iterations.

Πίνακας Β4: Φορτίσεις παραγόντων Αναθεωρημένου Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή (α' φάση)

Rotated Component Matrix^a

	Component									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Όσα έχω πετύχει μέχρι σήμερα έχουν δώσει νόημα και σκοπό στη ζωή μου.	,108	,442	,529	-,058	,102	,131	-,263	-,071	-,081	-,185
2. Στη ζωή μου έχω πολύ ξεκάθαρους στόχους και σκοπούς.	,164	,566	,312	-,267	,119	,195	,004	-,069	,243	,051
3. Θεωρώ ότι είναι πολύ σημαντικό να έχω τη δυνατότητα να κατευθύνω τη ζωή μου.	,091	,246	,503	,061	,382	,007	,056	-,143	,016	,337
4. Μου φαίνεται ότι αλλάζω τους κυριότερους στόχους μου στη ζωή.	,046	,035	-,054	,759	,076	-,117	,055	,035	,003	,029
5. Έχω ανακαλύψει έναν ικανοποιητικό σκοπό ζωής.	,047	,713	,196	-,208	,026	,035	,042	,067	,014	,099
6. Έχω την αίσθηση ότι κάποιο στοιχείο, που δεν μπορώ να καθορίσω ακριβώς, λείπει από τη ζωή μου.	-,083	-,131	-,085	,610	,335	,043	,030	-,049	,082	-,071
7. Το νόημα της ζωής είναι προφανές στον κόσμο γύρω μας.	,136	,097	,094	,068	,018	-,006	,004	,043	,852	-,066
8. Νομίζω ότι γενικά ανησυχώ πολύ λιγότερο για το θάνατο απ' ό,τι οι άλλοι γύρω μου.	,808	,111	,062	,039	-,002	,036	,019	,027	,124	-,033
9. Νιώθω την έλλειψη και την ανάγκη να βρω πραγματικό νόημα και σκοπό στη ζωή μου.	-,072	-,292	-,168	,556	,292	,077	,150	,089	,085	,032
10. Προσελκύομαι από καινούργια και διαφορετικά πράγματα.	,131	,226	,281	-,003	,522	,027	,130	,208	,185	,123
11. Όσα έχω καταφέρει στη ζωή καθορίζονται σε μεγάλο βαθμό από τις δικές μου προσπάθειες.	,151	,108	,674	,070	,134	,043	,131	-,058	,034	,237
12. Έχω συνειδητοποιήσει την ύπαρξη ενός πάρα πολύ δυνατού σκοπού που με απορροφά και κατευθύνει τη ζωή μου.	,115	,472	,021	,182	,033	,506	,088	,049	,068	-,292

13. Δοκιμάζω νέες δραστηριότητες ή νέους τομείς ενδιαφέροντος, οι οποίοι όμως γρήγορα παύουν να είναι ελκυστικοί.	-,007	-,032	-,028	,296	,267	,038	-,057	,624	-,041	,086
14. Θα το απολάμβανα το να ξεφύγω από την καθημερινότητα της ζωής.	-,058	,031	-,110	,267	,620	,156	-,083	-,042	,038	,039
15. Ούτως ή άλλως ο θάνατος δεν με απασχολεί.	,849	,018	,076	,099	-,003	-,055	,004	,027	,090	-,071
16. Η φιλοσοφία ζωής που έχω δίνει νόημα στην ύπαρξή μου.	,152	,716	,224	-,182	,103	,146	,058	-,004	,025	-,102
17. Εγώ καθορίζω αυτά που συμβαίνουν στη ζωή μου.	,109	,096	,732	-,022	-,029	-,040	,296	,103	,147	,084
18. Βασικά, ζω το είδος της ζωής που θέλω να ζω.	,017	,411	,512	-,226	-,274	,041	,143	,349	,068	-,071
19. Όσον αφορά τη δυνατότητα επιλογής, πιστεύω πως είμαι απόλυτα ελεύθερος/η να κάνω όποιες επιλογές ζωής θέλω.	,172	,422	,258	-,118	-,027	-,172	,234	,376	,202	-,032
20. Έχω αισθανθεί ότι ενώ είμαι προορισμένος/η να πραγματοποιήσω κάτι σημαντικό, δεν μπορώ εντούτοις να εντοπίσω τι ακριβώς είναι αυτό.	-,097	-,079	,085	,671	,213	-,225	,170	,071	-,038	-,135
21. Είμαι ανήσυχος/η.	-,096	,037	,127	,407	,455	-,145	-,084	-,083	,037	-,303
22. Αν και ο θάνατος με περιμένει, αυτό δεν με απασχολεί.	,838	,105	,091	-,071	-,022	,011	,012	,024	,020	,020
23. Είναι δυνατόν για μένα να ζήσω τη ζωή μου σύμφωνα με αυτά που θέλω να κάνω.	,116	,211	,425	-,333	,140	,184	,090	,431	,304	,060
24. Νιώθω την ανάγκη για περιπέτεια και την ανάγκη να κατακτήσω «καινούργιους κόσμους».	,105	,082	,141	,100	,683	,060	,171	,197	-,043	-,158
25. Ούτε θα φοβόμουν το θάνατο ούτε θα τον καλωσόριζα.	,764	,099	,190	-,079	,041	,062	,024	-,108	-,038	-,037
26. Γνωρίζω πού πηγαίνει η ζωή μου στο μέλλον.	,096	,145	,077	-,133	,039	,157	,775	-,015	,007	,046
27. Σκεπτόμενος/η τη ζωή μου, βλέπω έναν λόγο που είμαι εδώ.	,169	,340	,265	-,098	,244	,235	,420	,043	-,005	-,235
28. Αφού ο θάνατος είναι μια φυσική πλευρά της ζωής, δεν έχει νόημα να ανησυχεί κανείς για αυτόν.	,677	,136	-,012	-,138	,135	,041	,110	,188	-,009	-,001

29. Έχω ένα πλαίσιο που μου επιτρέπει να κατανοώ και να δίνω νόημα στη ζωή μου.	,099	,638	,266	-,282	,035	,144	,181	,135	-	,059	,086
30. Η ζωή μου είναι στα χέρια μου και έχω τον έλεγχό της.	,118	,197	,669	-,250	,119	-,025	,309	,119	,017	,005	
31. Προσπαθώντας να πετύχω κάποιους στόχους ζωής, έχω αισθανθεί απόλυτα ολοκληρωμένος/η.	,078	,346	,587	-,049	,078	,133	-,097	,057	-	,151	-,098
32. Κάποιοι φοβούνται πάρα πολύ το θάνατο, εγώ όμως όχι.	,867	,189	-,030	-,088	,009	,034	,027	-,040	,008	,002	
33. Ονειρεύομαι να επαναπροσδιορίσω τη ζωή μου και να βρω μια καινούργια ταυτότητα.	,036	-,197	-,129	,619	,288	,085	-,016	,223	,164	,132	
34. Αυτή τη στιγμή θα ήθελα μια νέα πρόκληση στη ζωή μου.	-,039	-,150	,092	,375	,574	,019	,106	,069	,060	,139	
35. Έχω την αίσθηση ότι κάποια μέρη της ζωής μου συνταιριάζουν μεταξύ τους σε ένα ενοποιημένο σχήμα.	,062	,256	,426	-,019	,312	,252	,001	-,107	-	,044	-,091
36. Ελπίζω για κάτι συναρπαστικό στο μέλλον.	,011	,057	,075	,070	,741	-,042	,017	,069	,154	,168	
37. Έχω μια αποστολή στη ζωή, που μου δίνει μια αίσθηση κατεύθυνσης.	-,009	,155	,189	,011	,188	,687	,147	,008	-	,056	,050
38. Έχω μια ξεκάθαρη αντίληψη για το ποιο είναι το απώτερο νόημα της ζωής.	,053	,508	,048	-,095	,049	,442	,274	-,244	,324	,019	
39. Όταν πρόκειται για σοβαρά ζητήματα ζωής, παίρνω τις δικές μου αποφάσεις.	,300	,595	,150	-,030	,017	-,051	,040	-,085	,057	,255	
40. Πιάνω τον εαυτό μου να παραιτείται από τη ζωή με μια στάση του τύπου «Δε με νοιάζει».	,007	-,148	-,081	,725	,002	,147	-,194	-,018	,096	-,030	
41. Είμαι ανυπόμονος/η να πάρω περισσότερα από τη ζωή απ' όσα έχω ήδη πάρει μέχρι τώρα.	,019	,028	,106	,374	,575	,023	,101	-,132	-	,108	-,068
42. Η ζωή, γενικά, μου φαίνεται βαρετή και ανιαρή.	-,079	-,329	-,243	,620	,032	,101	-,039	-,117	-	,022	,134
43. Είμαι αποφασισμένος/η να επιτύχω καινούργιους στόχους στο μέλλον.	,110	,449	,177	-,101	,488	,139	,034	,165	,024	,127	
44. Η σκέψη του θανάτου σπάνια περνάει από το μυαλό μου.	,591	-,166	,239	,099	,002	,318	,018	-,095	-	,029	,222

45. Δέχομαι ότι έχω προσωπική ευθύνη για τις επιλογές που έχω κάνει στη ζωή μου.	-,045	,440	,248	-,009	,085	,025	,050	,157	-,102	,595
46. Η προσωπική μου ύπαρξη χαρακτηρίζεται από τάξη και συνοχή.	-,022	,125	,526	-,257	,104	,219	,188	-,172	,238	,108
47. Αποδέχομαι το θάνατο ως άλλη μια εμπειρία ζωής.	,478	,110	-,028	-,056	-,102	,509	-,007	,233	,044	,048
48. Η ζωή μου «κυλά» με συναρπαστικά όμορφα πράγματα.	,077	,285	,507	-,253	,070	,100	,038	,326	,097	-,257

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 35 iterations.

Πίνακας Β5: Φορτίσεις παραγόντων Αναθεωρημένου Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή (β' φάση - τελική)

Rotated Component Matrix^a

	Component					
	1	2	3	4	5	6
1. Όσα έχω πετύχει μέχρι σήμερα έχουν δώσει νόημα και σκοπό στη ζωή μου.	,664	,114	-,090	,060	,208	-,004
2. Στη ζωή μου έχω πολύ ξεκάθαρους στόχους και σκοπούς.	,479	,172	-,263	,043	,464	,175
3. Θεωρώ ότι είναι πολύ σημαντικό να έχω τη δυνατότητα να κατευθύνω τη ζωή μου.	,661	,092	,087	,285	,053	-,028
4. Μου φαίνεται ότι αλλάζω τους κυριότερους στόχους μου στη ζωή.	-,005	,052	,693	,090	-,042	-,046
5. Έχω ανακαλύψει έναν ικανοποιητικό σκοπό ζωής.	,427	,052	-,330	,060	,407	,148
6. Έχω την αίσθηση ότι κάποιο στοιχείο, που δεν μπορώ να καθορίσω ακριβώς, λείπει από τη ζωή μου.	-,069	-,081	,612	,312	-,004	-,184
7. Το νόημα της ζωής είναι προφανές στον κόσμο γύρω μας.	,011	,144	,227	-,129	,197	,490
8. Νομίζω ότι γενικά ανησυχώ πολύ λιγότερο για το θάνατο απ' ό,τι οι άλλοι γύρω μου.	,065	,807	,023	,007	,041	,131
9. Νιώθω την έλλειψη και την ανάγκη να βρω πραγματικό νόημα και σκοπό στη ζωή μου.	-,194	-,065	,597	,287	-,122	-,190
10. Προσελκύομαι από καινούργια και διαφορετικά πράγματα.	,352	,124	-,029	,568	,047	,033
11. Όσα έχω καταφέρει στη ζωή καθορίζονται σε μεγάλο βαθμό από τις δικές μου προσπάθειες.	,704	,151	,119	,055	-,121	,125
12. Έχω συνειδητοποιήσει την ύπαρξη ενός πάρα πολύ δυνατού σκοπού που με απορροφά και κατευθύνει τη ζωή μου.	,098	,129	,128	,046	,691	,091
13. Δοκιμάζω νέες δραστηριότητες ή νέους τομείς ενδιαφέροντος, οι οποίοι όμως γρήγορα παύουν να είναι ελκυστικοί.	-,112	-,005	,279	,417	-,069	,280
14. Θα το απολάμβανα το να ξεφύγω από την καθημερινότητα της ζωής.	,009	-,054	,325	,544	,178	-,195
15. Ούτως ή άλλως ο θάνατος δεν με απασχολεί.	,042	,847	,090	,010	-,036	,115
16. Η φιλοσοφία ζωής που έχω δίνει νόημα στην ύπαρξή μου.	,431	,155	-,287	,116	,517	,125
17. Εγώ καθορίζω αυτά που συμβαίνουν στη ζωή μου.	,570	,096	,006	-,026	-,029	,526
18. Βασικά, ζω το είδος της ζωής που θέλω να ζω.	,432	,014	-,298	-,162	,172	,556
19. Όσον αφορά τη δυνατότητα επιλογής, πιστεύω πως είμαι απόλυτα ελεύθερος/η να κάνω όποιες επιλογές ζωής θέλω.	,221	,161	-,202	,088	,131	,575

20. Έχω αισθανθεί ότι ενώ είμαι προορισμένος/η να πραγματοποιήσω κάτι σημαντικό, δεν μπορώ εντούτοις να εντοπίσω τι ακριβώς είναι αυτό.	,007	-,109	,613	,260	-,147	,111
21. Είμαι ανήσυχος/η.	,153	-,105	,412	,404	-,038	-,054
22. Αν και ο θάνατος με περιμένει, αυτό δεν με απασχολεί.	,105	,837	-,093	-,001	,034	,081
23. Είναι δυνατόν για μένα να ζήσω τη ζωή μου σύμφωνα με αυτά που θέλω να κάνω.	,311	,115	-,254	,174	,192	,588
24. Νιώθω την ανάγκη για περιπέτεια και την ανάγκη να κατακτήσω «καινούργιους κόσμους».	,116	,089	,112	,720	,125	,147
25. Ούτε θα φοβόμουν το θάνατο ούτε θα τον καλωσόριζα.	,213	,761	-,089	,027	,066	-,001
26. Γνωρίζω πού πηγαίνει η ζωή μου στο μέλλον.	-,030	,077	-,188	,105	,364	,338
27. Σκεπτόμενος/η τη ζωή μου, βλέπω έναν λόγο που είμαι εδώ.	,231	,155	-,144	,286	,442	,282
28. Αφού ο θάνατος είναι μια φυσική πλευρά της ζωής, δεν έχει νόημα να ανησυχεί κανείς για αυτόν.	-,012	,671	-,171	,208	,102	,156
29. Έχω ένα πλαίσιο που μου επιτρέπει να κατανοώ και να δίνω νόημα στη ζωή μου.	,416	,099	-,395	,104	,435	,229
30. Η ζωή μου είναι στα χέρια μου και έχω τον έλεγχό της.	,559	,100	-,251	,152	,038	,454
31. Προσπαθώντας να πετύχω κάποιους στόχους ζωής, έχω αισθανθεί απόλυτα ολοκληρωμένος/η.	,636	,078	-,089	,092	,144	,124
32. Κάποιοι φοβούνται πάρα πολύ το θάνατο, εγώ όμως όχι.	,045	,868	-,131	,024	,135	-,003
33. Ονειρεύομαι να επαναπροσδιορίσω τη ζωή μου και να βρω μια καινούργια ταυτότητα.	-,189	,044	,676	,286	-,014	,082
34. Αυτή τη στιγμή θα ήθελα μια νέα πρόκληση στη ζωή μου.	,064	-,045	,446	,534	-,035	,039
35. Έχω την αίσθηση ότι κάποια μέρη της ζωής μου συνταιριάζουν μεταξύ τους σε ένα ενοποιημένο σχήμα.	,492	,062	,004	,249	,278	,010
36. Ελπίζω για κάτι συναρπαστικό στο μέλλον.	,157	,004	,149	,674	,042	,042
37. Έχω μια αποστολή στη ζωή, που μου δίνει μια αίσθηση κατεύθυνσης.	,201	,005	,066	,154	,566	,006
38. Έχω μια ξεκάθαρη αντίληψη για το ποιο είναι το απώτερο νόημα της ζωής.	,190	,066	-,080	-,063	,758	,104
39. Όταν πρόκειται για σοβαρά ζητήματα ζωής, παίρνω τις δικές μου αποφάσεις.	,403	,307	-,136	,003	,297	,043
40. Πιάνω τον εαυτό μου να παρατείνεται από τη ζωή με μια στάση του τύπου «Δε με νοιάζει».	-,092	,025	,757	-,049	,028	-,120
41. Είμαι ανυπόμονος/η να πάρω περισσότερα από τη ζωή απ' όσα έχω ήδη πάρει μέχρι τώρα.	,168	,010	,374	,531	,082	-,141
42. Η ζωή, γενικά, μου φαίνεται βαρετή και ανιαρή.	-,262	-,068	,657	-,017	-,071	-,251
43. Είμαι αποφασισμένος/η να επιτύχω καινούργιους στόχους στο μέλλον.	,340	,111	-,125	,497	,336	,119

44. Η σκέψη του θανάτου σπάνια περνάει από το μυαλό μου.	,190	,600	,178	-,056	,058	-,041
45. Δέχομαι ότι έχω προσωπική ευθύνη για τις επιλογές που έχω κάνει στη ζωή μου.	,455	-,035	-,091	,124	,163	,092
46. Η προσωπική μου ύπαρξη χαρακτηρίζεται από τάξη και συνοχή.	,487	-,024	-,149	-,018	,230	,238
47. Αποδέχομαι το θάνατο ως άλλη μια εμπειρία ζωής.	-,055	,496	-,031	-,060	,381	,123
48. Η ζωή μου «κυλά» με συναρπαστικά όμορφα πράγματα.	,402	,069	-,250	,135	,152	,475

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 7 iterations.

**Πίνακας Β6: Φορτίσεις παραγόντων Σύντομης Μορφής της
Κλίμακας Κοινωνικής και Συναισθηματικής
Μοναξιάς για Ενήλικες**

Rotated Component Matrix^a

	Component		
	1	2	3
1. Νιώθω μόνος/η όταν είμαι με την οικογένειά μου.	,234	,715	,067
2. Νιώθω ότι αποτελώ μέρος μιας ομάδας φίλων.	-,004	,288	,708
3. Έχω μία ερωτική σχέση με την οποία μοιράζομαι τις πιο ενδόμυχες σκέψεις και συναισθήματά μου.	,907	,072	,022
4. Δεν υπάρχει κανείς στην οικογένειά μου που να μπορώ να βασιστώ για υποστήριξη και ενθάρρυνση, αλλά εύχομαι να υπήρχε.	-,005	,716	,083
5. Οι φίλοι μου κατανοούν τα κίνητρά μου και τον τρόπο που σκέφτομαι.	,057	,123	,766
6. Έχω έναν/μία σύντροφο ή σύζυγο που μου παρέχει την υποστήριξη και την ενθάρρυνση που χρειάζομαι.	,934	,054	,057
7. Δεν έχω φίλους που να συμμερίζονται τις απόψεις μου, αλλά θα ήθελα να είχα.	-,010	,012	,810
8. Αισθάνομαι κοντά στην οικογένειά μου.	,049	,885	,167
9. Είμαι σε θέση να στηρίζομαι στους φίλους μου για βοήθεια.	,048	,227	,846
10. Εύχομαι να είχα μια πιο ικανοποιητική ερωτική σχέση με τον/την σύντροφό μου.	,540	,083	,012
11. Νιώθω ότι αποτελώ μέρος της οικογένειάς μου.	,079	,841	,149
12. Η οικογένειά μου πραγματικά νοιάζεται για μένα.	-,002	,793	,162
13. Δεν έχω φίλους που να με καταλαβαίνουν, αλλά θα ήθελα να είχα.	,105	,042	,804
14. Έχω έναν/μία ερωτικό/ή σύντροφο στου/ης οποίου/ας την ευτυχία συμβάλλω.	,890	,023	,043
15. Έχω μια ανεκπλήρωτη ανάγκη για μια στενή συντροφική/ερωτική σχέση.	,847	,053	,068

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.^a

a. Rotation converged in 5 iterations.

Πίνακας Β7: Έλεγχος κανονικότητας κλιμάκων

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Προβληματική Χρήση ΙΚΔ						
Καταναγκαστική Χρήση (Π1)	,135	233	,000	,913	233	,000
Κοινωνικά Οφέλη (Π2)	,142	233	,000	,888	233	,000
Αλλαγή Διάθεσης (Π3)	,075	233	,003	,970	233	,000
Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία (Π4)	,104	233	,000	,966	233	,000
Αρνητικά Αποτελέσματα (Π5)	,324	233	,000	,624	233	,000
Νόημα Ζωής						
Επιλογή – Αξιοπιστία (Π1)	,112	233	,000	,971	233	,000
Αποδοχή Θανάτου (Π2)	,051	233	,200*	,990	233	,098
Υπαρξιακό Κενό (Π3)	,049	233	,200*	,988	233	,046
Αναζήτηση Στόχου (Π4)	,099	233	,000	,981	233	,003
Συνοχή (Π5)	,059	233	,048	,991	233	,135
Σκοπός (Π6)	,070	233	,008	,989	233	,071
Μοναξιά						
Μοναξιά στις Σχέσεις	,135	233	,000	,918	233	,000
Οικογενειακή Μοναξιά	,180	233	,000	,834	233	,000
Κοινωνική Μοναξιά	,145	233	,000	,906	233	,000
Ικανοποίηση από τη Ζωή	,089	233	,000	,973	233	,000

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Πίνακας Β8: Διαφορές φύλου στην προβληματική χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης

	Φύλο		<i>t(df)</i> <i>t(231)</i>	<i>p</i>
	Άνδρες (<i>N=65</i>) M.O. (T.A.)	Γυναίκες (<i>N=168</i>) M.O. (T.A.)		
Προβληματική Χρήση				
Καταναγκαστική Χρήση	2.00 (.91)	1.99 (.80)	.11	.911
Κοινωνικά Οφέλη	1.85 (.84)	1.76 (.69)	.71	.479
Αλλαγή Διάθεσης	2.54 (1.07)	2.66 (.97)	-.85	.399
Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	3.06 (1.03)	3.14 (1.04)	-.52	.601
Αρνητικά Αποτελέσματα	1.36 (.69)	1.29 (.50)	.86	.394

Πίνακας Β9: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης των Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και της ηλικίας

	Ηλικία				<i>F</i>	<i>p</i>
	18-25 (<i>N=91</i>) M.O. (T.A.)	25-26 (<i>N=37</i>) M.O. (T.A.)	26-29 (<i>N=48</i>) M.O. (T.A.)	29-34 (<i>N=57</i>) M.O. (T.A.)		
Προβληματική Χρήση						
Καταναγκαστική Χρήση	2.11 (.82)	1.95 (.79)	1.90 (.83)	1.89 (.89)	1.12	.341
Κοινωνικά Οφέλη	1.80 (.73)	1.72 (.70)	1.91 (.89)	1.71 (.61)	.74	.524
Αλλαγή Διάθεσης	2.63 (.99)	2.58 (.88)	2.70 (1.04)	2.59 (1.06)	.13	.937
Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	3.29 (.91)	3.07 (1.12)	3.01 (1.13)	2.98 (1.06)	1.40	.244
Αρνητικά Αποτελέσματα	1.31 (.55)	1.33 (.53)	1.38 (.72)	1.23 (.44)	.62	.599

Πίνακας B10: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης των Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και της οικογενειακής κατάστασης

	Οικογενειακή κατάσταση			<i>F</i>	<i>p</i>
	Έγγαμος (<i>N</i> =28) <i>M.O. (T.A.)</i>	Άγαμος χωρίς σχέση (<i>N</i> =84) <i>M.O. (T.A.)</i>	Άγαμος σε σχέση (<i>N</i> =121) <i>M.O. (T.A.)</i>		
Προβληματική Χρήση					
Καταναγκαστική Χρήση	1.87 (1.01)	2.10 (.83)	1.94 (.79)	1.23	.291
Κοινωνικά Οφέλη	1.76 (.77)	1.91 (.74)	1.71 (.71)	1.85	.159
Αλλαγή Διάθεσης	2.43 (1.14)	2.65 (.99)	2.65 (.97)	.60	.549
Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	2.75 (1.16)	3.22 (1.03)	3.14 (.99)	2.16	.117
Αρνητικά Αποτελέσματα	1.33 (.76)	1.27 (.50)	1.33 (.55)	.38	.680

Πίνακας B11: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης των Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και της εκπαίδευσης

	Εκπαίδευση			<i>F</i>	<i>p</i>
	Απόφοιτος/η Λυκείου και Υπερδιετούς Κύκλου Σπουδών (<i>N</i> =22) <i>M.O. (T.A.)</i>	Απόφοιτος/η ΤΕΙ/ΑΕΙ (<i>N</i> =138) <i>M.O. (T.A.)</i>	Κάτοχος ΠΜΣ και άνω (<i>N</i> =73) <i>M.O. (T.A.)</i>		
Προβληματική Χρήση					
Καταναγκαστική Χρήση	1.81 (.80)	2.05 (.86)	1.92 (.79)	1.14	.321
Κοινωνικά Οφέλη	1.61 (.64)	1.85 (.76)	1.72 (.71)	1.46	.234
Αλλαγή Διάθεσης	2.56 (1.06)	2.61 (1.00)	2.69 (.98)	.20	.814
Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	2.86 (1.24)	3.16 (.99)	3.14 (1.05)	.78	.456
Αρνητικά Αποτελέσματα	1.18 (.31)	1.36 (.65)	1.25 (.41)	1.55	.213

Πίνακας B12: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης των Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και της επαγγελματικής κατάστασης

	Επαγγελματική κατάσταση					F	p
	Φοιτητής/τρια (N=27) M.O. (T.A.)	Καμία Απασχόληση (N=29) M.O. (T.A.)	Περιστασιακή Απασχόληση (N=23) M.O. (T.A.)	Μερική Απασχόληση (N=35) M.O. (T.A.)	Πλήρης Απασχόληση (N=119) M.O. (T.A.)		
Προβληματική Χρήση							
Καταναγκαστική Χρήση	2.07 (.85)	2.06 (.79)	1.90 (.68)	2.19 (1.10)	1.91 (.78)	.96	.429
Κοινωνικά Οφέλη	1.91 (.69)	2.03 (.92)	1.78 (.76)	1.76 (.71)	1.71 (.69)	1.33	.258
Αλλαγή Διάθεσης	2.71 (.81)	2.90 (.93)	2.62 (1.15)	2.69 (1.05)	2.52 (1.01)	.93	.445
Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	3.10 (.98)	3.27 (1.00)	3.27 (1.04)	3.15 (1.13)	3.05 (1.03)	.39	.811
Αρνητικά Αποτελέσματα	1.27 (.48)	1.41 (.70)	1.41 (.72)	1.29 (.54)	1.28 (.52)	.51	.728

Πίνακας B13: Ανάλυση διακύμανσης με έναν παράγοντα (One Way ANOVA) μεταξύ της προβληματικής χρήσης των Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης και του τύπου κατοικίας

	Τύπος κατοικίας				F	p
	Πόλη (>100.000 κατ.) (N=115) M.O. (T.A.)	Πόλη (15.000-100.000 κατ.) (N=86) M.O. (T.A.)	Κωμόπολη (1.500-15.000 κατ.) (N=17) M.O. (T.A.)	Χωριό (<1.500 κατ.) (N=15) M.O. (T.A.)		
Προβληματική Χρήση						
Καταναγκαστική Χρήση	1.89 (.78)	2.09 (.90)	1.97 (.81)	2.17 (.87)	1.15	.327
Κοινωνικά Οφέλη	1.79 (.73)	1.82 (.77)	1.59 (.50)	1.77 (.80)	.44	.722
Αλλαγή Διάθεσης	2.59 (.96)	2.75 (1.08)	2.45 (.94)	2.38 (.80)	.98	.403
Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	3.14 (.99)	3.15 (1.09)	3.04 (1.13)	2.90 (.94)	.30	.820
Αρνητικά Αποτελέσματα	1.24 (.45)	1.36 (.62)	1.36 (.68)	1.51 (.75)	1.45	.229

Παράρτημα Γ: Κατάταξη δηλώσεων ανά παράγοντα Προβληματικής Χρήσης Ιστοσελίδων Κοινωνικής Δικτύωσης

Πίνακας Γ1: Δηλώσεις (αριθμητικώς) ανά παράγοντα σύμφωνα με τον κατασκευαστή (Carlan, 2002)

Καταναγκαστική Χρήση	Κοινωνικά Οφέλη	Αλλαγή Διάθεσης	Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	Αρνητικά Αποτελέσματα	Απόσυρση	Διαπρ/κος έλεγχος
5	9	1	18	11	3	2
8	15	4	21	12	6	7
13	20	10	23	14	19	17
16	22	29	26	27	25	
	24				28	

Πίνακας Γ2: Δηλώσεις (αριθμητικώς) ανά παράγοντα σύμφωνα με την παρούσα έρευνα

Καταναγκαστική Χρήση (περιλαμβάνει σχεδόν ολόκληρο τον παράγοντα «απόσυρση»)	Κοινωνικά Οφέλη (περιλαμβάνει την μοναδική δήλωση του παράγοντα «Διαπρ. Έλεγχος» που δεν αφαιρέθηκε)	Αλλαγή Διάθεσης	Υπερβολική Διαδικτυακή Παρουσία	Αρνητικά Αποτελέσματα
6	9	1	18	11
8	15	3	21	12
13	17	4	23	14
16	20	10	26	27
19	22	29		
25	24			
28				

Σημείωση: Έχουν αφαιρεθεί από την παρούσα έρευνα οι δηλώσεις 2, 5 και 7

**Παράρτημα Δ: Κατάταξη δηλώσεων ανά παράγοντα σύμφωνα με το
Αναθεωρημένο Προφίλ Στάσης Απέναντι στη Ζωή**

**Πίνακας Δ1: Δηλώσεις (αριθμητικώς) ανά παράγοντα σύμφωνα με
τον κατασκευαστή (Reker, 1992)**

Επιλογή - Αξιοπιστία	Αποδοχή Θανάτου	Υπαρξιακό Κενό	Αναζήτηση Στόχου	Συνοχή	Σκοπός
3	8	4	10	7	1
11	15	6	14	12	2
17	22	9	21	16	5
19	25	13	24	27	18
23	28	20	34	29	26
30	32	33	36	35	31
39	44	40	41	38	37
45	47	42	43	46	48

**Πίνακας Δ2: Δηλώσεις (αριθμητικώς) ανά παράγοντα σύμφωνα με
την παρούσα έρευνα**

Επιλογή - Αξιοπιστία	Αποδοχή Θανάτου	Υπαρξιακό Κενό	Αναζήτηση Στόχου	Συνοχή	Σκοπός
1	8	4	10	12	7
2	15	6	13	16	18
3	22	9	14	26	19
5	25	20	24	27	23
11	28	21	34	29	48
17	32	33	36	37	
30	44	40	41	38	
31	47	42	43		
35					
39					
45					
46					