



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ**

**ΣΧΟΛΗ ΘΕΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ**

**ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**«Έρευνα για τις σχέσεις και τα συναισθήματα που αναπτύσσονται εντός του Διαδικτύου»**

**Βολιωνιτάκη Μ. Χαρίκλεια**

**Επιβλέπων Καθηγητής: Σταμούλης Γεώργιος  
Συνεπιβλέπουσα Καθηγήτρια: Παρασκευοπούλου-Κόλλια Ευφροσύνη-Άλκηστη**

**ΛΑΜΙΑ  
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2018**



**«Έρευνα για τις σχέσεις και τα συναισθήματα που αναπτύσσονται εντός του Διαδικτύου»**

**Βολιωνιτάκη Χαρίκλεια  
ΑΜ: 2113073**

Επιβλέπων Καθηγητής: Σταμούλης Γεώργιος  
Συνεπιβλέπουσα Καθηγήτρια: Παρασκευοπούλου-Κόλλια Ευφροσύνη-Άλκηστη

## Περίληψη

Η παρούσα έρευνα μελετά τον τρόπο που επικοινωνεί η νέα γενιά, εντός και εκτός του Διαδικτύου. Πιο συγκεκριμένα, εξετάστηκαν οι σκέψεις και τα συναισθήματα που δημιουργούνται κατά την περιήγησή τους στο Διαδίκτυο, η αποψή τους για τη δυσκολία που αντιμετωπίζουν στη λεκτική έκφραση των συναισθημάτων τους, καθώς και τις αντιλήψεις τους όσον αφορά το χρόνο και την ποιότητα αυτού όσο χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο. Όλα αυτά εξετάστηκαν με βάση την επικοινωνία των ατόμων σε όλα τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και στη πραγματική καθημερινή ζωή τους. Το δείγμα της έρευνας ήταν 10 άτομα, γυναίκες και άντρες, ηλικίας 20-25 χρόνων. Η συλλογή των δεδομένων έγινε μέσω συνεντεύξεων με τη χρήση μαγνητοφώνου και για την επεξεργασία τους πραγματοποιήσαμε αναλύσεις και συγκρίσεις των απαντήσεων των ερωτώμενων. Από τα αποτελέσματα αποδείχτηκε ότι η πλειοψηφία των συμμετεχόντων είχε τάση για εθιστική χρήση του Διαδικτύου για κάποιο δεδομένο χρονικό διάστημα. Επίσης, επιβεβαιώθηκε ότι η πλειοψηφία των συμμετεχόντων προτιμούν το Διαδίκτυο ως μέσο επικοινωνίας και έκφρασης συναισθημάτων και προσωπικών πληροφοριών. Η εξαγωγή των αποτελεσμάτων έγινε με την ανάλυση των κοινών και αντίθετων απόψεων των ερωτώμενων.

## ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Σε αυτό το σημείο θα ήθελα να εκφράσω τις πιο θερμές μου ευχαριστίες στην επιβλέπουσα εντεταλμένη διδάσκουσα του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας κα. Παρασκευοπούλου-Κόλλια Ευφροσύνη-Άλκηστη, για την βοήθειά της στην περάτωση αυτής της εργασίας, την υπομονή της και για τη συνολική υποστήριξη καθ' όλη τη διάρκεια εκπόνησης της παρούσας εργασίας.

Ιδιαίτερες ευχαριστίες εκφράζονται προς όλους τους συμμετέχοντες και κυρίως προς όλους τους φίλους, γνωστούς και συμφοιτητές μου που παρείχαν βοήθεια για τη διεξαγωγή και την ολοκλήρωση της έρευνάς μου.

Τέλος, ευχαριστώ πάρα πολύ όλους τους δικούς μου ανθρώπους, οικογένεια και φίλους, που με στήριξαν σε όλες τις καλές και κακές στιγμές της φοίτησής μου, που μοιράστηκα μαζί τους την αγάπη, τις αγωνίες, τις απογοητεύσεις και τα όνειρα μου.

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος

1. Εισαγωγή

2. Διαπροσωπικές Σχέσεις

2.1 Στάδια Ανάπτυξης και Εξέλιξης των Διαπροσωπικών Σχέσεων

2.2 Μορφές Διαπροσωπικών Σχέσεων

2.3 Σχέσεις στο Διαδίκτυο

3. Συναισθημα

3.1 Ορισμός Συναισθήματος

3.1.1 Κατηγοριοποίηση Συναισθημάτων

3.2 Θεωρίες Συναισθήματος

3.3 Θεωρία Συναισθηματικού Δεσμού

3.4 Διαπροσωπικές Σχέσεις και Συναισθήματα

3.5 Ανάπτυξη Συναισθημάτων στο Διαδίκτυο

4. Διαδίκτυο

4.1 Διαδίκτυο

4.1.1 Εθισμός στο Διαδίκτυο

4.2 Κοινωνικά Δίκτυα

4.3 Κοινωνική Αλληλεπίδραση εντός και εκτός Διαδικτύου

Έρευνες για διαδικτυακή εξάρτηση

4.4 Πλεονεκτήματα και Μειονεκτήματα του Διαδικτύου

5. Μεθοδολογία

5.1 Επιλογή ερευνητικής μεθόδου

5.2 Οι συνεντεύξεις

5.3 Είδη συνεντεύξεων

5.4 Γνωρίσματα ενός καλού ερευνητή

5.5 Δεοντολογία που διέπει τις συνεντεύξεις

5.6 Χρήση μαγνητοφώνου

5.7 Η επιλογή των υποκειμένων

6. Αποτελέσματα

Βιβλιογραφία

## Πρόλογος

Η αλληλεπίδραση μεταξύ των ανθρώπων ήταν πάντα στο ενδιαφέρον των ερευνητών. Με αφορμή τη συνεχή εξέλιξη της τεχνολογίας και των νέων μέσων επικοινωνίας που δημιουργούνται, η ανθρώπινη αλληλεπίδραση πραγματοποιείται συνεχώς με ποικίλα μέσα. Πλέον, το Διαδίκτυο χρησιμοποιείται παγκοσμίως και προσφέρει στους χρήστες του μεγάλο φάσμα υπηρεσιών. Το Διαδίκτυο, τα τελευταία χρόνια, έχει απασχολήσει σε διεθνές επίπεδο την ερευνητική κοινότητα και κυρίως με αρνητικό τρόπο, καθώς επικεντρώνεται στην υπερβολική χρήση που κάνουν ως επί το πλείστον οι νέοι, σε σημείο που αυτή θεωρείται εθιστική στο Διαδίκτυο.

Στην παρούσα έρευνα προσπαθήσαμε να αναδείξουμε το φαινόμενο αυτό. Εξετάσαμε τις σχέσεις που αναπτύσσονται στο Διαδίκτυο και το πεδίο διαμόρφωσής τους. Παράλληλα, διερευνήσαμε την ποικιλία των συναισθημάτων, θετικών και αρνητικών, που συνεισφέρουν στη διαπροσωπική επικοινωνία και εκφράζονται είτε λεκτικά είτε μη λεκτικά. Αρκετοί άνθρωποι δυσκολεύονται στη λεκτική έκφραση των συναισθημάτων τους και την αναγνώρισή τους και έτσι βρίσκουν καταφύγιο στον Κυβερνοχώρο. Το εύρος των συναισθημάτων, επίσης, έχει λάβει εκτεταμένη προσοχή από την ερευνητική κοινότητα. Τέλος, μελετήσαμε την αλληλεπίδραση και την επικοινωνία που πραγματοποιούνται στα πλαίσια διαφόρων ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης.

## 1. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η ανάπτυξη της τεχνολογίας επηρεάζει όλους τους τομείς της κοινωνικής μας ζωής και η χρήση της είναι συνεχώς αυξανόμενη, εύκολη και ελκυστική. Χρησιμοποιείται στο πεδίο της εργασίας, της ψυχαγωγίας, της ενημέρωσης, της διαπροσωπικής επικοινωνίας, της επιχειρηματικής δραστηριότητας, της επιστημονικής έρευνας, της καλλιτεχνικής δημιουργίας, ακόμη και της εγκληματικότητας (Διαμαντάκη, Ντάβου, Πανούσης, 2001:147). Επηρεάζει τους κοινωνικούς θεσμούς, τις ανθρώπινες σχέσεις, την προσωπική και επαγγελματική ζωή των ανθρώπων και τον κοινωνικό τους περίγυρο γενικότερα. Η καθημερινή ζωή διευκολύνεται με την εύκολη και γρήγορη απόκτηση χιλιάδων αγαθών.

Η έκφραση των συναισθημάτων αποτελεί σημαντικό ζητούμενο στις μέρες μας καθώς οι ταχύτητες στην επικοινωνία αυξάνονται συνεχώς και απαιτείται συνεχής μελέτη. Ενώ το Διαδίκτυο παρέχει τη δυνατότητα επικοινωνίας και συναισθηματικής έκφρασης και επιρροής μέσα σε αυτό, από την άλλη πλευρά, επιτρέπει και τη μη ολοκληρωμένη διοχέτευση των συναισθηματικών φαινομένων και πιθανότατα να δρα και ως υποκατάστατο. Επομένως, οι αυθόρμητες συναντήσεις ατόμων ελαχιστοποιούνται στην πραγματική κοινωνική ζωή. Το αίσθημα της μοναξιάς στην πραγματική ζωή αναπληρώνεται με την αίσθηση της κοινωνικής επαφής που προσφέρει ο Κυβερνοχώρος. Έτσι, επιβάλλεται να εξετάσουμε την αλληλεπίδραση των συναισθημάτων εντός και εκτός του χώρου του Διαδικτύου, των διαφορών και ανομοιοτήτων της έκφρασης των συναισθημάτων εντός και εκτός του Internet και τη διαμόρφωση των κοινωνικών σχέσεων σε αυτό.

Στο πρώτο κεφάλαιο θα παρουσιαστούν τα στάδια ανάπτυξης και εξέλιξης των διαπροσωπικών σχέσεων τόσο στην πραγματική ζωή όσο και στο χώρο του Διαδικτύου. Επίσης, θα εκθέσουμε τις μορφές των διαπροσωπικών σχέσεων και θα γίνει ειδική αναφορά στις σχέσεις που αναπτύσσονται στο Διαδίκτυο.

Στο δεύτερο κεφάλαιο θα προβάλουμε τον ορισμό του συναισθήματος και θα δείξουμε τις κατηγορίες στις οποίες αυτό χωρίζεται. Θα παρουσιαστούν οι βασικές θεωρίες που αφορούν το συναίσθημα και το συναισθηματικό δεσμό. Επίσης, θα γίνει ειδική αναφορά στη σύνδεση των συναισθημάτων και των διαπροσωπικών σχέσεων και θα δοθεί έμφαση στην ανάπτυξη συναισθημάτων στο Διαδίκτυο.

Στο τρίτο κεφάλαιο θα αναζητηθεί ο ρόλος του Διαδικτύου στη σύγχρονη εποχή και πως αυτό επηρεάζει την καθημερινότητα των νέων έως το σημείο που πιθανόν να αποτελεί εθιστική η χρήση του. Επίσης, θα παρουσιάσουμε τα κοινωνικά δίκτυα και τη δύναμη που ασκούν πλέον στους χρήστες του Διαδικτύου. Θα εξετάσουμε τη συνύφανση του πραγματικού και εικονικού κόσμου μέσα από τα σημεία που αυτοί συγκλίνουν και αποκλίνουν αντίστοιχα. Επομένως, θα αναδείξουμε την επιρροή που έχει η ενασχόληση του ατόμου αποκλειστικά με το Διαδίκτυο μέσω ερευνών που έχουν διεξαχθεί. Τέλος, θα γίνει ειδική αναφορά στα πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα που αυτό προσφέρει στους χρήστες του.



## 2: ΔΙΑΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ

### 2.1 Στάδια ανάπτυξης και εξέλιξης των διαπροσωπικών σχέσεων

Ο άνθρωπος είναι από τη φύση του κοινωνικό ον και έχει μάθει να ζει και να εξελίσσεται σε σχέση με το κοινωνικό πλαίσιο. Σύμφωνα με τον Mead, η κοινωνική αλληλεπίδραση πρόκειται για μια διαδικασία κατά την οποία η στενή σχέση που αναπτύσσεται ανάμεσα σε δύο (ή περισσότερους) ανθρώπους (με το παιχνίδι, τη συναναστροφή κτλ.) οδηγεί στη διαμόρφωση, μέρα με τη μέρα, μιας σχεδόν ιδιωτικής γλώσσας, ενός κώδικα επικοινωνίας μεταξύ τους, μέσω του οποίου παράγονται νοήματα και συμβολισμοί (Κοινωνιολογία, Γ' Λυκείου). Ο άνθρωπος αντιλαμβάνεται το περιβάλλον σύμφωνα με διαπροσωπικούς όρους. Οι κύριοι *πρωταγωνιστές* του κόσμου των διαπροσωπικών όρων είναι ο «εαυτός» και οι «άλλοι», χωρίς όμως ο εαυτός να είναι αποκομμένος από τους άλλους. Κύρια προϋπόθεση για τις διαπροσωπικές σχέσεις είναι η επικοινωνία. Οπότε για να αναπτυχθούν διαπροσωπικές σχέσεις ανάμεσα στα άτομα προϋποτίθεται αλληλεπίδραση (και σαφώς επικοινωνία) μεταξύ τους (Καψάλης, 2003). Μερικές από τις καθημερινά εξελισσόμενες διαπροσωπικές σχέσεις είναι η οικογένεια, η φιλία και οι κοινωνικές συναναστροφές στο σύνολό τους.

Με τον όρο διαπροσωπικές σχέσεις αναφερόμαστε στην επικοινωνιακή αλληλεπίδραση που αναπτύσσεται ανάμεσα σε δυο ή περισσότερα άτομα, έχοντας ως στόχο την αναγνώριση, ανακάλυψη και κατανόηση των αναγκών και χαρακτηριστικών τόσο του εαυτού μας όσο και των άλλων (Rogers, 1959, <http://www.psychologo.gr/site/diaprosopikes-sxeseis.html>).

Ο Heider (1958) υποστηρίζει στον Καφέτσιο (2005) ότι, οι διαπροσωπικοί όροι είναι από τα πλέον βασικά εργαλεία που χρησιμοποιούμε για να κατανοήσουμε τον κόσμο. Σύμφωνα με πρόσφατες μελέτες, εστιάζουν στα συναισθήματα ως συνδετικούς κρίκους ανάμεσα στις κοινωνικές σχέσεις και την ψυχική υγεία. Παρόλο που, η σημασία των διαπροσωπικών<sup>1</sup> είναι κάτι το αυτονόητο και αυταπόδεικτο σε κοινωνίες με υψηλό βαθμό συλλογικότητας, έρευνες έχουν δείξει ότι *μέχρι* και σε κοινωνίες που χαρακτηρίζονται από υψηλό βαθμό ατομικισμού, «οι άνθρωποι περνούν το 47% του χρόνου τους με την συντροφιά των άλλων» (Καφέτσιος, 2005: 22).

Η διαπροσωπική σχέση που δημιουργείται με ένα άλλο άτομο ή με μια ομάδα ατόμων που ενσωματώνονται σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο, θεωρείται *δυσάδικη* και αφορά τις πρόσωπο με πρόσωπο σχέσεις και αλληλεπιδράσεις με τα υπόλοιπα άτομα. Η αλληλεπίδραση που αναπτύσσεται στοχεύει στην ευχαρίστηση, στην αποδοχή των συμμετεχόντων/ουσών χωρίς να υπάρχουν διακριτοί ρόλοι και χωρίς να επικεντρώνεται στην επιβολή εξουσίας. Αυτές τις σχέσεις θα μπορούσαμε να τις χαρακτηρίσουμε *αμφίδρομες* καθώς ασκείται επιρροή από το ένα άτομο στο άλλο σε γνωστικό και συναισθηματικό επίπεδο, θεωρώντας ότι το πρόσωπο με το οποίο έρχεται σε επαφή είναι ο «σημαντικός άλλος» για εκείνον (Καψάλης, 2003).

Ο Rosenberg υποστήριζε το 1986 ότι «εαυτός» είναι το σύνολο των σκέψεων και συναισθημάτων του ατόμου, δηλαδή ο εαυτός εμπεριέχει τη γνωστική και τη συναισθηματική πλευρά. Η αυτοεικόνα ανήκει στη γνωστική πλευρά, ενώ η αυτοεκτίμηση στη συναισθηματική πλευρά. Τόσο στην αυτοεικόνα, όσο και στην αυτοεκτίμηση υπάρχει το στοιχείο της αυτοαξιολόγησης, η οποία δημιουργεί τις δυνατότητες αντίδρασης. Το 1902, ο Cooley έκανε γνωστό τον όρο «καθρεπτιζόμενος εαυτός» ('looking- glass self').

Υπάρχουν κάποιοι «σημαντικοί άλλοι», των οποίων η γνώμη είναι πάρα πολύ σπουδαία για εμάς. Συμπεραίνουμε στο ότι η αντανάκλαση του καθρέπτη πρέπει να είναι η εικόνα του εαυτού, η οποία αποτελεί την εκτιμώμενη εικόνα αυτών των σημαντικών άλλων. Πάντα όταν στρεφόμαστε στον καθρέπτη αυτό, περιμένουμε να μάθουμε γιατί μας ενδιαφέρουν τόσο πολύ οι εκτιμήσεις τους, γιατί είναι τόσο σημαντικές για εμάς. Η αυτοεικόνα, λοιπόν, κατά κύριο λόγο δομείται από τις απόψεις που έχουν διαμορφώσει οι άλλοι για εμάς.

---

<sup>1</sup> οι διαπροσωπικές σχέσεις στο πολύπλοκο σύστημα αλληλεπίδρασης που επηρεάζονται από την συνύπαρξη ατομικών και κοινωνικών (π.χ. ζεύγος, ομάδες, κοινωνία, κουλτούρα) παραγόντων στα εξής βασικά επίπεδα ανάλυσης: το ενδοατομικό (π.χ. ψυχοφυσιολογία, γενετικές επιδράσεις, νευροψυχολογικές δομές), το ατομικό (π.χ. προσωπικότητα, γνωστικές και συναισθηματικές δομές), το διαπροσωπικό (π.χ. ομάδα, οικογένεια, σχέσεις), το δια-ομαδικό και το πολιτισμικό.

Ο Mead (1962) πίστευε ότι μπορούμε να υπάρξουμε και να εκφραστούμε μόνο μέσω των αλληλεπιδράσεων με τους άλλους. Οι εμπειρίες που έχουμε αποκτήσει, χρίζονται εμπειρίες μας μόνο όταν συμμετέχουν και οι άλλοι σ' αυτές. Ο τρόπος με τον οποίο λαμβάνει διαστάσεις η υπόστασή μας είναι μόνο όντας σε αλληλεπίδραση με τα υπόλοιπα μέλη της κοινωνίας και ο εαυτός μας προβάλλεται κι εξελίσσεται, όπως κάθε άλλο ον που είναι μέλος της κοινωνικής ομάδας που συμμετέχουμε κι εμείς. Ο Mead υποστήριζε πως όταν προσπαθούμε να έρθουμε πιο κοντά σε κάποιον, ουσιαστικά προσεγγίζουμε όλο το εύρος των εξαρτώμενων σχέσεων και επικοινωνιών που διαθέτει αυτό άτομο όταν έρχεται σε επαφή με άλλα άτομα, στοχεύοντας στην αλληλεπίδραση. Η συνεισφορά των Mead και Cooley, ήταν καταλυτική στον προσδιορισμό της έννοιας του εαυτού σύμφωνα με τους τρόπους με τους οποίους μας δίνεται η δυνατότητα να τον μελετήσουμε.

Ο James εισήγαγε τον όρο της αυτοεκτίμησης ως το πηλίκο των επιτυχιών μας, προς τις φιλοδοξίες μας. Λαμβάνοντας υπ' όψιν τα λόγια του Coopersmith, οι κύριοι παράγοντες που μεταβάλλουν τον δείκτη αυτοεκτίμησης ξεκινούν από τα παιδικά μας χρόνια και τη συμπεριφορά που είχαν οι γονείς μας απέναντι μας, από το κατά πόσο είμασταν ελεύθεροι να παίρνουμε πρωτοβουλίες.

Σύμφωνα με τη μαθηματική παρουσίαση του James, γίνεται εύκολα κατανοητός ο λόγος που η θετική αυτοεκτίμηση είναι δείγμα καλής ψυχικής υγείας. Αν αυτά που επιδιώκουμε πραγματοποιούνται με επιτυχία, αποκτούμε αυτόματα καλή εικόνα για τον εαυτό μας. Αν συμβεί το αντίθετο, η ζυγαριά κλίνει προς την αρνητική σκέψη, ως προς τις προσπάθειές μας, και συνεπώς και για τον εαυτό μας. Έρευνες έχουν δείξει ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση είναι η «μητέρα» του άγχους, της κατάθλιψης, της ευερεθιστότητας, ακόμα και έντονων αισθημάτων όπως απογοήτευση για τη ζωή.

Έτσι, αν καταφέρουμε να ερευνησουμε τον τρόπο με τον οποίο αλληλεπιδρούμε, θα καταφέρουμε να καταλάβουμε και να ερμηνεύσουμε τις διαπροσωπικές σχέσεις που έχουμε αναπτύξει. Η γνώση του εαυτού μας και η ανάλυση των στοιχείων της προσωπικότητάς μας παίζουν σημαντικό ρόλο σε αυτό. Η αυτοεκτίμηση και ο αυτοσεβασμός που καλλιεργεί ο καθένας μας αντανακλώνται στη συμπεριφορά μας προς τους άλλους, στην αντίληψη που διαμορφώνουμε για τα πάντα και ως εκ τούτου στις διαπροσωπικές σχέσεις που αναπτύσσουμε (Καφέτσιος, 2005).

Η διαπροσωπική επικοινωνία εξυπηρετεί κάποιες λειτουργίες που έχουν να κάνουν με το γεγονός ότι οι άνθρωποι επικοινωνούν με σκοπό να καλύψουν τις κοινωνικές και ψυχολογικές τους ανάγκες, να διατηρήσουν και να ενισχύσουν την αίσθηση του εαυτού τους, να δημιουργήσουν σχέσεις, να εκπληρώσουν τις κοινωνικές τους υποχρεώσεις, να ανταλλάξουν πληροφορίες και να ασκήσουν επιρροή στις/στους άλλους (Verderber and Verderber, 2006).

Μπορούμε να κατατάξουμε τις διαπροσωπικές σχέσεις σε τρία διαφορετικά επίπεδα, ανάλογα με το βαθμό έλξης και οικειότητας που επικρατεί μεταξύ των αλληλεπιδρώντων. Το πρώτο επίπεδο περιλαμβάνει τις σχέσεις στις οποίες οι άνθρωποι αισθάνονται μικρή έλξη και έχουν χαμηλή οικειότητα μεταξύ τους. Σε τέτοιου είδους επιφανειακές επαφές γίνεται έντονη χρήση των τυπικών κοινωνικών κανόνων, συχνά οι ικανότητες προσποίησης και ηθοποιίας των εμπλεκόμενων ατόμων είναι χαρακτηριστικές και αποφεύγονται οι προσωπικές αποκαλύψεις. Σε αυτού του είδους τις σχέσεις κατατάσσουμε τις επαγγελματικές επαφές και ορισμένες προσωπικές σχέσεις μικρής συνήθως χρονικής διάρκειας (Παπαδάκη - Μιχαηλίδη, 1998:71).

Αν η αρχική τυπική επαφή παρουσιάζει προοπτικές αμοιβαίας ανταλλαγής, η σχέση βαθμιαία εξελίσσεται και δημιουργείται η μορφή της αλληλεπίδρασης που αποτελεί το δεύτερο επίπεδο των σχέσεων. Η ανταλλαγή προσωπικών πληροφοριών είναι το κύριο στοιχείο των σχέσεων του δευτέρου επιπέδου. Αν διαπιστωθούν κοινά σημεία ανάμεσα στους αλληλεπιδρώντες, επιδιώκονται περισσότερες επαφές, οι οποίες τελικά οδηγούν στις σχέσεις του τρίτου επιπέδου των στενών διαπροσωπικών επαφών. Οι διαπροσωπικές σχέσεις χαρακτηρίζονται από τις ανταλλαγές συναισθημάτων, ηθικών αξιών και προσωπικών εμπειριών, όπως και από τους στενούς δεσμούς μεταξύ των αλληλεπιδρώντων και αποτελούν μια από τις σημαντικότερες προϋποθέσεις της ανθρώπινης ευτυχίας και της ψυχικής υγείας (Παπαδάκη - Μιχαηλίδη, 1998). Ταυτόχρονα, με τον όρο στενές σχέσεις ορίζουμε τις σχέσεις στις οποίες οι άνθρωποι έχουν υψηλό επίπεδο οικειότητας αναδεικνύοντας με αυτόν τον τρόπο παράλληλα την ανάγκη του κάθε ανθρώπου για κοινωνικότητα (φιλία) και δεσμό (συντροφική – ερωτική σχέση). Η απουσία του ενός από τα δύο για τους περισσότερους ανθρώπους συνεπάγεται με μοναξιά (Καφέτσιος, 2005).

Αναγκαία προϋπόθεση για να εξελιχθούν οι επιφανειακές επαφές σε ποιοτικές διαπροσωπικές σχέσεις είναι να υπάρξει συναισθηματική σύνδεση μεταξύ των αλληλεπιδρώντων. Επομένως, για να εξελιχθούν οι τυπικές κοινωνικές επαφές σε στενές διαπροσωπικές σχέσεις, πρέπει να γίνουν κάποιες αμοιβαίες, προσωπικές εξομολογήσεις, στη διάρκεια των οποίων η μη λεκτική οδός επικοινωνίας κρίνεται απαραίτητη. Αν ο ένας από τους δύο συμμετέχοντες δεν ανταποκρίνεται στις αποκαλύψεις του άλλου, τότε ο ρυθμός εξέλιξης της σχέσης θα πρέπει ή να επιβραδυνθεί ή να σταματήσει τελείως. Στις μακροχρόνιες «ζεστές» σχέσεις η μη λεκτική επικοινωνία γίνεται πιο γρήγορη, πιο αποτελεσματική και πιο εξειδικευμένη. Για παράδειγμα, ένα άγγιγμα ή ένα νεύμα μπορεί να σημαίνει πολλά σε ένα ζευγάρι που είναι χρόνια μαζί και συχνά αντικαθιστά πολλά λεκτικά και μη λεκτικά στοιχεία, τα οποία οι άνθρωποι που βρίσκονται έξω από τη σχέση δεν είναι σε θέση να τα γνωρίζουν και δεν μπορούν να τα μοιραστούν μαζί τους (Παπαδάκη - Μιχαηλίδη, 1998:72).

## **2.2 Μορφές Διαπροσωπικών Σχέσεων**

### **Ερωτικές Σχέσεις**

Η πλειοψηφία των νέων επιζητά τη χαρά και την ευτυχία που μπορούν να προσφέρουν οι ερωτικές σχέσεις. Οι σχέσεις αυτού του είδους χαρακτηρίζονται από το ότι αναπτύσσονται με ταχύ ρυθμό, ενώ με την πάροδο του χρόνου ο ρυθμός της αύξησης του ερωτικού συναισθήματος ελαττώνεται. Στις ερωτικές σχέσεις επικρατούν ως επί το πλείστον συναισθήματα συμπάθειας και στοργής, μεγάλη οικειότητα, έντονο ενδιαφέρον, αλλά κυρίως ισχυρή διέγερση και σεξουαλική έλξη μεταξύ των προσώπων που σχετίζονται και αλληλεπιδρούν μέσα από αυτές.

Οι ερωτικές σχέσεις, όμως, δεν συνοδεύονται πάντα από θετικά συναισθήματα. Το έντονο επίπεδο διέγερσης συχνά δημιουργεί στις/στους ερωτευμένους/νες άγχος, αγωνία, ανασφάλεια και δεν είναι λίγες οι φορές που δημιουργεί μέχρι και έμμονες ιδέες (Παπαδάκη - Μιχαηλίδη, 1998). Οι Tesser και Paulus, το 1978, διερευνώντας τις «αυτοαποκαλούμενες αλλαγές» στα αισθήματα αγάπης, συμπέραναν ότι όσο περισσότερο οι ερωτευμένους/ες/ερωτευμένοι σκέπτονται τις/τους συντρόφους τους, τόσο αυξάνεται το πάθος τους.

### **Φιλικές Σχέσεις**

Οι σχέσεις φιλίας είναι από τις σημαντικότερες διαπροσωπικές σχέσεις τόσο των νέων ανθρώπων όσο και των γηραιότερων. Η έλλειψη ή η αποτυχία στις σχέσεις αυτές προκαλούν συναισθήματα απογοήτευσης και συχνά αποτελούν πηγή δυστυχίας ή ακόμα και κατάθλιψης (Αναστασία Τζανουδάκη, 2011). Οι νέοι, και γενικότερα όλοι οι άνθρωποι, εκτιμούν πραγματικά την αξία των φιλικών σχέσεων όταν τις στερούνται, όπως, επί παραδείγματι, όταν μετακομίζουν/μετακινούνται σε ένα καινούριο μέρος και βρίσκονται μακριά από τους φίλους τους, ή όταν βρίσκονται σε δύσκολες καταστάσεις (καταστάσεις συναισθηματικής κρίσης) και δεν υπάρχει κανείς για να τους παρέχει την υποστήριξη που χρειάζονται και επιθυμούν. Αν και η συναισθηματική υποστήριξη που παρέχουν οι φιλικές σχέσεις είναι απαραίτητη κατά κύριο λόγο στις δύσκολες στιγμές της ζωής, οι προσπάθειες για την απόκτηση φιλικών σχέσεων θα πρέπει να γίνονται στις καλές και ήρεμες στιγμές της ζωής των ανθρώπων (Παπαδάκη - Μιχαηλίδη, 1998).

Όταν οι άνθρωποι βρίσκονται υπό συναισθηματική πίεση και στρες, δεν έχουν τη δυνατότητα να ξεκινήσουν σωστά δομημένες φιλικές σχέσεις. Για τη δημιουργία φιλικών σχέσεων, οι άνθρωποι πρέπει αρχικά να επιδιώκουν συχνές κοινωνικές επαφές. Οι συχνές αλληλεπιδράσεις οδηγούν σε εξοικείωση και συμπάθεια, και η συμπάθεια με τη σειρά της τείνει στην επιδίωξη περισσότερων αλληλεπιδράσεων (Παπαδάκη - Μιχαηλίδη, 1998).

Οι φιλικές, όπως και όλες οι υπόλοιπες μορφές σχέσεων, ξεκινούν με χαμηλά επίπεδα οικειότητας, αλλά με το πέρασμα του χρόνου και με τις συχνές επαφές η οικειότητα αυξάνεται όλο και περισσότερο, όσο αυξάνεται η τελευταία στις σχέσεις φιλίας, τόσο μεγαλώνει η ικανοποίηση που αντλούν οι άνθρωποι που αλληλεπιδρούν (Argyle, 2007).

## 2.3 Οι Διαπροσωπικές Σχέσεις στο Διαδίκτυο

Τα μέσα που είναι διαθέσιμα στη σύγχρονη κοινωνία ασκούν μεγάλη επίδραση στην επικοινωνία μεταξύ των ανθρώπων. Ο αριθμός των ενδιαφερόντων για τη χρήση διαδικτυακών τεχνολογιών όχι μόνο για επικοινωνία με τους ήδη κοντινούς τους ανθρώπους αλλά και για την εκ νέου δημιουργία σχέσεων ολοένα και αυξάνεται.

Το Διαδίκτυο είναι το ισχυρότερο, πλέον, κοινωνικό μέσο που συνδέει τους χρήστες του παγκοσμίως, προσφέροντάς τους τεράστια ποικιλία επιλογών για επικοινωνία και συνεπώς τη δυνατότητα για νέες φιλίες. Όσον αφορά τη διαμόρφωση φιλικών σχέσεων μέσα από το Διαδίκτυο, έχει παρατηρηθεί ότι το Διαδίκτυο αποτελεί για τους χρήστες του ένα χώρο αλληλεπίδρασης τόσο με κοντινά τους άτομα όσο και με αγνώστους.

Βέβαια, έχει διαπιστωθεί ότι οι χρήστες του Διαδικτύου έχουν την τάση να εμφανίζουν ιδιαίτερη επιθυμία για ανάπτυξη «ηλεκτρονικών» φιλικών σχέσεων. Αυτή η επιθυμία πιθανότατα προέρχεται όχι μόνο από το ενδιαφέρον τους για την κοινωνικοποίησή τους αλλά και από το γεγονός ότι το Διαδίκτυο τους παρέχει πιο εύκολη πρόσβαση σε έναν άλλο κόσμο πέρα από τον συνηθισμένο με την οικογένεια, το σχολείο, την εργασία και τη γειτονιά.

Το Διαδίκτυο έχει αποδείξει ότι μπορεί να αποτελεί για αρκετούς ανθρώπους ένα πρόσφορο εικονικό περιβάλλον για την «άνθιση» φιλικών σχέσεων. Συχνά, άτομα λόγω κάποιας είτε σωματικής είτε πνευματικής μειονεξίας στιγματίζονται από τον κοινωνικό τους περίγυρο και τείνουν να αποκρύπτουν τη μειονεξία τους κατά τη διάρκεια των κοινωνικών τους αλληλεπιδράσεων. (Λάγιος Δ. Βασίλειος, 2013).

Οι άνθρωποι παρουσιάζουν την ανάγκη για ανακάλυψη του εαυτού τους και του εσωτερικού τους κόσμου, στοχεύοντας στο να τους γνωρίσουν οι άλλοι τόσο καλά όσο οι ίδιοι τον εαυτό τους. Όταν δεν του επιτρέπεται να το καταφέρει αυτό μέσα από την άμεση επικοινωνία, καλύπτει αυτή την ανάγκη μέσω της ηλεκτρονικής επικοινωνίας, όπου μπορεί να εξασφαλίσει και την ανωνυμία του. (<http://www.kriti24.gr/diadiktio-ke-schesis-o-erotas-me-ena-klik/>)

Επίσης, πολλές/οί βιώνουν την απόρριψη στο περιβάλλον τους για ποικίλους λόγους. Αυτό μπορεί να συμβαίνει λόγω:

- της εξωτερικής εμφάνισης
- της σχολικής επίδοσης
- της παραγωγικότητας στην εργασία ή το σχολείο ή λόγω της κοινωνικής και εθνικής προέλευσης κλπ.

Έτσι, έχουμε ως άμεσο αποτέλεσμα την απόσυρση από το περιβάλλον *αυτό* και την ανάπτυξη της αίσθησης της μοναξιάς. Οπότε είμαστε σε θέση να πούμε ότι τα άτομα που νιώθουν μοναξιά εξαιτίας της κοινωνικής απομόνωσης και απόρριψης είναι πιθανό να στραφούν προς το Διαδίκτυο για την αναζήτηση κοινωνικής επαφής και συντροφιάς (Lenia Theodorou, 2013).

Ακόμα, τα άτομα με ελάχιστες κοινωνικές δεξιότητες συχνά διστάζουν να αλληλεπιδρούν -σε πραγματικό χρόνο- διότι είναι πιθανό να έρθουν αντιμέτωπα με απρόσμενες εξελίξεις στην πρόσωπο με πρόσωπο κοινωνική επαφή. Υπάρχει, έτσι, η πιθανότητα να προτιμήσουν το Διαδίκτυο αφού μπορεί να τους προσφέρει τον έλεγχο με τον οποίο θα επικοινωνήσουν και θα αλληλεπιδράσουν με άλλους χρήστες που μπορεί και οι ίδιοι να αντιμετωπίζουν το ίδιο πρόβλημα (Wolak et al, Finkelhor, Mitchell, & Ybarra, 2008).

Αποδεχόμενοι ότι οι χρήστες αναπτύσσουν φιλίες με την/τον οποιαδήποτε/οδήποτε άγνωστη/ο στο Διαδίκτυο, είμαστε σε θέση να υποθέσουμε ότι αυτή η μορφή φιλίας είναι τυχαία, μη προβλέψιμη και απερίσκεπτη, κάτι που δεν συμφωνεί με τα όσα γνωρίζαμε ως τώρα περί φιλικών σχέσεων και τα όσα διαβάσαμε στη διεθνή και εγχώρια βιβλιογραφία.

Εν αντιθέσει με το σχηματισμό της παραδοσιακής φιλίας, για τη φιλία που δημιουργείται διαδικτυακά δεν έχουν βρεθεί συγκεκριμένα πρότυπα τα οποία ακολουθούνται, γι' αυτό και η

ανάπτυξη τέτοιων σχέσεων θεωρείται ακόμα επικίνδυνη. Υπάρχουν πολλές στρατηγικές και τεχνικές τις οποίες μπορεί κάποιος να ακολουθήσει ώστε οι χρήστες να διαλέξουν, να αξιολογήσουν και να τερματίσουν μια διαδικτυακή σχέση. Όμως δεν υπάρχουν πολλά στοιχεία για το πώς λαμβάνονται οι παραπάνω αποφάσεις: εναπόκειται στην προσωπική κρίση της καθεμιάς/ του καθενός.

Οι διαπροσωπικές σχέσεις στο Διαδίκτυο, χαρακτηρίζονται με τον όρο «online» σχέσεις (Κούρτη, 2003). Ο χρόνος διαμόρφωσης μιας εντύπωσης για τον άλλον στις διαδικτυακές αλληλεπιδράσεις είναι πολύ πιο αργός σε σύγκριση με τις ρεαλιστικές αλληλεπιδράσεις. Μερικές φορές, στο πλαίσιο μιας διαδικτυακής συναναστροφής, κάποιος μπορεί να φαίνεται περισσότερο απόμακρος και διαφορετικός, από όσο είναι πραγματικά στη ζωή και τις συναναστροφές του πέρα από το Διαδίκτυο (Wallace, 2001). Από την άλλη, με την ίδια ευκολία που μπορούν οι χρήστες του Διαδικτύου να κάνουν γνωριμίες και να εξελίσσουν τις διαπροσωπικές τους σχέσεις εντός αυτού, εξίσου εύκολα και γρήγορα μπορούν να αποσυρθούν από αυτές έως και να εξαφανιστούν αφήνοντας κανένα ίχνος πίσω τους, κάτι που στις διαπροσωπικές σχέσεις εκτός Διαδικτύου δε γίνεται εύκολα (Σφακιανάκης et al., 2012). Κι ενώ στις δια βίου αλληλεπιδράσεις, η εξωτερική εμφάνιση παίζει σημαντικό ρόλο, στην αλληλεπίδραση εντός του Διαδικτύου επικεντρωνόμαστε σε άλλα στοιχεία του ατόμου, όπως το επικοινωνιακό του ύφος, το χαρακτήρα του (McKenna, Green & Gleason, 2002).

Η ρεαλιστική απόσταση στην επικοινωνία πρόσωπο με πρόσωπο παίζει σημαντικό ρόλο, όμως στο Διαδίκτυο σημαντική είναι η λειτουργική απόσταση των ατόμων (Κούρτη, 2003, Wallace, 2001). Η γεωγραφική απόσταση ήταν σημαντική σε παλαιότερες εποχές, αφού έχει διαπιστωθεί ότι πριν την εμφάνιση του Διαδικτύου και των άλλων τεχνολογικών μέσων, όσο μεγαλύτερη ήταν η απόσταση τόσο περισσότερο επηρεαζόταν η επικοινωνία και η αλληλεπίδραση μεταξύ των ανθρώπων, καθώς οι δια βίου επαφές μειώνονταν σημαντικά λόγω πρακτικών δυσκολιών στους τομείς των μεταφορών και των τηλεπικοινωνιών (Mok, Wellman & Basu, 2007). Υποστηρίζεται ότι η απουσία επικοινωνίας πρόσωπο με πρόσωπο, δυσχεραίνει την ανάπτυξη οικειότητας και συνεπώς μειώνει τις πιθανότητες για δημιουργία διαπροσωπικών σχέσεων (Κούρτη, 2003, Wallace, 2001). Στην περίπτωση της κοινωνικοποίησης μέσω του ιστοτόπου, Facebook, οι τακτικοί του χρήστες, σε αντίθεση με όσους δε το χρησιμοποιούν, έχουν κάνει αναφορές για μεγαλύτερη οικειότητα στις διαπροσωπικές τους σχέσεις εντός και εκτός Διαδικτύου (Bryant & Marmo, 2012). Ενδέχεται, μια διαδικτυακή σχέση να φτάσει το επίπεδο και την ποιότητα μιας δια βίου διαπροσωπικής σχέσης, σε πολύ πιο σύντομο χρονικό διάστημα μέσω Διαδικτύου, παρά αν ήταν εκτός αυτού (Σφακιανάκης et al., 2012). Κάποιοι έχουν υποστηρίξει ότι οι σχέσεις με μερικούς από τους διαδικτυακούς τους φίλους είναι καλύτερης ποιότητας από αυτές που έχουν στην "πραγματική ζωή" (Κούρτη, 2003). Σύμφωνα με έρευνα που διεκπεραίωσαν οι Wright και Li (2011) σε νεαρούς ενήλικες, διαπίστωσαν ότι ανεξαρτήτως του φύλου τους, εμφάνιζαν προκοινωνικές συμπεριφορές εντός του Διαδικτύου που ήταν περίπου οι ίδιες σε σχέση με αυτές εκτός του Διαδικτύου, κατά την αλληλεπίδρασή τους με άλλους.

Οι άνθρωποι που χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο, ως επί το πλείστον διαχωρίζουν τους διαδικτυακούς τους φίλους από αυτούς που έχουν στην πραγματική ζωή και δεν προβαίνουν σε διαδικασία κοινωνικής δικτύωσης, ώστε να γνωριστούν μεταξύ τους. Μερικοί θεωρούν ότι οι διαδικτυακές φιλίες είναι απλές γνωριμίες και όχι αληθινές φιλίες, καθώς υστερούν ουσίας χωρίς την πρόσωπο με πρόσωπο αλληλεπίδραση (Wallace, 2001). Όμως, υπάρχει ένα ποσοστό ανθρώπων που μεταφέρουν στην «πραγματική ζωή» τις διαπροσωπικές σχέσεις που έχουν δημιουργήσει εντός του Διαδικτύου (Parks & Floyd, 1996).

Οι Mesch και Talmud (2007) επίσης συμπέραναν ότι η γεωγραφική εγγύτητα είναι άλλος ένας κύριος παράγοντας για μία φιλία μέσω Διαδικτύου, όπως επίσης και η ηλικία και το φύλο. Μέσα από ένα αντιπροσωπευτικό δείγμα χρηστών, ανακάλυψαν ότι όταν μία γνωριμία γινόταν στο σχολείο ή στην εργασία, η πιθανότητα να έχουν παρόμοια ηλικία, φύλο και τόπο κατοικίας τα δύο άτομα ήταν προφανώς υψηλότερη σε σύγκριση με τη γνωριμία που γινόταν online. Όμως, λαμβάνοντας υπ' όψιν μόνο τις φιλίες που πραγματοποιούνται online, τα άτομα τα οποία ήταν πιο κοντά στην ηλικία και έμεναν κοντά, δημιουργούσαν ισχυρότερους δεσμούς αποδεικνύοντας ότι πιθανότατα στο Διαδίκτυο να μην υφίσταται η έννοια της απόστασης (Mesch & Talmud, 2007).

Οι Chan και Cheng (2004), μέσα από την έρευνά τους βρήκαν ότι αν και οι χρήστες συνομιλούν με διαφορετικό τρόπο στις φιλίες που αναπτύσσονται διαδικτυακά, η συζήτηση μπορεί να πλησιάσει

αρκετά εκείνη που πραγματοποιείται στην πραγματικότητα αν και εφόσον συνεχιστεί για πάνω από 6 μήνες. Έτσι, κατανοούμε ότι η διαδικασία αυτή είναι πιο χρονοβόρα από το είδος της φυσικά πραγματοποιούμενης γνωριμίας.

Αξίζει να αναφέρουμε ότι έχει εμφανιστεί σύνδεση ανάμεσα στον εθισμό στο Διαδίκτυο και την προσέγγιση που έχουν τα άτομα για τη φιλία. Από τη μια πλευρά δικαιολογείται διότι όσο πιο πολύ βρίσκονται συνδεδεμένοι στο Διαδίκτυο τόσο συνηθίζουν να επικοινωνούν με τους άλλους μέσω αυτού, και κατ' επέκταση επιζητούν και αναπτύσσουν περισσότερες διαδικτυακές φιλίες. Από την άλλη πλευρά όμως, όσοι προσανατολίζονται περισσότερο στις διαδικτυακές φιλίες, προτιμώντας την αλληλεπίδραση μέσω Διαδικτύου, αυξάνουν τις πιθανότητες να εμφανίσουν κάποια εξάρτηση σε αυτό (Smahel, Brown & Blinka, 2012).

Όπως προαναφέραμε, η μοναξιά έχει συσχετιστεί με αυξημένη χρήση του Διαδικτύου καθώς δεν είναι λίγα τα μοναχικά άτομα που επιδιώκουν την κοινωνική αλληλεπίδραση μέσω αυτού. Επειδή συχνά η διαπροσωπική επαφή προκαλεί κοινωνικό άγχος και αγωνία σε ανθρώπους που είναι μοναχικοί, το Διαδίκτυο είναι ένας χώρος όπου τους δίνεται η δυνατότητα να ελέγξουν πώς θα παρουσιάσουν στους άλλους τον εαυτό τους, αλλά και να αποχωρήσουν οποιαδήποτε στιγμή δεν αισθάνονται πλέον άνετα. Έτσι, τα μοναχικά άτομα φαίνεται να προτιμούν την ανάπτυξη διαδικτυακών φιλικών σχέσεων, καθώς εκεί νιώθουν ότι έχουν μεγαλύτερο έλεγχο των καταστάσεων, του εαυτού και των αλληλεπιδράσεών τους (Carlan, 2005, Morahan-Martina & Schumacherb, 2003). Επίσης, φαίνεται ότι για ανθρώπους που είναι μοναχικοί και έχουν χαμηλή αυτοπεποίθηση, όσο μεγαλύτερος είναι ο αριθμός των διαδικτυακών τους φίλων τόσο ελαττώνονται τα επίπεδα του κοινωνικού άγχους, της αγωνίας και της μοναξιάς που βιώνουν στις διαπροσωπικές τους σχέσεις τόσο με τους φίλους όσο και με την οικογένεια, εκτός του Διαδικτύου (Ando & Sakamoto, 2007).

### 3: ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ

#### 3.1 ΟΡΙΣΜΟΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ

Υπάρχει μεγάλο εύρος ορισμών του συναισθήματος και συγχρόνως είναι ασαφείς ως προς το περιεχόμενό τους. Τα συναισθήματα ορίζονται και μελετώνται ως φαινόμενα που διαδραματίζονται εσωτερικά και γίνονται αντιληπτά μέσω της έκφρασης και της συμπεριφοράς (Niedenthal et al., 2011: 22). Κάποιες/κάποιοι ερευνήτριες/ερευνητές αναφέρονται σε μεμονωμένα στοιχεία που αποτελούν ενδείξεις κάποιου συναισθήματος, θεωρώντας ότι δεν υπάρχει πάντα η έννοια της συνειδητότητας και τα μελετούν με βάση τις διάφορες αντιδράσεις ή τις εκφράσεις του προσώπου που προκαλούν. Άλλες/άλλοι ερευνήτριες/ερευνητές τα χαρακτηρίζουν ως συναισθηματικές καταστάσεις που είναι «τουλάχιστον εν δυνάμει, συνειδητές» και μπορούν να τις ποσοτικοποιούν (Barrett, 2004: 266-281). Είτε συνειδητά είτε ασυνείδητα χαρακτηρίζουμε τα συναισθήματα, μετά από αξιολόγηση της αιτίας, προκαλούν δράση.

Τα συναισθήματα είναι, αρχικά, γενετικά και μετέπειτα αποκτηθέντες προδιαθέσεις που με βάση εσωτερικές και εξωτερικές μεταβλητές διαδραματίζονται εμπειρικά, φυσιολογικά και συμπεριφορικά (Carlson & Hatfield, 1992). Τα συναισθήματα, ουσιαστικά, είναι οι τρόποι με τους οποίους το θυμικό<sup>2</sup> κάθε ανθρώπου αντιδρά τόσο σε εξωτερικά ερεθίσματα όσο και σκέψεις που συνοδεύονται από σωματικές αλλαγές, εκφράσεις και πεπραγμένα (Campos & Barrett, 1984, Campos & Stenberg, 1981, Johnson-Laird & Oatley, 1992). Χαρακτηριστικά αναφέρουν οι Keltner και Gross (1999: 468) ότι αντιλαμβανόμαστε τα συναισθήματα ως «επεισοδιακές, σχετικά σύντομες, βιολογικά θεμελιωμένες δομές αντίληψης, εμπειρίας, φυσιολογίας, δράσης και επικοινωνίας, που συμβαίνουν ως αντίδραση σε συγκεκριμένες σωματικές και κοινωνικές προκλήσεις και ευκαιρίες».

##### 3.1.1 Κατηγοριοποίηση Συναισθημάτων

Τα αναγνωρισμένα συναισθήματα, ειδικά αν ληφθούν υπόψιν οι συνδυασμοί, οι μεταλλάξεις και οι διάφορες αποχρώσεις τους, υπολογίζονται εκατοντάδες και έχει επισημανθεί πως οι συναισθηματικές αποχρώσεις είναι πολύ περισσότερες από τις λέξεις που τις περιγράφουν. Ωστόσο, στην επιστημονική κοινότητα υπάρχουν συγκρούσεις ως προς την κατηγοριοποίηση των συναισθημάτων. Μία αρχική κατηγοριοποίηση είναι αυτή των πρωταρχικών, διακριτών ή βασικών συναισθημάτων και των σύνθετων (Niedenthal et al., 2011:80-84).

Τα βασικά συναισθήματα αποτελούν θεμελιώδη στοιχεία της συναισθηματικής φύσης των ανθρώπων αφού υπάρχουν εξ αρχής και παράγουν πιο σύνθετα συναισθήματα εφόσον συνδυαστούν μεταξύ τους. Οι ερευνήτριες/ερευνητές υποστηρίζουν πως μικρός αριθμός συναισθημάτων έχει βιολογική βάση και γενετική κωδικοποίηση. Παρά τις συγκρούσεις μεταξύ των ερευνητριών/ερευνητών, η πλειοψηφία έχει καταλήξει σε πέντε βασικά συναισθήματα: τη χαρά, τη λύπη, το θυμό, την αγδία και το φόβο. Ορισμένες φορές λαμβάνεται υπόψιν ως έκτο συναίσθημα, η έκπληξη (Niedenthal et al., 2011:71).

Τα πολύπλοκα συναισθήματα είναι αυτά που για να εμφανιστούν πλήρως ανεπτυγμένα, είναι αναγκαίο το άτομο να έχει αναπτύξει την αίσθηση του εαυτού και την αίσθηση της αξίας του εαυτού γι' αυτό και εμφανίζονται και εξελίσσονται μετέπειτα στην ανάπτυξη του ατόμου. Τα πολύπλοκα συναισθήματα χαρακτηρίζονται και ως αυτεπίγνωτα συναισθήματα, εξαιτίας της φύσης τους, αφού βασική τους προϋπόθεση είναι η ικανότητα του ατόμου να έχει επίγνωση του εαυτού τους και να έχει αντιληφθεί τον ίδιο ως μια διαφορετική υπόσταση σε σχέση με τον περίγυρό του, αλλά και την ικανότητα για αυτοαξιολόγηση-αυτοκριτική και κοινωνική σύγκριση. Τα αυτεπίγνωτα συναισθήματα αρχίζουν την εμφάνισή τους στη νηπιακή ηλικία και επεξεργάζονται και αναπτύσσονται περισσότερο με τη πάροδο του χρόνου. Παρατηρείται σημαντική διαφοροποίηση στον τρόπο που τα βιώνει κάθε άτομο αλλά και στον τρόπο έκφρασής τους και κατά συνέπεια δεν συσχετίζονται με τις ευρέως αναγνωρισμένες συναισθηματικές εκφράσεις του προσώπου. Κάποια από αυτά τα συναισθήματα είναι αυτά του φθόνου και της ζήλιας, συναισθήματα αυτοαξιολόγησης, όπως η ενοχή και η ντροπή, η υπερηφάνεια αλλά και η αλαζονεία (Niedenthal et al., 2011).

Μία κατηγοριοποίηση των συναισθημάτων είναι αυτή που τα διαχωρίζει σε θετικά και αρνητικά, όντας και τα δύο μέρη της ανθρώπινης οντότητας. Ο τρόπος, ο χρόνος και η ένταση της

---

<sup>2</sup> το μέρος της ψυχής που περικλείει το συναίσθημα και τη βούληση

εκδήλωσής τους διαφέρουν από άτομο σε άτομο και είναι και ανάλογα με την κάθε περίπτωση, τα βιώματα και τα ερεθίσματα που έχει λάβει (Δημόπουλος, 2007).

Άλλη κατηγοριοποίηση είναι αυτή που τα χαρακτηρίζει είτε με τη λειτουργικότητά τους είτε με τη δυσλειτουργικότητα. Τα αρνητικά συναισθήματα είναι πιο δυσλειτουργικά για το άτομο σε σύγκριση με τα θετικά, παρόλο που έχουν περισσότερη ερευνητική προσοχή γιατί είναι άμεσα συνδεδεμένα με διάφορα συμπεριφορικά, σωματικά ή ψυχικά προβλήματα. Αν και τα θετικά συναισθήματα έχουν ερευνηθεί λιγότερο από τα αρνητικά, έχει φανεί ότι επεκτείνουν τη σκέψη και την προσοχή του ατόμου, εμπλουτίζουν τη δράση και τη δημιουργικότητά του, παίζουν σημαντικό ρόλο στην επίλυση προβλημάτων με πιο αποτελεσματικό τρόπο, ενώ καταστέλλουν τα αρνητικά συναισθήματα και τις αρνητικές σκέψεις εξισορροπώντας και προστατεύοντας τόσο τον οργανισμό όσο και την ψυχική υγεία του ατόμου (Niedenthal et al., 2011).

### 3.2 Θεωρίες Συναισθήματος

Οι τέσσερις πιο σημαντικές θεωρίες του συναισθήματος είναι η θεωρία του James-Lange, η θεωρία του Cannon-Bard, η θεωρία του Schachter-Singer και η θεωρία του αντίθετου συναισθήματος.

Η πρώτη θεωρία είναι και η πιο παλιά από τις τέσσερις και είναι γνωστή ως η θεωρία James-Lange. Η θεωρία αυτή προήλθε από δύο θεωρητικούς, τον William James (1884) και τον Carl Lange (1887). Αυτή η θεωρία ισχυρίζεται ότι το συναίσθημα της συγκίνησης δεν προκαλείται άμεσα από την αντίληψη ενός γεγονότος αλλά, πιο πιθανό, να προκαλείται από τη σωματική αντίδραση που προήλθε από το γεγονός αυτό. Δηλαδή, προκειμένου το άτομο να βιώσει το συναίσθημα, πρέπει πρώτα να βιώσει τη σωματική αντίδραση (όπως η ταχυκαρδία, η γρήγορη αναπνοή) που αντιστοιχεί στο εκάστοτε συναίσθημα. Μόλις βιωθεί η σωματική αντίδραση, τότε νιώθουμε το συναίσθημα (Cannon, 1927: 39).

Η δεύτερη θεωρία είναι γνωστή ως η θεωρία των Cannon-Bard. Ξεκίνησε με το έργο του Walter Cannon ο οποίος πίστευε ότι η θεωρία των James-Lange ήταν λανθασμένη για διάφορους λόγους. Έτσι, στα πειράματά του, βρήκε ότι σε ορισμένα ζώα, όπως οι γάτες, η συγκίνηση συμβαίνει ακόμα και αν ο εγκέφαλος “αποσυνδέεται” από τις πληροφορίες για τις σωματικές αντιδράσεις. Υποστήριξε, ακόμα, ότι οι σωματικές αντιδράσεις συνοδεύουν πολλά διαφορετικά συναισθήματα όπως για παράδειγμα, όταν η καρδιά χτυπάει πολύ γρήγορα, αυτό μπορεί να σημαίνει ότι το άτομο είναι θυμωμένο αλλά μπορεί επίσης να σημαίνει ότι είναι ενθουσιασμένο (κυρίως με θετικό τρόπο). Συμπεραίνει ότι, ο εγκέφαλός μας δεν μπορεί να στηριχθεί μονό στις σωματικές αντιδράσεις μας για να αναγνωρίζουμε ποιά είναι τα συναισθήματα που βιώνουμε (πρέπει δηλαδή να υπάρχει και κάτι συμπληρωματικό που να αποδεικνύει ότι είμαστε είτε θυμωμένοι είτε ενθουσιασμένοι, αντίστοιχα) (Cannon, 1927: 106-124).

Αρκετά χρόνια μετά, δύο ψυχολόγοι, οι Stanley Schachter και Jerome Singer ανέπτυξαν μια άλλη θεωρία. Η θεωρία τους είναι γνωστή ως Schachter-Singer και υποστηρίζει ότι ο άνθρωπος όταν βιώνει ένα συναίσθημα απαιτεί τόσο τη σωματική αντίδραση όσο και την επεξήγηση της σωματικής αντίδρασης ανάλογα με την ιδιαιτερότητα της κατάστασης που βρίσκεται το άτομο, δηλαδή ακόμα και αν η σωματική αντίδραση είναι η ίδια, το βίωμα είναι πολύ διαφορετικό αφού εξαρτάται από το είδος της εκάστοτε κατάστασης (Schachter & Singer, 1962: 69, 5, 379-399).

Η τέταρτη είναι η θεωρία του αντίθετου συναισθήματος την οποία πρότειναν δύο ψυχολόγοι που ονομάζοντα Richard Solomon και John Corbit. Η θεωρία αυτή είναι ένα τελείως διαφορετικό είδος θεωρίας και ερμηνεύει τη συνολική εμπειρία των συναισθημάτων σε σχέση με τις αντιθέσεις τους. Οι Solomon και Corbit αποδεικνύουν ότι η εμπειρία ενός συναισθήματος προκαλεί διακυμάνσεις στην κατάσταση του σώματος ισορροπίας και ότι τα βασικά συναισθήματα συνυπάρχουν με τα αντίθετά τους (Solomon & Corbit, 1974: 119-145). Για παράδειγμα, το αντίθετο της κατάθλιψης είναι η αγαλλίαση-ηρεμία, το αντίθετο της ευχαρίστησης είναι ο πόνος, το αντίθετο του φόβου είναι η ανακούφιση, κ.ο.κ. Όταν βιώνεται ένα συναίσθημα τότε καταστέλλεται το αντίθετο συναίσθημα και έτσι όταν η πρώτη συγκίνηση αρχίσει να υποχωρεί τότε υπάρχει η εμπειρία του αντίθετου συναισθήματος εξισορροπώντας και τα δύο. Η ευχαρίστηση, λόγου χάρη, που συνδέεται με τη λήψη ενός ναρκωτικού κάνει το άτομο να νιώθει τις επίπονες συνέπειες μετά την επήρεια του φαρμάκου. Έτσι, οι τοξικομανείς παίρνουν μεγαλύτερη δόση αμέσως για να ξεφύγουν από τις συνέπειες που ακολουθούν, οπότε δημιουργείται ένας φαύλος κύκλος μέσα από τη σύνδεση των αντίθετων συναισθημάτων.



### 3.3 Θεωρία του Συναισθηματικού Δεσμού

Η θεωρία του συναισθηματικού δεσμού είναι ένα ψυχολογικό μοντέλο που σκοπός του είναι να περιγράψει τη δυναμική των μακροπρόθεσμων διαπροσωπικών σχέσεων μεταξύ των ανθρώπων. Όμως, η θεωρία της προσκόλλησης δεν έχει αποδειχθεί ότι είναι η γενική θεωρία των σχέσεων και ότι απλά αναφέρεται σε μόνο μια συγκεκριμένη πλευρά, ότι δηλαδή ο άνθρωπος αλληλεπιδρά και αντιδρά εντός των σχέσεων που αναπτύσσει και πως διαχωρίζεται από τους πιο αγαπημένους (Waters et al, 2011: 80-84). Ουσιαστικά, η προσκόλληση είναι άμεσα συνδεδεμένη από την ικανότητα του ατόμου να αναπτύξει ουσιαστική εμπιστοσύνη σε εκείνους που είναι γύρω του και το φροντίζουν αλλά και στον ίδιο του τον εαυτό ώστε να επιβιώσει από κινδύνους που μπορούν να προκαλέσουν ακόμα και την απώλεια της ζωής του (Landa & Duschinsky, 2013: 3). Γενικά, ένας φροντιστής, ακόμα και αν είναι ευαίσθητος, παρέχει μόνο το 50 τοις εκατό του χρόνου του και η επικοινωνία του με το άτομο είναι είτε εκτός συγχρονισμού ή είναι ακατάλληλη. Υπάρχουν φορές που οι γονείς είναι είτε κουρασμένοι είτε η προσοχή τους έχει επικεντρωθεί αλλού οπότε τέτοιου είδους αλληλεπιδράσεις έρχονται σε ρήξη αρκετά συχνά. Όμως, το βασικό χαρακτηριστικό ενός ευαίσθητου φροντιστή είναι η διαχείριση των ρήξεων και η επαναφορά της αρχικής εμπιστοσύνης (Howe, 2011).

Η προσκόλληση μεταξύ του ατόμου και του φροντιστή του υπάρχει ακόμα και αν ο τελευταίος δεν είναι ευαίσθητος και δεν ανταποκρίνεται σε κοινωνικές αλληλεπιδράσεις (Umemura et al, 2013:102-114). Αυτό επιδρά αρνητικά και έτσι τα άτομα-βρέφη δεν μπορούν να ανταπεξέλθουν σε ευαίσθητες σχέσεις-σχέσεις φροντίδας, γι' αυτό και κρίνεται απαραίτητο οι φροντιστές να διαχειρίζονται με άριστο τρόπο στο πλαίσιο που λαμβάνουν χώρα οι σχέσεις αυτές. Επίσης, κάθε πρόωρο πρότυπο προσκόλλησης, συνθέτει το γενικό σχήμα αλλά δεν καθορίζει τις προσδοκίες που αναπτύσσει το άτομο σε μετέπειτα σχέσεις (Bretherton & Munholland, 1999: 89-114).

Έχουν γίνει αντιληπτά τέσσερα διαφορετικά είδη προσκολλήσεων σε παιδιά: η ασφαλής σύνδεση, η ανήσυχη-αμφίθυμη προσκόλληση, η ανήσυχη-αποφευκτική προσκόλληση, και η αποδιοργανωμένη. Η θεωρία της προσκόλλησης έχει γίνει πλέον η κύρια θεωρία που χρησιμοποιείται για τη μελέτη της συμπεριφοράς των ατόμων από τη βρεφική ηλικία ως προς τη ψυχική τους υγεία, την αντιμετώπισή τους και τους διάφορους τομείς που σχετίζονται με τα παραπάνω.

### 3.4 Διαπροσωπικές Σχέσεις και Συναισθημα

Τα συναισθήματα αποτελούν βάση όλων των διαπροσωπικών σχέσεων καθώς βοηθούν στην επικοινωνία και τη συνολική αλληλεπίδραση μεταξύ των ανθρώπων και συμβάλλουν στην ανταλλαγή πληροφοριών που σχετίζονται με τη προέλευση των διαπροσωπικών σχέσεων (Καφέτσιος, 2005). Οι διαπροσωπικές σχέσεις ασκούν μεγάλη επιρροή στα συναισθήματα που βιώνουν όσοι συμμετέχουν σε αυτές και αντίστοιχα τα συναισθήματα επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο θα εξελιχθεί η εκάστοτε σχέση. Στις τυπικές σχέσεις είναι περιορισμένη η επένδυση και η ανταλλαγή συναισθημάτων αλλά και πληροφοριών, ενώ στις στενές διαπροσωπικές σχέσεις αυτά είναι τα κυριότερα στοιχεία τους (Παπαδάκη - Μιχαηλίδη, 1998:23-27). Σε μία σχέση βιώνονται όλα τα έντονα συναισθήματα είτε αυτά είναι θετικά είτε αρνητικά. Από τη μία, τα αρνητικά συναισθήματα, όπως αυτά του φόβου, του θυμού, συνεισφέρουν στον ανταγωνισμό των ανθρώπων και επηρεάζουν έντονα τις διαπροσωπικές σχέσεις με μεγάλη πιθανότητα να καταστραφούν. Από την άλλη πλευρά, τα θετικά συναισθήματα όπως η χαρά και η αγάπη, συμβάλλουν στην συνεργασία των ανθρώπων και έτσι αναπτύσσονται με επιτυχία οι διαπροσωπικές τους σχέσεις (Καφέτσιος, 2005:32-66). Σίγουρα, όταν εκφράζονται έντονα συναισθήματα, επιβάλεται συνεργασία και ειλικρίνεια από τα άτομα που αποτελούν τη σχέση, με στόχο την καλύτερη και αμοιβαία κατανόησή τους (Stevens, 2007: 362-373). Το μοίρασμα των συναισθημάτων που βιώνουν οι άνθρωποι και η κοινοποίηση αυτών επιδρά θετικά τόσο στη ψυχολογική υγεία αλλά και στη σωματική. Η έκφραση των προσωπικών βιωμάτων όσον αφορά τα συναισθήματα αυξάνει την εμπιστοσύνη προς τους άλλους καθώς ενισχύει τις διαπροσωπικές σχέσεις. Οι άνθρωποι συνηθίζουν να κοινοποιούν γρήγορα και να συζητούν περισσότερο τα πιο έντονα συναισθήματα, εξάλλου είναι από τη φύση τους πρόθυμοι να επικοινωνήσουν σε άλλους τα συναισθήματά τους, ειδικά όταν αυτά είναι αρνητικά. Αυτό συμβαίνει επειδή νιώθουν την ανάγκη να αισθανθούν καλύτερα και να κατανοήσουν όσα συμβαίνουν την εκάστοτε στιγμή για να προσαρμοστούν σε αυτά (Niedenthal et al., 2011). Τα συναισθήματα που βιώνουν και εξωτερικεύουν οι άνθρωποι μπορούν εύκολα να μεταδοθούν στους άλλους ακόμη και όταν οι άλλοι

δεν έχουν αντίστοιχα βιώματα ή συναισθήματα (Niedenthal et al., 2011: 417–433). Ωστόσο, κάθε αρνητική κατάσταση, ειδικά όταν αυτή επικεντρώνεται στον εαυτό, εμποδίζει το άλλο άτομο να μπει στη θέση των άλλων και να ταυτιστεί με τα συναισθήματά τους.

### 3.5 Ανάπτυξη συναισθημάτων στο Διαδίκτυο

Η επικοινωνία των συναισθημάτων αποτελείται από την αναγνώριση ύπαρξης αυτών, την έκφραση και την κοινοποίηση των συναισθημάτων μεταξύ δύο ή περισσότερων ατόμων. Είναι ευρέως γνωστό ότι η επικοινωνία των συναισθημάτων είναι ιδιαίτερα δύσκολη μέσω του υπολογιστή παρά στην επαφή πρόσωπο-με-πρόσωπο, όμως κάτι τέτοιο δεν ισχύει. Αντίθετα, έχει διαπιστωθεί ότι οι δύο κατηγορίες διαπροσωπικής επικοινωνίας έχουν πολλά κοινά. Όσον αφορά τις πιθανές διαφορές τους, υποστηρίζεται ότι η ανάπτυξη διαπροσωπικών σχέσεων είναι καλύτερη εντός του Διαδικτύου, αφού η έκφραση συναισθημάτων είναι συχνότερη από ότι στην πρόσωπο με πρόσωπο συναναστροφή (Derks, Fischer & Bos, 2008: 24). Οι άνθρωποι τείνουν να εκφράζουν τα θετικά συναισθήματα πιο εύκολα στη “πραγματική” διαπροσωπική επικοινωνία, ενώ τα αρνητικά συναισθήματα ευκολότερα στη διαδικτυακή επικοινωνία. Αυτό συμβαίνει επειδή στο Διαδίκτυο προσφέρεται η δυνατότητα ανωνυμίας και αποχώρησης από τον Κυβερνοχώρο οποιαδήποτε δεδομένη στιγμή. Οι Blumer και Doering (2012), σε έρευνα που πραγματοποίησαν, μελέτησαν κατά πόσο μεταβάλλεται η συμπεριφορά και το συναίσθημα των χρηστών κατά τη διάρκεια της χρήσης του ηλεκτρονικού υπολογιστή και του Διαδικτύου και συμπέραναν ότι όσοι συμμετείχαν στην έρευνα ήταν πιο συναισθηματικά σταθεροί όσο ήταν συνδεδεμένοι στο Διαδίκτυο παρά στην “πραγματικότητα”. (<http://www.nicola-doering.de/wp-content/uploads/2014/08/Blumer-Döring-2012-Are-we-the-same-online.pdf>)

Παρόλο που η μη λεκτική επικοινωνία είναι περισσότερο χαρακτηριστικό της προφορικής επικοινωνίας, εμφανίζεται και στο Διαδίκτυο ως μία μορφή «ηλεκτρονικής παραγλώσσας», μέσα από μία ποικιλία συμβόλων και εικόνων. Τα σύμβολα αυτά, ως επί το πλείστον, είναι μικρά εικονίδια που απεικονίζουν συναισθηματικές εκφράσεις, γνωστά και ως “emojicons”. Όσο οι χρήστες του Κυβερνοχώρου επικοινωνούν μεταξύ τους, για να εκφράσουν τα συναισθήματά τους πιο έντονα χρησιμοποιούν καταγισμό emoji (Κούρτη, 2003).

Μετά από έρευνα που πραγματοποιήθηκε από τους Huang, Yen και Zhang (2008:466–473), αποδείχτηκε ότι όσοι χρησιμοποιούν «emojis», τα θεωρούν χρήσιμα αντικείμενα για την επικοινωνία τους διότι πιστεύουν ότι έτσι εμπλουτίζεται ο λόγος τους. Έτσι, συνηθίζουν να τα χρησιμοποιούν όχι μόνο επειδή κάνουν πιο απολαυστική την επικοινωνία τους αλλά και επειδή τα θεωρούν αναπόσπαστο κομμάτι αυτής. Τα emojis χρησιμοποιούνται περισσότερο σε συζητήσεις που έχουν πιο συναισθηματική χροιά και πραγματοποιούνται ανάμεσα σε πιο οικεία πρόσωπα. Περισσότερα θετικά emojis χρησιμοποιούνται όταν η συζήτηση είναι θετική και μέσα από αυτή εκφράζονται θετικά συναισθήματα. Το ίδιο ισχύει και για τα αρνητικά emojis (Derks, Bos & Grumbkow, 2007: 842–849).

## 4: ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

### 4.1 Διαδίκτυο

Το *Διαδίκτυο* είναι η πιο σύγχρονη σε μια σειρά από τεχνολογικές καινοτομίες στην διαπροσωπική επικοινωνία των ανθρώπων (Bargh & McKenna, 2004). Καλύπτει μεγάλο εύρος περιοχών καθώς είτε εντάσσεται στην ίδια χώρα είτε επεκτείνεται μεταξύ ποικίλων διαφορετικών χωρών. «Κυβερνοκόσμος», «Ίντερνετ», «ηλεκτρονικός ιστός» και «εικονικός χώρος» είναι μερικοί από τους όρους που χρησιμοποιούνται ευρέως για να περιγράψουν το φαινόμενο του Διαδικτύου (Κούρτη, 2003, Wallace, 2001).

Στην απαρχή της δημιουργίας του, το *Διαδίκτυο* εξυπηρετούσε αποκλειστικά στρατιωτικούς σκοπούς, ενώ αργότερα δόθηκε πρόσβαση σε πανεπιστήμια, μέχρι που εμπλουτίστηκε με διάφορα λειτουργικά συστήματα και η χρήση του εξαπλώθηκε ραγδαία σε παγκόσμιο επίπεδο (Σαπουνίδης & Τσιραντωνάκης, 2004). Είναι γεγονός ότι σήμερα έχει διεισδύσει αισθητά στην καθημερινότητα του σύγχρονου ατόμου και έχει ύψιστη επιρροή στην δραστηριότητά του. Πλέον, αποτελεί το μεγαλύτερο δίκτυο, το οποίο απαρτίζεται από ηλεκτρονικούς υπολογιστές και επιμέρους δίκτυα υπολογιστών, που συνδέονται μεταξύ τους μέσω ενός κοινού πρωτοκόλλου μεταφοράς δεδομένων, παρόλο που μπορεί να χρησιμοποιούν διαφορετικές τεχνολογίες ή λογισμικό (Αναστασόπουλος & Σκόρδας, 2001). Το *Διαδίκτυο* είναι πραγματικά ένα εργαλείο που βοηθά μικρής και μεγάλης ηλικίας χρήστες να βρεθούν σε έναν απέραντο εικονικό χώρο γεμάτο εκατομμύρια πληροφορίες.

Μεταξύ των υπηρεσιών που προσφέρει το *Διαδίκτυο*, είναι η χρήση του Παγκόσμιου Ιστού (World Wide Web, WWW). Οι χρήστες του *Διαδικτύου*, έτσι, έχουν τη δυνατότητα να περιηγηθούν εύκολα, σε μία βάση χιλιάδων πληροφοριών, να αποστείλουν και να λάβουν δεδομένα, να χρησιμοποιήσουν ηλεκτρονική αλληλογραφία κ.ο.κ. (Leiner, 2003, Σαπουνίδης & Τσιραντωνάκης, 2004). Επί παραδείγματι, με τη συνεχή εξέλιξη των νέων τεχνολογιών, οι χρήστες του Διαδικτύου είναι πια σε θέση να πραγματοποιούν ηλεκτρονικές αγορές, παντός είδους συναλλαγές και να ασχολούνται με την εκπαίδευση και την εργασία εξ αποστάσεως. Έτσι, το *Διαδίκτυο* πλέον χρησιμοποιείται για την επικοινωνία, την ψυχαγωγία, την εκπαίδευση, την έρευνα και μυριάδες επιχειρηματικές συναλλαγές (Torral, Rocío Martínez-Torres, Barrero & Cortés, 2009, Warden, Phillips & Oglhoff, 2004). Μέσα από διάφορες σελίδες κοινωνικής δικτύωσης προσφέρονται ευκαιρίες στα άτομα να παρουσιάσουν τους εαυτούς τους και τις δραστηριότητές τους σε ένα παγκόσμιο ακροατήριο. Έτσι, η πλειοψηφία των χρηστών του *Διαδικτύου* δημιουργεί προσωπικά προφίλ, πολλές φορές σε περισσότερες από μία σελίδες κοινωνικής δικτύωσης και παρουσιάζουν στοιχεία της προσωπικότητας, της εκπαίδευσης και της δουλειάς τους (Buknova, 2012).

Η γλώσσα που επικρατεί για την επικοινωνία στο Ίντερνετ είναι η Αγγλική κυρίως λόγω της προέλευσής του (ΗΠΑ), της χρήσης της Αγγλικής γλώσσας στον προγραμματισμό λογισμικού και της αδυναμίας των πρώτων υπολογιστών να χρησιμοποιήσουν άλλους χαρακτήρες πέρα από το λατινικό αλφάβητο. Όμως, σταδιακά το Διαδίκτυο έγινε όλο και πιο πολύγλωσσο. Οι απόψεις που βασίζονται στο πόσο το Διαδίκτυο στηρίζει και προωθεί τη διαπολιτισμική επικοινωνία είναι αμφιλεγόμενες. Ενώ από τη μια πλευρά, μπορεί να προωθήσει την διαπολιτισμική επικοινωνία, καθώς οι χρήστες μοιράζονται μεταξύ τους στοιχεία πολιτισμού κατά την επικοινωνία τους, από την άλλη πλευρά, ίσως κρύβει σκοτεινές πλευρές.

#### 4.1.1 Εθισμός στο Διαδίκτυο

Υπάρχει, όπως προαναφέραμε, η αόρατη και κρυφή πλευρά που караδοκεί κάτω από το παραδοσιακό Διαδίκτυο που σερφάρουμε καθημερινά. Στην πραγματικότητα, το “ορατό” και προσβάσιμο μέρος του Διαδικτύου που μπορούμε να έχουμε πρόσβαση μέσω των δημοφιλών μηχανών αναζήτησης είναι μόνο το ένα μέρος του Διαδικτύου. Το κρυμμένο Διαδίκτυο είναι το περιεχόμενο που δεν είναι τόσο εύκολα προσβάσιμο, γνωστό και ως DEEPNET (ή αλλιώς darknet, ή Deep Web ή Hidden Web). Το περιεχόμενό του αποτελείται από ιστοσελίδες που δεν υπάρχουν και δεν ανακαλύπτονται από τις μηχανές αναζήτησης και πρόσβαση σε αυτές έχουν μόνο περιορισμένος αριθμός ανθρώπων (<http://www.freesymbolforum.com/index.php?topic=4151.0;wap2>).

Αναμφίβολα, το Διαδίκτυο δε θα έπρεπε να γίνεται αντιληπτό ως μια αρνητική πηγή, καθώς έχει συμβάλει στην αλλαγή του κόσμου που ξέραμε και η πλειοψηφία των ανθρώπων το χρησιμοποιεί καθημερινά για επαγγελματικούς, εκπαιδευτικούς και ψυχαγωγικούς σκοπούς (Davis, 2001, Yates, Gregor & Haviland, 2012). Αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας των νέων καθώς προσφέρει τεράστιο εύρος διαφορετικών υπηρεσιών και επιλογών.

Όμως, το Διαδίκτυο έχει μία ουσιαστική διαφορά από τα υπόλοιπα μέσα ενημέρωσης και ψυχαγωγίας: τη διαδραστικότητά. Είναι ένα εργαλείο, το οποίο μορφοποιεί, τόσο το στόχο του, όσο

και το χρήστη του ([http://img.ebw.gr/Content/Siomos\\_2.pdf](http://img.ebw.gr/Content/Siomos_2.pdf), 2008:4-6 ). Με όλα όσα προσφέρει σε όποιον το χρησιμοποιεί, μπορεί να γίνει τόσο ελκυστικό, ώστε να οδηγήσει σε υπερβολική απορρόφηση και ψυχαναγκαστική χρήση. Οι άνθρωποι που χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο αλόγιστα, σπαταλούν πάρα πολλές ώρες καθημερινά συνδεδεμένοι σε αυτό και με δυσκολία αποσυνδέονται (Grohol, 2009, Warden et al., 2004).

Ως αλόγιστη χρήση του *Διαδικτύου* ορίζεται η παρορμητική αδυναμία ελέγχου χρήσης του, της οποίας η στέρηση προκαλεί ευερέθιστη συμπεριφορά και οδηγεί σε αισθήματα άγχους, πίεσης και συμπεριφορές δυσλειτουργίας σε δραστηριότητες της καθημερινότητας (Κουρκούτας, 2016, <http://www.help-line.gr>).

Ο εθισμός στο *Διαδίκτυο* ερευνήθηκε για πρώτη φορά το 1996. Στη μελέτη εξετάστηκαν 600 περιπτώσεις βαριών χρηστών του Internet, για τα τότε δεδομένα, που φάνηκε ότι παρουσίαζαν κάποια στοιχεία εθισμού. Έκτοτε πολλές έρευνες προσπάθησαν να προσεγγίσουν τον εθισμό στο Διαδίκτυο και εξέταζαν πρότυπα συμπεριφοράς που διέκριναν την τυπική από την εθιστική χρήση του Διαδικτύου (Κιλαμπέρια, 2016).

### **Τυπική χρήση Διαδικτύου**

Η τυπική χρήση του *Διαδικτύου* είναι η καλοπροαίρετη χρήση που πραγματοποιείται είτε για εκπαιδευτικούς και επαγγελματικούς λόγους είτε και για λόγους ψυχαγωγίας. Η χρήση του *Διαδικτύου* αρχίζει να γίνεται αμφιλεγόμενη όταν το άτομο αρχίζει να θυσιάζει θετικές πλευρές της ζωής στο βωμό της συνεχούς ενασχόλησης με το *Διαδίκτυο* με αποτέλεσμα η προαναφερόμενη χρήση να μετατρέπεται σε αυτοσκοπό (Σιώμος, Σφακιανάκης & Φλώρος, 2012:3).

### **Εθιστική χρήση Διαδικτύου**

Η εθιστική χρήση του Διαδικτύου είναι μέρος του τεχνολογικού εθισμού και αφορά το σύνολο συμπεριφορικών εθισμών που προέρχονται από την αλληλεπίδραση του ατόμου με μηχανήματα, όπως η τηλεόραση ή ο ηλεκτρονικός υπολογιστής. Τα άτομα που παρουσιάζουν τέτοιου είδους εθισμούς, εμφανίζουν συμπτώματα όπως συνεχή ενασχόληση με το εθιστικό προϊόν, σύγκρουση με τον περίγυρό τους, αλλαγή διάθεσης, ανοχή αλλά και απόσυρση (Σφακιανάκης et al., 2012, Widyanto & Griffiths, 2006, Yates et al., 2012). Η Μάτσα (2009) αναφέρει ότι τέσσερις παράγοντες παίζουν καθοριστικό ρόλο για τη διάγνωση της εξάρτησης από το Διαδίκτυο: η κοινωνική απομόνωση των ατόμων και οι δυσκολίες που αυτή συνεπάγεται, η παρορμητική διαχείριση του χρόνου, η οργανωτική-τελετουργική χρήση του Διαδικτύου και η παραμέληση από το χρήστη των πραγματικών αναγκών του. Όσοι τείνουν προς τον εθισμό στο Διαδίκτυο, ασχολούνται συνέχεια με αυτό μιας και αποτελεί δραστηριότητα μείζονος σημασίας για τη ζωή τους. (Μάτσα Κ. (2009: 79-81). Επιπρόσθετα, όσοι χρησιμοποιούν αλόγιστα το Διαδίκτυο, έχουν παρατηρήσει μεταβολές στη διάθεσή τους και στη συνολική ψυχοσύνθεσή τους, παρουσιάζοντας έντονη ευφορία, διέγερση ή/και ηρεμία. Όταν οι αλλαγές αυτές πάψουν να υφίστανται ή να μειώνονται, τότε ο χρήστης καταβάλλεται από δυσάρεστα συναισθήματα, ακόμα και σωματικές επιπτώσεις. Ο Treuer (2001) διαπίστωσε ότι το 92% των ατόμων που ήταν εθισμένα στο Διαδίκτυο θεωρούσε ότι ο κόσμος είναι πληκτικός και κενός χωρίς αυτό και το 77% ανέφερε ότι είχε ημερήσιες φαντασιώσεις, όσον αφορά το Διαδίκτυο (Σιώμος, 2008).

Οι επιστήμονες δεν έχουν καταλήξει σε έναν κοινό ορισμό που να περιγράφει την κατάχρηση του Διαδικτύου. Έτσι, οι όροι που χρησιμοποιούνται για να περιγράψουν την έννοια του εθισμού στο Διαδίκτυο, είναι η «Διαταραχή Εθισμού στο Διαδίκτυο» ή «Παθολογική / Προβληματική / Υπερβολική / Καταναγκαστική Χρήση του Διαδικτύου» (Beard & Wolf, 2001, Widyanto & Griffiths, 2006), «Παθολογική Χρήση του Διαδικτύου» (Morahan-Martin & Schumacher, 2000, Yellowlees & Marks, 2005), «Εθισμός στον Κυβερνοχώρο», «Εθισμός Σύνδεσης στο Διαδίκτυο», «Εθισμός στο Διαδίκτυο», «Διαταραχή Διαδικτυακού Εθισμού » και τέλος, «Υψηλή Εξάρτηση από το Διαδίκτυο» (Czincz & Hechanova, 2009, Douglas et al., 2008, Σφακιανάκης et al., 2012).

Ο όρος «εξάρτηση από το Διαδίκτυο» χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά το 1996 στο Τορόντο του Καναδά όταν η αμερικανίδα ψυχολόγος Kimberley Young παρουσίασε την εργασία της με τίτλο «Internet Addiction : the emergence of a new Clinical disorder». Προτάθηκε ως όρος πρώτη φορά από τον Goldberg (1996) και έγινε δημοφιλής με την καινοτόμο έρευνα της Young (1998) (Mitchell, 2000) (<http://internetaddiction18ano.wordpress.com/>). Η Young (1998) όρισε τον εθισμό στο Διαδίκτυο ως μια ψυχαναγκαστική κατάχρηση που ακολουθείται από κυκλοθυμική συμπεριφορά και οξυθυμία όταν υπάρχει στέρηση από τη χρήση του. Σύμφωνα με την ίδια, η αλόγιστη χρήση του Διαδικτύου είναι περισσότερο μια διαταραχή συμπεριφοράς ελέγχου (μπορούμε να τη θεωρήσουμε και παρόρμηση), ενώ αν κάποιος χρήστης του Διαδικτύου είναι εθισμένος ή μη, αυτό εξαρτάται τόσο από το σύνολο των ωρών που αφιερώνει στο Διαδίκτυο όσο και από τον τρόπο που

σπαταλάει αυτές τις ώρες που είναι συνδεδεμένος (Young, 1998). Στηριζόμενη στα κριτήρια του DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995) για την εθιστική εμπλοκή σε τυχερά παιχνίδια, πρότεινε ένα σύνολο κριτηρίων για τη διάγνωση της εξάρτησης στο Διαδίκτυο. Τόνισε, έτσι, ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα συμπεριφορών και δυσκολιών ελέγχου του ατόμου, όπου συγκαταλέγονται οι εμμονές με διαδικτυακές συναλλαγές, ο εθισμός στο διαδικτυακό σεξ και τις διαδικτυακές σχέσεις, με ψυχαναγκαστική συμμετοχή σε ομάδες συζητήσεων και ανταλλαγή άμεσων μηνυμάτων, η υπερβολική αναζήτηση πληροφοριών και η εμμονή στα διαδικτυακά παιχνίδια (Young, 2009).

Η εξάρτηση στο Διαδίκτυο ως διαταραχή παρουσιάζει μια μοναδικότητα ως προς τη φύση και τα χαρακτηριστικά της, και ίσως να μπορούσε να ενταχθεί στην κατηγορία διαταραχών εξαρτήσεων ή διαταραχών ελέγχου παρορμήσεων (Christakis, 2010, Hinić, 2011, Shapira et al., 2003, Warden et al., 2004). Αξίζει να σημειώσουμε ότι (η εξάρτηση στο Διαδίκτυο) έχει άμεση σύνδεση με την ψυχική υγεία του ατόμου, ενώ θεωρείται ότι εμφανίζει συνύπαρξη με άλλες ψυχικές διαταραχές, όπως κατάθλιψη, άγχος, κατάχρηση ουσιών, κοινωνική φοβία, διαταραχή ελλειμματικής προσοχής, επιθετικές συμπεριφορές, χωρίς να είναι ξεκάθαρο αν προϋπάρχει ή ακολουθεί όλα αυτά (Carlan, 2005, Christakis, 2010, Czincz & Hechanova, 2009, Ko, Yen, Liu, Huang & Yen, 2009, Σφακιανάκης et al., 2012). Τα άτομα που χαρακτηρίζονται από μεγάλη συναισθηματική αστάθεια, είναι εξαιρετικά επιρρεπή στην εθιστική χρήση του Διαδικτύου (Carlan, 2005, Hardie & Tee, 2007), συμπεριλαμβανομένων και των διαδικτυακών παιχνιδιών (Mehroof & Griffiths, 2010). Ακόμα, έχει αποδειχθεί ότι η εθιστική χρήση του Διαδικτύου, είναι πιο πιθανό να συμβεί σε νεαρούς ενήλικες, οι οποίοι υπήρξαν θύματα κακοποίησης στην παιδική τους ηλικία (Yates et al., 2012).

### **Διαφορές ως προς το φύλο**

Οι απόψεις για την ύπαρξη διαφορών μεταξύ των δύο φύλων, ανδρών και γυναικών, όσον αφορά την εθιστική χρήση του Διαδικτύου δίστανται. Υπάρχουν έρευνες που υποστηρίζουν ότι δεν υπάρχουν σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα (Liu, Desai, Krishnan-Sarin, Cavallo, & Potenza, 2011, Park, Kim & Cho, 2008, Smahel et al., 2012), αλλά οι περισσότερες (έρευνες) συμπεραίνουν ότι οι άνδρες φαίνεται να είναι περισσότερο εθισμένοι στη χρήση του Διαδικτύου (Frangos, Frangos & Kiohos, 2010, Morahan-Martin & Schumacher, 2000, Muller, Glaesmer, Braehler, Woelfling & Beutel, 2014, Serin, 2011, Yates et al., 2012, Zhang, Amos & McDowell, 2008).

### **4.2 Κοινωνικά Δίκτυα**

Η εξέλιξη της τεχνολογίας και κατ' επέκταση η εισαγωγή οποιουδήποτε νέου τεχνολογικού μέσου επηρεάζει τον τομέα της επικοινωνίας. Κάθε χρήστης ηλεκτρονικού υπολογιστή συνδεδεμένου στο Διαδίκτυο έχει τη δυνατότητα να πληροφορηθεί αλλά και να πληροφορήσει, ανταλλάσσοντας απόψεις μέσω ενός πιο συμμετοχικού διαύλου επικοινωνίας. Ήδη από την αρχή της εμφάνισής του, το Διαδίκτυο θεωρείται ένα άκρως δημοκρατικό μέσο μαζικής επικοινωνίας που καθιστά τον μέσο άνθρωπο ισχυρότερο, αφού του δίνει τη δυνατότητα πρόσβασης σε τεράστιο όγκο πληροφοριών.

Η/Ο κάθε χρήστης, με την εγγραφή της/του σε έναν ιστοχώρο κοινωνικής δικτύωσης, δημιουργεί την προσωπική της/του σελίδα, όπου μπορεί να αναρτήσει πληροφορίες για τον εαυτό της/του όπως ονοματεπώνυμο, τηλέφωνο επικοινωνίας, φωτογραφίες, βίντεο κ. ά.. Τα κοινωνικά δίκτυα, όσον αφορά την επιστήμη της Κοινωνιολογίας, είναι τα προσωπικά δίκτυα σχέσεων του κάθε ατόμου, που απαρτίζονται από ένα σύνολο ανθρώπων, οι οποίοι δε γνωρίζονται απαραίτητα μεταξύ τους, αλλά γνωρίζουν το άτομο αυτό σε διαφορετικό βαθμό και αλληλεπιδρούν μαζί του με ποικίλους τρόπους. Τα κοινωνικά δίκτυα κάποιου περιλαμβάνουν την οικογένεια, τους στενούς και λοιπούς φίλους, τους συνεργάτες, τους μακρινούς συγγενείς ακόμα και τους απλούς γνωστούς. Ο συνολικός αριθμός των κοινωνικών δικτύων ενδεχομένως να είναι πολύ μεγάλος (Miell & Dallos, 2007).

Για κάθε άτομο υπάρχουν διάφορα κοινωνικά δίκτυα. Μερικοί από τους αρχικούς λόγους που όλο και πιο πολλοί χρήστες επιλέγουν να τα χρησιμοποιούν είναι η αναζήτηση φίλων, η κοινωνική υποστήριξη, η ψυχαγωγία και η αναζήτηση πληροφοριών (Lin & Lu, 2011). Μέσω αυτών των κοινωνικών δικτύων, οι λίστες φίλων δημιουργούνται, ως επί το πλείστον, με αποστολή αιτημάτων φιλίας προς τα άτομα που αποτελούν εν δυνάμει γνωριμίες του κάθε ατόμου (Utz, 2010) (ενδέχεται να έχουν τη μορφή συνομιλίας (chat), συμμετοχής σε παιχνίδια, είτε ακόμα και ανταλλαγής σχολίων για τα «πιστεύω» τους (<http://www.help-line.gr/στυππωματα-συμβουλεσ/>)).

Στο Διαδίκτυο, όταν γίνεται λόγος για κοινωνικά δίκτυα, χρησιμοποιείται η έννοια «εικονικές κοινότητες» ή «εικονικοί χώροι» ή πιο απλά ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης. Τα διαδικτυακά κοινωνικά δίκτυα δεν έχουν γεωγραφικούς περιορισμούς, συγκροτούνται βάσει των κοινών

ενδιαφερόντων όσων τα αποτελούν (Bargh & McKenna, 2004, Κούρτη, 2003, Toral et al., 2009) και εμπειριόχουν τα δικά τους πλαίσια τυπικών και άτυπων κανόνων επικοινωνίας και συμπεριφοράς (Toral et al., 2009, Zhou, 2011). Οι χρήστες των διαδικτυακών κοινωνικών δικτύων, πιστεύουν πως η προστασία της ιδιωτικής τους ζωής είναι εξαιρετικά σημαντική, χωρίς αυτό να τους στερεί την επιθυμία να συνδεθούν σε κάποιο κοινωνικό δίκτυο και να το χρησιμοποιήσουν (Tan, Qin, Kim & Hsu, 2012, Tu, 2002). Υπάρχουν, βέβαια, αρκετοί χρήστες των κοινωνικών δικτύων, που επειδή επιθυμούν να εντυπωσιάσουν τους υπόλοιπους χρήστες, δεν προστατεύουν επαρκώς τα στοιχεία της ιδιωτικής τους ζωής. Όμως, η πλειοψηφία των χρηστών των κοινωνικών δικτύων έχει παρατηρηθεί πως προστατεύουν τουλάχιστον ορισμένα τμήματα του προφίλ τους, όπως φωτογραφίες και διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (Utz & Kramer, 2009). Επίσης, διακρίνεται πως οι γυναίκες ανησυχούν περισσότερο για την προστασία της ιδιωτικής τους ζωής από όσο οι άντρες, γι' αυτό και αποκρύπτουν περισσότερα προσωπικά στοιχεία στα κοινωνικά δίκτυα (Fogel & Nehmad, 2009). Είναι γεγονός ότι παρά τα όσα αναφέρουν οι έρευνες, μέσα σε μικρό χρονικό διάστημα (1985-2006) οι ιστότοποι κοινωνικής δικτύωσης έγιναν τα πιο δημοφιλή μέσα κοινωνικής αλληλεπίδρασης και ανταλλαγής πληροφοριών (Hughes, Rowe, Batey & Lee, 2012).

Αξίζει να επισημάνουμε ότι υπάρχουν διαδικτυακά κοινωνικά δίκτυα τα οποία παρέχουν στα μέλη τους συναισθηματική και λειτουργική υποστήριξη, ενώ συμβάλλουν επίσης στην πρόληψη και την ενημέρωση, ανταλλάσσοντας χρήσιμες πληροφορίες (Ancker et al., 2009, Bargh & McKenna, 2004, Peter, Rossmann & Keyling, 2014, Weisgerber, 2011). Τέτοιες ομάδες είναι, για παράδειγμα, οι ασθενείς συγκεκριμένων ασθενειών που πολύ συχνά συνδέονται και επικοινωνούν μεταξύ τους μέσω αντίστοιχων κοινωνικών δικτύων.

Η πλειοψηφία των χρηστών του Διαδικτύου επιθυμούν να διατηρήσουν τις υπάρχουσες σχέσεις τους (οικογενειακές και φιλικές), αλλά και να δημιουργήσουν νέες, σε ένα περιβάλλον που «πλέον θεωρείται αρκετά ασφαλές» (Κούρτη, 2003, Parks & Floyd, 1996).

#### **4.3 Κοινωνική Αλληλεπίδραση εντός και εκτός Διαδικτύου**

Είναι ευρέως γνωστό πως η πλειονότητα των ανθρώπων, σε καθημερινή βάση, αλληλεπιδρά με πληθώρα άλλων ανθρώπων (Παπαδάκη-Μιχαηλίδη, 1998). Κάθε κοινωνική αλληλεπίδραση περιλαμβάνει τον πομπό, το δέκτη, έναν κώδικα επικοινωνίας (είτε λεκτικό είτε μη λεκτικό) και ένα πλαίσιο (Miell & Dallos, 2007). Κάθε διαπροσωπική σχέση στηρίζεται στην ποιοτική και καλή επικοινωνία μεταξύ των μελών της. Γι' αυτό και αναπτύχθηκε η γλώσσα, με σκοπό την καλλιέργεια των ανθρώπινων σχέσεων, καθώς μέσα από τη συνομιλία οι άνθρωποι προσδιορίζουν και επαναπροσδιορίζουν τόσο τους εαυτούς τους όσο και τις σχέσεις τους. Τους δίνεται η ευκαιρία να προβάλουν τις προσωπικές τους εμπειρίες, τις σκέψεις και τα συναισθήματά τους (Oatley & Jenkins, 2004).

Είναι αποδεδειγμένο ότι το Διαδίκτυο, ενώ παρέχει πλήθος υπηρεσιών, χρησιμοποιείται και με σκοπό τη διαπροσωπική επικοινωνία (Wallace, 2001), που πραγματοποιείται είτε με ένα είτε με περισσότερα άτομα, που αλληλεπιδρούν μεταξύ τους είτε ατομικά είτε συνολικά σαν ομάδα. Όμως, οι τρόποι επικοινωνίας μέσω Διαδικτύου χωρίζονται σε δύο βασικές κατηγορίες: την ταυτόχρονη και την ασύγχρονη επικοινωνία. Όσον αφορά την ταυτόχρονη επικοινωνία, οι συνομιλίες πραγματοποιούνται σε πραγματικό χρόνο, δηλαδή η ανταλλαγή μηνυμάτων γίνεται διαδοχικά και άμεσα και τα άτομα είναι συνδεδεμένα ένα στο Διαδίκτυο συγχρόνως. Μερικά παραδείγματα ταυτόχρονης επικοινωνίας είναι οι «αίθουσες συνομιλιών» (chat rooms) και τα προγράμματα άμεσων ειδοποιήσεων και αποστολής μηνυμάτων. Άλλος ένας τρόπος επικοινωνίας, που θα τον κατατάσσαμε περισσότερο στην ταυτόχρονη επικοινωνία, είναι η διαδραστική-οπτικοακουστική επικοινωνία μέσω κάμερας στις διάφορες ηλεκτρονικές συσκευές. Αντίθετα, στην ασύγχρονη επικοινωνία, οι χρήστες δεν χρειάζεται να είναι ταυτόχρονα συνδεδεμένοι στο Διαδίκτυο ώστε να επικοινωνήσουν και έτσι οι ανταλλαγές μηνυμάτων γίνονται με μικρή ή μεγάλη χρονική διαφορά. Στις ασύγχρονες μορφές επικοινωνίας εντάσσονται, το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο (e-mail), ο παγκόσμιος ιστός (www), κάποια φόρουμ συζητήσεων, οι ομάδες ειδήσεων (newsgroups) (Κούρτη, 2003, Wallace, 2001).

Ακριβώς επειδή η επικοινωνία στο Διαδίκτυο δε γίνεται πρόσωπο με πρόσωπο και επιτυγχάνεται κυρίως μέσω γραφής ή ηχητικών μηνυμάτων, χαρακτηρίζεται από την απόσταση. Λόγω της έλλειψης οπτικής επαφής και της ανωνυμίας, αποτελεί μέσο διαμεσολαβημένης επικοινωνίας. Ουσιαστικά, η συνομιλία στο Διαδίκτυο συναποτελείται από ομιλία και γραφή, χωρίς να είμαστε απόλυτοι και για τα δύο. Από τη μια είναι γραφή, γιατί κάθε μήνυμα πληκτρολογείται, και από την άλλη εξαιτίας της συνεχούς ενσωμάτωσης νέων οπτικοακουστικών πολυμέσων στα επικοινωνιακά περιβάλλοντα, ο λόγος μπορεί να είναι προφορικός μέσω ηχητικών μηνυμάτων (Κούρτη, 2003). Στην περίπτωση του γραπτού λόγου, υπάρχουν εικονίδια που απεικονίζουν τις συναισθηματικές

εκφράσεις και ορίζονται ως «emoticons» ή «emojis». Μέσα από τη γραφιστική, δημιουργούνται συνεχώς καινούρια, πιο σύγχρονα και πιο ολοκληρωμένα συστήματα εικονομνημάτων, τα οποία είναι διεθνώς αναγνωρισμένα και αναπαριστούν κινήσεις του σώματος, συναισθήματα, σκέψεις ή πράξεις (Κούρτη, 2003).

Ανεξάρτητα από το σκοπό της διαδικτυακής επικοινωνίας, η μορφή της αλληλεπίδρασης σταδιακά μετατρέπεται σε δόμηση διαπροσωπικών σχέσεων. Το ύφος και το περιεχόμενο του λόγου των χρηστών, όμως, επηρεάζεται από το γεγονός ότι έχουν τη δυνατότητα να αποκρύπτουν την ταυτότητά τους, να προσποιούνται έναν πολύ διαφορετικό εαυτό ή να παραμένουν ανώνυμοι. Τα ψευδώνυμα αποτελούν την πρώτη δυνατότητα παρουσίασης του εικονικού εαυτού, πράγμα που κάνει τους χρήστες να αφιερώνουν αρκετό χρόνο στη δημιουργία του ψευδώνυμου τους και να προσπαθούν αυτό να είναι αποτέλεσμα συμβολικής αναπαράστασης του εαυτού τους. Έχει παρατηρηθεί ότι άτομα τα οποία ενδιαφέρονταν πάρα πολύ για την εντύπωση που προκαλεί η συνολική τους εικόνα προς τον υπόλοιπο ψηφιακό κόσμο, σπαταλούσαν μεγάλο χρονικό διάστημα παρατηρώντας προσωπικά προφίλ άλλων για να δουν τι είναι επιθυμητό και πιο ελκυστικό και έτσι γίνονταν πιο προσεκτικοί στο τι θα γράψουν και ποιες εικόνες θα κοινοποιήσουν, ώστε οι αντιδράσεις και τα σχόλια από τους άλλους να είναι περισσότερο θετικά (Jung, Song & Vorderer, 2012).

Από την άλλη πλευρά, ένα από τα κυριότερα στοιχεία της αλληλεπίδρασης των ανθρώπων στον πραγματικό κόσμο είναι η μη λεκτική επικοινωνία, η οποία αποτελεί συμπληρωματικό στοιχείο της λεκτικής επικοινωνίας. Ως μη λεκτική επικοινωνία θα μπορούσαμε να προσδιορίσουμε όλους τους τρόπους μετάδοσης πληροφοριών και συναισθημάτων, εκτός από αυτόν του λόγου (Αμπράζη, 2007). Χαρακτηρίζεται από μεγάλο εύρος κινήσεων και στάσεων του σώματος, χειρονομιών, εκφράσεων του προσώπου και διαβαθμίσεων του τόνου της φωνής (Κούρτη, 2003, Miell & Dallos, 2007). Μερικές από τις βασικότερες μη λεκτικές εκδηλώσεις είναι το χαμόγελο, οι εκφράσεις απέχθειας και θυμού και γίνονται εύκολα αντιληπτές ανεξαρτήτως πολιτισμού και γλώσσας (Παπαδάκη - Μιχαηλίδη, 1998). Παρ' όλα αυτά, ένα μεγάλο μέρος της μη λεκτικής εκδήλωσης συναισθημάτων καθορίζεται σε μεγάλο βαθμό από το πολιτισμικό πλαίσιο (Miell & Dallos, 2007).

Η χρήση μη λεκτικής επικοινωνίας, είναι και συνειδητή αλλά και ασυνείδητη, και αποτελεί τρόπο έκφρασης ολόκληρης της σχέσης που συνδέει τα άτομα, ούσα εντονότερη στην περίπτωση των διαπροσωπικών σχέσεων, όπου και ανταλλάσσονται βαθύτερα συναισθήματα (Miell & Dallos, 2007). Τα μη λεκτικά μηνύματα στις διαπροσωπικές σχέσεις του πραγματικού κόσμου, εκπέμπονται από τρεις πηγές. Η μία είναι η συνολική εντύπωση που δημιουργεί κάποιος στους άλλους, και περιλαμβάνει οτιδήποτε σχετίζεται με την εξωτερική του εμφάνιση, τη στάση σώματός του, τις εκφράσεις προσώπου και τις χειρονομίες του. Μία άλλη πηγή είναι τα μη λεκτικά στοιχεία του λόγου, δηλαδή οι αλλαγές που παρατηρούνται στη φωνή κατά την ομιλία, όπως αλλαγές στον τόνο, την ένταση και τη σταθερότητα της φωνής. Η τρίτη πηγή είναι οι μη λεκτικές πληροφορίες που σχετίζονται με το χώρο, αφορούν δηλαδή την αρχιτεκτονική και τη διακόσμηση του χώρου που βρίσκεται το άτομο αλλά και την συνολική αισθητική (Παπαδάκη - Μιχαηλίδη, 1998:65-67).

Στην αλληλεπίδραση που πραγματοποιείται πρόσωπο με πρόσωπο, η οπτική επαφή παίζει σημαντικό ρόλο καθώς μέσω αυτής εκπέμπονται τα συναισθήματα που βιώνει κάποιος. Στην περίπτωση της αποφυγής οπτικής επαφής, μπορεί να ευθύνονται ψυχικές διαταραχές, αλλά και να αντανakλά και την προσπάθεια του ατόμου να κρύψει τα αρνητικά του συναισθήματα (Παπαδάκη - Μιχαηλίδη, 1998:65-67).

#### **4.4 Πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα του Διαδικτύου**

Η σύνδεση του Διαδικτύου με τη θετική εικόνα της τεχνολογίας συνεισέφερε στη δημιουργία εξαιρετικά αισιόδοξων εκτιμήσεων για τις προοπτικές αλλά και τις επιδράσεις του στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων. Το πρώτο και κύριο θετικό στοιχείο, το οποίο αναγνωρίστηκε από όλους, είναι η βελτίωση του χρόνου και η ποιότητα της επικοινωνίας, με ταυτόχρονη ελάττωση του κόστους της. Πολλές από τις εργασίες που απαιτούσαν υψηλά έξοδα και μετακινήσεις τώρα εκτελούνται μέσω Διαδικτύου (Φραγκουλίδου, 2006).

Αξίζει να σημειώσουμε ότι, η αντίληψη που εισήχθη για τη σύνδεση του Διαδικτύου με τη μόρφωση και την εργασία και συνολικά με την καθημερινή ζωή του ατόμου είναι σημαντική. Το Διαδίκτυο προσφέρει 'γνώση' από εγκυκλοπαίδειες, πανεπιστημιακά βιβλία, προγράμματα επιμόρφωσης, ακαδημαϊκές ομάδες συζήτησης, πρόσβαση στις μεγαλύτερες βιβλιοθήκες του κόσμου, έως και πληροφορίες τηλεφωνικού καταλόγου κ.ο.κ. Η λειτουργία και εξέλιξη της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης και του Ανοικτού Πανεπιστημίου σε διάφορες χώρες είναι ακόμα ένα από τα επιτεύγματα της ανάπτυξης του Διαδικτύου και κέρδισαν έδαφος χάρη ακριβώς σε αυτό (Σκαρπέλος, 1999).

Υπάρχει η δυνατότητα άμεσης και γρήγορης πρόσβασης σε βιβλιοθήκες και μουσεία, καθώς και επικοινωνία με Πανεπιστήμια από όλον τον κόσμο, δυνατότητα σφαιρικής και δια βίου μόρφωσης (δηλαδή μετάδοση γνώσεων από απόσταση) και μέσω του Διαδικτύου γίνεται, εν γένει, η εφαρμογή νέων και αποδοτικών τρόπων στη μαθησιακή διαδικασία ( Λούλος, 2002).

Ο Norton (2007) υποστηρίζει πως η χρήση του Διαδικτύου προσφέρει ενημερωμένες πληροφορίες σε βάθος , μεγάλη ποικιλία, γρήγορα και συχνά σε αντίθεση με τα έντυπα βιβλία που χαρακτηρίζονται από περιορισμό όγκου πληροφοριών, μεγέθους σελίδων αλλά και περιορισμένη μορφολογική παρουσία. Ο περιορισμός αυτός, όμως, δεν ισχύει στις πληροφορίες που πηγάζουν από το Διαδίκτυο. Δίνεται η δυνατότητα στο χρήστη του Διαδικτύου να παίρνει πληροφορίες από αναγνώστες σελίδων όπως είναι οι έρευνες, ψηφοφορίες ή άλλα είδη δεδομένων καθώς και να του παρέχονται online φόρμες παραγγελίας μεγάλης ποικιλίας προϊόντων ή υπηρεσιών (Lemay, 1998). Η διανομή των πληροφοριών γίνεται και με συμμετοχή σε ομάδες συζήτησης και με τη χρήση των αναρίθμητων προγραμμάτων και πηγών πληροφοριών που διατίθενται στους χρήστες του Διαδικτύου (Μπάρδης, Νικολόπουλος & Μπράττος, 2007).

Σύμφωνα με τον Λούλο (2002), η Πληροφορική και το Διαδίκτυο καταπολεμούν το ρατσισμό και τον εθνικισμό, με τη διαμόρφωση ομάδων συζήτησης από ανθρώπους από κάθε γωνιά του πλανήτη και ταυτόχρονα έχει τη δυνατότητα μόρφωσης και εκπαίδευσης ατόμων με ειδικές ανάγκες καθώς και σε μητέρες με παιδιά μικρής ηλικίας. Επιπλέον, παρέχει υπηρεσίες υψηλότερης ποιότητας υγείας, τόσο στη διαγνωστική όσο και στην προληπτική ιατρική. Μέσα από το Διαδίκτυο δίνεται η δυνατότητα διεθνούς συνεργασίας για την καταπολέμηση του εγκλήματος.

Επιπρόσθετα, το Διαδίκτυο βοηθά στη βελτίωση της ποιότητας και αύξησης των ευκαιριών εργασίας με τη χρήση εξειδικευμένου λογισμικού στους περισσότερους επαγγελματικούς τομείς (επιχειρησιακό λογισμικό, εφαρμογές, εργαλεία). Μέσα από την Πληροφορική και το Διαδίκτυο, ανοίγονται δίοδοι για 'νέα' επαγγέλματα όπως είναι χειριστές Η/Υ, προγραμματιστές και αναλυτές. Ακόμα, το Διαδίκτυο βοηθά στην ανάπτυξη του ηλεκτρονικού εμπορίου και την κατάρτιση των γεωγραφικών περιορισμών στην εργασία καθώς με την τηλεργασία δεν απαιτείται η φυσική παρουσία των εργαζομένων στο χώρο εργασίας (Λούλος, 2002).

Στις θετικές επιδράσεις του Διαδικτύου μπορούμε να εντάξουμε, επίσης, τον αυξημένο ελεύθερο χρόνο, -που προσδίδει στα άτομα ευχέρεια ενεργειών, κινήσεων και μετακινήσεων (ταξίδια, συμμετοχή σε ψυχαγωγικές εκδηλώσεις κ.ά .)-, αλλά και επιτεύγματα όπως η παραγωγή κινουμένων σχεδίων, οι ταινίες γυρισμένες με ηλεκτρονικό υπολογιστή και η σύνθεση μουσικής. Επίσης, όσον αφορά το χώρο της επικοινωνίας, η χρήση του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου αλλάζει τόσο τα δεδομένα της σύγχρονης επικοινωνίας όσο και τη συνολική λογική της. Η μετάδοση του μηνύματος είναι γρήγορη και σίγουρη αφού έχει αντικαταστήσει τους παραδοσιακούς τρόπους επικοινωνίας, κυρίως στα πιο δυναμικά τμήματα της σύγχρονης κοινωνίας όπως είναι οι επιστήμονες, οι ερευνητές και τα υψηλά στελέχη των επιχειρήσεων (Λούλος, 2002).

Βέβαια, παρά την όλη αισιοδοξία που επικρατεί για το Διαδίκτυο και την προσφορά του, υπάρχουν έντονες τεχνοφοβικές και πιο συγκρατημένες αντιδράσεις που δημιουργούν ένα κλίμα προβληματισμού και δυσπιστίας απέναντί του (Φραγκουλίδου, 2006). Θα μπορούσαμε να συνοψίσουμε όλες τις αρνητικές αυτές κριτικές σε δύο κατηγορίες: τις φωνές που διαμαρτύρονται για το νέο τύπο κοινωνικού αποκλεισμού και εκείνους που υποστηρίζουν ότι ο «εικονικός κόσμος» του Κυβερνοχώρου είναι μη ανθρώπινος (inhumane), αλλοιώνει το υποκείμενο, το απομακρύνει από τα πραγματικά προβλήματα, από τις προσωπικές και συλλογικές διεκδικήσεις και τείνει σε ατομικές ενασχολήσεις που το απομονώνουν από τις παραδοσιακές σχέσεις (Φραγκουλίδου, 2006:34). Ταυτόχρονα, ελλοχεύει ο κίνδυνος της παραβατικότητας και της αποδυνάμωσης των ηθικών αξιών γιατί το άτομο μπορεί ευκολότερα, λόγω της ανωνυμίας, να λειτουργήσει σε βάρος των άλλων και υπέρ του «εγώ» του (Φραγκουλίδου, 2006).

Η αμέτρητη ποσότητα των πληροφοριών, σε συνδυασμό με τη μεγάλη ταχύτητα ροής, μειώνουν τη δυνατότητα επεξεργασίας των ερεθισμάτων που δέχεται ο χρήστης με αποτέλεσμα να τον καθιστούν περισσότερο ευάλωτο απ' ό, τι παλιότερα. Ο όρος που περιγράφει αυτό το φαινόμενο είναι «Υπερεκχείλιση πληροφοριών» (Χτούρης, 2004:31). Ένας άλλος κίνδυνος είναι ο εθισμός των χρηστών στη γρήγορη εναλλαγή ερεθισμάτων, με αποτέλεσμα οι τελευταίοι να αναζητούν συνεχώς νέα και έντονα οπτικά ερεθίσματα χωρίς να ενδιαφέρονται ουσιαστικά για την επεξεργασία τους. Η άμεση ικανοποίηση είναι πλέον το ζητούμενο και η αναζήτησή της θεωρείται βασική ανάγκη, ενώ η αξία της σύνθετης και πολυεπίπεδης έρευνας και κατανόησης δείχνει να υποβαθμίζεται σημαντικά (Crary 1995 στην Φραγκουλίδου, 2006).

Ο Λούλος (2002) αναφέρει ότι το Διαδίκτυο επιδρά αρνητικά τόσο στον κοινωνικό όσο και στον οικονομικό, πολιτισμικό, πολιτικό και ψυχαγωγικό τομέα. Στον κοινωνικό τομέα είναι η δυνατότητα πρόσβασης σε προσωπικά δεδομένα που λόγω έλλειψης ενημερότητας από τα στελέχη των βαθμίδων της διοίκησης δεν διαφυλάσσονται. Επίσης, υπάρχει περιορισμός στην κοινωνικότητα



του ατόμου, λόγω της δυνατότητας για τηλεργασία, τηλεκπαίδευση, τηλεξυπηρέτηση. Σε αυτό τον τομέα περιλαμβάνεται και η «παραγωγή» νέων μορφών εγκληματικότητας αφού υπάρχει πρόσβαση και παραποίηση δεδομένων . Χαρακτηριστικό παράδειγμα, θα λέγαμε , είναι η πορνογραφία και το οργανωμένο έγκλημα σε βάρος ανήλικων, κυρίως, χρηστών (Οικονομάκου, 2005:34-40).

Σε πολιτικό επίπεδο, συγκεντρώνονται προσωπικά στοιχεία από ποικίλες βάσεις δεδομένων τα οποία μπορούν να χρησιμοποιηθούν εναντίον των ατόμων, κι έτσι γεννάται ζήτημα κατάργησης κάθε προσωπικής ελευθερίας. Αυτό, κυρίως, συμβαίνει εξαιτίας της ύπαρξης κενού στη νομοθεσία για προστασία των πολιτών από τη, χωρίς κρίση, χρήση των αρχείων που τους αφορούν (Λούλος, 2002).

Καταληκτικά, η περίπτωση του Διαδικτύου παρουσιάζεται πιο ανησυχητική σε σχέση με παλαιότερα, αφού η συνεχής ροή δεδομένων δημιουργεί με μεγαλύτερη ευκολία ένα μοντέλο εικονικής πραγματικότητας που αναδεικνύεται ως ισχυρότερο και πιο πειστικό από την ίδια την πραγματικότητα, ενώ παράλληλα οι ρεαλιστικές ανθρώπινες σχέσεις και η πρόσωπο με πρόσωπο επικοινωνία φαίνεται να αποδυναμώνονται (Φραγκουλίδου, 2006:36).

## 5. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Στόχος αυτής της έρευνας ήταν να προσεγγίσουμε τους όρους που αφορούν τις σχέσεις –και το ‘γίνεσθαι’ των σχέσεων αυτών- και τα συναισθήματα, που δομούνται και αναπτύσσονται από νεαρούς ανθρώπους (18-25 ετών), τόσο στην εικονική πραγματικότητα (διαδίκτυο) όσο και στην πραγματική ζωή. Αρχικά, προσπαθήσαμε να παρουσιάσουμε τα στάδια από τα οποία περνούν οι διάφορες διαπροσωπικές σχέσεις και τις μορφές στις οποίες διακρίνονται (Αποστολόπουλος, Γεωργιτσογιάννη, Κανέλλου, Σαΐτη, Σδράλη, Τριάδη, βιβλίο Οικακής Οικονομίας Α Γυμνασίου, 2014). Στη συνέχεια, προσπαθήσαμε να αποδώσουμε πτυχές της ψυχοπαθολογίας (παραθέτοντας ορισμένους ορισμούς που την αφορούν) και το ρόλο της στη χρήση του Διαδικτύου. Έπειτα, επιχειρήσαμε να αποδόσουμε τον ορισμό του συναισθήματος και μελετήσαμε ποικίλες θεωρίες περί αυτού. Έτσι, προβήκαμε στη σύνδεση που παρατηρείται μεταξύ διαπροσωπικών σχέσεων και συναισθημάτων (Καφετσιός, 2005). Ύστερα, επικεντρωθήκαμε στο να αποδόσουμε την έννοια του διαδικτύου και τον τρόπο με τον οποίο οδηγούμαστε στο φαινόμενο της διαδικτυακής εξάρτησης. Προτροπή για τη διεξαγωγή της παρούσας έρευνας, όπως αναφέρθηκε και σε παραπάνω σημείο, ήταν το μεγάλο ενδιαφέρον γύρω από την ψυχοπαθολογία του ατόμου. Ένας ακόμα παράγοντας ήταν η οικονομική κρίση που επιδρά δραστικά στα συναισθήματα και τις σχέσεις περιορίζοντάς τα πολλές φορές σε μη ικανοποιητικά επίπεδα (Ευθυμίου και συν., 2013).

Οι άνθρωποι βάσει των διαφορετικών ερεθισμάτων που δέχονται αναπτύσσουν σχέσεις (Μπίκος, 2011) και τα συναισθήματά τους επηρεάζονται από πολλούς παράγοντες (Νέστορος, 2000). Καταλυτικός παράγοντας για τη διεξαγωγή της έρευνας ήταν η ψηφιακή εξάπλωση, η κατάργηση των αποστάσεων και η δυνατότητα επικοινωνίας και πληροφόρησης για κάθε μέρος του πλανήτη, που αποτελεί κομβικό στοιχείο στην εξέλιξη των σύγχρονων σχέσεων.

### 5.1 Επιλογή ερευνητικής μεθόδου

Οι ερευνητικές μέθοδοι χωρίζονται σε ποιοτικές και ποσοτικές. Σκοπός της ποσοτικής έρευνας είναι η προσέγγιση μεγάλου μέρους πληθυσμού για τον έλεγχο των ερωτημάτων που έχουμε θέσει ενώ η ποιοτική έρευνα στοχεύει στη διερεύνηση και κατανόηση σε βάθος των κοινωνικών φαινομένων (Korres, 2013, Kvale, 1996:67). Η ανάπτυξη της ποσοτικής έρευνας ήταν ανέκαθεν χαρακτηρισμένη από το γεγονός ότι έχει διεξαχθεί σε πολύ διαφορετικούς επιστημονικούς κλάδους που ο καθένας χαρακτηρίζεται από ένα συγκεκριμένο θεωρητικό υπόβαθρο, μιας ανεξάρτητης κατανόησης της πραγματικότητας και ενός ατομικού πρόγραμματος μεθόδους. Η ποιοτική έρευνα στοχεύει περισσότερο στην ανάδυση νέων θεωρητικών μοντέλων ή στη γενίκευση σε ένα μεγαλύτερο πληθυσμό (Ζαφειροπούλου, 2016). Το βασικό πλεονέκτημα των ποιοτικών μεθόδων είναι η ευελιξία που χαρακτηρίζει την ερευνητική διαδικασία. Σύμφωνα με τους Lincoln και Guba (Lincoln & Guba, στο Παρασκευοπούλου-Κόλλια, 2006), οι ποιοτικές μέθοδοι είναι φυσικές. Έχουν μια πιο φυσιολογική ροή και ως επί το πλείστον δεν κατευθύνονται από την/τον ερευνήτρια/ερευνητή. Η/ο ερευνήτρια/ερευνητής οφείλει να διερευνήσει την ατομική δράση μέσα σε συγκεκριμένες δομές, να κατανοήσει τις αλληλεπιδράσεις του ατόμου με το κοινωνικό περιβάλλον και, ουσιαστικά, να εμβαθύνει στην ταυτότητα των ατόμων, στη στάση ζωής τους. Η/ο ερευνήτρια/ερευνητής που χρησιμοποιεί ποιοτική μέθοδο είναι παρατηρητική/-ός, παίρνει συνεντεύξεις, σημειώνει και προσπαθεί να περιγράψει αλλά και να αποδώσει τα γεγονότα όπως ακριβώς ειπώθηκαν. Όταν εργάζεται πάνω στην έρευνά της/του, πρέπει να είναι πάντα εν ενεργεία και να χρησιμοποιεί κάθε στοιχείο που της/του είναι διαθέσιμο. Πρέπει δηλαδή να μελετά τα σχόλια από τα υποκείμενα, τα στοιχεία που η ίδια/ο ίδιος έχει παρατηρήσει αλλά ακόμα και τον τρόπο που τα άτομα που ερωτήθηκαν στέκονται στο χώρο, τον τρόπο ομιλίας και συμπεριφοράς τους (Eisner, W. E., 1991). Καθίσταται αναγκαίο να καταγράψει τα γεγονότα αλλά και να τα συνδυάσει με άλλα δεδομένα, στοιχεία και καταστάσεις ώστε να οδηγηθεί σε ένα συμπέρασμα. Ούσα/Οντας σε θέση να αξιολογήσει τα στοιχεία που έχει και να αντιληφθεί τα πράγματα και τη σημασία τους, εξάγει ένα συμπέρασμα (ή παραπάνω συμπεράσματα), -ικανότητα πρωτεύουσας σημασίας για τη θέση της/του. Ο Peshkin παραλλήλισε τα υποκειμενικά στοιχεία του ερευνητή με μια θετική «έκρηξη» (Peshkin, 1985). Η/ο ερευνήτρια/ερευνητής καλείται να δώσει ζωντανία στα πιο κομβικά στοιχεία της έρευνας και να κρίνει ποια από αυτά θα συγκαταλεχθούν στα αποτελέσματα.

Παρ' όλο, λοιπόν, που στόχος είναι να αναδείξουμε τις απόψεις και τις εμπειρίες της/του ερωτώμενης/ου, θα πρέπει, ως ερευνητές, να λάβουμε υπ' όψιν και την υποκειμενικότητά μας. Παρουσιάζεται τόσο το άτομο όσο και η/ο ίδια/ίδιος η/ο ερευνήτρια/ερευνητής, η/ο οποία/οποιός καλείται να αποπερατώσει μία «λεπτή» και προσεγγμένη περιγραφή. Αποδεικνύεται ότι το κείμενο δεν είναι αποτέλεσμα μηχανής και κρύβει πίσω του έναν άνθρωπο. Στην ποιοτική προσέγγιση, η υποκειμενικότητα θεωρείται δεδομένη και δεν αντιμετωπίζεται ως εμπόδιο (ΑΝΑΦΟΡΑ). Η/Ο επιστήμονας σ' ένα πλαίσιο αναστοχασμού εξετάζει τη δική της/του υποκειμενικότητα, καθώς και εκείνη των συμμετεχόντων στην έρευνα, και λαμβάνει υπ' όψιν τους τρόπους με τους οποίους οι

προσωπικές θέσεις και των δύο πλευρών επηρεάζουν την ερευνητική διαδικασία, την ανάλυση των δεδομένων και τα αποτελέσματα της έρευνας (Morawski, 1994). Μείζονος βαρύτητας για τη διεκπεραίωση των ποιοτικών μεθόδων είναι η υιοθέτηση ενός «εσωτερικού σημείου αναφοράς» – όπου η/ο ερευνήτρια/ερευνητής, περιγράφοντας ή ερμηνεύοντας το φαινόμενο, βασίζεται κυρίως στη γλώσσα του ίδιου του υποκειμένου της έρευνας: οι συμμετέχοντες γίνονται αντιληπτοί ως ερευνητικοί συνεργάτες και όχι σαν «αντικείμενα» από τα οποία με τις κατάλληλες τεχνικές «αντλούνται» ερευνητικά δεδομένα. Με το ίδιο σκεπτικό, δεν αποτελούν «υποκείμενα» της έρευνας τα οποία χειραγωγούνται από τον ερευνητή (Issari & Karayianni, 2013, Riessman, 2008). Τελική υπενθύμιση αποτελεί η άποψη των Rubin και Rubin, που υποστηρίζουν πως υπάρχει πάντα η έννοια του «εγώ» στη διαδικασία αυτή και όλα όσα λαμβάνουν χώρο κατά τη διάρκεια της συνέντευξης ή της ανάλυσης της σταματούν να τονίζονται από αυτό (Rubin & Rubin, 1995: 13). Καταληκτικά, για τη διεξαγωγή αυτής της έρευνας επιλέχθηκε η ποιοτική μέθοδος. Υιοθετήσαμε την ποιοτική μέθοδο, καθώς πιστεύουμε ότι μέσα από τη γλαφυρότητα και την παραστατικότητα του λόγου των ατόμων μπορούμε να ερμηνεύσουμε τα δρώμενα της σύγχρονης πραγματικότητας που αυτά (τα άτομα) βιώνουν. Στην έρευνά μας χρησιμοποιήσαμε συνεντεύξεις και πιο συγκεκριμένα ημι-δομημένες με αρκετά στοιχεία από τις σε βάθος. Αναφερόμαστε στο μεθοδολογικό αυτό εργαλείο εκτενώς παρακάτω.

## 5.2 Οι συνεντεύξεις

Η συνέντευξη αποτελεί ένα σημαντικό εργαλείο για την ποιοτική μέθοδο. Είναι, δηλαδή, το εργαλείο επικοινωνίας και αμοιβαίας επίδρασης μεταξύ προσώπων από τα οποία προσδιορίζεται τον ερευνητή και τον ίδιο τον ερωτώμενο (ή τους ίδιους τους ερωτώμενους). Στοχεύει στη συλλογή πληροφοριών πάνω στο αντικείμενο της έρευνας επιδιώκοντας την ανακάλυψη της προσωπικότητας και των συμπεριφορών που την περικλείουν (Cohen & Manion, 1992). Σύμφωνα με τον Traianou, οι συνεντεύξεις είναι μια δυνατότητα «εισαγωγής» στον τρόπο σκέψης του ατόμου καθώς παρουσιάζουν τις γενικότερες γνώσεις που η/ο ερωτώμενη/ερωτώμενος έχει αποκτήσει, τις προτιμήσεις της/του και τις αντιλήψεις και τα «πιστεύω» της/του βάσει του τρόπου ζωής που η/ο ίδια/ίδιος έχει επιλέξει (Traianou, 2014). Αρχικά, η συνέντευξη μπορεί να γίνεται κατανοητή ως μια απλή συζήτηση ανάμεσα στην/στον ερευνήτρια/ερευνητή και την/τον ερωτώμενη/ερωτώμενο στοχεύοντας στη συλλογή καθορισμένων πληροφοριών, όμως, εάν θελήσουμε να μιλήσουμε λεπτομερέστερα για τη συζήτηση, θα πρέπει να αναφέρουμε ότι δεν πρόκειται για μια αυθόρμητη επικοινωνία που διαδραματίζεται στο μυαλό της/ του ερευνήτριας/ ερευνητή αλλά κάτι πιο πολύπλοκο (Moser & Kalton, 1971). Η βασική διαφορά μεταξύ μιας συνέντευξης και μιας απλής συζήτησης έγκειται στο ότι η συνέντευξη αποτελεί κύριο εργαλείο της ποιοτικής έρευνας, έμμεσο τρόπο συγκέντρωσης πληροφοριών περί του τι αρέσει στην/στον ερωτώμενη/ερωτώμενο και περί του πώς σκέπτεται. Η δεύτερη διαφορά εντοπίζεται στο ότι ο απλός διάλογος πραγματοποιείται μεταξύ ανθρώπων που είναι ξένοι μεταξύ τους (δεν γνωρίζονταν από πριν) και η τρίτη διαφορά συνίσταται στο ότι ως επί το πλείστον αυτή/-ός που κατευθύνει το διάλογο που πραγματώνεται είναι η/ο ερευνήτρια/ερευνητής (τις περισσότερες φορές και αναλόγως του είδους της συνέντευξης) (Rubin & Rubin, 1995: 2).

Η απόφαση της/του ερευνήτριας/ερευνητή να επιλέξει συνεντεύξεις είναι πολύ σημαντική καθώς με αυτό τον τρόπο τόσο η/ο ίδια/ίδιος όσο και η/ο ερωτώμενη/ερωτώμενος νιώθουν περισσότερο συνδεδεμένοι με τη συζήτηση που πραγματοποιείται βασιζόμενοι στις ιδέες που εκφράζονται και από τις δύο πλευρές. Αξίζει να σημειωθεί ότι, η συνέντευξη στηρίζεται στη θέση ότι η γνώση εξασφαλίζεται μέσω καλής ακρόασης, η/ο ερευνήτρια/ερευνητής δηλαδή βοηθά (έως και εμπνέει, θα μπορούσε κάποιος να πει) να εκφραστούν οι διηγήσεις-αφηγήσεις του υποκειμένου. Είναι κατανοητό πως ακόμα και τα πρώτα λεπτά της συνέντευξης διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο (Kvale, 1996). Έτσι, η συνέντευξη είναι ουσιαστικά έργο για τον ερευνητή, αφού κάθε στάδιό της τον οδηγεί στον εσωτερικό κόσμο του υποκειμένου όπου και απηχούνται οι προσωπικές του σκέψεις και οι πιθανοί προβληματισμοί, τους οποίους σε μετέπειτα χρόνο καλείται να αξιοποιήσει.

Γενικά, οι συνεντεύξεις είναι ένα μέσο αποκάλυψης και προσέγγισης των αντιλήψεων του ατόμου βοηθώντας την/τον ερευνήτρια/ερευνητή να σχεδιάσει στο μυαλό της/του γεγονότα στα οποία δεν παρευρισκόταν η/ο ίδια/ίδιος και να αντιληφθεί τις εμπειρίες της/του ερωτώμενης/ερωτώμενου (Κεδράκα, 2008).

Πέρα από τα παραπάνω, το περιεχόμενο των συνεντεύξεων δύναται να μας προσφέρει στοιχεία μέχρι και για την ίδια την κοινωνία, δίνοντας την ευκαιρία στην/στον ερευνήτρια/ερευνητή να προσδιορίσει το υποκείμενο και τα λεγόμενά του με λεπτομέρεια αλλά και να τα συσχετίσει με τη γενικότερη κοινωνική δομή και τα χαρακτηριστικά που φέρουν ομάδες και θεσμοί, μέσα στις οποίες το άτομο δρα (Παληός, 2006). Η Μυλωνά υποστήριξε πως η πιο θετική πτυχή των συνεντεύξεων

είναι ότι προσαρμόζονται με βάση το άτομο, τις προσωπικές του πεποιθήσεις, τα συναισθήματα και τις αντιδράσεις του (Μυλωνά, 2015).

Συνοψίζοντας, η συνέντευξη είναι το κέντρο της ποιοτικής έρευνας και βασίζεται στην άμεση επικοινωνία μεταξύ ερευνήτριας/ερευνητή και ερωτώμενου. Η επαφή τους δεν είναι ίδια σε όλες τις περιπτώσεις και μπορεί να λάβει διαφορετικές διαστάσεις ανάλογα τη μέθοδο που επέλεξε η/ο ερευνήτρια/ερευνητής ή την επιστημονική παράδοση στην οποία αυτός ανήκει (Ιωσηφίδης, 2008).

### 5.3 Είδη συνεντεύξεων

Προσπαθώντας να αποκωδικοποιήσουμε τις θέσεις της νέας γενιάς, προσεγγίσαμε τα άτομα που δέχτηκαν να μας παραχωρήσουν συνέντευξη με λίγες και περιεκτικές ερωτήσεις, αποσκοπώντας στο να αποσυρθούμε σταδιακά κατά τη διάρκεια της συνέντευξης και να τους αφήσουμε ελεύθερους να αποδώσουν τη ροή των εμπειριών τους. Κατά τη διεξαγωγή των συνεντεύξεων χρησιμοποιήσαμε αρχικά ημι-δομημένες συνεντεύξεις και συν τω χρόνω προσπαθήσαμε να προσεγγίσουμε τη «συνέντευξη σε βάθος». Σύμφωνα με τον Φίλια, οι συνεντεύξεις χωρίζονται σε δομημένες, μη δομημένες, άμεσες ή έμμεσες, επαναλαμβανόμενες, κλινικές και σε βάθος. Στις δομημένες συνεντεύξεις, η/ο ερωτώμενη/ερωτώμενος καλείται να απαντήσει σε προκαθορισμένες ερωτήσεις με συγκεκριμένο περιεχόμενο και αριθμό (Φίλιας, 1993). Στις μη δομημένες, πραγματοποιείται μια συζήτηση που θα μπορούσαμε να τη χαρακτηρίσουμε ως ελεύθερη αλλά ταυτόχρονα ελεγχόμενη καθώς η ελευθερία της περιορίζεται με τη φύση της συζήτησης, το θέμα που ερευνούμε και τη δόμηση των ερωτήσεων. Οι μη δομημένες συνεντεύξεις διακρίνονται σε εντοπισμένες και μη εντοπισμένες. Όταν την κατατάσσουμε στην κατηγορία των εντοπισμένων, σημαίνει ότι η/ο ερευνήτρια/ερευνητής οδηγεί τη συζήτηση προς μια συγκεκριμένη κατεύθυνση, με αφορμή μια εμπειρία που η/ο ερωτώμενη/ερωτώμενος διηγήθηκε. Στο πλαίσιο αυτό, η/ο ερευνήτρια/ερευνητής δείχνοντας απόλυτη κατανόηση σε αυτά που έχουν λεχθεί, καλείται να βοηθήσει την/τον ερωτώμενη/ερωτώμενο να εκφραστεί, γι' αυτό και είναι αναγκαίο να έχει γνώσεις ψυχολογίας (Κεδράκα, 2008). Στις άμεσες και τις έμμεσες, κύριος παράγοντας είναι ο διαχωρισμός που γίνεται αρχικά από το μέρος της/του ερευνήτριας/ερευνητή και συνεπώς από το μέρος της/του ερωτώμενης/ερωτώμενου και ανάγεται στο στόχο της υλοποίησης της συνέντευξης (Παπαιωάννου και συν., 2003: 341-364, Αγγελίδου, 2014). Οι επαναλαμβανόμενες πραγματοποιούνται σε ομάδες ανθρώπων και ονομάζονται και Panel. Το όνομά τους προέρχεται από την αναγκαιότητα επαναλήψεων ώστε η έρευνα να ολοκληρωθεί έχοντας συλλέξει τα απαραίτητα δεδομένα και τα συμπεράσματά της. Βέβαια, τα άτομα που έχουν επιλεγεί έχουν κοινά χαρακτηριστικά μεταξύ τους. Η άμεση συνέντευξη παρουσιάζεται και ως συνέντευξη σε βάθος.

Η Κυριαζή υποστηρίζει πως η συνέντευξη σε βάθος σχετίζεται με ένα σύνολο γενικών ερωτήσεων σε προκαθορισμένα θέματα από τον ερευνητή που όμως δεν τα παραθέτει με τη σειρά, και το κύριο πρόσωπο είναι η/ο ερωτώμενη/ερωτώμενος, η/ο οποία/οποίος καθιστά την υπόσταση της/του ερευνήτριας/ερευνητή βοηθητική αλλά και καθοδηγητική (Κυριαζή, 2009:262,122-126). Επιπρόσθετα, σύμφωνα με την ίδια υπάρχουν και άλλα είδη συνεντεύξεων όπως η προσωπική («στη δειγματοληπτική έρευνα με στατιστικές μεθόδους πρόκειται για τυποποιημένη»), την ελεύθερη ή μη τυποποιημένη και την τηλεφωνική. Συμπεραίνουμε ότι, χωρίς καμία αμφιβολία, πολλές ποιοτικές συνεντεύξεις αποτελούνται τόσο από αυστηρά σχεδιασμένα μέρη όσο και από μη προσχεδιασμένα αλλά πάντοτε υπάρχει η κατάλληλη συνδεση μεταξύ τους (Rubin & Rubin, 1995: 5). Οι ερευνητές κατατάσσονται ανάλογα με το ερευνητικό έργο τους, τη διεθνή αναγνώρισή τους και τη συμβολή τους στην αξιοποίηση των επιστημονικών και τεχνολογικών γνώσεων. Κάθε ερευνητής-συγγραφέας αναλόγως του επιστημολογικού κλάδου στον οποίο «ανήκει», μπορεί να επιδιώξει να διαμορφώσει την έρευνά του στο πλαίσιο αυτό. Συνεπώς, υπάρχει περίπτωση να ονομάζει το κάθε είδος συνέντευξης διαφορετικά (Cohen et al., 1992).

Οι συνεντεύξεις έχουν και μειονεκτήματα τα οποία η/ο ερευνήτρια/ερευνητής καλείται να αντιμετωπίσει. Ένα κύριο μειονέκτημα είναι ο κίνδυνος που ελλοχεύεται στην παράθεση βεβιασμένων ερωτήσεων από την πλευρά της/του ερευνήτριας/ερευνητή που μπορεί να οδηγήσουν σε μη ακριβή ή παραπλανητικά δεδομένα (FAO, The Community's Toolbox, 1990). Η/ο ερευνήτρια/ερευνητής που αποφασίζει να χρησιμοποιήσει ποιοτικές μεθόδους έρευνας και πιο συγκεκριμένα συνεντεύξεις καλείται να αντιμετωπίσει την εξής «πρόκληση»: πρέπει να παρουσιάσει τα δεδομένα με τέτοιο τρόπο ώστε να φαίνονται αποτελέσματα καθαρά κριτικής αξιολόγησης και όχι απλώς προσεκτικά επιλεγμένες ερωτήσεις (Silverman, 2000: 176). Η/ο ερευνήτρια/ερευνητής ενδέχεται να καταλήξει σε συμπεράσματα τα οποία θα την/τον οδηγήσουν σε μια ιδιαίτερη επιστημονική οδό (Silverman, 2000: 178). Βάση των συμπερασμάτων αποτελούν τα λεγόμενα των υποκειμένων, τα οποία πρέπει να έχουν υποβληθεί σε απαραίτητη επεξεργασία. Εν ολίγοις η/ο ερευνήτρια/ερευνητής θα πρέπει να λαμβάνει υπ' όψιν της/του την περίπτωση προσωπικής ερμηνείας από τον ίδιο (στοιχείο υποκειμενικότητας, όπως προαναφέραμε) αλλά και

από την/τον ερωτώμενη/ερωτώμενο μετά από κάθε ερώτηση και κάθε απάντηση (Antaki & Rapley, 1996: 293-316). Η/ο ερευνητρια/ερευνητής πρέπει να μπορεί να διασφαλίσει την απόλυτη εμπιστευτικότητα και τα δεδομένα που έχουν συλλεχθεί να υπάγονται στη δεοντολογία και τη νομοθεσία περί προστασίας προσωπικών δεδομένων. Γι' αυτό και θα πρέπει να δίνεται ιδιαίτερη προσοχή στη σωστή χρήση αλλά και στην ασφαλή αποθήκευσή τους (Howitt, 2010). Η/ο ερευνητρια/ερευνητής χρειάζεται, επίσης, να συναντήσει επαρκή αριθμό ατόμων έτσι ώστε να είναι σε θέση μετέπειτα να προχωρήσει σε γενικές συγκρίσεις (West Lothian Council, 2012).

#### **5.4 Γνωρίσματα ενός καλού ερευνητή**

Η/ο ερευνητρια/ερευνητής που επιλέγει να ακολουθήσει τις ποιοτικές μεθόδους έρευνας και συγκεκριμένα τις συνεντεύξεις πρέπει να κατέχει κάποια γνωρίσματα, τα οποία με τη σειρά τους θα καθιστούν πιο εύκολη τη διαδικασία των συνεντεύξεων και την εξαγωγή συμπερασμάτων. Ένα χαρακτηριστικό είναι ότι η/ο ερευνητρια/ερευνητής πρέπει να παρουσιάζεται όσο το δυνατόν περισσότερο επαγγελματικά και να έχει τις απαραίτητες γνώσεις ώστε να είναι σε θέση να συντάξει τις ερωτήσεις, -ενέργεια που δεν αποτελεί πάντοτε εύκολη διαδικασία (Bell, 1997: 145). Σημαντικό ρόλο παίζει και ο τρόπος που θα τεθούν οι ερωτήσεις· πρέπει να αποπνέουν σαφήνεια.

Ένα βασικό γνώρισμα μιας/ενός ερευνητριας/ερευνητή είναι η ικανότητα δημιουργίας φιλικού κλίματος μεταξύ εκείνης/εκείνου και της/του ερωτώμενης/ερωτώμενου (Βαβουρανάκης, 1986:57). Εξαιρετικά οφέλη μπορεί να αποδώσει στην έρευνα η δεκτικότητα, η ευαισθησία αλλά και η καλοσύνη της/του ερευνητριας/ερευνητή αφού η/ο ερωτώμενη/ερωτώμενος δεν μπορεί να ανταποκριθεί μόνος της/του στις ερωτήσεις, αν ο/η ίδια/ίδιος η/ο ερευνητρια/ερευνητής δεν αποκαλύψει κάποιες πτυχές του εαυτού της/ του πρώτα. Η/ο ερευνητρια/ερευνητής είναι υποχρεωμένος/ος να θυμάται πως μέσα από την επικοινωνία και την αλληλεπίδραση με το άτομο προκύπτουν οι περισσότερες ερωτήσεις και πώς το υπό εξέταση ζήτημα, βάσει του οποίου τίθενται οι ερωτήσεις, είναι πιο γνώσιμο σε εκείνον παρά στο υποκείμενο (Βαβουρανάκης: 58-59).

Η/ο ερευνητρια/ερευνητής γίνεται αυτή/οὗτος μάρτυρας, ακροατής προσωπικών ιστοριών, προβλημάτων, κάθε είδους σκέψεων και εμπειριών αφού το υποκείμενο μιλά και ξεδιπλώνει κάθε πτυχή του που πιθανότατα να μην έχει μοιραστεί με άλλο συνομιλητή (Cohen, L. and Manion, L. , 1992: 602). Έτσι η/ο ερευνητρια/ερευνητής δεν χρειάζεται να περιμένει απαντήσεις που να ταιριάζουν στο μοντέλο που έχει σχεδιάσει στο μυαλό της/του, αλλά να δει την/τον ερωτώμενη/ερωτώμενο ως ουδέτερο στοιχείο και να μην υποτιμήσει ή υπερεκτιμήσει την αλήθεια που εκπροσωπεί (Ίσαρη & Πουρκός, 2015).

#### **5.5 Δεοντολογία που διέπει τις συνεντεύξεις**

Οι συνεντεύξεις είναι ένα εργαλείο το οποίο πρέπει να ακολουθεί ένα σύνολο κανόνων, που ονομάζονται δεοντολογικοί κανόνες. Οι κανόνες αυτοί προσανατολίζουν τον τρόπο διεξαγωγής των συνεντεύξεων, της διατύπωσης των ερωτήσεων και της ολοκλήρωσης της επικοινωνίας μεταξύ της/του ερευνητριας/ερευνητή και της/του ερωτώμενης/ερωτώμενου. Ο ορισμός του τόπου και χρόνου που διαδραματίζεται η συνέντευξη αποτελεί το κυριότερο μέρος των κανόνων της δεοντολογίας. Η/ο ερευνητρια/ερευνητής υποχρεούται να προσαρμοστεί στο πρόγραμμα της/του ερωτώμενης/ερωτώμενου και έτσι να καθοριστεί η συνέντευξη όταν και όπου είναι πιο εύκολο για την/τον ερωτώμενη/ερωτώμενο (Ίσαρη & Πουρκός, 2015). Εκτός από τον παραπάνω «άγραφο» δεοντολογικό κανόνα, η/ο ερευνητρια/ερευνητής καλείται να συστήνεται και να προσδιορίζει εξ αρχής το σκοπό της έρευνας αλλά και να ενημερώνει για τη διάρκειά της. Ο Johnson γράφει πως η/ο ερευνητρια/ερευνητής έχει ευθύνη για το πώς θα διεξαχθεί η συνέντευξη (Johnson, 1984). Χωρίς καμιά αμφιβολία, όσο πραγματοποιείται η συνέντευξη, η/ο ερευνητρια/ερευνητής αναπτύσσει ενός είδους σχέση με το υποκείμενο. Η σχέση τους μπορεί (ή ιδανικά θα έπρεπε) να χαρακτηριστεί αναλογική και ισότιμη· εμπλέκονται σε αυτήν και συναισθήματα εμπιστοσύνης και ασφάλειας ή ανασφάλειας αντίστοιχα.

Αναμφίβολα υπάρχουν αρνητικά στοιχεία κατά τη διάρκεια συλλογής πληροφοριών από συνεντεύξεις. Αρχικά, μέσω μιας συνέντευξης υποβόσκει ο κίνδυνος «εισβολής» στη ζωή και στα προσωπικά δεδομένα των υποκειμένων, αν η προθυμία της/του ερευνητριας/ερευνητή είναι υπερβολική -στοιχείο που συνδέεται με τα ηθικά ζητήματα μιας συνέντευξης. Η Morawski (1994) υποστηρίζει πως οι ερευνητριες/ερευνητές όντας άνθρωποι και όχι μηχανές, δηλαδή συναισθηματικά ευάλωτοι, με αντιδράσεις και εκφάνσεις που υποδεικνύουν τον ψυχισμό τους, μπορούν να επηρεάσουν τα υποκείμενα. Κάποια από τα προβλήματα προκύπτουν λόγω αλόγιστης προκατάληψης, αφού πολλές φορές η/ο ερευνητρια/ερευνητής έχει την απαίτηση από το υποκείμενο να δώσει τις απαντήσεις που εκείνος επιθυμεί, που θα είναι κοινωνικά αποδεκτές και επιθυμητές ή τις απαντήσεις που έχει ως πλάνο στο μυαλό της/του (Kitwood, 1977).

Η ενθάρρυνση του υποκειμένου, η καταδεκτικότητα και το ενδιαφέρον, ακόμα και η συμπεριφορά (ούσα/όντας συμπάσχων/ουσα) είναι μερικά από τα πιθανά τεχνάσματα στην περίπτωση που το υποκείμενο ξεκινά να αναπτύσσει προσωπικά θέματα που είναι μεν αδιάφορα για την έρευνα αλλά δε πολύ σημαντικά για εκείνο ώστε να τα μοιραστεί με τον ερευνητή. Γι' αυτό και είναι αναγκαίο οι ερωτήσεις να μεταλλάσσονται ή να τροποποιούνται έτσι ώστε να μην επηρεάζεται αρνητικά ο ψυχισμός της/ του ερωτώμενης/ερωτώμενου. Συνεπώς, η/ ο ερευνήτρια/ ερευνητής είναι υποχρεωμένος/η να κλείνει το μαγνητόφωνο όταν της/του ζητηθεί ή όταν αντιληφθεί πως η/ο ερωτώμενη/ερωτώμενος αντιμετωπίζει κάποια δυσκολία στην έκφραση ή στην εκδήλωση συναισθημάτων και να συζητήσει κάτι που θα είναι λιγότερο φορτικό για εκείνη/εκείνον. Οπότε, σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να γίνεται αντικείμενο εκμετάλλευσης η όποια εκδήλωση, έκφραση, ανάγκη «εξομολόγησης» του υποκειμένου. Εν κατακλείδι, οι άνθρωποι είναι ευχαριστημένοι όταν μιλούν για τον εαυτό τους και νιώθουν σπουδαίοι μέσα από τα λεγόμενά τους (αναφορά). Στους ανθρώπους, επίσης, αρέσει να κάνουν χάρες, χωρίς να κοστίζουν ιδιαίτερα, και θεωρούν πολύ σημαντικό το να προσφέρουν χρήσιμο υλικό έστω και μέσω μιας απλής συνέντευξης (Rubin & Rubin, 1995: 105).

- Brown, R. H. (1987). *Society as text: Essays on rhetoric, reason, and reality*. University of Chicago Press.
- Ο Foucault υπερτόνιζε το να αναπαράγονται οι «φωνές» των υποκειμένων της έρευνας
- «...a certain way of speaking which is called, precisely, *parhêsia* (free-spokenness)»

### 5.6 Χρήση μαγνητοφώνου

Η συλλογή των πληροφοριών πραγματοποιήθηκε με τη χρήση μαγνητοφώνου. Η χρήση μαγνητοφώνου δημιουργεί μια ιδιαίτερη, προσωπική σχέση μεταξύ ερευνητή και ατόμου. Η συνεισφορά του μαγνητοφώνου αναδεικνύεται από την αλήθεια που χαρακτηρίζει κάθε άτομο αλλά και τη διαμόρφωσή της σύμφωνα με τις αντιλήψεις του.

Ο Oppenheim συμπεραίνει πως οι πληροφορίες που λαμβάνουμε από μια μαγνητοφωνημένη συνέντευξη πρέπει να χαρακτηρίζονται από ουδέτερο κλίμα, χωρίς καμία αλλοίωση παρά τις συνέπειες και τις δυσκολίες που μπορεί να επακολουθήσουν κατά την ανάλυση των στοιχείων (Oppenheim, 1992). Η Bell (1997) υποστηρίζει πως οι μαγνητοφωνήσεις στοχεύουν στην εξακρίβωση της ισχύος των πληροφοριών καθώς και στην επιλογή του λεξιλογίου που θα καταγραφεί. Η/ο ερευνήτρια/ερευνητής έχει τη δυνατότητα να ακούσει όσες φορές χρειαστεί τις απαντήσεις ώστε να σχηματίσει τις απαραίτητες κατηγοριοποιήσεις (Bell, 1997: 150). Εντούτοις, η χρήση του μαγνητοφώνου παρουσιάζει και αρνητικά στοιχεία όπως το μεγάλο όγκο πληροφοριών που επιβαρύνει την απομαγνητοφώνηση στην οποία πρέπει να προβεί η/ο ερευνήτρια/ερευνητής και το φόβο απέναντι στη συσκευή.

### 5.7 Η επιλογή των υποκειμένων

Ένα από τα σημαντικότερα χαρακτηριστικά κάθε ποιοτικής έρευνας είναι η επιλογή των ατόμων που θα συμμετάσχουν σε αυτή. Ο ερευνητής πρέπει να θυμάται ότι τα άτομα που θα επιλέξει θα πρέπει να έχουν αρκετές γνώσεις περί του θέματος, να είναι πρόθυμοι να μιλήσουν γι' αυτό και να διατυπώσουν απαντήσεις βασισμένες στην αλήθεια. Η έρευνά μας στηρίχτηκε σε 10 συνεντεύξεις ατόμων ηλικίας 18-25. Ο αριθμός των υποκειμένων, δέκα, επελέγη γιατί στην ποιοτική έρευνα σε προπτυχιακό επίπεδο μπορεί να θεωρηθεί επαρκής και έγκυρος και επιπλέον δεν υπήρχε επαρκής χρόνος για συγκέντρωση περισσότερου υλικού.

Τα υποκείμενα, λοιπόν, κλήθηκαν να ανταποκριθούν στην πρόσκλησή μας να σχολιάσουν τις σχέσεις και τα συναισθήματα που μπορούν να αναπτυχθούν στο χώρο του Διαδικτύου.

Όπως ήταν αναμενόμενο, το μεγαλύτερο μέρος των ερωτηθέντων προχώρησε σε επισκόπηση της συνολικής χρήσης του Διαδικτύου από την πρώτη κιόλας επαφή τους με αυτό. Η ευθύνη και συμβολή στην έρευνά μας ήταν να προσανατολίσουμε τη συνέντευξη, κατά το δυνατό, στο υπό εξέταση αντικείμενο, δηλαδή την ανάπτυξη σχέσεων και συναισθημάτων εντός του Διαδικτύου. Εκείνο, που επίσης λήφθηκε ως κριτήριο, ήταν τα χρόνια χρήσης του Διαδικτύου. Ο χρόνος επαφής των υποκειμένων με το Internet κυμαίνεται μεταξύ πέντε (5) και δεκατέσσερα (14) χρόνια. Ως περαιτέρω προϋποθέσεις επιλογής καθορίστηκαν τόσο η εμπειρία τους με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης όσο και η εμπειρία τους με τα chatrooms και τα forums. Διαφορετικά θα υπήρχε πρόβλημα στη διατύπωση συγκρίσεων και συμπερασμάτων που θα αποδιδόταν στη διαφορετικότητα ως προς τις εμπειρίες που θα είχαν αποκτήσει.

Η προσέγγιση των ερωτώμενων έγινε μέσω γνωριμιών (βολική δειγματοληπτική μέθοδος, μέθοδος χιονοστοιβάδας). Ειδικότερα όσον αφορά τους μισούς συμμετέχοντες, το γεγονός ότι τους γνωρίζαμε καλύτερα συνέβαλε κατά πολύ στο να προβούμε σε ουσιαστικές συζητήσεις μαζί τους.

## 6. Ανάλυση δεδομένων συνεντεύξεων

Αρχικά, θα αναφερθούμε στη διαδικασία, που ακολουθήθηκε όσον αφορά τις συνεντεύξεις. Οι δέκα συνεντεύξεις σε πρώτο χρόνο μαγνητοφωνήθηκαν. Στη συνέχεια, κάθε συνέντευξη απομαγνητοφωνήθηκε έτσι ώστε να υπάρχουν καταγεγραμμένα τα όσα ειπώθηκαν για να μπορεί να γίνει η ασφαλής ανάλυσή τους. Ακολούθως, οι συνεντεύξεις κατηγοριοποιήθηκαν και κωδικοποιήθηκαν (με ορισμένα προσωπικά κριτήρια, που θα μας διευκόλυναν στην μετέπειτα ανάλυση) ούτως ώστε να μπορούν να εντοπίζονται οι ομοιότητες και διαφορές στα λεγόμενα των συμμετεχουσών/συμμετεχόντων όσον αφορά τα βιώματά τους στον Κυβερνοχώρο. Για την παρουσίαση των αποτελεσμάτων των συνεντεύξεων παρατίθενται αυτούσια κάποια αποσπάσματα από τις συνεντεύξεις με τις/τους συμμετέχουσες/συμμετέχοντες.

Οι δύο πρώτες ερωτήσεις αφορούσαν το πότε τα υποκείμενα ξεκίνησαν να έχουν επαφή με το Διαδίκτυο και πόσο χρόνο αφιέρωναν σε αυτό κλιμακωτά (όσο τα χρόνια προχωρούσαν). Οι περισσότερες/περισσότεροι συμμετέχουσες/συμμετέχοντες φάνηκε να είναι χρήστες του Διαδικτύου τουλάχιστον 5 χρόνια (έως και 14) και αύξησαν τη χρήση του τα τελευταία χρόνια· ανέφεραν ότι άλλαξε η χρήση του Internet όταν ξεκίνησαν να σπουδάζουν, «όταν ξεκίνησα να σπουδάζω, ο χρόνος που σπαταλούσα στο Διαδίκτυο ήταν πολύ περισσότερος σε σχέση με παλαιότερα», και οι κύριες ασχολίες τους είναι τα social media, τα chatrooms, η μουσική, οι πηγές ενημέρωσης αλλά και σε μία περίπτωση το Deepweb, «απέκτησα πρόσβαση στο Deepweb από περιέργεια, παρόλο που μετά η περιήγησή μου εξελίχθηκε σε άσχημη εμπειρία».

Στην ερώτηση που αφορούσε το πόσες ώρες κατά τη διάρκεια της ημέρας οι συμμετέχοντες ασχολούνται με το Διαδίκτυο, με οποιοδήποτε τρόπο, απάντησαν ότι σπαταλούν αρκετές ώρες της ημέρας τους (4-5 ώρες το λιγότερο) σερφάροντας, κυρίως για προσωπική ευχαρίστηση και λιγότερο για τη σχολή τους ή την εργασία τους.

Όσες/όσοι συμμετείχαν στις συνεντεύξεις και απάντησαν ότι χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο αρκετές ώρες κατά τη διάρκεια της ημέρας, παραδέχτηκαν ότι πολλές φορές έχουν συλλάβει τον εαυτό τους να έχει χάσει την αίσθηση του χρόνου και προσπάθησαν να το περιορίσουν, «τις περισσότερες φορές έχανα την αίσθηση του χρόνου και κάποιες φορές αμελούσα ακόμα και κάποιες από τις δραστηριότητες που συνήθιζα να κάνω». Ορισμένες/ορισμένοι, μάλιστα, προτίμησαν να αφιερώσουν σε άλλες δραστηριότητες κάποιες από τις ώρες που διέθεταν στο Διαδίκτυο «όταν κατάλαβα ότι περνάω αρκετό χρόνο στο Διαδίκτυο προσπάθησα να το περιορίσω αντικαθιστώντας το με δραστηριότητες που με ευχαριστούσαν».

Στην ερώτηση που αφορούσε αν το Internet έχει αντικαταστήσει κάποιες από τις ασχολίες τους, οι περισσότερες/περισσότεροι συμμετέχουσες/συμμετέχοντες αναγνώρισαν ότι δεν έχουν αμελήσει καμία από τις ασχολίες τους αλλά τις περισσότερες φορές παρασύρονται και σπαταλούν περισσότερο χρόνο στο Διαδίκτυο απ'ό,τι αρχικά είχαν υπολογίσει, «πολλές φορές έχω μπει σε σκέψεις να αναβάλλω κάποια εργασία ή να ακυρώσω κάποια από τις δραστηριότητές μου για να ασχοληθώ περισσότερη ώρα με το Διαδίκτυο αλλά συνήθως δεν το κάνω, απλά βρίσκω χρόνο αργότερα».

Ορισμένοι, επισήμαναν ότι η χρήση του Διαδικτύου τους έχει βοηθήσει στη βελτίωση των δραστηριοτήτων τους, «το Διαδίκτυο με έχει βοηθήσει στις σπουδές μου πάνω στη μουσική αλλά και στη διεκπεραίωση των εργασιών μου για τη σχολή», ενώ άλλοι παραδέχτηκαν ότι περιορίσαν κάποιες από τις ασχολίες τους για να περάσουν περισσότερο χρόνο στον Κυβερνοχώρο, «έχει τύχει να αμελήσω εργασίες που έχω για τη σχολή ή να μην πάω γυμναστήριο για να συνεχίσω την περιήγησή μου στο Διαδίκτυο».

Όσον αφορά τις κύριες αναζητήσεις των ερωτώμενων στο Διαδίκτυο, οι περισσότεροι έδωσαν ως απάντηση κάθε είδους μέσο κοινωνικής δικτύωσης και ενημέρωσης (π.χ. ψηφιακές βιβλιοθήκες). Μεγάλο ενδιαφέρον, επίσης, έδειξαν για το χώρο της τέχνης (π.χ. ταινίες, μουσική), για τη μόδα (είδη ένδυσης και υπόδησης), τη μαγειρική και λιγότερο για το αντικείμενο, το οποίο σπουδάζουν ή πάνω στο οποίο εργάζονται. Αξίζει να αναφερθεί ότι, η πλειοψηφία των υποκειμένων έκρινε ότι ιστοσελίδες που περιέχουν βία και κακόβουλο υλικό θα ήταν προτιμότερο να μην εμφανίζονται κατά τη διάρκεια μιας περιήγησης στο Διαδίκτυο, «προσωπικά θα προτιμούσα αναζητήσεις που περιέχουν πορνογραφικό υλικό ή βία να μην εμφανίζουν αποτέλεσμα», και ιδιαίτερα για άτομα ηλικίας κάτω των 18 χρόνων. Βέβαια, υπήρχαν και συμμετέχοντες οι οποίοι υποστήριζαν ότι η πληροφορία στο Διαδίκτυο θα πρέπει να είναι ελεύθερη και ότι η πρόσβαση στις ιστοσελίδες θα ήταν προτιμότερο να υπόκειται στην κρίση του ατόμου, «κατά τη γνώμη μου, θα έπρεπε η πληροφορία να μην είναι ελεγχόμενη και κάθε ανάρτηση να φιλτράρεται από το ίδιο το άτομο».

Σχετικά με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και τον τρόπο που επιλέγουν οι νέοι στις μέρες μας να επικοινωνούν, διαφάνηκε ότι οι ερωτώμενες/ερωτώμενοι επικοινωνούν κατά μέσο όρο με 5 άτομα μέσω Διαδικτύου, εκ των οποίων οι περισσότεροι είναι άτομα που τα γνωρίζουν και στην πραγματικότητα (δηλαδή είναι υπαρκτά πρόσωπα). Οι περισσότεροι συμμετέχοντες δήλωσαν ότι

έχουν γνωρίσει άτομα στο Διαδίκτυο και διατηρούν σχέσεις μαζί τους και είτε έχουν συναντηθεί στην πραγματικότητα είτε όχι ακόμα, εξαιτίας της απόστασης που τους χωρίζει. Δεν ήταν λίγες οι περιπτώσεις υποκειμένων που δήλωσαν ότι πέρα από φιλικές σχέσεις έχουν αναπτύξει και ερωτικές σχέσεις που εξελίχθηκαν αφότου συναντήθηκαν στην πραγματικότητα με τα άτομα με τα οποία μιλούσαν στο Διαδίκτυο, «μέχρι στιγμής έχω πραγματοποιήσει 3 ερωτικές σχέσεις με άτομα που γνώρισα στο Διαδίκτυο».

Οι συμμετέχουσες/συμμετέχοντες στην παρούσα έρευνα παραδέχθηκαν ότι τους είναι πιο εύκολο να γνωρίζουν άτομα στο Διαδίκτυο και ότι θα προτιμούσαν με την ίδια ευκολία και άνεση να τα γνωρίζουν στην πραγματικότητα, καθώς όλοι συμφώνησαν ως προς το ότι τα άτομα που γνωρίζουν στο Διαδίκτυο είναι πιο δύσκολο να τα εμπιστευτούν. Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι τα περισσότερα από τα άτομα που μοιράστηκαν προσωπικά δεδομένα, στην πορεία το μετάνιωσαν, και γι' αυτό σε επόμενες γνωριμίες ήταν πιο επιφυλακτικοί, «μετάνιωσα που μοιράστηκα προσωπικά δεδομένα σε μία ιστοσελίδα, διότι αργότερα αποδείχτηκε ότι εξαπατούσαν τα άτομα που είχαν λογαριασμό σε αυτή».

Στη συνέχεια, στην ερώτηση αν νιώθουν την ανάγκη να χρησιμοποιήσουν το Διαδίκτυο όταν δεν έχουν την ευκολία να είναι online, υποστήριξαν ότι αν είναι ήδη απασχολημένοι με κάποια δραστηριότητα δεν τους ενδιαφέρει αλλά πιθανότατα να προβληματιστούν για αναζητήσεις που θα ήθελαν να κάνουν όταν θα ξαναέχουν πρόσβαση στο Διαδίκτυο, «πολλές φορές είμαι στη σχολή και σκέφτομαι για αναζητήσεις που θα ήθελα να κάνω αν είχα πρόσβαση στο Διαδίκτυο».

Αξίζει να αναφερθεί ότι στην περίπτωση που απαιτείται να χρησιμοποιήσουν το Διαδίκτυο και δεν έχουν πρόσβαση σε αυτό ή η ταχύτητά του είναι αργή, τότε αναπτύσσουν συναισθήματα θυμού και εμφανίζουν έντονο εκνευρισμό. Υποστήριξαν ότι πολλές φορές δεν κατάφεραν να ολοκληρώσουν κάποια εργασία που τους είχε ανατεθεί -στη σχολή ή στην εργασία τους- ή χρειάστηκαν πολύ περισσότερο χρόνο για την φέρουν εις πέρας, «θυμάμαι μία φορά είχα αμελήσει να κάνω μία εργασία για την σχολή και την τελευταία ημέρα της προθεσμίας, όταν ξεκίνησα να κάνω αναζητήσεις για το θέμα της εργασίας, η σύνδεση στο Διαδίκτυο ήταν πολύ αργή με αποτέλεσμα να μην προλάβω να την παραδώσω εγκαίρως».

Επιπρόσθετα, είναι αξιοσημείωτο το γεγονός ότι η πλειοψηφία των υποκειμένων έχει νιώσει πιο έντονα συναισθήματα, όπως τύψεις, έντονη στενοχώρια κατά τη διάρκεια μιας απλής περιήγησης στο χώρο του Διαδικτύου εξαιτίας ειδήσεων και αναρτήσεων που διάβασαν. Παραδέχθηκαν ότι πολλές φορές θα τους προβληματίσει κάποια είδηση ή ανάρτηση σε σημείο που θα το σκέφτονται κατά τη διάρκεια της ημέρας αλλά και θα τους επηρεάσει ακόμα και στα όνειρά τους.

Αξιόλογο είναι το γεγονός ότι όλοι οι συμμετέχοντες έκριναν τον εαυτό τους εξαρτημένο από το Διαδίκτυο για τουλάχιστον μία χρονική περίοδο στη ζωή τους και όταν το αντιλήφθηκαν προσπάθησαν να μετριάσουν τη χρήση του Internet. Οι περισσότερες/περισσότεροι ομολόγησαν ότι μετά από παρατήρηση τρίτου ατόμου συνειδητοποίησαν ότι πιθανότατα να είχαν εθιστεί στο Διαδίκτυο και δέχθηκαν τη βοήθειά του. Επίσης, οι περισσότερες/περισσότεροι ισχυρίστηκαν ότι γνωρίζουν άτομα που έχουν/είχαν εθιστεί στο Διαδίκτυο και προσπάθησαν με ποικίλες ενέργειες να βοηθήσουν το εξαρτημένο άτομο, «ήταν μια κοπέλα στην παρέα μου που όσο πέρναγε ο καιρός όλο και απομακρυνόταν, επειδή προτιμούσε να περνάει περισσότερο χρόνο στο Διαδίκτυο, μέχρι που σταματήσαμε να της στέλνουμε μηνύματα και κατάλαβε ότι η χρήση που έκανε άγγιζε τα όρια του εθισμού».

Τέλος, όσον αφορά το πού επιλέγουν να καταναλώσουν το χρόνο τους, σε αναρτήσεις για τον εαυτό τους ή για τους άλλους, απάντησαν ομόφωνα ότι προτιμούν να βλέπουν τις αναρτήσεις των άλλων αλλά στην περίπτωση που κάνουν και οι ίδιοι κάποια ανάρτηση θα τους απασχολήσει η απήχρησή της όσο οι ίδιες/ίδιοι είναι online.

## Συμπεράσματα

Στόχος διεξαγωγής αυτής της έρευνας ήταν να διατυπωθεί η μορφή συναισθημάτων και σχέσεων που μπορούν να αναπτυχθούν στο χώρο του Διαδικτύου. Η ερευνά μας διεξήχθη στο χώρο του Πανεπιστημίου της Θεσσαλίας, και τα υποκείμενα που έλαβαν μέρος σε αυτήν ήταν συμφοιτήτριες και συμφοιτητές μας. Κατ'επέκτασιν, τα αποτελέσματα της έρευνάς μας δεν είναι δυνατόν να γενικευθούν (Denzin, 1983, Lincoln and Guba, 1995, Payn and Williams, 2005). Σημειώνουμε σε αυτό το σημείο, ότι τα άτομα που συμμετείχαν είναι άμεσα εμπλεκόμενες/εμπλεκόμενοι χρήστες του Διαδικτύου.

Αρχικά, βλέπουμε ότι οι συμμετέχουσες/συμμετέχοντες της παρούσας έρευνας ενώ χρησιμοποιούσαν έντονα τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και το Διαδίκτυο από αρκετά μικρή ηλικία, μετέπειτα αντιλήφθηκαν τον πραγματικό ρόλο του Διαδικτύου και τους κινδύνους που ελλοχεύουν. Οι περισσότερες/περισσότεροι εισέρχονται στο χώρο του Διαδικτύου θεωρώντας ότι είναι μόνο κάτι



θετικό και αυτό μπορεί να οφείλεται στο γεγονός ότι τα άτομα τα οποία δεν γνωρίζουν εις βάθος το αντικείμενο συχνά στηρίζονται σε απόψεις και δηλώσεις τρίτων.

Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι οι ερωτώμενες/ερωτώμενοι παραδέχτηκαν ότι ο παράγοντας εμπειρία είχε να κάνει με την σωστή άποψη γύρω από το Διαδίκτυο και ότι όσο πέραγε ο καιρός και το χρησιμοποιούσαν περισσότερο, τότε ήταν σε θέση να έχουν μια καλύτερα διαμορφωμένη άποψη. Συγκεκριμένα τα άτομα που είχαν μεγάλη εμπειρία στον Κυβερνοχώρο και έδωσαν συνεντεύξεις παρουσίασαν μια πιο ρεαλιστική αντίληψη (ως προς τα θετικά και τα αρνητικά στοιχεία του Διαδικτύου), καθώς είχαν έρθει αντιμέτωποι με ποικίλες καταστάσεις από ό,τι τα άτομα που είχαν λιγότερη εμπειρία. Επιπρόσθετα, μέσα από την ανάλυση των συνεντεύξεων φάνηκε πως τα κοινωνικά δίκτυα είναι τα πρώτα με τα οποία ασχολούνται όταν ξεκινούν να περιηγηθούν στο Διαδίκτυο και αποτελούν πλέον αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής τους.

Οι ερωτώμενες/ερωτώμενοι αποκάλυψαν ότι πλέον είναι σε θέση να διαχειρίζονται το χρόνο που σπαταλούν στο Διαδίκτυο καθώς οι περισσότεροι έχουν χάσει την αίσθηση του χρόνου πολλάκις και είναι ενήμερες/ενήμεροι για τις επιπτώσεις της πολύωρης χρήσης του Διαδικτύου και της αμέλειας των δραστηριοτήτων τους.

Είναι σε θέση να ξεχωρίζουν την πραγματική φιλία από τη διαδικτυακή και γνωρίζουν τη βαρύτητα του να μοιράζεσαι τα προσωπικά σου δεδομένα με αγνώστους. Έτσι, μπορούν και βοηθούν τους συνανθρώπους τους που παρουσιάζουν παρόμοιες συμπεριφορές με εκείνες που είχαν παλαιότερα οι ίδιοι έστω και για μία φορά.

Συμπερασματικά, βάσει όσων ειπώθηκαν πιο πάνω αλλά και από τις δηλώσεις των ίδιων των χρηστών μέσα από τη διεξαγωγή των συνεντεύξεων τίθεται επιτακτική η ανάγκη για σωστή ενημέρωση των νέων προς αποφυγή δύσκολων καταστάσεων στο μέλλον. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι οι νέοι δεν έχουν ξεκάθαρα στο μυαλό τους τι είναι Κυβερνοχώρος και τι κρύβεται πίσω από κάθε οθόνη και δεν γνωρίζουν πώς μπορούν να αντιμετωπίσουν μια τέτοια κατάσταση. Μόνο τα άτομα που είχαν πέσει θύματα απάτης απέκτησαν μετέπειτα σφαιρική αντίληψη για το φαινόμενο αυτό. Η σωστή ενημέρωση θα αποτελέσει την καλύτερη πρόληψη.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

### ΕΛΛΗΝΙΚΗ

- Αναστασόπουλος & Σκόρδας, (2001). Εισαγωγή στην Πληροφορική, Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Βαβουρανάκης, Χ. (1986). Στοιχεία πειραματικής Παιδαγωγικής. Αθήνα: Αυτοέκδοση Βιβλίο Κοινωνιολογίας, Γ' Λυκείου.
- Δημόπουλος, Γ. (2007). Συναισθήματα: Ο καθρέφτης της ψυχής. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Ζαφειροπούλου Μαρία (2016). Ποιοτική Ερευνητική Μεθοδολογία, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Τμήμα Ιατρικής.
- Θεοδωράκης, Γ. Γούδας, Μ., & Παπαιωάννου, Α. (2003). Η ψυχολογία της υπεροχής στον αθλητισμό. Θεσσαλονίκη, Εκδόσεις Χριστοδουλίδη.
- Θεοδώρου, Λένια, (2005), Internet Addiction, Εργασία ΠΜΣ, Πάντειο Πανεπιστήμιο, Αθήνα.
- Ίσαρη, Φ., Πουρκός, Μ., 2015. Ποιοτική μεθοδολογία έρευνας. [ηλεκτρ. βιβλ.] Αθήνα: Σύνδεσμος Ελληνικών Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών.
- Ιωσηφίδης Θεόδωρος, (2008). Ποιοτικές μέθοδοι έρευνας στις κοινωνικές επιστήμες - Σημειώσεις Πανεπιστημίου Αιγαίου.
- Μυλωνά Ιφιγένεια (2015). Σημειώσεις Ποιοτικές μέθοδοι έρευνας, ΤΕΙ Καστοριάς.
- Νέστορος Ιωάννης (2000). Σύγχρονες απόψεις για το ρόλο των συναισθημάτων στην ψυχική υγεία. Στο Μ. Ι. Βάμβουκας & Α. Δ. Πεδιαδίτης (Επιμέλεια), *Δύσκολες μορφές συμπεριφοράς στη σχολική τάξη*. Ρέθυμνο, 82-103.
- Κατερίνα Κεδράκα (2008). Μεθοδολογία Λήψης Συνέντευξης.
- Καφέτσιος, Κ. (2005). Δεσμός, συναίσθημα και διαπροσωπικές σχέσεις. Αθήνα: Τυπωθήτω, 32-66.
- Καψάλης, Α. (2003). Παιδαγωγική Ψυχολογία, Θεσσαλονίκη : Εκδ. Αφοι Κυριακίδη.
- Κιλαμπέρια, (2016). Ο εθισμός στο Διαδίκτυο: Μια νέα μορφή εξάρτησης.
- Κούρτη, Ε. (2003). Η επικοινωνία στο Διαδίκτυο. Αθήνα: Ελληνικά γράμματα.
- Κυριαζή, Ν. (1998). Η κοινωνιολογική έρευνα, κριτική επισκόπηση των μεθόδων και τεχνικών, Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα, 262, 122-126.
- Κωνσταντίνος Αποστολόπουλος, Ευαγγελία Γεωργιανογιάννη, Αναστασία Κανέλλου, Άννα Σαΐτη, Δέσποινα Σδράλη, Διαμάντω Τριάδη (2014). Οικιακή Οικονομία Α' Γυμνασίου.
- Κωνσταντίνος Γ. Μπίκος (2011). Κοινωνικές σχέσεις και αλληλεπίδραση στη σχολική τάξη, Θεσσαλονίκη: Ζυγός.
- Κωνσταντίνος Ευθυμίου, Αργαλιά ευτυχία, Κασκαμπά Ευγενία, Μακρή Αθανασία, (2013). Οικονομική κρίση και ψυχική υγεία, Περιοδικό ΕΓΚΕΦΑΛΟΣ.
- Κωνσταντίνος Καφέτσιος (2005). Δεσμός, συναίσθημα και διαπροσωπικές σχέσεις, Αθήνα: Τυπωθήτω.
- Λάγιος, Β. (2007). Το Στίγμα στην πολιτισμική μειονότητα των Τσιγγάνων. Ερευνητικά δεδομένα, Στο Π, Γεωργογιάννης (επιμ.), Μετανάστευση, Ελληνικά ως δεύτερη ή ξένη γλώσσα & Διαπολιτισμική Εκπαίδευση., Πρακτικά 10ου Διεθνούς Συνεδρίου, Πάτρα: ΚΕ.Δ.ΕΚ.

Λούλος, Δ. (2002). Έκφραση Έκθεση. Θεσσαλονίκη: Ζήτη.

Μάτσα, Κ. (2009). Εξάρτηση από το Διαδίκτυο: Η πιο σύγχρονη μορφή τοξικομανίας, Τετράδια Ψυχιατρικής, 108, 79-81, 78-86.

Μπάρδης, Νικολόπουλος & Μπράττος, (2007). Μελέτες Εφαρμογές και Υλοποίηση Δικτύων Η/Υ, Αθήνα: Γκιούρδας Β.

Οικονομάκου Κατερίνα, (2005). «Kids online: Η πορνογραφία σερφάρει στο Διαδίκτυο», Ταχυδρόμος, 34-40.

Παληός, Ζ . (2006). Σημειώσεις από το μάθημα Κοινωνιολογία της Εκπαίδευσης, Δ.Κ.Σ ., Πανεπιστήμιο Κρήτης.

Παπαδάκη - Μιχαηλίδη, Ε . (1998). Η σιωπηλή γλώσσα των συναισθημάτων: Η μη λεκτική επικοινωνία στις διαπροσωπικές σχέσεις. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα, 71, 72, 23-27, 65-67.

Παρασκευοπούλου-Κόλλια, Ε . Α . (2016). Μεθοδολογία ποιοτικής έρευνας στις κοινωνικές επιστήμες και συνεντεύξεις. Ανοικτή Εκπαίδευση: το περιοδικό για την Ανοικτή και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευση και την Εκπαιδευτική Τεχνολογία, 4(1), 72-81.

Σιώμος, (2008). Εθισμός των Εφήβων στους Ηλεκτρονικούς Υπολογιστές και το Διαδίκτυο: Ψυχιατρικά Συμπτώματα και Διαταραχές Ύπνου, Διδακτορική Διατριβή, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τμήμα Ιατρικής, Λάρισα.

Σιώμος, Σφακιανάκης & Φλώρος, (2012). Patterns of choices on video game genres and Internet addiction. Cyber psychology, Behavior and Social Networking, 15, 417–424.

Σκαρπέλος, Γ. (1999). Terra Virtualis. Η Κατασκευή του Κυβερνοχώρου. Αθήνα: Νεφέλη.

Σφακιανάκης, Ε., Σιώμος, Κ., & Φλώρος, Γ. (2012). Εθισμός στο Διαδίκτυο και άλλες διαδικτυακές συμπεριφορές υψηλού κινδύνου. Αθήνα: Λιβάνη.

Φίλιας, Β . (1993). Εισαγωγή στη μεθοδολογία και τεχνικές των κοινωνικών ερευνών, Αθήνα, Gutenberg, Συνεργάτες: Σπουδαστήριο Κοινωνιολογίας ΠΑΣΠΕ και Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών.

Φραγκουλίδου, Φ. (2006). Έφηβοι και διαδίκτυο : μελέτη των επιδράσεων του διαδικτύου στους εφήβους χρήστες. Διδακτορική διατριβή. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.

Χτούρης, Σ. (2004). Ορθολογικά συμβολικά δίκτυα- global states και εθνικά Χόμπιτ. Αθήνα: Νήσος, 31.

## ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ

Ancker, J., Carpenter, K., Greene, P., Hoffman, R., Kukafka, R., Marlow, L., Prigerson, H., & Quillin, J. (2009). Peer-to-Peer communication, cancer prevention, and the Internet. Journal of Health Communication: International Perspectives, 14(1), 38-46 and social support networks in Internet addiction. Society, 5, 34-47

Ando, R., & Sakamoto, A. (2007). The effect of cyber-friends on loneliness and social anxiety: Differences between high and low self-evaluated physical attractiveness groups. Computers in Human Behavior, 24, 993–1009.

Antaki, C. and Rapley, M. (1996). ‘ “Quality of life” talk: the liberal paradox of psychological testing’, Discourse and society, 7 (3), 293-316.

- Argyle, M. (2007). Οι διαφορές των φύλων στις στενές σχέσεις. Στο D. Miell & R. Dallos (Eds.), Διαπροσωπικές σχέσεις: Μια συνεχής κοινωνική αλληλεπίδραση. (σσ. 362-373). Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Bargh, J., & McKenna, K. (2004). The internet and social life. *Annual Review of Psychology*, 55, 1-23.
- Barrett, L. F. (2004). Feelings or words? Understanding the content in self-report ratings of emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 266-281.
- Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Cyber Psychology & Behavior*, 4(3), 377-383.
- Bell Judith, (1997). Μεθοδολογικός σχεδιασμός παιδαγωγικής και κοινωνικής έρευνας. Gutenberg, Ελληνική απόδοση: Ρήγα, Α. Β.
- Borg, W. R. (1981). *Applying Educational research: a practical guide for teachers*. New York, Longman.
- Bretherton & Munholland, retherton I, Munholland KA (1999). "Internal Working Models in Attachment Relationships: A Construct Revisited". In Cassidy J, Shaver PR. *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications*. New York: Guilford Press. pp. 89–114.
- Bryant, E. M., & Marmo, J. (2012). The rules of Facebook friendship: A two-stage examination of interaction rules in close, casual, and acquaintance friendships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29, 1013-1035.
- Campos, J. J., Barrett, K. C., Lamb, M. E., Goldsmith, H. H., & Stenberg, C. (1983). Socioemotional development. In E Mussen (Series Ed.) & J. J. Campos & M. H. Haith (Vol. Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 2. Infancy and developmental psychobiology*. New York: Wiley.
- Campos, J. J., & Stenberg, C. (1981). Perception, appraisal, and emotion: The onset of social referencing. In M. E. Lamb & L. R. Sherrod (Eds.), *Infant social cognition: Empirical and theoretical considerations* (pp. 217-314), Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cannon, W.B. (1927). "The James-Lange theory of emotions: A critical examination and an alternative theory". *The American Journal of Psychology*. 39: 106–124.
- Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic Internet use. *Journal of Communication*, 55, 721–736.
- Carlson, J., & Hatfield, E. (1992). *Psychology of Emotion*. United States of America: Harcourt Brace Jovanovich College Publishers.
- Christakis, D. (2010). Internet addiction: A 21st century epidemic? *BMC Medicine*, 8(61), 1-3.
- Cicourel, A. V. (1964). *Method and measurement in Sociology*, New York, The free press.
- Cohen, L. and Manion, L. (1992) *Research methods in education* (3rd edition). London, Routledge
- Crary, J. (1995). "Interzone", *World Art: The magazine of Contemporary Visual Arts*, 4, 65-6.
- Czincz, J., & Hechanova, R. (2009). Internet addiction: Debating the diagnosis. *Journal of Technology in Human Services*, 27(4), 257-272.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.

- Dennis Howitt (2010). *Introduction to Qualitative Methods in Psychology*, Prentice Hall.
- Derks, D., Bos, A., & Grumbkow, J. (2007). Emoticons and social interaction on the Internet: the importance of social context. *Computers in Human Behavior*, 23, 842-849.
- Derks, D., Fischer, A., & Bos, A. (2008). The role of emotion in computer-mediated communication: A review. *Computers in Human Behavior*, 24, 766–785.
- Douglas A. C., Mills J. E., Niang M., Stepchenkova S., Byun S., Ruffinia C., et al. (2008). Internet addiction: meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996–2006. *Comput. Hum. Behav.* 24 3027–3044.
- Eisner, W.E. (1991). *The enlightened eye, qualitative inquiry and the enhancement of educational practice*, New York, Macmillan.
- FAO (1990). *The community's toolbox: The idea, methods and tools for participatory assessment, monitoring and evaluation in community forestry*.
- Fogel, J., & Nehmad, E. (2009). Internet social network communities: Risk taking, trust, and privacy concerns. *Computers in Human Behavior*, 25, 153–160.
- Frangos, C., Frangos, C., & Kiohos, A. (2010). Internet addiction among Greek university students: Demographic associations with the phenomenon, using the Greek version of Young's Internet Addiction Test. *International Journal of Economic Sciences and Applied Research*, 3(1), 49-74.
- Grohol, J., M. (2009). Too much time online: Internet addiction or healthy social interactions? *Cyber Psychology & Behavior*, 2(5), 395-401.
- Hardie, E. and Tee, M.Y. (2007) Excessive Internet use. The role of personality, loneliness and social support networks in Internet addiction. *Australian Journal of Emerging Technologies and Society*, 5, 34-47.
- Helena Bukvova, (2012) "A holistic approach to the analysis of online profiles", *Internet Research*, Vol. 22 Issue: 3, 340-360.
- Hinić, D. (2011). Problems with 'Internet addiction', diagnosis and classification. *Psychiatria Danubina*, 23(2), 145–151.
- Howe, D. (2011). *Attachment Across the Lifecourse: A Brief Introduction*, London: Palgrav
- Huang, A., Yen, D., & Zhang, X. (2008). Exploring the potential effects of emoticons. *Information & Management*, 45, 466–473.
- Hughes, D., 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, 561–569.
- Issari, P., & Karayianni, Th. (2013). Greek mothers' narratives of the construct of parental involvement. *The European Journal of Counselling Psychology*.
- Johnson, D. (1984), "Planning Small-scale Research", στο Bell, J., Bush, T., Fox, A., et al., *Conducting Small-scale Investigations in Educational Management*. London, Harper and Row.
- P. N. Johnson-laird & Keith Oatley (1992). Basic emotions, rationality, and folk theory, *Cognition & Emotion*, 6:3-4, 201-223.
- Jung, Y., Song, H., & Vorderer, P. (2012). Why do people post and read personal messages in public? The motivation of using personal blogs and its effects on users' loneliness, belonging, and well-being. *Computers in Human Behavior*, 28(5), 1626–1633.

- Keltner, D., & Gross, J. (1999). Functional Accounts of Emotions. *Cognition and Emotion*, 13(5), 467-480.
- Kitwood, T. M., (1977). Values in adolescent life: towards a critical description, Ph.D. dissertation, School of research in education, University of Bradford.
- Chih-Hung Ko, Ju-Yu Yen, Shu-Chun Liu & Chi-Fen Huang, Cheng-Fang Yen, (2009). Journal of Adolescent Health, The Associations Between Aggressive Behaviors and Internet Addiction and Online Activities in Adolescents, 44(6): 598-605.
- Kvale, S. (1996). Interviews, an introduction to qualitative research interviewing, Thousand Oaks, SAGE Publications.
- Landa, S., & Duschinsky, R. (2013) "Crittenden's dynamic-maturational model of attachment and adaptation." *Review of General Psychology* 17 : 3.
- Leiner, B.M. et al (2003). "Histories of the Internet: A Brief History of the Internet", (<http://www.isoc.org/internet/history/brief.shtml>).
- Lin, K., & Lu, H. (2011). Why people use social networking sites: An empirical study integrating network externalities and motivation theory. *Computers in Human Behavior*, 27, 1152–1161.
- Lincoln, Y. S. and Guba, E. (1985). *Naturalistic Inquiry*, SAGE, Beverly Hills.
- Liu, T., Desai, R., Krishnan-Sarin, S., Cavallo, D., & Potenza, M. (2011). Problematic Internet use and health in adolescents: Data from high school survey in Connecticut. *Journal of Clinical Psychiatry*, 72, 836–845.
- McKenna, K., Green, A., & Gleason, M. (2002). Relation formation on the Internet. What's the big attraction? *Journal of Social Issues*, 58(1), 9-31.
- Mehroof, M., & Griffiths M. D. (2010). Online gaming addiction: The role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety. *Cyber Psychology, Behavior and Social Networking*, 13, 313-316.
- Mesch, G., & Talmud, I. (2006a). Online friendship formation, communication channels, and social closeness. *International Journal of Internet Science*, 1(1), 29-44.
- Mesch, G., & Talmud, I. (2006b). The quality of online and offline relationships: The Role of multiplexity and duration of social relationships. *The Information Society*, 22, 137– 148.
- Miell, D., & Dallos, R. (2007). Διαπροσωπικές σχέσεις: Μια συνεχής κοινωνική αλληλεπίδραση. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Mok, Wellman & Basu, 2007 Mok, D., Wellman, B., & Basu, R. (2007). Did distance matter before the Internet? Interpersonal contact and support in the 1970s, *Social Networks*, 29(3), 430-461.
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16, 13–29.
- Morawski, J. G (1994). *Practicing feminisms, reconstructing psychology: Notes on a liminal science*. Ann Arbor: University of Michigan Press.
- Moser, C. A., and Kalton, G. (1971). "Survey methods in social investigation." *Survey methods in social investigation*, London: Heinemann.
- Muller, K., Glaesmer, H., Brahler, E., Woelfling, K., & Beutel, M. (2014). Prevalence of internet addiction in the general population: results from a German population-based survey. *Behaviour & Information Technology*, 33(7), 757-766.

- Niedenthal, P. M., Krauth-Gruber, S., & Ric, F. (2011). Ψυχολογία του συναισθήματος: Διαπροσωπικές, βιωματικές και γνωστικές προσεγγίσεις. Αθήνα: Τόπος, 22, 80-84, 71, 417-433.
- Oatley, K., & Jenkins, J. (2004). Συγκίνηση: Ερμηνείες και κατανόηση. Αθήνα: Παπαζήση, 41-59.
- Oppenheim, A. N. (1992) Questionnaire design, interviewing and attitude measurement, London: Pinter.
- Park, S., Kim, J., & Cho, C. (2008). Prevalence of Internet addiction and correlations with family factors among South Korean adolescents. *Adolescence*, 43, 895-909.
- Parks, M., Floyd K. (1996). Making friends in cyberspace. *Journal of Communication*, 46(1), 80-97.
- Payne, G., & Williams, M. (2005). Generalization in qualitative research. *Sociology*, 39(2), 295-314.
- Peshkin, (1985). *Virtuous subjectivity in the participant observer's, I's. Exploring clinical methods for sound research*, SAGE, Beverly Hills.
- Peter, C., Rossmann, C., & Keyling, T. (2014). Roles of direct and indirect social information in conveying health messages through social network sites. *Journal of Media Psychology*, 26(1), 19-28.
- Catherine Kohler Riessman (2008). *Narrative Methods for the Human Sciences*, CA, USA: SAGE Publications.
- Carl Ransom Rogers (1959). *A Theory of Therapy, Personality and Interpersonal Relationships as Developed in the Client-centered Framework*. In (ed.) S. Koch, *Psychology: A Study of a Science. Vol. 3: Formulations of the Person and the Social Context*, New York: McGraw Hill.
- Rubin, J. H. and Rubin, S. I. (1995). *Qualitative Interviewing, The art of hearing data*. London, SAGE Publications.
- Sapounidis T, & A. Tsirantonakis, (2004). *Internet and Services.*, Thessaloniki, Copy City.
- Sapounidis T, & A. Tsirantonakis,(2004). *Personal Computers and Applications.*, Thessaloniki, Copy City.
- Schachter, S. & Singer, J. E. (1962). Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review*, 69, 379-399.
- Schutz, A. (1967). *The Phenomenology of the Social World*. Evanston, IL: Northwestern University Press.
- Selltiz, C., Jahoda, M., Deutsch, M. and Cook, S. W. (1962). *Research Methods in Social Relations*, New York, Holt, Rinehart and Winston.
- Serin, N. (2011). An examination of predictor variables for problematic internet use. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 10(3), 54-62.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., & Stein, D. J. (2003). Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17, 207-216.
- Silverman, D. (2000). *Doing qualitative research: A practical handbook*. Thousand Oaks, CA: Sage, 176, 178.
- Smahel, D., Brown, B., & Blinka, L. (2012). Associations between online friendship and internet addiction among adolescents and emerging adults. *Developmental Psychology*, 48(2), 381-388.

- Solomon, R.L. & Corbit, J.D. (1974). An opponent-process theory of motivation: I. Temporal dynamics of affect. *Psychological Review*, 81, 119- 145.
- Stevens, R. (2007). Οι διαφορές των φύλων στις στενές σχέσεις. Στο D. Miell & R. Dallos (Eds.), *Διαπροσωπικές σχέσεις: Μια συνεχής κοινωνική αλληλεπίδραση*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα, 362-373.
- Strauss, A. and Corbin, J. (1994) .Grounded theory methodology: An overview.Στο N. K. Denzin and Y. S. Lincoln (eds.), *Handbook of qualitative research*, Thousand Oaks, CA: SAGE, 117-142.
- Talbot, R. and Edwards, A. (1994). *Hard-pressed researcher. A research handbook for the caring professions*, Essex, Longman Group Limited.
- Tan, X., Qin, L., Kim, Y., & Hsu, J. (2012). Impact of privacy concern in social networking web sites. *Internet Research*, 22(2), 211-233.
- S., Rocío Martínez-Torres, M., Barrero, F., & Cortés, Fr. (2009). An empirical study of the driving forces behind online communities
- Tu, Ch. (2002). The relationship between social presence and online privacy. *Internet and Higher Education*, 5, 293–318.
- Tuckman, B. W. (1972). *Conducting educational research*, New York, Harcourt Brace Jovanovich.
- Umemura, T., Jacobvitz, D., Messina, S. & Hazan, N. (2013) „Do toddlers prefer the primary caregiver or the parent with whom they feel more secure?“ *Infant Behavior and Development* 36(1): 102–114
- Utz, S., & Kramer, N. (2009). The privacy paradox on social network sites revisited: The role of individual characteristics and group norms.
- Utz, S. (2010). Show me your friends and I will tell you what type of person you are: How one's profile, number of friends, and type of friends influence impression formation on social network sites, 15, 314–335.
- Verderber, R. and Verderber, K., (2006). *Δεξιότητες διαπροσωπικής επικοινωνίας*, Αθήνα: Έλλην.
- Wallace, P. (2001). *The psychology of the Internet*. United States of America: Cambridge University Press.
- Warden, N., Phillips, J., & Ogloff, J. (2004). Internet Addiction. *Psychiatry, Psychology and Law*, 11(2), 280-295.
- Waters, S., & Ackerman, J. (2011). Exploring privacy management on Facebook: Motivations and perceived consequences of voluntary disclosure. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 17, 80-84, 101–115.
- Weisgerber, C.(2011). Turning to the Internet for Help on Sensitive Medical Problems. *Information, Communication & Society*, 7(4), 554-574.
- WEST LOTHIAN COUNCIL (Editor) (2012.): Chapter 8: Semi-structured interview. Livingston: West Lothian Council.
- Widyanto , L., & Griffiths, M. (2006). Internet addiction: A critical review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4, 31–51.
- Wolak, J./K. J. Mitchell & D. Finkelhor (2003). “Escaping or Connecting? Characteristics of Youth Who Form Close Online Relationships”, *Journal of Adolescence*, 26(1), 105-119.
- Wright, M., & Li, Y. (2011). The associations between young adults' face-to-face prosocial behaviors and their online prosocial behaviors. *Computers in Human Behavior*, 27, 1959–1962.



Yates, T. M., Gregor, M. A., & Haviland, M. G. (2012). Child maltreatment, alexithymia, and problematic internet use in young adulthood. *Cyber Psychology, Behavior and Social Networking*, 15(4), 219-225.

Yellowlees, P., & Marks, S. (2007). Problematic Internet use or Internet addiction? *Computers in Human Behavior*, 23, 1447–1453.

Young, K. S. (1998). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology & Behavior*, 3, 237-244.

Zhang, L., Amos, C., & McDowell, W. (2008). A comparative study of Internet addiction between the United States and China. *Cyber Psychology and Behavior*, 11, 727–729.

Zhou, T. (2011). Understanding online community user participation: A social influence perspective. *Internet Research*, 21(1), 67-81.

### **ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΕΣ:**

<http://www.freesymbolforum.com/index.php?topic=4151.0:wap2>

<http://www.kriti24.gr/diakikio-ke-schesis-o-erotas-me-ena-klik/>

<http://www.nicola-doering.de/wp-content/uploads/2014/08/Blumer-Döring-2012-Are-we-the-same-online.pdf>

[http://img.ebw.gr/Content/Siomos\\_2.pdf](http://img.ebw.gr/Content/Siomos_2.pdf)

[http://www.brainfitness.gr/index.php?option=com\\_content&view=article&id=72%3A2011-12-04-00-40-40&catid=10%3A2010-12-26-23-59-25&Itemid=15&lang=el](http://www.brainfitness.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=72%3A2011-12-04-00-40-40&catid=10%3A2010-12-26-23-59-25&Itemid=15&lang=el)

<http://www.help-line.gr/στηπρωματα-συμβουλεσ/>

<https://blogs.sch.gr/3nipelef/files/2010/12/nonverbal-comunication.pdf>

<http://www.psychologo.gr/site/diaprosoyikes-sxeseis.html>  
<http://internetaddiction18ano.wordpress.com/>