



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ**  
**ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ**  
**ΠΡΟΝΟΙΑΣ ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ**  
**Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών στην «Ψυχική Υγεία»**

**ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**«Ο εθισμός των παιδιών και των εφήβων, ηλικίας 12-18 ετών, στο διαδίκτυο:  
Οι απόψεις των γονέων σχετικά με το επίπεδο χρήσης του διαδικτύου.»**

**Ντόρβα Χριστίνα**  
**Κοινωνική Λειτουργός Π.Ε.**

Επιβλέπων:

Σωκράτης Καραουλάνης Ψυχίατρος Επιμελητής Β΄

Τριμελής Επιτροπή:

Σωκράτης Καραουλάνης Ψυχίατρος Επιμελητής Β΄,  
Κωνσταντίνος Μπονώτης Επίκουρος Καθηγητής Ψυχιατρικής,  
Αλέξανδρος Θωμάς Ψυχίατρος

**Λάρισα, 2020**

## **ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ**

Για την περάτωση των σπουδών μου και την ολοκλήρωση της παρούσας διπλωματικής εργασίας οφείλω να ευχαριστήσω τους ανθρώπους που συνέβαλαν στην κατεύθυνση αυτή.

Με την ολοκλήρωση της διπλωματικής μου εργασίας νιώθω την ανάγκη να ευχαριστήσω θερμά τον κ. Σωκράτη Καραουλάνη, επιβλέπων καθηγητή και επιστημονικό συνεργάτη του μεταπτυχιακού προγράμματος στην «Ψυχική Υγεία», για την άψογη συνεργασία για την ολοκλήρωση της διπλωματικής εργασίας. Ιδιαίτερες ευχαριστίες στους κυρίους Θωμά Αλέξανδρο και Μπονώτη Κωνσταντίνο για τη συμμετοχή τους στην εξεταστική επιτροπή και στο σύνολο του λοιπού Ακαδημαϊκού και μη προσωπικού του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας για τη συμβολή τους στην ολοκλήρωση του Προγράμματος Σπουδών

Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω τον αγαπημένο μου φίλο Γιώργο Χατζήνα για τις χρήσιμες συμβουλές του και την οικογένεια μου για την αμέριστη υποστήριξη.

## Περίληψη

**Εισαγωγή:** Στη σύγχρονη εποχή, το διαδίκτυο αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας του ανθρώπου. Ο εθισμός στο διαδίκτυο πρόκειται για ένα φαινόμενο, που αναπτύσσεται ραγδαία και αφορά ιδιαίτερα τόσο τους εφήβους όσο και τα παιδιά.

**Σκοπός:** Ο σκοπός αυτής της μελέτης ήταν να διερευνήσει τον βαθμό χρήσης του Διαδικτύου από τους προ-εφήβους και τους εφήβους από τη γονική άποψη

**Μέθοδος:** Οι συμμετέχοντες στη μελέτη αποτελούνταν από γονείς προ-εφήβων και εφήβων (12-18 ετών) του νομού Λάρισας. Ο καθορισμός του δείγματος έγινε μέσω τυχαιοποιημένης έρευνας. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε με προτυπωμένα ερωτηματολόγια στην Ελληνική γλώσσα καθώς και ερωτηματολόγια που αφορούν σε κοινωνικο-δημογραφικά στοιχεία. Η συμμετοχή ήταν ανώνυμη και προαιρετική. Για να προσδιοριστούν τα ποσοστά εθισμού των παιδιών στο διαδίκτυο, οι γονείς συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT) της Dr. Kimberly S. Young. Για τις στατιστικές αναλύσεις χρησιμοποιήθηκε το SPSS (Statistical Package for Social Sciences), ενώ ως επίπεδο σημαντικότητας της μελέτης επιλέχθηκε το 5%.

**Αποτελέσματα:** Από το σύνολο των 81 παιδιών, και σύμφωνα πάντα με την άποψη των γονέων, φάνηκε ότι φυσιολογική χρήση του διαδικτύου κάνουν τα 59 (72,8%) που αναγνωρίζονται ως μέσοι χρήστες του διαδικτύου, τα 22 (27,2%) αναγνωρίζονται ως άτομα με ήπιο εθισμό στο διαδίκτυο, ενώ κανένα παιδί δεν εμφανίζεται να εμφανίζει σημαντικά προβλήματα εθισμού. Η έκταση του εθισμού στα παιδιά προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας εμφανίζεται σε χαμηλό επίπεδο.

**Συμπεράσματα:** Επιβεβαιώθηκε ότι οι παράγοντες που προβλέπουν τον εθισμό των παιδιών στο διαδίκτυο είναι οι ώρες χρήσης του διαδικτύου, το είδος ενασχόλησης σε αυτό, η ηλικία τους, και η μειωμένη σχολική επίδοση, όπως ήδη αναφέρεται στην υπάρχουσα βιβλιογραφία. Τέλος, τα ευρήματα προσφέρουν προτάσεις και ιδέες για μελλοντικές μελέτες που θα φανούν χρήσιμες για τη πρόληψη και αντιμετώπιση του φαινομένου και για την ενημέρωση της οικογένειας και των υπεύθυνων φορέων.

**Λέξεις κλειδιά:** Εθισμός, διαδίκτυο, έφηβοι, παιδιά, γονείς.

## Abstract

**Introduction:** In the modern era, the internet constitutes an integral piece of everyday routine of people. The internet addiction is a phenomenon that is growing rapidly and is particularly prevalent in teenagers.

**Purpose:** The purpose of this study was to investigate the degree of Internet use of pre-adolescents and adolescents from parental perspective.

**Method:** The participants in the study consisted of parents of pre-adolescents adolescents (12-18 years old) of the prefecture of Larissa. The sample of participants was determined through the technique of random assignment. The study was conducted with preprinted questionnaires in the Greek language, as well as with questionnaires referring to the sociodemographic elements. It consisted of anonymous and voluntary participation. To determine the rate of children's addiction to the Internet, parents the Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT) by Dr. Kimberly S. Young. For the statistical analysis was used the SPSS (Statistical Package for Social Sciences), while as the level of significance of the study was selected 5%.

**Results:** Out of a total of 81 children, and always according to the parents' opinion, it appeared that the normal use of the internet is made by 59 (72.8%) who are recognized as average internet users, 22 (27.2%) are recognized as individuals. with mild internet addiction, while no child appears to have significant addiction problems. The prevalence of addiction in pre-adolescent and adolescent is low.

**Conclusions:** It has been confirmed that the factors that predict children's addiction to the internet are the hours of internet use, the type of engagement in it, their age, and the reduced school performance, as already mentioned in the existing literature.as already mentioned in the existing bibliography. Finally, the results offer suggestions and ideas for future researches that will be useful for the prevention and treatment of the phenomenon and for the information of the family and responsible institutions.

**Keywords:** addiction, internet, adolescents / teenagers, adolescence, parents.

# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

<b>ΠΕΡΙΛΗΨΗ .....</b>	<b>3</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>4</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ .....</b>	<b>5</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΠΙΝΑΚΩΝ .....</b>	<b>7</b>
<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΩΝ.....</b>	<b>8</b>
<b>ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....</b>	<b>10</b>
<b>ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ.....</b>	<b>12</b>
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1. ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ.....</b>	<b>12</b>
1.1 ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ .....	12
1.2. ΤΑ ΘΕΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ.....	13
1.3. ΤΑ ΑΡΝΗΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ .....	15
1.4 ΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΕΙ ΕΝΑ ΠΑΙΔΙ / ΕΦΗΒΟΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ.....	15
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2. ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ.....</b>	<b>17</b>
2.1. ΔΙΑΓΝΩΣΤΙΚΑ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΤΟΥ ΕΘΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ.....	17
2.2. ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΕΘΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ.....	19
2.3. ΤΥΠΟΙ ΕΘΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ .....	21
2.4 ΑΙΤΙΑ ΚΑΙ ΣΥΝΟΣΗΡΟΤΗΤΑ ΕΘΙΣΜΟΥ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ.....	22
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3. ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ .....</b>	<b>24</b>
3.1. Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ .....	24
3.2 ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ, ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΚΑΙ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ.....	26
3.2.1. Υποστηρικτικές δομές για εφήβους εθισμένους στο διαδίκτυο και τις οικογένειες τους, διεθνώς.....	27
3.2.2. Υποστηρικτικές δομές για εφήβους εθισμένους στο διαδίκτυο και τις οικογένειες τους, στην Ελλάδα. ....	28
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4. ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ.....</b>	<b>29</b>

4.1. ΈΡΕΥΝΕΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ.....	29
4.2. ΈΡΕΥΝΕΣ ΔΙΕΘΝΩΣ.....	30
<b>ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΡΟΣ.....</b>	<b>34</b>
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5. ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΜΠΕΙΡΙΚΗΣ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗΣ.....</b>	<b>34</b>
5.1. ΣΚΟΠΟΣ, ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΙ ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ .....	34
5.2. ΜΕΘΟΔΟΙ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗΣ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ.....	36
5.3. ΜΕΘΟΔΟΙ ΑΝΑΛΥΣΗΣ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ .....	39
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6. ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΕΜΠΕΙΡΙΚΗΣ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗΣ.....</b>	<b>43</b>
6.1. ΤΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ.....	43
6.2. ΟΙ ΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ ΤΟΥ ΔΕΙΓΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΘΙΣΜΟ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΠΡΟΕΦΗΒΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΦΗΒΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ.....	49
6.3. Ο ΕΘΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΠΡΟΕΦΗΒΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΦΗΒΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΣΥΝΟΛΙΚΗΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΤΟΥ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ.....	53
6.3.1 <i>Η Συνολική Βαθμολογία του Ερωτηματολογίου.....</i>	<i>53</i>
6.3.2 <i>Η επίδραση των Χαρακτηριστικών του Δείγματος στον Εθισμό βάσει της Συνολικής Βαθμολογίας του Ερωτηματολογίου.....</i>	<i>53</i>
6.4. Ο ΕΘΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΠΡΟΕΦΗΒΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΦΗΒΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΚΑΤΑΤΑΞΗΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΕ ΟΜΑΔΕΣ.....	59
6.4.1 <i>Η Κατανομή των Παιδιών στις Ομάδες Εθισμού.....</i>	<i>59</i>
6.4.2 <i>Η επίδραση των Χαρακτηριστικών του Δείγματος στην Κατανομή των Παιδιών στις Ομάδες Εθισμού.....</i>	<i>60</i>
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7. ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ</b>	<b>64</b>
<b>ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....</b>	<b>66</b>
ΞΕΝΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	66
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ .....	71
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΕΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΕΙΣ.....	73
<b>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ – ΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΤΗΣ ΈΡΕΥΝΑΣ.....</b>	<b>74</b>

## Περιεχόμενα Πινάκων

Πίνακας 1. Περιγραφή του Δείγματος ως προς τα Χαρακτηριστικά του (Ποιοτικές Μεταβλητές) .....	44
Πίνακας 2. Περιγραφή του Δείγματος ως προς τα Χαρακτηριστικά του (Ποσοτικές Μεταβλητές) .....	45
Πίνακας 3. Οι Αποκρίσεις του δείγματος στις ερωτήσεις του Ερωτηματολογίου PCIAT .....	51
Πίνακας 4. Περιγραφικά Στατιστικά Μέτρα (Μέσος Όρος και Τυπική Απόκλιση) της Συνολικής Βαθμολογίας Εθισμού.....	53
Πίνακας 5. Συντελεστές Συσχέτισης μεταξύ της Συνολικής Βαθμολογίας Εθισμού των Παιδιών και των Χαρακτηριστικών του Δείγματος (Ποσοτικές Μεταβλητές) ....	54
Πίνακας 6. Έλεγχοι Ανάλυσης Διακύμανσης για την επίδραση των Χαρακτηριστικών του Δείγματος (Ποιοτικές Μεταβλητές) στη Συνολική Βαθμολογία Εθισμού των Παιδιών .....	56
Πίνακας 7. Η Ομαδοποίηση των Παιδιών βάσει έντασης Εθισμού .....	59
Πίνακας 8. Έλεγχοι Ανάλυσης Διακύμανσης για την επίδραση των Χαρακτηριστικών του Δείγματος (Ποσοτικές Μεταβλητές) στην Ομαδοποίηση των Παιδιών βάσει Εθισμού.....	61
Πίνακας 9. Έλεγχοι $\chi^2$ Ανεξαρτησίας για την επίδραση των Χαρακτηριστικών του Δείγματος (Ποιοτικές Μεταβλητές) στην Ομαδοποίηση των Παιδιών βάσει Εθισμού .....	62

## Περιεχόμενα Διαγραμμάτων

Διάγραμμα 1: Το Φύλο του Δείγματος.....	45
Διάγραμμα 2: Το Εκπαιδευτικό Επίπεδο του Πατέρα στο Δείγμα.....	45
Διάγραμμα 3: Το Εκπαιδευτικό Επίπεδο της Μητέρας στο Δείγμα.....	46
Διάγραμμα 4: Οι Ώρες Εργασίας του Πατέρα στο Δείγμα.....	46
Διάγραμμα 5: Οι Ώρες Εργασίας της Μητέρας στο Δείγμα.....	47
Διάγραμμα 6: Η Ηλικία Πρόσβασης στο Διαδίκτυο για τα παιδιά του δείγματος.....	47
Διάγραμμα 7: Οι λόγοι σύνδεσης στο Διαδίκτυο για τα παιδιά του δείγματος.....	48
Διάγραμμα 8: Η Σχολική Βαθμολογία των παιδιών του δείγματος.....	48
Διάγραμμα 9: Η Ηλικία Παιδιών, η Ηλικία Πατέρα, η Ηλικία Μητέρας και οι Εβδομαδιαίες Ώρες Σύνεσης στο δείγμα.....	49
Διάγραμμα 10: Διάγραμμα Διασποράς μεταξύ της Ηλικίας και της Βαθμολογίας Εθισμού των Παιδιών του δείγματος.....	55
Διάγραμμα 11: Διάγραμμα Διασποράς μεταξύ των Εβδομαδιαίων Ωρών Σύνδεσης στο Διαδίκτυο και της Βαθμολογίας Εθισμού των Παιδιών του δείγματος.....	55
Διάγραμμα 12: Το Μέσο Επίπεδο Εθισμού στις ομάδες των παιδιών βάσει σχολικής βαθμολογίας.....	57
Διάγραμμα 13: Το Μέσο Επίπεδο Εθισμού ανάλογα με το κατά πόσον τα παιδιά του δείγματος χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για να συνδεθούν με Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης.....	58
Διάγραμμα 14: Το Μέσο Επίπεδο Εθισμού ανάλογα με το κατά πόσον τα παιδιά του δείγματος χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για να ενημερωθούν και να πληροφορηθούν.....	58
Διάγραμμα 15: Η Ομαδοποίηση των Παιδιών βάσει έντασης Εθισμού.....	60



Διάγραμμα 16: Μέσοι Όροι της Ηλικίας των Παιδιών και των Εβδομαδιαίων Ωρών Σύνδεσής τους στο Διαδίκτυο στις Ομάδες Εθισμού .....	61
Διάγραμμα 17: Η κατανομή των παιδιών που χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης στις Ομάδες Εθισμού .....	63
Διάγραμμα 18: Η κατανομή των παιδιών βάσει Σχολικής Βαθμολογίας μεταξύ των Ομάδων Εθισμού .....	63

## Εισαγωγή

Το διαδίκτυο αποτελεί ένα από τα πιο σπουδαία εργαλεία μάθησης, εργασίας, δημιουργίας, διασκέδασης και ενασχόλησης με τον υπολογιστή. Έχει επίσης γίνει αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινής επικοινωνίας του σύγχρονου ανθρώπου, καθώς προσφέρει γρήγορη και άμεση αλληλεπίδραση με φίλους, συγγενείς, συναδέλφους / συμμαθητές κ.ά. Ο Mead (1962) πίστευε ότι μπορούμε να υπάρξουμε και να εκφραστούμε μόνο μέσω των αλληλεπιδράσεων με τους άλλους.

Η πλοήγηση όμως σε αυτό τον όμορφο εικονικό κόσμο έχει ασαφή όρια και συχνά κρύβει κινδύνους. Ένας πολύ σοβαρός κίνδυνος είναι ο Εθισμός (Internet Addiction) Σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία, ο εθισμός ή η πιθανή εξάρτηση από διάφορες δραστηριότητες, ψυχαγωγικές κυρίως, που προσφέρει ο υπολογιστής άρχισε να συζητείται από το 1987.

Οι έφηβοι φαίνεται ότι είναι πιο ευάλωτοι, ως προς τον εθισμό στο διαδίκτυο. Μέσα στα πλαίσια της αναπτυξιακής τους ηλικίας οι έφηβοι προσπαθούν να κερδίσουν την αυτονομία και μέσω του διαδικτύου τους δίνεται ένας χώρος έκφρασης, ο οποίος όμως εγκυμονεί σημαντικούς κινδύνους.

Παρά το γεγονός ότι δεν έχει συμπεριληφθεί επισήμως στο DSM-5 (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) ως διαταραχή, ο «εθισμός στο Διαδίκτυο / Internet Addiction (IA)» έχει γίνει παγκόσμιο ζήτημα. Τα χαρακτηριστικά της χρήσης του Διαδικτύου αποκαλύπτονται ως εθιστικά όταν αυτό έρχεται σε βάρος της πραγματικής κοινωνικότητας στην πραγματική ζωή, με έμφαση στο φαινόμενο του hikikomori (δηλαδή, ακραία υποχώρηση στο δωμάτιό του) (Cerniglia, L., Zoratto, F., Cimino, S., Laviola, G., Ammaniti, M., & Adriani, W. (2017).

Η πρώτη χώρα που επίσημα αναγνώρισε τον εθισμό στο διαδίκτυο ως διαταραχή, είναι η Κίνα (Νοέμβριος 2008). Έρευνες έχουν δείξει ότι η παθολογική χρήση των ηλεκτρονικών υπολογιστών και του διαδικτύου σχετίζεται με ένα πλήθος ψυχοκοινωνικών και ιατρικών προβλημάτων, όπως η κατάθλιψη, η διαταραχή ελλειμματικής προσοχής, η αϋπνία, η απομόνωση από το οικογενειακό και το κοινωνικό περιβάλλον, αλλά και η παραμέληση βασικών βιολογικών αναγκών, όπως η διατροφή (Young, 2008). Παρόλα αυτά όμως οι ερευνητές δεν έχουν δώσει ακόμη

απάντηση στο ερώτημα, εάν η υπερβολική χρήση του διαδικτύου συνιστά μια αυτόνομη διαταραχή, ή εάν είναι μέρος άλλων διαταραχών. Στη βιβλιογραφία για τη περιγραφή της κακής χρήσης των νέων τεχνολογιών χρησιμοποιούνται διάφοροι όροι, όπως εθισμός στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές (computer addiction), εθισμός στο διαδίκτυο (internet addiction), προβληματική χρήση του διαδικτύου (problematic internet use), παθολογική χρήση του διαδικτύου (pathological internet use), εξάρτηση από το διαδίκτυο (internet dependence), τεχνολογικός εθισμός (technological addiction) κ.α.

# ΓΕΝΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

## Κεφάλαιο 1. Το διαδίκτυο

Το διαδίκτυο, μια από τις σημαντικότερες τεχνολογικές επιτεύξεις των τελευταίων ετών, αποτελεί μια πολύτιμη πηγή γνώσης, ένα εργαλείο ενημέρωσης, ροής πληροφορίας, επικοινωνίας και διασκέδασης. Οι χρήστες έχουν τη δυνατότητα να περιηγηθούν εύκολα και γρήγορα σε μια τεράστια βάση πληροφοριών, να αποστείλουν και να λάβουν αρχεία, να κάνουν χρήση της ηλεκτρονικής αλληλογραφίας, να κάνουν νέες γνωριμίες, να παίξουν παιχνίδια και γενικά να χρησιμοποιήσουν ένα πλήθος πολυάριθμων υπηρεσιών που έχουν στη διάθεσή τους. Διαδραματίζει πολύ σημαντικό ρόλο στο σύγχρονο τρόπο ζωής, η χρήση του επεκτείνεται ραγδαία μεταξύ όλων των ηλικιακών ομάδων. Η πρόσβαση σε αυτό έχει γίνει εξαιρετικά εύκολη αλλά και απαραίτητη ενώ παράλληλα ο αριθμός των χρηστών αυξάνεται, παγκοσμίως, με υψηλό ρυθμό. Ο όγκος πληροφοριών που «μετακινείται» καθημερινά σε αυτό είναι αμέτρητος (Χρόνη και Σταυρόπουλος, 2009). Οι μελέτες και οι έρευνες έχουν στόχο τις καινοτομίες που πρόκειται να το καταστήσουν ακόμη πιο γρήγορο και πιο αξιόπιστο.

### 1.1 Ιστορική αναδρομή

Η πρώτη αναφορά στο διαδίκτυο πραγματοποιήθηκε από τον Vannevar B. Αμερικανό μηχανικό, που σε κείμενό του έκανε λόγο για ένα «γαλαξιακό δίκτυο» συνδεδεμένων υπολογιστών. Το 1957 ελήφθη η απόφαση για τη δημιουργία του διαδικτύου, έπειτα από την αποστολή του πρώτου τεχνητού δορυφόρου ενώ η λειτουργία του ξεκίνησε λίγα χρόνια αργότερα, περί το 1969 από Πανεπιστήμια των Ηνωμένων Πολιτειών Αμερικής. Η αρχική ονομασία του ήταν «ARPAnet». Οι χρήστες του «ARPAnet» ήταν κυρίως ερευνητές και επιστήμονες ενώ λίγο αργότερα χρησιμοποιήθηκε από το Υπουργείο Εθνικής Άμυνας των ΗΠΑ με σκοπό την επικοινωνία των στρατιωτικών επιτελείων. Τα πλεονέκτημα του δικτύου τότε ήταν η δυνατότητα μεταφοράς δεδομένων μέσω διαφορετικών διαδρομών. Για αυτό το λόγο, οι στρατιωτικές δυνάμεις των ΗΠΑ υιοθέτησαν το «ARPAnet» για τη διασύνδεση με άλλες μονάδες / ραντάρ σε καιρούς πολέμου. Ουσιαστικά, ο στόχος της αμερικάνικης

κυβέρνησης ήταν η δημιουργία ενός δυνατού δικτύου επικοινωνίας που θα εξακολουθούσε να λειτουργεί κάτω από ακραίες συνθήκες και που δε θα κατέρρεε σε περίπτωση πολέμου. Το «ARPAnet» ουσιαστικά βελτίωσε τις πολεμικές επιδόσεις και άνοιξε το δρόμο για περαιτέρω έρευνες και πειράματα μέχρι το σημερινό διαδίκτυο που όλοι γνωρίζουμε (Γουλιτίδης, 2014) και (Βαφόπουλος, 2012).

Η λέξη internet (διαδίκτυο), που υιοθετήθηκε αργότερα, αποτελεί τη συντομογραφία του όρου internetwork (εργασία διαδικτύου). Στη σημερινή εποχή, τη συναντάται και ως net ή δίκτυο μιας και βασίζεται σε εγκατεστημένα δίκτυα. Ο όρος «διαδίκτυο» χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά επίσημα το 1982 ενώ στα μέσα της δεκαετίας του 1990 διαδόθηκε ευρύτερα. Άμεσα έγιναν αντιληπτές στους χρήστες οι δυνατότητες εισόδου στη πληροφορία και στη γρήγορη πρόσβαση παρόλο που τα πρώτα προγράμματα πλοήγησης δεν ήταν και ιδιαίτερος εύκολα στη χρήση τους (Καραπέτσας και συν., 2012).

## 1.2. Τα θετικά στοιχεία του διαδικτύου

**Επικοινωνία:** Το κύριο πλεονέκτημα του διαδικτύου, είναι η βελτίωση του χρόνου της επικοινωνίας, με ταυτόχρονη ελάττωση του κόστους της. Αυτός άλλωστε είναι και ο πρωταρχικός στόχος της χρήσης του και σε αυτό όχι μόνο υπερέχει, από τους μέχρι πρότινος γνωστούς τρόπους επικοινωνίας, αλλά έχει ξεπεράσει τις προσδοκίες. Με την εμφάνιση και την καθιέρωση του στο μέσο νοικοκυριό αναπτύχθηκε ένα παγκόσμιο χωριό και, πλέον, η επικοινωνία με ένα πρόσωπο που μένει στο άλλο μέρος του κόσμου γίνεται σε ελάχιστα δευτερόλεπτα. Διαπερνά τα σύνορα και ενισχύει την παγκόσμια φιλία καθώς χρήστες από όλο τον κόσμο μπορούν να μοιραστούν σκέψεις, συναισθήματα και ενδιαφέροντα.

Για την καλύτερη επικοινωνία, μπορούν να χρησιμοποιηθούν οι υπηρεσίες του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (e-mail), δωμάτια συνομιλίας (chat rooms) τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης κ.ά. Από την έρευνα των Chan και Cheng (2004), βρέθηκε 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. Με αυτόν τον τρόπο βέβαια κατανοούμε ότι η διαδικασία αυτή μπορεί να ξεπερνά τα χωροταξικά

εμπόδια αλλά είναι πιο χρονοβόρα από το είδος της φυσικά πραγματοποιούμενης γνωριμίας.

**Πληροφορίες/Ενημέρωση:** Οι πληροφορίες είναι ένα ακόμη σημαντικό πλεονέκτημα του διαδικτύου διότι είναι ένας εικονικός θησαυρός πληροφοριών. Οι αλλαγές που έχει επιφέρει το διαδίκτυο στην ενημέρωση / πληροφόρηση είναι κοσμογονικές. Οποιοδήποτε είδος πληροφοριών για οποιοδήποτε θέμα είναι διαθέσιμο στο διαδίκτυο καθώς υπάρχει ένας τεράστιος όγκος πληροφοριών διαθέσιμος για κάθε θέμα που είναι γνωστό στον άνθρωπο, που επεκτείνεται από τον κυβερνητικό νόμο και τις υπηρεσίες του, τις εμπορικές εκθέσεις και τις διασκέψεις, πληροφορίες αγοράς, νέες ιδέες και τεχνική υποστήριξη, πρόσβαση στις μεγαλύτερες βιβλιοθήκες του κόσμου, 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). Οι σπουδαστές και τα παιδιά είναι μεταξύ των χρηστών που κάνουν πλοήγηση στο διαδίκτυο για την έρευνα και τη συλλογή στοιχείων. Τέλος, με μεγάλη ευκολία επιτυγχάνεται και η ενημέρωση (ειδήσεις, πολιτικές εξελίξεις, καιρός κ.ά.).

**Υπηρεσίες:** Υπάρχουν πολλές υπηρεσίες που παρέχονται, συνήθως δωρεάν, στο διαδίκτυο σε απευθείας σύνδεση όπως οι τραπεζικές εργασίες, η αναζήτηση εργασίας, η δυνατότητα αγοράς εισιτηρίων για τους κινηματογράφους / θέατρα / συναυλίες, κρατήσεις ξενοδοχείων κ.α. Πολλές επίσης από τις εργασίες που απαιτούσαν υψηλά έξοδα και μετακινήσεις τώρα εκτελούνται μέσω διαδικτύου (Φραγκουλίδου, 2006)

**Ηλεκτρονικό Εμπόριο (E-Commerce):** Η έννοια ηλεκτρονικό εμπόριο (E-commerce) είναι μια έννοια που χρησιμοποιείται για οποιοδήποτε τύπο εμπορικής διαδικασίας ή διαφορετικά όταν η επιχείρηση μπορεί να πραγματοποιεί μεταφορά πληροφοριών ή και υλικών σε όλη την υδρόγειο μέσω διαδικτύου. Ιδιώτες και εταιρίες έχουν τη δυνατότητα να πραγματοποιούν αγорές προϊόντων από όλο τον κόσμο 24 ώρες το 24ωρο. (Σαμαρά, 201, σελ. 101; Μυλωνάς, 2010)

**Ψυχαγωγία:** Τα μέσα του διαδικτύου έχουν γίνει αρκετά επιτυχή και στο θέμα της ψυχαγωγίας. Τα online games, η μουσική, οι ταινίες, η επίσκεψη στα δωμάτια συνομιλίας ή απλά η πλοήγηση στο διαδίκτυο είναι μερικές από τις χρήσεις που έχουν ανακαλύψει. Στην Ελλάδα τα δωμάτια συνομιλίας είναι τα πιο δημοφιλή επειδή

οι χρήστες μπορούν να συναντήσουν εικονικά άλλους ενδιαφέροντες ανθρώπους ή τους φίλους τους.

### **1.3. Τα αρνητικά στοιχεία του διαδικτύου**

**Ασφάλεια / Απειλή ιών:** Συχνό φαινόμενο αποτελούν οι ιοί, δηλαδή τα κακόβουλα προγράμματα που προκαλούν βλάβες / εμποδίζουν την κανονική λειτουργία των συστημάτων και των ηλεκτρονικών υπολογιστών. Οι άνθρωποι που προσπαθούν να εισβάλουν στα υπολογιστικά συστήματα ονομάζονται hackers. Επιπροσθέτως, ένα ακόμη πρόβλημα που προκύπτει είναι οι online απάτες.

**Κλοπή προσωπικών δεδομένων:** Όταν κάποιος χρησιμοποιεί το διαδίκτυο, μπορεί να αντιμετωπίσει το σοβαρό κίνδυνο κλοπής των προσωπικών στοιχείων του όπως το όνομα, η διεύθυνση, οι κωδικούς πρόσβασης, οι αριθμοί των πιστωτικών καρτών του κ. ά.

**Ηλεκτρονική καταδίωξη (Cyber stalking):** Συμβαίνει όταν ένα άτομο καταδιώκεται μέσω της τεχνολογίας και τη χρήση των τοπικών δικτύων που συνδέονται με το διαδίκτυο και ο δράστης το καταδιώκει για να επωφεληθεί ή να το εκμεταλλευτεί.

**Εθισμός:** Πρόκειται για την κυριότερη αρνητική παράμετρο από τη χρήση του διαδικτύου. Όπως και όλα τα παραπάνω, δεν απαντάται μόνο σε ενήλικες αλλά και σε εφήβους και παιδιά.

### **1.4 Οι κίνδυνοι που μπορεί να αντιμετωπίσει ένα παιδί / έφηβος στο διαδίκτυο.**

Τα παιδιά, ως πιο ευάλωτοι πληθυσμιακή ομάδα, εκτός των προαναφερθέντων αρνητικών στοιχείων του διαδικτύου κινδυνεύουν και από τα ακόλουθα.

**Ανάρμοστο περιεχόμενο:** Τα παιδιά μπορεί να εκτεθούν σε υλικό που είναι ανάρμοστο και μπορεί να περιλαμβάνει διαφημιστικό υλικό, πορνογραφία, βία, εχθρότητα και εξτρεμιστικές ομάδες.

**Ηλεκτρονικός εκφοβισμός (Cyber bullying):** Ο όρος διαδικτυακός εκφοβισμός αφορά τα παιδιά ή και εφήβους και δηλώνει την παρενόχληση, τον εκφοβισμό, την απειλή, την ταπείνωση. Το θύμα έρχεται σε αμηχανία ή στοχοποιείται από άλλο παιδί, στην εφηβεία ή στην προεφηβεία, μέσω διαδικτύου, διαδραστικών και ψηφιακών τεχνολογιών ή κινητών τηλεφώνων.

**Ηλεκτρονικό έγκλημα:** Τα παιδιά μπορεί να εμπλακούν / πέσουν θύματα σε παράνομες online ενέργειες διότι, συνήθως, δεν γνωρίζουν τα νομικά, ηθικά και δεοντολογικά θέματα.

**Παιδοφιλία:** Προσποιούμενοι ότι είναι έφηβοι, οι παιδόφιλοι χρησιμοποιούν το διαδίκτυο (πχ. facebook κλπ) για να προσελκύσουν παιδιά με σκοπό να τα κακοποιήσουν. Στην αρχή οι συζητήσεις είναι φιλικές, σχετικές με τα ενδιαφέροντα του εφήβου και αργότερα κατευθύνουν τη συνομιλία γύρω από σεξουαλικά θέματα. Μακροπρόθεσμη επιδίωξη τους είναι να συναντηθούν με το παιδί και να αναπτύξουν σχέση έξω από το διαδίκτυο.



## Κεφάλαιο 2. Εθισμός στο διαδίκτυο

Σημαντικά προβλήματα μπορεί να προκύψουν από την αλόγιστη χρήση του διαδικτύου και την έλλειψη ενημέρωσης και πληροφόρησης, ιδιαίτερα σε ό, τι αφορά τα παιδιά, τους εφήβους και γενικότερα τους νέους. Τα άτομα που χρησιμοποιούν το διαδίκτυο αλόγιστα, σπαταλούν πάρα πολλές ώρες καθημερινά συνδεδεμένοι σε αυτό και με δυσκολία αποσυνδέονται (Grohol, 2009, Warden et al., 2004).

Ο εθισμός στο Διαδίκτυο μπορεί να οριστεί ως υπερβολική χρήση του Διαδικτύου οδηγώντας σε εξασθένηση της ψυχολογικής κατάστασης ενός ατόμου, τόσο διανοητική όσο και συναισθηματική, καθώς και η σχολική τους ή επαγγελματικές και κοινωνικές αλληλεπιδράσεις (Beard & Wolf, 2001). Ο επίσημος όρος «εθισμός στο διαδίκτυο» ή “internet addiction” καθιερώθηκε και χρησιμοποιήθηκε το 1996, από την αμερικανίδα ψυχολόγο Kimberley Young. Η Young όρισε τη παθολογική χρήση του διαδικτύου βασισόμενη σε κοινά χαρακτηριστικά με το παθολογικό τζόγο και υποστήριξε πως ο εθισμός στο διαδίκτυο είναι η αδυναμία ενός ατόμου να ελέγξει τη χρήση του ιστού, γεγονός που οδηγεί σε αισθήματα άγχους και πίεσης και στην εμφάνιση δυσλειτουργικών συμπεριφορών στις δραστηριότητες της καθημερινότητας.

Ο πρωτοεμφανιζόμενος εθισμός στο διαδίκτυο ερευνήθηκε για πρώτη φορά το 1996. 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).

### 2.1. Διαγνωστικά κριτήρια του εθισμού στο διαδίκτυο

Οι έρευνες των ειδικών Ψυχικής Υγείας, από το 1996, στο φαινόμενο του εθισμού στο Διαδίκτυο δεν έχουν οδηγήσει σε πλήρη συμφωνία μεταξύ τους, αναφορικά με την ονομασία, τα κριτήρια διάγνωσης, τα εργαλεία διάγνωσης και την ένταξή του ή όχι στο Ψυχιατρικό Ταξινομικό Σύστημα (Κ. Σιώμος, Ν. Αγγελόπουλος, 2008). Σε σημείο αυτό σημειώνεται πως ο εθισμός στο διαδίκτυο δεν αναγνωρίζεται ως ξεχωριστή ψυχική διαταραχή. Η Κίνα, το 2008, υπήρξε η πρώτη χώρα που αναγνώρισε επίσημα τον εθισμό ως διαταραχή. Ο εθισμός στο διαδίκτυο δε

συμπεριλαμβάνεται στην αναθεωρημένη έκδοση του Διαγνωστικού και Στατιστικού Εγχειριδίου των Ψυχικών Διαταραχών της Αμερικάνικης Ψυχιατρικής Εταιρείας (DSM-V), με αποτέλεσμα να μην υπάρχουν επίσημα διαγνωστικά κριτήρια. Ωστόσο, συμπεριλήφθηκε στο DSM-V ο εθισμός στα διαδικτυακά παιχνίδια (Internet Gaming Disorder).

Ο ψυχίατρος Ivan Goldberg ήταν ο πρώτος ειδικός που αναφέρθηκε στη διαταραχή του εθισμού από το διαδίκτυο (IAD), το 1995. Αρχικά ο Goldberg χρησιμοποίησε τα κριτήρια του DSM-IV από τον εθισμό για τις ουσίες αντικαθιστώντας την ουσία με τον όρο του διαδικτύου.

Το 1998 η Dr. Kimberly S. Young ανέπτυξε το εργαλείο, Young's Diagnostic Questionnaire, για τη μέτρηση της παθολογικής χρήσης του διαδικτύου μέσα οκτώ ερωτήσεις που δανείστηκε από το DSM-IV για τον εθισμό στο τυχερό παιχνίδι. Σύμφωνα λοιπόν με τη Young ο χρήστης θα πρέπει να εμφανίζει πέντε ή και περισσότερες από τις παρακάτω συμπεριφορές:

1. Τον απασχολεί συνεχώς το διαδίκτυο (σκέφτεται την προηγούμενη δραστηριότητα στο διαδίκτυο ή ανυπομονεί συνεχώς για την επόμενη).
2. Νιώθει την ανάγκη να χρησιμοποιεί το διαδίκτυο για όλο και περισσότερο χρόνο προκειμένου να αισθανθεί ικανοποίηση.
3. Έχει κάνει επανειλημμένα ανεπιτυχείς προσπάθειες να ελέγξει, να ελαττώσει ή να σταματήσει τη χρήση του διαδικτύου.
4. Νιώθει ανήσυχος, κακόκεφος, μελαγχολικός ή ευερέθιστος, όταν επιχειρεί να ελαττώσει ή να σταματήσει τη χρήση του διαδικτύου.
5. Παραμένει συνδεδεμένος με το διαδίκτυο για περισσότερο χρόνο απ' όσο σκόπευε αρχικά.
6. Έχει διακινδυνέψει την απώλεια μιας σημαντικής σχέσης, εργασίας, εκπαιδευτικής ή επαγγελματικής ευκαιρίας λόγω του διαδικτύου.
7. Έχει πει ψέματα σε μέλη της οικογένειάς, στον ψυχοθεραπευτή ή σε άλλους για να αποκρύψει το βαθμό εμπλοκής με το διαδίκτυο.

8. Χρησιμοποιεί το διαδίκτυο ως ένα τρόπο διαφυγής από προβλήματα ή ανακούφισης από μια δυσάρεστη κατάσταση που βιώνει (π.χ. αισθήματα ανικανότητας, ενοχής, άγχους ή θλίψης).

Από τα παραπάνω οκτώ κριτήρια της Young, οι Beard & Wolf (2001) πρότειναν ότι, για τη διάγνωση του εθισμού στο διαδίκτυο, θα έπρεπε να ισχύουν οπωσδήποτε και τα πέντε πρώτα και τουλάχιστον ένα από τα τρία τελευταία κριτήρια.

Το 1998 η Young δημιούργησε το Internet Addiction Test (I.A.T), 20 ερωτήσεων. Στη συνέχεια δημιούργησε το αντίστοιχα προσαρμοσμένο Internet Addiction Tests for Families (I.A.T-F) που περιλαμβάνει ερωτηματολόγιο Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT) . Πρόκειται για ένα εργαλείο που σταθμίστηκε με αποδεκτά όρια αξιοπιστίας. Ένα επίσης σταθμισμένο εργαλείο, για τον κινέζικο εφηβικό πληθυσμό, είναι το CIAS19 (Chen Internet Addiction Scale).

Στην Ελλάδα, με βάση ερωτήσεις από το Internet Addiction Test (IAT) δημιουργήθηκε η κλίμακα ΚΕΕΦΥ, μια Ελληνική Κλίμακα μέτρησης του Εθισμού των Εφήβων στους Ηλεκτρονικούς Υπολογιστές.

## **2.2. Συμπτώματα εθισμού στο διαδίκτυο**

Υπάρχουν ορισμένα πρώιμα σημάδια ενός ατόμου που κάνει κακή χρήση του διαδικτύου. Η χρήση του διαδικτύου καταλαμβάνει κυρίαρχη θέση στη ζωή, στα συναισθήματα και στη συμπεριφορά του χρήστη. Αυτά τα σημάδια μπορεί να είναι και ψυχικά αλλά και σωματικά. Ο εθισμένος συνήθως παρουσιάζει ανάμικτα συναισθήματα χαράς αλλά και ενοχών όσο βρίσκεται στο διαδίκτυο. Εξιδανικεύει το διαδίκτυο, θυμώνει και γίνεται νευρικός και ευερέθιστος όταν διακόπτεται η σύνδεση. Επίσης, χάνει την αίσθηση του χρόνου με αποτέλεσμα να παραμένει σε σύνδεση περισσότερο από ότι αρχικά προγραμματίζε.

Το στενό οικογενειακό, σχολικό ή φιλικό περιβάλλον αλλά ακόμα και ο ίδιος μπορεί να τα αντιληφθεί και να καταφέρει να προστατευτεί / να απευθυνθεί για βοήθεια σε κάποιον ειδικό. Το Κέντρο Θεραπείας Εξαρτημένων ατόμων (ΚΕΘΕΑ) δίνει τα παρακάτω σημάδια: (<https://www.kethea.gr/chreiazesai-voitheia/diadiktyo/>)

- Συνεχής ενασχόληση με το διαδίκτυο (στον ηλεκτρονικό υπολογιστή, στο κινητό, στο tablet, στα ιντερνετ καφέ ή/και στο σπίτι) και απώλεια της αίσθησης του χρόνου κατά τη διάρκεια της χρήσης.
- Έντονη επιθυμία για χρήση και αδυναμία ελέγχου της ή περιορισμού της.
- Αυξανόμενη επένδυση στον τεχνολογικό εξοπλισμό ή συχνές συναλλαγές μέσω διαδικτύου (π.χ. αναβάθμιση λογισμικού ή/και εξοπλισμού, πώληση ή αγορά αντικειμένων ή εικονικών ηρώων των ψηφιακών παιχνιδιών).
- Ανάπτυξη ανοχής στη χρήση, δηλαδή, ανάγκη σταδιακής αύξησης της χρήσης, προκειμένου να αντληθεί ικανοποίηση.
- Ασυνέπεια σε σχέση με υποχρεώσεις και άλλες ασχολίες, πτώση των σχολικών επιδόσεων, αναβλητικότητα σε ζητήματα σπουδών, συχνές πρωινές απουσίες.
- Χρήση του διαδικτύου ως μέσου διαφυγής από προβλήματα ή δυσάρεστες καταστάσεις.
- Αδιαφορία για ψυχαγωγικά ενδιαφέροντα που δεν σχετίζονται με το διαδίκτυο.
- Συμπτώματα απόσυρσης και στέρησης, όταν διακόπτεται η σύνδεση, όπως ψυχοκινητική διέγερση, θυμός, άγχος, θλίψη, εκνευρισμός, επιθετικότητα.
- Ψέματα σε σχέση με τη χρήση του διαδικτύου ή απόκρυψή της.
- Απειθαρχία και συγκρούσεις με άλλα μέλη της οικογένειας.

Ορισμένα σωματικά συμπτώματα που μπορεί να εμφανιστούν στο χρήστη περιλαμβάνουν ξηρά μάτια και δυσκολία στην όραση, πόνους στην μέση και στο λαιμό, σοβαρούς πονοκεφάλους, και εμφάνιση του συνδρόμου καρπιαίου σωλήνα. Άλλα σωματικά συμπτώματα εντοπίζονται σε διατροφικές διαταραχές, διαταραχές ύπνου, μειωμένη σωματική άσκηση και παραμέληση προσωπικής υγιεινής.

Ένα επίσης σημαντικό χαρακτηριστικό είναι ότι ο εθισμένος δεν αντιλαμβάνεται τις συνέπειες της προβληματικής χρήσης σε ψυχοσυναισθηματικό, κοινωνικό και σχολικό / επαγγελματικό επίπεδο και συνεχίζει την ενασχόληση χωρίς να μειώνει τις ώρες ενασχόλησης. Σε αυτό βοηθάνε και οι αντιλήψεις των άλλων

χρηστών του διαδικτύου με τους οποίους συνδιαλέγεται και από τους οποίους, συνήθως, επηρεάζεται.

### 2.3. Τύποι εθισμού στο διαδίκτυο

Σύμφωνα με την Dr. Kimberly S. Young (2012) υπάρχουν 4 βασικοί τύποι εθισμού στο διαδίκτυο:

1. **Εθισμός στις διαδικτυακές σχέσεις Cyber-Affair / Relational Addiction:** Το άτομο παρουσιάζει εξάρτηση στα chat rooms, την αποστολή άμεσων μηνυμάτων και τη συμμετοχή σε διαδικτυακούς τόπους κοινωνικής δικτύωσης. Σταδιακά, οι διαδικτυακοί του φίλοι γίνονται πιο σημαντικοί και οι σχέσεις που έχει στη πραγματική ζωή, με την οικογένεια και τους φίλους, χάνουν αρκετά την αξία τους. Σε πολλές περιπτώσεις αυτό θα οδηγήσει οικογενειακή αστάθεια και διαπληκτισμούς.

2. **Καταναγκαστική χρήση διαδικτύου / Net Compulsions:** Αυτός ο τύπος εθισμού αναφέρεται στο online gaming, στα online τυχερά παιχνίδια και στην καταναγκαστική χρήση ιστοσελίδων με online δημοπρασίες όπως το eBay. Ο χρήστης συχνά οδηγείται σε οικονομικά και επαγγελματικά προβλήματα ενώ ταυτοχρόνως διαταράσσονται και οι διαπροσωπικές του σχέσεις.

3. **Υπερφόρτωση πληροφοριών / Information Overload:** Το άτομα αφιερώνει πολύ χρόνο στην αναζήτηση και τη συλλογή δεδομένων των πληροφοριών που προέρχονται από το διαδίκτυο. Ο μεγάλος όγκος των διαθέσιμων δεδομένων στον παγκόσμιο ιστό δημιούργησε ένα νέο τύπο ψυχαναγκαστικής συμπεριφοράς που σχετίζεται με το υπερβολικό «σερφάρισμα» στο διαδίκτυο. Οι ιδεοψυχαναγκαστικές τάσεις, η μειωμένη παραγωγικότητα στη δουλειά ή το σχολείο είναι οι σύνηθες επιπτώσεις.

4. **Εθισμός στο διαδικτυακό σεξ / Cybersexual Addiction:** Σε αυτήν την κατηγορία ανήκουν τα άτομα ασχολούνται με τη προβολή, τη λήψη καθώς και την εμπορία πορνογραφικού υλικού μέσω του διαδικτύου ή συμμετέχουν σε chat room ενηλίκων με παιχνίδια ρόλων (fantasy role playing). Συνήθως έχουν χαμηλή αυτοπεποίθηση και πιστεύουν ότι δεν είναι αρκετά αρεστεί ή έχουν κάποια σεξουαλική δυσλειτουργία.

## 2.4 Αίτια και συνοσηρότητα εθισμού των εφήβων στο διαδίκτυο.

Το διαδίκτυο δίνει τη δυνατότητα στα άτομα που πιέζονται από την πραγματικότητα που βιώνουν, να αποσυμπιέζονται, ταξιδεύοντας στον κόσμο του. Μία από τις ηλικιακές ομάδες που βρίσκονται σε μεγαλύτερο κίνδυνο για να εθιστούν, είναι οι έφηβοι. Ορισμένα άτομα μπορεί να είναι αρκετά συνεσταλμένα και ντροπαλά ή να αισθάνονται ότι δεν έχουν τις απαραίτητες κοινωνικές δεξιότητες για να γνωρίσουν ανθρώπους απευθείας και προτιμούν να δημιουργήσουν φιλίες μέσα από τη φυσική απόσταση που προσφέρει το διαδίκτυο. Επίσης, μία παρόμοια συμπεριφορά των συνομηλίκων μπορεί να ενθαρρύνει τη χρήση του διαδικτύου καθώς τα πρότυπα λειτουργούν καθοριστικά.

Οι έφηβοι περνούν αρκετές ώρες στο διαδίκτυο για να επικοινωνήσουν με τους φίλους τους, να «σερφάρουν», να ενημερωθούν αλλά κυρίως για να παίξουν διαδικτυακά παιχνίδια. Τα online παιχνίδια είναι πολύ ελκυστικά αλλά και εθιστικά. Στα περισσότερα από αυτά ο παίκτης θα πρέπει είναι συνέχεια σε σύνδεση και ο έφηβος μπορεί να ενσαρκώσει διαφορετικούς ρόλους, ή να υιοθετήσει διαφορετικές ταυτότητες. Η ανωνυμία του διαδικτύου είναι το κατεξοχήν ελκυστικό και συγχρόνως επικίνδυνο χαρακτηριστικό του, ιδιαίτερος για τα παιδιά και τους εφήβους που μεγαλώνουν σε δύσκολες καταστάσεις (δυσλειτουργικές οικογένειες, συγκρουσιακές σχέσεις ανάμεσα στα μέλη, βίαιο οικογενειακό περιβάλλον, χρήση ουσιών, απουσία γονεϊκής φροντίδας κ.α). Ένας έφηβος μπορεί να πλοηγείται συνεχώς στο διαδίκτυο για να αποφύγει την οικογενειακή σύγκρουση ή για να απαλλαγεί από έντονα αρνητικά συναισθήματα.

Είναι πιθανό το άτομο που έχει κάποιου είδους εξάρτηση να είναι επιρρεπής και σε άλλες εξαρτήσεις (π.χ ουσίες, τζόγος, εθισμός στο διαδίκτυο). Από τη μελέτη των Hwang, et al. (2014) σε ασθενείς από την εξωτερική κλινική στη Σεούλ της Νότιας Κορέας, προέκυψε ότι ο εθισμός στο διαδίκτυο και η εξάρτηση από αλκοόλ συνδέονται στενά.

Όσον αφορά στο βιολογικό υπόβαθρο του εθισμού στο διαδίκτυο υπάρχουν αρχικές ενδείξεις ότι οι διαστάσεις της ιδιοσυγκρασίας συνδέονται με τη δραστηριότητα συγκεκριμένων νευροδιαβιβαστών (Cloninger, 1986. Laucht et al., 2005. Wiesbeck et al., 2004). Έχει αρχίσει να μελετάται έντονα, η συσχέτιση των

διαστάσεων της ιδιοσυγκρασίας των εθισμένων εφήβων στο διαδίκτυο με βιολογικούς και γενετικούς παράγοντες. Έρευνες έχουν ήδη εντοπίσει το γονίδιο 5-HTTLPR ως ρυθμιστικό του τρόπου λειτουργίας της σεροτονίνης στον εγκέφαλο. Η σεροτονίνη έχει σχετισθεί άμεσα με την ανθρώπινη διάθεση.

## Κεφάλαιο 3. Οικογένεια

Η οικογένεια είναι το βασικό πλαίσιο ανάπτυξης και δράσης ενός παιδιού. Η ζωή του, και κατ' επέκταση η ευημερία του, είναι άρρηκτα συνδεδεμένες με την οικογένεια που ανήκει.

Κατά τη διάρκεια της εφηβείας το άτομο προσπαθεί να διαχωριστεί από τους γονείς / κηδεμόνες και να αναπτύξει την μοναδική του ταυτότητα. Η διαδικασία αυτή περιλαμβάνει τον αποχωρισμό από τα γονεϊκά πρότυπα. Σύμφωνα με το Herbert (1987) η ανεξαρτησία των εφήβων μπορεί να περιγραφεί σαν ένα διαστημόπλοιο που πρέπει να διαπεράσει τη βαρύτητα της γης, με έναν σχεδόν βίαιο τρόπο. Η βαρύτητα αυτή αναφέρεται αφενός, στις αντιστάσεις των γονέων να δεχτούν ότι τα παιδιά τους μεγαλώνουν και έχουν ανάγκη από περισσότερη αυτονομία και αφετέρου, στην αμφιθυμία των εφήβων, οι οποίοι από τη μια πλευρά χρειάζονται περισσότερη ανεξαρτησία, από την άλλη νιώθουν ότι χάνουν τη γονεϊκή ασφάλεια και φροντίδα.

### 3.1. Ο ρόλος της οικογένειας

Αδιαμφισβήτητα, η οικογένεια και η ποιότητα των σχέσεων που αναπτύσσονται μέσα στο σπίτι διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στην μετέπειτα κοινωνικο-συναισθηματική ανάπτυξη του εφήβου.

Οι οικογενειακές σχέσεις και οι πρακτικές γονικής μέριμνας σχετίζεται όχι μόνο με τη συναισθηματική ανάπτυξη του ατόμου αλλά και με την ανάπτυξη συμπεριφορών κινδύνου και προστασίας. Ο σεβασμός της προσωπικότητας των παιδιών και των εφήβων από πολύ μικρή ηλικία, είναι στοιχείο πολύ σημαντικό για την ασφαλή μετάβαση στην ενηλικίωση.

Η πρόσβαση και η περιήγηση στο διαδίκτυο προσφέρει εύκολα και γρήγορα ανεξάντλητες πηγές πληροφοριών και αποτελεί εργαλείο για την εκπαίδευση των παιδιών. Επίσης, αποτελεί και ένα είδος διασκέδασης και προνομίου για τους εφήβους. Συχνά όμως οι γονείς δεν είναι επαρκώς ενημερωμένοι για τους κινδύνους της χρήσης του ή / και για τα μέσα προστασίας από αυτούς. Ως αποτέλεσμα, μπορεί να επιτρέπουν την αλόγιστη χρήση ή να επιβάλουν την καθολική απαγόρευση



σύνδεσης. Και στις δύο περιπτώσεις ο κίνδυνος να αναπτύξουν τα παιδιά ανεπιθύμητες συμπεριφορές, είναι αυξημένος.

Η ανυπαρξία γονεϊκού έλεγχου μπορεί να οδηγήσει σε επικίνδυνες επαφές / γνωριμίες αλλά και στον εθισμό. Έρευνες έχουν δείξει ότι ο χρόνος περιήγησης στο διαδίκτυο σχετίζεται θετικά με τον εθισμό σε αυτό. Οι γονείς πρέπει να θέτουν στα παιδιά συγκεκριμένο χρονικό όριο στο οποίο μπορούν να είναι συνδεδεμένα, σύμφωνα πάντα με την αναπτυξιακή τους ηλικία, και το όριο αυτό πρέπει να μην είναι πεδίο διαπραγματεύσεως. Επιπροσθέτως, είναι σημαντικό να συζητάνε με τα παιδιά τους, να γνωρίζουν τους online φίλους τους και τις άλλες δραστηριότητες τους στο διαδίκτυο. Πολλές ομάδες συζητήσεων παιδιών στο διαδίκτυο ("news groups", "chat rooms") δεν επιβλέπονται από κανένα (Medlook, 2010).

Ασφαλώς, δε πρέπει να αμελούμε ότι η σύγχρονη κοινωνία απαιτεί εξοικείωση με τη χρήση του διαδικτύου και ότι με την απαγόρευση του το παιδί στερείται ένα αναντικατάστατο μέσο ενημέρωσης, πληροφόρησης και επικοινωνίας. Άλλωστε, η πρόσβαση σε αυτό μπορεί να γίνει ούτως ή άλλως από φίλους, internet cafe, ή ακόμη και από το σχολείο και σε αρκετές από αυτές τις περιπτώσεις χωρίς γονεϊκό έλεγχο. Σε έρευνα του Floros et al. (2012) φάνηκε ότι οι γονείς που είχαν αρνητική άποψη για το διαδίκτυο, είχαν την τάση να ενθαρρύνουν λιγότερο τα παιδιά τους να συμμετέχουν σε διαδικτυακές δραστηριότητες και να ανησυχούσαν περισσότερο για την πιθανότητα ότι το παιδί τους θα εμφανίσει εθιστική συμπεριφορά ως προς τη χρήση υπολογιστή.

Η έγκυρη και συνεχής ενημέρωση των γονέων είναι πολύ σημαντική ώστε να προσφέρουν στο παιδί τους την καθοδήγηση και την ασφάλεια που είναι απαραίτητη για την πλοήγηση. Εάν τα παιδιά έχουν καλές σχέσεις με τους γονείς, μπορεί κανείς να προβλέψει την υψηλότερη προθυμία των παιδιών να κοινωνικοποιούνται κατά τρόπο που να ανταποκρίνεται στις προσδοκίες των γονιών τους (Shek, 2018). Σύμφωνα με τους Xu et al. , 2014 η σχέση μητέρας-παιδιού είχε ισχυρότερη σχέση με τον εθισμό των εφήβων στο διαδίκτυο από την σχέση πατέρα-παιδιού. Ο ψυχολογικός έλεγχος των μητέρων χρησίμευσε ως ισχυρότερος προγνωστικός παράγοντας της προβληματικής χρήσης υπολογιστή από τα παιδιά από τον ψυχολογικό έλεγχο των πατέρων (Giles and Price, 2008).

Όταν οι γονείς υποψιαστούν ή διαπιστώσουν ότι το παιδί τους έχει ενδείξεις εθισμού στο διαδίκτυο είναι απαραίτητο να το συζητήσουν μαζί του, ώστε να κατανοήσει τη σοβαρότητα του θέματος χωρίς να δίνουν δικαιολογίες, στον εαυτό τους και στο παιδί, για τη συμπεριφορά του. Επίσης, θα πρέπει να χαράξουν μια κοινή στρατηγική αντιμετώπισης του προβλήματος και να είναι αποφασισμένοι να την ακολουθήσουν μέχρι τέλους. Η συναισθηματική ενίσχυση του παιδιού και η εμπλοκή του σε ομαδικές, αθλητικές ή άλλες δημιουργικές δραστηριότητες θα συμβάλει στην απόκτηση μεγαλύτερου βαθμού αυτονομίας και αυτενέργειας και θα ενισχύσει την αυτοπεποίθηση του, δημιουργώντας παράλληλα μια ρουτίνα πέρα από τον εικονικό κόσμο του διαδικτύου.

### **3.2 Συνεργασία οικογένειας, σχολείου και κοινότητας**

Πολύτιμη θεωρείται η συνεργασία μεταξύ οικογένειας – σχολείου και κοινότητας. Η εκπαίδευση και η εξοικείωση των εκπαιδευτικών στη χρήση ηλεκτρονικών υπολογιστών καθώς η σφαιρική γνώση των κινδύνων του διαδικτύου θα λειτουργήσει ως πλέγμα προστασίας των παιδιών. Άλλωστε οι εκπαιδευτικοί μπορούν να δουν συμπεριφορές των παιδιών που οι γονείς δε γνωρίζουν. Οι μεταξύ τους συνεργασία λοιπόν θα λειτουργήσει όχι μόνο υποστηρικτικά αλλά πολλές φορές και προληπτικά.

Από την πλευρά της κοινότητας, είναι σημαντικό να εφαρμόζονται μέτρα προστασίας όπως:

- Η εφαρμογή του ορίου ηλικίας για την είσοδο των παιδιών σε διαδικτυακές καφετέριες (internet café).
- Φίλτρα απαγόρευσης σύνδεσης σε επικίνδυνες για ανηλίκους σελίδες και όριο χρήσης (π.χ. 2 ώρες ημερησίως) σε διαδικτυακές καφετέριες.
- Ενημέρωση γονέων και παιδιών για το φαινόμενο μέσω των σε Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης, με συμβουλευτικές τηλεφωνικές γραμμές κ.α.
- Παροχή πληροφορίας για την ασφαλή χρήση διαδικτύου με έντυπο υλικό σε μέρη που συχνάζουν οι έφηβοι (σινεμά, ταχυφαγεία, κέντρα ψυχαγωγίας και άθλησης), στις ιστοσελίδες που επισκέπτονται καθώς και στα σχολεία.

Σε χώρες στις οποίες ο εθισμός στο Διαδίκτυο θεωρείται σοβαρός άρχισαν να εφαρμόζουν παρεμβάσεις πρόληψης και κανονισμοί που σχετίζονται με τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Η κινεζική κυβέρνηση έχει εφαρμόσει αυστηρότερο έλεγχο σε διαδικτυακές καφετέριες. Οι κανονισμοί, για παράδειγμα, δηλώνουν ότι όχι οι διαδικτυακές καφετέριες επιτρέπονται σε απόσταση 200μ από το δημοτικό ή γυμνάσιο και ότι οι εργάσιμες ώρες λειτουργίας των διαδικτυακών καφέ πρέπει να περιορίζεται μεταξύ 8 π.μ. και μεσάνυχτα (Guosong, 2010). Η κυβέρνηση της Νότιας Κορέας ξεκίνησε σχέδιο πρόληψης και θεραπείας εθισμού στο Διαδίκτυο ξεκινώντας με παρεμβάσεις πρόληψης με παιδιά προσχολικής ηλικίας (Romano, 2014).

### **3.2.1. Υποστηρικτικές δομές για εφήβους εθισμένους στο διαδίκτυο και τις οικογένειές τους, διεθνώς.**

Το πρώτο καταγεγραμμένο περίπτωση εθισμού στο Διαδίκτυο είδε το φως της δημοσιότητας το 1997, στις ΗΠΑ και το πρώτο κέντρο απεξάρτησης λειτούργησε το 1995, στην Πενσυλβάνια. Σήμερα στις ΗΠΑ λειτουργούν αρκετά θεραπευτικά κέντρα που αποτελούν ειδικά τμήματα Πανεπιστημίων (Χάρβαρντ, Τέξας, Οχάιο, Ουάσιγκτον κ.ά.). Υπάρχουν επίσης κέντρα αποκατάστασης που υπόσχονται αποτελέσματα μετά από ένταξη σε προγράμματα λίγων ημερών.

Ο εθισμός στο διαδίκτυο αποτελεί σήμερα ένα από τα σοβαρότερα προβλήματα δημόσιας υγείας για την Ν. Κορέα, όπου οι εθισμένοι σε ποσοστό 80% χρειάζονται θεραπεία και ίσως το 20-24% νοσηλεία (Ahn 2007). Έχουν αναφερθεί δέκα θάνατοι εφήβων από καρδιοαναπνευστικά αίτια σε ίντερνετ καφέ και το 2.1% των παιδιών 6-19 ετών πληρούν τα κριτήρια για εθισμό στο διαδίκτυο (Choi 2007). Για το σκοπό αυτό το έτος 2007 στην Ν. Κορέα εκπαιδεύτηκαν 1043 ειδικοί ψυχικής υγείας σε 190 νοσοκομεία για την αντιμετώπιση του εθισμού στο διαδίκτυο.

Στην Κίνα, σύμφωνα με τον Ταο Ραν (διευθυντή για την αντιμετώπιση των εθισμών στο κεντρικό στρατιωτικό νοσοκομείο του Πεκίνου), ο εθισμός στο διαδίκτυο αφορά το 13.7% των κινέζων εφήβων (περίπου 10 εκατομμύρια) και ξεκίνησε η εφαρμογή μέτρων αντιμετώπισης του φαινομένου με περιορισμό της χρήσης των ηλεκτρονικών παιχνιδιών σε τρεις ώρες την ημέρα (Block 2008). Στο Πεκίνο λειτουργεί κλινική με 200 κλίνες για την αντιμετώπιση του εθισμού.

Στην Ευρώπη, και συγκεκριμένο στη Γερμανία (2003), δημιουργήθηκε η πρώτη κλινική για την αντιμετώπιση του εθισμού στο διαδίκτυο (<http://www.dwworld.de/dw/article/0,,943281,00.html>). Η δεύτερη δημιουργήθηκε στο Άμστερνταμ της Ολλανδίας (2006) και η τρίτη στην Αγγλία (2010). Στην Ιταλία (Ρώμη - νοσοκομείο Policlinico Gemelli) λειτουργεί τμήμα που παρέχει θεραπεία σε εθισμένους χρήστες του διαδικτύου.

### **3.2.2. Υποστηρικτικές δομές για εφήβους εθισμένους στο διαδίκτυο και τις οικογένειές τους, στην Ελλάδα.**

Στην Ελλάδα, στο νοσοκομείο Παίδων – Αγλαΐα Κυριακού, λειτουργεί μια ειδική μονάδα, η Μονάδα Εφηβική Υγείας (Μ.Ε.Υ), που έχει στόχο την αντιμετώπιση των προβλημάτων των εφήβων σε όλους τους τομείς. Επίσης, παρέχει και συμβουλές στις οικογένειες των παιδιών για την αποτελεσματικότερη ενημέρωση και θεραπεία. Στην ιστοσελίδα της Μ.Ε.Υ παρέχονται κάποιες πληροφορίες σχετικά με τον εθισμό στο διαδίκτυο ([http://0317.syzefxis.gov.gr/?page\\_id=1752](http://0317.syzefxis.gov.gr/?page_id=1752)), καθώς και τρόποι επικοινωνίας.

Το Σεπτέμβριο του 2008 ξεκίνησε να λειτουργεί, στο Ιπποκράτειο Νοσοκομείο της Θεσσαλονίκης, το πρώτο εξειδικευμένο ψυχιατρικό ιατρείο για την αντιμετώπιση του εθισμού παιδιών και εφήβων στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές και στο διαδίκτυο. Το ιατρείο στελεχώνεται από διεπιστημονική ομάδα επαγγελματιών Ψυχικής Υγείας διαφορετικών ειδικοτήτων με επιστημονικά υπεύθυνο τον κ. Χριστιανόπουλο και υπεύθυνο σχεδιασμού και οργάνωσης τον κ. Σιώμο. Κύριοι στόχοι του ιατρείου αποτελούν η εξέταση όλων των εφήβων 10-18 ετών με προβληματική χρήση των ηλεκτρονικών υπολογιστών και του διαδικτύου, η διάγνωση και βέβαια η θεραπευτική αντιμετώπιση των διαγνωσμένων περιπτώσεων εθισμού στο διαδίκτυο.

Τέλος, το ΚΕΘΕΑ έχει δημιουργήσει προγράμματα υποστήριξης για εφήβους και νεαρούς ενήλικες που είναι εθισμένοι στο διαδίκτυο και τα video games. Υποστήριξη προσφέρεται από το ΚΕΘΕΑ και στο οικογενειακό περιβάλλον, ώστε να μπορεί να λειτουργεί αποτρεπτικά προς την ανάπτυξη τέτοιων συμπεριφορών (<https://www.kethea.gr/chreiazesai-voitheia/diadiaktyo/>).

## Κεφάλαιο 4. Ερευνητική ανασκόπηση

Έχουν πραγματοποιηθεί αρκετές έρευνες πάνω σε σημαντικά ζητήματα γύρω από το φαινόμενο του εθισμού στο διαδίκτυο, τόσο στην Ελλάδα όσο και Διεθνώς. Στην ενότητα αυτή θα αναφερθούν ορισμένες εξ' αυτών.

### 4.1. Έρευνες στην Ελλάδα

Η Παιδοψυχιατρική Εταιρία Ελλάδας και η Ένωση Ψυχιάτρων Παιδιών και Εφήβων, αναφέρει ότι το φαινόμενο του εθισμού των νέων στο Διαδίκτυο τείνει να πάρει επικίνδυνες διαστάσεις και στη χώρα μας (6ο Πανελλήνιο Παιδοψυχιατρικό Συνέδριο, 15 - 17 Μαΐου 2009). Από τα επιστημονικά δεδομένα αυτής της έρευνας προκύπτει ότι ο εθισμός των νέων στην Ελλάδα, σε μία χώρα με πολύ χαμηλή διείσδυση του διαδικτύου, φτάνει στο 8.2% μεταξύ των χρηστών. Το ποσοστό αυτό κρίνεται πολύ υψηλό.

Η Μονάδας Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ), που λειτουργεί στο Νοσοκομείο Παίδων Αγλαΐα Κυριακού, πραγματοποίησε έρευνα για τον εθισμό των εφήβων μαθητών στο διαδίκτυο. Χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο της Young σε αντιπροσωπευτικό δείγμα από 897 (430 αγόρια, 467 κορίτσια) μαθητές της Γ' Γυμνασίου και της Α' Λυκείου σχολείων της Αττικής. Τα αποτελέσματα ήταν τα ακόλουθα:

- 53.4% χρησιμοποιούσαν το διαδίκτυο για χρονικό διάστημα μεγαλύτερο του 1 έτους.
- 26% ανέφεραν καθημερινή χρήση και 8% χρήση περισσότερο από 20 ώρες εβδομαδιαίως.
- Τα αγόρια χρησιμοποιούσαν το διαδίκτυο σημαντικά περισσότερο από τα κορίτσια ( $p < 0.05$ ).
- Σύμφωνα με το ερωτηματολόγιο της Young, το 1% έκαναν υπερβολική χρήση διαδικτύου («εθισμός») και 12,8% είχαν περιοδικά ή συχνά προβλήματα σχετικά με την κατάχρηση διαδικτύου (κατάσταση πριν το «εθισμό»).
- Ο πιο συχνός λόγος χρήσης ήταν τα ηλεκτρονικά παιχνίδια ( $p < 0.05$ ).

- Το 4.2% του δείγματος είχαν δεχτεί απειλές μέσω διαδικτύου (cyber bullying).
- Το 6,24% των χρηστών χρησιμοποιεί το διαδίκτυο για να παίζει τυχερά παιχνίδια (τζόγος) και σε στατιστικά σημαντικό βαθμό τα περισσότερα ήταν αγόρια.
- Το 19,47% των χρηστών αναφέρουν χρήση πορνογραφικών ιστοσελίδων.

Στα βασικότερα συμπεράσματα της έρευνας εμπεριέχεται ότι:

- ✓ ποσοστό 1% των εφήβων είναι εθισμένοι στο διαδίκτυο,
- ✓ το 20% βρίσκεται ένα βήμα πριν τον εθισμό,
- ✓ η υπέρβαση των δέκα ωρών ενασχόλησης την εβδομάδα μπορεί να οδηγήσει σε εξάρτηση.

Θετικές συσχετίσεις παρατηρήθηκαν μεταξύ χρήσης διαδικτύου και παραβατικότητας ( $p < 0.05$ ), καθώς και μεταξύ χρήσης διαδικτύου και ανάπτυξης δυσλειτουργικών σχέσεων με τους συνομηλίκους ( $p < 0.05$ ). Η ενασχόληση με το διαδίκτυο μέσα στο πλαίσιο του σχολείου αποδεικνύεται προστατευτικός παράγοντας έναντι της ανάπτυξης προβληματικής χρήσης.

## 4.2. Έρευνες διεθνώς

Στο Ηνωμένο Βασίλειο, τις ΗΠΑ και την Ασία πάνω από το 80% του εφηβικού πληθυσμού φαίνεται να έχει πρόσβαση στο Διαδίκτυο. Τα ποσοστά στη Νότια Αμερική είναι αρκετά χαμηλότερα (45-55%) ενώ ακόμη χαμηλότερα ποσοστά παρουσιάζει η Αφρική και η Μέση Ανατολή. Σύμφωνα με διεθνή έρευνα, περισσότερο από το 30% των παιδιών κάτω των δύο ετών έχουν χρησιμοποιήσει tablet ή smartphone και το 80% των εφήβων διαθέτει παρόμοια συσκευή (Fox and Duggan, 2013).

Η μελέτη των Przepiorka & Blachnio (2016) έδειξε ότι η νεαρή ηλικία, ο μεγάλος καθημερινός χρόνος που αφιερώνεται στο διαδίκτυο, η αρνητική αξιολόγηση του παρελθόντος, η μοιραία άποψη του παρόντος και η μη σκέψη για το μέλλον είναι προγνωστικά για τον εθισμό στο Διαδίκτυο και τον εθισμό στο Facebook. Τα ευρήματα παρέχουν καλύτερη κατανόηση του μηχανισμού πίσω από την ανάπτυξη του εθισμού στο Internet και στο Facebook.

Ο Kubey και άλλοι ερευνητές το 2001 διεξήγαγαν έρευνα στο Πανεπιστήμιο Rutgers του New Jersey. Το δείγμα τους ήταν 576 φοιτητές με μέσο όρο ηλικίας τα 20 χρόνια, εκ των οποίων το 66% ήταν κορίτσια και χρησιμοποίησαν ένα ερωτηματολόγιο με 43 ερωτήσεις σχετικά με τη χρήση τους στο διαδίκτυο, τις συνήθειες μελέτης, την ακαδημαϊκή επίδοση και την προσωπικότητα τους. 53 άτομα, εκ των οποίων τα περισσότερα ήταν αγόρια, δηλαδή το 9,3% του δείγματος βρέθηκαν να είναι εθισμένοι στο διαδίκτυο. Η ηλικία δεν φάνηκε να παίζει ρόλο αν και οι φοιτητές πρώτου έτους αντιπροσώπευαν το 37,7% των εθισμένων. Οι εξαρτημένοι φοιτητές ήταν πολύ πιο πιθανό από τους μη εξαρτημένους να δηλώσουν ότι αντιμετωπίζουν προβλήματα με τα μαθήματα τους εξαιτίας της χρήσης του διαδικτύου και ένα σημαντικό ποσοστό ήταν πιο μοναχικό από τους μη εξαρτημένους χρήστες. Οι πιο δημοφιλείς διαδικτυακές δραστηριότητες ήταν αυτές του πραγματικού χρόνου όπως το chat και τα παιχνίδια. Οι ερευνητές υποστήριζαν ότι αυτού του τύπου οι δραστηριότητες είναι πολύ διαδεδομένες, ειδικά για τους πρωτοετείς φοιτητές που μόλις έφυγαν από το σπίτι τους, αφού μπορούν να κρατούν επαφή με την οικογένεια και τους φίλους (Kubey et al, 2001).

Το 2004 οι Johansson & Gotestam, μελέτησαν το πρόβλημα του εθισμού στο διαδίκτυο στη Νορβηγία. Το δείγμα της ήταν 3.237 έφηβοι ηλικίας 12 ως 18 ετών. Οι 1913 συμμετέχοντες εξετάστηκαν μέσω τηλεφωνικής συνέντευξης, με το ερωτηματολόγιο της Young YDQ, και οι υπόλοιποι 1324 συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο και το απέστειλαν ταχυδρομικώς. Επίσης, όλοι οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο για τα δημογραφικά τους χαρακτηριστικά, ενώ όσοι συμμετείχαν ταχυδρομικώς συμπλήρωσαν και ένα επιπρόσθετο για τις διαδικτυακές δραστηριότητες τους. Το 51% του δείγματος ήταν αγόρια και το 49% κορίτσια. Το ποσοστό των εθισμένων εφήβων στη Νορβηγία κυμάνθηκε στο 1,98% το οποίο μεταφράζεται 2,42% για τα αγόρια και 1,51% για τα κορίτσια. Σχεδόν το 50% του δείγματος παρουσίαζαν μόνο 2 συμπτώματα εθισμού στο διαδίκτυο. Η πιο δημοφιλής δραστηριότητα των Νορβηγών εφήβων ήταν η ανταλλαγή e-mail με 31,9% και ακολουθούσε με 15,5% η ανάγνωση εφημερίδων ή περιοδικών και με 11,7% η συμμετοχή σε ομάδες συζητήσεων (chat rooms). Τα παιχνίδια ήταν η επόμενη δραστηριότητα με 11%, ένα ποσοστό σχετικά χαμηλό αν αναλογιστεί κανείς πόσο μεγάλη απήχηση έχουν τα διαδικτυακά παιχνίδια στους νέους ανά τον κόσμο (Johansson & Gotestam, 2004).

Το 2007 δημοσιεύτηκε η έρευνα του Cao που πραγματοποιήθηκε το 2006 στην Κίνα, σε μαθητές ηλικίας 12- 18 ετών. Το δείγμα ήταν 2.620 μαθητές από 4 σχολεία της πόλης Changsha και χρησιμοποιήθηκαν το YDQ, το EPQ (η έκδοση για τα παιδιά), το TMDS και το SDQ. Από τους 2.620 συμμετέχοντες που ολοκλήρωσαν την έρευνα, 2,4% πληρούσε τα κριτήρια του εθισμού στο διαδίκτυο. Από τους 64 συμμετέχοντες που βρέθηκαν εθισμένοι οι 53 ήταν αγόρια (83%) και τα 11 ήταν κορίτσια (17%). Έπειτα αυτοί οι 64 εθισμένοι μαθητές μελετήθηκαν σε αντιπαράθεση με άλλους 64 μαθητές που είχαν κριθεί φυσιολογικοί χρήστες του διαδικτύου. Το γκρουπ με τους εθισμένους μαθητές είχαν σημαντικά μεγαλύτερα σκορ στις υποκλίμακες του EPQ για νεύρωση, ψύχωση, ψέματα και στην υποκλίμακα των κοινωνικών συμπεριφορών σε σχέση με τους φυσιολογικούς χρήστες. Επίσης η ομάδα των εθισμένων πέτυχε χαμηλότερα σκορ στις υποκλίμακες TDMS για την αίσθηση ελέγχου του χρόνου, την αίσθηση αξιολόγησης του χρόνου και την αίσθηση αποτελεσματικότητας στο χρόνο. Τέλος, η ομάδα των εθισμένων μαθητών είχε μεγαλύτερα σκορ και στις υποκλίμακες του SDQ για συναισθηματικά συμπτώματα, υπερκινητικότητα και προβλήματα συμπεριφοράς.

Στη μελέτη των Zhu, J., Zhang, W., Yu, C., & Bao, Z. (2015) στόχος ήταν να εντοπιστούν οι υποκείμενοι διαμεσολαβητικοί μηχανισμοί μεταξύ της σχέσης γονέων-εφήβων και του εθισμού στο παιχνίδι στο Διαδίκτυο (IGA). Ένα δείγμα 833 εφήβων συμπλήρωσε, ανώνυμα, ερωτηματολόγια σχετικά για τη σχέση γονέα-εφήβου, τη σχολική σύνδεση, τη σχέση με αποκλίνουσα παρέα συνομηλίκων και το IGA κατά τη διάρκεια ενός έτους. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η σχολική σύνδεση όσο και η σχέση με αποκλίνουσα παρέα μεσολαβούσε πλήρως στη σχέση μεταξύ σχέσης γονέα-εφήβου και IGA εφήβων. Σε γενικές γραμμές, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι μια χαμηλής ποιότητας σχέση γονέων-εφήβων προέβλεπε IGA μέσω της μείωσης της σχολικής σύνδεσης και της ενίσχυσης των σχέσεων με τους αποκλίνοντες συνομηλίκους (Zhu, J., Zhang, W., Yu, C., & Bao, Z., 2015).

Η έρευνα διατομής των Kilic, M., Avcı, D., & Uzuncakmak, T. (2016) διεξήχθη σε γυμνάσια σε ορισμένα κέντρα πόλεων, στην Τουρκία, το 2013. Στο δείγμα συμπεριλήφθηκαν 1742 μαθητές ηλικίας μεταξύ 14 και 20 ετών. Η μέση βαθμολογία του Internet Addiction Scale (IAS) των μαθητών να είναι 27,9 T 21,2. Σύμφωνα με τις βαθμολογίες που ελήφθησαν από το IAS, το 81,8% των μαθητών βρέθηκε να μην εμφανίζει συμπτώματα (βαθμοί G50), το 16,9%



βρέθηκε να εμφανίζει οριακά συμπτώματα (50Y79 βαθμοί) και το 1,3% βρέθηκε να είναι εθισμένοι στο Διαδίκτυο(βαθμοί Q80). Παρατηρήθηκε επίσης ότι η βαθμολογία IAS αυξάνεται όταν το εκπαιδευτικό επίπεδο του πατέρα αυξάνεται και όταν η απόδοση των μαθητών είναι χειρότερη. Από την άλλη πλευρά, το σκορ IAS μειώνεται όταν αυξάνεται το επίπεδο βαθμού μαθητή, αντιλαμβάνεται την οικογενειακή κοινωνική υποστήριξη και τα αποτελέσματα δεξιοτήτων επικοινωνίας. Επομένως, οι παράγοντες κινδύνου για τον εθισμό στο Διαδίκτυο είναι το αρσενικό, το χαμηλό ακαδημαϊκό επίτευγμα, η ανεπαρκής κοινωνική υποστήριξη και οι δεξιότητες επικοινωνίας και το υψηλό εκπαιδευτικό επίπεδο του πατέρα.

Η έρευνα των Kawabe, K., Horiuchi, F., Ochi, M., Oka, Y., & Ueno, S. (2016) διεξήχθη το 2014 στο Masaki, μια πόλη (πληθυσμός: 31.000) στην Ιαπωνία. Στη μελέτη συμμετείχαν όλοι οι μαθητές γυμνασίου (853) , ηλικίας 12–15. Οι μαθητές αξιολογήθηκαν χρησιμοποιώντας το Young's Internet Addiction Test (IAT), την ιαπωνική έκδοση του Γενικού Ερωτηματολογίου Υγείας (GHQ) και ένα ερωτηματολόγιο σχετικά με την πρόσβαση σε ηλεκτρονικές συσκευές. Αποτελέσματα: Με βάση τις συνολικές βαθμολογίες IAT, 2,0% (άνδρες, 2,1%, γυναίκες, 1,9%) και 21,7% (άνδρες, 19,8%, γυναίκες, 23,6%) των συνολικών 853 συμμετεχόντων (ποσοστό απόκρισης, 97,6%) ταξινομήθηκαν ως εθισμένος και πιθανώς εθισμένος, αντίστοιχα. Οι συνολικές βαθμολογίες GHQ ήταν σημαντικά υψηλότερες στις εθισμένες (12,9 7,4) και πιθανώς εθισμένες ομάδες (8,8 6,0) από ότι στη μη εθισμένη ομάδα (4,3 4,6,  $P < 0,001$ , και οι δύο ομάδες). Ο επιπολασμός της προβληματικής χρήσης Διαδικτύου σε ιαπωνικούς εφήβους ήταν πάνω από 20% και παρατηρήσαμε μια ισχυρή συσχέτιση μεταξύ του εθισμού στο Διαδίκτυο και των ψυχικών προβλημάτων, όπως αυτοκτονίες και κατάθλιψη. Τα smartphone φαίνεται να συνδέονται στενότερα με τον εθισμό στο Διαδίκτυο επομένως η ελεγχόμενη χρήση των smartphone θα μπορούσε να αποτρέψει ή τουλάχιστον να ελαχιστοποιήσει τον εθισμό στο Διαδίκτυο στους εφήβους

## ΕΙΔΙΚΟ ΜΕΡΟΣ

### Κεφάλαιο 5. Μεθοδολογία Εμπειρικής Διερεύνησης

#### 5.1. Σκοπός, Στόχοι και Ερευνητικά Ερωτήματα

Η παρούσα έρευνα στοχεύει στη διερεύνηση της έκτασης του εθισμού στο διαδίκτυο σε παιδιά προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας. Συγκεκριμένα, αναζητείται ο βαθμός εθισμού στο διαδίκτυο για τα παιδιά ηλικίας 12 ως 18 ετών. Προς το σκοπό αυτό τίθενται οι παρακάτω ερευνητικοί στόχοι:

[1] Ο προσδιορισμός του βαθμού εθισμού στο διαδίκτυο των παιδιών προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας.

[2] Η διερεύνηση των πιθανών επιδράσεων που ασκούν κάποια από τα χαρακτηριστικά των παιδιών προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο βαθμό εθισμού τους στο διαδίκτυο.

[3] Η εξέταση των πιθανών επιδράσεων που ασκούν κάποια από τα χαρακτηριστικά των γονέων στο βαθμό εθισμού των παιδιών προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο διαδίκτυο.

Προς την επίτευξη των παραπάνω στόχων και σε πλήρη αντιστοίχιση μαζί τους αναπτύσσονται τα παρακάτω ερευνητικά ερωτήματα.

#### 1<sup>ος</sup> Ερευνητικός Στόχος

[1] Ποια η ένταση του εθισμού στο διαδίκτυο για τα παιδιά προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας;

#### 2<sup>ος</sup> Ερευνητικός Στόχος

[2.A] Επιδρά η ηλικία του παιδιού προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο βαθμό εθισμού του στο διαδίκτυο;

[2.B] Με ποιον τρόπο επιδρά η ηλικία του παιδιού προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο βαθμό εθισμού του στο διαδίκτυο;

[3.A] Υπάρχει κάποια διαφοροποίηση στο βαθμό εθισμού των παιδιών προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο διαδίκτυο ανάλογα με το φύλο των παιδιών;

[3.B] Τι είδους διαφοροποίηση εντοπίζεται μεταξύ αγοριών και κοριτσιών προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο βαθμό με τον οποίο εθίζονται στο διαδίκτυο;

[4.A] Υπάρχει κάποια σχέση μεταξύ της ηλικίας πρώτης πρόσβασης στο διαδίκτυο ενός παιδιού προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας και στο επίπεδο εθισμού του σε αυτό;

[4.B] Είναι θετική ή αρνητική η σχέση μεταξύ της ηλικίας πρώτης πρόσβασης στο διαδίκτυο και του επιπέδου εθισμού του σε αυτό για τα παιδιά προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας;

[5.A] Επιδρά η διάρκεια σύνδεσης ενός παιδιού προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο διαδίκτυο στο βαθμό που είναι εθισμένο;

[5.B] Με ποιον τρόπο επιδρά η διάρκεια σύνδεσης ενός παιδιού προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο διαδίκτυο στο βαθμό που είναι εθισμένο;

[6.A] Υπάρχει κάποια διαφοροποίηση στο βαθμό εθισμού των παιδιών προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο διαδίκτυο ανάλογα με τις λειτουργίες διαδικτύου που αυτό χρησιμοποιεί όταν είναι συνδεδεμένο;

[6.B] Τι είδους διαφοροποίηση εντοπίζεται μεταξύ στο βαθμό με τον οποίο εθίζονται τα παιδιά προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο διαδίκτυο ανάλογα με τις λειτουργίες που χρησιμοποιούν όταν είναι συνδεδεμένα;

[7.A] Υπάρχει κάποια σχέση μεταξύ σχολικής βαθμολογίας ενός παιδιού προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας και στο επίπεδο εθισμού του στο διαδίκτυο;

[7.B] Είναι θετική ή αρνητική η σχέση μεταξύ της σχολικής βαθμολογίας και του επιπέδου εθισμού στο διαδίκτυο ενός παιδιού προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας;

### 3<sup>ος</sup> Ερευνητικός Στόχος

[8.A] Επιδρά η ηλικία των γονέων ενός παιδιού προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο βαθμό εθισμού του στο διαδίκτυο;

[8.B] Με ποιον τρόπο επιδρά η ηλικία των γονέων ενός παιδιού προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο βαθμό εθισμού του στο διαδίκτυο;

[9.A] Υπάρχει κάποια διαφοροποίηση στο βαθμό εθισμού των παιδιών προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας στο διαδίκτυο ανάλογα με το εκπαιδευτικό επίπεδο των γονέων;

[9.B] Τι είδους διαφοροποίηση εντοπίζεται στο βαθμό με τον οποίο εθίζονται στο διαδίκτυο τα παιδιά προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας ανάλογα με το εκπαιδευτικό επίπεδο των γονέων;

[10.A] Υπάρχει κάποια σχέση μεταξύ επιπέδου εθισμού στο διαδίκτυο ενός παιδιού προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας και στις ώρες εργασίας των γονέων;

[10.B] Είναι θετική ή αρνητική η σχέση μεταξύ του επιπέδου εθισμού στο διαδίκτυο ενός παιδιού προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας και των ωρών εργασίας των γονέων;

## **5.2. Μέθοδοι Συγκέντρωσης Δεδομένων**

Η εξαρτημένη μεταβλητή της παρούσας μελέτης αναφέρεται στο βαθμό ή έκταση του εθισμού στο διαδίκτυο, ενώ ο πληθυσμός της μελέτης αφορά παιδιά προεφηβικής και εφηβική ηλικίας, από τη σκοπιά των γονέων. Ως ερευνητικό εργαλείο μέσω του οποίου επιδιώκεται η μέτρηση του εθισμού των παιδιών στο διαδίκτυο χρησιμοποιήθηκε ένα ερωτηματολόγιο, ενώ η επιλογή του δείγματος από τον πληθυσμό υλοποιήθηκε με τη χρήση της δειγματοληψίας ευκολίας.

Για τον προσδιορισμό της εξαρτημένης μεταβλητής επιλέχθηκε ως καταλληλότερο ερευνητικό εργαλείο το ερωτηματολόγιο καθώς συνδυάζει τα πλεονεκτήματα της αντικειμενικότητας, της ευρύτητας του δείγματος και της ευκολίας ανάλυσης και επεξεργασίας δεδομένων και του χαμηλού κόστους (Johnson & Christensen, 2008). Συγκεκριμένα, χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο Ελέγχου Γονέα-Παιδιού για Εθισμό στο Διαδίκτυο (Parent-Child Internet Addiction Test, γνωστό ως PCIAT). Πρόκειται για ένα ευρέως χρησιμοποιούμενο ερωτηματολόγιο, το οποίο περιέχει είκοσι (20) ερωτήσεις μέσω των οποίων αναζητείται, αρχικά, κατά πόσον ένα παιδί είναι ή όχι εθισμένο στο διαδίκτυο μέσω των αποκρίσεων που δίνει ο γονέας για αυτό και, εν δεύτεροις, την ένταση του εθισμού. Στις ερωτήσεις αυτές, η ερευνήτρια πρόσθεσε και μία σειρά δημογραφικών και άλλων παραγόντων που, σύμφωνα με τη βιβλιογραφία, μπορούν να διαδραματίσουν ρόλο στον εθισμό του παιδιού. Συνεπώς, το ερωτηματολόγιο αποτελείται από δύο ομάδες ερωτήσεων, οι

οποίες περιγράφονται συνοπτικά και περιεκτικά ακολούθως. Αξίζει να σημειωθεί ότι το πλήρες ερωτηματολόγιο εμφανίζεται στο Παράρτημα της παρούσας μελέτης.

#### *1<sup>η</sup> Ομάδα – Η ομάδα των δημογραφικών και άλλων χαρακτηριστικών*

Στην ομάδα αυτήν περιέχονται οκτώ (8) ερωτήσεις. Από αυτές οι πέντε (5) αφορούν αποκλειστικά το παιδί, οι δύο (2) στους γονείς, ενώ υπάρχει και μία (1) κοινή. Οι πρώτες πέντε αναφέρονται στο φύλο του παιδιού, στην ηλικία κατά την οποία απέκτησε πρόσβαση στο διαδίκτυο, στις ώρες σύνδεσής του σε αυτό, τις λειτουργίες του διαδικτύου που χρησιμοποιεί (chatting, μέσα κοινωνικής δικτύωσης, ενημέρωση/πληροφόρηση, και online παιχνίδια), καθώς και τη βαθμολογία του στο σχολείο. Με εξαίρεση τις ώρες σύνδεσής του στο διαδίκτυο που είναι μία ανοικτή ερώτηση, οι υπόλοιπες είναι κλειστού τύπου, και συγκεκριμένα πολλαπλής επιλογής, οι οποίες προτιμήθηκαν εξαιτίας της ευκολίας που παρέχουν τόσο στους συμμετέχοντες που αποκρίνονται σε αυτές όσο και στους ερευνητές που καλούνται να τις επεξεργαστούν (Κουρεμένος, 2008). Οι δύο ερωτήσεις που αναφέρονται στους γονείς έχουν ως αντικείμενο το εκπαιδευτικό επίπεδο της μητέρας και του πατέρα, καθώς και τις ώρες εργασίας τους, ενώ επίσης δομήθηκαν ως κλειστού τύπου. Τέλος, η ηλικία του πατέρα, της μητέρας και του παιδιού είναι η μία κοινή ερώτηση, η οποία είναι και πάλι ανοικτού τύπου.

#### *2<sup>η</sup> Ομάδα – Το ερωτηματολόγιο PCIAT*

Το ερωτηματολόγιο PCIAT μετρά το βαθμό του εθισμού στο διαδίκτυο σε παιδιά ηλικίας 12 ως 18 ετών. Αντιμετωπίζει τον συγκεκριμένο εθισμό σε όρους υπερβολικής χρήσης και καταναγκαστικής τάσης χρήσης του διαδικτύου. Κατασκευάστηκε από την Young (2004), είναι διαθέσιμο online και προτείνεται στους γονείς και κηδεμόνες παιδιών προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας ως τρόπος ανίχνευσης της έκτασης του εθισμού των παιδιών στο διαδίκτυο. Το σύνολο των ερωτήσεων είναι διαβαθμισμένες σε κλίμακα Likert πέντε βαθμίδων της μορφής «καθόλου», «σπάνια», «περιστασιακά», «συχνά» και «πάντα». Από το ερωτηματολόγιο εξάγεται μία βαθμολογία εθισμού στο διαδίκτυο ως το άθροισμα των αποκρίσεων που δίνονται στις 20 ερωτήσεις τους, εφόσον αυτές βαθμολογηθούν με τιμές 1, 2, 3, 4 και 5 για καθεμία από τις δυνητικές αποκρίσεις αντιστοίχως. Επομένως, το εύρος τιμών της μεταβλητής της βαθμολογίας εθισμού κυμαίνεται από

20 ως 100. Όσο υψηλότερη (χαμηλότερη) είναι η βαθμολογία που συγκεντρώνεται για ένα παιδί, τόσο υψηλότερος (χαμηλότερος) ο βαθμός εθισμού του στο διαδίκτυο. Επιπλέον, βάσει βαθμολογίας τα παιδιά κατατάσσονται σε τρεις ομάδες. Στην πρώτη κατηγορία κατατάσσονται τα παιδιά με βαθμολογία από 20 ως 49, τα οποία αξιολογούνται ως μέσοι χρήστες. Η δεύτερη κατηγορία περιέχει τα παιδιά των οποίων η βαθμολογία κυμαίνεται από 50 ως 79 βαθμούς. Σε αυτήν, τα παιδιά αντιμετωπίζουν περιστασιακά ή και συχνά προβλήματα εξαιτίας του διαδικτύου και οι κηδεμόνες τους θα έπρεπε να επαγρυπνούν σχετικά με την επίδραση που έχει το διαδίκτυο στη ζωή τους. Πρόκειται για τις περιπτώσεις παιδιών που παρουσιάζουν έναν ήπιο εθισμό στο διαδίκτυο. Τέλος, τα παιδιά με βαθμολογία μεγαλύτερη από 80 βαθμούς κατατάσσονται στην τρίτη κατηγορία. Πρόκειται για τα παιδιά που η χρήση του διαδικτύου προκαλεί σημαντικά προβλήματα στη ζωή τους, τα οποία θα έπρεπε άμεσα να διευθετηθούν. Τα παιδιά αυτά χαρακτηρίζονται ως έντονα εθισμένα στο διαδίκτυο.

Βασική προϋπόθεση για τη χρήση ενός ερωτηματολογίου είναι αυτό να είναι αξιόπιστο και έγκυρο. Η αξιοπιστία ή εναλλακτικά η εσωτερική συνέπεια αναφέρεται στο κατά πόσον η ικανότητά του να καταγράφει την επιδιωκόμενη μεταβλητή εξαρτάται ή όχι από τις συνθήκες του περιβάλλοντος. Για να είναι αξιόπιστο ένα ερευνητικό εργαλείο θα πρέπει να είναι απαλλαγμένο από τυχαίο ή μη συστηματικό σφάλμα, δηλαδή να καταγράφει την επιδιωκόμενη μεταβλητή ανεξαρτήτως συνθηκών περιβάλλοντος. Ο βαθμός αξιοπιστίας εκτιμάται μέσω του συντελεστή Cronbach's Alpha, η τιμή του οποίου θα πρέπει να είναι τουλάχιστον 0,70 (Κουρεμένος, 2008). Στην προκειμένου περίπτωση, ο συντελεστής του ερωτηματολογίου είναι ίσος 0,931, γεγονός που σημαίνει ότι η αξιοπιστία του ερωτηματολογίου ανέρχεται σε εξαιρετικά επίπεδα. Από την άλλη μεριά, η εγκυρότητα αναφέρεται στο κατά πόσον το ερωτηματολόγιο καταγράφει την πραγματικά επιδιωκόμενη μεταβλητή και όχι κάποια παραλλαγή της. Για να είναι έγκυρο ένα ερωτηματολόγιο θα πρέπει να είναι απαλλαγμένο από συστηματικό σφάλμα, δηλαδή να είναι διασφαλισμένο ότι οι απόψεις που μετρώνται αντικατοπτρίζουν τις απόψεις πάνω στο πραγματικό αντικείμενο της έρευνας (Κουρεμένος, 2008). Για τη διασφάλιση της εγκυρότητας της παρούσας μελέτης, η ερευνήτρια προέβη σε μία σειρά δράσεων. Πρώτον, ζήτησε τη συνεισφορά καθηγητών αγγλικής και ελληνικής φιλολογίας για τη μετάφραση του

ερωτηματολογίου από τα αγγλικά στα ελληνικά και για τη γλωσσική επιμέλεια του τελικού κειμένου, αντιστοίχως. Δεύτερον, διεξήγαγε μία πολιτική έρευνα δέκα ατόμων. Οι όποιες διευκρινίσεις ζητήθηκαν οδήγησαν σε μικρές μεταβολές στις διατυπώσεις των ερωτήσεων. Τρίτον, ήταν διαθέσιμη ανά πάσα στιγμή για την παροχή οδηγιών, διευκρινίσεων ή εξηγήσεων προς τους συμμετέχοντες.

Τέλος, ο πληθυσμός της παρούσας μελέτης αναφέρεται τα παιδιά προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας που κατοικούν στη Λάρισα. Για την επιλογή του δείγματος, χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της απλής τυχαίας δειγματοληψίας. Η συγκεκριμένη μέθοδος στηρίζεται στην υπόθεση ότι κάθε μονάδα του πληθυσμού έχει την ίδια πιθανότητα να επιλεγεί. Υπό αυτήν την προϋπόθεση, το δείγμα που λαμβάνεται είναι αντιπροσωπευτικό, ενώ επιπλέον πλεονεκτήματα της μεθόδου αποτελούν οι μειωμένες απαιτήσεις σε κόστος και χρόνο εκ μέρους του ερευνητή. Ωστόσο, ενέχει κινδύνους συστηματικού σφάλματος, καθώς ο περιορισμός του δείγματος στην περιοχή της Λάρισας μπορεί να οδηγήσει το δείγμα σε χαρακτηριστικά που δεν αντιπροσωπεύουν το σύνολο των παιδιών προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας (Taherdoost, 2016). Η ερευνήτρια επέλεξε στο σύνολο των παιδιών της περιοχής της Λάρισας 100 παιδιά προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας, ήρθε σε συνεννόηση με τους γονείς τους, τους οποίους ενημέρωσε για τους καθαρά επιστημονικούς σκοπούς της μελέτης και τους διαβεβαίωσε για την εμπιστευτικότητα των αποκρίσεων και την ανωνυμία των συμμετεχόντων, και τους παρέδωσε το ερωτηματολόγιο. Από αυτούς οι 81 αποκρίθηκαν τελικά στο κάλεσμα και επέστρεψαν το ερωτηματολόγιο συμπληρωμένο, γεγονός που σημαίνει ότι το ποσοστό απόκρισης της έρευνας ανήλθε σε 81%.

### **5.3. Μέθοδοι Ανάλυσης Δεδομένων**

Οι μέθοδοι ανάλυσης δεδομένων αναφέρονται στις στατιστικές μεθόδους που επιλέγονται προκειμένου να δοθούν οι απαντήσεις στα ερευνητικά ερωτήματα που τέθηκαν. Υπάρχει μία ποικιλία στατιστικών μεθόδων που μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε κάθε περίπτωση. Ωστόσο, η φύση των μεταβλητών που αναλύονται τις περιορίζουν σημαντικά (Κουρεμένος, 2008). Στα πλαίσια της παρούσας μελέτης χρησιμοποιούνται οι μέθοδοι των περιγραφικών μέτρων, των πινάκων συχνοτήτων, του ελέγχου ανεξαρτησίας  $\chi^2$ , της ανάλυσης διασποράς, και της

ανάλυσης συσχέτισης. Στις επόμενες γραμμές καθεμία από αυτές τις μεθόδους περιγράφεται συνοπτικά και περιεκτικά, καθώς και πότε επιλέγονται προς χρήση.

Εάν ο σκοπός της χρήσης της στατιστικής μεθόδου είναι η περιγραφή της μεταβλητής, τότε διαθέσιμες μέθοδοι είναι οι πίνακες συχνοτήτων και τα περιγραφικά μέτρα κεντρικής θέσης και διασποράς. Συγκεκριμένα, για την περιγραφή μεταβλητών ποιοτικής φύσης χρησιμοποιούνται οι Πίνακες Συχνοτήτων, οι οποίοι παρουσιάζουν τις συχνότητες των διαφόρων κατηγοριών τους. Αντιστοίχως, για την περιγραφή μεταβλητών ποσοτικής φύσης προσδιορίζονται τα μέτρα του αριθμητικού μέσου, ως μέτρο τάσης, και της τυπικής απόκλισης, ως μέτρο διασποράς.

Εκτός των παραπάνω δύο μεθόδων, οι υπόλοιπες μέθοδοι της παρούσας μελέτης ανήκουν στα πλαίσια της επαγωγικής στατιστικής, δηλαδή των στατιστικών μεθόδων που αναζητούν κατά πόσον υπάρχουν ενδείξεις ότι χαρακτηριστικά και ιδιότητες που παρατηρούνται στο δείγμα μπορούν να επαχθούν στον πληθυσμό. Η καθεμία μέθοδος χρησιμοποιείται ανάλογα και με το είδος των μεταβλητών που εξετάζονται.

Στην περίπτωση που αναζητείται η επίδραση μίας ποιοτικής μεταβλητής σε μία ποιοτική μεταβλητή, η μέθοδος που προτείνεται είναι ο **έλεγχος ανεξαρτησίας  $\chi^2$** . Οι υποθέσεις του συγκεκριμένου ελέγχου έχουν ως εξής (Κουρεμένος, 2008):

$H_0$ : Δύο ποιοτικές μεταβλητές είναι ανεξάρτητες.

$H_1$ : Δύο ποιοτικές μεταβλητές δεν είναι ανεξάρτητες.

Ενδείξεις απόρριψης της υπόθεσης ανεξαρτησίας ( $H_0$ ), δηλαδή ενδείξεις ύπαρξης εξάρτησης μεταξύ των δύο ποιοτικών μεταβλητών, παρέχονται όταν το εξαγόμενο επίπεδο σημαντικότητας του ελέγχου είναι μικρότερο από το επίπεδο σημαντικότητας της μελέτης. Σε αυτήν την περίπτωση, το είδος της εξάρτησης γίνεται αντιληπτό μέσω του αντίστοιχου πίνακα συνάφειας. Ωστόσο, προϋπόθεση αξιοπιστίας του ελέγχου αποτελεί τουλάχιστον το 20% των κελιών να έχει αναμενόμενη συχνότητα μεγαλύτερο του 5 (Τσάντας και συν, 1999). Για το λόγο αυτό, όπου χρειάστηκε, οι δυνητικές αποκρίσεις των μεταβλητών των δημογραφικών και άλλων χαρακτηριστικών συγχωνεύτηκαν σε λιγότερες απαντήσεις.

Στην περίπτωση που αναζητείται η επίδραση μίας ποιοτικής μεταβλητής σε μία ποσοτική μεταβλητή, η μέθοδος που προτείνεται είναι η **ανάλυση διακύμανσης**



**ή διασποράς**, γνωστή ως ANOVA. Οι υποθέσεις του συγκεκριμένου ελέγχου έχουν ως εξής (Τσάντας και συν, 1999):

$H_0$ : Οι μέσοι όροι της ποσοτικής μεταβλητής μέσα στις  $k$  ομάδες της ποιοτικής μεταβλητής είναι ίσοι.

$H_1$ : Τουλάχιστον δύο μέσοι όροι της ποσοτικής μεταβλητής από τους μέσους των  $k$  ομάδων της ποιοτικής μεταβλητής είναι διαφορετικοί.

Ενδείξεις απόρριψης της υπόθεσης ανεξαρτησίας ( $H_0$ ), δηλαδή ενδείξεις ύπαρξης επίδρασης της ποιοτικής στην ποσοτική μεταβλητή, παρέχονται όταν το εξαγόμενο επίπεδο σημαντικότητας του ελέγχου είναι μικρότερο από το επίπεδο σημαντικότητας της μελέτης. Σε αυτήν την περίπτωση, το είδος της επίδρασης γίνεται αντιληπτό μέσα από την τιμή που λαμβάνουν οι μέσοι όροι (Τσάντας και συν, 1999).

Στην περίπτωση που αναζητείται η επίδραση μίας ποσοτικής μεταβλητής σε μία ποσοτική μεταβλητή, η μέθοδος που προτείνεται είναι η **ανάλυση συσχέτισης**. Συγκεκριμένα, προσδιορίζεται ο συντελεστής συσχέτισης Pearson. Ο συγκεκριμένος συντελεστής κυμαίνεται από -1 ως + 1. Εάν η τιμή του είναι αρνητική (θετική), τότε η συσχέτιση μεταξύ των δύο μεταβλητών είναι αρνητική (θετική). Επιπλέον, όταν η τιμή του σε απόλυτη τιμή κυμαίνεται σε επίπεδα μικρότερα του 0,20, από 0,20 ως 0,40, από 0,40 ως 0,60, από 0,60 ως 0,80 και πάνω από 0,80, η ένταση της συσχέτισης μεταξύ των δύο μεταβλητών είναι πολύ ασθενής, ασθενής, μέτρια, ισχυρή και πολύ ισχυρή. Συμπληρωματικά της εκτίμησης του συντελεστή, διενεργείται ένας έλεγχος  $t$  για τη στατιστική σημαντικότητα αυτού με τις ακόλουθες υποθέσεις (Τσάντας και συν, 1999):

$H_0$ : Ο συντελεστής Pearson είναι μηδενικός (και άρα στατιστικά μη σημαντικός)

$H_1$ : Ο συντελεστής Pearson είναι μη μηδενικός (και άρα στατιστικά σημαντικός)

Ενδείξεις απόρριψης της υπόθεσης ανεξαρτησίας ( $H_0$ ), δηλαδή ενδείξεις ύπαρξης συσχέτισης μεταξύ των δύο ποσοτικών μεταβλητών, παρέχονται όταν το εξαγόμενο επίπεδο σημαντικότητας του ελέγχου είναι μικρότερο από το επίπεδο σημαντικότητας της μελέτης. Σε αυτήν την περίπτωση, το είδος της επίδρασης γίνεται αντιληπτό μέσα από την τιμή που λαμβάνει ο συντελεστής (Τσάντας και συν, 1999).

Το σύνολο των παραπάνω υλοποιήθηκαν με χρήση του προγράμματος SPSS (Statistical Package for Social Sciences), ενώ ως επίπεδο σημαντικότητας της μελέτης επιλέχθηκε το 5%. Τέλος, αξίζει να σημειωθεί ότι στους παραπάνω ελέγχους η μία από τις δύο μεταβλητές είναι πάντοτε ο εθισμός του παιδιού προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας, έτσι όπως αυτός προκύπτει από το ερωτηματολόγιο. Υπενθυμίζεται ότι το ερωτηματολόγιο προσδίδει δύο μορφές της συγκεκριμένης μεταβλητής. Μία της βαθμολογίας, που είναι ποσοτική μεταβλητή που κυμαίνεται από 20 ως 100, και μία της κατηγοριοποίησης των παιδιών, που είναι ποιοτική μεταβλητή τριών κατηγοριών. Η εξέταση αφορά την επίδραση των δημογραφικών και των άλλων χαρακτηριστικών του παιδιού και των γονέων και στις δύο μεταβλητές. Για καθεμία από αυτές, όμως, χρησιμοποιούνται άλλες μέθοδοι, εφόσον η πρώτη είναι ποσοτική και η δεύτερη ποιοτική.

## Κεφάλαιο 6. Αποτελέσματα Εμπειρικής Διερεύνησης

### 6.1. Τα Χαρακτηριστικά του Δείγματος

Οι Πίνακες 1 και 2 περιγράφουν το δείγμα ως προς τα δημογραφικά και λοιπά χαρακτηριστικά που ενσωματώθηκαν στο ερωτηματολόγιο της έρευνας. Συγκεκριμένα, ο Πίνακας 1 παρουσιάζει την κατανομή των χαρακτηριστικών που έχουν δομηθεί ως ποιοτικές μεταβλητές, ενώ ο Πίνακας 2 τα περιγραφικά στατιστικά μέτρα του αριθμητικού μέσου και της τυπικής απόκλισης των χαρακτηριστικών που έχουν δομηθεί ως ποσοτικές μεταβλητές.

Ως προς τα χαρακτηριστικά των παιδιών, παρατηρείται ότι από το σύνολο των 81 παιδιών τα 43 (53,1%) είναι αγόρια και τα 38 (46,9%) κορίτσια μίας μέσης ηλικίας 14,41 ( $\pm 2,01$ ). Η ηλικία πρόσβασής τους στο διαδίκτυο είναι κάτω των 5 ετών για 19 (23,5%) παιδιά, μεταξύ 6 και 10 ετών για 20 (24,7%) παιδιά και άνω των 11 ετών για 42 (51,9%) παιδιά. Από τα 81 παιδιά, 16 (19,8%) συνδέονται στο διαδίκτυο για chatting, 36 (44,4%) για μέσα κοινωνικής δικτύωσης, 39 (48,1%) για ενημέρωση ή πληροφόρηση και 34 (42,0%) για online παιχνίδια. Κανένα από τα παιδιά του δείγματος δεν έχει μέσο όρο βαθμολογίας στο σχολείο σχεδόν καλώς (<13), 9 (11,1%) έχουν μέσο όρο σχολικής βαθμολογίας καλή (13,1 ως 16), 54 (66,7%) λίαν καλώς (16,1 ως 18) και 54 (66,7%) άριστη (>18). Τέλος, η μέση διάρκεια σύνδεσής τους στο διαδίκτυο εβδομαδιαίως ανέρχεται σε 13,86 ( $\pm 11,58$ ) ώρες.

Ως προς τα χαρακτηριστικά των γονέων, η μέση ηλικία των μητέρων ανέρχεται σε 44,54 ( $\pm 4,79$ ) έτη και των πατέρων σε 49,01 ( $\pm 5,55$ ) έτη. Από το σύνολο των 81 μητέρων καμία (0%) δεν είναι αναλφάβητη, μόλις 2 (2,5%) είναι απόφοιτοι Δημοτικού, 6 (7,5%) είναι απόφοιτος Γυμνασίου, 14 (17,5%) Λυκείου, 10 (12,5%) Τεχνικής Σχολής και 48 (60,0%) Ανώτατης Εκπαίδευσης. Η αντίστοιχη κατανομή για το εκπαιδευτικό επίπεδο του πατέρα είναι 0 (0,0%), 1 (1,3%), 7 (8,8%), 13 (16,3%), 19 (23,8%) και 40 (50,0%). Τέλος, 39 (48,7%) πατέρες και 55 (71,4%) δουλεύουν εβδομαδιαίως λιγότερες από 40 ώρες, 29 (36,3%) πατέρες και 15 (19,5%) μητέρες από 41 ως 48 ώρες και 13 (13,3%) πατέρες και 7 (9,1%) μητέρες από 49 ώρες και πάνω.

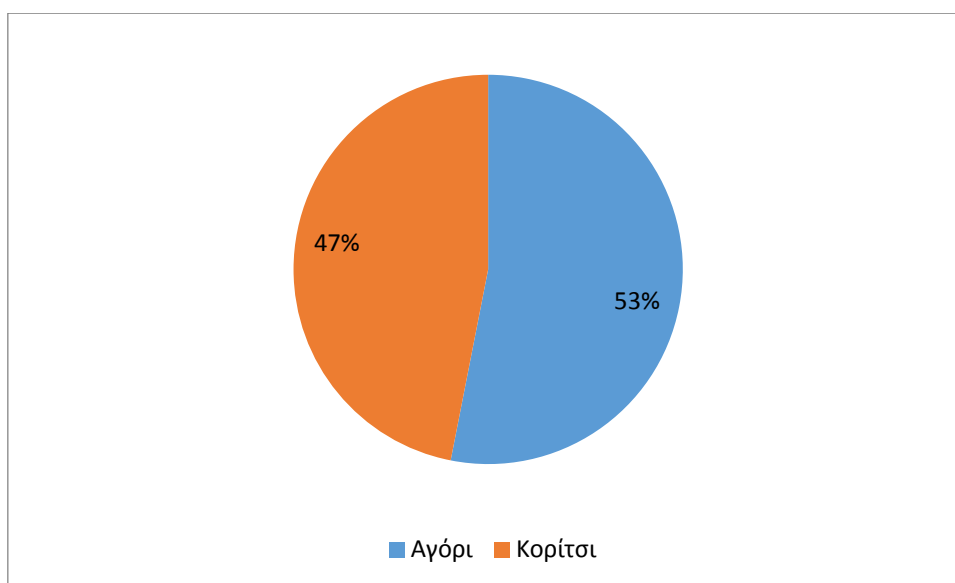
Πίνακας 1. Περιγραφή του Δείγματος ως προς τα Χαρακτηριστικά του (Ποιοτικές Μεταβλητές)

	Χαρακτηριστικό	N	%
<b>Φύλο Παιδιού</b>	Αγόρι	43	53,09%
	Κορίτσι	38	46,91%
	<i>Σύνολο</i>	<i>81</i>	<i>100,00%</i>
<b>Εκπαιδευτικό Επίπεδο Πατέρα</b>	Αναλόγος	0	0,00%
	Απόφοιτος Δημοτικού	1	1,25%
	Απόφοιτος Γυμνασίου	7	8,75%
	Απόφοιτος Λυκείου	13	16,25%
	Απόφοιτος Τεχνικής Σχολής	19	23,75%
	Απόφοιτος Ανώτατης Εκπαίδευσης	40	50,00%
	<i>Σύνολο</i>	<i>80</i>	<i>100,00%</i>
<b>Εκπαιδευτικό Επίπεδο Μητέρας</b>	Αναλόγος	0	0,00%
	Απόφοιτος Δημοτικού	2	2,50%
	Απόφοιτος Γυμνασίου	6	7,50%
	Απόφοιτος Λυκείου	14	17,50%
	Απόφοιτος Τεχνικής Σχολής	10	12,50%
	Απόφοιτος Ανώτατης Εκπαίδευσης	48	60,00%
	<i>Σύνολο</i>	<i>80</i>	<i>100,00%</i>
<b>Εβδομαδιαίες Ώρες εργασίας πατέρα</b>	< 40 ώρες	38	47,50%
	41-48 ώρες	29	36,25%
	> 49 ώρες	13	16,25%
	<i>Σύνολο</i>	<i>80</i>	<i>100,00%</i>
<b>Εβδομαδιαίες Ώρες εργασίας μητέρα</b>	< 40 ώρες	55	71,43%
	41-48 ώρες	15	19,48%
	> 49 ώρες	7	9,09%
	<i>Σύνολο</i>	<i>77</i>	<i>100,00%</i>
<b>Ηλικία πρόσβασης στο διαδίκτυο</b>	< 5 ετών	19	23,46%
	6-10 ετών	20	24,69%
	>11 ετών	42	51,85%
	<i>Σύνολο</i>	<i>81</i>	<i>100,00%</i>
<b>Chatting</b>	Όχι	65	80,25%
	Ναι	16	19,75%
	<i>Σύνολο</i>	<i>81</i>	<i>100,00%</i>
<b>Μέσα κοινωνικής δικτύωσης</b>	Όχι	45	55,56%
	Ναι	36	44,44%
	<i>Σύνολο</i>	<i>81</i>	<i>100,00%</i>
<b>Ενημέρωση/ Πληροφόρηση</b>	Όχι	42	51,85%
	Ναι	39	48,15%
	<i>Σύνολο</i>	<i>81</i>	<i>100,00%</i>
<b>Online παιχνίδια</b>	Όχι	47	58,02%
	Ναι	34	41,98%
	<i>Σύνολο</i>	<i>81</i>	<i>100,00%</i>
<b>Μέσος όρος βαθμολογίας</b>	Σχεδόν Καλώς (9,5-13)	0	0,00%
	Καλώς (13,1-16)	9	11,11%
	Λίαν Καλώς (16,1-18)	18	22,22%
	Άριστα (18,1- 20)	54	66,67%
	<i>Σύνολο</i>	<i>81</i>	<i>100,00%</i>

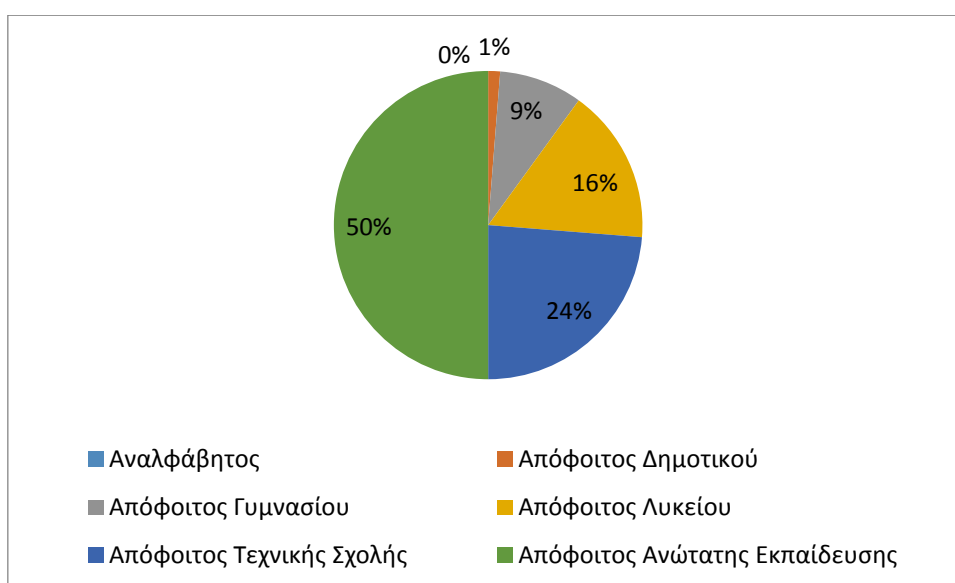
**Πίνακας 2. Περιγραφή του Δείγματος ως προς τα Χαρακτηριστικά του (Ποσοτικές Μεταβλητές)**

	<b>N</b>	<b>M.O.</b>	<b>T.A.</b>
Ηλικία Παιδιού	81	14,41	2,01
Ηλικία Πατέρα	81	49,01	5,55
Ηλικία Μητέρας	81	44,54	4,79
Ώρες σύνδεσης του παιδιού στο διαδίκτυο εβδομαδιαίως	81	13,86	11,58

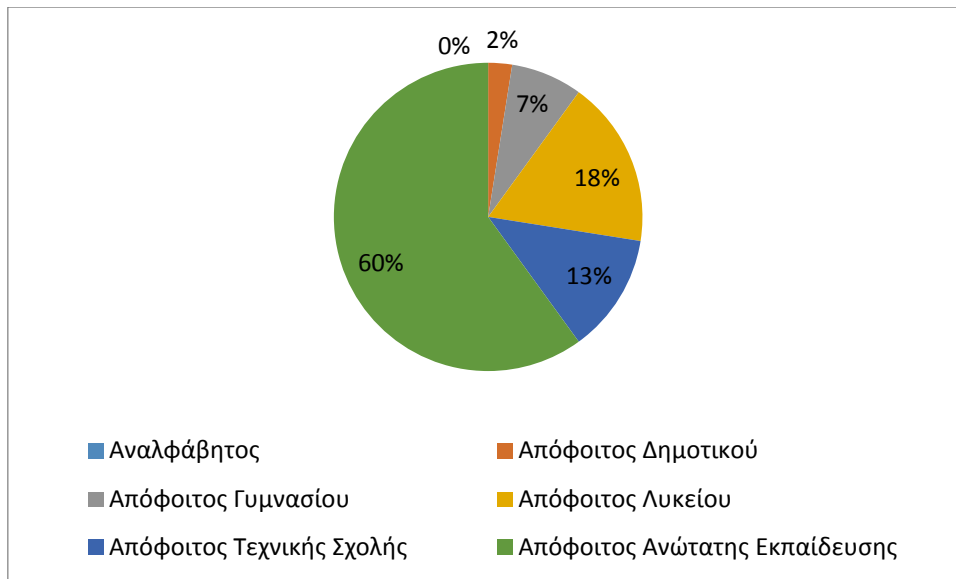
Στα Διαγράμματα 1 ως 9 που ακολουθούν περιγράφεται το δείγμα ως προς τα παραπάνω χαρακτηριστικά του.



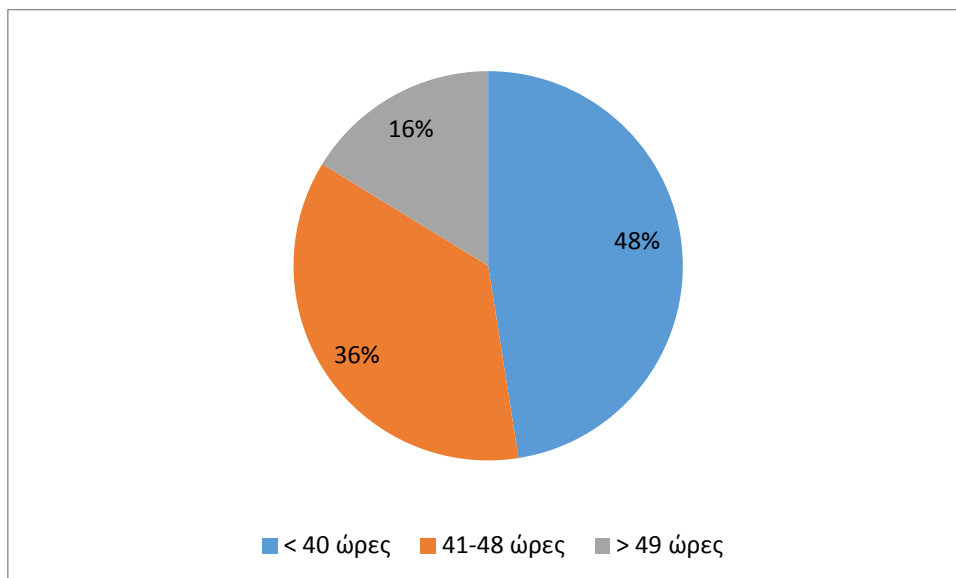
**Διάγραμμα 1: Το Φύλο του Δείγματος**



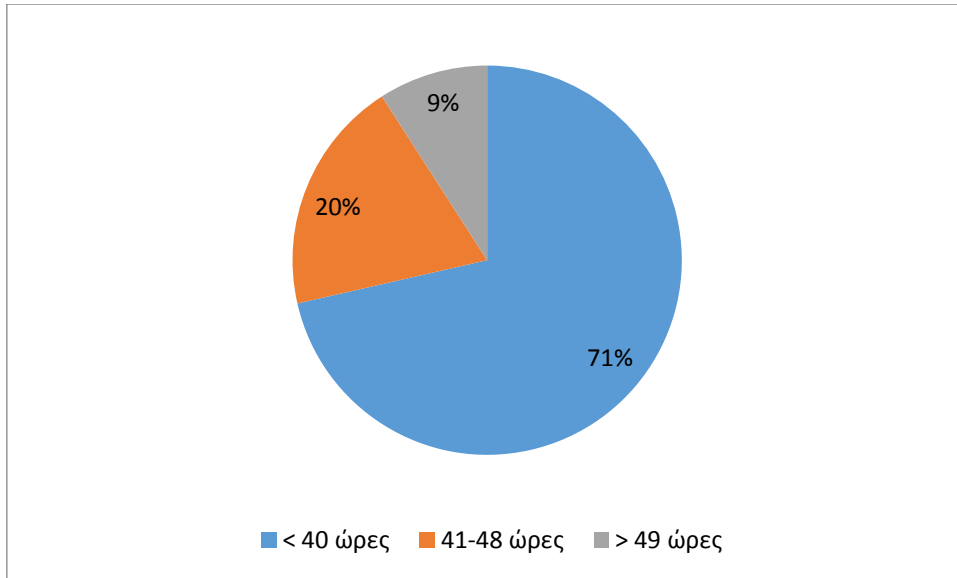
**Διάγραμμα 2: Το Εκπαιδευτικό Επίπεδο του Πατέρα στο Δείγμα**



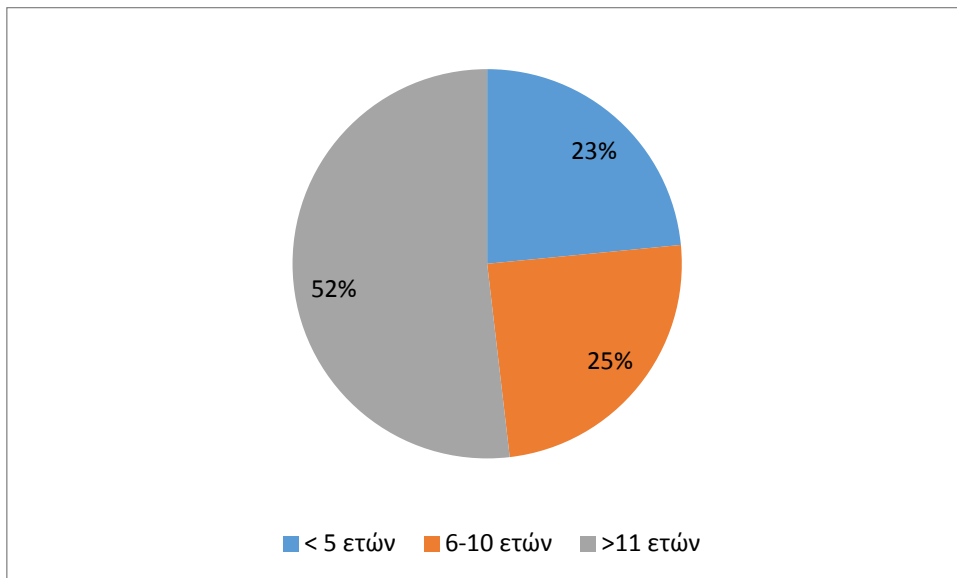
**Διάγραμμα 3: Το Εκπαιδευτικό Επίπεδο της Μητέρας στο Δείγμα**



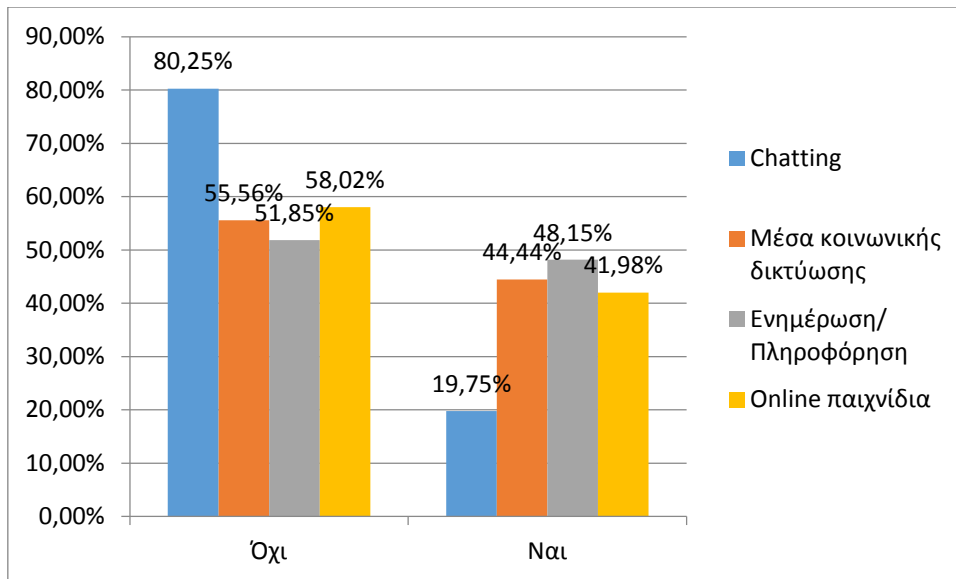
**Διάγραμμα 4: Οι Ώρες Εργασίας του Πατέρα στο Δείγμα**



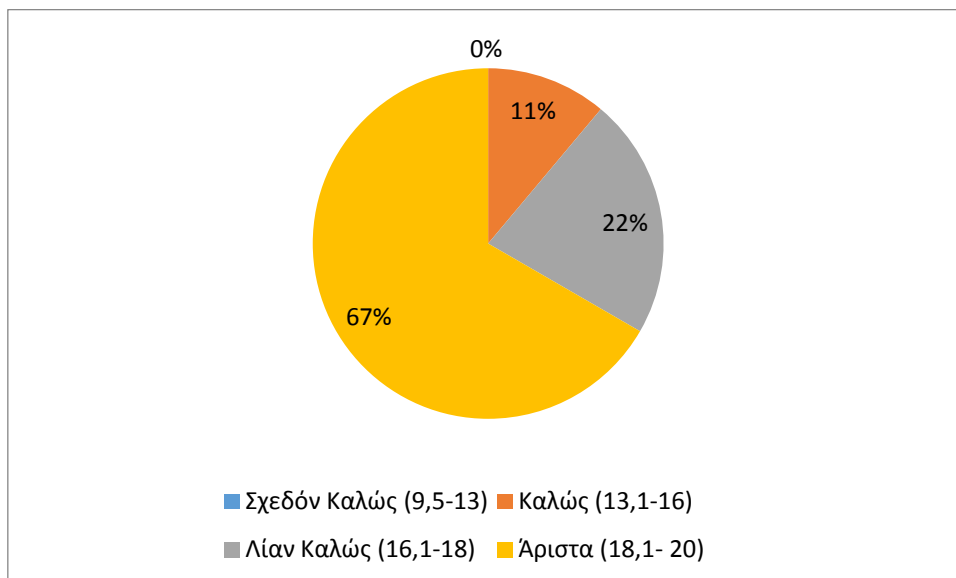
**Διάγραμμα 5: Οι Ώρες Εργασίας της Μητέρας στο Δείγμα**



**Διάγραμμα 6: Η Ηλικία Πρόσβασης στο Διαδίκτυο για τα παιδιά του δείγματος**

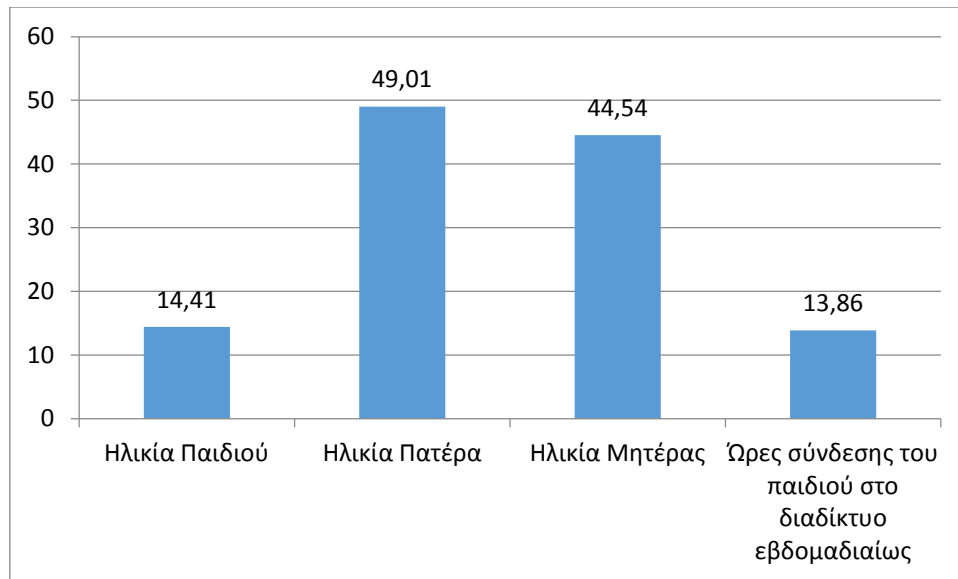


**Διάγραμμα 7: Οι λόγοι σύνδεσης στο Διαδίκτυο για τα παιδιά του δείγματος**



**Διάγραμμα 8: Η Σχολική Βαθμολογία των παιδιών του δείγματος**





**Διάγραμμα 9: Η Ηλικία Παιδιών, η Ηλικία Πατέρα, η Ηλικία Μητέρας και οι Εβδομαδιαίες Ώρες Σύνδεσης στο δείγμα**

## 6.2. Οι Αποκρίσεις του Δείγματος για τον Εθισμό των Παιδιών Προεφηβικής και Εφηβικής Ηλικίας στο Διαδίκτυο

Στην παρούσα ενότητα παρουσιάζονται οι αποκρίσεις του δείγματος στις 20 ερωτήσεις του δεύτερου μέρους του ερωτηματολογίου της παρούσας μελέτης, δηλαδή στις ερωτήσεις του ερωτηματολογίου PCIAT. Συγκεκριμένα, αυτές εμφανίζονται στον Πίνακα 3 που ακολουθεί.

Σύμφωνα με τον Πίνακα 3, απέναντι στην ερώτηση «Πόσο συχνά το παιδί σας δεν είναι υπάκουο στα χρονικά περιθώρια που του θέτετε για τη χρήση του διαδικτύου», 9 (11,1%) γονείς αποκρίνονται καθόλου, 18 (22,2%) σπάνια, 27 (33,3%) περιστασιακά, 20 (24,7%) συχνά, και 7 (8,6%) πάντα. Στην ερώτηση που τίθεται για το κατά πόσον η ενασχόληση με το διαδίκτυο οφείλεται για την παραμέληση των μαθημάτων, καθόλου υποστηρίζουν 25 (31,3%) γονείς, σπάνια 28 (35,0%) γονείς, περιστασιακά 11 (13,8%) γονείς, συχνά 15 (18,8%) γονείς και πάντα 1 (1,3%) γονέας. Η κατανομή της αποκρίσεων στην ερώτηση που αναφέρεται στο αν το παιδί προτιμά το διαδίκτυο από το χρόνο με την υπόλοιπη οικογένεια ανέρχεται σε 7 (8,6%), 20 (24,7%), 27 (33,3%), 27 (33,3%) και 0 (0,0%) για τις δυνητικές απαντήσεις «καθόλου», «σπάνια», «περιστασιακά», «συχνά» και «πάντα» αντίστοιχως. Η αντίστοιχη κατανομή των αποκρίσεων σχετικά με το κατά πόσον το παιδί αναπτύσσει καινούριες σχέσεις με άλλους χρήστες του διαδικτύου ανέρχεται σε

41 (50,6%), 21 (25,9%), 10 (12,3%), 9 (11,1%) και 0 (0,0%). Απέναντι στην ερώτηση «Πόσο συχνά παραπονιέστε για την ώρα που περνά το παιδί σας στο διαδίκτυο», 11 (13,6%) γονείς αποκρίνονται καθόλου, 16 (19,8%) σπάνια, 21 (25,9%) περιστασιακά, 20 (24,7%) συχνά, και 13 (16,0%) πάντα. Σε ερώτηση που τίθεται για το κατά πόσον η ενασχόληση με το διαδίκτυο οφείλεται για χαμηλούς σχολικούς βαθμούς, καθόλου υποστηρίζουν 44 (54,3%) γονείς, σπάνια 20 (24,7%) γονείς, περιστασιακά 8 (9,9%) γονείς, συχνά 8 (9,9%) γονείς και πάντα 1 (1,2%) γονέας. Η κατανομή της αποκρίσεων στην ερώτηση που αναφέρεται στο αν το παιδί τσεκάρει τα mail του πριν κάνει οτιδήποτε άλλο ανέρχεται σε 41 (51,3%), 15 (18,8%), 10 (12,5%), 8 (10,0%) και 6 (7,5%) για τις δυνητικές απαντήσεις «καθόλου», «σπάνια», «περιστασιακά», «συχνά» και «πάντα» αντιστοίχως. Η αντίστοιχη κατανομή των αποκρίσεων σχετικά με το κατά πόσον το παιδί αποκόπηκε από τους υπόλοιπους από την στιγμή που εισήλθε στον κόσμο του διαδικτύου ανέρχεται σε 23 (28,4%), 29 (35,8%), 22 (27,2%), 7 (8,6%) και 0 (0,0%). Απέναντι στην ερώτηση «Πόσο συχνά το παιδί σας γίνεται αμυντικό ή μυστικοπαθές όταν το ρωτάτε τι έκανε στο διαδίκτυο», 39 (48,1%) γονείς αποκρίνονται καθόλου, 22 (27,2%) σπάνια, 9 (11,1%) περιστασιακά, 11 (13,6%) συχνά, και 0 (0,0%) πάντα. Σε ερώτηση που τίθεται για το κατά πόσον το παιδί κρυφοκοιτάζει στο διαδίκτυο παρά τη θέληση του γονέα, καθόλου υποστηρίζουν 33 (41,3%) γονείς, σπάνια 27 (33,8%) γονείς, περιστασιακά 11 (13,8%) γονείς, συχνά 9 (11,3%) γονείς και πάντα 0 (0,0%) γονέας. Η κατανομή της αποκρίσεων στην ερώτηση που αναφέρεται στο αν το παιδί μένει μόνο του στο δωμάτιο παίζοντας με τον υπολογιστή ανέρχεται σε 14 (17,3%), 25 (30,9%), 20 (24,7%), 20 (24,7%) και 2 (2,5%) για τις δυνητικές απαντήσεις «καθόλου», «σπάνια», «περιστασιακά», «συχνά» και «πάντα» αντιστοίχως. Η αντίστοιχη κατανομή των αποκρίσεων σχετικά με το κατά πόσον το παιδί λαμβάνει περίεργα τηλεφωνήματα από νέους διαδικτυακούς φίλους ανέρχεται σε 67 (82,7%), 10 (12,3%), 3 (3,7%), 1 (1,3%) και 0 (0,0%). Απέναντι στην ερώτηση «Πόσο συχνά το παιδί σας φωνάζει ή αντιδρά ενοχλημένο όταν το απασχολείτε την ώρα που είναι στο διαδίκτυο;», 22 (27,2%) γονείς αποκρίνονται καθόλου, 26 (32,1%) σπάνια, 22 (27,2%) περιστασιακά, 8 (9,9%) συχνά, και 3 (3,7%) πάντα. Σε ερώτηση που τίθεται για το κατά πόσον το παιδί φαίνεται να μην κουράζεται / εξουθενώνεται καθόλου από τη χρήση του διαδικτύου υποστηρίζουν 26 (32,1%) γονείς, σπάνια 31 (38,3%) γονείς, περιστασιακά 17 (21,0%) γονείς, συχνά 6 (7,4%) γονείς και πάντα 0 (0,0%) γονέας. Η κατανομή της αποκρίσεων στην ερώτηση που αναφέρεται στο αν το παιδί φαίνεται

απορροφημένο με το να μπει στο διαδίκτυο όταν βρίσκεται εκτός σύνδεσης ανέρχεται σε 37 (45,7%), 21 (25,9%), 17 (21,0%), 6 (7,4%) και 0 (0,0%) για τις δυνητικές απαντήσεις «καθόλου», «σπάνια», «περιστασιακά», «συχνά» και «πάντα» αντιστοίχως. Η αντίστοιχη κατανομή των αποκρίσεων σχετικά με το κατά πόσον το παιδί έχει ξεσπάσματα σε πιθανές παρεμβάσεις τον γονέων κατά τη διάρκεια που είναι συνδεδεμένο στο διαδίκτυο ανέρχεται σε 24 (30,0%), 30 (37,5%), 14 (17,5%), 9 (11,3%) και 3 (3,8%). Απέναντι στην ερώτηση «Πόσο συχνά το παιδί σας επιλέγει να περάσει χρόνο στο διαδίκτυο παρά να ασχοληθεί με συνηθισμένα χόμπι ή εξωτερικές δραστηριότητες;», 23 (28,4%) γονείς αποκρίνονται καθόλου, 33 (40,7%) σπάνια, 12 (14,8%) περιστασιακά, 13 (16,0%) συχνά, και 0 (0,0%) πάντα. Σε ερώτηση που τίθεται για το κατά πόσον το παιδί θυμώνει καθόλου από τα όρια που του τίθενται στη χρήση του διαδικτύου, καθόλου υποστηρίζουν 19 (23,5%) γονείς, σπάνια 31 (38,3%) γονείς, περιστασιακά 18 (22,2%) γονείς, συχνά 9 (11,1%) γονείς και πάντα 4 (4,9%) γονείς. Η κατανομή της αποκρίσεων στην ερώτηση που αναφέρεται στο αν το παιδί επιλέγει να περάσει ώρα στο διαδίκτυο παρά να βγει με φίλους ανέρχεται σε 36 (44,4%), 25 (30,9%), 12 (14,8%), 6 (7,4%) και 2 (2,5%) για τις δυνητικές απαντήσεις «καθόλου», «σπάνια», «περιστασιακά», «συχνά» και «πάντα» αντιστοίχως. Η αντίστοιχη κατανομή των αποκρίσεων σχετικά με το κατά πόσον το παιδί αισθάνεται μελαγχολικό, κακόκεφο ή νευρικό εκτός διαδικτύου ανέρχεται σε 42 (51,9%), 23 (28,4%), 13 (16,0%), 3 (3,7%) και 0 (0,0%).

**Πίνακας 3. Οι Αποκρίσεις του δείγματος στις ερωτήσεις του Ερωτηματολογίου PCIAΤ**

	<b>Καθόλου</b>	<b>Σπάνια</b>	<b>Περιστασιακά</b>	<b>Συχνά</b>	<b>Πάντα</b>	<b>Σύνολο</b>
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας δεν είναι υπάκουο στα χρονικά περιθώρια που του θέτετε για την χρήση του διαδικτύου;</i>						
N	9	18	27	20	7	81
%	11,1%	22,2%	33,3%	24,7%	8,6%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας παραμελεί τα μαθήματα του για να περάσει παραπάνω χρόνο στο διαδίκτυο;</i>						
N	25	28	11	15	1	80
%	31,3%	35,0%	13,8%	18,8%	1,3%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας προτιμάει να περάσει χρόνο στο διαδίκτυο παρά με την υπόλοιπη οικογένεια;</i>						
N	7	20	27	27	0	81
%	8,6%	24,7%	33,3%	33,3%	0,0%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας αναπτύσσει καινούργιες σχέσεις με άλλους χρηστές του διαδικτύου;</i>						
N	41	21	10	9	0	81
%	50,6%	25,9%	12,3%	11,1%	0,0%	100,0%
<i>Πόσο συχνά παραπονιέστε για την ώρα που περνά το παιδί σας στο διαδίκτυο;</i>						
N	11	16	21	20	13	81
%	13,6%	19,8%	25,9%	24,7%	16,0%	100,0%
<i>Πόσο συχνά οι βαθμοί του παιδιού σας είναι χαμηλοί εξαιτίας του χρόνου που περνά στο διαδίκτυο;</i>						
N	44	20	8	8	1	81
%	54,3%	24,7%	9,9%	9,9%	1,2%	100,0%

	<b>Καθόλου</b>	<b>Σπάνια</b>	<b>Περιστασιακά</b>	<b>Συχνά</b>	<b>Πάντα</b>	<b>Σύνολο</b>
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας τσεκάρει τα mail του πριν κάνει κάτι άλλο;</i>						
N	41	15	10	8	6	80
%	51,3%	18,8%	12,5%	10,0%	7,5%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας φαίνεται αποκομμένο από τους υπόλοιπους από τότε που ανακάλυψε το διαδίκτυο;</i>						
N	23	29	22	7	0	81
%	28,4%	35,8%	27,2%	8,6%	0,0%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας γίνεται αμυντικό ή μυστικοπαθές όταν το ρωτάτε το έκανε στο διαδίκτυο;</i>						
N	39	22	9	11	0	81
%	48,1%	27,2%	11,1%	13,6%	0,0%	100,0%
<i>Πόσο συχνά έχετε πιάσει το παιδί σας να κρυφοκοιτάζει στο διαδίκτυο παρά την θέληση σας;</i>						
N	33	27	11	9	0	80
%	41,3%	33,8%	13,8%	11,3%	0,0%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας κάθεται μόνο στο δωμάτιο του/της παίζοντας με τον υπολογιστή;</i>						
N	14	25	20	20	2	81
%	17,3%	30,9%	24,7%	24,7%	2,5%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας λαμβάνει περίεργα τηλεφωνήματα από καινούργιους φίλους που έκανε στο διαδίκτυο;</i>						
N	67	10	3	1	0	81
%	82,7%	12,3%	3,7%	1,2%	0,0%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας φωνάζει η αντιδρά ενοχλημένο όταν το απασχολείτε την ώρα που είναι στο διαδίκτυο;</i>						
N	22	26	22	8	3	81
%	27,2%	32,1%	27,2%	9,9%	3,7%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας φαίνεται πιο κουρασμένο και εξουθενωμένο από ότι ήταν πριν ασχοληθεί με το Ιντερνέτ;</i>						
N	26	31	18	5	1	81
%	32,1%	38,3%	22,2%	6,2%	1,2%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας φαίνεται απορροφημένο με το να μπει στο διαδίκτυο όταν είναι εκτός αυτού (εκτός σύνδεσης);</i>						
N	37	21	17	6	0	81
%	45,7%	25,9%	21,0%	7,4%	0,0%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας έχει ζεσπάσματα όταν παρεμβαίνετε στο πόσο χρόνο περνά στο διαδίκτυο;</i>						
N	24	30	14	9	3	80
%	30,0%	37,5%	17,5%	11,3%	3,8%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας επιλέγει να περάσει χρόνο στο διαδίκτυο παρά να ασχοληθεί με συνηθισμένα χόμπι ή εξωτερικές δραστηριότητες;</i>						
N	23	33	12	13	0	81
%	28,4%	40,7%	14,8%	16,0%	0,0%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας θυμώνει η γίνεται επιθετικό όταν του θέτετε όρια στο πόσην ώρα επιτρέπεται να περάσει στο διαδίκτυο;</i>						
N	19	31	18	9	4	81
%	23,5%	38,3%	22,2%	11,1%	4,9%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας επιλέγει να περάσει παραπάνω ώρα στο διαδίκτυο παρά να βγει με φίλους;</i>						
N	36	25	12	6	2	81
%	44,4%	30,9%	14,8%	7,4%	2,5%	100,0%
<i>Πόσο συχνά το παιδί σας αισθάνεται μελαγχολικό, κακόκεφο ή νευρικό όταν είναι εκτός διαδικτύου, κάτι το οποίο του περνά όταν συνδέεται πάλι;</i>						
N	42	23	13	3	0	81
%	51,9%	28,4%	16,0%	3,7%	0,0%	100,0%

### 6.3. Ο Εθισμός των Παιδιών Προεφηβικής και Εφηβικής Ηλικίας στο Διαδίκτυο μέσω της Συνολικής Βαθμολογίας του Ερωτηματολογίου

Το αντικείμενο της παρούσας ενότητας είναι αφενός η εκτίμηση του βαθμού εθισμού των παιδιών στο διαδίκτυο και αφετέρου η μελέτη των επιδράσεων που ασκούνται από τα διάφορα χαρακτηριστικά του παιδιού και των γονέων στο βαθμό αυτόν εθισμού. Σε αυτήν την ενότητα, ο βαθμός εθισμού εκτιμάται μέσω της συνολικής βαθμολογίας που λαμβάνει ένα παιδί από το ερωτηματολόγιο PCIAT.

#### 6.3.1 Η Συνολική Βαθμολογία του Ερωτηματολογίου

Ο Πίνακας 4 παρουσιάζει τη μέση βαθμολογία εθισμού στο σύνολο του δείγματος των 81 παιδιών. Αξίζει να σημειωθεί σε αυτό το σημείο ότι σε περίπτωση που κάποιος γονέας δεν απάντησε σε κάποια από τις 20 ερωτήσεις του ερωτηματολογίου, τότε αυτή συμπληρώθηκε με το μέσο όρο όλων των αποκρίσεων της ερώτησης. Βάσει, λοιπόν, του Πίνακα 4, παρατηρείται ότι η μέση βαθμολογία των παιδιών του δείγματος ανέρχεται σε 43,18 ( $\pm 13,85$ ). Η τιμή αυτή υποδεικνύει ότι κατά μέσο όρο τα παιδιά του δείγματος ανήκουν στην δεύτερη ομάδα κατάταξης του ερωτηματολογίου, δηλαδή στην ομάδα των μέσων χρηστών, εφόσον η βαθμολογία τους είναι χαμηλότερη από 50.

**Πίνακας 4. Περιγραφικά Στατιστικά Μέτρα (Μέσος Όρος και Τυπική Απόκλιση) της Συνολικής Βαθμολογίας Εθισμού**

	<b>N</b>	<b>M.O.</b>	<b>T.A.</b>
Συνολική Βαθμολογία Εθισμού	81	43,18	13,85

#### 6.3.2 Η επίδραση των Χαρακτηριστικών του Δείγματος στον Εθισμό βάσει της Συνολικής Βαθμολογίας του Ερωτηματολογίου

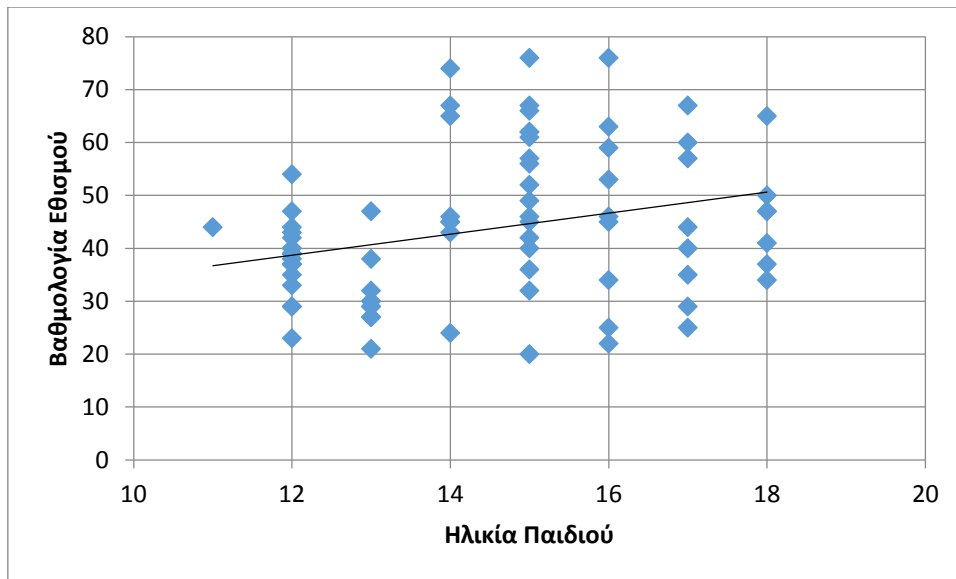
Ο Πίνακας 5 παρουσιάζει τη διερεύνηση της επίδρασης των χαρακτηριστικών των παιδιών και των γονέων που συνιστούν ποσοτικές μεταβλητές στο συνολικό βαθμό εθισμού των παιδιών. Η διερεύνηση αυτήν, εφόσον πρόκειται για δύο ποσοτικές μεταβλητές, υλοποιείται μέσω της ανάλυσης των συντελεστών συσχέτισης Pearson και του ελέγχου στατιστικής σημαντικότητας αυτού.

Όπως φαίνεται, λοιπόν, από τον Πίνακα 5, στατιστικά σημαντική συσχέτιση σε επίπεδο σημαντικότητας 5% παρουσιάζεται μεταξύ αφενός του βαθμού εθισμού των παιδιών στο διαδίκτυο και αφετέρου των ωρών σύνδεσής τους σε αυτό ( $r=0,291$ ,  $p<0,05$ ) και την ηλικία του παιδιού ( $r=0,288$ ,  $p<0,05$ ). Συγκεκριμένα, οι συσχετίσεις αυτές είναι ασθενώς θετικές. Έτσι, στο 28,8% των περιπτώσεων που αυξάνεται (μειώνεται) η ηλικία του παιδιού, καθώς και στο 29,1% των περιπτώσεων που αυξάνονται (μειώνονται) οι ώρες που ένα παιδί συνδέεται στο διαδίκτυο, αυξάνεται (μειώνεται) και ο βαθμός εθισμού. Οι ασθενείς αυτές, αλλά στατιστικά σημαντικές συσχετίσεις παρουσιάζονται και στα διαγράμματα 10 και 11 που ακολουθούν τον Πίνακα 5.

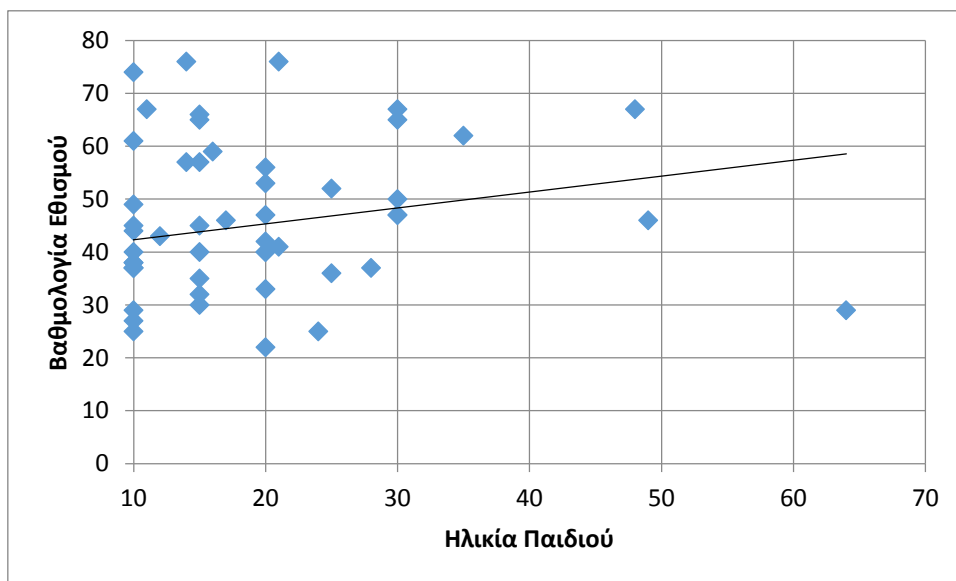
**Πίνακας 5. Συντελεστές Συσχέτισης μεταξύ της Συνολικής Βαθμολογίας Εθισμού των Παιδιών και των Χαρακτηριστικών του Δείγματος (Ποσοτικές Μεταβλητές)**

		<b>Συνολική Βαθμολογία Εθισμού</b>
<b>Συνολική Βαθμολογία Εθισμού</b>	Pearson	1,000
	p-value	
<b>Ηλικία Παιδιού</b>	Pearson	0,288*
	p-value	0,009
<b>Ηλικία Πατέρα</b>	Pearson	0,193
	p-value	0,090
<b>Ηλικία Μητέρας</b>	Pearson	0,161
	p-value	0,160
<b>Ώρες σύνδεσης του παιδιού στο διαδίκτυο εβδομαδιαίως</b>	Pearson	0,251*
	p-value	0,024

\*  $p < 0,05$ , δηλαδή στατιστικά σημαντικό στο 5% επίπεδο σημαντικότητας



**Διάγραμμα 10: Διάγραμμα Διασποράς μεταξύ της Ηλικίας και της Βαθμολογίας Εθισμού των Παιδιών του δείγματος**



**Διάγραμμα 11: Διάγραμμα Διασποράς μεταξύ των Εβδομαδιαίων Ωρών Σύνδεσης στο Διαδίκτυο και της Βαθμολογίας Εθισμού των Παιδιών του δείγματος**

Ο Πίνακας 6 παρουσιάζει τη διερεύνηση της επίδρασης των χαρακτηριστικών των παιδιών και των γονέων που συνιστούν ποιοτικές μεταβλητές στο συνολικό βαθμό εθισμού των παιδιών. Η διερεύνηση αυτήν, εφόσον πρόκειται για μία ποσοτική και μία ποιοτική μεταβλητή, υλοποιείται μέσω της ανάλυσης του Ελέγχου Διακύμανσης.

Σύμφωνα με τον Πίνακα 6, λοιπόν, στατιστικά σημαντικές επιδράσεις στο βαθμό συνολικού εθισμού των παιδιών ασκούνται σε επίπεδο σημαντικότητας 5% από τη σχολική βαθμολογία του παιδιού ( $F=11,878$ ,  $p<0,05$ ), τη χρήση του διαδικτύου για μέσα κοινωνικής δικτύωσης ( $F=9,637$ ,  $p<0,05$ ) και για ενημέρωση / πληροφόρηση ( $F=8,847$ ,  $p<0,05$ ). Ως προς τη σχολική βαθμολογία, τα παιδιά με βαθμολογία μικρότερη από 18 αναπτύσσουν μέση τιμή εθισμού ίση με 50,52 ( $\pm 12,50$ ), ενώ για παιδιά με βαθμολογία μεγαλύτερη από 18 η μέση τιμή είναι ίση με 39,96 ( $\pm 13,23$ ). Τα παιδιά που χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για πρόσβαση σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης διαμορφώνουν ένα μέσο όρο εθισμού ίσο με 48,56 ( $\pm 13,86$ ) έναντι των παιδιών που δεν το χρησιμοποιούν τη συγκεκριμένη λειτουργία και έχουν ένα μέσο όρο ίσο με 39,42 ( $\pm 12,57$ ). Τέλος, οι αντίστοιχοι μέσοι όροι για τη λειτουργία της ενημέρωσης / πληροφόρησης ανέρχονται σε 38,95 ( $\pm 13,67$ ) και 47,69 ( $\pm 12,78$ ). Τα Διαγράμματα 12, 13 και 14 απεικονίζουν τις παραπάνω διαφορές και σχηματικά.

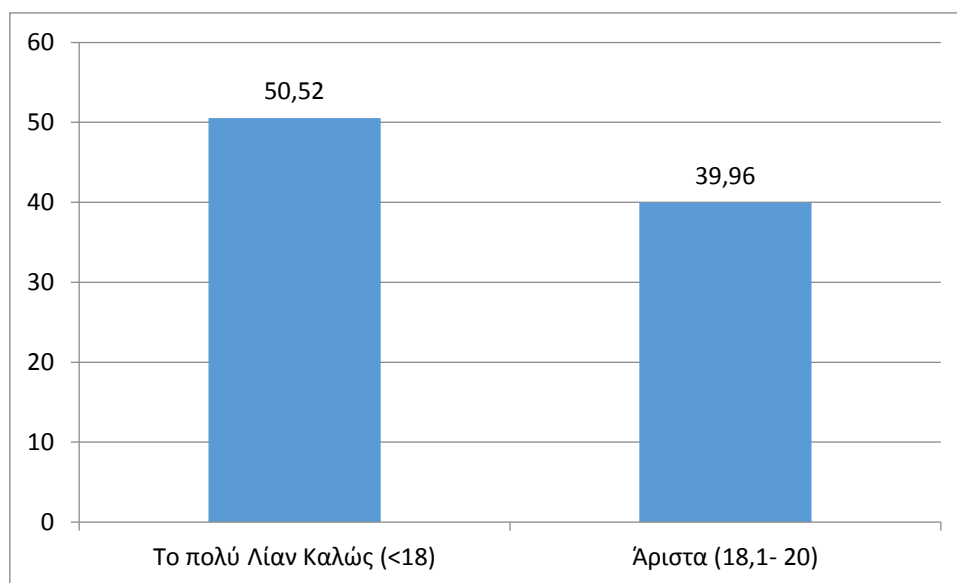
**Πίνακας 6. Έλεγχος Ανάλυσης Διακύμανσης για την επίδραση των Χαρακτηριστικών του Δείγματος (Ποιοτικές Μεταβλητές) στη Συνολική Βαθμολογία Εθισμού των Παιδιών**

		N	M.O.	T.A.	F Στατιστική	p-value
Φύλο Παιδιού	Αγόρι	43	45,40	13,21	1,767	0,188
	Κορίτσι	38	41,32	14,40		
	Σύνολο	81	43,48	13,85		
Εκπαιδευτικό Επίπεδο Πατέρα	Το πολύ απόφοιτοι Τεχνικής Σχολής	40	44,03	12,61	0,118	0,733
	Τουλάχιστον Απόφοιτοι Ανώτατης Εκπαίδευσης	40	42,95	15,29		
	Σύνολο	80	43,49	13,94		
Εκπαιδευτικό Επίπεδο Μητέρας	Το πολύ απόφοιτοι Τεχνικής Σχολής	32	45,69	12,78	1,290	0,260
	Τουλάχιστον Απόφοιτοι Ανώτατης Εκπαίδευσης	48	42,08	14,60		
	Σύνολο	80	43,53	13,93		
Ώρες Εργασίας Πατέρα	< 40 ώρες	37	42,86	13,89	0,127	0,722
	> 40 ώρες	42	44,00	14,28		
	Σύνολο	79	43,47	14,02		
Ώρες Εργασίας Μητέρα	< 40 ώρες	55	42,51	13,44	1,027	0,314
	> 40 ώρες	22	46,14	15,96		
	Σύνολο	77	43,55	14,19		
Ηλικία Πρόσβασης του Παιδιού στο Διαδίκτυο	< 10 ετών	39	43,33	13,51	0,009	0,927
	>11 ετών	42	43,62	14,32		
	Σύνολο	81	43,48	13,85		
Σχολική Βαθμολογία	Το πολύ Λίαν Καλώς (<18)	27	50,52	12,50	11,878*	0,001
	Άριστα (18,1- 20)	54	39,96	13,23		

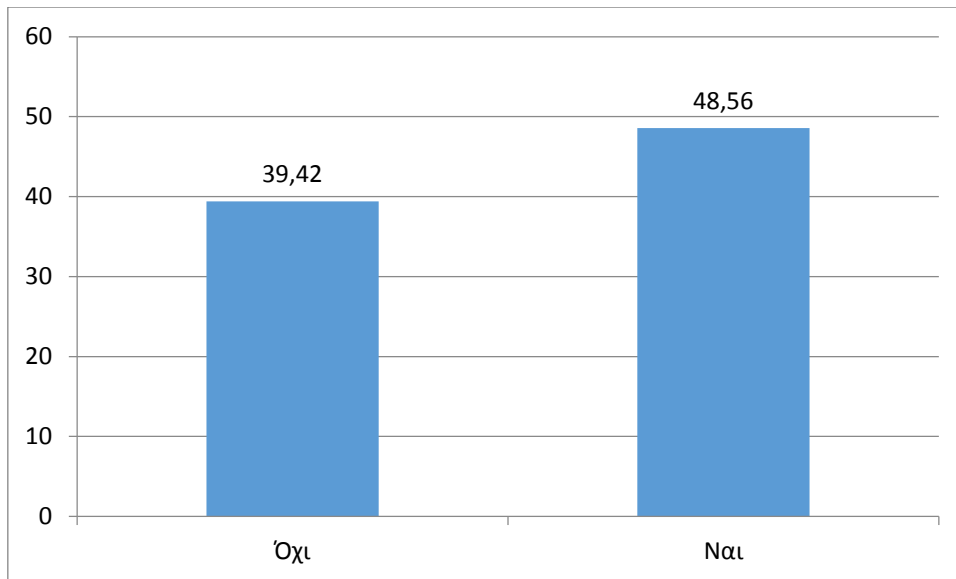


		N	M.O.	T.A.	F Στατιστική	p-value
	Σύνολο	81	43,48	13,85		
Chatting	Όχι	65	42,77	13,75	0,869	0,354
	Ναι	16	46,38	14,31		
	Σύνολο	81	43,48	13,85		
Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης	Όχι	45	39,42	12,57	9,637*	0,003
	Ναι	36	48,56	13,86		
	Σύνολο	81	43,48	13,85		
Ενημέρωση / Πληροφόρηση	Όχι	42	47,69	12,78	8,847*	0,004
	Ναι	39	38,95	13,67		
	Σύνολο	81	43,48	13,85		
Online Παιχνίδια	Όχι	47	41,87	14,66	1,521	0,221
	Ναι	34	45,71	12,51		
	Σύνολο	81	43,48	13,85		

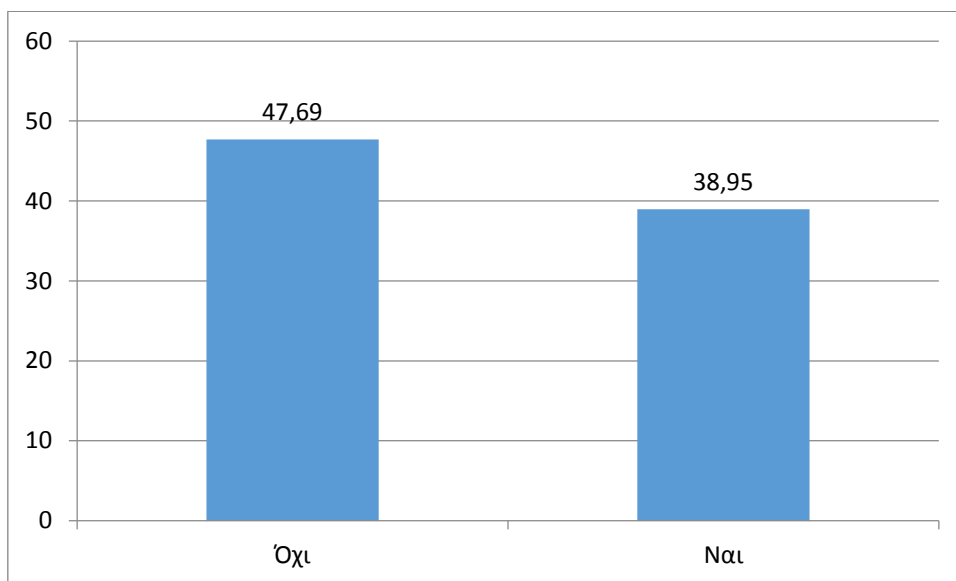
\*  $p < 0,05$ , δηλαδή στατιστικά σημαντικό στο 5% επίπεδο σημαντικότητας



Διάγραμμα 12: Το Μέσο Επίπεδο Εθισμού στις ομάδες των παιδιών βάσει σχολικής βαθμολογίας



**Διάγραμμα 13: Το Μέσο Επίπεδο Εθισμού ανάλογα με το κατά πόσον τα παιδιά του δείγματος χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για να συνδεθούν με Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης**



**Διάγραμμα 14: Το Μέσο Επίπεδο Εθισμού ανάλογα με το κατά πόσον τα παιδιά του δείγματος χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για να ενημερωθούν και να πληροφορηθούν**

Το σύνολο των παραπάνω καταδεικνύουν ότι ο εθισμός των παιδιών στο διαδίκτυο φαίνεται να αυξάνεται (μειώνεται) όσο αυξάνονται (μειώνονται) οι ώρες σύνδεσης στο διαδίκτυο, όσο μειώνεται (αυξάνεται) η σχολική τους βαθμολογία, όταν τα παιδιά το χρησιμοποιούν για να συνδεθούν σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης, και όταν δεν το χρησιμοποιούν για πρόσβαση σε ενημέρωση ή πληροφόρηση.

## 6.4. Ο Εθισμός των Παιδιών Προεφηβικής και Εφηβικής Ηλικίας στο Διαδίκτυο μέσω της κατάταξης των παιδιών σε Ομάδες

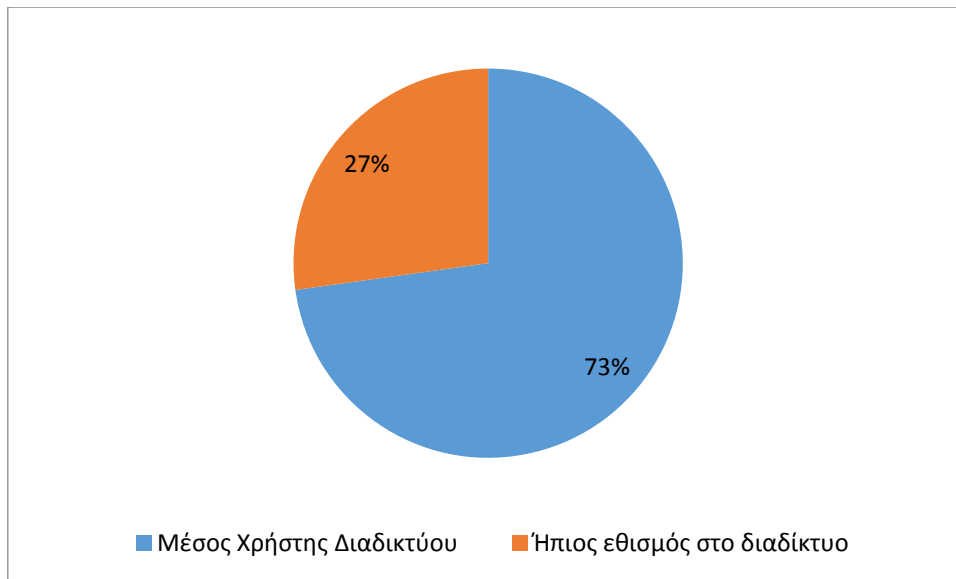
Το αντικείμενο της παρούσας ενότητας είναι και πάλι αφενός η εκτίμηση του βαθμού εθισμού των παιδιών στο διαδίκτυο και αφετέρου η μελέτη των επιδράσεων που ασκούνται από τα διάφορα χαρακτηριστικά του παιδιού και των γονέων στο βαθμό αυτόν εθισμού. Σε αυτήν την ενότητα, όμως σε διαφορά από την προηγούμενη, ο βαθμός εθισμού εκτιμάται μέσω της κατάταξης των παιδιών στις τρεις κατηγορίες που αναγνωρίζονται βάσει της συνολικής βαθμολογίας που λαμβάνει ένα παιδί από το ερωτηματολόγιο PCIAΤ.

### 6.4.1 Η Κατανομή των Παιδιών στις Ομάδες Εθισμού

Ο Πίνακας 7 και το Διάγραμμα 15 παρουσιάζει την κατανομή των 81 παιδιών του δείγματος στις τρεις ομάδες που αναγνωρίζει βάσει της συνολικής βαθμολογίας εθισμού τους το ερωτηματολόγιο PCIAΤ. Βάσει, λοιπόν, του Πίνακα 7, από το σύνολο των 81 παιδιών, τα 59 (72,8%) αναγνωρίζονται ως μέσοι χρήστες του διαδικτύου, τα 22 (27,2%) ως άτομα με ήπιο εθισμό στο διαδίκτυο, ενώ κανένα παιδί δεν εμφανίζεται να εμφανίζει σημαντικά προβλήματα εθισμού. Η κατανομή αυτή υποδεικνύει ότι η έκταση του εθισμού στα παιδιά προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας είναι χαμηλή, ερχόμενη σε πλήρη συμφωνία και με το αποτέλεσμα που εξήχθη βάσει της συνολικής βαθμολογίας εθισμού.

Πίνακας 7. Η Ομαδοποίηση των Παιδιών βάσει έντασης Εθισμού

	N	%
<b>Εθισμός στο Διαδίκτυο</b>	Μέσος Χρήστης Διαδικτύου	59 72,8%
	Ήπιος εθισμός στο διαδίκτυο	22 27,2%
	<i>Σύνολο</i>	<i>81 100,0%</i>



**Διάγραμμα 15: Η Ομαδοποίηση των Παιδιών βάσει έντασης Εθισμού**

#### **6.4.2 Η επίδραση των Χαρακτηριστικών του Δείγματος στην Κατανομή των Παιδιών στις Ομάδες Εθισμού**

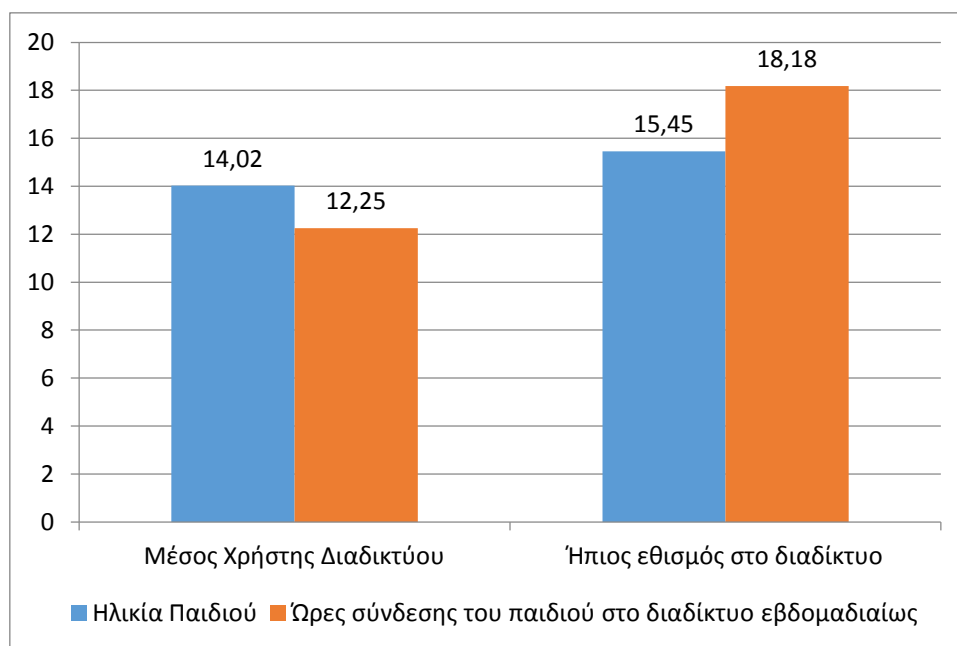
Ο Πίνακας 8 παρουσιάζει τη διερεύνηση της επίδρασης των χαρακτηριστικών των παιδιών και των γονέων που συνιστούν ποσοτικές μεταβλητές στην κατάταξη των παιδιών στις ομάδες εθισμού. Η διερεύνηση αυτήν, εφόσον πρόκειται για μία ποιοτική και μία ποσοτική μεταβλητή, υλοποιείται μέσω της ανάλυσης διακύμανσης.

Όπως φαίνεται από τον Πίνακα 8, η ηλικία ( $F=9,008, p<0,05$ ) και οι ώρες σύνδεσης του παιδιού στο διαδίκτυο ( $F=4,373, p<0,05$ ) επηρεάζονται από την ομάδα εθισμού στην οποία κατατάσσεται ένα παιδί. Συγκεκριμένα, η μέση ηλικία των παιδιών που χαρακτηρίζονται ως μέσοι χρήστες διαδικτύου ανέρχεται σε 14,02 ( $\pm 2,07$ ), ενώ των παιδιών που χαρακτηρίζονται από ήπιο εθισμό σε 15,45 ( $\pm 1,41$ ). Ως προς τις ώρες σύνδεσης, η μέση εβδομαδιαία διάρκεια σύνδεσης για ένα παιδί που είναι μέσος χρήστης διαδικτύου ανέρχεται σε 12,25 ( $\pm 11,44$ ) ώρες, ενώ για ένα παιδί ήπια εθισμένο σε 18,18 ( $\pm 11,09$ ). Οι στατιστικά σημαντικές αυτές διαφορές αυτές παρουσιάζονται και στο Διάγραμμα 16 που ακολουθεί τον Πίνακα 8

**Πίνακας 8. Έλεγχος Ανάλυσης Διακύμανσης για την επίδραση των Χαρακτηριστικών του Δείγματος (Ποσοτικές Μεταβλητές) στην Ομαδοποίηση των Παιδιών βάσει Εθισμού**

		N	M.O.	T.A.	F Στατιστική	p-value
Ηλικία Παιδιού	Μέσος Χρήστης Διαδικτύου	59	14,02	2,07	9,008*	0,004
	Ήπιος εθισμός στο διαδίκτυο	22	15,45	1,41		
	Σύνολο	81	14,41	2,01		
Ηλικία Πατέρα	Μέσος Χρήστης Διαδικτύου	56	48,64	5,95	0,882	0,351
	Ήπιος εθισμός στο διαδίκτυο	22	49,95	4,33		
	Σύνολο	78	49,01	5,55		
Ηλικία Μητέρας	Μέσος Χρήστης Διαδικτύου	56	44,21	4,94	0,910	0,343
	Ήπιος εθισμός στο διαδίκτυο	22	45,36	4,36		
	Σύνολο	78	44,54	4,79		
Ώρες σύνδεσης του παιδιού στο διαδίκτυο εβδομαδιαίως	Μέσος Χρήστης Διαδικτύου	59	12,25	11,44	4,373*	0,040
	Ήπιος εθισμός στο διαδίκτυο	22	18,18	11,09		
	Σύνολο	81	13,86	11,58		

\*  $p < 0,05$ , δηλαδή στατιστικά σημαντικό στο 5% επίπεδο σημαντικότητας



**Διάγραμμα 16: Μέσοι Όροι της Ηλικίας των Παιδιών και των Εβδομαδιαίων Ωρών Σύνδεσής τους στο Διαδίκτυο στις Ομάδες Εθισμού**

Ο Πίνακας 9 παρουσιάζει τη διερεύνηση της επίδρασης των χαρακτηριστικών των παιδιών και των γονέων που συνιστούν ποιοτικές μεταβλητές στην κατάταξη των παιδιών στις ομάδες εθισμού. Η διερεύνηση αυτήν, εφόσον πρόκειται για δύο ποιοτικές μεταβλητές, υλοποιείται μέσω του ελέγχου ανεξαρτησίας  $\chi^2$ .

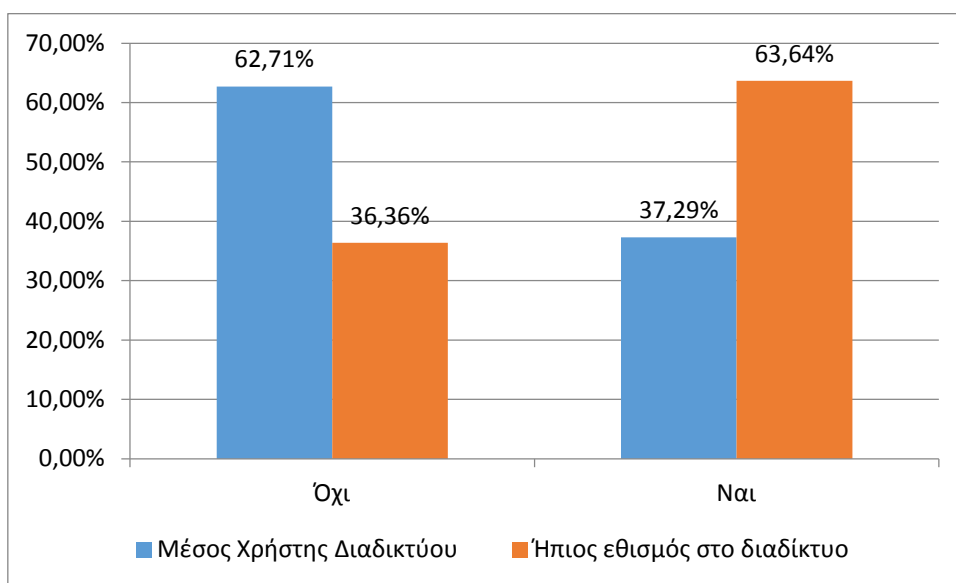
Σύμφωνα με τα αποτελέσματα του Πίνακα 9, στατιστικά σημαντική επίδραση σε επίπεδο σημαντικότητας 5% στην ομάδα εθισμού στο διαδίκτυο που κατατάσσεται

το κάθε παιδί εμφανίζονται να ασκούν η χρήση του διαδικτύου για μέσα κοινωνικής δικτύωσης ( $\chi^2=5,191$ ,  $p<0,05$ ), καθώς η σχολική βαθμολογία ( $\chi^2=5,999$ ,  $p<0,05$ ). Έτσι, το 37,29% των μέσων χρηστών έναντι του 63,64% των ήπια εθισμένων στο διαδίκτυο μαθητών χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για τη σύνδεσή τους σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Τέλος, το 76,27% των μέσων χρηστών διαδικτύου εμφανίζουν έχουν άριστη σχολική βαθμολογία έναντι μόλις το 40,91% των ήπια εθισμένων μαθητών. Τα Διαγράμματα 17 και 18 που ακολουθούν τον Πίνακα 9 παρουσιάζουν αντιστοίχως τη στατιστικά σημαντική επίδραση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και της σχολικής βαθμολογίας στην ομαδοποίηση των παιδιών βάσει εθισμού.

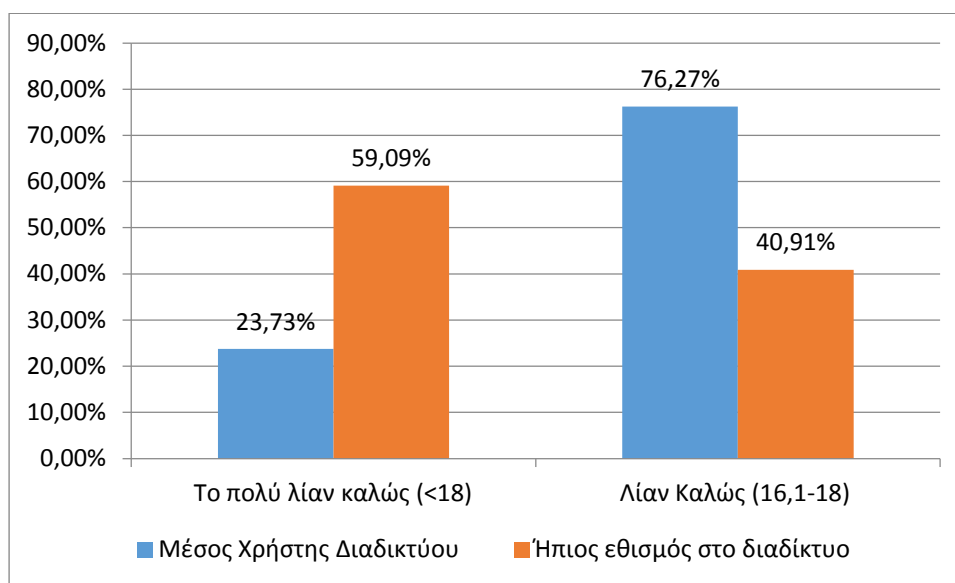
**Πίνακας 9. Έλεγχος  $\chi^2$  Ανεξαρτησίας για την επίδραση των Χαρακτηριστικών του Δείγματος (Ποιοτικές Μεταβλητές) στην Ομαδοποίηση των Παιδιών βάσει Εθισμού**

		Μέσος Χρήστης Διαδικτύου		Ήπιος εθισμός στο διαδίκτυο		$\chi^2$ Στατιστική	p-value
		N	%	N	%		
<b>Φύλο Παιδιού</b>	Αγόρι	29	49,15%	14	63,64%	1,350	0,245
	Κορίτσι	30	50,85%	8	36,36%		
<b>Εκπαιδευτικό Επίπεδο Πατέρα</b>	Το πολύ απόφοιτοι Τεχνικής Σχολής	29	50,00%	11	50,00%	0,000	1,000
	Τουλάχιστον Απόφοιτοι Ανώτατης Εκπαίδευσης	29	50,00%	11	50,00%		
<b>Εκπαιδευτικό Επίπεδο Μητέρας</b>	Το πολύ απόφοιτοι Τεχνικής Σχολής	22	37,93%	10	45,45%	0,376	0,540
	Τουλάχιστον Απόφοιτοι Ανώτατης Εκπαίδευσης	36	62,07%	12	54,55%		
<b>Εβδομαδιαίες Ώρες εργασίας πατέρα</b>	< 40 ώρες	26	45,61%	11	50,00%	0,123	0,726
	> 40 ώρες	31	54,39%	11	50,00%		
<b>Εβδομαδιαίες Ώρες εργασίας μητέρα</b>	< 40 ώρες	42	76,36%	13	59,09%	2,297	0,130
	> 40 ώρες	13	23,64%	9	40,91%		
<b>Ηλικία πρόσβασης στο διαδίκτυο</b>	< 10 ετών	30	50,85%	9	40,91%	0,634	0,426
	>11 ετών	29	49,15%	13	59,09%		
<b>Chatting</b>	Όχι	49	83,05%	16	72,73%	1,077	0,299
	Ναι	10	16,95%	6	27,27%		
<b>Μέσα κοινωνικής δικτύωσης</b>	Όχι	37	62,71%	8	36,36%	4,506*	0,034
	Ναι	22	37,29%	14	63,64%		
<b>Ενημέρωση/ Πληροφόρηση</b>	Όχι	27	45,76%	15	68,18%	3,226	0,072
	Ναι	32	54,24%	7	31,82%		
<b>Online παιχνίδια</b>	Όχι	34	57,63%	13	59,09%	0,014	0,905
	Ναι	25	42,37%	9	40,91%		
<b>Μέσος όρος Σχολικής βαθμολογίας</b>	Το πολύ λίαν καλώς (<18)	14	23,73%	13	59,09%	9,017*	0,003
	Λίαν Καλώς (16,1-18)	45	76,27%	9	40,91%		

\*  $p < 0,05$ , δηλαδή στατιστικά σημαντικό στο 5% επίπεδο σημαντικότητας



**Διάγραμμα 17: Η κατανομή των παιδιών που χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης στις Ομάδες Εθισμού**



**Διάγραμμα 18: Η κατανομή των παιδιών βάσει Σχολικής Βαθμολογίας μεταξύ των Ομάδων Εθισμού**

Το σύνολο των παραπάνω καταδεικνύουν ότι ο εθισμός των παιδιών στο διαδίκτυο φαίνεται να αυξάνεται (μειώνεται) όσο αυξάνονται (μειώνονται) οι ώρες σύνδεσης στο διαδίκτυο, όσο αυξάνεται (μειώνεται) η ηλικία του παιδιού, όσο μειώνεται (αυξάνεται) η σχολική του επίδοση, και όταν τα παιδιά (δε) χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για να συνδεθούν σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

## Κεφάλαιο 7. Συζήτηση Αποτελεσμάτων και Συμπεράσματα

Η στατιστική ανάλυση που προηγήθηκε αποσκοπούσε στην απάντηση των ερευνητικών ερωτημάτων που τέθηκαν στην αρχή της παρούσας εμπειρικής διερεύνησης. Τα ερωτήματα αυτά αναφέρονταν στον προσδιορισμό του επιπέδου εθισμού στο διαδίκτυο των παιδιών προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας καθώς και ο εντοπισμός των χαρακτηριστικών εκείνων των ίδιων των παιδιών ή των γονέων τους που επιδρούν στο επίπεδο του εθισμού. Τα χαρακτηριστικά που εξετάστηκαν όσον αφορά στο παιδί ήταν η ηλικία, το φύλο, η ηλικία πρόσβασης στο διαδίκτυο, οι ώρες εβδομαδιαίας σύνδεσης στο διαδίκτυο, ο λόγος χρήσης του διαδικτύου, και η βαθμολογία στο σχολείο. Αντιστοίχως, τα χαρακτηριστικά των γονέων (και πατέρα και μητέρας) που εξετάστηκαν ήταν η ηλικία, το εκπαιδευτικό επίπεδο και οι εβδομαδιαίες εργασίες.

Η έκταση του εθισμού στα παιδιά προεφηβικής και εφηβικής ηλικίας εμφανίζεται σε χαμηλό επίπεδο. Τόσο η μέση τιμή της μεταβλητής του εθισμού, όσο και η κατανομή των παιδιών στις τρεις ομάδες εθισμού δεν παρουσιάζουν κάποια ανησυχητικά επίπεδα εθισμού των παιδιών. Συγκεκριμένα, η μεταβλητή εμφανίζει μία μέση τιμή που κατατάσσει το σύνολο του δείγματος στην κατηγορία των μέσων χρηστών με τιμή σαφώς κάτω του 50. Αντιστοίχως, βάσει της ομάδας εθισμού ούτε 1 στα 3 παιδιά του δείγματος χαρακτηρίζεται βάσει της βαθμολογίας του ως ήπια εθισμένο στο διαδίκτυο. Στις μελέτες των Przepiorka & Blachnio, 2016, Kubey et al, 2001 Zhu, J., Zhang, W., Yu, C., & Bao, Z. 2015, Kilic, M., Avcı, D., & Uzuncakmak, T., 2016 παρουσιάζεται χαμηλός βαθμός εθισμού στο σύνολο των συμμετεχόντων.

Ως προς την επίδραση των χαρακτηριστικών των γονέων, από τα αποτελέσματα που παρατέθηκαν δεν προέκυψε καμία στατιστικά σημαντική επίδραση στο βαθμό εθισμού ενός παιδιού από την ηλικία και το εκπαιδευτικό επίπεδο των γονέων, και τις ώρες εργασίας του πατέρα και της μητέρας.

Ως προς τα χαρακτηριστικά των ίδιων των παιδιών, το φύλο, η ηλικία πρόσβασης στο διαδίκτυο, και η χρήση του διαδικτύου για chatting και online παιχνίδια δεν εμφανίζεται να επιδρά στην ένταση κατά την οποία ένα παιδί εθίζεται στο διαδίκτυο. Αντιθέτως, οι ώρες μέσα στην εβδομάδα κατά τις οποίες ένα παιδί είναι συνδεδεμένο στο διαδίκτυο, η ηλικία του, η σχολική του βαθμολογία και η



χρήση του διαδικτύου για μέσα κοινωνικής δικτύωσης και ενημέρωση / πληροφόρηση εμφάνισαν στατιστικά σημαντικές επιδράσεις στο βαθμό κατά τον οποίο ένα παιδί μπορεί να είναι ή να μην είναι εθισμένο στο διαδίκτυο (Przeriorka & Blachnio, 2016, Kubey et al, 2001 Zhu, J., Zhang, W., Yu, C., & Bao, Z. 2015, Kilic, M., Avcı, D., & Uzuncakmak, T., 2016). Σε αυτές τις περιπτώσεις, η επίδραση είναι θετική, με εξαιρέσεις τη σχολική βαθμολογία και τη χρήση του διαδικτύου για ενημέρωση ή πληροφόρησης. Έτσι, ο βαθμός εθισμού ενός παιδιού στο διαδίκτυο εμφανίστηκε να αυξάνεται όταν:

- αυξάνονται οι ώρες κατά τις οποίες ένα παιδί είναι συνδεδεμένο στο διαδίκτυο μέσα στην εβδομάδα. Συγκεκριμένα, όταν αυξάνονται οι ώρες ενασχόλησης ενός παιδιού με το διαδίκτυο αναμένεται να έχει υψηλότερη μέση βαθμολογία εθισμού. Αντιστοίχως, τα παιδιά με ήπιο βαθμό εθισμού παρουσίασαν υψηλότερο μέσο χρόνο σύνδεσής του σε αυτό. Συνεπώς, και οι δύο μεταβλητές του εθισμού της παρούσας μελέτης παρουσιάζουν ενδείξεις της συγκεκριμένης σχέσης.

- αυξάνεται η ηλικία του παιδιού. Συγκεκριμένα, η μέση ηλικία των παιδιών με ήπιο εθισμό είναι μεγαλύτερη από τη μέση ηλικία των παιδιών που θεωρούνται μέσοι χρήστες διαδικτύου. Συνεπώς, ενδείξεις της συγκεκριμένης σχέσης παρουσιάστηκαν μόνο από τη μεταβλητή των ομάδων εθισμού.

- μειώνεται η σχολική του βαθμολογία. Συγκεκριμένα, η μέση τιμή της μεταβλητής του εθισμού είναι μικρότερη στα παιδιά με άριστη βαθμολογία, ενώ το ποσοστό των άριστων μαθητών είναι σαφώς μικρότερο στα παιδιά που παρουσιάζουν ήπιο εθισμό. Συνεπώς, και σε αυτήν την περίπτωση οι δύο μεταβλητές εθισμού παρουσιάζουν την ίδια επίδραση της σχολικής βαθμολογίας.

- ένα παιδί χρησιμοποιεί το διαδίκτυο για τη σύνδεσή του σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Συγκεκριμένα, τα παιδιά που συνδέονται σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης παρουσιάζουν υψηλότερη μέση τιμή. Αντιστοίχως, το ποσοστό των παιδιών που παρουσιάζουν ήπιο εθισμό και συνδέονται σε μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι μεγαλύτερο από το αντίστοιχο στα παιδιά που δεν παρουσιάζουν κανένα εθισμό.

- ένα παιδί δε χρησιμοποιεί το διαδίκτυο για ενημέρωση / πληροφόρηση. Συγκεκριμένα, εμφανίστηκαν ενδείξεις σύμφωνα με τις οποίες ένα παιδί που χρησιμοποιεί το διαδίκτυο για να ενημερώνεται και να πληροφορείται έχει χαμηλότερη πιθανότητα να αποκτήσει εθισμό στο διαδίκτυο.

## Βιβλιογραφία

### Ξένη βιβλιογραφία

- S1** Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). 'Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction'. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 377–383.
- S2** Cao F & Su L. 'Internet addiction among Chinese adolescents: prevalence and psychological features'. *Child Care Health Dev.* 33(3):275-81. May 2007.
- S3** Cerniglia, L., Zoratto, F., Cimino, S., Laviola, G., Ammaniti, M., & Adriani, W. (2017). 'Internet Addiction in adolescence: Neurobiological, psychosocial and clinical issues'. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 76, 174–184.
- S4** Chan, D. K.-S., & Cheng, G. H.-L. (2004). 'A Comparison of Offline and Online Friendship Qualities at Different Stages of Relationship Development'. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(3), 305–320.
- S5** Chen, Y.-L., Chen, S.-H., & Gau, S. S.-F. (2015). 'ADHD and autistic traits, family function, parenting style, and social adjustment for Internet addiction among children and adolescents in Taiwan: A longitudinal study'. *Research in Developmental Disabilities*, 39, 20–31.
- S6** Chia-Yi Liu and Feng-Yang Kuo, (2007) 'A Study of Internet Addiction through the Lens of the Interpersonal Theory'. *Cyberpsychology & Behavior*, 10 (6), 799-804.
- S7** Cloninger, C.R., Von Knorring A.L., Sigvardsson, S. & Bohman, M. (1986). 'Symptom patterns and causes of somatization in men: II. Genetic and environmental independence from somatization in women'. *Genetic Epidemiology*, 3 (3), 171-185.
- S8** Dalbudak, E., Evren, C., Aldemir, S., Taymur, I., Evren, B., & Topcu, M. 'The impact of sensation seeking on the relationship between attention deficit/hyperactivity symptoms and severity of Internet addiction risk'. *Psychiatry Research*, 2015, 228(1), 156–161.

- S9** Donati, M. A., Chiesi, F., Ammannato, G., & Primi, C. Versatility and addiction in gaming: ‘The number of videogame genres played is associated with pathological gaming in male adolescents’. *Cyber psychology, Behavior & Social Networking*, 2015,18(2), 129–132.
- S10** Dong, Y., & Li, H. (2019). ‘The relationship between social support and depressive symptoms among the college students of Liaoning, China: a moderated mediated analysis’. *Psychology, Health & Medicine*, 1–11.
- S11** El Asam, A., Samara, M., & Terry, P. (2018). ‘Problematic internet use and mental health among British children and adolescents’. *Addictive Behaviors*.
- S12** Eliacik, K., Bolat, N., Koçyiğit, C., Kanik, A., Selkie, E., Yilmaz, H., Catli G., Dundar, B. N. (2016). ‘Internet addiction, sleep and health-related life quality among obese individuals: a comparison study of the growing problems in adolescent health’. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 21(4), 709-717.
- S13** Feldman, R. S. (2011). Εξελικτική ψυχολογία : δια βίου ανάπτυξη. επιστημονική επιμέλεια Ηλίας Γ. Μπεζεβέργης. μετάφραση Ζωή Αντωνοπούλου, Μαργαρίτα Κουλεντιανού. Αθήνα: Gutenberg.
- S14** Fox, S., Duggan, M., 2013. Health Online 2013 | Pew Research Center., pp. 2013/(Retrieved from) <http://www.pewinternet.org/2013/01/15/health-online-2013/>.
- S15** Giles, G., and Price, I. R. (2008). ‘Adolescent computer use: approach, avoidance, and parental control’. *Aust. J. Psychol.* 60, 63–71.
- S16** Graham, A., Powell, M., & Truscott, J. (2016). ‘Facilitating student well-being: relationships do matter’. *Educational Research*, 58 (4), 366-383.
- S17** Graham, A., Powell, M., Thomas, N., & Anderson, D. (2017). ‘Reframing ‘well-being’ in schools: the potential of recognition’. *Cambridge Journal of Education*, 47 (4), 439-455.
- S18** Grohol, J., M. (2009). ‘Too much time online: Internet addiction or healthy social interactions?’. *Cyber Psychology & Behavior*, 2(5), 395-401.
- S19** Herbert, M. (1987), *Living with teenagers*. Basil Blackwell.

- S20** Hwang, J., Choi, J.-S., Gwak, A., Jung, D., Choi, S.-W., Lee, J., Lee J.-Y., Jung J., Kim, D. (2014). ‘Shared psychological characteristics that are linked to aggression between patients with Internet addiction and those with alcohol dependence’. *Annals of General Psychiatry*, 2014, 13(6), 1-6.
- S21** Johnson, B., & Christensen, L. (2008). *Educational research: Quantitative, qualitative, and mixed approaches*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- S22** Leiner, B.M. et al (2003). “Histories of the Internet: A Brief History of the Internet”, ([http:// \(www.isoc.org/internet/history/brief.shtml\)](http://www.isoc.org/internet/history/brief.shtml)) (πρόσβαση στις 25-05-2020)
- S23** Jang, K. S., Hwang, S. Y., & Choi, J. Y. (2008). ‘Internet Addiction and Psychiatric Symptoms Among Korean Adolescents’. *Journal of School Health*, 78(3), 165–171.
- S24** Kawabe, K., Horiuchi, F., Ochi, M., Oka, Y., & Ueno, S. (2016). ‘Internet addiction: Prevalence and relation with mental states in adolescents’. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 70(9), 405–412.
- S25** Kilic, M., Avci, D., & Uzuncakmak, T. (2016). ‘Internet Addiction in High School Students in Turkey and Multivariate Analyses of the Underlying Factors’. *Journal of Addictions Nursing*, 27(1), 39–46.
- S26** Johansson A., Gotestam G. (2004). ‘Internet addiction: Characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12-18 years)’. *Scandinavian Journal Of Psychology*, 2004, 45, 223-229.
- S27** Kubey, R. W., Lavin, M. J., & Barrows, J. R. (2001). ‘Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings’. *Journal of Communication*, 51, 366–382.
- S28** Laucht, M., Becker, K., El-Faddagh, M., Hohm, E. & Schmidt, MH. (2005). ‘Association of the DRD4 exon III polymorphism with smoking in fifteen-yearolds: a mediating role for novelty seeking?’. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 44(5), 477-84.

- S29** McIntyre, E., Wiener, K. K. K., & Saliba, A. J. (2015). 'Compulsive Internet use and relations between social connectedness, and introversion'. *Computers in Human Behavior*, 48, 569–574.
- S30** McRae, K., Reiman, E.M., Fort, C.L., Chen, K. & Lane, R.D. (2008). 'Association between trait emotional awareness and dorsal anterior cingulate activity during emotion is arousal-dependent'. *Neuroimage*, 41(2), 648–655.
- S31** Moreno, M. A., Jelenchick, L., Cox, E., Young, H., & Christakis, D. A. (2011). 'Problematic Internet use among US youth: A systematic review'. *Archives of Pediatric and Adolescent Medicine*, 165(9), 797–805.
- S32** Ni, X., Yan, H., Chen, S., & Liu, Z. (2009). 'Factors Influencing Internet Addiction in a Sample of Freshmen University Students in China'. *CyberPsychology & Behavior*, 12(3), 327-330.
- S33** Özgür, H. (2016). 'The relationship between Internet parenting styles and Internet usage of children and adolescents'. *Computers in Human Behavior*, 60, 411–424.
- S34** Park, J. W., Park, K. H., Lee, I. J., Kwon, M., & Kim, D. J. (2012). 'Standardization study of Internet addiction improvement motivation scale'. *Psychiatry Investigations*, 9(4), 373–378.
- S35** Przepiora, A., & Blachnio, A. (2016). 'Time perspective in Internet and Facebook addiction'. *Computers in Human Behavior*, 60, 13–18
- S36** Romano, J. L. (2014). 'Prevention in the twenty-first century: Promoting health and well-being in education and psychology'. *Asia Pacific Education Review*, 15(3), 417–426.
- S37** Shek, D. T. L., Zhu, X., & Ma, C. M. S. (2018). 'The Influence of Parental Control and Parent-Child Relational Qualities on Adolescent Internet Addiction: A 3-Year Longitudinal Study in Hong Kong'. *Frontiers in Psychology*, 9.
- S38** Taherdoost, H., (2016). Sampling Methods in Research Methodology; How to Choose a Sampling Technique for Research. *International Journal of Academic Research in Management*, 5(2), 18-27.

- S39** Vondráčková, P., & Gabrhelík, R. (2016). 'Prevention of Internet addiction: A systematic review'. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(4), 568–579.
- S40** Warden, N., Phillips, J., & Ogloff, J. (2004). 'Internet Addiction'. *Psychiatry, Psychology and Law*, 11(2), 280-295.
- S41** Wiesbeck, G.A., Weijers, H.G., Wodarz, N., Keller, H.K., Michel, T.M., Herrmann, M.J. et al. (2004). 'Serotonin transporter gene polymorphism and personality traits in primary alcohol dependence'. *World Journal of Biological Psychiatry*, 5(1), 45-8.
- S42** Weinstein, A., Curtiss Feder, L., Rosenberg, K. P., & Dannon, P. (2014). 'Internet Addiction Disorder'. *Behavioral Addictions*, 99–117.
- S43** Xu, J., Shen, L.-X., Yan, C.-H., Hu, H., Yang, F., Wang, L., et al., (2014). 'Parent-adolescent interaction and risk of adolescent internet addiction: a population-based study in Shanghai'. *BMC Psychiatry*, 14(112).
- S44** Yoshikawa, H., Aber, J., & Beardslee, W. (2012). The effects of poverty on the mental, emotional, and behavioral health of children and youth: Implications for prevention. *American Psychologist*, 67 (4), 272-284.
- S45** Young, K. and Nabuco de Abrue, C. (2011) *Internet Addiction: a Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*, New Jersey: Wiley & Sons.
- S46** Young, K. S. (1998). 'Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder'. *Cyber Psychology & Behavior*, 3, 237-244.
- S47** Young, K.S. (2004), *Parent-Child Internet Addiction Test*, Online, Διαθέσιμο στην Ιστοσελίδα: <http://netaddiction.com/childrenonline/> (Ανακτήθηκε 02/12/2019).
- S48** Zhu, J., Zhang, W., Yu, C., & Bao, Z. (2015). 'Early adolescent Internet game addiction in context: How parents, school, and peers impact youth'. *Computers in Human Behavior*, 50, 159–168.

## Ελληνική βιβλιογραφία

- S1** Αννούσης, Γ., Κυρίτσης, Ν., Κυρίτση, Ε., Κουκουλάρης, Δ., Ζαρταλούδη, Α., Κουτελέκος, Ι. και Στεφανίδου, Σ. (2017) «Εθισμός Νεαρών Ενηλίκων στο Διαδίκτυο», *Νοσηλευτική*, 56, (3), σελ.: 245-263.
- S2** Βαφόπουλος, Μ. (2012) *Πώς θα ζήσω με το διαδίκτυο;*, Αθήνα: Μεταίχιμο
- S3** Γουλτίδης, Χ. (2014) *Γονείς, παιδιά και διαδίκτυο*, Αθήνα: Κλειδάριθμος.
- S4** Διαμαντοπούλου, Α. και Δαβράζος, Γ. (2015) «Διαδικτυακός εθισμός: Μια προσπάθεια εννοιολογικής προσέγγισης του όρου», *Η εκπαίδευση στην εποχή των Τ.Π.Ε.*, Νέος Παιδαγωγός, Αθήνα, 7 και 8 Νοεμβρίου 2015, σελ.: 3013-3020.
- S5** Ελληνικό Κέντρο Ασφαλούς Διαδικτύου “SaferInternet4Kids” (2016) *Για ένα ασφαλέστερο διαδίκτυο: Ποιοι είμαστε;*, στο <https://saferinternet4kids.gr/poioieimaste/> (πρόσβαση στις 25-05-2020).
- S6** Ελληνική Στατιστική Αρχή (2016) *Έρευνα χρήσης τεχνολογιών πληροφόρησης και επικοινωνίας από νοικοκυριά και άτομα – 2016: Βαθμός χρήσης νέων τεχνολογιών*, Πειραιάς: ΕΛΣΤΑΤ στο <https://www.statistics.gr/el/statistics/-/publication/SFA20/2016>. (πρόσβαση στις 02-02-2020).
- S7** Καραπέτσας, Α., Καραπέτσας, Β., Ζυγούρης, Ν. και Φώτης, Α. (2015) «Διαδικτυακός εθισμός και μοναξιά», *Εγκέφαλος*, 52, (1), σελ.: 4-9.
- S8** Καλογρίδου-Κολυβά, Μ. (2011) *Οι πολλές όψεις του διαδικτύου: Χρήση, κατάχρηση, εθισμός*, Αθήνα: Δρόμων.
- S9** Κιλαμπέρια, (2016). Ο εθισμός στο Διαδίκτυο: Μια νέα μορφή εξάρτησης.
- S10** Κουράκης, Ν. (2013) «Ο εθισμός στο διαδίκτυο» στο Σταφυλά, Θ. (επιμ.) *Εξαρτήσεις στην εφηβεία: Οι κίνδυνοι, η πρόληψη και η αντιμετώπισή τους*, Αθήνα: Τμήμα.
- S11** Κουρεμένος, Α., (2008). *Marketing II: Έρευνα Αγοράς (Τόμος Γ')*, Πάτρα: Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο.

**S12** Μυλωνάς, Π. (2010), «Διαδίκτυο και εξάρτηση», [https://dspace.lib.uom.gr/bitstream/2159/13839/1/Milonas\\_Msc2010.pdf](https://dspace.lib.uom.gr/bitstream/2159/13839/1/Milonas_Msc2010.pdf) [πρόσβαση στις 04-04-2020]

**S13** Σαμαρά, Β. (2011), «Ασφαλής χρήση του διαδικτύου- Αναγνώριση του προβλήματος, Πρόληψη, Προστασία», *Πρακτικά έργου «ΑΡΙΑΔΝΗ: Πρόγραμμα κατάρτισης επαγγελματιών ψυχικής υγείας για το φαινόμενο του εθισμού των εφήβων στο διαδίκτυο καθώς και για τους κινδύνους που αντιμετωπίζουν τα παιδιά και οι έφηβοι από την ανεξέλεγκτη χρήση του διαδικτύου»*, Αθήνα.

**S14** Σιώμος, (2008). Εθισμός των Εφήβων στους Ηλεκτρονικούς Υπολογιστές και το Διαδίκτυο: Ψυχιατρικά Συμπτώματα και Διαταραχές Ύπνου, Διδακτορική Διατριβή, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Τμήμα Ιατρικής, Λάρισα.

**S15** Σιώμος Κ., Αγγελόπουλος Ν. (2008). «Διαταραχή Εθισμού στο Διαδίκτυο». *Ψυχιατρική* 2008, (19) 52–58.

**S16** 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.

**S17** Σκαρπέλος, Γ. (1999). *Terra Virtualis. Η Κατασκευή του Κυβερνοχώρου*. Αθήνα: Νεφέλη.

**S18** Τσάντας, Ν., Μουσιάδης, Χ., Μπαγιάτης, Ν., και Χατζηπαντελής, Θ., (1999). *Ανάλυση Δεδομένων με τη βοήθεια Στατιστικών Πακέτων*, Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις ΖΗΤΗ.

**S19** Φραγκουλίδου, Φ. (2006). Έφηβοι και διαδίκτυο : μελέτη των επιδράσεων του διαδικτύου στους εφήβους χρήστες. Διδακτορική διατριβή. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.

**S20** Χρόνη, Δ. και Σταυρόπουλος, Β. (2009) «Πρόταση για τη δημιουργία ενός εθνικού φορέα καταγραφής της εξάρτησης από το διαδίκτυο στην Ελλάδα», *Τετράδια Ψυχιατρικής*, (108), σελ.: 99-103.



**S21** Ψυχιατρικής Παιδιών και Εφήβων του Γενικού Νοσοκομείου Αττικής  
Σισμανόγλειο-Αμαλία Φλέμιγκ, σελ.: 103-118.

### **Ηλεκτρονικές Διευθύνσεις**

- <https://www.kiath.gr/epistimonika-arthra/2016-06-23-09-36-49> (πρόσβαση στις 03-02-2020)
- <https://www.saferinternet.gr/> (πρόσβαση στις 15-01-2020)
- <https://saferinternet4kids.gr/> (πρόσβαση στις 06-04-2020)
- <http://www.dwworld.de/dw/article/0,,943281,00.html> (πρόσβαση στις 06-04-2020)
- [http://0317.syzefxis.gov.gr/?page\\_id=1752](http://0317.syzefxis.gov.gr/?page_id=1752) (πρόσβαση στις 06-04-2020)
- <https://www.kethea.gr/chreiazesai-voitheia/diadiaktyo/> (πρόσβαση στις 06-04-2020)

## Παράρτημα – Το ερωτηματολόγιο της Έρευνας



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

### ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

Τα ερωτηματολόγια που θα συναντήσετε στις επόμενες σελίδες μελετούν τον εθισμό των εφήβων στο διαδίκτυο, από τη σκοπιά των γονέων. Ο σκοπός της μελέτης είναι να διερευνήσουμε αυτό το ζήτημα και για αυτό, θεωρούμε πολύτιμη τη βοήθεια σας. Παρακαλούμε, συμπληρώστε τα ερωτηματολόγια που ακολουθούν, σύμφωνα με τις οδηγίες που δίνονται. **Η συμπλήρωση των ερωτηματολογίων είναι ΑΝΩΝΥΜΗ και θα διαφυλαχθεί το ΑΠΟΡΡΗΤΟ των πληροφοριών που δίνονται.**

### Ερωτηματολόγιο κοινωνικο-δημογραφικών στοιχείων

#### 1. Ηλικία:

Παιδιού/Εφήβου.....

Πατέρα.....

Μητέρα.....

2. Φύλο παιδιού/εφήβου:      ΑΡΡΕΝ       ΘΗΛΥ

#### 3. Εκπαιδευτικό επίπεδο γονέων:

	Πατέρας	Μητέρα
Αναλφάβητος	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Απόφοιτος Δημοτικού	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Απόφοιτος Γυμνασίου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Απόφοιτος Λυκείου	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Τεχνικής Σχολής	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ανώτατη Εκπαίδευση	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### 4. Ώρες εργασίας γονέων εβδομαδιαίως:

Πατέρας <40       41-48      >49

Μητέρα <40       41-48      >49

**5. Από ποια ηλικία έχει πρόσβαση το παιδί σας στο διαδίκτυο;**

0-5 ετών       6-10 ετών       >11 ετών

**6. Πόσες ώρες την εβδομάδα είναι συνδεδεμένο το παιδί σας στο διαδίκτυο;**

.....ώρες

**7. Ποια λειτουργία χρησιμοποιεί κυρίως το παιδί σας όταν είναι συνδεδεμένο στο διαδίκτυο;**

Chatting (συζητήσεις)

Μέσα κοινωνικής δικτύωσης (Facebook, Instagram κ.α.)

Ενημέρωση/ Πληροφόρηση

Online παιχνίδια

**8. Ποιος είναι ο μέσος όρος της πιο πρόσφατης βαθμολογίας του στο σχολείο;**

Σχεδόν καλώς 9,5 – 13

Καλώς 13,1 – 16

Λίαν καλώς 16,1 – 18

Άριστα 18,1 – 20

## Parent-Child Internet Addiction Test (PCIAT)

Σημείωσε με κύκλο τον αριθμό που σε αντιπροσωπεύει σε κάθε ερώτηση λαμβάνοντας υπόψη σου ότι οι αριθμοί αντιστοιχούν στα παρακάτω:

**1: καθόλου**

**2: σπάνια**

**3 : περιστασιακά**

**4 : συχνά**

**5: πάντα**

1. πόσο συχνά το παιδί σας δεν είναι υπάκουο στα χρονικά περιθώρια που του θέτετε για την χρήση του διαδικτύου;	1	2	3	4	5
2. πόσο συχνά το παιδί σας παραμελεί τα μαθήματα του για να περάσει παραπάνω χρόνο στο διαδίκτυο;	1	2	3	4	5
3. πόσο συχνά το παιδί σας προτιμάει να περάσει χρόνο στο διαδίκτυο παρά με την υπόλοιπη οικογένεια;	1	2	3	4	5
4. πόσο συχνά το παιδί σας αναπτύσσει καινούργιες σχέσεις με άλλους χρήστες του διαδικτύου;	1	2	3	4	5
5. πόσο συχνά παραπονιέστε για την ώρα που περνά το παιδί σας στο διαδίκτυο;	1	2	3	4	5
6. πόσο συχνά οι βαθμοί του παιδιού σας είναι χαμηλοί εξαιτίας του χρόνου που περνά στο διαδίκτυο;	1	2	3	4	5
7. πόσο συχνά το παιδί σας τσεκάρει τα mail του πριν κάνει κάτι άλλο;	1	2	3	4	5
8. πόσο συχνά το παιδί σας φαίνεται αποκομμένο από τους υπόλοιπους από τότε που ανακάλυψε το διαδίκτυο;	1	2	3	4	5
9. πόσο συχνά το παιδί σας γίνεται αμυντικό η μυστικοπαθές όταν το ρωτάτε το έκανε στο διαδίκτυο;	1	2	3	4	5
10. πόσο συχνά έχετε πιάσει το παιδί σας να κρυφοκοιτάζει στο διαδίκτυο παρά την θέληση σας;	1	2	3	4	5
11. πόσο συχνά το παιδί σας κάθεται μόνο στο δωμάτιο του/της παίζοντας με τον υπολογιστή;	1	2	3	4	5
12. πόσο συχνά το παιδί σας λαμβάνει περίεργα τηλεφωνήματα από καινούργιους φίλους που έκανε στο διαδίκτυο;	1	2	3	4	5
13. πόσο συχνά το παιδί σας φωνάζει η αντιδρά ενοχλημένο όταν το απασχολείτε την ώρα που είναι στο διαδίκτυο;	1	2	3	4	5
14. πόσο συχνά το παιδί σας φαίνεται πιο κουρασμένο και εξουθενωμένο από ότι ήταν πριν ασχοληθεί με το Ιντερνέτ;	1	2	3	4	5
15. πόσο συχνά το παιδί σας φαίνεται απορροφημένο με το να μπει στο διαδίκτυο όταν είναι εκτός αυτού (εκτός σύνδεσης);	1	2	3	4	5

16. πόσο συχνά το παιδί σας έχει ξεσπάσματα όταν παρεμβαίνετε στο πόσο χρόνο περνά στο διαδίκτυο;	1	2	3	4	5
17. πόσο συχνά το παιδί σας επιλέγει να περάσει χρόνο στο διαδίκτυο παρά να ασχοληθεί με συνηθισμένα χόμπι ή εξωτερικές δραστηριότητες;	1	2	3	4	5
18. πόσο συχνά το παιδί σας θυμώνει ή γίνεται επιθετικό όταν του θέτετε όρια στο πόσην ώρα επιτρέπεται να περάσει στο διαδίκτυο;	1	2	3	4	5
19. πόσο συχνά το παιδί σας επιλέγει να περάσει παραπάνω ώρα στο διαδίκτυο παρά να βγει με φίλους;	1	2	3	4	5
20. πόσο συχνά το παιδί σας αισθάνεται μελαγχολικό, κακόκεφο ή νευρικό όταν είναι εκτός διαδικτύου, κάτι το όποιο του περνά όταν συνδέεται πάλι;	1	2	3	4	5

**Σας ευχαριστώ πολύ**