



**ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ
ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ-ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΣΤΗΝ «ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ»
ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**



Οι αντιλήψεις των εκπαιδευτικών πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης για τον εθισμό στο διαδίκτυο και την πρόληψή του.

Στυμονιάρη Δήμητρα

Απόφοιτη Παιδαγωγικού Τμήματος Δημοτικής Εκπαίδευσης Α.Π.Θ.

ΤΡΙΜΕΛΗΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Ανδρέου Ελένη, αναπληρώτρια καθηγήτρια Παιδαγωγικής Ψυχολογίας Παιδαγωγικού Τμήματος Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (Επιβλέπουσα Καθηγήτρια)

Σκεντέρης Νικόλαος, Επίκουρος Καθηγητής – Μόνιμος Παιδιατρικής Τομέας Μητέρας-Παιδιού (Μέλος Τριμελούς Επιτροπής)

Χατζόγλου Χρυσή, Αναπλ. Καθηγήτρια Ιατρικής Φυσιολογίας, Εργαστήριο Φυσιολογίας, Τμήμα Ιατρικής, Σχολή Επιστημών Υγείας

Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας (Μέλος Τριμελούς Επιτροπής)

Λάρισα, Ιούνιος 2015



ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ-ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΣΤΗΝ «ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ»



The perceptions of primary school teachers for Internet addiction and its prevention.

Περιεχόμενα

• Πρόλογος- Ευχαριστίες	6
• Περίληψη στα Ελληνικά	6
• Περίληψη στα Αγγλικά	7
1. Εισαγωγή	8
2. Γενικό Μέρος	10
2.1 Ορισμός εθισμού	10
2.2 Διαγνωστικά κριτήρια	11
2.3 Παράγοντες προσωπικοί και περιβαλλοντικοί	12
2.4 Ευάλωτες ομάδες	12
2.5 Προφίλ του υπερβολικού χρήστη	13
2.6 Επιπτώσεις	13
2.7 Πρόληψη	14
2.8 Θεραπεία	15
2.9 Αντιλήψεις εκπαιδευτικών	16
2.10 Αντιλήψεις εκπαιδευτικών γύρω από τον εθισμό στο διαδίκτυο	17
3.Ειδικό Μέρος	
3.1 Σκοπός και μέθοδος	
3.1.1 Σημασία και σκοπός έρευνας	17
3.1.2 Ερευνητικά ερωτήματα	18
3.1.3 Μέθοδος	18
3.1.4 Συμμετέχοντες - Χαρακτηριστικά του δείγματος	20
3.1.5 Αδυναμίες έρευνας	21
3.2 Αποτελέσματα	
3.2.1 Χρήση διαδικτύου	21
3.2.2 Το διαδίκτυο ως εκπαιδευτικό εργαλείο	22
3.2.3 Παιδιά και χρήση διαδικτύου	23
3.2.4 Αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από τον εθισμό στο διαδίκτυο	24
3.2.5 Ο ρόλος των προτύπων	25
3.2.6 Εθισμός στο διαδίκτυο και σχολική ηλικία	26

3.2.7 Τι είναι τελικά ο εθισμός στο διαδίκτυο (κριτήρια κατάταξης, συμπτώματα , συνέπειες)	27
3.2.8 Κριτήρια κατάταξης.....	27
3.2.9 Συμπτώματα	28
3.3 Συνέπειες	
3.3.1 Κοινωνικές σχέσεις	29
3.3.2 Υγεία	29
3.3.3.Εργασία (ή σχολείο ανάλογα με την ηλικία).....	29
3.3.4. Παραμέληση σημαντικών καθημερινών ασχολιών.....	30
3.3.5. Οικονομικά θέματα	30
3.4 Πρόληψη	
3.4.1. Ενημέρωση.....	31
3.4.2. Ενημέρωση μαθητών.....	31
3.4.3 Ενημέρωση γονέων	32
3.4.4. Ενημέρωση εκπαιδευτικών	33
3.4.5. Η σημασία της ενημέρωσης	33
3.4.6. Τρόποι ενημέρωσης για την πρόληψη του εθισμού στο διαδίκτυο	34
3.4.7. Ύπαρξη ξεχωριστού μαθήματος για τη σωστή χρήση του διαδικτύου.....	35
3.4.8. Αντιμέτωπιση εθισμού στο διαδίκτυο σε μαθητή	35
3.5 Συζήτηση	
3.5. 1 Χάσμα γενεών στον τρόπο χρήσης του διαδικτύου	36
3.5.2 Ποια είναι η καλύτερη ηλικία για να ξεκινήσει η χρήση του διαδικτύου από το παιδί;.....	37
3.5.3 Ποια ηλικία είναι πιο ευάλωτη;.....	38
3.5.4 Γονείς- εκπαιδευτικοί: δυο ισχυρά πρότυπα	39
3.5.5 Σύγκυση διαταραχής εθισμού στο διαδίκτυο και υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου	40
3.5.6 Κλειδί στο πρόβλημα του εθισμού η πρόληψη	40
3.5.7 Συμπεράσματα	41
4. Βιβλιογραφία	
4. 1 Ελληνική Βιβλιογραφία	42
4.2. Ξένη Βιβλιογραφία.....	43

5.Παράρτημα	45
5.1 Ερωτηματολόγιο	
5.2 Πίνακες	
5.3 Γραφικές Παραστάσεις	

Πρόλογος

Η παρούσα διπλωματική έχει ως θέμα τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών πρωτοβάθμιας για τον εθισμό στο διαδίκτυο. Το ερευνητικό μου ενδιαφέρον στράφηκε προς τα εκεί καθώς στο ζήτημα αυτό συναντώνται ο δρόμος τις παιδαγωγικής με την ψυχική υγεία. Ως απόφοιτος του παιδαγωγικού τμήματος και ως ενεργή εκπαιδευτικός γνώριζα θεωρητικά και διαπιστώνω στην πράξη πως οι αντιλήψεις που έχει ένας εκπαιδευτικός εκούσια ή ακούσια ασκούν επιρροή στις εύπλαστες παιδικές ψυχές. Οι αντιλήψεις αποτελούν τελικά την πρώτη ύλη για το προσωπικό και παιδαγωγικό έργο στην προκειμένη περίπτωση που παράγει κάθε εκπαιδευτικός. Για το λόγο αυτό θεωρώ πως είναι πολύ σημαντικό η έρευνα ν' ασχοληθεί με τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών σχετικά με θέματα που μπορεί να αφορούν τα παιδιά ,είτε στην παιδική τους ηλικία είτε ως αυριανούς ενήλικες.

Στην Ελλάδα ο εθισμός στο διαδίκτυο είναι μια διαταραχή που φαίνεται να πλήττει εφήβους και φοιτητές .Ο λόγος όμως που θεωρώ σημαντικό να μελετηθεί η στάση των εκπαιδευτικών πρωτοβάθμιας είναι πως αυτή η βαθμίδα δημιουργεί στη ζωή των παιδιών βάσεις που θα τα συντροφεύουν στη ενήλικη ζωή. Οι συνήθειες της παιδικής ηλικίας συχνά συνοδεύουν τον άνθρωπο και καθώς η τεχνολογία και η δύναμη της είναι στην εποχή μας καλπάζουσα είναι σημαντικό να δούμε ποια εικόνα έχουν για το φαινόμενο οι λειτουργοί της.

Ευχαριστίες

Ευχαριστώ θερμά την επιβλέπουσα καθηγήτρια κ. Ανδρέου για τη βοήθεια και την στήριξη καθ' όλη τη διάρκεια της έρευνας. Επιπλέον ευχαριστώ τον κ.Σκεντέρη και τη κ.Χατζόγλου που δέχθηκαν να είναι συνεπιβλέποντες στην παρούσα εργασία ως μέλη της τριμελούς επιτροπής.

Τέλος ευχαριστώ θερμά όλους τους εκπαιδευτικούς που διέθεσαν ένα κομμάτι από τον πολύτιμο χρόνο τους για να συμπληρώσουν το ερωτηματολόγιο και μου επέτρεψαν να έχω πρόσβαση σε ένα κομμάτι του εαυτού τους... στις αντιλήψεις τους.

Περίληψη

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η διερεύνηση των αντιλήψεων των εκπαιδευτικών πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης γύρω από τον εθισμό στο διαδίκτυο και την πρόληψή του. Ο εθισμός στο διαδίκτυο ανήκει στην κατηγορία των συμπεριφορικών εθισμών και συνδέεται με την αδυναμία διαχείρισης της χρήσης στο διαδίκτυο σε τέτοιο βαθμό ώστε να υπάρχουν συνέπειες στην κοινωνική ,οικονομική και προσωπική ζωή του ατόμου. Καθώς το διαδίκτυο έχει γίνει κομμάτι της

καθημερινότητας και χρησιμοποιείται από παιδιά όλο και μικρότερων ηλικιών είναι σημαντικό να ασχοληθεί η έρευνα με τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών αυτής της βαθμίδας γύρω από τον εθισμό στο διαδίκτυο και το πώς μπορεί αυτός να προληφθεί. Για το σκοπό αυτό συμμετείχαν στην έρευνα 143 εκπαιδευτικοί κατά κύριο λόγο από ιδιωτικά και δημόσια δημοτικά και νηπιαγωγεία της Λάρισας. Η δειγματοληψία έγινε με τυχαίο τρόπο. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε από το Δεκέμβριο του 2014 μέχρι το Φεβρουάριο του 2015. Οι εκπαιδευτικοί συμπλήρωσαν ένα ερωτηματολόγιο 23 ερωτήσεων σχετικά με τη στάση που έχουν οι ίδιοι απέναντι στη χρήση του διαδικτύου, την εικόνα που έχουν για τη διαταραχή του εθισμού στο διαδίκτυο και τους τρόπους με τους οποίους μπορεί να επιτευχθεί η πρόληψη. Τα αποτελέσματα έδειξαν πως οι περισσότεροι εκπαιδευτικοί κάνουν χρήση του διαδικτύου και είναι σε κάποιο βαθμό ενημερωμένοι για το περιεχόμενο του εθισμού στο διαδίκτυο. Όσον αφορά τα πρότυπα φαίνεται να πιστεύουν πως το πρότυπο των γονέων μπορεί να ασκήσει μεγαλύτερη επίδραση από το πρότυπο των εκπαιδευτικών. Είναι θετικοί στην προσπάθεια πρόληψης και ενημέρωσης μέσω προγραμμάτων εκπαιδευτικών και λιγότερο προτιμούν την ύπαρξη σχολικού ψυχολόγου σε κάθε σχολείου. Συμπεραίνουμε από τα παραπάνω πως χρειάζεται να συνεχιστεί η έρευνα προς την κατεύθυνση της οργάνωσης εκπαιδευτικών προγραμμάτων για τον σωστό ψηφιακό γραμματισμό της νέας γενιάς που θα συμβάλει έτσι και στην πρόληψη του εθισμού.

Λέξεις Κλειδιά: εθισμός στο διαδίκτυο, εκπαιδευτικοί, αντιλήψεις

Αγγλική Περίληψη

The purpose of this study is to investigate the perceptions of primary school teachers about Internet addiction and its prevention. Internet addiction belongs to the category of behavioral addictions associated with weakness to manage internet use to such an extent that there are consequences in social, economic and personal life of the individual. As the Internet has become part of everyday life and is used by children in early age is important to investigate the perceptions of teachers at this level around the internet addiction and how can it be prevented. The research subjects were 143 teachers mainly from private and public primary and nursery schools of Larissa and was conducted from December 2014 until February 2015. Sampling was done randomly. Teachers completed a questionnaire with 23 questions about their personal use of the Internet, what they know about the disorder of addiction to the internet and the ways in which this can be prevented. Regarding standards, they seem to think that the behavior of parents can exert more influence on children than the behavior of teachers. The results showed that most teachers use the Internet and are somewhat aware of the content of Internet addiction. They prefer prevention and awareness efforts through educational programs than existence of a school psychologist in each school. We conclude that more research towards the organization of educational programs for the correct digital literacy of children will help so as to prevent internet addiction.

Keywords: internet addiction, teachers, perceptions

1.Εισαγωγή

Η παρούσα διπλωματική έχει ως θέμα τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών πρωτοβάθμιας για τον εθισμό στο διαδίκτυο. Το ερευνητικό πρόβλημα το οποίο τίθεται είναι η εικόνα που έχουν οι εκπαιδευτικοί της πρωτοβάθμιας για την διαταραχή του εθισμού στο διαδίκτυο και την πρόληψή του.

Για να μελετήσουμε τον εθισμό στο διαδίκτυο είναι σημαντικό να δούμε ποιο είναι το περιεχόμενο του και πως διακρίνεται από την υπερβολική χρήση του διαδικτύου.

Σύμφωνα με την ελληνική εταιρεία μελέτης της διαταραχής του εθισμού στο διαδίκτυο ,ο εθισμός στο διαδίκτυο ανήκει στη κατηγορία των συμπεριφορικών εθισμών – δηλαδή τα προβλήματα που ανακύπτουν όταν μία συγκεκριμένη συμπεριφορά ξεφύγει από τον έλεγχο του ατόμου. Αναφερόμαστε δηλαδή σε συμπεριφορές που κάνουν το άτομο να αισθάνεται μια αυξημένη ένταση ή διέγερση πριν από την πράξη, ενώ μετά την εκτέλεσή της διακατέχεται από ηδονή, ικανοποίηση και ανακούφιση. (Σιώμος ,Αγγελόπουλος, 2008)

Είναι σημαντικό να τονίσουμε πως πολλές έρευνες έχουν γίνει για να διαχωριστεί η υπερβολική χρήση του διαδικτύου από τον εθισμό σ' αυτόν. Η διαφορά είναι πως αυτοί που χρησιμοποιούν πολύ το διαδίκτυο αλλά μέσα στα πλαίσια του φυσιολογικού δεν έχουν τις ανεπιθύμητες ενέργειες που προκύπτουν σε όλους τους τομείς ζωής των εθισμένων όπως στην υγεία, την εργασία, οικονομικά προβλήματα και προβλήματα στις κοινωνικές τους σχέσεις (Widyanto , Griffiths, 2006).

Μεγάλη ερευνητική προσπάθεια έχει γίνει για να οριστούν τα διαγνωστικά κριτήρια που μπορούν να οδηγήσουν σε διάγνωση του εθισμού στο διαδίκτυο ή στον τεχνολογικό εθισμό όπως ξεκίνησε ο όρος (Widyanto , Griffiths, 2006). Ο Griffiths προσδιόρισε τα έξι κριτήρια που είναι απαραίτητα για το χαρακτηρισμό μιας συμπεριφοράς ως εθιστικής: η ανησυχία που προκαλείται στο άτομο από τον εθιστικό παράγοντα (προβολή), η τροποποίηση της διάθεσης, η ανοχή, η απόσυρση, η σύγκρουση και η υποτροπή. Τα πρόσθετα κριτήρια της προόδου, της άρνησης και της συνεχούς χρήσης παρά τις συνέπειες προστέθηκαν από τη Young (Σιώμος ,Αγγελόπουλος, 2008).

Ειδικότερα ,τα διαγνωστικά κριτήρια που θέτει η Young έχουν να κάνουν με την

- ανάγκη αύξηση της χρήσης του διαδικτύου
- αδυναμία ελέγχου διάρκειας χρήσης διαδικτύου
- παραμονή στο διαδίκτυο παραπάνω από την αρχική πρόθεση
- παραμέληση άλλων θεμάτων για χάρη του διαδικτύου
- ενοχές για τη διάρκεια χρήσης διαδικτύου
- χρήση διαδικτύου για αποφυγή ενοχών

Ένα άλλο συμπέρασμα συνδέεται με το ότι ο εθισμός στο διαδίκτυο είναι κάτι που τα τελευταία χρόνια άρχισε να απασχολεί την επιστημονική κοινότητα ,ιδιαίτερα της Ελλάδας. Οι περισσότερες έρευνες που μελετούν τους κινδύνους του διαδικτύου εστιάζουν στο θέμα του περιεχομένου στο οποίο εκτίθενται οι χρήστες του διαδικτύου. Ο κίνδυνος να χρησιμοποιούν υπερβολικά πολύ το διαδίκτυο δεν υπάρχει ως μεταβλητή.

Έρευνες που έχουν γίνει στον ελλαδικό χώρο ,έδειξαν ότι υπάρχουν περιπτώσεις εθισμένων στο διαδίκτυο με πιο επιρρεπείς ομάδες τους εφήβους και τους φοιτητές. Έρευνα του κ. Σιώμου το 2006 σε μαθητές γυμνασίου και λυκείου έδειξε πως η χρήση του διαδικτύου παρουσιάζει πολύ υψηλά ποσοστά και αξίζει να σταθούμε στην ηλικία έναρξης χρήσης του υπολογιστή που είναι γύρω στα 11 για τα κορίτσια και γύρω 10 για τα αγόρια(Σιώμος, 2006) . Γενικότερα ,παγκοσμίως έχει διαπιστωθεί πως όλο και μικρότερα παιδιά ασχολούνται με το διαδίκτυο (Young 2013) γι' αυτό είναι σημαντικό η ερευνητική δραστηριότητα ν' ασχοληθεί και μ' αυτές τις ηλικίες.

Ο εθισμός στο διαδίκτυο έχει μελετηθεί ως συσχετιζόμενος με πολλούς παράγοντες ενδοπροσωπικούς όπως είναι φύλο, ηλικία, προσωπικότητα, ύπαρξη ψυχικών διαταραχών, αλκοόλ , ναρκωτικά, μοναχικότητα και κατάθλιψη. Σ' αυτούς ανήκει όσο αφορά τους μαθητές και η ύπαρξη εξωσχολικών δραστηριοτήτων (Seong ,Young , Yun , 2008) Παράλληλα όπως φαίνεται και στην ανασκόπηση των Widyanto και Griffiths, οι έρευνες έχουν ασχοληθεί και με τη σύνδεση της διαταραχής με περιβαλλοντικούς παράγοντες όπως είναι το σχολείο, η οικογένεια, η εργασία και θέματα οικονομικά(Widyanto , Griffiths, 2006).

Οι επιπτώσεις του εθισμού στο διαδίκτυο όπως παρουσιάζονται από τους Caldwell και Cunningham με βάση έρευνα τους σε φοιτητές , συνδέονται με προβλήματα στην εκπαίδευση, χαμηλούς βαθμούς , προβλήματα στις διαπροσωπικές σχέσεις, σωματικές βλάβες και παραμέληση σημαντικών καθημερινών ασχολιών για χάρη του διαδικτύου.

Το κλειδί βρίσκεται στην πρόληψη. Προγράμματα πρόληψης στα σχολεία, ύπαρξη σχολικού συμβούλου-ψυχολόγου, εκδηλώσεις για γονείς και εκπαιδευτικούς γύρω από τον σωστή χρήση του διαδικτύου είναι μερικοί από τους δρόμους που οδηγούν στην πρόληψη της διαταραχής. (Caldwell, Cunningham 2010)

2. Γενικό Μέρος

2.1 Ορισμός εθισμού

Πριν προχωρήσουμε στην οποιαδήποτε περαιτέρω ανάλυση είναι σημαντικό να ορίσουμε σε τι αναφερόμαστε, όταν χρησιμοποιούμε τον όρο «εθισμός στο διαδίκτυο». Η διαταραχή εθισμού στο Διαδίκτυο πρωτοαναφέρθηκε από έναν ψυχίατρο της Νέας Υόρκης, τον Ivan Goldberg το 1995. Αν και ο Goldberg χρησιμοποίησε κριτήρια του DSM-IV από τον εθισμό σε ουσίες, αντικαθιστώντας τον όρο ουσία με αυτόν του Διαδικτύου, γενικά το θέμα αυτό απασχόλησε αρκετά την έρευνα. Η παθολογική χρήση του Διαδικτύου ορίστηκε από τη Young, η οποία βασίστηκε στα κοινά χαρακτηριστικά με το παθολογικό παιχνίδι. Στη συνέχεια σύμφωνα με τον Davis, διακρίνονται δύο τύποι παθολογικής χρήσης του Διαδικτύου: η συγκεκριμένη παθολογική χρήση του Διαδικτύου που αναφέρεται σε εκείνους που ικανοποιούν συγκεκριμένες λειτουργίες όπως εμπορικές συναλλαγές, δημοπρασίες, τραπεζικές συναλλαγές, διακίνηση πορνογραφικού υλικού, και η γενικευμένη παθολογική χρήση που χρησιμοποιείται για να περιγράψει τη γενική και πολυδιάστατη χρήση του Διαδικτύου δίχως κάποιο προκαθορισμένο στόχο. (Σιώμος 2008)

Ο Block, επιχειρώντας να ορίσει την Παθολογική Εμπλοκή με το Διαδίκτυο (Pathological Internet Engagement) αναφέρει ότι αυτή σχετίζεται με συμπεριφορές τόσο κατά το διάστημα που ο χρήστης είναι συνδεδεμένος με το διαδίκτυο όσο και κατά το διάστημα που δεν είναι συνδεδεμένος με αυτό. Περιγράφει, συγκεκριμένα, την υπερβολική ενασχόληση με παιχνίδια, την ενασχόληση με σεξουαλικά θέματα και την ενασχόληση με θέματα που σχετίζονται με επικοινωνία μέσω e-mail ή με γραπτά μηνύματα. Οι συμπεριφορές αυτές σχετίζονται με απώλεια της αίσθησης του χρόνου, την παραμέληση βασικών αναγκών, καθώς και με συμπτώματα στέρησης, όπως συναισθήματα θυμού, άγχους και θλίψης όταν δεν είναι δυνατή η πρόσβαση σε υπολογιστή ή ακόμη και κοινωνική απομόνωση ή χαμηλή εργασιακή απόδοση. (Τσουβέλας 2011)

Ο εθισμός στο Διαδίκτυο αποτελεί ψυχιατρική νόσο, που έχει πια συμπεριληφθεί στις διαταραχές ελέγχου των παρορμήσεων στο DSM-IV. Για άλλους, ο εθισμός στο Διαδίκτυο αποτελεί παρακλάδι της καταναγκαστικής διαταραχής. (Σιώμος 2008). Ο επικρατέστερος ορισμός ως σύνοψη την έρευνα

κατατάσσει τον εθισμό στο διαδίκτυο στους συμπεριφορικούς εθισμούς, δηλαδή τα προβλήματα που ανακύπτουν όταν μία συγκεκριμένη συμπεριφορά ξεφύγει από τον έλεγχο του ατόμου .

2.2 Διαγνωστικά κριτήρια

Τελικά τα γενικώς αποδεκτά διαγνωστικά κριτήρια για τον εθισμό στο διαδίκτυο διαμορφώθηκαν από την Young πρώτη φορά το 1996 και συνοπτικά έχουν να κάνουν με την

- ανάγκη αύξηση της χρήσης του διαδικτύου
- αδυναμία ελέγχου στη διάρκεια χρήσης του διαδικτύου
- παραμονή στο διαδίκτυο παραπάνω από την αρχική πρόθεση
- παραμέληση άλλων θεμάτων για χάρη του διαδικτύου
- ενοχές για τη διάρκεια χρήσης διαδικτύου
- χρήση διαδικτύου για αποφυγή ενοχών

Στη συνέχεια έγιναν και άλλες ερευνητικές προσπάθειες που με βάση τα παραπάνω κριτήρια προστέθηκαν επιπλέον.

Ειδικότερα ,οι Beard & Wolf το 2001 δημοσίευσαν τα παρακάτω ως διαγνωστικά κριτήρια

Όλα τα παρακάτω (1-5) πρέπει να υπάρχουν :

1. απασχόληση με την ιδέα σύνδεσης στο διαδίκτυο
2. συνεχόμενη αύξηση της χρήσης διαδικτύου με στόχο την ικανοποίηση
3. ανεπιτυχείς προσπάθειες για έλεγχο ή περικοπή χρήσης του διαδικτύου
4. παρουσίαση ανησυχίας, κυκλοθυμικότητας, κατάθλιψης, ή ευερεθιστότητας όταν προσπαθούν να μειώσουν ή να σταματήσουν τη χρήση του Διαδικτύου
5. παραμονή σε απευθείας σύνδεση περισσότερο από την αρχική πρόβλεψη

Και τουλάχιστον ένα από τα ακόλουθα:

1. τέθηκε σε κίνδυνο η απώλεια μιας σημαντικής σχέσης, η εργασία, η εκπαίδευση ή μια ευκαιρία καριέρας λόγω του Διαδικτύου.
2. ψέματα προς τα μέλη της οικογένειας, τον θεραπευτή, ή κάποιον άλλο για να συγκαλυφθεί η διάρκεια σύνδεσης στο διαδίκτυο.
3. Χρήση του Διαδικτύου ως έναν τρόπο διεξόδου από τα προβλήματα ή απαλλαγή από άσχημη διάθεση όπως αισθήματα απελπισίας, ενοχή, άγχος και κατάθλιψη (Widyanto 2006)

Στην ίδια κατεύθυνση έχουμε ακόμα μια μελέτη το 2003 από την Sharira η οποία συνοψίζει τα κριτήρια όπως φαίνεται παρακάτω

1 ανησυχία σχετικά με τη χρήση του Διαδικτύου

2. Υπερβολική χρήση του Διαδικτύου για χρονικό διάστημα μεγαλύτερο από το προβλεπόμενο

B. Χρήση του Διαδικτύου ή η ενασχόληση με τη χρήση προκαλεί κλινικά σημαντική δυσφορία ή έκπτωση της κοινωνικής, επαγγελματικής, και άλλων τομέων λειτουργικότητας

Γ Η υπερβολική χρήση του Διαδικτύου δεν συμβαίνει αποκλειστικά κατά τις περιόδους υπομανίας ή μανίας και ταυτίζεται με σύμπτωμα άλλων διαταραχών. (Widyanto 2006)

2.3 Παράγοντες προσωπικοί και περιβαλλοντικοί

Είναι πιθανό οι άνθρωποι να εθίζονται στο Διαδίκτυο όταν υποφέρουν από δυσφορία και αρνητικά συναισθήματα που συνδέονται με ενδοπροσωπικές δυσκολίες ενώ έχει διαπιστωθεί πως μπορεί να παίζει ρόλο και ο χαρακτήρας. Οι διαπροσωπικές μεταβλητές για επικοινωνιακή ικανότητα, σχέση γονέων, και τη λειτουργικότητα της οικογένειας αποτελούν κρίσιμους παράγοντες για τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Έρευνες στην Κορέα έχουν δώσει ιδιαίτερη προσοχή στη σχέση γονέα-παιδιού ως ένα ισχυρό προγνωστικό δείκτη του εθισμού στο Διαδίκτυο, επειδή το γονικό στυλ ανατροφής των παιδιών και η έλλειψη επικοινωνίας, (ως επιρροή από τον κομφουκιανισμό) έχουν συζητηθεί ως παράγοντες που επιδεινώνουν και άλλα προβλήματα συμπεριφοράς των εφήβων. (Hoon Jung Koo and Jung-Hye Kwon 2014)

Άλλοι παράγοντες που μπορεί να παίζουν ρόλο έχουν να κάνουν με το χώρο στον οποίο γίνεται η σύνδεση στο διαδίκτυο (σπίτι ή internet café), τις διαδικτυακές συνήθειες (συχνότητα, ώρες χρήσης την εβδομάδα), δραστηριότητες όπως επικοινωνία, παιχνίδια, πληροφορίες για σχολείο και τέλος δημογραφικά χαρακτηριστικά όπως η περιοχή ή το φύλο. (Σιώμος, Νταφούλη κ.α 2008)

2.4 Ευάλωτες ομάδες

Υπάρχουν ομάδες πληθυσμού που θα μπορούσαν να θεωρηθούν ως πιο ευάλωτες; Σχετικές έρευνες έδειξαν ότι οι σπουδαστές αποτελούν την πλέον ευάλωτη ομάδα για ανάπτυξη παθολογικής εμπλοκής με το διαδίκτυο. Αυτό συμβαίνει επειδή είναι μακριά τις περισσότερες φορές από τη γονική επιτήρηση, έχουν πρόσβαση σ' αυτό μέσω του πανεπιστημίου και σε αρκετές περιπτώσεις η χρήση

του διαδικτύου απαιτείται από το πρόγραμμα σπουδών τους. (Σιώμος 2008) Επιπλέον η χρήση του διαδικτύου είναι ιδιαίτερα υψηλή στο ηλικιακό φάσμα 16–24 ετών. Συνεπώς ανήκουν και οι έφηβοι στις ομάδες υψηλού κινδύνου. (Τσουβέλας 2011) Επιπλέον οι υπάλληλοι των επιχειρήσεων με πρόσβαση στο Διαδίκτυο αποτελούν επίσης ομάδα υψηλού κινδύνου για εθισμό στο Διαδίκτυο. «Σε μια έρευνα 150 ανώτερων υπαλλήλων των κορυφαίων επιχειρήσεων των ΗΠΑ διαπιστώθηκε ότι το 55% πλοηγείται στο Διαδίκτυο για λόγους που δεν έχουν σχέση με την εργασία τους.»(Σιώμος 2008)

Πρόσφατη έρευνα στην Κίνα σε εφήβους έδειξε πως το 9,50% των συμμετεχόντων παρουσίασαν σημαντικά συμπτώματα εθισμού με τα αγόρια να ξεπερνούν τα κορίτσια. (Zhang κ.α 2014). Σε έρευνα των Τσουβέλας και Γιωτάκου το 2011 σε 514 φοιτητές του ΕΚΠΑ βρέθηκε 42% διασπορά της παθολογικής εμπλοκής σε αλληλεπίδραση με τον καθημερινό χρόνο σύνδεσης στο διαδίκτυο, τη χρήση παιχνιδιών αλληλεπιδραστικών μέσω διαδικτύου, γνωριμίες, τζόγος, σεξουαλικός διαδικτυακός εθισμός, αυτοκτονικότητα και χρήση αλκοόλ.

2.5 Προφίλ του υπερβολικού χρήστη

Μέσα από την ανασκόπηση των Σιώμου και Αγγελόπουλου φαίνεται πως αρχικά ο υπερβολικός χρήστης του διαδικτύου αφορούσε κυρίως άνδρες ιδιαίτερα εσωστρεφείς. Αυτό ανέτρεψαν ερευνητικά δεδομένα που ανέδειξαν ότι το 61% των χρηστών ήταν γυναίκες. Γενικά στη χρήση του Διαδικτύου, οι ηλικιωμένοι και οι γυναίκες συμμετέχουν κυρίως σε ομάδες συζήτησης στον Διαδίκτυο, ενώ οι νεότεροι και κυρίως οι άνδρες το χρησιμοποιούν για παιχνίδια και αναζήτηση πορνογραφικού υλικού. Η ενδοστρέφεια των ανδρών και οι σχιζοειδείς τύποι προσωπικότητας μπορεί να αποτελούν προδιαθεσικούς παράγοντες για εθισμό.

Σε μελέτη 328 μαθητών λυκείου στη Ν. Κορέα, όπου χρησιμοποιήθηκαν το IAT, το SCL-90-R (symptom checklist) και το 16PF (sixteen personality factors), φάνηκε πως οι εξαρτημένοι επηρεάζονται εύκολα από το συναίσθημα, είναι συναισθηματικά ασταθείς, με πλούσια φαντασία, συχνά απορροφημένοι στις σκέψεις τους, αυτάρκεις, θετικοί στο να πειραματίζονται και προτιμούν να ακολουθούν πιστά τις δικές τους επιλογές.

2.6 Επιπτώσεις

Ο εθισμός στο διαδίκτυο, όπως και κάθε μορφή εθισμού έχει μια σειρά αρνητικών επιπτώσεων στους ανθρώπους που υποφέρουν από αυτή τη διαταραχή. Η Young το 1996 σε έρευνα που έκανε σε

φοιτητές διαπίστωσε πως οι επιπτώσεις από την παθολογική χρήση του διαδικτύου είχαν να κάνουν με σοβαρή ακαδημαϊκή αποτυχία όπως κακή βαθμολογία, απουσίες ,μέχρι και αποβολή από το σχολείο. Αυτή η κατάσταση μπορεί να δημιουργήσει προβλήματα και σε οικονομικά και επαγγελματικά θέματα. Ορισμένοι από τους πάσχοντες μπορεί να παρουσιάσουν προβλήματα και στη σωματική τους υγεία ή παραμέληση βασικών ασχολιών όπως είναι για μια μητέρα η φροντίδα των παιδιών της. (Caldwell 2010)

2.7 Πρόληψη

Ένα θέμα που πρέπει να ληφθεί υπόψη στην πρόληψη είναι η διαμόρφωση ισχυρής προσωπικής ταυτότητας που θα λειτουργεί ως θώρακας στο κίνδυνο του εθισμού από το διαδίκτυο. Γι' αυτό το λόγο οι θεραπευτές και οι εκπαιδευτικοί μπορούν να επικεντρωθούν στην έγκαιρη πρόληψη και παρέμβαση με την προώθηση της επίγνωσης της ταυτότητας καθώς η αυξημένη ικανότητα αυτοελέγχου επιτρέπει στους ανθρώπους να ελέγχουν λογικά τη χρήση του διαδικτύου, αποτρέποντας έτσι τον εθισμό. (Hoon Jung Koo and Jung-Hye Kwon 2014)

Αφού κατανοούμε πως η πρόληψη είναι το κλειδί είναι σημαντικό να γίνονται στα σχολεία προγράμματα πρόληψης του εθισμού. Ειδικότερα η Chou συνέστησε μια ομαδική προσέγγιση για τη συστηματική αύξηση της ευαισθητοποίησης γύρω από το θέμα. Είναι σημαντικό όλοι οι εκπαιδευτικοί να είναι ενημερωμένοι γύρω από το θέμα και να έχουν άμεση πρόσβαση σε υλικό γύρω από τα συμπτώματα και την πρόληψη του εθισμού. Θα μπορούσε να υπάρχει σε κάθε σχολείο ένας αρμόδιος σχολικός σύμβουλος ο οποίος να έχει την ευθύνη για την οργάνωση των προγραμμάτων και την ενημέρωση της ευρύτερης κοινότητας συμπεριλαμβανομένων βέβαια και των γονέων. Είναι σημαντικό να είναι και οι γονείς ενημερωμένοι για το πώς μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά τους να οικοδομήσουν υγιείς συνήθειες στη χρήση του διαδικτύου και να αναγνωρίσουν έγκαιρα οποιαδήποτε παρέκκλιση .Το πρώτο βήμα για την πρόληψη είναι ουσιαστικά η ενημέρωση της κοινότητας ,η ευαισθητοποίηση γύρω από αυτό καθώς σε κάθε περίπτωση η γνώση είναι πηγή δύναμης και αλλαγής.

Οι σχολικοί σύμβουλοι θα πρέπει επίσης να παρέχουν στρατηγικές για τους γονείς για την παρακολούθηση και τον περιορισμό της χρήσης του Διαδικτύου, όπως απαιτείται. Ο σχολικός σύμβουλος θα μπορούσε να ξεκινήσει σχέσεις συνεργασίας και την ανοιχτή επικοινωνία με τις τοπικές ομάδες υποστήριξης για τον εθισμό και υπηρεσίες ψυχικής υγείας. Η ύπαρξη σχολικού ψυχολόγου μπορεί να βοηθήσει στην οργάνωση δραστηριοτήτων μέσα στις τάξεις αλλά και ως άμεσο υποστηρικτικό πλαίσιο από το οποίο θα μπορούν και οι ίδιοι οι μαθητές να ζητούν βοήθεια από μόνοι τους ή να τους παραπέμπουν εκεί οι εκπαιδευτικοί τους.(Caldwell 2010)

Έρευνα σε εφήβους στην Κίνα έδειξε πως η ανάπτυξη υγιών διαπροσωπικών σχέσεων και η συνείδηση του εαυτού είναι προστατευτικοί παράγοντες για την πρόληψη του εθισμού στους εφήβους. (Zhang κ.α 2014) Επιπλέον έρευνα σε εφήβους στην Κορέα το 2014 έδειξε μια αρνητική συσχέτιση μεταξύ του επιπέδου της φυσικής δραστηριότητας και του κινδύνου προβληματικής χρήσης του Διαδικτύου αναδεικνύοντας τη σωματική δραστηριότητα ως χρήσιμο παράγοντα για τη βελτίωση της ψυχικής υγείας των εφήβων. (Park 2014) Στη Κορέα γίνονται προγράμματα πρόληψης σε κατασκηνώσεις όπου πηγαίνουν τα παιδιά που κάνουν υπερβολική χρήση του διαδικτύου και έχουν την ευκαιρία να παίξουν, να κάνουν πεζοπορίες, να διαβάσουν και να συμμετέχουν σε συμβουλευτικές συγκεντρώσεις. (Young)

2.8 Θεραπεία

Τι γίνεται όμως για την αντιμετώπιση και τη θεραπεία του εθισμού; Ο αριθμός των ασθενών που πάσχουν από εθισμό στο διαδίκτυο και χρειάζονται επαγγελματική βοήθεια αυξάνεται συνεχώς. Τα προγράμματα θεραπείας βρίσκονται στα πρώτα τους βήματα και η αποτελεσματικότητά τους είναι ακόμα υπό μελέτη. Ο στόχος των προγραμμάτων είναι η επανένταξη των ασθενών σε μια φυσιολογική ζωή, συμπεριλαμβανομένης της ελεγχόμενης χρήσης των ηλεκτρονικών υπολογιστών και του διαδικτύου, τις κοινωνικές επαφές, και την απόδοση στην εργασία. (Jäger 2012). «Στη θεραπευτική προσέγγιση του εθισμού στο Διαδίκτυο, οι τρεις πιο επικρατούσες μορφές θεραπείας είναι η γνωσιακή-συμπεριφορική ψυχοθεραπεία, τα 12 βημάτων προγράμματα αντιμετώπισης του εθισμού και η θεραπεία μέσω της τέχνης.» (Σιώμος 2008) Γενικά τα περισσότερα προγράμματα έχουν να κάνουν με γνωστική ψυχοθεραπεία καθώς πολλοί εξαρτημένοι από το διαδίκτυο υποφέρουν «από διαστρεβλωμένες σκέψεις για τον εαυτό που περιλαμβάνουν μηρυκασμό» (Young 2013).

Συγκεκριμένες γνωστικές προσδοκίες του ατόμου επηρεάζουν την επίδραση των ψυχοπαθολογικών συμπτωμάτων (κατάθλιψη, κοινωνικό άγχος) ασκώντας επίδραση και στα συμπτώματα του εθισμού στο διαδίκτυο. Χρησιμοποιώντας τη γνωστική θεραπεία, δίνεται έμφαση στην αξιολόγηση και τον προσδιορισμό των δυσλειτουργικών γνωστικών διεργασιών που πρέπει να αντιμετωπιστούν. Δηλαδή, μετά από εξέταση, οι γιατροί θα πρέπει να εξετάσουν το προσδόκιμο από τη χρήση του Διαδικτύου για να κατανοήσουν τις ανάγκες του πελάτη και με ποιους τρόπους ο πελάτης πιστεύει ότι το Διαδίκτυο μπορεί να τον βοηθήσει για να τις ικανοποιήσει. Οι δυσπροσαρμοστικές γνωστικές διεργασίες όπως υπεργενίκευση, αποφυγή, καταστολή, μεγέθυνση, δυσκολία στην επίλυση προβλημάτων είναι έννοιες που συνδέονται με τον εθισμό στο Διαδίκτυο (Brand et all 2014)

Η Young (1999) συστήνει ότι τα άτομα που πάσχουν από εθισμό στο διαδίκτυο για να βοηθηθούν

- μπορούν να θέτουν σαφή χρονοδιαγράμματα στη χρήση του διαδικτύου
- να έχουν εναλλακτικές δραστηριότητες για να αποφεύγουν τη χρήση του διαδικτύου
- να βάζουν μικρούς και εφικτούς στόχους ώστε να δημιουργείται η αίσθηση του ελέγχου και ν' αποφεύγεται η υποτροπή.
- να κάνουν δελτία υπενθύμισης για το τι θέλουν να αποφύγουν και τι θέλουν να πετύχουν
- να δημιουργήσουν μια λίστα με τους ανθρώπους και τις δραστηριότητες της ζωής που έχουν παραμεληθεί λόγω της χρήσης του διαδικτύου
- να συμμετέχουν σε ομαδική θεραπεία , καθώς όταν κάποιος εισέρχεται σε μια ομάδα υποστήριξης μπορεί να βοηθήσει τους ασθενείς να αισθάνονται πιο άνετα και να μιλάνε για τον εθισμό , βλέποντας την οικουμενικότητα του θέματος. (Caldwell 2010).

2.9 Αντιλήψεις εκπαιδευτικών

Ένας από τους πρώτους ορισμούς της αντίληψης έχει δοθεί από τον T. Reid (1785).

Σύμφωνα με αυτό τον ορισμό, αντίληψη είναι όλες εκείνες οι εμπειρίες που συνδέονται με εξωτερικά ερεθίσματα του περιβάλλοντος. Η αίσθηση αντίθετα, είναι εσωτερική εμπειρία του οργανισμού που δε συνδέεται με κάποιο εξωτερικό αντικείμενο(Οικονόμου, χ). Ως αντιλήψεις ενός ατόμου μπορούμε να θεωρήσουμε τις σχετικές με ένα αντικείμενο ή μια κατάσταση, οι οποίες όμως έχουν έντονο το στοιχείο της υποκειμενικότητας.(Θεοδωρακοπούλου, χ)

Οι αντιλήψεις των εκπαιδευτικών είναι αποτέλεσμα του κοινωνικού και πολιτιστικού περιβάλλοντος μέσα στο οποίο ζουν και έτσι διαμορφώνουν τις κοινωνικές και πολιτιστικές τους αναπαραστάσεις. Αυτές κατά ένα μεγάλο ποσοστό διαμορφώνουν τις αντιλήψεις και γύρω από τη διδασκαλία, το σχολείο και τη μάθηση και με αυτό τον τρόπο τις αναπαραγάγουν μέσα στο σχολείο. Γενικά οι εκπαιδευτικοί πρέπει να προσαρμοστούν ως άνθρωποι και ως παιδαγωγοί σε συνεχείς αλλαγές που έχουν να κάνουν με τη δομή της οικογένειας, της κοινωνίας, τη χρήση νέων τεχνολογιών .Το εκπαιδευτικό έργο διευρύνεται και καλούνται να ανταποκριθούν σ' αυτό άμεσα και επιτυχώς. Οι έρευνες δείχνουν ότι αυτό που φοβούνται πιο πολύ στο διαδίκτυο είναι η πιθανή έκθεση και πρόσβαση των μαθητών σε ανεπιθύμητο υλικό (Αλεξόπουλος κ.α 2004)

2.10 Αντιλήψεις εκπαιδευτικών γύρω από τον εθισμό στο διαδίκτυο.

Οι έρευνες σ' αυτό το πεδίο δεν έχουν προχωρήσει αξιοσημείωτα καθώς ο εθισμός στο διαδίκτυο όπως θα δούμε παρακάτω είναι μια διαταραχή που πρόσφατα αναγνωρίστηκε επισήμως ως διαταραχή. Οι έρευνες που έχουν γίνει γύρω από τις αντιλήψεις εκπαιδευτικών και γονέων για τους κινδύνους που εγκυμονεί το διαδίκτυο επικρατεί μονομερώς ανησυχία για το περιεχόμενο και τα ανασφαλή περιβάλλοντα ,στα όποια μπορεί να βρεθούν εκτεθειμένοι οι μικροί μαθητές. Ειδικότερα, έρευνα γύρω από τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών δευτεροβάθμιας για τους κινδύνους του διαδικτύου, το ενδιαφέρον επικεντρώνεται γύρω από κινδύνους όπως είναι ακατάλληλο περιεχόμενο (βία, άσεμνο υλικό) και επικοινωνία με αγνώστους που θέτει ερωτηματικά για τη προστασία των προσωπικών δεδομένων. Η ενημέρωση των εκπαιδευτικών ακόμα και γύρω από αυτές τις κατηγορίες κινδύνων ήταν ελλιπής.(Λιόβας , κ. α 2011) .Ο κίνδυνος να χρησιμοποιούν υπερβολικά πολύ το διαδίκτυο δεν υπάρχει ως μεταβλητή.

Όμως μια άμεσα σχετική μελέτη με το θέμα μας πραγματοποιήθηκε το 2013 από την Young και Yong-Sook γύρω από τις αντιλήψεις εκπαιδευτικών προσχολικής εκπαίδευσης για τον εθισμό των μικρών παιδιών στα τεχνολογικά μέσα. Τα αποτελέσματα έδειξαν πως οι εκπαιδευτικοί θεωρούσαν ως πιο άμεσα υπευθύνους τους γονείς για τον εθισμό των παιδιών στο τεχνολογικά μέσα. Επιπλέον, σύμφωνα με την έρευνα επισημαίνεται πως αυτή η κατάσταση είναι επικίνδυνη για τη φυσική υγεία των παιδιών και δεν έχει λάβει την προσοχή που απαιτείται από την κοινωνία.

Στη χώρα μας ζήτημα αποτελεί ότι τα παιδιά σε μεγάλο ποσοστό εξοικειώνονται με τη χρήση του διαδικτύου σε εμπειρικό επίπεδο χωρίς μια συντονισμένη μαθησιακή προσπάθεια , με αποτέλεσμα ήδη στην εφηβεία να παρουσιάζεται υπερβολική χρήση του διαδικτύου. Στοιχεία από έρευνα του 2007 δείχνει πως ήδη υπήρξαν περιπτώσεις που νοσηλεύτηκαν σε μονάδα εφηβικής ιατρικής λόγω του εθισμού. (Σιώμος κ. α 2009) Γι' αυτό είναι σημαντικό με βάση τις ήδη διαμορφωμένες αντιλήψεις των εκπαιδευτικών να αναζητηθούν τρόποι αντιμετώπισης και ακόμα καλύτερα πρόληψης της διαταραχής.

3.Ειδικό Μέρος

3.1 Σκοπός και μέθοδος

3.1.1 Σημασία και σκοπός έρευνας

Σκοπός της παρούσας διπλωματικής εργασίας είναι η αναζήτηση και η μελέτη των αντιλήψεων των εκπαιδευτικών πρωτοβάθμιας σχετικά με τον εθισμό στο διαδίκτυο και την πρόληψή του.

Ειδικότερα να μελετηθεί πως αυτές διαμορφώνονται υπό το πρίσμα διάφορων μεταβλητών όπως το φύλο, η κατοχή πιστοποίησης στους υπολογιστές, ηλικία και χρόνια προϋπηρεσίας.

3.1.2 Ερευνητικά ερωτήματα

Τα ερευνητικά ερωτήματα της εργασίας κινούνται σε δύο άξονες. Ο πρώτος σχετίζεται με τις αντιλήψεις των δασκάλων σχετικά με τον εθισμό των μαθητών.

- Ποιες είναι οι αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από την έννοια του εθισμού στο διαδίκτυο;
- Πιστεύουν οι εκπαιδευτικοί ότι οι μαθητές κινδυνεύουν να εθιστούν στο διαδίκτυο;
- Ποιοι παράγοντες θεωρούν οι εκπαιδευτικοί ότι μπορεί να ευθύνονται για τον εθισμό των μαθητών στο διαδίκτυο και σε ποιο βαθμό ευθύνεται ο κάθε παράγοντας;

Ο δεύτερος άξονας συνδέεται με τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από τους τρόπους πρόληψης του εθισμού;

- Ποιες είναι οι αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από τους τρόπους πρόληψης του εθισμού;

3.1.3 Μέθοδος

Η έρευνα για την εκπόνηση της εργασίας ήταν ποσοτική. Το ερευνητικό εργαλείο ήταν ερωτηματολόγιο με δείγμα 143 εκπαιδευτικούς πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης από τον εκπαιδευτικό κύκλο(εκπαιδευτικοί που εργάζονται ιδιωτικά) και σε σχολεία της Λάρισας . Συγκριμένα στην έρευνα συμμετείχαν 13 δημοτικά(3ο,4ο,6ο,9ο,11ο,18ο,19ο,24ο,29ο,32ο,33ο,37ο,ιδιωτικό) και 4 νηπιαγωγεία(2ο,3ο,ιδιωτικό, παιδικός σταθμός). Η δειγματοληψία έγινε με τυχαίο τρόπο. Το ερωτηματολόγιο περιελάμβανε τόσο γενικές πληροφορίες για το δείγμα, όσο και ειδικότερες γύρω από το θέμα της έρευνας. Οι ερωτήσεις ήταν κατά κύριο λόγο πολλαπλής επιλογής ,συμπλήρωσης κενού και βαθμολόγηση στην κλίμακα καθόλου, λίγο, αρκετά ,πολύ, πάρα πολύ.

Στις γενικές πληροφορίες εντάσσονται προσωπικά στοιχεία του δείγματος. Αυτά είναι η ηλικία , τα χρόνια προϋπηρεσίας ,η ειδικότητα και η σχολική μονάδα στην οποία εργάζονται και αν έχουν πιστοποίηση γνώσης υπολογιστών. Οι επόμενες ερωτήσεις του ερωτηματολογίου έχουν να κάνουν με δραστηριότητες εκτός εργασίας και γενικότερα με την προσωπική στάση των εκπαιδευτικών απέναντι στις νέες τεχνολογίες .Ειδικότερα εστίαζαν στην κατοχή υπολογιστή στο σπίτι και στην χρήση του διαδικτύου καθημερινά .Στο τελευταίο εντάσσεται η άποψη που έχει ο συμμετέχων για την χρήση του Η/Υ και του διαδικτύου τόσο σε προσωπικό επίπεδο(τα ποσοστά χρήσης στις καθημερινές ανάγκες για επικοινωνία, ενημέρωση και ψυχαγωγία) ,όσο και η ένταξη και η αξιοποίηση του στο

σχολείο ώστε να γίνεται το μάθημα πιο διαδραστικό και ενδιαφέρον. Τέλος σε μια πρώτη εικόνα για τη στάση που έχει το δείγμα σημαντική είναι η ερώτηση που ζητά από τους εκπαιδευτικούς να ορίσουν ποια είναι η κατάλληλη ηλικία για να ξεκινήσουν τα παιδιά να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο.

Στη συνέχεια οι ερωτήσεις εξειδικεύονται γύρω από τι είναι ο εθισμός στο διαδίκτυο. Είναι σημαντικό να δούμε εάν αναγνωρίζουν τον κίνδυνο για εθισμό στο διαδίκτυο, αν πιστεύουν ότι μπορεί να συμβεί και αν οι ίδιοι ένιωσαν ποτέ δυσάρεστα συναισθήματα από την αδυναμία πρόσβασης στο διαδίκτυο. Επιπλέον, στις ερωτήσεις που ακολουθούν στοχεύουμε στο να διερευνήσουμε ποιοι παράγοντες θεωρούν ότι ευθύνονται περισσότερο γι' αυτόν, κατά πόσο μπορούν οι γονείς ή οι εκπαιδευτικοί να επηρεάσουν τα παιδιά ως πρότυπα, ποια ηλικία θεωρούν πιο ευάλωτη σε μια τέτοια διαταραχή. Παράλληλα, στη σύνθεση των αντιλήψεων συμβάλει και η παρουσίαση των συμπτωμάτων που μπορεί να λειτουργούν ως κριτήρια για να διαγνωστεί κάποιος ως εθισμένος στο διαδίκτυο και αν έχουν συναντήσει κάποια περίπτωση μαθητή με εθισμό στην εκπαιδευτική τους πορεία.

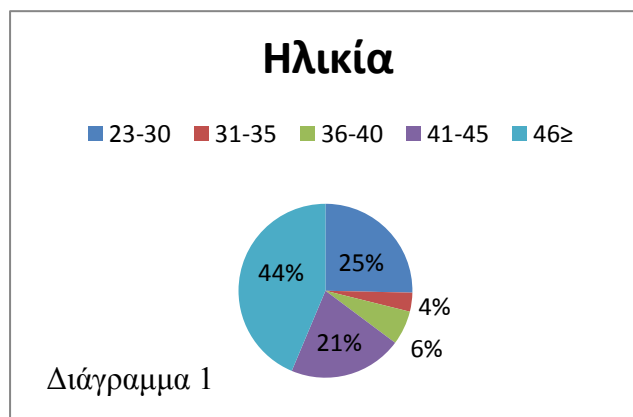
Τέλος, είναι μεγάλης σημασίας να συγκεντρωθούν οι αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από τους τρόπους και τα μέσα πρόληψης του εθισμού στο διαδίκτυο. Οι ερωτήσεις στρέφονται στο κατά πόσο γονείς, εκπαιδευτικοί και μαθητές είναι ενημερωμένοι γύρω από τον κίνδυνο για εθισμό στο διαδίκτυο, το ρόλο που μπορεί να παίξει η ενημέρωση, τους τρόπους ενημέρωσης και τέλος τα βήματα αντιμετώπισης ενός εθισμένου μαθητή.

Η στατική επεξεργασία των δεδομένων έγινε με τη βοήθεια του προγράμματος excel 2007. Με βάση τις συχνότητες των απαντήσεων έγινε η εξαγωγή των ποσοστών και των αντίστοιχων γραφικών παραστάσεων. Έτσι διαμορφώθηκαν οι συνολικοί πίνακες των αποτελεσμάτων.

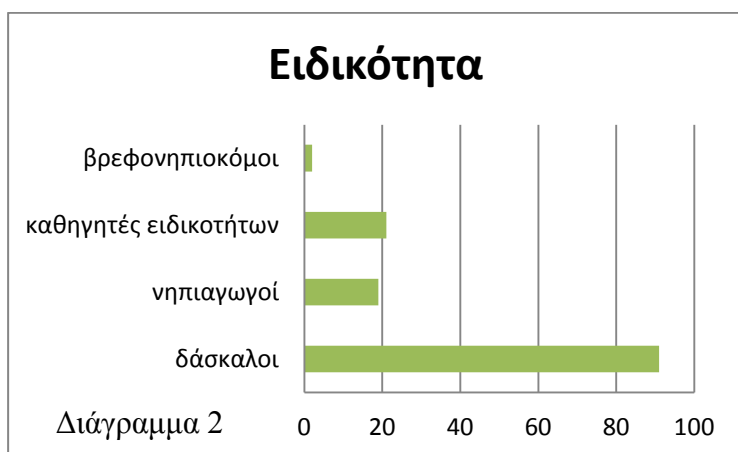
Η διαδικασία συλλογής των δεδομένων αποτελούνταν στην πράξη από κάποια επιμέρους στάδια και διήρκεσε περίπου τρεις μήνες, από αρχές Δεκεμβρίου του 2014 μέχρι τέλη Φεβρουαρίου του 2015. Σε κάθε σχολική μονάδα που δίνονταν το ερωτηματολόγιο ήταν απαραίτητο να έχει ληφθεί προηγουμένως άδεια από τη διεύθυνση του σχολείου με την προσκόμιση της σχετικής βεβαίωσης από τη σχολή που βεβαιώνει ότι η έρευνα γίνεται μέσα στα πλαίσια του συγκεκριμένου μεταπτυχιακού (Π.Μ.Σ Ψυχική Υγεία, Νοσηλευτική Λάρισας). Στη συνέχεια το ερωτηματολόγιο μοιραζόταν στους εκπαιδευτικούς και οριζόταν συνάντηση σε μια από τις επόμενες μέρες για την συμπλήρωση του ερωτηματολογίου. Σ' αυτή τη διαδικασία κάποια από τα ερωτηματολόγια που δόθηκαν δεν απαντήθηκαν. Σε σύνολο 170 ερωτηματολογίων απαντήθηκαν τα 143.

3.1.4 Συμμετέχοντες - Χαρακτηριστικά του δείγματος

Στο δείγμα αν και επιλέχθηκε με τυχαίο τρόπο υπήρχε παρουσία όλων των ηλικιακών ομάδων. Συγκεκριμένα οι νεότερες ηλικίες 23-30 καλύπτan το 25%, οι μεσαίες 31-35 και 36-40 το 10% και οι μεγαλύτερες 41-45 το 20% και 46 και πάνω το 44%. Η έντονη παρουσία των μεγαλύτερων ηλικιακών ομάδων ίσως προκύπτει από τα σχολεία που επιλέχθηκαν, τα οποία ανήκουν σε μεγάλο αστικό κέντρο και είναι επόμενο να εργάζονται σ' αυτά εκπαιδευτικοί με σχετικά πολλά χρόνια προυπηρεσίας.



Όσον αφορά την ειδικότητα την πλειονότητα αποτελούν οι δάσκαλοι 68% λόγω των πρακτικών ποσοτικών απαιτήσεων της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης στον κλάδο αυτό.



Σχετικά με τα δύο φύλα οι γυναίκες αποτελούν το 76% του δείγματος ενώ οι άνδρες το 24%. Αυτό ίσως μπορεί να συνδέεται με το ότι το επάγγελμα του δασκάλου και του νηπιαγωγού ιδιαίτερα παλιότερα θεωρούνταν πολύ ψηλά συγκριτικά στις επιλογές των κοριτσιών και όχι των αγοριών. Επιπλέον το δείγμα σε ποσοστό 84 % έχει πιστοποίηση γνώσης χειρισμού ηλεκτρονικού υπολογιστή

3.1.5 Αδυναμίες έρευνας

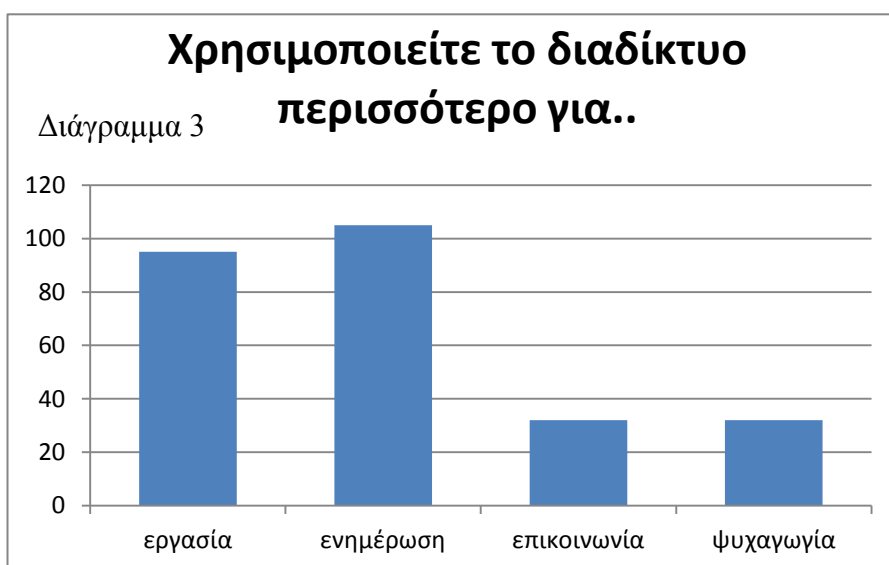
Στις αδυναμίες της έρευνας πρέπει να αναφέρουμε τη συμμετοχή σχολείων μόνο από αστική περιοχή της Λάρισας και δεν υπάρχει εκπροσώπηση στο δείγμα από ηιαστικές και αγροτικές περιοχές του Νομού. Επιπλέον ,τα ερωτηματολόγια τις περισσότερες φορές συμπληρώνονταν από τους εκπαιδευτικούς χωρίς την δυνατότητα διευκρινιστικών ερωτήσεων ,καθώς αφήνονταν περίπου για μια εβδομάδα σε κάθε σχολική μονάδα με αποτέλεσμα κάποιοι να αφήσουν κενές κάποιες ερωτήσεις που ίσως δεν κατανοούσαν.

3.2 Αποτελέσματα

3.2.1 Χρήση διαδικτύου

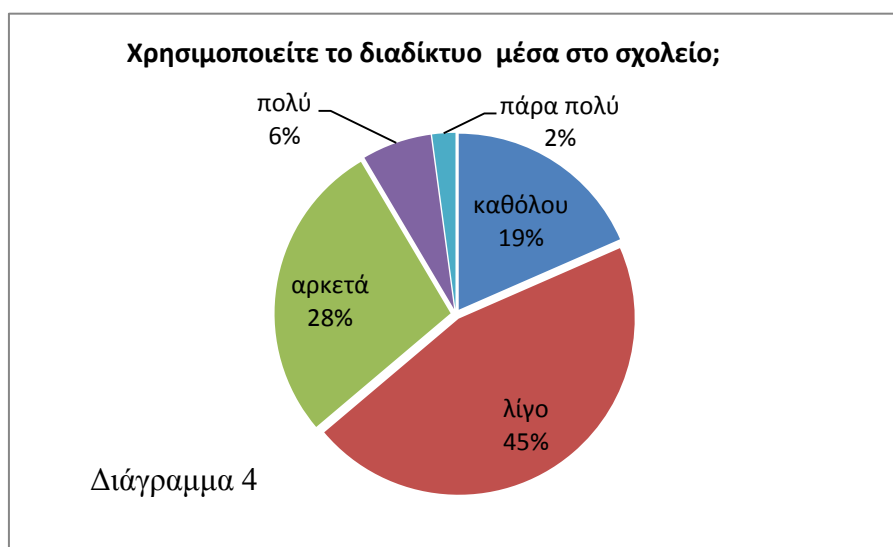
Από τους συμμετέχοντες σχεδόν όλοι (με εξαίρεση 4 άτομα) έχουν στο σπίτι τους υπολογιστή.Με βάση αυτό μπορούμε να πούμε πως ο υπολογιστής είναι ένα τεχνολογικό προϊόν που υπάρχει πλέον σχεδόν σε κάθε σπίτι ανεξάρτητα με ποιο τρόπο χρησιμοποιείτε από κάθε μέλος της οικογένειας. Παράλληλα το 74% δηλώνει πως καθημερινά το διαδίκτυο με τους περισσότερους,το 44% να βρίσκονται συνδεδεμένοι για τουλάχιστον μια ώρα ενώ το 33% είναι στο διαδίκτυο περίπου 2 ώρες .Μικρότερα είναι τα ποσοστά που ξεπερνούν σε χρόνο χρήσης τις 3 και 4 ώρες.

Ενδιαφέρον είναι να δούμε σε ποιους τομείς οι εκπαιδευτικοί χρησιμοποιούν το διαδίκτυο και τι ποσοστό αντιπροσωπεύει ο κάθε τομέας στο σύνολο της διαδικτυακής χρήσης.Τα μεγαλύτερα ποσοστά της χρήσης στο διαδίκτυο από τους εκπαιδευτικούς παρουσιάζονται στην ενημέρωση 40% και στην εργασία 36%. Η επικοινωνία και η ψυχαγωγία συγκεντρώνουν από 12% του συνολικού ποσοστού κατανάλωσης χρόνου στο διαδίκτυο.

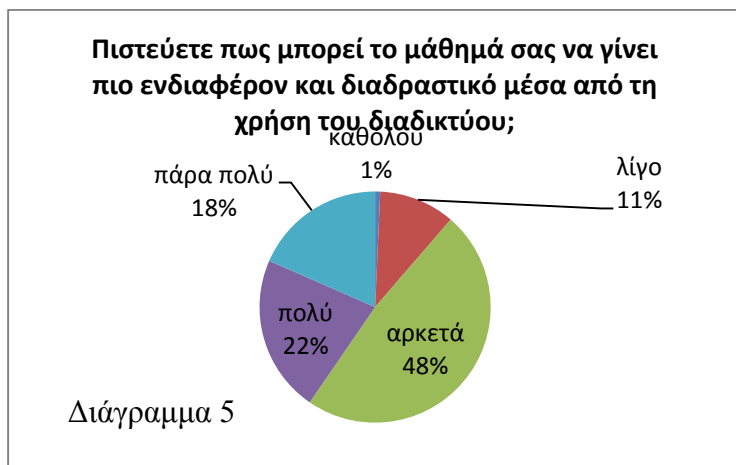


3.2.2 Το διαδίκτυο ως εκπαιδευτικό εργαλείο

Σημαντικό ρόλο για την κατανόηση των βαθύτερων αντιλήψεων των εκπαιδευτικών γύρω από το διαδίκτυο είναι η στάση που κρατούν απέναντι στη χρήση του, ως εκπαιδευτικό εργαλείο. Είναι ενδιαφέρον να δούμε πως κατανέμονται οι απαντήσεις τους σχετικά με το αν χρησιμοποιούν το διαδίκτυο στο σχολείο και κατά πόσο πιστεύουν πως μπορεί να κάνει το μάθημά τους πιο ενδιαφέρον. Ειδικότερα στην ερώτηση αν χρησιμοποιούν το διαδίκτυο μέσα στο σχολείο, η πλειονότητα των εκπαιδευτικών απάντησε πως το χρησιμοποιεί λίγο (45%). Να σημειωθεί πως ένα αξιοσημείωτο ποσοστό δήλωσε πως δεν το χρησιμοποιεί καθόλου (19%).



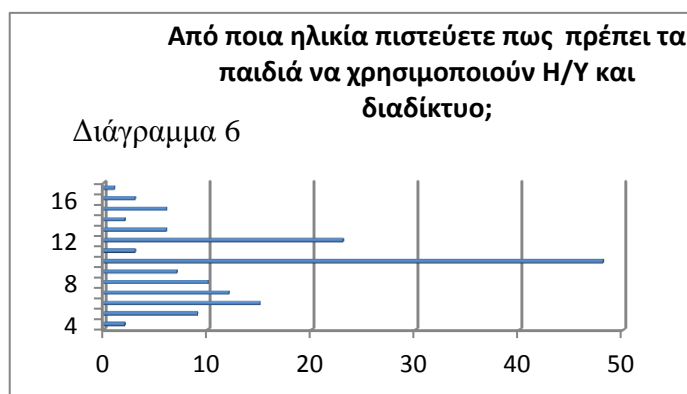
Από την άλλη πλευρά στην ερώτηση κατά πόσο πιστεύουν πως το διαδίκτυο θα μπορούσε να κάνει το μάθημα πιο ενδιαφέρον και διαδραστικό, η πλειονότητα των εκπαιδευτικών φαίνεται να είναι θετική. Συγκεκριμένα το 48% επιλέγει αρκετά, και ακολουθεί η επιλογή πολύ με 22% και πάρα πολύ με 18%. Αρνητική στάση έχουμε μόλις στο 11% που απαντά λίγο και στο 1% που απαντά καθόλου.



3.2.3 Παιδιά και χρήση διαδικτύου.

Χαρακτηριστικό για την αξιολόγηση των αντιλήψεων των εκπαιδευτικών γύρω από τη σχέση που πιστεύουν πως πρέπει να έχουν τα παιδιά με το διαδίκτυο είναι η ηλικία που θεωρούν καταλληλότερη για να ξεκινήσουν τα παιδιά να κάνουν χρήση αυτού του μέσου. Όπως φαίνεται και στο παρακάτω διάγραμμα υπάρχει μεγάλη διαφοροποίηση. Μεγαλύτερα ποσοστό, 33% συγκεντρώνει η ηλικία των 10 χρόνων. Πρόκειται δηλαδή για την ηλικία των παιδιών που φοιτούν στη δ' δημοτικού.

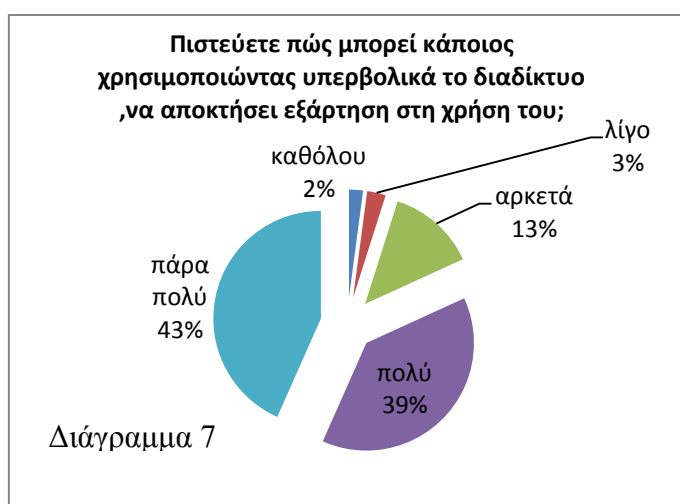
Αξίζει όμως να σταθούμε στην μεγάλη ποικιλία και στο εύρος των απαντήσεων που δόθηκαν, χωρίς να συμβαίνει κάτι ανάλογο με κάποια άλλη ερώτηση. Βλέπουμε πως ξεκινούμε από την ηλικία των 4 ετών μέχρι την ηλικία των 16. Εδώ αναδεικνύεται φανερά συσχέτιση με την προσωπική εμπειρία που έχουν οι εκπαιδευτικοί όσον αφορά τη χρήση αυτών των μέσων. Ανάλογα με την εξοικείωση που έχουν οι ίδιοι και τα παιδιά του άμεσου περιβάλλοντός τους διαμορφώνουν τη στάση αναγνωρίζοντας μια μικρή ή μια μεγαλύτερη ηλικία αντίστοιχα ως καταλληλότερη.



3.2.4 Αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από τον εθισμό στο διαδίκτυο.

Οι αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από το διαδίκτυο έχουν να κάνουν πρώτα από όλα με το αν αναγνωρίζουν πως η υπερβολική χρήση του διαδικτύου μπορεί να προκαλέσει εξάρτηση.

Σε ένα πρώτο επίπεδο βλέπουμε μια θετική στάση με το 43% των εκπαιδευτικών να επιλέγει «πάρα πολύ» και το 39% να επιλέγει «πολύ». Μια πρώτη εικόνα μας επιτρέπει να δούμε πως σε ένα μεγάλο ποσοστό οι εκπαιδευτικοί έχουν συνδέσει την υπερβολική χρήση με την εξάρτηση. Από την άλλη πλευρά οι αρνητικές απαντήσεις καλύπτουν πολύ μικρό ποσοστό.

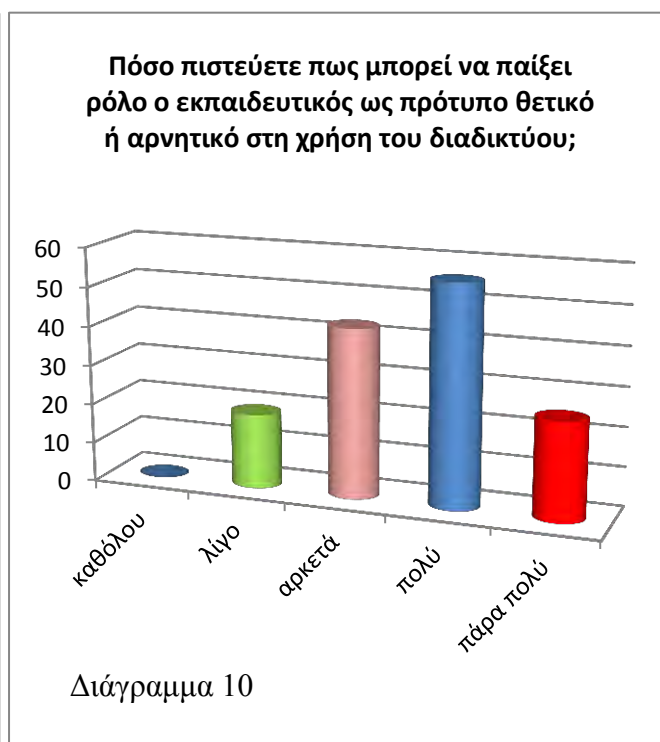


Στην ερώτηση αν έχουν υπόψη τους την έννοια εθισμός στο διαδίκτυο το 97% των εκπαιδευτικών δίνει θετική απάντηση . Παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον η μελέτη των απαντήσεων στην ερώτηση αν έχουν νιώσει ποτέ δυσάρεστα συναισθήματα επειδή δεν μπορούσαν να έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο. Η πλειονότητα των εκπαιδευτικών βλέπουμε πως απαντά αρνητικά. Υπάρχει όμως ένα αξιοσημείωτο ποσοστό που δηλώνει ότι έχει βιώσει την παραπάνω κατάσταση «πολύ» (9%) ή και «πάρα πολύ» (2%).



3.2.5 Ο ρόλος των προτύπων

Βασικό ζητούμενο αναζητώντας τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών είναι ο ρόλος και η δυναμική που μπορούν να έχουν οι ίδιοι ως πρότυπα αλλά και το τι πιστεύουν για το ρόλο των γονιών ως πρότυπα θετικής ή ακόμα και αρνητικής συμπεριφοράς. Αναλυτικότερα ας δούμε ποιες ήταν οι απαντήσεις τους στις επιμέρους ερωτήσεις γύρω από αυτό το θέμα.



Όλοι οι εκπαιδευτικοί του δείγματος αναγνωρίζουν πως ο γονιός και ο εκπαιδευτικός σε ένα βαθμό, είτε μεγάλο είτε μικρό λειτουργούν ως πρότυπο για τα παιδιά. Αξίζει να σημειωθεί πως η απάντηση καθόλου δεν επιλέχθηκε από κανένα συμμετέχοντα στην έρευνα γι' αυτό το ποσοστό της στην παραπάνω απεικόνιση είναι μηδενικό. Εντύπωση προκαλεί πως στην ερώτηση σχετικά με το ρόλο των γονέων το μεγαλύτερο ποσοστό το έχει η επιλογή «πάρα πολύ» ενώ στην αντίστοιχη ερώτηση για τους εκπαιδευτικούς το «πάρα πολύ» παρουσιάζεται αποδυναμωμένο με το ποσοστό του να συγκεντρώνεται στο «λίγο».

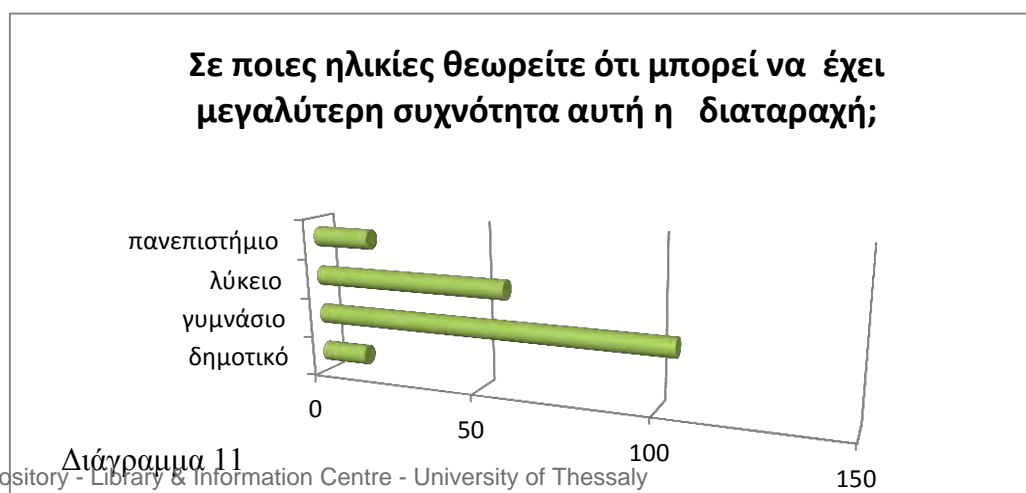
Πίνακας 1 Οι αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από το διαδίκτυο													
	Χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο μέσα στο σχολείο;		Πιστεύετε πως μπορεί το μάθημά σας να γίνει πιο ενδιαφέρον και διαδραστικό μέσα από τη χρήση του διαδικτύου;		Πιστεύετε πως μπορεί κάποιος χησιμοποιώντας υπερβολικά το διαδίκτυο, να αποκτήσει εξάρτηση στη χρήση του;		Υπήρξαν φορές που νιώσατε ανησυχία και δυσάρεστα συναισθ. γιατί δεν μπορούσατε να έχετε πρόσβαση στο διαδίκτυο;		Πόσο πιστεύετε πως μπορεί να παίξει ρόλο ο γονιός ως πρότυπο θετικό ή αρνητικό στη χρήση του διαδικτύου;		Πόσο πιστεύετε πως μπορεί να παίξει ρόλο ο εκπαιδευτικός ως πρότυπο θετικό ή αρνητικό στη χρήση του διαδικτύου;		
	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	
καθόλου	26	19	1	1	3	2	39	27	0	0	0	0	
λίγο	64	45	15	11	4	3	56	39	3	2	19	13	
αρκετά	39	28	68	48	19	13	32	23	29	20	43	30	
πολύ	9	6	31	22	55	39	13	9	46	32	56	39	
πάρα πολύ	3	2	26	18	62	43	3	2	65	46	25	18	

Σημείωση: όπου n=συχνότητα και % το ποσοστό επί τοις εκατό.

3.2.6 Εθισμός στο διαδίκτυο και σχολική ηλικία

Ένας από τους προβληματισμούς που προκύπτει αναζητώντας τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από το θέμα του εθισμού, έχει να κάνει με το πώς συνδέεται αυτή η διαταραχή με παιδιά σχολικής ηλικίας, ξεκινώντας από το δημοτικό μέχρι και το πανεπιστήμιο.

Είναι σημαντικό να δούμε σε ποιες ηλικίες πιστεύουν πως ο εθισμός στο διαδίκτυο παρουσιάζει μεγαλύτερη συχνότητα. Όπως βλέπουμε και στην παρακάτω γραφική παράσταση μεγάλη μερίδα των εκπαιδευτικών του δείγματος αναγνωρίζει ως πιο ευάλωτη βαθμίδα στον εθισμό στο διαδίκτυο το γυμνάσιο (54%) και σε δεύτερη θέση έρχεται το λύκειο. (30%) Από την άλλη πλευρά λίγοι αναγνωρίζουν ως επικίνδυνη ηλικιακή βαθμίδα το δημοτικό και το πανεπιστήμιο.



Στην ερώτηση αν έχουν συναντήσει ποτέ περίπτωση μαθητή που να χρησιμοποιεί υπερβολικά το διαδίκτυο και πιθανά να υπέφερε από αυτή τη διαταραχή το 82 % απαντά αρνητικά. Το υπόλοιπο 12 % που δίνει θετική απάντηση είναι αξιοσημείωτο πως σε πολλά ερωτηματολόγια δηλώνεται πως αυτές οι περιπτώσεις είναι πάνω από μια.

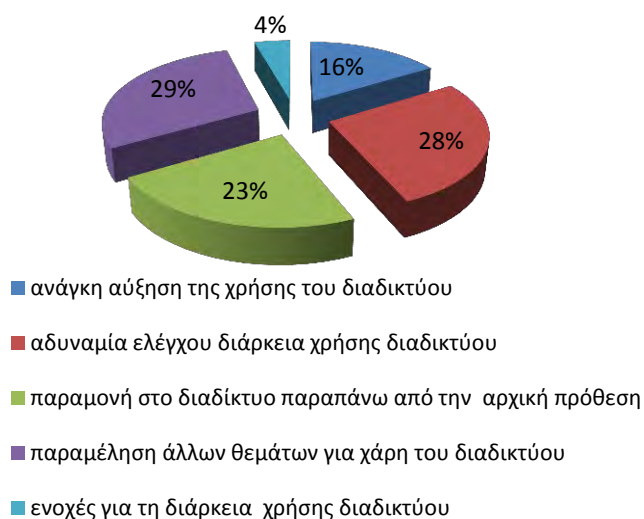
3.2.7 Τι είναι τελικά ο εθισμός στο διαδίκτυο (κριτήρια κατάταξης, συμπτώματα , συνέπειες)

Πώς μπορούμε να πούμε με ασφάλεια πως κάποιος πάσχει από εθισμό στο διαδίκτυο; Ποια είναι τα κριτήρια που μας επιτρέπουν να οδηγηθούμε σε ένα τέτοιο συμπέρασμα; Ποια είναι τα κυρίαρχα συμπτώματα αυτής της διαταραχής; Όλα αυτά τα ερωτήματα εύλογα ανακύπτουν και απαιτούν απάντηση και τοποθέτηση στην προσπάθεια ανάδειξης των αντιλήψεων γύρω από τον εθισμό στο διαδίκτυο.

3.2.8 Κριτήρια κατάταξης

Ξεκινώντας από τα χαρακτηριστικά κριτήρια που μας επιτρέπουν να θεωρήσουμε ότι κάποιος πάσχει από εθισμό στο διαδίκτυο βλέπουμε πως συνθέτονται από συνδυασμό πολλών και διαφορετικών παραγόντων. Αναλυτικότερα όπως έχουμε δει και στη βιβλιογραφική ανασκόπηση υπάρχουν σημάδια που μας επιτρέπουν να αναγνωρίσουμε πως η χρήση του διαδικτύου ξεπερνά τα όρια της υπερβολικής χρήσης και παραπέμπει σε παθολογική κατάσταση. Σ' αυτά συγκαταλέγονται η συνεχόμενη ανάγκη αύξηση της χρήσης του διαδικτύου, η αδυναμία ελέγχου της διάρκειας της χρήσης του, η παραμονή εντός σύνδεσης παραπάνω από την αρχική πρόθεση και η παραμέληση άλλων θεμάτων ,ασχολιών και υποχρεώσεων για χάρη του διαδικτύου. Σε όλα αυτά μπορεί να

Ποια από τα παρακάτω κριτήρια πιστεύετε πως συνθέτουν το προφίλ ενός εθισμένου στο διαδίκτυο;



Διάγραμμα 12

προσθεθεί και η ύπαρξη ενοχών για τη διάρκεια χρήσης διαδικτύου ή ακόμα και η απόκρυψη σύνδεσης σ' αυτό.

Ποια από τα παραπάνω κριτήρια αναγνωρίζονται από τους εκπαιδευτικούς ως πιο σημαντικά και καθοριστικά είναι το ερώτημα που θέτει η έρευνα. Βλέπουμε πως υψηλότερα στις

προτιμήσεις και κοντά στα ποσοστά μεταξύ τους είναι η αδυναμία ελέγχου της χρήσης του διαδικτύου, παραμέληση καθημερινών ασχολιών και η παραμονή σε σύνδεση για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα από την αρχική πρόθεση. Λιγότεροι είναι αυτοί που επιλέγουν την ανάγκη για συνεχόμενη αύξηση του χρόνου σύνδεσης στο διαδίκτυο (γύρω στο 16%) και ακόμα λιγότεροι αυτοί που αναγνωρίζουν το αίσθημα ενοχών και την απόκρυψη σύνδεσης στο διαδίκτυο ως κριτήριο κατάταξης για τον εθισμό στο διαδίκτυο.

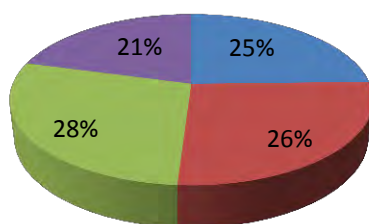
3.2.9 Συμπτώματα

Ανεξάρτητα από τα κριτήρια κατάταξης που υπάρχουν για τον εθισμό στο διαδίκτυο υπάρχει και μια σειρά συμπτωμάτων που χτυπά το πρώτο καμπανάκι κινδύνου. Αναφερόμαστε στις πρώτες ενδείξεις στη γενικότερη συμπεριφορά του ατόμου πως κάτι δεν εξελίσσεται ομαλά στην ψυχοσωματική υγεία και εξέλιξη του ατόμου. Στην περίπτωση που μελετάμε τα συμπτώματα που παρατηρούνται συχνά ,ειδικά όταν πρόκειται για άτομο σχολικής ηλικίας σε οποιαδήποτε βαθμίδα, είναι η μείωση της σχολικής επίδοσης, η οποία συνήθως γίνεται απότομα, έντονη κόπωση και υπνηλία κατά τη διάρκεια του μαθήματος και μείωση της φυσικής δραστηριότητας . Σ' αυτήν την κατηγορία των πρώτων ενδείξεων πως υπάρχει κάποιο πρόβλημα είναι και η διαταραχή των σχέσεων με φίλους και μέσα στο οικογενειακό περιβάλλον.

Όπως προκύπτει από την ανάλυση των απαντήσεων του δείγματος ,οι εκπαιδευτικοί αναγνωρίζουν με μικρές αποκλίσεις ισόβαθμα τα παραπάνω συμπτώματα ως ενδεικτικά ότι κάποιο πρόβλημα μπορεί να υπάρχει και να κρύβεται πίσω από την συγκεκριμένη συμπεριφορά του παιδιού. Ένα μικρό προβάδισμα δίνεται στη διαταραχή των σχέσεων με το οικογενειακό περιβάλλον και τους φίλους ,και ακολούθως η έντονη κόπωση και η υπνηλία κατά τη διάρκεια του μαθήματος.

Ποια από τα παρακάτω συμπτώματα θεωρείτε ότι είναι πιθανό να παρουσιάζει ένας μαθητής που χρησιμοποιεί υπερβολικά το διαδίκτυο;

- Μείωση σχολικής επίδοσης
- Κόπωση και υπνηλία κατά τη διάρκεια του μαθήματος
- Διαταραχή των σχέσεων με φίλους & οικογένεια
- Μείωση της φυσικής δραστηριότητας



Διάγραμμα 13

3.3 Συνέπειες

Οι συνέπειες του εθισμού στο διαδίκτυο είναι ένα πολυπαραγοντικό φαινόμενο το οποίο απαιτεί προσεκτική και αναλυτική μελέτη κατά τομείς. Ο πυρήνας του προβληματισμού βρίσκεται στην αναζήτηση των τομέων που επηρεάζονται από την συγκεκριμένη διαταραχή και στην εκτίμηση του βαθμού που ο καθένας από αυτούς βάλλεται. Οι τομείς που τέθηκαν σε διερεύνηση κατά πόσο υφίστανται συνέπειες από τον εθισμό στο διαδίκτυο είναι οι κοινωνικές σχέσεις, η υγεία, η εργασία ή το σχολείο αντίστοιχα όταν αναφερόμαστε σε άτομα σχολικής ηλικίας, η παραμέληση σημαντικών καθημερινών ασχολιών και θέματα οικονομικής φύσεως.

3.3.1 Κοινωνικές σχέσεις

Το θέμα των κοινωνικών σχέσεων αντιμετωπίζεται ως σημαντικός και ευάλωτος τομέας στις συνέπειες από τον εθισμό στο διαδίκτυο. Από το σύνολο των συμμετεχόντων το 38% του δείγματος αναγνωρίζει ότι οι κοινωνικές σχέσεις επηρεάζονται «πολύ», με το 31% να ακολουθεί επιλέγοντας «πάρα πολύ». Μόλις το 4% θεωρεί πως επηρεάζονται «λίγο» και τελευταία έρχεται στην κατάταξη η επιλογή «καθόλου» με 1%. Αυτή η στάση μπορεί να εξηγηθεί με την γενική ιδέα πως τα τεχνολογικά μέσα συμβάλουν στην απομόνωση του ατόμου, προκαλώντας αλλαγές στις ισορροπίες των καθημερινών κοινωνικών σχέσεων ή ακόμα και ποικίλα προβλήματα.

3.3.2 Υγεία

Η υγεία όπως φαίνεται από τις επιλογές τους δείγματος βρίσκεται πιο χαμηλά στις αντιλήψεις του δείγματος των εκπαιδευτικών της έρευνας, όσον αφορά τις συνέπειες του εθισμού στο διαδίκτυο. Κατ' αυτόν τον τρόπο βλέπουμε πως οι επιλογές «πολύ» και «πάρα πολύ» παρουσιάζονται αποδυναμωμένες συγκριτικά με τις κοινωνικές σχέσεις και πιο διαδεδομένη επιλογή είναι η επιλογή «αρκετά» με 44%. Αυτό ίσως συνδέεται με το γεγονός πως ο εθισμός στο διαδίκτυο μόλις εδώ και λίγα χρόνια καταχωρήθηκε στο DSM-V

3.3.3.Εργασία (ή σχολείο ανάλογα με την ηλικία)

Οι καθημερινές υποχρεώσεις και ευθύνες που έχει κάποιος ανάλογα με την ηλικία και τη θέση στην οποία βρίσκεται είναι οι πρώτες που πλήττονται τις περισσότερες φορές από οποιοδήποτε πρόβλημα υγείας. Σ' αυτήν την ερώτηση την πλειονότητα των προτιμήσεων συγκεντρώνει η επιλογή αρκετά με 44% ενώ γενικά από το σύνολο των επιλογών οι περισσότεροι εκπαιδευτικοί φαίνεται να αναγνωρίζουν την εργασία ή και το σχολείο αντίστοιχως έναν τομέα που πλήττεται άμεσα και έντονα από την διαταραχή του εθισμού στο διαδίκτυο. Οι αρνητικές απαντήσεις υπάρχουν αλλά καλύπτουν μικρό ποσοστό καθώς αυτοί που απαντούν «λίγο» είναι το 9% ενώ «καθόλου» απαντά μόλις το 1%.

3.3.4. Παραμέληση σημαντικών καθημερινών ασχολιών

Καθώς αναφερόμαστε σε σημαντικές καθημερινές ασχολίες, το ενδιαφέρον στρέφεται σε δραστηριότητες που πρέπει να κάνουμε καθημερινά για να επιβιώσουμε. Σ' αυτές λοιπόν τις δραστηριότητες που έχουν σχέση με την επιβίωση μας, ανήκουν και η φροντίδα για τη διατροφή, την προσωπική υγιεινή ή η φροντίδα των μελών της οικογένειας όταν πρόκειται για γονείς. Η πλειονότητα των εκπαιδευτικών του δείγματος αναγνωρίζει και αυτόν τον τομέα ως αρκετά ευάλωτο στις συνέπειες από τον εθισμό στο διαδίκτυο. Οι περισσότεροι δίνουν θετική απάντηση με τα ποσοστά να μοιράζονται με μικρή διαφορά στις επιλογές «αρκετά», «πολύ» και «πάρα πολύ». Και σ' αυτήν την περίπτωση αποτελούν μειονότητα όσοι δίνουν αρνητική απάντηση.

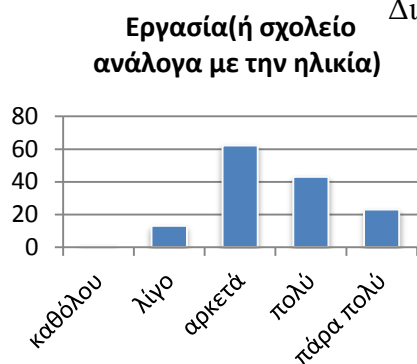
3.3.5. Οικονομικά θέματα

Ο εθισμός στο διαδίκτυο συνδέεται και με οικονομικά προβλήματα καθώς μια μορφή του είναι ο ηλεκτρονικός τζόγος. Μεγάλη μερίδα των εκπαιδευτικών του δείγματος αναγνωρίζει ότι πλήττεται και η οικονομική ευρωστία όσων πάσχουν από εθισμό στο διαδίκτυο. Σ' αυτόν τον τομέα όμως βλέπουμε ισχυρά ποσοστά και στις αρνητικές απαντήσεις με την επιλογή «λίγο» να έχει προτιμηθεί από το 31% και το «καθόλου» από το 7%.

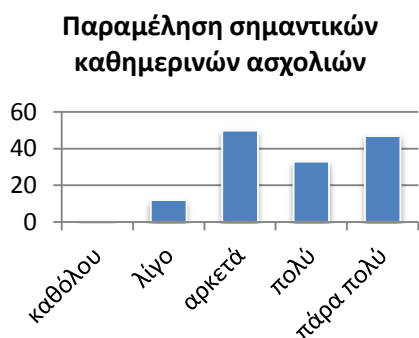
Βλέποντας συγκριτικά τις γραφικές παραστάσεις από τις συνέπειες στους πέντε τομείς μπορούμε να οδηγηθούμε και σε μερικά ακόμα συμπεράσματα. Σύμφωνα με τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών, πιο έντονα από τον εθισμό στο διαδίκτυο φαίνεται να πλήττονται οι κοινωνικές σχέσεις. Οι υπόλοιποι τομείς ακολουθούν με μια σχετική ισορροπία μεταξύ τους αναδεικνύοντας ως τελευταίο και λιγότερο επιβαρυνμένο από τη διαταραχή που μελετάμε τον τομέα των οικονομικών.



Διάγραμμα 14



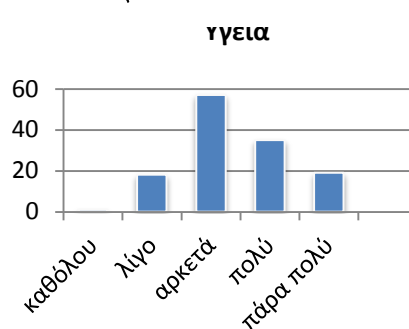
Διάγραμμα 15



Διάγραμμα 16



Διάγραμμα 17



Διάγραμμα 18

Πίνακας 2 Οι αντιλήψεις των εκπαιδευτικών για τις συνέπειες του εθισμού στο διαδίκτυο σε διαφορετικούς τομείς										
	Εργασία(ή σχολείο ανάλογα με την ηλικία)		Οικονομικά θέματα		Παραμέληση σημαντικών καθημερινών ασχολιών		Θέματα κοινωνικών σχέσεων		Υγεία	
	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n
Καθόλου	1	1	9	7	1	1	2	1	1	1
Λίγο	13	9	43	31	12	8	5	4	18	14
Αρκετά	62	44	53	39	50	35	37	26	57	44
Πολύ	43	30	22	16	33	23	53	38	35	27
πάρα πολύ	23	16	10	7	47	33	44	31	19	14

Σημείωση: όπου n=συχνότητα και % το ποσοστό επί τοις εκατό.

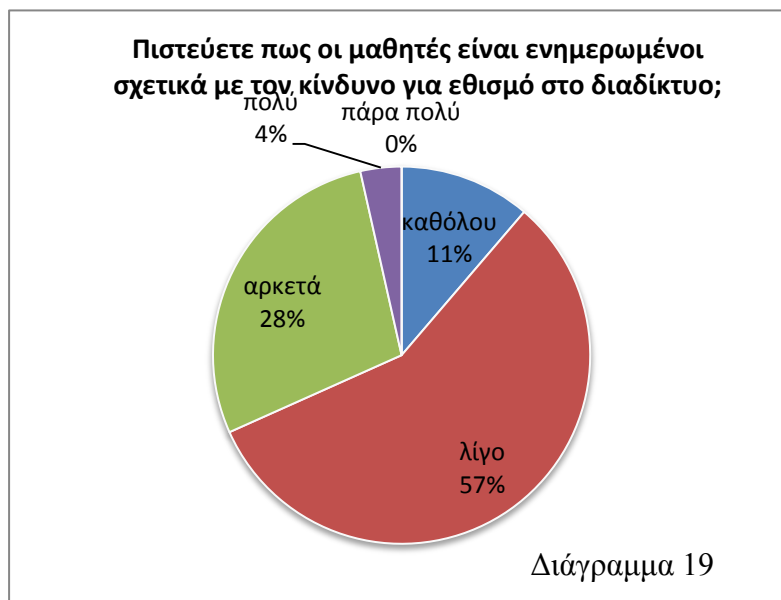
3.4 Πρόληψη

3.4.1. Ενημέρωση

Ένα πολύ μεγάλο κομμάτι για την πρόληψη του εθισμού στο διαδίκτυο αλλά και για καθετί που θέλουμε να προλάβουμε και να αποφύγουμε είναι η ενημέρωση. Ειδικότερα ,η ευαισθητοποίηση της κοινότητας και όλων όσων εμπλέκονται με οποιοδήποτε τρόπο είναι πολύ σημαντική. Όλοι οι εκπαιδευτικοί , οι γονείς και οι μαθητές εν δυνάμει μπορεί να κινδυνεύουν από τον εθισμό στο διαδίκτυο ή να βοηθήσουν κάποιον να γλυτώσει έγκαιρα από αυτόν. Η ενημέρωση όμως κάθε είδους μπορεί να έχει αποτέλεσμα όταν αντιμετωπίζεται από τους άμεσα ενδιαφερόμενους ως κάτι σημαντικό και άξιο προβληματισμού, προσοχής και επαγρύπνησης. Γι' αυτό το λόγο ζητήσαμε από το δείγμα της έρευνας να προσδιορίσει σύμφωνα με την εμπειρία του κατά πόσο οι μαθητές ,οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί είναι ενημερωμένοι γύρω από τον εθισμό στο διαδίκτυο και κατά πόσο αναγνωρίζουν την ενημέρωση ως μια πολύ σημαντική διαδικασία.

3.4.2. Ενημέρωση μαθητών

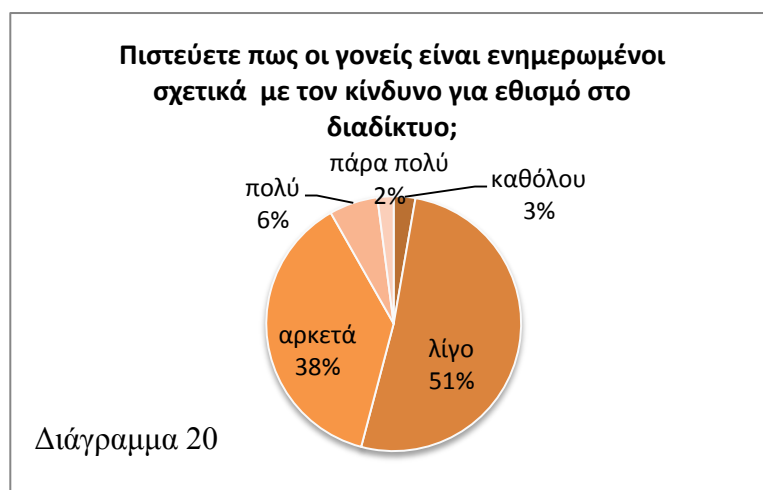
Η ενημέρωση των μαθητών ίσως να αποδειχθεί τελικά πως αποτελεί το κλειδί για την πρόληψη αυτής της διαταραχής καθώς η βιβλιογραφία δείχνει πως ιδιαίτερα οι έφηβοι είναι μια ομάδα πληθυσμού σχετικά ευάλωτη. Οι εκπαιδευτικοί του δείγματος στην πλειοψηφία τους διαπιστώνουν πως οι μαθητές είναι «λίγο» ή «καθόλου» ενημερωμένοι πάνω στο θέμα. Υπάρχουν και κάποιες πιο αισιόδοξες απαντήσεις καθώς το 28% των ερωτηθέντων εκτιμά πως οι μαθητές είναι αρκετά



ενημερωμένοι και το 4% είναι πολύ ενημερωμένοι. Χαρακτηριστικό είναι πως κανείς δεν επέλεξε το «πάρα πολύ.»

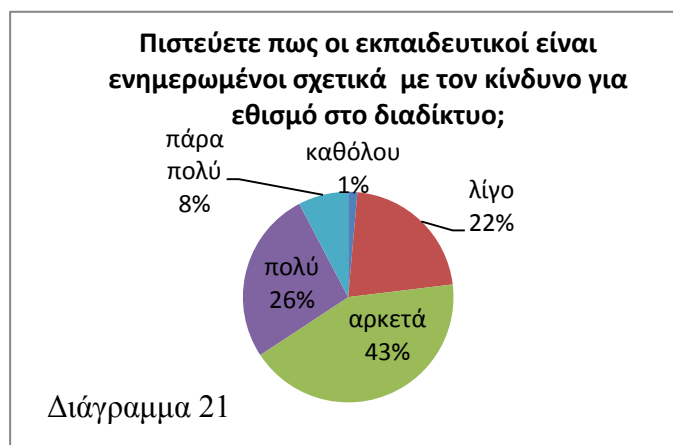
3.4.3 Ενημέρωση γονέων

Οι γονείς μέσω των αντιλήψεων και των στάσεων τους λειτουργούν συνειδητά ή και ασυνείδητα ως πρότυπα για τα παιδιά τους σε κάθε είδους συμπεριφορά. Γι' αυτό το λόγο είναι σημαντικό οι γονείς να ενημερώνονται για τα θέματα που μπορεί να επηρεάσουν την υγεία και την πρόοδο των παιδιών τους. Το θέμα της ενημέρωσης γύρω από το εθισμό στο διαδίκτυο γίνεται λίγο πιο πολύπλοκο καθώς λόγω ηλικίας οι γονείς σε μεγάλο ποσοστό δυσκολεύονται να συμβαδίσουν με τις τεχνολογικές εξελίξεις, τις δυνατότητες της και τις παγίδες της. Το ζητούμενο του προβληματισμού μας στην παρούσα περίπτωση είναι κατά πόσο οι εκπαιδευτικοί πιστεύουν ότι οι γονείς είναι επαρκώς ενημερωμένοι γύρω από το θέμα του εθισμού στο διαδίκτυο. Όπως βλέπουμε και στην παρακάτω γραφική παράσταση οι μισοί σχεδόν πιστεύουν πως οι γονείς είναι «λίγο» ενημερωμένοι και κάποιιοι το 3% πως δεν είναι «καθόλου». Οι υπόλοιποι έχουν θετική στάση η οποία κλιμακώνεται ξεκινώντας με υψηλότερο ποσοστό στην επιλογή αρκετά (38%) και χαμηλότερα στις επιλογές «πολύ» και «πάρα πολύ».



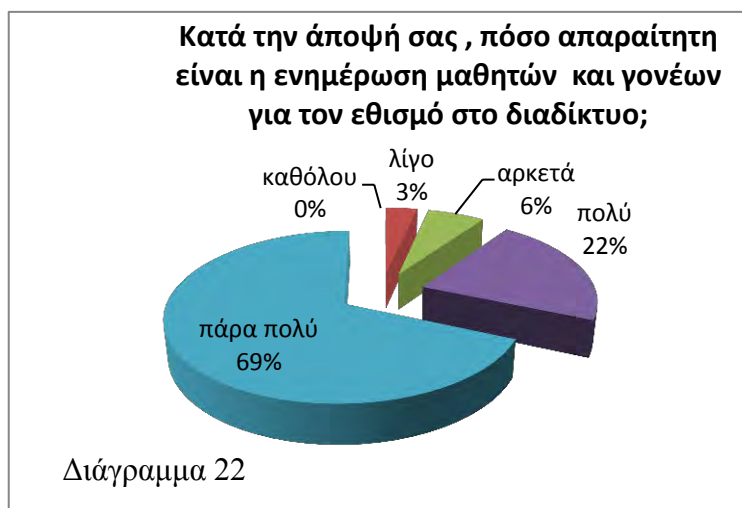
3.4.4. Ενημέρωση εκπαιδευτικών

Οι εκπαιδευτικοί βρίσκονται κοντά στα παιδιά καθημερινά πολλές ώρες και συνδέονται μαζί τους με δεσμούς συνεργασίας και στήριξης. Συνεπώς είναι φυσικό και επόμενο σε πολλά θέματα οι αξίες τους, οι στάσεις τους και οι αντιλήψεις να λειτουργούν ως πρότυπα για τα παιδιά. Κατ' αυτόν τον τρόπο καλούνται να είναι ενημερωμένοι για τα θέματα που αφορούν τα παιδιά για να έχουν μια πλήρη και εμπειριστατωμένη στάση που θα μπορέσει να λειτουργήσει για τα παιδιά ως σκαλωσιά. Οι εκπαιδευτικοί που συμμετείχαν στην έρευνα μας έχουν την άποψη πως γενικά οι εκπαιδευτικοί είναι σε κάποιο βαθμό ενημερωμένοι. Ειδικότερα η πλειονότητα με το 43% πιστεύει πως είναι «αρκετά» ενημερωμένοι και ακολουθούν οι επιλογές «πολύ» και «πέρα πολύ» όπως φαίνεται στην παρακάτω γραφική παράσταση.



3.4.5. Η σημασία της ενημέρωσης

Η ενημέρωση όλων των εμπλεκόμενων στο θέμα του εθισμού στο διαδίκτυο, ικανοποιητική ή μη, είναι μια πραγματικότητα. Οι προηγούμενες ερωτήσεις του ερωτηματολογίου στόχευαν στην απεικόνιση της αντίληψης που έχουν οι εκπαιδευτικοί για τα επίπεδα και έμμεσα για την ποιότητα της ενημέρωσης που παρέχεται. Στη συνέχεια όμως ζητήσαμε από τους εκπαιδευτικούς του δείγματος να προσδιορίσουν πόσο σημαντική και απαραίτητη θεωρούν την ενημέρωση γονέων και μαθητών πάνω στον θέμα του εθισμού στο διαδίκτυο. Οι περισσότεροι από τους εκπαιδευτικούς αναγνωρίζουν ως πάρα πολύ ή πολύ απαραίτητη την ενημέρωση σ' αυτόν τον τομέα. Από την άλλη πλευρά η επιλογή «καθόλου» δεν επιλέχθηκε από κανένα εκπαιδευτικό ενώ μόλις 3% δήλωσε πως θεωρεί την ενημέρωση «λίγο» απαραίτητη.



3.4.6. Τρόποι ενημέρωσης για την πρόληψη του εθισμού στο διαδίκτυο

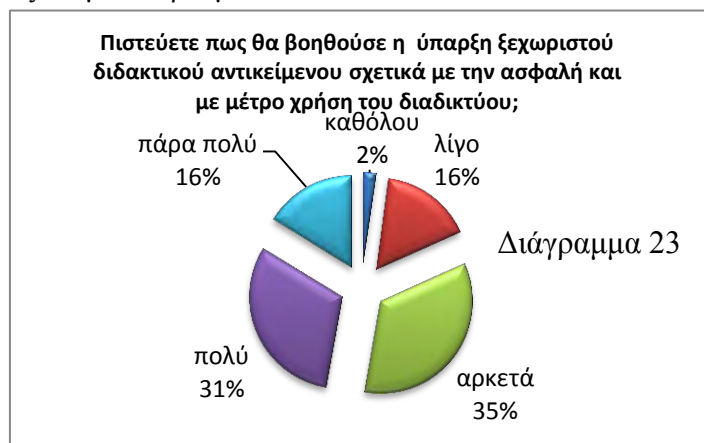
Ο προβληματισμός που ανακύπτει αναζητώντας τα επίπεδα ενημέρωσης, είναι με ποιους τρόπους μπορεί να γίνει το έργο της ενημέρωσης σωστά και όσο το δυνατόν πιο αποτελεσματικά. Σ' αυτό το ερώτημα εκτός από τις επιλογές που ήταν καθορισμένες υπήρχε και η δυνατότητα σε ένα χωριστό πεδίο να δηλώσουν οι εκπαιδευτικοί οποιαδήποτε άλλη προσωπική τους πρόταση. Ειδικότερα τις περισσότερες επιλογές συγκεντρώνει η διοργάνωση εκδηλώσεων σχετικές με το θέμα της πρόληψης του εθισμού (43%). Στη συνέχεια ακολουθούν η οργάνωση εκπαιδευτικών προγραμμάτων για μαθητές και τέλος η ύπαρξη ψυχολόγου σε κάθε σχολική μονάδα. Στις επιπλέον προτάσεις των εκπαιδευτικών για την πρόληψη του εθισμού σημειώθηκαν η ανάγκη μέριμνας από το εκπαιδευτικό σύστημα συνολικά, προγράμματα για τον η/υ που θα ρυθμίζουν χρόνο σύνδεσης στα παιδιά, τηλεοπτικά προγράμματα με σχετικό θέμα, παρουσία ιερέα στο σχολείο για εξομολόγηση και βοήθεια στην ψυχική ισορροπία και στο μέτρο και τέλος διοργάνωση σεμιναρίων για τη σωστή διαχείριση του διαδικτύου.

Η ενημέρωση για τον εθισμό στο διαδίκτυο πίνακας 3								
	Πιστεύετε πως οι μαθητές είναι ενημερωμένοι σχετικά με τον κίνδυνο για εθισμό στο διαδίκτυο;		Πιστεύετε πως οι γονείς είναι ενημερωμένοι σχετικά με τον κίνδυνο για εθισμό στο διαδίκτυο;		Πιστεύετε πως οι εκπαιδευτικοί είναι ενημερωμένοι σχετικά με τον κίνδυνο για εθισμό στο διαδίκτυο;		Κατά την άποψή σας , πόσο απαραίτητη είναι η ενημέρωση μαθητών και γονέων για τον εθισμό στο διαδίκτυο;	
	%	n	%	n	%	n	%	n
καθόλου	16	11	4	3	2	1	0	0
λίγο	81	57	75	51	31	22	5	3
αρκετά	40	28	55	38	61	43	9	6
πολύ	5	4	9	6	38	26	31	22
πάρα πολύ	0	0	3	2	11	8	98	69

3.4.7. Ύπαρξη ξεχωριστού μαθήματος για τη σωστή χρήση του διαδικτύου

Κατανοούμε πως οι νέες τεχνολογίες αποτελούν πια κομμάτι της καθημερινότητας μας. Επιπλέον, η χρήση του διαδικτύου είναι γενικευμένη και σχεδόν καθημερινή σε όλο και μικρότερες ηλικίες. Όλα αυτά τα στοιχεία δημιουργούν προβληματισμό για αυτήν τη νέα ανάγκη που προκύπτει μέσα στη σχολική γνώση. Οι σημερινοί μαθητές που είναι πια και σημερινοί χρήστες του διαδικτύου δεν χρειάζονται μόνο να ξέρουν πως λειτουργεί ο υπολογιστής και πώς να πλοηγούνται στο διαδίκτυο. Είναι ανάγκη με τρόπο συστηματικό και δομημένο να εμπεδώσουν οι μαθητές τι πρέπει να προσέχουν, ποιοι είναι οι κίνδυνοι στο διαδίκτυο και πως πρέπει να το χρησιμοποιούν με όρια και χωρίς υπερβολή.

Θα βοηθούσε άραγε η ύπαρξη ενός ξεχωριστού μαθήματος, ενός διακριτού γνωστικού αντικείμενου από το δημοτικό, το οποίο θα ασχολούνταν αποκλειστικά με τη σωστή χρήση του διαδικτύου το οποίο θα συνέβαλε έτσι και στην πρόληψη του εθισμού; Αυτό είναι το ερώτημα που ανακύπτει από τον παραπάνω προβληματισμό και μ' αυτόν τον τρόπο τέθηκε και στους εκπαιδευτικούς τους δείγματος. Οι απόψεις παρουσιάζουν ποικιλία αν και φαίνεται μια θετική στάση στην πλειονότητα των απαντήσεων. Οι περισσότεροι δηλώνουν πως θεωρούν ότι θα βοηθούσε «αρκετά» με 35% και ακολουθεί η επιλογή «πολύ» με 31%. Τα δύο άκρα, η επιλογή «πάρα πολύ» και «λίγο» παρουσιάζουν μια ισοβαθμία στα 16%.



3.4.8. Αντιμετώπιση εθισμού στο διαδίκτυο σε μαθητή

Το τελευταίο ζητούμενο που υπάρχει στην έρευνα σχετίζεται με το πως θα αντιμετώπιζε ο εκπαιδευτικός μια περίπτωση μαθητή της τάξης του που θα παρουσίαζε κάποια συμπτώματα που θα μπορούσαν να παραπέμπουν στη διαταραχή του εθισμού. Οι περισσότεροι εκπαιδευτικοί προέταξαν

ως πιο σημαντικό βήμα την επικοινωνία με την οικογένεια (48%). Στη συνέχεια ακολουθούν η προσωπική επικοινωνία με το μαθητή και τελευταίο μέτρο στις προτιμήσεις την παραπομπή σε ειδικό ψυχικής υγείας.



3.5 Συζήτηση

Είναι δυνατό να συνθέσουμε μια πολυδιάστατη εικόνα για τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών καθώς αναλύουμε, συγκρίνουμε και προβληματιζόμαστε πάνω στις απαντήσεις που μας δόθηκαν από το δείγμα των εκπαιδευτικών που συμμετείχαν στην έρευνα. Μέσα από τις απαντήσεις φαίνονται ποιες είναι οι αντιλήψεις που κυριαρχούν στην εκπαιδευτική κοινότητα γύρω από τη χρήση του διαδικτύου και τη διαταραχή του εθισμού σε αυτό. Έχοντας εντοπίσει κάποια σημεία που θεωρούμε άξια επιπλέον διερεύνησης θα δούμε παρακάτω κάποια σημεία που αναδεικνύονται μέσα από την ανάλυση των απαντήσεων απαιτώντας συσχέτιση και σχολιασμό με βάση την έως τώρα έρευνα στα σχετικά πεδία.

3.5.1 Χάσμα γενεών στον τρόπο χρήσης του διαδικτύου

Ζητώντας από τους εκπαιδευτικούς να προσδιορίσουν για ποιους σκοπούς χρησιμοποιούν περισσότερο το διαδίκτυο είναι φανερό πως ο κύριος σκοπός είναι η ενημέρωση και η εργασία. Το ποσοστό της επικοινωνίας και της ψυχαγωγίας είναι αισθητά μικρότερο. Συμβαίνει όμως το ίδιο και με τους μαθητές; Να ένα ερώτημα που προκύπτει και αξίζει να μελετήσουμε. Οι εκπαιδευτικοί έχουν ως πρώτο λόγο χρήσης την ενημέρωση ενώ οι έφηβοι προτάσσουν την ψυχαγωγία και την επικοινωνία. Ειδικότερα καθώς το διαδίκτυο προσφέρει πολλούς διαύλους επικοινωνίας «με τους ιστότοπους κοινωνικής δικτύωσης να κερδίζουν συνεχώς το ενδιαφέρον της νέας γενιάς προσφέροντας επικοινωνία πολλαπλών καναλιών (κείμενο, ήχο, εικόνα) δυαδική και ομαδική

,ασύγχρονη και σύγχρονη.» (Κυνηγόπουλος χ έτος) Έρευνα στην Κύπρο το 2010 έδειξε πως οι άνδρες μεγαλύτερης ηλικίας αναδεικνύουν τις ειδήσεις ως το πιο δημοφιλές είδος πληροφορίας που αναζητούν οι χρήστες στο Διαδίκτυο. Από την άλλη πλευρά τα διαδικτυακά παιχνίδια, η μουσική και τα βίντεο φάνηκε να είναι ιδιαίτερα δημοφιλή στις μικρότερες ηλικίες. Όπως και η συμμετοχή στα κοινωνικά δίκτυα ,η οποία για πολλούς χρήστες τείνει να γίνει καθημερινή συνήθεια. (Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου 2010)

Υπάρχει κατά συνέπεια μια διαφορά κατανόησης στις ανάγκες κάλυψης μέσω της χρήσης του διαδικτύου ανάμεσα σε εκπαιδευτικούς και σε μαθητές όλων των ηλικιών και ειδικότερα των εφήβων. Αυτή η διαπίστωση δημιουργεί ένα προβληματισμό σχετικά με το κατά πόσο είναι σε θέση ένας εκπαιδευτικός που έχει αυτού του είδους την επαφή με τη χρήση του διαδικτύου να κατανοήσει τη σχέση εξάρτησης που υπάρχει πιθανότητα ν' αναπτυχθεί στους μαθητές. Σ 'αυτό το σημείο επανέρχεται η ανάγκη ενημέρωσης ,επιμόρφωσης και ευαισθητοποίησης των εκπαιδευτικών πάνω στις ιδιαίτερες ανάγκες που έχουν οι νέοι και στους τρόπους με τους οποίους μπορούν οι ίδιοι να λειτουργήσουν για να επιτευχθεί η πρόληψη των εκτροπών από τη φυσιολογική χρήση.

3.5.2 Ποια είναι η καλύτερη ηλικία για να ξεκινήσει η χρήση του διαδικτύου από το παιδί;

Ένα άλλο ζητούμενο για προβληματισμό που προκύπτει, είναι ποια θεωρητικά είναι η κατάλληλότερη ηλικία για να εισαχθεί ένα παιδί στη χρήση του διαδικτύου. Αυτό σημαίνει πως είναι σημαντικό να ξέρει ο γονιός ποια είναι η πιο κατάλληλη στιγμή και τρόπος αντίστοιχα για τη γνωριμία του παιδιού με τη χρήση του διαδικτύου ώστε να εισαχθεί σ' αυτό με ομαλό τρόπο αποφεύγοντας τις παρενέργειες.

Είναι σημαντικό και άξιο προσοχής πως πολλές έρευνες δε γίνονται για να δούμε ποια ηλικία είναι κατάλληλη αλλά για το πώς θα γίνει ομαλή εισαγωγή των Τ.Π.Ε στην προσχολική εκπαίδευση. Έρευνα που πραγματοποιήθηκε σε γονείς νηπίων στη Ρόδο το 2009 έδειξε πως τα νήπια χρησιμοποιούν σε μεγάλο βαθμό τις Τ.Π.Ε σε εξωσχολικές δραστηριότητες. . «Το ερώτημα «αν πρέπει να γίνεται χρήση των ΤΠΕ από τα παιδιά» (Healy, 1998) έχει αναδιατυπωθεί στο «ποιες χρήσεις έχουν νόημα και είναι κατάλληλες για τα παιδιά και πώς μπορούν γονείς και εκπαιδευτικοί να αξιοποιήσουν τις ΤΠΕ στην ανάπτυξη και τη μάθηση των παιδιών» (Papert, 1996) αναφέρει χαρακτηριστικά η παραπάνω έρευνα.

Αν και η καθημερινότητα που όλοι μας ζούμε δείχνει πως τα παιδιά όλο και μικρότερης προσχολικής ηλικίας αποκτούν εξοικείωση με το διαδίκτυο, στην έρευνα μας φάνηκε να υπάρχει μια ποικιλομορφία και ανομοιογένεια στις απαντήσεις. Όπως φάνηκε λοιπόν από τις απαντήσεις του δείγματος αυτό το θέμα αποτελεί ένα σημείο αμφιλεγόμενο, καθώς εκφράζονται διαμετρικά διαφορετικές απόψεις και φωνές. Υπάρχει μια μεγάλη μερίδα εκπαιδευτικών που επιλέγει ως καταλληλότερη την ηλικία των 10 ετών ,δηλαδή δ΄ δημοτικού, ενώ γενικότερα η κλιμάκωση κυμαίνεται από 4 χρονών έως 14 χρονών.

Αυτή η διαφορετική στάση προκύπτει από το γεγονός της αντίφασης πως η γενιά των εκπαιδευτικών γνώρισε σε μεγάλη ηλικία τη χρήση όλων αυτών των μέσων. Αντίθετα τα σημερινά παιδιά, και κάθε επόμενη γενιά ακόμη περισσότερο, είναι αυτόχθονες στην «τεχνολογική εποχή». Τα παιδιά σήμερα μεγαλώνουν μέσα σε ένα τεχνολογικό περιβάλλον , περιβαλλόμενα από ένα πλήθος συσκευών που μέσα σ΄ όλες τις άλλες δυνατότητες που έχουν ως μηχανές συνδέονται και στο διαδίκτυο. Συνεπώς ,η άτυπη έστω επαφή των παιδιών με όλα αυτά τα μέσα θεληματικά ή μη γίνεται σε μικρή ηλικία. Το ζητούμενο όμως που θα παρουσίαζε ιδιαίτερο ενδιαφέρον για μελλοντικές έρευνες είναι από ποια ηλικία και με ποιο τρόπο μπορεί να γίνεται ορθά και συστηματικά αυτή η γνωριμία με τον κόσμο του διαδικτύου και των νέων τεχνολογιών.

3.5.3 Ποια ηλικία είναι πιο ευάλωτη;

Όμως η διαταραχή του εθισμού στο διαδίκτυο ανήκει στην κατηγορία των διαταραχών που συναντάται περισσότερο σε συγκεκριμένες ηλικιακές ομάδες. Πιο συγκεκριμένα πιο ευάλωτοι φαίνεται να είναι όπως είδαμε και στην βιβλιογραφική ανασκόπηση οι σπουδαστές επειδή είναι μακριά τις περισσότερες φορές από τη γονική επιτήρηση ,έχουν πρόσβαση σ΄ αυτό μέσω του πανεπιστημίου και σε αρκετές περιπτώσεις η χρήση του διαδικτύου απαιτείται από το πρόγραμμα σπουδών τους. (Σιώμος 2008).Επιπλέον η χρήση του διαδικτύου είναι ιδιαίτερα υψηλή στο ηλικιακό φάσμα 16–24 ετών. Συνεπώς ανήκουν και οι έφηβοι στις ομάδες υψηλού κινδύνου. (Τσουβέλας 2011) Συνεπώς αντιστοιχίζοντας τα παραπάνω στοιχεία της βιβλιογραφίας σε εκπαιδευτικές βαθμίδες θα λέγαμε πως σε πιο ευάλωτη θέση βρίσκονται οι φοιτητές και ακολούθως οι μαθητές του γυμνασίου και του λυκείου.

Έχει ενδιαφέρον όμως να δούμε το δείγμα της έρευνας τι δείχνει για τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από το συγκεκριμένο ζήτημα. Οι μισοί σχεδόν απάντησαν πως θεωρούν πιο ευάλωτη ηλικία ,την ηλικία του γυμνασίου και ακολούθως του λυκείου. Αυτά τα στοιχεία συμφωνούν ως εδώ με τα ερευνητικά δεδομένα έτσι όπως προκύπτουν από την βιβλιογραφία. Όμως όπως

δείχνουν τα ποσοστά λίγοι είναι εκείνοι που αναγνωρίζουν ως ευάλωτη ηλικία και φάση ζωής το πανεπιστήμιο καθώς επιλέγεται μόλις από το 4% του δείγματος. Βλέπουμε λοιπόν πως αυτήν η ηλικία, αν και έχει κάποια βασικά χαρακτηριστικά που την καθιστούν ευάλωτη όπως αναφέραμε και παραπάνω δεν αναγνωρίζεται από τους εκπαιδευτικούς έτσι, καθώς στις αντιλήψεις τους πιο ευάλωτοι και απροστάτευτοι αναδεικνύονται οι έφηβοι. Έχει παρατηρηθεί πως η εφηβεία είναι μια ηλικία που έρχεται αντιμέτωπη με κινδύνους ενώ ταυτόχρονα κρατά εκπαιδευτικούς και γονείς σε επιφυλακή ώστε να είναι σε θέση να επέμβουν ή να προλάβουν το οποιοδήποτε πρόβλημα. Αντίθετα, στη διάρκεια των φοιτητικών χρόνων, λόγω του ότι το άτομο ως ενήλικας πια λειτουργεί σε μεγάλο βαθμό αυτόνομα χωρίς τη γονική επιτήρηση ή και συμπαράσταση, βλέπουμε πως χαλαρώνει η ανησυχία των σημαντικών ενηλίκων ενώ ο κίνδυνος παραμένει άξιος προσοχής.

3.5.4 Γονείς- εκπαιδευτικοί: δυο ισχυρά πρότυπα

Προχωρώντας την ανάλυση των αποτελεσμάτων βρισκόμαστε απέναντι στο ζήτημα του ρόλου που παίζει ο εκπαιδευτικός και ο γονιός ως πρότυπο για το παιδί. Ποια είναι η δυναμική που έχει ο καθένας από τους αυτούς ρόλους στη διαμόρφωση της προσωπικότητας και των επιλογών του παιδιού; Και από την άλλη πλευρά ανακύπτει το ερώτημα κατά πόσο οι εκπαιδευτικοί των οποίων τις αντιλήψεις μελετάμε στην προκειμένη περίπτωση έχουν συναίσθηση της ισχύος που διαθέτει το πρότυπο τους και το αντίκτυπο που μπορεί να έχει στους μαθητές, είτε θετικό είτε αρνητικό.

Στις απαντήσεις των εκπαιδευτικών του δείγματος σχετικά με το κατά πόσο μπορεί ο εκπαιδευτικός να λειτουργήσει ως θετικό ή ως αρνητικό πρότυπο για τη χρήση του διαδικτύου, φαίνεται πως οι περισσότεροι αναγνωρίζουν πως σε κάποιο βαθμό μεγάλο ή μικρό είναι αρκετά πιθανό να επηρεάσει ένας εκπαιδευτικός τους μαθητές θετικά ή αρνητικά σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου. Το ίδιο συμβαίνει και στην αντίστοιχη ερώτηση όσον αφορά τον τρόπο που μπορούν να λειτουργήσουν οι γονείς ως πρότυπα στη χρήση του διαδικτύου.

Αξίζει να επισημάνουμε πως συγκρίνοντας τις απαντήσεις του δείγματος σ' αυτές τις δυο ερωτήσεις διακρίνουμε πως οι εκπαιδευτικοί θεωρούν πιο ισχυρή τη γονική επίδραση παρά την επίδραση που μπορεί να ασκήσουν οι ίδιοι. Σε έρευνα της Yong-Sook και Ji-Young το 2006 οι εκπαιδευτικοί που συμμετείχαν απάντησαν πως για το εθισμό στα τεχνολογικά μέσα φταίνε πρώτα οι γονείς και ο τρόπος που μεγαλώνουν τα παιδιά τους. Πολλές φορές οι γονείς χρησιμοποιούν τα τεχνολογικά μέσα υπολογιστή, smart κινητά για να απασχοληθούν τα παιδιά και να μη δημιουργούν αναστάτωση μέσα στο σπίτι. Επιπλέον, επειδή οι ίδιοι είναι απορροφημένοι από ασχολίες που συνδέονται με τη χρήση τεχνολογικών μέσων μειώνεται η ποσότητα και η ποιότητα της άμεσης επικοινωνίας με τα παιδιά,

καθώς επίσης και η επαφή των παιδιών με τη φύση και άλλες εξωτερικές ασχολίες καθώς πάντα μια παιχνιδομηχανή θα είναι η εύκολη λύση.

3.5.5 Σύγκριση διαταραχής εθισμού στο διαδίκτυο και υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου

Αναζητώντας τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από τον εθισμό στο διαδίκτυο διακρίνεται από τις απόλυτες απαντήσεις που δίνονται σε κάποιες περιπτώσεις πως είναι πιθανό να υπάρχει μια σύγκριση ανάμεσα στην υπερβολική χρήση του διαδικτύου και στη διαταραχή του εθισμού. Είναι σημαντικό να τονίσουμε πως πολλές έρευνες έχουν γίνει για να διαχωριστεί η υπερβολική χρήση του διαδικτύου από τον εθισμό σ' αυτόν. Η διαφορά είναι πως αυτοί που χρησιμοποιούν πολύ το διαδίκτυο αλλά μέσα στα πλαίσια του φυσιολογικού δεν έχουν τις ανεπιθύμητες ενέργειες που προκύπτουν σε όλους τους τομείς ζωής των εθισμένων όπως στην υγεία, την εργασία, οικονομικά προβλήματα και προβλήματα στις κοινωνικές τους σχέσεις (Widyanto, Griffiths, 2006).

Είναι σημαντικό επομένως να είναι η κοινότητα ενημερωμένη και οι εκπαιδευτικοί ειδικότερα στην προκειμένη περίπτωση γύρω από την διάκριση της υπερβολικής χρήσης που σίγουρα εγκυμονεί κινδύνους από την διαταραχή του εθισμού. Η σύγκριση αυτών των δυο μπορεί να προκαλέσει πανικό, ο οποίος θα εμποδίσει την ομαλή και νηφάλια αντιμετώπιση της κατάστασης από κάθε πλευρά.

3.5.6 Κλειδί στο πρόβλημα του εθισμού η πρόληψη

Το ζητούμενο της έρευνας είναι τελικά τι μπορεί να γίνει ώστε να προληφθεί αυτή η κατάσταση. Με ποιο τρόπο μπορεί να δράσει η κοινωνία συνολικά, το εκπαιδευτικό σύστημα αλλά και ο κάθε εκπαιδευτικός ώστε να θωρακιστεί η νέα γενιά με σωστές συνήθειες χρήσης των τεχνολογικών μέσων και του διαδικτύου ειδικότερα. Όπως είδαμε παραπάνω η ύπαρξη σχολικού ψυχολόγου μπορεί να βοηθήσει στην οργάνωση δραστηριοτήτων μέσα στις τάξεις αλλά και ως υποστηρικτικά άμεσα πλαίσιο από το οποίο θα μπορούν και οι ίδιοι οι μαθητές να ζητούν βοήθεια από μόνοι τους ή να τους παραπέμπουν εκεί οι εκπαιδευτικοί τους (Caldwell 2010).

Οι εκπαιδευτικοί του δείγματος που συμμετείχαν στην έρευνα, όπως φαίνεται μέσα από τις απαντήσεις τους θεωρούν σημαντικό βήμα τόσο τη διοργάνωση σχετικών εκδηλώσεων ενημερωτικών για γονείς και παιδιά όσο και τη συμμετοχή των παιδιών σε εκπαιδευτικά προγράμματα με σχετικό περιεχόμενο και λιγότερο την ύπαρξη ψυχολόγου σε κάθε σχολείο.

3.5.7 Συμπεράσματα

Αφού είδαμε κάποια αξιοσημείωτα θέματα προβληματισμού που αναδείχθηκαν μέσα από την ανάλυση των αποτελεσμάτων πριν περάσουμε στα τελικά συμπεράσματα ας θυμηθούμε ποια ήταν τα αρχικά μας ερευνητικά ερωτήματα. Όπως είδαμε οργανώνονται σε δύο άξονες. Ο πρώτος σχετίζεται με τις αντιλήψεις των δασκάλων σχετικά με τον εθισμό των μαθητών.

- Ποιες είναι οι αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από την έννοια του εθισμού στο διαδίκτυο;
- Πιστεύουν οι εκπαιδευτικοί ότι οι μαθητές κινδυνεύουν να εθιστούν στο διαδίκτυο;
- Ποιοι παράγοντες θεωρούν οι εκπαιδευτικοί ότι μπορεί να ευθύνονται για τον εθισμό των μαθητών στο διαδίκτυο και σε ποιο βαθμό ευθύνεται ο κάθε παράγοντας;

Ο δεύτερος άξονας συνδέεται με τις αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από τους τρόπους πρόληψης του εθισμού;

- Ποιες είναι οι αντιλήψεις των εκπαιδευτικών γύρω από τους τρόπους πρόληψης του εθισμού;

Συνολικά θα μπορούσαμε να πούμε πως οι εκπαιδευτικοί σε μεγάλο ποσοστό είναι εξοικειωμένοι με την έννοια του εθισμού στο διαδίκτυο. Θεωρούν πως αποτελεί μια διαταραχή που πλήττει περισσότερο τους μαθητές γυμνασίου και λυκείου. Όσον αφορά τους παράγοντες που θεωρούν ότι ευθύνονται περισσότερο, φαίνεται να θεωρούν υπεύθυνους περισσότερο τους γονείς και λιγότερο τους εκπαιδευτικούς. Επιπλέον πιστεύουν πως οι μαθητές είναι λίγο ενημερωμένοι πάνω στο θέμα του εθισμού στο διαδίκτυο ενώ οι γονείς και εκπαιδευτικοί είναι αρκετά έως και πάρα πολύ ενημερωμένοι. Προχωρώντας στην πρόληψη προτιμούν την οργάνωση εκπαιδευτικών προγραμμάτων παρά την ύπαρξη ψυχολόγου σε κάθε σχολείο. Επιπλέον είναι θετικοί στην πλειονότητά τους στην ύπαρξη χωριστού γνωστικού αντικειμένου για την ασφαλή και με μέτρο χρήση του διαδικτύου.

Συνεπώς, με βάση όλα τα παραπάνω κρίνουμε πως είναι αναγκαίο να επεκταθεί περισσότερο η έρευνα στον τομέα της πρόληψης του εθισμού στο διαδίκτυο αναζητώντας τους τρόπους με τους οποίους θα μπορέσουμε να θωρακίσουμε τη νέα γενιά βοηθώντας την να αποκτήσει συνήθειες ορθολογικής και με μέτρο χρήσης του διαδικτύου.

4. Βιβλιογραφία

4.1 Ελληνική Βιβλιογραφία

- Αλεξόπουλος, Χ. Γούτσος, Χ. Σκαλτσάς, Α. Τάσιος, Δ. Διερεύνηση των στάσεων και των αντιλήψεων των εκπαιδευτικών και των μαθητών της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης για τους ηλεκτρονικούς υπολογιστές 2004 Ανακτήθηκε στις 16-10-2014 από <http://users.sch.gr/hgoutsos/files/ergasies/anap.pdf>
- Βασάλα,Π. Τσακίριδου,Δ. Ανδρεάδου,Δ. Αντιλήψεις των γονέων για τους κινδύνους που απειλούν τα παιδιά τους στο διαδίκτυο 2011 Ανακτήθηκε στις 16-10-2014 από <http://www.cetl.elemedu.upatras.gr/proc2/proceedings/1-0115.pdf>
- Κυνηγόπουλος,Γ. Οι Διαδικτυακές Φιλίες των Εφήβων και η Ποιότητα τους. Ανακτήθηκε από το researchgate.net στις 20 Απριλίου.
- Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο Κύπρου Το διαδίκτυο στην Κύπρο 2010 Τελική έκθεση. 2010 "Ανακτήθηκε από το researchgate.net στις 20 Απριλίου
- Λιόβας Δ. Γερογιάννης Β. Δίπλας Κ. Κωσταδήμα Ε. Οι αντιλήψεις των καθηγητών Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης αναφορικά με τους κινδύνους του Διαδικτύου για τους μαθητές. 2011 Ανακτήθηκε στις 16-10-2014 από <http://www.etpe.eu/new/custom/pdf/etpe1727.pdf>
- Μητσιοπούλου, Ο. Βεκύρη ,Ι. Ατομικοί και σχολικοί παράγοντες που επηρεάζουν τη χρήση Τ.Π.Ε από εκπαιδευτικούς της Πρωτοβάθμιας 2011 Ανακτήθηκε στις 10-10-2014 από <http://www.cetl.elemedu.upatras.gr/proc2/proceedings/1-0545.pdf>
- Μπερδούσης, Ι. Μελλοντικές Νηπιαγωγοί και Διαδίκτυο: Αντιλήψεις, Θέσεις και Προοπτικές Αξιοποίησης στη Διδακτική Πράξη 2012 Ανακτήθηκε στις 16 /10/2014 από <http://hcicte2012.uth.gr/main/sites/default/files/proc/Proceedings/Berdousis.pdf>
- Μπίκας, Κ. Τζιφόπουλος,Μ. Εκπαιδευτικοί και Τ.Π.Ε : διευκολυντές και εμπόδια στη χρήση ψηφιακών εφαρμογών στη σχολική τάξη. 2011 Ανακτήθηκε στις 20-10-2014 από <http://www.cetl.elemedu.upatras.gr/proc2/proceedings/1-0585.pdf>
- Σιώμος Κ. Εθισμός των εφήβων στους Ηλεκτρονικούς Υπολογιστές και το Διαδίκτυο: Ψυχιατρικά συμπτώματα και διαταραχές ύπνου. 2008 (Διδακτορική Διατριβή) Ανακτήθηκε στις 16-10-2014 από <http://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/26207#page/1/mode/1up>
- Σιώμος, Κ. Αγγελόπουλος ,Ν. Διαταραχή εθισμού στο διαδίκτυο Ανακτήθηκε από το περιοδικό ψυχιατρική 2008 ,19 : 52-58.

- Σιώμος, Κ. Φλώρος, Γ. Μουζάς, Ο. Αγγελόπουλος, Ν Στάθμιση κλίμακας μέτρησης του εθισμού σε εφήβους .Από το περιοδικό Ψυχιατρική 2009 , 20: 222–232.Ανακτήθηκε στις 25-3-2015 από <http://www.psych.gr/documents/psychiatry/20.3-GR-2009-222.pdf>
- Σοφός,Α. Αθανασιάδης,Η. Διάκος,Κ Δούκα,Α. Εθισμός στο διαδίκτυο –Έρευνα στην Ελλάδα 2011 Ανακτήθηκε στις 16-10-2014 από <http://www.cetl.elemedu.upatras.gr/proc2/proceedings/1-0825.pdf>
- Σύψας, Α., Λέκκα, Ά. Θ., & Παγγέ, Τ. Μάθηση από απόσταση με σύγχρονα μέσα και δια βίου μάθηση, προτιμήσεις εκπαιδευτικών- Distance learning using new technologies and lifelong learning: teachers' views. 2013 Ανακτήθηκε από researchgate.net στις 20-4-2015
- Τασσιόδης,Π. Αντωνίου,Π. Μπεμπέτσος ,Ε. Η επίδραση του άγχους των εκπαιδευτικών πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης έναντι των νέων τεχνολογιών στην ενσωμάτωση τεχνολογίας κατά την εκπαιδευτική διαδικασία. 2011 Ανακτήθηκε στις 16-10-2014 από <http://www.cetl.elemedu.upatras.gr/proc2/proceedings.html>
- Τσουβέλας,Γ. Γιωτάκος, Ο. Χρήση διαδικτύου και παθολογική εμπλοκή με το διαδίκτυο σε δείγμα φοιτητών. Ψυχιατρική, 22: 221-230
- Φεσάκης, Γ. Πρόσβαση νηπίων σε ΤΠΕ εκτός σχολείου και σχετικές δραστηριότητές τους Θέματα επιστημών και τεχνολογίας στην εκπαίδευση 2(1-2): 5-27
- Υφαντή,Α Φωτοπούλου,Β. Διερευνώντας τις αντιλήψεις εκπαιδευτικών πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης για τον επαγγελματισμό και την επαγγελματική ανάπτυξη. Μια εμπειρική μελέτη Από το περιοδικό ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΗ - ΘΕΩΡΙΑ ΚΑΙ ΠΡΑΞΗ 2011, 4 .Ανακτήθηκε στις 25-3-2015 από http://www.math.uoa.gr/me/dipl/dipl_theodorakopoulou.pdf.

4.2. Ξένη Βιβλιογραφία

- Bloxham,Α. Internet Addiction Affects Students, Parents, and Teachers Ανάκτηση από περιοδικό «Helping hand» 2010,19 (6) από την ιστοσελίδα <http://www.grmac.org/newsletters/v19i6.pdf> στις 16-10-2014
- Brand,Μ. Laier C. Young, Κ. S. Internet addiction: coping styles, expectancies, and treatment implications Από το περιοδικό Frontiers in Psychology. 2014 Ανακτήθηκε στις 24-3-2015 από <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4227484/>
- Caldwell, C. D., & Cunningham, T. J. Internet addiction and students: Implications for school counselors. 2010 Ανακτήθηκε από http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas10/Article_61.pdf
- Emre ,Ç.Onur ,I. A NEW ADDICTION FOR TEACHER CANDIDATES: SOCIAL NETWORKS Από το περιοδικό TOJET: The Turkish Online Journal of Educational

Technology – July 2012, 11 (3) Ανακτήθηκε στις 16/10/2014 από <http://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ989195.pdf>.

- Jang, K. S. Hwang, S. Y. Choi, J. Y. Internet Addiction and Psychiatric Symptoms Among Korean Adolescents Από το περιοδικό Journal of School Health 2008, 78(3) Ανακτήθηκε στις <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/14/1143>
- Koo, H. J. and Jung-Hye Kwon Risk and Protective Factors of Internet Addiction: A Meta-Analysis of Empirical Studies in Korea Από το Yonsei Medical Journal 2014 .Ανακτήθηκε στις 24-3-2015 από <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4205713/>
- Park, S. Associations of physical activity with sleep satisfaction, perceived stress, and problematic Internet use in Korean adolescents 2014 Ανακτήθηκε από το <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/14/1143>
- Percy, M Student, Teacher, Professor:Three Perspectives on Online Education . Από το περιοδικό “The History Teacher” .2014 , 47(2) Ανακτήθηκε στις 16 Οκτωβρίου από http://www.societyforhistoryeducation.org/pdfs/F14_Percy.pdf
- Seong, J. Young, H. Yun, C. Internet Addiction and Psychiatric Symptoms Among Korean Adolescents Από το περιοδικό Journal of School Health, 2008 78(3)
- Siomos, K. Dafouli,E. Braimiotis,D.Mouzias,O. Angelopoulos,N. Internet Addiction among Greek Adolescent Students Ανακτήθηκε από το περιοδικό CYBERPSYCHOLOGY & BEHAVIOR 2008 11(6)
- Widyanto, L. Murran,M The Psychometric Properties of the Internet Addiction Tes Από το περιοδικό CYBERPSYCHOLOGY & BEHAVIOR 2004 ,7 (4)
- Widyanto,L. Griffiths,M. Internet Addiction’: A Critical Review 2005 Ανακτήθηκε από <http://link.springer.com/article/10.1007%2Fs11469-006-9009-9#page-1>
- Wu, X.Chen, X. Han, J. Meng, H. Luo, J. Nydegger, L. Wu. H. Prevalence and Factors of Addictive Internet Use among Adolescents in Wuhan, China: Interactions of Parental Relationship with Age and Hyperactivity-Impulsivity» 2013 Ανακτήθηκε από το 10.1371/journal.pone.0061782
- Yong-Sook, K. Ji-Young ,P. A Study on the Perception of Preliminary Early Childhood Teachers on Young Children’s Addiction to Media and its Alternatives Από το περιοδικό International Journal of Bio-Science and Bio-Technology 2013, 5(5) : 47-56 Ανακτήθηκε στις 21-10-2014 από http://www.sersc.org/journals/IJBSBT/vol5_no5/5.pdf

- Zhang, Y. Yang,Z. Duan,W. Tang,X. Gan,F. Wang,F. Wang,J. Guo,P. Wang,Y. A preliminary investigation on the relationship between virtues and pathological internet use among Chinese adolescents. Από το περιοδικό Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health 2014. Ανακτήθηκε από <http://www.capmh.com/content/8/1/8>

5.ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

5. Πιστεύετε πως μπορεί το μάθημά σας να γίνει πιο ενδιαφέρον και διαδραστικό μέσα από τη χρήση του διαδικτύου;

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

6. Από ποια ηλικία πιστεύετε πως πρέπει τα παιδιά να χρησιμοποιούν Η/Υ και διαδίκτυο;
..... Χρονών

7. Πιστεύετε πως μπορεί κάποιος χρησιμοποιώντας υπερβολικά το διαδίκτυο, να αποκτήσει εξάρτηση στη χρήση του;

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

8. Υπήρξαν φορές που νιώσατε ανησυχία και δυσάρεστα συναισθήματα γιατί δεν μπορούσατε να έχετε πρόσβαση στο διαδίκτυο;

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

9. Έχετε υπόψη σας τη διαταραχή «εθισμός στο διαδίκτυο»;

Όχι Ναι

10. Σε ποιες ηλικίες θεωρείτε ότι μπορεί να έχει μεγαλύτερη συχνότητα αυτή η διαταραχή;

δημοτικό γυμνάσιο λύκειο πανεπιστήμιο

11. Πόσο πιστεύετε πως μπορεί να παίξει ρόλο ο γονιός ως πρότυπο θετικό ή αρνητικό στη χρήση του διαδικτύου;

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

12. Πόσο πιστεύετε πως μπορεί να παίξει ρόλο ο εκπαιδευτικός ως πρότυπο θετικό ή αρνητικό στη χρήση του διαδικτύου;

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

13. Έχετε υπόψη σας κάποια περίπτωση μαθητή σας που πιθανά υπέφερε από αυτή τη διαταραχή;

Ναι Αν ναι πόσες.... Όχι

14. Ποια από τα παρακάτω συμπτώματα θεωρείτε ότι είναι πιθανό να παρουσιάζει ένας μαθητής που χρησιμοποιεί υπερβολικά το διαδίκτυο;

- Μείωση σχολικής επίδοσης
- Κόπωση και υπνηλία κατά τη διάρκεια του μαθήματος
- Διαταραχή των σχέσεων με φίλους & οικογένεια
- Μείωση της φυσικής δραστηριότητας

15. Σε ποιους από τους παρακάτω τομείς έχετε την εντύπωση ότι υπάρχουν συνέπειες από τον εθισμό στο διαδίκτυο και σε πιο βαθμό;

• **Θέματα κοινωνικών σχέσεων**

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

• **Υγεία**

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

• **Εργασία(ή σχολείο ανάλογα με την ηλικία)**

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

• **Παραμέληση σημαντικών καθημερινών ασχολιών**

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

• **Οικονομικά θέματα**

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

16. Ποια από τα παρακάτω κριτήρια πιστεύετε πως συνθέτουν το προφίλ ενός εθισμένου στο διαδίκτυο;

- ανάγκη αύξηση της χρήσης του διαδικτύου
- αδυναμία ελέγχου διάρκειας χρήσης διαδικτύου
- παραμονή στο διαδίκτυο παραπάνω από την αρχική πρόθεση
- παραμέληση άλλων θεμάτων για χάρη του διαδικτύου
- ενοχές για τη διάρκεια χρήσης διαδικτύου

17. Πιστεύετε πως οι μαθητές είναι ενημερωμένοι σχετικά με τον κίνδυνο για εθισμό στο διαδίκτυο;

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

18. Πιστεύετε πως οι γονείς είναι ενημερωμένοι σχετικά με τον κίνδυνο για εθισμό στο διαδίκτυο;

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

19. Πιστεύετε πως οι εκπαιδευτικοί είναι ενημερωμένοι σχετικά με τον κίνδυνο για εθισμό στο διαδίκτυο;

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

20. Κατά την άποψή σας, πόσο απαραίτητη είναι η ενημέρωση μαθητών και γονέων για τον εθισμό στο διαδίκτυο;

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

21. Με ποιους τρόπους πιστεύετε πως θα μπορούσαν γονείς και παιδιά να ενημερωθούν πάνω στην πρόληψη του εθισμού;

- Εκπαιδευτικά προγράμματα για μαθητές
- Εκδηλώσεις για την ενημέρωση γονιών και εκπαιδευτικών για την πρόληψη του εθισμού στο διαδίκτυο
- Ύπαρξη σχολικού ψυχολόγου σε κάθε σχολική μονάδα
- Άλλο.....

22. Πιστεύετε πως θα βοηθούσε η ύπαρξη ξεχωριστού διδακτικού αντικείμενου σχετικά με την ασφαλή και με μέτρο χρήση του διαδικτύου;

Καθόλου Λίγο Αρκετά Πολύ Πάρα πολύ

23. Τι θα κάνατε αν βλέπατε ότι κάποιος μαθητής παρουσιάζει συμπτώματα εθισμού στο διαδίκτυο;

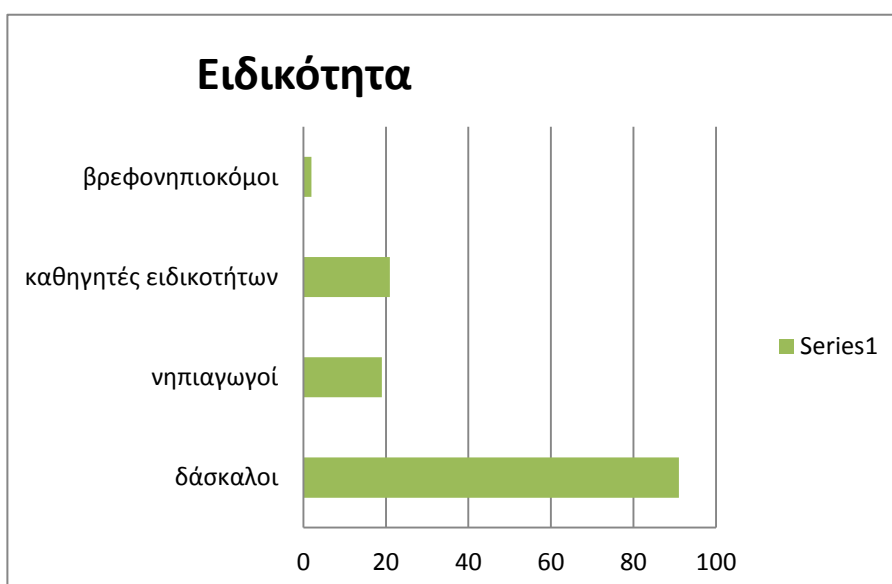
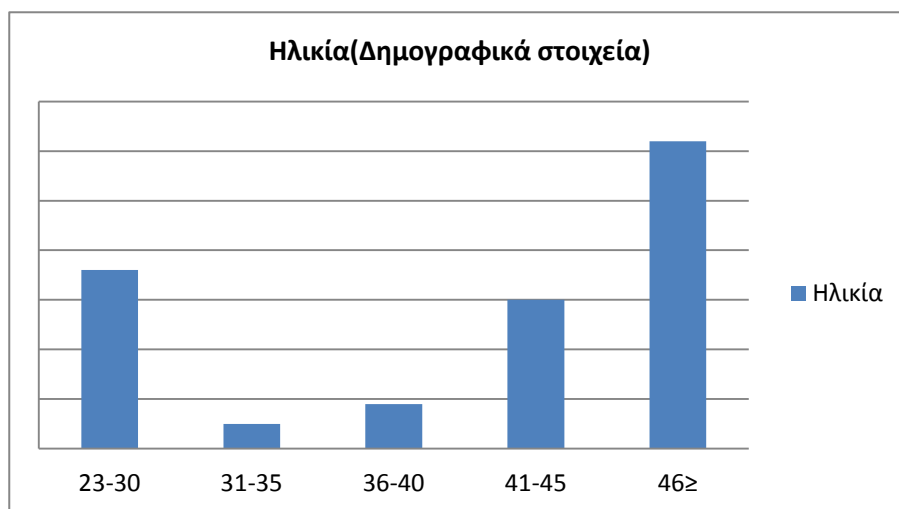
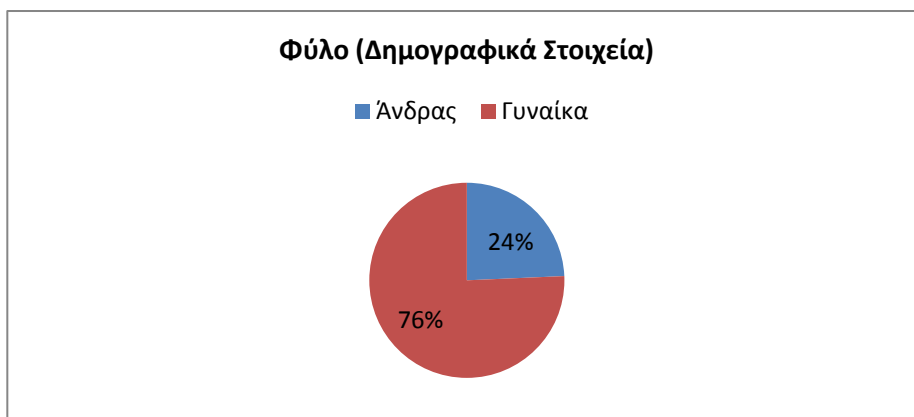
Προσωπική επικοινωνία με το μαθητή

Επικοινωνία με τους γονείς

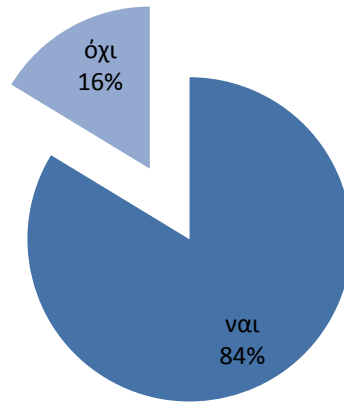
Παραπομπή σε ειδικό ψυχικής υγείας

Άλλο.....

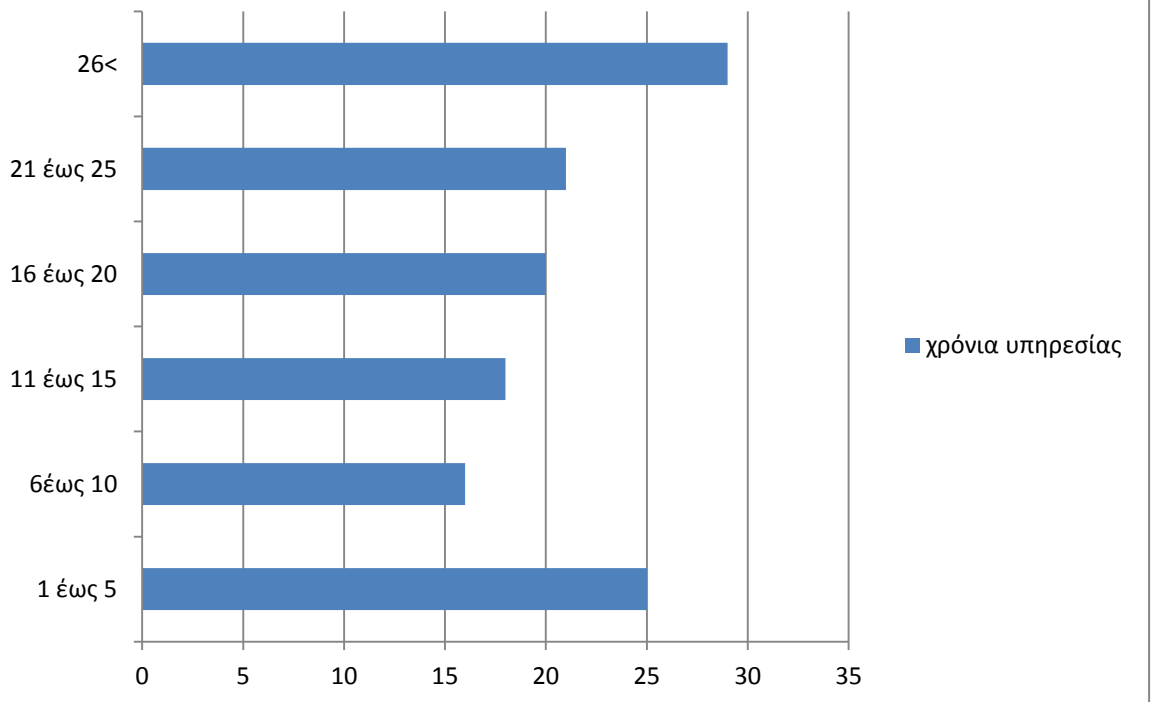




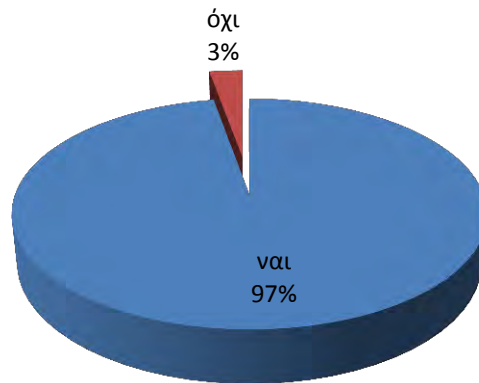
πιστοποίηση



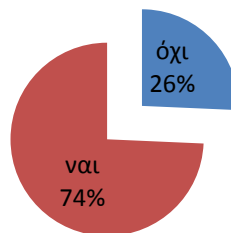
χρόνια υπηρεσίας



ερώτηση 1 -Έχετε υπολογιστή στο σπίτι ;

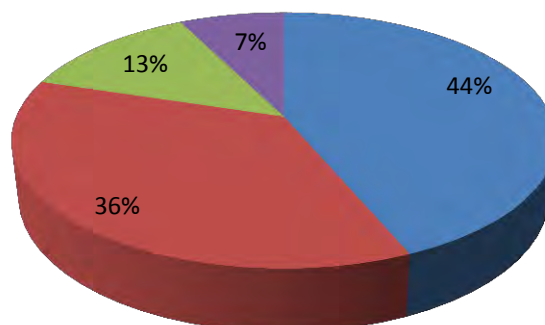


2.Χρησιμοποιείται καθημερινά το διαδίκτυο και αν ναι για πόσες ώρες;

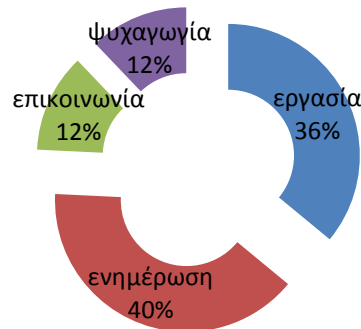


Πόση ώρα τον χρησιμοποιείς;

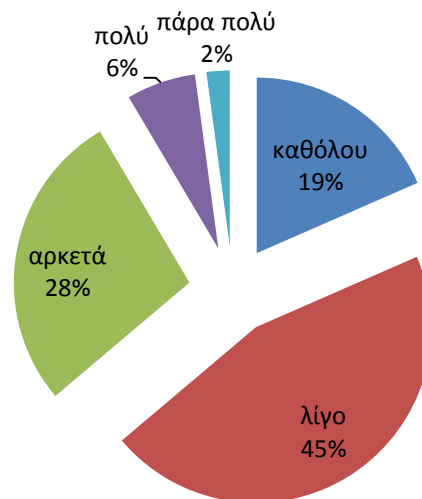
■ περίπου 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4>



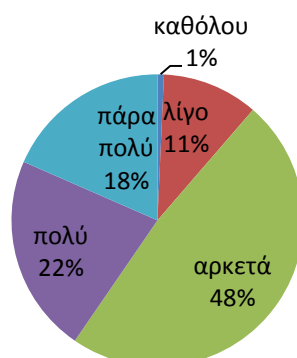
3.Χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο περισσότερο για..



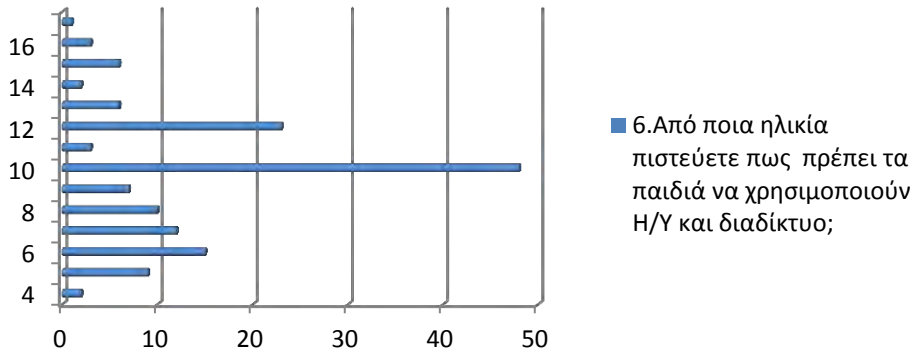
4.Χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο μέσα στο σχολείο;



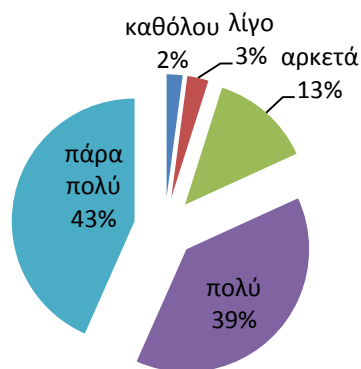
5.Πιστεύετε πως μπορεί το μάθημά σας να γίνει πιο ενδιαφέρον και διαδραστικό μέσα από τη χρήση του διαδικτύου;



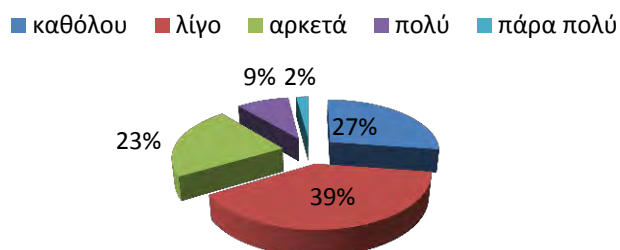
6. Από ποια ηλικία πιστεύετε πως πρέπει τα παιδιά να χρησιμοποιούν Η/Υ και διαδίκτυο;



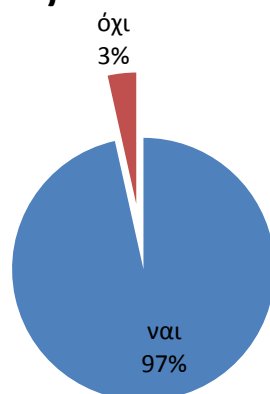
7. Πιστεύετε πως μπορεί κάποιος χρησιμοποιώντας υπερβολικά το διαδίκτυο, να αποκτήσει εξάρτηση στη χρήση του;



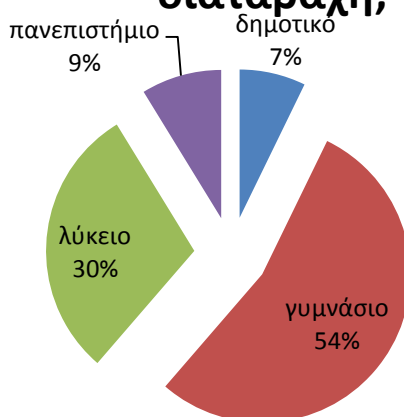
8. Υπήρξαν φορές που νιώσατε ανησυχία και δυσάρεστα συναισθήματα γιατί δεν μπορούσατε να έχετε πρόσβαση στο διαδίκτυο;



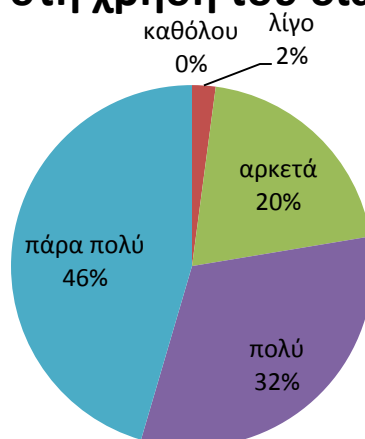
**9. Έχετε υπόψη σας τη διαταραχή
«εθισμός στο διαδίκτυο» ;**



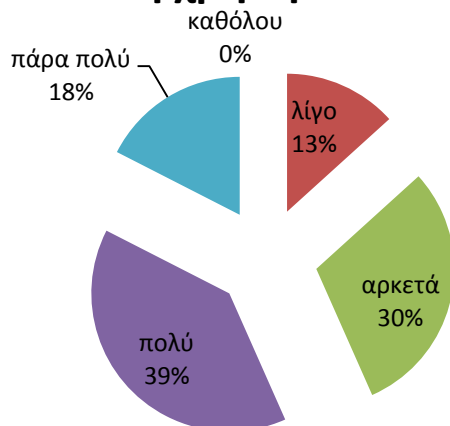
**10. Σε ποιες ηλικίες θεωρείτε ότι μπορεί
να έχει μεγαλύτερη συχνότητα αυτή η
διαταραχή;**



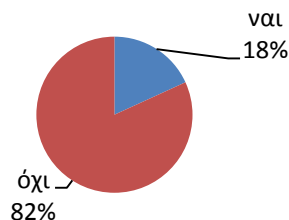
**11. Πόσο πιστεύετε πως μπορεί να παίξει
ρόλο ο γονιός ως πρότυπο θετικό ή
αρνητικό στη χρήση του διαδικτύου;**



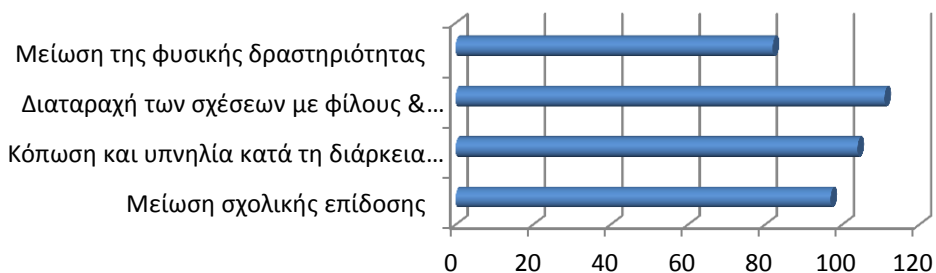
12. Πόσο πιστεύετε πως μπορεί να παίξει ρόλο ο εκπαιδευτικός ως πρότυπο θετικό ή αρνητικό στη χρήση του διαδικτύου;



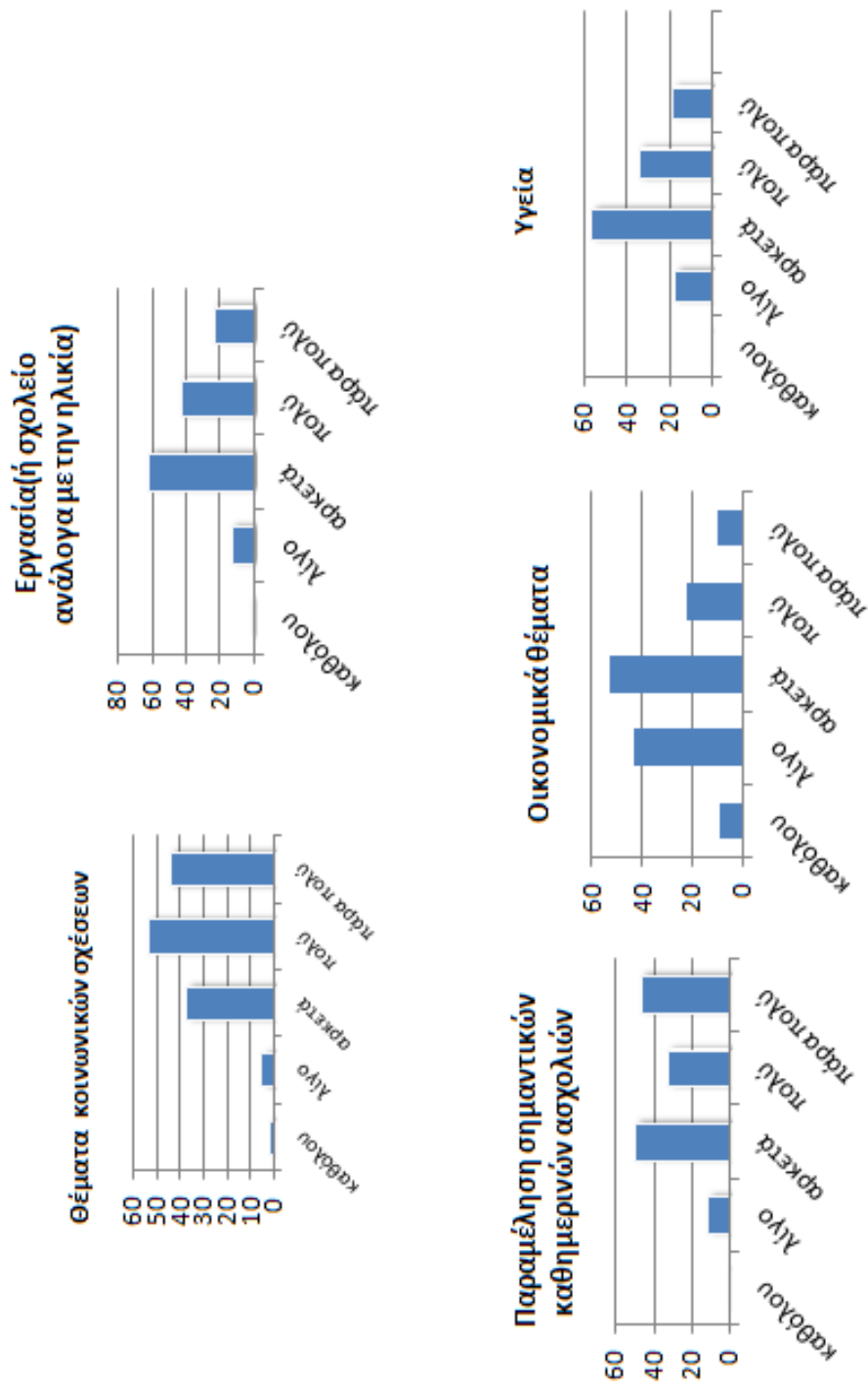
13. Έχετε υπόψην σας κάποια περίπτωση μαθητή σας που πιθανά υπέφερε από αυτή τη διαταραχή ;



14. Ποια από τα παρακάτω συμπτώματα θεωρείτε ότι είναι πιθανό να παρουσιάζει ένας μαθητής που χρησιμοποιεί υπερβολικά το διαδίκτυο;

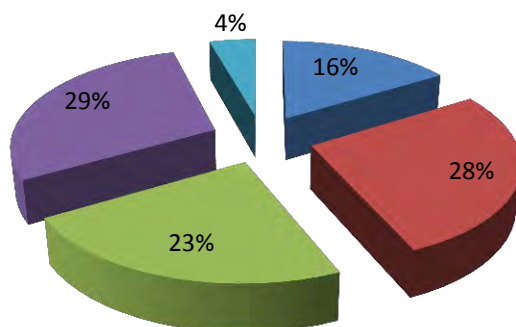


15. Σε ποιους από τους παρακάτω τομείς έχετε την εντύπωση ότι **υπάρχουν** συνέπειες από τον εθισμό στο διαδίκτυο και σε ποιο βαθμό;

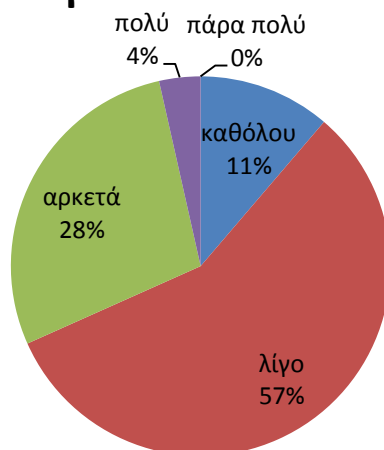


16. Ποια από τα παρακάτω κριτήρια πιστεύετε πως συνθέτουν το προφίλ ενός εθισμένου στο διαδίκτυο;

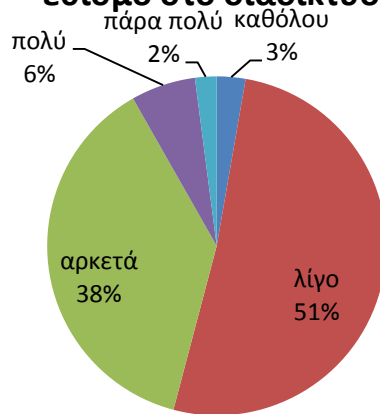
- ανάγκη αύξηση της χρήσης του διαδικτύου
- αδυναμία ελέγχου διάρκειας χρήσης διαδικτύου
- παραμονή στο διαδίκτυο παραπάνω από την αρχική πρόθεση
- παραμέληση άλλων θεμάτων για χάρη του διαδικτύου
- ενοχές για τη διάρκεια χρήσης διαδικτύου



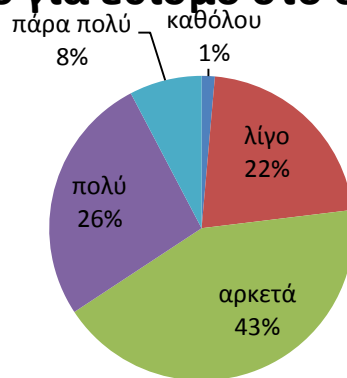
17. Πιστεύετε πως οι μαθητές είναι ενημερωμένοι σχετικά με τον κίνδυνο για εθισμό στο διαδίκτυο;



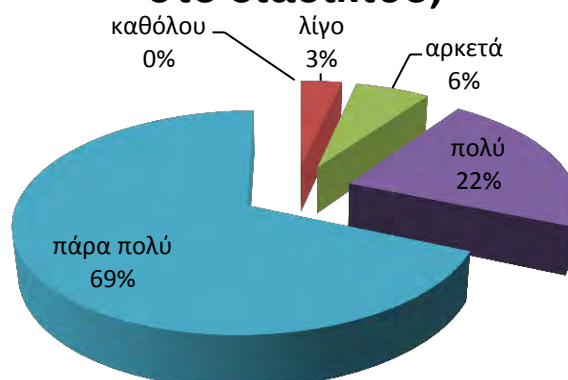
18.Πιστεύετε πως οι γονείς είναι ενημερωμένοι σχετικά με τον κίνδυνο για εθισμό στο διαδίκτυο;



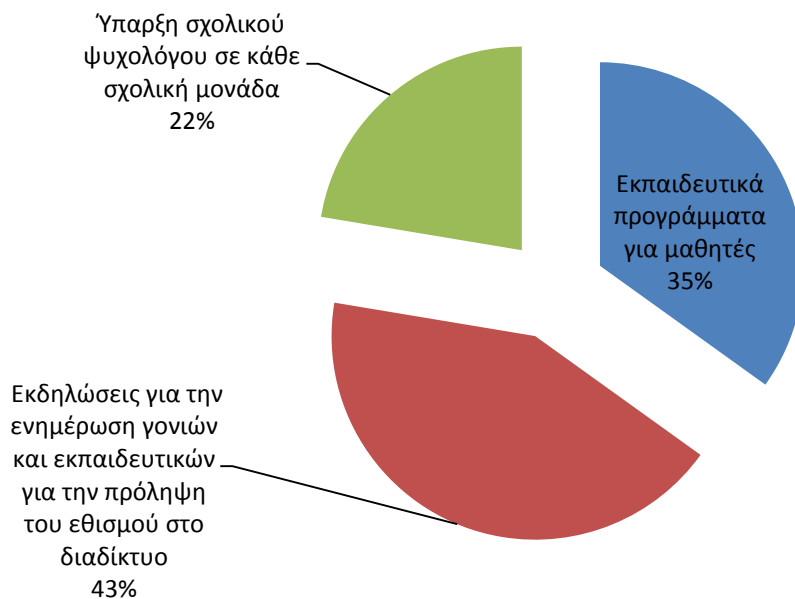
19.Πιστεύετε πως οι εκπαιδευτικοί είναι ενημερωμένοι σχετικά με τον κίνδυνο για εθισμό στο διαδίκτυο;



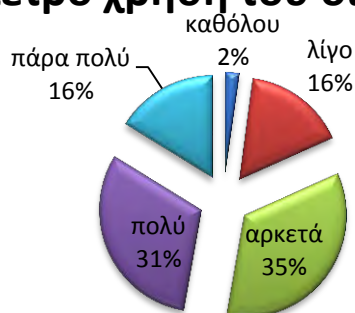
20.Κατά την άποψή σας, πόσο απαραίτητη είναι η ενημέρωση μαθητών και γονέων για τον εθισμό στο διαδίκτυο;



21. Με ποιους τρόπους πιστεύετε πως θα μπορούσαν γονείς και παιδιά να ενημερωθούν πάνω στην πρόληψη του εθισμού;



22. Πιστεύετε πως θα βοηθούσε η ύπαρξη ξεχωριστού διδακτικού αντικείμενου σχετικά με την ασφαλή και με μέτρο χρήση του διαδικτύου;



23.Τι θα κάνατε αν βλέπατε ότι κάποιος μαθητής παρουσιάζει συμπτώματα εθισμού στο διαδίκτυο;

