

# ΣΤΑΣΕΙΣ ΕΦΗΒΩΝ ΓΙΑ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ ΕΘΙΣΜΟ

Γιώργος Τσουβέλας  
Ψυχολόγος,  
Υποψήφιος Διδάκτορας  
ΕΚΠΑ

Πολυξένη Παρασκευοπούλου  
Ψυχολόγος,  
Υποψήφια Διδάκτορας  
ΕΚΠΑ

Ευαγγελία Κατέρη  
Ψυχολόγος,  
Διδάκτορας  
Πανεπιστημίου Κρήτης

Έλενα Βιταλάκη  
Εκπαιδευτικός,  
Διδάκτορας  
Πανεπιστημίου Κρήτης

Ορέστης Γιωτάκος  
Ψυχίατρος,  
Διδάκτορας  
ΕΚΠΑ

## Abstract

The purpose of this study is to investigate the attitudes of adolescents toward internet addiction. Cross-sectional study of 92 high school students aged 15–17 ( $M=15.96$  years old,  $SD = 0,82$ ) completed the following self-reported measures: YDQ for internet addiction, Crowne and Marlowe social desirability scale and the Attitudes Towards Internet Addicted User scale. Adolescents represent internet addicted user as a person who spent most of his time surfing on the internet, as well as a person who sleep less because of his compulsive internet addiction. Adolescents make a distinction between daily uses of the internet (e.g. seeking information on the internet) and behaviors associated with internet addiction. From the exploratory factor analysis four factors emerged. The scale of social desirability was not associated systematically with the items of the scale Attitudes Towards Internet Addicted User and the YDQ scale of internet addiction. The U test showed significant gender differences regarding attitudes towards internet addicted user, with girls showing higher levels in items referring to compulsive use and decreased functionality, while boys showed higher level in recommendations relating to self-awareness of dependency and the protection of privacy in the internet. The examination of attitudes toward internet addicted user revealed some interesting findings for adolescents beliefs and attitudes toward problematic internet use. Furthermore, these findings provide guidance for the designation of an intervention program about internet addiction in Greece or for an adaptation in the Greek context. of an already implemented program in other countries.

## Λέξεις κλειδιά

Στάσεις, διαδικτυακός εθισμός, χρήσεις διαδικτύου, έφηβοι.

## 0. Εισαγωγή

Το διαδίκτυο αποτελεί πλέον ένα εδραιωμένο μέσο επικοινωνίας, ενημέρωσης και κοινωνικής αλληλεπίδρασης τόσο για ενήλικες όσο και για παιδιά. Η επικοινωνιακή χρήση του διαδικτύου απαντάται σήμερα και ως συστατικό στοιχείο της κουλτούρας των εφήβων. Ωστόσο, πρόσφατες μελέτες επισημαίνουν παράλληλα αρκετές συνέπειες από την παθολογικού τύπου εμπλοκή με το διαδίκτυο.

Η μελέτη των στάσεων αποτελεί ένα σημαντικό τομέα μελέτης της κοινωνικής και της σχολικής ψυχολογίας. Οι στάσεις αντιπροσωπεύουν τον τρόπο με τον οποίο το άτομο αντιλαμβάνεται τα διάφορα κοινωνικά φαινόμενα γύρω του, όπως, άτομα, έμψυχα ή άψυχα αντικείμενα, ομάδες, αφηρημένες έννοιες (Γεώργας, 1999) και παθολογικές καταστάσεις, όπως στην παρούσα μελέτη. Η τρισιδιάστατη θεωρία για τις στάσεις των Rosenberg και Holvland (1960) ορίζει ότι «στάση προς κάποιο αντικείμενο, κάποια ιδέα ή κάποιο πρόσωπο εννοείται ένα διαρκές σύστημα με γνωστικό στοιχείο και με κάποια τάση προς έκφραση συμπεριφοράς».

Η συμβολή του διαδικτύου στη μαθησιακή διαδικασία, τόσο σε παιδιά και εφήβους όσο και σε φοιτητές, αξιολογείται συχνά ως θετική. Παράλληλα, παρατηρείται μια εκρηκτική αύξηση διαδραστικών χρήσεων του διαδικτύου από τα μέσα της δεκαετίας του 2000 μέχρι σήμερα (Byun et al., 2009). Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια, ευρήματα μελετών που αξιολογούν την εμπλοκή ανθρώπων στο διαδίκτυο επιχειρούν να αναδείξουν παράγοντες, που φαίνεται ότι, με κάποιο τρόπο, συμβάλλουν στην απόσυρση και την παραμέληση βασικών αναγκών χρηστών που εμφανίζουν έντονη εμπλοκή (Τσουβέλας & Γιωτάκος, 2011).

Η έρευνα στο χώρο του διαδικτυακού εθισμού έχει επικεντρωθεί κυρίως στη μελέτη του επιπολασμού του διαδικτυακού εθισμού στον γενικό πληθυσμό αλλά και σε ειδικούς πληθυσμούς (φοιτητές και εφήβους) που εμφανίζουν μια μεγαλύτερη επικινδυνότητα για ανάπτυξη διαδικτυακού εθισμού, ενώ παράλληλα έχει γίνει προσπάθεια να διερευνηθούν παράγοντες συσχέτισης του διαδικτυακού εθισμού, τόσο με συμπεριφορές που σχετίζονται με τη χρήση του διαδικτύου όσο και με διαταραχές και παθολογικές καταστάσεις.

Στη βιβλιογραφία εντοπίστηκαν μόνο δύο δημοσιευμένες μελέτες αναφορικά με στάσεις απέναντι στο διαδικτυακό εθισμό. Η πρώτη διενεργήθηκε σε ψυχιάτρους στη Σουηδία με στόχο να εντοπίσει κατά πόσο αποδέχονται τον διαδικτυακό εθισμό ως δυνητική ψυχιατρική διαταραχή (Thorens et al., 2009) και η δεύτερη διενεργήθηκε στην Ταϊβάν σε εφήβους (Tsai & Lin, 2001). Η μελέτη των Tsai και Lin (2001) έδειξε ότι η στάση των εφήβων απέναντι στην δικτύωση μέσω υπολογιστών, καθώς επίσης και οι συμπεριφορικοί δείκτες αναφορικά με τη χρήση του διαδικτύου, ερμήνευαν σημαντικό μέρος του διαδικτυακού εθισμού.

Η παρούσα μελέτη είναι η πρώτη μελέτη στην Ελλάδα που επιχειρεί να διερευνήσει στάσεις και πεποιθήσεις απέναντι στο διαδικτυακό εθισμό και τα χαρακτηριστικά του διαδικτυακά εθισμένου χρήστη μέσα από τα μάτια των εφήβων. Συνεπώς, στα πλαίσια της μελέτης, επιχειρούμε να διερευνήσουμε ποιες είναι οι στάσεις των εφήβων απέναντι στο διαδικτυακά εθισμένο χρήστη, καθώς επίσης να εκτιμήσουμε σε ποιο βαθμό οι έφηβοι τείνουν να ξεχωρίζουν συμπτώματα διαδικτυακού εθισμού από συμπεριφορές καθημερινής «εργαλειακής» χρήσης του διαδικτύου. Η ομάδα των εφήβων αποτελεί μια ηλικιακή ομάδα με κάποιες ιδιαιτερότητες αναφορικά με την κατάκτηση της ταυτότητας. Οι έφηβοι προσπαθούν να κερδίσουν την αυτονομία τους και ως εκ τούτου, μέσω του διαδικτύου, τους δίνεται ένας χώρος έκφρασης ο οποίος εγκυμονεί σημαντικούς κινδύνους. Απώτερος σκοπός της παρούσας μελέτης είναι να ληφθεί πληροφόρηση αναφορικά με τις στάσεις και τις πεποιθήσεις των εφήβων για τον διαδικτυακά εθισμένο χρήστη προκειμένου στη συνέχεια να τεθούν κάποιες βάσεις στις οποίες θα στηριχθεί η προσαρμογή και κατάρτιση προγραμμάτων ευαισθητοποίησης – ενημέρωσης των μαθητών των Αρσακείων Τοισσιείων Σχολείων για το φαινόμενο του διαδικτυακού εθισμού και τους κινδύνους που ελλοχεύει για τους εφήβους.

## 1. Μέθοδος

Το δείγμα της παρούσας μελέτης αποτελείται από 92 έφηβους μαθητές των Αρσακείων Σχολείων, από τους οποίους 33 είναι στην 3<sup>η</sup> Γυμνασίου (35,9%), 30 στην 1<sup>η</sup> Λυκείου (32,6%) και 29 στην 2<sup>α</sup> Λυκείου (31,5%). Ως προς το φύλο, 33 είναι αγόρια (35,9%) και 59 είναι κορίτσια (63,4%).

Όπως προκύπτει από τα ευρήματα σχετικά με τους χώρους κατά τους οποίους φαίνεται να έχουν πρόσβαση οι έφηβοι, οι απαντήσεις διαμορφώθηκαν ως εξής: 82 μαθητές ανέφεραν ότι έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο από το σπίτι (89,1%), σχετικά με το αν έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο από internet-café, 64 μαθητές ανέφεραν πως έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο από internet-café (69,6%), σχετικά με πρόσβαση από δίκτυα ελεύθερης πρόσβασης (wireless), 13 μαθητές ανέφεραν ότι έχουν πρόσβαση σε δίκτυα ελεύθερης πρόσβασης (14,1%).

Για τους σκοπούς της έρευνας, χρησιμοποιήθηκαν με την εξής σειρά μία κλίμακα κοινωνιοδημογραφικών δεδομένων, η κλίμακα Διαδικτυακού Εθισμού (Young 1998), η Κλίμακα Στάσεων Απέναντι στο Διαδικτυακά Εθισμένο Χρήστη και η κλίμακα Προσωπικών Στάσεων (Crowne & Marlowe, 1960).

Η κλίμακα διαδικτυακού εθισμού (YDQ) αποτελείται από οκτώ προτάσεις στις οποίες τα υποκείμενα καλούνται να απαντήσουν με ναι ή όχι αν εκδήλωσαν κάποιο από τα συμπτώματα – προτάσεις της κλίμακας κατά τους τελευταίους έξι μήνες. Η Young (1998), αναφέρει ότι πέντε ή περισσότερες θετικές απαντήσεις αποτελούν

σημαντικές ενδείξεις για διαδικτυακό εθισμό. Ο δείκτης εσωτερικής συνέπειας, K-R20, βρέθηκε να είναι 0,6. Η Κλίμακα Προσωπικών Στάσεων των Marlowe και Crowne (1960) μετρά την επίδραση του κοινωνικά επιθυμητού στις απαντήσεις των εφήβων. Αποτελείται από δέκα προτάσεις στις οποίες τα άτομα καλούνται να επιλέξουν ανάμεσα σε διωνυμικές απαντήσεις τύπου «ισχύει για εμένα» και «δεν ισχύει για εμένα». Τέλος χορηγήθηκε η κλίμακα στάσεων απέναντι στο διαδικτυακά εθισμένο χρήστη (6βάθμια likert: 1=Διαφωνώ απόλυτα έως 6=Συμφωνώ απόλυτα) η οποία αποτελείται από 41 προτάσεις. Κάθε πρόταση ξεκινούσε με την διατύπωση «ο διαδικτυακά εθισμένος χρήστης είναι κάποιος που...». Οι προτάσεις αναφέρονται τόσο σε συμπτώματα διαδικτυακού εθισμού (π.χ. «ο διαδικτυακά εθισμένος χρήστης είναι κάποιος που χρησιμοποιεί το διαδίκτυο ως τρόπο απόδρασης από προβλήματα ή ως ανακούφιση από δυσφορικά συναισθήματα») όσο και σε συμπεριφορές που σχετίζονται με συνήθειες χρήσης του διαδικτύου (π.χ. «ο διαδικτυακά εθισμένος χρήστης είναι κάποιος που καταφεύγει στο διαδίκτυο για αναζήτηση πληροφοριών») (Cronbach's  $\alpha = 0,72$ ).

## 2. Αποτελέσματα

Όπως προκύπτει από τα διαγνωστικά κριτήρια της Young (1960), υψηλά επίπεδα διαδικτυακού εθισμού εμφανίστηκαν σε 6 μαθητές (6,7%). Οι πιο συχνές θετικές απαντήσεις στην κλίμακα της Young ήταν για 36 (39,6%) εφήβους «η ανάγκη παράτασης του χρόνου που μένει κάποιος στο διαδίκτυο, προκειμένου να επιτύχει μεγαλύτερα επίπεδα ευχαρίστησης» και για 27 (30%) εφήβους «η χρήση του διαδικτύου ως μέσο απόδρασης από δυσφορικά συναισθήματα».

Διενεργήθηκε ανάλυση παραγόντων στην κλίμακα στάσεων απέναντι στον διαδικτυακά εθισμένο χρήστη προκειμένου να διερευνηθεί πώς οι έφηβοι ομαδοποιούν τα χαρακτηριστικά, συμπτώματα και συμπεριφορές που αποδίδουν στο διαδικτυακά εθισμένο χρήστη. Στον πίνακα συναφειών, η ορίζουσα είναι  $<0,000001$ , το κριτήριο Kaiser Meyer Olkin = 0,52. Η αποδιδόμενη στους παράγοντες διασπορά βρέθηκε να είναι ίση με 38,7. Διενεργήθηκε ορθογώνια περιστροφή των αξόνων προκειμένου να διατηρηθούν οι διαστάσεις ανεξάρτητες. Στην ανάλυση παραγόντων προέκυψαν τέσσερις ισχυρές διαστάσεις (βλ. Πίνακας 1 και Γράφημα 1). Το παραπάνω αποτελεί μια πρώτη ένδειξη σχετικά με το ότι οι μαθητές κατάφεραν να αναγνωρίσουν συμπεριφορές και συμπτώματα που σχετίζονται με το διαδικτυακό εθισμό και με συμπεριφορές που σχετίζονται με καθημερινή χρήση του διαδικτύου, όπως θα δούμε στη συνέχεια. Το κατώτατο κριτήριο cut-off επιλογής για τις φορτίσεις ορίστηκε το 0,4 (Tabachnick & Fidell, 2007). Ο πρώτος παράγοντας αναφέρεται στην Κοινωνική απόσυρση – Έκπτωση της λειτουργικότητας του διαδικτυακά εθισμένου χρήστη (προτάσεις: 39, 6, 41, 4, 3, 34, 17, 21, 22, 16, 31). Για τον παράγοντα αυτό, χαρακτηριστικό παράδειγμα πρότασης είναι: «προτιμά να ασχολείται με το

διαδίκτυο παρά με άλλα πειστικά γεγονότα που μπορεί να αφορούν τη ζωή του». Ο δεύτερος παράγοντας αναφέρεται στην Αντοχή (προτάσεις: 10, 1, 18, 22, 13, 9, 16, 19, 2). Για τον παράγοντα αυτό χαρακτηριστικό παράδειγμα πρότασης είναι: «ο χρόνος που βρίσκεται στο διαδίκτυο αυξάνεται όλο και περισσότερος. Ο τρίτος παράγοντας αναφέρεται σε Καθημερινές χρήσεις του διαδικτύου (προτάσεις: 28, 25, 37, 38, 35, 26, 31). Για τον παράγοντα αυτό χαρακτηριστικό παράδειγμα πρότασης είναι: «ελέγχει καθημερινά το e-mail του». Ο τέταρτος παράγοντας αναφέρεται σε Χαρακτηριολογικού τύπου διατυπώσεις απέναντι στο διαδικτυακά εθισμένο χρήστη (προτάσεις: 29, 27, 30, 7, 40, 5, 24). Για τον παράγοντα αυτό, χαρακτηριστικό παράδειγμα προτάσεων είναι: «είναι ο τύπος του ανθρώπου που λέει πάντα ψέματα» (βλ. Πίνακα 1).

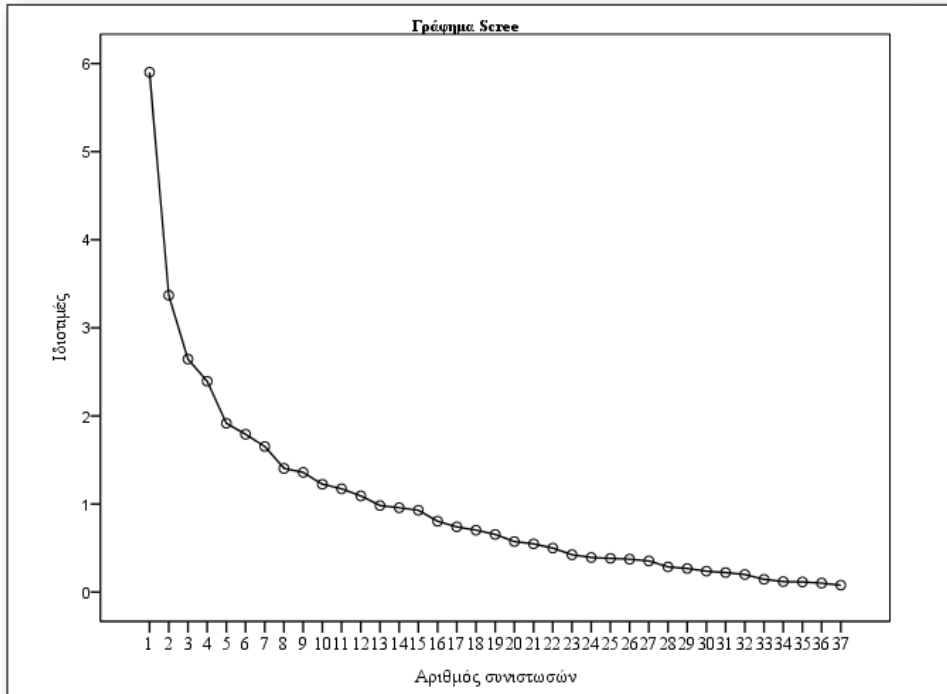
**Πίνακας 1:** Ανάλυση παραγόντων. Φορτίσεις των 41 προτάσεων για τους 4 παράγοντες όπως προέκυψαν από τις αξιολογήσεις των εφήβων στην Κλίμακα διερεύνησης στάσεων απέναντι στον διαδικτυακά εθισμένο χρήστη

	1	2	3	4
39. Αντιμετωπίζει προβλήματα με το σχολείο εξαιτίας του ότι συχνά είναι μέσα στο διαδίκτυο.	0,71			
6. Προτιμά να ασχολείται με το διαδίκτυο παρά να ασχολείται με άλλα πειστικά γεγονότα που μπορεί να αφορούν την προσωπική του ζωή.	0,67			
41. Είναι ο τύπος του ανθρώπου που νοιώθει πιο άνετα να είναι με αντικείμενα παρά με ανθρώπους.	0,64			
4. Κάθε φορά που, δεν είναι συνδεδεμένος στο διαδίκτυο, πιάνει τον εαυτό του να ανησυχεί για το τι συμβαίνει στο διαδίκτυο.	0,56			
3. Θυσιάζει στο διαδίκτυο σημαντικό μέρος του ελεύθερου χρόνου του ή του χρόνου που θα είχε για κοινωνικές συναναστροφές.	0,54			
34. Χρησιμοποιεί το διαδίκτυο ως τρόπο απόδρασης από προβλήματα ή ως ανακούφιση από δυσφορικά συναισθήματα (π.χ. να νιώθει αβοήθητος, ένοχος, να νιώθει άγχος ή θλίψη αντίστοιχα).	0,53			
17. Η παραγωγικότητα του στη δουλειά ή το σχολείο μειώνεται εξαιτίας του χρόνου που ξοδεύει στο διαδίκτυο.	0,51			

21. Νιώθει ότι ασχολείται υπερβολικά με το διαδίκτυο (σκέφτεται σχετικά με προηγούμενες on-line δραστηριότητες ή περιμένει με ανυπομονησία την επόμενη φορά που θα επανασυνδεθεί).	0,46			
22. Συχνά νιώθει την ανάγκη να χρησιμοποιεί όλο και περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο με σκοπό να επιτύχει μεγαλύτερη ικανοποίηση.	0,45			
16. Οι φίλοι και η οικογένειά του, συχνά, του κάνουν παράπονα σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου.	0,44			
31. Αφιερώνει τον περισσότερο χρόνο που βρίσκεται μέσα στο διαδίκτυο σε συνομιλίες τύπου chat.	0,44			
10. Ο χρόνος που βρίσκεται στο διαδίκτυο αυξάνεται όλο και περισσότερο.		0,70		
1. Η ποσότητα των πληροφοριών που κατεβάζει από το διαδίκτυο δεν του είναι ποτέ αρκετή.		0,65		
18. Συχνά συλλαμβάνει τον εαυτό του να προσπαθεί σκόπιμα και για μεγάλες χρονικές περιόδους να συνδεθεί στο διαδίκτυο.		0,58		
22. Συχνά νιώθει την ανάγκη να χρησιμοποιεί όλο και περισσότερο χρόνο το διαδίκτυο με σκοπό να επιτύχει μεγαλύτερη ικανοποίηση.		0,50		
13. Περνάει τις περισσότερες ώρες της ημέρας «μέσα στο διαδίκτυο» είτε έχει είτε όχι να κάνει κάποια δουλειά με το αυτό.		0,48		
9. Κάθε φορά που, δεν μπορεί να συνδεθεί στο διαδίκτυο, ασχολείται αποκλειστικά με τη σκέψη να συνδεθεί στο διαδίκτυο.		0,47		
16. Οι φίλοι και η οικογένειά του συχνά του κάνουν παράπονα σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου.		0,47		
19. Συχνά φτάνει αργοπορημένος σε συναντήσεις (ραντεβού) εξαιτίας του ότι παρατείνει την ώρα που είναι συνδεδεμένος.		0,46		
2. Χρησιμοποιεί συχνά το διαδίκτυο όταν δεν έχει καλή διάθεση για να νιώσει καλύτερα.		0,40		
28. Είναι κάποιος που καταφεύγει στο διαδίκτυο για αναζήτηση πληροφοριών για κάτι που θέλει να μάθει.			0,74	

25. Είναι κάποιος που «κατεβάζει» από το διαδίκτυο μουσική ή ταινίες.			0,71	
37. Ελέγχει καθημερινά το e-mail του.			0,67	
38. Μπαίνει καθημερινά στην προσωπική του σελίδα ή σε σελίδες κοινωνικού προφίλ (π.χ. facebook, hi5).			0,55	
35. Είναι κάποιος που προτιμά να στέλνει e-mail από το να στέλνει ταχυδρομικές επιστολές.			0,53	
26. Αφιερώνει τον περισσότερο χρόνο που βρίσκεται μέσα στο διαδίκτυο σε παιχνίδια τζόγου ή ηλεκτρονικά στοιχεία.			0,52	
31. Αφιερώνει τον περισσότερο χρόνο που βρίσκεται μέσα στο διαδίκτυο σε συνομιλίες τύπου chat.			0,47	
29. Είναι ο τύπος του ανθρώπου που λέει πάντα ψέματα.			0,71	
27. Νιώθει ένοχος για το χρόνο που ξοδεύει στο διαδίκτυο.			0,57	
30. Πάντα, έχει επίγνωση της εξάρτησής του από το διαδίκτυο.			0,50	
7. Όταν είναι off line ξοδεύει αρκετό χρόνο κάνοντας πράγματα που σχετίζονται με το διαδίκτυο.			0,48	
40. Λέει ψέματα σε μέλη της οικογένειάς του, σε θεραπευτή ή σε άλλους για να κρύψει την έκταση της εμπλοκής του με το διαδίκτυο.			0,47	
5. Κάνει προσπάθειες να μειώσει το χρόνο χρήσης του διαδικτύου, χωρίς ωστόσο να τα καταφέρνει.			0,46	
24. Έχει διακινδυνεύσει ή ρισκάρει να χάσει μια σημαντική σχέση, μια δουλειά, μια εκπαιδευτική ή μια επαγγελματική ευκαιρία εξαιτίας του διαδικτύου.			0,40	

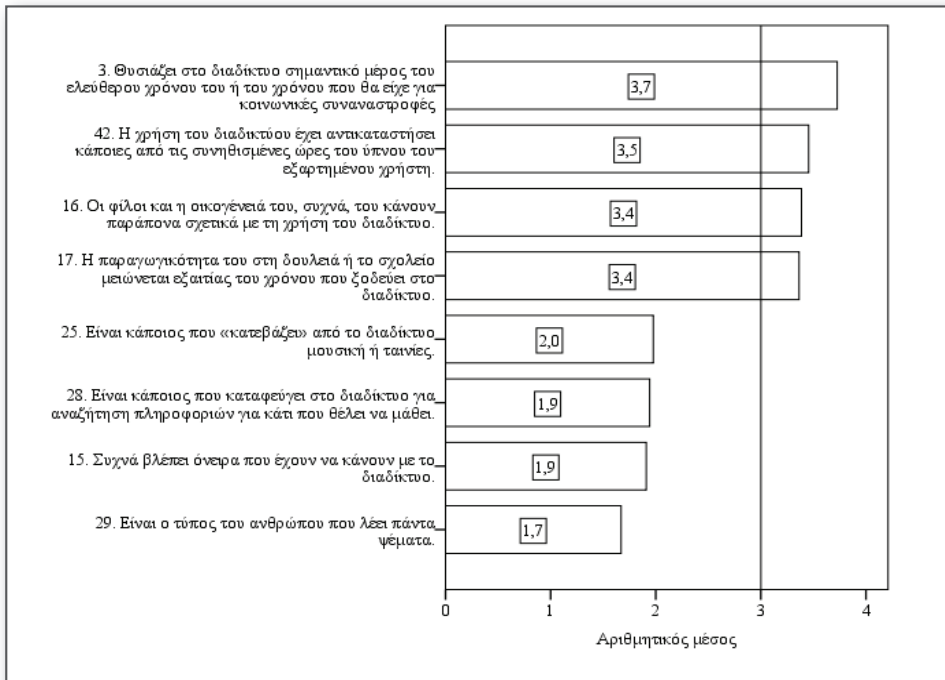
**Γράφημα 1:** Γραφική παράσταση ιδιοτιμών από την ανάλυση παραγόντων της Κλίμακας Διερεύνησης Στάσεων απέναντι στον Διαδικτυακά Εθισμένο Χρήστη όπως αξιολογήθηκε από τους εφήβους



Όπως προέκυψε από τις απαντήσεις των εφήβων, όλες οι αξιολογήσεις στη διάσταση των καθημερινών χρήσεων του διαδικτύου δεν υπερβαίνουν την τιμή 3 (ερωτήσεις 25 ( $M=1,96$   $SD=1,12$ ), 26 ( $M=2,26$   $SD=0,91$ ), 28 ( $M=1,91$   $SD=1,07$ ), 31 ( $M=2,64$   $SD=0,96$ ), 35 ( $M=2,94$   $SD=1,14$ ), 37 ( $M=2,60$   $SD=1,13$ ), 38 ( $M=2,86$   $SD=1,08$ )). Όπως προκύπτει τόσο μέσα από τις τιμές των διαστάσεων της παραγοντικής ανάλυσης όσο και μέσα από τις τιμές των προτάσεων οι έφηβοι περιγράφουν τον διαδικτυακά εθισμένο χρήστη, κυρίως μέσα από τους όρους της Κοινωνικής Απόσυρσης ( $M=3,06$ ,  $SD=0,50$ ) και της Αντοχής στη χρήση του διαδικτύου ( $M=3,19$ ,  $SD=0,50$ ). Αντίθετα οι έφηβοι εξέφρασαν μια διαφωνία αναφορικά με τις διαστάσεις των Χρήσεων του διαδικτύου ( $M=2,45$   $SD=0,65$ ) και των Χαρακτηριολογικών κρίσεων απέναντι στον διαδικτυακά εθισμένο χρήστη ( $M=2,37$   $SD=0,54$ ). Ειδικότερα, αναφορικά με τις τιμές σε επίπεδο προτάσεων, οι έφηβοι περιγράφουν τον διαδικτυακά εθισμένο χρήστη μέσα από τις εξής προτάσεις: 3,42,16,17, ενώ, όπως προκύπτει από τους μέσους όρους των διαστάσεων, οι έφηβοι τείνουν να διαφωνούν με προτάσεις που εντάσσονται στις 2 τελευταίες διαστάσεις, όπως φαίνεται από τις τιμές των εξής προτάσεων: 29,15,28,25 (βλ. Γράφημα 2).



**Γράφημα 2:** Υψηλότεροι και κατώτατοι μέσοι όροι βαθμού συμφωνίας με τις προτάσεις του ερωτηματολογίου Στάσεων Απέναντι στον Διαδικτυακά Εθισμένο Χρήστη



Όπως προέκυψε από τις συσχετίσεις του δείκτη διαδικτυακού εθισμού, οι έφηβοι με υψηλότερα επίπεδα στον αυτοαναφερόμενο διαδικτυακό εθισμό έτειναν να υποστηρίζουν ότι ο διαδικτυακά εθισμένος χρήστης «προτιμά να ασχολείται με το διαδικτυακό παρά με πιεστικά γεγονότα ζωής» ( $\rho=0,25$ ,  $p<0,05$ ), να περνά τις περισσότερες ώρες της μέρας άσκοπα στο διαδικτυακό ( $\rho=0,28$ ,  $p<0,05$ ), έχει διακινδυνεύσει να ρισκάρει μια σημαντική σχέση ή ευκαιρία λόγω της ενασχόλησής του με το διαδικτυακό ( $\rho=0,25$ ,  $p<0,05$ ). Η κλίμακα προσωπικών στάσεων, όπως προέκυψε μετά από έλεγχο με το δείκτη  $\rho$  του Spearman, δεν εμφάνισε συστηματική συσχέτιση με το δείκτη διαδικτυακού εθισμού, και τους δείκτες των πεπειθήσεων απέναντι στο διαδικτυακά εθισμένο χρήστη. Αναφορικά με το φύλο, όπως προέκυψε με τις συγκρίσεις με το κριτήριο Mann Whitney, τα κορίτσια εμφανίζουν υψηλότερους δείκτες σε προτάσεις που αναφέρονταν σε καταναγκαστική χρήση και μείωση της λειτουργικότητας (προτάσεις: 1.  $U(91)=2,11$ ,  $p<0,05$ , 7.  $U(91)=2,89$ ,  $p<0,01$ , 9.  $U(91)=2,26$ ,  $p<0,05$ , 11.  $U(91)=2,04$ ,  $p<0,05$ , 13.  $U(91)=2,42$ ,  $p<0,05$ , 16.  $U(91)=2,05$ ,  $p<0,05$ , 17.  $U(91)=2,25$ ,  $p<0,05$ ), ενώ τα αγόρια σε προτάσεις που αναφέρονται σε αυτο-επίγνωση του διαδικτυακού εθισμού και σε γνώσεις αναφορικά

με την προστασία της ιδιωτικότητας (προτάσεις: 30.  $U(91)= 2,03, p<0,05, 33. U(91)= 2,15, p<0,05$ ).

### 3. Συζήτηση

Αναφορικά με τον επιπολασμό του διαδικτυακού εθισμού, ανάλογα ευρήματα εντοπίζουμε και στη βιβλιογραφία (Demetrovics, Szeredi & Rozsa, 2008. Pallanti, Bernardi & Quercioli 2006. Chou & Hsiao, 2000. Siomos et al., 2008. Tsitsika et al., 2009): Όπως προέκυψε από τις απαντήσεις των εφήβων και επιβεβαιώθηκε και από την παραγοντική δομή της κλίμακας στάσεων απέναντι στον διαδικτυακό εθισμένο χρήστη, οι έφηβοι κατάφεραν να διακρίνουν τις προτάσεις που αναφέρονται σε συμπτώματα του διαδικτυακού εθισμού, από προτάσεις που αναφέρονται σε χρήσεις του διαδικτύου και αξιολογικές κρίσεις για τον χαρακτήρα του διαδικτυακά εθισμένου χρήστη. Ωστόσο, αξίζει να επισημάνουμε ότι ακόμα και οι υψηλότερες τιμές δεν ξεπερνούσαν την τιμή 4, γεγονός που ίσως αποτελεί μια ένδειξη ότι οι έφηβοι δεν έχουν επαρκώς διαμορφωμένη στάση απέναντι στο φαινόμενο του διαδικτυακού εθισμού και το προφίλ του διαδικτυακά εθισμένου χρήστη.

Όταν η ομάδα στόχος των παρεμβάσεων πρόληψης για το διαδικτυακό εθισμό είναι παιδιά και έφηβοι, μεγάλο μέρος της θεραπευτικής διαδικασίας γίνεται τόσο με τους γονείς όσο και με τους εκπαιδευτικούς. Μεσολαβούσες μεταβλητές τόσο στο σχολικό όσο και στο οικογενειακό πλαίσιο δύναται να προάγουν, να ενισχύουν αλλά και να αναστέλλουν συμπεριφορές παθολογικής εμπλοκής με το διαδίκτυο. Η εκπαίδευση και η ευαισθητοποίηση σε θέματα διαδικτυακού εθισμού θα πρέπει να ενταχθεί και στο πλαίσιο του σχολείου. Σύμφωνα με το τριαρχικό μοντέλο παρεμβάσεων ψυχικής υγείας ενταγμένων στο σχολείο (Pfeiffer & Reddy, 1998), η πρώτη διάσταση περιλαμβάνει προγράμματα πρόληψης, η δεύτερη συνδέεται με εξειδικευμένα προγράμματα αναφορικά με το διαδικτυακό εθισμό και η τρίτη με μείωση των εμποδίων για πρόσβαση σε κατάλληλες εξειδικευμένες υπηρεσίες, εμπλοκή και ενδυνάμωση γονέων και διασύνδεση με υπηρεσίες κοινότητας. Η ψυχοεκπαίδευση και η ευαισθητοποίηση γονέων και εκπαιδευτικών κρίνονται ιδιαίτερα σημαντικές προκειμένου να ενισχυθεί η αποτελεσματικότητα των προγραμμάτων παρέμβασης (Yen, Yen, Chen, et al., 2008. Huang, Zhang, Li, et al., 2010). Ιδιαίτερα σημαντικός είναι ο ρόλος των σχολικών ψυχολόγων και των καταρτισμένων ειδικών ψυχικής υγείας σε θέματα διαδικτυακού εθισμού προκειμένου να συντονίζουν τις απαραίτητες ενέργειες ανάμεσα στην οικογένεια και στο σχολικό πλαίσιο. Η ψυχοεκπαίδευση των γονέων και των εκπαιδευτικών συνίσταται στα εξής: ευαισθητοποίηση αναφορικά με το τι είναι διαδικτυακός εθισμός, αναγνώριση των συναισθημάτων των παιδιών και των εφήβων, προαγωγή αποτελεσματικών στρατηγικών επικοινωνίας γονέα-παιδιού και εκπαιδευτικού-μαθητή, στρατηγικές ρύθμισης συμπεριφοράς και συναισθημάτων (Beard, 2011), κατανόηση διεργασιών της ψυχολογικής ανάπτυξης του

παιδιού και παρέμβαση σύμφωνη με τα αναπτυξιακά στάδια στα οποία βρίσκεται το παιδί και ο έφηβος.

Στο πλαίσιο της προαγωγής της ασφαλούς πλοήγησης στο διαδίκτυο και της ευαισθητοποίησης αναφορικά με το διαδικτυακό εθισμό, μαθητές, γονείς και εκπαιδευτικοί στην Ελλάδα μπορούν αν ενημερώνονται μέσω των διαδικτυακών κόμβων του Saferinternet ([www.saferinternet.gr](http://www.saferinternet.gr)), της Ασφάλειας στο Διαδίκτυο του Πανελληνίου Σχολικού Δικτύου ([internet-safety.sch.gr](http://internet-safety.sch.gr)), της Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης της Διαταραχής Εθισμού στο διαδίκτυο ([www.hasiad.gr](http://www.hasiad.gr)) και της τηλεφωνικής Γραμμής Βοήθειας ΥποΣΤΗΡΙΖΩ 80011 80015.

Η παρούσα μελέτη εμφανίζει κάποιους περιορισμούς αναφορικά με το δείγμα. Ειδικότερα, το δείγμα της παρούσας μελέτης ήταν συμπτωματικό αναφορικά με τον πληθυσμό των εφήβων στην Ελλάδα, συνεπώς, προτείνεται η γενίκευση των ευρημάτων σε εφήβους που έχουν παρόμοια χαρακτηριστικά με αυτά του δείγματος. Τέλος, το μέγεθος του δείγματος ήταν σε οριακό επίπεδο για διενέργεια παραγοντικής ανάλυσης (Tabachnick & Fidell, 2007), γεγονός που είχε αντίκτυπο στο κριτήριο ΚΜΟ που εμφάνισε σχετικά χαμηλή τιμή.

Προτείνεται η διερεύνηση των στάσεων των μαθητών μέσα από πολυμεθοδολογικές προσεγγίσεις, καθώς επίσης και η διερεύνηση μέσα από μια αναπτυξιακή οπτική της εμπλοκής με το διαδίκτυο και των κινδύνων που ελλοχεύει για τους εφήβους. Προτείνεται επίσης η μεταφορά καλών πρακτικών και η ιστορικοπολιτισμική προσαρμογή κατάλληλων προγραμμάτων παρέμβασης για την ευαισθητοποίηση ολόκληρης της σχολικής κοινότητας για θέματα που σχετίζονται με το διαδικτυακό εθισμό.

## Βιβλιογραφία

- Γεώργας, Δ. (1999) *Κοινωνική Ψυχολογία*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.
- Beard, K.W. (2011) Treatment considerations with children and adolescents In H.O., Price (eds) *Internet Addiction. Psychology of Emotions, Motivations and actions*. New York: Nova Science Publishers, Inc.
- Byun, S., Ruffini, C., Mills, J.E., Douglas, A.C., Niang, M., Stepchenkova, S., Lee, S.K., Loutfi, J., Lee, J.K, Atallah, M. & Blanton, M. (2009) Internet Addiction: Metasynthesis of 1996–2006, *Quantitative Research Cyberpsychology & Behavior*, 12(2), 203–207.
- Chou, C. & Hsiao, M.C. (2000) Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: the Taiwan college students' case. *Computers & Education*, 35, 65–80.
- Crowne, D.P. & Marlowe, D. (1960) A scale of social desirability independent of pathology. *Journal of Consulting Psychology*, 24(4), 349–354.

- Demetrovics, Z., Szeredi, B. & Rozsa, S. (2008) The three factor model of Internet addiction: The development of the Problematic Internet Use Questionnaire. *Behavior Research Methods*, 40(2), 563–574.
- Huang, T.R.X., Zhang W.J.H. & Li Z.Y.M. (2010) Proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *Addiction* 105, 556-564.
- Pallanti, S., Bernardi, S. & Quercioli, L. (2006) The shorter PROMIS questionnaire and the Internet Addiction Scale in the assessment of multiple addictions in a high school population: prevalence and related disability. *CNS Spectrums*, 11, 966–974.
- Pfeiffer, S.I. & Reddy, L.A. (1998) School-based mental health programs in the United States: Present status and a blueprint for the future. *School Psychology Review*, 27(1), 84-96.
- Rosenberg, M.J. & Hovland, C.L. (1960) Cognitive, affective and behavioral components of attitudes. In C.L., Hovland & M.J., Rosenberg (eds.). *Attitude, organization and change* (pp 1 14). New Haven, Conn:Yale U.
- Siomos, K.E., Dafouli, E.D., Braimiotis, D.A., Mouzas, O.D. & Angelopoulos, N.V. (2008) Internet addiction among Greek adolescent students, *CyberPsychology & Behavior*, 11(6), 653–657.
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. (2007) Using Multivariate Statistics. (5th ed.), Boston: Allyn and Bacon.
- Thorens, G., Khazaal, Y., Billieux, J., Van der Linden, M. & Zullino, D. (2009) Swiss Psychiatrists' Beliefs and Attitudes about Internet Addiction. *Psychiatric Quarterly*, 80(2), 117 123.
- Tsai, C.C, Lin, S.S.J. (2001) Analysis of Attitudes Toward Computer Networks and Internet Addiction of Taiwanese Adolescents. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 373 376.
- Tsitsika, A., Critselis, E., Kormas, G., Filippopoulou, A., Tounissidou, D., Freskou, A., Spiliopoulou, T., Louizou, A., Konstantoulaki, E. & Kafetzis, D. (2009) Internet use and misuse: a multivariate regression analysis of the predictive factors of internet use among Greek adolescents. *Eur J Pediatr*, 168(6), 655–665.
- Τσουβέλας Γ & Γιωτάκος, Ο. (2011) Παθολογική εμπλοκή με το διαδίκτυο και χρήσεις διαδικτύου σε φοιτητές. *Ψυχιατρική* 22(3), 221-231.
- Yen, J.Y., Ko, C.H., Yen, C.F., Chen, S.H., Chung, W.L. & Chen, C.C. (2008) Psychiatric symptoms in adolescents with internet addiction: comparison with substance use. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 62, 9–16.
- Young, K. (1998) Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 3(1), 237–244.