

## Συνέδρια της Ελληνικής Επιστημονικής Ένωσης Τεχνολογιών Πληροφορίας & Επικοινωνιών στην Εκπαίδευση

Τόμ. 1 (2011)

2ο Πανελλήνιο Συνέδριο: «Ένταξη και χρήση των ΤΠΕ στην Εκπαιδευτική Διαδικασία»



Εθισμός στο Διαδίκτυο - Έρευνα στην Ελλάδα

Α. Σοφός, Η. Αθανασιάδης, Κ. Διάκος, Α. Δούκα

### Βιβλιογραφική αναφορά:

Σοφός Α., Αθανασιάδης Η., Διάκος Κ., & Δούκα Α. (2023). Εθισμός στο Διαδίκτυο - Έρευνα στην Ελλάδα. *Συνέδρια της Ελληνικής Επιστημονικής Ένωσης Τεχνολογιών Πληροφορίας & Επικοινωνιών στην Εκπαίδευση, 1*, 0825–0836. ανακτήθηκε από <https://eproceedings.epublishing.ekt.gr/index.php/cetpe/article/view/4834>

## Εθισμός στο Διαδίκτυο – Έρευνα στην Ελλάδα

Α. Σοφός<sup>1</sup>, Η. Αθανασιάδης<sup>2</sup>, Κ. Διάκος<sup>3</sup>, Α. Δούκα<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Π.Τ.Δ.Ε., Πανεπιστήμιο Αιγαίου, Isofos@rhodes.aegean.gr

<sup>2</sup>Π.Τ.Δ.Ε., Πανεπιστήμιο Αιγαίου, athanasiadis@rhodes.aegean.gr

<sup>3</sup>Π.Τ.Δ.Ε., Πανεπιστήμιο Αιγαίου, diakoskon@gmail.com

<sup>4</sup>Π.Τ.Δ.Ε., Πανεπιστήμιο Αιγαίου, athanaduk@hotmail.com

### Περίληψη

Ένα φαινόμενο που αναδύεται στις μέρες μας είναι ο εθισμός στο Διαδίκτυο. Έρευνες, ελληνικές και διεθνείς που έχουν προσανατολιστεί στη μελέτη του, φανερώνουν ότι οι έφηβοι αποτελούν μια κοινωνική ομάδα που παρουσιάζεται ως «υψηλού κινδύνου». Σκοπός, λοιπόν, της παρούσας εργασίας είναι να διαπιστωθεί το μέγεθος του εθισμού στο Διαδίκτυο σε μαθητές Γυμνασίου και Λυκείου στην Ελλάδα, ηλικίας 13 έως 18 ετών. Επιμέρους στόχοι είναι να διερευνηθεί η διεύθυνση του Διαδικτύου στους νέους και να εξερευνηθούν παράγοντες που σχετίζονται με τον εθισμό. Για το λόγο αυτό, διεξήχθη ποσοτική έρευνα, με διαγνωστικό ερωτηματολόγιο σε 1.091 μαθητές. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ποσοστό εθισμού στο σύνολο των ερωτηθέντων 11,82%. Τα αποτελέσματα αυτά αναδεικνύουν παράγοντες που σχετίζονται με το φαινόμενο του εθισμού στους έφηβους, ενώ, μέσα από τα πορίσματα της διεθνούς βιβλιογραφίας, προσφέρουν προτάσεις για πιθανούς τρόπους αντιμετώπισης και μέτρα πρόληψης που απευθύνονται στο οικογενειακό περιβάλλον, στο σχολικό περιβάλλον και σε κάθε εμπλεκόμενο φορέα.

**Λέξεις κλειδιά:** εθισμός, Διαδίκτυο, μαθητές

### 1. Εισαγωγή

Το Διαδίκτυο έχει χαρακτηριστεί ως μια πολύτιμη πηγή γνώσης, ένα εργαλείο ενημέρωσης, ροής πληροφορίας, επικοινωνίας και διασκέδασης. Διαδραματίζει, και θα εξακολουθεί να διαδραματίζει, σημαντικό ρόλο στη σημερινή εποχή, παρέχοντας σημαντικά οφέλη και διευκολύνσεις στον άνθρωπο. Αποτελεί μια από τις σημαντικότερες εφαρμογές της τεχνολογίας των τελευταίων ετών και η χρήση του επεκτείνεται ραγδαία μεταξύ όλων των ηλικιακών ομάδων, η πρόσβαση έχει γίνει πλέον εφικτή στον καθένα και ο αριθμός των χρηστών του Διαδικτύου αυξάνεται παγκοσμίως με υψηλό ρυθμό. Όμως, σημαντικά προβλήματα μπορεί να προκύψουν από την αλόγιστη χρήση και από την έλλειψη ενημέρωσης και πληροφόρησης, ιδιαίτερα σε ό, τι αφορά τους εφήβους και γενικότερα τους νέους (Σοφός 2009). Η πιο συνηθισμένη προβληματική συμπεριφορά έχει να κάνει με την υπερβολική χρήση του Διαδικτύου, η οποία επιφέρει και άλλες σημαντικές επιπτώσεις στη ζωή του ανθρώπου. Στην προσπάθεια ορισμού της υπερβολικής χρήσης του Διαδικτύου από τον άνθρωπο, πολλές ονομασίες χρησιμοποιήθηκαν από τους επιστήμονες. Η λέξη *εθισμός* έχει προκαλέσει αρκετές συζητήσεις και διαφωνίες, καθώς δεν είναι λίγοι οι επιστήμονες που πιστεύουν ότι ο *εθισμός* μπορεί να υπάρξει μόνο σε περιπτώσεις που

συμπεριλαμβάνεται η χρήση ή η χορήγηση χημικών ουσιών (Bratter and Forrest, 1985). Παρόλα αυτά, τις δύο τελευταίες δεκαετίες οι ψυχολόγοι έχουν αρχίσει να αναγνωρίζουν ότι οι εθισμοί αναπτύσσονται πιο πολύ από τους ίδιους τους ασθενείς παρά από χημικές ουσίες. Αυτή η πεποίθηση εξηγείται και από την επιστήμη της Νευροβιολογίας, από την έκλυση ντοπαμίνης (νευροδιαβιβαστής ηδονής) από τον οργανισμό τη στιγμή του ενθουσιασμού ή της ικανοποίησης. Προκαλείται από μη χημική διαδικασία αλλά έχει τις ίδιες επιδράσεις στον άνθρωπο όπως το αλκοόλ και οι ναρκωτικές ουσίες. Ίσως έτσι εξηγείται και το γεγονός ότι οι άνθρωποι συνηθίζουν να λένε στην καθημερινή γλώσσα ότι κάποιος είναι *εθισμένος* σε πολλά πράγματα όπως το φαγητό, το σεξ, τον τζόγο, τα ψώνια, τη δουλειά. (Truan, 1993). Από τις αρχές της δεκαετίας του 90, εκδηλώθηκε ενδιαφέρον από τους επιστήμονες για την εμφάνιση του φαινομένου της υπερβολικής χρήσης της νέας τεχνολογίας. Το 1990, ο Keopers πρώτος, μιλάει για *τεχνολογική εξάρτηση* παίρνοντας αφορμή από ένα μικρό αγόρι εξαρτημένο από τα βιντεοπαιχνίδια. Το 1991, η Shotten αναφέρεται στον *εθισμό στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές* και στους *εξαρτημένους* χρήστες αυτών, που συνήθως είναι άντρες που έχουν μεγάλο ενδιαφέρον για την τεχνολογία και την επιστήμη. Δεν εξαιρεί και τις γυναίκες, που έχουν μεν λιγότερο ενδιαφέρον να αγοράσουν έναν ηλεκτρονικό υπολογιστή σε σχέση με τους άντρες, αλλά όταν το κάνουν, έχουν τις ίδιες πιθανότητες να εθιστούν στη χρήση του (Shotten, 1991). Τα δεδομένα άλλαξαν μέσα στη δεκαετία με την αλματώδη ανάπτυξη του Διαδικτύου και πλέον δε μιλάμε για εθισμό στον ηλεκτρονικό υπολογιστή αλλά για εθισμό στο Διαδίκτυο. Ωστόσο, δεν υπάρχει ακόμα ένας συγκεκριμένος ορισμός για το φαινόμενο, παρά το γεγονός ότι όλοι οι επιστήμονες συμφωνούν για την ύπαρξη του προβλήματος. Κάθε επιστήμονας ορίζει με το δικό του τρόπο τον εθισμό στο Διαδίκτυο: Ο Griffiths πιστεύει ότι είναι ένα είδος του εθισμού στην τεχνολογία, ακριβώς όπως και ο εθισμός στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές. Ο εθισμός σε κάθε είδους τεχνολογία είναι και αυτός ένα υποσύνολο συμπεριφοριστικών εθισμών, όπως ο παθολογικός τζόγος (Griffiths, M. D., 1998). Ο Kandell ορίζει τον εθισμό στο Διαδίκτυο ως μια ψυχολογική εξάρτηση του χρήστη, ανεξάρτητα με τι δραστηριότητα έχει όταν συνδέεται και πλοηγείται στο Διαδίκτυο (Kandell, J. J., 1998). Από τον Davis ορίστηκε η *παθολογική χρήση του Διαδικτύου*. Σύμφωνα με τον Davis, διακρίνονται δύο τύποι παθολογικής χρήσης του Διαδικτύου: η συγκεκριμένη παθολογική χρήση του Διαδικτύου (SPIU), που αναφέρεται σε εκείνους που ικανοποιούν συγκεκριμένες λειτουργίες, όπως εμπορικές συναλλαγές, δημοπρασίες, τραπεζικές συναλλαγές, διακίνηση πορνογραφικού υλικού, και η γενικευμένη παθολογική χρήση (GPIU), που χρησιμοποιείται για να περιγράψει τη γενική και πολυδιάστατη χρήση του Διαδικτύου δίχως κάποιο προκαθορισμένο στόχο (Davis, 2001). Εξαιτίας αυτής της διαφωνίας που επικρατεί μεταξύ των επιστημόνων, είναι δύσκολο να οριστεί με έναν μοναδικό τρόπο ο εθισμός στο Διαδίκτυο. Αυτή η κατάσταση επιδεινώνεται από το γεγονός ότι δεν έχει αποφασιστεί ακόμα, από την επιστημονική κοινότητα, αν το φαινόμενο εμπίπτει στην κατηγορία της διαταραχής και αν πρέπει να συμπεριληφθεί στο Αμερικανικό Ταξινομικό Ψυχιατρικό Σύστημα DSM. Τον Φεβρουάριο του 2010 προτάθηκε ο εθισμός στο Διαδίκτυο με τον όρο «Internet Addiction Disorder», ως μία από τις νέες προς ένταξη ψυχιατρικές

διαταραχές.

Η ταχύτατη εξάπλωση του φαινομένου είναι παγκόσμια, και σε συνδυασμό με την επίσης ταχύτατη διείσδυση του Διαδικτύου, δημιουργούνται φόβοι για αυξητικές τάσεις. Πρόκειται για ένα φαινόμενο που φαίνεται να παρουσιάζει κρούσματα σε όλες τις ηλικίες και τις κοινωνικές ομάδες. Σύμφωνα με τις πιο πρόσφατες έρευνες, εκτιμάται ότι περίπου 9 εκατομμύρια Αμερικανοί και 10 εκατομμύρια Κινέζοι πολίτες μπορούν να χαρακτηριστούν ως εθισμένοι στο Διαδίκτυο, με επιπτώσεις στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις, που περιλαμβάνουν απώλεια ελέγχου των παρορμήσεων, έντονη επιθυμία για απόσυρση, κοινωνική απομόνωση, συζυγικά προβλήματα, ακαδημαϊκές αποτυχίες και οικονομικά χρέη (Ελληνική Εταιρία Μελέτης Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο, 2010).

Το φαινόμενο του εθισμού των νέων στο Διαδίκτυο τείνει να πάρει επικίνδυνες διαστάσεις και στη χώρα μας. Όπως θα δούμε και παρακάτω, σύμφωνα με τα πρώτα επιστημονικά στοιχεία, ο εθισμός κυμαίνεται σε ποσοστό 8% με 15%, σε μια χώρα που η διείσδυση του Διαδικτύου κυμαίνεται ακόμη σε χαμηλά επίπεδα. Η ηλικία των χρηστών έχει την τάση να ποικίλει ανάλογα με την έρευνα, αν και τα περισσότερα ερευνητικά δεδομένα ταξινομούν τους φοιτητές και τους εφήβους σταθερά ως τις ομάδες με τον υψηλότερο κίνδυνο για εθισμό μεταξύ των χρηστών. Ο ψηφιακός γραμματισμός (Sofos 2010) των παιδιών στην Ελλάδα, που ξεκίνησε στο μεγαλύτερο ποσοστό μέσα από την εμπειρική ενασχόληση, και όχι ως αποτέλεσμα συντονισμένης μαθησιακής διαδικασίας, ίσως αποτελεί την εξήγηση αυτού του ευρήματος.

## 2. Σκοπός και στόχοι της έρευνας

Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι να διερευνηθεί το ποσοστό του εθισμού στο Διαδίκτυο σε εφήβους μαθητές στην Ελλάδα, ηλικίας 13 έως 18 ετών. Το ερώτημα με άλλα λόγια είναι να αναδειχθεί το πρόβλημα του εθισμού στις νεαρές ηλικίες και τα βασικά χαρακτηριστικά του, υπό το πρίσμα των συνθηκών κάτω από τις οποίες εμφανίζεται. Τα επιμέρους ερευνητικά ερωτήματα είναι:

- 1) Σε ποιο βαθμό χρησιμοποιούν μαθητές το Διαδίκτυο;
- 2) Ποιο είναι το ποσοστό εθισμού στο Διαδίκτυο στους εφήβους της Ελλάδας;
- 3) Ο εθισμός στο Διαδίκτυο διαφοροποιείται σε σχέση με το φύλο;
- 4) Ποιοι είναι οι παράγοντες που σχετίζονται με τον εθισμό στο Διαδίκτυο;

## 3. Μεθοδολογική προσέγγιση

Η μεθοδολογική προσέγγιση δομείται σε 5 στάδια. Στο πρώτο, γίνεται εκτενής ανασκόπηση της βιβλιογραφίας σχετικά με τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Εντοπίστηκαν και μελετήθηκαν παρόμοιες έρευνες, τόσο διεθνείς, όσο και ελληνικές. Μια σημαντική παρατήρηση ήταν η περιορισμένη έκταση των ερευνών στην Ελλάδα. Πολύ λίγες έρευνες ήταν διαθέσιμες, ενώ ο κύριος όγκος των πηγών που

αξιοποιήθηκαν για την εργασία προήλθε από διεθνείς έρευνες. Η ελάχιστη ερευνητική δραστηριότητα για το φαινόμενο του εθισμού στην Ελλάδα σε μαθητές ήταν ακόμη ένας λόγος για την προσπάθεια αυτή.

Σε δεύτερο στάδιο, βάσει των ερευνητικών στόχων, έγινε βαθύτερη μελέτη του θεωρητικού πλαισίου που περιβάλλει τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Έτσι, μελετήθηκαν προηγούμενες επιστημονικές έρευνες, άρθρα σε επιστημονικά περιοδικά, βιβλία, ιστοσελίδες και διάφορες άλλες πηγές, σχετικά με τις βασικές θεωρητικές έννοιες, τους τύπους εθισμού στο Διαδίκτυο, τα πρώτα σημάδια, τις αιτίες, τις συνέπειες και τους τρόπους αντιμετώπισής του. Βάσει της βιβλιογραφικής ανασκόπησης του φαινομένου, στη συγκεκριμένη έρευνα, το προσεγγίζουμε σύμφωνα με την K. Young (1996). Το γεγονός ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο δεν είναι ενταγμένος στο DSM (Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorders) και άρα δεν είναι μια επίσημα αποδεκτή διαταραχή, προβλημάτισε την Young, η οποία όμως βρήκε τον τρόπο να δημιουργήσει τα διαγνωστικά κριτήριά του. Εξέτασε και διαπίστωσε τη σημαντική ομοιότητα του με τον παθολογικό τζόγο, μια διαταραχή ενταγμένη στο DSM. Έπειτα, επέλεξε από τα 10 διαγνωστικά κριτήρια, που παρείχε το DSM για τον παθολογικό τζόγο, τα 8, που πίστεψε ότι έχουν βάση και τα προσάρμοσε στον εθισμό στο Διαδίκτυο. Έχοντας ως οδηγό τον παθολογικό τζόγο, ο εθισμός στο Διαδίκτυο μπορεί να θεωρηθεί μια διαταραχή ελέγχου των παρορμήσεων χωρίς τη χρήση τοξικών ουσιών. Η λίστα με τα 8 διαγνωστικά κριτήρια της Young, έχουν την μορφή ερωτηματολογίου και ακολουθούν παρακάτω (Young, 1996a):

- 1) Αισθάνεστε πολύ προσηλωμένος/η στο Διαδίκτυο; (σκέφτεστε συνέχεια την προηγούμενη αλλά και την επόμενη πλοήγηση σας;)
- 2) Αισθάνεστε ότι χρειάζεστε όλο και περισσότερο χρόνο στο Διαδίκτυο για να είστε ευχαριστημένος/η;
- 3) Έχετε προσπαθήσει επανειλημμένως να ελέγξετε, μειώσετε, διακόψετε τη χρήση του Διαδικτύου ανεπιτυχώς;
- 4) Όταν προσπαθείτε να κόψετε τη χρήση του Διαδικτύου αισθάνεστε κακόκεφος/η, ανήσυχος/η, ή σε άσχημη ψυχική κατάσταση;
- 5) Παραμένετε μέσα στο Διαδίκτυο παραπάνω από όσο σκοπεύατε;
- 6) Έχετε βάλει σε κίνδυνο σημαντικές σχέσεις σας ή μαθήματα και δουλειές εξαιτίας του Διαδικτύου;
- 7) Έχετε πει ψέματα σε μέλη της οικογένειάς σας ή σε γιατρούς ή σε άλλους για να αποκρύψετε την έκταση της απασχόλησής σας στο Διαδίκτυο;
- 8) Χρησιμοποιείτε το Διαδίκτυο σαν μια διέξοδο διαφυγής από τα προβλήματα σας ή για να ανακουφιστείτε από μια δυσάρεστη κατάσταση;

Οι ερωτηθέντες απαντάνε με ένα ΝΑΙ ή ΟΧΙ στα 8 σημεία. Σύμφωνα με αυτήν την προσέγγιση, οι εθισμένοι χρήστες θα πρέπει να παρουσιάζουν 5 θετικές απαντήσεις από τις 8 ερωτήσεις που στοιχειοθετούν το διαδικτυακό εθισμό.

Στο τρίτο στάδιο, έγινε συστηματοποίηση των ερευνητικών εργασιών που εντοπίστηκαν, ανασύρθηκαν ερευνητικά εργαλεία σύμφωνα με τις εκάστοτε προσεγγίσεις του φαινομένου και στη συνέχεια επιλέχθηκε ως ερευνητικό εργαλείο το ερωτηματολόγιο της K. Young (1996), που αξιοποιήθηκε στη συγκεκριμένη έρευνα. Η λίστα με τα 8 διαγνωστικά κριτήρια της Young, μεταφράστηκε με κατάλληλο τρόπο ώστε να απευθύνεται σε εφήβους μαθητές, σε ύφος απλό και προσιτό, αλλά ταυτόχρονα και κατανοητό και σαφές ως προς την διατύπωσή του. Το ερωτηματολόγιο της Young έχει χρησιμοποιηθεί με αποτελεσματικότητα σε έρευνες, τόσο διεθνώς όσο και στην Ελλάδα, κυρίως σε ποσοτικές, σχετικά με την διάγνωση του εθισμού στο Διαδίκτυο. Ενδεικτικά., έχει χρησιμοποιηθεί σε όλες τις ποσοτικές έρευνες που διενεργεί η Dr. K. Young, σε έρευνες του ψυχιατρικού τμήματος του Νοσοκομείου στην Κίνα σε εφήβους (F. Cao and L.Su, 2006), σε έρευνες του Πανεπιστημίου Επιστήμης και Τεχνολογίας της Νορβηγίας, επίσης σε εφήβους ηλικίας από 12 έως 18 ετών (Johansson A. and Güttestam K. G., 2004 ). Στην Ελλάδα, ενδεικτικά, το ερωτηματολόγιο έχει χρησιμοποιηθεί στην έρευνα της Μονάδας Εφηβικής Υγείας (M.E.Y.) της Β' Παιδιατρικής Κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών που λειτουργεί στο Παράρτημα του Νοσοκομείου Παίδων «Π & Α. Κυριακού», σε εφήβους σχετικά με την χρήση και την κατάχρηση του Διαδικτύου. Επιπλέον, το πρώτο μέρος του ερωτηματολογίου αφορούσε κυρίως δημογραφικά και προσωπικά χαρακτηριστικά των μαθητών.

Το τέταρτο στάδιο της εργασίας υπήρξε η διεξαγωγή της ποσοτικής έρευνας. Η έρευνα διεξήχθη το διάστημα Απριλίου-Μαΐου 2010, σε 10 σχολεία (5 Γυμνάσια και 5 Λύκεια), σε 3 περιοχές της Ελλάδας, την Αττική, τη Χαλκίδα και τη Ρόδο. Συνολικά συγκεντρώθηκαν 1.091 ερωτηματολόγια. Από αυτά, τα 566 προήλθαν από μαθητές Γυμνασίου και τα 525 από μαθητές Λυκείου. Το φύλο, η ηλικία, η περιοχή, το σχολείο, το επίπεδο εκπαίδευσης των γονέων, οι προτιμήσεις στα σχολικά μαθήματα, είναι τα βασικά χαρακτηριστικά των μαθητών που ερωτήθηκαν στο ερωτηματολόγιο. Ακολούθησε η επεξεργασία και η ανάλυση των δεδομένων που προέκυψαν από τα ερωτηματολόγια, η οποία περιλαμβάνει 2 επίπεδα. Σε πρώτο επίπεδο γίνεται Περιγραφική Στατιστική Ανάλυση των δεδομένων με την χρήση του Excel. Σε δεύτερο επίπεδο χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος των διασταυρούμενων πινάκων ή πινάκων διπλής εισόδου για τη σχέση μεταξύ των μεταβλητών (Olivier Martin, 2007). Στην περίπτωση αυτή, παρουσιάστηκαν και συζητήθηκαν μόνο οι διασταυρώσεις που φάνηκαν να είναι στατιστικά σημαντικές, έπειτα από έλεγχο  $\chi^2$ . Για την ανάλυση αυτή χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο SPAD. Στη συνέχεια παρουσιάστηκαν τα αποτελέσματα και η συζήτηση γύρω από αυτά.

Στο πέμπτο στάδιο, πραγματοποιήθηκε συνέντευξη με τους ειδικούς της Μονάδας Εφηβικής Υγείας (M.E.Y.). Οι επιστήμονες M.E.Y. ερωτήθηκαν για τη δική τους έρευνα για τον εθισμό στο Διαδίκτυο καθώς και τους τρόπους με τους οποίους αντιμετωπίστηκαν τα περιστατικά εθισμένων στο Διαδίκτυο εφήβων, προκειμένου να διαπιστώσουμε, αν τα αποτελέσματα της έρευνάς μας συμπίπτουν με αυτά που έχουν

πραγματοποιηθεί από το συγκεκριμένο ελληνικό οργανισμό.

#### 4. Αποτελέσματα και συζήτηση αποτελεσμάτων

Τα αποτελέσματα και τα συμπεράσματα που αναφέρονται παρακάτω, αφορούν στο σύνολο του δείγματος της παρούσας έρευνας και δεν μπορούν να γίνουν γενικεύσεις στο γενικό πληθυσμό των μαθητών της επικράτειας.

Σχετικά, λοιπόν, με το *πρώτο ερευνητικό ερώτημα*, ένα πράγμα που θα μπορούσε να σχολιαστεί είναι το ποσοστό των μαθητών που δηλώνει ότι διαθέτει σύνδεση στο Διαδίκτυο στο σπίτι του. Σύμφωνα με την έρευνα, το ποσοστό αυτό αγγίζει το 80%. Το 67% των μαθητών που δεν διαθέτουν σύνδεση στο σπίτι, καταφεύγουν σε άλλα μέρη, κυρίως σε internet καφέ, για να συνδεθούν. Από αυτό φαίνεται ότι τελικά, στο σύνολο των μαθητών, το 93% χρησιμοποιεί το Διαδίκτυο με τον έναν ή τον άλλο τρόπο.

Σχετικά με το *δεύτερο ερευνητικό ερώτημα*, το ποσοστό των εθισμένων μαθητών στο Διαδίκτυο ανήλθε στο 12%. Το ποσοστό αυτό διαμορφώνεται στα ίδια περίπου επίπεδα τόσο για το Γυμνάσιο όσο και το Λύκειο. Στο σύνολο των παιδιών που παρουσίασαν συμπτώματα εξάρτησης στο Διαδίκτυο το 55% ήταν αγόρια. Επιπλέον, από αυτούς, οι μαθητές της «Θεωρητικής» κατεύθυνσης αποτελούν το 23%, της «Θετικής» το 32%, ενώ της «Τεχνολογικής» το 45%. Ως προς τις σχολικές του επιδόσεις, το 48% αποτελείται από «καλούς» μαθητές, που έχουν σημειώσει βαθμολογία από 14 έως 17, οι «άριστοι» μαθητές, που πέτυχαν βαθμολογία άνω του 18, αποτελούν το 36% των εθισμένων, ενώ οι μαθητές με βαθμολογία κάτω του 13, το 16%. Η συντριπτική πλειοψηφία των μαθητών αυτών (84%) διαθέτει σύνδεση Διαδικτύου στο σπίτι, ενώ ταυτόχρονα το 73% χρησιμοποιεί και άλλους χώρους. Ως προς τα διαγνωστικά κριτήρια, οι μαθητές που βρέθηκαν εθισμένοι απάντησαν με συντριπτική πλειοψηφία «ΝΑΙ» στο 5<sup>ο</sup> και 8<sup>ο</sup> διαγνωστικό κριτήριο με ποσοστό 91% και 89% αντίστοιχα. Στα διαγνωστικά κριτήρια 1,4 και 6 οι εθισμένοι απαντούν «ΝΑΙ» με ποσοστά 76%, 74% και 71% αντίστοιχα, ενώ το 2<sup>ο</sup> ακολουθεί με 69%. Αντίθετα, το 3<sup>ο</sup> κριτήριο είναι αυτό που οι εθισμένοι φαίνεται να απαντούν «ΝΑΙ» με ποσοστό 43% έναντι του «ΟΧΙ», καθώς και στο 7<sup>ο</sup> όπου τα «ΝΑΙ» και τα «ΟΧΙ» μοιράζονται (50%-50%).

Το *τρίτο ερευνητικό ερώτημα* είναι η διαφοροποίηση του εθισμού στο Διαδίκτυο σε σχέση με το φύλο των μαθητών. Στο σύνολο της έρευνας, αγόρια και κορίτσια φαίνεται να παρουσιάζουν τα ίδια χαρακτηριστικά εθισμού σε σχέση με τα κριτήρια της Young. Τα αγόρια φαίνεται να είναι πιο επιρρεπή στην λανθασμένη χρήση του υπολογιστή. Το ποσοστό εθισμού στα αγόρια είναι 15% ενώ στα κορίτσια περιορίζεται στο 9%. Τα αγόρια αποτελούν το 55% του συνόλου των εθισμένων ενώ τα κορίτσια το 45%. Είναι ένα εύρημα το οποίο είναι κοινό σε όλες τις έρευνες στην Ελλάδα αλλά και παγκοσμίως. Έτσι φαίνεται να απαντάται το ερευνητικό ερώτημα του κατά πόσο παίζει ρόλο η διαφορά φύλου στην εμφάνιση του εθισμού στο Διαδίκτυο. Βέβαια, πρέπει να παρατηρηθεί ότι τα ποσοστά εθισμού που παρουσιάζουν τα κορίτσια δεν είναι καθόλου αμελητέα και ίσως να διαφαίνεται

κάποια αύξηση σε σύγκριση με τα προηγούμενα χρόνια, αφού και μια έρευνα της Χίου, το προηγούμενο έτος, έδειξε ισοκατανομή των εθισμένων στο φύλο που ήταν κάτι πρωτοφανές στα ιστορικά των ερευνών.

Σχετικά με το τέταρτο ερευνητικό ερώτημα, οι παράγοντες στους οποίους δόθηκε ιδιαίτερη βαρύτητα στην έρευνα ήταν 1) η χρήση του Διαδικτύου στο σπίτι ή σε εξωτερικούς χώρους, κυρίως σε internet café και 2) το σχολικό περιβάλλον, κυρίως εξετάζοντας μεταβλητές όπως τα σχολικά μαθήματα προτίμησης των μαθητών και τις σχολικές τους επιδόσεις. Με τη μέθοδο της διασταύρωσης των μεταβλητών (όπως, για παράδειγμα, η διασταύρωση της μεταβλητής του εθισμού με το φύλο, την περιοχή, το μορφωτικό επίπεδο των γονέων κ.α.), διαφάνηκαν οι μεταβλητές που σχετίζονται σε μεγάλο βαθμό με άλλες μεταβλητές.

Όπως προαναφέρθηκε, το ποσοστό των μαθητών που έχουν σύνδεση στο Διαδίκτυο από το σπίτι τους αγγίζει το 80%. Παρατηρείται όμως ότι το 67% αυτών που δεν έχουν σύνδεση στο σπίτι, καταφεύγουν σε άλλα μέρη, κυρίως σε internet καφέ, για να συνδεθούν. Από αυτά προκύπτει ότι, στο σύνολο των μαθητών, το 93% χρησιμοποιεί το Διαδίκτυο με τον έναν ή τον άλλο τρόπο. Ακόμα πιο εντυπωσιακό είναι το γεγονός ότι ακόμα και οι μαθητές που δεν διαθέτουν σύνδεση στο σπίτι βρίσκονται σε ποσοστό 9% εθισμένοι, ενώ το 73% όλων των εθισμένων επισκέπτονται άλλους χώρους, είτε έχουν, είτε δεν έχουν σύνδεση στο σπίτι. Φυσικά, αυτό το «αλλού» συνδέεται άμεσα με τα internet καφέ, κάτι που δεν αποτελεί και μεγάλη έκπληξη, αφού ο καθένας έχει παρατηρήσει την αλματώδη αύξηση που γνωρίζουν τα συγκεκριμένα μέρη. Μάλιστα, όπως προκύπτει από διασταυρώσεις των δεδομένων, η προτίμηση κάποιων μαθητών να πηγαίνουν σε χώρους εκτός σπιτιού για να χρησιμοποιήσουν το Διαδίκτυο, φαίνεται να σχετίζεται με την σχολική επίδοσή τους αλλά και με την κλίση τους σε συγκεκριμένα μαθήματα.

Σχετικά με την προτίμηση σχολικών μαθημάτων των εθισμένων μαθητών, είναι εντυπωσιακό το γεγονός ότι στο σύνολο των εθισμένων μαθητών το 45% αποτελούν μαθητές που προτιμούν μαθήματα που είναι κοντά στη νέα Τεχνολογία. Από την άλλη, οι μαθητές της θεωρητικής κατεύθυνσης φαίνεται να έχουν το μικρότερο πρόβλημα. Όπως προκύπτει από την παρούσα έρευνα, σε ότι αφορά τη σχολική επίδοση των εθισμένων μαθητών, το μεγάλο ποσοστό ανήκει στην κλίμακα των «καλών» μαθητών 14-17 με 48%, ακολουθεί το γκρουπ των «άριστων» μαθητών με 36% και έπεται το γκρουπ των «μέτριων» μαθητών με 16%. Παρόλα αυτά, υπάρχει εδώ το στοιχείο ότι οι περισσότεροι μαθητές απάντησαν στα ερωτηματολόγια ότι είναι «καλοί» και «άριστοι» μαθητές (90%). Γι' αυτό και στην ανάλυση των ποσοστών εθισμού ανά κλίμακα βαθμολογίας, στα πλαίσια της αντιστοίχισης των μεταβλητών αυτών στην έρευνα αυτή, διαπιστώθηκε ότι οι «μέτριοι» μαθητές έχουν ποσοστό εθισμού 18,5% ενώ οι «καλοί» 12% και οι «άριστοι» 10%.

## 5. Συζήτηση

Σχετικά με το 1<sup>ο</sup> ερευνητικό ερώτημα, το ποσοστό των μαθητών που διαθέτει Διαδίκτυο στο σπίτι αγγίζει το 80%, ενώ η διείσδυση του Διαδικτύου σε όλο τον

πληθυσμό της Ελλάδας σύμφωνα με τα τελευταία στοιχεία δεν ξεπερνάει το 50% (<http://www.internetworldstats.com/stats4.htm#europe>), κάτι που αποτυπώνει την εξάπλωση του Διαδικτύου σε άτομα μικρότερης ηλικίας.

Σχετικά με το 2<sup>ο</sup> ερευνητικό ερώτημα, το ποσοστό εθισμού που προκύπτει από την παρούσα έρευνα, αποτελεί για ένα ποσοστό το οποίο συμφωνεί με τις περισσότερες έρευνες στην Ελλάδα. Αν εξαιρεθεί η έρευνα της Μονάδας Εφηβικής Υγείας η οποία διεξήχθη σε περιοχές της Αττικής και έδειξε ποσοστά εθισμού της τάξης του 1%, οι υπόλοιπες έρευνες δείχνουν ποσοστά εθισμού στο Διαδίκτυο από 9% έως και 15%. Κάποιοι από τους ερευνητές αναφέρουν ως λόγο για αυτή την ύπαρξη τόσο μεγάλης διαφοράς μεταξύ των ερευνών προβλήματα μεθοδολογικής φύσεως, δείγματος και εργαλείων μέτρησης. Επίσης τονίζουν ότι ίσως τα παιδιά στην περιφέρεια μπορούν να εθιστούν πιο εύκολα στο Διαδίκτυο από τα παιδιά του κέντρου, καθώς έχουν περισσότερη ελευθερία χρόνου και πιο περιορισμένο πεδίο δραστηριοτήτων, κάτι που δεν επιβεβαιώνεται από τη συγκεκριμένη έρευνα αφού τα ποσοστά εθισμού στην περιοχή της Αττικής είναι ακριβώς ίδια με τις περιοχές της περιφέρειας. Τα αποτελέσματα της βιβλιογραφικής ανασκόπησης για τον εθισμό στο Διαδίκτυο σε έφηβους παρουσιάζονται στον πιο κάτω πίνακα, σύμφωνα με το οποίον η χώρα μας παρουσιάζει υψηλά ποσοστά:

*Πίνακας 1: Ποσοστά εθισμού στους έφηβους ανά χώρα*

Χώρα	Εθισμός %	Πηγή
Αμερική	9,8	Anderson, 1998
Νορβηγία	1,98	Johansson et al, 2004
Ταϊβάν	7,5	Ko et al, 2007
N. Κορέα	1,6	Kim et al, 2006
Ιταλία	5,4	Pallanti et al, 2006
Κίνα	5,52	Deng et al, 2007
Κατεχόμενη Κύπρος*	1,1	Bayraktar, 2007
Ελλάδα	11,8	Παρούσα Έρευνα, 2010

\* στην βιβλιογραφία αναφέρεται ως "North Cyprus", Bayraktar 2007

Ένα ακόμα αξιοπρόσεκτο στοιχείο είναι το ποσοστό των «ΝΑΙ» στο 5<sup>ο</sup> κριτήριο που ρωτάει «Παραμένετε στο Διαδίκτυο παραπάνω από όσο σκοπεύατε;»,. Είναι η μοναδική ερώτηση του διαγνωστικού μέρους του ερωτηματολογίου που έχει περισσότερες θετικές απαντήσεις από αρνητικές στο σύνολο του δείγματος. Το γεγονός ότι ακόμα και οι μαθητές που δεν είναι εθισμένοι στο Διαδίκτυο ομολογούν ότι παραμένουν συνδεδεμένοι για παραπάνω χρόνο από αυτόν που αρχικά σκόπευαν, αναδεικνύει την αλληλεπιδραστική φύση του Διαδικτύου, καθώς είναι δύσκολη η διαχείριση του χρόνου από τους μαθητές, που αφαιρούνται και χάνονται στις δημοφιλείς δραστηριότητές τού. Στο σύνολο των εθισμένων μαθητών το 91% έχει απαντήσει «ΝΑΙ». Γι' αυτό το λόγο μπορεί να θεωρηθεί το πρώτο σημάδι ότι ο μαθητής διατρέχει κίνδυνο. Επίσης, φαίνεται ότι οι εθισμένοι μαθητές στο Διαδίκτυο

απαντάνε σε μεγαλύτερα ποσοστά 56,5% «ΟΧΙ» στο 3<sup>ο</sup> κριτήριο του ερωτηματολογίου: «Έχετε προσπαθήσει επανειλημμένως να ελέγξετε, μειώσετε, διακόψετε τη χρήση του Διαδικτύου ανεπιτυχώς;». Είναι η μοναδική ερώτηση που τα ποσοστά του «ΟΧΙ» είναι μεγαλύτερα του «ΝΑΙ» για το γκρουπ των εθισμένων μαθητών, και κρίνεται ως ποσοστό έκπληξη, καθώς παραπάνω από τους μισούς μαθητές που έχουν πρόβλημα, δεν φαίνεται να το έχουν συνειδητοποιήσει αφού δεν κάνουν καμία προσπάθεια να ελέγξουν τη χρήση του. Επιπλέον, αξίζει να σχολιαστεί το υψηλότερο ποσοστό (91%) απάντησης «ΟΧΙ» από τους μαθητές που δεν είναι εθισμένοι στο Διαδίκτυο, στο 6<sup>ο</sup> κριτήριο: «Όταν προσπαθείτε να κόψετε τη χρήση του Διαδικτύου αισθάνεστε κακόκεφος/η, ανήσυχος/η, οξύθυμος/η ή σε άσχημη ψυχική κατάσταση;». Μπορεί να ειπωθεί ότι είναι το πιο έντονο χαρακτηριστικό μη εθισμού στο Διαδίκτυο. Τέλος, στο κριτήριο 8: «Χρησιμοποιείτε το Διαδίκτυο σαν μια διέξοδο διαφυγής από τα προβλήματά σας ή για να ανακουφιστείτε από μια δυσάρεστη κατάσταση;», «ΝΑΙ» με ποσοστό 90% απαντάνε οι εθισμένοι μαθητές και με 40% οι μη εθισμένοι μαθητές. Πολύ συζήτηση μπορεί να γίνει γι' αυτές τις απαντήσεις των μαθητών καθώς το θέμα έχει επιστημονικές και κοινωνικές διαστάσεις. Η κοινωνική διάσταση του θέματος είναι ότι ένας μεγάλος αριθμός μαθητών, είτε εθισμένων είτε όχι, το 46% του συνολικού δείγματος, απαντάνε ότι χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο ως διέξοδο διαφυγής από τα προβλήματά τους. Από την μία αποκαλύπτεται ότι το Διαδίκτυο θεωρείται ένα μέσο που κάνει το άτομο να αποσπάται και να ξεχνιέται με ευχάριστο τρόπο, αλλά από την άλλη, πόσο σωστό θεωρείται παιδιά ηλικίας 12-18 χρονών να νομίζουν ότι λύνουν τα προβλήματά τους απλά αν στρέψουν την προσοχή τους αλλού; Οι μαθητές φαίνεται να καταφεύγουν στη χρήση του Διαδικτύου και αυτό, εκτός όλων των κοινωνιολογικών και ακαδημαϊκών προβληματισμών, αποτελεί λανθασμένη χρήση του Διαδικτύου που θα προκαλέσει συνέπειες. Η επιστημονική θεώρηση του θέματος έγκειται στο γεγονός ότι πολλοί ερευνητές, με κυριότερο εκφραστή τον Griffiths (1998), υποστηρίζουν ότι οι πιο πολλοί χρήστες δεν είναι εθισμένοι στις δραστηριότητες του Διαδικτύου, αλλά ότι το Διαδίκτυο είναι απλά το μέσο στο οποίο ο χρήστης εκφράζει κάποια άλλη ψυχική του διαταραχή ή αποτελεί ένδειξη αντιπαράθεσης του ατόμου με ένα νοσηματοδοτούμενο θέμα (Sofos, 2001). Οι απαντήσεις των μαθητών σε αυτήν την ερώτηση δείχνουν ότι οι λόγοι που συνδέονται ίσως να μην είναι αυτό καθαυτό το Διαδίκτυο αλλά λόγοι που προϋπάρχουν και πρέπει να διερευνηθούν.

Σχετικά με το 3<sup>ο</sup> ερευνητικό ερώτημα, όλα τα προηγούμενα χρόνια η διαφορά στα ποσοστά των αγοριών ήταν πιο σαφής και τα περιστατικά που κλήθηκαν να αντιμετωπίσουν η Μονάδα Εφηβικής Υγείας (33 αγόρια – 2 κορίτσια) και το ειδικό ιατρείο της Ελληνικής Εταιρίας Μελέτης της Διαταραχής Εθισμού (20 αγόρια – 0 κορίτσια) ήταν στη συντριπτική τους πλειοψηφία αγόρια.

Σε ότι αφορά το 4<sup>ο</sup> ερευνητικό ερώτημα, παρότι δεν είχε διαφανεί μέχρι σήμερα αυτή η τάση από τις έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί στην Ελλάδα, στο εξωτερικό έχει διαπιστωθεί σε κάποιες έρευνες, ότι οι μαθητές ή φοιτητές με κλίση στις νέες τεχνολογίες είναι πιο επιρρεπείς στον εθισμό στο Διαδίκτυο. Άλλωστε για πολλά χρόνια υπήρχε το στερεότυπο προφίλ του εθισμένου στο Διαδίκτυο, ως ενός νέου

μοναχικού λευκού άντρα με κλίση στην τεχνολογία. (Leon & Rotunda, 2000). Επιπλέον, ένα θέμα που μπορεί να συζητηθεί πάνω στο εύρημα σχετικά με τον εθισμό στο Διαδίκτυο και τις σχολικές επιδόσεις, είναι αν οι χαμηλές σχολικές επιδόσεις των μαθητών είναι παράγοντας που στρέφει τα παιδιά στο Διαδίκτυο ή συμβαίνει το αντίστροφο, δηλαδή τα παιδιά που εθίζονται στο Διαδίκτυο έχουν αρνητικές επιπτώσεις στην επίδοσή τους στο σχολείο. Εδώ πρέπει να αναφερθεί ότι σε αρκετές έρευνες έχει συσχετιστεί ο εθισμός στο Διαδίκτυο με σχολικά και ακαδημαϊκά προβλήματα.

## 6. Συμπεράσματα – Προτάσεις

Τα συμπεράσματα που προκύπτουν από την έρευνα και τα αποτελέσματά της συνοψίζονται στα εξής:

- 93% των μαθητών έχει πρόσβαση στο Διαδίκτυο από κάποιο χώρο.
- Το 11,8% των μαθητών της έρευνας παρουσιάζουν προβληματική χρήση του Διαδικτύου, ποσοστό που είναι ένα από τα μεγαλύτερα παγκοσμίως.
- Οι Έλληνες παρουσιάζουν πολύ χαμηλές επιδόσεις διαδικτυακού αλφαριθμητισμού.
- Τα αγόρια είναι πιο επιρρεπή από τα κορίτσια στην προβληματική χρήση του Διαδικτύου.
- Οι αιτίες εμφάνισης του φαινομένου συνοψίζονται σε προσωπικούς, οικογενειακούς, κοινωνικούς και σχολικούς παράγοντες.

Το υψηλό ποσοστό εθισμού των νέων στο Διαδίκτυο στη χώρα μας σε συνδυασμό με τις πολύ χαμηλές επιδόσεις διαδικτυακού αλφαριθμητισμού καθιστούν επιτακτική την ανάγκη για την προστασία των εφήβων και την εκπαίδευσή τους στα ψηφιακά Μέσα. Η σύγχρονη παιδαγωγική αντίληψη προσεγγίζει το θέμα της προστασίας των νέων ως μια διαδικασία μιντιακής αγωγής και εκπαίδευσης. Αντί της απαγόρευσης ή της απόκρυψης μιντιακών περιεχομένων και τρόπων επικοινωνίας, προτάσσεται η προώθηση δραστηριοτήτων που στηρίζουν τους νέους να γνωρίσουν όλα τα μέσα και να τα χρησιμοποιήσουν ανάλογα με τα αναπτυξιακά και τα ηλικιακά τους ενδιαφέροντα προκειμένου να εκφράσουν ατομικές πεποιθήσεις, νοήματα και να διαμορφώσουν σε ένα επικοινωνιακό πλαίσιο το χώρο στον οποίο ζουν (Σοφός Α., 2009). Προϋπόθεση, για αυτό όμως αποτελεί η παιδαγωγική ικανότητα των εκπαιδευτικών στα νέα μέσα.

## Βιβλιογραφία

- Σοφός Α. (2009) (Επιμ.). *Παιδαγωγικές Διαστάσεις των νέων Μέσων, Ενίσχυση του Μιντιακού Γραμματισμού για ένα ασφαλές Διαδίκτυο*. Αθήνα: Εκδόσεις Γρηγόρη
- Bratter, T. E., and Forrest, G. G. (1985). *Alcoholism and Substance Abuse: Strategies for Clinical Intervention*, Free Press, New York, *CyberPsychology and Behavior*,

- 4, 377–383
- Truan, F.(1993). *Addiction as a social construction: A postempirical view*. J. Psychol. 127(5):489–499
- Shotten, M. A. (1991). *The costs and benefits of computer addiction*. Behav. Inform. Technol.10: 219–230.
- Griffiths, M. D. (1998). *Internet addiction: Does it really exist?* In Gackenbach, J. (ed.), *Psychology and the Internet: Intrapersonal, Interpersonal, and Transpersonal Implications*, Academic Press, New York.
- Kandell, J. J. (1998). *Internet addiction on campus: The vulnerability of college students*. Cyberpsychol. Behav. 1(1): 11–17
- Davis, R. (2001). *A cognitive-behavioral model of pathological internet use*. Computers in Human Behavior, 17, 187–195.
- Ελληνική Εταιρία Μελέτης Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο  
Διαθέσιμο: <http://www.hasiad.gr/>
- Sofos, A., (2010). *Digital Literacy as a Category of Media competence and Literacy – an Analytical Approach of Concepts and Presuppositions for Supporting Media Competence at School*. In: Bauer, P., Hoffmann, H. & Mayrberger, K. (Ed.), *Fokus Medienpädagogik – Aktuelle Forschung- und Handlungsfelder*. (pp. 62-82). München: kopaed.
- Young, K. S. (1996a). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. Poster presented at the 104th American Psychological Association Annual Convention, Toronto, Canada.  
Διαθέσιμο: <http://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf>
- Cao F & Su L. *Internet addiction among Chinese adolescents: prevalence and psychological features*. Child Care Health Dev. 33(3):275-81. May 2007
- Johansson A., Gotestam G. (2004). *Internet addiction: Characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12-18 years)*. Scandinavian Journal Of Psychology, 2004, 45, 223-229.
- Μονάδα Εφηβικής Υγείας, Διαθέσιμο: <http://www.youth-health.gr>
- Olivier Martin (2007). *Η ανάλυση ποσοτικών δεδομένων*. Μετάφραση- Επιμέλεια: Αθανασιάδης Ηλίας. Αθήνα, Εκδόσεις Τόπος
- Anderson, K. J. (1998). *Internet use among college students: An exploratory study*. Journal of American College Health, 50, 1.
- Ko et al. (2007). *Family Factors of Internet Addiction and Substance Use Experience in Taiwanese Adolescents*. CyberPsychology & Behavior, June 2007, 10(3): 323-329. doi:10.1089/cpb.2006.9948.
- Bayraktar, F. (2007). *Incidence and correlates of Internet usage among adolescents*

- in North Cyprus*. Department of Psychology, Ankara University, Sıhhiye, Ankara, Turkey.
- Sofos, A. (2001). *Die Jugendmedienschutzdebatte unter pädagogischer Betrachtung*. In: Beck, Ch./Sofos, A. (Hrsg.): *Neue Medien in der pädagogischen Kontroverse*. (pp. 224-252) Mainz: Logophon.
- Leon, D., & Rotunda, R. (2000). *Contrasting case studies of frequent internet use: Is it pathological or adaptive?* *Journal of College Student Psychotherapy*, 14, 9–17.