

Διαδικτυακός εθισμός και μοναξιά

ΑΡΓΥΡΗΣ Β. ΚΑΡΑΠΕΤΣΑΣ¹, ΒΑΣΙΛΗΣ Α. ΚΑΡΑΠΕΤΣΑΣ², ΝΙΚΟΣ Χ. ΖΥΓΟΥΡΗΣ³,
ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ Ι. ΦΩΤΗΣ⁴

Περίληψη

Είναι γεγονός ότι η ευρεία διάδοση του διαδικτύου, ειδικά στους νέους ανθρώπους, έχει ως αποτέλεσμα την δημιουργία του φαινομένου του εθισμού στο διαδίκτυο. Ο εθισμός στο διαδίκτυο είναι ένα νέο είδος ψυχικής διαταραχής, η οποία προκύπτει από την υπερβολική χρήση του διαδικτύου, καθώς αυτή αλληλεπιδρά με την καθημερινή ζωή και απασχολεί ιδιαίτερα τη σύγχρονη κοινωνία. Το γεγονός μάλιστα ότι οι έφηβοι δεν έχουν διαμορφώσει ακόμη κριτική σκέψη, τους τοποθετεί σε ομάδα υψηλού κινδύνου εθισμού στο διαδίκτυο. Επιπροσθέτως, ο εθισμός στο διαδίκτυο δημιουργεί πολλά προβλήματα στον τομέα της ψυχικής υγείας τόσο στους νέους, όσο και στις οικογένειές τους. Η μοναξιά αποτελεί μια συχνά αναφερόμενη ψυχική ασθένεια των εθισμένων στο διαδίκτυο.

Η παρούσα έρευνα μελετά τη σχέση του εθισμού στο διαδίκτυο και της μοναξιάς σε Έλληνες εφήβους μαθητές. Οι συμμετέχοντες στην έρευνα ήταν 100 έφηβοι μαθητές από 13 έως 15 ετών, μέσος όρος ηλικίας 14,3(Τ.Α. 0,647), οι οποίοι ζούν στο αστικό κέντρο της πόλης του Βόλου. Προκειμένου να εξάγουμε συμπεράσματα σχετικά με τα ποσοστά εθισμού στο διαδίκτυο χρησιμοποιήσαμε την Ελληνική έκδοση της δοκιμασία εντοπισμού και καταγραφής ποσοστών εθισμού στο διαδίκτυο (Young, 1999). Από την άλλη πλευρά, προκειμένου να εντοπίσουμε τη συσχέτιση μοναξιάς και διαδικτυακού εθισμού στους νέους χρησιμοποιήσαμε το αυτοσυμπληρούμενο ερωτηματολόγιο διερεύνησης της κατάθλιψης *Children's Depression Inventory* (Kovacs, 1981).

Η έρευνά μας κατέδειξε ότι υπάρχει υψηλά θετική συσχέτιση μεταξύ μοναξιάς και διαδικτυακού εθισμού.

Τα παιδιά που βρέθηκαν εθισμένα στο διαδίκτυο παρουσίασαν υψηλά στατιστικές σημαντικές διαφορές ($p < 0.001$) σε σύγκριση με τα παιδιά της ομάδας ελέγχου στο CDI. Τα αποτελέσματα της έρευνας οδηγούν στο συμπέρασμα ότι οι εθισμένοι μαθητές στο διαδίκτυο παρουσιάζουν σημαντικά υψηλότερα ποσοστά μοναξιάς. Το γεγονός ότι τα ποσοστά εθισμού των νέων στο διαδίκτυο αυξάνουν εκθετικά, σε συνδυασμό με τα υψηλότερα ποσοστά μοναξιάς στους εθισμένους μαθητές, καθιστούν την ανάγκη μελέτης του φαινομένου του εθισμού στο διαδίκτυο επιτακτική.

Λέξεις κλειδιά: Διαδικτυακός Εθισμός, Μοναξιά.

Εισαγωγή

Η χρήση του διαδικτύου τα τελευταία χρόνια στην Ελλάδα έχει αυξηθεί σημαντικά. Στην Ελλάδα 63% του πληθυσμού έχει κινητή πρόσβαση στο διαδίκτυο, ενώ 45% των νοικοκυριών και 80% των επιχειρήσεων διαθέτει ευρυζωνική πρόσβαση (Καπράλος, 2012). Το διαδίκτυο αποτελεί πλέον ένα από τα κυριότερα εργαλεία επικοινωνίας των νέων, και τα λογισμικά εύκολης επικοινωνίας στο διαδίκτυο καθίστανται όλο και πιο δημοφιλή. Η δραματική αύξηση χρήσης του διαδικτύου από τους νέους και η μετατροπή της κοινωνίας μας σε διαδικτυακή, έχει με τη σειρά της οδηγήσει στη δημιουργία νέων δεδομένων στην ψυχολογία των νέων. Ο μεγάλος αριθμός των χρηστών του διαδικτύου, ιδιαίτερα στην πληθυσμιακή ομάδα των νέων, καθώς και το φαινόμενο του εθισμού σ' αυτούς, έχει οδηγήσει τμήματα της επιστημονικής κοινότητας όπως ψυχολόγους, ψυχιάτρους και εκπαιδευτικούς, να στρέψουν την προσοχή τους στο νέο αυτό φαινόμενο της εξάρτησης των νέων στις νέες τεχνολογίες (Stern, 1999).

Εξάρτηση ονομάζουμε τον καταναγκασμό, που θέλει τον εθισμένο να συμμετέχει σε κάποια δραστηριότητα ή να χρησιμοποιεί κάποια ουσία. Οι συνέπειες του εθισμού είναι καταστροφικές για την ψυχική, κοινωνική, σωματική και οικονομική υπόσταση του εξαρτημένου (Leshner, 1997). Ο εθισμός κάνει αισθητή την ύπαρξή του, τόσο στην ψυχική, όσο και στην

1. Καθηγητής Νευροψυχολογίας – Νευρογλωσσολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Εργαστήριο Νευροψυχολογίας.
2. Φοιτητής Τμήματος Μηχανικών Πληροφορικής Τ.Ε. - Μεσολόγγι.
3. Διδάκτορας Κλινικής Νευροψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Εργαστήριο Νευροψυχολογίας.
4. Υποψήφιος Διδάκτορας, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Εργαστήριο Νευροψυχολογίας.

σωματική υγεία. Κυρίως άμεση εμφάνιση αρνητικών συνεπειών στην σωματική υγεία έχουμε στην περίπτωση εθισμού σε ουσίες, όπως τα ναρκωτικά και το αλκοόλ. Στην συγκεκριμένη περίπτωση, ενώ οι εθιστικές ουσίες προκαλούν ευχαρίστηση στο χρήστη, η συνεχής κατανάλωση οδηγεί σε καταναγκαστική συμπεριφορά, καθώς απαιτείται συνεχής χρήση προκειμένου να εξαλειφθούν τα φαινόμενα άγχους που συνδέονται με τη στέρηση. Στην περίπτωση της ψυχολογικής εξάρτησης, στην οποία εντάσσεται και ο εθισμός στο διαδίκτυο, τα συμπτώματα της στέρησης είναι μοναξιά, κατάθλιψη, περιορισμένη σωματική δραστηριότητα, προβλήματα στη μελέτη, συνεχής ανάγκη πλοήγησης στο διαδίκτυο, ευερεθιστικότητα, αϋπνία (Yan, Fu-chun, Ya-song, Ling-di, Zhi-min, Jian-rong & Hao Lei, 2011)

Η μοναξιά αποτελεί χαρακτηριστικό της εποχής μας και ουσιαστικά περιγράφει την κατάσταση στην οποία κάποιος ζει είτε μόνος του, είτε χωρίς επικοινωνία με τους γύρω του.

Μια από τις πρώτες ερευνητικές προσπάθειες για τη συσχέτιση της μοναξιάς και του εθισμού ξεκίνησε ήδη από το 1997 και επισήμανε ψυχολογικές επιπτώσεις από τη χρήση του διαδικτύου (Kraut, Patterson, Lundmark, Kiesler, Mukophadhyay & Scherlis, 1998). Σε μία εποχή κατά την οποία το μεγαλύτερο μέρος των νοικοκυριών στην Αμερική δεν είχε υπολογιστές, οι ερευνητές διέθεσαν ηλεκτρονικούς υπολογιστές συνδέοντας παράλληλα στο διαδίκτυο οικογένειες που δεν είχαν προηγούμενη αντίστοιχη εμπειρία. Δύο χρόνια αργότερα η μελέτη κατέδειξε ότι ακόμη και η μικρή διάρκεια χρήσης του διαδικτύου είναι άμεσα συνδεδεμένη με αυξημένα ποσοστά αίσθησης μοναξιάς και κατάθλιψης. (Kraut, Kiesler, Boneva, Cummings, Helgeson & Crawford, 2002).

Ουσιαστικά το διαδίκτυο ήρθε να καλύψει κενά στο σύγχρονο τρόπο ζωής. Αρχικά περιμέναμε το διαδίκτυο να προσφέρει εξαιρετική ενίσχυση για την αντιμετώπιση της χαμηλής αυτοεκτίμησης, της μοναξιάς και της κατάθλιψης. Συνέβη όμως ακριβώς το αντίθετο, καθώς το διαδίκτυο δεν λειτούργησε ως εργαλείο κάλυψης κενών ψυχολογίας και επικοινωνίας, αλλά μεγιστοποίησε το υπάρχον πρόβλημα.

Συγκεκριμένα, μέσα από το διαδίκτυο ο χρήστης των μέσων κοινωνικής δικτύωσης (facebook) αναζητεί να συμπληρώσει την έλλειψη κοινωνικών συναναστροφών (Griffiths, 2011). Ο έφηβος, που αναπτύσσει διαδικτυακές σχέσεις, προσπαθεί να αντιμετωπίσει την κοινωνική φοβία και μοναξιά που τον χαρακτηρίζει. Το παιδί, που ασχολείται όλο και περισσότερο με διαδικτυακά παιχνίδια, αισθάνεται ισχυρό, βρίσκοντας ψευδοαντίβαρο στην χαμηλή του αυτοεκτίμηση

(Rooij, A., Schoenmakers, T., Vermulst, A., Eijnden, R. & Mheen, D., 2010).

Προσπαθώντας λοιπόν ο χρήστης να λύσει το έντονο πρόβλημα μοναξιάς και απομόνωσης, ουσιαστικά εγκλωβίζεται σε μία νέα μορφή εθισμού, που ενθυλακώνει το πρόβλημα και το μεγιστοποιεί. Συνέπεια των παραπάνω είναι η αμφίδρομη σχέση ψυχικών ασθενειών και εθισμού (Park & Choi, 2011) Συγκεκριμένα η έρευνα διαπιστώνει ότι όσο περισσότερο είναι κανείς εθισμένος στο διαδίκτυο, τόσο μεγαλύτερο κίνδυνο διατρέχει να παρουσιάσει μία ψυχική ασθένεια, όπως η μοναξιά. Αντίστοιχα, τα άτομα με ψυχικές ασθένειες συναντώνται συχνότερα σε ομάδες εθισμένες στο διαδίκτυο. (Young & Rogers, 1997).

Η διάγνωση του εθισμού στο διαδίκτυο είναι άμεσα συνδεδεμένη με τα ψυχικά συμπτώματα, που εμφανίζονται από την κατάχρηση, δεδομένου ότι οι πολλές ώρες χρήσης του διαδικτύου δεν συνεπάγονται υποχρεωτικά και εθισμό σ' αυτό (Akin & Iskender, 2011). Τα άτομα σήμερα μπορούν να διεξάγουν συναλλαγές, να έχουν πρόσβαση σε βιβλιοθήκες, να σχεδιάζουν τις διακοπές τους, να επικοινωνούν, να δραστηριοποιούνται επαγγελματικά και να χρησιμοποιούν όλες τις θετικές διαστάσεις του διαδικτύου (Wellman & Haythornthwaite, 2008). Σε αντίθεση με τον εθισμό στα ναρκωτικά και το αλκοόλ, το διαδίκτυο αποτελεί σχεδόν υποχρεωτικά πλέον αναπόσπαστο μέρος της προσωπικής και επαγγελματικής ζωής του μεγαλύτερου μέρους του πληθυσμού, χωρίς βέβαια να οδηγεί υποχρεωτικά σε εθισμό. Έν τούτοις, συμπτώματα όπως η μοναξιά, η κλινική κατάθλιψη, το άγχος, οι ψυχαναγκαστικές τάσεις αποτελούν ενδείξεις εθισμού στο διαδίκτυο. Χρειάζεται τότε περαιτέρω εξέταση και κλινική συνέντευξη προκειμένου να έχουμε ακριβή διάγνωση. Η αμφίδρομη σχέση εθισμού στο διαδίκτυο και μοναξιάς μπορεί να βοηθήσει και στη διάγνωση του προβλήματος (Shapiro, Goldsmith, Keck, Khosla & McElroy, 2000).

Η αντιμετώπιση του εθισμού στο διαδίκτυο προκειμένου να μειωθεί η εμφάνιση ψυχικών διαταραχών, όπως η μοναξιά, έχει απασχολήσει μεγάλο μέρος της επιστημονικής κοινότητας. Χαρακτηριστικό της όλης προσπάθειας είναι το γεγονός ότι μέχρι και λογισμικά διαχείρισης χρόνου στο διαδίκτυο, όπως το λογισμικό WebSense (Hegli, Carrington & Oei, 2003) και το λογισμικό SpyMonkey, έχουν υλοποιηθεί προκειμένου να μπορούμε να ελέγχουμε τον χρόνο χρήσης του διαδικτύου. Ήδη πολυάριθμες έρευνες έχουν εντυφώσει στον τρόπο με τον οποίο η οικογενειακή δυναμική και οι διαπροσωπικές δεξιότητες

τες, επηρεάζουν την προσέγγιση του διαδικτύου. Η αντιμετώπιση ψυχικών διαταραχών, όπως η μοναξιά, μπορεί με τη σειρά της να λειτουργήσει ανασταλτικά στην υπέρμετρη χρήση του διαδικτύου δεδομένης της αμφίδρομης σχέσης των δύο προβλημάτων. Το γεγονός ότι ένα ψυχολογικά υγιές άτομο διαθέτει αντιστάσεις σε οποιαδήποτε μορφή εθισμού, ουσιαστικά οδηγεί στο συμπέρασμα ότι ίσως ο εθισμός προλαμβάνεται και αντιμετωπίζεται καλύτερα εάν προηγουμένως αντιμετωπίσουμε την μοναξιά.

Μεθοδολογία

Στην έρευνα συμμετείχαν 100 παιδιά (51 αγόρια/49 κορίτσια) ηλικίας από 13 έως 15 ετών ($M.O.14,3 \pm 0,647$), τα οποία επιλέχθηκαν με τυχαία δειγματοληψία σε σχολεία δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης του αστικού συγκροτήματος του Βόλου.

Στα παιδιά αυτά χορηγήθηκε το ερωτηματολόγιο μέτρησης του εθισμού στο διαδίκτυο της Young (1996) προσαρμοσμένο στα Ελληνικά. Η συγκεκριμένη δοκιμασία περιλαμβάνει οκτώ ερωτήσεις κλειστού τύπου με δύο πιθανές απαντήσεις (ναι/όχι). Το ποσοστό του εθισμού του αξιολογούμενου προκύπτει από το σύνολο των θετικών απαντήσεων.

Στην ίδια ερευνητική ομάδα χορηγήσαμε και την αυτοσυμπληρούμενη κλίμακα κατάθλιψης Children's Depression Inventory (CDI). Το CDI είναι ένα τεστ σύντομου προσδιορισμού του εαυτού που βοηθά στην αξιολόγηση γνωστικών, συμπεριφορικών και συναισθηματικών ενδείξεων της κατάθλιψης αλλά και μοναξιάς σε παιδιά και εφήβους από 6 έως 18 ετών.

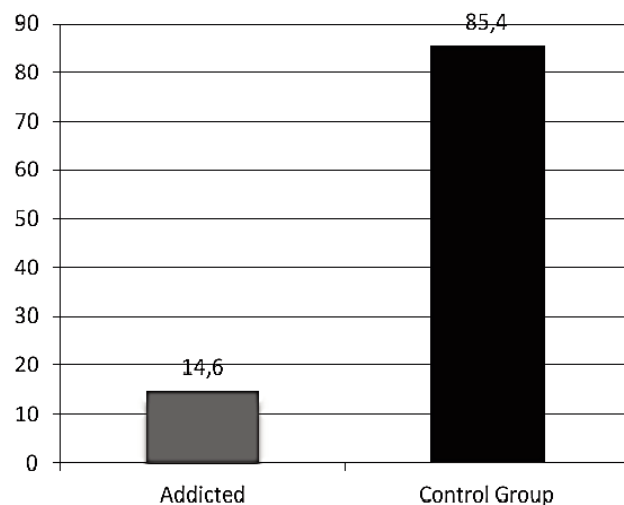
Το CDI περιλαμβάνει 26 ερωτήσεις κλειστού τύπου με τρεις πιθανές απαντήσεις. Επίσης, είναι διαθέσιμη και μια μικρότερη μορφή του τεστ με 10 ερωτήσεις. Η δοκιμασία χρησιμοποιείται από κλινικούς παιδοψυχολόγους, κατά κύριο λόγο, για τη διάγνωση ψυχοπαθολογικών διαταραχών, και δίδεται είτε ατομικά είτε σε ομάδες. Τέλος, κρίνεται σκόπιμο να αναφερθεί το γεγονός ότι το συγκεκριμένο ερωτηματολόγιο ερευνά πέντε κλινικά χαρακτηριστικά των ατόμων. Πιο συγκεκριμένα ερευνά την αρνητική διάθεση, τις διαπροσωπικές δυσκολίες, την αρνητική αυτοεκτίμηση, την αναποτελεσματικότητα και την ανηδονία (Καραπέτσας & Ζυγούρης, 2012). Προκειμένου να εντοπιστεί ο αριθμός των μαθητών που είναι εθισμένοι στο διαδίκτυο, χρησιμοποιήσαμε στατιστική ανάλυση συχνότητας για τον εντοπισμό του μέσου όρου των απαντήσεων των εξεταζομένων. Επίσης, χρησιμοποιήσαμε ανάλυση διακύμανσης με μία ανεξάρτητη μεταβλητή προκειμένου να εντοπι-

στούν οι διαφορές στον τρόπο που απαντούν τα άτομα ανάλογα με το εάν είναι εθισμένοι στο διαδίκτυο.

Αποτελέσματα

Από τον έλεγχο των απαντήσεων στο ερωτηματολόγιο της Young (1996) προκύπτει το συμπέρασμα ότι το 14,6% του συνόλου του δείγματος των νέων που μελετήθηκαν με το παρόν ερευνητικό πρωτόκολλο είναι εθισμένοι στο διαδίκτυο. Τα αποτελέσματα φαίνονται και στο γράφημα που ακολουθεί.

Γράφημα 1. Ποσοστό εθισμένων νέων στο διαδίκτυο. Στην αριστερή στήλη παρουσιάζονται οι νέοι που πληρούν τα κριτήρια εθισμού σύμφωνα με την κλίμακα αξιολόγησης και δεξιά οι νέοι που αποτέλεσαν την ομάδα ελέγχου.



Στο σημείο αυτό κρίνεται απαραίτητο να αναφερθούν οι διαφορές στις απαντήσεις των παιδιών ανάλογα με την ερευνητική ομάδα στην οποία ανήκουν. Για το σκοπό αυτό πραγματοποιήθηκε στατιστική ανάλυση διακύμανσης με ανεξάρτητη μεταβλητή το εάν τα παιδιά χαρακτηρίζονται ως εθισμένα στο διαδίκτυο ή ανήκουν στην ομάδα ελέγχου. Συγκεκριμένα στην πρώτη ερώτηση (νιώθετε απορροφημένος συνεχώς από το internet) $F(1,98) 99,70 p < 0.001$. Στη δεύτερη ερώτηση (χρειάζεται να χρησιμοποιείτε internet με αυξητικούς ρυθμούς χρόνο) $F(1,98) 56,675 p < 0.001$. Στην τρίτη ερώτηση $F(1,98) 18,740 p < 0.001$. Στην τέταρτη ερώτηση $F(1,98) 17,091 p < 0.001$. Στην πέμπτη ερώτηση (Παραμένετε συνδε-

δεμένοι στο internet περισσότερη ώρα από ό,τι αρχικά είχατε προγραμματίσει) $F(1,98) 6,931 p=0.01$. Στην έκτη ερώτηση $F(1,98) 20,950 p<0.001$. Στην έβδομη ερώτηση $F(1,98) 42,809 p<0.001$. Τέλος στην όγδοη ερώτηση $F(1,98) 22,036 p<0.001$. Συνεπώς, γίνεται αντιληπτό ότι το 14,7% των ερωτηθέντων που εντοπίστηκαν στην έρευνα μας ως εθισμένοι στο διαδίκτυο παρουσιάζουν υψηλές στατιστικά σημαντικές διαφορές στις απαντήσεις τους στο ερωτηματολόγιο εθισμού της Young (1996), σε σχέση με τους συμμαθητές τους που εντάχθηκαν στην ομάδα ελέγχου.

Στη συνέχεια, πραγματοποιήθηκε συσχέτισμός των απαντήσεων των εθισμένων παιδιών στο διαδίκτυο σε σύγκριση με τις απαντήσεις των παιδιών που εντάχθηκαν στην ομάδα ελέγχου. Οι ερωτήσεις που παρουσιάζουν τις στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των δύο ομάδων παρουσιάζονται στον πίνακα που ακολουθεί.

Πίνακας 1. Συσχέτιση συμμετεχόντων σε σχέση με τις απαντήσεις στην κλίμακα CDI

| Ερωτήσεις CDI | Συσχέτιση εθισμένων παιδιών |
|-------------------------------------|-----------------------------|
| Νιώθω μόνος/η | 0.276** |
| Κάνω λάθη | 0.225* |
| Έχω πονοκεφάλους | 0.243* |
| Νιώθω ότι δεν με αγαπάει κανένας | 0.248* |
| Αισθάνομαι πως θέλω να κλάψω | 0.210* |
| Είμαι λυπημένος/η | 0.265** |
| Μισώ τον εαυτό μου | 0.310** |
| Τα βράδια έχω αϋπνίες | 0.223* |
| Τα πράγματα πάνε καλά για εμένα | 0.257** |
| Πιστεύω πως κάτι κακό θα μου συμβεί | 0.290* |
| Δεν έχω όρεξη για φαγητό | 0.208* |

** Η συσχέτιση είναι στατιστικά σημαντική στα 0.01

* Η συσχέτιση είναι στατιστικά σημαντική στα 0.05

Από την παρουσίαση των αποτελεσμάτων γίνεται κατανοητό ότι τα παιδιά που δεν παρουσίασαν εθισμό στο διαδίκτυο απάντησαν υψηλότερα στις ερωτήσεις του CDI με σημαντική διαφορά σε σχέση με τα παιδιά που βρέθηκαν εθισμένα στο διαδίκτυο. Μάλιστα, στις ερωτήσεις «Νιώθω μόνος (5)», «Είμαι λυπημένος (19)», «Μισώ τον εαυτό μου (21)», «Τα πράγματα πάνε καλά για εμένα (23)¹», «Πιστεύω ότι κάτι κακό θα μου

συμβεί (25)» τα παιδιά τις ομάδας ελέγχου είχαν υψηλή στατιστικά σημαντική διαφορά στις απαντήσεις τους σε σχέση με τα παιδιά που ήταν εθισμένα στο διαδίκτυο. Επιπλέον, στατιστικά σημαντική διαφορά στις απαντήσεις των συμμετεχόντων εντοπίστηκε στις ερωτήσεις «Κάνω λάθη (8)», «Έχω πονοκεφάλους (9)», «Νιώθω ότι δεν με αγαπάει κανείς (11)», «Αισθάνομαι πως θέλω να κλάψω (18)», «Τα βράδια έχω αϋπνίες (δεν μπορώ να κοιμηθώ) (22)» και «δεν έχω όρεξη για φαγητό (26).

Επιπλέον, πραγματοποιήθηκε μονοπαραγοντική στατιστική ανάλυση, προκειμένου να εντοπιστούν οι συνολικές διαφορές των παιδιών που εντοπίστηκαν ως εθισμένα στο διαδίκτυο σε σύγκριση με τα παιδιά που ανήκαν στην ομάδα ελέγχου. Στη συγκεκριμένη στατιστική ανάλυση $F(1,98) 14,49 p<0.001$. Σε σειρά παρόμοιων στατιστικών αναλύσεων αναφορικά με το φύλο και την ηλικία δεν εντοπίστηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μια και $p>0.05$

Συζήτηση

Στην παρούσα έρευνα σκοπός ήταν να διερευνηθεί η σχέση μεταξύ εθισμού στο διαδίκτυο και μοναξιάς. Ευρήματα της έρευνας κατέδειξαν άμεση σχέση μοναξιάς και εθισμού στο διαδίκτυο. Συγκεκριμένα διαπιστώσαμε ότι οι εθισμένοι έφηβοι στο διαδίκτυο παρουσιάζουν μεγαλύτερα ποσοστά μοναξιάς σε αντίθεση με τους μη εθισμένους εφήβους. Συνεπώς μπορούμε και μέσα από τη συγκεκριμένη έρευνα να παρατηρήσουμε την άμεση σχέση μεταξύ εθισμού και μοναξιάς δεδομένου ότι πρόκειται για μία κοινή διαπίστωση της επιστημονικής κοινότητας.

Ήδη από το 1998 είχαμε μελέτες που επισημαίνουν τη σχέση ανάμεσα στις δύο ψυχολογικές συμπεριφορές (Kraut, Patterson, Lundmark, Kiesler, Mukophadhyay & Scherlis, 1998, Young & Rogers, 1998). Ο Kraut στην έρευνά του, που διεξήχθη σε εποχές που η χρήση του διαδικτύου ήταν πολύ περιορισμένη, αναγκάστηκε να τροφοδοτήσει οικογένειες με υπολογιστές προκειμένου να διεξάγει τα συμπεράσματά του. Διαπίστωσε ότι η απομάκρυνση των χρηστών του διαδικτύου από κοινωνικές συναναστροφές με τη σειρά της οδηγεί σε αρνητικές ψυχολογικές καταστάσεις όπως είναι η μοναξιά. Συγκεκριμένα η μείωση του κοινωνικού κύκλου και η απουσία επικοινωνίας στην οικογένεια, οδηγούν σε έλλειψη ψυχικής ευεξίας.

Ενδιαφέρον παρουσιάζουν όμως τα συμπεράσματα της ίδιας ερευνητικής ομάδας τέσσερα χρόνια αργότερα στο ίδιο ερευνητικό δείγμα. Συγκεκριμένα το 2002 διαπιστώθηκε ότι είχαν εξαφανισθεί οι αρνη-

1. Η συγκεκριμένη ερώτηση έχει αντίστροφη βαθμολόγηση.

τικές επιδράσεις (Kraut, Kiesler, Boneva, Cummings, Helgeson, Crawford, 2002). Η έρευνα καταγράφει, σε αντίθεση με όλες τις άλλες διαπιστώσεις, ότι όσο περισσότερο χρόνο οι χρήστες αφιέρωναν στο διαδίκτυο, τόσο περισσότερο ενισχύονταν οι κοινωνικές σχέσεις και η ενδοοικογενειακή επικοινωνία άρα ουσιαστικά έχουμε επικοινωνία που παρουσιάζει όμως χαμηλά ποιοτικά χαρακτηριστικά.

Έρευνα μεγάλης κλίμακας δημοσιευμένη από τους Nie, Hillygus, Erbring (Nie, Hillygus, Erbring 2000) οδήγησε στο συμπέρασμα ότι επηρεάζεται ουσιαστικά η ζωή των χρηστών. Συγκεκριμένα η έρευνα κατέγραψε μεγάλα ποσοστά μοναξιάς στους χρήστες, ενώ ταυτόχρονα διαπίστωσε αρνητικές επιδράσεις στις πραγματικές διαπροσωπικές σχέσεις.

Το 2008 (Yen, Chih-Hung, Cheng-Fang, Sue-Huei, Wei-Lun, Cheng-Chung 2008) διαπίστωσε ότι οι εθισμένοι νέοι στο διαδίκτυο χαρακτηρίζονται όχι μόνο από μοναξιά και κατάθλιψη, αλλά παράλληλα παρουσιάζουν χαμηλή αυτοεκτίμηση και δείχνουν συνεχώς ανικανοποίητοι.

Σε έρευνα που δημοσιεύθηκε το 2011 (Guangheng Dong, Qilin Lu, Hui Zhou, Xuan Zhao, 2011) και που συμμετείχαν 59 μαθητές, μετρήθηκαν

ψυχολογικά χαρακτηριστικά, αρχικά όταν και οι μαθητές δεν ήταν εθισμένοι στο διαδίκτυο και ακολούθως αφού οι μαθητές εθίστηκαν στη χρήση του. Στο πρώτο στάδιο της έρευνας, που οι μαθητές δεν ήταν εθισμένοι στο διαδίκτυο.

Μετά τον εθισμού τους, που διαπιστώθηκε ένα χρόνο αργότερα, ύστερα από χρήση της δοκιμασίας εντοπισμού εθισμού στο διαδίκτυο της Young, τα ποσοστά μοναξιάς, κατάθλιψης και άγχους βρέθηκαν πολύ υψηλότερα του μέσου όρου.

Τέλος, στο ερευνητικό πρωτόκολλο που εκπονήθηκε, υπάρχουν ορισμένοι περιορισμοί. Συγκεκριμένα το δείγμα των 100 παιδιών είναι μικρό προκειμένου να εξαγάγουμε ασφαλή συμπεράσματα συσχέτισης μεταξύ κατάθλιψης και εθισμού στο διαδίκτυο. Η έρευνα θα πρέπει να πραγματοποιηθεί σε μεγαλύτερο δείγμα, αλλά και με καλύτερη κατανομή.

Τα αποτελέσματα που προκύπτουν από το συγκεκριμένο ερευνητικό πρωτόκολλο, πρόκειται να χρησιμοποιηθούν και στην έρευνα με μεγαλύτερο τόσο αριθμητικά, όσο και ηλικιακά πρωτόκολλο, που αυτή τη στιγμή διεξάγεται από το Εργαστήριο Νευροψυχολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας.

Βιβλιογραφία

1. Brent, D. A., Roth, C.M., Holder, D.P., Kolko, D.J., Birmaher, B., Johnson, B. A. & Schweers, J.A. 1997. Psychosocial interventions for treating adolescent suicidal depression: a comparison of three psychosocial interventions, In Hibbs E.D., Jensen P.S., (eds.), Psychosocial treatments for children and adolescent disorders, (p.p.187- 206). Washington D.C. : American Psychological Association.
2. Gray, N.J. & Klein, J.D. 2006. Adolescents and the internet: health and sexuality information. *Curr Opin Obstet Gynecol*, 18 (5), 519- 524.
3. Guangheng, D., Hui, Z. & Xuan, Z. 2011. Internet addict's show impaired executive control ability: Evidence from a color-word Stroop task. *Neuroscience Letters*, 499, 114-118.
4. Hemmen, C. & Ruddolf, K.D. 1996, Childhood depression, In: Mash, E.J. & Barkley, R.A., (eds.), *Child Psychopathology* (p.p 153-195), New York: Guilford.
5. Yen, J.U, Chih-Hung, K., Cheng-Fang, Y., Sue-Huei, C., Wei-Lun, C. & Cheng-Chung C. 2008. Psychiatric symptoms in adolescents with Internet addiction: Comparison with substance use. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 62, 9-12.
6. Kovacs, M. 1980. Rating scales to assess depression in school-aged children. *Ada Paedopsychiatna*, 46, 305-315.
7. Kovacs M. & Beck A.T. 1977. An empirical-clinical approach toward a definition of childhood depression In J.G. Schulterbrandt & A. Raskin (Eds.), *Depression in childhood. Diagnosis, treatment, and conceptual models.* (pp. 1-25). New York Raven Press.
8. Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V., & Crawford, A. (2002). Internet paradox revisited. *Journal of Social Issues*, 58, 49-74.
9. Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukophadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53(9), 1017-1031.
10. Kubey, R.W., Lavin, M. & Barrows, J. R. 2001. Internet Use and Collegiate Academic Performance Decrements: Early Findings. *Journal of Communication*,

51,366-382.

11. Nie, N. H. & Erbring, L. 2000. Internet and society: a preliminary report. Stanford Institute for the Quantitative Study of Society. February 17, 2000 report.

12. Nie, N. H., Hillygus, D. S. & Erbring, L. 2002. Internet use, interpersonal relations, and sociability: A time diary study. In B. Wellman & C. Haythornthwaite (Eds.), *The internet in everyday life* (pp. 215–243). Oxford: Blackwell.

13. Patersen, A.C., Compas, B.E., Brooks-Gunn, J., Ey, S. & Grant, K. E. 1993. Depression in adolescence, *American Psychologist*, 48, 155-168.

14. Shapiro, N.A., Goldsmith, T.D., Keck, P.E., Khosla, U.M. & McElroy, S.L. 2000. Psychiatric evaluation of individuals with problematic Internet use. *Journal of Affect Disorders*, 57, 267-272.

15. Eijnden, R., Meerkerk, G., Vermulst, A., Sijkerman, R. & Engels, R. 2008. Online communication, compulsive Internet use, and psychosocial well-being among adolescents: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 44, 655–665.

16. Ybarra, M.L., Alexander, C. & Mitchell, K.J., 2005. Depressive symptomatology, youth Internet use, and online interactions: a national survey. *J. Adolesc. Health*, 36, 9–18.

17. Young, K. 1999. Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. *Innovations in clinical practice: A source book*

18. Young, K. S. & Rogers, R. C., 1998. The relationship between depression and internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 1, 25–28.

19. Young, K. 1996. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 1(3), 237–24.

20. Καπράλος, Λ. 2012. Οι τηλεπικοινωνίες καταλύτης για την ανάπτυξη. Συνέδριο InfocomGreen. (http://www.eett.gr/opencms/opencms/admin/downloads/SpeechPresent/INFO-COM_GREEN2012.pdf)

21. Καραπέτσας, Α. & Ζυγούρης, Ν. 2001. Η χρήση του Children's Depression Inventory σε Ελληνικό Πληθυσμό. *Περιοδικό της Ελληνικής Ψυχιατρικής Εταιρείας*, 223-225.

22. Καραπέτσας, Α. Φώτης, Α. & Ζυγούρης, Ν. 2012. Νέοι

και εθισμός στο διαδίκτυο: Ερευνητική προσέγγιση συχνότητας του φαινομένου. *Εγκέφαλος*, 49, 67-72.

23. Stern, S. 1999. Addiction to Technologies: A Social Psychological Perspective of Internet Addiction, *CyberPsychology & Behavior*, 2(5), 419-424

24. Kim, K., Ryu, E., Chon, M.Y., Yeun, E.J., Choi, S.Y., Seo, J.S. & Nam, B.W. 2006. Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: a questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 43(2):185-92.

25. Leshner, A., 1997, Addiction Is a Brain Disease, and It Matters, *Science* 278 (5335), 45-47.

26. Park, S.K., Kim, J.Y. & Cho, C.B. 2008. Prevalence of Internet addiction and correlations with family factors among South Korean adolescents. *Adolescence*, 43(172), 895-909.

27. Block J.J. 2008 Issues for DSM-V: Internetaddiction. *Am J Psychiatry*, 165,306–307.

28. Yan, Fu-chun, Ya-song, Ling-di, Zhi-min, Jian-rong & Hao Lei, 2011. Gray matter abnormalities in Internet addiction: A voxel-based morphometry study. *European Journal of Radiology*.79(1),92–95.

29. Griffiths Mark D., 2012. Facebook Addiction: Concerns, criticism, and recommendations – A response to andreassein and colleagues. *Psychological Reports.*, 110, 518-520.

30. Rooij, A., Schoenmakers, T., Vermulst, A., Eijnden, R. & Mheen, D., 2010. Online video game addiction: identification, of addicted adolescent gamers. *Addiction*. 106(1),205 – 212.

31. Akin & İskender, 2011. Internet Addiction and Depression, Anxiety and Stress. *International Online Journal of Educational Sciences*. 3(1), 138-148.

32. Park G, Choi Y. The Effects of Stress, Social Support and Impulsiveness on Adolescents' Internet Addiction. *Korean J Rehabil Nurs*. 14(2),145-152.

33. Wellman, B. & C. Haythornthwaite (eds.). (2002). *The Internet in Everyday Life*. Oxford:Blackwell.

34. System and method for controlling access to internet Sites, 2003