

ΤΕΙ ΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ
ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ: ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

*«ΧΡΗΣΗ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΣΤΟΝ ΕΘΙΣΜΟ ΤΩΝ
ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ»*

*<<QUESTIONNAIRE USED IN ADDICTION OF STUDENTS
ON THE INTERNET>>*



Όνοματεπώνυμο Σπουδαστών: ΛΑΖΑΡΙΔΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ

ΠΟΣΟΧΟΒΑ ΚΑΡΙΝΑ

Εποπτεύων Καθηγητής: ΗΓΟΥΜΕΝΑΚΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ

ΠΑΤΡΑ 2014

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	4
ABSTRACT.....	6
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1	
ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ.....	8
i. Εισαγωγή.....	8
ii. Το Διαδίκτυο - Ιστορική Αναδρομή.....	9
iii. Η δεκαετία του 1960.....	9
iv. Δεκαετία του 1970:Η ομογενοποίηση και οι πρώτες συνδέσεις.....	11
v. Δεκαετία '80:Η παγκοσμιοποίηση.....	11
vi. Δεκαετία '90:Ένα παγκόσμιο δίκτυο για όλους.....	13
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2	
Ο ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ.....	14
vii. Ορισμός του εθισμού στο Διαδίκτυο.....	14
viii. Ποιος θεωρείται εθισμένος.....	17
ix. Αίτια εθισμού.....	18
x. Ανθρωποκεντρικός παράγοντας και προδιάθεση.....	19
xi. Δημογραφικά και κοινωνικά χαρακτηριστικά.....	19
xii. Βιοϊατρικές εξηγήσεις.....	20
xiii. Ψυχολογικά χαρακτηριστικά ατόμου και Διαδικτύου.....	20
xiv. Κριτήρια εξάρτησης από το Διαδίκτυο και συνέπειες του εθισμού.....	21
xv. Κριτήρια εξάρτησης και παράγοντες ενίσχυσης του εθισμού.....	21
xvi. Συνέπειες του εθισμού στο Διαδίκτυο.....	22
xvii. Μέτρα αντιμετώπισης – θεραπείας του εθισμού στο Διαδίκτυο.....	25
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3	

ΜΕΛΕΤΗ ΜΕ ΧΡΗΣΗ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΘΙΣΜΟ ΤΩΝ
ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ.....31

xviii.	Στοιχεία μελέτης.....	31
xix.	Έλεγχος υποθέσεων στην στατιστική ανάλυση.....	33
xx.	Προγενέστερες μελέτες έρευνας με χρήση ερωτηματολογίου.....	36
xxi.	Το διαγνωστικό ερωτηματολόγιο της Young(1996).....	36
xxii.	Έρευνες με ερωτηματολόγιο στην Ελλάδα.....	37
xxiii.	Το ερωτηματολόγιο της παρούσας έρευνας.....	44

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗΣ ΑΝΑΛΥΣΗΣ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ.....	50
---	----

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ.....	109	
xxiv.	Συμπεράσματα μέσα από το λογισμικό του SPSS.....	109
xxv.	Γενικά συμπεράσματα.....	114
xxvi.	Προτάσεις.....	117
Ευρετήριο πινάκων, σχημάτων και εικόνων.....	119	

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Σήμερα το Διαδίκτυο αποτελεί τη μεγαλύτερη πηγή πληροφοριών στον κόσμο. Είναι ένα πολυεργαλείο ατέρμονης, πολύτιμης γνώσης, ροής πληροφοριών, ατελείωτης διασκέδασης και επικοινωνίας σε κάθε σημείο του πλανήτη. Η χρήση του Διαδικτύου έχει αυξηθεί εντυπωσιακά τα τελευταία χρόνια με πολλές θετικές και αρνητικές επιδράσεις, ενώ ο υπερβολικός βαθμός χρήσης έχει οδηγήσει στο φαινόμενο που σήμερα ονομάζουμε εθισμός στο Διαδίκτυο.

Στην εργασία αυτή γίνεται μια προσπάθεια να ερευνηθούν τα αίτια, οι συνέπειες, οι παράγοντες επηρεασμού και ο βαθμός συσχέτισης τους μέσα από μια έρευνα ερωτηματολογίου. Το δείγμα της έρευνας αποτελείται από 100 φοιτητές, ενώ η ανάλυση έγινε με την βοήθεια του λογισμικού στατιστικής ανάλυσης SPSS. Ως ιδανικό ερευνητικό εργαλείο για την διεξαγωγή της μελέτης και για να απαντηθούν τα ερωτήματα που θέτει κατά τρόπο έγκυρο και αξιόπιστο, επιλέχθηκε μεταξύ άλλων και το ερωτηματολόγιο “Pathological Use Scale (PUI)” (Κλίμακα Μέτρησης Παθολογικής Χρήσης) της Morahan-Martin J M. and Schumacher P. (1997, 2000).

Από την ανάλυση των ερωτηματολογίων προέκυψαν πολλά και χρήσιμα συμπεράσματα ως προς την στάση των φοιτητών απέναντι στο Διαδίκτυο και πως αυτή επηρεάζει τους διάφορους τομείς της ζωής τους, όπως ο ακαδημαϊκός, προσωπικός, κοινωνικός και άλλοι τομείς. Εξετάστηκε η αλληλοσχέτιση και αλληλεπίδραση ανάμεσα στις μεταβλητές που καθορίζουν τον εθισμό στο Διαδίκτυο και εξήχθησαν τελικά συμπεράσματα ως προς τον βαθμό εθισμού των φοιτητών της έρευνας μας στο Διαδίκτυο.

Σύμφωνα λοιπόν με την τελική ανάλυση το 26% των φοιτητών δεν παρουσίασε κανένα σύμπτωμα εθισμού στο Διαδίκτυο, το 40% παρουσίασε περιορισμένα συμπτώματα και το 34% θεωρήθηκε ότι ανήκει στην ομάδα των παθολογικών χρηστών του Διαδικτύου, ουσιαστικά δηλαδή περίπου ένας στους τρεις φοιτητές θεωρήθηκε εθισμένος στο Διαδίκτυο. Από αυτήν την ομάδα των εθισμένων φοιτητών, η στατιστική ανάλυση έδειξε ότι το 3% παρουσίασε σημάδια απόλυτου εθισμού.

Οι αρνητικές συνέπειες του εθισμού στο Διαδίκτυο είναι πολλές και τόσο σοβαρές, όσο αυτές άλλων μορφών εθισμού που συναντούμε στην κοινωνία. Οι νέοι άνθρωποι και στην προκειμένη περίπτωση οι φοιτητές, μπορούν, όντας εθισμένοι στο Διαδίκτυο, να αποξενωθούν από την κοινωνία, να παρουσιάσουν συμπεριφορές στέρησης ακόμα και του ύπνου τους για χάρη του Διαδικτύου. Ο εύκολος και γρήγορος τρόπος επικοινωνίας ναί μεν ευνοεί τις διαπροσωπικές σχέσεις, αλλά

ταυτόχρονα εγκυμονεί αμέτρητους κινδύνους για τον ευάλωτο και ενθουσιώδη χαρακτήρα των νέων. Οι φοιτητές με την σειρά τους παρουσιάζουν προβλήματα στις ακαδημαϊκές τους υποχρεώσεις λόγω της πολύωρης και συχνής παρουσίας τους στο Διαδίκτυο.

Οι λύσεις και προτάσεις για την αντιμετώπιση του φαινομένου του εθισμού στο Διαδίκτυο θα έπρεπε να ξεκινούν προληπτικά από την παιδική ηλικία, όπου πρέπει να υπάρχει μια σοβαρή αντιμετώπιση και σωστή εκπαίδευση για τους κινδύνους του Διαδικτύου, ώστε τα παιδιά να έχουν την ωριμότητα και την γνώση για το τι θα αντιμετωπίσουν κατά την παραμονή τους σε αυτό. Από την άλλη πλευρά πρέπει να δοθεί λύση και για την υπάρχουσα κατάσταση με ειδικούς φορείς, στελεχωμένους με ειδικούς επιστήμονες, που θα προσφέρουν την απαραίτητη υποστήριξη και την αναγκαία συμβουλευτική, ψυχολογική και φαρμακευτική αγωγή στους ήδη εθισμένους χρήστες του Διαδικτύου. Τα πανεπιστημιακά Ιδρύματα από την πλευρά τους θα πρέπει να δώσουν κίνητρα σε όλους τους φοιτητές για να κάνουν χρήση της «καλής» πλευράς του Διαδικτύου, όπως τα επιστημονικά περιοδικά και οι εκπαιδευτικοί ιστότοποι, ενώ παράλληλα θα πρέπει να ασκήσουν αυστηρότερο έλεγχο στους χρήστες των δικτύων τους.

ABSTRACT

Today the Internet is the biggest source of information in the world. It is an allrounder endless, valuable knowledge, information flow, endless entertainment and communication at every point of the globe. The use of the Internet has increased dramatically in recent years with many positive and negative effects, while the excessive level of use has led to the phenomenon now called Internet addiction.

In this homework an attempt is made to investigate the causes, consequences, and factors influencing the degree of correlation through a survey questionnaire. The sample consisted of 100 students, while the analysis was done with the help of statistical analysis software SPSS. As an ideal research tool for the conduct of the study and to answer the questions posed in an accurate and reliable, chosen including the questionnaire "Pathological Use Scale (PUI)" (Scale Measuring Pathological Use) of Morahan-Martin J.M. and Schumacher P. (1997, 2000).

From the analysis of the questionnaire resulted many useful conclusions about the attitude of students towards the Internet and how it affects different areas of life, such as academic, personal, social and other areas. Examined the interrelationship and interaction between the variables that determine addiction to the Internet and exported final conclusions as to the degree of addiction of students in our research on the Internet.

So, according to the final analysis, 26% of students showed no sign of Internet addiction, 40% had limited symptoms and 34% were considered to belong to the group of pathological Internet users, ie essentially about one in three students was addicted to Internet. From this group of addicted students, the statistical analysis showed that 3% showed signs of absolute addiction.

The negative consequences of Internet addiction are many and so serious as those of other forms of addiction that we encounter in society. Young people and in this case the students can, being addicted to the Internet, be alienated from society, present behaviors deprivation even sleep for the sake of the internet. The easiest and fastest way of communication while encouraging interpersonal relationships, but also poses risks for countless vulnerable and enthusiastic character of young people. Students in turn have problems in their academic obligations because of the long hours and frequent presence on the Internet.

The solutions and recommendations to deal the phenomenon of Internet addiction should be proactively start from childhood, where there should be a serious

consideration and proper education about the dangers of the Internet, so that children have the maturity and knowledge what they will face during their stay in it. On the other side must be resolved and the existing situation with specific entities, staffed by specialists, who will provide the necessary support and necessary counseling, psychological and medication for those already addicted Internet users. Universities for their part should motivate all students to make use of the "good" side of the Internet, such as journals and educational websites, and we should exercise stricter control over users of their networks .

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

ΕΙΣΑΓΩΓΗ - ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

ι. Εισαγωγή

Σήμερα το Διαδίκτυο αποτελεί τη μεγαλύτερη πηγή πληροφοριών στον κόσμο. Είναι ένα πολυεργαλείο ατέρμονης, πολύτιμης γνώσης, ροής πληροφοριών, ατελείωτης διασκέδασης και επικοινωνίας σε κάθε σημείο του πλανήτη (Σοφός 2011). Είναι η επανάσταση της εποχής μας και

παράλληλα εφόδιο απαραίτητο σε κάθε επιστήμονα, επαγγελματία, μαθητή ακόμα και στον πιο απλό άνθρωπο.

Το στοιχείο που καθιστά δημοφιλές το διαδίκτυο είναι ότι αποτελεί "σημείο των καιρών", αποδίδοντας το πνεύμα του σύγχρονου δικτυωμένου κόσμου και παράλληλα ένα θαυμάσιο επικοινωνιακό μέσο που χαίρει γενικής εκτίμησης. Επίσης, προσφέρει ανωνυμία, δηλαδή επιτρέπει σε κάποιον να αποποιηθεί εμφάνιση, όνομα, ηλικία, κοινωνική καταξίωση και να υποδυθεί κάποιον άλλον, απαλλαγμένο από αδυναμίες και ανασφάλειες, και να εξωτερικεύσει βαθύτερες επιθυμίες και μυστικά.

Η χρήση του Διαδικτύου στα πανεπιστήμια και γενικά στην κοινωνία έχει αυξηθεί εντυπωσιακά τα τελευταία χρόνια. Ωστόσο η διαμάχη σχετικά με τις θετικές και αρνητικές επιδράσεις της χρήσης του Διαδικτύου και των υπολογιστών, έχει λάβει ιδιαίτερα μεγάλες διαστάσεις πρόσφατα.

Το ενδεχόμενο του εθισμού ή της πιθανής εξάρτησης από διάφορες δραστηριότητες, ψυχαγωγικές κυρίως, ασχολίες που προσφέρει ο υπολογιστής συζητείται από το 1987. Πήρε όμως μεγαλύτερες διαστάσεις μετά το 1996, όταν αρκετοί ειδικοί ψυχίατροι και ψυχολόγοι θεώρησαν ότι η υπερβολική ενασχόληση με τον υπολογιστή μπορεί να

προκαλέσει εθισμό και αναγνώρισαν το συγκεκριμένο πάθος ως αυθύπαρκτη διαταραχή και εξάρτηση με παρόμοια κριτήρια με αυτά των άλλων εξαρτήσεων. Σίγουρα όμως, σημαντικά προβλήματα μπορεί να προκύψουν από την αλόγιστη χρήση και από την έλλειψη ενημέρωσης και πληροφόρησης ιδιαίτερα σε ότι αφορά τους εφήβους και κυρίως τους νέους (Σοφός 2011). Κάποιοι διαφώνησαν και κάποιοι τήρησαν στάση αναμονής στο ζήτημα της διάγνωσης ως προς το αν η πολύωρη και μανιώδης ενασχόληση με τον υπολογιστή αποτελεί όντως εξάρτηση ή απλώς σύμπτωμα ενός σοβαρότερου προβλήματος.

Οι περισσότεροι ερευνητές καταλήγουν στο συμπέρασμα ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο αποτελεί μια υπαρκτή πάθηση, μια ψυχοσωματική διαταραχή-εξάρτηση, η οποία εντείνεται και εμφανίζεται συχνότερα, όσο αυξάνεται και η χρήση του Διαδικτύου.

ii. Το διαδίκτυο – Ιστορική αναδρομή

iii. Η δεκαετία του 1960

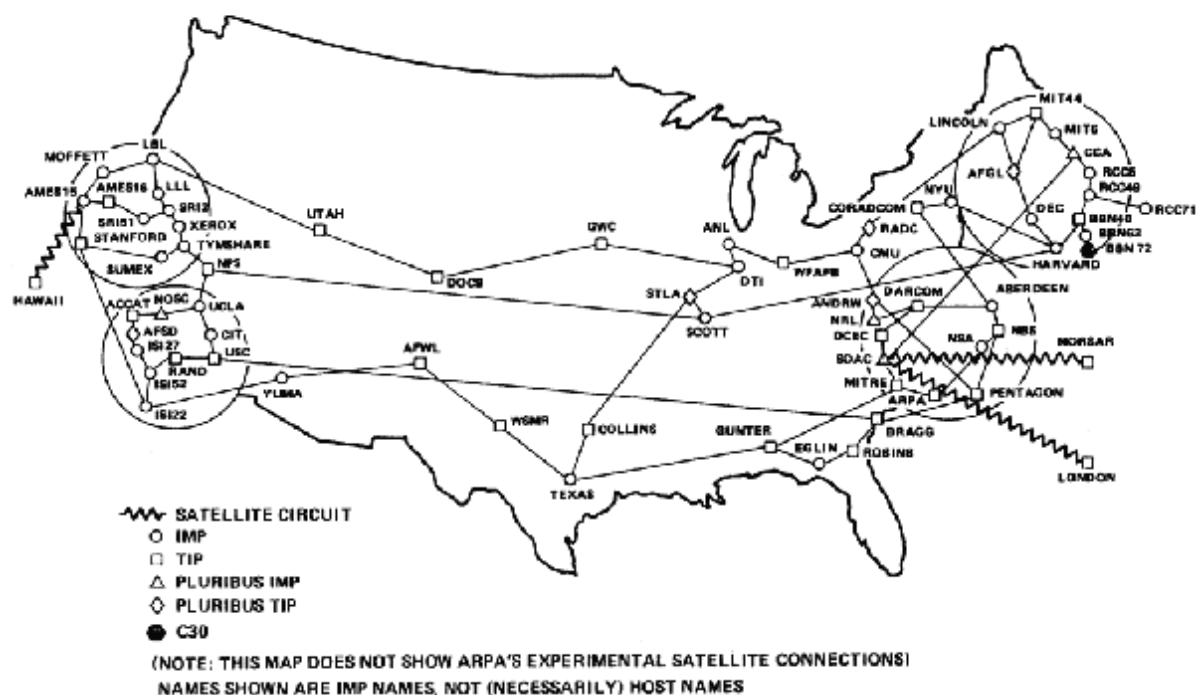
Ως πρώτη μορφή του σημερινού αποκαλούμενου ως Διαδίκτυο (“Internet”) ήταν ένα πρωτογενές πειραματικό δίκτυο με την ονομασία ARPAnet που ξεκίνησε να εμφανίζεται δειλά στα τέλη της δεκαετίας του 1960 στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής, σε μια κοινωνία που ήταν έτοιμη να εκκολάψει μια καινοτόμο ιδέα και να την στηρίξει φυσικά οικονομικά και διαχειριστικά. Η ιδέα αυτή ξεκίνησε εμμέσως με αφορμή την διαστημική ρωσική αποστολή “Sputnik”, ωθώντας την αμερικανική κυβέρνηση στην ανάπτυξη ενός δικτύου ανταγωνιστικού και παράλληλα δικτύου επιβίωσης από τον ανταγωνιστή που λεγόταν Σοβιετική Ένωση. Στόχος και αρχική ιδέα ήταν η δημιουργία ενός σύγχρονου για τα δεδομένα της εποχής δικτύου επικοινωνιών που θα μπορούσε να λειτουργεί ακατάπαυστα και με ακρίβεια ακόμα και σε περίπτωση πυρηνικού ή άλλου είδους πολέμου από τον εχθρό, το οποίο θα ήταν ικανό να αχρηστεύσει το μεγαλύτερο μέρος των τηλεπικοινωνιών (Griffiths & Leiden 2002).

Οι πρώτες προσπάθειες δημιουργίας του δικτύου ARPAnet περιελάμβανε την προσπάθεια ερευνητών να συνδέσουν διαδικτυακά απομακρυσμένους υπολογιστές των πανεπιστημίων τους και να ανταλλάξουν δεδομένα και επικοινωνία.

Στην πιο επίσημή του μορφή το δίκτυο ARPAnet γεννήθηκε το 1969 με πόρους του προγράμματος ARPA (Advanced Research Projects Agency) του Υπουργείου Άμυνας και είχε ως επίσημο αρχικό σκοπό να αποτελέσει ένα πείραμα και μια προσπάθεια σύνδεσης του εν λόγω υπουργείου με μια σειρά από στρατιωτικούς ερευνητικούς οργανισμούς, τα αποτελέσματα του οποίου θα μπορούσαν να αξιοποιηθούν από την αμερικανική κυβέρνηση σε πολλούς τομείς και σε δεύτερο χρόνο και από την υπόλοιπη κοινωνία.

Η εξέλιξη του ARPAnet μετά το πρώτο πειραματικό στάδιο θα μπορούσε να εξασφαλίζει επικοινωνία μεταξύ απομακρυσμένων χρηστών και δικτύων, έστω και αν κάποια από τα ενδιάμεσα συστήματα βρίσκονταν προσωρινά εκτός λειτουργίας (Walt 2007). Στις αρχές της δεκαετίας του 1980 το δίκτυο ARPAnet διέθετε συνδέσεις με Πανεπιστήμια και Οργανισμούς (πχ. Πεντάγωνο) εντός Η.Π.Α. και με προορισμούς εκτός Η.Π.Α., όπως το Λονδίνο και η Χαβάη.

ARPANET GEOGRAPHIC MAP, OCTOBER 1980



Εικόνα 1.1 Όλες οι συνδέσεις του δικτύου ARPAnet το 1980

iv. Δεκαετία 1970: Η ομογενοποίηση και οι πρώτες συνδέσεις

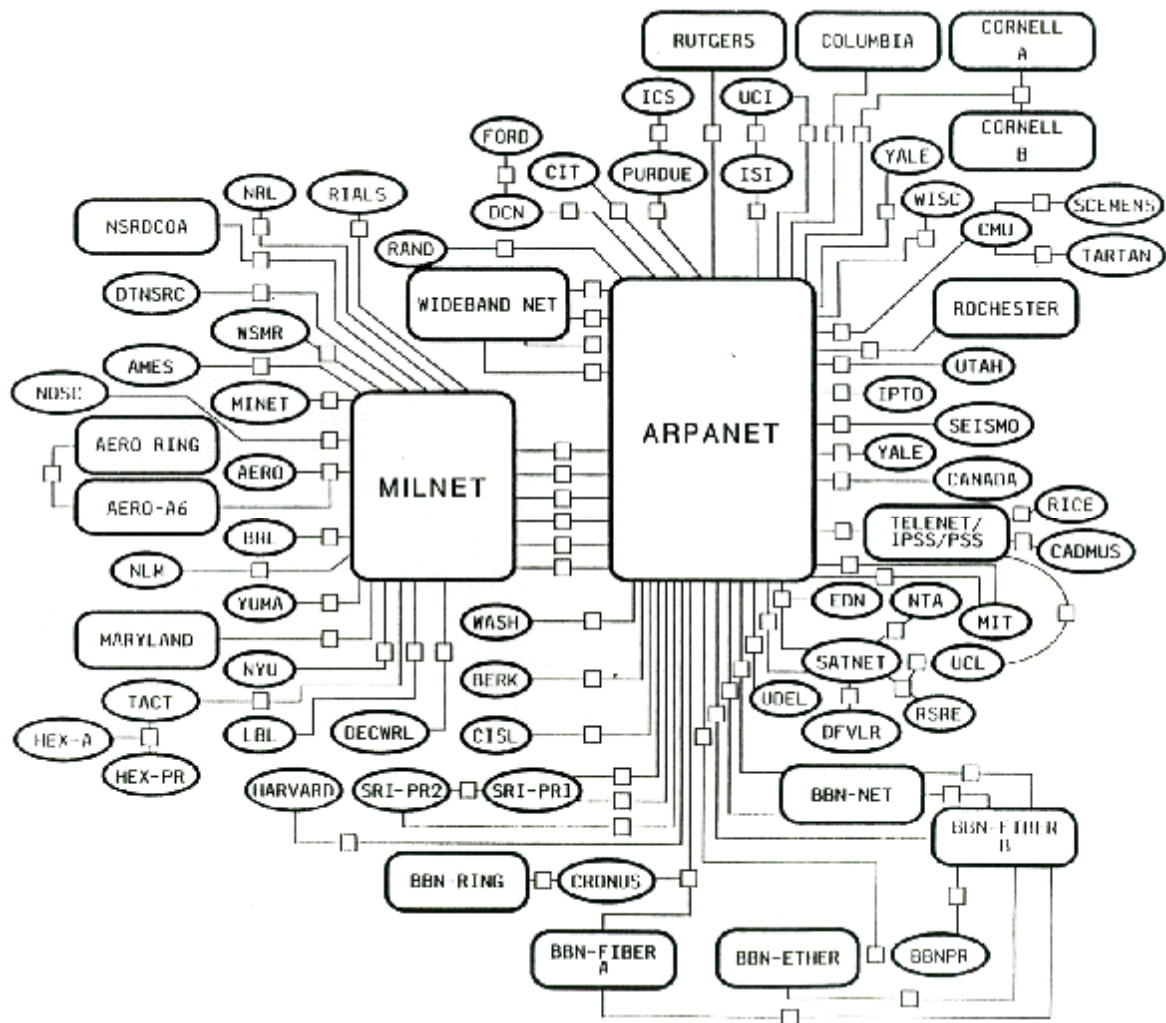
Επόμενο στάδιο της ερευνητικής και πειραματικής εφαρμογής των σχετικών προγραμμάτων με το Διαδίκτυο ήταν μια προσπάθεια που ξεκίνησε στις αρχές της δεκαετίας του 1970, που είχε ως σκοπό την ομογενοποίηση όλων των προγενέστερων πειραματικών προσπαθειών. Πιο συγκεκριμένα, το 1973 ξεκίνησε ένα πρόγραμμα που ονομαζόταν Πρόγραμμα Διαδικτύωσης (“Internet Ting Project”), με κύριο αντικείμενο και στόχο την δημιουργία μια κοινής πλατφόρμας για κάθε διαφορετικό δίκτυο που μετακινούσε μέχρι την στιγμή εκείνη τα δεδομένα μόνο στην «περιοχή» του. Την εποχή εκείνη, γεννήθηκε και το ευρέως γνωστό και εφαρμοστέο ως σήμερα Πρωτόκολλο Διαδικτύωσης (“Internet Protocol, IP”), το οποίο είναι ουσιαστικά ο προπομπός του σημερινού Διαδικτύου. Όσα δίκτυα εφάρμοσαν το κοινό πρωτόκολλο IP πλέον μπορούσαν να συνδεθούν και να επικοινωνήσουν και μεταξύ τους, αποτελώντας πλέον ένα μεγαλύτερο δίκτυο. Το πρωτόκολλο IP όρισε ότι σε κάθε δίκτυο όλοι οι υπολογιστές αποτελούν ισοδύναμες μονάδες που μπορούν να επικοινωνήσουν με τον ίδιο τρόπο και αμφίδρομα μεταξύ τους.

Μέσα στην ίδια δεκαετία γεννιέται και το Πρωτόκολλο Ελέγχου Μετάδοσης (Transmission Control Protocol, TCP), μια διαδικασία ελέγχου του τρόπου και της ποσότητας της μετάδοσης των δεδομένων. Γεννήθηκε η ανάγκη μετά τον ορισμό του IP Πρωτοκόλλου να θεσμοθετηθούν και να οριστούν επίσημα για όλους τους χρήστες και τα δίκτυα και οι προδιαγραφές για την μεταφορά αρχείων μεταξύ υπολογιστών και για το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο (E-mail) (Kristula 1997).

v. Δεκαετία '80: Η παγκοσμιοποίηση

Στις αρχές της δεκαετίας του 1980, πλέον το δίκτυο ARPAnet έχει εξαπλωθεί με γεωμετρική πρόοδο και πλέον αντιμετωπίζει σοβαρό λειτουργικό πρόβλημα λόγω

φόρτου από την συμμετοχή ολοένα και περισσότερων πανεπιστημίων. Για τον λόγο αυτόν, αποφασίζεται να χωριστεί το δίκτυο αυτό σε δύο τμήματα: α) το δίκτυο ARPAnet, το οποίο θα χρησιμοποιεί αποκλειστικά η ακαδημαϊκή κοινότητα για την εξέλιξη της έρευνας, την επίλυση προβλημάτων και την δημιουργία καινοτόμων ιδεών και β) το δίκτυο MILNET, το οποίο θα χρησιμοποιούταν αποκλειστικά για στρατιωτικούς σκοπούς (Εικόνα 1.2).



Εικόνα 1.2 Οι συνδέσεις των δικτύων ARPAnet και MILNET στα μέσα της δεκαετίας του 1980

Το έτος 1985, αναπτύσσεται με ταχύτατους ρυθμούς ένα νέο ιδιόκτητο δίκτυο, το NSF (National Science Foundation), το οποίο προσελκύει άμεσα μέσα στα επόμενα χρόνια χιλιάδες οργανισμούς και πανεπιστήμια, τα οποία στήνουν πλέον τα δίκτυα

τους με βάση το νέο αυτό παγκόσμιο υπερδίκτυο. Κάπου εκεί είναι που αναφέρεται και ο όρος Διαδίκτυο (Internet), όπως τον χρησιμοποιούμε στην σημερινή του μορφή. Το 1990 και επίσημα πλέον το δίκτυο ARPAnet παύει να υφίσταται και καταργείται [Kristula 1997].

vi. Δεκαετία '90: Ένα παγκόσμιο δίκτυο για όλους.

Το 1993, το εργαστήριο CERN στην Ελβετία παρουσιάζει τον Παγκόσμιο Ιστό (World Wide Web, WWW), που αναπτύχθηκε από τον Tim Berners-Lee. Πρόκειται για ένα σύστημα διασύνδεσης πληροφοριών του διαδικτύου σε ολόκληρο τον κόσμο και παρουσίασής τους σε ηλεκτρονικές σελίδες (Kristula 1997).

Η γέννηση μιας πιο φιλικής πλατφόρμας όπως αυτή του Παγκόσμιου Ιστού προσέελκυσε πλέον και τους πιο απλούς χρήστες, σε μικρό ποσοστό στα μέσα της δεκαετίας του 1990, με αλματώδη αύξηση την επόμενη δεκαετία και με τεράστια ανάπτυξη τα τελευταία χρόνια.

Η τρομακτική αυτή ανάπτυξη και εξάπλωση του Διαδικτύου στην εποχή μας είχε πολλές συνέπειες, θετικές και αρνητικές, μια εκ των οποίων είναι και ο εθισμός κάποιων εκ των χρηστών του σε αυτό.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

Ο ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

vii. Ορισμός του εθισμού στο διαδίκτυο

Ο εθισμός είναι η εκτός ελέγχου ανίχνευση ευτυχίας ή αποφυγής του πόνου. Όποια και αν είναι η εξαρτησιογόνος ουσία, π.χ. αλκοόλ, τσιγάρο, ναρκωτικά, τζόγος, διαδίκτυο κ.λ.π, ο κάθε εθισμένος δημιουργεί μια <<σχέση>> με την ουσία που τον διακατέχει για να μπορεί να αλλάζει και να διατηρεί τη διάθεσή του πάντα στα ίδια επίπεδα. Με τη χρήση της <<ουσίας>> ο εθισμένος προσπαθεί να δημιουργήσει αισθήματα ηρεμίας, έξαψης ή φαντασίας. Η αλλαγή διάθεσης που προκαλείται από τη χρήση της <<ουσίας>> δίνει στον εθισμένο την ψευδαίσθηση ότι όλα πάνε καλά. Με λίγα λόγια εθισμός είναι μια σωματική και ψυχολογική διαταραχή ενός ατόμου, που εάν πρόκειται για ουσία σημειώνεται αύξηση της ποσότητας ενώ αν πρόκειται για συμπεριφορά αυξάνεται η ένταση ή η συχνότητα.

Παραδοσιακά ο όρος εθισμός χρησιμοποιούταν για να περιγράψει την σωματική εξάρτηση σε μια ουσία (π.χ., Walker 1989, Rachlin 1990, Holden 2001) και ήδη έχει αρχίσει να χρησιμοποιείται για την υπερβολική χρήση του Διαδικτύου.

Ο ορισμός του εθισμού σαν φαινόμενο εμφανίστηκε για πρώτη φορά το 1995 από τον Ivan Goldberg, καθηγητή του πανεπιστημίου Columbia. Ο Goldberg (1996) έδωσε στον εθισμό την έννοια της δυσκολίας στην σωστή χρήση του Διαδικτύου η οποία μπορεί να οδηγήσει σε δυσλειτουργίες ή κάποια μορφή εν δυνάμει αναπηρίας (“disability”). Ως διαταραχή του εθισμού στο Διαδίκτυο όρισε την εθιστική συμπεριφορά, η οποία δανείζεται κριτήρια από εξαρτησιογόνες ουσίες (Garrison & Long 1995, Goldberg 1996).

Στη συνέχεια μια σειρά από εναλλακτικούς όρους για να περιγράψουν αυτήν την παθολόγο συμπεριφορά έκαναν την εμφάνισή τους:

- Ø 'Εθισμός στο Διαδίκτυο' (Young 1998, Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla & McElroy 2000, Mitchell 2000, Bai, Lin & Chen 2001),
- Ø 'Παθολογική Χρήση του Διαδικτύου' (Davis 2001),
- Ø 'Προβληματική Χρήση του Διαδικτύου' (Davis, Flett, & Besser 2002),
- Ø 'Ψυχαναγκαστικό Internet', 'Internetomania' (Shapira et al., 2003 & Widyanto και Griffiths, 2006).

Κατά την τελευταία δεκαετία έχουν καταγραφεί αμέτρητοι ορισμοί για τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Ο πιο γενικευμένος ορισμός παρουσιάστηκε από τους Widyanto και Griffiths το 2006, οι οποίοι όρισαν τον εθισμό σαν ένα υποσύνολο μιας τεχνολογικής εξάρτησης, η οποία ορίζεται ως μη χημικός ή συμπεριφοριστικός εθισμός που περιλαμβάνει την αλληλεπίδραση ανθρώπου-μηχανής. Οι εξαρτήσεις θα μπορούσαν να λογιστούν ως παθητικές, όπως το να παρακολουθεί κανείς ταινίες στην τηλεόραση ή ενεργητικές, όπως το να παίζει κανείς παιχνίδια σε κάποια από τις ειδικές κονσόλες που υπάρχουν (Widyanto και Griffiths, 2006).

Αν θέλαμε να δώσουμε πιο ειδικούς ορισμούς στον εθισμό στο Διαδίκτυο αυτοί θα μπορούσαν να είναι:

- ο Η ανικανότητα του ατόμου να ελέγξει τη χρήση του Διαδικτύου, έχοντας ως άμεσες συνέπειες ψυχολογικές, κοινωνικές, σχολικές ή/και επαγγελματικές δυσκολίες στη ζωή του. (Davis, 2001; Shapira et al., 2000; Young, 1998)
- ο Η ψυχολογική εξάρτηση στο Διαδίκτυο χαρακτηρίζεται από την αυξανόμενη επένδυση του ατόμου σε δραστηριότητες σχετικές με το Διαδίκτυο, δυσάρεστα συναισθήματα όταν δεν είναι συνδεδεμένο, αυξανόμενη ανοχή στις επιπτώσεις όταν είναι συνδεδεμένο και άρνηση της προβληματικής συμπεριφοράς. (Kandell, 1998)

Η πρώτη και πιο γνωστή ερευνητική μελέτη σχετικά με την υπερβολική χρήση του Διαδικτύου πραγματοποιήθηκε από την Young (1996), η οποία προσπάθησε να

προσεγγίσει το πρόβλημα του εθισμού στο Διαδίκτυο ως μια ευρεία ποικιλία συμπεριφορών και προβλημάτων ελέγχου-ώθησης (Young 1999). Το φαινόμενο αυτό το χαρακτήρισε ως προβληματική χρήση του Διαδικτύου (PIU) και υποστήριξε ότι ταξινομείται σε πέντε συγκεκριμένες υποκατηγορίες:

- Εθισμός σε ιστοσελίδες σεξουαλικού περιεχομένου (Cybersexual addiction)
- Εθισμός σε εικονικές διαδικτυακές σχέσεις (Cyber-relationship addiction)
- Εθισμός σε εξαναγκαστικά πάθη (net compulsions), όπως ο ηλεκτρονικός τζόγος και οι ηλεκτρονικές αγορές-εμπορικές συναλλαγές
- Εθισμός στην αναζήτηση πληθώρας πληροφοριών (information overload) ή αλλιώς παθολογικές αναζητήσεις (compulsive web surfing or database searches) που γίνονται εμμονή.
- Εθισμός στη χρήση υπολογιστή (computer addiction): έμμονη ασχολία με παιχνίδια στον υπολογιστή. (Obsessive computer game playing, e.g., doom, mist, solitaire etc.). (Young et al, 1999).

Επεκτείνοντας τον ορισμό που έδωσε η Young, ο Davis (2001) πρότεινε ένα γνωστικό-συμπεριφοριστικό πρότυπο για την προβληματική χρήση του Διαδικτύου (PIU). Κατηγοριοποίησε λοιπόν την προβληματική αυτή χρήση σε:

α) συγκεκριμένη παθολογική χρήση του Διαδικτύου (SPIU), η οποία περιλαμβάνει τους ανθρώπους εκείνους που είναι εξαρτημένοι σε μια συγκεκριμένη λειτουργία του Διαδικτύου και

β) τη γενικευμένη παθολογική χρήση του Διαδικτύου (GPIU), η οποία περιλαμβάνει μια γενική, πολυδιάστατη κατάχρηση του Διαδικτύου.

Στην εργασία αυτή θα χρησιμοποιηθεί ο όρος 'Παθολογική Χρήση του Διαδικτύου' ('Pathological Internet Use', PIU), μέσω και του ερωτηματολογίου που βασίζεται στην κλίμακα αυτή (Morahan-Martin & Schumacher 2000).

Άλλες κλίμακες που χρησιμοποιούνται είναι η YDQ, η K.E.ΕΦ.Υ, η IAT, η Grant και η Griffiths.

-
- Η κλίμακα YDQ(Diagnostic Questionnaire for Internet Addiction) αποτελείται από 8 ερωτήσεις για τον εθισμό στο Διαδίκτυο βασισμένο στα κριτήρια του DSM-IV για το παθολογικό τυχερό παιχνίδι το οποίο μεταφράστηκε στην ελληνική γλώσσα.
 - Η κλίμακα Κ.Ε.ΕΦ.Υ (Κλίμακα Εθισμού των Εφήβων στους Ηλεκτρονικούς Υπολογιστές)
 - Η κλίμακα IAT (Internet Addiction Test) είναι ένα έγκυρο και αξιόπιστο μέτρο για τον εθισμό στη χρήση του Διαδικτύου που αναπτύχθηκε από την ψυχολόγο Kimberly Young και το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 20 ερωτήσεις.
 - Η κλίμακα Grant(1996),η πλέον πρόσφατη εκδοχή της κλίμακας εθισμού από τα μέσα η οποία μετράει τον εθισμό από το Διαδίκτυο.Ο Grant διαπίστωσε ότι 18 στοιχεία είναι αξιόπιστα για την αξιολόγηση του εθισμού των ατόμων απο τα Μ.Μ.Ε.
 - Η κλίμακα Griffiths ακολούθησε τα <<Διαγνωστικά Κριτήρια για τον Παθολογικό Τζόγο>>προκειμένου να προσδιορίσει τον εθισμό στα ηλεκτρονικά παιχνίδια χρησιμοποιώντας διαγνωστικά κριτήρια για εθισμούς συμπεριφοράς.Έκανε μια έρευνα με αντικείμενο την εθιστική και ψυχαναγκαστική συμπεριφορά που οδηγεί στην υπέρμετρη χρήση του Διαδικτύου.Ο Griffiths (1998) όπως και η Young(1996) ανέπτυξαν ένα τεστ αυτο-αξιολόγησης επτά σημείων,στο οποίο προσάρμοσαν κατάλληλα διαγνωστικά κριτήρια για την εξάρτηση από ουσίες,από το DSM-IV.Εάν ένα άτομο απαντούσε καταφατικά σε τρία ή περισσότερα από τα 7 ερωτήματα τότε θεωρείτο εθισμένο στο Διαδίκτυο.

viii. Ποιός θεωρείται εθισμένος;

Για να κριθεί ότι κάποιος είναι εθισμένος υπάρχουν μερικά βασικά κριτήρια:

1) Η έντονη επιθυμία της χρήσης της <<ουσίας>>

-
- 2) Η ανάπτυξη ανοχής στη χρήση της <<ουσίας>>
 - 3) Η παρουσία στερητικού συνδρόμου με τη μείωση ή τη διακοπή της χρήσης
 - 4) Η ανάλωση σημαντικού χρόνου γύρω από τη συμπεριφορά χρήσης
 - 5) Η εγκατάληψη σημαντικών κοινωνικών, επαγγελματικών ή ψυχαγωγικών δραστηριοτήτων
 - 6) Η κατάχρηση της ουσίας παρά το γεγονός ότι προκαλεί σοβαρά σωματικά ή ψυχολογικά προβλήματα και δυσλειτουργίες σε κύριους τομείς της ζωής του.

Για παράδειγμα, εάν κάποιος κάνει χρήση του Διαδικτύου λόγω επαγγελματικών υποχρεώσεων πολλές ώρες την ημέρα, δεν είναι εθισμένος διότι δεν θεωρείται ότι κάνει κατάχρηση από την στιγμή που δεν υπάρχουν κάποιες αρνητικές επιπτώσεις στη ζωή του. Η διαφορά μεταξύ ενός επαγγελματία που χρησιμοποιεί το Διαδίκτυο και ενός εθισμένου χρήστη διαδικτυακών παιχνιδιών είναι ότι ο επαγγελματίας σε περίπτωση αποχής από το Διαδίκτυο δεν παρουσιάζει στερητικά συμπτώματα σε αντίθεση με τον εθισμένο χρήστη διαδικτυακών παιχνιδιών που έχει έντονη επιθυμία για επανασύνδεση.

ix. Αίτια εθισμού

Πολλοί επιστήμονες τα τελευταία χρόνια προσπαθούν να εισχωρήσουν βαθύτερα στο πρόβλημα του εθισμού και να αναζητήσουν τα αίτια που προκαλούν το φαινόμενο. Γιατροί, ψυχολόγοι, ακόμα και ειδικοί από τον χώρο της πληροφορικής προσπάθησαν ο καθένας από την δικιά του οπτική γωνία να αναζητήσουν σε διάφορους τομείς τα αίτια.

Έχουν υπάρξει πολλές προσπάθειες από γιατρούς και ψυχολόγους να εξηγηθούν οι διαταραχές του εθισμού. Αυτές οι θεωρίες περιλαμβάνουν την ψυχοδυναμική και εξηγήσεις προσωπικότητας, τις κοινωνικοπολιτιστικές εξηγήσεις, τις

συμπεριφοριστικές εξηγήσεις και τις βιοϊατρικές εξηγήσεις. Βέβαια δεν εξηγούν οποιοδήποτε εθισμό τέλεια, και μερικοί είναι καλύτεροι από άλλους στην εξήγηση του εθισμού στο Διαδίκτυο.

x. Ανθρωποκεντρικός παράγοντας και προδιάθεση

Πολλοί άνθρωποι, εξαιτίας μιας σειράς παραγόντων, παρουσιάζουν μια προδιάθεση εθισμού σε κάποια μορφή. Εάν βρεθούν στην σωστή χρονική στιγμή, στο κατάλληλο σημείο, σε συνδυασμό με κατάλληλα γεγονότα και αφορμές, τα άτομα αυτά μπορούν να εμφανίσουν το φαινόμενο του εθισμού. Το αίτιο δηλαδή πηγάζει από τον ίδιο τον άνθρωπο και το πρόσωπο είναι το κρισιμότερο στην εξίσωση (Ferris 1997). Η ίδια θεωρία αναζητά και συσχετίζει αίτια με πιθανά πρόωρα τραύματα ή άλλες διαταραχές και κληρονομικές ψυχολογικές διαθέσεις (Sue 1994).

xi. Δημογραφικά και κοινωνικά χαρακτηριστικά

Τα δημογραφικά χαρακτηριστικά ατόμου ενός πληθυσμού, όπως η ηλικία του, το φύλο του, η εθνικότητα, η θρησκεία, ο τόπος καταγωγής, η θέση εργασίας, η οικονομική κατάσταση, το κοινωνικό περιβάλλον και άλλα κρίσιμα χαρακτηριστικά επηρεάζουν και ίσως γεννούν τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Ο εθισμός σε όποιον τομέα και αν εμφανίζεται, κυρίως στην γενετήσια μορφή του, εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τα παραπάνω χαρακτηριστικά ατόμου και περιβάλλοντος. Για παράδειγμα ο εθισμός στα ναρκωτικά σίγουρα κάνει συχνότερα την εμφάνιση του σε κοινωνικά στρώματα που αντιμετωπίζουν πολλά προβλήματα και σε εκείνα που αναζητούν διεξόδους από μια ζωή, που είτε παρέχει τα πάντα, είτε τίποτα. Όσον αφορά τον εθισμό στο Διαδίκτυο, στα πρώτα χρόνια της ύπαρξης του Διαδικτύου, αυτό αποτελούσε προτέρημα των οικονομικά ισχυρότερων, ενώ στην συνέχεια εξαπλώθηκε με τεράστια ορμή σε όλες τις ομάδες, κοινωνικές και οικονομικές, του πληθυσμού. Με την εξάπλωση αυτήν, απέκτησε ποικιλομορφία ως προς τους χρήστες του και πλέον όλο και περισσότερο θα διευκολύνεται η εξαγωγή συμπερασμάτων για

αίτια που μπορεί να πηγάζουν από δημογραφικά και κοινωνικά χαρακτηριστικά των χρηστών. Στο προσεχές μέλλον, όπως δείχνουν οι έρευνες θα προκύψει μια πιο ενδιαφέρουσα πτυχή του εθισμού όσον αφορά το Διαδίκτυο (Ferris 1997).

xii. Βιοϊατρικές εξηγήσεις

Η ιατρική προσέγγιση εστιάζει σε κληρονομικά χαρακτηριστικά του χρήστη, τις χημικές δυσαναλογίες στον εγκέφαλο και τους νευροδιαβιβαστές, παράγοντες οι οποίοι θα μπορούσαν να οδηγήσουν κάποιον στο να είναι ευαίσθητος στον εθισμό (Sue 1994). Η ιατρική κοινότητα επίσης υποστηρίζει ότι υπάρχει τρόπος να συμπληρωθούν τα συναπτικά χάσματα των νευρώνων στον εγκέφαλο μέσω φαρμακευτικής αγωγής, που βοηθά στέλλοντάς στον εγκέφαλο λάθος, παραπλανητικές πληροφορίες.

xiii. Ψυχολογικά χαρακτηριστικά ατόμου και Διαδικτύου

Η κρισιμότερη ψυχολογική, παθολογική ανάγκη ενός ατόμου κατά την παρουσία του στο Διαδίκτυο είναι να μετριάσει και να εξαλείψει κατά το δυνατόν αρνητικά συναισθήματα (Morahan-Martin J M. and Schumacher P. (1997)- Martin, 2005). Ουσιαστικά το διαδίκτυο επιτρέπει στα άτομα, που πιέζονται από την πραγματικότητα που βιώνουν, εξωτερική ή εσωτερική, να αποσυμπιέζονται (Young, 1997).

Για παράδειγμα ένα άτομο το οποίο είναι αντικοινωνικό και δυσκολεύεται να κάνει γνωριμίες και σχέσεις με τους συνανθρώπους του, αναζητά μέσα από το Διαδίκτυο την ευκαιρία να αντιμετωπίσει αυτήν την κοινωνική «απόρριψη». Το Διαδίκτυο είναι αυτό που θα του προσφέρει ανώνυμα και πάρα πολύ εύκολα την αποδοχή εξ' αποστάσεως, που για τον συγκεκριμένο χρήστη είναι ένα πολύτιμο δώρο, που δεν θα μπορούσε να βρει στην πραγματική και φυσική ζωή του.

Από τα παραπάνω συμπεραίνουμε ότι και το ίδιο το Διαδίκτυο από τη φύση του παρουσιάζει εθιστικά χαρακτηριστικά και επηρεάζει σε τεράστιο βαθμό ψυχικά και ψυχολογικά τον χρήστη δίνοντας του μια εικονική βοήθεια, μια εικονική φιλία που στην πραγματικότητα είναι ένα ουτοπικό χαρακτηριστικό. Ο διαδραστικός χαρακτήρας του είναι ένας σημαντικός λόγος συμμετοχής σε διαδικτυακούς τόπους που προάγουν την βοήθεια, την φιλία και την σύναψη σχέσεων (Ridings and Gefen, 2004).

xiv. Κριτήρια εξάρτησης από το διαδίκτυο και συνέπειες του εθισμού

xv. Κριτήρια εξάρτησης και παράγοντες ενίσχυσης του εθισμού για τους φοιτητές

Έρευνες που πραγματοποιήθηκαν με σκοπό να ορισθούν κριτήρια που θα βεβαιώνουν την εξάρτηση από το διαδίκτυο κατέληξαν ότι από τα κάτωθι κριτήρια, από τα οποία η ύπαρξη τριών δηλώνει τον εθισμό στο διαδίκτυο:

- ± Συμπτώματα Συνδρόμου Απόσυρσης, όπως είναι η ψυχοκινητική διέγερση, το άγχος, έμμονες σκέψεις για το διαδίκτυο κ.ά.
- ± Χρήση Διαδικτύου προκειμένου να αποφευχθούν συμπτώματα απόσυρσης
- ± Παραμονή στο Διαδίκτυο για χρονικό διάστημα μεγαλύτερο από αυτό που προτίθεται αρχικά
- ± Κατανάλωση υπερβολικού χρόνου και χρήματος σε δραστηριότητες που σχετίζονται με το Διαδίκτυο (πχ. αγορά περιφερειακών υπολογιστή, λογισμικών, παιχνιδιών κ.ά.)
- ± Έκπτωση λειτουργικότητας και δραστηριότητας σε τομείς της ζωής του ατόμου (κοινωνικό, οικογενειακό, προσωπικό, ώρες ύπνου, υγιεινή, σχολική ζωή και συνέχιση της έκπτωσης παρά ταύτα (Stoll, 1995)

Πολλοί παράγοντες είναι αυτοί που συνεισφέρουν και εντατικοποιούν το πρόβλημα του εθισμού, ειδικότερα στην κατηγορία των φοιτητών (Young 2001):

- Ø Οι περισσότεροι φοιτητές παρακολουθούν μαθήματα περίπου δώδεκα με δέκα έξι ώρες την εβδομάδα. Τον υπόλοιπο χρόνο τον περνάνε διαβάζοντας, πηγαίνοντας κινηματογράφο, διασκεδάζοντας ή εξερευνώντας άλλα μέρη εκτός του πανεπιστημίου. Αρκετοί από αυτούς ξεχνούν όλες εκείνες τις δραστηριότητες και επικεντρώνονται σε ένα μόνο πράγμα: το Διαδίκτυο.
- Ø Ελευθερία από το γονικό έλεγχο.
- Ø Κανένας έλεγχος ή λογοκρισία για αυτά που λένε ή κάνουν όταν είναι σε απευθείας σύνδεση.
- Ø Πλήρης ενθάρρυνση από το Πανεπιστήμιο.
- Ø Η επιθυμία τους να δραπετεύσουν από παράγοντες άγχους των φοιτητικών υποχρεώσεων.
- Ø Κοινωνικός εκφοβισμός και αποξένωση. Με τόσους πολλούς φοιτητές στις πανεπιστημιούπολεις, ένας φοιτητής μπορεί πολύ εύκολα να χαθεί στο πλήθος. Σε αντίθεση με την απρόσωπη κοινότητα του Διαδικτύου, στην οποία διαπιστώνουν ότι με λίγη προσπάθεια μπορούν να γίνουν δημοφιλείς, με νέους φίλους από όλο τον κόσμο. Γιατί λοιπόν να προσπαθήσουν να κοινωνικοποιηθούν στην πανεπιστημιούπολη;

χνί. Συνέπειες του εθισμού στο Διαδίκτυο

Πολλοί ερευνητές υποστήριξαν ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο είναι το ίδιο σοβαρός και πολλές φορές με τα ίδια καταστρεπτικά αποτελέσματα, όπως άλλοι υψηλού κινδύνου εθισμοί.

Τα αποτελέσματα που ο εθισμός μπορεί να έχει σε κάθε πτυχή της ζωής του ατόμου είναι ακριβώς τόσο καταστρεπτικά όσο εκείνα του αλκοολισμού (Ferris 1997). Σε άλλη μελέτη που έγινε σε 500 χρήστες του Διαδικτύου το συμπέρασμα ήταν ότι η

χρήση του Διαδικτύου μπορεί να επηρεάσει σε σημαντικότατο βαθμό την ακαδημαϊκή, κοινωνική, οικονομική και επαγγελματική ζωή ενός ατόμου με τον ίδιο τρόπο και στον ίδιο βαθμό, όπως άλλοι ήδη τεκμηριωμένοι εθισμοί, όπως το παθολογικό παιχνίδι, διατροφικοί εθισμοί και ο αλκοολισμός (Young 1996).

Κάποιες από τις πολλές συνέπειες του εθισμού στο Διαδίκτυο είναι οι κάτωθι:

- ü Διαταραχή του βιολογικού χρονικού προγράμματος ζωής και του φυσιολογικού χρόνου ύπνου του εθισμένου. Ένα εθισμένο άτομο μπορεί να μείνει ξύπνιο για πολλές συνεχόμενες ώρες, χωρίς να κοιμηθεί χάριν της παραμονής στο Διαδίκτυο. Πολλές φορές η καφεΐνη είναι ο καλύτερος σύμμαχος στην παράταση παραμονής, ενώ σε ακραίες περιπτώσεις έχουν εντοπιστεί και φαινόμενα λήψης χαπιών και ναρκωτικών για να αυξηθεί η αντοχή και να αναιρεθεί η εξουθένωση του οργανισμού.
- ü Προβλήματα στο σώμα του εθισμένου. Εργονομικά προβλήματα στην μέση και στον καρπό του χεριού, όπως και προβλήματα παχυσαρκίας, ζάλης, οφθαλμολογικά, ανοσοποιητικού κ.ά.
- ü Διαταραχή στο οικογενειακό περιβάλλον, όσα μέλη και αν διαθέτει αυτό. Ένα άτομο εθισμένο, μπορεί να καταστρέψει τον μακροπρόθεσμο και σταθερό γάμο του εξαιτίας κάποιας διαδικτυακής σχέσης (Young 2004). Η ευκολία στην επικοινωνία μέσω Διαδικτύου, είτε μέσω απευθείας ζωντανής συνομιλίας, είτε μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, έχει οδηγήσει πολλά άτομα στο να υποπέσουν σε ατασθαλίες όσον αφορά την έγγαμή τους ζωή. Παραδείγματος χάριν, η Young (1998) διαπίστωσε ότι σοβαρά προβλήματα σχέσης αναφέρθηκαν στο πενήντα τρία τοις εκατό των εξαρτημένων από το Διαδίκτυο που ερευνήθηκαν, τα οποία οδήγησαν στη συζυγική ασυμφωνία, το χωρισμό ακόμη και το διαζύγιο. Σε μια απευθείας σύνδεση στο Διαδίκτυο, οι άνθρωποι είναι πιθανότερο να είναι πιο ανοικτοί, τίμιοι και ειλικρινείς, αποκαλύπτοντας προσωπικές τους αλήθειες, και η οικειότητα που σε μια μη-απευθείας σύνδεση σχέση θα χρειαστεί μήνες ή και έτη για να αναπτυχθεί, σε μια απευθείας σύνδεση σχέση μπορεί να χρειαστεί μόνο λίγες ημέρες ή εβδομάδες (Cooper & Sportolari 1997, Young 1997). Οι συζυγικοί δικηγόροι έχουν αναφέρει μια άνοδο των περιπτώσεων διαζυγίου εξαιτίας του

σχηματισμού τέτοιου είδους σχέσεων (Quittner 1997). Επίσης, σοβαρά προβλήματα εντοπίζονται στις σχέσεις ανάμεσα σε γονείς και παιδιά, όπως και ανάμεσα σε συγγενικά πρόσωπα, λόγω της υπερβολικής παραμονής στο Διαδίκτυο.

- **Ακαδημαϊκά προβλήματα.** Πολλοί ερευνητές υποστηρίζουν ότι η χρήση του διαδικτύου αντί να βοηθήσει τους μαθητές-σπουδαστές, μειώνει σημαντικά την απόδοσή τους, υποστηρίζοντας ότι οι πληροφορίες στο Διαδίκτυο είναι αποσπασματικές και πολλές φορές παραπλανητικές για τον ευάλωτο χαρακτήρα των μαθητών, για να βοηθήσουν τους μαθητές-σπουδαστές να επιτύχουν καλύτερα αποτελέσματα (Barber 1997). Στο πανεπιστήμιο του Alfred, ο κοσμήτορας W. Richard Ott, ερευνήσε γιατί οι κανονικά επιτυχημένοι σπουδαστές είχαν τελευταία σημειώσει μια πτώση. Από την έρευνα αυτή διαπιστώθηκε ότι 43% αυτών των σπουδαστών απέτυχαν στο σχολείο λόγω της εκτενούς χρήσης υπολογιστών αργά τη νύχτα στο πανεπιστημιακό συγκρότημα ηλεκτρονικών υπολογιστών (Brady 1996).
- **Επαγγελματικά προβλήματα.** Είναι λογικό η λάθος ενασχόληση με το Διαδίκτυο από τους υπαλλήλους εταιριών να προκαλεί απόσπαση της προσοχής και της συγκέντρωσής τους από την εργασία. Σε έρευνα που πραγματοποιήθηκε από την Robert Half International το 1996 σχεδόν το 60% των ανώτερων ιεραρχικά στελεχών πίστευε ότι η περιήγηση στο Διαδίκτυο των υπαλλήλων υπονομεύει την αποτελεσματικότητά τους στην εργασία. Σε αντίστοιχη έρευνα σε εταιρία διαπιστώθηκε ότι μόνο το 23% της χρήσης του Διαδικτύου από τους υπαλλήλους της ήταν σχετική με το αντικείμενο της εργασίας της επιχείρησης.
- **Απόσυρση από όλες τις κοινωνικές υποχρεώσεις,** όπως και από τις δραστηριότητες και τα τεκταινόμενα της πανεπιστημιακής κοινότητας. Ο εθισμένος φοιτητής αποσύρεται σταδιακά από κάθε δραστηριότητα και αποφεύγει να συμμετάσχει σε δραστηριότητες που σχετίζονται με την φοιτητική του ζωή (Young 2001).

-
- Γενική νευρική κατάσταση, οξυθυμία και άρνηση κατανόησης της σοβαρότητας του προβλήματος του εθισμού, άρνηση για τον πραγματικό χρόνο παραμονής στο Διαδίκτυο (Young 2001).

xvii. Μέτρα αντιμετώπισης-θεραπείας του εθισμού στο διαδίκτυο

Δεδομένου ότι η Διαταραχή του εθισμού στο Διαδίκτυο είναι ένα σχετικά νέο φαινόμενο, δεν υπάρχει αρκετή έρευνα όσον αφορά την αποτελεσματικότητα των θεραπευτικών διαδικασιών.

Η Young (1999) βασισμένη σε μεμονωμένους επαγγελματίες που έχουν δει ασθενείς εθισμένους στο Διαδίκτυο και σε προγενέστερα ερευνητικά συμπεράσματα για άλλους εθισμούς, προτείνει διάφορες τεχνικές προκειμένου να αντιμετωπισθεί ο εθισμός στο Διαδίκτυο. Οι περισσότερες από αυτές είναι απλές τεχνικές χρονικής διαχείρισης. Σε αυτές τις περιπτώσεις, η εστίαση της θεραπείας θα πρέπει να είναι στο να βοηθηθεί ο ασθενής στην ανάπτυξη αποτελεσματικών στρατηγικών προκειμένου να αλλαχτεί η εθιστική συμπεριφορά μέσω της προσωπικής ενδυνάμωσης και των κατάλληλων συστημάτων υποστήριξης.

Η αναδιοργάνωση του χρόνου αποτελεί ένα σημαντικό στοιχείο της θεραπείας για τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Ο νοσοκομειακός γιατρός θα πρέπει να αφιερώσει αρκετό χρόνο με τον ασθενή ώστε να εξετάσει τις τρέχουσες συνήθειες της χρησιμοποίησης του Διαδικτύου. Μόλις ο γιατρός αξιολογήσει τη συγκεκριμένη φύση της χρήσης του Διαδικτύου από τον ασθενή, είναι απαραίτητο να κατασκευαστεί ένα νέο πρόγραμμα. Η Young (1999) αναφέρεται σε αυτό ως 'άσκηση του αντιθέτου'. Ο στόχος αυτής της άσκησης είναι οι ασθενείς να ξεφύγουν από την ρουτίνα τους και να αναπροσαρμόσουν τα νέα χρονικά σχέδια της χρήσης σε μια προσπάθεια να αλλαχτεί η σε απευθείας σύνδεση συνήθεια. Παραδείγματος χάριν, εάν κάποιος έχει τη συνήθεια, το πρώτο πράγμα που θα κάνει το πρωί, να κάνει έλεγχο του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου τότε προτείνεται ο ασθενής να κάνει πρώτα ένα ντους ή ένα πρόγευμα αντί να συνδεθεί στο Διαδίκτυο. Ή εάν χρησιμοποιεί το Διαδίκτυο μόνο τη νύχτα, και έχει ένα καθιερωμένο σχέδιο όταν επιστρέφει στο σπίτι του να κάθεται μπροστά από

τον υπολογιστή μέχρι και το υπόλοιπο βράδυ, τότε ο γιατρός προτείνει στον ασθενή να περιμένει μέχρι το γεύμα και τις ειδήσεις προτού συνδεθεί (Young 1999).

Πολλές προσπάθειες να περιοριστεί η χρήση του Διαδικτύου αποτυγχάνουν επειδή ο χρήστης στηρίζεται σε ένα διφορούμενο σχέδιο όσον αφορά στο πόσες ώρες θα χρησιμοποιεί τον υπολογιστή, χωρίς να καθορίσει πότε θα παραμένει σε απευθείας σύνδεση. Προκειμένου να αποφευχθεί η υποτροπή, θα πρέπει να καθοριστούν λογικοί στόχοι όσον αφορά τις ώρες που θα χρησιμοποιεί τον υπολογιστή. Ο ασθενής θα πρέπει να έχει σύντομες επαφές με το Διαδίκτυο αλλά συχνές. Αυτό θα βοηθήσει στο να αποφευχθεί ο πόθος και τα συμπτώματα στέρησης. Η ενσωμάτωση ενός προγράμματος της χρήσης του Διαδικτύου θα δώσει στον ασθενή μια αίσθηση ύπαρξης ελέγχου (Young 1999).

Στην αξιολόγηση του γιατρού, μια ιδιαίτερη εφαρμογή όπως τα δωμάτια συνομιλίας, τα διαλογικά παιχνίδια, οι ομάδες ειδήσεων ή ο παγκόσμιος ιστός μπορεί να είναι η πιο προβληματική για τον ασθενή. Εάν μια συγκεκριμένη εφαρμογή έχει προσδιοριστεί και η μετριοπάθεια από αυτήν έχει αποτύχει, κατόπιν η επόμενη κατάλληλη επέμβαση είναι η αποχή από εκείνη την εφαρμογή. Ο ασθενής θα πρέπει να σταματήσει οποιαδήποτε δραστηριότητα γύρω από αυτήν την εφαρμογή. Αυτό δεν σημαίνει ότι οι ασθενείς δεν μπορούν να συμμετέχουν σε άλλες εφαρμογές τις οποίες βρίσκουν λιγότερο ελκυστικές. Ένας ασθενής που βρίσκει τα δωμάτια συνομιλίας εθιστικά, μπορεί να πρέπει να απέχει από αυτά. Ωστόσο, αυτός ο ίδιος ασθενής μπορεί να χρησιμοποιήσει το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, να περιηγείται στον παγκόσμιο ιστό ή να πραγματοποιήσει αεροπορικές κρατήσεις. Η αποχή ισχύει επίσης και για ασθενείς που έχουν ιστορικό ενός προγενέστερου εθισμού όπως ο αλκοολισμός ή η χρήση φαρμάκων. Οι ασθενείς με μια προνοσηρή ιστορία εθισμού στο οινόπνευμα ή στα ναρκωτικά βρίσκουν συχνά το Διαδίκτυο ως ένα “ασφαλή” υποκατάστατο εθισμού. Σε αυτές τις περιπτώσεις, οι ασθενείς μπορεί να αισθανθούν πιο άνετα δουλεύοντας προς έναν στόχο, με την αποχή δεδομένου ότι η προγενέστερη αποκατάστασή τους περιλάμβανε αυτό το πρότυπο. Η ενσωμάτωση των προηγούμενων στρατηγικών που ήταν επιτυχείς για αυτούς τους ασθενείς θα τους επιτρέψει να διαχειριστούν αποτελεσματικά το Διαδίκτυο έτσι ώστε να μπορέσουν να επικεντρωθούν στα βαθύτερα προβλήματά τους. Επίσης σημαντικό είναι όταν ένας ασθενής προσπαθεί να περικόψει ή να απέχει από μια ιδιαίτερη εφαρμογή, ένας

καλός τρόπος για να ενισχυθεί αυτή η προσπάθεια είναι να καλλιεργήσει μια εναλλακτική δραστηριότητα (Young 1999).

Σύμφωνα με την Young (1999) μερικοί ασθενείς μπορεί να οδηγηθούν προς την εθιστική χρήση του Διαδικτύου λόγω της έλλειψης πραγματικής κοινωνικής υποστήριξης στη ζωή τους. Διαπίστωσε ότι η σε απευθείας σύνδεση κοινωνική υποστήριξη συνέβαλε πολύ στις εθιστικές συμπεριφορές μεταξύ εκείνων που ζούσαν μόνοι τους όπως οι νοικοκυρές, τα άτομα με ειδικές ανάγκες ή οι συνταξιούχοι. Επιπλέον, άνθρωποι όπου είχαν περάσει πρόσφατα δύσκολες καταστάσεις όπως θάνατος ενός αγαπημένου προσώπου, ένα διαζύγιο ή μια απώλεια εργασίας στράφηκαν προς το Διαδίκτυο ως διανοητική απόσπαση της προσοχής τους από τα πραγματικά προβλήματα της ζωής τους (Young 1997). Ο γιατρός θα πρέπει να βοηθήσει τον ασθενή να βρει μια αρμόδια ομάδα υποστήριξης που να ταιριάζει καλύτερα στην κατάστασή του. Οι ομάδες υποστήριξης προσαρμόζουν την ιδιαίτερη κατάσταση του ασθενή και ενισχύουν την δυνατότητα του να κάνει νέους φίλους, που βρίσκονται σε παρόμοια κατάσταση με αυτόν με αποτέλεσμα να μειώνεται η εξάρτησή τους σχετικά με τη χρήση του Διαδικτύου. Μόλις αυτά τα άτομα βρουν πραγματικές σχέσεις ζωής θα στηριχθούν λιγότερο επάνω στο Διαδίκτυο για την άνεση και την κατανόηση που έλειπε από την πραγματική τους ζωή. Μέχρι σήμερα, το νοσοκομείο McLean στο Belmont και το νοσοκομείο Proctor στην Peoria είναι δυο από τα λίγα κέντρα θεραπείας που προσφέρουν υπηρεσίες αποκατάστασης από τον εθισμό στο Διαδίκτυο (Young 1999).

Τέλος, η οικογενειακή θεραπεία μπορεί να είναι απαραίτητη μεταξύ των εξαρτημένων των οποίων οι γάμοι και οι οικογενειακές σχέσεις έχουν αναστατωθεί και επηρεαστεί αρνητικά από τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Η επέμβαση με την οικογένεια πρέπει να εστιάζει σε διάφορες περιοχές όπως: εκπαίδευση της οικογένειας για το πόσο εθιστικό μπορεί το Διαδίκτυο να γίνει, μείωση της επίπληξης στον εξαρτημένο για τις συμπεριφορές του, βελτίωση της ανοικτής επικοινωνίας σχετικά με τα προβλήματα που οδήγησαν τον εξαρτημένο να αναζητήσει ψυχολογική υποστήριξη στο Διαδίκτυο, ενθάρρυνση της οικογένειας να βοηθήσει στην αποκατάσταση με την ανεύρεση νέων χόμπι, την πραγματοποίηση διακοπών ή στο άκουσμα των συναισθημάτων του εξαρτημένου. Η αίσθηση ισχυρής οικογενειακής

υποστήριξης μπορεί να επιτρέψει στον ασθενή να αναρρώσει από τον εθισμό στο Διαδίκτυο (Young 1999).

Η υπερβολική χρήση του Διαδικτύου έχει ουσιαστικά κοινωνικά αποτελέσματα. Διάφορες μελέτες έχουν αποδείξει ότι τα άτομα εκείνα που ξοδεύουν πάρα πολύ χρόνο στο Διαδίκτυο, τείνουν να χάσουν τον ύπνο τους (Nalwa & Anand 2003, Anderson 2001), να μειώσουν την κοινωνική επικοινωνία τους (Kraut et al. 1998), να έχουν προβλήματα στις διαπροσωπικές τους σχέσεις (Lin & Tsai 2002, Young 1998), και να χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο ως μέσο διαφυγής από την πίεση και την κατάθλιψη (Chou 2001). Εκείνοι που έχουν βεβαιωθεί ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο διατηρείται πρώτιστα γνωστικά θεωρούν ότι η γνωστική-συμπεριφοριστική θεραπεία μπορεί να είναι μια πιθανή λύση (Davis 2001, Yellowlees 2001).

Με βάση τη θεωρία του Beck (1976) ότι οι σκέψεις καθορίζουν τα συναισθήματα, η γνωστική-συμπεριφοριστική θεραπεία μπορεί να βοηθήσει το άτομο με διαταραχή του εθισμού στο Διαδίκτυο να αναγνωρίσει τις σκέψεις και τα συναισθήματα που το αναγκάζουν να χρησιμοποιήσει άπρεπα τον υπολογιστή προκειμένου να ικανοποιήσει τις προσωπικές του ανάγκες (Orzack 1999).

Οι Christensen et al. (2001) χρησιμοποίησαν τα συμπεριφοριστικά στάδια αλλαγής όπως περιγράφηκαν από τους Prochaska και DiClemente (1998) για να βοηθήσουν τον ασθενή στο να αλλάξει συμπεριφορά κατά τη διάρκεια του χρόνου. Τα στάδια είναι ο προ-σχεδιασμός, ο σχεδιασμός, η προετοιμασία, η συντήρηση και η λήξη. Ο θεράπων ιατρός θα πρέπει να περιμένει την ετοιμότητα του πελάτη για την αλλαγή σε κάθε ένα από τα στάδια παρέχοντας του υποστήριξη, εκπαιδευτικά υλικά και άλλες θεραπείες. Στο στάδιο του προ-σχεδιασμού, το πρόσωπο δεν είναι έτοιμο να αλλάξει και δεν αναγνωρίζει ότι υπάρχει κάποιο πρόβλημα με τους υπολογιστές και την κατάχρηση αυτών. Η προσοχή σε αυτό το στάδιο θα πρέπει να εστιαστεί στο να καταρριφθεί η άρνηση και να γίνει αποδεκτό ότι υπάρχει ένα σοβαρό πρόβλημα σχετικά με τη χρήση των υπολογιστών. Στο στάδιο του σχεδιασμού το άτομο αναγνωρίζει την ανάγκη για αλλαγή. Ωστόσο η επιθυμία να αλλάξει μπορεί να μην είναι ουσιαστική. Στο στάδιο της προετοιμασίας, το άτομο είναι έτοιμο να καθιερώσει ένα σχέδιο για να εξετάσει το πρόβλημα. Δεδομένου ότι ο εθισμός ορίζεται ως μια διαταραχή ελέγχου ώθησης, τα άτομα δεν μπορούν να αποφύγουν τη

χρήση των υπολογιστών αλλά θα πρέπει να ελέγξουν τη χρήση τους με τον καθορισμό χρονικών ορίων. Το πρόσωπο θα πρέπει να αξιολογήσει ποιες άλλες δραστηριότητες μπορούν να γίνουν όταν υπάρχει η ώθηση να χρησιμοποιηθεί ο υπολογιστής. Το στάδιο συντήρησης, αρχίζει όταν το άτομο αισθάνεται ότι έχει τον έλεγχο της χρήσης των υπολογιστών και βάζει λιγότερη ενέργεια στη συμπεριφοριστική αλλαγή. Ο στόχος αυτής της φάσης είναι να αποτραπεί η υποτροπή. Το τελικό στάδιο, η λήξη, εμφανίζεται όταν το άτομο δεν έχει άλλη ώθηση στο να επιστρέψει ξανά στη χρήση του υπολογιστή (Wieland 2005).

Η συμπεριφοριστική θεραπεία συνδυάζεται συχνά με την ψυχοθεραπεία και την φαρμακοθεραπεία (Wieland 2005). Τελευταία, δεδομένου ότι γίνεται περισσότερη έρευνα στον τομέα της νευροχημείας των μη-χημικών εθισμών, είναι δυνατό ότι η προβληματική χρήση του Διαδικτύου μπορεί να βελτιωθεί χρησιμοποιώντας φάρμακα σε συνδυασμό με άλλες στρατηγικές, με τον ίδιο τρόπο που κάποιος θα θεράπευε την εξάρτηση σε κάποια ουσία ή το παθολογικό παιχνίδι (Yellowlees & Marks 2005).

Οι εκλεκτικοί ανασταλτικοί παράγοντες σεροτονίνης, όπως η φλουβοξαμίνη (Luvox), η φλουοξετίνη (Prozac), και η σερτραλίνη (Zoloft), χορηγούνται για να θεραπεύσουν την κατάθλιψη, τις ψυχαναγκαστικές διαταραχές και άλλες διαταραχές ανησυχίας (Lamberg 1997). Όπως συμβαίνει και με άλλους εθισμούς, η κατάθλιψη είναι ένας συνοδός νοσηρότητας για εκείνους με εθισμό στο Διαδίκτυο. Η κλινική κατάθλιψη συνδέεται με τα αυξανόμενα επίπεδα χρήσης του Διαδικτύου (Young & Rogers 1998).

Αλλά και στην χώρα μας ξεκίνησε στο Ιπποκράτειο Νοσοκομείο της Θεσσαλονίκης η λειτουργία του πρώτου εξειδικευμένου ψυχιατρικού ιατρείου για την αντιμετώπιση του εθισμού παιδιών και εφήβων στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές και στο Διαδίκτυο. Το ιατρείο, το οποίο έχει ήδη αντιμετωπίσει 20 κλινικά περιστατικά, στελεχώνεται από διεπιστημονική ομάδα επαγγελματιών Ψυχικής Υγείας διαφορετικών ειδικοτήτων. Κύριοι στόχοι του ιατρείου αποτελούν η εξέταση όλων των εφήβων 10-18 ετών με προβληματική χρήση των ηλεκτρονικών υπολογιστών και του Διαδικτύου, η διάγνωση με βάση συγκεκριμένες επιστημονικές κλίμακες και βέβαια η θεραπευτική αντιμετώπιση των διαγνωσμένων περιπτώσεων εθισμού στο Διαδίκτυο. Οι θεραπευτικές προσεγγίσεις αφορούν συμβουλευτική παρέμβαση στον

έφηβο και στην οικογένεια, ειδικό εξατομικευμένο πρόγραμμα περιορισμού της υπερβολικής χρήσης και εκμάθησης ενός ορθολογικότερου τρόπου χρήσης των νέων τεχνολογιών από τον έφηβο, γνωστικο-συμπεριφορική ψυχοθεραπευτική παρέμβαση ή φαρμακοθεραπεία. Σε πολύ σοβαρές περιπτώσεις, όπου μπορεί να συνυπάρχει αυτοκτονικός ιδεασμός και μείζων καταθλιπτική διαταραχή, καθώς και συμπτώματα καχεξίας εξαιτίας της συνεχόμενης πολυήμερης ενασχόλησης με το Διαδίκτυο (π.χ., διαδικτυακά παιχνίδια) υπάρχει η δυνατότητα ενδονοσοκομειακής νοσηλείας στην Ψυχιατρική Κλινική Παιδιών και Εφήβων. Αξίζει να σημειωθεί ότι και στην Αθήνα ειδικοί της Μονάδας Εφηβικής Υγείας στο Νοσοκομείο Παιδών "Αγλαΐα Κυριακού" δέχονται περιπτώσεις εθισμένων παιδιών στο Διαδίκτυο. Στο πλαίσιο, όμως, της προσπάθειας οργανωμένης αντιμετώπισης ενός προβλήματος που ήδη χτυπάει την πόρτα αρκετών οικογενειών και το οποίο, ως φαίνεται, θα γιγαντωθεί στα χρόνια που έρχονται θυμίζοντας "τσουνάμι", συστάθηκε και η μη κερδοσκοπική Ελληνική Εταιρεία Μελέτης της Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο με έδρα τη Λάρισα. Ο σκοπός της εταιρείας είναι επιστημονικός, με κύριους άξονες την αναγνώριση, τη μελέτη και την αντιμετώπιση της διαταραχής εθισμού στο Διαδίκτυο, την εκπαίδευση διεπιστημονικών ομάδων, την εφαρμογή προγραμμάτων υποστήριξης και την ευαισθητοποίηση του κοινού, των επιστημόνων και της πολιτείας.

Καθώς επίσης υπάρχουν και άλλες μονάδες απεξάρτησης από το Διαδίκτυο δύο εκ των οποίων επισκεφθήκαμε και μας περιέγραψαν τις μεθόδους που χρησιμοποιούν στην απεξάρτηση ενός ατόμου. Μιλάμε για την μονάδα "18 και άνω" και το "ΚΕΘΕΑ Πλεύση", όπου αντιμετωπίζονται περιστατικά εφήβων και νέων εθισμένων στο Διαδίκτυο. Αρχικά γίνεται μια εκτίμηση του προβλήματος και λαμβάνεται το πλήρες ιστορικό του "ασθενή" καθώς συμμετέχουν και οι γονείς στην όλη διαδικασία. Ύστερα προχωράει σε ατομική και ομαδική ψυχοθεραπεία, όπου στην δεύτερη μπαίνουμε σε μια ομάδα ευαισθητοποίησης, διαχείρισης συναισθημάτων και θετικής ενδυνάμωσης. Επίσης γίνονται βιωτικές ασκήσεις, τεστ δεξιοτήτων καθώς και χρήση της δραματοουργίας σαν ένα είδος θεραπείας όπου τα παιδιά εκφράζονται χωρίς συστολές και έτσι καθίσταται και πιο εύκολη η διάγνωση από τους ψυχιάτρους. Χρησιμοποιείται η συμπεριφορική, η συστημική και γνωσιακή ψυχοθεραπεία και σε ακραίες περιπτώσεις η φαρμακευτική αγωγή. Στατιστικά από τα 100 αιτήματα καταλήγουν να ολοκληρώνουν την θεραπεία το 25%.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

ΜΕΛΕΤΗ ΜΕ ΧΡΗΣΗ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΓΙΑ ΤΟΝ ΕΘΙΣΜΟ ΤΩΝ ΦΟΙΤΗΤΩΝ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

xviii. Στοιχεία μελέτης

Η μελέτη πραγματοποιήθηκε με την χρήση ερωτηματολογίου, το οποίο μοιράστηκε και συμπληρώθηκε ηλεκτρονικά σε φοιτητές-χρήστες του Διαδικτύου. Το δείγμα αποτελείται από 100 φοιτητές της ελληνικής τριτοβάθμιας εκπαίδευσης με διάφορα χαρακτηριστικά.

Σκοπός Μελέτης

Σκοπός της παρούσας μελέτης με ερωτηματολόγιο είναι να διαπιστωθεί το μέγεθος του προβλήματος του εθισμού στο Διαδίκτυο στους φοιτητές και να γίνει μια προσπάθεια συσχετισμού και εξακρίβωσης των αιτιών και πηγών που οδηγούν σε αυτόν.

Είδος Μελέτης

Για να απαντηθούν τα ερευνητικά ερωτήματα επιλέχτηκε ως καταλληλότερο είδος μελέτης η περιγραφική μελέτη, σε συνδυασμό με συλλογή ποσοτικών στοιχείων για διεξαγωγή ποσοτικής μελέτης και καλύπτει μεθόδους για οργάνωση και περίληψη μιας σειράς δεδομένων με εύκολο και σύντομο τρόπο μέσω πινάκων, γραφημάτων

και/ή προσδιορισμού μιας ή περισσότερων αντιπροσωπευτικών τιμών (Α. Σαχίνη - Καρδάση 1997).

Πληθυσμός στόχος

Όλοι οι φοιτητές της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης στην Ελλάδα.

Πληθυσμός πρόσβασης

Το σύνολο των φοιτητών των ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΩΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΙΔΡΥΜΑΤΩΝ ΠΑΤΡΑΣ.

Δείγμα

Εκατό ενεργοί φοιτητές από τις Σχολές Οπτικής – Οπτομετρίας, Φυσικοθεραπείας, Εφαρμογών Πληροφορικής στην Διοίκηση και στην Οικονομία και Πληροφορικής και ΜΜΕ.

Δειγματοληπτική Μέθοδος

Ως καταλληλότερη μέθοδος για την συλλογή των δεδομένων της παρούσας μελέτης, κρίθηκε η σκόπιμη δειγματοληψία στην οποία ο ερευνητής επιλέγει μια ειδική ομάδα ή ομάδες μελών του πληθυσμού με βάση ορισμένα κριτήρια (Α. Σαχίνη – Καρδάση 1997). Ως κριτήρια εισαγωγής στο δείγμα ορίστηκαν τα ακόλουθα:

- Να είναι ενεργοί φοιτητές
- Να συνδέονται στο διαδίκτυο είτε με σύνδεση που διαθέτουν στον προσωπικό τους ηλεκτρονικό υπολογιστή, είτε μέσω υπολογιστή σε κοινόχρηστο χώρο, είτε μέσω φορητών συσκευών

Η συλλογή των δεδομένων πραγματοποιήθηκε από τις 20 Μα 2013 έως 5 Αυγούστου 2013.

Ερευνητικό εργαλείο

Ως ιδανικό ερευνητικό εργαλείο για την διεξαγωγή της μελέτης και για να απαντηθούν τα ερωτήματα που θέτει κατά τρόπο έγκυρο και αξιόπιστο, επιλέχθηκε μεταξύ άλλων και το ερωτηματολόγιο “Pathological Use Scale (PUI)” (Κλίμακα Μέτρησης Παθολογικής Χρήσης) της Morahan-Martin J M. and Schumacher P. (1997, 2000).

xix. Έλεγχος υποθέσεων στην στατιστική ανάλυση

Η Στατιστική είναι μια επιστήμη που στηρίζεται κυρίως σε πειραματικά δεδομένα, είναι φυσικό ότι η υπόθεση της κανονικότητας δεν είναι δυνατόν να ικανοποιείται απόλυτα. Το πρόβλημα του κατά ποσόν ισχύει η στατιστική συμπερασματολογία, όταν κάποιες υποθέσεις (που αναφέρονται κυρίως στις κατανομές των υπό μελέτη πληθυσμών) παραβιάζονται, αποτελεί μια ιδιαίτερη περιοχή της στατιστικής που ονομάζεται *στατιστική ανθεκτικότητα (statistical robustness)*.

Αποδεικνύεται ότι ο έλεγχος t είναι *ανθεκτικός (robust)* με την έννοια ότι δεν είναι ιδιαίτερα ευαίσθητος στις αποκλίσεις από την κανονικότητα. Εφόσον τα μεγέθη των δειγμάτων δεν είναι εξαιρετικά μικρά, η υπόθεση της κανονικότητας μπορεί να παραβιασθεί χωρίς να επηρεασθεί σημαντικά η ισχύς του ελέγχου. Αντίθετα, οι κατανομές X^2 και F είναι ιδιαίτερα ευαίσθητες στις αποκλίσεις από την υπόθεση της κανονικότητας. Έτσι, ακόμη και μικρές αποκλίσεις από την υπόθεση της κανονικότητας επηρεάζουν σοβαρά την συμπερασματολογία που βασίζεται στις κατανομές X^2 και F .

Και για τις περιπτώσεις όμως που η υπόθεση της κανονικότητας δεν ικανοποιείται, η στατιστική επιστήμη έχει βρει λύσεις με εναλλακτικές μεθόδους. Έτσι, όταν η υπόθεση της κανονικότητας παραβιάζεται ή ακόμη και όταν δεν υπάρχουν γνώσεις για την κατανομή του πληθυσμού, χρησιμοποιούνται οι λεγόμενες *μη παραμετρικές μέθοδοι (non parametric procedures)*.

Ο έλεγχος της κανονικότητας πρέπει να είναι ο πρώτος και ίσως ο βασικότερος έλεγχος για μια σωστή στατιστικά ανάλυση των δεδομένων ενός πειράματος. Οι βασικοί έλεγχοι είναι τα κριτήρια Kolmogorov-Smirnov και Shapiro-Wilk. Το SPSS όχι μόνο υπολογίζει τα κριτήρια αυτά αλλά υπολογίζει και την πιθανότητα να κάνουμε λάθος αν δεχτούμε ότι τα δεδομένα του δείγματος δεν ακολουθούν την κανονική κατανομή. Η πιθανότητα αυτή στο SPSS συμβολίζεται με Sig. Συνήθως όταν το Sig. έχει τιμές μεγαλύτερες από 0.05 δεχόμαστε ότι ισχύει η κανονική κατανομή για τις τιμές του δείγματος. Για τον έλεγχο της κανονικότητας με το SPSS ακολουθούμε την πορεία : *Analyze- Descriptive Statistics- Explore* και στο παράθυρο διαλόγου εισάγουμε τη μεταβλητή που μελετάμε στο πλαίσιο *Dependent List*.

Αναφέραμε προηγουμένως πως όταν το ιστόγραμμα συχνοτήτων των ποσοτικών μεταβλητών έχει το σχήμα “καμπάνας”, τότε λέμε ότι τα δεδομένα ακολουθούν την κανονική κατανομή ή κατανέμονται κανονικά. Το ιστόγραμμα όμως δεν είναι “ικανό” να μας απαντήσει στη ερώτηση αν είναι κανονικά τα δεδομένα ή αν προέρχονται από μία κανονική κατανομή με ένα μέσο και μία διακύμανση.

Μπορούμε να κατασκευάσουμε δύο γραφήματα με το SPSS, το P-P Plot και το Q-Q Plot (Επιλέγοντας *Analyze→Descriptive Statistics→P-P Plots* ή *Q-Q Plots*). Με αυτά τα γραφήματα ελέγχουμε οπτικά την ύπαρξη κανονικότητας στα δεδομένα. Όσο πιο κοντά στην ευθεία είναι τα σημεία του σχήματος τόσο πιο πολλές είναι οι ενδείξεις ότι τα δεδομένα ακολουθούν την κανονική κατανομή. Το μάτι όμως πάλι μπορεί να “πέσει έξω” και να ξεγελαστούμε. Για αυτό το λόγο καταφεύγουμε σε τεστ κανονικότητας για να απαντήσουμε στην προηγούμενη ερώτηση.

Ο έλεγχος κανονικότητας υπάγεται σε μία ευρύτερη οικογένεια ελέγχων, τη λεγόμενη «έλεγχοι υποθέσεων». Όταν ακούμε για ελέγχους υποθέσεων μας έρχονται πολλά πράγματα στο μυαλό. Κάποια από αυτά είναι η μηδενική υπόθεση (Null Hypothesis ή H_0), η εναλλακτική υπόθεση (Alternative Hypothesis ή H_1), το επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας (α) και το παρατηρηθέν επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας (p -value ή Significance). Οι υποθέσεις είναι της ακόλουθης μορφής:

H_0 : Η κατανομή των δεδομένων δε διαφέρει από την κανονική κατανομή

H_1 : Η κατανομή των δεδομένων διαφέρει από την κανονική κατανομή

Για τη διεξαγωγή των ελέγχων υποθέσεων χρησιμοποιούνται κάποιοι μαθηματικοί τύποι, που καλούνται ελεγκοσυναρτήσεις. Με βάση το αποτέλεσμα τους οδηγούμαστε στο συμπέρασμα ότι η μηδενική υπόθεση απορρίπτεται ή όχι. Στη συγκεκριμένη περίπτωση η μηδενική υπόθεση την οποία θέλουμε να ελέγξουμε είναι ότι τα δεδομένα ακολουθούν την κανονική ή ότι προέρχονται από ένα πληθυσμό που ακολουθεί την κανονική κατανομή. Η εναλλακτική είναι ότι τα δεδομένα δεν ακολουθούν την κανονική κατανομή. Το επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας ορίζεται συνήθως ίσο με 0.05 ή 5%. Το παρατηρηθέν επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας ορίζεται ως η πιθανότητα η τιμή του ελέγχου (ελεγκοσυνάρτησης) να πάρει μία τιμή τόσο ακραία ή περισσότερο ακραία από αυτή που πήρε στο συγκεκριμένο δείγμα κάτω από τη μηδενική υπόθεση. Αν η p-value είναι μικρότερη του 0.05, τότε λέμε ότι η μηδενική υπόθεση απορρίπτεται. Αν η p-value είναι μεγαλύτερη ή ίση του 0.05, τότε λέμε ότι η μηδενική υπόθεση δεν απορρίπτεται. Το SPSS εμφανίζει τις τιμές των παρατηρηθέντων επιπέδων στατιστικής σημαντικότητας και τις ονομάζει (Asymptotic) Significances. Ο λόγος που χρειαζόμαστε την κανονικότητα των δεδομένων, είναι για να έχουν ισχύ κάποιες στατιστικές τεχνικές που θα χρησιμοποιήσουμε όπως οι έλεγχοι υποθέσεων για τους μέσους, η γραμμική παλινδρόμηση, η ανάλυση διακύμανσης κ.ά.

Στην ανάλυση των δεδομένων μας θα γίνει μια προσπάθεια να αναλυθούν οι μεταβλητές και να συσχετιστούν μεταξύ τους. Θα εξεταστεί η κανονικότητα των μεταβλητών και ανάλογα θα επιλεγθούν παραμετρικές ή μη παραμετρικές μέθοδοι για την διενέργεια των απαραίτητων ελέγχων που περιγράφονται παραπάνω. Για παράδειγμα θα εξετάσουμε αν στην βαθμολογία των μαθημάτων παίζει ρόλο το φύλο του φοιτητή ή αν έχει στατιστικά σημαντική σχέση η βαθμολογία στα μαθήματα με τις ώρες χρήσης του διαδικτύου των φοιτητών. Όλοι αυτοί οι έλεγχοι θα γίνουν για την εξέταση της συσχέτισης των μεταβλητών στο παρακάτω κεφάλαιο.

xx. Προγενέστερες μελέτες έρευνας με χρήση ερωτηματολογίου

xxi. Το διαγνωστικό ερωτηματολόγιο της Young (1996)

Η πρώτη ερευνητική μελέτη που πραγματοποιήθηκε σχετικά με την υπερβολική χρήση του Διαδικτύου ήταν από την Young (1996). Η μελέτη αυτή εξέτασε το θέμα κατά πόσο το Διαδίκτυο μπορεί να είναι εθιστικό και την έκταση των προβλημάτων που συνδέονται με την κακή χρήση του. Η Young (1996), ανέπτυξε ένα ερωτηματολόγιο οκτώ στοιχείων, σύμφωνα με τα κριτήρια από το DSM-IV για το παθολογικό παιχνίδι. Οι συμμετέχοντες που απάντησαν 'ναι', σε πέντε ή περισσότερα από τα οκτώ κριτήρια ταξινομήθηκαν ως εθισμένοι στο Διαδίκτυο. Τα διαγνωστικά κριτήρια της Young (1996) για τον 'εθισμό στο Διαδίκτυο' είναι:

1. Αισθάνεστε ανήσυχοι με το Διαδίκτυο (σκέφτεστε την προηγούμενη σε απευθείας σύνδεση δραστηριότητα ή προσδοκάτε την επόμενη σε απευθείας σύνδεση);
2. Αισθάνεστε την ανάγκη να χρησιμοποιήσετε το Διαδίκτυο αυξάνοντας το χρονικό διάστημα προκειμένου να επιτευχθεί η ικανοποίηση;
3. Έχετε καταβάλει επανειλημμένα ανεπιτυχείς προσπάθειες να ελέγξετε, να ελαττώσετε ή να σταματήσετε τη χρήση του Διαδικτύου;
4. Αισθάνεστε ανήσυχοι, ευμετάβλητοι, καταθλιπτικοί ή οξύθυμοι κατά την προσπάθεια να ελαττώσετε ή να σταματήσετε τη χρήση του Διαδικτύου;
5. Μένετε σε απευθείας σύνδεση περισσότερο από ότι αρχικά ήταν σχεδιασμένο;
6. Έχετε διακινδυνεύσει την απώλεια μιας σημαντικής σχέσης, εργασίας, εκπαιδευτικής ή επαγγελματικής ευκαιρίας λόγω του Διαδικτύου;
7. Έχετε πει ψέματα σε μέλη της οικογένειας, στον θεράποντα ιατρό ή σε άλλους για να κρύψετε την έκταση της συμμετοχής σας στο Διαδίκτυο;

-
8. Χρησιμοποιείτε το Διαδίκτυο ως μέσο απόδρασης από τα προβλήματα ή ανακούφισης από μια δυσφορική διάθεση (π.χ., συναισθήματα ανικανότητας, ενοχή, ανησυχία, κατάθλιψη);

Διαπιστώθηκε λοιπόν ότι οι εθισμένοι στο Διαδίκτυο ξόδευαν περισσότερο χρόνο στο να είναι σε απευθείας σύνδεση έναντι των μη-εθισμένων και χρησιμοποιούσαν συνήθως τις πιο διαλογικές λειτουργίες του Διαδικτύου, όπως τα δωμάτια συνομιλίας και τα φόρουμ. Επίσης οι 'εθισμένοι' ανέφεραν ότι η χρήση του Διαδικτύου τους προκάλεσε μέτρια έως σοβαρά προβλήματα στην οικογενειακή, κοινωνική και επαγγελματική τους ζωή. Η Young κατέληξε ότι όσο πιο διαλογική είναι η λειτουργία του Διαδικτύου τόσο πιο εθιστικό είναι και, ενώ οι κανονικοί χρήστες ανέφεραν λίγα αρνητικά αποτελέσματα από τη χρήση του Διαδικτύου οι 'εθισμένοι' ανέφεραν σημαντική εξασθένηση σε πολλούς τομείς της ζωής τους, συμπεριλαμβανομένης της υγείας, της επαγγελματικής, κοινωνικής και οικονομικής ζωής.

xxiii. Έρευνες με ερωτηματολόγιο στην Ελλάδα

Σύμφωνα με έρευνα της Μονάδας Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.) του Πανεπιστημίου Αθηνών η οποία πραγματοποιήθηκε σε αντιπροσωπευτικό δείγμα 897 εφήβων (430 αγόρια και 467 κορίτσια), ηλικίας 15 ετών (μέση ηλικία 14,85 έτη) στην Αττική, σχετικά με τη χρήση και κατάχρηση του Διαδικτύου (internet) καθώς και τυχόν συσχετίσεις με ψυχοκοινωνικούς παράγοντες που αφορούν τους χρήστες αποδεικνύεται πως οι έφηβοι σε αυτήν την ηλικιακή ομάδα παρουσιάζουν περιοδικά ή συχνά προβλήματα σχετικά με την κατάχρηση του Διαδικτύου, βρίσκονται δηλαδή σε μια κατάσταση πριν από τον εθισμό. Το ποσοστό είναι υψηλό και ανησυχητικό. Στην ίδια έρευνα αποδεικνύεται πως περισσότεροι από τους μισούς εφήβους, δηλαδή το 53,4%, χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο για χρονικό διάστημα μεγαλύτερο από ένα χρόνο. Το 26% μάλιστα αναφέρουν καθημερινή χρήση, ενώ το 8% παραμένει συνδεδεμένο μπροστά στην οθόνη για περισσότερες από 20 ώρες την εβδομάδα.

Τα αγόρια χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο πολύ περισσότερο από τα κορίτσια, ενώ ο πιο συχνός λόγος χρήσης είναι τα διάφορα παιχνίδια (55,2%). Αξίζει να σημειωθεί πως

το 4,2% των εφήβων που συμμετείχαν στην έρευνα είχαν δεχτεί απειλές μέσω του διαδικτύου, ενώ παρατηρήθηκαν θετικές συσχετίσεις μεταξύ της χρήσης του διαδικτύου και της παραβατικότητας, καθώς και της ανάπτυξης δυσλειτουργικών σχέσεων με τους συνομηλίκους τους.

Παρακάτω παρουσιάζονται περιληπτικά, τα αποτελέσματα αυτής της έρευνας:

- 1% των εφήβων παρουσιάζουν συμπτώματα εθισμού στο Διαδίκτυο
- 53.4% χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο για χρονικό διάστημα >1 έτος
- 26% αναφέρουν καθημερινή χρήση
- 8% χρήση >20 ώρες εβδομαδιαίως
- τα αγόρια χρησιμοποιούν το διαδίκτυο σημαντικά περισσότερο από τα κορίτσια ($p < 0.05$)
- 18,2% παρουσιάζουν περιοδικά ή συχνά προβλήματα σχετικά με την κατάχρηση Διαδικτύου (κατάσταση πριν το εθισμό)
- ο πιο συχνός λόγος χρήσης του Διαδικτύου είναι τα διάφορα παιχνίδια ($p < 0.05$)
- θετικές συσχετίσεις παρατηρούνται μεταξύ χρήσης Διαδικτύου και ανάπτυξης δυσλειτουργικών σχέσεων με τους συνομηλίκους ($p < 0.05$)
- 12,8% παρουσιάζουν περιοδικά ή συχνά προβλήματα σχετικά με την κατάχρηση Διαδικτύου (κατάσταση πριν το «εθισμό»)
- χρήση του Διαδικτύου >10 ώρες εβδομαδιαίως έχει συσχετισθεί με μεγαλύτερη πιθανότητα υπερβολής και επακόλουθων προβλημάτων
- η ενασχόληση με το Διαδίκτυο στο πλαίσιο του σχολείου αποδεικνύεται προστατευτικός παράγοντας έναντι της ανάπτυξης προβληματικής χρήσης
- υπάρχει θετική συσχέτιση της χρήσης Διαδικτύου και της διάσπασης προσοχής-υπερκινητικότητας ($p < 0.01$).

-
- θετικές συσχετίσεις παρατηρούνται μεταξύ χρήσης Διαδικτύου και παραβατικότητας ($p < 0.05$).

Το φαινόμενο μπορεί να εμφανιστεί σε εφήβους κατά την πρώιμη εφηβεία (10-14 ετών) ή και σε μικρότερη ακόμη ηλικία. Είναι πιο συχνό κατά την μέση εφηβεία (15-17 ετών), κατά την οποία οι έφηβοι πειραματίζονται και σταδιακά αυτονομούνται, καθώς και κατά την όψιμη εφηβεία (> 17 ετών). Οι περισσότεροι εξαρτημένοι έφηβοι ασχολούνται με «παιχνίδια», στο σπίτι ή τα internet cafe. Μπορεί να σταματήσουν το σχολείο, να απομονωθούν από την οικογένεια και τους φίλους, να είναι επιθετικοί με τους γονείς, να κλέβουν χρήματα από την οικογένεια για να «παίζουν», να ζουν σε ένα δωμάτιο, να μην τρώνε ή το αντίθετο (να παχύνουν πολύ), να μην γυμνάζονται και να μην κοιμούνται για 24ωρα. Μπορεί ακόμη να μην αλλάζουν ρούχα, να παραμελούν την υγιεινή τους και την καθαριότητα.

Συμπερασματικά, η χρήση διαδικτύου είναι δημοφιλής στους Έλληνες εφήβους, και ενδέχεται να οδηγήσει σε ψυχοκοινωνικά προβλήματα, όταν υπάρχει υπερβολή. Το φαινόμενο είναι υπαρκτό και στη χώρα μας, αφού 35 έφηβοι με εθισμό απευθύνθηκαν στη Μονάδα Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.) για παρακολούθηση. Μετά τα πρώτα δημοσιεύματα του τύπου για τα παιδιά που παρακολουθούνται στη Μ.Ε.Υ., υπήρξαν πολυάριθμα τηλεφωνήματα γονέων απ' όλη την Ελλάδα, οι οποίοι αντιμετωπίζουν παρόμοια προβλήματα με τα παιδιά τους. Ας σημειωθεί ότι σε πρώιμα στάδια το φαινόμενο αντιμετωπίζεται σχετικά εύκολα με γνωσιακή εκπαίδευση (ημερολόγιο, στόχοι, δημιουργία κινήτρων, ανταμοιβές σε θετική συμπεριφορά, προβληματισμός σε στασιμότητα), καθώς κι αντιμετώπιση της συνοδού νοσηρότητας εάν υπάρχει. Μετά την πλήρη οργάνωσή του προβλήματος, με τα περισσότερα κριτήρια, ο έφηβος δεν αναγνωρίζει ότι υπάρχει πρόβλημα, δεν συνεργάζεται, δεν θέλει καν να επισκεφθεί τη Μ.Ε.Υ., μπορεί να λέει ψέματα, να χειρίζεται και να εξαπατά γονείς και θεραπευτές και γενικά έχει συμπεριφορά ατόμου εξαρτημένου από ουσίες (ναρκωτικά). Στο πρόγραμμα της Μ.Ε.Υ., από τα 35 παιδιά που προσήλθαν έως σήμερα, 15 παρουσίασαν σημαντική βελτίωση, 4 σχετική βελτίωση, 9 βρίσκονται υπό παρακολούθηση και 6 δεν συνεργάστηκαν. Από αυτούς τους εφήβους, 15 παρουσίασαν σημαντική βελτίωση, 4 σχετική βελτίωση, 9 βρίσκονται υπό παρακολούθηση και 6 δεν συνεργάστηκαν.

Σύμφωνα με άλλη μελέτη της Μονάδας Εφηβικής Υγείας (ΜΕΥ) του Νοσοκομείου «Π. & Α. Κυριακού» ο εθισμός στο διαδίκτυο, η παχυσαρκία αλλά και η νευρική ανορεξία είναι οι τρεις νόσοι που μαστίζουν την υγεία των εφήβων στην Ελλάδα.

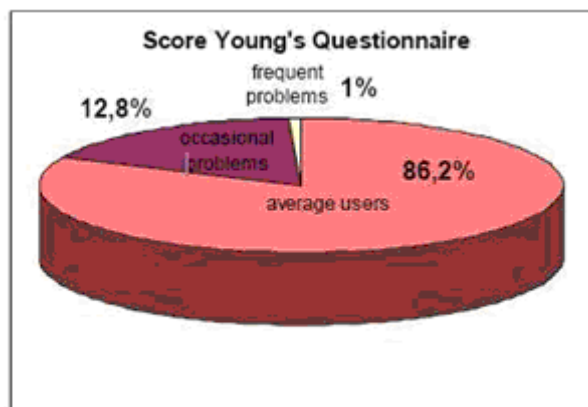
Άλλες έρευνες της ΜΕΥ έχουν δείξει ότι οι κύριοι λόγοι, που οδηγούν τον έφηβο στην εξάρτηση είναι τα ηλεκτρονικά παιχνίδια κυρίως και τα chat rooms. Από την άλλη, οι έφηβοι που χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο συνετά (για πληροφορίες, υπηρεσίες, εκπαίδευση κτλ.) δεν εθίζονται εύκολα.

Η ενασχόληση με το Διαδίκτυο στο πλαίσιο του σχολείου αποδεικνύεται επίσης προστατευτικός παράγοντας. Η απουσία μαθήματος πληροφορικής και ασφάλειας στο Διαδίκτυο στα δημόσια δημοτικά σχολεία σίγουρα είναι έλλειμμα στην εκπαίδευση της χώρα μας.

Δυστυχώς το ρόλο της εκπαίδευσης των μαθητών στο Διαδίκτυο αναλαμβάνουν τα μεγαλύτερα παιδιά ή οι συμμαθητές τους κυρίως στα Internet-café με ολέθρια αποτελέσματα.

Έρευνες της ΜΕΥ έχουν δείξει ότι το 19,47% των εφήβων χρηστών του Διαδικτύου αναφέρουν ότι έχουν πρόσβαση σε πορνογραφικές σελίδες. Τα στοιχεία επιβεβαίωσαν ότι τα παιδιά που επισκέπτονται τις πορνογραφικές σελίδες έχουν προβλήματα διαγωγής και κοινωνικότητας.

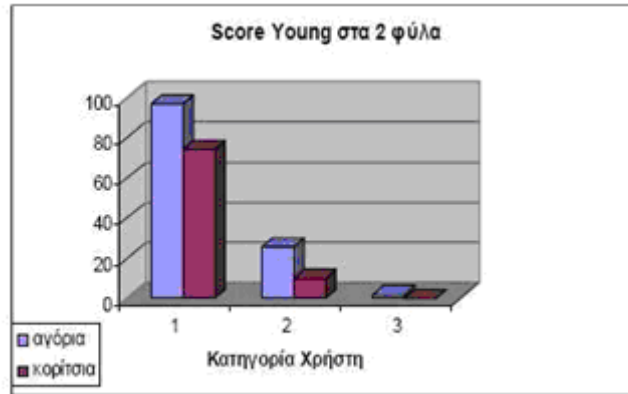
Ακόμη, βρέθηκε ότι 6,4% των εφήβων χρηστών χρησιμοποιεί το διαδίκτυο για τυχερά παιχνίδια. Οι έφηβοι χρησιμοποιούν τις πιστωτικές κάρτες των γονιών τους, προπληρωμένες κάρτες ή παίζουν με αντικαταβολή.



Σχήμα 3.1 Βαθμολόγηση ερωτηματολογίου Young (έρευνα MEY)

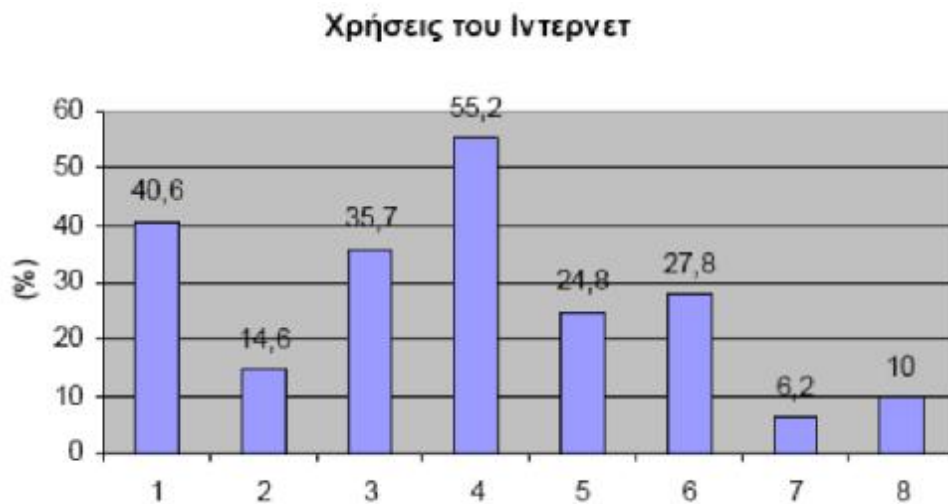
1 = ήπια χρήση, 2 = περιστασιακά «προβληματική», 3 = συχνά «προβληματική»

(Πηγή Μονάδα Εφηβικής Υγείας)



Σχήμα 3.2 Αποτελέσματα του ερωτηματολογίου Young στα δύο φύλα (Πηγή Μονάδα

Εφηβικής Υγείας)



Σχήμα 3.3 Επισκέψεις στο Διαδίκτυο

1= E-mail, 2= Εφημερίδες/ Περιοδικά, 3= Chat, 4= Παιχνίδια, 5= Πληροφορίες για υπηρεσίες, 6= Πληροφορίες για εκπαίδευση, 7= Θέματα σεξουαλικής αγωγής, 8= Αγορά προϊόντων (Πηγή Μονάδα Εφηβικής Υγείας)

Έρευνα Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (2008)

Ο κίνδυνος χτυπάει την πόρτα όλο και περισσότερων ελληνικών σπιτιών, κυρίως της περιφέρειας, σύμφωνα με μια μελέτη που δείχνει ότι το 8,2% των παιδιών που ζουν στη Θεσσαλία είναι εθισμένα στο Διαδίκτυο. Ο «δεσμός» των νέων παιδιών με την τεχνολογία, ο οποίος συνεχώς γίνεται ισχυρότερος, σε συνδυασμό με τον «ψηφιακό αναλφαβητισμό» των γονέων τους, έχουν δημιουργήσει μια κατάσταση χαμένη στη μετάφραση μεταξύ των δύο γενεών. Πάντως, σύμφωνα με τους ειδικούς, ο καλύτερος τρόπος για να προστατευθεί ο άνθρωπος από τα αρνητικά της τεχνολογίας, όπως είναι ο εθισμός στο Διαδίκτυο, είναι η γνώση μέσω της οποίας θα καταφέρει να γίνει εκείνος διαχειριστής του μέσου και όχι υποχείριό του.

Τα τελευταία χρόνια η παγκόσμια χρήση του Διαδικτύου έχει εμφανίσει σημαντική αύξηση εκτιμάται ότι σήμερα ο αριθμός των χρηστών σε παγκόσμιο επίπεδο ξεπερνάει τα 1,3 δισ. άτομα. Στην Ελλάδα τα ποσοστά των χρηστών έχουν παρουσιάσει έκρηξη – από 9% το 1999 σε 33,7% το 2006-, αν και παραμένουν σχετικά χαμηλά σε σύγκριση με άλλες ευρωπαϊκές χώρες. Σύμφωνα με στοιχεία, τον Σεπτέμβριο του 2007 3,8 εκατ. Έλληνες είχαν πρόσβαση στο Διαδίκτυο, ωστόσο στα άτομα 12-18 ετών τα ποσοστά των χρηστών άγγιζαν το 70%-80%. Ως γνωστόν, όλα τα νομίσματα έχουν δύο όψεις. Έτσι και στη συγκεκριμένη περίπτωση, οι στενές σχέσεις ολοένα περισσότερων παιδιών με το νέο ηλεκτρονικό σύμπαν το οποίο πράγματι προσφέρει γνώση, πληροφόρηση, αλλά και ψυχαγωγία σε κλάσματα του δευτερολέπτου έχουν στην άλλη, τη σκοτεινή πλευρά του «νομίσματος», τον τίτλο των επικίνδυνων σχέσεων. Διότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο μπορεί να αποτελέσει έναν κίνδυνο ικανό να σπείρει μεγάλη καταστροφή και όχι εικονική, όπως συμβαίνει στα πάμπολλα βιντεοπαιχνίδια. Τον κίνδυνο αυτόν αποτυπώνει μια νέα μελέτη η οποία διεξήχθη στο πλαίσιο της διδακτορικής διατριβής του κ. Κ. Σιώμου, διδάκτορα της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και ειδικευόμενου ψυχιάτρου παιδιών και εφήβων στο Ιπποκράτειο Νοσοκομείο της Θεσσαλονίκης. Η μελέτη βασίστηκε σε δείγμα 2.200 μαθητών ηλικίας 12-18 ετών 85 σχολείων της Θεσσαλίας και δημοσιεύτηκε στο επιστημονικό έντυπο «Cyberpsychology & Behavior» στις 9 Νοεμβρίου. Σε αυτή συμμετείχαν, εκτός από τον κ. Σιώμο ο οποίος ήταν ο κύριος ερευνητής, η κυρία Ευαγγελία Νταφούλη, οι κκ. Δ. Μπραϊμιώτης και Οδ. Μουζάς και ως επιβλέπων ο καθηγητής της Ψυχιατρικής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας κ. Ν. Αγγελόπουλος.

Όπως προέκυψε, το 70,8% των παιδιών είχε πρόσβαση στο Internet. Η πιο συχνή χρήση του Διαδικτύου αφορούσε τα online βιντεοπαιχνίδια (50,9% των χρηστών) και τις υπηρεσίες πληροφοριών (46,8%). Το ποσοστό του εθισμού στο Internet μεταξύ των χρηστών ήταν 8,2%, με τα αγόρια να έχουν την πρωτοκαθεδρία (ποσοστό 6,2% σε σύγκριση με 2% για τα κορίτσια). Συνολικά μεταξύ των χρηστών η χαρακτηριζόμενη προβληματική χρήση του Internet (εθισμός, αλλά και συμπεριφορές επικίνδυνες οι οποίες όμως δεν έχουν καταλήξει ακόμη σε εθισμό) ήταν της τάξεως του 26,3% (18,1% για τα αγόρια και 8,2% για τα κορίτσια).

Έρευνα του Τ.Ε.Ι. Αθήνας (2009)

Σύμφωνα με έρευνα του ΤΕΙ Αθήνας το 13% των Ελλήνων φοιτητών είναι εξαρτημένοι από το διαδίκτυο και το χρησιμοποιούν 24 ώρες την εβδομάδα. Η έρευνα είναι από τις πρώτες που έχουν γίνει στην Ελλάδα και αναλύει την εξάρτηση από το διαδίκτυο των φοιτητών ΑΕΙ και ΤΕΙ και διεξήχθη από τον Ιούλιο του 2008 μέχρι τον Δεκέμβριο του 2008.

Σύμφωνα με τους ερευνητές το δείγμα επιλέχθηκε τυχαία και το μέγεθός του ήταν 1207 φοιτητές των 5 Σχολών του ΤΕΙ Αθήνας, του Οικονομικού Πανεπιστημίου, του Γεωπονικού Πανεπιστημίου και του Πανεπιστημίου Αθηνών. Η ηλικία των φοιτητών ήταν από 18 έως 28 χρονών. Οι 585 εξ'αυτών ήταν άντρες και οι 622 ήταν γυναίκες. Η μέση ηλικία των φοιτητών είναι 21 χρονών. Τα συμπεράσματα της έρευνας όπως παρουσιάστηκαν παραθέτονται στη συνέχεια:

- 13% είναι εξαρτημένοι στο διαδίκτυο, σύμφωνα με τα κριτήρια τη Young (ικανοποιούν 5 τουλάχιστον κριτήρια Young)
- 21% είναι οι προεξαρτημένοι (ικανοποιούν 3-4 κριτήρια της Young)
- Μεταξύ των εξαρτημένων στο διαδίκτυο, οι άντρες είναι περισσότεροι από τις γυναίκες (63% άνδρες – 37% γυναίκες).
- Οι εξαρτημένοι στο διαδίκτυο χρησιμοποιούν το διαδίκτυο 24 ώρες την εβδομάδα κατά μέσο όρο. Οι φοιτητές που σπουδάζουν γνωστικά αντικείμενα που

προϋποθέτουν μεγαλύτερη ενασχόληση με τον Ηλεκτρονικό Υπολογιστή, όπως οι φοιτητές Πληροφορικής παρουσιάζουν διπλάσιο ποσοστό, εξάρτησης από το διαδίκτυο (16%).

- Το 50% των εξαρτημένων στο διαδίκτυο βρίσκεται μεταξύ 18-20ετών.
- Οι εξαρτημένοι στο διαδίκτυο χρησιμοποιούν πολύ περισσότερο από τους μη εξαρτημένους το chat και τα παιχνίδια στο διαδίκτυο.
- Το 27% των εξαρτημένων στο διαδίκτυο χρησιμοποιούν το chat για πάνω από 5 ώρες καθημερινά.
- Το 53% των εξαρτημένων στο διαδίκτυο έχει χαμηλή ακαδημαϊκή επίδοση (μέχρι 6,5 ,σε κλίμακα από 1 μέχρι 10).
- Το 47% των εξαρτημένων στο διαδίκτυο νιώθουν μόνοι και απροστάτευτοι σε σύγκριση με το 10,5% των μη εξαρτημένων.
- Παρατηρούμε ότι το 29 % των εξαρτημένων στο διαδίκτυο παίρνει ναρκωτικές ουσίες τουλάχιστον μια φορά την ημέρα.
- Το 20% των εξαρτημένων στο διαδίκτυο καταναλώνει πάνω από 5 κανονικά ποτήρια οινοπνευματωδών ποτών την ημέρα.

xxiii. Το ερωτηματολόγιο της παρούσας έρευνας

Το ερωτηματολόγιο που δομήθηκε για την συγκεκριμένη έρευνα αποτελείται από μια σειρά ερωτήσεων (ερωτήσεις 1-16) που αποσκοπούν στην συγκέντρωση στοιχείων (δημογραφικών και όχι μόνο) που αφορούν τον χρήστη, οι οποίες πλαισιώθηκαν από μια προσαρμοσμένη εκδοχή του ερωτηματολογίου “Pathological Use Scale” (Κλίμακα Μέτρησης Παθολογικής Χρήσης) (ερωτήσεις 17-29) των Morahan-Martin J.M. and Schumacher P. (1997, 2000) .

Το δείγμα της έρευνας αποτελείται από 100 φοιτητές της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, οι οποίοι έλαβαν ηλεκτρονικά μέσω ηλεκτρονικής αλληλογραφίας ή μέσω διαμοιρασμού αρχείου σε διαδικτυακές συζητήσεις και φόρουμ, το συμπλήρωσαν και το απέστειλαν πίσω μέσα σε διάστημα συνολικά τριών εβδομάδων. Αξίζει να σημειώσουμε εδώ ότι το δείγμα είναι σχετικά μικρό για να ανάγουμε τα αποτελέσματα με ακρίβεια στον γενικότερο πληθυσμό, ενώ οι εκ των προτέρων περιορισμοί για το άτομο που θα συμπλήρωνε το ερωτηματολόγιο ήταν α) να είναι φοιτητής στην τριτοβάθμια εκπαίδευση και β) να είναι χρήστης του διαδικτύου.

Στην συνέχεια παρουσιάζεται το ερωτηματολόγιο της έρευνας, όπως μοιράστηκε στους φοιτητές.

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ-ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

1. Φύλο

Άνδρας Γυναίκα

2. Ηλικία

.....

3. Οικογενειακή κατάσταση

Άγαμος/η Έγγαμος/η

4. Έτος φοίτησης

1^ο 2^ο 3^ο 4^ο 5^ο 6^ο 7^ο 8^ο 9^ο 10^ο 10+
.....

5. Βαθμός εισαγωγής στην ανώτατη εκπαίδευση (αναγωγή στην κλίμακα με άριστα το 20)

.....

6. Μέσος όρος βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων έως τώρα (με άριστα το 10)

.....

7. Ποσοστό φοιτητικών μαθημάτων στα οποία έχετε αποτύχει μέχρι και σήμερα

.....

8. Έχετε σύνδεση στο διαδίκτυο από το σπίτι

Ναι Όχι

9. Μένετε με τους γονείς σας?

Ναι Όχι

10. Έχετε δικό σας υπολογιστή?

Ναι Όχι

11. Χρόνια χρήσης του διαδικτύου

.....

12. Πόσες ώρες καθημερινά χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο?

.....

13. Σημεία πρόσβασης στο διαδίκτυο (1-6 επιλογές)

Σπίτι Στην εργασία Στους χώρους των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων
Σε κίνηση (κινητά, φορητές συσκευές κτλ) Σε καταστήματα παροχής
πρόσβασης στο διαδίκτυο Άλλο

14. Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (από μία έως εννέα επιλογές)

Ειδησεογραφικούς Αθλητικούς Κοινωνικής δικτύωσης
Σεξουαλικού περιεχομένου Πολυμέσων (βίντεο, μουσική)
Επιστημονικούς Διαδικτυακών παιχνιδιών Φόρουμ συζητήσεων
Άλλους (διευκρινίστε)

**15. Σε τι βαθμό η περιήγηση σας στο διαδίκτυο σχετίζεται με την φοιτητική-
ακαδημαϊκή σας ιδιότητα και ενασχόληση?**

1 Καθόλου..... 2 Λίγο 3 Αρκετά 4 Πολύ 5 Απόλυτα

**16. Σε τι ποσοστό η περιήγηση σας στο διαδίκτυο αφορά τα μέσα κοινωνικής
δικτύωσης?**

1 Καθόλου..... 2 Λίγο 3 Αρκετά 4 Πολύ 5 Απόλυτα

ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ (με βάση την κλίμακα PIU)

**17. Έχετε διαπληκτιστεί ποτέ με κάποιο άλλο πρόσωπο, εξαιτίας του ότι
ήσασταν συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?**

Ναι Όχι

18. Σας έχουν πει ότι περνάτε πάρα πολύ χρόνο συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?

Ναι Όχι

19. Αν έχει περάσει κάποιος χρόνος από την τελευταία φορά που συνδεθήκατε στο διαδίκτυο, σας είναι δύσκολο να σταματήσετε να σκέφτεστε τι θα σας περιμένει την επόμενη φορά που θα συνδεθείτε ξανά?

Ναι Όχι

20. Η απόδοσή σας στο σχολείο και/ ή στην εργασία σας έχει χειροτερέψει από τότε που αρχίσατε να συνδέεστε στο διαδίκτυο?

Ναι Όχι

21. Έχετε ενοχές σχετικά με το ποσοστό του χρόνου που περνάτε συνδεδεμένος/η στο διαδίκτυο?

Ναι Όχι

22. Έχετε συνδεθεί στο διαδίκτυο με σκοπό να νιώσετε καλύτερα όταν ήσασταν σε άσχημη ψυχολογική κατάσταση ή αγχωμένος/ η?

Ναι Όχι

23. Έχετε προσπαθήσει να περάσετε λιγότερο χρόνο συνδεδεμένος/η στο διαδίκτυο αλλά δεν τα έχετε καταφέρει?

Ναι Όχι

24. Έχετε μειώσει σε καθημερινή βάση τις ώρες που κοιμάστε με σκοπό να μείνετε περισσότερη ώρα συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?

Ναι Όχι

25. Έχετε χρησιμοποιήσει το διαδίκτυο με σκοπό να μιλήσετε με άλλους όταν έχετε νιώσει απομονωμένος/η?

Ναι Όχι

26. Έχετε αμελήσει μαθήματα ή επαγγελματικές υποχρεώσεις εξαιτίας των διαδικτυακών δραστηριοτήτων σας?

Ναι Όχι

27. Είχατε προβλήματα με τις σπουδές ή με την εργασία σας εξαιτίας του διαδικτύου?

Ναι Όχι

28. Έχετε αμελήσει κοινωνικές υποχρεώσεις σου εξαιτίας των διαδικτυακών δραστηριοτήτων σας?

Ναι Όχι

29. Έχετε προσπαθήσει να κρύψετε από τους άλλους το πραγματικό ποσοστό του χρόνου που περνάτε μένοντας συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?

Ναι Όχι

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗΣ ΑΝΑΛΥΣΗΣ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ

Τα συγκεντρωθέντα ερωτηματολόγια αναλύθηκαν με το πρόγραμμα στατιστικής επεξεργασίας και ανάλυσης SPSS 16.0 (Statistical Package of Social Sciences 16th edition, SPSS).

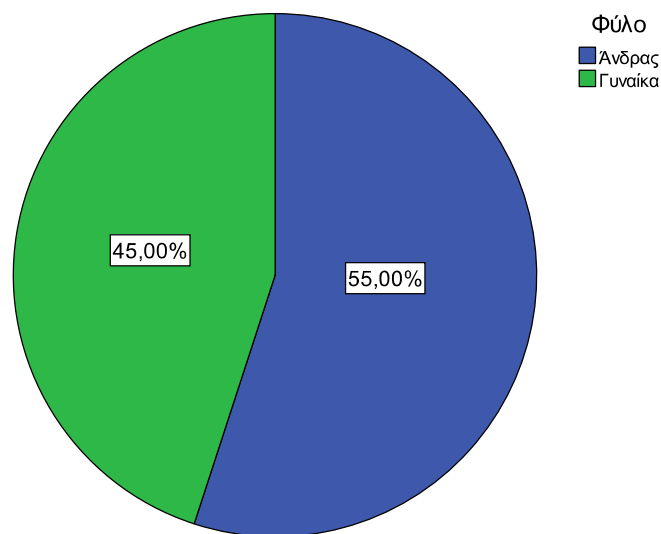
Παρακάτω θα αναλυθούν τα αποτελέσματα για κάθε ερώτηση του ερωτηματολογίου της έρευνας με την χρήση πινάκων, γραφημάτων και στατιστικών ελέγχων που πραγματοποιήθηκαν με το άνωθεν λογισμικό.

Ερώτηση 1. Φύλο

Μετά την ανάλυση των ερωτηματολογίων προέκυψε ότι το 55% των ερωτηθέντων ήταν άνδρες και το 45% γυναίκες. (πίνακας 4.1 και σχήμα 4.1)

		Φύλο			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Άνδρας	55	55,0	55,0	55,0
	Γυναίκα	45	45,0	45,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Πίνακας 4.1. Κατανομή συχνοτήτων του φύλου



Σχήμα 4.1 . Κατανομή ερωτηθέντων ανά φύλο

Ερώτηση 2. Ηλικία

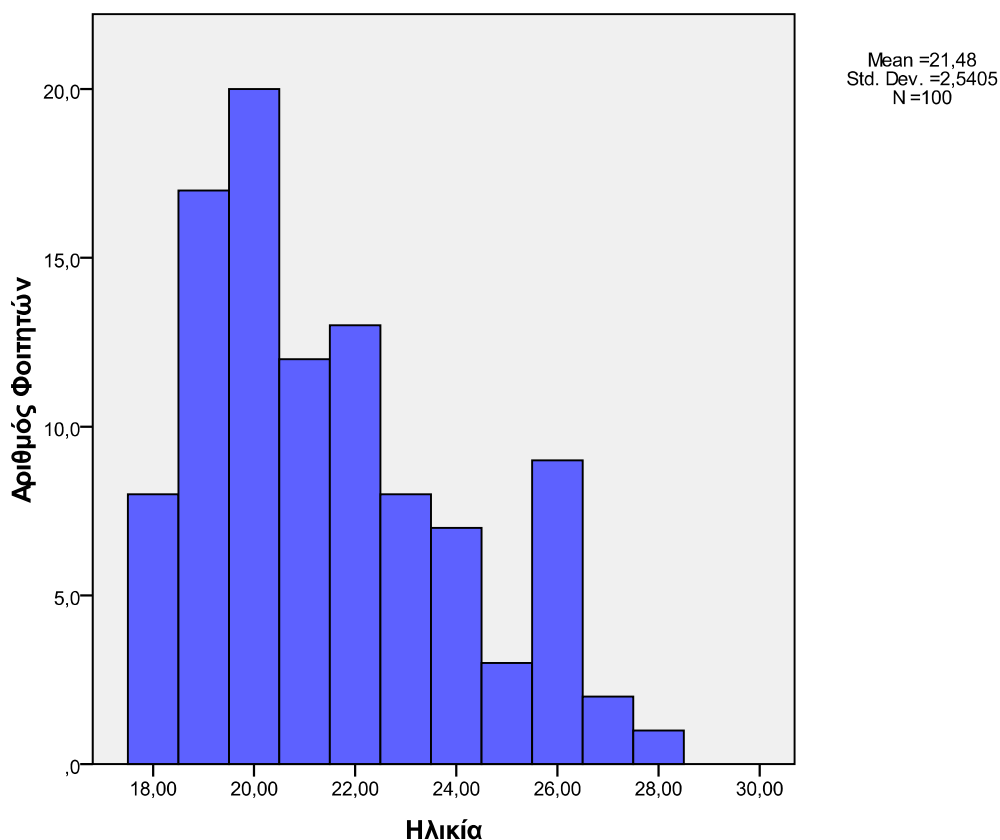
Όσον αφορά την ηλικία από τον παρακάτω πίνακα προκύπτει ότι ο νεότερος φοιτητής που ερωτήθηκε ήταν 18 ετών, ενώ ο μεγαλύτερος 28 ετών, με μια συγκέντρωση μεγαλύτερη στα έτη 19-22. Αποτέλεσμα λογικό αφού στην ηλικιακή αυτή ομάδα βρίσκεται και ο κύριος όγκος φοιτητών

Ηλικία

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 18,00	8	8,0	8,0	8,0
19,00	17	17,0	17,0	25,0
20,00	20	20,0	20,0	45,0
21,00	12	12,0	12,0	57,0
22,00	13	13,0	13,0	70,0
23,00	8	8,0	8,0	78,0
24,00	7	7,0	7,0	85,0
25,00	3	3,0	3,0	88,0
26,00	9	9,0	9,0	97,0
27,00	2	2,0	2,0	99,0

28,00	1	1,0	1,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

Πίνακας 4.2 . Κατανομή συχνοτήτων για την ηλικία των ερωτηθέντων



Σχήμα 4.2 Ιστόγραμμα ηλικίας φοιτητών

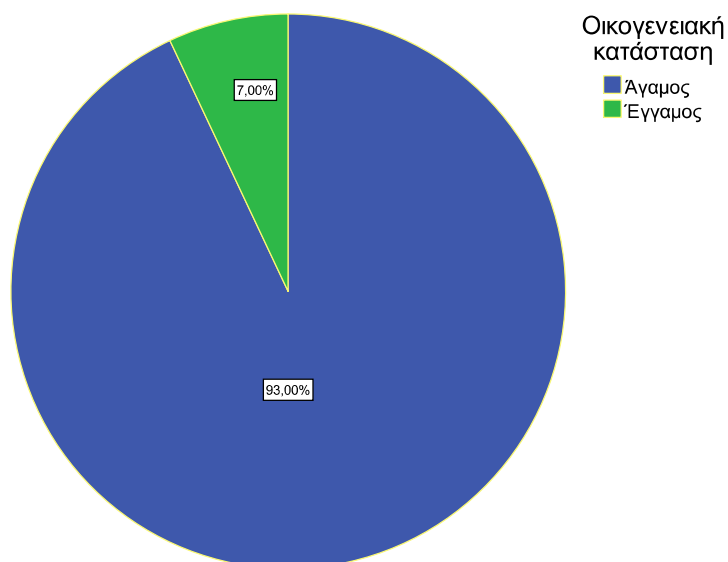
Ερώτηση 3. Οικογενειακή κατάσταση

Όπως θα φανεί και στα παρακάτω αποτελέσματα (Πίνακας 4.3 και Σχήμα 4.3) ο γάμος είναι ένα σπάνιο φαινόμενο για τους φοιτητές, ιδιαίτερα για αυτούς νεότερης ηλικίας.

Οικογενειακή κατάσταση

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Άγαμος	93	93,0	93,0	93,0
Έγγαμος	7	7,0	7,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

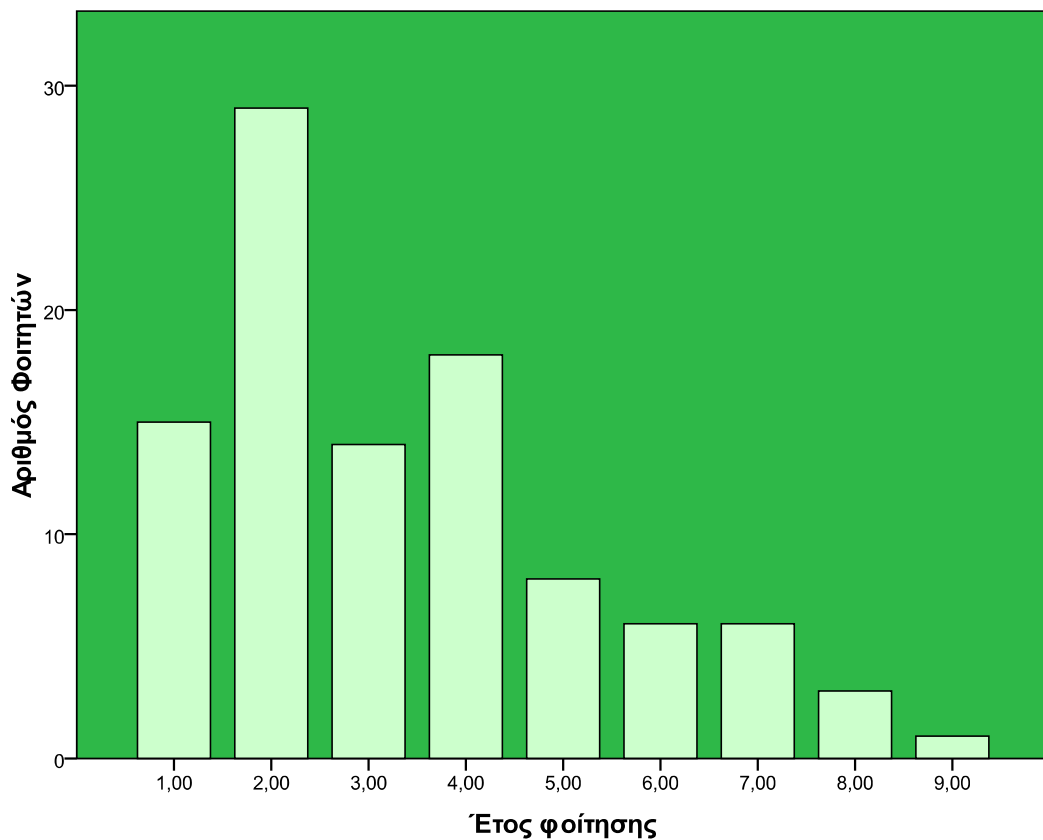
Πίνακας 4.3 Συχνότητες για την οικογενειακή κατάσταση



Σχήμα 4.3 . Κατανομή ερωτηθέντων ανά οικογενειακή κατάσταση

Ερώτηση 4. Έτος Φοίτησης

Στο ερώτημα για το έτος φοίτησης οι απαντήσεις ποικίλλουν από το 1^ο έτος έως και το 9^ο, με ιδιαίτερη συγκέντρωση στα τέσσερα πρώτα έτη φοίτησης (Σχήμα 4.4)



Σχήμα 4.4 Ιστόγραμμα αριθμού φοιτητών ανά έτος φοίτησης

Πριν προχωρήσουμε στην ερώτηση 5 και μετά, θα πρέπει να γίνει εδώ ένας έλεγχος κανονικότητας των δεδομένων, για να διαπιστώσουμε εάν ακολουθείται η κανονική κατανομή για να μπορέσουμε να κάνουμε παραμετρικούς ή μη παραμετρικούς ελέγχους υποθέσεων. Όπως προβλέπεται για τον έλεγχο της κανονικότητας των μεταβλητών θα εφαρμόσουμε το τεστ Kolmogorov-Smirnov για τις μεταβλητές μας, ενώ σε κάποιες από τις ερωτήσεις θα γίνει και γραφικός έλεγχος της κανονικότητας μέσω των P-P και Q-Q plots.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Ηλικία	Βαθμός εισαγωγής στην ανώτατη εκπαίδευση (αναγωγή στην κλίμακα με άριστα το 20)	Μέσος όρος βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων έως τώρα (με άριστα το 10)	Ποσοστό φοιτητικών μαθημάτων στα οποία έχετε αποτύχει μέχρι και σήμερα	Χρόνια χρήσης του διαδικτύου	Πόσες ώρες καθημερινά χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο?
N		100	100	100	100	100	100
Normal Parameters ^{a, b}	Mean	21,4800	15,3850	6,5460	24,3000	4,1100	2,2200
	Std. Deviation	2,54050	1,79463	,80031	13,00777	2,00955	1,32253
Most Extreme Differences	Absolute	,170	,095	,153	,180	,152	,216
	Positive	,170	,095	,153	,180	,152	,216
	Negative	-,085	-,074	-,076	-,119	-,078	-,178
Kolmogorov-Smirnov Z		1,699	,949	1,529	1,795	1,518	2,161
Asymp. Sig. (2-tailed)		,006	,328	,019	,003	,020	,000

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

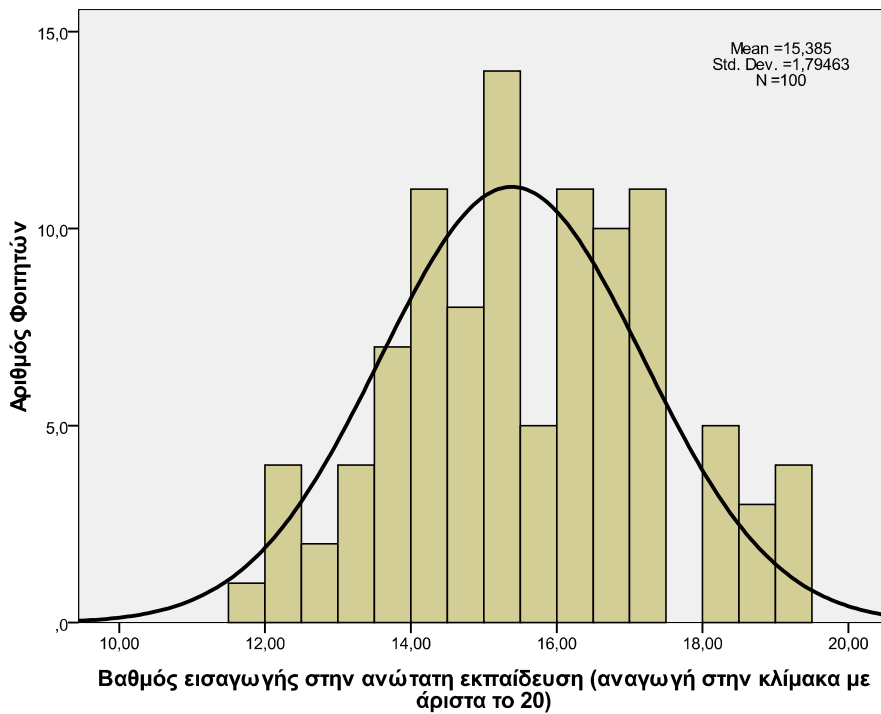
Πίνακας 4.4 Έλεγχος κανονικότητας (τεστ Kolmogorov-Smirnov) των δεδομένων για τις ποσοτικές μεταβλητές

Η υπόθεση την οποία θέλουμε να ελέγξουμε είναι ότι οι μεταβλητές ακολουθούν την κανονική κατανομή. Για όλες τις μεταβλητές εμφανίζεται το μέγεθος του δείγματος (100). Από ότι φαίνεται για αυτές τις μεταβλητές δεν έχουμε εκλιπούσες τιμές. Εμφανίζονται επίσης ο μέσος και η τυπική απόκλιση για κάθε μεταβλητή. Για τον έλεγχο της κανονικότητας μας ενδιαφέρει η τιμή Asymp. Sig. (2-tailed) (p-value). Όπως έχει αναφερθεί σε προηγούμενο κεφάλαιο αν η p-value είναι μικρότερη από το 0.05, τότε απορρίπτουμε την υπόθεση της κανονικότητας των δεδομένων.

Με επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας $\alpha=0,05$ παρατηρούμε ότι μόνο ο βαθμός εισαγωγής στην ανώτατη εκπαίδευση ακολουθεί κανονική κατανομή ($p=0,328 > \alpha=0,05$) και όλες οι υπόλοιπες μεταβλητές έχουν $p < \alpha=0,05$. Οπότε η υπόθεση ότι ακολουθούν κανονική κατανομή δεν ισχύει και θα πρέπει να εφαρμόσουμε μη παραμετρικούς ελέγχους στον έλεγχο υποθέσεων και συσχετίσεων που θα κάνουμε.

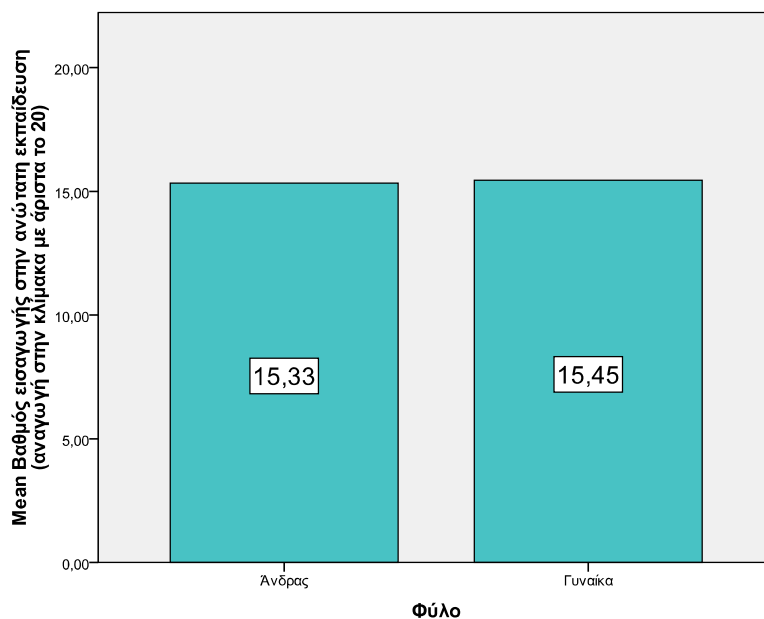
Ερώτηση 5. Βαθμός εισαγωγής στην ανώτατη εκπαίδευση

Στο πεδίο του βαθμού εισαγωγής στην ανώτατη εκπαίδευση συμπληρώθηκε ο βαθμός εισαγωγής ανοιγμένος με άριστα το 20, όπως φαίνεται και στο παρακάτω ιστόγραμμα.



Σχήμα 4.5 Ιστόγραμμα βαθμού εισαγωγής στην ανώτατη εκπαίδευση

Ενώ αν αναζητήσουμε την συσχέτιση του βαθμού εισαγωγής στην ανώτατη εκπαίδευση ανάλογα με το φύλο των ερωτηθέντων, διαπιστώνουμε ότι δεν υπάρχει μεγάλη διαφορά στον βαθμό εισαγωγής ανάμεσα σε άνδρες (Μ.Ο. 15,33) και γυναίκες (Μ.Ο. 15,45) (Σχήμα 4.6)



Σχήμα 4.6 Βαθμός εισαγωγής (Μ.Ο.) ανάλογα με το φύλο

Η συσχέτιση του βαθμού εισαγωγής με το φύλο, γίνεται με την βοήθεια του Independent t-test ελέγχου, όπου ελέγχεται η στατιστική συσχέτισή τους για διάστημα εμπιστοσύνης 95% και $\alpha=0,05$ επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας (Πίνακας 4.4).

		Independent Samples Test								
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means				95% Confidence Interval of the Difference		
			F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Lower Bound	Upper Bound
Εισαγωγή στην εισαγωγή (μέσος όρος 10)	Επίπεδο σπουδών ανδρών Επίπεδο σπουδών γυναικών	0,27	,609	3,02	98	,008	,422	30239	,33128	,61702
				-3,02	98	,008	-,422	30239	-,61702	-,33128

Πίνακας 4.5 Έλεγχος t-test βαθμού εισαγωγής και φύλου

Από τον πίνακα 4.5 προκύπτει ότι το $p=0,758 > \alpha=0,05$ οπότε δεν υπάρχει στατιστική συσχέτιση ανάμεσα στον βαθμό εισαγωγής και το φύλο.

Ερώτηση 6. Μέσος όρος βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων έως τώρα

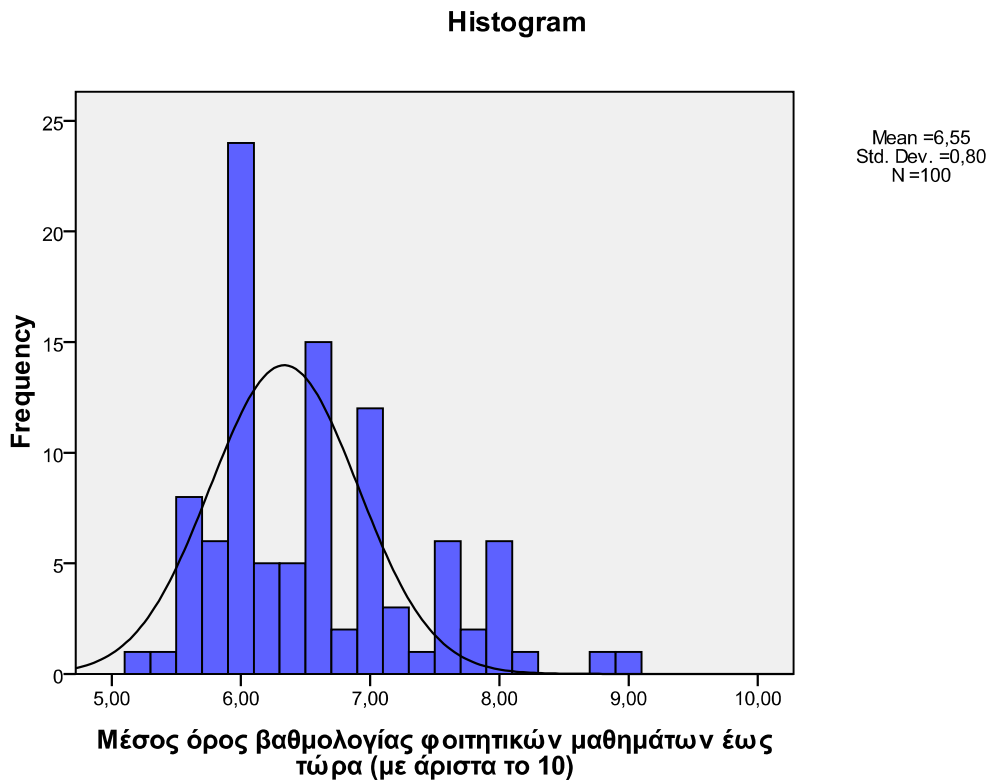
Στην συνέχεια ο στόχος του ερωτηματολογίου ήταν να προσδιοριστεί ο μέσος όρος βαθμολογίας των φοιτητικών μαθημάτων έως την στιγμή της διενέργειας της έρευνας. Ο γενικός μέσος όρος ήταν 6,546 με την διάμεσο πολύ κοντά (6,45) (Πίνακας 4.6) και η κατανομή φαίνεται στο ιστόγραμμα του σχήματος 4.7.

Statistics

Μέσος όρος βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων έως τώρα (με άριστα το 10)

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		6,5460
Median		6,4500
Mode		6,00

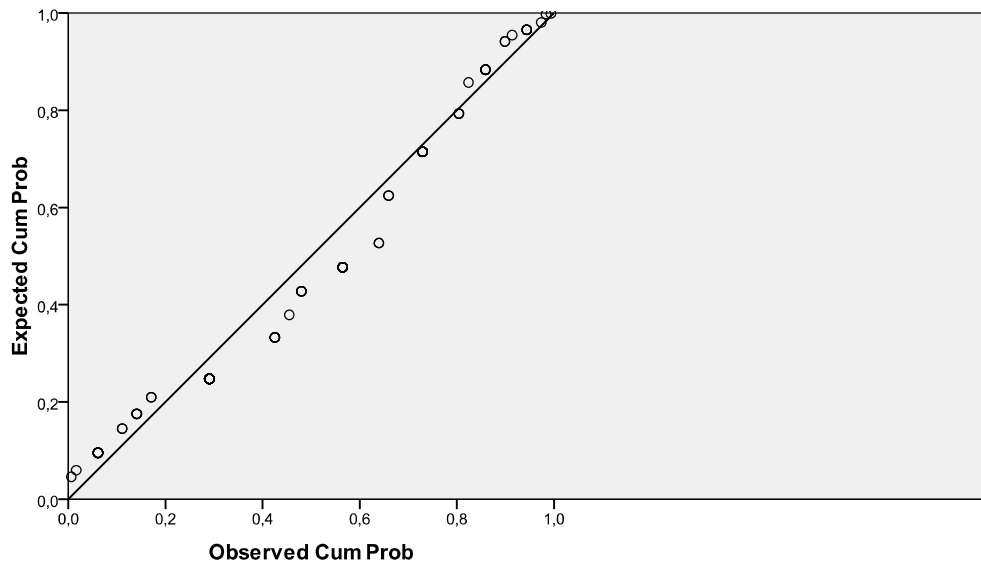
Πίνακας 4.6 Μέσος όρος βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων



Σχήμα 4.7 Ιστόγραμμα μέσου όρου βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων

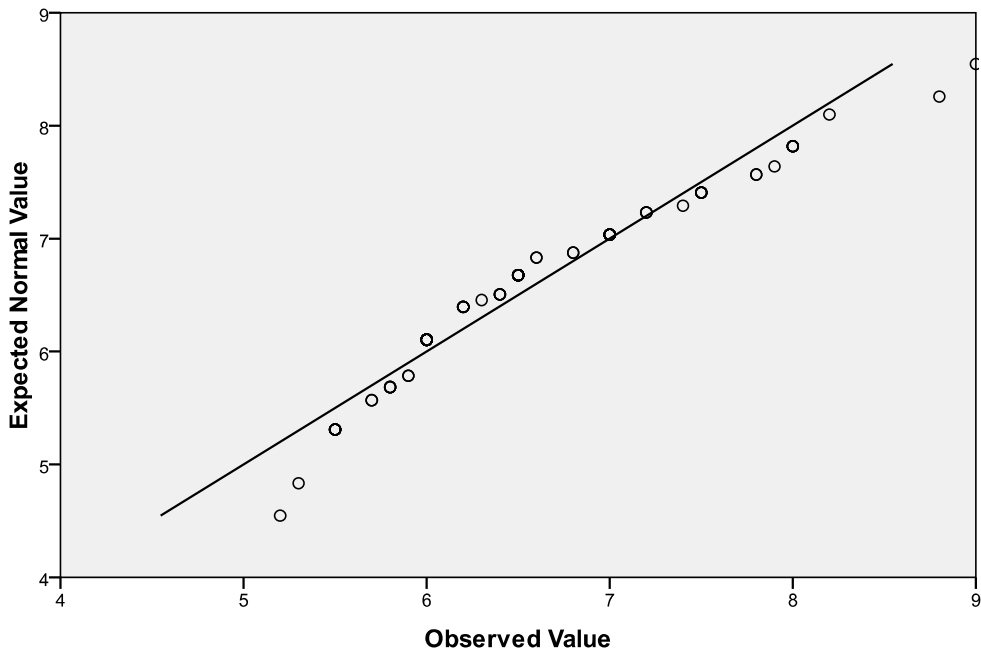
Δεν ακολουθείται κανονική κατανομή στα δεδομένα και αυτό μπορεί να αποδειχθεί και γραφικά με τα P-P και Q-Q plots. (Σχήματα 4.8 και 4.9)

Normal P-P Plot of Μέσος όρος βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων έως τώρα (με άριστα το 10)



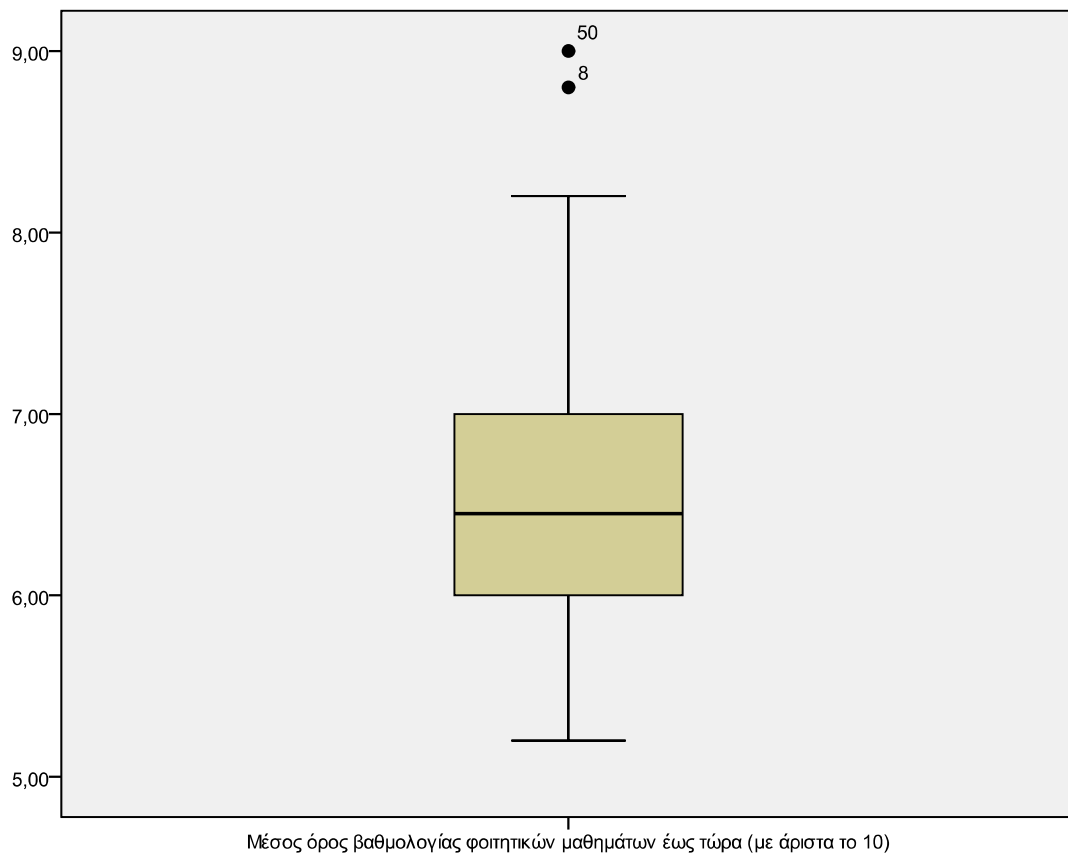
Σχήμα 4.8 Normal P-P plot για την κανονικότητα της μεταβλητής του μέσου όρου βαθμολογίας των μαθημάτων

Normal Q-Q Plot of Μέσος όρος βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων έως τώρα (με άριστα το 10)



Σχήμα 4.9 Normal Q-Q plot για την κανονικότητα της μεταβλητής του μέσου όρου βαθμολογίας των μαθημάτων

Παρατηρούμε από τα διαγράμματα P-P και Q-Q plot ότι οι τιμές παρεκκλίνουν από την ευθεία της κανονικής τιμής. Το ίδιο θα παρατηρήσουμε εάν κατασκευάσουμε και το θηκόγραμμα, όπου γίνεται γραφικά και ο έλεγχος για τις ακραίες τιμές και οι οποίες σημειώνονται στο άνω μέρος με τον αύξων αριθμό παρατήρησής τους. (Σχήμα 4.10)

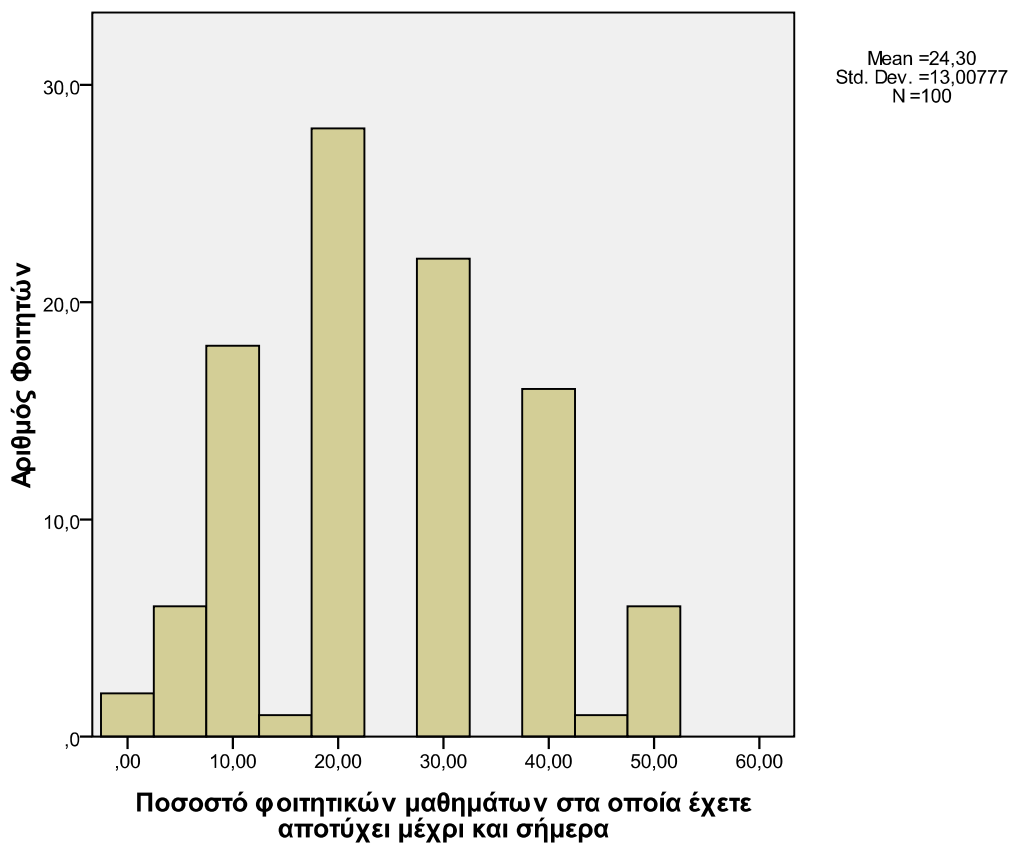


Σχήμα 4.10 Θηκόγραμμα τιμών βαθμολογίας μαθημάτων

Ερώτηση 7. Ποσοστό φοιτητικών μαθημάτων στα οποία έχετε αποτύχει μέχρι και σήμερα

Ενδιαφέρον παρουσιάζουν οι απαντήσεις για το ποσοστό αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα ως σήμερα με μέσο όρο περίπου 1 στα 4 μαθήματα (24,30%) (Σχήμα 4.11). Στους πίνακες 4.7 και 4.8 δίνονται στοιχεία για τον μέσο όρο ποσοστού αποτυχίας

ανά φύλο και αν υπάρχει στατιστική σημαντικότητα μεταξύ των δύο με μη παραμετρικό έλεγχο.



Σχήμα 4.11 Ποσοστό αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα

Group Statistics

	Φύλο	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Ποσοστό φοιτητικών μαθημάτων στα οποία έχετε αποτύχει μέχρι και σήμερα	Άνδρας	55	24,3636	14,72132	1,98502
	Γυναίκα	45	24,2222	10,71085	1,59668

Πίνακας 4.7 Ποσοστό αποτυχίας μαθημάτων ανά φύλο

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	24,507 ^a	22	,321
Likelihood Ratio	30,157	22	,115
Linear-by-Linear Association	,897	1	,344
N of Valid Cases	100		

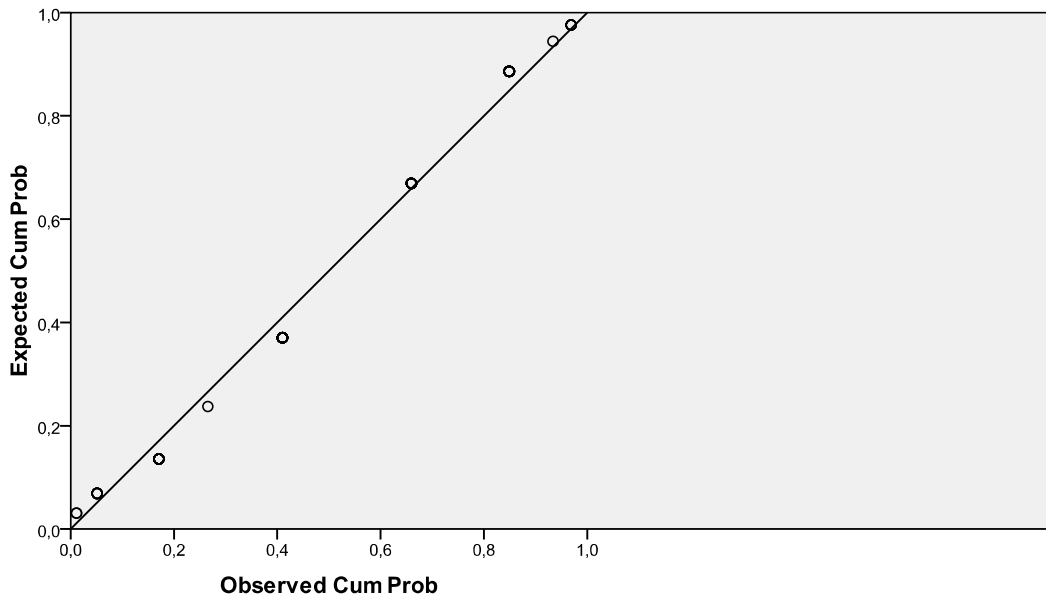
a. 40 cells (87,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,45.

Πίνακας 4.8 Μη παραμετρικός έλεγχος Chi-Square για το ποσοστό αποτυχίας στα μαθήματα σε σχέση με το φύλο

Και πάλι με την υπόθεση ότι $\alpha=0,05$ βλέπουμε από τον παρακάτω πίνακα ότι $p=0,321>\alpha$, οπότε δεν μπορούμε να ισχυριστούμε ότι υπάρχει στατιστικά συσχέτιση του φύλου με το ποσοστό αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα.

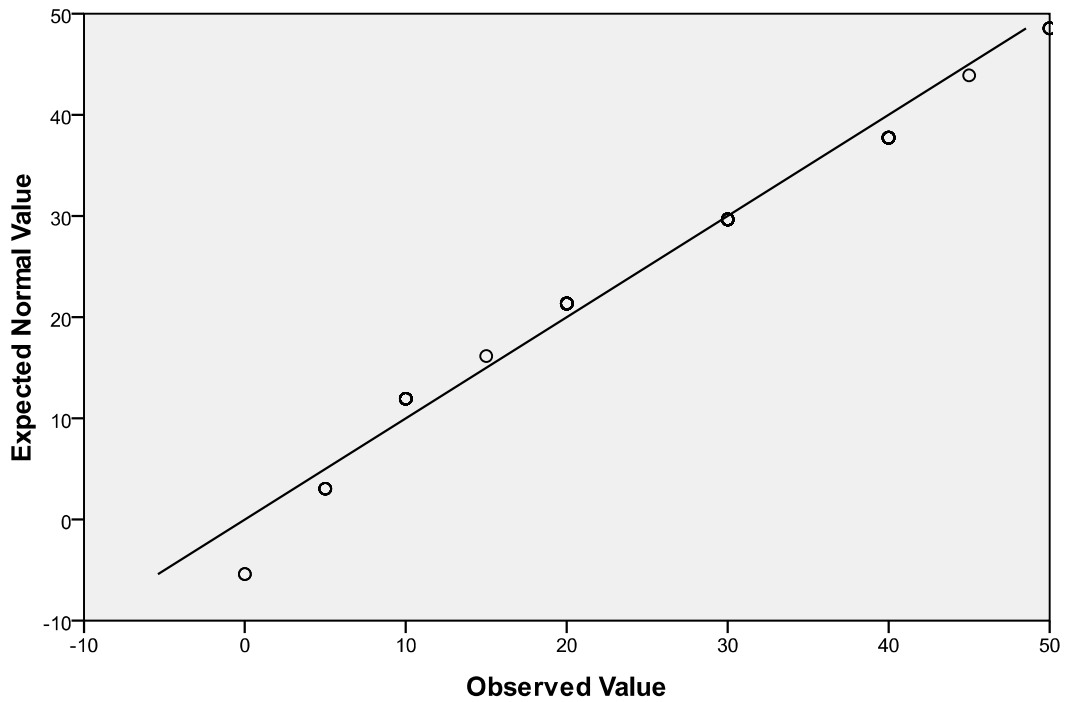
Γραφικά, μπορούμε να ελέγξουμε για την κανονικότητα και τις ακραίες τιμές, όπως και στην προηγούμενη ερώτηση.

Normal P-P Plot of Ποσοστό φοιτητικών μαθημάτων στα οποία έχετε αποτύχει μέχρι και σήμερα

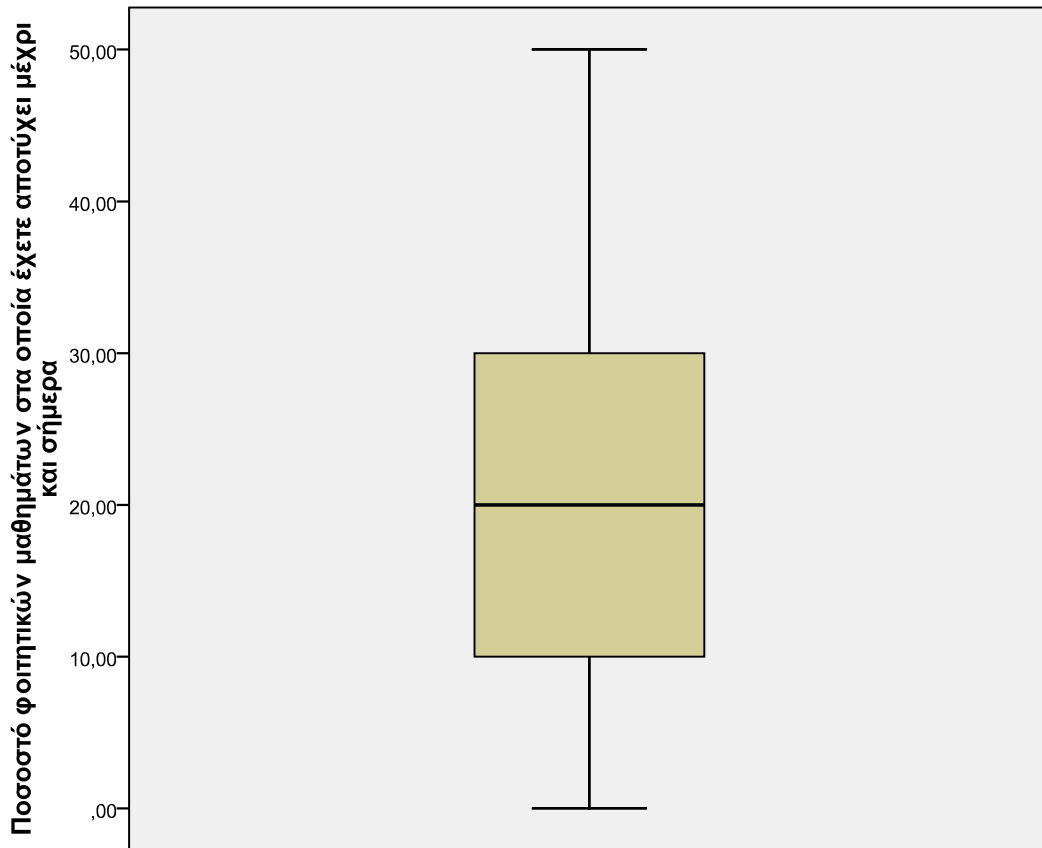


Σχήμα 4.12 P-P plot για τον έλεγχο του ποσοστού αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα

Normal Q-Q Plot of Ποσοστό φοιτητικών μαθημάτων στα οποία έχετε αποτύχει μέχρι και σήμερα



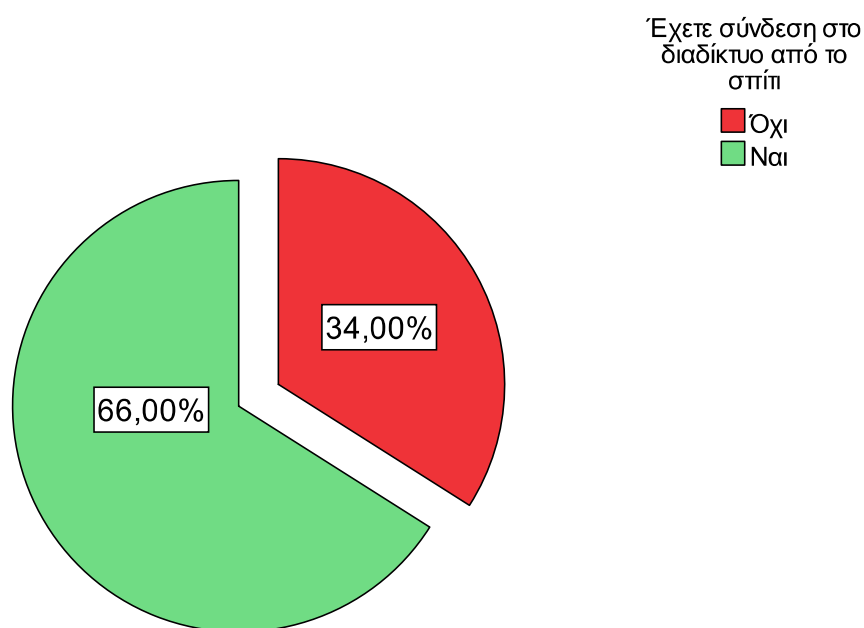
Σχήμα 4.13 Q-Q plot για τον έλεγχο του ποσοστού αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα



Σχήμα 4.14 Θηκόγραμμα (boxplot) για τον έλεγχο τιμών του ποσοστού αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα

Ερώτηση 8. Έχετε σύνδεση στο διαδίκτυο από το σπίτι?

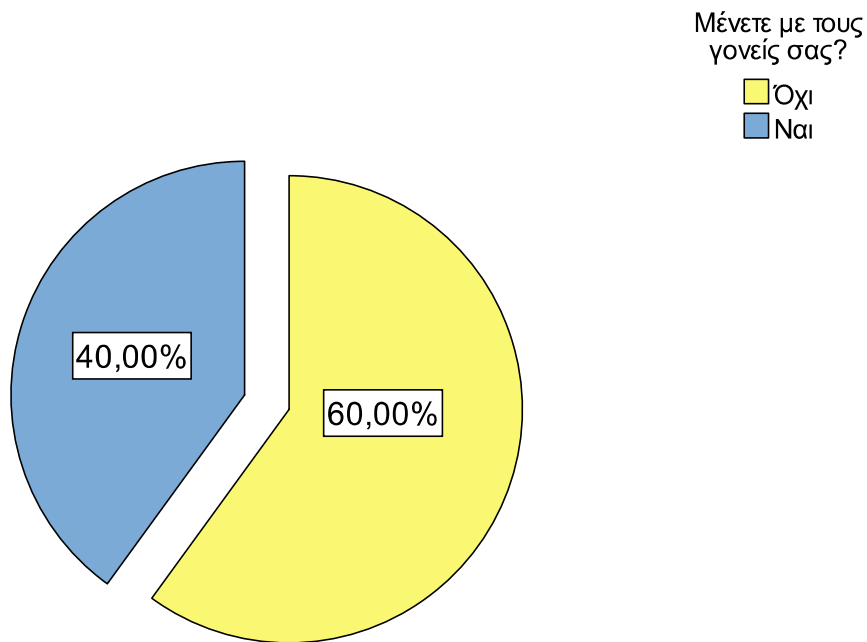
Η κατοχή σύνδεσης στο Διαδίκτυο από το σπίτι δεν αποτελεί πλέον πολυτέλεια στην εποχή μας, ούτε καν για φοιτητές οι οποίοι μένουν μακριά από το σπίτι τους. Στην πραγματικότητα βλέπουμε μια αλματώδη αύξηση τα τελευταία χρόνια στις οικιακές συνδέσεις στο Διαδίκτυο. Στην προκειμένη περίπτωση, περίπου 2 στους 3 φοιτητές διαθέτουν ιδιόκτητη σύνδεση στο Διαδίκτυο από το σπίτι τους. (Σχήμα 4.15)



Σχήμα 4.15 Ιδιόκτητη σύνδεση στο Διαδίκτυο από το σπίτι

Ερώτηση 9. Μένετε με τους γονείς σας?

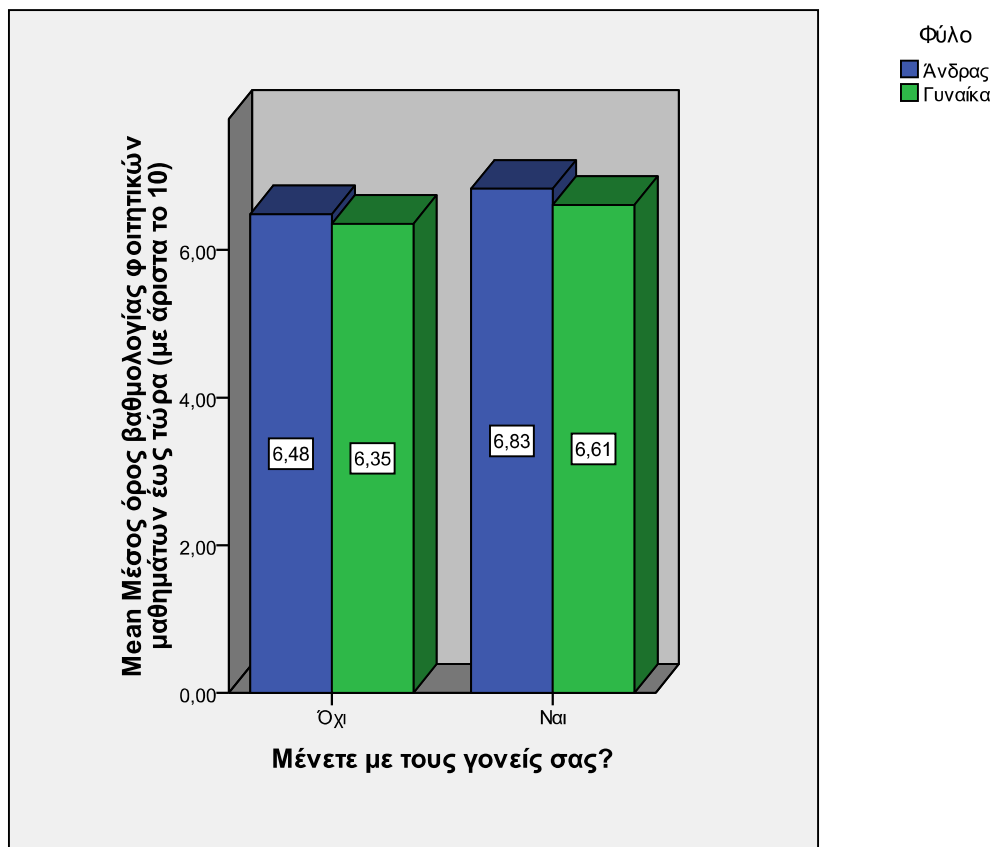
Στο ερώτημα αυτό απεικονίστηκε η τάση των τελευταίων ετών οι φοιτητές να προσπαθούν να εξασφαλίσουν μια θέση φοίτησης στον τόπο κατοικίας της οικογένειάς τους, έστω και αν δεν μπορέσουν να ακολουθήσουν την πρώτη επιλογή φοίτησής τους. Το 40% των ερωτηθέντων μένουν με τους γονείς τους, ενώ το 60% μένουν μόνοι τους.



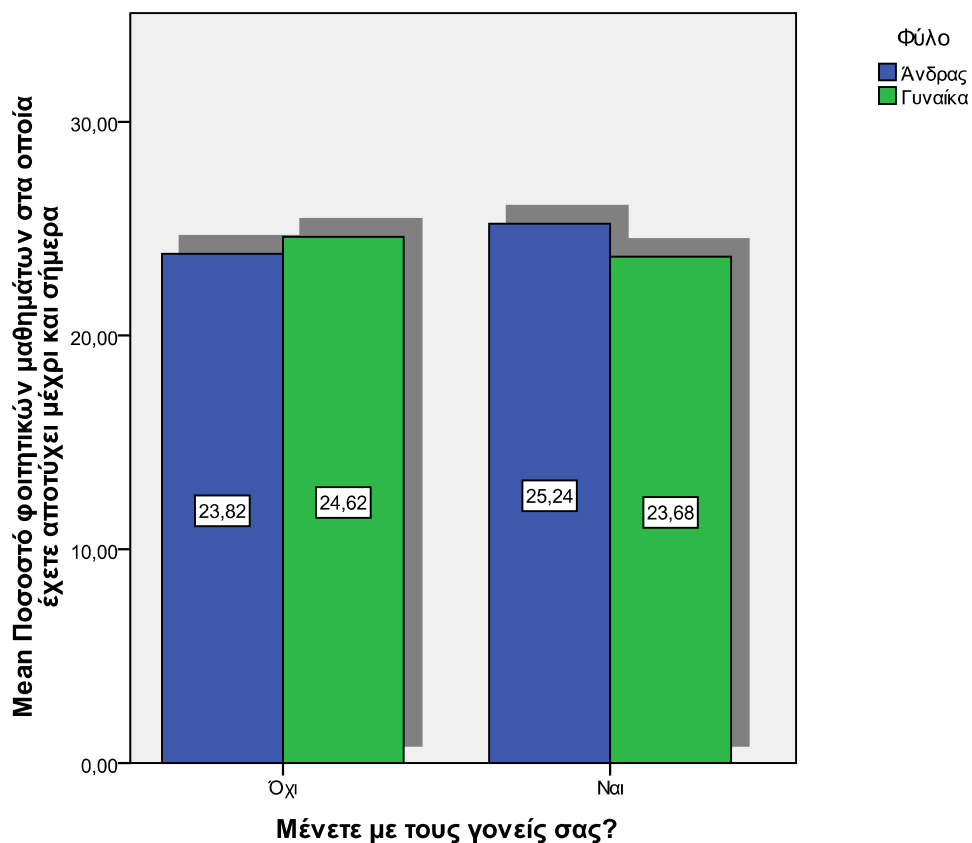
Σχήμα 4.16 Συγκατοίκηση φοιτητών με τους γονείς τους

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον προκύπτει εάν συσχετίσουμε την συγκατοίκηση των φοιτητών με τους γονείς τους με την επίδοσή τους μέχρι τώρα στα φοιτητικά μαθήματα και ανάλογα με το φύλο. Παρατηρούμε ότι και τα αγόρια και τα κορίτσια που μένουν με τους γονείς τους παρουσιάζουν βελτιωμένους μέσους όρους στην βαθμολογία των μαθημάτων κατά 4-5%. (Σχήμα 4.17)

Εάν τώρα συσχετίσουμε το ποσοστό αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα με την συγκατοίκηση με τους γονείς και ανά φύλο θα προκύψει το διάγραμμα του σχήματος 4.18, στο οποίο παρατηρούμε ότι δεν παρατηρούνται μεγάλες διαφορές στην βαθμολογία λόγω της συγκατοίκησης με τους γονείς και τα ποσοστά είναι πανομοιότυπα, κυμαινόμενα περίπου στο 24-25%. (Σχήμα 4.18)



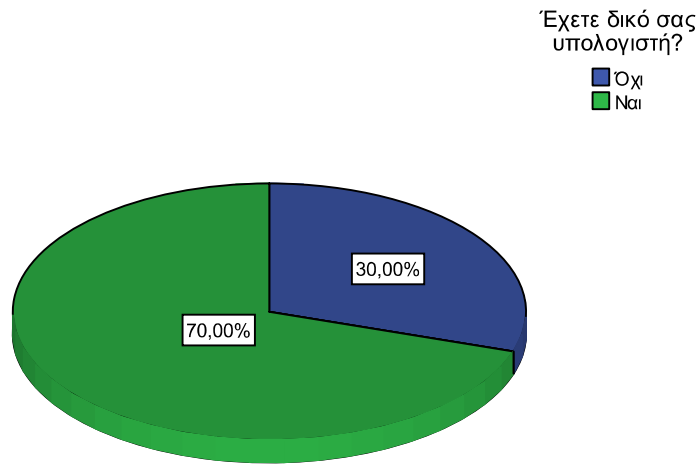
Σχήμα 4.17 Συσχέτιση βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων σε σχέση με την συγκατοίκηση με τους γονείς και ανά φύλο



Σχήμα 4.18 Συσχέτιση ποσοστού αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα σε σχέση με το αν μένει ο φοιτητής με τους γονείς του και ανά φύλο

Ερώτηση 10. Έχετε δικό σας υπολογιστή?

Στην ερώτηση αυτή τα αποτελέσματα ήταν αναμενόμενα, αφού παρά τις οικονομικές δυσκολίες, ο προσωπικός υπολογιστής είναι ένα απαραίτητο εργαλείο για το μεγαλύτερο ποσοστό των σχολών ανώτατης εκπαίδευσης. Παρόλα αυτά υπάρχει ένα σημαντικό ποσοστό (30%) που δεν κατέχει δικό του ηλεκτρονικό υπολογιστή, αλλά χρησιμοποιεί κοινόχρηστους όπου διατίθενται. (Σχήμα 4.19)

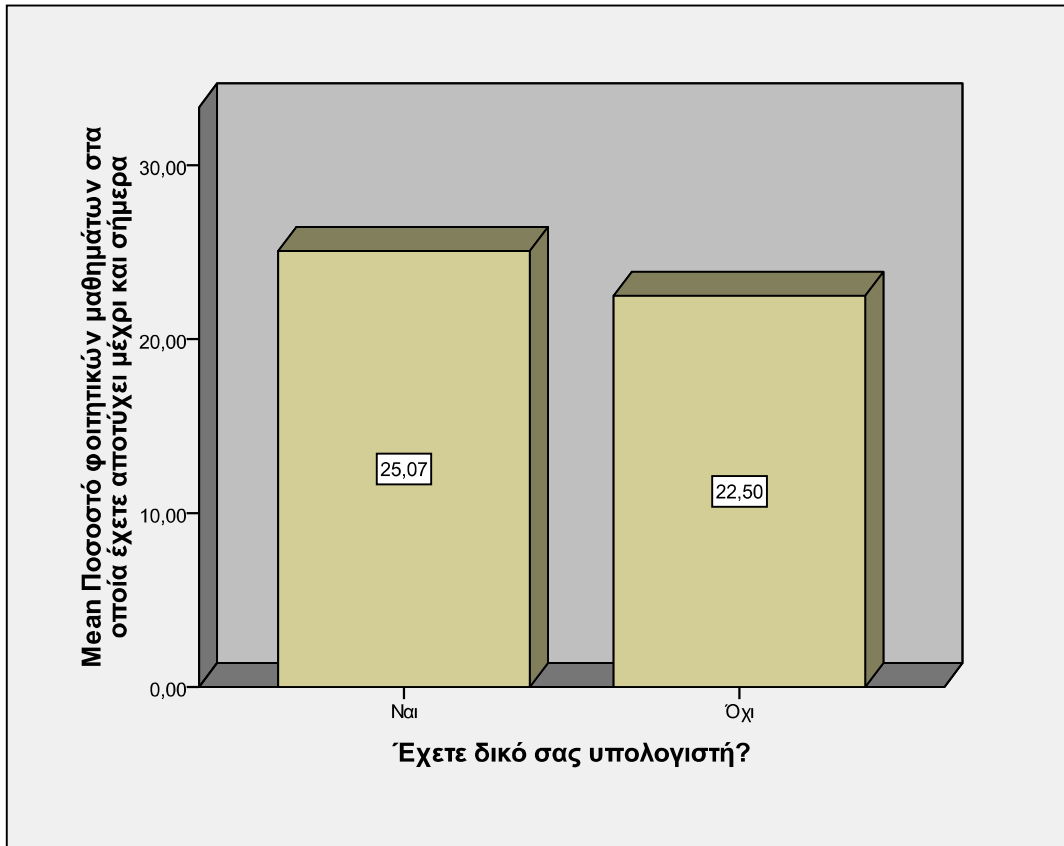


Σχήμα 4.19 Κατοχή προσωπικού υπολογιστή

Τι θα συμβεί όμως αν αναζητήσουμε την σχέση και επιρροή της κατοχής του προσωπικού υπολογιστή στην βαθμολογία και το ποσοστό αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα? Η απάντηση έρχεται στο Σχήμα 4.20 και Σχήμα 4.21, όπου συσχετίζεται η κατοχή του υπολογιστή με την μέση βαθμολογία και με το ποσοστό αποτυχίας στα μαθήματα.



Σχήμα 4.20 Μέσος όρος βαθμολογίας μαθημάτων σε σχέση με την κατοχή υπολογιστή



Σχήμα 4.21 Ποσοστό αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα σε σχέση με την κατοχή υπολογιστή

Στο διάγραμμα 4.20 παρατηρούμε ελάχιστες διαφορές στον μέσο όρο βαθμολογίας των μαθημάτων σε σχέση με την κατοχή προσωπικού υπολογιστή. Στο διάγραμμα του σχήματος 4.21 παρατηρούμε μια μικρή διαφορά της τάξης του 2,5%, με τους κατόχους ηλεκτρονικού υπολογιστή να αποτυγχάνουν περισσότερο από τους συμφοιτητές τους που δεν κατέχουν υπολογιστή. Μια διαφορά βέβαια η οποία δεν οφείλεται απαραίτητα στον συγκεκριμένο παράγοντα και για μεγαλύτερη βεβαιότητα για συμπεράσματα θα πρέπει να εξεταστεί ο συσχετισμός τους.

Για να εξακριβώσουμε τα παραπάνω θα εφαρμόσουμε τον έλεγχο t-test για το πρώτο διάγραμμα και για το δεύτερο τον μη παραμετρικό έλεγχο Chi-Square και να εξακριβώσουμε αν αυτοί απεικονίζουν την πραγματικότητα ή δίνουν κάποια αναληθή

εικόνα σχετικά με την κατοχή του υπολογιστή και τις επιδόσεις των φοιτητών στα μαθήματα.

Στην πρώτη περίπτωση εξετάζουμε τον μέσο όρο βαθμολογίας σε σχέση με την κατοχή υπολογιστή, για την σχέση των οποίων συμπεράναμε από το σχήμα 4.21 ότι δεν επηρεάζεται. Εφαρμόζοντας για επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας $\alpha=0,05$ και επίπεδο εμπιστοσύνης 95%, προκύπτει ο παρακάτω πίνακας:

Independent Samples Test										
		t-Test for Equality of Variances								
		Histogram of Means								
		95% Confidence Interval of the Difference								
		F	Sig.	t	df	sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Μέσος όρος βαθμολογίας φοιτητών μαθημάτων με υπολογιστή	Equal variances assumed	.728	.392	.631	98	.530	.11048	.12117	-.28715	.46830
Μέσος όρος βαθμολογίας φοιτητών μαθημάτων χωρίς υπολογιστή	Equal variances not assumed		.586	46,916	587	.527	.11048	.12117	-.28715	.46830

Πίνακας 4.9 Έλεγχος t-test βαθμολογίας στα φοιτητικά μαθήματα και κατοχής υπολογιστή

Όπως βλέπουμε $p=0,53 > \alpha$ και για τον λόγο αυτό επιβεβαιώνουμε την υπόθεση ότι δεν έχουν στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ τους.

Στην αντίστοιχη περίπτωση για το ποσοστό αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα και εφαρμόζοντας τον μη παραμετρικό έλεγχο της μεταβλητής με τις ίδιες υποθέσεις και περιορισμούς προκύπτει ο πίνακας 4.10:

Ποσοστό φοιτητικών μαθημάτων στα οποία έχετε αποτύχει μέχρι και σήμερα * Φύλο Crosstabulation

Count		Φύλο		Total
		Άνδρας	Γυναίκα	
Ποσοστό φοιτητικών μαθημάτων στα οποία έχετε αποτύχει μέχρι και σήμερα	,00	2	0	2
	5,00	4	2	6
	10,00	11	7	18
	15,00	1	0	1
	20,00	13	15	28
	30,00	8	14	22

	40,00	10	6	16
	45,00	1	0	1
	50,00	5	1	6
Total		55	45	100

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	10,102 ^a	8	,258
Likelihood Ratio	11,841	8	,158
Linear-by-Linear Association	,003	1	,957
N of Valid Cases	100		

a. 10 cells (55,6%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,45.

Πίνακας 4.10 Έλεγχος Chi-square ποσοστού αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα και κατοχής υπολογιστή

Και πάλι παρατηρούμε ότι $p=0,258 > \alpha=0,05$, οπότε η υπόθεση ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική σχέση ανάμεσα στις δύο μεταβλητές δεν ευσταθεί.

Ερώτηση 11. Χρόνια χρήσης του Διαδικτύου

Η ερώτηση που ζητά από τους φοιτητές να καθορίσουν τα έτη χρήσης του Διαδικτύου, δηλαδή την εμπειρία χρήσης και το ιστορικό στον τομέα αυτό, μπορεί να δώσει χρήσιμα και κρίσιμα συμπεράσματα στην προσπάθεια επεξήγησης του φαινομένου του εθισμού. Ένας φοιτητής, ο οποίος χρησιμοποιεί το Διαδίκτυο για πολλά χρόνια γνωρίζει τις «κακοτοπιές» του, προφυλάσσεται από πιθανούς κινδύνους και κίνητρα για να οδηγηθεί σε φαινόμενα εξάρτησης από αυτό. Στην αντίπερα όχθη όμως, ένας έμπειρος χρήστης, μπορεί να εθιστεί λόγω συνήθειας, να έχει κάνει τρόπο ζωής του το Διαδίκτυο, η πολύχρονη παραμονή του να του έχει στερήσει εμπειρίες

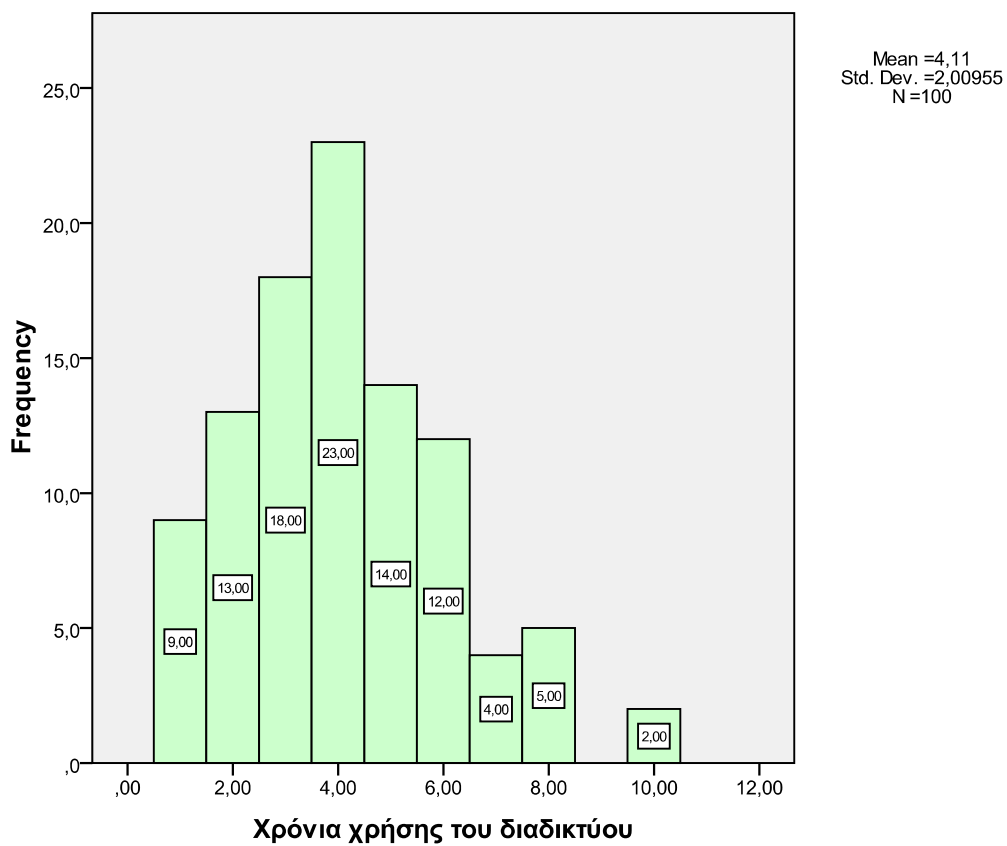
και φιλίες στην πραγματική ζωή, με αποτέλεσμα να οδηγείται ευκολότερα στον εθισμό. Στον πίνακα 4.11 παρατηρούμε ότι ο μέσος όρος χρήσης του Διαδικτύου είναι τα 4,11 έτη για τον φοιτητή της έρευνάς μας, με ελάχιστη εμπειρία το ένα έτος και μέγιστη τα δέκα έτη. Ένα νούμερο αρκετό για να σκιαγραφήσει έναν έμπειρο χρήστη, αλλά συνάμα και έναν χρήστη που έχει ακόμα πολλά να ανακαλύψει και πολλές παγίδες ακόμα να συναντήσει.

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Χρόνια χρήσης του διαδικτύου	100	1,00	10,00	4,1100	2,00955
Valid N (listwise)	100				

Πίνακας 4.11 Χρόνια χρήσης του Διαδικτύου

Συγκεντρώνοντας τα παραπάνω στοιχεία σε ένα ιστόγραμμα συχνότητας για τα χρόνια χρήσης του Διαδικτύου (Σχήμα 4.22) παρατηρούμε ότι το 23% των ερωτηθέντων απάντησε ότι χρησιμοποιεί το Διαδίκτυο για 4 έτη, ενώ το 18% για 3 έτη.



Σχήμα 4.22 Ιστόγραμμα συχνότητας για τα χρόνια χρήσης του Διαδικτύου

Στην αναζήτηση της σχέσης που μπορεί να έχουν τα χρόνια χρήσης του Διαδικτύου στην μέχρι τώρα βαθμολογία των φοιτητών, θα προκύψουν οι πίνακες 4.12 και στην συνέχεια η γραφική τους αναπαράσταση θα μας δώσει τα γραφήματα των σχημάτων 4.23 και 4.24.

Μέσος όρος βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων έως τώρα (με άριστα το 10) * Χρόνια χρήσης του διαδικτύου Crosstabulation

Count		Χρόνια χρήσης του διαδικτύου									Total
		1,00	2,00	3,00	4,00	5,00	6,00	7,00	8,00	10,00	
Μέσος όρος βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων έως τώρα (με άριστα το 10)	5,20	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
	5,30	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
	5,50	0	3	1	1	1	2	0	0	0	8
	5,70	1	0	0	0	0	0	1	0	0	2
	5,80	0	0	2	1	1	0	0	0	0	4
	5,90	0	0	1	0	0	0	0	0	1	2
	6,00	0	3	5	3	7	1	1	1	1	22
	6,20	2	1	0	0	0	2	0	0	0	5
	6,30	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
	6,40	0	1	1	2	0	0	0	0	0	4
	6,50	2	1	2	4	1	2	1	0	0	13
	6,60	1	1	0	0	0	0	0	0	0	2
	6,80	1	0	0	0	0	0	0	1	0	2
	7,00	1	2	1	5	1	1	1	0	0	12
	7,20	0	0	1	2	0	0	0	0	0	3
	7,40	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1
	7,50	1	0	1	0	2	0	0	2	0	6
	7,80	0	0	0	1	0	1	0	0	0	2
	7,90	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1
	8,00	0	1	1	3	0	0	0	0	0	5
	8,20	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
	8,80	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1
	9,00	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
Total		9	13	18	23	14	12	4	5	2	100

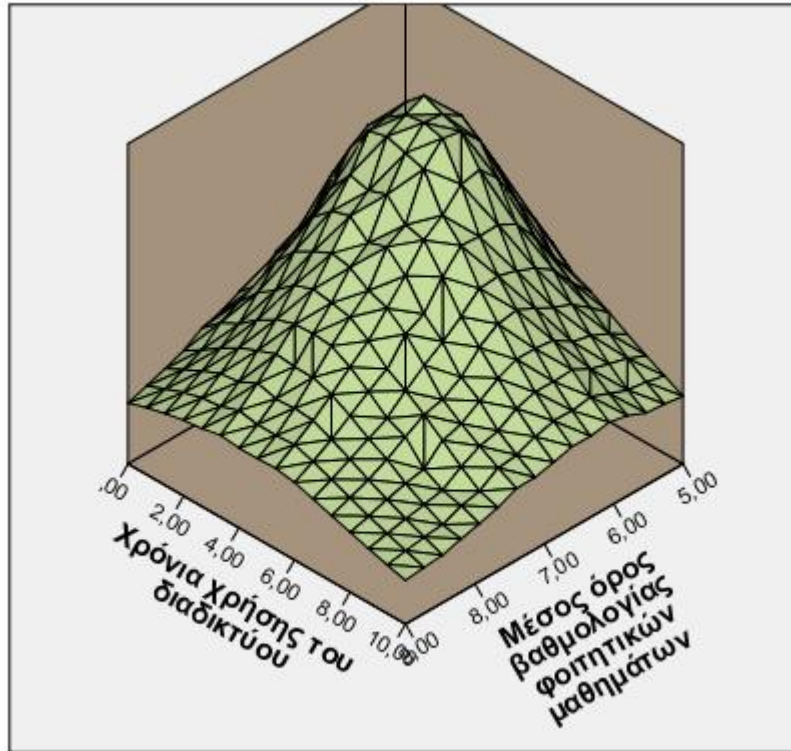
Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	196,200 ^a	176	,142
Likelihood Ratio	141,252	176	,975
Linear-by-Linear Association	,008	1	,931
N of Valid Cases	100		

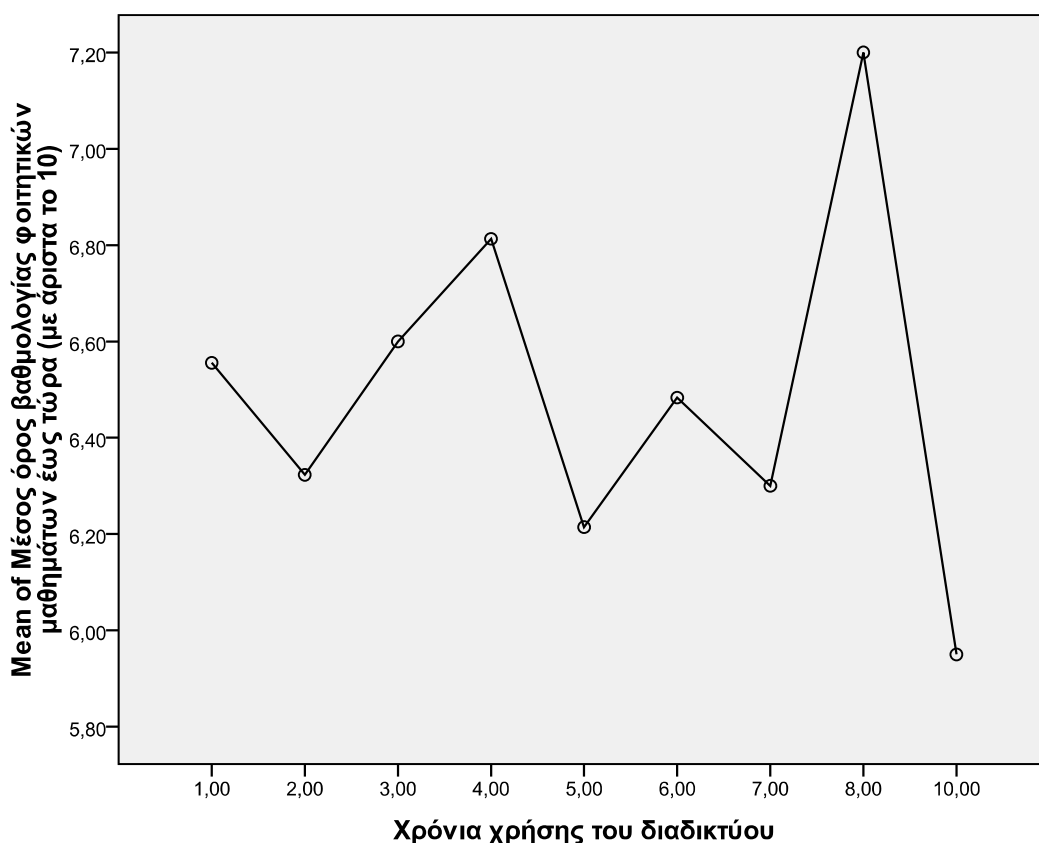
a. 206 cells (99,5%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,02.

Πίνακας 4.12. Έλεγχος Chi-Square για τις μεταβλητές της βαθμολογίας μαθημάτων και τα χρόνια χρήσης του Διαδικτύου

Από τον έλεγχο προκύπτει ότι ο συντελεστής Asymp. Sig (2-sided) $p=0,142 > 0,05$ με αποτέλεσμα να μπορούμε να αποδείξουμε ότι δεν υπάρχει σημαντική στατιστική σχέση ανάμεσα στις δύο μεταβλητές.



Σχήμα 4.23 Τρισδιάστατη απεικόνιση της σχέσης της βαθμολογίας στα φοιτητικά μαθήματα σε σχέση με τα χρόνια χρήσης του Διαδικτύου



Σχήμα 4.24 Γραφική αναπαράσταση βαθμολογίας μαθημάτων και χρόνων χρήσης του Διαδικτύου

Ερώτηση 12. Πόσες ώρες καθημερινά χρησιμοποιείται το Διαδίκτυο?

Η ίδια ακριβώς διαδικασία με αυτήν της ερώτησης 11, ακολουθήθηκε και στην ανάλυση των απαντήσεων στην ερώτηση πόσες ώρες καθημερινά χρησιμοποιούν οι φοιτητές το Διαδίκτυο. Στον πίνακα 4.13 φαίνονται τα στατιστικά μεγέθη της περιγραφικής στατιστικής.

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Πόσες ώρες καθημερινά χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο?	100	1,00	6,00	2,2200	1,32253

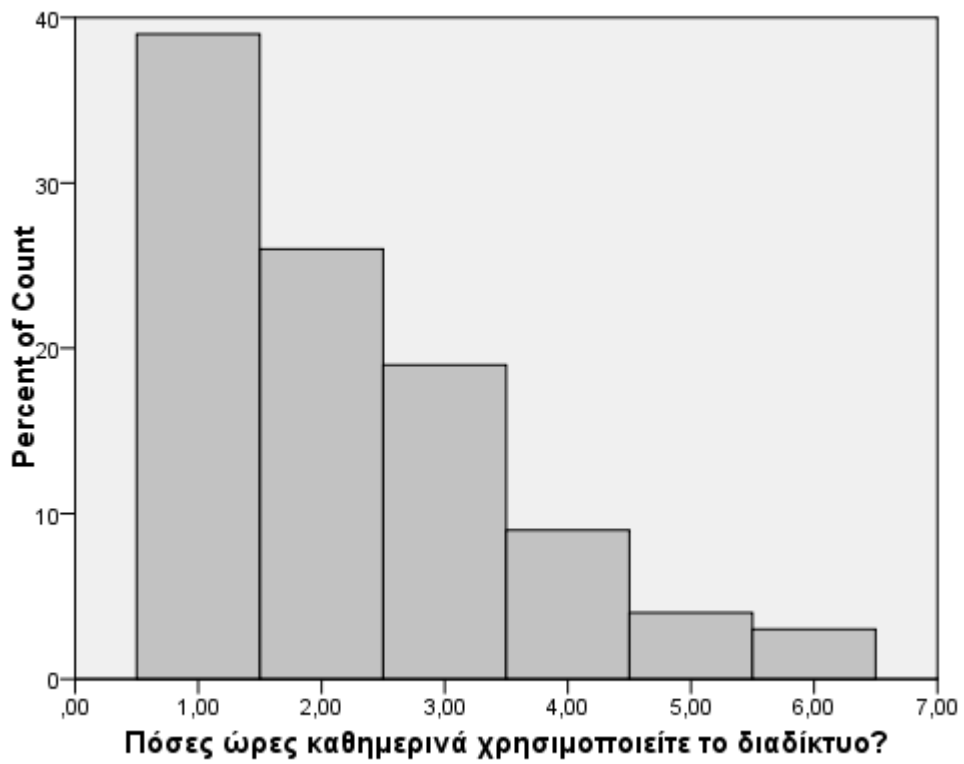
Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Πόσες ώρες καθημερινά χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο?	100	1,00	6,00	2,2200	1,32253
Valid N (listwise)	100				

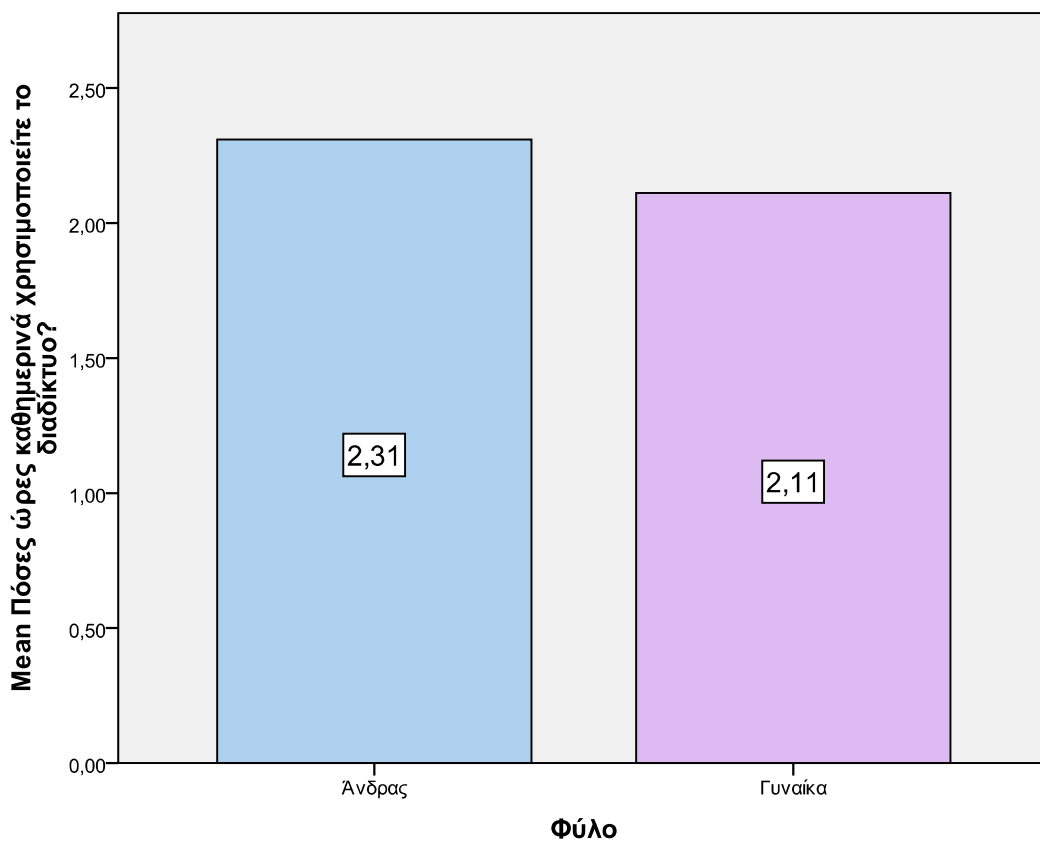
Πόσες ώρες καθημερινά χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1,00	39	39,0	39,0	39,0
2,00	26	26,0	26,0	65,0
3,00	19	19,0	19,0	84,0
4,00	9	9,0	9,0	93,0
5,00	4	4,0	4,0	97,0
6,00	3	3,0	3,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

Πίνακας 4.13. Μεγέθη περιγραφικής στατιστικής για την μεταβλητή των ωρών καθημερινής χρήσης του Διαδικτύου



Σχήμα 4.25 Ιστόγραμμα ποσοστού φοιτητών ανάλογα με τις ώρες καθημερινής χρήσης του Διαδικτύου



Σχήμα 4.26 Ώρες καθημερινής χρήσης Διαδικτύου ανά φύλο

Στο παραπάνω σχήμα παρατηρούμε ότι υπάρχει μια μικρή διαφορά στις ώρες καθημερινής χρήσης του Διαδικτύου των ανδρών (2,31) σε σχέση με τα κορίτσια (2,11).

Ερώτηση 13. Σημεία πρόσβασης στο Διαδίκτυο

Στην ερώτηση αυτή οι φοιτητές είχαν την δυνατότητα να επιλέξουν τα σημεία πρόσβασης (1 έως 6 επιλογές) από τα κάτωθι:

Σπίτι Στην εργασία Στους χώρους των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων Σε κίνηση (κινητά, φορητές συσκευές κτλ) Σε καταστήματα παροχής πρόσβασης στο διαδίκτυο Άλλο

Στην συγκεκριμένη ερώτηση πολλαπλής επιλογής η ανάλυση στο SPSS διαφέρει σαν διαδικασία, αφού πλέον εισάγονται τόσες μεταβλητές όσες και οι πιθανές απαντήσεις και κάθε μεταβλητή πλέον αποτελεί μια καινούρια μεταβλητή με διχοτομική απάντηση, πχ. πρόσβαση από το σπίτι (ναι ή όχι). Κατά την διάρκεια της ανάλυσης με το SPSS ομαδοποιούμε εκ νέου τις απαντήσεις στην ερώτηση πολλαπλής επιλογής από το ειδικό μενού και ο πίνακας περιγραφικής στατιστικής που λαμβάνεται είναι:

\$Simeia Frequencies

	Responses		Percent of Cases
	N	Percent	
Simeia ^a Σημεία πρόσβασης στο διαδίκτυο (Σπίτι)	65	30,8%	65,0%
Σημεία πρόσβασης στο διαδίκτυο (Εργασία)	18	8,5%	18,0%
Σημεία πρόσβασης στο διαδίκτυο (Εκπαιδευτικά Ιδρύματα)	38	18,0%	38,0%
Σημεία πρόσβασης στο διαδίκτυο (Σε κίνηση)	43	20,4%	43,0%
Σημεία πρόσβασης στο διαδίκτυο (Καταστήματα)	32	15,2%	32,0%
Σημεία πρόσβασης στο διαδίκτυο (Άλλο)	15	7,1%	15,0%
Total	211	100,0%	211,0%

a. Dichotomy group tabulated at value 1.

Πίνακας 4.14. Πίνακας ποσοστιαίας συχνότητας πολλαπλής επιλογής για τα σημεία πρόσβασης στο Διαδίκτυο (πολλαπλής απάντησης)

Στον παραπάνω πίνακα διαπιστώνουμε ότι το 65% των φοιτητών έχει πρόσβαση από το σπίτι τους, το 43% έχει από σημεία σε κίνηση, όπως τα κινητά τηλέφωνα, το 38% των φοιτητών χρησιμοποιεί το δίκτυο των Εκπαιδευτικών Ιδρυμάτων, ενώ το 32%

επισκέπτεται τα διάφορα καταστήματα (ίντερνετ καφέ) για να έχει πρόσβαση στο Διαδίκτυο. Ως επεξήγηση για την απάντηση «άλλο», ήταν η πρόσβαση σε φιλικό ή συγγενικό χώρο. Υπενθυμίζεται ότι είναι μια ερώτηση πολλαπλών απαντήσεων, δηλαδή ένας φοιτητής για παράδειγμα μπορεί να απάντησε ότι έχει πρόσβαση από το σπίτι του, από το κινητό του τηλέφωνο και από το Πανεπιστήμιο στο οποίο φοιτά. Για τον λόγο αυτό η τελευταία στήλη έχει ως σύνολο το 211%, το οποίο είναι το άθροισμα των επιμέρους ποσοστών των πολλαπλών απαντήσεων. Αν θέλαμε να μεταφραστεί το τελικό αυτό ποσοστό θα μπορούσαμε προσεγγιστικά να πούμε ότι ο κάθε φοιτητής έδωσε 2,11 απαντήσεις. Αν θέλαμε να κατηγοριοποιήσουμε τις απαντήσεις ανάλογα με το φύλο των φοιτητών, μέσω της επιλογής Crosstabs στην πολλαπλής επιλογής μεταβλητή στο περιβάλλον του SPSS προκύπτει ο πίνακας 4.15.

\$Simeia*Φύλο Crosstabulation

			Φύλο		Total
			Άνδρας	Γυναίκα	
Simeia ^a	Σημεία πρόσβασης στο διαδίκτυο (Σπίτι)	Count	34	31	65
		% within \$Simeia	52,3%	47,7%	
		% within Φύλο	61,8%	68,9%	
	Σημεία πρόσβασης στο διαδίκτυο (Εργασία)	Count	11	7	18
		% within \$Simeia	61,1%	38,9%	
		% within Φύλο	20,0%	15,6%	
	Σημεία πρόσβασης στο διαδίκτυο (Εκπαιδευτικά Ιδρύματα)	Count	20	18	38
		% within \$Simeia	52,6%	47,4%	
		% within Φύλο	36,4%	40,0%	
	Σημεία πρόσβασης στο διαδίκτυο (Σε κίνηση)	Count	18	25	43
		% within \$Simeia	41,9%	58,1%	
		% within Φύλο	32,7%	55,6%	
	Σημεία πρόσβασης στο	Count	25	7	32

διαδίκτυο (Καταστήματα)	% within \$Simeia	78,1%	21,9%	
	% within Φύλο	45,5%	15,6%	
Σημεία πρόσβασης στο διαδίκτυο (Άλλο)	Count	9	6	15
	% within \$Simeia	60,0%	40,0%	
	% within Φύλο	16,4%	13,3%	
Total	Count	55	45	100

Percentages and totals are based on respondents.

a. Dichotomy group tabulated at value 1.

Πίνακας 4.15. Crosstabulation κατανομή συχνοτήτων για τα σημεία πρόσβασης στο Διαδίκτυο ανά φύλο (πολλαπλής απάντησης)

Για καλύτερη επεξήγηση του παραπάνω πίνακα, σημειώνεται ότι σε κάθε σημείο πρόσβασης δίνονται δύο τιμές για κάθε φύλο:

- Ø within \$Simeia, το οποίο είναι το ποσοστό % του σημείου για τον άνδρα σε σχέση με την γυναίκα για το ίδιο σημείο, με το άθροισμα οριζοντίως να είναι 100.
- Ø within Φύλο, η τιμή είναι το ποσοστό του άντρα ή της γυναίκας αντίστοιχα που επέλεξαν το συγκεκριμένο σημείο σαν μια από τις απαντήσεις τους

Από τον παραπάνω πίνακα παρατηρούμε ότι και τα δύο φύλα έχουν ως κυριότερο σημείο επιλογής τους την πρόσβαση από το σπίτι (οι άνδρες το επέλεξαν στο 61,8% των ερωτηματολογίων - γυναίκες 68,9%). Οι άντρες έχουν ως δεύτερη προτίμηση τα καταστήματα παροχής πρόσβασης (ιντερνετ καφέ) με ποσοστό προτίμησης 45,5%, ενώ αντίθετα μόνο το 15,6% των γυναικών τα επισκέπτονται! Οι γυναίκες από την πλευρά τους δείχνουν στην πρόσβαση σε κίνηση, κυρίως από τα κινητά τους τηλέφωνα, στο πολύ υψηλό ποσοστό του 55,6%, σε αντίθεση με το 32,7% μόνο του αντρικού πληθυσμού που το προτιμά.

Ερώτηση 14. Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα

Οι διαδικτυακοί τόποι που επισκέπτονται συχνότερα οι φοιτητές αναλύθηκαν και πάλι μέσω των κάτωθι πολλαπλών απαντήσεων:

Ειδησεογραφικούς Αθλητικούς Κοινωνικής δικτύωσης Σεξουαλικού περιεχομένου Πολυμέσων (βίντεο, μουσική) Επιστημονικούς Διαδικτυακών παιχνιδιών Φόρουμ συζητήσεων Άλλους (διευκρινίστε)

Στην προκειμένη δηλαδή περίπτωση οι φοιτητές είχαν την δυνατότητα να επιλέξουν από 1 έως 9 απαντήσεις. Η ανάλυση λοιπόν έδωσε και τους αντίστοιχους πίνακες ανάλυσης συχνοτήτων.

\$Sites Frequencies

	Responses		Percent of Cases
	N	Percent	
Sites ^a Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Ειδήσεις)	52	12,9%	52,0%
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Αθλητικά)	44	10,9%	44,0%
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Κοινωνικής δικτύωσης)	74	18,3%	74,0%
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Σεξουαλικού περιεχομένου)	21	5,2%	21,0%
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Πολυμέσων)	50	12,4%	50,0%

Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Επιστημονικά)	37	9,2%	37,0%
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Παιχνίδια)	31	7,7%	31,0%
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Φόρουμ)	49	12,1%	49,0%
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Άλλο)	46	11,4%	46,0%
Total	404	100,0%	404,0%

a. Dichotomy group tabulated at value 1.

Πίνακας 4.16. Πίνακας ποσοστιαίας συχνότητας πολλαπλής επιλογής για τους διαδικτυακούς τόπους που επισκέπτονται οι φοιτητές (πολλαπλής απάντησης)

Παρατηρούμε ότι τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης επισκέπτεται το 74% των φοιτητών και περίπου ένας στους δύο επισκέπτεται τόπους ειδησεογραφικούς, αναπαραγωγής πολυμέσων, φόρουμ συζητήσεων και αθλητικούς. Στην χαμηλότερη συχνότητα με ποσοστό 21% είναι οι διαδικτυακοί τόποι σεξουαλικού περιεχομένου.

Με την ίδια διαδικασία με την παραπάνω ερώτηση δημιουργήθηκε ο πίνακας Crosstabulation για την κατανομή των επισκέψεων στους διαδικτυακούς τόπους ανά φύλο.

\$Sites*Φύλο Crosstabulation

		Φύλο		Total	
		Άνδρας	Γυναίκα		
Sites ^a	Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Ειδήσεις)	Count	30	22	52
	% within \$Sites	57,7%	42,3%		
	% within Φύλο	54,5%	48,9%		

Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Αθλητικά)	Count % within \$Sites % within Φύλο	39 88,6% 70,9%	5 11,4% 11,1%	44
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Κοινωνικής δικτύωσης)	Count % within \$Sites % within Φύλο	36 48,6% 65,5%	38 51,4% 84,4%	74
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Σεξουαλικού περιεχομένου)	Count % within \$Sites % within Φύλο	19 90,5% 34,5%	2 9,5% 4,4%	21
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Πολυμέσων)	Count % within \$Sites % within Φύλο	26 52,0% 47,3%	24 48,0% 53,3%	50
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Επιστημονικά)	Count % within \$Sites % within Φύλο	23 62,2% 41,8%	14 37,8% 31,1%	37
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Παιχνίδια)	Count % within \$Sites % within Φύλο	29 93,5% 52,7%	2 6,5% 4,4%	31
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Φόρουμ)	Count % within \$Sites % within Φύλο	30 61,2% 54,5%	19 38,8% 42,2%	49
Τι είδους διαδικτυακούς τόπους επισκέπτεστε συχνότερα (Άλλο)	Count % within \$Sites % within Φύλο	19 41,3% 34,5%	27 58,7% 60,0%	46
Total	Count	55	45	100

Percentages and totals are based on respondents.

a. Dichotomy group tabulated at value 1.

Πίνακας 4.17 Crosstabulation κατανομή συχνοτήτων για τους διαδικτυακούς τόπους ανά φύλο (πολλαπλής απάντησης)

Από τον παραπάνω πίνακα προκύπτουν σημαντικά συμπεράσματα και μεγάλες διαφοροποιήσεις, όσον αφορά τους διαδικτυακούς τόπους που επισκέπτονται οι φοιτητές ανά φύλο:

- το 70,9% των ανδρών επισκέπτονται αθλητικούς τόπους, ενώ οι γυναίκες μόνο το 11,1%
- το 34,5% των ανδρών επισκέπτονται τόπους σεξουαλικού περιεχομένου, ενώ οι γυναίκες μόνο το 4,4%
- το 52,7% των ανδρών επισκέπτονται τόπους που σχετίζονται με παιχνίδια, ενώ οι γυναίκες μόνο το 4,4%
- αντίστοιχα το 84,4% των γυναικών επισκέπτονται τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, ενώ οι άντρες το 65,5%
- το 60% των γυναικών δήλωσαν ότι επισκέπτονται και άλλους δικτυακούς τόπους (κυρίως “gossip” και εμπορικών συναλλαγών-μόδας περιεχομένου), ενώ αντίστοιχα οι άντρες το 34,5% (κυρίως εμπορικών συναλλαγών και ηλεκτρονικού τζόγου).

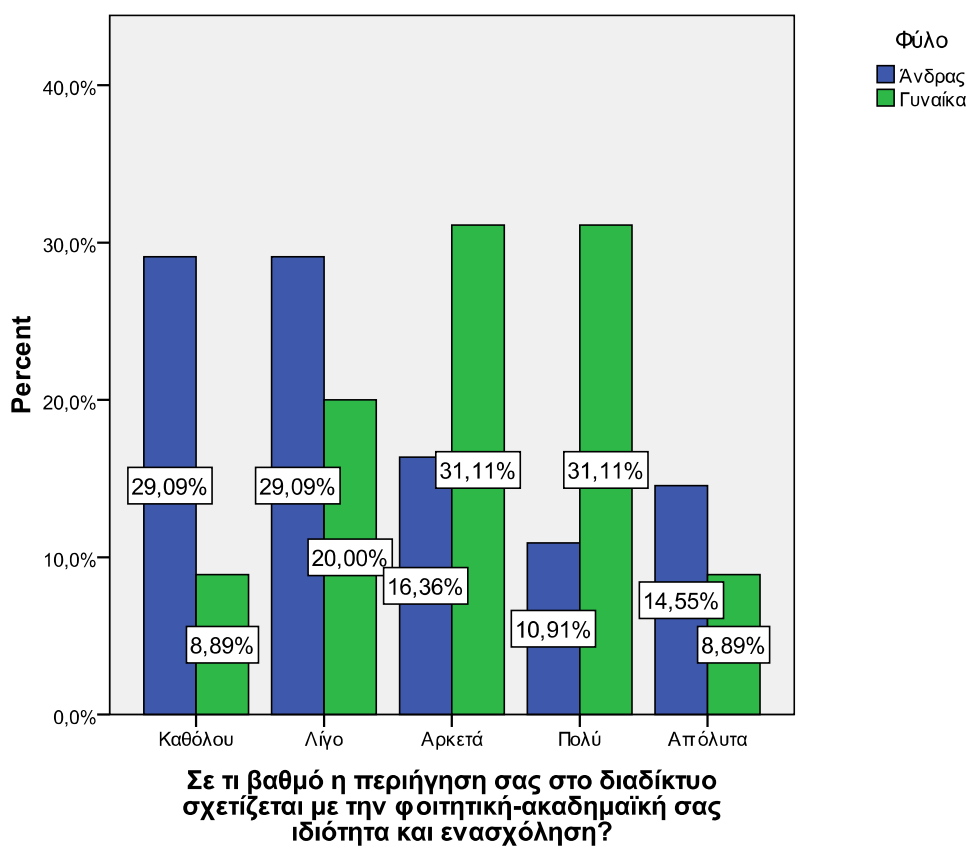
Είναι αξιοσημείωτο να αναφέρουμε ότι αυτά τα στοιχεία επαληθεύονται και από τις δύο μονάδες απεξάρτησης που επισκεφθήκαμε (18 και Ανω και η ΚΕΘΕΑ Πλεύση). Η πλειοψηφία των αγοριών στρέφεται προς τα διαδικτυακά παιχνίδια ενώ η πλειοψηφία των κοριτσιών στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Ερώτηση 15. Σε τι βαθμό η περιήγηση σας στο διαδίκτυο σχετίζεται με την φοιτητική-ακαδημαϊκή σας ιδιότητα και ενασχόληση?

Η ερώτηση αυτή έχει απάντηση σε κλίμακα 1 έως 5 ως εξής:

1 Καθόλου..... 2 Λίγο 3 Αρκετά 4 Πολύ 5 Απόλυτα

και αναφέρεται στο κατά πόσο η περιήγηση στο Διαδίκτυο σχετίζεται με την φοιτητική τους ιδιότητα και ενασχόληση, ουσιαστικά δηλαδή αν το Διαδίκτυο είναι για αυτούς ένα εργαλείο που χρησιμοποιούν στην ακαδημαϊκή τους δραστηριότητα. Στο σχήμα 4.27 θα δοθούν τα αποτελέσματα σε ποσοστά απαντήσεων ανά φύλο.



Σχήμα 4.27 Ποσοστιαίο διάγραμμα συσχέτισης περιήγησης στο Διαδίκτυο και φοιτητικής ιδιότητας ανά φύλο

Από το παραπάνω διάγραμμα παρατηρούμε ότι:

Ø η περιήγηση από το 58,18% (29,09%+29,09%) των αντρών σχετίζεται καθόλου ή λίγο με την φοιτητική τους ιδιότητα, ενώ το αντίστοιχο ποσοστό των γυναικών είναι μόνο 28,89% (20%+8,89%)

Ø Αρκετά έως πολύ σχετίζεται για το 62,22% των γυναικών και αντίστοιχα για τους άντρες το ποσοστό είναι μόνο 27,27%.

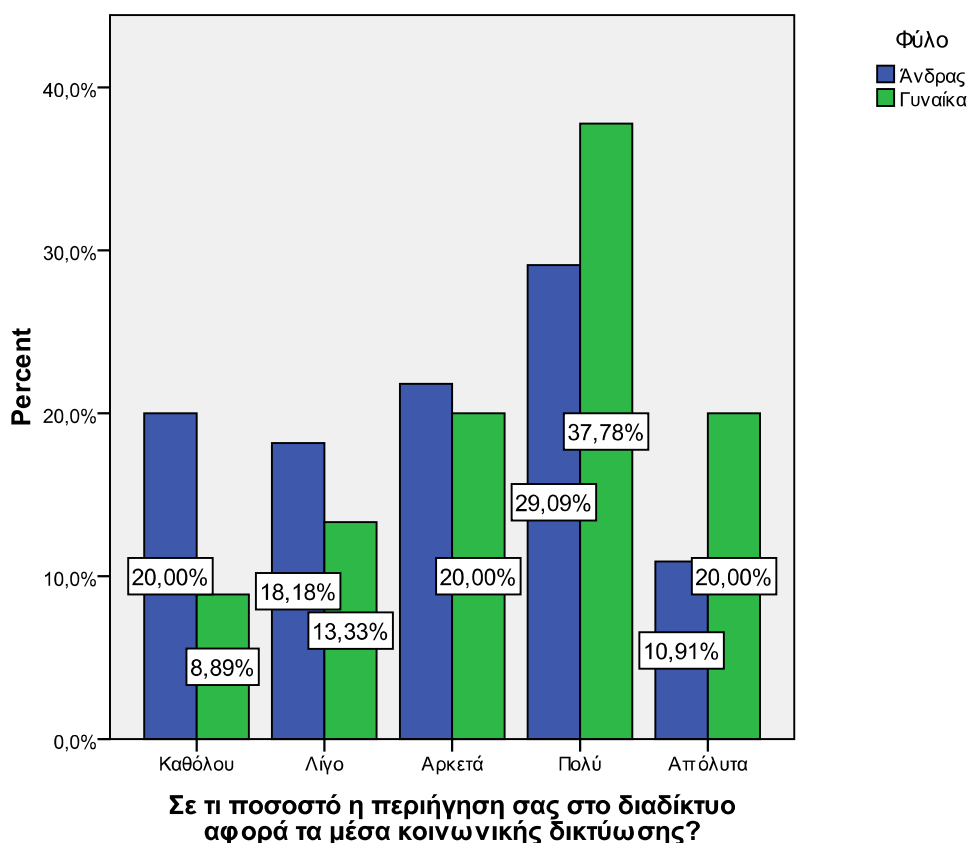
Ø Σχετίζεται απόλυτα για το 14,55 των αντρών και για το 8,89 των γυναικών.

Ερώτηση 16. Σε τι ποσοστό η περιήγηση σας στο διαδίκτυο αφορά τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης?

Η αντίστοιχη διαδικασία ακολουθήθηκε και στην ερώτηση αυτή που οι απαντήσεις έχουν την ίδια μορφή κλίμακας:

1 Καθόλου..... 2 Λίγο 3 Αρκετά 4 Πολύ 5 Απόλυτα

Στην περίπτωση αυτή σκοπός της ερώτησης είναι να διερευνηθεί η τεράστια διείσδυση και αποδοχή των μέσων κοινωνικής δικτύωσης τα τελευταία χρόνια από τις νεαρές ηλικίες, όπως είναι και οι φοιτητές. Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι ένας πολύ σημαντικός παράγοντας αύξησης σίγουρα του χρόνου και της συχνότητας επισκέψεων στο Διαδίκτυο και πιθανόν ένας παράγοντας εθισμού σε αυτό.



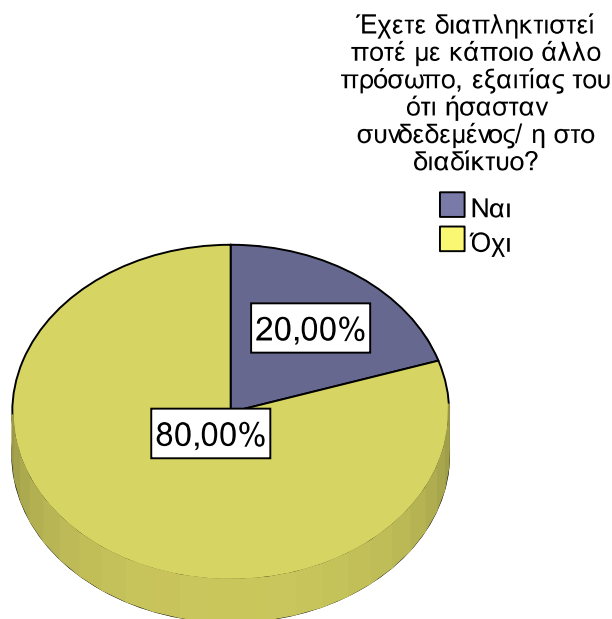
Σχήμα 4.28 Ποσοστιαίο διάγραμμα διερεύνησης σχέσης περιήγησης στο Διαδίκτυο και μέσα κοινωνικής δικτύωσης ανά φύλο

Παρατηρούμε από το σχήμα 4.28 ότι για τις γυναίκες τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι ένα σημαντικό κομμάτι της περιήγησής στο Διαδίκτυο. Το 57,78% των γυναικών σχετίζουν πολύ ή απόλυτα την περιήγηση στο Διαδίκτυο με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, ενώ οι άντρες στο 30%. Αντίθετα, οι άντρες τα σχετίζουν καθόλου ή λίγο σε ποσοστό 38,18%, ενώ αντίστοιχα οι γυναίκες στο 22,22%.

Στην συνέχεια αναλύθηκαν οι ερωτήσεις του ερωτηματολογίου “Pathological Use Scale” (Κλίμακα Μέτρησης Παθολογικής Χρήσης) (ερωτήσεις 17-29) των Morahan-Martin J.M. and Schumacher P. (1997, 2000) . Οι ερωτήσεις αυτές έχουν απαντήσεις θετικές ή αρνητικές (Ναι ή όχι). Επιπρόσθετα, όσον αφορά τα συμπεράσματα που προκύπτουν από το δεύτερο αυτό τμήμα του ερωτηματολογίου, στις 13 ερωτήσεις που ακολουθούν, 4 θετικές απαντήσεις δηλώνουν τον εθισμό στο Διαδίκτυο σύμφωνα με των Morahan-Martin J.M. and Schumacher P. (2000).

Ερώτηση 17. Έχετε διαπληκτιστεί ποτέ με κάποιο άλλο πρόσωπο, εξαιτίας του ότι ήσασταν συνδεδεμένος/η στο διαδίκτυο?

Η πρώτη ερώτηση στο δεύτερο αυτό τμήμα εξετάζει την πιθανότητα διαπληκτισμού με κάποιο άλλο πρόσωπο, ενώ ήταν ο φοιτητής συνδεδεμένος στο διαδίκτυο. Οι απαντήσεις παρουσιάζονται στο σχήμα 4.29.



Σχήμα 4.29 Διαπληκτισμός με άλλο πρόσωπό ενώ ήταν συνδεδεμένος ο φοιτητής

Παρατηρούμε ότι μόνο ένας στους πέντε φοιτητές έχει διαπληκτιστεί ενώ ήταν σε σύνδεση στο Διαδίκτυο.

Αν προσπαθήσουμε να συσχετίσουμε στατιστικά την πιθανότητα διαπληκτισμού με το φύλο μέσω ελέγχου crosstabulation και Chi-Square test προκύπτουν οι κάτωθι πίνακες:

Έχετε διαπληκτιστεί ποτέ με κάποιο άλλο πρόσωπο, εξαιτίας του ότι ήσασταν συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο? * Φύλο Crosstabulation

			Φύλο		Total
			Άνδρας	Γυναίκα	
Έχετε διαπληκτιστεί ποτέ με κάποιο άλλο πρόσωπο, εξαιτίας του ότι ήσασταν συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?	Όχι	Count	41	39	80
		% within Έχετε διαπληκτιστεί ποτέ με κάποιο άλλο πρόσωπο, εξαιτίας του ότι ήσασταν συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?	51,3%	48,8%	100,0%
		% within Φύλο	74,5%	86,7%	80,0%
	Ναι	Count	14	6	20
		% within Έχετε διαπληκτιστεί ποτέ με κάποιο άλλο πρόσωπο, εξαιτίας του ότι ήσασταν συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?	70,0%	30,0%	100,0%
		% within Φύλο	25,5%	13,3%	20,0%
Total	Count	55	45	100	
	% within Έχετε διαπληκτιστεί ποτέ με κάποιο άλλο πρόσωπο, εξαιτίας του ότι ήσασταν συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?	55,0%	45,0%	100,0%	
	% within Φύλο	100,0%	100,0%	100,0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	2,273 ^a	1	,132		
Continuity Correction ^b	1,578	1	,209		
Likelihood Ratio	2,340	1	,126		
Fisher's Exact Test				,208	,104

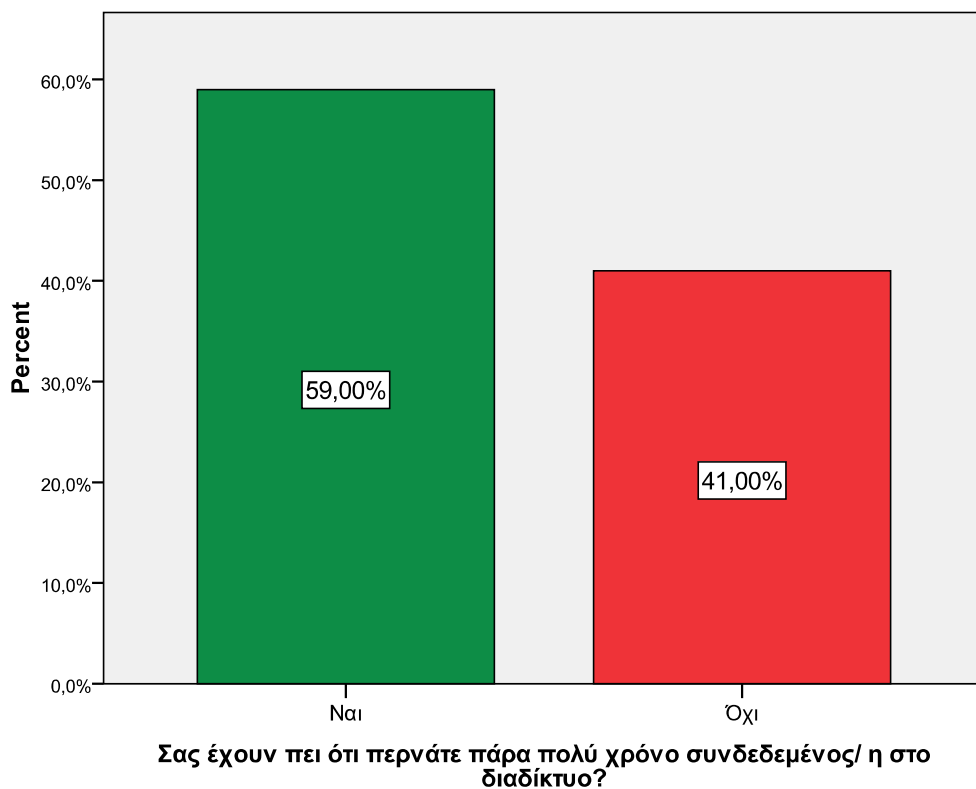
Linear-by-Linear Association	2,250	1	,134
N of Valid Cases	100		

Πίνακας 4.18 Πίνακας ελέγχου Chi-Square για την συσχέτιση διαπληκτισμού και φύλου

Από τα αποτελέσματα του ελέγχου παρατηρούμε ότι δεν υπάρχει στατιστική σημαντικότητα στην συσχέτιση του διαπληκτισμού και φύλο ($p > \alpha = 0,05$).

Ερώτηση 18. Σας έχουν πει ότι περνάτε πάρα πολύ χρόνο συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?

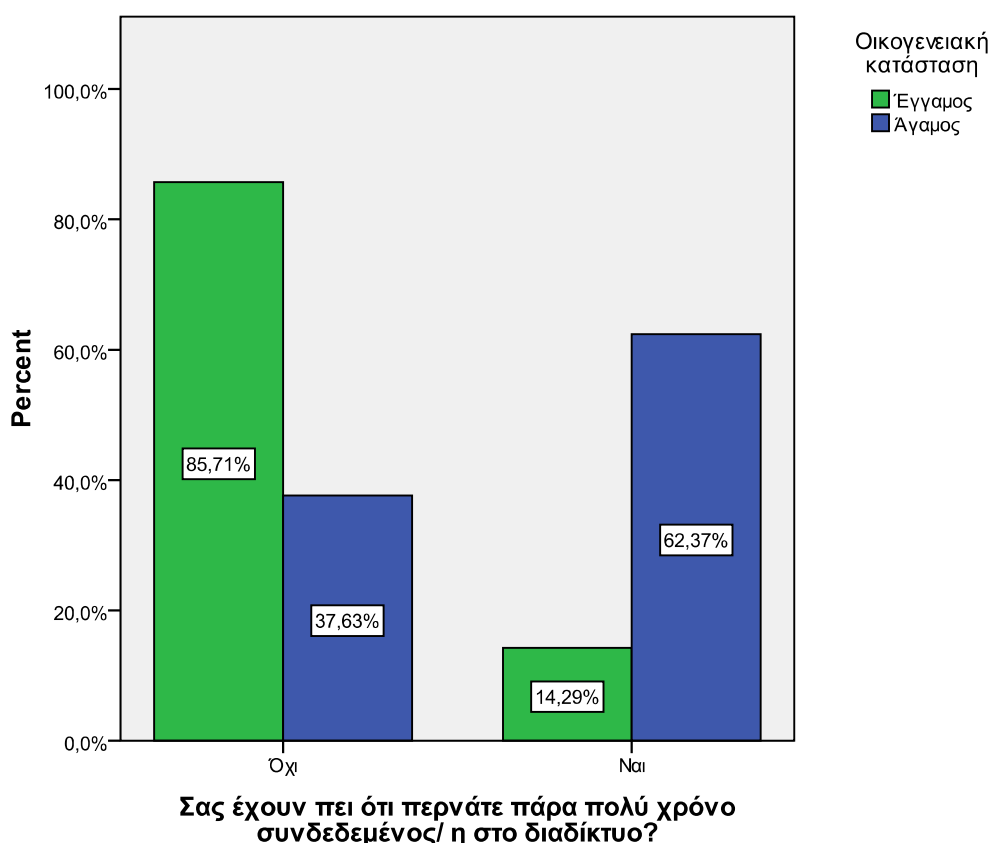
Στην ερώτηση αυτή οι θετικές και αρνητικές απαντήσεις παρουσιάζονται στο διάγραμμα του κάτωθι σχήματος.



Σχήμα 4.30 Ραβδόγραμμα για τον χρόνο παραμονής στο Διαδίκτυο

Στο παραπάνω διάγραμμα παρατηρούμε ότι το 59% των φοιτητών έχει δεχθεί τις παραινέσεις-παρατηρήσεις από ανθρώπους του περιβάλλοντός τους ότι παραμένουν πολύ ώρα συνδεδεμένοι στο Διαδίκτυο. Έχουν δεχθεί δηλαδή τον πρώτο σοβαρό κώδωνα κινδύνου από κοντινούς τους κυρίως ανθρώπους για πιθανή εξάρτησή τους στο Διαδίκτυο.

Ενδιαφέρον παρουσιάζει η συσχέτιση της πολύωρης παραμονής με την οικογενειακή κατάσταση των φοιτητών. Ο έγγαμος βίος των φοιτητών τους αποτρέπει πιθανόν από την πολύωρη παραμονή τους στο Διαδίκτυο και για τον λόγο αυτό δεν δέχονται τις παρατηρήσεις ανθρώπων του περιβάλλοντος, γεγονός που αποδεικνύεται και από τον έλεγχο Chi-Square στον πίνακα 4.19, αλλά και από το διάγραμμα 4.31, που παρατίθενται παρακάτω.



Σχήμα 4.31 Συσχέτιση πολύωρης παραμονής στο Διαδίκτυο και οικογενειακής κατάστασης

Στο παραπάνω διάγραμμα βλέπουμε ότι η οικογενειακή κατάσταση παίζει πραγματικά σημαντικό ρόλο στο αν θα δεχθεί ο φοιτητής συστάσεις ότι περνάει πολύ χρόνο συνδεδεμένος στο Διαδίκτυο. Το 85,71% των έγγαμων απάντησε αρνητικά στην ερώτηση όπως και το 37,63% των άγαμων, ενώ αντίθετα θετικά απάντησε το 14,29% των έγγαμων και το 62,37% των άγαμων. Εάν κάνουμε και τον έλεγχο Chi-Square για να αποδείξουμε και στατιστικά-αριθμητικά αυτό που δείχνει το σχήμα 4.31 προκύπτει ο πίνακας 4.19.

Crosstab

			Οικογενειακή κατάσταση		Total
			Άγαμος	Έγγαμος	
Σας έχουν πει ότι περνάτε πάρα πολύ χρόνο συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?	Όχι	Count	35	6	41
		% within Σας έχουν πει ότι περνάτε πάρα πολύ χρόνο συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?	85,4%	14,6%	100,0%
		% within Οικογενειακή κατάσταση	37,6%	85,7%	41,0%
	Ναι	Count	58	1	59
		% within Σας έχουν πει ότι περνάτε πάρα πολύ χρόνο συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?	98,3%	1,7%	100,0%
		% within Οικογενειακή κατάσταση	62,4%	14,3%	59,0%
Total	Count	93	7	100	
	% within Σας έχουν πει ότι περνάτε πάρα πολύ χρόνο συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?	93,0%	7,0%	100,0%	
	% within Οικογενειακή κατάσταση	100,0%	100,0%	100,0%	

Chi-Square Tests

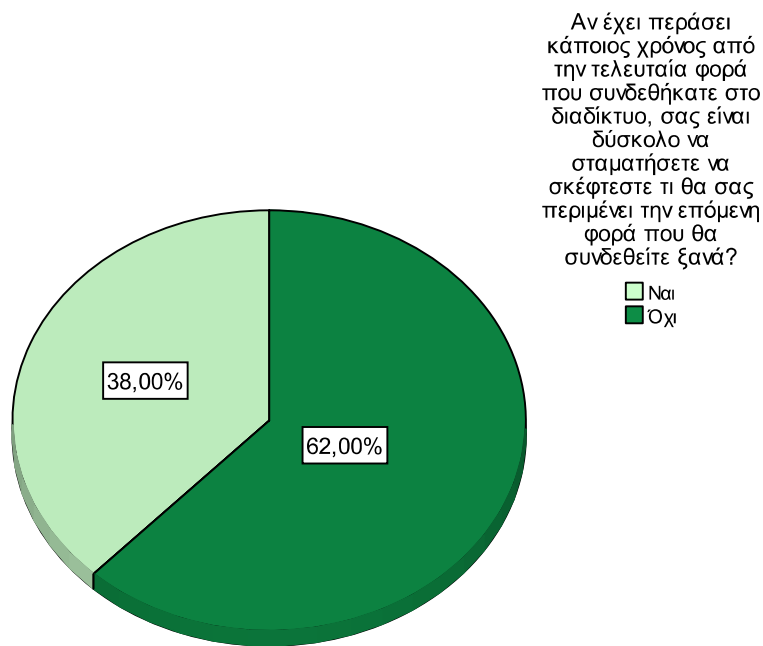
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	6,221 ^a	1	,013		
Continuity Correction ^b	4,392	1	,036		
Likelihood Ratio	6,452	1	,011		
Fisher's Exact Test				,018	,018
Linear-by-Linear Association	6,159	1	,013		
N of Valid Cases	100				

Πίνακας 4.19. Έλεγχος στατιστικής σημαντικότητας στην σχέση πολύωρης παραμονής στο Διαδίκτυο και οικογενειακής κατάστασης

Από τον παραπάνω πίνακα προκύπτει ότι $p=0,018 < \alpha=0,05$, γεγονός που αποδεικνύει ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική σχέση ανάμεσα στις δύο μεταβλητές.

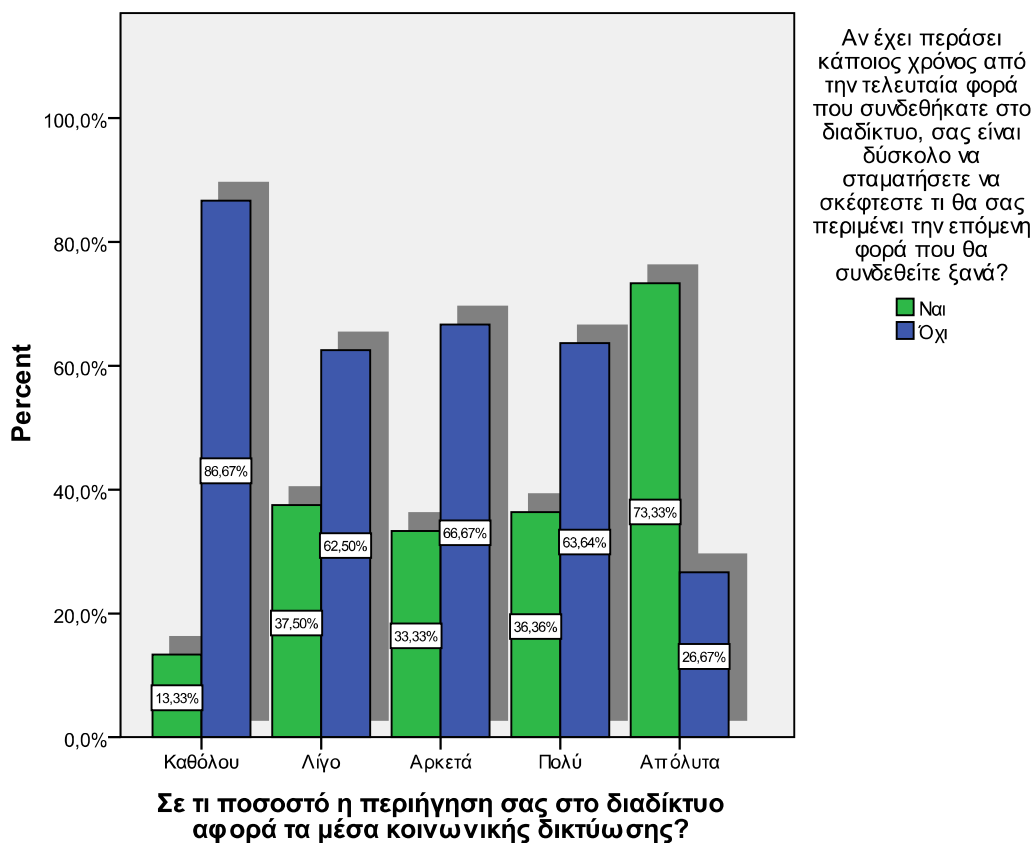
Ερώτηση 19. Αν έχει περάσει κάποιος χρόνος από την τελευταία φορά που συνδεθήκατε στο διαδίκτυο, σας είναι δύσκολο να σταματήσετε να σκέφτεστε τι θα σας περιμένει την επόμενη φορά που θα συνδεθείτε ξανά?

Η ερώτηση αυτή είναι ένας σημαντικός δείκτης για τον βαθμό εθισμού ενός ατόμου στο Διαδίκτυο. Η σκέψη και η προσμονή για το τι θα συναντήσει ο χρήστης την επόμενη φορά που θα συνδεθεί τον εξιτάρει και τον κρατά σε μια γλυκιά αγωνία. Όσο μεγαλύτερος είναι ο εθισμός, τόσο πιο έντονη είναι αυτή η σκέψη και στις χειρότερες περιπτώσεις μπορεί να δημιουργήσει εμμονές και ψυχολογικά προβλήματα. Η ανάλυση των ερωτηματολογίων έδειξε αρχικά το σχήμα 4.32.



Σχήμα 4.32 Κατανομή απαντήσεων για την προσμονή μέχρι την επόμενη σύνδεση

Αν προσπαθήσουμε να συνδέσουμε την αναμονή αυτή για επανασύνδεση στο Διαδίκτυο με την πιθανή σχέση που μπορεί να έχει με την προσκόλληση των φοιτητών και των νέων γενικότερα με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης προκύπτει το διάγραμμα του σχήματος 4.33. Το διάγραμμα αυτό δίνει τα ποσοστά θετικών και αρνητικών απαντήσεων στο ερώτημα της προσμονής για επανασύνδεση σε σχέση με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.



Σχήμα 4.33 Σχέση προσμονής για επανασύνδεση με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης

Στο παραπάνω διάγραμμα παρατηρούμε ότι οι χρήστες που δεν επισκέπτονται καθόλου τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης δεν έχουν σχεδόν καθόλου προσμονή και σκέψη για την επόμενη τους επανασύνδεση (σε ποσοστό 86,67%). Αντίθετα, οι χρήστες για τους οποίους η σύνδεση στο Διαδίκτυο συνδέεται απόλυτα με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης δεν μπορούν να σταματήσουν να σκέφτονται τις τους περιμένει στην επόμενη σύνδεσή τους σε ποσοστό 73,33! Αποδεικνύεται δηλαδή με το διάγραμμα αυτό ότι η εξάρτηση και η συχνή επίσκεψη στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης οδηγούν τους φοιτητές στο να μην μπορούν να βγάλουν από το μυαλό τους το τι πρόκειται να συναντήσουν στην επόμενη επανασύνδεση. Για να το αποδείξουμε και στατιστικά αυτό πραγματοποιούμε έναν έλεγχο A-Nova για επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας $\alpha=0,05$ για την μεταβλητή της προσμονής σε σχέση με την ταύτιση της περιήγησης με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

ANOVA

Αν έχει περάσει κάποιος χρόνος από την τελευταία φορά που συνδεθήκατε στο διαδίκτυο, σας είναι δύσκολο να σταματήσετε να σκέφτεστε τι θα σας περιμένει την επόμενη φορά που θα συνδεθείτε ξανά?

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2,840	4	,710	3,256	,015
Within Groups	20,720	95	,218		
Total	23,560	99			

Πίνακας 4.20 Έλεγχος A-Nova για την σχέση προσμονής για επανασύνδεση με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης

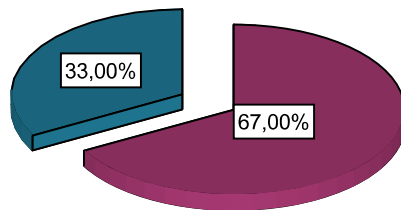
Από ότι βλέπουμε στον παραπάνω πίνακα $p=0,015 < 0,05$, άρα αποδεικνύεται ότι υπάρχει σημαντική στατιστική σχέση ανάμεσα στις δύο μεταβλητές, ο κυρίαρχος δηλαδή ρόλος των μέσων κοινωνικής δικτύωσης στις περιπτώσεις εθισμού των νέων και στην περίπτωση μας των φοιτητών.

Ερώτηση 20. Η απόδοσή σας στο σχολείο και/ ή στην εργασία σας έχει χειροτερέψει από τότε που αρχίσατε να συνδέεστε στο διαδίκτυο?

Στην ερώτηση αυτή οι απαντήσεις δείχνουν ότι περίπου 2 στους 3 φοιτητές πιστεύουν ότι η ακαδημαϊκή τους απόδοση δεν έχει χειροτερέψει από τότε που άρχισαν να συνδέονται στο διαδίκτυο. Αντίθετα το 33% απαντά και παραδέχεται ότι η απόδοσή τους είναι χειρότερη από τότε που άρχισαν να συνδέονται στο διαδίκτυο. Τα αποτελέσματα αναλύονται στο διάγραμμα του σχήματος 4.34.

Η απόδοσή σας στο
σχολείο και/ ή στην
εργασία σας έχει
χειροτερέψει από τότε
που αρχίσατε να
συνδέεστε στο
διαδίκτυο?

■ Όχι
■ Ναι



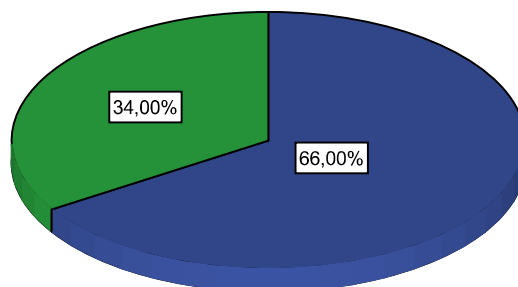
Σχήμα 4.34 Πτώση ακαδημαϊκής απόδοσης με την σύνδεση στο διαδίκτυο

Ερώτηση 21. Έχετε ενοχές σχετικά με το ποσοστό του χρόνου που περνάτε συνδεδεμένος/η στο διαδίκτυο?

Όπως και στην ερώτηση 20 περίπου τα δύο τρίτα των φοιτητών δεν έχουν ενοχές σχετικά με τον χρόνο που περνούν συνδεδεμένοι στο διαδίκτυο, ενώ μόνο το 34% από το σύνολο των φοιτητών νιώθουν ενοχές. Τα αποτελέσματα φαίνονται στο διάγραμμα του σχήματος 4.35.

Έχετε ενοχές σχετικά
με το ποσοστό του
χρόνου που περνάτε
συνδεδεμένος/η στο
διαδίκτυο?

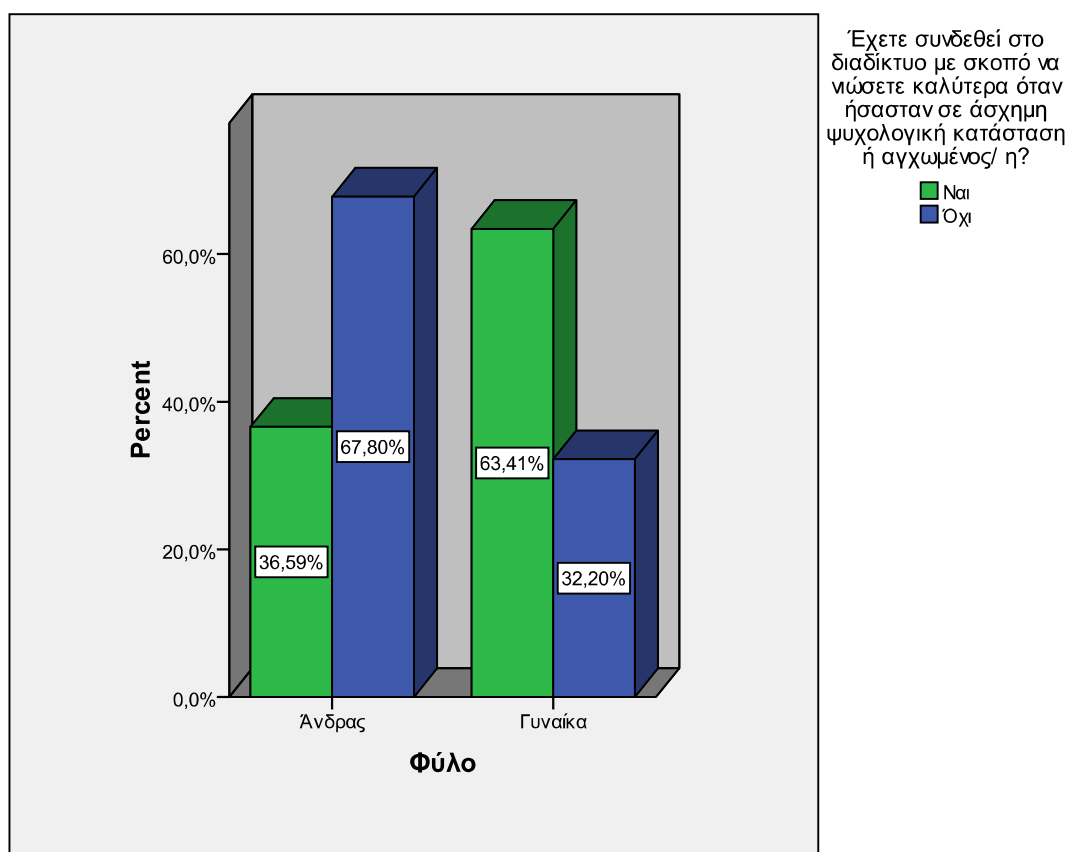
■ Όχι
■ Ναι



Σχήμα 4.35 Ενοχές σχετικά με τον χρόνο σύνδεσης στο διαδίκτυο

Ερώτηση 22. Έχετε συνδεθεί στο διαδίκτυο με σκοπό να νιώσετε καλύτερα όταν ήσασταν σε άσχημη ψυχολογική κατάσταση ή αγχωμένος/η?

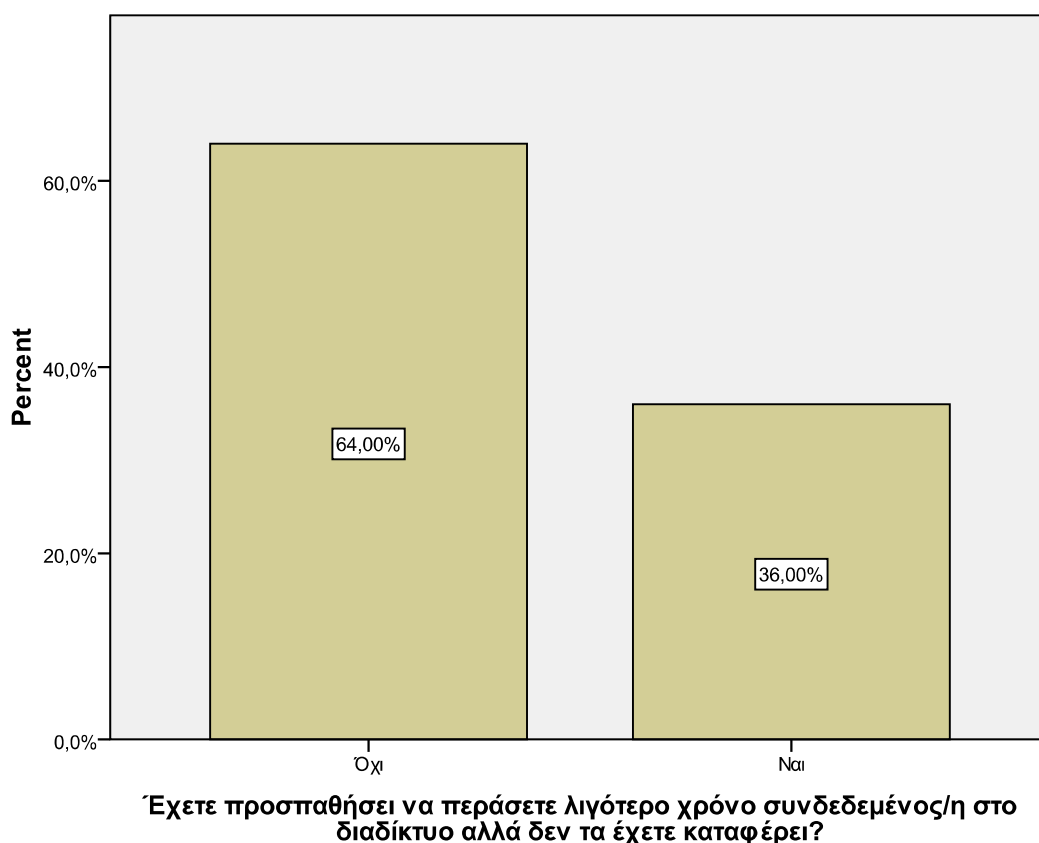
Για να κατανοήσουμε καλά τις απαντήσεις στην συγκεκριμένη ερώτηση και να δείξουμε γραφικά την στατιστική σχέση που υπάρχει ανάμεσα στο φύλο και την σύνδεση στο Διαδίκτυο για ψυχολογικούς λόγους θα αναλύσουμε τα αποτελέσματα σε σχέση με το φύλο. Όπως αποδεικνύεται στο διάγραμμα του σχήματος 4.36, οι γυναίκες όταν είναι σε άσχημη ψυχολογική κατάσταση αναζητούν το Διαδίκτυο για να τις τονώσει (σε ποσοστό 63,41%), ενώ οι άντρες το κάνουν αυτό σε πολύ μικρότερο βαθμό (σε ποσοστό 36,59%).



Σχήμα 4.36 Σύνδεση στο Διαδίκτυο με σκοπό την ψυχολογική τόνωση ανά φύλο

Ερώτηση 23. Έχετε προσπαθήσει να περάσετε λιγότερο χρόνο συνδεδεμένος/η στο διαδίκτυο αλλά δεν τα έχετε καταφέρει?

Η ερώτηση και τα αποτελέσματά της δίνουν μια σημαντική εικόνα για τον βαθμό εθισμού που μπορεί να έχει ένας φοιτητής σχετικά με την προσπάθεια του να παραμείνει λιγότερο χρόνο στο Διαδίκτυο και να μην μπορεί. Το 36% των φοιτητών παραδέχεται ότι έχει προσπαθήσει να παραμείνει λιγότερο χρόνο συνδεδεμένος και δεν τα έχει καταφέρει. (Σχήμα 4.37)

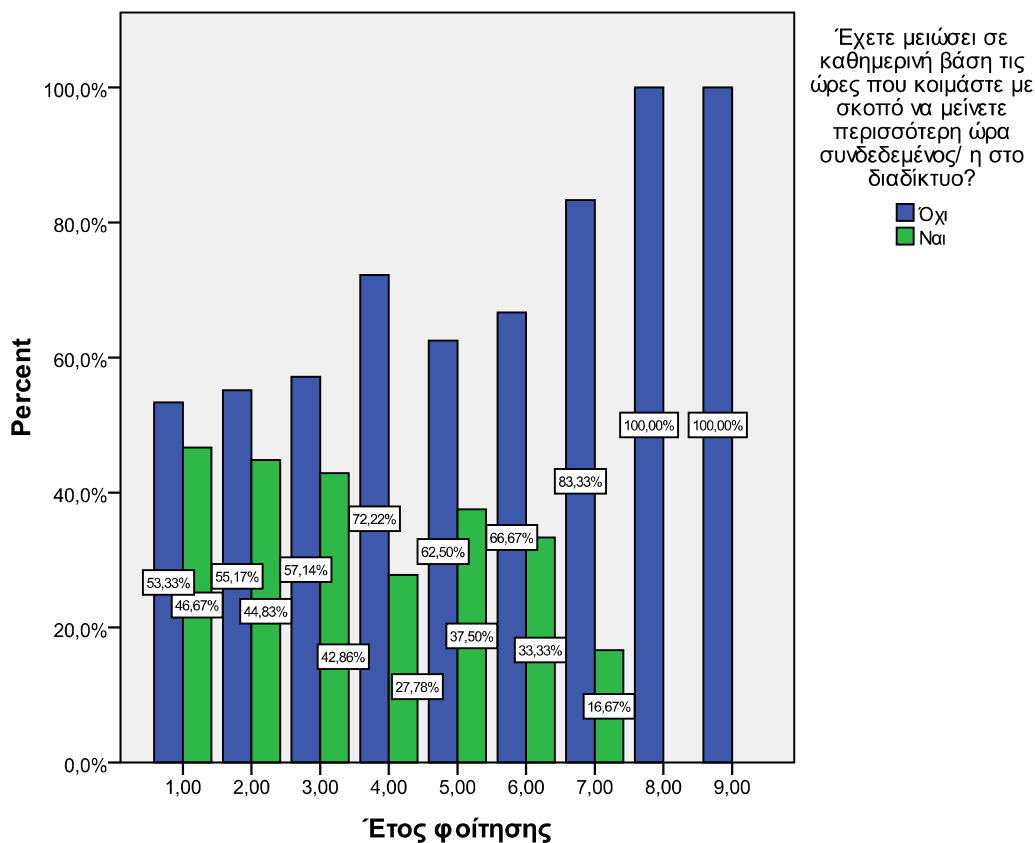


Σχήμα 4.37 Ραβδόγραμμα για την προσπάθεια παραμονής για λιγότερο χρόνο

Ερώτηση 24. Έχετε μειώσει σε καθημερινή βάση τις ώρες που κοιμάστε με σκοπό να μείνετε περισσότερη ώρα συνδεδεμένος/η στο διαδίκτυο?

Μια από τις αρνητικές συνέπειες που έχει ο εθισμός στο Διαδίκτυο είναι και η απώλεια ωρών ύπνου για χάρη του. Η ανάλυση των αποτελεσμάτων γραφικά ανά έτος φοίτησης μας αποδεικνύει ότι δεν υπάρχει σημαντική σχέση ανάμεσα στις δύο μεταβλητές και ότι στα πρώτα έτη φοίτησης, ο χρήστης του Διαδικτύου δείχνει πιο πρόθυμος να μειώσει σε καθημερινή βάση τον ύπνο του για να μείνει περισσότερη

ώρα στο Διαδίκτυο, πράγμα το οποίο κάνει ο φοιτητής των μεγαλύτερων ετών φοίτησης σε μικρότερα ποσοστά. (Σχήμα 4.38)



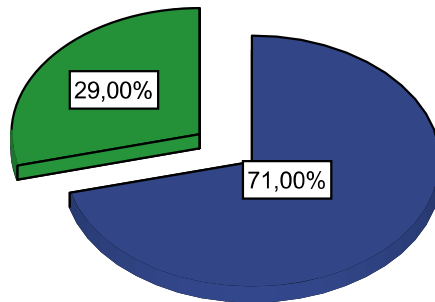
Σχήμα 4.38 Ραβδόγραμμα μείωσης ύπνου ανά έτος φοίτησης

Ερώτηση 25. Έχετε χρησιμοποιήσει το διαδίκτυο με σκοπό να μιλήσετε με άλλους όταν έχετε νιώσει απομονωμένος/η?

Η απομόνωση είναι ένα χαρακτηριστικό της εποχής μας και το Διαδίκτυο, όπως έχει αναφερθεί και σε προηγούμενα κεφάλαια, αποτελεί μιας πρώτης τάξεως ευκαιρία και εύκολη λύση για να καταπολεμήσει ένας νέος άνθρωπος τα συναισθήματα απομόνωσης και αποξένωσης. Ένας από τους ευρέως διαδεδομένους τρόπους καταπολέμησης της απομόνωσης είναι η συνομιλία με άλλους χρήστες του Διαδικτύου. (Σχήμα 4.39)

Έχετε χρησιμοποιήσει
το διαδίκτυο με σκοπό
να μιλήσετε με άλλους
όταν έχετε νιώσει
απομονωμένος/η?

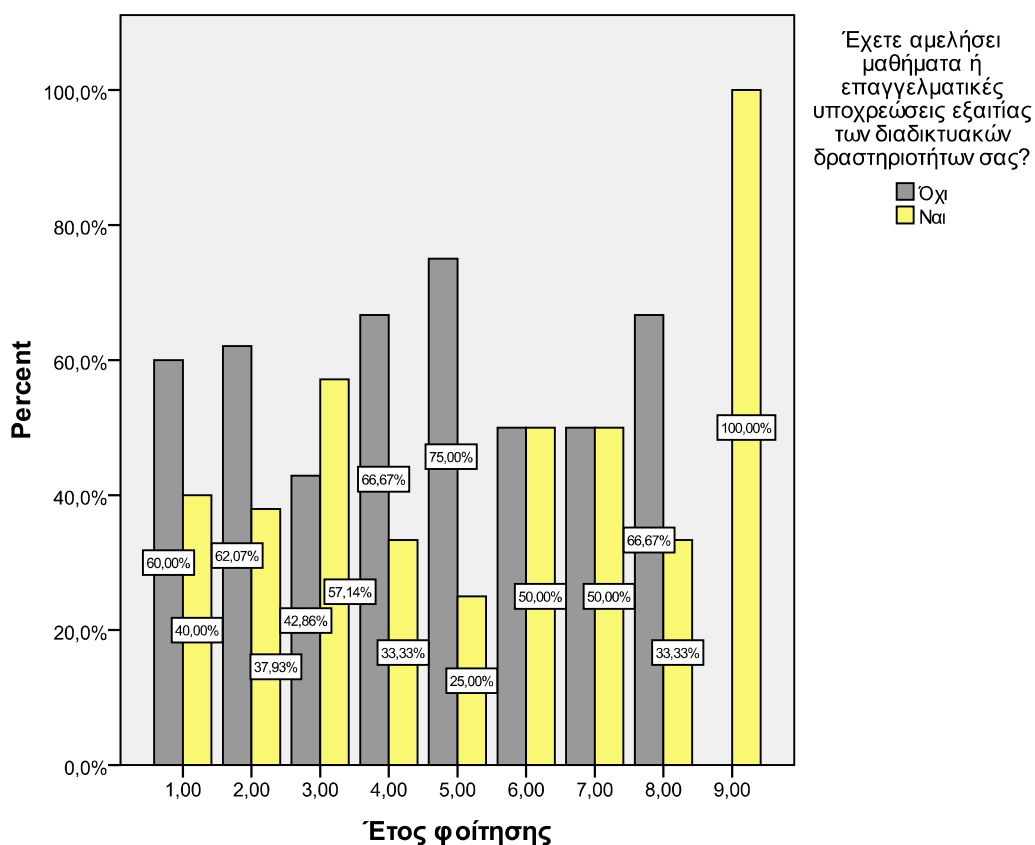
■ Όχι
■ Ναι



Σχήμα 4.39 Διάγραμμα χρήσης του Διαδικτύου για αποφυγή απομόνωσης

Ερώτηση 26. Έχετε αμελήσει μαθήματα ή επαγγελματικές υποχρεώσεις εξαιτίας των διαδικτυακών δραστηριοτήτων σας?

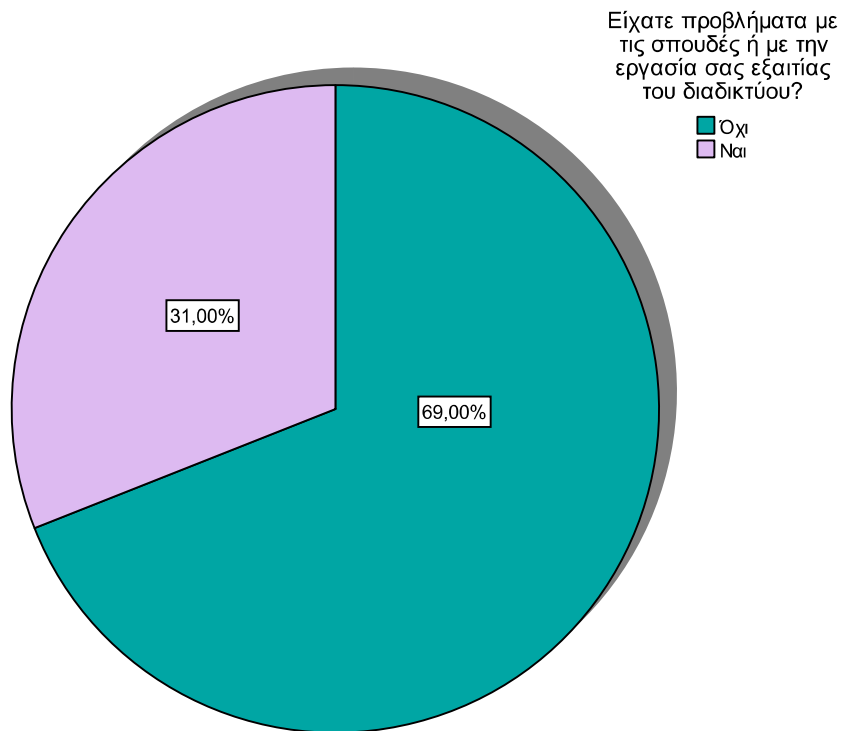
Οι διαδικτυακές δραστηριότητες πολλές φορές προξενούν προβλήματα στην καθημερινή ζωή και τις υποχρεώσεις της. Η αμέλεια για τα μαθήματα και οι όποιες άλλες επαγγελματικές υποχρεώσεις μπορεί και να προέρχεται κατά ένα ποσοστό από τις διαδικτυακές δραστηριότητες. Σε καμία περίπτωση όμως δεν οφείλονται σε αυτές και μόνο. Στο μεγαλύτερο ποσοστό τους οι φοιτητές απάντησαν ότι δεν έχουν αμελήσει τα μαθήματά τους για χάρη των διαδικτυακών δραστηριοτήτων. Στα παρακάτω διάγραμμα του σχήματος 4.40 φαίνονται τα αποτελέσματα ανά έτος φοίτησης.



Σχήμα 4.40 Ραβδόγραμμα αμέλειας μαθημάτων εξαιτίας Διαδικτύου ανά έτος φοίτησης

Ερώτηση 27. Είχατε προβλήματα με τις σπουδές ή με την εργασία σας εξαιτίας του διαδικτύου?

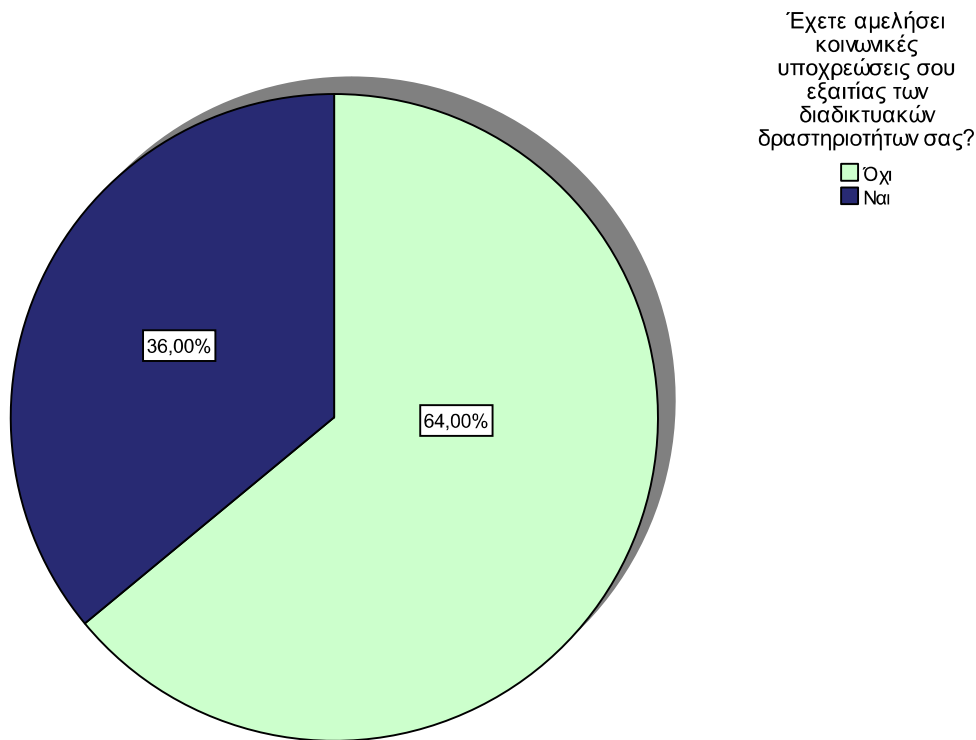
Μια σχετική με την προηγούμενη ερώτηση αναζητάει απάντηση στην γενικότερη ερώτηση αν είχαν οι φοιτητές προβλήματα με τις σπουδές τους εξαιτίας του Διαδικτύου. Φυσικά και εδώ τα αποτελέσματα ποικίλλουν, όπου το 31% των φοιτητών παραδέχτηκε ότι αντιμετώπισε προβλήματα με τις σπουδές του εξαιτίας του Διαδικτύου. (Σχήμα 4.41)



Σχήμα 4.41 Διάγραμμα για τα προβλήματα με τις σπουδές εξαιτίας του Διαδικτύου

Ερώτηση 28. Έχετε αμελήσει κοινωνικές υποχρεώσεις σας εξαιτίας των διαδικτυακών δραστηριοτήτων σας?

Η ερώτηση αυτή σχετίζεται άμεσα με τις δύο προηγούμενες ερωτήσεις και αφορά τις κοινωνικές υποχρεώσεις που αμελούν οι φοιτητές εξαιτίας των διαδικτυακών τους δραστηριοτήτων. Το 36% των φοιτητών απάντησε αρνητικά στην ερώτηση αυτή. (Σχήμα 4.42)



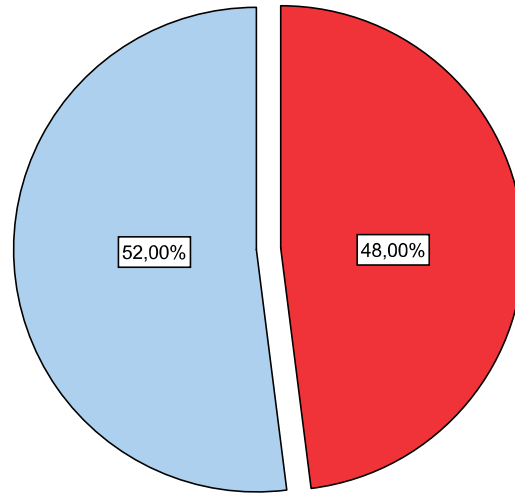
Σχήμα 4.42 Διάγραμμα αμέλειας κοινωνικών υποχρεώσεων λόγω του Διαδικτύου

Ερώτηση 29. Έχετε προσπαθήσει να κρύψετε από τους άλλους το πραγματικό ποσοστό του χρόνου που περνάτε μένοντας συνδεδεμένος/η στο διαδίκτυο?

Η τελευταία ερώτηση του ερωτηματολογίου αποσκοπούσε στο να εκμαιευτούν και κάποιες τάσεις ίσως του εθισμένου χρήστη στο να προσπαθεί να κρυφτεί πίσω από τον πραγματικό χρόνο που παραμένει στο Διαδίκτυο και να μην θέλει ουσιαστικά να παραδεχθεί το μικρό ή μεγάλο ποσοστό εθισμού του σε αυτό. Η μη παραδοχή και η απόκρυψη του χρόνου είναι μια σοβαρή ένδειξη ότι μπορεί να έχουμε το φαινόμενο του εθισμού στο Διαδίκτυο. Ιδιαίτερη εντύπωση προκαλεί το γεγονός ότι το 52% των ερωτηθέντων απάντησε θετικά στο ότι αποκρύπτει τον πραγματικό χρόνο παραμονής. (Σχήμα 4.43)

Έχετε προσπαθήσει να κρύψετε από τους άλλους το πραγματικό ποσοστό του χρόνου που περνάτε μόνονας συνδεδεμένος/ η στο διαδίκτυο?

■ Όχι
■ Ναι



Σχήμα 4.43 Διάγραμμα για την απόκρυψη του πραγματικού χρόνου παραμονής στο Διαδίκτυο

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Στο κεφάλαιο αυτό θα καταγραφούν τα συμπεράσματα που προέκυψαν από την ανάλυση των ερωτηματολογίων, με την βοήθεια του λογισμικού SPSS σε πρώτη φάση και τα γενικότερα συμπεράσματα από την διενέργεια της έρευνας.

xxiv. Συμπεράσματα μέσα από το λογισμικό του SPSS

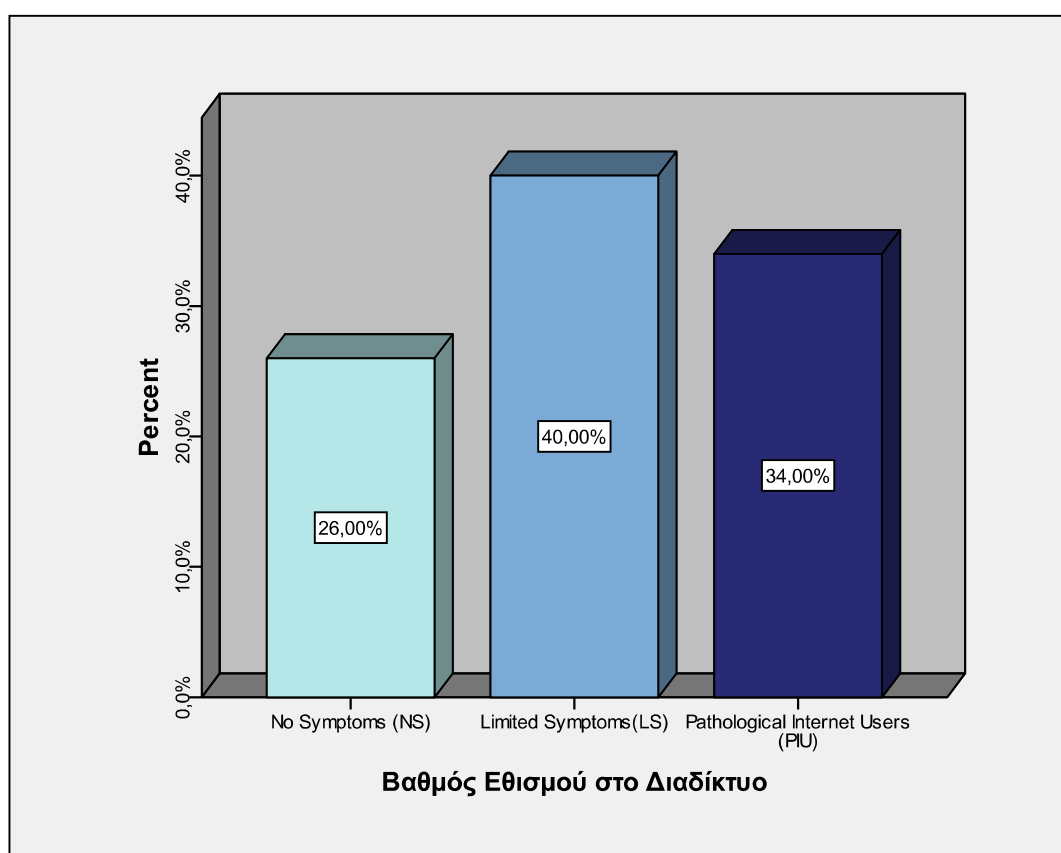
Η αξιολόγηση του δεύτερου τμήματος του ερωτηματολογίου, το οποίο αποτελεί το βασικό ερωτηματολόγιο της κλίμακας Pathological Internet Use (PIU) από τους Morahan-Martin και Schumacher (2000), θα μας δώσει συμπεράσματα όσον αφορά το ποιοι και πόσοι είναι οι εθισμένοι χρήστες στο Διαδίκτυο. Σύμφωνα λοιπόν με την κλίμακα αυτή:

- ± τέσσερις (4) ή περισσότερες θετικές απαντήσεις στο δεύτερο τμήμα του ερωτηματολογίου (ερωτήσεις 17-29) από κάποιον ερωτηθέντα αυτόματα τον κατατάσσει στην ομάδα των παθολογικών χρηστών του Διαδικτύου (Pathological Internet Users- PIU), στην ομάδα δηλαδή των εθισμένων χρηστών του Διαδικτύου (με εσωτερική κλίμακα από 4 έως 10 θετικές απαντήσεις που δείχνει και το ποσοστό εθισμού)
- ± μία (1) έως τρεις (3) θετικές απαντήσεις κατατάσσουν τον χρήστη στην ομάδα χρηστών με περιορισμένα συμπτώματα (Limited Symptoms- LS)
- ± καμία (0) θετική απάντηση δείχνουν έναν χρήστη του Διαδικτύου χωρίς να παρουσιάζει κανένα σύμπτωμα εθισμού (No Symptoms- NS)

Για τον λόγο αυτό δημιουργήθηκε με το πέρας της ανάλυσης μία νέα μεταβλητή, η οποία θα καθορίζει τον βαθμό εθισμού του φοιτητή με βάση την παραπάνω κλίμακα

και θα μας δίνει και τα τελικά συμπεράσματα όσον αφορά τον βαθμό εθισμού των φοιτητών και την έκταση που έχει λάβει το φαινόμενο στο δείγμα του πληθυσμού μας. Η εξαρτημένη αυτή μεταβλητή εξαρτάται από τις μεταβλητές των ερωτήσεων 17 έως 29 και παίρνει τις τιμές “0” για τους φοιτητές με μηδέν θετικές απαντήσεις (NS), “1” για τους φοιτητές με 1 έως 3 θετικές απαντήσεις (LS) και “2” για τους φοιτητές με 4 ή περισσότερες θετικές απαντήσεις.

Αφού λοιπόν δόθηκε τιμή σε κάθε φοιτητή σύμφωνα με τα παραπάνω κριτήρια τα αποτελέσματα πήραν την μορφή της γενικής γραφική παράστασης του σχήματος 5.1.

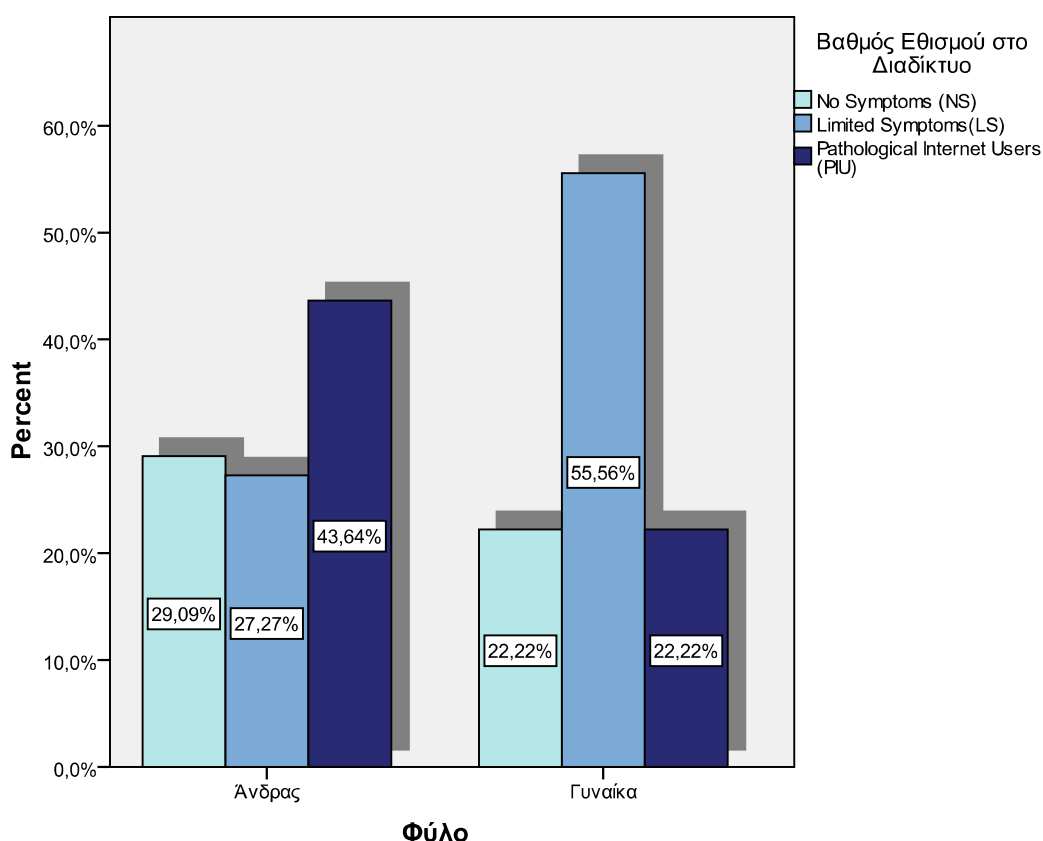


Σχήμα 5.1 Ραβδόγραμμα κατάταξης των φοιτητών σύμφωνα με τον βαθμό εθισμού

Σύμφωνα λοιπόν με το παραπάνω σχήμα το 26% των φοιτητών δεν παρουσίασε κανένα σύμπτωμα εθισμού στο Διαδίκτυο, το 40% παρουσίασε περιορισμένα συμπτώματα και το 34% θεωρήθηκε ότι ανήκει στην ομάδα των παθολογικών

χρηστών του Διαδικτύου, ουσιαστικά δηλαδή περίπου ένας στους τρεις φοιτητές θεωρήθηκε εθισμένος στο Διαδίκτυο.

Αν θελήσουμε τώρα να γίνει ο διαχωρισμός σύμφωνα με το φύλο προκύπτει το παρακάτω διάγραμμα.

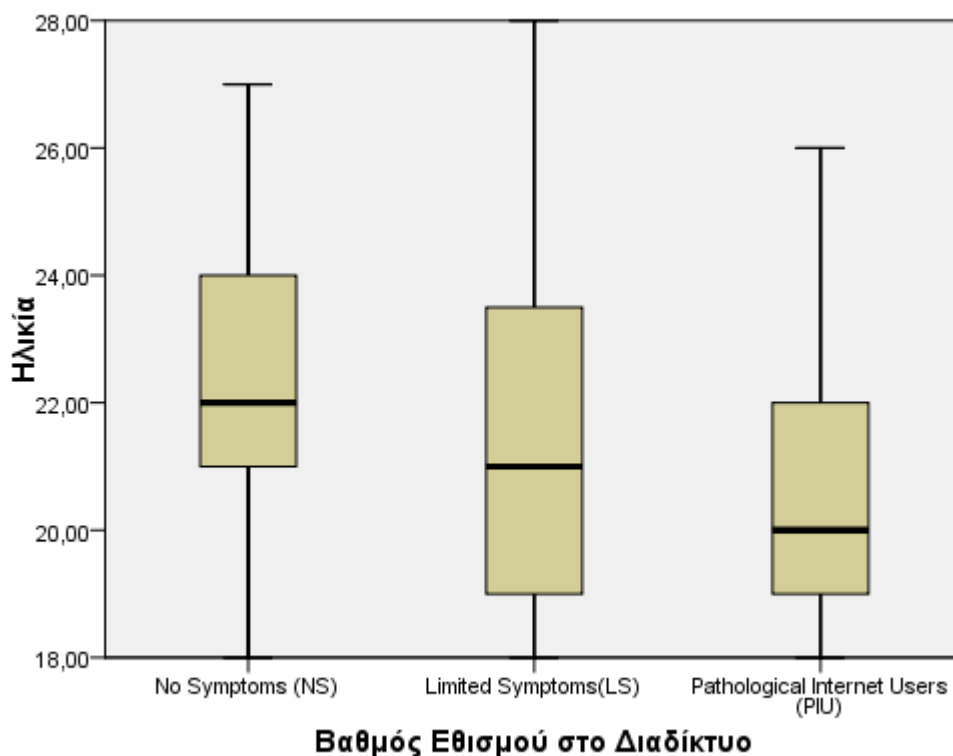


Σχήμα 5.2 Ραβδόγραμμα κατάταξης των φοιτητών σύμφωνα με τον βαθμό εθισμού και το φύλο

Από το παραπάνω διάγραμμα προκύπτει ότι οι άνδρες φοιτητές έχουν μεγαλύτερο ποσοστό παθολογικών χρηστών του Διαδικτύου (43,64%) σε αντίθεση με τις γυναίκες οι οποίες έχουν αντίστοιχο ποσοστό (22,22%). Οι γυναίκες φοιτήτριες από την πλευρά τους συγκεντρώνουν μεγαλύτερο ποσοστό στις έχουσες περιορισμένα συμπτώματα με ποσοστό (55,56%), σε αντίθεση με τους άντρες που στην ίδια κατηγορία έχουν ποσοστό 27,27%. Τέλος, το 29,09% των ερωτηθέντων αντρών φοιτητών δεν παρουσιάζει κανένα σύμπτωμα εθισμού, ενώ το αντίστοιχο ποσοστό για τις γυναίκες είναι 22,22%.

Το συμπέρασμα που προκύπτει από τα δύο παραπάνω διαγράμματα είναι ότι υπάρχει πραγματικά ένα πολύ μεγάλο ποσοστό φοιτητών (34%) το οποίο είναι εθισμένο στο Διαδίκτυο, σε μικρό βαθμό αν έχει απαντήσει θετικά σε τέσσερις ερωτήσεις, μέχρι και σε απόλυτο βαθμό σε περίπτωση που έχει απαντήσει κάποιος θετικά και στις δέκα ερωτήσεις. Το ποσοστό των απόλυτα εθισμένων φοιτητών στο Διαδίκτυο από την αντίστοιχη κατηγορία της μεταβλητής στο λογισμικό SPSS είναι 3%.

Αν θέλουμε να εξετάσουμε τον βαθμό εθισμού σε σχέση με τα υπόλοιπα δημογραφικά και άλλα χαρακτηριστικά του δείγματος πληθυσμού της έρευνας θα προκύψουν τα παρακάτω διαγράμματα για τις τιμές ηλικίας για κάθε κατηγορία εθισμού.

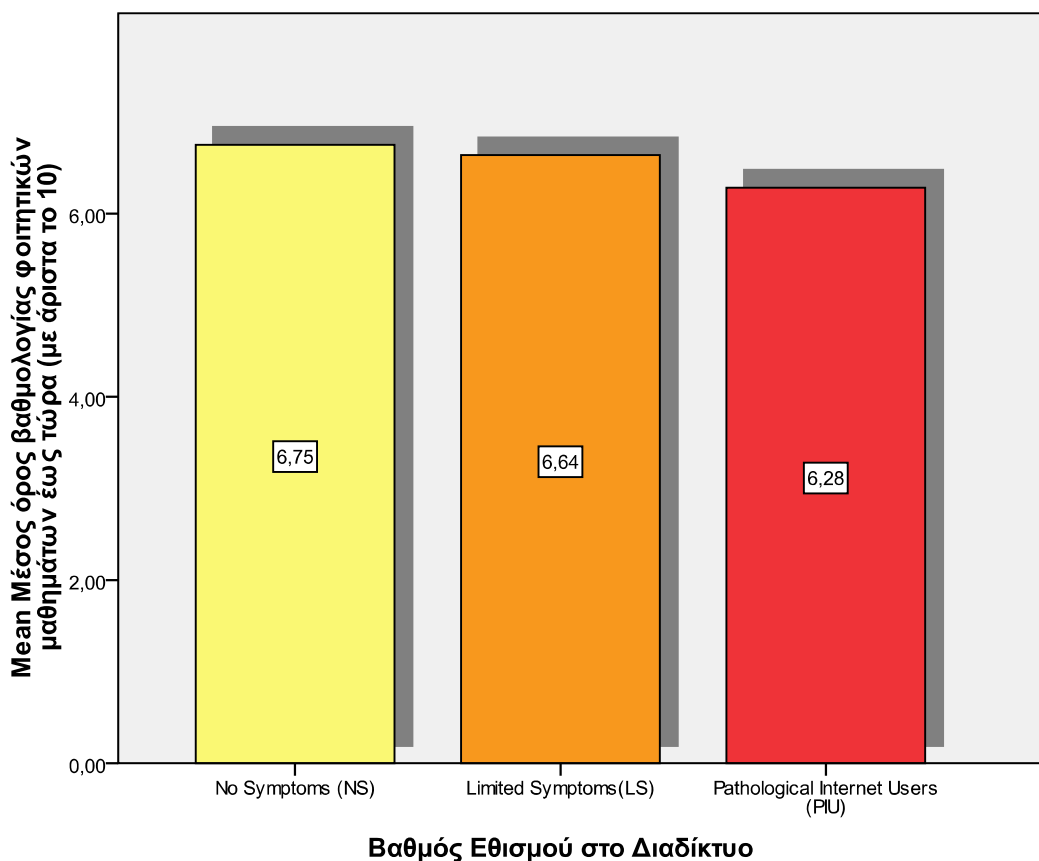


Σχήμα 5.3 Θηκόγραμμα βαθμού εθισμού στο Διαδίκτυο ανάλογα με την ηλικία των φοιτητών

Από την παραπάνω μορφή και τοποθέτηση των τριών θηκογραμμάτων (boxplots) παρατηρούμε ότι χαμηλότερα ηλικιακά στον άξονα Y βρίσκεται κατηγορία των

παθολογικών χρηστών (PIU) με τον μέσο όρο ηλικίας να βρίσκεται στα 20 χρόνια και την συγκέντρωση των τιμών να βρίσκεται κοντά στις νεότερες ηλικίες. Όσο ο βαθμός εθισμού μικραίνει, αυξάνεται η μέση ηλικία του φοιτητή, που είναι τα 21 χρόνια για τους χρήστες με περιορισμένα συμπτώματα (LS) και τα 22 χρόνια για τους χρήστες χωρίς συμπτώματα (NS). Καταλήγουμε δηλαδή στο συμπέρασμα ότι ο εθισμός έχει παρουσία κυρίως στις νεότερες ηλικίες των φοιτητών και όσο μεγαλύτερος είναι ένας φοιτητής, τόσο μεγαλύτερες «άμυνες» και πιο ώριμη αντιμετώπιση και στάση έχει μπροστά στον κίνδυνο εθισμού του στο Διαδίκτυο.

Αν εξετάσουμε γραφικά την απόδοση των φοιτητών στα μαθήματα (μέσος όρος βαθμολογίας) προκύπτει το γράφημα του σχήματος 5.4.



Σχήμα 5.4 Ραβδόγραμμα βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων ανά κατηγορία εθισμού

Από την μελέτη του διαγράμματος και αναζητώντας την σχέση που έχει η ακαδημαϊκή απόδοση των φοιτητών σε σχέση με την κατηγορία εθισμού που ανήκουν παρατηρούμε ότι υπάρχει διαφορά ανάμεσα στις κατηγορίες εθισμού, με μια τάση να μειώνεται η βαθμολογία όσο αυξάνει ο βαθμός εθισμού. (NS-6,75, LS-6,64, PIU-6,28). Άρα σύμφωνα με το γράφημα θα μπορούσαμε να καταλήξουμε στο συμπέρασμα ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο επηρεάζει, μέχρι κάποιον βαθμό, αρνητικά την απόδοση των φοιτητών στα μαθήματα.

xxv. Γενικά συμπεράσματα

Η ανάλυση των αποτελεσμάτων του ερωτηματολογίου έδειξε ότι ένα σημαντικό ποσοστό του δείγματος των φοιτητών είναι εθισμένο στο Διαδίκτυο, σε μικρό ή μεγάλο βαθμό. Ο εθισμός αυτό δείχνει να έχει σοβαρές επιπτώσεις σε διάφορους τομείς της ακαδημαϊκής και προσωπικής ζωής των φοιτητών.

Το Διαδίκτυο αποτελεί για τους φοιτητές μια όαση για να ξεφύγουν από την πίεση που μπορεί να τους ασκούν οι ακαδημαϊκές τους υποχρεώσεις. Είναι ένα μέσο που μπορεί να τους διασκεδάσει, ενημερώσει και να τους βοηθήσει να αναπτύξουν κοινωνικές και προσωπικές σχέσεις. Η ευκολία και η ταχύτητα με την οποία κάποιος μπορεί να γνωρίσει άλλους συνανθρώπους του αποτελεί δέλεαρ για τον νεανικό και παρορμητικό χαρακτήρα των νεαρών φοιτητών. Με την ίδια ευκολία και ταχύτητα όμως μπορεί και κάποιος να εθιστεί στην χρήση του Διαδικτύου και η όαση της παραμονής του σε αυτό να μετατραπεί σε εφιάλτης.

Ο εθισμός στο Διαδίκτυο, όπως έδειξαν τα αποτελέσματα της έρευνας ερωτηματολογίου, έχει ωθήσει τους φοιτητές να έχουν μειωμένη απόδοση στα φοιτητικά μαθήματα και αυξημένα ποσοστά αποτυχίας σε αυτά. Η πολύωρη παραμονή και η εμμονή για επιστροφή κάθε φορά που αποσυνδέεται ο χρήστης, έχει οδηγήσει τους φοιτητές σε έναν φαύλο κύκλο, που το μόνο αποτέλεσμα που έχει είναι να αποσπά την προσοχή του από τα μαθήματα και τις ακαδημαϊκές υποχρεώσεις.

Η αμέλεια των κοινωνικών και των προσωπικών υποχρεώσεων είναι ένα από τα κύρια συμπεράσματα, τα οποία εξήχθησαν από την ανάλυση των ερωτηματολογίων. Ο εθισμός στο Διαδίκτυο αποδεδειγμένα απομονώνει και αποξενώνει τον χρήστη με αποτέλεσμα αυτός να αισθάνεται τον αποκλεισμό από τον κοινωνικό του περίγυρο. Η μόνη διέξοδος από τον αποκλεισμό αυτό είναι η εικονική επανένταξη του μέσω του Διαδικτύου. Η απλότητα και η αμεσότητα στην διαδικτυακή επικοινωνία είναι ένα από τα μεγαλύτερα χαρίσματα που προσφέρει το Διαδίκτυο.

Η ψυχολογική επιρροή που μπορεί να έχει το Διαδίκτυο και ο εθισμός σε αυτό φαίνεται ξεκάθαρα από την ανάλυση των ερωτηματολογίων. Ένα μεγάλο ποσοστό των φοιτητών προσπαθούν να κρύψουν τον πραγματικό χρόνο που είναι συνδεδεμένοι σε αυτό και πολλές φορές θυσιάζουν ώρες από τον ύπνο τους για να παραμείνουν παραπάνω ώρες συνδεδεμένοι. Μπαίνουν δηλαδή σε μια διαδικασία απάρνησης της εξάρτησής τους και προσπαθούν να αποκρύψουν από τους γύρω τους και από τον ίδιο τους τον εαυτό ότι είναι πολλές ώρες συνδεδεμένοι στο Διαδίκτυο. Στερούνται ακόμα και τον ύπνο τους, την ψυχική και σωματική τους ξεκούραση δηλαδή, με αποτέλεσμα να δημιουργούνται ψυχολογικά προβλήματα στον χρήστη. Σημαντικό ποσοστό των φοιτητών νιώθει ενοχές κατά την αποσύνδεσή του από το Διαδίκτυο για το πόσες ώρες παρέμεινε συνδεδεμένος, όμως παράλληλα μπαίνει στην ψυχοφθόρο διαδικασία να σκέφτεται συνέχεια πότε θα έρθει η στιγμή να επανασυνδεθεί. Πολλοί φοιτητές επίσης, κυρίως οι γυναίκες, συνδέονται στο Διαδίκτυο όταν είναι σε άσχημη ψυχολογική κατάσταση για να νιώσουν καλύτερα. Πιστεύουν δηλαδή ότι το Διαδίκτυο είναι μια καταπραϋντική δραστηριότητα για την ψυχική τους υγεία, ενώ στην πραγματικότητα είναι αυτό που τους κάνει κακό.

Διαπιστώθηκε ότι η σύνδεση στο Διαδίκτυο είναι σχεδόν άρρηκτα συνδεδεμένη με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Η εξάπλωση των μέσων δικτύωσης προχωρά με εξωπραγματικές ταχύτητες ανά τον κόσμο και οι νέες ηλικίες είναι αυτές που θα τα χρησιμοποιήσουν και αφομοιώσουν πρώτες. Οι φοιτητές επισκέπτονται τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης σε ποσοστό 74%, ενώ κοντά στο 50% αυτών επισκέπτονται διαδικτυακούς τόπους πολυμέσων, ειδησεογραφικά και διάφορα φόρουμ συζητήσεων.

Πλέον η κατοχή υπολογιστή δεν αποτελεί πολυτέλεια, αφού το 70% των ερωτηθέντων φοιτητών έχει δικό του προσωπικό υπολογιστή και τον χρησιμοποιεί για να συνδεθεί στο Διαδίκτυο, ενώ ολοένα και αυξάνεται το ποσοστό κατοχής έξυπνων τηλεφώνων που έχουν την δυνατότητα σύνδεσης στο Διαδίκτυο. Το 66% των φοιτητών έχει σύνδεση στο Διαδίκτυο από το σπίτι τους, ενώ από το υπόλοιπο 34% το μεγαλύτερο ποσοστό αυτών συνδέονται μέσω των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων και των καταστημάτων παροχής πρόσβασης στο Διαδίκτυο.

Ο «δεσμός» των νέων παιδιών με την τεχνολογία, ο οποίος συνεχώς γίνεται ισχυρότερος, σε συνδυασμό με τον «ψηφιακό αναλφαβητισμό» των γονέων τους, έχουν δημιουργήσει μια κατάσταση χαμένη στη μετάφραση μεταξύ των δύο γενεών.

Από τη θεωρία έχουμε δει ότι υπάρχουν πρόωρα τραύματα τα οποία προέρχονται από το οικογενειακό καθώς και το σχολικό περιβάλλον, όπως είναι τα διαζύγια, οι συχνές συγκρούσεις των γονέων, το πιεστικό πρόγραμμα, τα διπλά μηνύματα, η τριγωνοποίηση μέσα στην οικογένεια, η αποξένωση, ο εκφοβισμός στο σχολείο και η μη κοινωνικότητα. Συχνό φαινόμενο είναι να συναντάμε συνδυασμούς εθισμών όπως και η κατάθλιψη. Για παράδειγμα, κάποιος που είναι εθισμένος στο Διαδίκτυο παρουσιάζει και άλλες μορφές εθισμού π.χ. αλκοόλ, κάπνισμα, ναρκωτικά, τζόγος.

Τέλος, σημειώνεται προδιάθεση προς τον εθισμό μέσω βιοϊατρικών εξηγήσεων, δηλαδή γίνεται αναφορά για ορισμένες ουσίες που εκκρίνονται στον εγκέφαλο και δημιουργούν την προδιάθεση αυτή.

Με βάση τα παραπάνω οι βασικοί παράγοντες που σχετίζονται με τη διαμόρφωση του χαρακτήρα του ατόμου είναι οι εξής:

- α) Η οικογένεια, η οποία παίζει κυρίαρχο ρόλο στη διάπλαση της προσωπικότητας του παιδιού άρα και στην μετέπειτα τάση του για οποιοδήποτε είδος εθισμού
- β) Τα εκπαιδευτικά ιδρύματα, των οποίων η αρμοδιότητα είναι η σωστή ενημέρωση για ασφαλή χρήση του Διαδικτύου
- γ) Ο κοινωνικός περίγυρος, ο οποίος επηρεάζει τη διαμόρφωση του χαρακτήρα του.

xxvι. Προτάσεις

Είναι πλέον επιτακτική ανάγκη να γίνει μια ολοκληρωμένη προσπάθεια-εκστρατεία από την πολιτεία για την έγκαιρη και ολοκληρωμένη ενημέρωση των παιδιών από τις μικρότερες ηλικίες για τους κινδύνους που ελλοχεύουν κατά την σύνδεσή τους στο Διαδίκτυο. Στην προσπάθεια αυτή θα πρέπει να συμμετέχουν όλοι οι φορείς και στην προκειμένη περίπτωση τα ακαδημαϊκά ιδρύματα, τα οποία θα πρέπει να θεσπίσουν σεμινάρια, ακόμα και μαθήματα, για την ασφαλή χρήση του Διαδικτύου, ενώ παράλληλα θα πρέπει να οργανώσουν τα δίκτυα τους με τέτοιο τρόπο ώστε να προστατεύονται οι φοιτητές-χρήστες. Η σύγχρονη άλλωστε παιδαγωγική αντίληψη επιτάσσει την προσέγγιση του προβλήματος με την εκπαίδευση και όχι με την τιμωρία ή απαγόρευση. Προϋπόθεση βέβαια για όλη αυτήν την προσπάθεια θα πρέπει να αποτελεί η παιδαγωγική μόρφωση και ικανότητα των εκπαιδευτικών στα νέα μέσα, η οποία δεν υπάρχει την στιγμή αυτή. Αλλά και στα πρώιμα στάδια στο χώρο της εκπαίδευσης(σχολείο) να γίνεται μια επαρκής ενημέρωση για να αποφευχθούν οι δυσάρεστες εξελίξεις. Οι ακαδημαϊκές κοινότητες θα πρέπει να ελέγξουν καλύτερα την ροή πληροφοριών και δεδομένων μέσα από τα δίκτυα τους και να προσφέρουν στους φοιτητές ερεθίσματα από την «καλή» ουσιαστικά πλευρά του Διαδικτύου, όπως συνδρομές σε επιστημονικά περιοδικά, συμμετοχές σε συνέδρια και σεμινάρια που αφορούν το Διαδίκτυο, ευκαιρίες για ψυχαγωγία μέσα από δίκτυα φοιτητών και άλλες δραστηριότητες. Ο κύριος σκοπός θα πρέπει να είναι η προώθηση των θετικών πτυχών του Διαδικτύου και η σύναψη σχέσεων πραγματικής και όχι εικονικής μορφής ανάμεσα στους φοιτητές και άλλους συνανθρώπους τους.

Πέραν της πρόληψης θα πρέπει να οργανωθεί και ένα δίκτυο για την υποστήριξη όλων των εθισμένων χρηστών που σύμφωνα με την κλίμακα PIU ανήκουν στις κατηγορίες των παθολογικών χρηστών και σε αυτούς που παρουσιάζουν τα πρώτα περιορισμένα συμπτώματα. Η υποστήριξη και η θεραπεία μέσα από ιατροψυχολογική παρακολούθηση και περίθαλψη είναι και θα είναι ακόμα περισσότερο αναγκαία τα επόμενα χρόνια. Θα πρέπει να στελεχωθούν φορείς συμβουλευτικοί που θα παρέχουν υπηρεσίες σε εθισμένους και μη χρήστες, όπως και στις οικογένειες τους. Κάτι τέτοιο

μπορούν να το παρέχουν μονάδες ανεξάρτησης που υπάρχουν στην Αθήνα αλλά και στην υπόλοιπη Ελλάδα, οι οποίες εμπεριέχουν ψυχοθεραπεία, συμβουλευτική υποστήριξη και όπου κρίνεται απαραίτητο φαρμακευτική αγωγή.

Από την πλευρά των γονέων θα πρέπει όσο τα παιδιά βρίσκονται σε μικρή ηλικία να τίθενται όρια και να τηρούνται από όλα τα μέλη της οικογένειας. Είναι καλό να συζητιούνται με τα παιδιά γιατί με αυτό τον τρόπο δείχνουν σεβασμό στην προσωπικότητά τους πράγμα το οποίο είναι πολύ σημαντικό για την εφαρμογή πειθαρχίας. Επίσης οι γονείς θα πρέπει να έχουν γνώση της χρήσης του Διαδικτύου και μέσω ειδικών φίλτρων που εγκαθίστανται στους υπολογιστές να ελέγχουν ποια site επισκέπτονται τα παιδιά τους. Είναι πολύ σημαντικό ο υπολογιστής να βρίσκεται σε κοινόχρηστο χώρο ώστε να μην απομονώνεται το παιδί. Τέλος, οι γονείς μπορούν να απευθύνονται σε Γραμμές Βοήθειας όπως π.χ. το «ΥΠΟΣΤΗΡΙΖΩ» όπου μπορούν να καταγγείλουν μια παρενόχληση που δέχτηκε το παιδί τους.

Εικόνα 1.1 Όλες οι συνδέσεις του δικτύου ARPAnet το 1980.....	10
Εικόνα 1.2 Οι συνδέσεις των δικτύων ARPAnet και MILNET στα μέσα της δεκαετίας του 1980	12
Σχήμα 3.1 Βαθμολόγηση ερωτηματολογίου Young (έρευνα MEY)	40
Σχήμα 3.2 Αποτελέσματα του ερωτηματολογίου Young στα δύο φύλα (Πηγή Μονάδα Εφηβικής Υγείας)	41
Σχήμα 3.3 Επισκέψεις στο Διαδίκτυο	41
Πίνακας 4.1. Κατανομή συχνοτήτων του φύλου	50
Σχήμα 4.1 . Κατανομή ερωτηθέντων ανά φύλο	51
Πίνακας 4.2 . Κατανομή συχνοτήτων για την ηλικία των ερωτηθέντων.....	51
Σχήμα 4.2 Ιστόγραμμα ηλικίας φοιτητών	52
Πίνακας 4.3 Συχνότητες για την οικογενειακή κατάσταση.....	53
Σχήμα 4.3 . Κατανομή ερωτηθέντων ανά οικογενειακή κατάσταση	53
Σχήμα 4.4 Ιστόγραμμα αριθμού φοιτητών ανά έτος φοίτησης.....	54
Πίνακας 4.4 Έλεγχος κανονικότητας (τεστ Kolmogorov-Smirnov) των δεδομένων για τις ποσοτικές μεταβλητές	55
Σχήμα 4.5 Ιστόγραμμα βαθμού εισαγωγής στην ανώτατη εκπαίδευση.....	56
Σχήμα 4.6 Βαθμός εισαγωγής (Μ.Ο.) ανάλογα με το φύλο	56
Πίνακας 4.5 Έλεγχος t-test βαθμού εισαγωγής και φύλου.....	57
Πίνακας 4.6 Μέσος όρος βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων	57
Σχήμα 4.7 Ιστόγραμμα μέσου όρου βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων	58
Σχήμα 4.8 Normal P-P plot για την κανονικότητα της μεταβλητής του μέσου όρου βαθμολογίας των μαθημάτων	59
Σχήμα 4.9 Normal Q-Q plot για την κανονικότητα της μεταβλητής του μέσου όρου βαθμολογίας των μαθημάτων	60
Σχήμα 4.10 Θηκόγραμμα τιμών βαθμολογίας μαθημάτων	60

Σχήμα 4.11 Ποσοστό αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα.....	61
Πίνακας 4.7 Ποσοστό αποτυχίας μαθημάτων ανά φύλο	61
Πίνακας 4.8 Μη παραμετρικός έλεγχος Chi-Square για το ποσοστό αποτυχίας στα μαθήματα σε σχέση με το φύλο	62
Σχήμα 4.12 P-P plot για τον έλεγχο του ποσοστού αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα.....	63
Σχήμα 4.13 Q-Q plot για τον έλεγχο του ποσοστού αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα.....	63
Σχήμα 4.14 Θηκόγραμμα (boxplot) για τον έλεγχο τιμών του ποσοστού αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα	64
Σχήμα 4.15 Ιδιόκτητη σύνδεση στο Διαδίκτυο από το σπίτι.....	65
Σχήμα 4.16 Συγκατοίκηση φοιτητών με τους γονείς τους.....	66
Σχήμα 4.17 Συσχέτιση βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων σε σχέση με την συγκατοίκηση με τους γονείς και ανά φύλο	67
Σχήμα 4.18 Συσχέτιση ποσοστού αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα σε σχέση με το αν μένει ο φοιτητής με τους γονείς του και ανά φύλο	68
Σχήμα 4.19 Κατοχή προσωπικού υπολογιστή.....	69
Σχήμα 4.20 Μέσος όρος βαθμολογίας μαθημάτων σε σχέση με την κατοχή υπολογιστή	70
Σχήμα 4.21 Ποσοστό αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα σε σχέση με την κατοχή υπολογιστή	70
Πίνακας 4.9 Έλεγχος t-test βαθμολογίας στα φοιτητικά μαθήματα και κατοχής υπολογιστή	71
Πίνακας 4.10 Έλεγχος Chi-square ποσοστού αποτυχίας στα φοιτητικά μαθήματα και κατοχής υπολογιστή	71
Πίνακας 4.11 Χρόνια χρήσης του Διαδικτύου	73
Σχήμα 4.22 Ιστόγραμμα συχνότητας για τα χρόνια χρήσης του Διαδικτύου...	74
Πίνακας 4.12. Έλεγχος Chi-Square για τις μεταβλητές της βαθμολογίας μαθημάτων και τα χρόνια χρήσης του Διαδικτύου.....	75

Σχήμα 4.23 Τρισδιάστατη απεικόνιση της σχέσης της βαθμολογίας στα φοιτητικά μαθήματα σε σχέση με τα χρόνια χρήσης του Διαδικτύου	76
Σχήμα 4.24 Γραφική αναπαράσταση βαθμολογίας μαθημάτων και χρόνων χρήσης του Διαδικτύου.....	77
Πίνακας 4.13. Μεγέθη περιγραφικής στατιστικής για την μεταβλητή των ωρών καθημερινής χρήσης του Διαδικτύου	78
Σχήμα 4.25 Ιστόγραμμα ποσοστού φοιτητών ανάλογα με τις ώρες καθημερινής χρήσης του Διαδικτύου	79
Σχήμα 4.26 Ωρες καθημερινής χρήσης Διαδικτύου ανά φύλο.....	80
Πίνακας 4.14. Πίνακας ποσοστιαίας συχνότητας πολλαπλής επιλογής για τα σημεία πρόσβασης στο Διαδίκτυο (πολλαπλής απάντησης).....	81
Πίνακας 4.15. Crosstabulation κατανομή συχνοτήτων για τα σημεία πρόσβασης στο Διαδίκτυο ανά φύλο (πολλαπλής απάντησης).....	82
Πίνακας 4.16. Πίνακας ποσοστιαίας συχνότητας πολλαπλής επιλογής για τους διαδικτυακούς τόπους που επισκέπτονται οι φοιτητές (πολλαπλής απάντησης)	85
Πίνακας 4.17 Crosstabulation κατανομή συχνοτήτων για τους διαδικτυακούς τόπους ανά φύλο (πολλαπλής απάντησης)	85
Σχήμα 4.27 Ποσοστιαίο διάγραμμα συσχέτισης περιήγησης στο Διαδίκτυο και φοιτητικής ιδιότητας ανά φύλο	88
Σχήμα 4.28 Ποσοστιαίο διάγραμμα διερεύνησης σχέσης περιήγησης στο Διαδίκτυο και μέσα κοινωνικής δικτύωσης ανά φύλο	90
Σχήμα 4.29 Διαπληκτισμός με άλλο πρόσωπό ενώ ήταν συνδεδεμένος ο φοιτητής.....	91
Πίνακας 4.18 Πίνακας ελέγχου Chi-Square για την συσχέτιση διαπληκτισμού και φύλου.....	92
Σχήμα 4.30 Ραβδόγραμμα για τον χρόνο παραμονής στο Διαδίκτυο	93
Σχήμα 4.31 Συσχέτιση πολύωρης παραμονής στο Διαδίκτυο και οικογενειακής κατάστασης	94

Πίνακας 4.19. Έλεγχος στατιστικής σημαντικότητας στην σχέση πολύωρης παραμονής στο Διαδίκτυο και οικογενειακής κατάστασης.....	95
Σχήμα 4.32 Κατανομή απαντήσεων για την προσμονή μέχρι την επόμενη σύνδεση	97
Σχήμα 4.33 Σχέση προσμονής για επανασύνδεση με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.....	98
Πίνακας 4.20 Έλεγχος A-Nova για την σχέση προσμονής για επανασύνδεση με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.....	99
Σχήμα 4.34 Πτώση ακαδημαϊκής απόδοσης με την σύνδεση στο διαδίκτυο.	100
Σχήμα 4.35 Ενοχές σχετικά με τον χρόνο σύνδεσης στο διαδίκτυο.....	100
Σχήμα 4.36 Σύνδεση στο Διαδίκτυο με σκοπό την ψυχολογική τόνωση ανά φύλο	101
Σχήμα 4.37 Ραβδόγραμμα για την προσπάθεια παραμονής για λιγότερο χρόνο	102
Σχήμα 4.38 Ραβδόγραμμα μείωσης ύπνου ανά έτος φοίτησης.....	103
Σχήμα 4.39 Διάγραμμα χρήσης του Διαδικτύου για αποφυγή απομόνωσης .	104
Σχήμα 4.40 Ραβδόγραμμα αμέλειας μαθημάτων εξαιτίας Διαδικτύου ανά έτος φοίτησης.....	105
Σχήμα 4.41 Διάγραμμα για τα προβλήματα με τις σπουδές εξαιτίας του Διαδικτύου.....	106
Σχήμα 4.42 Διάγραμμα αμέλειας κοινωνικών υποχρεώσεων λόγω του Διαδικτύου.....	107
Σχήμα 4.43 Διάγραμμα για την απόκρυψη του πραγματικού χρόνου παραμονής στο Διαδίκτυο.....	108
Σχήμα 5.1 Ραβδόγραμμα κατάταξης των φοιτητών σύμφωνα με τον βαθμό εθισμού	110
Σχήμα 5.2 Ραβδόγραμμα κατάταξης των φοιτητών σύμφωνα με τον βαθμό εθισμού και το φύλο.....	111

Σχήμα 5.3 Θηκόγραμμα βαθμού εθισμού στο Διαδίκτυο ανάλογα με την ηλικία των φοιτητών 112

Σχήμα 5.4 Ραβδόγραμμα βαθμολογίας φοιτητικών μαθημάτων ανά κατηγορία εθισμού 113

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Σαχίνη Α.- Καρδάση (2007). Μεθοδολογία Έρευνας: Εφαρμογές στον χώρο της Υγείας. Εκδόσεις ΒΗΤΑ.

Σοφός Α. (2009) (Επιμ). Παιδαγωγικές διαστάσεις των νέων μέσων, ενίσχυση του μιντιακού προγραμματισμού για ένα ασφαλές διαδίκτυο. Εκδόσεις Γρηγόρη.

Σοφός Α., Αθανασιάδης Η., Διάκος Κ., Δούκα Α. Εθισμός στο διαδίκτυο-Έρευνα στην Ελλάδα. 2^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Πάτρα, 2011.

Bai, Y.-M., Lin, C.-C., & Chen, J.-Y. (2001). Internet addiction disorder among clients of a virtual clinic. *Psychiatric Services*, 52(10), 1397.

Barber, A . (March 11, 19 97). N et's edu cational value questioned, USA Today, p. 4D

Brady, K. (April 21, 1997). Dropout rise a net result of computers. *The Buffalo News*, p. A1.

Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press.

Chou, C. (2001). Internet abuse and addiction among Taiwan college students: An online interview study. *Cyberpsychol. Behav.* 4(5): 573–585.

Christensen,C., Aaron, S., Clark, W., (2001). “Disruption in Education”, in *The Internet and The University: Forum 2001*, EDUCAUSE, Boulder, CO, 2002, pp 19-44

Cooper, A., & Sportolari, L. (1997). Romance in cyberspace: Understanding online attraction. *Journal of Sex Education and Therapy*, 22(1), 7-14.

Davis, R.A., Flett, G.L., & Besser, A. (2002). Validation of a New Scale for Measuring Problematic Internet Use: Implications for Pre-Employment Screening. *CyberPsychology & Behavior*. Vol. 5(4)

Davis, R.A. (2001). "A cognitive-behavioral model of pathological Internet use". *Computers in Human Behavior*, 17 (2), 187-195.

Ferris J R. (1997). "Internet Addiction Disorder: Causes, Symptoms and Consequences".

Garrison, J., & Long, P. (1995). Getting off the superhighway. *Health*, 9, 20.

Goldberg, I. (1996). "Internet Addiction. Electronic message posted to Research Discussion List". research@cmhcsys.com Fri, 5 Jul 1996 14:50:12

Goldberg, I. (2006). "Addicted to the Internet".

Griffiths, M. (2000). "Does Internet and computer "addiction" exist?: Some case study evidence". *Cyber Psychology & Behavior*, 3 (2), 211-218.

Griffiths M, Miller H, Gillespie T, Sparrow P. "Internet usage and 'Internet addiction' in students and its implications for learning". *Journal of Computer Assisted Learning* 1999, 15: 85-90.

Griffiths R T, Leinden R. (2002). History of the Internet, Internet for Historians. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο:http://www.let.leidenuniv.nl/history/ivh/frame_theory.html

Grohol, J.M. (1999). "Internet addiction guide". www.psychhealth.com/netaddiction.html

Holden, C. (2001). 'Behavioral' addictions: Do they exist? *Science*, 294(5544), 980-982.

Kandell J J. "Internet Addiction on Campus: The Vulnerability of College Students". *Cyber Psychology & Behaviour* 1998, 1(1): 11-17.

Kraut et al (1998). "Varieties of Social Influence: The Role of Utility and Norms in the Success of a New Communication Medium"

Kristula D. (1997). "The History of the Internet". Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <http://www.davesite.com/webstation/net-history.shtml>

Lamberg, L. (1997) Online support group helps patients live with, learn more about the rare skin cancer CTCL-MF. *Journal of the American Medical Association*, 277, 1422–1423

Lin, S. S. J., and Tsai, C. C. (2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Comput. Human Behav.* 18(4): 411–426.

Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (1997). Gender differences in Internet usage, behaviors and attitudes. In: Paper presented at the Joint Meeting of the 7th International Conference on Human-Computer Interaction and 13th Symposium on Human Interface (Japan), San Francisco, CA.

Mitchell P. “Internet addiction: genuine diagnosis or not?”. *The Lancet* 2000, 355(9204): 632.

Morahan-Martin J. & Schumacher P. (2000). “Incidence and correlates of pathological Internet use among college students”. *Computers in Human Behavior*, 16:13-29.

Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*, 19, 659-671.

Nalwa and Anand, 2003 K. Nalwa and A.P. Anand, Internet addiction in students: a cause for concern, *CyberPsychology & Behavior* 6 (2003), pp. 653–656.

Orzack, M.H. (1996). “Internet Addiction Treatment. Electronic message posted to Research List”. research@cmhcsys.com. Mon, 5 Aug 1996 00:29:54, www.cmhc.com/mlists/research/

Orzack, M.H. (1996). “Information Internet Addiction. Electronic message posted to Research List.” research@cmhcsys.com Tue, 12 Nov 1996 09:07:59, www.cmhc.com/mlists/research/

Prochaska, J. and DiClemente, C. (1998) Toward a comprehensive, transtheoretical model of change. In Miller, W. and Heather, N. (eds), *Treating Addictive Behaviours*. Plenum Press, New York.

Quittner, John. "Divorce Internet Style," *Time*, April 14, 1997, p. 72

Rachlin, H. (1990) Why do people gamble and keep gambling despite heavy losses? *Psychological Science*, 1, 294-297.

Ridings C., Gefen (2004) Virtual community attraction: Why people hang out online. *Journal of Computer-Mediated Communication*

Shapira NA, Goldsmith TD, Keck PE Jr, Khosla UM, McElroy SL., Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *J Affect Disord*. 2000 Jan-Mar;57(1-3):267-72.

Shapira, N.A., Lessig, M.C, Goldsmith, T.D., Szabo, S.T., Lazoritz, M., Gold, M.S., & Stein, D.J. (2003). Problematic Internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17, 207-216.

Stoll, C. (1995). *Silicon snake oil: Second thoughts on the information highway*. New York: Doubleday.

Sue, D., Sue, D., & Sue, S. (1994). "Understanding Abnormal Behavior". Boston: Houghton Mifflin.

Walker, M. B. (1989) Some problems with the concept of "gambling addiction": should theories of addiction be generalized to include excessive gambling? *Journal of Gambling Behavior*, 5,179-200.

Walt H. (2007). A Brief History of the Internet. An anecdotal history of the people and communities that brought about the Internet and the Web. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: <http://www.walthowe.com/navnet/history.html> [accessed:06-08-2007].

Widyanto L, Griffiths M. 'Internet Addiction': A Critical Review. *Int. J. Ment Health Addict* 2006, 4: 31-51

Wieland D M. Computer Addiction: Implications for Nursing Psychotherapy Practice. *Perspectives in Psychiatric Care* 2005, 41(4): 153-161.

Yellowlees, 2001, *Your guide to e-Health, third millenium medicine on the Internet*. University of Queensland Press, Brisbane.

Yellowlees P. M., Marks, S.(2005) Problematic Internet use or internet addiction? Computer in Human Behavior; 23(2): 1447-1453. doi:10.1016/j.chb.2005.05.004

Young, K.S. (1996). "Interview with Ann for AnnOnline". Ann Devlin/Diskrite Communications, Inc. Copyright 1996 by Saradippity.

Young, K.S. (1996). "Internet can be as Addicting as Alcohol, Drugs and Gambling". Metro Toronto Convention Centre, Exhibit Hall (D-14).

Young, K.S. (1996). "Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder". American Psychological Association: Toronto, Canada.

Young, K.S. (24 May 1998). "Caught in the Net". Hardcover.

Young, K.S. (1997). "What makes the Internet addictive: Potential explanations for pathological Internet use". American Psychological Association: Chicago, USA.

Young, K.S. (1998). "Internet addiction: Symptoms, evaluation and treatment". Sarasota, FL: Professional Resource Press.

Young, K.S. (2004). "A new clinical phenomenon and its consequences". American Behavioral Scientist, 48 (4), 402-415.

Young, K.S.& Rodgers, R.C. (1998-a). "The relationship between depression and Internet Addiction". Cyber Psychology & Behavior, 1 (1), 25-28.

Young, K.S.& Rodgers, R.C. (1998-b). "Internet addiction: Personality traits associated with its development". Presented at the 69th annual meeting of the Eastern Psychological Association.

Young K S. Internet Addiction: "The Emergence of a new Clinical disorder". Cyber Psychology and Behaviour 1996, 1(3): 237-244.

Young K S. (2001). Surfing Not Studying. Dealing with Internet Addiction on Campus. Student Affairs Online, 2(1)

