

Περίληψη

Στην παρούσα μελέτη προσεγγίζεται από την οπτική της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας, η χρήση και η κατάχρηση διαδικτύου από εφήβους. Επιχειρήθηκε να γίνει καταγραφή των μεγεθών της κατάχρησης, προσδιορισμός ενός κατάλληλου κατώφλιου για το Ερωτηματολόγιο της Εξάρτησης από το Διαδίκτυο και να διερευνηθούν παράγοντές της, σε επίπεδο ατομικό, περιβαλλοντικό και διαδικτυακά περιβαλλοντικό. Έπειτα, εξετάστηκε η συσχέτιση της με την επίτευξη αναπτυξιακών στόχων. Τέλος, επιχειρήθηκε να συντεθούν τα επιμέρους ευρήματα σε ένα συνολικότερο μοντέλο κατανόησης. Το δείγμα αποτέλεσαν 2090 έφηβοι. Χορηγήθηκαν: 1) το Διαγνωστικό Ερωτηματολόγιο της Young (1998) για την κατάχρηση διαδικτύου 2) Το Ερωτηματολόγιο της Εξάρτησης από το Διαδίκτυο (Young, 1998a) 3) το Ερωτηματολόγιο Τηλεπαρουσίας (Witmer&Singer, 1998), 4) το Ερωτηματολόγιο Διαδικτυακής Ροής (Chen, Wigand & Nilan, 1999), 5) Η Λίστα Αξιολόγησης Ενενήντα Συμπτωμάτων (Derogatis, 1977, Ντώνιας, 1991) 6) το Ερωτηματολόγιο Πέντε Παραγόντων για παιδιά (Asendorpf & van Aken, 1999) 7) Η Κλίμακα Αξιολόγησης της Αυτοεκτίμησης (Rosenberg, 1979) 8) η Κλίμακα Γενικευμένης Αυτοαποτελεσματικότητας (Glynou, Schwarzer & Jerusalem, 1994), 9) η Κλίμακα Εκτίμησης Προσαρμοστικότητας και Συνοχής της Οικογένειας (Olson, 2000) 10) ένα Κοινωνιομετρικό Ερωτηματολόγιο (Coie, Dodge and Coppotelli, 1982) και καταγράφηκε η σχολική επίδοση των συμμετεχόντων. Το ποσοστό επικράτησης της κατάχρησης κυμάνθηκε στο 3,1%, ενώ ως καταλληλότερο κατώφλι για το ερωτηματολόγιο της Εξάρτησης από το Διαδίκτυο στο δείγμα μας προτάθηκε το 51. Τα αγόρια και οι έφηβοι της πρωτεύουσας φάνηκαν πιο ευάλωτοι. Η κατάχρηση διαδικτύου βρέθηκε να συνδέεται περισσότερο με μικρότερη ευσυνειδησία και η ισχυρότερη ψυχαναγκαστικότητα ατομικά, με μεγαλύτερη συναισθηματική αποκοπή και χειρότερη επικοινωνία στην οικογένεια περιβαλλοντικά και με μεγαλύτερη βίωση ροής και τηλεπαρουσίας διαδικτυακά. Τέλος, σε επίπεδο αναπτυξιακών επιτευγμάτων συνδέθηκε με χειρότερη σχολική επίδοση.

Λέξεις - Κλειδιά: εφηβεία, αναπτυξιακές ψυχοπαθολογία, διαδίκτυο, κατάχρηση

Το διαδίκτυο προσφέρει απεριόριστες δυνατότητες για ανάπτυξη στα παιδιά και τους έφηβους, συμπεριλαμβανομένων των ευκαιριών για κοινωνική υποστήριξη της εξερεύνησης της ταυτότητάς τους και της ανάπτυξης της διαπροσωπικής νοημοσύνης και της κριτικής σκέψης τους. Επιπρόσθετα, η χρήση του διαδικτύου σχετίζεται με πολλαπλά εκπαιδευτικά οφέλη που πηγάζουν από την εκτεταμένη πρόσβαση στη γνώση, την υποστήριξη σε ακαδημαϊκά ζητήματα και την εμπλοκή σε παγκόσμιες διαπολιτισμικές αλληλεπιδράσεις (Gross, 2004; Jackson, Von Eye, Biocca, Barbatsis, Zhao, & Fitzgerald, 200; Valkenburg & Peter, 2007). Οι Huang και Chiu (2000), αναφέρουν πως οι δύο πιο συχνοί σκοποί για τους οποίους οι έφηβοι χρησιμοποιούν το διαδίκτυο είναι, με σειρά προτεραιότητας η διασκέδαση και η ψυχαγωγία, ενώ δε λείπει η ενημέρωση και η συλλογή ακαδημαϊκών πληροφοριών.

Η ενασχόληση των εφήβων με το διαδίκτυο φαίνεται να έχει πολλαπλές θετικές συνέπειες για την αναπτυσσόμενη προσωπικότητά τους. Τους επιτρέπει να μιλούν με ανθρώπους από όλο τον κόσμο και να επικοινωνούν πιο εύκολα και τακτικά με την οικογένεια και τους συνομηλίκους τους. Μία τέτοιου είδους αλληλεπίδραση οδηγεί δυνητικά στην ενδυνάμωση αυτών των δεσμών και της αίσθησης ασφάλειας. Επίσης, το διαδίκτυο προσφέρει σε έφηβους με δυσκολία στη δημιουργία φιλικών σχέσεων, όπως παιδιά με κοινωνική φοβία ή άγχος, ευκαιρίες να διαμορφώσουν ικανοποιητικές φιλικές σχέσεις. Ακόμη, εμπλουτίζονται οι γνώσεις τους για μία μεγάλη ποικιλία θεμάτων (Kraut et al, 2003, McKenna & Bargh, 1999; Cambell, 2005, David-Ferdon & Herz, 2007; Mishna, Sainni & Solomon, 2009).

Στα πλαίσια αυτά αξίζει να αναφερθεί ότι η χρήση του διαδικτύου για την επικοινωνία με τους άλλους έχει γίνει μέρος της καθημερινότητας, ιδιαίτερα για τους νέους (Gross, 2004). Η πρόσβασή τους στις νέες τεχνολογίες και στη χρήση τους συνεχώς αυξάνεται (David-Ferdon, & Hertz, 2007) με αποτέλεσμα ο παγκόσμιος ιστός να έχει γίνει πια αναπόσπαστο κομμάτι της εφηβικής κουλτούρας (Huang & Chiu, 2000).

Πιο συγκεκριμένα, πάνω από το 80% των παιδιών στην εφηβεία κατέχουν και χρησιμοποιούν τουλάχιστον μια μορφή ενός καινούργιου μέσου τεχνολογίας και ειδικότερα το διαδίκτυο. Έχουν χαρακτηριστεί ως «ψηφιακοί αυτόχθονες», σε αντίθεση με τους γονείς τους, οι οποίοι αποκαλούνται «ψηφιακοί μετανάστες», αφού έχουν μεγαλώσει ανάμεσα στα σύγχρονα ψηφιακά μέσα και τα χρησιμοποιούν από πολύ μικρή ηλικία (Hinduja & Patchin, 2008). Διαφοροποιούνται επίσης από τους ενήλικες ως προς τη μορφή της χρήσης των ψηφιακών μέσων, επειδή τα τελευταία είναι μέρος σχεδόν όλων των καθημερινών δραστηριοτήτων τους, ενώ οι γονείς τους τα χρησιμοποιούν σε περιορισμένο βαθμό, κυρίως για να ολοκληρώσουν ένα συγκεκριμένο έργο (Hinduja & Patchin, 2008).

Παρόλα αυτά, τα τελευταία χρόνια παρατηρείται μια έκρηξη σε ό,τι αφορά την κατάχρηση του διαδικτύου από τους νέους, σε βαθμό μάλιστα που να της αποδίδεται ο χαρακτηρισμός «εξάρτηση». Έτσι, στις παραδοσιακές μορφές κατάχρησης, νομίμων και παράνομων ουσιών αλλά και άλλων συμπεριφορικών εξαρτήσεων, όπως η παθολογική χαρτοπαιξία, έρχεται να προστεθεί μια νέα μορφή, που εκδηλώνεται μέσω του παγκόσμιου ιστού. Τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης και

οι συζητήσεις με παιδιά και εκπαιδευτικούς προσφέρουν αναρίθμητα παραδείγματα του φαινομένου που αποκαλούμε προβληματική χρήση ή εξάρτηση από το διαδίκτυο (Internet Addiction Disorder) (Holden, 2001). Ωστόσο, σε σχέση με τον πλούτο ακαδημαϊκού υλικού για την ουσιοεξάρτηση, έχει διεξαχθεί σημαντικά μικρότερος όγκος ερευνών σχετικά με την εξάρτηση από το διαδίκτυο.

Οι «συμπεριφορικές εξαρτήσεις» (Lejoyeux, Avril, Richoux, Embouazza & Nivoli, 2008) ή «εξαρτήσεις χωρίς ουσία» (Potenza, 2009), στις οποίες περιλαμβάνεται και η προβληματική χρήση διαδικτύου, όπως έχει επικρατήσει να λέγονται, είναι συμπεριφορές εθισμού, που εδραιώνονται σαν μηχανισμοί διαχείρισης του άγχους (Garrison & Long, 1995, Goldberg, 1996). Στη γκάμα αυτή διαταραχών προτείνεται και η ένταξη της κατάχρησης εφαρμογών διαδικτύου, του οποίου ωστόσο η υγιής χρήση είναι ίσως ανεκτίμητα χρήσιμη για τους έφηβους ειδικότερα.

Στις μέρες μας, η σύνδεση πρωτοεμφανιζόμενων αλλά και παλαιότερων, «μεταλλαγμένων» ωστόσο πιά, τύπων ψυχικών δυσκολιών με την ευρύτερη κρίση του κοινωνικού και πολιτιστικού πλαισίου, μοιάζει αναπόδραστη (Μάτσα, 2009). Η γενικότερη περιγραφή της συσχέτισης, μεταξύ μορφών και επιδημιολογικών μεγεθών, ατομικών και κοινωνικών συμπτωμάτων, είναι ίσως καθοριστική για την κατανόηση και την αντιμετώπισή τους (Μάτσα, 2009). Στα πλαίσια αυτά, οι προκλήσεις στο σχεδιασμό της θεραπείας και πολύ περισσότερο της πρόληψης έχουν αποφασιστική σημασία. Οι αποτελεσματικότερες δράσεις, προϋποθέτουν ερευνητική προσπάθεια για την προσαρμογή σε καινούριες συνθήκες και ιδιαιτερότητες των «νέων συμπτωμάτων» (Παπαχριστόπουλος, 2006). Στα νέα αυτά συμπτώματα

περιλαμβάνονται και οι εξαρτήσεις, στις «καινούριες», συμπεριφορικές τους εκδοχές.

Στην παρούσα μελέτη, επιχειρείται να περιγραφεί πιο αποτελεσματικά το εύρος των παραγόντων που συντελούν στη διαφοροποίηση από τη χρήση στην κατάχρηση του μέσου. Ειδικότερα, αφού γίνει αναφορά στην εξελικτική σημασία της εφηβείας, γίνεται περιγραφή της έννοιας και των αρχών της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας, βάσει της προσέγγισης της οποίας σχεδιάστηκε η έρευνα. Έπειτα, γίνεται αναφορά στο φαινόμενο της κατάχρησης, των προτάσεων διαφοροδιάγνωσής του και της φαινομενολογίας του. Στη συνέχεια περιγράφονται βιβλιογραφικές υποθέσεις σε σχέση με την αιτιοπαθογένειά του, σε επίπεδο ατόμου, περιβάλλοντος και διαδικτυακού περιβάλλοντος. Τέλος, αφού εκτεθούν οι πιθανές συνέπειες της κατάχρησης, οι προτεινόμενες θεραπευτικές παρεμβάσεις και η κατάσταση στην Ελλάδα, διατυπώνονται τα ερευνητικά ερωτήματα.

1.1. Η Εφηβεία ως εξελικτική περίοδος μελέτης της χρήσης και της κατάχρησης διαδικτύου

Η επιλογή της εφηβείας ως περιόδου μελέτης της χρήσης και της κατάχρησης διαδικτύου καθορίστηκε: 1) από τη σημασία της για την εξέλιξη του ατόμου (Cicchetti and Rogosh, 2002) 2) από την ύπαρξη ερευνητικών προσπαθειών στα πλαίσια της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας για τη συγκεκριμένη εξελικτική περίοδο, που διευκόλυναν σημαντικά το σχεδιασμό της έρευνας (Cicchetti and Rogosh, 2002).

Ειδικότερα, σημαντικές βιολογικές, ψυχολογικές και κοινωνικές αλλαγές του ατόμου για την μελλοντική εξέλιξή του διαδραματίζονται την περίοδο της εφηβείας (Feldman & Elliott, 1990; Spear, 2000α, 2000β). Μάλιστα, η κρισιμότητα και η διάρκεια των αλλαγών είναι τέτοια, που η εφηβεία έχει χαρακτηριστεί ως μία μακρά μεταβατική περίοδος στην πορεία της εξέλιξης κατά την οποία το άτομο δεν είναι ούτε παιδί ούτε ενήλικας (Cicchetti and Rogosh, 2002). Παρόλο που ο έφηβος πασχίζει να εξελιχτεί αποκτώντας ανεξαρτησία και κοινωνικά προνόμια ενήλικα, οι γονείς και οι γενικότεροι κοινωνικοί θεσμοί συχνά θεωρούν ότι είναι ανεπαρκής, επηρεασμένοι και από τις αντιλήψεις του για τον έφηβο σαν παιδί (Cicchetti and Rogosh, 2002).

Επακόλουθα, οι ίδιοι οι στόχοι και η αναδιαπραγμάτευση των ρόλων που είναι σύμφυτη με την εφηβεία, αυξάνουν δυνητικά τόσο τις εσωτερικές, όσο και τις εξωτερικές συγκρούσεις (Cicchetti and Rogosh, 2002). Η έντονη αυτή μεταβατική φάση δεν παύει να περιλαμβάνει σημαντικές ευκαιρίες εξέλιξης και συνειδητοποίησης νέων δυνατοτήτων (Cicchetti & Toth, 1996). Ίσως για τους λόγους αυτούς, η εφηβεία έχει στο παρελθόν χαρακτηριστεί ως περίοδος «καταιγίδων και άγχους» (Hall, 1904). Συγκεκριμένα, η εφηβεία χαρακτηρίζεται από ακραίες προκλήσεις προσαρμογής που την ίδια στιγμή είναι εξελικτικά αναμενόμενες και φυσιολογικές για τους εφήβους (Freud, 1958). Σε κάθε περίπτωση οι περιπλοκές στην έντονη αυτή περίοδο δεν είναι ούτε οικουμενικές ούτε αναπόφευκτες, καθώς οι περισσότεροι έφηβοι επιτυγχάνουν τις εξελικτικές της απαιτήσεις χωρίς να εμφανίζουν μεγάλες δυσκολίες προσαρμογής (Cicchetti and Rogosh, 2002).

Ωστόσο, δεν παύει παραδοσιακά η εφηβεία να συνοδεύεται από περισσότερη ψυχική ένταση σε σχέση τόσο με την παιδική ηλικία, όσο και με την ενήλικη ζωή (Resnick et al., 1997). Τρία κεντρικά χαρακτηριστικά αυτής της έντασης μπορεί να διακριθούν (Arnett, 1999): ασυνέχειες στη διάθεση, συμπεριφορές υψηλού κινδύνου και συγκρούσεις με τους ενήλικες. Παρόλο που οι έφηβοι φαίνεται να εμφανίζουν μεγάλες ατομικές αποκλίσεις σε αυτά τα μεγέθη, είναι γεγονός ότι οι μεταβολές και οι ασυνέχειες στη διάθεση, σε συνδυασμό με τον αυξημένο κίνδυνο που είναι συνήθεις για την περίοδο αυτή, ευνοούν την εμφάνιση ψυχοπαθολογίας (Cicchetti and Rogosh, 2002).

Σαν αποτέλεσμα τα όρια ανάμεσα στο φυσιολογικό και το παθολογικό συχνά μπερδεύονται (Cicchetti and Rogosh, 2002). Αναλυτικότερα, είναι συχνά δύσκολο να διακριθεί αν η ευερεθιστότητα, η δυσφορία και οι συναισθηματικές διακυμάνσεις αποτελούν συμπτώματα εξέλιξης και όχι ψυχοπαθολογίας (Cicchetti and Rogosh, 2002). Στο ίδιο εύρος κατανόησης ενδεχομένως εντάσσονται και οι συμπεριφορές κατάχρησης διαδικτύου. Πού σταματάει η διασκέδαση, η πληροφόρηση ή η ψυχαγωγία και πού ξεκινά η κατάχρηση του διαδικτύου; Ποιό είναι το προφίλ των εφήβων που είναι περισσότερο ευάλωτοι σε κατάχρηση; Γιατί τόσοι πολλοί έφηβοι αξιοποιούν το διαδίκτυο, ενώ κάποιοι άλλοι περιορίζονται μέσα από αυτό; Ποιοί παράγοντες στο περιβάλλον των εφήβων προσδιορίζουν τα όρια ανάμεσα στην υγιή χρήση του μέσου και την κατάχρησή του; Ποιές είναι οι μελλοντικές συνέπειες τέτοιων συμπεριφορών; Αυτά είναι κάποια από τα ερωτήματα που απασχολούν την παρούσα μελέτη και τα οποία επιχειρείται να απαντηθούν μέσα από την οπτική της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας.

Η αξιοποίηση του φυσιολογικά μεταβατικού χαρακτήρα της έντασης στην εφηβεία και η έρευνητική οπτική της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας μπορεί να προσφέρει ταυτόχρονα γνώση τόσο για την ψυχοπαθολογία των εφήβων όσο και για τις αναπτυξιακές διεργασίες που εμπλέκονται σε αυτή (Cicchetti, 1984; Cicchetti & Cohen, 1995c; Sroufe, 1990).

Με δεδομένες τις πολλαπλές και έντονες βιολογικές, ψυχολογικές και κοινωνικο-πλαισιακές μεταβάσεις στις οποίες καλείται να ανταποκριθεί ο έφηβος, παρουσιάζονται πολλές ευκαιρίες θετικής ή και αρνητικής του αναδιοργάνωσης. Η έκβαση των αλλαγών αυτών προσδιορίζεται και από τη λεπτή ισορροπία προστατευτικών και παραγόντων κινδύνου στα διάφορα εξελικτικά σημεία (Cicchetti and Rogosh, 2002). Μάλιστα έχει προταθεί ότι κρίσιμες αλλαγές σε διάφορα μεταβατικά σημεία συμβαίνουν συνήθως όταν ο έφηβος αιφνιδιάζεται από συνθήκες που καλείται να αντιμετωπίσει (Rutter, 1992).

Κατά τη διάρκεια των μεταβάσεων αυτών, ο έφηβος ενδέχεται να απειλείται όχι μόνο από τον κίνδυνο της συρρίκνωσης των επιλογών του, αλλά και από τις αποκλίσεις ανάμεσα στους δυνητικούς στόχους του και την πραγματικότητά τους. Τέτοιες συνθήκες είναι πιθανό να προκαλέσουν αισθήματα δυσφορίας και άγχους στον έφηβο, οδηγώντας τον στην κατάχρηση του διαδικτύου. Ακόμα και σε ομαλές εξελικτικές μεταβάσεις, η χρονική στιγμή και το πλαίσιο της αλλαγής μπορεί να έχουν σημαντική επιρροή στον έφηβο (Graber and Brooks-Gunn, 1996).

1.2. Η αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία ως πλαίσιο της έρευνας

Η αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία αποτελεί ένα ενοποιητικό πλαίσιο που συνθέτει μέσα σε μία αναπτυξιακή δια βίου οπτική, ευρήματα και συνεισφορές από πολλά πεδία ερευνών με στόχο την κατανόηση της ψυχοπαθολογίας και τη σχέση της με την ομαλή προσαρμογή (Cicchetti, 1990, 1993). Ο Cicchetti (2002) επαναλαμβάνει ενδεικτικά ότι η εξελικτική ψυχοπαθολογία πασχίζει να συνενώσει γνώση από ποικίλα επιστημονικά πεδία σε αναλύσεις πολλαπλών επιπέδων και τομέων, αντί να διατυπώσει μία θεωρία ερμηνείας του συνόλου των εξελικτικών φαινομένων (Cicchetti, 1993; Rutter & Sroufe, 2000).

Πιο συγκεκριμένα η αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία αναφέρεται «στη σπουδή της καταγωγής και των τομέων των ατομικών συνηθειών που συνδέονται με ελλιπή προσαρμογή, ανεξάρτητα από την ηλικία έναρξης ή τη συνθετότητά τους» (p. 18, Sroufe and Rutter, 1984). Επακόλουθα, ο ενοποιητικός προσανατολισμός της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας θέτει νέους τύπους ερωτημάτων. Για παράδειγμα αντί να συγκρίνει ομάδες υγιών και ασθενών εφήβων σε σχέση με την κατάχρηση του διαδικτύου, η αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία θα στρεφόταν στην κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι διαφορές των εν λόγω ομάδων εμφανίστηκαν κατά τη διάρκεια της εξέλιξης (Cicchetti & Sroufe, 2000). Ουσιαστικά, η εφαρμογή της προσέγγισης της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας στη θεματική της χρήσης και της κατάχρησης διαδικτύου, δεν εστιάζει μόνο στην ποιότητα του συμπτώματος κατά τη διάρκεια διαφορετικών εξελικτικών περιόδων, αλλά προσανατολίζει την έμφαση στον βαθμό με τον οποίο ατομικές, κοινωνικές και ενδεχομένως διαδικτυακά κοινωνικές

επιδράσεις συγκλίνουν ή αποκλίνουν κατά την εμφάνιση της κατάχρησης (Boyce et al., 1998; Cicchetti & Toth, 1995, 1998). Σημειώνεται, ότι η προσέγγιση αυτή αποτελεί το πλαίσιο της παρούσας έρευνας.

Ωστόσο, η οπτική της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας στην εφηβεία δεν θα περιόριζε τον πληθυσμό αναφοράς αποκλειστικά στην περίοδο αυτή. Καθώς μία ηλικία από μόνη της δεν συντελεί στη διευκρίνιση της εξελικτικής διαδικασίας, αλλά η γνώση διαφορετικών εξελικτικά μεταβατικών σημείων (Rutter, 1989; Wohlwill, 1973). Έτσι οι ερευνητικές προσπάθειες που εμπνέονται από τη λογική της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας ερευνούν τους εφήβους ως ένα ηλικιακό σημείο πάνω στο αναπτυξιακό συνεχές που εκτείνεται μέχρι τους ενήλικες. Για την αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία, η μελέτη μίας αποκλειστικά ηλικιακής στιγμής δεν είναι αρκετή για την κατανόηση των εξελικτικών διαδικασιών. Το σκοπό αυτό επιχειρεί να καλύψει η συνέχεια της παρούσας έρευνας που περιλαμβάνεται στο συγκεκριμένο διδακτορικό.

Ουσιαστικά η αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία δίνει έμφαση στις εξελικτικές δυνατότητες κάθε ατόμου, συνδέοντάς αυτές με διαστάσεις ψυχολογικών, κοινωνικών και για την περίπτωση της κατάχρησης του διαδικτύου, ενδεχομένως τεχνολογικών πεδίων (Cicchetti and Rogosh, 2002). Η σύνδεση αυτή χρόνου και τομέων συμμετοχής του ατόμου είναι απαραίτητη για την αποκωδικοποίηση του νοήματος των δυσπροσαρμοστικών συμπεριφορών, εν προκειμένω της κατάχρησης διαδικτύου είτε στην εφηβεία είτε σε επόμενες εξελικτικές φάσεις (Cicchetti and Rogosh, 2002).

Μία εξελικτική θεώρηση θα προϋπέθετε όχι μόνο τα τρέχοντα επίπεδα λειτουργικότητας του εφήβου μέσα σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο, αλλά το πώς αυτά εξελίχθηκαν κατά τη διάρκεια μίας περιόδου εξέλιξης (Cicchetti and Rogosh, 2002). Περιφερειακές επιδράσεις και η δυναμική της σχέσης τους με άμεσα αίτια οφείλεται να διερευνηθεί (Cicchetti & Lynch, 1993; Cicchetti & Toth, 1998). Για παράδειγμα θέματα πλαισίου, σχολείου, τάξης, οικογένειας ή και διαδικτυακού πλαισίου μπορεί να έχουν σημαντικές και ίσως επικίνδυνες επιρροές στην ανάπτυξη του εφήβου ή το άμεσό του περιβάλλον.

Εύλογα αν και ομάδες εφήβων μπορεί να έχουν παραπλήσιες συμπεριφορές στην εφηβεία, μπορεί να εκδηλώνονται πολύ διαφορετικά στην ενηλικίωση. Σύμφωνα με την προσέγγιση της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας τα ατομικά χαρακτηριστικά αποτελούν τη βάση πάνω στην οποία επιδρούν διαφορετικές εμπειρίες. Η επίγνωση των διαφοροποιήσεων αυτών μπορεί να περιγράψει κρίσιμα στοιχεία κατά την περίοδο της εφηβείας που ίσως δεν είναι κατά τη διάρκειά της εντοπίσιμα (Cicchetti and Rogosh, 2002).

Επιπρόσθετα, στην παρούσα έρευνα και σε ακολουθία με την οπτική της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας η διάδραση ανάμεσα στο υγιές και το φυσιολογικό, τη χρήση και την κατάχρηση διαδικτύου είναι κρίσιμης σημασίας για την κατανόηση της εξέλιξης, πληροφορώντας μας τόσο για τους κινδύνους του ψηφιακού αναλφαριθμητισμού, όσο και για την εξαρτητική χρήση του μέσου (Cicchetti and Rogosh, 2002). Η αξιοποίηση της πληροφορίας για τους φυσιολογικά αναπτυσσόμενους εφήβους βοηθά στην αποκωδικοποίηση της εξελικτικής διαδικασίας που έχει παρεκκλίνει προκαλώντας την εμφάνιση ενός συμπτώματος,

όπως η κατάχρηση του διαδικτύου (Cicchetti and Rogosh, 2002). Έτσι, ακόμα και νωρίτερα από τη ανάδυση της δυσλειτουργίας, περιγράφονται συγκεκριμένες διαδρομές που οδηγούν είτε σε επιτυχημένη είτε σε αποτυχημένη προσαρμογή σε συγκεκριμένα εξελικτικά επιτεύγματα (Cicchetti and Rogosh, 2002).

Κατ'επέκταση ένας εξελικτικός ψυχολόγος ενδιαφέρεται για εφήβους που αν και διατρέχουν κίνδυνο για την εκδήλωση ψυχοπαθολογίας δεν την εμφανίζουν στην πορεία του χρόνου, σε αντίθεση με συνομηλίκους τους που τελικά οργανώνουν διαταραχή (Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000). Η ίδια η θεώρηση της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας είναι από τον ορισμό της προσανατολισμένη στην ανακάλυψη διαδρομών που οδηγούν σε κατάλληλη προσαρμογή παρά την παρουσία παραγόντων υψηλού κινδύνου (Cicchetti & Garmezy, 1993; Masten, Best, & Garmezy, 1990).

Στο σημείο αυτό η προσέγγιση της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας συναντιέται με εκείνη της ψυχικής ανθεκτικότητας (Likewise, Garber and Little, 1999). Ειδικότερα η ανθεκτικοί έφηβοι μοιράζονται ίδια χαρακτηριστικά με τους χαμηλού ρίσκου συνομηλίκους τους, όπως καλύτερο νοητικό δυναμικό, καλύτερη σχέση με τους γονείς και γενικότερα υψηλότερο επίπεδο ψυχολογικής λειτουργίας (Likewise, Garber and Little, 1999). Για την οπτική της ψυχικής ανθεκτικότητας γίνεται αναλυτικότερη περιγραφή σε επόμενο κεφάλαιο.

Τα παραπάνω τονίζουν την πολυπλοκότητα των προκλήσεων που αντιμετωπίζει η αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία, φωτίζοντας παράλληλα τον τρόπο με τον οποίο η προσέγγιση αυτή μπορεί να αξιοποιηθεί στην μελέτη της χρήσης και της κατάχρησης του διαδικτύου από τους εφήβους (Cicchetti & Sroufe, 2000). Με

βεβαιότητα ωστόσο καμία μοναδική μελέτη δεν μπορεί να απαντήσει το σύνολο των ερωτημάτων που τίθενται. Μόνο συνθετικά τα ευρήματα και τα συμπεράσματα μεμονωμένων μελετών, οργανωμένων στο πλαίσιο της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας μπορεί να διευρύνουν τη γνώση σε όλο το συνεχές της χρήσης και της κατάχρησης του διαδικτύου από εφήβους.

Στο σημείο αυτό αξίζει να προστεθεί, ότι παρόλο που η αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία δεν χαρακτηρίζεται από μία δογματική προσέγγιση προσκολλημένη στη θεωρητική σύνθεση, υιοθετεί έναν έντονα οργανωτικό χαρακτήρα (Cicchetti and Rogosh, 2002). Η οργανωτική της αυτή τάση, παρέχει ένα δυνατό πλαίσιο κατανόησης των περιπλοκών της εξέλιξης σε σχέση τόσο με τις αντιξοότητες, την ψυχοπαθολογία, όσο και την υγιή ανάπτυξη (Cicchetti & Schneider-Rosen, 1986; Sroufe & Rutter, 1984). Η οργανωτική αυτή διάσταση εστιάζει στη σύνθεση των επιδράσεων τόσο μέσα όσο και ανάμεσα στα ψυχολογικά, βιολογικά και κοινωνικά συστήματα που ανήκει το άτομο. Η ιδιαίτερη αυτή προσοχή στην ένταση και την ποιότητα των συνθέσεων επιρροών παραγόντων διαφορετικών επιπέδων είναι που προσδιορίζει αυτό που ονομάζεται «εξελικτικό status» (Cicchetti and Rogosh, 2002).

Επιπρόσθετα, η οργανωτική αυτή προσέγγιση είναι που τελικά εξηγεί την ίδια τη διαδικασία της εξέλιξης. Αυτό επιτυγχάνεται μέσα από την εξειδικευμένη αναγνώριση της προοδευτικής αναδιοργάνωσης μεταξύ και μέσα στα ψυχολογικά, βιολογικά και κοινωνικά συστήματα που συμμετέχει το άτομο (Cicchetti and Rogosh, 2002). Η εξέλιξη δηλαδή δεν αντιμετωπίζεται σαν μία διαδοχή στόχων που χρειάζεται να επιτευχθούν, και όταν αυτό συμβαίνει παύουν να είναι σημαντικοί (Cicchetti and Rogosh, 2002). Αντίθετα η εξέλιξη θεωρείται σαν ένα σύνολο

ηλικιακών και εξελικτικών επιτευγμάτων, που παρόλο που δεν έχουν σταθερά την ίδια σημασία, καθώς συνεχώς προκύπτουν καινούρια, παραμένουν σημαντικά για τη διαχρονική προσαρμογή του εφήβου (Cicchetti, 1993).

Μία ιεραρχική εικόνα του τρόπου με τον οποίο γίνεται αντιληπτή η προσαρμογή προκύπτει από τον τρόπο με τον οποίο προηγούμενοι στόχοι συνδέονται ως προαπαιτούμενα με τους επόμενους (Sroufe & Rutter, 1984). Καθώς κάθε στόχος ενός νέου αναπτυξιακού σταδίου έρχεται στο προσκήνιο, ευκαιρίες για ανάπτυξη και ανασυγκρότηση αναδύονται, παράλληλα με προκλήσεις που συνδέονται με καινούρια χαρακτηριστικά ευαλωτότητας (Cicchetti and Rogosh, 2002). Έτσι σχηματίζεται ένα συνεχώς μεταβαλλόμενο μοντέλο εξέλιξης, στο οποίο πρόσφατα εδραιωμένες ικανότητες ή ελλείψεις αναδύονται, λειτουργώντας διαλεκτικά με τα προηγούμενα επίπεδα οργάνωσης του ατόμου (Cicchetti & Tucker, 1994). Σημειώνεται, ότι παρόλο η προηγούμενη προσαρμογή ενδεχομένως προδιαθέτει την ποιότητα της μελλοντικής λειτουργικότητας, η πιθανότητα αποκλίσεων και ασυνεχειών αναγνωρίζεται από αυτό το δυναμικό μοντέλο. Η διεργασία αυτή ονομάζεται πιθανολογική επιγένεση (Cicchetti and Rogosh, 2002).

Συγκεκριμένα, ο προσδιορισμός της θετικής προσαρμογής περιλαμβάνει συνήθεις προσδοκίες σχετικά με την αναπτυξιακή πορεία η οποία έχει ένα ιστορικό, πολιτισμικό, και αναπτυξιακό σημείο αναφοράς (Schoon, 2006). Στην αναπτυξιακή θεωρία, αυτές οι προσδοκίες ονομάζονται βασικοί αναπτυξιακοί στόχοι, κριτήρια επάρκειας ή πολιτισμικές ανα ηλικία προσδοκίες (Elder, 1998; Masten & Coatsworth, 1995, 1998; Waters & Sroufe, 1983). Για παράδειγμα, τα παιδιά της σχολικής ηλικίας αναμένεται να τα καταφέρνουν στο σχολείο (σχολική επάρκεια), να

τα πηγαίνουν καλά με τα άλλα παιδιά (κοινωνική επάρκεια), και να υπακούουν σε κανόνες συμπεριφοράς στο σπίτι, στο σχολείο και στην κοινωνία γενικότερα (συμπεριφορική επάρκεια). Καθώς τα παιδιά περνούν στην ενηλικίωση αναμένεται να αποκτήσουν εργασιακές δεξιότητες, να διατηρούν σχέσεις με το άλλο φύλο και να δημιουργήσουν τη δική τους οικογένεια. Καθώς δηλ. το παιδί μεγαλώνει, νέοι τομείς επάρκειας γίνονται σημαντικοί, τους οποίους καλείται να εκπληρώσει (Masten & Motti-Stefanidi, 2009).

Συνέπεια των παραπάνω μοιάζει, ότι η εκτίμηση της καλής προσαρμογής είναι πολιτισμικά καθορισμένη. Τονίζεται ότι, στις διαπολιτισμικές έρευνες οι ερευνητές χρειάζεται να είναι πολύ προσεκτικοί στα κριτήρια προσδιορισμού της καλής προσαρμογής, τα οποία ορίζονται διαφορετικά μέσω της εσωτερίκευσης προσδοκιών στο κάθε πολιτισμικό πλαίσιο (Kaplan, 1999).

Σοβαρά προβλήματα στην επίτευξη των προσδοκώμενων συμπεριφορών βάσει των αναπτυξιακών στόχων, συχνά αποτελούν δείκτες προβλημάτων στο μέλλον. Αντίστοιχα, η επιτυχής ανταπόκριση στο παρόν σηματοδοτεί τη μελλοντική επιτυχία, αφού αποτελεί τη σταθερή βάση πάνω στην οποία δομείται η επακόλουθη ανάπτυξη (Masten, Burt & Coatsworth, 2006). Παράλληλα με την αναπτυξιακά κατάλληλη συμπεριφορά, οι ενδείξεις μιας καλής προσαρμογής χρειάζεται να έχουν υψηλό βαθμό σύνδεσης με τον κίνδυνο, που κατά περίπτωση παρουσιάζεται (Luthar, 1993). Σε κοινωνίες πχ γόνιμες προς την ανάπτυξη προβλημάτων αντικοινωνικότητας, έχει σημασία η εκτίμηση του βαθμού στον οποίο τα παιδιά συμμορφώνονται στους κοινωνικούς κανόνες (Seidman & Pedersen, 2003). Σε παιδιά με καταθλιπτικούς γονείς, η απουσία συμπτωμάτων κατάθλιψης είναι

εξαιρετικά σημαντική ως στοιχείο ανθεκτικότητας (Beardslee, 2002; Hammen, 2003). Σε παιδιά που αντιμετωπίζουν σοβαρή αντιξοότητα, είναι σκόπιμη η απουσία συμπτωμάτων ψυχοπαθολογίας και όχι η εξαιρετική προσαρμογή στην καθημερινότητά τους (Masten & Powell, 2003).

Μάλιστα, μερικοί παράγοντες κινδύνου θεωρούνται τόσο ισχυροί, που απλώς η απουσία ψυχοπαθολογίας μπορεί να είναι αξιοσημείωτη, ενώ άλλοι κίνδυνοι, όπως το διαζύγιο των γονέων, να απαιτεί περισσότερες ενδείξεις καλής προσαρμογής (Luthar & Zelazo, 2003). Ερευνητές, κυρίως στα πεδία της πρόληψης χρήσης ουσιών και της ψυχοπαθολογίας εστιάζουν στην απουσία της διαταραχής ή το χαμηλό βαθμό συμπτωμάτων ως κριτήριο ανθεκτικότητας (Conrad & Hammen, 1993; Tiet, et al, 1998).

Είναι πιθανό για ένα άτομο να έχει επιτύχει στους αναπτυξιακούς στόχους της κοινωνίας και να μη νιώθει ευχαριστημένο. Αυτό σημαίνει ότι η εσωτερική και εξωτερική προσαρμογή δείχνουν ίσως μία κάποια ανεξαρτησία. Η ανεξαρτησία αυτή ωστόσο διαγράφεται μάλλον περιορισμένη. Εύλογα εάν ένα παιδί έχει αποτύχει σε κάθε αναπτυξιακή προσδοκία είναι μάλλον απίθανο να είναι χαρούμενο, εκτός εάν δεν έχει συνειδητοποιήσει αυτή την αποτυχία ή έχει απορρίψει ενεργά τα κοινωνικά πρότυπα (Masten & Motti-Stefanidi, 2009).

Όσον αφορά στην εκτίμηση της λειτουργικής προσαρμογής, ανακύπτουν συχνά ζητήματα κλινικής σύγχυσης. Ένα σχετικό ζήτημα, που αναφέρεται σε έρευνες με κακοποιημένα παιδιά (Farber & Egeland, 1987), εφήβους που ζουν σε μεγάλες πόλεις (Luthar, 1991), παιδιά καταθλιπτικών μητέρων (Hammen, 2003;

Hetherington & Elmore, 2003), παιδιά αλκοολικών γονέων (Zucker, Wong, Puttler, & Fitzgerald, 2003) και φαίνεται να παρατηρείται σε άτομα ευρύτερων ομάδων κινδύνου, είναι ότι μπορεί να φαίνονται ανθεκτικά ως προς την παρατηρήσιμη συμπεριφορά τους ενώ είναι πιθανό να αντιμετωπίζουν εσωτερική δυσφορία, όπως κατάθλιψη ή άγχος (Luthar & Cicchetti, 2000).

Αυτή η αναγνώριση έκανε τους ερευνητές να λάβουν υπόψη τους τα συγκεκριμένα προφίλ των παιδιών που παρουσιάζονταν συμπεριφορικά λειτουργικά και ταυτόχρονα συναισθηματικά ευάλωτα και τις συνδεδεμένες με αυτά εξατομικευμένες ανάγκες παρέμβασης (D'Imperio, Dubow, & Ippolito, 2000; Luthar & Zelazo, 2003; Zucker et al., 2003). Έτσι παιδιά που μπορεί να τα καταφέρνουν καλά σε έναν τομέα, π.χ. στο σχολείο, μπορεί να παρουσιάζουν προβλήματα σε άλλους τομείς, όπως κατάθλιψη (Luthar, Doernberger & Zigler, 1993). Έφηβοι που έχουν καλές σχέσεις με συνομηλίκους παράλληλα φαίνεται να μην τα καταφέρνουν στο σχολείο ή να εμφανίζουν προβλήματα συμπεριφοράς (Luthar & Burack, 2000; O'Donnell, Schwab-Stone, & Muyeed, 2003). Αυτό σημαίνει ότι η θετική προσαρμογή των εφήβων δεν μπορεί εύκολα να γενικεύεται.

Σε πολλές έρευνες ωστόσο, διερευνάται μια μόνο συγκεκριμένη διάσταση προσαρμογής. Επιχείρημα της τακτικής αυτής αποτελεί το γεγονός ότι η θετική προσαρμογή σε μια διάσταση αυξάνεται όταν υπάρχουν στοιχεία θετικής προσαρμογής και σε άλλες διαστάσεις (Vanderbilt-Adriance & Shaw, 2008). Σε αντίθεση ίσως με τα παραπάνω τονίζεται από τους Luthar και Zelazo το 2003, ότι η ψυχική ανθεκτικότητα δεν αποτελεί μια ξεχωριστή μεταβλητή, αλλά προκύπτει από μετρήσεις της αντιξοότητας και της θετικής προσαρμογής. Στην πλειονότητα των

περιπτώσεων η ψυχική λειτουργικότητα φαίνεται να προκύπτει από συνήθειες και όχι σπάνιες ή εξαιρετικές προσαρμοστικές διεργασίες (Masten, 2001; Μόττη-Στεφανίδη, 2006). Αυτοί οι παράγοντες, στη διεθνή βιβλιογραφία έχουν ονομαστεί «προστατευτικοί παράγοντες» και θα αναφερθούν λεπτομερώς παρακάτω.

Η θετική προσαρμογή μπορεί να αποτελέσει συγκριτικό στοιχείο του ίδιου ατόμου ή της ίδιας οικογένειας πριν και μετά από ένα στρεσογόνο γεγονός. Η προσαρμογή δηλ. παρατηρείται όταν το άτομο ή η οικογένεια επιστρέφει ή υπερβαίνει το προηγούμενο επίπεδο λειτουργικότητας, μετά τη δύσκολη περίοδο (de Haan, Hawley & Deal, 2002). Δηλαδή η θετική προσαρμογή στο περιβάλλον επιτυγχάνεται, διατηρείται ή επανέρχεται παρά την αντιξοότητα (Masten, 1994). Ομοίως, η Walsh (1998) θεωρεί την ψυχική ανθεκτικότητα ως μια ικανότητα του ατόμου ή της οικογένειας να επιστρέφει πιο δυνατό και δημιουργικό από τη δυσκολία, εννοώντας ότι είναι σημαντικό όχι μόνο το να αντιμετωπίζει κάποιος μια δυσκολία αλλά να ωφελείται και από αυτήν.

Στο πλαίσιο αυτό κορυφαίας σημασίας για την αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία είναι ότι το κάθε άτομο συμμετέχει ενεργητικά στην τροπή της εξέλιξής του. Παρόλο που ποικίλοι παράγοντες του ιστορικού του σε συνδυασμό με τρέχουσες επιδράσεις είναι σημαντικές για τη διεργασία της εξέλιξης, η ατομική επιλογή και η οργάνωση του εαυτού έχουν σημαντικό ρόλο στην εξέλιξη (Cicchetti & Rogosch, 1997; Cicchetti & Tucker, 1994). Οι πρώιμες εμπειρίες σε νωρίτερα εξελικτικά στάδια προσαρμογής δεν καταδικάζουν το άτομο σε συνεχείς δυσπροσαρμοστικές συμπεριφορές (Cicchetti & Tucker, 1994; Eisenberg, 1995; Kandel, 1998; Nelson & Bloom, 1997).

Επίσης, με ένα διαλεκτικό σκεπτικό, όχι μόνο οι βιολογικοί παράγοντες μπορεί να επηρεάσουν ψυχολογικές διεργασίες, αλλά και ψυχολογικές και κοινωνικές διεργασίες μπορεί να επηρεάσουν την ίδια τη νευρωνική υποδομή, οργάνωση και λειτουργία (Cicchetti & Tucker, 1994; Eisenberg, 1995; Kandel, 1998; Nelson & Bloom, 1997). Το φαινόμενο αυτό ονομάστηκε εξελικτική πλαστικότητα (Cicchetti, in press; Cicchetti & Tucker, 1994). Αυτός είναι ίσως ο λόγος που στην πορεία της εξέλιξης συμβαίνει να προκύπτουν ποικίλα και πρωτότυπα βιολογικά, ψυχολογικά και κοινωνικά συστήματα, μερίδα των οποίων εμφανίζει ενδεχομένως ευαλωτότητα στην ψυχοπαθολογία (Cicchetti & Toth, 1998).

Επισημαίνεται ότι η ποιότητα των οργανώσεων μεταξύ των συστημάτων, ψυχολογικών και κοινωνικών στα οποία ανήκει το άτομο, φαίνεται να είναι σε πολλές περιπτώσεις περισσότερο καθοριστική από μεμονωμένες ατομικές μεταβλητές (Cicchetti and Rogosh, 2002). Συνακόλουθα, τα επιτυχώς προσαρμοσμένα άτομα είναι ενταγμένα σε πιο συνεκτικά οργανωμένα συστήματα. Σε αντίθεση, εκείνα που εκδηλώνουν ψυχοπαθολογία είναι ενταγμένα σε λιγότερο συνεκτικές οργανώσεις συστημάτων (Cicchetti and Rogosh, 2002). Μάλιστα, δεν φαίνεται να υπάρχει ένα συγκεκριμένο προφίλ οργανώσεων συστημάτων, που είναι ευάλωτα στην ψυχοπαθολογία. Έτσι πολύ διαφορετικοί έφηβοι, είναι ενταγμένοι μέσα σε μία ποικιλία ψυχολογικών και κοινωνικών συστημάτων, που μέσα στο εξελικτικό πλαίσιο πρόκειται να επηρεάσει καθοριστικά την ανάπτυξή τους, εν προκειμένω είτε προς τη χρήση είτε προς την κατάχρηση διαδικτύου.

Καταληκτικά, η δυναμική διάδραση προστατευτικών και παραγόντων κινδύνου, σε συνδυασμό με τη δυσκολία των εμπειριών που ο έφηβος καλείται να αντιμετωπίσει επηρεάζουν την εκδήλωση ή όχι ψυχοπαθολογίας και συγκεκριμένα κατάχρησης του διαδικτύου. Ξεκάθαρα, τόσο η ποιότητα της εξελικτικής οργάνωσης που έχει ήδη κατακτηθεί, όσο και οι διεργασίες, προστατευτικές ή μη στις οποίες ο έφηβος υπόκειται, προσδιορίζουν την ποιότητα της προσαρμογής του (Cicchetti and Rogosh, 2002).

Για την καλύτερη κατανόηση της εξελικτικής ψυχοπαθολογίας είναι σημαντικό να ανφερθούν οι βασικές αρχές της: 1) Η διάσταση της σχέσης του φυσιολογικού με το παθολογικό, 2) Οι εξελικτικές διαδρομές 3) Οι πολιτιστικές επιδράσεις.

1.2.1. Η σχέση του φυσιολογικού με το παθολογικό

Μία βασική παραδοχή της εξελικτικής ψυχοπαθολογίας είναι ότι η γνώση του φυσιολογικού είναι απαραίτητη για την κατανόηση της ψυχοπαθολογίας. Αντιστρόφως, η εξέταση της ψυχοπαθολογικής ανάπτυξης βοηθά στην απαρτίωση της φυσιολογικής λειτουργίας των ατόμων (Cicchetti, 1984, 1990). Καθώς η ψυχοπαθολογία γίνεται αντιληπτή ως παραμόρφωση, παρέκκλιση της φυσιολογικής λειτουργίας, προκειμένου να κατανοηθεί, είναι απαραίτητο προηγουμένως να έχει περιγραφεί η εικόνα του φυσιολογικού με το οποίο αυτή συγκρίνεται. Έτσι, η προσέγγιση της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας εστιάζει εξίσου στο φυσιολογικό και

το παθολογικό, το προσαρμοστικό και το δυσπροσαρμοστικό, σε ένα αναπτυξιακό πλαίσιο (Sroufe, 1990).

Η γνώση των βιολογικών, γνωστικών, κοινωνικογνωστικών και κοινωνικο-πλαισιακών αλλαγών που συμβαίνουν κατά τη διάρκεια της φυσιολογικής ανάπτυξης στην εφηβεία, συνεισφέρει καθοριστικά στην κατανόηση της ψυχοπαθολογίας, συμπεριλαμβανομένης και της κατάχρησης διαδικτύου στη διάρκειά της (Cicchetti and Rogosh, 2002).

1.2.2. Εξελικτικές διαδρομές

Ως εξελικτική περίοδος, είναι απαραίτητο να εξεταστεί η εφηβεία στο πλαίσιο μίας διαβίου προοπτικής. Η προσοχή σε διαφορετικές εξελικτικές διαδρομές που αναδύθηκαν νωρίτερα στην εξέλιξη οδηγώντας στην ψυχοπαθολογία, ή τη δυσπροσαρμοστικότητα είναι σημαντική για την κατανόηση του πώς διαφορετικά μεταβατικά σημεία μπορεί να επιδρούν σε διαφορετικά άτομα (Cicchetti and Rogosh, 2002). Τόσο οι τρέχοντες κίνδυνοι και οι προστατευτικοί παράγοντες, όσο και το ιστορικό του ατόμου και η μεταξύ τους δυναμική σχέση, σε συνδυασμό με τα αποτελέσματα των επιρροών τους στο αναπτυσσόμενο άτομο χρειάζεται να υπολογιστούν. Επιπρόσθετα, καθώς οι έφηβοι δεν έχουν ξεπεράσει την κρίσιμη από άποψη ψυχοπαθολογίας μετάβαση στην ενήλικη ζωή, ακόμα και φαινομενικά υγιείς έφηβοι μπορεί να βρίσκονται στη διαδρομή για να εκδηλώσουν ψυχοπαθολογία στην ενήλικη ζωή (Cicchetti and Rogosh, 2002). Η δυνατότητα του εντοπισμού εφήβων που βρίσκονται σε κίνδυνο για ψυχοπαθολογία στην ενήλικη ζωή, είναι απαραίτητη

για την εμπέδωση πρόδρομων οργανώσεων συμπεριφοράς, που ενδεχομέως να εξελιχθούν σε ψυχοπαθολογία.

Η γενική θεωρία των συστημάτων, αποτελεί μία από τις πηγές έμπνευσης της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας. Ειδικότερα έννοιες όπως η μονοτερματικότητα και η διαφοροποίηση (von Bertalanffy, 1968) είναι κεντρικές στην κατανόηση των εξελικτικών διαδρομών (Cicchetti & Rogosch, 1996). Η διαφοροποίηση (Multifinality) περιγράφει τα διαφορετικά αποτελέσματα που μπορεί να προκύψουν από ένα συγκεκριμένο σημείο εκκίνησης (φαινότυπος). Τα άτομα που μοιράζονται τα ίδια χαρακτηριστικά σε ένα συγκεκριμένο σημείο αναφοράς είναι πιθανό να μην εκδηλωθούν στη συνέχεια με τον ίδιο τρόπο. Αντίθετα, είναι περισσότερο πιθανό να έχουν διαφορετική εξέλιξη.

Η συνεχής δυναμική συναλλαγή παραγόντων κινδύνου και προστατευτικών παραγόντων και διεργασιών που βιώνεται με τρόπο μοναδικό από τα άτομα ξεδιπλώνει διαφορετικές διαδρομές εξέλιξης που οδηγούν σε ποικίλα αποτελέσματα (Cicchetti and Rogosh, 2002). Ακριβώς αυτή η αναγνώριση των διεργασιών εξελικτικά και που εξηγεί τη διασπορά των πιθανών καταλήξεων είναι που αποτελεί αντικείμενο της εξελικτικής ψυχοπαθολογίας.

Σε αντίθεση η έννοια της μονοτερματικότητας περιγράφει το πώς ένα κοινό εξελικτικό αποτέλεσμα μπορεί να γεννηθεί κατά τη διάρκεια του χρόνου από διαφορετικά σημεία εκκίνησης (Cicchetti and Rogosh, 2002). Έτσι εν προκειμένω η εξαρτητική χρήση διαδικτύου μπορεί να είναι πίο πιθανά η κατάληξη ποικίλων διεργασιών, μεταξύ ιδιαίτερα ανομοιογενών εφήβων, παρά η κατάληξη για όσους

ακολουθούν κοινή διαδρομή. Η ίδια η χρονική στιγμή στην πορεία της ανάπτυξης μπορεί να εξηγεί το φαινόμενο αυτό (Duggal, Carlson, Sroufe, and Egeland, 2001), το πώς δηλαδή οι ίδιοι παράγοντες μπορεί να έχουν διαφορετική βαρύτητα εξελικτικά.

Οι έννοιες της μονοτερματικότητας και της διαφοροποίησης συνιστούν την εξέταση της ψυχοπαθολογίας στην εφηβεία σε ένα ευρύ πλαίσιο. Ειδικότερα, διαφορετικές ποιότητες ψυχοπαθολογίας και προσαρμογής, ενδέχεται να είναι δυνητικά αποτελέσματα κοινών παραγόντων κινδύνου. Αντίστροφα, μία συγκεκριμένη μορφή ψυχοπαθολογίας μπορεί να εμφανιστεί σε πολύ διαφορετικούς εφήβους μέσα από εναλλακτικές εξελικτικές πορείες (Cicchetti and Rogosh, 2002).

1.2.3. Η ανάπτυξη ως συνεχές

Η χαρτογράφηση εξελικτικών διαδρομών, κατά τη διάρκεια της ανάπτυξης προϋποθέτει την κατανόηση του συνεχούς των συμπεριφορών στο διάστημα μεταξύ παθολογίας και υγείας σε μία περίοδο εξελικτικού χρόνου. Με δεδομένη την προοδευτικότητα της ενίσχυσης ικανοτήτων μέσα σε διαφορετικά αλλά και μεταβαλλόμενα πλαίσια, το ίδιο το νόημα μίας συμπεριφοράς σε διαφορετικές εξελικτικές περιόδους μπορεί να μεταβάλλεται (Cicchetti and Rogosh, 2002). Για παράδειγμα το να συμμετέχει κάποιος σε παιχνίδια ρόλων στο διαδίκτυο αφιερώνοντας πέντε ώρες τη μέρα ίσως είναι λιγότερο αποκλίνον στην εφηβεία από ότι στην ενήλικη ζωή. Το φαινόμενο αυτό ονομάζεται και ομοιοτυπική συνέχεια (Kagan, 1971).

Συμπληρωματικά, ενδέχεται να υπάρχει και η ετεροτυπική συνέχεια (Kagan, 1971). Ο όρος αυτός περιγράφει το πώς η εκδήλωση της ίδιας διεργασίας (υγιούς ή παθολογικής) εκφράζεται μέσα από διαφορετικές συμπεριφορές σε διαφορετικά εξελικτικά στάδια (Allen, Hauser, O'Connor, Bell, & Eickholt, 1996). Στο πλαίσιο αυτό ο Sroufe (1979) περιέγραψε και την έννοια της συνοχής ή συνεκτικής ανάπτυξης, δηλώνοντας ότι το νόημα, η οργάνωση και η λειτουργία συμπεριφορών βρίσκεται στο πλαίσιο αποκωδικοποίησης της ίδιας της συνέχειας της εξέλιξης και λιγότερο σε συγκεκριμένες συμπεριφορές. Δίνει δηλαδή μεγαλύτερη έμφαση σε διεργασίες ετεροτυπικής συνέχειας.

1.2.4. Πολιτιστικές επιδράσεις

Επιπρόσθετα η αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία δίνει έμφαση στην επίδραση του πολιτισμού στην εξέλιξη και την ψυχοπαθολογία (Garcia Coll, Akerman, & Cicchetti, 2000; Hoagwood & Jensen, 1997). Το ίδιο το πολιτιστικό πλαίσιο- επίπεδο μέσα στο οποίο αναπτύσσεται ο έφηβος είναι πιθανό να επηρεάζει σημαντικά την εξέλιξή του. Η δυναμική σχέση μεταξύ προστατευτικών παραγόντων και παραγόντων κινδύνου ενδέχεται να οδηγήσει σε διαφορετικά αποτελέσματα, ανάλογα με τις πολιτιστικές νόρμες, τις ακολουθούμενες πρακτικές και τα πιστεύω του περιβάλλοντός του. Ακόμα και οι κουλτούρες όμως μπορεί να περιγραφούν στο εύρος ενός συνεχούς από τις περισσότερο συλλογικές στις περισσότερο ατομοκεντρικές (Schweder & Bourne, 1991).

Η ίδια η έννοια της λειτουργικότητας του εαυτού μπορεί να διαφοροποιηθεί ανάλογα με το βαθμό στον οποίο αυτή προσδιορίζεται από τη επίτευξη σχέσεων ή

αυτονομίας. Έτσι οι διαφορετικές πολιτιστικές ομάδες μπορεί να έχουν διαφορετικούς στόχους σε επίπεδο κοινωνικοποίησης. Οι νόρμες που επηρεάζουν την περιγραφή της υγιούς και της παθολογικής συμπεριφοράς ακόμα και όσον αφορά στο διαδίκτυο έχουν διαφορετικά κριτήρια ανάλογα με το πολιτιστικό πλαίσιο (Cicchetti and Rogosh, 2002). Εύλογα, οι προστατευτικοί και οι παράγοντες κινδύνου, καθώς και ο τρόπος με τον οποίο αυτοί αλληλεπιδρούν ποικίλουν ανάλογα με το πλαίσιο πολιτιστικών προτεραιοτήτων.

1.2.5. Πρόληψη και παρέμβαση

Η ανασκόπηση της έννοιας και των αρχών της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας καθώς και η σχέση τους με την έρευνα και τη μελέτη της υγείας και της ψυχοπαθολογίας στην εφηβεία αξιοποιούνται τόσο στην πρόληψη όσο και στη θεραπεία. Ειδικότερα, όσον αφορά στη μελέτη της χρήσης και της κατάχρησης διαδικτύου στην εφηβεία μπορεί να πολλαπλασιάσει τις δυνατότητες κατανόησης και αντιμετώπισης του φαινομένου σε ποικίλα επίπεδα. Μάλιστα, σε αντίθεση με την λογική σύνδεση ανάμεσα στη θεωρία και την κλινική πρακτική, λίγα παραδείγματα εφαρμογών φαίνεται να συναντώνται στους εφήβους (Cicchetti & Toth, 1992; Shirk & Russell, 1996; Toth & Cicchetti, 1999).

1.2.6. Αναπτυξιακή Ψυχοπαθολογία και Ψυχική Ανθεκτικότητα

Κεντρική έννοια τόσο στην αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία, όσο και στη μελέτη μας, αποτελεί η Ψυχική Ανθεκτικότητα στην εκδήλωση της συμπεριφοράς της

διαδικτυακής κατάχρησης. Δηλαδή θα επιχειρηθεί να φωτιστεί περισσότερο η δέσμη ατομικών, περιβαλλοντικών και διαδικτυακά περιβαλλοντικών χαρακτηριστικών, που εξηγούν την ανθεκτικότητα και αντίθετα την ευαλωτότητα των χρηστών του διαδικτύου στην εκδήλωση προβληματικής χρήσης. Προκειμένου εύλογα να ολοκληρώσουμε, ακολουθεί μία σύντομη ανασκόπηση του θεωρητικού πλαισίου της έννοιας της ψυχικής ανθεκτικότητας.

Τις τελευταίες δεκαετίες, ερευνητές και κλινικοί επαγγελματίες προσπαθούν να κατανοήσουν γιατί κάποια άτομα, που έρχονται αντιμέτωπα με αντίξοες, στρεσογόνες συνθήκες, λειτουργούν με επάρκεια και δεν παρουσιάζουν ιδιαίτερα ψυχολογικά προβλήματα, ενώ άλλα άτομα που αντιμετωπίζουν τις ίδιες απειλητικές συνθήκες για την ψυχική τους υγεία, εμφανίζουν προβλήματα στην προσαρμογή τους. Η μελέτη του φαινομένου αυτού, που ονομάστηκε «ψυχική ανθεκτικότητα», θεωρείται ο ακρογωνιαίος λίθος της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας, κλάδου που ασχολείται με τις αιτίες, τις διεργασίες και τα μονοπάτια προς τη φυσιολογική και παθολογική εξέλιξη στην πορεία της ζωής του ατόμου, στα εκάστοτε περιβαλλοντικά πλαίσια (Cummings, Davies & Campbell, 2000).

Ένας μάλλον πιο οικολογικά ευαίσθητος ορισμός της ψυχικής ανθεκτικότητας έχει προταθεί από τον Ungar (2006), ο οποίος τόνισε ότι αφορά στην ικανότητα των ατόμων να κατευθύνουν τη ζωή τους σε αποθέματα τέτοια, που να προωθούν την υγεία τους καθώς και στην ικανότητα του φυσικού και κοινωνικού περιβάλλοντος να παρέχει αυτά τα αποθέματα. Επίσης, πρότεινε ότι δυο διεργασίες εξηγούν την ύπαρξη της ψυχικής ανθεκτικότητας: η δρομολόγηση και η διαπραγμάτευση.

Η έννοια της ψυχικής ανθεκτικότητας προκάλεσε έντονο ερευνητικό ενδιαφέρον. Θεωρήθηκε ότι μπορεί να συμβάλλει στην κατανόηση των αιτίων ποικίλων μορφών ψυχοπαθολογίας, να αποτελέσει ένα σημαντικό θεωρητικό εργαλείο για τον περιορισμό της αρνητικής επίδρασης των στρεσογόνων παραγόντων στην ψυχική υγεία, την προώθηση της ψυχολογικής επάρκειας και την ενθάρρυνση προς μια πιο θετική πορεία ανάπτυξης (Masten & Coatsworth, 1998; Masten & Powell, 2003).

Η ψυχική ανθεκτικότητα δείχνει να συνδέεται στενά με τον κλάδο της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας, που αποτελεί το βασικό ενοποιητικό πλαίσιο για τη μελέτη των ψυχολογικών προβλημάτων στα παιδιά και στους εφήβους (Masten & Braswell, 1991). Μέσα από αυτή την οπτική, οι μελέτες της ψυχικής ανθεκτικότητας και της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας συγκλίνουν.

Εάν ένα άτομο κριθεί ανθεκτικό, αυτή η κρίση προϋποθέτει μια εκτίμηση της προσαρμογής και ένα πλαίσιο αναφοράς. Με δεδομένο όμως ότι τα άτομα ποικίλλουν ως προς τα χαρακτηριστικά που παρουσιάζουν, τα περιβάλλοντα που ζουν και τις αξίες που ενστερνίζονται, είναι πιθανό κάποια άτομα να προσαρμόζονται καλύτερα σε ένα πλαίσιο από ό,τι σε κάποιο άλλο. Κατά ακολουθία, όταν οι συνθήκες αλλάζουν, τότε η ευαλωτότητα ή η ανθεκτικότητα του ατόμου που βρίσκεται πάντα σε συνάρτηση με αυτές αλλάζει (Masten, 1994).

Σχετικά σύντομα, η μελέτη της ψυχικής ανθεκτικότητας διευρύνθηκε περιλαμβάνοντας πολλαπλές μορφές αντιξοότητας. Το χαμηλό κοινωνικοοικονομικό

επίπεδο και οι συνδεόμενοι κίνδυνοι (Garmezy, 1991, 1995; Rutter, 1979; Werner & Smith, 1982, 1992), η ψυχική ασθένεια του γονέα (Masten & Coatsworth, 1995), η κακοποίηση (Beeghly & Cicchetti, 1994; Cicchetti, Rogosch, Lynch & Holt, 1993; Moran & Eckenrode, 1992), η αστική φτώχεια και η βία (Luthar, 1999; Richters & Martinez, 1993), η χρόνια αρρώστια (Wells & Schwebel, 1987) και τα καταστροφικά γεγονότα της ζωής (O'Dougherty-Wright, Masten, Northwood & Hubbard, 1997) αποτέλεσαν τα κύρια πεδία διερεύνησης. Η ώθηση για αυτές τις έρευνες δόθηκε από τη συστηματική ανίχνευση προστατευτικών δυνάμεων που διαφοροποιούσαν τα παιδιά με υγιή προσαρμογή.

Τα τελευταία χρόνια παρατηρείται μια στροφή στη μελέτη και εφαρμογή της έννοιας στην οικογενειακή λειτουργία. Φαίνεται πως υπάρχουν οικογένειες οι οποίες χαρακτηρίζονται «ανθεκτικές» επειδή αντιμετωπίζουν επιτυχώς στρεσογόνες συνθήκες μέσω της ενεργοποίησης προστατευτικών παραγόντων (Kalil, 2006). Έτσι, προέκυψε η έννοια και μελέτη της οικογενειακής ανθεκτικότητας.

Σύμφωνα με τους Masten & Coatsworth (1998), η ψυχική ανθεκτικότητα ορίζεται, ως η ικανότητα του ατόμου να λειτουργεί με επάρκεια, παρα τις αντίξοες συνθήκες που έχει να αντιμετωπίσει στην προσαρμογή ή την ανάπτυξή του. Αποτελεί την συνισταμένη δυο βασικών συνιστωσών: η πρώτη αφορά στην ύπαρξη σοβαρού κινδύνου ή αντιξοότητας και η δεύτερη αφορά στην ύπαρξη καλής προσαρμογής. Έτσι, η ανθεκτικότητα δεν είναι άμεσα μετρήσιμη αλλά προκύπτει έμμεσα βασιζόμενη στην ύπαρξη των δυο αυτών προϋποθέσεων.

Παράγοντες κινδύνου και προσαρμογή

Τα άτομα δεν μπορούν να χαρακτηριστούν ανθεκτικά εάν δεν υπάρχει μια σοβαρή απειλή ή κίνδυνος στην ανάπτυξή τους. Χρειάζεται να υπάρχουν παρόντες κίνδυνοι ή να έχουν υπάρξει κίνδυνοι κατά το παρελθόν οι οποίοι μπορούν εν δυνάμει να οδηγήσουν σε απόκλιση από τη φυσιολογική ανάπτυξη (Masten, 2001). Σε πολλές περιπτώσεις ο κίνδυνος αναφέρεται σε καταστάσεις που φαίνεται να προβλέπουν ανεπιθύμητα αποτελέσματα ή συνδέονται στατιστικά με μεγαλύτερη πιθανότητα για μελλοντική αρνητική προσαρμογή και επακόλουθα αναπτυξιακά προβλήματα (Masten & Garmezy, 1985; Masten & Wright, 1998). Η έκθεση στη βία για παράδειγμα, αποτελεί παράγοντα υψηλού κινδύνου (Margolin & Gordis, 2000). Ομοίως, η κατάθλιψη στη μητέρα αποτελεί παράγοντα κινδύνου καθώς τα παιδιά αυτών των μητέρων έχουν οκτώ φορές μεγαλύτερη πιθανότητα να παρουσιάσουν και τα ίδια κατάθλιψη μέχρι την εφηβεία (Wickramaratne & Weissman, 1998).

Η δεύτερη προϋπόθεση στη μελέτη της ψυχικής ανθεκτικότητας, αφορά στα κριτήρια με βάση τα οποία η ποιότητα της προσαρμογής ή του αναπτυξιακού αποτελέσματος χαρακτηρίζεται καλή. Το θέμα αυτό αποτελεί μια από τις μεγαλύτερες συμβολές στις επιστήμες της συμπεριφοράς και έχει προκαλέσει διαφωνίες σχετικά με το ποιός ορίζει την καλή προσαρμογή και με ποια κριτήρια, ειδικά όταν πρόκειται για άτομα από διαφορετικά πολιτισμικά περιβάλλοντα, καθώς και το πώς θα συμψηφιστούν ευρήματα από διαφορετικών ειδών κριτήρια (Luthar, 1999; Luthar, et al., 2000; Masten, 1999, 2001; Masten & Coatsworth, 1998; Rutter, 2000).

Ο Murphy (1976) επεσήμανε ότι η ποιότητα προσαρμογής ενός ζωντανού συστήματος περιλαμβάνει δυο όψεις: την προσαρμογή στο περιβάλλον, που ονόμασε «ικανότητα αντιμετώπισης Ι» και τη διατήρηση της εσωτερικής λειτουργίας που ονόμασε «ικανότητα αντιμετώπισης ΙΙ». Έτσι, γίνεται λόγος για τη διττή φύση της προσαρμογής που περιλαμβάνει την καλή εσωτερική λειτουργία (αντι της δυσφορίας) και την καλή λειτουργία στο περιβάλλον (αντι της δυσπροσαρμογής) (Masten, Burt & Coatsworth, 2006).

Το σημείο αυτό και έχοντας ολοκληρώσει την αναφορά σε αρχές και έννοιες της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας, θα περιγράψουμε τα ερευνητικά και θεωρητικά δεδομένα που αφορούν στην χρήση και κατάχρηση διαδικτύου. Στη συνέχεια και αφού αναφερθούμε σε γενικότερους παράγοντες επικινδυνότητας για την εμφάνιση ψυχοπαθολογίας στην εφηβεία θα αναφερθούμε σε παράγοντες κινδύνου που αφορούν την κατάχρηση του μέσου. Ειδικότερα, ακολουθώντας τις κατευθύνσεις της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας θα επιμερίσουμε τους παράγοντες κινδύνου σε ατομικούς, περιβαλλοντικούς και διαδικτυακά περιβαλλοντικούς. Έπειτα θα αναφερθούμε στις ενδεχόμενες συνέπειες της κατάχρησης, την κατάσταση στην Ελλάδα, αλλά και τις προτεινόμενες θεραπευτικές παρεμβάσεις. Τέλος θα διατυπωθούν τα ερευνητικά ερωτήματα της παρούσας έρευνας.

1.3. Εξαρτητική χρήση- Κατάχρηση Διαδικτύου

Στο σημείο αυτό επισημαίνεται ότι ο όρος εξάρτηση αν και έχει παραδοσιακά χρησιμοποιηθεί για να περιγράψει το βιολογικό εθισμό από μία ή περισσότερες

ουσίες (Holden, 2001), έχει χρησιμοποιηθεί και για την «υπερβολική» χρήση των υπηρεσιών του διαδικτύου. Μία ποικιλία όρων έχει διατυπωθεί, προκειμένου να απεικονίσει αυτή τη συμπεριφορά, όπως «εξάρτηση από το διαδίκτυο» “Internet addiction” (Bai, Lin, & Chen, 2001; Mitchell, 2000; Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla, & McElroy, 2000; Young, 1998), «παθολογική χρήση του διαδικτύου» “pathological Internet use” (Davis, 2001), «προβληματική χρήση του διαδικτύου» “problematic Internet use” (Davis, Flett, & Besser, 2002), «παρορμητική χρήση του διαδικτύου» “compulsive internet use” (Widyanto, L., & Griffiths, M., 2006), «εξάρτηση από τον κυβερνοχώρο» “cyberspace addiction” (Davis, Flett, & Besser, 2002. Hur, 2006) και «διαταραχή της εξάρτησης από το διαδίκτυο» “internet addiction disorder” (Goldberg, 1996). «Εξάρτηση από το διαδίκτυο είναι η αδυναμία ελέγχου της χρήσης του ιστού, που οδηγεί σε αισθήματα πίεσης, άγχους και δυσλειτουργικές συμπεριφορές σε καθημερινές δραστηριότητες» (Shapira, N., Lessig, M., Goldsmith, T., Szabo, S., Lazoritz, M., Gold, M. et al., 2003). Ένας άλλος ορισμός είναι «η παρορμητική υπέρχρηση του διαδικτύου, της οποίας η στέρηση ακολουθείται από ευερέθιστη ή δυσθυμική συμπεριφορά» (Mitchell, 2000, p. 62).

Οι ερευνητές έχουν περιγράψει ένα σύνδρομο εντατικής ενασχόλησης με τον παγκόσμιο ιστό (Chou, 2001; Treuer, Fabian, & Furedi, 2001), όπου υπέρμετρες ποσότητες χρόνου δαπανούνται, γίνεται παρορμητική χρήση του, παράλληλα με την αίσθηση ότι ο κόσμος έξω από αυτόν είναι βαρετός. Οι φορείς του συνδρόμου τείνουν να ενοχλούνται από τα εξωτερικά ερεθίσματα όταν είναι συνδεδεμένοι, ενώ έχουν συνήθως μειωμένη κοινωνική αλληλεπίδραση σε πραγματικό επίπεδο με άλλα άτομα (Kraut et al., 1998). Επιπρόσθετα, έχει διαπιστωθεί, ότι τα άτομα που κάνουν

κατάχρηση του μέσου, ταλαιπωρούνται συχνά από ένα έντονο αίσθημα μοναξιάς και κατάθλιψης (Nalwa & Anand, 2003; Whang, Lee, & Chang, 2003).

Πρόσφατες μελέτες καταδεικνύουν, ότι η χρήση του παγκόσμιου ιστού (World Wide Web) συνδέεται δυνητικά με αρνητικές εμπειρίες, όπως είναι η εξάρτηση από το διαδίκτυο (Young, 1998). Το φαινόμενο αυτό φαίνεται να συσχετίζεται με καταστροφικές συνέπειες, σε ότι αφορά στην ψυχολογική επάρκεια του ατόμου (Kraut et al., 1998). Καθώς το περιεχόμενο και η δομή του παγκόσμιου ιστού εξελίσσονται, αυτό το εικονικό, υπερεπικοινωνιακό περιβάλλον ενσωματώνει ολοένα και περισσότερες λειτουργίες, στο εύρος των διαφορετικών δραστηριοτήτων που προσφέρει. Ο ιστός καταλήγει να διαμορφώνεται σε ένα πολυδιάστατο πλαίσιο, που προσφέρει τη δυνατότητα εμπλοκής σε δραστηριότητες διασκέδασης, εξερεύνησης, επικοινωνίας, γνώσης και μάθησης (Chen et al. 1999).

Σε ακολουθία με το πλήθος των εφαρμογών του παγκόσμιου ιστού, μεγάλη φαίνεται να είναι και η απήγηση του μέσου. Ενδεικτικά αναφέρεται ότι, από τα 301 εκατομμύρια Αμερικάνους, τα 215 εκατομμύρια (71,4%) χρησιμοποιούν το διαδίκτυο (internet World Stats 2007). Στο καθολικό σχεδόν εύρος, του πληθυσμού των χρηστών του διαδικτύου, το ποσοστό που συναντά δυσκολίες δείχνει αξιολογήσιμο. Μελέτη με δείγμα 2513 άτομα έδειξε, ότι το 13,7% αντιμετώπιζε δυσκολίες στο να παραμείνει εκτός σύνδεσης για σύντομα χρονικά διαστήματα, ενώ το 12,4% παρέμενε συνδεδεμένο για περισσότερο από όσο σχεδίαζε (Aboujaoude, Koran, Gamel, Large & Serpe, 2009). Η πρώτη η οποία διαπραγματεύτηκε τις συμπεριφορές που σχετίζονται με την προβληματική και πιθανά εξαρτητική χρήση του διαδικτύου ήταν η Young (1998). Τις θέσεις της Young επέκτεινε ο Carlan

(2003, 2007) ο οποίος και πλαισίωσε πιο ολοκληρωμένα θεωρητικά το φαινόμενο της προβληματικής χρήσης του διαδικτύου.

Σύμφωνα με την Young (1998, 2004) μια διαδικτυακή δραστηριότητα παίρνει διαστάσεις έμμονης ιδέας, όταν η ενασχόληση με αυτή περιορίζει άλλες σημαντικές για την κοινωνική ζωή του ατόμου λειτουργίες. Επισημαίνεται επιπρόσθετα, ότι η θέληση για εμπλοκή στη δραστηριότητα έχει υπερβολική αξία για το άτομο, ενώ οι προσπάθειες χρονικού περιορισμού της αποτυγχάνουν. Κάθε εμπλοκή σε δραστηριότητα με τα παραπάνω χαρακτηριστικά, έχει ποιότητες εξάρτησης.

Τα παραπάνω στοιχεία συμπληρώνει η σημαντική διάσταση της αυξανόμενης ανοχής (Tolerance) του οργανισμού σε μια ουσία ή σε μια συμπεριφορά. Η έννοια της ανοχής περιγράφει την ανάγκη για ολοένα και μεγαλύτερες δόσεις της ουσίας ή της συμπεριφοράς, ώστε να επιτευχθεί το επιθυμητό αποτέλεσμα (Samet, Waxman, Hatzenbeuhler, & Hasin, 2007). Ο Griffiths το 2001 επισήμανε ότι το φαινόμενο της ανοχής εμπεριέχεται σε αυτοαναφορές που αφορούν το ολοένα κι αυξανόμενο ποσό μίας δραστηριότητας, που χρειάζεται για να αισθανθεί ευχαρίστηση το άτομο. Σύμφωνα με τον Carlan (2003-2007) μια συμπεριφορά, όπως η χρήση του διαδικτύου, καθίσταται προβληματική όταν, λόγω ίσως της ανοχής, αποκτά μεγάλες διαστάσεις, παρακωλύει απαραίτητες καθημερινές δραστηριότητες του ατόμου και το άτομο αδυνατεί να την ελέγξει. Εύλογα, δραστηριότητες που ανταμείβονται αυτοδύναμα, είναι δυνατόν να γίνουν προβληματικές ή έχουν περισσότερες πιθανότητες να αναπτύξουν «προβληματικά» χαρακτηριστικά, αφού δυνητικά προξενούν ροή. Ως τέτοιες δραστηριότητες, πέρα από το διαδίκτυο προσδιορίστηκαν

μεταξύ άλλων, τα τυχερά παιχνίδια, η πορνογραφία και ο σχετιζόμενος με αυτήν αυνανισμός, η ωμή βία καθώς κι η βίαιη πρόσβαση στη ζωή των πλουσίων και των διασήμων (Griffiths 2001).

Ταυτόχρονα, μία μερίδα μελετητών έχει προτείνει την ύπαρξη ψυχοτρόπου δράσης του διαδικτύου, μέσω της ανάπτυξης και υιοθέτησης ενός φανταστικού εαυτού- ταυτότητας (virtual Self), που τελικά απομονώνει το χρήστη από τον πραγματικό κόσμο (Allison et al, 2006). Καταληκτικά, έχουν ήδη πρόσφατα διατυπωθεί προβληματισμοί σε σχέση με την πιθανή ένταξη της κατάχρησης του διαδικτύου στην προσεχή πέμπτη αναθεώρηση του DSM, είτε στο φάσμα των διαταραχών του ελέγχου των παρορμήσεων, είτε εκείνων της εξάρτησης από ουσίες, είτε τέλος των διαταραχών που συνδέονται με ψυχαναγκαστική καταναγκαστική συμπεριφορά (Potenza, 2006).

Ενδεικτική του αυξανόμενου ενδιαφέροντος και προβολής που συγκεντρώνουν οι προβληματισμοί γύρω από το φαινόμενο της προβληματικής ή εξαρτητικής φύσης, της χρήσης του ιστού, είναι η μεγάλη αύξηση της συγγενούς ηλεκτρονικής αρθρογραφίας (Byun et al., 2008). Το εκρηκτικό σχεδόν ενδιαφέρον γύρω από τη δυσλειτουργική χρήση του διαδικτύου, αποδίδεται ίσως στις συναισθηματικές, ψυχολογικές και κοινωνικές του παραμέτρους (De Angelis, 2000) καθώς και στην εμπλοκή του σε πολλές πλευρές της καθημερινής δραστηριότητας (Yang & Tung, 2007). Ωστόσο αν και έχει παρέλθει περισσότερο από μία δεκαετία ακαδημαϊκής έρευνας, η έννοια της εξάρτησης από το διαδίκτυο δεν έχει ακόμα ολοκληρωμένα προσδιοριστεί, διανύοντας μάλλον τη «βρεφική» της περίοδο (Yang & Tung, 2007).

Πριν μεταβούμε στην παράθεση των εξειδικευμένων διαγνωστικών προτάσεων, είναι καίριας σημασίας η διάκριση της προβληματικής και της εντατικής χρήσης του μέσου. Σημειώνεται εύλογα ότι υπάρχει περίπτωση να γίνεται εντατική χρήση του μέσου λόγω εργασίας, λόγω οικονομικών δραστηριοτήτων, επικοινωνίας με σημαντικούς ανθρώπους ή αναζήτησης σημαντικών πληροφοριών χωρίς αυτή να είναι προβληματική (Σταυρόπουλος, 2009).

1.3.1.1. Διαταραχές του ελέγχου των παρορμήσεων & προβληματική χρήση του διαδικτύου

Πολλοί ερευνητές έχουν αναπτύξει εργαλεία για να εκτιμήσουν το βαθμό εξάρτησης ή εθισμού από τον ιστό (Tsai & Lin, 2001). Ο μεγαλύτερος ωστόσο όγκος μελετών στο συγκεκριμένο πεδίο έχει γίνει από τους Young και Case (2004). Το 1998, η Young πρότεινε μία δέσμη κριτηρίων για τη διάγνωση της εξάρτησης από το διαδίκτυο, στη βάση των κριτηρίων του DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995), για την παθολογική χαρτοπαιξία (Young, 1998). Ειδικότερα επέλεξε οκτώ από τα δέκα κριτήρια της «παθολογικής χαρτοπαιξίας», τα οποία αξιολόγησε ως πιο κατάλληλα για την περιγραφή της παθολογικής χρήσης του μέσου: προσκόλληση στον παγκόσμιο ιστό, μία ανάγκη για αυξημένο χρόνο παραμονής σε σύνδεση ώστε να επιτευχθεί ένα επίπεδο ικανοποίησης, επανειλημμένες αποτυχημένες προσπάθειες περικοπής του χρόνου παραμονής, ευερεθιστότητα, κατάθλιψη ή ύφεση της διάθεσης όταν η χρήση περιορίζεται, παραμονή στη σύνδεση περισσότερο από όσο αρχικά ήταν προγραμματισμένο, διακινδύνευση μίας δουλειάς ή μίας εργασίας εξαιτίας της χρήσης του ιστού, ψευδείς δηλώσεις στους άλλους σε σχέση με τον πραγματικό χρόνο χρήσης, και παραμονή στη σύνδεση ως ένας τρόπος ρύθμισης της διάθεσης. Η

Young υποστήριξε, ότι η πλήρωση πέντε των οκτώ αυτών κριτηρίων, είναι ικανή για την τοποθέτηση της διάγνωσης. Ο προσδιορισμός αυτός υπερβαίνει τον αριθμό των κριτηρίων για την διάγνωση της παθολογικής χαρτοπαιξίας, η οποία απαιτεί πέντε από τα δέκα κριτήρια, που αυτή περιλαμβάνει.

Μάλιστα το 2001, οι Beard και Wolf πρότειναν την τροποποίηση των αρχικών κριτηρίων της Young, προκειμένου η διάγνωση να γίνει περισσότερο ακριβής. Συγκεκριμένα εισηγήθηκαν ότι τα πρώτα πέντε κριτήρια, δεν περιορίζουν απαραίτητα από μόνα τους το βαθμό λειτουργικότητας κάποιου και κατ' επέκταση δεν είναι ικανά για την ισχύ της υποψήφιας διάγνωσης, αν δεν συναντώνται όλα μαζί, παράλληλα με ένα από τα τρία επόμενα.

Το 2005 ο Rice, τονίζοντας την παρορμητική διάσταση, όπως και η Young, όρισε την εξάρτηση από το διαδίκτυο ως «την τάση προς μία παρορμητική χρήση του διαδικτύου, που παρεμποδίζει τη δυνατότητα κάποιου να έχει μία φυσιολογική ζωή». Στο ίδιο μήκος κύματος, η προβληματική χρήση του διαδικτύου ορίστηκε ως «μία διαταραχή του ελέγχου των παρορμήσεων, κατά την οποία το άτομο βιώνει μία κλιμακούμενη ένταση ή διέγερση πριν από τη χρήση του ιστού και μία αίσθηση ικανοποίησης ή ανακούφισης μετά την ολοκλήρωση της συμπεριφοράς (Shapira et al., 2003, σελ. 212). Σημειώνεται ωστόσο, ότι προκειμένου να τοποθετηθεί η διάγνωση της διαταραχής του ελέγχου των παρορμήσεων σε σχέση με τη χρήση του διαδικτύου, προτάθηκε ως κριτήριο αποκλεισμού η μη εκδήλωση της συμπεριφοράς στα πλαίσια άλλης πρωτεύουσας διαταραχής (Shapira et al., 2003, σελ. 213).

Ειδικότερα η προβληματική χρήση διαδικτύου ορίστηκε ως ανεξέλεγκτη, ιδιαίτερα αποσυμφορητική, χρονικά δαπανηρή χρήση του ιστού, με κοινωνικές, επαγγελματικές και λειτουργικές συνέπειες, όχι απαραίτητα παρούσα παράλληλα με μανιακά ή υπομανιακά επεισόδια (Sharira et al, 2000). Μάλιστα στη μελέτη του Sharira το 2000 επισημαίνεται, ότι και τα είκοσι κλινικά περιστατικά κατάχρησης διαδικτύου, που αποτέλεσαν το δείγμα του, πληρούσαν επίσης τα κριτήρια της διαγνωστικής κατηγορίας των διαταραχών του ελέγχου των παρορμήσεων. Καταληκτικά και άλλες πιο συνθετικές διαγνωστικές προτάσεις για το φαινόμενο, αξιοποίησαν κριτήρια των διαταραχών του ελέγχου των παρορμήσεων, ταυτόχρονα με κριτήρια ψυχαναγκαστικών – καταναγκαστικών διαταραχών και εξαρτήσεων (Aboujaoude et al, 2009). Σε κάθε περίπτωση, προκρίνεται ως προϋπόθεση για την τοποθέτηση της διάγνωσης η πλήρωση του κριτηρίου της ανεξέλεγκτης και παρατεταμένης παραμονής στον ιστό (Sharira, 2000).

Σημειώνεται ότι η Young βρήκε ότι περισσότεροι από τους μισούς που λάμβαναν τη διάγνωση της εξάρτησης από το διαδίκτυο, που η ίδια είχε προτείνει, χρησιμοποιούσαν το μέσο για λιγότερο από ένα χρόνο. Το εύρημα αυτό, που επιβεβαιώθηκε αργότερα και από άλλες μελέτες (Kraut et al., 1998), δείχνει ότι οι νέοι χρήστες είναι πιο επιρρεπείς σε παθολογική χρήση του μέσου (Douglas et al, 2008). Επιπρόσθετα φαίνεται, ότι η κατάχρηση τείνει να υποχωρεί προοδευτικά και ίσως θα πρέπει να προστεθεί σαν επιπλέον κριτήριο της διάγνωσης, η μεγαλύτερη του ενός έτους, διάρκεια έκθεσης στον ιστό.

Τέλος έχουν προταθεί εξειδικευμένα κριτήρια για την τοποθέτηση της διάγνωσης σε εφήβους (DC-IA-A, Diagnostic Criteria Internet Addiction

Adolescents), βασισμένα σε μία εμπειρική διαγνωστική αξιολόγηση συνεντεύξεων (Ko et al, 2005) με αφετηρία τις εισηγήσεις της Young. Ειδικότερα, το κριτήριο A πληρείται όταν ικανοποιούνται 6 από τα 9 χαρακτηριστικά συμπτώματα της εξάρτησης από το διαδίκτυο, όπως αυτά περιγράφηκαν από την Young, με την προσθήκη ενός επιπλέον. Το κριτήριο B, περιγράφει δευτεροπαθή λειτουργική έκπτωση εξαιτίας της χρήσης του μέσου. Τέλος, το κριτήριο Γ καταγράφει στοιχεία αποκλεισμού της διάγνωσης. Σύμφωνα με την εν λόγω μελέτη, τα ανωτέρω κριτήρια έχουν υψηλή ακρίβεια, ειδικότητα και ευαισθησία στη διευκρίνιση διαφορετικών βαθμών επιβάρυνσης από τη χρήση του διαδικτύου (Ko et al, 2005).

Αντίστοιχη προσπάθεια διαμόρφωσης ειδικού πλαισίου διαγνωστικών κριτηρίων για την προβληματική χρήση διαδικτύου έγινε στην ίδια θεωρητική βάση με τα DC-IA-A, και για την ηλικιακή ομάδα των φοιτητών τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, γνωστότερη και ως DC-IA-C (Ko et al, 2009). Οι περισσότεροι ωστόσο ερευνητές επικαλέστηκαν τα κριτήρια της Young, σε απόπειρες να ορίσουν το βαθμό εξάρτησης από το διαδίκτυο, στα υποκείμενα που συμμετείχαν στις έρευνές τους (Chou, 2001, Tsai & Lin, 2003, Whang et al., 2003).

Όσον αφορά στη σχέση της εξάρτησης από το διαδίκτυο με τις διαταραχές του ελέγχου των παρορμήσεων τονίζεται ότι, τα άτομα που αδυνατούν να ελέγξουν την παρόρμηση συναντούν δυσκολίες στο συλλογισμό και στην αντίληψη των συνεπειών των πράξεών τους. Έτσι, εμπλέκουν συχνά τον εαυτό τους σε επικίνδυνες καταστάσεις και αντιδρούν με τον λιγότερο ενδεδειγμένο τρόπο. Επίσης, είναι πιο πιθανό να συσχετιστούν με αποκλίνοντα άτομα (Gottfredson & Hirschi, 1990), όπως αναφέρουν οι Bossler και Holt, 2010. Ο παραπάνω ισχυρισμός μπορεί να

ενδεχομένως να εξηγήσει τη σχέση θυτών διαδικτυακού εκφοβισμού με την εξάρτηση από το διαδίκτυο (Stavropoulos, Avdelidou & Motti, 2011; Katzer et al., 2009, Bossler, & Holt 2010).

Επιπρόσθετα, η έννοια της αδυναμίας ελέγχου της παρόρμησης θα μπορούσε να συνεισφέρει στην ερμηνεία της επανειλημμένης παραμονής των έφηβων, που εμπλέκονται σε διαδικτυακή θυματοποίηση, σε τοποθεσίες με μη ασφαλές περιεχόμενο, ή που υπάρχει υψηλό ρίσκο για αλληλεπίδραση με χρήστες επιθετικού χαρακτήρα. Άλλες σχετικές πλευρές της συμπεριφοράς των θυμάτων μπορεί να είναι: η σύναψη «φιλίας» με συνομήλικους αμφιβόλων προθέσεων μέσω διαδικτύου (Bossler, & Holt 2010) και η αποκάλυψη προσωπικών δεδομένων, λόγω ανικανότητας αυτορρύθμισης ως προς την παρόρμηση.

1.3.1.2. Διαταραχές της εξάρτησης από ουσίες & εξάρτηση από το διαδίκτυο

Παράλληλα ωστόσο με την προσπάθεια της Young, αναπτύχθηκαν και άλλες διαγνωστικές προτάσεις για τον ακριβέστερο προσδιορισμό της «υποψήφιας» διαταραχής. Αναλυτικότερα, ο Goldberg το 1996 όρισε τη διαταραχή της εξάρτησης από το διαδίκτυο, ως μία συμπεριφορά εθισμού, που εδραιώνεται σαν μηχανισμός διαχείρισης του άγχους, δανειζόμενος κριτήρια από τις διαταραχές της εξάρτησης από ουσίες του DSM-IV (Garrison & Long, 1995, Goldberg, 1996). Υπογραμμίζεται ότι παρόμοια θέση είχε υποστηριχθεί νωρίτερα και από άλλους θεωρητικούς (Brown, 1991).

Στην ίδια κατεύθυνση ο Griffiths το 1998 πρότεινε, ότι κάθε συμπεριφορά χρήσης του ιστού που ικανοποιεί έξι πυρηνικά στοιχεία εξάρτησης: Συστηματικότητα, τροποποίηση της διάθεσης, ανθεκτικότητα, συμπτώματα στέρησης, συγκρούσεις και υποτροπές, χαρακτηρίζεται λειτουργικά εξαρτητική. Το 2000 μάλιστα, ο ίδιος θεωρητικός διατύπωσε τον όρο τεχνολογικές εξαρτήσεις, υποστηρίζοντας ότι εκεί περιλαμβάνεται και η εξάρτηση από τον παγκόσμιο ιστό, ως μία ευρεία υποκατηγορία συμπεριφορικών εξαρτήσεων (Griffiths, 2000).

Ένας ορισμός που συγκλίνει στην ταξινόμηση της προβληματικής χρήσης του διαδικτύου στο φάσμα των εξαρτητικών διαταραχών, είναι αυτός του Tomer το 2001. Σύμφωνα με τον ορισμό αυτό, η κατάχρηση του διαδικτύου είναι μία συμπεριφορική μορφή εξάρτησης με βάση την ύπαρξη πέντε κύριων χαρακτηριστικών: (1) Μία συνήθεια, ως αποτέλεσμα μίας μακράς σειράς επιλογών. (2) Εξάρτηση από κάτι ουσιαστικό για τη λειτουργία του ατόμου. (3) Παρόρμηση προς μία καταστροφική συμπεριφορά (4) στερητικές συμπεριφορές (5) επιβλαβείς αρνητικές συνέπειες εξαιτίας της ενεργοποίησης της συμπεριφοράς.

Στο ίδιο πλαίσιο ο Holden το 2001 εισηγήθηκε ότι η παθολογική χαρτοπαιξία, οι συμπεριφορές υπερφαγίας ή αφαγίας, η παρορμητική σεξουαλικότητα και η κατάχρηση διαδικτυακών εφαρμογών μοιράζονται ένα κοινό νευροβιολογικό υπόβαθρο με την εξάρτηση από ουσίες, προτείνοντας ως περιληπτική ονομασία τον όρο «συμπεριφορικές εξαρτήσεις». Την ίδια χρονική περίοδο οι συμπεριφορικές εξαρτήσεις ορίζονται ως: μία υπερβολική «όρεξη», που περιλαμβάνει μία ισχυρή προσκόλληση στην επιθυμούμενη δραστηριότητα, τόσο

ώστε ο έλεγχος να εκμηδενίζεται και η ίδια η συμπεριφορά να εμφανίζεται νοσηρή (Orford, 2001).

Αντίστοιχα, υποστηρικτική της ένταξης της κατάχρησης του διαδικτύου στο φάσμα των εξαρτήσεων ήταν και η τοποθέτηση του Charlton το 2002 και των Martin & Petry το 2005. Ως απόρροια των προηγηθέντων, επιχειρήθηκε να διαμορφωθεί ένα διαγνωστικό εργαλείο με πρότυπο τα κριτήρια των εξαρτήσεων, όπως αυτά προτείνονται στο DSM-IV (APA, 1994). Το εργαλείο αυτό περιλάμβανε επτά κλειστές ερωτήσεις, σωστού ή εσφαλμένου, στη βάση προγενέστερης θεωρητικής πρότασης (Anderson, 2001). Τέλος διατυπώθηκαν προσεγγίσεις, που αν και αναγνωρίζουν τη συμπεριφορά κατάχρησης του διαδικτύου ως εξάρτηση, συγκροτούν για την περιγραφή της ψυχομετρικά εργαλεία, αναφερόμενα σε προβληματική χρήση του διαδικτύου γενικότερα (Demetrovics, Szeredi & Rozsa, 2008).

1.3.1.3. Κατάχρηση Διαδικτύου & Ψυχναγκαστικές- Καταναγκαστικές Συμπεριφορές

Μία μεγάλη μερίδα επιστημόνων προτείνει την εγγραφή της κατάχρησης του διαδικτύου στα πλαίσια των ψυχναγκαστικών- καταναγκαστικών διαταραχών. Το κύριο επιχείρημα της πρότασης αυτής είναι η ύπαρξη μίας διέγερσης που εξουδετερώνεται από τη συμπεριφορά της χρήσης του διαδικτύου, με ένα καταναγκαστικό τρόπο (Treuer, Fabian & Furedi, 2001). Η παρατήρηση αυτή αποτελεί την ερευνητική βάση της θέσης ότι η κατάχρηση του διαδικτύου είναι μία υποκατηγορία της ήδη υπάρχουσας διάγνωσης της ψυχναγκαστικής-

καταναγκαστικής διαταραχής (Treuer, Fabian & Furedi, 2001). Άλλοι μάλιστα θεωρητικοί υποστηρίζουν, ότι συναντάται μεγάλη επικάλυψη της κλινικής εικόνας, ανάμεσα στις διαγνωστικές κατηγορίες των διαταραχών του ελέγχου των παρορμήσεων και των εξαρτήσεων, με ψυχαναγκαστικές καταναγκαστικές συμπεριφορές (Grant & Potenza, 2006).

Οι οπαδοί της άποψης αυτής, υποστηρίζουν την υιοθέτηση μίας ευρύτερης οικογένειας διαταραχών, που θα περιλαμβάνει εξαρτητικές, παρορμητικές και ψυχαναγκαστικές- καταναγκαστικές συμπεριφορές, μεταξύ των οποίων και την κατάχρηση του διαδικτύου (Grant & Potenza, 2006). Στην ίδια κατεύθυνση, ισχυρές συσχετίσεις έχουν εντοπιστεί μεταξύ της παθολογικής χρήσης διαδικτύου και Ψυχαναγκαστικών – Καταναγκαστικών συμπτωμάτων, συνοδευόμενες μάλιστα, από σημαντικές εκδηλώσεις αποδιοργάνωσης (Bernardi & Pallanti, 2009). Με αφετηρία τα παραπάνω και άλλα ερευνητικά και ακαδημαϊκά επιχειρήματα, χρησιμοποιείται ήδη ο όρος, Διαταραχή της Ψυχαναγκαστικής – Καταναγκαστικής Χρήσης διαδικτύου (Impulsive-Compulsive Internet Usage Disorder), με αγγλόφωνο αρκτικόλεξο «IC-IUD», για την περιγραφή του φαινομένου (Dell' Oso, Altamura, Hadley, Baker & Hollander, 2006).

1.3.1.4. Ενστάσεις στα προτεινόμενα διαγνωστικά κριτήρια.

Σε κάθε περίπτωση, και παρά τις εισηγήσεις για τη θεώρηση μίας νέας διαγνωστικής κατηγορίας, που να αφορά την κατάχρηση του μέσου (Bai et al., 2001), αυτή δεν έχει συμπεριληφθεί στο DSM-IV ή τις πιο πρόσφατες αναθεωρήσεις του.

Στο πλαίσιο αυτό, η ίδια η Young το 1998, υπογράμμισε ως περιορισμό των συμπερασμάτων της, ότι οι άνθρωποι μπορεί να εκδηλώνονταν εξαρτητικά ως προς διαθέσιμες εφαρμογές του διαδικτύου και όχι ως προς αυτό καθεαυτό το διαδίκτυο συνολικά. Στην ίδια κατεύθυνση, ο Davis το 2001, που έχει περιγράψει τις συμπεριφορές αυτές με τον όρο «παθολογική χρήση του διαδικτύου» ‘pathological Internet use’. Ο ίδιος θεωρητικός πρότεινε τη διάκριση της υποψήφιας διάγνωσης σε ειδική και γενικευμένη παθολογική χρήση το ιστού, ανάλογα με το πλήθος των εφαρμογών εθισμού. Μάλιστα, με αφετηρία τις ποιοτικές διαφορές της χρήσης του ίντερνετ, υποστηρίχθηκε, ότι οι εθιστικές συμπεριφορές στο δίκτυο δεν έχουν να κάνουν τόσο με το ίδιο το μέσο, όσο με το υλικό που είναι διαθέσιμο σε αυτό. Η υπόθεση αυτή περιλαμβάνει τα τυχερά παίγνια, το Chatting και τις αγορές, οι οποίες επακόλουθα δεν αποτελούν από μόνες τους διαγνωστική κατηγορία (Davis 2001, Davis et al., 2002, Griffiths 2000, Tsai & Lin, 2003).

Έχει επίσης παρατηρηθεί, ότι η κατάχρηση υπηρεσιών του ιστού, μοιράζεται κάποια κοινά χαρακτηριστικά με τις διαταραχές ελέγχου των παρορμήσεων (Beard & Wolf, 2001; Shapira et al., 2000; Treuer et al., 2001). Η παρατήρηση αυτή, ώθησε κάποιους μελετητές να προτείνουν την καταγραφή της προβληματικής χρήσης του, ως άτυπης διαταραχής του ελέγχου των παρορμήσεων, σχετιζόμενης με την υπέρμετρη χρήση του μέσου. Όσον αφορά το ενδεχόμενο αυτό, αξίζει να σημειωθεί η ένσταση μίας μερίδας επιστημόνων, που μιλά ειδικότερα για έλλειψη κατασκευαστικής εγκυρότητας της υποψήφιας διάγνωσης, αφού επικαλύπτεται σε μεγάλο βαθμό με ήδη υπάρχουσες πρωτεύουσες διαγνωστικές κατηγορίες (π.χ. άτυπη διαταραχή του ελέγχου των παρορμήσεων)(Shaffer et al, 2000, Block, 2008).

Έτσι συγκροτήθηκαν δύο διαφορετικές προσεγγίσεις στη μελέτη της μη λειτουργικής χρήσης του μέσου: Η πρώτη, που υποστηρίζει την ξεχωριστή καταγραφή της εξάρτησης από το διαδίκτυο, ως αυτόνομης νοσολογικής οντότητας. και η δεύτερη, που θεωρεί, ότι αυτοί που υποφέρουν από την κατάχρηση του μέσου, είναι στην πραγματικότητα εξαρτημένοι από την ενίσχυση κάποιας συμπεριφοράς ή λειτουργίας, που αν και διαθέσιμη στο διαδίκτυο, υπάρχει και στον εξωτερικό κόσμο, όπως τα χρήματα ή το σεξ.

1.3.2. Περιγραφή της φαινομενολογίας

Σε αντίθεση με τα προηγθέντα, συναντάται μεγαλύτερη ομοφωνία όσον αφορά στην περιγραφή του φαινομένου. Στην παράγραφο που ακολουθεί, γίνεται προσπάθεια να αποδοθεί η ειδικότερη εικόνα παραμέτρων της κατάχρησης του διαδικτύου. Αναλυτικότερα γίνεται αναφορά στα επιδημιολογικά μεγέθη, τη διάρκεια χρήσης, τις συνθήκες και τις υψηλού κινδύνου διαδικτυακές εφαρμογές. Στο τέλος της παραγράφου γίνεται εκτενής αναφορά στην ελκυστικότερη-εθιστικότερη ίσως για την εφηβική κοινότητα διαδικτυακή εφαρμογή, τα παιχνίδια ρόλων.

1.3.2.1. Επιδημιολογικά μεγέθη

Όσοι ορίζουν το διαδίκτυο ως ανεξάρτητη διαγνωστική κατηγορία, έχουν αναπτύξει εκτιμήσεις σε σχέση με την επικράτηση της. Τα ποσοστά ωστόσο αυτά της επικράτησης ποικίλουν: από 3% (Mitchell, 2000. Whang et al, 2003), 8.1%

(Morahan-Martin & Schumacher, 2000, Tsai and Lin, 2001), 9.8% (Anderson, 2001), 13% (Scherer & Bost1997), 13.8% (Yang & Tung, 2007), 15% (Bai et al, 2001), 25–30% (Chou, 2001), έως και 80% (Young, 1998). Πολλές από αυτές τις τιμές έχουν εξαχθεί από δεδομένα ελλιπών μεθοδολογικά ερευνών, που έγιναν στον ίδιο τον παγκόσμιο ιστό. Πιο πρόσφατες ερευνητικές προσπάθειες φαίνεται να εκλογικεύουν το ποσοστό των εξαρτημένων από το διαδίκτυο χρηστών στις Η.Π.Α., στο εύρος του 0,3% με 0,7% του πληθυσμού (Shaw & Black, 2008). Οι διακυμάνσεις αυτές οφείλονται ως ένα βαθμό σε διαπολιτιστικές διαφορές, αλλά και το «ψηφιακό» χάσμα, που διαφοροποιεί ανεπτυγμένες από αναπτυσσόμενες χώρες.

Τονίζεται μάλιστα, παρά και την ύπαρξη αντίθετων ερευνητικών ευρημάτων (Egger & Rauterberg, 1996, Hall & Parsons, 2001), η αίσθηση διαφυλικής επικράτησης της υποψήφιας διαταραχής εις βάρος των αγοριών (Yang & Tung, 2007, Lin & Tsai, 2002, Anderson 2001, Lee et al. 2001). Διατυπώνεται παράλληλα η άποψη, ότι κάτι τέτοιο μπορεί να οφείλεται στην μικρότερη συγκριτικά προσβασιμότητα των κοριτσιών σε παραδοσιακές κοινωνίες (Hall & Parsons, 2001). Η θέση αυτή ανατρέπεται ήπια από ευρήματα σε έρευνα με δείγμα Φινλανδούς εφήβους, όπου το 4,7% των κοριτσιών έναντι του 4,6% των αγοριών, εκπληρώνει τα κριτήρια της εξάρτησης από το διαδίκτυο (Kaltiala-Heino, Lintonen & Rimpelä, 2004).

Στην Ελλάδα έχουν μέχρι σήμερα διεξαχθεί δύο έρευνες με δεδομένα για την επικράτηση του φαινομένου σε εφηβικό πληθυσμό. Η παλαιότερη από τη Μονάδα Εφηβικής Υγείας του Νοσοκομείου Παίδων Αγλαΐα Κυριακού ([47](http://www.youth-</p></div><div data-bbox=)

health.gr) σε πληθυσμό εφήβων της περιοχής της πρωτεύουσας, και η δεύτερη σε εφηβικό πληθυσμό της Θεσσαλίας (Σιώμος & Αγγελόπουλος, 2008).

Η έρευνα της Μονάδας Εφηβικής Υγείας με μέσο όρο ηλικίας δείγματος τα 15 έτη, έγινε σε δείγμα 897 εφήβων (430 αγόρια, 467 κορίτσια) (<http://www.youth-health.gr>). Στα ευρήματα της έρευνας αυτής καταγράφηκε ότι 1% από τους εφήβους του δείγματος παρουσίαζαν υπερβολική χρήση διαδικτύου («εθισμός») και 12,8% παρουσίαζαν περιοδικά ή συχνά προβλήματα σχετικά με την κατάχρηση διαδικτύου (χρήση διαδικτύου υψηλού κινδύνου για «εθισμό»).

Στη δευτέρη έρευνα με δείγμα 2200 εφήβους από τη Θεσσαλία, ηλικίας 13 με 18 ετών, παρατηρήθηκε μεγαλύτερο ποσοστό εθισμού, που άγγιζε το 6,1% του μέσου μαθητικού πληθυσμού (Σιώμος & Αγγελόπουλος, 2008) ενώ άλλη εισηγήτρια ανέφερε ότι το ποσοστό των εξαρτημένων μαθητών στο Βόλο είναι 10% (Αβαγιανού, 2010). Το ίδιο αυτό ποσοστό ανέβαινε στο 7,7%, μεταξύ των μαθητών που χρησιμοποιούσαν ηλεκτρονικό υπολογιστή. Σημαντικό είναι ότι το προφίλ Θεσσαλών εφήβων που εμφάνιζαν εθισμό στο διαδίκτυο αφορούσε αγόρια με ιδιόκτητο ηλεκτρονικό υπολογιστή, του οποίου έκαναν καθημερινή χρήση. Σημειώνεται ότι τα ευρήματα τα δύο αυτών ερευνών θα περιγραφούν αναλυτικότερα στην παράγραφο 1.8, όπου θα γίνει διεξοδική αναφορά στην Ελληνική ερευνητική, θεραπευτική και νομοθετική πραγματικότητα σε σχέση με την κατάχρηση του διαδικτύου.

Στο σημείο αυτό τονίζεται, ότι η μεγάλη ασάφεια σε σχέση με την επιδημιολογική έκταση του φαινομένου επιχειρείται σε διεθνές επίπεδο να

αντιμετωπιστεί με τη σύσταση επίσημων φορέων καταγραφής. Παρόλο που στην Ευρώπη και την Αμερική ο εθισμός στον ιστό παραμένει ένα εξελισσόμενο φαινόμενο, δεν συναντάμε ενιαίους εθνικούς φορείς καταγραφής του, αλλά κυρίως προσπάθειες επιδημιολογικής περιγραφής από ακαδημαϊκούς φορείς και κέντρα θεραπείας. Ειδικότερα, στην Αγγλία το παρατηρητήριο για τη Δημόσια Υγεία εποπτεύει την εξέλιξη της «Εξάρτησης από τον Ιστό». Ωστόσο σε κάθε ανεπτυγμένη χώρα υπάρχει φορέας καταγραφής της διεξόδου της ευρυζωνικότητας. Σε επίπεδο ηπείρων ωστόσο, το Asia Pacific Internet Research Alliance παρακολουθεί το φαινόμενο σε συνεργασία με τα εθνικά εστιακά σημεία των χωρών της Ασίας (Χρόνη & Σταυρόπουλος, 2010).

Στην Κορέα, τη χώρα με τα υψηλότερα ποσοστά ευρυζωνικής διεξόδου παγκοσμίως και υψηλά επιδημιολογικά μεγέθη εθισμού στον ιστό, λειτουργεί από το Υπουργείο Πληροφοριών και Επικοινωνιών (MIC) το Korea Agency for Digital Opportunity and Promotion (KADO), στα πλαίσια του οποίου από το 2002 λειτουργεί το επίσημο κέντρο θεραπείας της «Εξάρτησης από τον Ιστό» (Center for Internet Addiction Prevention and Counselling, CIPC) (Χρόνη & Σταυρόπουλος, 2010). Το CIPC ξεκίνησε να παρέχει υπηρεσίες τηλεσυμβουλευτικής, ενώ η συλλογή δεδομένων γίνεται διαδικτυακά. Τα άτομα, με αίτημα για θεραπεία, συμπληρώνουν ψηφιακά αίτηση και διαγνωστική κλίμακα εθισμού και στη συνέχεια παραπέμπονται σε ένα από τα ενενήντα κέντρα απεξάρτησης, όπου λαμβάνεται λεπτομερές ιστορικό και ενημερώνεται το υπάρχον αρχείο θεραπείας. Επιπρόσθετα, το KADO έχει εντάξει στις δραστηριότητες του την προαγωγή υγιούς κουλτούρας σχετικά και με την χρήση των νέων τεχνολογιών, την πρόληψη της κατάχρησης του διαδικτύου και την επίβλεψη της εθνικής εκστρατείας για την πρόληψη του ηλεκτρονικού εγκλήματος. Πρόκειται για φορέα πολλαπλών στόχων, παράλληλα με τη διάδοση

του διαδικτύου, καταγράφει και τις προβληματικές χρήσεις του (εξάρτηση από το διαδίκτυο, ηλεκτρονικό έγκλημα) (Χρόνη & Σταυρόπουλος, 2010).

Αντίστοιχα, στην Κίνα ιδρύθηκε ως μη κερδοσκοπικός οργανισμός το 1997, το Internet Network Information Center (CNNIC), το οποίο διοικητικά ανήκει στη Κινεζική Ακαδημία Επιστημών (CAS), μέχρι σήμερα έχει εκδώσει είκοσι τέσσερις ετήσιες εκθέσεις, σχετικά με την ανάπτυξη του διαδικτύου στην Κίνα. Ταυτόχρονα το ινστιτούτο έρευνας ψυχιατρικής του Πεκίνου και άλλα ινστιτούτα της Κινεζικής Ακαδημίας, διενεργούν επίσης έρευνες για τις προβληματικές χρήσεις του ιστού. Το «China Internet Youth Association» έχει διεξάγει τη μεγαλύτερη έρευνα για τη χρήση του διαδικτύου από τους νέους στη Κίνα το 2005 (Χρόνη & Σταυρόπουλος, 2010). Σε διεθνές επίπεδο για τις χρήσεις του διαδικτύου ενημερώνεται το ITU (International Telecommunication Union) (Χρόνη & Σταυρόπουλος, 2010).

1.3.2.2. Διάρκεια

Ο χρόνος παραμονής στο διαδίκτυο των εξαρτημένων χρηστών σύμφωνα με τα κριτήρια της Young, επιχειρήθηκε να προσδιοριστεί σε εβδομαδιαία βάση, καταλήγοντας σε ένα μεγάλο εύρος τιμών. Ειδικότερα, ο εβδομαδιαίος χρόνος χρήσης του διαδικτύου για τους αμερικανικής υπηκοότητας και παραμονής διεγνωσμένους, κυμαίνεται σε: 38 & 1/2 ώρες κατά την Young (1996b), 19 ώρες κατά τον Brenner (1997), 13 ώρες κατά τους Lavin, Marvin, McLarney, Nola και Scott (2000). Αντίστοιχα σε έρευνες που έγιναν σε διεγνωσμένους της Άπω Ανατολής, ο χρόνος παραμονής σε σύνδεση κυμάνθηκε από: 18 ώρες (Lin and Tsai,

2002), 19 ώρες (Chen,1998), 20 ώρες (Chou et al, 1999) έως και 25 ώρες την εβδομάδα (Chou & Hsiao, 2000). Ανάλογα ήταν τα ποσοστά χρόνου κατάχρησης και σε πιο πρόσφατες έρευνες (Yang & Tung, 2007).

Η κλινική σημασία των ευρημάτων αυτών μπορεί εύκολα να αξιολογηθεί, αν ίσως αναλογιστεί κανείς ότι ο επίσημος εβδομαδιαίος χρόνος εργασίας κυμαίνεται σε 35 ώρες εβδομαδιαίως. Τέλος, σε μία συγκριτική μελέτη με δείγμα Φινλανδούς εφήβους φάνηκε ότι, ο μέσος όρος ημερήσιας χρήσης των εξαρτημένων χρηστών κυμαίνεται στις 2,7 ώρες έναντι 1,3 ώρες των υγιών (Kaltiala-Heino, Lintonen & Rimpelä, 2004).

1.3.2.3. Συνθήκες χρήσης

Ως κύριος τόπος κατάχρησης υπηρεσιών του ιστού φαίνεται να είναι για τους, σύμφωνα με τα κριτήρια της Young διεγνωσμένους, τα καφέ του διαδικτύου και όχι εκπαιδευτικά περιβάλλοντα (Yang & Tung, 2007). Φαίνεται επίσης, ότι ο χρόνος κατάχρησης του ιστού διαφοροποιείται στους εθισμένους, σε σχέση με τους υγιείς χρήστες περισσότερο κατά τη διάρκεια της εβδομάδας και λιγότερο κατά τη διάρκεια τους σαββατοκύριακου (Yang & Tung, 2007).

1.3.2.4. Εφαρμογές χρήσης

Ανάλογα, οι εφαρμογές του ιστού, οι οποίες φαίνεται να χαρακτηρίζουν τους εξαρτημένους σε σχέση με τους υγιείς, φαίνεται πως είναι: Η αναζήτηση σε τράπεζες

πληροφοριών, η παραλαβή μουσικών αρχείων για την δημιουργία δισκίων μουσικής, το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, τα παιχνίδια εικονικής πραγματικότητας και η παρακολούθηση πορνογραφικού υλικού (Yang & Tung, 2007).

Ειδικότερα, όσον αφορά τις εφαρμογές με αλληλεπιδραστικό χαρακτήρα, όπως το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο και τα δωμάτια άμεσης ηλεκτρονικής συζήτησης «chatrooms», φαίνεται ότι το χαρακτηριστικό, που κυρίως ευθύνεται για την εθιστική τους φύση, είναι η κοινωνικοποιητική τους δυνατότητα (Grohol, 2005). Το συμπέρασμα αυτό ενισχύεται και από άλλα ερευνητικά ευρήματα, που αναδεικνύουν την ηλεκτρονική κοινωνικοποίηση, ως έναν από τους μαγνήτες, που εξηγούν την εξαρτησιογόνο φύση του ιστού (Preece, 2000). Στην ίδια κατεύθυνση, είναι χαρακτηριστική η δραματική αύξηση των ιστοσελίδων με διαδραστικό – κοινωνικοποιητικό χαρακτήρα στην περίοδο 2005-2006 (Walker, 2006). Στο σημείο αυτό, αξίζει να σημειωθεί η πεποίθηση, ότι οι δυνατότητες του ιστού, όσο κοινωνικοποιητικές είναι σε ηλεκτρονικό επίπεδο, τόσο απομονωτικές μπορεί να καταλήξουν να είναι σε πραγματικό (Grohol, 2005. Douglas et al, 2008).

1.3.2.5. Παιχνίδια Εικονικής Πραγματικότητας- Προσωπικότητας: MMORPGs (Massively Multiplayer Online Role PC Games)

Ειδικότερα, σημειώνεται η μεγάλη ανάπτυξη που γνωρίζουν τα τελευταία χρόνια τα παιχνίδια σε σύνδεση. Τα παιχνίδια στο διαδίκτυο αξιοποιούν τις δυνατότητες εικόνας και ήχου των υπολογιστών, προκειμένου να διασκεδάσουν τους παίκτες. Επιπρόσθετα, οι πιο πρόσφατες εκδόσεις συνδέουν παίκτες οικουμενικά. Όλο και περισσότεροι άνθρωποι, ειδικότερα έφηβοι, δαπανούν μεγάλες ποσότητες χρόνου συμμετέχοντας σε τέτοια παιχνίδια (Lenhart, Madden, & Hitlin, 2005).

Τα παιχνίδια σε σύνδεση μπορούν ίσως να οριστούν σαν παιχνίδια video ή υπολογιστή, τα οποία προϋποθέτουν ένα δίκτυο υπολογιστών ή πιο συχνά το διαδίκτυο. Το είδος αυτό παιχνιδιού παρέχει τη δυνατότητα αντιπαράθεσης με άλλους παίκτες, χωρίς αυτοί να βρίσκονται στον ίδιο χώρο ή ακόμα και στην ίδια ήπειρο (Weibel, Wissmath, Habegger, Steiner, Groner, 2008). Οι πρώτες εκδόσεις ήταν παιχνίδια ρόλων, όπου ο παίκτης αντιστοιχίζονταν με μία φιγούρα μέσα στο παιχνίδι, της οποίας είχε τον έλεγχο (RPG) (Weibel, Wissmath, Habegger, Steiner, Groner, 2008).

Τα παιχνίδια σε σύνδεση αποτελούν ηλεκτρονικές εφαρμογές οι οποίες χαρακτηρίζονται από ανωνυμία, ποικιλία μέσων, αλληλεπίδραση σε πραγματικό χρόνο και απουσία ορίων (Lo, Wang, & Fang, 2005). Ανάμεσα στα παιχνίδια που λειτουργούν στο διαδίκτυο, τα παιχνίδια εικονικής πραγματικότητας-προσωπικότητας είναι τα πιο δημοφιλή (Griffiths, Davis, & Chappell, 2004). Χρησιμοποιούν τις οπτικές και ακουστικές δυνατότητες των υπολογιστών και δίνουν στο χρήστη τη δυνατότητα να δημιουργήσει και να υιοθετήσει μία νέα ταυτότητα της οποίας τα στοιχεία (φύλο, ηλικία, επάγγελμα κ.α.) τα έχει επιλέξει ο ίδιος. Ο εικονικός αυτός κόσμος επιτρέπει στον παίκτη να συμμετέχει είτε ατομικά είτε μέσα σε κάποια ομάδα. Παράλληλα, οι χρήστες μπορούν κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού να επικοινωνούν μεταξύ τους γραπτώς, μέσω κειμένου στην οθόνη, σε επίπεδο προσωπικό ή μαζικά (Koo, 2009, p.446-474).

Τα ανωτέρω χαρακτηριστικά των παιχνιδιών στο διαδίκτυο προσφέρουν πολλαπλές εμπειρίες στους χρήστες και δικαιολογούν τη ραγδαία αυξανόμενη χρήση

τους. Οι έρευνες που έχουν γίνει στο παρελθόν στα παιχνίδια στο διαδίκτυο εστιάζουν σε μεγάλο βαθμό στην έννοια της Ροής και στην αντιλαμβανόμενη ευχαρίστηση που αντλεί ο χρήστης (Hsu & Lu, 2004) και λιγότερο στις πολλαπλές διαστάσεις των κινήτρων που ωθούν στα παιχνίδια αυτά. Σημειώνεται πως η έρευνα πάνω στα κίνητρα και τα παιχνίδια σε σύνδεση, έχει οδηγήσει σε αντικρουόμενα αποτελέσματα, πράγμα που υποδηλώνει δυνητικά την πιθανή ύπαρξη ενδιάμεσων μεταβλητών.

Οι πρόσφατες εκδόσεις παιχνιδιών σε σύνδεση χαρακτηρίζονται από πιο περίπλοκα και γραφικά ρεαλιστικότερα, εικονικά περιβάλλοντα (VE), που αναπαριστούν τόσο σκηνικά της καθημερινότητας (π.χ. Second Life), όσο και σκηνικά επιστημονικής ή όχι φαντασίας (π.χ. lineage, World of Warcraft, Everquest). Τα εικονικά αυτά περιβάλλοντα κατοικούνται από ηλεκτρονικές παρουσίες, δηλαδή εικονικούς χαρακτήρες, που ωστόσο ελέγχονται και καθοδηγούνται από ανθρώπους (Weibel, Wissmath, Habegger, Steiner, Groner, 2008). «Παρόλο που οι παρουσίες αυτές στο παιχνίδι μπορούν να δίνουν την εντύπωση, ότι ελέγχονται από τον υπολογιστή, πολλές ελέγχονται από ανθρώπους, που παίζουν, αναπτύσσοντας χαρακτήρες, που λαμβάνουν μέρος στις περιπέτειες του παιχνιδιού (Tamborini & Skalski, 2006, p. 232).

Πλέον, πολλά παιχνίδια σε σύνδεση συνιστούν διαδικτυακές κοινότητες. Το γεγονός αυτό, τα καθιστά κοινωνικές δραστηριότητες, διαφοροποιώντας τα από τα μονοατομικά ηλεκτρονικά παιχνίδια (Weibel, Wissmath, Habegger, Steiner, Groner, 2008). Η χρήση εικονικών χαρακτήρων (avatars) για διάδραση, στα πλαίσια μαζικά παιζόμενων, διαδικτυακών παιχνιδιών ρόλων (MMORPGs) έχει προσλάβει εκρηκτικές διαστάσεις, κυρίως μεταξύ των εφήβων (Lenhart et al., 2005).

Σημειώνεται ότι, ο μέσος χρόνος συμμετοχής σε τέτοια παιχνίδια κυμαίνεται στις 22 ώρες την εβδομάδα (Yee, 2006).

Ως κύρια αιτία, για την μαζική και πολύωρη παραμονή σε εικονικά περιβάλλοντα παιχνιδιών ρόλων, προβάλλεται η δυνατότητα αντιπαράθεσης με άλλους, παράλληλα ηλεκτρονικά παρόντες, παίκτες (Chan & Vorderer, 2006, Heeter, 1992, Vorderer, Hartmann, & Klimmt, 2006). Ειδικότερα, φαίνεται ότι η ηλεκτρονική αντιπαλότητα με άλλους παίκτες αυξάνει την εμπλοκή, την απόλαυση και την αίσθηση ηλεκτρονικής παρουσίας (Weibel, Wissmath, Habegger, Steiner, Groner, 2008). Παράλληλα υποστηρίζεται, ότι η αντιπαράθεση με άλλους παίκτες ενισχύει τα επίπεδα του «Flow» (αυτελική επανάληψη της δράσης, με στόχο την εμπειρία απόλαυσης, στην οποία αυτή καταλήγει) (Weibel, Wissmath, Habegger, Steiner, Groner, 2008).

Όσον αφορά στην Ελλάδα, ενδεικτικά της εξάπλωσης των MMORPGs, αναφέρεται η ανάπτυξη του «ηλεκτρονικού αθλητισμού», στον οποίο, όπως και στον «παραδοσιακό» αθλητισμό, υπάρχουν αγωνίσματα, γήπεδα, τουρνουά, βραβεία και θεατές. Το «αγώνισμα» είναι ένα παιχνίδι (game), ατομικό ή ομαδικό, που έχει ως στόχο να αναδείξει τις δεξιότητες του παίκτη ή της ομάδας που αγωνίζεται. Στους αγώνες αυτούς υπάρχει πλήθος θεατών που παρακολουθούν με διάφορα μέσα (όπως η παρουσία τους στον χώρο των αγώνων, HLTVs-τηλεοράσεις κλπ.) τους διαγωνιζόμενους ή on line από το σπίτι, μέσω HL-TV (Ζωχιός, 2008).

Η Hellenic Gaming League, της οποίας μέλος είναι όλα τα επίσημα σωματεία Ηλεκτρονικού Αθλητισμού, αποτελεί τον επίσημο φορέα στο πεδίο αυτό. Άμεση

ήταν η ανταπόκριση των νησιών που κατέχουν μια από τις πρώτες θέσεις στην κατηγορία, μετά τα μεγάλα αστικά κέντρα. Η Corfu Gaming League ήρθε να οργανώσει την τοπική κοινότητα των e-sports και του gaming. Ένα μεγάλο στοίχημα για την CGL είναι η διοργάνωση, για πρώτη φορά στην Ελλάδα, online tournaments μεταξύ όλων των νησιών και της Πελοποννήσου (Ζωχιός, 2008).

Οι μελέτες στα παιχνίδια σε σύνδεση διακρίνονται σε τρεις κατηγορίες :

1) σε αυτές που αφορούν στα χαρακτηριστικά του εικονικού περιβάλλοντος, 2) σε αυτές που αφορούν στην ψυχολογία των παικτών και τέλος 3) σε εκείνες που αφορούν στους γνωστικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη συμπεριφορά των χρηστών (Koo, 2009, p.446-474).

Η πρώτη κατηγορία εστιάζει σε μεταβλητές όπως i) η ελκυστικότητα του εικονικού ατόμου που αναπαριστά το χρήστη (Slater & Usoh, 1994), ii) η ύπαρξη δυναμικών σκηνών και φυσικών τεχνικών πλοήγησης (Slater, Usoh, Crysanthou, 1995), iii) η κοινωνική σύνταξη, η ευχαρίστηση που προκαλεί η βία, και το παιχνίδι κατά μόνας (Griffiths et al., 2004) iv) η ατομική και κοινωνική αλληλεπίδραση (Choi & Kim, 2004), και v) η άνεση του χρήστη, η καταλληλότητα της ανατροφοδότησης, η ακρίβεια των πληροφοριών, η ρεαλιστικότητα του σχεδιασμού και η εμπλοκή της εικονικής κοινότητας (Lee, Suh, Kim, & Lee, 2004).

Η δεύτερη κατηγορία εστιάζει i) στα δημογραφικά στοιχεία που αφορούν τους χρήστες (Bryce & Rutter, 2003; Griffiths, Davis, & Chappell, 2003; Griffiths et al., 2004), ii) στο κοινωνικό άγχος (Lo et al., 2005; Scealy, Phillips, & Stevenson, 2002) , iii) στην επιθετικότητα (Williams & Skoric, 2005), iv) στο πεδίο ελέγχου του χρήστη (Chak & Leung, 2004; Murray, Fox, & Pettifer, 2007), v) στη

μοναχικότητα (Moody, 2001; Shaw & Gant, 2002) vi) στη ντροπαλότητά του (Chak & Leung, 2004; Moody, 2001; Scealy et. Al., 2002), vii) στην αυτοεκτίμησή του (Bianchi & Phillips, 2005, Shaw & Gant, 2002) και viii) στην προσαρμοστικότητα/δυσπροσαρμοστικότητα (Glicksohn & Avnon, 1997-98; Murray et al., 2007), και ix) εσωστρέφεια /εξωστρέφεια (Amichai-Hamburger, Wainapel, & Fox, 2002; Bianchi & Phillips, 2005). Τα ευρήματα αυτής της κατηγορίας δείχνουν ότι τα άτομα με χαμηλά επίπεδα προσήνειας, υψηλά επίπεδα μοναχικότητας και ντροπαλότητας, χαμηλή αυτοεκτίμηση, και νευρωτισμό έχουν περισσότερες πιθανότητες να παρουσιάσουν εξάρτηση από τα παιχνίδια σε σύνδεση (Koo, 2009, p.446-474).

Η τρίτη κατηγορία εστιάζει στις εξωτερικές αξίες. Παραδείγματα τέτοιων αξιών είναι η αντιλαμβανόμενη χρησιμότητα και η χαλάρωση της χρήσης. Προτείνονται ωστόσο και εσωτερικές αξίες, όπως η ευχαρίστηση και η βίωση της εμπειρίας της Ροής καθώς και οι κοινωνικές νόρμες, η επικριτική μάζα, και η αντιλαμβανόμενη συνάφεια (Hsu & Lu, 2004, 2007).

1.3.2.5.1. Προδιάθεση και παιχνίδια σε σύνδεση

Οι έρευνες στο χώρο των παιχνιδιών σε σύνδεση εστιάζουν κατά κύριο λόγο στα αρνητικά αποτελέσματα του φαινομένου, όπως είναι η εξάρτηση, η αύξηση της επιθετικότητας και η προβληματική χρήση του διαδικτύου (Chou & Ting, 2003; Chumbley & Griffiths, 2006; Wan & Chiou, 2006a; Wan & Chiou, 2006b). Η παθολογική χρήση των παιχνιδιών σε σύνδεση και η εξάρτηση, συνήθως εμπεριέχουν συναισθήματα ευφορίας και ανοχής, συμπτώματα υποχώρησης,

υποτροπές και συγκρούσεις (Charlton & Danforth, 2007). Χρήστες οι οποίοι παίζουν παραπάνω από 41 ώρες την εβδομάδα χαρακτηρίζονται ως εξαρτημένοι, διότι η δραστηριότητά τους αυτή μπορεί να προκαλέσει αρνητικές συνέπειες σε πολλές παραμέτρους της προσωπικής τους ζωής (Griffiths et al., 2003; Wan & Chiou, 2006b).

Εντούτοις, η ενασχόληση με τα παιχνίδια στο διαδίκτυο είναι κατά κύριο λόγο μια δραστηριότητα-χόμπυ, που έχει ως συνειδητό τουλάχιστον σκοπό την διασκέδαση (Bryce & Rutter, 2003). Επισημαίνεται ότι τα παιχνίδια αυτά βιώνονται από τους χρήστες ως μια επειρία θετική (Choi & Kim, 2004, p. 12). Οι Wan και Chiou (2006b) δείχνουν ότι η εμπλοκή στη διαδικτυακή δραστηριότητα (ροή), δεν είναι σημαντικός προγνωστικός παράγοντας για την τάση εξάρτησης από τα παιχνίδια σε σύνδεση. Υποστηρίζουν παράδοξα ίσως, πως η εξάρτηση από τα παιχνίδια στο διαδίκτυο είναι πιο πιθανό να συνδέεται με ένα συναίσθημα δυσαρέσκειας από αυτά (Wan & Chiou, 2006b). Ο Yee (2006) δείχνει ότι μόνο το συναίσθημα της δραπέτευσης από την πραγματικότητα και η πρόοδος, είναι σημαντικοί προγνωστικοί παράγοντες της προβληματικής χρήσης των εν λόγω παιχνιδιών.

1.3.2.5.2. Παιχνίδια στο διαδίκτυο και κίνητρα

Στα πλαίσια των παιχνιδιών εικονικής πραγματικότητας-προσωπικότητας, οι Hsu και Lu (2004) έδειξαν, πως τα εξωτερικά κίνητρα μπορεί να μην είναι τα πιο καθοριστικά για την ενασχόληση με τα παιχνίδια αυτά. Όπως προαναφέρθηκε, τα παιχνίδια στο διαδίκτυο έχουν και κοινωνικές πτυχές, οι οποίες είναι ως επί το

πλείστον προϊόντα της διαδικτυακής-σε σύνδεση κοινότητας. Είναι λοιπόν πολύ πιθανό πως εσωτερικοί και κοινωνικοί παράγοντες μπορεί να λειτουργούν ως συνδυαστικά για τους χρήστες κίνητρα.

Σε πολλές μελέτες (Choi & Kim, 2004; Hsu & Lu, 2004) έχει χρησιμοποιηθεί η έννοια της Ροής ως μοναδικός προβλεπτικός παράγοντας, ως προς την ενασχόληση με τα παιχνίδια στο διαδίκτυο ή την εξάρτηση από αυτά. Σε άλλες ωστόσο τοποθετήσεις, οι προτάσεις είναι πολύ περισσότερες. Οι Chou και Ting (2003) προτείνουν πέντε παράγοντες-λύσεις ως κίνητρα: τη συγκέντρωση, την παιγνιώδη διάθεση, την απώλεια αίσθησης του χρόνου, την τηλεπαρουσία και τη διάθεση για εξερεύνηση. Μεταγενέστερα, οι Wan και Chiou (2006a) προτείνουν επτά παράγοντες ως κινήτριους: τη διασκέδαση, τη συναισθηματική ανταπόκριση, την αίσθηση απόδρασης, την κοινωνική ικανοποίηση, την επίτευξη στόχων, τον ενθουσιασμό και τις προκλήσεις, καθώς και την ανάγκη για ισχύ. Ο Yee ωστόσο το 2006 προτείνει ακόμα περισσότερους παράγοντες: την πρόοδο, τους μηχανισμούς, τον ανταγωνισμό, τη διάθεση για κοινωνικοποίηση, τις σχέσεις, τη συνεργασία, τη διάθεση για εξερεύνηση, το παιχνίδι ρόλων, την εμπορευματοποίηση και την τάση φυγής από την πραγματικότητα.

1.3.2.5.3. Χαρακτήρας Αντιπροσώπησης στα Παιχνίδια στο διαδίκτυο: Το «Avatar»

Καθώς τα παιχνίδια αυτά παρέχουν τη δυνατότητα ανασυγκρότησης ή και δημιουργίας μίας ολοκληρωτικά νέας ταυτότητας (Turkle, 1995), επηρεάζονται εύλογα από τα εσωτερικά δυναμικά των παικτών. Μέχρι σήμερα, αναλογικά με

άλλες πτυχές της παθολογικής χρήσης του διαδικτύου, λίγη προσοχή έχει δοθεί στη διασύνδεση των παικτών και των αναπαραστάσεών τους στο παιχνίδι.

Χαρακτηριστικά η Yee το 2006, δεν περιλαμβάνει ξεκάθαρα τα κίνητρα, του ίδιου του χαρακτήρα στο παιχνίδι, στην κατηγοριοποίηση των κινήτρων συμμετοχής του παίκτη. Σύμφωνα με την ίδια μελέτη (Yee, 2006), η «συγχώνευση» του παίκτη, με συστατικά της δράσης του παιχνιδιού, επηρεάζει καταλυτικά.

Κάποιοι μάλιστα μελετητές, παρομοιάζουν αδρά τη σχέση παίκτη και φηγούρας με την μεταβίβαση της ψυχαναλυτικής διαδικασίας (e.g. Allison et al., 2006 and Turkle, 1995). Ειδικότερα υποστηρίζεται, ότι το “avatar” δεν είναι απόλυτο αποτύπωμα του παίκτη, χωρίς ταυτόχρονα να οικοδομείται τελείως ανεξάρτητα από αυτόν. Το «avatar» ακουμπάει, λεπτά, στο όριο μεταξύ εξωτερικής και εσωτερικής-ψυχολογικής πραγματικότητας. Ο Wolfendale, το 2006, περιγράφει τη σχέση παίκτη και «avatar» σαν ένα τύπο «προσκόλλησης», καθώς γεννιούνται πραγματικά συναισθήματα, απέναντι σε μία φηγούρα, που είτε είναι εξιδανικευμένη, είτε είναι απύσχα, είτε δεν είναι πραγματική. Παράλληλα πολλές, ψυχοδυναμικής καταγωγής, απόψεις αναφέρονται στα διαφορετικά «είδωλα» μέσα στην ψυχή κάποιου (e.g. Hillman, 1997, Kast, 1992). Τα είδωλα αυτά είναι συμπλέγματα, γύρω από τα οποία αναπτύσσονται και αλληλεπιδρούν φαντασιώσεις και συναισθήματα, που αν και κινούνται εσωτερικά, μοιάζουν ανεξάρτητα, και πολλές φορές αντικρουόμενα.

Καταληκτικά, καθώς ο χαρακτήρας αντιπροσώπευσης του παίκτη στο παιχνίδι αποτελεί ένα «είδωλό» του, είναι δυναμικά σημαντικός για τη ζωή και την εξέλιξή του. Η κατανόηση της σημασίας της ειδικής αυτής σχέσης, παίκτη και χαρακτήρα για τον ίδιο τον παίκτη, ενδεχομένως να εξηγεί ως ένα βαθμό και την ίδια

την ποιότητα της εμπλοκής του με τον ιστό, χρήση ή κατάχρηση. Στο σημείο αυτό παρατίθενται τα ευρήματα προσπάθειας περιγραφής της σχέσης χρήστη και χαρακτήρα σε ελληνικό πληθυσμό (Σταυρόπουλος, 2010), τα οποία και ανέφεραν ως καθοριστικές της σχέσης ποιότητες την ταυτοποίηση, τη συγχώνευση, την εκτόνωση απωθήσεων και την εξιδανίκευση. Η παρούσα μελέτη εστιάζει στην ανάδειξη πτυχών στην σχέσης χρήστη και «avatar», δηλαδή της εικονικής του προσωπικότητας, μέσα στα πλαίσια της εικονικής πραγματικότητας, που όμως επιλέγει να διαθέτει τον πραγματικό του χρόνο.

Στο σημείο αυτό και έχοντας αναφερθεί αναλυτικά στον ορισμό, τη διαφοροδιαγνωστική εκτίμηση και τη φαινομενολογία της κατάχρησης ή εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου, θα επιχειρήσουμε να αναφερθούμε στις υποθέσεις που έχουν διατυπωθεί για την αιτιολογία του. Αρχικά θα αναφερθούμε γενικότερα σε παράγοντες και δυναμικές κινδύνου για την εμφάνιση ψυχοπαθολογίας στην εφηβεία και στη συνέχεια θα εξειδικεύσουμε σε ατομικούς, περιβαλλοντικούς και διαδικτυακά περιβαλλοντικούς παράγοντες κινδύνου, από την οπτική της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας.

1.3.3. Παράγοντες κινδύνου για την εμφάνιση ψυχοπαθολογίας

Η έννοια του κινδύνου ή της αντιξοότητας, περιλαμβάνει εκείνους τους παράγοντες, που δύνανται να προκαλέσουν μετρήσιμη δυσπροσαρμογή σε σημαντικούς τομείς. Ενδεικτικά παρατίθεται ότι, η οικονομική ένδεια, το χαμηλό κοινωνικοοικονομικό επίπεδο, το χαμηλό βάρος γέννησης, η έλλειψη συνοχής στην οικογένεια, το διαζύγιο, ο πόλεμος, η κακοποίηση και η ψυχοπαθολογία στους

βιολογικούς γονείς έχουν συνδεθεί με χαμηλή σχολική απόδοση, περισσότερα συναισθηματικά προβλήματα και προβλήματα συμπεριφοράς, χαμηλότερο επίπεδο επιτυχίας στην εργασία ή προβλήματα με το νόμο (Haggerty, Sherod, Garmezy & Rutter, 1984; Luthar, Burack, Cicchetti & Weisz, 1997; Masten & Garmezy, 1985).

Οι παράγοντες επικινδυνότητας διακρίνονται σε δυο κατηγορίες: α) *απειλητικές στρεσογόνες συνθήκες* π.χ. ρατσισμός, χρήση ουσιών, και β) *οξύ τραύμα* π.χ. οικογενειακή ή κοινωνική βία, θάνατος γονέα (Masten & Coatsworth, 1998). Ο Newman (2004) πρόεβη σε μια ταξινόμηση των παραγόντων επικινδυνότητας σε τρεις κατηγορίες με βάση το είδος και τη διάρκεια της αντιξοότητας: α) *παράγοντες με υψηλό επίπεδο επικινδυνότητας* π.χ. χαμηλό βάρος γέννησης, β) *χρόνια αντιξοότητα* π.χ. διαβίωση με αλκοολικό ή τοξικομανή γονέα και γ) *Οξύ ή σοβαρό τραύμα* π.χ. φυσική καταστροφή, ξαφνικό θάνατος αγαπημένου προσώπου. Οι παράγοντες επικινδυνότητας διακρίνονται επίσης, σε: α) *ενδο-οικογενειακή αντιξοότητα* π.χ. παιδική κακοποίηση, παραμέληση ή οικογενειακή βία, β) *ατομική στρεσογόνο κατάσταση* π.χ. προβλήματα γονιμότητας, αντιμετώπιση σοβαρής ασθένειας και γ) *εξωτερική αντιξοότητα* π.χ. θύμα πλημμύρας ή τροχαίου ατυχήματος (Hill, Stafford, Seaman, Ross, & Daniel, 2007).

Όσο περισσότερο ένα παιδί είναι εκτεθειμένο σε υψηλά επίπεδα κινδύνου, τόσο περισσότερες είναι οι πιθανότητες να διαρρηχθούν οι φυσιολογικές αναπτυξιακές διεργασίες και να προκληθούν προβλήματα συμπεριφοράς (Sameroff, Seifer, Baldwin & Baldwin, 1993). Οι παράγοντες επικινδυνότητας μπορεί ενδεχομένως να ποικίλλουν ως προς τη σοβαρότητα. Η σοβαρότητα του κινδύνου εξαρτάται από τον ίδιο τον κίνδυνο και τον πληθυσμό υπο μελέτη (Masten, Hubbard,

Gest, Tellegen, Garmezy & Ramirez, 1999 ; Gorman-Smith, Henry & Tolan, 2004).

Σε μερικές περιπτώσεις ένα γεγονός μπορεί να είναι οξύ αλλά οι συνέπειες μακροπρόθεσμες π.χ. ο θάνατος της οικογένειας μετά από καταστροφή (Masten, 1994). Επακόλουθα, δεν φαίνεται χρήσιμο να γενικεύονται τα αποτελέσματα από ένα συγκεκριμένο δείγμα και στρεσογόνο συνθήκη σε δείγματα με διαφορετικά πιθανά επίπεδα σοβαρότητας (Vanderbilt-Adriance & Shaw, 2008).

Οι Baldwin, Baldwin, and Cole (1990) ανέφεραν ότι, οι άμεσοι κίνδυνοι στο περιβάλλον των παιδιών χρειάζεται να διαφοροποιηθούν από τους έμμεσους κινδύνους, στις μελέτες πολλαπλών παραγόντων επικινδυνότητας. Για παράδειγμα, το κοινωνικοοικονομικό επίπεδο δεν επηρεάζει άμεσα το παιδί αλλά ασκεί έμμεση επίδραση με τη μεσολάβηση άμεσων παραγόντων επικινδυνότητας, όπως η ψυχολογική δυσφορία των γονέων (McLoyd, 1998). Οι Richters and Weintraub (1990) έχουν μελετήσει τις εννοιολογικές δυσκολίες που συνδέονται με τη χρήση των έμμεσων κινδύνων στην έρευνα των παραγόντων επικινδυνότητας. Σύμφωνα με αυτούς τους ερευνητές, υπάρχει ανάγκη διάκρισης ανάμεσα στην στατιστική πιθανότητα και την επικινδυνότητα για εμφάνιση διαταραχής.

Σχετικά με τους άμεσους ή κοντινούς παράγοντες επικινδυνότητας, δυο σχετικά ζητήματα τίθενται υπο συζήτηση (Luthar, 1991). Όσον αφορά στο πρώτο ζήτημα, η ύπαρξη άμεσων παραγόντων επικινδυνότητας, δεν μπορεί απαραίτητα να θεωρηθεί και a priori υψηλού επιπέδου επικινδυνότητα (Baldwin et al., 1990). Το δεύτερο ζήτημα αφορά στον ίδιο τον προσδιορισμό των άμεσων παραγόντων επικινδυνότητας (Daniels & Plomin, 1985; Plomin & Daniels, 1987; Reiss, Plomin & Hetherington, 1991). Έτσι, π.χ. ενώ τα δραστήρια κορίτσια μπορεί να αποσπούν

θετικές συμπεριφορές από τους γονείς τους, το ίδιο δεν συμβαίνει με τα δραστήρια αγόρια (Maccoby & Jacklin, 1983).

Σημειώνεται, ότι πολλοί από τους παράγοντες επικινδυνότητας μπορεί να είναι διπολικοί. Αυτό σημαίνει ότι προς μια κατεύθυνση αποτελούν παράγοντα επικινδυνότητας με αρνητικά αποτελέσματα και προς την άλλη, προστατευτικό παράγοντα με θετικά αποτελέσματα. Ενδεικτικά παραδείγματα είναι η γονεϊκή φροντίδα, η οργάνωση και συνοχή της οικογένειας ή της γειτονιάς, το μορφωτικό επίπεδο των γονέων, το νοητικό επίπεδο (Masten, 2001; Schoon & Parsons, 2002b). Αντίστοιχα, άλλες μεταβλητές μπορεί να ασκούν επίδραση μόνο ως προωθητικοί παράγοντες (Rutter, 2003).

Στα πλαίσια αυτά έχει διαπιστωθεί, ότι κανείς παράγοντας από μόνος του δεν ήταν απαραίτητος ή επαρκής για την εξήγηση των συμπτωμάτων των εφήβων (Rutter, 2000). Μάλιστα σε σχετικές έρευνες έχει φανεί ότι, όσο περισσότεροι παράγοντες κινδύνου εμπλέκονται, τόσο περισσότερα προβλήματα παρουσιάζονται (Masten & Sesma, 1999, Rutter, 2000; Masten & Wright, 1998). Για παράδειγμα, η σύνδεση της μητρικής κατάθλιψης και των αρνητικών αποτελεσμάτων στην προσαρμογή των παιδιών είναι πιθανό να εξηγείται τόσο από γενετικά στοιχεία που οδηγούν στη διαγενεακή μεταβίβαση της κατάθλιψης (Rice, Harold & Thapar, 2002, 2005, 2006), όσο και από στοιχεία στις γονεϊκές πρακτικές όπως, υψηλά επίπεδα αρνητισμού, ελέγχου, ασυνέπειας και απουσία ανταπόκρισης (Goodman & Gotlib, 1999). Επιπρόσθετα, μια συνοπτική ανασκόπηση τεσσάρων χρόνιων αντιξοοτήτων -

γονεϊκές συγκρούσεις, οικονομική ένδεια, γονεϊκή ψυχοπαθολογία και κοινωνική βία- δείχνει ότι πολλαπλοί παράγοντες επικινδυνότητας συνυπάρχουν σε καθεμιά από αυτές (Rutter & Taylor, 2002).

Ο Rutter (1985) πρότεινε το μοντέλο των συσσωρευτικών παραγόντων επικινδυνότητας και αυτή η προσέγγιση έχει διευρυνθεί και μελετηθεί σε μετέπειτα έρευνες. Η έννοια των συσσωρευτικών παραγόντων κινδύνου έχει, συνοδευτεί από τη δημιουργία ενός δείκτη πολλαπλών παραγόντων επικινδυνότητας, που συνδυάζει δημογραφικούς, οικογενειακούς και κοινωνικούς παράγοντες. Όσο αυξάνει ο δείκτης πολλαπλών παραγόντων επικινδυνότητας, τόσο αυξάνονται οι πιθανότητες για προβλήματα προσαρμογής (Rutter & Taylor, 2002).

Η περιεκτικότητα και ενότητα της αναπτυξιακής διαδικασίας, λοιπόν, απαιτεί μελέτες πολλαπλών παραγόντων κινδύνου και πολλαπλών προσαρμοστικών αποτελεσμάτων ώστε να αποφευχθεί η διαστρεβλωτική εικόνα της επίδρασης ενός μόνο παράγοντα κινδύνου στην ποιότητα προσαρμογής (Sameroff, Gutman & Peck, 2003). Η απόφαση σχετικά με τη χρήση ενός ή πολλών παραγόντων επικινδυνότητας στην έρευνα της ψυχικής ανθεκτικότητας, εξαρτάται από τα κύρια ερευνητικά ερωτήματα. Η μελέτη ενός μόνο παράγοντα επικινδυνότητας αποδεικνύεται χρήσιμη στο σχεδιασμό κατάλληλων παρεμβάσεων (Martinez & Forgatch, 2001; Sandler, Wolchik, Davis, Haine, & Ayers, 2003). Από την άλλη πλευρά, η χρήση των πολλαπλών παραγόντων κινδύνου, γενικά, εξηγεί μεγαλύτερο μέρος της διακύμανσης στην προσαρμογή, από ό,τι ο καθένας παράγοντας μόνος του,

περιγράφοντας καταλληλότερα το ρεαλισμό της συνύπαρξης των κινδύνων στη ζωή (Luthar & Cicchetti, 2000; Masten, 2001).

1.3.4. Ατομικά και πειβαλλοντικά χαρακτηριστικά υψηλού κινδύνου για την Κατάχρηση Διαδικτύου.

Στο σημείο αυτό, είναι ίσως σημαντικό να εξειδικευτεί η αναφορά στους παράγοντες υψηλού κινδύνου για την κατάχρηση του διαδικτύου. Αξίζει να υπογραμμιστεί, ότι υπάρχει ένας αριθμός διαφορών μεταξύ των υγιών χρηστών του μέσου και εκείνων που κάνουν κατάχρησή του (Yang & Tung, 2007). Ειδικότερα, φαίνεται ότι όσοι εμφανίζουν εξαρτητικές τάσεις, έλκονται περισσότερο από αλληλεπιδραστικές εφαρμογές, όπως η ηλεκτρονική συζήτηση, τα παιχνίδια και οι αγορές. Αντίθετα, οι υγιείς χρήστες τείνουν να χρησιμοποιούν περισσότερο υπηρεσίες ηλεκτρονικού ταχυδρομίου και αναζήτησης πληροφοριών (Whang et al., 2003; Young, 1998).

Πολλές έρευνες έχουν επιχειρήσει να διερευνήσουν τη σύνδεση μεταξύ της εξάρτησης από τον ιστό και το ψυχολογικό προφίλ των ατόμων που υποφέρουν από τα συμπτώματά της. Αναλυτικότερα, έχει επιβεβαιωθεί σύνδεση της εξάρτησης από το μέσο και της μοναξιάς (Whang et al., 2003), της κατάθλιψης (Yang & Tung, 2007, Morgan and Cotten, 2003, Lee et al., 2001b), του άγχους (Lee et al., 2001b) της έλλειψης ικανών ποσοτικά και ποιοτικά φιλικών σχέσεων, της παρουσίας έντονης παρόρμησης, διαπροσωπικής ευαισθησίας και χαμηλής αυτοεκτίμησης (Yang & Tung, 2007, Park and Song, 2002). Επιπρόσθετα, είναι χαρακτηριστικό, ότι οι εξαρτημένοι από το ίντερνετ φαίνεται να έχουν εναισθησία των συνεπειών της

κατάχρησής τους, αφού περιγράφουν τη δυσλειτουργική της επίδραση σε πτυχές της ζωής τους, πολύ πιο μελανά από τους μη εξαρτημένους (Yang & Tung, 2007, Chou & Hsiao, 2000). Το γεγονός αυτό, είναι ίσως πολύ πιθανό (Σταυρόπουλος, 2009).

Στις ίδια μελέτη, ως πιο σημαντικός προβλεπτικός παράγοντας της εξάρτησης από τον ιστό, αναδείχθηκε ο υψηλός βαθμός επικοινωνιακής ικανοποίησης των εθισμένων χρηστών από τις προτιμώμενες υπηρεσίες (Chou & Hsiao, 2000). Το εύρημα αυτό, μοιραία ενισχύει την υπόθεση για εξωδικτυακή επικοινωνιακή ένδεια των δικτυακά εξαρτημένων. Στο σημείο αυτό, αξίζει να επισημανθεί ότι, αν και οι εξαρτημένοι από τον ιστό φαίνεται να έχουν λιγότερο ικανοποιητική κοινωνική ζωή, και οι μη εξαρτημένοι χρήστες δείχνουν να το χρησιμοποιούν για την βελτίωση της κοινωνικότητάς τους (Yang & Tung, 2007, Lin & Tsai, 2002).

Συμπληρωματικά τονίζεται, ότι όσοι κάνουν κατάχρηση του διαδικτύου, τείνουν να έχουν επιβαρυνμένο ψυχοκοινωνικό προφίλ, από οικογενειακά, εκπαιδευτικά, επαγγελματικά προβλήματα και προβλήματα υγείας (Lin & Tsai, 2002, De Angelis, 2000). Παράλληλα φαίνεται, ότι τα ποσοστά των εξαρτημένων από τον ιστό μαθητών, τείνουν να είναι μεγαλύτερα σε τεχνικά λύκεια, και κατ'επέκταση λιγότερο ίσως, καταξιωμένα κοινωνικά (Yang & Tung, 2007).

Ωστόσο ευρήματα άλλων ερευνών, που επιχειρήσαν να σκιαγραφήσουν το προφίλ των διαδικτυακά εξαρτημένων, κατέληξαν σε νέους και υψηλής μόρφωσης ενήλικες, με άμεση πρόσβαση στον ιστό, ως συνηθέστερους υποψηφίους (Mafé & Blas, 2006). Μάλιστα, οι ίδιοι μελετητές πρότειναν τον επιμερισμό δύο ομάδων χρηστών, των «τελετουργιστών» (ritualists) και των «οργανιστικών» (instrumentalists), με κριτήριο διαφοροποίησης το κίνητρο. Ειδικότερα οι

«τελετουργιστές», μοιάζει να χρησιμοποιούν τον ιστό για να αντλούν ικανοποίηση, κυρίως όταν αισθάνονται μοναξιά ή πλήξη. Αντίθετα, οι «οργανιστικοί», τείνουν να χρησιμοποιούν τον ιστό με κίνητρο, όχι την άμεση ικανοποίηση αλλά την ολοκλήρωση δράσεων, που τους οδηγούν στην αυτοπραγμάτωση (Mafe & Blas, 2006). Καταληκτικά, ως ομάδα χρηστών υψηλού κινδύνου για την εκδήλωση συμπεριφοράς εξάρτησης, φαίνεται να είναι εκείνη των «τελετουργιστών». Οι τελευταίοι κινούνται σχεδόν παρορμητικά, περισσότερο με γνώμονα την άμεση ικανοποίηση (Douglas et al., 2008).

Ένα ακόμα χαρακτηριστικό που δείχνει να συνδέεται με την εξάρτηση από το διαδίκτυο είναι η ηλικία. Αναλυτικότερα, υπάρχουν ευρήματα που συγκλίνουν αφενός στο ότι οι νεαρότεροι χρήστες είναι πιο ευάλωτοι, και αφετέρου ότι η πιο κρίσιμη ηλικιακή περίοδος είναι μεταξύ των 19 και 24 ετών (Soule et al. 2003, Thatcher & Goolam, 2005). Παράλληλα, ως ευάλωτες κοινωνικές ομάδες για την εκδήλωση της εξάρτησης από τον ιστό προσδιορίστηκαν ερευνητικά: οι ομοφυλόφιλοι, οι φοιτητές (Pew Internet, 2002), και οι αδέσμευτοι ενήλικες (Soule et al. 2003).

Καταληκτικά οι Widyanto και Griffiths τονίζουν ότι η χρήση του διαδικτύου θα πρέπει να εξετάζεται σε πολλαπλά πλαίσια. Μελέτες στην προβληματική χρήση του διαδικτύου έχουν δείξει ότι τρεις μεταβλητές σχετίζονται αποφασιστικά με το φαινόμενο: 1) Η ηλικία: Χρήστες κάτω των 25 ετών τείνουν περισσότερο να κάνουν προβληματική χρήση του μέσου (Brenner 1997) 2) Το φύλο: Οι άντρες παρουσίαζαν μεγαλύτερη τάση σε σύγκριση με τις γυναίκες. Ως προς τη διαφυλική ευαλωτότητα, συμφωνούν τα ευρήματα σχετικά πιο πρόσφατων μελετών, (Kubey et. Al., 2001;

Morahan-Martin & Schumacher, 2000; Scherer, 1997) αλλά διαφοροποιούνται παλαιότερες (Brenner, 1997) 3) Το έτος σπουδών: Έχει φανεί ότι οι πρωτοετείς ρέπουν περισσότερο στην προβληματική χρήση (Kubey et al, 2001).

Σε μία προσπάθεια ακριβέστερου προσδιορισμού των παραγόντων και χαρακτηριστικών υψηλού κινδύνου του φαινομένου της εξάρτησης από τον ιστό, προτάθηκε η αναζήτησή τους μέσα από το φίλτρο του ψυχοκοινωνικού μοντέλου (Beard, 2005). Αναλυτικότερα θεωρήθηκε ότι τόσο βιολογικοί, ψυχολογικοί, όσο και κοινωνικοί λόγοι παρεμβάλλονται και αλληλεπιδρούν, γεννώντας το φαινόμενο (Douglas et al., 2008).

1.3.4.1. Συννοσηρότητα

Ένας αριθμός διαταραχών φαίνεται να συνδέεται με την κατάχρηση του διαδικτύου. Συχνή είναι η συννοσηρότητα με διαταραχές της διάθεσης, ειδικότερα διπολικού τύπου, καθώς και κοινωνική φοβία (Morahan-Martin, 2005, Shapira et al., 2000). Τονίζεται επιπλέον, ότι έχουν προταθεί ειδικότερες συσχετίσεις με την καταθλιπτική συμπτωματολογία (Lee, Hyun, Yang, Daniels, Na, Kee, et al, 2008).

Σημειώνεται ότι μία μεγάλη μερίδα ανθρώπων που είναι εθισμένοι στη χρήση του διαδικτύου, πληρούν επίσης τα κριτήρια για διαταραχές της εξάρτησης από ψυχοτρόπες ουσίες (Black, Belsare & Schlosser, 1999; Anderson, 2001; Bai et al., 2001), και άλλες διαταραχές του ελέγχου των παρορμήσεων, όπως η παθολογική χαρτοπαιξία (Morahan-Martin, 2005) ή οι σεξουαλικά εξαρτητικές συμπεριφορές

(Mick & Hollander, 2006). Η στατιστικά σημαντική υπεροχή των εξαρτημένων από το διαδίκτυο και σε άλλες εξαρτητικές τυπολογίες αλλά και τη χρήση ουσιών ειδικότερα, επιβεβαιώθηκε από πρόσφατη έρευνα σε φινλανδικό δείγμα (Korkeila, Kaarlas, Jääskeläinen, Vahlberg & Taiminen, 2009). Υποστηρίζεται μάλιστα, ότι οι χρήστες εκείνοι με προφίλ, που περιλαμβάνει άλλες εξαρτητικές διαταραχές, έχουν ήδη κάνει το πρώτο βήμα για την υπερβολική χρήση του ιστού (Pratarelli & Browne, 2002).

Παραπλήσια, άλλοι μελετητές έχουν περιγράψει ένα γνωσιοσυμπεριφοριστικό μοντέλο (Davis, 2001), όπου προσδιορίζονται συγκεκριμένοι ψυχολογικοί παράγοντες ευαλωτότητας. Αναλυτικότερα ψυχαναγκαστικές σκέψεις συνοδεύουν τη χρήση του μέσου, το οποίο εκλαμβάνεται ως ένας τρόπος εξουδετέρωσης αρνητικών συνθηκών, λειτουργώντας καταναγκαστικά. Τονίζεται, ότι η δράση αυτή δείχνει να ενισχύεται από ειδικότερες εφαρμογές του διαδικτύου, όπως ο ηλεκτρονικός τζόγος, τα αλληλεπιδραστικά παιχνίδια και το chatting. Νεότερες ερευνητικές προσπάθειες επαλήθευσαν τη συνάφεια της εξαρτητικής χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά της Διαταραχής Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας (Yoo, Cho, Ha, Kim, Hwang, Chung, et al, 2004).

Καταλυτική είναι η ερευνητική επιβεβαίωση ελειμμάτων στον έλεγχο των παρορμήσεων, που συνυπάρχουν με την προβληματική χρήση του δικτυακού ιστού (Bai et al., 2001; Bear & Wolf, 2001; Davis et al., 2002; Holden, 2001; Mitchell, 2000; Shapira et al., 2000; Treuer et al., 2001). Μάλιστα, σε μία σχετική μελέτη, σχεδόν όλα τα υποκείμενα δήλωναν μία παρόρμηση να είναι σε σύνδεση.

Αισθάνονταν ότι ο κόσμος χωρίς αυτό θα ήταν βαρετός, ενώ ανέφεραν εκνευρισμό όταν η ταχύτητα σύνδεσης επιβραδυνόταν.

Συσχέτιση επισημάνθηκε και μεταξύ της εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου και του κοινωνικού άγχους (Liu & Kuo, 2007). Επιπρόσθετα στις αρχές της παρούσας δεκαετίας επισημάνθηκε η δυνητική σύνδεση της υπερβολικής χρήσης διαδικτύου με χαρακτηριστικά κοινωνικής φοβίας, στα πλαίσια της υπόθεσης της «αυτοϊασης», καταλήγοντας ωστόσο αυτή να προσλαμβάνει εξαρτητική ποιότητα (Campbell, Cumming & Hughes, 2006). Τονίζεται σε κάθε περίπτωση ο προβληματισμός, σε σχέση με το αν η προβληματική χρήση του διαδικτύου είναι η αιτία ή το αποτέλεσμα της ψυχοπαθολογίας, σε μία πιθανή σχέση κυκλικής αιτιότητας (Douglas et al, 2008).

1.3.4.2. Το φαινόμενο της διεξαρτητικότητας

Υψηλότερες φαίνεται να διαγράφονται οι πιθανότητες συννοσηρότητας με άλλες εξαρτητικές τυπολογίες. Αναφορικά, ως ομάδα υψηλού κινδύνου για την εκδήλωση μίας συμπεριφορικής εξάρτησης, συμπεριλαμβανομένων των σεξουαλικά εξαρτητικών συμπεριφορών, ορίζονται άτομα, που υποφέρουν ήδη από μία άλλη μορφή εξάρτησης. Είναι χαρακτηριστικό, ότι κάποιοι θεωρητικοί αναφέρονται σε «εξαρτητικά» οργανωμένες προσωπικότητες (Μάτσα, 2001). Περισσότερο από δύο δεκαετίες νωρίτερα, είχε ήδη υποστηριχθεί, ότι ο κοινός παρανομαστής των εξαρτητικών δυναμικών, ενδέχεται να προκαλέσει την αντικατάσταση μίας εξαρτητικής συμπεριφοράς από μία άλλη (Marks, 1990. Miller, 1980). Μοιάζει δηλαδή, οι εξαρτήσεις να συνυπάρχουν στο ίδιο άτομο, λόγω της τάσης συστηματικού «περάσματος» από τη χρήση μίας, στη χρήση μίας άλλης, για τον ίδιο πάντα σκοπό (Haylett, Stephenson, Lefever, 2004). Το φαινόμενο αυτό, έχει

επιχειρηθεί να αποτυπωθεί εννοιολογικά από τον όρο «Web of Addiction» (Haylett, Stephenson, Lefever, 2004). Μάλιστα, δεν είναι λίγοι όσοι υποστηρίζουν ότι η πολυεξαρτητικότητα, η συνύπαρξη δύο και περισσότερων τύπων εξάρτησης, δεν είναι η εξαίρεση στην κλινική εμπειρία αλλά ο κανόνας. «Οι εξαρτήσεις δεν χτυπούν πάντα, ή και κανονικά, με μία μόνο μορφή» (Gossop, 2001). Πρόκειται στην πραγματικότητα για διεξαρτητικές συμπεριφορές, που φαίνεται να αναβαθμίζουν το νόημα του όρου πολυτοξικομανία, στο πλαίσιο εκείνου της πολυεξαρτητικότητας (Haylett, Stephenson, Lefever, 2004).

Ενδεικτικά αναφέρεται, ότι ήδη από το 1995 έχει επιχειρηθεί να διευκρινιστεί η «συγγένεια» και επακόλουθα η «μεταβατικότητα» μεταξύ των εξαρτητικών συμπεριφορών (Stephenson, Maggi, Lefever, & Morojele, 1995). Πεντακόσιοι εξαρτημένοι, διαφορετικών εξαρτητικών μορφών, συμμετείχαν σε κλινικές συνεντεύξεις και τη συμπλήρωση ερωτηματολογίων αυτοαναφοράς. Τα δεδομένα των απαντήσεών τους υποβλήθηκαν σε ανάλυση παραγόντων, η οποία ανέδειξε δύο κύριους άξονες εξαρτητικών εκδηλώσεων (Stephenson, Maggi, Lefever, & Morojele, 1995). Συγκεκριμένα, ο πρώτος άξονας ονομάστηκε «ηδονισμός» και φάνηκε να σχετίζεται με την ουσιοεξάρτηση, την κατάχρηση του αλκοόλ, τις σεξουαλικές εξαρτήσεις, τις εξαρτητικές σχέσεις γενικότερα και το τζόγο. Πιο κοντά στον πρώτο αυτό παράγοντα, αναμένεται να βρίσκεται και η εξάρτηση από το διαδίκτυο (Σταυρόπουλος & Τσουκαλά 2009). Συμπληρωματικά, ο δεύτερος παράγοντας που αναδείχτηκε ονομάστηκε «διατροφικότητα» (nurturance) και είναι καθοριστικότερος για διατροφικά εξαρτητικές συμπεριφορές, εξαρτητική άσκηση και αγορές.

Σε συνέπεια με τα παραπάνω, ένας πληθυσμός απεξαρτημένων από ουσίες είναι περισσότερο ευάλωτος στην εκδήλωση μίας διαφορετικής εξάρτησης, όπως οι εξάρτηση από το διαδίκτυο. Εύλογα, επιλεγμένες παρεμβάσεις έρευνας και πρόληψης, ευρύτερα γνωστές ως παρεμβάσεις δευτερογενούς επιπέδου πρόληψης, με στόχευση στον πληθυσμό υψηλού κινδύνου των απεξαρτημένων από άλλες εξαρτήσεις, θα είχαν νόημα για την αποτροπή της εξάρτησης από το διαδίκτυο και αντίστροφα (Bierman, 1997).

1.3.4.3. Βιολογικοί Παράγοντες

Η σχέση αυτή, της παθολογικής χρήσης του ιστού με τις διαταραχές του ελέγχου των παρορμήσεων, επιχειρήθηκε να εξηγηθεί βιοχημικά, μέσα από την υπόθεση της νευροδιαβίβασης της ντοπαμίνης. Επισημαίνεται, ότι η υπόθεση αυτή έχει προταθεί και για άλλες συμπεριφορικού τύπου εξαρτήσεις, όπως το παρορμητικό φαγητό, οι παρορμητικές αγορές και η κλεπτομανία. Ενισχυτικά, της νευροδιαβιβαστικής εκδοχής, των ελλειμάτων ελέγχου των παρορμήσεων, υπογραμμίζεται η μετριαστική επίδραση της ναλτρεξόνης, όταν αυτή χορηγήθηκε πειραματικά σε παθολογικούς χαρτοπαίκτες (Douglas et al, 2008). Ανάλογες προτάσεις έχουν διατυπωθεί και για την ιδιαίτερη δράση των νευροδιαβιβαστών σερετονίνης στην εξάρτηση από το διαδίκτυο (SS-5HTTLPR) (Lee, Hyun, Yang, Daniels, Na, Seok et al, 2008).

Στο ίδιο πλαίσιο ο Holden το 2001 εισηγήθηκε, ότι η παθολογική χαρτοπαιξία, η συμπεριφορές υπερφαγίας ή αφαγίας, η παρορμητική σεξουαλικότητα και η κατάχρηση διαδικτυακών εφαρμογών μοιράζονται ένα κοινό νευροβιολογικό

υπόβαθρο. Ως προς την πιθανή βιολογική βάση του φαινομένου, έχει επίσης επιβεβαιωθεί ότι, οι εθισμένοι στα παιχνίδια ρόλων παίκτες, χαρακτηρίζονται από υψηλότερη εγκεφαλική δραστηριότητα του αριστερού ινικού λοβού (Han, Hwang & Renshaw, 2010). Μάλιστα στη βάση της προηγηθείσας βιολογικής υπόθεσης έχει ήδη γίνει πειραματική χορήγηση βουπρενορφίνης έξι εβδομάδων σε εθισμένους παίκτες του παιχνιδιού ρόλων «Starcraft», με ενθαρρυντικά της μεθόδου αποτελέσματα (Han, Hwang & Renshaw, 2010).

1.3.4.4. Ψυχολογικοί Παράγοντες

Ο κρισιμότερος ίσως, ψυχολογικός, προβλεπτικός παράγοντας για τον εθισμό στο διαδίκτυο, είναι η ανάγκη μετριασμού έντονων αρνητικών συναισθημάτων (Morahan- Martin, 2005). Ως άλλη όψη, του ίδιου ωστόσο παράγοντα, θα μπορούσε να εκληφθεί η ανάγκη για εξασφάλιση θετικών βιωμάτων, που ικανοποιείται από τη χρήση υπηρεσιών του ιστού, μέσα από αισθήματα ενθουσιασμού, ανεξαρτησίας και απελευθέρωσης, όσο κάποιος είναι σε σύνδεση (Thatcher & Goolam, 2005).

Συγκεκριμένα, κατά τη Young το 1998, η καταθλιπτική διάθεση των εξαρτημένων από το διαδίκτυο, απορρέει από την χαμηλή τους αυτοεκτίμηση και το φόβο της απόρριψης που βιώνουν. Η παρούσα υπόθεση γενικότερης ψυχοκοινωνικής έκπτωσης ενισχύθηκε και από ευρήματα νεότερων ερευνών (Özcan & Buzlu, 2007). Αντίστοιχα, η ένταση της εκδήλωσής των συμπτωμάτων κορυφώνεται, παράλληλα με το βαθμό που η ηλεκτρονική εμπλοκή ανακουφίζει από τα ανωτέρω συμπτώματα (Young, 1998). Η ερμηνεία αυτή ενισχύθηκε και από ευρήματα μεταγενέστερων ερευνών (Yang & Tung, 2007, Tsai & Lin, 2001).

Ουσιαστικά το διαδίκτυο επιτρέπει στα άτομα, που πιέζονται από την πραγματικότητα που βιώνουν, εξωτερική ή εσωτερική, να αποσυμπιέζουν τη προσωπικότητά τους, λειτουργώντας με ένα χαρακτήρα που απέχει από τον πραγματικό (Young, 1997). Ο ηλεκτρονικός αυτός χαρακτήρας, αποτελώντας ένα νέο είδος ταυτότητας, αναγνωρίσιμης στους συμμετέχοντες στον ιστό, οδηγεί πολλούς θεωρητικούς να μιλούν για τη συγκρότηση μίας εικονικής προσωπικότητας (Allison et al, 2006). Η ανάγκη για την ικανοποίηση, που απορρέει από την λειτουργία της εικονικής αυτή προσωπικότητας, είναι ίσως και η εξήγηση της στενής σχέσης μεταξύ της χαμηλής αυτοεκτίμησης και του εθισμού από τον ιστό (Armstrong, Phillips & Saling, 2000). Ο μηχανισμός αυτός, της γέννησης και λειτουργίας μίας εικονικής προσωπικότητας, φαίνεται να εξηγεί και την υψηλή αποδοχή των παιχνιδιών εικονικής πραγματικότητας (Allison et al, 2006) (MMORPGs Massively Multiplayer Online Role PC Games). Ενδεικτικά του βαθμού εθιστικότητάς τους, αναφέρεται η εναλλακτική ονομασία τους ως MUDs (Multi Users Dungeons), δηλαδή ηλεκτρονικά μπουντρούμια πολλών χρηστών (Young, 1997).

1.3.4.4.1 . Το πεδίο ελέγχου

Όσον αφορά τους ψυχολογικούς παράγοντες της εξάρτησης από το διαδίκτυο, αξίζει να επισημανθεί ότι ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στο πεδίο ελέγχου. Συγκεκριμένα, η ανασκόπηση των ερευνών που αφορούν τα παιχνίδια στο διαδίκτυο μαρτυρά την πιθανή ύπαρξη ενός παράγοντα που λειτουργεί καταλυτικά (μετριάζει τη συνάφεια μεταξύ μεταβλητών πρόγνωσης και μεταβλητών κριτηρίων). Οι

περισσότεροι ερευνητές υποστηρίζουν την ύπαρξη θετικής σχέσης μεταξύ Ροής και ενασχόλησης με τα παιχνίδια σε σύνδεση (Choi & Kim, 2004; Chou & Ting, 2003; Hsu & Lu, 2004). Εντούτοις οι Wan και Chiou (2006b) δείχνουν ότι η συνάφεια ανάμεσα στο Flow ως κινητήριο παράγοντα και στα παιχνίδια σε σύνδεση είναι σχετικά χαμηλή. Υποτέθηκε λοιπόν ότι το πεδίο ελέγχου του χρήστη σαν μέγεθος, είναι πιθανό να μετριάζει τη σχέση ανάμεσα σε αυτές τις δύο μεταβλητές (Koo, 2009).

Το πεδίο ελέγχου σαν έννοια, αναφέρεται στις σχετικά σταθερές απόψεις των ατόμων ως προς το βαθμό, στον οποίο θεωρούν πως ελέγχουν τα γεγονότα στη ζωή τους (Hoffman, Novak, & Schlosser, 2003). Το πεδίο ελέγχου ορίζεται ως «ο βαθμός στον οποίο το άτομο θεωρεί ότι οι επιβραβεύσεις που δέχεται από το περιβάλλον του είναι απόρροια των δικών του πράξεων και της συμπεριφοράς του» (Lam & Mizerski, 2005, p.218; Rotter, 1966). Σύμφωνα με τους Lam, Mizerski (2005) και Boone, De Brabander, και van Witteloostuijn (1996) οι άνθρωποι διαφέρουν ως προς το βαθμό που πιστεύουν ότι ελέγχουν τη συμπεριφορά και το περιβάλλον τους. Εκείνοι, των οποίων το πεδίο ελέγχου είναι εσωτερικό, θεωρούν πως ελέγχουν σε ικανοποιητικό βαθμό τόσο τη συμπεριφορά όσο και το περιβάλλον τους. Αντιθέτως, τα άτομα των οποίων το πεδίο ελέγχου είναι εξωτερικό, πιστεύουν ότι είναι έρμια εξωτερικών δυνάμεων όπως είναι η τύχη, η μοίρα, οι ισχυροί άλλοι και γενικώς ότι η συμπεριφορά τους υπαγορεύεται από εξωτερικούς παράγοντες.

Σε συνέπεια με τα παραπάνω υποστηρίζεται (Chak & Leung, 2004), ότι τα άτομα με εσωτερικό πεδίο ελέγχου, είναι πιθανό να μην βρίσκουν ελκυστικά τα παιχνίδια στο διαδίκτυο καθώς αισθάνονται ικανά να ελέγχουν τον πραγματικό

κόσμο και να λειτουργούν αυτόνομα. Αυτό συνεπάγεται την ικανότητα των ατόμων αυτών να ελέγχουν, να αναχαιτίζουν και να σταματούν τη χρήση κατά βούληση. Ο Murray (Murray et al., 2007) επαλήθευσε εμπειρικά την θετική σχέση ανάμεσα στο εξωτερικό πεδίο ελέγχου του χρήστη και στην παρουσία του (βλ. 1.1) όταν βρίσκεται σε σύνδεση, η οποία μετρά την τάση απορρόφησής του από την δραστηριότητα. Αυτά τα αποτελέσματα οδηγούν στο συμπέρασμα ότι άτομα με εξωτερικό πεδίο ελέγχου έχουν περισσότερες πιθανότητες να βυθιστούν στα παιχνίδια αυτά.

1.3.4.4.2. Αυτοεκτίμηση

Με δεδομένο ότι η αυτοεκτίμηση σχετίζεται με την αντιλαμβανόμενη απόρριψη, εγκατάλειψη και αδιαφορία από τους σημαντικούς άλλους (Leary & MacDonald, 2003; MacDonald & Leary, 2005), τα επίπεδά της θεωρούνται προγνωστικοί παράγοντες για την προβληματική χρήση του διαδικτύου. Μελέτες έχουν αναδείξει τη σχέση μεταξύ αυτοεκτίμησης και προβληματικής χρήσης του ιστού (Armstrong, Phillips, & Saling, 2000; Ko, Yen, Chen, Chen & Yen, 2007; Young & Rogers, 1998). Ειδικότερα τονίζεται, ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση συσχετίζεται με το κοινωνικό άγχος, την κατάθλιψη και τη μοναχικότητα (Leary & MacDonald, 2003). Η ενδεχόμενη αιτιώδης σχέση χαμηλής αυτοεκτίμησης και προβληματικής χρήσης του διαδικτύου είναι ίσως ευκολότερα κατανοητή, μέσα από την έλλειψη αυτοελέγχου με την οποία και φαίνεται να συνδέεται (LaRose et al., 2003; Stinson et al., 2008; Tangney et al., 2004).

1.3.4.4.3. Συναισθηματική κάλυψη

Τα ερευνητικά δεδομένα είναι αντικρουόμενα, ως προς το αν υπάρχει σχέση μεταξύ προβληματικής χρήσης του διαδικτύου και αναζήτησης συναισθηματικής κάλυψης από τους χρήστες. Αυτοί που φάνηκε να ζητούν κάλυψη συναισθηματικών αναγκών στον ιστό, δεν ήταν άτομα που έκαναν βαριά χρήση του μέσου (Armstrong et, al., 2000). Ο Lavin και οι συνεργάτες του (2000) υποστήριξαν ότι, τα άτομα που έκαναν «βαριά» χρήση ήταν πιο πιθανό να παραμείνουν για μεγαλύτερα χρονικά διαστήματα συνδεδεμένα ή να χρησιμοποιούν παράλληλα πολλές εφαρμογές του ιστού, όμως δεν παρουσίαζαν τάσεις κάλυψης συναισθηματικών αναγκών στο διαδίκτυο, περισσότερο από τους υγιείς χρήστες. Αντίθετα οι Lin και Tsai (2002) έδειξαν, ότι οι εξαρτημένοι από το διαδίκτυο έφηβοι αναζητούσαν σε μεγαλύτερο βαθμό συναισθηματική κάλυψη συγκριτικά με τους μη εξαρτημένους. Στα πλαίσια αυτά τοποθετείται ίσως το εύρημα της αρνητικής βίωσης της σχέσης των εξαρτημένων από το διαδίκτυο χρηστών με τους γονείς τους (Liu & Kuo, 2007). Οι αντιθέσεις αυτές υποδηλώνουν δυνητικά, ότι η σχέση προβληματικής χρήσης του ιστού και αναζήτησης συναισθηματικής κάλυψης είναι μάλλον αρκετά σύνθετη.

1.3.5. Εθιστικά χαρακτηριστικά του διαδικτύου

Την πιθανή δράση ατομικών παραγόντων υψηλού κινδύνου έρχεται να συμπληρώσει η ίδια, η ισχυρά ελκυστική φύση και η υψηλή διαθεσιμότητα του διαδικτύου. Ο δυναμικός πολλαπλασιασμός των δικτύων εργασίας μεταξύ υπολογιστών γενικότερα και του διαδικτύου ειδικότερα, σε συνδυασμό με την

παράλληλη, εκρηκτική ανάπτυξη της ψηφιακής τεχνολογίας, αντιπροσωπεύει χαρακτηριστικά την εποχή μας. Το γεγονός αυτό, προκάλεσε ραγδαία αύξηση των διαδικτυακών αλληλεπιδράσεων, ανάμεσα σε ομάδες ανθρώπων με παρόμοια ενδιαφέροντα. Οι άνθρωποι αυτοί, ανεξάρτητα από τη γεωγραφική τους θέση, συνευρίσκονται σε έναν κοινό, ψηφιακό χώρο (Wilson & Peterson, 2002).

Τα CMEs, αγγλόφωνο αρκτικόλεξο του «Computer Mediated Enviroments», ορίστηκαν ως δίκτυα απομακρυσμένων υπολογιστών, που επιτρέπουν την πρόσληψη και εκπομπή μηνυμάτων σε ένα υπερτοπικό, επικοινωνιακό περιβάλλον (Hoffman & Novak, 1996). Παράλληλα με τα CMEs, ένα νέο είδος επικοινωνίας εδραιώθηκε. Το CMC, συντομογραφημένη αποτύπωση του «Computer Mediated Communication», φαίνεται ότι αποτελεί τον πιο συχνό λόγο χρήσης του διαδικτύου, δημιουργώντας νέες κοινωνικές σχέσεις και συντηρώντας ήδη υπάρχοντες κοινωνικούς δεσμούς (Bryant, Sanders-Jackson, & Smalwood, 2006, Gross, Juvonen, & Gable, 2002, Haythornthwaite, 2002, Mesch & Talmud, 2006; Parks & Floyd, 1996).

Τα νέα αυτά δεδομένα, ανέτρεψαν ακόμα και την παραδοσιακή έννοια της «αίσθησης» της ανθρώπινης κοινότητας, ακαδημαϊκά γνωστότερης ως «SOC», συντομογραφία του «Sense Of Community» (Sarason, 1986). Ως «SOC» ορίζεται, το σύνολο των συναισθημάτων κάποιου αναφορικά στην ιδιότητα του μέλους, την ταυτότητα, το «ανήκειν» και την προσκόλληση του σε μία ομάδα (McMillan & Chavis, 1986). Μετά την επαναστατική ωστόσο, αναίρεση της γεωγραφικής προϋπόθεσης συγκρότησης μίας ομάδας, μέσα από τον παγκόσμιο ιστό, τα CMES και τη CMC, είναι κοινά αποδεκτή η ύπαρξη εικονικών κοινοτήτων, VC «Virtual Communities». Επακόλουθα, η μελέτη της αίσθησης εικονικής κοινότητας, SOVC

«Sense Of Virtual Community», αποκτά όλο και περισσότερους υποστηρικτές (Roberts et al, 2002). Σημειώνεται ότι η SOVC, φαίνεται να έχει αρκετές ομοιότητες (Blanchard & Markus, 2004), αν και ασθενέστερη ένταση συγκριτικά με τη SOC (Obst, Zinkiewicz, & Smith, 2002b). Σημειώνεται ότι η SOC, επικράτησε να αναφέρεται σε FtF κοινότητες, αρκτικόλεξο του Face to Face.

Ανεξάρτητα ωστόσο από την αποδοχή ή όχι των εννοιών των VC και SOVC, οι μελέτες δείχνουν ότι η κοινωνικοποιητική δυνατότητα είναι ίσως, το ισχυρότερο στοιχείο «γοητείας» του παγκόσμιου ιστού (Preece, 2000). Αναφέρεται ενδεικτικά, ότι η προσθήκη διαδραστικών εφαρμογών σε μία ιστοσελίδα, αναβαθμίζει τα επίπεδα ικανοποίησης των επισκεπτών (Teo, Oh, Liu, & Wei, 2003) και διευρύνει την αποδοχή της από το κοινό (Fortin & Dholakia, 2005). Στην ίδια κατεύθυνση επισημαίνεται η σχετικά πρόσφατη, σημαντική αύξηση των ιστοτόπων κοινωνικής δικτύωσης (Walker, 2006). Επιπρόσθετα, «υπερβολικές» για πολλούς, ποσότητες χρόνου φαίνεται να δαπανούνται σε αλληλεπιδράσεις μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, ιστότοπους κοινωνικής δικτύωσης, δωμάτια ηλεκτρονικής συζήτησης, διαδικτυακά παιχνίδια κ.α. (Grohol, 2005).

Πολλοί είναι οι προβληματισμοί, που έχουν διατυπωθεί σε σχέση με την προοδευτικά μαζικότερη αποδοχή και συχνά κατάχρηση, των υπηρεσιών του διαδικτύου. Αξίζει να σημειωθεί η πεποίθηση, ότι οι δυνατότητες του ιστού, όσο κοινωνικοποιητικές είναι σε ηλεκτρονικό επίπεδο, τόσο απομονωτικές μπορεί να καταλήξουν να είναι σε πραγματικό (Grohol, 2005. Douglas et al, 2008).

Ειδικότερα, ως κύριος λόγος συμμετοχής σε διαδικτυακούς τόπους αναφέρεται η πρόσβαση και η διάδοση πληροφοριών (Ridings and Gefen, 2004). Δεύτερο σε σειρά κίνητρο για τη χρήση του ιστού, καταγράφεται το διαδραστικό του κομμάτι, μέσα από την παροχή βοήθειας, τη φιλία και τη σύναψη σχέσεων (Ridings and Gefen, 2004). Το εύρημα αυτό είναι μάλλον συνεπές με ισχύοντα συμπεράσματα της κοινωνικής ψυχολογίας, που αναγνωρίζουν ως βασική, την ανάγκη του ανθρώπου να ανήκει σε μία ευρύτερη ομάδα, που μοιράζεται γνώση, στόχους, επιτεύγματα, δημιουργώντας αξίες, ήθη και κώδικες συμπεριφοράς (Douglas et al., 2008).

Στο σημείο αυτό αξίζει να επισημανθεί, η ιδιαιτερότητα της φύσης των διαδικτυακών σχέσεων. Οι σχέσεις μέσα από διαδραστικές εφαρμογές του ιστού (blogs, chatrooms & bulletin boards), συνδυάζουν υψηλή διαθεσιμότητα, ανωνυμία, ασφάλεια και κατ' επέκταση αποκαλυψιμότητα (Young, 1996,1997). Η δέσμη των χαρακτηριστικών αυτών έχει βρεθεί, ότι τις καθιστά πολύ θελκτικές για τους χρήστες (Ng, & Wiemer-Hastings, 2005, Young, 1996,1997). Περισσότερο δε, για όσους δεν αντέχουν τις απαιτήσεις των πρόσωπο με πρόσωπο σχέσεων (Douglas et al, 2008).

Αξίζει να τονιστεί, ότι στο ηλεκτρονικό περιβάλλον δεν είναι μόνο πιο θελκτικές οι δυαδικές σχέσεις με άλλα άτομα, αλλά κυρίως οι κοινότητες ατόμων. Εύλογα, η παρουσία στην εικονική διαδικτυακή πραγματικότητα μοιάζει, αφενός να πιέζει λιγότερο, αφετέρου να παρέχει ικανοποίηση ευκολότερα. Για την καλύτερη επικοινωνία των σχέσεων αυτών, έχουν επινοηθεί οι εννοιολογικές κατασκευές της «Παρουσίας» (Presence), της «Ροής» (Flow) και της «Παρελκυστικότητας-Αναβλητικότητας» (Procrastination).

1.3.5.1. Παρουσία

Ο όρος τηλεπαρουσία συστήθηκε από τον Minsky το 1980. Ο όρος αυτός περιγράφει μία αίσθηση συνειδητότητας, που δημιουργεί την εντύπωση φυσικής παρουσίας σε ένα διάμεσο κόσμο. Σύμφωνα με τον Steuer το 1992, η τηλεπαρουσία υφίσταται στο βαθμό, που κάποιος αισθάνεται περισσότερο παρόντας σε ένα διάμεσο από το άμεσό του περιβάλλον. Έτσι, η έννοια της «παρουσίας» αφορά στην υποκειμενική αίσθηση εμπλοκής σε ένα εικονικό περιβάλλον. «Τα διάμεσα, εικονικά δεδομένα, βιώνονται ως αληθινά και η αυτοσυνειδησία κάποιου απορροφάται σε έναν άλλο κόσμο» (Drapez, Kaber, & Usher, 1998). Πρόκειται ουσιαστικά για «μία πεποίθηση, ότι κάποιος αποχώρησε από τον πραγματικό κόσμο και είναι τώρα παρόντας στον εικονικό» (Sadowski & Stanney, 2002 σελ.71), δηλαδή «μία κατάσταση συνειδητότητας, ψυχολογικής αίσθησης ύπαρξης, σε μία εικονική πραγματικότητα» (Slater & Wilbur, 1997 σελ. 604).

Σύμφωνα με τους Lombard και Ditton το 1997, η παρουσία, είναι η αντιληπτική ψευδαίσθηση, της μη διαμεσολάβησης του εικονικού περιβάλλοντος. Η ιδέα αυτή, του ορισμού της παρουσίας ως ψευδαίσθησης, επιχειρήθηκε αργότερα να επιμεριστεί σε ξεχωριστές ποιότητες. Προτάθηκε επακόλουθα η διάκριση: Της παρουσίας χώρου, όταν κάποιος αισθάνεται παρόντας σε ένα διάμεσο χώρο. Της κοινωνικής παρουσίας, όταν στον ίδιο διάμεσο χώρο αισθάνεται ότι είναι παρόντας μαζί με ένα άλλο διάμεσο πρόσωπο. Και της συμπαρουσίας, όταν συνυπάρχουν τα δύο παραπάνω (IJsselsteijn, Freeman & Ridder, 2001).

Απαραίτητα συστατικά, για να βιώσει κάποιος την αίσθηση της Παρουσίας, είναι η απορρόφηση και η εμπλοκή (Tamborini, 2000. Witmer & Singer, 1998). Η απορρόφηση αναφέρεται σε χωρικές, δομικές διαστάσεις, ενώ η εμπλοκή σε διαστάσεις που ενέχουν προθέσεις. Η αίσθηση της παρουσίας, φαίνεται να ενισχύεται, όταν το εικονικό περιβάλλον αντιδρά και ανταποκρίνεται σε ανθρώπινες δράσεις (Heeter, 1992). Η αίσθηση αυτή μοιάζει να κορυφώνεται σε πλαίσια τρισδιάστατης, εικονικής, πραγματικότητας (Heeter, 1992). Αντίστοιχα, η αίσθηση εικονικής παρουσίας φαίνεται να αυξάνεται, όταν ο χρήστης είναι ενήμερος για την εικονική παρουσία και άλλων προσώπων.

Υπογραμμίζεται, ότι η αίσθηση παρουσίας στο διαδίκτυο και κυρίως στα παιχνίδια ρόλων MMORPGs, είναι πιο ισχυρή από ότι σε οποιοδήποτε άλλο μέσο επικοινωνίας (Lombard & Ditton, 1997, Steuer, 1992). Η ζωντάνια και οι νέοι τρόποι αλληλεπίδρασης, όπως το παράλληλο παιχνίδι με άλλους παίκτες, καθιστούν τις τεχνολογίες εικονικής πραγματικότητας έντονα απορροφητικές (Van Dam, Forsberg, Laidlaw, LaViola, & Simpson, 2000). Επειδή το αίσθημα της παρουσίας, δηλαδή της απορρόφησης και της εμπλοκής, αυξάνει την ικανοποίηση των παικτών στα παιχνίδια, οι παραγωγοί εικονικής πραγματικότητας το επιδιώκουν (Kim & Biocca, 1997). «Πολλά παιχνίδια σχεδιάζονται σήμερα για να δημιουργήσουν μία αίσθηση ότι είσαι εκεί, μέσα στον κόσμο του παιχνιδιού, ένα συναίσθημα που ονομάζουμε παρουσία..... Η παρουσία φαίνεται να είναι κεντρική στη διαμόρφωση της εμπειρίας των ηλεκτρονικών παιχνιδιών» (Tamborini and Skalski, 2006. σελ 225).

Ουσιαστικά η αίσθηση της παρουσίας σε ένα χώρο, δίνει στο άτομο τη δυνατότητα να αλληλεπιδρά και να συνδέεται με τον κόσμο που το περιβάλλει. Σύμφωνα με την ίδια την ISPR (2000), η έννοια της παρουσίας (συντομογραφημένα

Παρουσία) ορίζεται ως μια ψυχολογική κατάσταση, ή υποκειμενική αντίληψη, κατά την οποία το άτομο βιώνει μια εμπειρία παραγόμενη, είτε συνολικά είτε τμηματικά μέσω της τεχνολογίας, χωρίς ωστόσο να συνειδητοποιεί την τεχνολογική διαμεσολάβηση στην εμπειρία αυτή (ISPR, 2000).

Πρόκειται για ένα φαινόμενο το οποίο συντελείται στον ανθρώπινο νου και όχι στην εκάστοτε χρησιμοποιούμενη τεχνολογική εφαρμογή. Η τεχνολογία αποτελεί το μέσον που προϋποθέτεται για να βιώσει το άτομο την παρουσία. Ουσιαστικά η επίγνωση της ύπαρξης της τεχνολογίας, παρακωλύει την βίωση της εμπειρίας της Παρουσίας. Αυτό συμβαίνει, επειδή η εμπειρία της παρουσίας συνεπάγεται την αντιληπτική ψευδαίσθηση της απουσίας της τεχνολογίας στην εμπειρία αυτή (Lombard and Ditton, 1997). Οι Witmer και Singer χαρακτήρισαν ως παρουσία την υποκειμενική εμπειρία ότι βρίσκεσαι σε ένα συγκεκριμένο μέρος ή περιβάλλον, ενώ σωματικά βρίσκεσαι σε ένα άλλο (Warmer and Singer, 1998). Με άλλα λόγια η Παρουσία καταδεικνύει το βαθμό στον οποίο βιώνεται το εικονικό περιβάλλον, ως φυσικό ή πραγματικό, την ίδια στιγμή που το δεύτερο παραμελείται.

Η ποιότητα της τεχνολογίας, που χρησιμοποιείται για να επιτευχθεί η εικονική εμπειρία, είναι μέγιστης σημασίας για την ένταση της Παρουσίας που το άτομο θα καταλήξει να βιώνει. Δεν είναι όμως η χρησιμοποιούμενη τεχνολογική εφαρμογή εκείνη που δεσμεύει το χρήστη αλλά όσα επισυμβαίνουν στο μυαλό του. Στην κατεύθυνση αυτή οι Thorson, Goldiez και Le το 2008 πρότειναν, ότι η Παρουσία αφενός έγκειται στο υποκείμενο και επομένως διαφέρει από άτομο σε άτομο κι από χρόνο σε χρόνο και αφετέρου δεν είναι αποκύημα της τεχνολογίας. Η αντίληψη του χρήστη ότι το εικονικό περιβάλλον και ο φυσικός κόσμος συνδέονται

είναι αυτή του γεννά την αίσθηση της Παρουσίας και όχι κάποια πραγματική αντιστοιχία αυτών των δύο (Heeter, 2003).

Δεδομένου ότι το φαινόμενο της Τηλεπαρουσίας αφορά και επακόλουθα ερευνάται από πολλές διαφορετικές επιστήμες, η θεωρητική του πλαισίωση εστιάζει περισσότερο ή λιγότερο στον ρόλο της τεχνολογίας, ανάλογα με την προέλευσή της εκάστοτε θεωρητικής προσέγγισης. Η Heeter το 1992 προσέγγισε το φαινόμενο της Παρουσίας υπερτονίζοντας τις σύνθετες ψυχολογικές πτυχές του. Παρουσίασε ένα μοντέλο το οποίο περιλαμβάνει τρεις διαστάσεις της έννοιας της παρουσίας: 1) την προσωπική 2) την κοινωνική και 3) την περιβαλλοντική παρουσία.

Η προσωπική Παρουσία καταδεικνύει το βαθμό στον οποίο ο χρήστης αισθάνεται ότι βρίσκεται μέσα στον εικονικό κόσμο, είναι ουσιαστικά η αίσθηση του να "βρίσκεσαι εκεί" (ISPR,2000). Υπάρχουν φυσικά ατομικές διαφορές ως προς το πόσο και το πώς βιώνεται η εμπειρία της Παρουσίας, διότι κάθε άτομο κεντρίζεται από διαφορετικά ερεθίσματα ανάλογα με την πιθανή προηγούμενη εμπειρία του στο αντικείμενο, τη διάθεση του τη δεδομένη στιγμή, καθώς και τη φύση του ερεθίσματος (Heeter,2003). Εύλογα, η Παρουσία σαν έννοια εμπεριέχει μία αναπαράσταση του εαυτού στον κοινωνικό κόσμο. Η Κοινωνική Παρουσία αναφέρεται ειδικότερα, στο κατά πόσο ο χρήστης βιώνει την παράλληλη παρουσία άλλων όντων (πραγματικών ή τεχνητών), τα οποία σταδιακά αλληλεπιδρούν με αυτόν. Αντίθετα, η Περιβαλλοντική Παρουσία αναφέρεται στο βαθμό στον οποίο το περιβάλλον φαίνεται να αντιλαμβάνεται την παρουσία του χρήστη και τη συνεργασία με αυτόν (Heeter, 1992). Συνακόλουθα, τα ερεθίσματα που περιλαμβάνει ένα

εικονικό περιβάλλον επηρεάζουν το βαθμό της Παρουσίας που σημειώνεται στο χρήστη.

Η ποικιλομορφία των διαθέσιμων ερεθισμάτων, οδήγησε πολλούς ερευνητές να αξιοποιήσουν παλαιότερα μοντέλα αντίληψης τέτοιων εικονικών περιβάλλοντων με διαμεσολαβητικό ρόλο. Συγκεκριμένα, οι Mantovani και Riva το 1999, προσπάθησαν να συνδέσουν το οικολογικό μοντέλο της αντίληψης του Gibson με την έννοια της Παρουσίας. Σύμφωνα με το μοντέλο αυτό, ένας κύκλος ανατροφοδότησης γεννάται όταν η συμπεριφορά ενός οργανισμού προκαλεί συνέπειες στο περιβάλλον του. Το περιβάλλον με τη σειρά του ανταποκρίνεται στη συμπεριφορά αυτή προκαλώντας αντίστοιχες συνέπειες σε άλλους οργανισμούς. Σε μια παρόμοια προσπάθεια αντιστοίχισης του ίδιου μοντέλου με τη θεωρία της Παρουσίας οι Zahoric και Jenison διατύπωσαν το 1998 τη θέση, ότι η Παρουσία σε ένα περιβάλλον ισοδυναμεί με την επιτυχημένη δράση σε αυτό.

Οι Witmer και Singer διέκριναν την έννοια της Παρουσίας, λόγω της πολυπλοκότητάς της, σε δύο υποκειμενικά επίπεδα στα οποία φτάνει ο χρήστης κατά τη διάρκεια της περιήγησής του σε ένα εικονικό περιβάλλον, στο επίπεδο της εμπλοκής και σε αυτό της καταβύθισης (Witmer & Singer, 1998). Το επίπεδο της καταβύθισης αναφέρεται στην πιστότητα των αντιληπτικών πληροφοριών που φθάνουν στις αισθήσεις μέσω του ηλεκτρονικού συστήματος, δηλαδή στο βαθμό στον οποίο τα εικονικά ερεθίσματα προσομοιάζουν με τα πραγματικά. Το επίπεδο της εμπλοκής, αναφέρεται στην ικανότητα του περιβάλλοντος να δημιουργεί στο χρήστη μια πειστική και συναφή εμπειρία, βασισμένη σε αισθητηριακές

πληροφορίες. Η άποψη αυτή επηρεάστηκε από τον Fontaine (1992), που όρισε την Παρουσία ως ένα επίπεδο συγκέντρωσης.

1.3.5.1.1. Παρουσία και αιτιολογικοί παράγοντες

Εξαιτίας του μεγάλου ενδιαφέροντος γύρω από το φαινόμενο της Παρουσίας πραγματοποιήθηκε σημαντικός αριθμός μελετών με στόχο την εξακρίβωση των παραγόντων που το προκαλούν. Μέχρι στιγμής, δεν υπάρχει ομοφωνία ως προς τις μεταβλητές που φαίνεται να το επηρεάζουν (Riva, Davide, & Usselsteijn, 2003; Sadowski & Stanney, 2002; Schuemie, van der Straaten, Krinjn, & van der Mast, 2001).

Οι Witmer και Singer (1998) κατηγοριοποίησαν τους παράγοντες που συμβάλλουν στην Παρουσία σε τέσσερις τύπους: 1) τον έλεγχο, δηλαδή το επίπεδο του ελέγχου, το είδος του, η αμεσότητά του, η προσδοκία των γεγονότων και τη δυνατότητα σωματικής τροποποίησης και τροποποίησης του περιβάλλοντος στην επιλεγόμενη κάθε φορά από το άτομο κατεύθυνση 2) την αισθητηριακή τροποποίηση, που αναφέρεται στην ποικιλία των περιβαντολλογικών ερεθισμάτων, στην ποικιλότητα παρουσίαση, την συνοχή των πληροφοριών που εισρέουν, το βαθμό αντίληψης των κινήσεων και την ενεργητική αναζήτηση 3) την περίσπαση στην οποία έγκειται η απομόνωση, η επιλεκτική προσοχή κι η συνειδητοποίηση των ορίων, και 4) τον ρεαλισμό δηλαδή την αίσθηση της πραγματικότητας, τη νοερή σύνδεση των πληροφοριών με τον εξωτερικό κόσμο, τη σημασία της εμπειρίας για το χρήστη και τον αποπροσανατολισμό.

Ο Lombard και οι συνεργάτες του (Lombard & Ditton, 1997; Lombard, Reich, Grabe, Bracken, & Ditton, 2000) διέκριναν τρεις τύπους παραγόντων : 1) τη φύση του μέσου, δηλαδή το μέγεθος της εικόνας καθώς και την ποιότητά της, τη πιστότητα του ήχου κι τις τεχνικές δυνατότητες του φακού 2) το περιεχόμενό του μέσου ,δηλαδή οι τρόποι χρήσης του και 3) τα χαρακτηριστικά του χρήστη που αναφέρονται στην πιθανή ηθελημένη αναστολή της δυσπιστίας του χρήστη, σε πιθανή παλαιότερη εμπειρία του με το μέσον, συναρτήσει της ηλικίας και του φύλου του.

Ο Sheridan (1992) πρότεινε επίσης τρεις, ανάλογους ίσως, παράγοντες που επηρεάζουν το φαινόμενο της Παρουσίας: 1) την έκταση των αισθητηριακών πληροφοριών, 2) τον έλεγχο των αισθήσεων σε σχέση με το περιβάλλον και 3) την ικανότητα τροποποίησης του περιβάλλοντος (Το ίδιο με πριν). Το 1993 οι Slater και Usoh, έκαναν λόγο για δύο τύπους παραγόντων: 1) τους εξωγενείς (τεχνολογία κι εξαρτημένοι παράγοντες) και 2) τους ενδογενείς (χρήστης κι εξαρτημένοι παράγοντες). Πιο πρόσφατα οι Lee και Nass (2001), παρουσίασαν τρεις τύπους παραγόντων: 1) την τεχνολογία (την αντικειμενική ποιότητα της τεχνολογίας), 2) το χρήστη (τις ατομικές διαφορές), και 3) τους κοινωνικούς παράγοντες (τα κοινωνικά χαρακτηριστικά της τεχνολογίας). Βασιζόμενοι στους ανωτέρω τρεις τύπους δημιούργησαν ένα σύστημα κατηγοριοποίησης των μεταβλητών που σχετίζονται με την Παρουσία.

Τέλος, οι Sadowski και Stanney (2002) συγκέντρωσαν την βιβλιογραφία που αφορά τους πιθανούς αιτιολογικούς παράγοντες στους οποίους οφείλεται η Παρουσία και κατέληξαν σε επτά διαστάσεις: 1) την άμβλυνση της διάδρασης, 2) τον

έλεγχο του χρήστη, 3) τη ρεαλιστικότητα των γραφικών, 4) τη διάρκεια της έκθεσης στην τεχνολογία, 5) τους κοινωνικούς παράγοντες, 6) τους εσωτερικούς και 7) τους παράγοντες των συστημάτων. Ο εξωτερικός αυτός παράγοντας των συστημάτων αναφέρεται τόσο στα χαρακτηριστικά των εν λόγω συστημάτων, όσο και σε αυτά του υπό εκτέλεση έργου κι έχει προσελκύσει περισσότερο από κάθε άλλο παράγοντα το ενδιαφέρον των ερευνητών.

1.3.5.1.2.. Παρουσία & Αναστολή της Δυσπιστίας

Το γεγονός ότι τόσο έμπειροι όσο και πρωτόπειροι χρήστες αισθάνονται διάφορα είδη Παρουσίας, ακόμη κι αν χρησιμοποιούν λιγότερο εξελιγμένες τεχνολογικές μορφές, οδηγεί στο ερώτημα «Τι είναι αυτό που κάνει τους ανθρώπους να μην προσπερνούν το ρόλο της τεχνολογίας όταν εισέρχονται σε ένα εικονικό περιβάλλον;» Μια δημοφιλής τοποθέτηση, η οποία έπαιξε σημαντικό ρόλο στην κατανόηση της σύστασης της πραγματικότητας, τόσο στα παραδοσιακά μέσα (Wiley, 2000), όσο και στις σύγχρονες διασυνδεδετικές διατάξεις H/Y (Laurel, 1993) είναι η «ηθελημένη αναστολή της δυσπιστίας» σύμφωνα με τους Reeves, Nass (1996) και Holland (2003). Βάση αυτού του επιχειρήματος, ο θεμελιώδης λόγος για τον οποίο γίνονται αντιληπτά συναισθήματα παρουσίας, είναι ότι οι άνθρωποι επίτηδες και συνειδητά ακολουθούν την πρόθεση του παραγωγού (αν πρόκειται για εικονικό περιβάλλον ή για ταινία) ή του συγγραφέα (αν πρόκειται για βιβλίο) και ξεχνούν την τεχνικότητα των εκάστοτε διαμεσολαβητικών μέσων, ώστε να απολαύσουν τη δραστηριότητα το δυνατόν περισσότερο (Hayes-Roth, Johnson, yan Gent, & Wescount, 1999).

Με αυτή την παραδοχή ως αφετηρία, οι Slater και Usoh (1993) όρισαν την Παρουσία ως την αναστολή της δυσπιστίας- αμφισβήτησης του χρήστη ψηφιακών συστημάτων εικονικής πραγματικότητας, ότι βρίσκεται σε ένα κόσμο διαφορετικό από αυτόν στον οποίο βρίσκεται το σώμα του. Επομένως, η εμφάνιση των αισθημάτων παρουσίας έγκειται σε μεγάλο βαθμό στην ενεργητική και συνειδητή νοερή προσπάθεια του χρήστη, να παραβλέψει την τεχνολογία που μεσολαβεί. Εντούτοις η εγκυρότητα αυτού του επιχειρήματος έχει αμφισβητηθεί από σειρά μελετών (Reeves & Nass, 1996; Nass & Moon, 2000). Πιο συγκεκριμένα, ο Nass και οι συνεργάτες του το 1996 έβρισκαν συστηματικά, ότι οι άνθρωποι αυτόματα και φυσικά δέχονται τα εικονικά ερεθίσματα σαν να ήταν πραγματικά, χωρίς να προβαίνουν σε ηθελημένη αναστολή της δυσπιστίας τους για την εγκυρότητα των ερεθισμάτων.

1.3.5.1.3. Προγνωστικοί παράγοντες της Παρουσίας

Καθώς η παρουσία είναι μια κατάσταση γνωστική κατά βάση, καθίσταται εξαιρετικά σημαντική η αναζήτηση των προβλεπτικών παραγόντων του φαινομένου, καθώς και των κινήτρων που μωούν το χρήστη σε αυτό, σε πτυχές που αφορούν την προσωπικότητα.

Πράγματι, η τάση του ατόμου να αισθανθεί Παρουσία σε ένα εικονικό περιβάλλον, φαίνεται να συνδέεται με συγκεκριμένα χαρακτηριστικά, καθώς και άλλους παράγοντες που διαπλέκονται με τα αυτά. Οι παράγοντες που αφορούν την προσωπικότητα συχνά εξετάζονται παράλληλα με γνωστικούς παράγοντες όπως η απορρόφηση, η δημιουργική φαντασία και η ενσυναίσθηση (Sas & O' Hare, 2003). Επιπρόσθετα, σε ότι αφορά στη προσωπικότητα του χρήστη, υποθέτεται πως μια

σειρά ατομικών διαφορών συνεισφέρει στην βίωση της εμπειρίας της Παρουσίας. Συγκεκριμένα οι Stanney και Salvendy το 1998 αναγνώρισαν ως σημαντικούς για την εκδήλωση του φαινομένου της Παρουσίας τους εξής παράγοντες: 1) το επίπεδο εμπειρίας στη δραστηριότητα, 2) τις γνωστικές ικανότητες, 3) την ικανότητα να χειρίζεται κανείς αντικείμενα στον εικονικό κόσμο, 4) τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας καθώς και 5) την ηλικία.

Σε ακολουθία με τα παραπάνω, οι Thomson, Goldiez και Le το 2008, με στόχο να μελετήσουν τη ροπή των ατόμων προς το φαινόμενο της Παρουσίας, υπέθεσαν πως προβλεπτικά ως προς αυτό λειτουργούν οι εξής παράγοντες: 1) η ηλικία, 2) το επίπεδο της εμπειρίας, 3) η ψυχοκινητική ικανότητα, 4) η ενεργητική και παθητική γνωστική εμπλοκή, 5) ο προσανατολισμός στο χώρο, 6) η ικανότητα κατασκευής νοητικών μοντέλων, 7) το αν ο χρήστης είναι τύπος που μαθαίνει οπτικά, 8) το αν δέχεται ως ευπρόσδεκτες τις νέες εμπειρίες, 9) η εσωστρέφεια και 10) η ενσυναίσθηση. Τα αποτελέσματα της παραπάνω μελέτης έδειξαν ότι μόνο έξι από τους παραπάνω προτεινόμενους παράγοντες σχετίζονται με την τάση του χρήστη να αισθανθεί Παρουσία. Οι παράγοντες οι οποίοι μπορούν να χαρακτηριστούν ως προγνωστικοί του εν λόγω φαινομένου είναι οι εξής: 1) η ενεργητική και 2) παθητική γνωστική εμπλοκή, 3) η ψυχοκινητική ικανότητα, 4) η εσωστρέφεια, 5) η ικανότητα κατασκευής νοητικών μοντέλων και 6) η ενσυναίσθηση.

Να σημειωθεί πως στη μελέτη των Thomson, Goldiez και Le το 2008, οι μεταβλητές του φύλου και της ηλικίας δεν έδειξαν να σχετίζονται με την παρουσία. Εντούτοις τα υποκείμενα ανάλογα με το φύλο τους παρουσίασαν διαφορές, ως προς τους παραπάνω παράγοντες που σχετίζονται με την παρουσία. Ενδεικτικά

αναφέρεται πως οι άντρες παρουσίαζαν υψηλότερο βαθμό ενεργητικής γνωστικής εμπλοκής, ψυχοκινητικής ικανότητας κι ικανότητας κατασκευής νοητικών μοντέλων ενώ οι γυναίκες φάνηκε να υπερέχουν ως προς την παθητική γνωστική εμπλοκή και την ενσυναίσθηση.

Ηλικία

Ως προς την ηλικία, οι Bangay και Preston (1998) έδειξαν ότι χρήστες από 35 έως 45 χρονών έχουν λιγότερες πιθανότητες να αισθανθούν Παρουσία σε σχέση με χρήστες από 10 έως 20 χρονών. Αντίθετα μια μεταγενέστερη μελέτη (Schuemie et al., 2005) έδειξε, ότι υπάρχει θετική συνάφεια μεταξύ ηλικίας και παρουσίας.

Παράλληλα φάνηκε πως, όσο πιο περίπλοκα σχεδιασμένο είναι ένα σύστημα, τόσο περισσότερο επιδρά η μεγαλύτερη ηλικία στην εντονότερη βίωση της εμπειρίας της παρουσίας.

Εμπειρία του χρήστη

Η εμπειρία του χρήστη ηλεκτρονικού υπολογιστή καθεαυτή, δεν φαίνεται να καθορίζει αδιαμεσολάβητα τη ροπή του προς την βίωση της Παρουσίας (Egan, 1988; Dix et al., 1998). Πιο συγκεκριμένα η εμπειρία του χρήστη συνδέεται με την επίδοση του στην δραστηριότητα με την οποία καταπιάνεται, καθώς και τον τρόπο με τον οποίο αντιλαμβάνεται κι οργανώνει τις πληροφορίες που δέχεται. Επιπλέον, είναι αποδεκτό ότι η εξοικείωση του χρήστη με τη δραστηριότητα, καθώς κι η σαφήνεια των προσδοκιών του από αυτή, αυξάνει την αίσθηση της παρουσίας σε ένα περιβάλλον, καθώς επιδρά στην αρτιότερη πρόβλεψη της συνέχειας και της έκβασης της δραστηριότητας αυτής (Held and Durlach, 1992). Εύλογα, η εμπειρία επηρεάζει τη συγκρότηση της νοητικής αναπαράστασης του εικονικού περιβάλλοντος από το

άτομο. Η πιστότητα της νοητικής αναπαράστασης, συνδέεται επακόλουθα με την αντιλαμβανόμενη πολυπλοκότητα της πλοήγησης στο εικονικό περιβάλλον και το σημείο αναφοράς της επίδοσης του χρήστη. Συμπληρωματικά, η εμπειρία μίας δραστηριότητας επιδρά στη διαμόρφωση των προσδοκιών ως προς αυτή (Heeter, 2003). Τα στοιχεία αυτά, αν και σημαντικά, δεν είναι ικανά να υποστηρίξουν ίσως την άμεση σύνδεση του παράγοντα της εμπειρίας με την Παρουσία (Youngblut & Perrin, 2002; Jurnet et al., 2005).

Ψυχοκινητική Ικανότητα

Με την δεξιότητα του προσανατολισμού στο χώρο συνδέεται ο παράγοντας της ψυχοκινητικής ικανότητας. Αν και δεν έχει εκτενώς μελετηθεί στα πλαίσια της θεωρίας που αφορά το φαινόμενο της Παρουσίας, καθίσταται σαφές, τουλάχιστον από τη χειρουργική βιβλιογραφία, ότι οι ικανότητες προσανατολισμού στο χώρο κι οι ψυχοκινητικές ικανότητες του χρήστη παίζουν ρόλο στην επίδοση του στη δραστηριότητα (Kyllonen & Chaiken, 2003; Keehnet et al., 2004). Καταληκτικά η δεξιότητα προσανατολισμού σε ένα χώρο, καθορίζεται αποφασιστικά από την ενσυναίσθηση της τοποθέτησης μέσα σε αυτόν, και κατ' επέκταση την παρουσία.

Παθητική Γνωστική Εμπλοκή

Η παθητική γνωστική εμπλοκή ορίζεται ως μια κατάσταση, κατά την οποία το άτομο είναι πλήρως δεσμευμένο στη δραστηριότητα με την οποία καταπιάνεται, κι ενεργητικά συγκεντρωμένο σε αυτήν, αποκοβόμενο σχεδόν από κάθε άλλο παράπλευρο ερέθισμα. Το 1999 ο Banos μαζί με συνεργάτες του βρήκε

ότι η απορρόφηση, την οποία όρισε ως την απόλυτη καταβύθιση σε μια δραστηριότητα, αυξάνει την Παρουσία σε ένα εικονικό περιβάλλον. Ως εκ τούτου προκύπτει κι η θεωρητική συσχέτιση της Παρουσίας με την θεωρία του Csikszentmihalyi (τυπικό αλλά βάλε μία χρονολογία) για τη ροή, η οποία επίσης συνδέεται με την απορρόφηση σε μία δράση (Trevino & Webster, 1992; Webster et al., 1993).

Ενεργητική Γνωστική Εμπλοκή

Σε αντίθεση με την παθητική, η ενεργητική γνωστική εμπλοκή αφορά την καταβύθιση του ατόμου σε δραστηριότητες, οι οποίες απαιτούν τη λήψη αποφάσεων και την κριτική σκέψη. Κατά τις δραστηριότητες αυτές ο χρήστης ενεργητικά εμποδίζει την παρείσφρηση εσωτερικών κι εξωτερικών περισπασμών ώστε να παραμείνει συγκεντρωμένος στην προκείμενη εμπειρία. Μάλιστα σε ότι αφορά τα εικονικά περιβάλλοντα, η διαδραστικότητα φαίνεται να παίζει σημαντικότερο ρόλο στην πλήρη εμπλοκή σε αυτά (Ijsselstein 2005).

Προσανατολισμός στο χώρο

Ο προσανατολισμός στο χώρο αναφέρεται στην φυσική ικανότητα των ανθρώπων να κατατοπίζουν το σώμα τους και να το τοποθετούν σε συγκεκριμένη στάση, ανάλογα με το χώρο, τόσο όταν κινούνται, όσο κι όταν παραμένουν ακίνητοι. Εκτός από τη συσχέτιση του με την Παρουσία, φαίνεται σύμφωνα με κάποιους ερευνητές, ότι προσανατολισμός στο χώρο σχετίζεται με την ικανότητα κατασκευής νοητικών μοντέλων (Jurnet et al., 2005; Schuemie et al., 2005). Τα νοητικά αυτά

μοντέλα, συνδέονται με την ποιότητα της επίδοσης του κατασκευαστή τους στην πραγματικότητα, την οποία αναπαριστούν, όπως νωρίτερα αναφέρθηκε.

Ικανότητα Κατασκευής Νοητικών Μοντέλων

Η ικανότητα κατασκευής νοητικών μοντέλων αποτελεί ακόμη μία αντιληπτική ικανότητα. Ένα νοητικό μοντέλο, είναι ένα εσωτερικό μοντέλο αναπαράστασης μιας εξωτερικής πραγματικότητας. Αυτή η ικανότητα φαίνεται ότι συσχετίζεται με συγκεκριμένες δραστηριότητες, ιδίως ομαδικές (Smith-Jentsch et al., 2001). Έτσι ένα άτομο το οποίο κατασκευάζει εύκολα νοητικά μοντέλα, με παρόμοια ευκολία μπορεί να κατασκευάσει και να εσωτερικεύσει την αναπαράσταση του εαυτού του σε ένα εικονικό περιβάλλον. Όταν λοιπόν οι κινήσεις του σώματος ή τμήματός του σε ένα εικονικό περιβάλλον αναπαριστώνται νοητικά ως πιθανές πραγματικές κινήσεις, τότε το φαινόμενο της Παρουσίας αναδύεται (Schubert et al., 2001).

Οπτικό στυλ Μάθησης

Επιπρόσθετα, το να διαθέτει ο χρήστης ένα οπτικό στυλ μάθησης, αποτελεί προγνωστικό παράγοντα για την αίσθηση της Παρουσίας. Πιο συγκεκριμένα φαίνεται ότι τα άτομα τα οποία προτιμούν η συνηθίζουν να οργανώνουν και να αναπαριστούν πληροφορίες οπτικά έχουν περισσότερες πιθανότητες να βιώσουν ένα υψηλότερο βαθμό Παρουσίας, σε σχέση με άτομα, τα οποία μαθαίνουν ευκολότερα μέσω της ακουστικής ή φραστικής διατύπωσης (Riding, 1998).

Δεκτικότητα σε νέες εμπειρίες

Η δεκτικότητα σε νέες εμπειρίες αποτελεί μια διάσταση της προσωπικότητας, η οποία διακρίνει τα γεμάτα φαντασία και δημιουργικότητα άτομα από τα συμβατικά. Οι Sas και O' Hare το 2003, έδειξαν ότι η δημιουργική φαντασία συνδέεται με την Παρουσία και θεώρησαν ότι οι χρήστες πρέπει να χρησιμοποιούν τη φαντασία τους για να πετύχουν την αναστολή της δυσπιστίας (βλ 2.2), η οποία επιστρατεύεται συχνά στα εικονικά περιβάλλοντα.

Εσωστρέφεια

Τα εσωστρεφή άτομα, αισθάνονται ενθουσιασμό κι ενεργητικότητα, όταν έρχονται σε επαφή με ιδέες, σκέψεις, αναμνήσεις και εικόνες οι οποίες είναι τμήμα του εσωτερικού τους κόσμου. Τα άτομα αυτά συχνά προτιμούν μοναχικές δραστηριότητες ή το να συναναστρέφονται με μικρό αριθμό ατόμων, με τα οποία συμβαίνει να αισθάνονται εγγύτητα. Δεδομένης της ροπής τους προς τον εσωτερικό κόσμο, οι εσωστρεφείς συχνά προτιμούν περισσότερο την ιδέα, δηλαδή την αναπαράσταση ενός πράγματος, παρά το αντικείμενο καθεαυτό. Στη βάση αυτή, οι εσωστρεφείς παρουσιάζονται ως εκ φύσεως πιο στοχαστικά άτομα σε σύγκριση με τα υπόλοιπα (Myers, 1980).

Επακόλουθα έχει υποτεθεί, ότι οι εσωστρεφείς έχουν μεγαλύτερη δυνατότητα να καταστέλλουν την παρείσφρηση αισθητηριακών πληροφοριών σε σχέση με τα εξωστρεφή άτομα, λόγω της στοχαστικής τους φύσης, που συχνά συρρικνώνει το

πεδίο προσοχής τους (Althaus et al.,2004). Φαίνεται λοιπόν ότι είναι σε θέση να καταστείλουν με μεγαλύτερη ευκολία τη σύγκρουση, που δημιουργεί η εισροή αισθητηριακών πληροφοριών, που προέρχονται τόσο από εικονικά όσο κι από πραγματικά ερεθίσματα, όσο και να δημιουργήσουν επίσης με μεγαλύτερη ευκολία νοητικά μοντέλα του εικονικού κόσμου. Τόσο η ικανότητα απομάκρυνσης διασπαστικών πληροφοριών, όσο και η στόχευση της προσοχής στα εικονικά ερεθίσματα, θεωρείται ότι σχετίζονται με την τάση του ατόμου να βιώσει την εμπειρία της Παρουσίας (Witmer & Singer,1998; Schubert et al.,2001). Προτείνεται ευνόητα, ότι τα άτομα τα οποία σκοράρουν ψηλά στην εσωστρέφεια, έχουν την τάση να βιώσουν υψηλότερα επίπεδα Παρουσίας (Sas et al.,2004; Jurnet et al., 2005).

Ενσυναίσθηση

Η ενσυναίσθηση αποτελεί την ικανότητα του να υιοθετεί το άτομο την οπτική γωνία των άλλων σε επίπεδο ψυχολογικό, καθώς και το να βιώνει σαν δικά του τα συναισθήματα που παρατηρεί. Οι Sas και O'Hare (2003) βρήκαν ότι οι συμμετέχοντες που παρουσίαζαν υψηλότερα επίπεδα ενσυναίσθησης, βίωναν και μεγαλύτερο βαθμό Παρουσίας. Ένα χρόνο αργότερα οι Sas et al (2004) επιβεβαίωσαν τα αποτελέσματα της μελέτης του 2003.

Παρουσία & MMORPGs

Τα MMORPGs αποτελούν μια νέα τάση σε ότι αφορά τα παιχνίδια στον υπολογιστή και τα εικονικά περιβάλλοντα. Τα εικονικά περιβάλλοντα αποτελούν αναπαραστάσεις πραγματικών ή πλασματικών χώρων, σε δισδιάστατη ή

τρειςδιάστατη ηλεκτρονική μορφή, τα οποία συχνά περιέχουν αντικείμενα ή αναπαραστάσεις ανθρώπων (Biocca & Levy, 1995; Blascovich, 2002; Blascovich et al., 2002; Kalawsky, 1993; Lanier, 2001). Καθημερινά χιλιάδες χρήστες παίρνουν μέρος στα περιβάλλοντα αυτά (Woodcock, 2004).

Τα εικονικά περιβάλλοντα αυτά, τα οποία οδηγούν το χρήστη σε μια σταδιακή καταβύθιση, επιτείνουν τις αισθητηριακές εμπειρίες του, μέσω της οπτικής οδού. Η καταβύθιση του ατόμου σε τέτοιου είδους περιβάλλοντα, αυξάνει το βαθμό βίωσης της παρουσίας, τόσο σε επίπεδο περιβαλλοντολογικό όσο και σε κοινωνικό. Τα άτομα αισθάνονται να αλληλεπιδρούν με τον εικονικό τους περίγυρο και συνάπτουν σχέσεις με τις ψηφιακές αναπαραστάσεις άλλων χρηστών. Σύμφωνα με τον Blascovich και τους συνεργάτες του το 2002, ο ρεαλισμός των εικονικών περιβαλλόντων καταβύθισης, μπορεί να αποτελέσει ένα πολύτιμο μέσο μελέτης της επιρροής, που ασκεί η εικονική συμπεριφορά του χρήστη στην πραγματική του συμπεριφορά.

Οι ίδιοι ερευνητές ανέπτυξαν ένα μοντέλο κοινωνικής επιρροής σε εικονικά περιβάλλοντα (Blascovich, 2002; Blascovich et al., 2002). Σε αυτό ορίζεται ως ρεαλισμός, ο βαθμός στον οποίο η ψηφιακή αναπαράσταση του χρήστη στο εικονικό περιβάλλον, μοιάζει σε επίπεδο εμφάνισης και συμπεριφοράς με πραγματικό άτομο (Blascovich; Blascovich et al.). Επιπλέον, παρουσιάζουν τρεις διαστάσεις του φαινομένου αυτού: 1) την επικοινωνιακή, 2) την ανθρωπομορφική και 3) την διάσταση του φωτογραφικού ρεαλισμού. Ο ρεαλισμός στην επικοινωνία (που αποτελεί τη σημαντικότερη έκφανση του φαινομένου), αναφέρεται στο βαθμό που η ψηφιακή αναπαράσταση του χρήστη συμπεριφέρεται και δρα σαν πραγματικός

άνθρωπος. Ο ανθρωπομορφισμός αντίστοιχα, φαίνεται να αποτελεί απαραίτητη προϋπόθεση για την εκδήλωση του επικοινωνιακού ρεαλισμού (Blascovich; Blascovich et al. 2002).

1.3.5.2. Ροή

Ο Csikzentmihalyi (1975) εισήγαγε πρώτος την έννοια της Ροής (Flow) ως μια ολιστική εμπειρία, την οποία βιώνουν τα άτομα, όταν βρίσκονται σε μια κατάσταση εσωτερικής ευχαρίστησης. Όταν κορυφώνεται η εμπειρία της ροής, το άτομο είναι απολύτως απορροφημένο σε μια δραστηριότητα, το πεδίο αντίληψής του εστιάζεται σε αυτή, χάνει τη αίσθηση της συνειδητότητας και βιώνει την αίσθηση ελέγχου του περιβάλλοντος επένδυσής του. Μελέτες καταδεικνύουν ότι την εμπειρία της Ροής έχουν βιώσει άτομα κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων όπως η αναρρίχηση, το σκάκι, ο χορός, κι η ανάγνωση (Csikszentmihalyi 1975; Csikszentmihalyi & LeFerve, 1989). Η έννοια της Ροής χρησιμοποιείται για να περιγράψει τα πιο ευχάριστα συναισθήματα (Csikzentmihalyi, 1975 b) και τις αντίστοιχες εμπειρίες που μπορεί να βιώσει ένα άτομο, αγγίζοντας για τον εισηγητή της την πεμπτουσία της ανθρώπινης ύπαρξης (Csikszentmihalyi, 1982, p.13). Ουσιαστικά, Ροή είναι μία ψυχολογική κατάσταση κατά την οποία το άτομο είναι γνωστικά αποδοτικό, κινητοποιημένο κι ευτυχισμένο (Moneta & Csikszentmihalyi, 1996, p. 227).

Η έννοια της ροής (Flow) περιγράφει μία κατάσταση εσωτερικής ευχαρίστησης, σε σχέση με μία εξελισσόμενη την ίδια στιγμή δραστηριότητα (Thatcher et al., 2008). Η ευχαρίστηση αυτή γεννιέται, όταν οι αντιλαμβανόμενες δεξιότητες του ατόμου εφάπτονται με τις αντιλαμβανόμενες απαιτήσεις ή

προκλήσεις της εν λόγω δραστηριότητας (Csikszentmihalyi, 1997). Ο Csikszentmihalyi το 1997 κατέγραψε οκτώ συστατικά στοιχεία της ροής: Ένα ξεκάθαρο στόχο, προκλήσεις που καλύπτονται από τις δεξιότητες του ατόμου, ύπαρξη ελέγχου πάνω στη δραστηριότητα, άμεση και ικανή ανατροφοδότηση, έλεγχο και αυτοσυγκέντρωση, απώλεια αίσθησης συνειδητότητας, απώλεια αίσθησης του χρόνου και τέλος την απόκτηση αυτοτελικού χαρακτήρα από τη δραστηριότητα. Αυτοτελική είναι κάθε δραστηριότητα που η αξία της, ο σκοπός της, βρίσκεται στην ίδια την επανάληψη της, χωρίς να υπάρχει κάποια άλλη έμμεση στόχευση (Thatcher et al., 2008).

Επακόλουθα, ροή είναι κάθε κατάσταση συνειδητότητας, που συνήθως χαρακτηρίζεται από μία απώλεια της αίσθησης του χρόνου, και βιώνεται από άτομα με βαθιά εμπλοκή σε μία άμεσα εξελισσόμενη δραστηριότητα, η οποία τους δίνει ικανοποίηση (Thatcher et al., 2008). Ωστόσο η ροή γίνεται αντιληπτή πιο συχνά, απλά ως ευχαρίστηση ή ικανοποίηση (Webster, Trevino, & Ryan, 1993). Πρόκειται για μία κατάσταση νοητικής λειτουργίας, κατά την οποία το άτομο είναι πλήρως απορροφημένο σε αυτό που κάνει (Csikszentmihalyi, 1988). Αυτή η ευχάριστη διανοητική κατάσταση χαρακτηρίζεται από ενεργητική συγκέντρωση, πλήρη εμπλοκή και επιτυχία στην εξέλιξη της δραστηριότητας (Csikszentmihalyi, 1988). Κατά τον Sherry το 2004 μάλιστα, το σύνολο της ευχαρίστησης, που προκαλείται από την έκθεση σε μέσα μαζικής επικοινωνίας, είναι προϊόν συσσώρευσης εμπειριών ροής. Στη βάση αυτή, πολλοί μελετητές επιχείρησαν να αναγάγουν την έννοια της ροής στην αλληλεπίδραση ανθρώπου - υπολογιστή (Sharafi, Hedman, & Montgomery, 2006; Webster et al., 1993) και στη χρήση του διαδικτύου ειδικότερα

(Chen, 2006; Chen et al., 1999; Hoffman & Novak, 1996; Pace, 2004; Wan & Chiou, 2006).

Μάλιστα, οι Hoffman & Novak το 1996 και ο Chen μία δεκαετία αργότερα (Chen, 2006) υποστήριξαν, ότι συγκεκριμένες ποιότητες του παγκόσμιου ιστού, όπως η ευκολία στη χρήση, η άμεση ανατροφοδότηση, η αλληλεπιδραστικότητα και η πρόσβαση στην ηλεκτρονική διασκέδαση, τον καθιστούν πρόσφορο πεδίο για τη βίωση ροής. Σε ενίσχυση των παραπάνω βρέθηκε, ότι οι χρήστες του ιστού βιώνουν θετικά συναισθήματα όταν είναι σε σύνδεση (Chen, 2006). Ειδικότερα φαίνεται, ότι οι εμπειρίες της ροής κορυφώνονται μέσα από τις αλληλεπιδραστικές και απορροφητικές πτυχές των παιχνιδιών σε σύνδεση (MMORPGs)(Wan & Chiou, 2006). Φάνηκε επίσης, ότι η εμπειρία της ροής στα MMORPGs, συνδέεται με τον βαθμό της παρουσίας των παικτών σε αυτά (Bryce & Rutter, 2001, Psychological Presence section, para 3). Ως δραστηριότητες που προκαλούν εμπειρίες ροής στο διαδίκτυο, βρέθηκαν ακόμα η αναζήτηση πληροφοριών, η ανάγνωση και η συγγραφή μηνυμάτων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και η δημιουργία ιστοσελίδων (Chen et al, 1999).

1.3.5.2.1. Παγκόσμιος Ιστός Ροής «Ευχαρίστησης»

Η θεωρία της Ροής χρησιμοποιήθηκε πρώτη φορά στο πλαίσιο των διαδικτυακών εμπειριών από τους Hoffman και Novak (1996). Προηγουμένως άλλοι ερευνητές είχαν χρησιμοποιήσει την έννοια της Ροής για την εξέταση της αλληλεπίδρασης ατόμου-υπολογιστή, όχι όμως σε συνάρτηση με τη χρήση του διαδικτύου (Malone, 1981; Trevino and Webster, 1992; Webster et al., 1993; Ghani

and Deshpande, 1994). Βασισμένοι σε αυτές τις πρώτες εισηγήσεις οι Hoffman και Novak το 1996, επιχείρησαν να εξηγήσουν τη σχέση μεταξύ Ροής και συμπεριφοράς των χρηστών του ιστού. Το θεωρητικό τους μοντέλο εστιάζεται κυρίως στις άμεσες και έμμεσες επιρροές της Ροής, καθώς και στις σχέσεις μεταξύ του θεωρητικού υπόβαθρου που δημιουργήσαν και στις συμπεριφορές που προκύπτουν.

Η ισορροπία των προκλήσεων του ιστού και των ικανοτήτων του χρήστη, παίζουν σημαντικό ρόλο στην κατανόηση της έννοιας της Ροής στα πλαίσια της χρήσης του διαδικτύου. Σε σχέση με τα παραπάνω, τονίζεται η πολυπλοκότητα και η διαδραστική φύση του διαδικτυακού περιβάλλοντος, το οποίο μεταξύ άλλων προσφέρει τη δυνατότητα εμπλοκής σε πληθώρα επικοινωνιακών, δημιουργικών και συνεργατικών δραστηριοτήτων. Δεδομένου ότι οι διαφορετικές δραστηριότητες παρουσιάζουν διαφορετικές προκλήσεις, οι οποίες με τη σειρά τους απαιτούν διαφορετικές ικανότητες, ο Chen (Chen et al., 1999, p. 590) υποστήριξε ότι το διαδίκτυο θα πρέπει να γίνεται αντιληπτό, ως ένα μέσον παροχής πολλαπλών δραστηριοτήτων. Η χρήση του διαδικτύου δεν πρέπει να εκλαμβάνεται ως μονοδιάστατη δραστηριότητα, καθώς πλέον ο χρήστης, πέρα από το να ψάξει για πληροφορίες ή να λύσει προβλήματα, μπορεί να στείλει η να δεχθεί ηλεκτρονικά μηνύματα, να δημοσιεύσει ή να διαβάσει κάτι, να μεταδώσει ειδήσεις, να "κατεβάσει" από το διαδίκτυο ή να "ανεβάσει" σε αυτό αρχεία, να δημιουργήσει και να ακούσει μουσική, να δημιουργήσει ή να δει ταινίες, να συνομιλήσει ή να επικοινωνήσει εικονικά με άλλα άτομα κ.α.

Ο Chen και οι συνεργάτες του (Chen et al., 1999) επιβεβαίωσαν, ότι πολλά διαφορετικά είδη διαδικτυακών δραστηριοτήτων μπορούν να οδηγήσουν σε

διαφορετικά επίπεδα Ροής. Χαρακτηριστικά οι παραπάνω ερευνητές σε μία μελέτη τους με δείγμα 304 χρήστες του ιστού, ανέδειξαν ότι η αναζήτηση πληροφοριών, περισσότερο από κάθε άλλη διαδικτυακή δραστηριότητα, οδηγούσε σε Ροή (66,6 %). Αντίστοιχα, η ανάγνωση, η απάντηση ή ο διαξιφισμός σε newsgroups, η ανάγνωση και η αποστολή ηλεκτρονικών μηνυμάτων, η δημιουργία διαδικτυακών σελίδων, τα παιχνίδια στο διαδίκτυο και η συνομιλία με άλλα άτομα αναφέρθηκαν ως δραστηριότητες που οδηγούν σε Ροή σε ποσοστό 9,2%, 8,3%, 5,5%, 4,6% και 3,7% (Chen et al. 1999, pp. 604_605).

Ήδη από τη δεκαετία του 1980, ερευνητές του πεδίου που αφορά τη σχέση του ανθρώπου με το διαδίκτυο τονίζουν την ανάγκη διεξαγωγής έρευνας πάνω σε θέματα που αφορούν στα αίτια και τα αποτελέσματα της ευχαρίστησης που προκαλεί η χρήση του διαδικτύου. Ο Όρος *ευχαρίστηση* σε αυτήν την περίπτωση αναφέρεται «στο σημείο κατά το οποίο, η χρήση του διαδικτύου αυτή καθ' εαυτή ως δραστηριότητα γίνεται αντιληπτή από το άτομο ως ευχάριστη, ανεξάρτητα από την επίδοση του ατόμου στη δραστηριότητα αυτή» (Davis et al., 1992, p. 1113). Μία από τις κεντρικότερες ίσως έννοιες που ερμηνεύουν τη διαδικτυακή ευχαρίστηση είναι εκείνη της ροής (Flow). Η θεωρία της Ροής (Flow theory) του Csikszentmihalyi (1975, 1993, 1996, 1997) έχει χρησιμοποιηθεί σε πολλές μελέτες της διαδραστικής σχέσης του ανθρώπου με το διαδίκτυο. Έτσι πλαισιώθηκαν θεωρητικά τα φαινόμενα της ευχαρίστησης, της ικανοποίησης του χρήστη, της παιγνιώδους διάθεσής του, της αδιάλειπτης εμπλοκής του στο διαδίκτυο και κατ' επέκταση της σταδιακής απορρόφησής του από αυτό (Trevino & Webster, 1992; Webster and Martocchio, 1992; Webster et al., 1993; Ghani and Deshpande, 1994; Hoffman and Novak, 1996; Webster and Ho, 1997; Chen et al., 1998, 1999, 2000; Nel et al., 1999; Agarwal and

Karahanna, 2000; Novak et al., 2000; Koufaris, 2002; Woszcynski et al., 2002; Huang, 2003).

1.3.5.2.2. Ποιότητες της Ροής

Ο Csikszentmihalyi (1975) αρχικά περιέγραψε τέσσερα συστατικά στοιχεία της έννοιας της Ροής. Αυτά ήταν 1) ο έλεγχος που ασκεί το άτομο στη δραστηριότητα καθώς και 2) η προσοχή που παρουσιάζει σε αυτήν, 3) η περιέργεια που τον κεντρίζει και γεννά 4) το ενδιαφέρον του. Σε πιο ώριμη περίοδο ο Csikszentmihalyi εξειδίκευσε ακόμη περισσότερο τη θεωρία του (1993, pp.178-9). Ειδικότερα, ανήγαγε την υπόσταση της Ροής στις διαστάσεις: 1) του ξεκάθਾਰου στόχου, 2) της άμεσης ανατροφοδότησης, 3) της ισορροπίας ανάμεσα στο επίπεδο της πρόκλησης και στην ικανότητα του ατόμου, 4) της συγχώνευσης της επίγνωσης του χρήστη για την πράξη και της πράξης καθεαυτής 5) του ελέγχου πάνω στην δραστηριότητα, 6) της έντονης αυτοσυγκέντρωσης, 7) της απώλεια της αίσθησης συνειδητότητας, 8) της απώλεια αίσθησης του χρόνου και τέλος τη διάσταση 9) της ανέλιξης της πράξης σε αυτοτελική δραστηριότητα.

Ο συνδυασμός των παραπάνω διαστάσεων οδηγεί σε Ροή, στα πλαίσια μίας αυτοτελικής δραστηριότητας, που καταλήγει να ενισχύεται από το ίδιο άτομο. Ο εισηγητής (Csikszentmihalyi 1990, pp, 67-69) χαρακτηρίζει μια δραστηριότητα ως αυτοτελική, όταν η επανάληψη της δραστηριότητας αυτής είναι αυτοσκοπός, ανεξάρτητα από άλλα επιμέρους κίνητρα.

Αργότερα επιχειρήθηκε η κατηγοριοποίηση αυτών των διαστάσεων σε τρία επίπεδα (Chen et al., 1999): τα προηγούμενα γεγονότα (antecedents), τις εμπειρίες (experiences) και τις συνέπειες (effects). Το επίπεδο των προηγούμενων γεγονότων περιλαμβάνει τις διαστάσεις των ξεκάθαρων στόχων, της άμεσης ανατροφοδότησης, και της ισορροπίας ανάμεσα στο επίπεδο της πρόκλησης και της ικανότητας του ατόμου να ανταποκριθεί σε αυτήν. Αυτό το επίπεδο αναφέρεται στους ποιοτικούς παράγοντες τις ίδιες της δραστηριότητας, που συνδράμουν ώστε το άτομο να φτάσει σε κατάσταση Ροής. Το δεύτερο επίπεδο, αυτό των εμπειριών, περιλαμβάνει τη διάσταση της ύπαρξης ελέγχου πάνω στη δραστηριότητα κι αυτήν του ελέγχου και της αυτοσυγκέντρωσης. Αυτό το επίπεδο ουσιαστικά περιγράφει τα χαρακτηριστικά του ατόμου που βρίσκεται σε κατάσταση Ροής. Το τελευταίο επίπεδο, αυτό των συνεπειών περιλαμβάνει την απώλεια της αίσθησης συνειδητότητας, την απώλεια της αίσθησης του χρόνου και την ανέλιξη της πράξης σε αυτοτελική δραστηριότητα. Το επίπεδο αυτό αντιστοιχεί όπως φαίνεται στις πιο εσωτερικές εμπειρίες του ατόμου, όταν αυτό βρίσκεται σε κατάσταση Ροής και εστιάζει στις συνέπειές τους.

Ειδικότερα στο διαδικτυακό περιβάλλον, το επίπεδο των προηγούμενων γεγονότων αφορά στις απαραίτητες προϋποθέσεις μιας διαδικτυακής δραστηριότητας (ξεκάθαροι στόχοι, άμεση ανατροφοδότηση), καθώς και στις προϋπάρχουσες ικανότητες του χρήστη του διαδικτύου (ισορροπία προκλήσεων-δυνατοτήτων) να φτάσει σε κατάσταση Ροής. Αφενός, μία διαδικτυακή δραστηριότητα πρέπει να προσφέρει στον χρήστη ένα ξεκάθαρο και συναφή με αυτή στόχο για να τον οδηγήσει σε Ροή. Η εμπλοκή του ατόμου σε μια δραστηριότητα καθίσταται αδύνατη, εάν αυτό δεν γνωρίζει τον προς επίτευξη στόχο, καθώς και τον τρόπο με τον οποίο

θα πετύχει την επιθυμητή επίδοση στη δραστηριότητα αυτή (Csikszentmihalyi, 1988a, p.32). Αφετέρου, οι προϋπάρχουσες ικανότητες του χρήστη (skills), που απαιτούνται για την εμπλοκή του σε μια διαδικτυακή δραστηριότητα, σχετίζονται καθαυτές με τα δυναμικά και την πολυπλοκότητα της δραστηριότητας αυτής. Συμπερασματικά, για να καταφέρει να βιώσει ο χρήστης τη θετική εμπειρία της Ροής στο διαδίκτυο, το επίπεδο των δυνατοτήτων του όπως το αντιλαμβάνεται ο ίδιος, θα πρέπει να βρίσκεται σε ισορροπία με τις προκλήσεις που καλείται να αντιμετωπίσει.

1.3.5.2.3. Ισορροπία προκλήσεων και ικανοτήτων

Ο Csikszentmihalyi (1975b, p.50) αναφέρεται στη Ροή, σαν μια κατάσταση κατά την οποία οι αντιλαμβανόμενες προκλήσεις που γεννά μια δραστηριότητα, ταιριάζουν με τις αντιλαμβανόμενες ικανότητες του ατόμου. Στην περίπτωση που οι ικανότητες του ατόμου γίνονται αντιληπτές ως ανεπαρκείς σε σχέση με τις προκλήσεις του περιβάλλοντος, οι οποίες απαιτούν περισσότερα από όσα το άτομο μπορεί να δώσει, τότε εκδηλώνεται ένα επίπεδο άγχους. Αντίθετα, όταν οι προκλήσεις είναι πενιχρές σε σχέση με τις ικανότητες του περιέρχεται σε απάθεια. Υπογραμμίζεται ότι ακόμα και όταν οι ικανότητες και οι προκλήσεις βρίσκονται σε πλήρη ισορροπία, αλλά οι αντιλαμβανόμενες από το άτομο προκλήσεις προοδευτικά καθίστανται υποδεέστερες των δυνατοτήτων του, λόγω της αυξανόμενης εμπειρίας του, το άτομο καταλήγει να βιώνει και πάλι απάθεια.

1.3.5.3. Ροή & Παρουσία

Οι έννοιες της ροής και παρουσίας φαίνεται να είναι πολύ συγγενείς, χωρίς ωστόσο να ταυτίζονται. Σύμφωνα με τον Draper το 1998, η παρουσία μπορεί να οριστεί ως μία ειδική εμπειρία ροής, που συναντιέται σε τηλεδραστηριότητες. Υποθέτεται επιπλέον, ότι δημιουργείται ένας σύνδεσμος ανατροφοδότησης μεταξύ των χαρακτηριστικών μίας δραστηριότητας, της προσοχής του ατόμου και της παρουσίας. Ο ανατροφοδοτικός αυτός σύνδεσμος παραλληλίστηκε με τη ροή (Bystrom, Barfield & Hendrix, 1999). Ειδικότερα, μέσα στα ηλεκτρονικά περιβάλλοντα, η αίσθηση της παρουσίας παράγει περισσότερη προσοχή, οδηγώντας σε εμπειρίες ροής (Hoffman & Novak, 1996). Βρέθηκε δηλαδή, ότι αυξημένη παρουσία έχει σαν αποτέλεσμα αυξημένη ροή (Yung, 2000). Η σχέση ωστόσο εμπειρίας και ροής ερμηνεύθηκε και αντίστροφα από τον Fontaine το 1993. Αυτός υποστήριξε, ότι η εμπειρία της ροής παράγει κορυφώσεις εμπλοκής, που μοιάζουν πολύ με τη «ζωντάνια» της παρουσίας.

Πέρα από τα κοινά σημεία, η παρουσία και η ροή μοιράζονται και διαφορές. Έτσι, ενώ η παρουσία αναφέρεται περισσότερο στην απορρόφηση κάποιου από ένα περιβάλλον, η ροή αναφέρεται περισσότερο στην απορρόφηση κάποιου από μία δραστηριότητα (Weibel et al, 2008). Η ροή δηλαδή, φαίνεται να προκαλείται περισσότερο από τα χαρακτηριστικά της διαδικτυακής δραστηριότητας, ενώ η παρουσία από χαρακτηριστικά περιβάλλοντος (Weibel et al, 2008). «Η ροή αφορά μία στενή εστίαση σε περιορισμένα χαρακτηριστικά μίας δραστηριότητας, ενώ η παρουσία αφορά στην ευρύτερη συνειδητότητα της οικολογίας της δραστηριότητας (Fontaine, 1993 σελ. 4). Μία ακόμα διαφορά των δύο εννοιών είναι ίσως, ότι ενώ η

ροή διακινεί αισθήματα ελέγχου, ενώ η παρουσία απευθύνεται περισσότερο στο αίσθημα του «ανήκειν» των χρηστών (Fontaine, 1993).

1.3.5.4. Παρελκυστικότητα-Αναβλητικότητα

Το διαδίκτυο, παρέχει στους ανθρώπους ένα πλούσιο, σε ψυχαγωγικά ερεθίσματα και κατ' επέκταση ανακουφιστικό ηλεκτρονικό περιβάλλον. Η άμεση ηλεκτρονική συζήτηση, η ηλεκτρονική αλληλογραφία, η πρόσβαση σε ενημερωτικές σελίδες και τα παιχνίδια, είναι μόνο κάποιες από τις δραστηριότητες, που κάνουν τον παγκόσμιο ιστό ανακουφιστικό (Lavoie & Pychyl, 2001). Ο χαρακτήρας αυτός του διαδικτύου, το καθιστά πολλές φορές διέξοδο από πιεστικές ή ανεπιθύμητες δραστηριότητες. Οι δραστηριότητες αυτές, αν και πρέπει να ολοκληρωθούν, καταλήγουν να αναβάλλονται.

Η παρελκυστικότητα- αναβλητικότητα (Procrastination), αναφέρεται στην ανικανότητα ενός ατόμου, να μετατρέψει τη μη πρόθεση για δράση, σε πραγματική δράση (Blunt & Pychyl, 2005). Δεν πρόκειται ωστόσο για την απόλυτη αποφυγή μίας δραστηριότητας, αλλά μάλλον για την καθυστέρησή της ολοκλήρωσής της (Lavoie & Pychyl, 2001). Αξίζει να σημειωθεί, ότι υπάρχει μία διχογνωμία σε σχέση με το αν πρόκειται για σταθερό χαρακτηριστικό μίας προσωπικότητας ή οφείλεται στις κατά περίπτωση συνθήκες (Thatcher et al, 2008). Υπάρχουν στοιχεία, που συνδέουν την αναβλητικότητα με χαρακτηριστικά προσωπικότητας, όπως η εξωστρέφεια, ο εξωτερικός τόπος ελέγχου και χαμηλά επίπεδα ευσυνειδησίας (Senecal, Lavoie, & Koestner, 1997. Steel, Brothen, & Wambach, 2001).

Αντίστοιχα, υπάρχουν ευρήματα που συνδέουν την αναβλητικότητα με λιγότερο ευχάριστες ή εσωτερικά δυσάρεστες δραστηριότητες (Blunt & Pychyl, 2005). Επακόλουθα, η αννοία ή η αίσθηση ανεπάρκειας για μία δραστηριότητα, μπορεί μέσα από μία διάθεση αποφυγής να καταλήξει σε παρελκυστικότητα ή αναβλητικότητα (Senecal et al. 1997). Σημειώνεται, ότι η παρελκυστικότητα-αναβλητικότητα, μόνο έμμεσα ορίζεται από προβλήματα οργάνωσης του χρόνου, καθώς, όσοι την εκδηλώνουν, συνήθως ξέρουν ακριβώς τι θα έπρεπε να κάνουν, αλλά παρόλα αυτά αποτυγχάνουν να το κάνουν (Thatcher et al, 2008). Η αναβλητικότητα- παρελκυστικότητα έχει βρεθεί ότι οδηγεί σε χαμηλή παραγωγικότητα και μείωση των εργασιακών αποτελεσμάτων (Steel et al., 2001).

Όσον αφορά στο διαδίκτυο, η παρελκυστικότητα – αναβλητικότητα προσλαμβάνει τη μορφή του ιστογλυστρίματος- (cyberslacking) (Lavoie & Pychyl, 2001) ή ιστοξεφυλλίσματος (cyberloafing) (Lim, 2002). Το φαινόμενο αυτό συναντάται συνήθως σε ανθρώπους, που χρησιμοποιούν το διαδίκτυο στη δουλειά για προσωπικούς ωστόσο λόγους και προκειμένου να αποφύγουν ή να αναβάλλουν βαρετές, δυσάρεστες ή υπερβολικά απαιτητικές, εργασιακές δραστηριότητες (Thatcher et al., 2008). Τέτοιες συμπεριφορές αποτελούν μέρος παρακώλησης της παραγωγικότητας στο χώρο εργασίας, που οδηγεί με τη σειρά της σε χαμηλότερα ποσοτικά και ποιοτικά προϊόντα από την απασχόληση του ατόμου (Lim, 2002).

Τα ποσοστά των ανθρώπων, που παρουσιάζουν τέτοιου τύπου συμπεριφορές, αναφέρονται αρκετά υψηλά και προσεγγίζουν έως και το 51% (Lavoie & Pychyl, 2001) και μάλιστα συχνά με μεγάλη διάρκεια (Greenfield and Davis, 2002). Το χειρότερο ίσως είναι ότι, ειδικά όσον αφορά εργαζόμενους σε

υπολογιστή, τέτοιου τύπου συμπεριφορές δεν είναι ευδιάκριτες, αφού τα άτομα δίνουν την εντύπωση ότι εργάζονται, όταν τις εκδηλώνουν (Lim, 2002).

1.3.6. Προστατευτικοί παράγοντες

Στο σημείο αυτό έχουμε ήδη καλύψει ένα μεγάλο μέρος του θεωρητικού προβληματισμού με άξονα την προσέγγιση της Αναπτυξιακής Ψυχοπαθολογίας στην χρήση και κατάχρηση του διαδικτύου. Αναλυτικότερα, έχουμε ήδη νωρίτερα αναφερθεί στους υποψήφιους όρους απόδοσης του φαινομένου της προβληματικής χρήσης διαδικτύου, τις υποψήφιες προς ένταξη της διαγνωστικές κατηγορίες, τις ενστάσεις σε σχέση με τα προτεινόμενα διαγνωστικά κριτήρια και τη φαινομενολογία της διαδικτυακής κατάχρησης. Έχουμε επιχειρήσει να ορίσουμε το θεωρητικό πλαίσιο της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας και ψυχικής ανθεκτικότητας, ως πλαίσιο διαπραγμάτευσης της παρούσας μελέτης, προβαίνοντας τόσο στη γενικότερη περιγραφή παραγόντων επικινδυνότητας, όσο και στην εξειδικευμένη περιγραφή των παραγόντων επικινδυνότητας σε επίπεδο ατόμου, περιβάλλοντος και διαδικτυακού περιβάλλοντος για την προβληματική χρήση του διαδικτύου. Εύλογα ίσως κρίνεται σκόπιμη η αδρή προσέγγιση της έννοιας των προστατευτικών παραγόντων, όπως αυτοί ορίζονται από το μοντέλο της ψυχικής ανθεκτικότητας.

Αποτελεί δεδομένο ότι η απουσία εκδήλωσης προβλημάτων παρουσία αντιξοότητας είναι ενδεικτική κάποιας μη παρατηρούμενης μορφής ανθεκτικότητας, η οποία φαίνεται να προστατεύει ή να μετριάξει τις αρνητικές επιδράσεις της έκθεσης στον κίνδυνο (Garmezy, 1985; Rutter, 1985). Η αναγνώριση των ατόμων που εκδηλώνουν μια ικανότητα επιτυχούς αντιμετώπισης της αντιξοότητας που

βιώνουν, εγείρει το ζήτημα της φύσης των διεργασιών που οδηγούν στην ανθεκτικότητα (Fergusson & Horwood, 2007), καθώς και της χρησιμότητας στο σχεδιασμό προγραμμάτων πρόληψης και παρέμβασης (Masten & Braswell, 1991).

Οι παράγοντες που έχουν μελετηθεί ότι συνδέονται με θετική προσαρμογή, παρα την παρουσία δυσμενών συνθηκών αναφέρονται ως «ατού», «προωθητικοί παράγοντες», «αποθέματα» ή «προστατευτικοί παράγοντες» (Masten & Gewirtz, 2006; Wright & Masten, 2005). Οι αρχικές μελέτες εστίαζαν κυρίως σε προσωπικά χαρακτηριστικά, όπως το νοητικό επίπεδο, που συνδέθηκε με εκδηλώσεις ψυχολογικής επάρκειας στα παιδιά, παρα τις αντίξοες συνθήκες που αντιμετώπιζαν (Garmezy et al., 1984).

Ακαδημαϊκά ωριμότερα ίσως, οι πιο πρόσφατες μελέτες ενσωματώνουν τους προστατευτικούς παράγοντες μέσα στο κοινωνικό πλαίσιο. Έτσι, στην έρευνα της ψυχικής ανθεκτικότητας έχουν προταθεί τρεις ποιοτικά ανάλογες κατηγορίες: 1) ατομικά χαρακτηριστικά του παιδιού που περιλαμβάνουν: α) βιολογικούς παράγοντες -ιδιοσυγκρασία, επίπεδο γενικής υγείας, γενετική προδιάθεση, φύλο, νοημοσύνη, και β) ψυχολογικούς παράγοντες -γνωστικές ικανότητες, ικανότητα αντιμετώπισης προβλημάτων, χαρακτηριστικά προσωπικότητας και θετικά στοιχεία διαπροσωπικών σχέσεων π.χ. καλή αυτοεκτίμηση, αυτογνωσία, εσωτερικό κέντρο ελέγχου, αισιοδοξία, περιέργεια. 2) οικογενειακά χαρακτηριστικά -οικογενειακή συνοχή, δομή και ζεστασιά, γονεϊκές πρακτικές και 3) κοινωνικά χαρακτηριστικά (διαθεσιμότητα και χρήση των εξωτερικών υποστηρικτικών συστημάτων) (Garmezy, 1991; Masten et al., 1990; Sameroff et al., 1987; Werner & Smith, 1992).

Η παρουσία ενός ή περισσότερων από τους παραπάνω προστατευτικούς παράγοντες συνδέεται με καλύτερα αποτελέσματα στα παιδιά και στους εφήβους υπο συνθήκες στρες (Masten et al, 1999; Μόττη-Στεφανίδη, 2006). Καταληκτικά, οι ατομικές, οικογενειακές και κοινωνικές πηγές προστασίας ενσωματώνονται στις διεργασίες της ψυχικής ανθεκτικότητας και της παιδικής ανάπτυξης μέσα στο πλαίσιο αντίξοων συνθηκών (Rutter & Taylor, 2002).

1.3.6.1. Δυνητικά Προστατευτικά Ατομικά χαρακτηριστικά

Ατομικά χαρακτηριστικά τα οποία δύνανται να διαπλάθονται κατόπιν εξωτερικών παρεμβάσεων θεωρούνται σημαντικά στη μελέτη της ψυχικής ανθεκτικότητας, προκειμένου να σχεδιαστούν κατάλληλα προγράμματα πρόληψης και παρέμβασης. Μεταξύ των πιο εύπλαστων εγγενών χαρακτηριστικών είναι τα εξής: 1) συναισθηματική ασφάλεια και είδος συναισθηματικού δεσμού 2) αυτοεκτίμηση 3) αυτο-αξία (εμπιστοσύνη στο ότι είμαι αποτελεσματικός) 4) αυτοαποτελεσματικότητα (κατανόηση των δυνατοτήτων και αδυναμιών) 5) κοινωνική επάρκεια, 6) αυτονομία ή εσωτερικό κέντρο ελέγχου, 7) ικανότητα επίλυσης προβλημάτων, 8) αίσθηση σκοπού και μελλοντικών στόχων, συμπεριλαμβανομένης της θρησκευτικής πίστης, 9) σχεδιαστική επάρκεια (απόκτηση σαφών στόχων και υιοθέτηση οργανωμένης στρατηγικής για την επίτευξή τους) και 10) αίσθηση του χιούμορ (Gilligan, 1997, 2001; Rutter, 1999; Shapiro & Levendosky, 1999; Benard, 2004).

Ατομικά χαρακτηριστικά, επίσης, που φαίνεται να συνδέονται με την ψυχική ανθεκτικότητα περιλαμβάνουν την πρακτική νοημοσύνη (εφαρμόζεται στην

καθημερινή ζωή για προσαρμογή, διαμόρφωση και επιλογή των διάφορων περιβαλλοντικών πλαισίων (Sternberg & Grigorenko, 2000) και τη συναισθηματική νοημοσύνη (η ικανότητα για αντίληψη, έκφραση, κατανόηση και διαχείριση των συναισθημάτων) (Mayer, Salovey, Caruso, & Sitarenios, 2003; Salovey, Mayer, Caruso, & Lopes, 2003).

Ο Valliant (2000) υποστήριξε ότι οι πιο ώριμες άμυνες –αλτρουισμός, απόθεση, χιούμορ, μετουσίωση- τείνουν να συνδέονται με πιο θετικά αποτελέσματα μεταξύ ατόμων που βρίσκονται σε κίνδυνο. Μάλιστα οι άμυνες αυτές φαίνεται να είναι ανεξάρτητες του κοινωνικού, εκπαιδευτικού και νοητικού επιπέδου. Οι Wolin and Wolin (1993) αναφέρουν προστατευτικά προσωπικά γνωρίσματα που προωθούν την ψυχική ανθεκτικότητα και περιλαμβάνουν: την οξυδέρκεια (ειλικρινείς απαντήσεις σε δύσκολες ερωτήσεις), την ανεξαρτησία (συναισθηματική και σωματική απόσταση από πηγές προβλημάτων), τις σχέσεις (επιτυχείς συνδέσεις με άλλους), την πρωτοβουλία, τη δημιουργικότητα, το χιούμορ, και την ευσυνειδησία. Τέλος, αναφέρονται η ικανότητα ανεύρεσης θετικών στοιχείων στα τραυματικά γεγονότα (Davis, Nolen-Hoeksema & Larson, 1998), η ενσυναίσθηση και ο αλτρουισμός (Masten & Reed, 2002; Zhou, Valenti, & Eisenberg, 2003), η προσωπική γνησιότητα (Harter, 2002), τα θετικά συναισθήματα (Bonanno, 2004). Τονίζεται ότι τα τελευταία 15 χρόνια, κεντρικός είναι ο στόχος πολλών ερευνητικών προσπαθειών για δημιουργία κλιμάκων ψυχικής ανθεκτικότητας (Wagnild and Young, 1993; Sinclair and Wallston, 2004).

1.3.6.2. Δυνητικά Προστατευτικά Οικογενειακά χαρακτηριστικά

Η επιρροή των γονέων οι οποίοι βρίσκονται πιο κοντά στο παιδί και έχουν μια σταθερή σχέση διαρκείας μαζί του, είναι ιδιαίτερα σημαντική, ενώ δύσκολα υπερνικάται από άλλες επιρροές είτε προσωπικές είτε περιβαλλοντικές (Luthar & Zelazo, 2003). Γονεϊκοί παράγοντες που έχει φανεί ότι προωθούν την ψυχική ανθεκτικότητα στα παιδιά είναι οι εξής: i) ζεστασιά και διαθεσιμότητα ii) παροχή επαρκών και συνεπών μοντέλων ρόλων iii) αρμονία στη σχέση των γονέων iv) ενασχόληση με τα παιδιά v) επικοινωνιακή χρήση του ελεύθερου χρόνου vii) συνεπής καθοδήγηση viii) δομή και κανόνες (Howard & Johnson, 2000; Rosenthal, Feiring & Taska, 2003).

1.3.6.3. Δυνητικά Προστατευτικά Κοινωνικά χαρακτηριστικά

Οι έρευνες που μελετούν τη σχέση των ευρύτερων περιβαλλοντικών παραγόντων και της ψυχικής ανθεκτικότητας συγκλίνουν σε δυο κατευθύνσεις: α) μελέτη παραγόντων που προστατεύουν τα παιδιά από αρνητικές επιδράσεις αντιξοοτήτων στο ίδιο το περιβάλλον και β) μελέτη παραγόντων που το ευρύτερο περιβάλλον μπορεί να παρέχει και που προστατεύουν τα παιδιά από την αρνητική επίδραση αντιξοότητας στο σπίτι. Οι σχέσεις με τους συνομηλίκους, το σχολικό πλαίσιο και οι δομές στην κοινότητα αποτελούν παραδείγματα προστατευτικών δυνάμεων ενάντια στην περιβαλλοντική και οικογενειακή αντιξοότητα (Hill, Stafford, Seaman, Ross & Daniel, 2007).

Οι θετικές σχέσεις με τους συνομηλίκους μπορεί να αποτελούν σημαντική προστασία για τα παιδιά υψηλού κινδύνου (Benard, 2004, Elder & Conger, 2000, Jackson & Warren, 2000). Η σχέση με τους συνομηλίκους μπορεί να έχει ισχυρή επίδραση στην υγεία του παιδιού, την αντίληψη εαυτού, τις κοινωνικές δεξιότητες, τις γνωστικές ικανότητες, τη σχολική επίδοση και συμπεριφορά. Μετριάζει, επίσης, τις αρνητικές επιδράσεις των συγκρούσεων, του χωρισμού ή του διαζυγίου των γονέων και του χαοτικού οικογενειακού κλίματος (Bukowski, 2003, Hetherington & Elmore, 2003). Διαχρονικές έρευνες έχουν δείξει, ότι η αποδοχή από τους συνομηλίκους και οι φιλίες μετριάζουν τη σύνδεση ανάμεσα στις οικογενειακές αντιξοότητες και τα επακόλουθα προβλήματα προσαρμογής (Criss, Pettit, Bates, Dodge & Lapp, 2002, Lansford, Criss, Pettit, Dodge, & Bates, 2003, Schwartz, Dodge, Pettit, & Bates, 2000).

Αντίθετα, παιδιά που έχουν απορριφθεί από τους συνομηλίκους εμφανίζουν σχετικά φτωχή προσαρμογή σε πολλές διαστάσεις στη μετέπειτα ζωή τους, που περιλαμβάνουν προβλήματα εσωτερικευσης, φυγή από το σχολείο και παραβατικότητα (Kupersmidt & Dodge, 2004). Σε διαχρονικές έρευνες φάνηκε ότι, η κοινωνική απόρριψη αποτελούσε ένα σταθερό προβλεπτικό παράγοντα για εγκληματικότητα, σεξουαλική ελευθεριότητα, αυτοκτονία, σχιζοφρένεια και χρήση ουσιών στην εφηβεία και την ενήλικη ζωή (McFadyen-Ketchum & Dodge, 1998). Μάλιστα, ο συνδυασμός επιθετικότητας και απόρριψης αποτελεί παράγοντα υψηλού κινδύνου για την προσαρμογή, μακροπρόθεσμα (Kupersmidt & Dodge, 2004). Σοβαρά προβλήματα, επίσης, παρουσιάζονται όταν οι έφηβοι, που βιώνουν αντίξοες συνθήκες εντός και εκτός οικογένειας, σχετίζονται με παραβατικούς συνομηλίκους

(Barrera, Prelow, Dumka, Gonzales, Knight & Michaels, 2002, Scaramella, Conger, Spoth & Simons, 2002, Tyler, Hoyt, Whitbeck, & Cauce, 2001).

Οι θετικές σχολικές εμπειρίες φαίνεται να μοιάζουν με τις θετικές οικογενειακές εμπειρίες, συνδυάζοντας υψηλές προσδοκίες, σαφή δομή και ζεστές σχέσεις μεταξύ εκπαιδευτικών και μαθητών (Masten & Motti-Stefanidi, 2009). Αυτά τα ευρήματα αντανακλούν τη λειτουργία τριών μηχανισμών παρέμβασης που βασίζονται: α) στην παροχή «διορθωτικών» κοινωνικοποιητικών πλαισίων για την απόκτηση δεξιοτήτων που δε έχουν αποκτηθεί στις δυσλειτουργικές οικογένειες, β) στην τροποποίηση των αρνητικών συμπεριφορών γονέων και παιδιών μέσω των αλληλεπιδράσεων με λειτουργικούς συνομηλίκους και τους γονείς τους, γ) στην ενθάρρυνση των δεσμών με τον κοινωνικό θεσμό του σχολείου (Lansford et al., 2003).

Οι δραστηριότητες στην κοινότητα, επίσης, μπορούν να διαδραματίσουν σημαντικό ρόλο στην αναχαίτιση κινδύνων για την προσαρμογή των παιδιών (Garbarino, Hammond, Mercy, & Yung, 2004; Gorman-Smith & Tolan, 2003; Sampson, 2001). Συγκεκριμένα, κρίνονται καθοριστικής σημασίας κάποιες διεργασίες κοινωνικής οργάνωσης στη γειτονιά (Sampson, Raudenbush & Earls, 1997, Wilson, 2003) που περιλαμβάνουν υψηλά επίπεδα συνοχής, αίσθηση ανήκειν στην κοινότητα, εποπτεία των εφήβων από τους ενήλικες της κοινότητας και συμμετοχή σε κοινωνικές οργανώσεις. Κοινωνικές υπηρεσίες, σχολεία, ψυχαγωγικές εκδηλώσεις, εκκλησίες έχουν φανεί σημαντικές θετικές επιρροές στην αντιμετώπιση της οικονομικής ένδειας και των ενοικογενειακών δυσκολιών (Masten & Coatsworth, 1998, Prilleltensky, Nelson & Peirson, 2001). Η δυνατότητα των

παιδιών να συμμετέχουν σε δραστηριότητες στη γειτονιά συνδέεται με ανάπτυξη της αυτο-αποτελεσματικότητας, της αυτοεκτίμησης και του εσωτερικού κέντρου ελέγχου (Gilligan, 2001, Waterston, Alperstein & Brown, 2004).

Οι πολιτισμικοί προστατευτικοί και προωθητικοί παράγοντες παρέμεναν αρχικά έξω από το ερευνητικό πεδίο των πρώτων μελετών για την ψυχική ανθεκτικότητα (Wright & Masten, 2005). Υπογραμμίζεται ότι αρχικά αναφερόταν συχνά η έννοια της θρησκείας ή πνευματικότητας στην προώθηση της ψυχικής ανθεκτικότητας (Crawford, Wright, & Masten, 2006). Τέτοιες διεργασίες, όπως η αυτοαποτελεσματικότητα, το εσωτερικό κέντρο ελέγχου, η γονεϊκή φροντίδα που προωθούν την ανάπτυξη και προσαρμογή όλων των παιδιών, μελετώνται ευρύτερα ωστόσο σήμερα και συνδέονται με θετική σχολική προσαρμογή στα παιδιά μεταναστών (Motti-Stefanidi, Pavlopoulos, Dalla, Obradovic, & Masten, 2006).

Οι Cowan, Cowan & Schulz (1996) αναφέρουν ότι τα ανθεκτικά άτομα βασίζονται σε προστατευτικούς παράγοντες, για να ακυρώσουν τον αρνητικό αντίκτυπο του κινδύνου που αντιμετωπίζουν. Η Werner (1989) έκανε λόγο για «εξισορροπιστική δράση» ανάμεσα στην παρουσία του κινδύνου και της προστασίας από αυτόν. Η ανθεκτικότητα αντανάκλαται στην ικανότητα του ατόμου να αντιμετωπίσει και να διαχειριστεί την ισορροπία ανάμεσα στους παράγοντες επικινδυνότητας, τα στρεσογόνα γεγονότα της ζωής και τους προστατευτικούς παράγοντες. Ομοίως, η Windle (1999) αναφέρει ότι η ψυχική ανθεκτικότητα προέρχεται από τις σημαντικές αλληλεπιδράσεις ανάμεσα στους παράγοντες επικινδυνότητας και τους προστατευτικούς παράγοντες. Κατα συνέπεια, η επιτυχημένη προσαρμογή προκύπτει από την επίδραση των προστατευτικών

παραγόντων, που δεν είναι ιδιαίτερα ξεχωριστοί σε σχέση με την ανθρώπινη καθημερινότητα (Waller, 2001).

1.3.6.4. Μοντέλα Δράσης Πιθανών Προστατευτικών Παραγόντων

Με βάση τη διαπίστωση αυτή, η Masten κάνει λόγο για την «κοινή μαγεία» (ordinary magic) από την οποία πηγάζει η ψυχική ανθεκτικότητα (Masten 2001). Υπάρχουν τρία μοντέλα διεργασιών –αντισταθμιστικό, προστατευτικό και προκλητό- (Fergus and Zimmerman, 2005) που εξηγούν τον τρόπο με τον οποίο οι παράγοντες ανθεκτικότητας μοιάζει να λειτουργούν.

α) *Αντισταθμιστικό μοντέλο (compensatory model)*: ένα τέτοιο μοντέλο επεξηγεί μια κατάσταση όπου ένας παράγοντας ανθεκτικότητας αντισταθμίζει ή δρα σε αντίθετη κατεύθυνση από έναν παράγοντα επικινδυνότητας.

β) *Προστατευτικό μοντέλο (protective model)*: στο μοντέλο αυτό, θετικά στοιχεία ή πηγές υποστήριξης μετριάζουν ή μειώνουν την επίδραση ενός παράγοντα επικινδυνότητας στο προσαρμοστικό αποτέλεσμα.

γ) *Προκλητό μοντέλο (challenge model)*: σε αυτό το μοντέλο, η σύνδεση ανάμεσα σε έναν παράγοντα επικινδυνότητας και σε ένα προσαρμοστικό αποτέλεσμα είναι καμπυλόγραμμη. Η έκθεση σε χαμηλά και υψηλά επίπεδα επικινδυνότητας συνδέεται με αρνητικό αποτέλεσμα, αλλά η έκθεση σε μέτρια επίπεδα επικινδυνότητας συνδέεται με λιγότερο αρνητικό (ή θετικό) αποτέλεσμα. Μια ενδιαφέρουσα εφαρμογή του προκλητικού μοντέλου ψυχικής ανθεκτικότητας παρέχεται στη θεωρία του Richardson (2002), σύμφωνα με την οποία η «ανθεκτική

επανένταξη» αποτελεί το καλύτερο θετικό αποτέλεσμα μιας διεργασίας, που περιλαμβάνει τις αντιδράσεις ενός ατόμου στο στρες ή την αντιξοότητα. Η ανθεκτική επανένταξη αναφέρεται στην αναγνώριση ή την ενδυνάμωση της ανθεκτικότητας.

1.3.7. Αναπτυξιακό Κόστος της «Κατάχρησης του Διαδικτύου»

Η παράμετρος, που τονίζει ίσως τη σημασία εντοπισμού και αξιοποίησης των ευρύτερων παραγόντων ανθεκτικότητας στο ειδικότερο πεδίο της κατάχρησης του διαδικτύου, είναι μάλλον περισσότερο από κάθε άλλη η δέσμη των πολύπλευρων, όπως τουλάχιστον διαγράφονται, συνεπειών της. Γενικότερα φαίνεται, ότι τα άτομα, που πληρούν τα προτεινόμενα κριτήρια της εξάρτησης από το διαδίκτυο, επιβαρύνονται σοβαρά σε πολλές πτυχές της ζωής τους, εξαιτίας της (Simkova & Cincera, 2004).

Κατά την Young το 1996, οι αρνητικές συνέπειες της κατάχρησης του ιστού μπορούν να ομαδοποιηθούν σε πέντε κατηγορίες: ακαδημαϊκές, κοινωνικές, οικονομικές, επαγγελματικές και βιολογικές. Η πρόταση αυτή της Young εξειδικεύτηκε αργότερα, εστιαζόμενη σε εκπαιδευτικές, επαγγελματικές και διαπροσωπικές δυσλειτουργικές συμπεριφορές (Engelberg & Sjöberg, 2004; Greenfield & Davis, 2002; Nalwa & Anand, 2003).

Αναλυτικότερα, έρευνες δείχνουν, ότι εκείνοι που δαπανούν πολύ χρόνο σε σύνδεση τείνουν να στερούνται ύπνο (Anderson, 2001; Nalwa & Anand, 2003), έχουν μειωμένη κοινωνική επικοινωνία (Kraut et al., 1998) και συναντούν προβλήματα στις διαπροσωπικές τους σχέσεις (Lin & Tsai, 2002; Young, 1998). Αντιφατικό ωστόσο μοιάζει να είναι το γεγονός, ότι ενώ ένας από τους κύριους

λόγους εθισμού στο μέσο είναι οι αλληλεπιδραστικές του εφαρμογές, η υπερεστίαση στις δικτυακές σχέσεις καταλήγει να υπονομεύει τις πραγματικές (Douglas et al., 2008. Grohol, 2005). Φαίνεται επίσης, ότι οι εν λόγω χρήστες καταφεύγουν στο διαδίκτυο ως ένα μέσο ανακούφισης του στρές και της κατάθλιψης που βιώνουν, χωρίς ουσιαστικά να τα αντιμετωπίζουν (Chou, 2001).

Σημαντικές είναι επίσης αναφορές, ότι μειώνεται δραστικά η παραγωγικότητα εργαζομένων, που έχουν πρόσβαση στο δίκτυο από το χώρο εργασίας τους, μέσα από την ενίσχυση της εξάρτησής τους (Stanton, 2002). Η υποβάθμιση της ποιότητας ανταπόκρισης σε εργασιακές ή εκπαιδευτικές υποχρεώσεις, λόγω της κατάχρησης του ιστού επανεπιβεβαιώθηκε και σε μεταγενέστερες έρευνες, παράλληλα με την αποδιοργάνωση της οικογενειακής ζωής (Soule, Shell, & Kleen, 2003).

Η κρισιμότερη ίσως διάσταση, της επιβάρυνσης της άμετρης χρήσης του ιστού είναι η κοινωνική (Douglas et al., 2008). Ο κύριος μηχανισμός που ενδεχομένως εξηγεί το μέγεθος των επιπτώσεων στην κοινωνική ζωή, είναι ίσως η επιστράτευση αμυνών άρνησης και απόσυρσης, που γενικότερα προεξάρχουν σε εξαρτητικές διαταραχές, απομονώνοντας το άτομο (Douglas et al., 2008).

1.3.8. Προτεινόμενη Αντιμετώπιση της Διαδικτυακής Κατάχρησης

Για την αντιμετώπιση της παθολογικής χρήσης διαδικτύου προτείνεται η εφαρμογή της γνωσιακής – συμπεριφοριστικής θεραπείας (Davis, 2001; Yellowlees, 2001). Οι θεραπευτικές στρατηγικές περιλαμβάνουν γνωσιακή αναδόμηση, εστιασμένη στη χρήση του μέσου, συμπεριφορικές ασκήσεις και θεραπεία έκθεσης,

κατά την οποία το άτομο μένει εκτός σύνδεσης για συνεχώς μεγαλύτερο χρόνο. Άλλοι ωστόσο μελετητές υποστηρίζουν, ότι η ψυχοεκπαίδευση, σε σχέση με τη διακινδύνευση της χρήσης του μέσου, είναι καθοριστικά βοηθητική (Young & Case, 2004). Καταληκτικά, υπογραμμίζεται η άποψη ερευνητών, ότι είναι πιθανό η κατάχρηση του διαδικτύου να μπορεί να βελτιωθεί και φαρμακοθεραπευτικά, σε συνδυασμό με άλλες στρατηγικές (Shapira, 2000). Στη βάση αυτή έχει ήδη ελεγχθεί και επιβεβαιωθεί ως αποτελεσματική η δίμηνη κατά προσέγγιση χορήγηση βουπρενορφίνης (Han, Hwang & Renshaw, 2010).

Έχει επίσης επιβεβαιωθεί ερευνητικά η βοηθητική δράση σταθεροποιητών της διάθεσης και αντιψυχωτικών. Σημειώνεται ωστόσο, η συχνή συννοσηρότητα της εξάρτησης από το μέσο με διπολικές διαταραχές, σε βαθμό που δεν διαχωρίζεται, αν το αποτέλεσμα της χημικής παρέμβασης επιδρά στην ίδια τη χρήση ή στο συναισθηματικό υπόβαθρο, που πιθανότατα τη γεννά.

Κατ' αναλογία ίσως με τον παγκόσμιο χαρακτήρα του διαδικτύου, οικουμενικές είναι και οι διαστάσεις των επιδράσεων της κατάχρησής του και κατ' επέκταση και οι δράσεις περιορισμού τους. Στην Κορέα έχει ιδρυθεί ειδική κυβερνητική αρχή για να εποπτεύει την εξέλιξη του φαινομένου (Center for Internet Addiction Prevention and Counselling (CIPC), <http://www.itu.int/ITU-D/cyb/newslog/Korean+Center+For+Internet+Addiction+Prevention+And+Counseling.aspx>). Αντίστοιχο εθνικό παρατηρητήριο ιδρύθηκε και στην Κίνα (China Internet Network Information Center, CNNIC, <http://www.cnnic.cn/en/index/>). Παράλληλα ήδη η κινεζική κυβέρνηση επέβαλλε περιορισμούς στο άνοιγμα νέων ιντερνετ καφέ, ενώ ίδρυσε μία μονάδα για προβλήματα συνδεδεμένα με τον ιστό, στο

κεντρικό στρατιωτικό νοσοκομείο της περιφέρειας του Πεκίνου (Internet Addiction Treatment Centre (IATC) Beijing Military Region Central Hospital, www.iatc.cn).

Αντίστοιχες μονάδες, έχουν ήδη ιδρυθεί: Στο ινστιτούτο θεραπείας εξαρτήσεων του Ιλλινόις του νοσοκομείου Πρόκτορ (The Illinois Institute for Addiction Recovery at Proctor Hospital, www.proctor.org/edu_iiar.html), την κλινική ελέγχου των παρορμήσεων του πανεπιστημίου Στάνφορντ (the Impulse Control Disorders Clinic at Stanford University, ocd.stanford.edu), την υπηρεσία θεραπείας των εξαρτήσεων του νοσοκομείου Μακ λιν (the Computer Addiction Services of Mc Clean Hospital, www.mclean.harvard.edu/patient/adult/os.php) και τους συμβούλους σε θέματα εξαρτήσεων Σμιθ & Τζόουνς στο Αμστερνταμ (Smith & Jones Addiction Consultants, www.smithandjones.nl/), καθώς και το κέντρο για την εξάρτηση σε σύνδεση του πανεπιστημίου του Πίτσμπουργκ (Center for Online Addiction, COLA) (Freeman Burkhardt, 2008).

1.3.9. Εφαρμοζόμενες Θεραπευτικές Μέθοδοι

Πρωτοπόρος στην έρευνα για την Εξάρτηση από το Διαδίκτυο στις ΗΠΑ υπήρξε η Δρ Kimberly Young. Ο όρος χρησιμοποιήθηκε για να περιγράψει την ανεξέλεγκτη και καταστροφική χρήση του Ιστού. Η Young θεωρεί ότι αυτός ο τύπος ψυχαναγκαστικής διαταραχής μπορεί να συνυπάρχει με κατάθλιψη, αγχώδεις διαταραχές, προβλήματα σχέσεων και άλλες μορφές εξάρτησης (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Το Center for Internet Addiction Recovery (<http://www.netaddiction.com/>) ιδρύθηκε το 1995 στο Bradford και παρέχει ατομικές συνεδρίες, συμβουλευτική ζεύγους, οικογένειας και συμβουλευτική μέσω τηλεφώνου. Μια επιπλέον παροχή είναι η συμβουλευτική σε σύνδεση. Το κόστος της

ανέρχεται στα 89 δολάρια για 50 λεπτά online συνεδρίας και το συνολικό κόστος για 3 αντίστοιχες συνεδρίες είναι 250 δολάρια. Επιπρόσθετα, η Young έχει γράψει ένα εγχειρίδιο για επαγγελματίες αλλά και πάσχοντες (Caught in the Net) το οποίο συστήνεται ως οδηγός αυτοβοήθειας και κοστίζει 25 δολάρια (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Η Young θεωρεί ότι τα παραδοσιακά μοντέλα πλήρους αποχής δεν είναι αποτελεσματικές παρεμβάσεις στην περίπτωση του Διαδικτύου. Αντίθετα προτείνει μείωση του χρόνου παραμονής σε σύνδεση και έλεγχο της χρήσης. Σύμφωνα με τους Goldberg και Young, η θεραπεία περνάει μέσα από 4 στάδια. Πρώτος στόχος είναι η αναγνώριση των συνθηκών κάτω από τις οποίες εξαρτήθηκαν καθώς και των προεξαρχόντων συμπτωμάτων. Επόμενο βήμα είναι η αναγνώριση των βασικών προβλημάτων τους και των λόγων που τους οδήγησαν να βρουν ανακούφιση μέσα στη συγκεκριμένη εφαρμογή εθισμού. Στη συνέχεια, ενθαρρύνονται να επινοήσουν ένα πλάνο διαχείρισης και αντιμετώπισης του προβλήματος και αποτρέπονται από το να το αποφύγουν (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Τέλος, μπαίνει σε πρόγραμμα η σταδιακή μείωση της χρήσης. Η Young προτείνει κάποιες τεχνικές που θα περιγραφούν παρακάτω και βασίζονται στη γνωστικό-συμπεριφορική θεραπεία και έχουν στόχο να βοηθήσουν τα εξαρτημένα άτομα να μειώσουν το χρόνο παραμονής τους στο Διαδίκτυο και τον έλεγχο της χρήσης του (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011) .

Η τεχνική διαχείρισης χρόνου (practice the opposite) έχει ως στόχο να ασκήσει τους θεραπευόμενους στο να διαλύσουν την καθημερινή ρουτίνα τους και να

βρουν άλλες ώρες χρήσης και πρόγραμμα σε μια προσπάθεια να διασπάσουν την εθιστική συμπεριφορά (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Άλλες τεχνικές που χρησιμοποιούνται είναι οι εξωτερικοί μηχανισμοί ειδοποίησης, η θέσπιση στόχων για την σταδιακή μείωση, η αποχή από την εφαρμογή εθισμού, οι κάρτες υπενθύμισης στις οποίες καταγράφονται τα πέντε μεγαλύτερα προβλήματα που προκαλούνται από την εξάρτηση και τα πέντε μεγαλύτερα οφέλη που θα προέλθουν από την αποχή. Το προσωπικό ημερολόγιο είναι μια ακόμη τεχνική που βοηθάει τα άτομα να εντοπίσουν και να αναπτύξουν μια εναλλακτική δραστηριότητα εκτός Διαδικτύου (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Η ενθάρρυνση συμμετοχής σε ομάδες υποστήριξης καθώς και η οικογενειακή θεραπεία κρίνονται απαραίτητες παρεμβάσεις. Η ψυχοεκπαίδευση σε σχέση με τη διακινδύνευση της χρήσης του μέσου είναι εξαιρετικά χρήσιμη (Young & Case, 2004). Τέλος, προτείνονται κάποιες παρεμβάσεις όπως η Θεραπεία της Πραγματικότητας (Reality Therapy), Διαπροσωπική Θεραπεία (interpersonal Therapy), τεχνικές επίγνωσης (insight oriented techniques) και συμμετοχή σε ομάδες θεραπείας 12 βημάτων που ενσωματώνονται στην ατομική θεραπεία. Η διάρκεια της θεραπείας είναι 12 εβδομάδες και πραγματοποιείται follow up στους 6 μήνες (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Τον Οκτώβρη του 2009 ιδρύθηκε στο Seattle το re Start , Internet Addiction Recovery Program (<http://www.netaddictionrecovery.com/>). Πρόκειται για ένα πρόγραμμα απεξάρτησης εσωτερικής διαμονής διάρκειας 45 ημερών που παρέχει θεραπεία σε μια ομάδα 6 ατόμων. Ιδρυτές και επιστημονικά υπεύθυνοι είναι η Δρ Cash και Cosette Rae. Το συγκεκριμένο κέντρο αναλαμβάνει θεραπεία για την προβληματική χρήση του Διαδικτύου και χρήση παιχνιδιών (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Οι παρεμβάσεις περιλαμβάνουν ατομική και ομαδική ψυχοθεραπεία, εκπαίδευση κοινωνικών δεξιοτήτων, προγράμματα διαχείρισης άγχους και ομάδες 12 βημάτων. Δουλεύουν επίσης με ζευγάρια και οικογένειες και στόχος είναι να κατανοήσει το άτομο την προβληματική σχέση του με την εφαρμογή εθισμού του, να επανέλθει και να επανασυνδεθεί με οτιδήποτε σημαντικό στη ζωή δίνοντας ένα νόημα σε αυτή (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Το κόστος ανέρχεται στα 14.500 δολάρια και περιλαμβάνει αίτηση, διάγνωση και κλειστή θεραπεία. Ο τρόπος εφαρμογής της θεραπείας μοιάζει να είναι δανεισμένος από τα παραδοσιακά μοντέλα απεξάρτησης ουσιών περιλαμβάνοντας κινητοποίηση του εξαρτημένου ατόμου για θεραπεία, εμπλοκή του οικογενειακού συστήματος, προετοιμασία για το σύνδρομο στέρησης, βιοκοινωνικοψυχολογική εκτίμηση, ψυχοεκπαίδευση και πρόληψη υποτροπής (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Το Mc Clean Hospital παρέχει το Computer Addiction Services. Η υπεύθυνη Dr Orzack θεωρεί ως αποτελεσματική παρέμβαση την Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία για να γίνει η ταυτοποίηση του προβλήματος, να επέλθει η λύση και να επιτευχθεί μάθηση αποτελεσματικών στρατηγικών για την πρόληψη υποτροπής. Συχνά τα εξαρτημένα άτομα θεωρείται ότι χρειάζονται φαρμακευτική αγωγή (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Οι υποστηρικτικές ομάδες για τους κοντινούς άλλους κρίνεται χρήσιμη πρακτική. Το συγκεκριμένο κέντρο δεν υποστηρίζει την θεραπεία μέσω Διαδικτύου της εν λόγω μορφής εξάρτησης. Η εξάρτηση από τον υπολογιστή (computer addiction), η διαταραχή εξάρτησης από το Διαδίκτυο (Internet addictive disorder), ή η «κυβερνοεξάρτηση» (cyberaddiction) προσομοιάζει στην παθολογική χαρτοπαιξία ή την παρορμητική αγορά καθώς και οι εξαρτημένοι από το Διαδίκτυο θεωρούν ότι η επόμενη «σύνδεση» θα λύσει τα

προβλήματα τους και συνεχίζουν να επενδύουν χρόνο και χρήμα. Επιπρόσθετα έχει επιπτώσεις και σε άλλους ανθρώπους όπως και οι άλλες μορφές εξάρτησης (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Στο Illinois Institute for Addiction Recovery at Proctor Hospital η εξάρτηση από το Διαδίκτυο αντιμετωπίζεται ως Διαταραχή Ελέγχου των Παρορμήσεων στην οποία δεν εμπλέκεται κάποιο ναρκωτικό και έχει κοινά χαρακτηριστικά με την παθολογική χαρτοπαιξία (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Η τηλεφωνική γραμμή καθώς και η υποδοχή περιστατικών γίνεται καθημερινά (7 μέρες την εβδομάδα) και σε εικοσιτετράωρη βάση. Η διαδικασία υποδοχής ξεκινάει με συνέντευξη εκτίμησης που είναι εμπιστευτική και κρίνεται ιδιαίτερα σημαντική για την θεραπεία που θα λάβει το άτομο εξαιτίας των πολλαπλών προβλημάτων που συνοδεύουν τις εξαρτήσεις. Οι δομές θεραπείας περιλαμβάνουν προγράμματα εσωτερικής διαμονής και εξωτερικής ανάλογα με τις ανάγκες του ατόμου και απευθύνονται σε ενηλίκους αλλά και εφήβους (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Επιπλέον είναι διαθέσιμη η θεραπεία 12 βημάτων που είναι μια γνωστή πρακτική από τους ΑΑ και έχει προσαρμοστεί στην εξάρτηση από το Διαδίκτυο. Μια ακόμη κλινική που παρέχει υποστήριξη για την εξάρτηση από το Διαδίκτυο είναι η Impulse Control Disorders Clinic στο Πανεπιστήμιο Stanford (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Στην προβληματική χρήση των διαδικτυακών παιχνιδιών δίνουν απάντηση οι «On-line Gamers Anonymous/ OLG-Anon» (<http://www.olganon.org/>) που ιδρύθηκαν το 2002 και αποτελούν «μια αδελφότητα ανθρώπων που μοιράζονται την εμπειρία τους, τη δύναμη και την ελπίδα για να βοηθήσουν άλλους ανθρώπους να

επανέλθουν και να θεραπευτούν από προβλήματα που προκλήθηκαν από την υπερβολική χρήση των παιχνιδιών». Πρόκειται για ένα πρόγραμμα αυτοβοήθειας που παρέχεται on-line 24 ώρες και έχει προκαθορισμένες συναντήσεις έχοντας δανειστεί και προσαρμόσει τα 12 βήματα στη συγκεκριμένη μορφή εθισμού. Παράλληλα με τα παραδοσιακά 12 βήματα παρέχει ένα τροποποιημένο πρόγραμμα για άθεους και αγνωστικιστές. Σε αυτή την κοινότητα δεν συμμετέχουν μόνο οι άμεσα ενδιαφερόμενοι αλλά και μέλη της οικογένειας τους ή άλλα κοντινά τους άτομα. Ακολουθώντας τα 12 βήματα και τις αρχές (ειλικρίνεια, ελπίδα, πίστη, θάρρος, ακεραιότητα, προθυμία, ταπεινότητα, αδελφική αγάπη, δικαιοσύνη, επιμονή, πνευματικότητα, καθήκον) ενδυναμώνουν τους εαυτούς τους βοηθώντας παράλληλα άλλους (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Η Jong-Un Kim θέλησε να ελέγξει την αποτελεσματικότητα των ομαδικών συνεδριών με βάση τη θεραπεία επιλογής στην εξάρτηση από το Διαδίκτυο και στο επίπεδο της αυτοπεποίθησης. Χρησιμοποιώντας ως δείγμα 22 Κορεάτες φοιτητές εξαρτημένους από το Διαδίκτυο έδειξε ότι η συμβουλευτική ομάδας βασισμένη στη θεραπεία επιλογής επέδρασε σημαντικά στη μείωση της χρήσης και ταυτόχρονα οδήγησε στην άνοδο του επιπέδου της αυτοπεποίθησης (Kim, 2008). Οι συμμετέχοντες παρακολούθησαν 2 συνεδρίες την εβδομάδα διάρκειας 60 και 90 λεπτών για διάστημα 5 εβδομάδων και δέχθηκαν τη χορήγηση ψυχομετρικών εργαλείων για τον έλεγχο τόσο της εξάρτησης από τον Ιστό (K-IAS) όσο και του δείκτη αυτοπεποίθησης (CSEI). Κάθε συνεδρία περιελάμβανε εισαγωγή στους στόχους της, εκπαίδευση, δραστηριότητες, ανάθεση εργασίας και μοίρασμα. Η θεραπεία περιελάμβανε παρατήρηση, παιχνίδι ρόλων, συμπεριφερσιολογικές πρακτικές, εξήγηση, ανατροφοδότηση, ενίσχυση και δέσμευση (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Η θεωρία της επιλογής έχει χρησιμοποιηθεί από τον Glasser (1985) για να εξηγήσει την εξάρτηση. Πρόκειται για μια αποτελεσματική μέθοδο που βοηθά τους πελάτες να εξερευνήσουν τρόπους για να καλύψουν τις βασικές τους ανάγκες αξιολογώντας τη θέληση, τις πράξεις, τον εαυτό και τα σχέδια τους και παράλληλα να επιλέξουν πιο αποτελεσματικές συμπεριφορές. Επιπλέον η παραπάνω θεωρία τονίζει την ευθύνη του ατόμου για τη ζωή, τις πράξεις, τα συναισθήματα και τη σκέψη τους (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Η θεραπεία της πραγματικότητας πηγάζει από τη θεωρία της επιλογής και παρέχει βοήθεια στον έλεγχο της συμπεριφοράς και οδηγεί σε νέες και δύσκολες επιλογές. Ο συγκεκριμένος τρόπος θεραπείας χρησιμοποιείται ευρέως στις εξαρτήσεις. Ο πυρήνας της συνίσταται στο να κινητοποιήσει τον θεραπευόμενο να αναλογιστεί τι κάνει στο παρόν, τι έκανε στο παρελθόν, τι τον εμπόδισε να κάνει πράξη τη θέληση του και τι θα κάνει στο μέλλον. Μια ακόμη βασική πεποίθηση είναι ότι όλα τα ανθρώπινα προβλήματα πηγάζουν από τις μη ικανοποιητικές ή και ανύπαρκτες σχέσεις (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Η έρευνα καταλήγει στο συμπέρασμα ότι η θεραπεία της εξάρτησης από τον Ιστό δεν θα πρέπει να εστιάζει στο ίδιο το μέσο αλλά στην προσωπική ευθύνη και στη λήψη αποφάσεων. Τέλος, η ομαδική συνεδρία αποτελεί και από μόνη της αποτελεσματική πρακτική στη θεραπεία των εξαρτήσεων (Fisher & Harisson, 1997). Αυτό επιτυγχάνεται με την υποστήριξη, την αντιπαράθεση και τη διορατικότητα άλλων ατόμων που βιώνουν παρόμοιες καταστάσεις σε γνωστικό και συναισθηματικό επίπεδο. Το θεραπευτικό συμβόλαιο, με άλλα λόγια η δέσμευση στην ομάδα βοηθάει στην επίτευξη των στόχων της (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Το 90% των σπιτιών στη Ν. Κορέα έχουν πρόσβαση σε φθηνή και γρήγορη ταχύτητας σύνδεση στο Ιντερνετ. Η παραπάνω διαθεσιμότητα οδηγεί σε κρούσματα

εξάρτησης από το Διαδίκτυο και απάντηση σε αυτό το πρόβλημα δίνουν τα 140 Κέντρα Συμβουλευτικής και τα 100 νοσοκομεία που διαθέτουν θεραπευτικό κέντρο. Το 2007 ιδρύθηκε κατασκήνωση απεξάρτησης για εφήβους στο Mokcheon αφού το 30% των ανηλίκων βρίσκεται στον πληθυσμό υψηλού κινδύνου για εθισμό από το Διαδίκτυο (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Συνδυάζοντας την στρατιωτική εκπαίδευση ενός στρατοπέδου και τις ομαδικές συνεδρίες και τα θεραπευτικά εργαστήρια (κεραμική, ζωγραφική) ενός κέντρου αποκατάστασης παρέχει βοήθεια σε 20 ανηλίκους για 12 ημέρες. Η φυσική άσκηση όπως η ιπασία στοχεύει στην συναισθηματική επανένωση με τον πραγματικό κόσμο και στην χαλάρωση των δεσμών με την εικονική πραγματικότητα (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Η πρώτη κατασκήνωση απεξάρτησης για εφήβους στην Ευρώπη εντοπίζεται στη Γερμανία. Συγκεκριμένα βρίσκεται στην ακτή της πόλης Boltenhagen και είναι καλοκαιρινή (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Οι έφηβοι ενισχύονται να περνούν περισσότερο χρόνο κοντά στη φύση και τους επιτρέπονται μόλις 30 λεπτά στο Διαδίκτυο την ημέρα (όχι στην εφαρμογή κατάχρησης). Τα πρωινά ακολουθούν συνεδρίες συμβουλευτικής της ομάδας και ατομικές συνεδρίες ενώ το υπόλοιπο της ημέρας περνούν σε ψυχοεκπαιδευτικές δραστηριότητες και με δημιουργική απασχόληση (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Η διάρκεια παραμονής είναι 28 ημέρες και οι διαθέσιμες θέσεις ανέρχονται στις 60. Κατά τη διάρκεια της τελευταίας εβδομάδας οι γονείς καλούνται να συμμετάσχουν στη συμβουλευτική και στις δραστηριότητες για να καταλάβουν τους κινδύνους του Διαδικτύου και να προφυλάξουν τα παιδιά τους. Βασικός στόχος είναι τα παιδιά να εντοπίσουν άλλες ενδιαφέρουσες δραστηριότητες παράλληλα με την ενίσχυση της

αυτοπεποίθησης και τη γνώση της αλληλεπίδρασης με άλλους ανθρώπους (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Το 2005 ακολουθεί η Ολλανδία παρέχοντας υποστήριξη για εξάρτηση από το Διαδίκτυο και τα παιχνίδια στην κλινική Smith & Jones, χρησιμοποιώντας Γνωστική-Συμπεριφορική θεραπεία και ομάδες 12 βημάτων. Το Maison de solemn-maison des adolescents de Cochin στη Γαλλία (2007) πρωτοπορεί παρέχοντας ένα εργαστήριο υπό τη εποπτεία του S. Tisseron για εφήβους. Δημιούργησε ομάδες 3-4 εφήβων που κάνουν θεραπεία παίζοντας μαζί με τους θεραπευτές το παιχνίδι εθισμού τους. Η διάρκεια του παιχνιδιού είναι μια ώρα και στη συνέχεια ακολουθεί μια ώρα συζήτηση (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Κατά τον Tisseron ο χαρακτήρας αντιπροσώπευσης αποτελεί τη βασιλική οδό της θεραπείας. Η Ιταλία απαντάει σε αυτή την ανάγκη με το Rome Hospital Policlinico Gemeli (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Στην Ελλάδα προσπάθειες αντιμετώπισης του φαινομένου γίνονται από την Μονάδα Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.) της Β' παιδιατρικής κλινικής του πανεπιστημίου Αθηνών στο νοσοκομείο παιδών «Π & Α Κυριακού» που απευθύνεται αποκλειστικά σε εφήβους (11-18 ετών). Στο χώρο των εξωτερικών ιατρείων της Ψυχιατρικής Κλινικής Παιδιών και Εφήβων του Ιπποκράτειου Νοσοκομείου λειτουργεί το πρώτο εξειδικευμένο ψυχιατρικό ιατρείο αντιμετώπισης του εθισμού παιδιών και εφήβων στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές και στο Διαδίκτυο (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). 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 (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Η συνεχώς αυξανόμενη πρόσβαση στη χρήση του Διαδικτύου από νεότερες ηλικιακά ομάδες οδηγεί αναπόφευκτα στην ευαλωτότητα των ενηλίκων στην κατάχρηση και προβληματική χρήση του. Στην έλλειψη της υποστήριξης ενηλίκων για αυτό το σύγχρονο φαινόμενο απαντάει το 18 Ανω, ΨΝΑ δημιουργώντας το τμήμα Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου (2009). Στο συγκεκριμένο κέντρο παρέχονται ατομική και ομαδική ψυχοθεραπεία, ομάδες τέχνης, ομάδες σωματικής έκφρασης καθώς και ομάδες ψυχοπαιδευτικού χαρακτήρα. Είναι στελεχωμένο από μια διεπιστημονική ομάδα που αποτελείται από ψυχιάτρους, ψυχολόγους, νοσηλευτές και ειδικούς θεραπευτές (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Γνωρίζοντας ότι μεγάλο ποσοστό ανθρώπων εθισμένων στο Διαδίκτυο πληρούν και τα κριτήρια για διαταραχές εξάρτησης από τις ψυχοτρόπες ουσίες (Anderson, 2001; Bai et al., 2001) και άλλες διαταραχές ελέγχου των παρορμήσεων, όπως η παθολογική χαρτοπαιξία (Morahan-Martin, 2005) το κέντρο πραγματοποιεί υποδοχή για ψυχιατρική και ψυχοθεραπευτική εκτίμηση. Η θεραπεία απεξάρτησης θεωρείται μια διαδικασία βαθιάς αλλαγής (Κ.Μάτσα, 2001) και εξελίσσεται σε τρεις φάσεις: κινητοποίηση, ψυχολογική απεξάρτηση και μεταθεραπευτική παρακολούθηση. Οι ατομικές και ομαδικές συνεδρίες γίνονται σε εβδομαδιαία βάση κατά τη διάρκεια της θεραπείας ενώ στη μεταθεραπευτική φάση πραγματοποιούνται δύο φορές το μήνα. Τα πρόσωπα υποστήριξης των θεραπευόμενων παρακολουθούν ομάδες παράλληλης παρέμβασης με στόχο την υποστήριξη και όχι την προσωπική τους θεραπεία. Υποτροπή θεωρείται η παραβίαση του χρονικού ορίου των 2 ωρών στο Ιστό και του μηδενικού χρόνου παραμονής στην εφαρμογή εθισμού (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011) .

Το τμήμα έχει δραστηριοποιηθεί και στο επίπεδο της πρωτογενούς πρόληψης με ομιλίες στην κοινότητα αλλά και στο επίπεδο της δευτερογενούς πρόληψης

πραγματοποιώντας σεμινάρια σε Ελλάδα και Κύπρο. Αναγνωρίζεται από την ομάδα ότι τόσο η τοξικομανία όσο και η προβληματική χρήση του διαδικτύου αφορούν τον θεραπευτικό χώρο των εξαρτήσεων και γίνεται προσπάθεια αξιοποίησης της παγκόσμιας κλινικής εμπειρίας. Σημειώνεται ότι το Διαδίκτυο δεν είναι το πρόβλημα αλλά αποτελεί το πρόσωπο του προβλήματος και μπορεί να χρησιμοποιηθεί σαν μεταβατικό αντικείμενο για να καλύψει τις ψυχολογικές ανάγκες (Ermann, 2004, Seiden, 2001). Ο κίνδυνος ενέχεται στην δυνατότητα απόδρασης από την πραγματικότητα και στην αναζήτηση ψυχολογικής και συναισθηματικής ολοκλήρωσης μέσα από την ανωνυμία και ταυτόχρονα παντοδυναμία που παρέχει αυτό το μέσο (Young, 1998). Συμπερασματικά, η εστίαση στην θεραπεία δεν γίνεται μόνο στον έλεγχο ή στην αποχή από το αντικείμενο εξάρτησης αλλά κυρίως το ενδιαφέρον στρέφεται στο πρωταρχικό έλλειμμα και στην ψυχοθεραπεία του ατόμου ενδυναμώνοντας τις ώριμες πλευρές του και καθιστώντας το ικανό να διαχειριστεί τις δυσκολίες του (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Η θεραπεία της Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου στην Ελλάδα οφείλει να αξιοποιήσει την αντίστοιχη εμπειρία του εξωτερικού. Ταυτόχρονα, θα πρέπει να συμπεριληφθεί η υπάρχουσα εμπειρία που προέρχεται από τον χώρο των εξαρτήσεων (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Πιο συγκεκριμένα, αν γίνει δεκτή η δημοφιλής άποψη ότι το Διαδίκτυο είναι μια νέα μορφή εξάρτησης προερχόμενη από κοινωνικές αλλαγές και όχι απλώς ένα σύμπτωμα του νέου τρόπου ζωής, τότε αποτελεσματικές πρακτικές παρέμβασης είναι οι παραδοσιακές γνωστές από τις εξαρτήσεις προσαρμοσμένες στις ιδιαιτερότητες του συγκεκριμένου πληθυσμού και της συγκεκριμένης εφαρμογής. Σε αυτό το σημείο θα πρέπει να επισημανθεί ότι η συγκεκριμένη μορφή είναι νόμιμη, κοινωνικά αποδεκτή, απαραίτητη στην καθημερινότητα και αυτό απαιτεί ιδιαίτερους χειρισμούς για να

κινητοποιηθεί κάποιος για θεραπεία (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Έτσι κρίνονται απαραίτητα εργαλεία η συνέντευξη κινητοποίησης, η ομαδική θεραπεία, οι ομάδες τέχνης και έκφρασης, οι γνωστικο-συμπεριφορικές παρεμβάσεις και η συστημική δουλειά με το οικογενειακό περιβάλλον του χρήστη. Η αποχή είναι απλά το μέσο για να ανακαλυφθεί η αιτία του προβλήματος και να βρει χώρο να δουλευτεί ψυχοθεραπευτικά στα πλαίσια μιας ατομικής συνεδρίας. Τα όρια και η σταθερότητα δομούν ένα ασφαλές αλλά και συνάμα ευέλικτο περιβάλλον (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

Το διαδίκτυο δεν σηματοδοτεί την έναρξη μιας εξάρτησης αλλά αποτελεί ένα μέσο διαφυγής από την πραγματικότητα (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011). Μια αποτελεσματική θεραπευτική παρέμβαση οφείλει να αναγνωρίζει ότι το μέσο δεν είναι το πρόβλημα. Οι παραπάνω αναπτυγμένες απόψεις χρειάζεται να βρουν εφαρμογή σε μια κουλτούρα που ενώ δεν είναι τόσο πολύ εξοικειωμένη με τη νέα τεχνολογία, ωστόσο βιώνει όλο και περισσότερο έντονα τις αρνητικές επιπτώσεις της που βρίσκουν μορφή στην υπερβολική και ολοένα αυξανόμενη προβληματική χρήση (Σκανδάμη, Χρόνη, Σταυρόπουλος & Μάτσα, 2011).

1.4. Τι γίνεται στην Ελλάδα ως προς τη χρήση και κατάχρηση του διαδικτύου

Στο σημείο αυτό, κρίνεται σκόπιμο να αναφερθούμε στο βαθμό διείσδυσης της χρήσης του παγκόσμιου ιστού στην χώρας μας. Εύλογη προϋπόθεση της κατάχρησης του διαδικτύου, είναι προηγουμένως η χρήση του. Γιατί ακόμα και αν κάποιος είναι ευάλωτος στην παθολογική χρήση διαδικτύου, δεν πρόκειται να εκδηλώσει συμπτωματολογία, εάν προηγουμένως δεν εκτεθεί σε αυτό. «Δεν αρκεί μόνο κάτι εύφλεκτο για τη φωτιά, χρειάζεται και σπινθήρας».

Στο σημείο αυτό επισημαίνεται, ότι η επίσημη πολιτειακή κατεύθυνση, στοχεύοντας στην ψηφιακή σύγκλιση της χώρας μας με τις άλλες ευρωπαϊκές χώρες, έχει συγκροτήσει έναν φορέα καταγραφής της διεύρυνσης της χρήσης του διαδικτύου. Ο φορέας αυτός ονομάζεται «Παρατηρητήριο για την Κοινωνία της Πληροφορίας» (www.observatory.gr) και συντάσσει περιοδικά εκθέσεις, αναφορικά τόσο στην επέκταση και τα χαρακτηριστικά της χρήσης του ιστού, όσο και στις προτιμώμενες, ανα ηλικιακή ομάδα, διαδικτυακές εφαρμογές (<http://stats.observatory.gr/pxweb2006/Database/eEurope/databasetree.asp>). Η σύνταξη των εκθέσεων αυτών, αποβλέπει στην εξαγωγή και ενημέρωση πανευρωπαϊκά συμφωνημένων δεικτών, όπως ο δείκτης BDI (Broadband Development Index), δηλαδή ο δείκτης ευρυζωνικής διείσδυσης. Στα πλαίσια του Παρατηρητηρίου για την κοινωνία της πληροφορίας, λειτουργεί και η «Ομάδα Δράσης για την Ψηφιακή Ασφάλεια» (www.dart.gov.gr), η οποία εμπλέκεται με ζητήματα εκτίμησης, τόσο της παθολογικής όσο και της παραβατικής χρήσης του ιστού.

Κάποια χαρακτηριστικά, για τη διείσδυση του μέσου, ευρήματα του Παρατηρητηρίου για την Κοινωνία της Πληροφορίας, συνηγορούν στις εκρηκτικές διαστάσεις, που ενδέχεται να προσλάβει η κατάχρησή του. Αναλυτικότερα, το 2008 σημειώνεται η μεγαλύτερη άνοδος της τετραετίας στη χρήση του διαδικτύου από τα ελληνικά νοικοκυριά. Μόνο μέχρι το τέλος του β' εξαμήνου 2008, η διείσδυση της ευρυζωνικότητας στην Ελλάδα ανήλθε στο 13,43%. Ειδικότερα, 1975 νέες συνδέσεις DSL πραγματοποιούνταν κάθε μέρα το β' εξάμηνο του 2008. Η αυξητικοί αυτοί ρυθμοί ανέβασαν τον συνολικό αριθμό των σταθερών ευρυζωνικών γραμμών, σε 1.506.614, παρουσιάζοντας αύξηση κατά 48,1% σε σχέση με το προηγούμενο έτος και κατά 20,2% σε σχέση με το προηγούμενο εξάμηνο. Σημαντικό, συγκριτικά με

την Ευρώπη, είναι ότι ο ετήσιος ρυθμός αύξησης των νοικοκυριών με πρόσβαση στο Διαδίκτυο τα τελευταία 4 έτη εκτιμάται σε 17,6%, την ίδια στιγμή, που ο μέσος ετήσιος ρυθμός της Ευρώπης (ΕΕ-27) είναι στο 7,7% (Παρατηρητήριο για την Κοινωνία της Πληροφορίας, 2009).

Περισσότερο χρήσιμα ωστόσο, για την πρόβλεψη των ενδεχόμενων μεγεθών της παθολογικής χρήσης διαδικτύου είναι τα στοιχεία, που αφορούν στο προφίλ των χρηστών και των εφαρμογών προτίμησής τους. Νέοι, άνδρες, κάτοικοι αστικών κέντρων, υψηλού και μεσαίου μορφωτικού επιπέδου είναι στην πλειοψηφία τους, οι Έλληνες χρήστες του Διαδικτύου. Ανεξαρτήτως μορφωτικού επιπέδου, φύλου ή επιπέδου αστικότητας, 9 στα 10 άτομα ηλικίας 16-24 χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο. Αντίθετα, στα άτομα της ηλικιακής ομάδας 35-54, η διείσδυση του ιστού εξακολουθεί να απέχει, κατά πολύ, του ευρωπαϊκού μέσου όρου. Αξιοσημείωτη άνοδος στη χρήση του Διαδικτύου, από αποφοίτους δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, καταγράφεται το 2008 στο σύνολο του πληθυσμού. Παράλληλα, η αποχή από το Διαδίκτυο φαίνεται να οφείλεται τόσο σε στάση ζωής και συνειδητή άρνηση, όσο και έλλειψη δεξιοτήτων, κυρίως για τα άτομα των μεγαλύτερων ηλικιακών ομάδων (Παρατηρητήριο για την Κοινωνία της Πληροφορίας, 2009).

Ενδεικτική για την έκταση της παθολογικής χρήσης του παγκόσμιου ιστού στη χώρα, είναι και η μετατόπιση του κοινού, όσον αφορά στις υπηρεσίες επιλογής. Οι Έλληνες χρήστες φαίνεται να εγκαταλείπουν τις «παραδοσιακές» ηλεκτρονικές υπηρεσίες (απλή αναζήτηση πληροφοριών για προϊόντα & υπηρεσίες, αποστολή και λήψη email) και να αξιοποιούν τις νέες δυνατότητες. Έτσι, το 64% των χρηστών, του τελευταίου τριμήνου του 2008, δηλώνει ότι κάνει χρήση «προχωρημένων» υπηρεσιών επικοινωνίας. Τέλος 1 στους 5 παίζει διαδικτυακά παιχνίδια

(Παρατηρητήριο για την Κοινωνία της Πληροφορίας, 2009). Υπενθυμίζεται, ότι σύμφωνα με τα μέχρι τώρα ερευνητικά δεδομένα, εφαρμογές υψηλού κινδύνου για την εκδήλωση εθισμού είναι οι διαδραστικές εφαρμογές, προς την κατεύθυνση των οποίων φαίνεται να μετακινείται το ελληνικό κοινό. Ταυτόχρονα, περιβαλλοντικός συντελεστής υψηλού κινδύνου για την εκδήλωση εξαρτήσεων είναι η κοινωνική κρίση (Μάτσα, 2001), η οποία μοιάζει να χαρακτηρίζει έντονα την περίοδο που διανύουμε. Συμπερασματικά, διασταυρώνονται στη χώρα μας δύο προϋποθέσεις, των οποίων ο συνδυασμός, ευνοεί καταλυτικά την ανάπτυξη του φαινομένου.

1.4.1. Σημαντικές Ελληνικές Επιδημιολογικές Μελέτες

Για την «Εξάρτηση από το Διαδίκτυο» στην Ελλάδα, έχουν μέχρι σήμερα διεξαχθεί μεμονωμένες επιδημιολογικές έρευνες, με δεδομένα για την επικράτηση του φαινομένου, σε εφηβικό, αποκλειστικά πληθυσμό. Η παλαιότερη από τη Μονάδα Εφηβικής Υγείας του Νοσοκομείου Παίδων Αγλαΐα Κυριακού (Tsitsika et al, 2009), σε πληθυσμό εφήβων της περιοχής της πρωτεύουσας, και η δεύτερη σε εφηβικό πληθυσμό της Θεσσαλίας (Siomos et al, 2008).

Η έρευνα της Μονάδας Εφηβικής Υγείας με μέσο όρο ηλικίας δείγματος τα 15 έτη, έγινε σε δείγμα 897 εφήβων (430 αγόρια, 467 κορίτσια) (<http://www.youth-health.gr>). Στα ευρήματα της έρευνας αυτής καταγράφηκε, ότι 1% από τους εφήβους του δείγματος, παρουσίαζαν υπερβολική χρήση διαδικτύου («εθισμός») και 12,8% παρουσίαζαν περιοδικά ή συχνά προβλήματα, σχετικά με την κατάχρηση διαδικτύου (χρήση διαδικτύου υψηλού κινδύνου για «εθισμό»). Στην ίδια έρευνα επιβεβαιώθηκε, ότι τα αγόρια χρησιμοποιούσαν τον παγκόσμιο ιστό σημαντικά περισσότερο από τα κορίτσια. Ως πιο συχνός λόγος χρήσης του διαδικτύου ήταν τα διάφορα παιχνίδια.

Παράλληλα, θετικές συσχετίσεις παρατηρήθηκαν και μεταξύ χρήσης διαδικτύου και παραβατικότητας, καθώς και ανάπτυξης δυσλειτουργικών σχέσεων με τους συνομηλίκους. Επισημαίνεται, ότι στην ίδια έρευνα βρέθηκε ότι χρήση του διαδικτύου, μεγαλύτερη των δέκα ωρών εβδομαδιαίως, ακολουθείται από μεγαλύτερη πιθανότητα εμφάνισης συνοδών προβλημάτων. Παρατίθεται συμπληρωματικά, το εύρημα της θετικής συσχέτισης της χρήσης διαδικτύου και της διάσπασης προσοχής-υπερκινητικότητας. Προστατευτικός παράγοντας, έναντι της ανάπτυξης προβληματικής χρήσης, φάνηκε να είναι η ενασχόληση με το διαδίκτυο στο πλαίσιο του σχολείου. Σημαντικό είναι να τονιστεί, ότι το 4.2% του δείγματος είχε δεχτεί απειλές μέσω διαδικτύου (cyber bullying victims). Καταληκτικά υπογραμμίζεται, ότι το 26% των συμμετεχόντων ανέφεραν καθημερινή χρήση και το 8% χρήση του ιστού για περισσότερο από 20 ώρες εβδομαδιαίως (Tsitsika et al, 2009).

Σε μεταγενέστερη έρευνα με δείγμα 2200 εφήβους από τη Θεσσαλία, ηλικίας 13 με 18 ετών, παρατηρήθηκε μεγαλύτερο ποσοστό εθισμού, που άγγιζε το 6,1% του μέσου μαθητικού πληθυσμού (Siomos et al, 2008). Το ίδιο αυτό ποσοστό ανέβαινε στο 7,7%, μεταξύ των μαθητών που χρησιμοποιούσαν ηλεκτρονικό υπολογιστή. Σημαντικό είναι ότι το προφίλ Θεσσαλών εφήβων, που εμφάνιζαν εθισμό στο διαδίκτυο, αφορούσε αγόρια με ιδιόκτητο ηλεκτρονικό υπολογιστή, του οποίου έκαναν καθημερινή χρήση. Φάνηκε επίσης ότι συχνές συνήθειες των εθισμένων στο διαδίκτυο εφήβων ήταν το κάπνισμα, το αλκοόλ και οι πολλές ώρες τηλεόραση. Επιπρόσθετα, σημαντικό είναι να υπογραμμιστεί, ότι τα γενικότερα επίπεδα ψυχοπαθολογίας των μαθητών που παρουσίαζαν εθισμό, έτειναν να είναι ανυψωμένα. Το μεγαλύτερο ποσοστό εθισμού, που εντοπίστηκε στη δεύτερη αυτή έρευνα, ερμηνεύεται ενδεχομένως από το ότι στην ελληνική περιφέρεια τα παιδιά

εξακολουθούν να έχουν περιορισμένες δυνατότητες για δραστηριότητες εκτός σχολείου, γι' αυτό και αναζητούν διεξόδους στο Διαδίκτυο (Siomos et al, 2008).

Καταληκτικά μικρές διαφοροποιήσεις παρατηρήθηκαν σε δύο νεότερες, επιδημιολογικές μελέτες της προβληματικής χρήσης διαδικτύου, στην Χίο και στην Κώ αντίστοιχα. Αναλυτικότερα, στην Χίο βρέθηκε ποσοστό εθισμού της τάξης του 15% (Κυπαρίσση, 2009), ενώ στην Κώ 11,6 % (Σιώμος, 2009). Σημειώνεται ότι παρόλες τις έρευνες σε πληθυσμό Ελλήνων Εφήβων, καμία έρευνα δεν έχει γίνει για την περιγραφή της γενικότερης, επιδημιολογικής εικόνας, σε Έλληνες ενήλικες.

1.4.2. Αναγκαιότητα Εθνικού Παρατηρητηρίου Καταγραφής της Κατάχρησης-Εξάρτησης του Διαδικτύου

Η εκρηκτική διάδοση της χρήσης του διαδικτύου από ανθρώπους, ανεξαρτήτως ηλικίας, εκπαίδευσης και εθνικής ή γεωγραφικής προέλευσης, είναι ίσως το χαρακτηριστικότερο γνώρισμα της εποχής μας (www.internetworldstats.com/stats.htm, 2007). Η διάδοση του ιστού συνοδεύεται από ασύλληπτα για τα δεδομένα του παρελθόντος πλεονεκτήματα, τόσο στην πρόσβαση στην «πληροφορία», στην εξοικονόμηση χρόνου και γενικότερα την επικοινωνία, σε κάθε της διάσταση. Παράλληλα ωστόσο, η «συνάντηση» ενός πολλαπλά ευάλωτου πληθυσμού χρηστών με αισθήματα ικανοποίησης, μετά από χρήση συγκεκριμένων διαδικτυακών εφαρμογών, γεννά μεταξύ άλλων και τον κίνδυνο εγκατάστασης μίας «εξαρτητικής σχέσης» με τον παγκόσμιο ιστό (Μάτσα, 2009). Η Kimberly Young επέλεξε καθόλου τυχαία, τη φράση «Παγιδευμένοι στον ιστό» (Caught in the Web), σε μία μελέτη της για το φαινόμενο ήδη από το 1998.

Σε συνάρτηση με τα παραπάνω, η έλλειψη σαφούς εικόνας για τα ακριβή επιδημιολογικά μεγέθη του φαινομένου όχι μόνο σε διεθνές αλλά και σε εθνικό επίπεδο, δεν επιτρέπει την εφαρμογή ενός κατάλληλα προσαρμοσμένου, αποτελεσματικού σχεδιασμού. Ειδικότερα, συντηρούνται περιθώρια αλλοίωσης του προβλήματος, είτε υποδιάγνωσης και παράλληλα τα οικονομικά τους οφέλη, είτε υπερδιάγνωσης ακολουθούμενα από μεγάλα «θεραπευτικά» συμφέροντα. Ενδεικτικά αναφέρεται, ότι τα «Μαζικά Πολυπαιζόμενα Διαδικτυακά Παιχνίδια Ρόλων» (MMORPGs), τα οποία περιλαμβάνονται μεταξύ των πιο εθιστικών εφαρμογών του ιστού, είναι από τα πιο προσοδοφόρα προϊόντα των εταιριών παραγωγής τους (Paragiannidis, Bourlakis & Li, 2007). Αντιφατικά παράλληλα, η δημιουργία νέων διαγνωστικών κατηγοριών με την «ανακάλυψη» βιολογικών χαρακτηριστών υψηλού κινδύνου, δημιουργεί ίσως το χώρο, για φαρμακευτικές «πανάκειες» ευρείας κερδοφορίας (Μάτσα, 2009).

Σε στενή σύνδεση με τα προηγηθέντα και με αφετηρία την προοδευτική αύξηση της προσβασιμότητας στο διαδίκτυο, όλο και νωρίτερα ηλικιακά, τα δεδομένα που αφορούν της νεότερες γενιές στη χώρα μας (Παρατηρητήριο για την κοινωνία της πληροφορίας, 2009), πρόκειται να αλλάξουν ολοκληρωτικά. Το γεγονός αυτό, μοιραία καθιστά τους ενήλικες του σήμερα περισσότερο ευάλωτους στην εξάρτηση από τον ιστό, σε σχέση με τους ενήλικες του παρελθόντος και αντίστοιχα τους ενήλικες του μέλλοντος σε σχέση με τους ενήλικες του παρόντος. Η παράλληλη με την ωρίμανση του πληθυσμού, αύξηση της ευαλωτότητας στην κατάχρηση του ιστού, επιβάλλει την διεξοδική καταγραφή του φαινομένου, του οποίου οι

διογκούμενες διαστάσεις δεν έχουν καν περιγραφεί για τους ενήλικες στη χώρα μας. Συμπερασματικά, με βεβαιότητα η κατάχρηση του διαδικτύου δεν είναι «παιδική ή εφηβική νόσος», αν και σίγουρα κάνει την εμφάνισή της σαν τέτοια, πιθανότατα εξαιτίας των υψηλότερων επιπέδων ψηφιακής εξοικείωσης όχι των νέων, αλλά των νεότερων γενεών (Σταυρόπουλος, 2009).

Επιπρόσθετα επισημαίνεται, ότι σύντομα ο χαρακτήρας του ιστού πρόκειται να αλλάξει πολλαπλασιάζοντας τις δυνατότητές του, παράλληλα με τα εθιστικά του σημεία. Ειδικότερα, ο ιστός (internet) θα εξελιχθεί σε πλέγμα (breed), αφού στα πλαίσια των λειτουργιών του internet θα ενταχθεί η τηλεόραση και οι τηλεπικοινωνίες. Η «μετάλλαξη» αυτή, του ιστού σε «πλέγμα», έχει ήδη ξεκινήσει με την εισαγωγή στην κυκλοφορία κινητών τηλεφώνων, που επιτρέπουν τη μόνιμη σύνδεση σε διαδικτυακές εφαρμογές (Χρόνη & Σταυρόπουλος 2010).

Τόσο τα παραπάνω δεδομένα, όσο και η κλινική εμπειρία επιβεβαιώνουν ότι προκειται για φαινόμενο σε εξέλιξη. Προκειμένου για ένα πιο συντονισμένο σχεδιασμό πολιτικής, τόσο σε επίπεδο πρόληψης όσο και θεραπείας, θεωρούμε απαραίτητη την δημιουργία ενός «Εθνικού Παρατηρητηρίου Καταγραφής» (Χρόνη & Σταυρόπουλος 2010).

Στις μέρες μας, που η δωρεάν δημόσια υγεία απαξιώνεται καθημερινά, η νέα αυτή ομάδα «ασθενών» εμφανίζεται παντελώς απροστάτευτη. Όσο απουσιάζει ένας κρατικός φορέας καταγραφής του προβλήματος και των συνεπειών του, καθιστάται αδύνατη η ανάδειξη των κατευθύνσεων για την καλύτερη αντιμετώπιση του προβλήματος (Χρόνη & Σταυρόπουλος 2010). Εύλογα δεν αποτρέπεται, αφενός η

εμπορευματοποίηση της θεραπείας του «καινούριου» αυτού συμπτώματος, αφετέρου η εμπλοκή των ενδιαφερομένων σε ακατάλληλες παρεμβάσεις. Υπενθυμίζεται το προηγούμενο της τοξικοεξάρτησης, που μοιάζει να ευημερούν ιδιωτικές, ψυχιατρικές κλινικές, οικονομικής αφαίμαξης, των ήδη εξαντλημένων από την εξάρτηση οικογενειών.

Στην κατεύθυνση αυτή, στο διεθνή χώρο, τραγικά χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι αυτό της Κίνας, όπου μόνο τον περασμένο χρόνο 3000 έφηβοι, «Εξαρτημένοι από το Διαδίκτυο», υποβλήθηκαν σε ηλεκτροσόκ με αβέβαιο θεραπευτικό αποτέλεσμα. Σημειώνεται ότι το Κινεζικό Υπουργείο Υγείας απαγόρευσε την ηλεκτοσπασμοθεραπεία, για τη θεραπεία της «Εξάρτησης του Διαδικτύου», από τον Ιούλιο του 2009. Η Κίνα επίσης δεσμεύτηκε, ότι μέσα στο πρώτο εξάμηνο του 2010 θα ανακοινώσει τυπική θεραπεία για την εξάρτηση από το διαδίκτυο (Χρόνη & Σταυρόπουλος 2010).

Καταληκτικά, εμφατικά παρατίθεται το γεγονός ενώ απουσιάζει εθνικός φορέας καταγραφής, έχουν ήδη συγκροτηθεί ιδιωτική, αν και όχι με την ίδια απαραίτητα στόχευση. Ειδικότερα, αναλυτικά στοιχεία σχετικά με τη προβληματική χρήση συγκεκριμένων εφαρμογών του διαδικτύου, συλλέγουν και οι εταιρείες παραγωγής των παιχνιδιών MMORPGS και των εφαρμογών SOCIAL NETWORK (Χρόνη & Σταυρόπουλος 2010). Η συμμετοχή στις εφαρμογές αυτές είναι αδυνατή χωρίς συνδρομή. Η συνδρομή προϋποθέτει την συμπλήρωση προσωπικών και άλλων στοιχείων των συνδρομητών, όπως η ηλικία, το φύλο, κοινωνικοδημογραφικά χαρακτηριστικά, επάγγελμα, τύπος σύνδεσης, κ.α. Οι εταιρείες έχουν ακόμα τη δυνατότητα να γνωρίζουν τις

προτιμήσεις και τις επιδόσεις των παικτών, το χρόνο αλλά και τα χρήματα που δαπανούν σε ημερήσια, εβδομαδιαία και μηνιαία βάση (www.lindenlab.com, www.blizzard.com) (Χρόνη & Σταυρόπουλος 2010). Συχνά μάλιστα αναζητούν προσωπικό ανάμεσα στους παίκτες, έχοντας γνώση του βιογραφικού τους στο παιχνίδι. Εύλογα, οι εταιρίες παραγωγής αξιοποιούν τις πληροφορίες αυτές, με στόχο την προώθηση των προϊόντων τους, η οποία, όχι σπάνια, μπορεί να είναι συνώνυμη με την εξαρτητική χρήση των εν λόγω εφαρμογών (www.lindenlab.com, www.blizzard.com) (Χρόνη & Σταυρόπουλος 2010).

1.5. Χρησιμότητα & Σκοποί της παρούσας έρευνας

Σε συνέπεια με τα παραπάνω, προτείνεται ως απαραίτητη η κατά το δυνατόν εγκυρότερη επιδημιολογική καταγραφή των μεγεθών τόσο της χρήσης όσο και της κατάχρησης στη χώρα μας αφενός, καθώς και η δυναμικά ακριβέστερη αιτιολογική τους περιγραφή αφετέρου. Η ύπαρξη έγκυρων και αξιόπιστων δεδομένων, παράλληλα με την περιγραφή ατομικών, περιβαλλοντικών και διαδικτυακά περιβαλλοντικών παραγόντων επιρροής, θα διευκολύνει ενδεχομένως την αποτελεσματικότητα παρεμβάσεων, τόσο στο επίπεδο της πρόληψης, όσο και στο επίπεδο της θεραπείας.

Επακόλουθα, έχει αποφασιστική σημασία να διευκρινιστεί η έκταση του φαινομένου και να προσδιοριστούν παράγοντες επιβαρυντικοί για την εκδήλωση του, ώστε να σχεδιαστεί, στο βαθμό που αυτό είναι εφικτό, αποτελεσματικότερα, η αντιμετώπισή του. Τα παραπάνω αποτελούν στόχους της έρευνάς μας. Ειδικότερα, προκειμένου τα ευρήματα της έρευνάς μας να αξιοποιηθούν στην αναλογική διάθεση πόρων και ανθρώπινου δυναμικού στην πρόληψη και τη θεραπεία, επιχειρούμε τόσο

την ακριβή εκτίμηση του επιδημιολογικού μεγέθους της διαδικτυακής κατάχρησης, όσο και των προσδιορισμό ενός δημογραφικού προφίλ υψηλού κινδύνου. Παράλληλα, και προκειμένου να επιτύχουμε το στόχο αυτό, εξετάζουμε την καταλληλότερη χρήση διεθνών εργαλείων στους Έλληνες εφήβους, μελετώντας δυνητικά διαγνωστικά κατώφλια για το Ερωτηματολόγιο της Εξάρτησης από το Διαδίκτυο.

Επιπρόσθετα, επιχειρούμε να διερευνήσουμε συνολικότερα τους παράγοντες επιβάρυνσης αλλά και τους προστατευτικούς παράγοντες, ώστε να λαμβάνονται υπόψιν, οδηγώντας στη συγκρότηση πιο βιώσιμων και κατά συνέπεια «θεραπευτικών» προγραμμάτων αντιμετώπισης. Τα προγράμματα αυτά εντάσσονται ενδεχομένως, τόσο σε επίπεδο πρωτογενούς, όσο και δευτερογενούς και τριτογενούς πρόληψης. Το παραπάνω επιχειρούμε να το πετύχουμε μέσα από τη σύνθεση των επιμέρους ευρημάτων σε ένα εννιαίο μοντέλο κατανόησης της διαδικτυακής κατάχρησης.

Στο πλαίσιο αυτό, επιχειρούμε για πρώτη φορά να εισάγουμε και να μελετήσουμε στην Ελλάδα, έννοιες που περιγράφουν την εθιστική φύση του μέσου. Αναλυτικότερα, γίνεται εκτενής αναφορά στις έννοιες της Τηλεπαρουσίας και της Διαδικτυακής Ροής. Τα μεγέθη αυτά περιγράφουν το βαθμό απορρόφησης από το διαδικτυακό περιβάλλον και τη διαδικτυακή δράση αντίστοιχα. Παράλληλα, επιχειρείται η νοηματική προσαρμογή εργαλείων μέτρησης των εν λόγω μεγεθών στην Ελληνική γλώσσα, μετά από ευθεία και αντίστροφη μετάφραση από δίγλωσσους μεταφραστές.

Αντίστοιχα, σε ατομικό επίπεδο, ο προσδιορισμός παραγόντων επικινδυνότητας, αλλά και της ειδικότερης δυνητικής τους σχέσης, που

στοχεύουμε, μπορεί να αξιοποιηθεί τόσο σε πιο εύστοχες κλινικές εκτιμήσεις και παεμβάσεις. Καταληκτικά, το κυριότερο ίσως προταίρημα της παρούσας ερευνητικής προσπάθειας, είναι ότι εξετάζει το σύνολο των ατομικών, περιβαλλοντικών και διαδικτυακά περιβαλλοντικών μεταβλητών, όχι αποσπασματικά ή κατακερματισμένα, αλλά συνθετικά. Καθοδηγούμενοι από τις αρχές της Αναπτυξιακής Ψυχοπαθολογίας, επιχειρούμε να συνθέσουμε επιμέρους παραμέτρους σε ένα ολοκληρωμένο μοντέλο κατανόησης της χρήσης και της κατάχρησης διαδικτύου, ώστε να πλαισιώσουμε ερευνητικά παλαιότερες, βιβλιογραφικά μόνο τεκμηριωμένες, εισηγήσεις (Douglas, 2008).

Συγκεκριμένα, οι σκοποί της παρούσας έρευνας είναι οι εξής:

1. Να εντοπιστούν ομάδες εφήβων που κάνουν χρήση, χρήση υψηλού κινδύνου και κατάχρηση του ιστού. Ειδικότερα:
 - 1.1. Να προσδιοριστούν τα ποσοστά της ομάδας των εξαρτημένων χρηστών, της ομάδας υψηλού κινδύνου για την εκδήλωση εξάρτησης και της ομάδας των υγιών χρηστών.
 - 1.2. Να διερευνηθεί πιθανή διαφοροποίηση της ευαλωτότητας στην εξάρτηση από το διαδίκτυο σε σχέση με το φύλο, τον τύπο του σχολείου φοίτησης (εννιαίο ή επαγγελματικό) και την περιοχή κατοικίας (πρωτεύουσα ή περιφέρεια).
2. Να αξιολογηθούν ατομικοί, περιβαλλοντικοί και ηλεκτρονικά περιβαλλοντικοί παράμετροι, με σκοπό να εξεταστεί, ποιές και σε ποιά βαθμό συνδέονται με την ποιότητα χρήσης του διαδικτύου από τους εφήβους.

- 2.1. Να εκτιμηθεί πιθανή σχέση της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, την εικόνα εαυτού και συμπεριφορές ψυχοπαθολογίας των εφήβων.
 - 2.1.1. Συνδέονται τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου από τους εφήβους;
 - 2.1.1.1. Συνδέονται χαρακτηριστικά της σχέσης με την εικόνα εαυτού με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου από τους εφήβους;
 - 2.1.2. Συνδέονται συμπεριφορές ψυχοπαθολογίας με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου από τους εφήβους;
 - 2.1.3. Ειδικότερα, η συναισθηματική σταθερότητα (νευρωτισμός) και η κατάθλιψη σχετίζονται, και αν ναι, με ποιό τρόπο με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου;
- 2.2. Να εκτιμηθεί πιθανή σχέση της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά της σχέσης με την οικογένεια προέλευσης των εφήβων.
 - 2.2.1. Να διερευνηθεί αν η συναισθηματική αποκοπή στην οικογένεια και η αυτοπεποίθηση του εφήβου συνδέονται, και αν ναι με ποιόν τρόπο, με το βαθμό εξάρτησης από το διαδίκτυο.
- 2.3. Να εκτιμηθεί η σχέση της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά του ίδιου του διαδικτυακού περιβάλλοντος.
 - 2.3.1. Να διερευνηθεί αν η ροή και η τηλεπαρουσία αλληλεπιδρούν ως προς το βαθμό εξάρτησης από το διαδίκτυο.

3. Να διερευνηθεί πώς επηρεάζει η χρήση, η χρήση υψηλού κινδύνου και η κατάχρηση του διαδικτύου, την επίτευξη αναπτυξιακών στόχων. Ειδικότερα διαφέρουν ως προς τη σχολική επίδοση και τη δημοτικότητα οι έφηβοι που ανήκουν στην ομάδα των υγιών χρηστών διαδικτύου, στην ομάδα υψηλού κινδύνου για την εκδήλωση διαδικτυακής εξάρτησης και την ομάδα εξαρτημένων από το διαδίκτυο χρηστών;
4. Να καταρτιστεί ένα συνολικό μοντέλο κατανόησης του φαινομένου.

Μέθοδος

2.1. Δείγμα

Οι άδειες που απαιτήθηκαν και ελήφθησαν, προκειμένου να συγκεντρωθεί το δείγμα της παρούσας μελέτης ήταν: 1) Άδεια διεξαγωγής έρευνας από το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο του ΥΠΕΠΘ, 2) Ενημέρωση των Διευθυντών και των Συλλόγων Διδασκόντων των σχολείων για το περιεχόμενο της έρευνας και για την άδεια εισόδου σε αυτά, 3) Γραπτή ενημέρωση και συναίνεση των κηδεμόνων των συμμετεχόντων. Η συλλογή του ερευνητικού υλικού έγινε με επιτόπια δειγματοληπτική έρευνα στα λύκεια, κατά τη διάρκεια δύο διδακτικών ωρών, ώστε να αποφευχθεί η νόθευση της αξιοπιστίας των ευρημάτων από δυνητική κόπωση των συμμετεχόντων.

Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 2090 έφηβοι και μετέφηβοι, μαθητές 91 τμημάτων, 27 σχολείων, της Α και Β λυκείου Δημόσιων, Ημερίσιων, Ενιαίων Και Επαγγελματικών λυκείων της Αττικής και της Κορινθίας. Αναλυτικότερα, η σύσταση του δείγματος ως την περιοχή κατοικίας και τον τύπο του σχολείου περιγράφεται στον ακόλουθο πίνακα.

Πίνακας 2.1.1. Συμμετέχοντες ανά περιοχή κατοικίας και τύπο σχολείου φοίτησης

Περιφέρεια Διαμονής	Τύπος Σχολείου		Συνολικά
	Επαγγελματικό	Εννιαίο	
	Λύκειο	Λύκειο	
Περιφέρειας Πρωτεύουσας	215	794	1009
	10,3%	38,0%	48,3%
Περιφέρειας Πειραιά	118	264	382
	5,6%	12,6%	18,3%
Περιφέρειας Ανατολικής	0	396	396
Αττικής	0,0%	18,9%	18,9%
Περιφέρειας Δυτικής Αττικής	0	132	132
	0,0%	6,3%	6,3%
Περιφέρειας Κορινθίας	29	142	171
	1,4%	6,8%	8,2%
Συνολικά	362	1728	2090
	17,3%	82,7%	100,0%

Ο προσδιορισμός του δείγματος στόχου, ακολούθησε το πιο πρόσφατο κατά την περίοδο συλλογής του δείγματος, πανελλαδικό, απογραφικό, δελτίο σχολικών μονάδων και μαθητών του ΥΠΕΠΘ (www.yperpth.gr, 20/09/2009). Με βάση το δελτίο αυτό επιχειρήθηκε να γίνει η αναλογικότερη εφικτή αναγωγή στον αριθμό, συμμετεχόντων σε σχέση με την περιοχή κατοικίας και τον τύπο σχολείου φοίτησης. Για τον έλεγχο της αντιπροσωπευτικότητας του δείγματος διενεργήθηκε σύγκριση ποσοστών χ^2 που επιβεβαίωσε ότι η σύνθεση του δεν διέφερε στατιστικά σημαντικά από τον πληθυσμό γενίκευσης ($\chi^2=10.50$, $DF=5$, $p<.05$). Σημειώνεται ότι

υπολογίστηκε επιπρόσθετα ότι το μέγιστο πιθανό σφάλμα συλλογής για ένα δείγμα 2090 είναι 2.14% σε διαστήματα εμπιστοσύνης 95% ($Z = 1.96$).

Συνολικά, συμμετείχαν 1035 αγόρια (49,7% του δείγματος) και 1048 κορίτσια (50,3% του δείγματος). Αναλυτικότερα, 563 αγόρια (27% του δείγματος) ήταν μαθητές της Α λυκείου, 472 αγόρια (22,7% του δείγματος) ήταν μαθητές της Β λυκείου, 565 κορίτσια (27,1% του δείγματος) ήταν μαθήτριες της Α λυκείου και 483 κορίτσια (23,2% του δείγματος) ήταν μαθήτριες της Β λυκείου.

Πίνακας 2.1.2. Φύλο & τάξη φοίτησης

			Αγόρι	Κορίτσι	Συνολικά
Τάξη:	Α λυκείου	v	563	565	1128
		%	27,0%	27,1%	54,2%
Τάξη:	Β λυκείου	v	472	483	955
		%	22,7%	23,2%	45,8%
Συνολικά		v	1035	1048	2083
		%	49,7%	50,3%	100,0%

Ως προς την ηλικία, ο μέσος όρος ηλικίας των ατόμων του δείγματος είναι 16,16 ετών, με τυπική απόκλιση 0,911, μικρότερη καταγραφόμενη ηλικία αυτή των 14 ετών και μεγαλύτερη των 25, ενδεχομένως λόγω διακοπής ή επαναληπτικής φοίτησης. Η εν λόγω ηλικία καταγράφηκε σε επαγγελματικό λύκειο.

Έλληνες δήλωσαν 1615 συμμετέχοντες, το 77,7 % του δείγματος, ενώ 1916, το 92,2% του δείγματος, ανέφεραν ότι διέμεναν με γονείς και αδέρφια Συγκεκριμένα, η σύνθεση του δείγματος ως την εθνική καταγωγή και την κατάσταση διαμονής περιγράφεται στον παρακάτω πίνακα.

Πίνακας 2.1.3. *Εθνική καταγωγή και κατάσταση διαμονής*

Η εθνική σου καταγωγή είναι:		Με ποιούς μένεις μαζί;				Συνολικά
		Με γονείς και αδέρφια	Με παππού γιαγιά	Με γονείς αδέρφια, παππούδες και γιαγιάδες στο ίδιο σπίτι	Με άλλους	
Ελληνική	N	1488	9	17	101	1615
	%	71,6%	0,4%	0,8%	4,9%	77,7%
Αλβανική	N	257	1	2	11	271
	%	12,4%	0,0%	0,1%	0,5%	13,0%
Μικτή (Ελληνική και άλλη)	N	85	1	1	6	93
	%	4,1%	0,0%	0,0%	0,3%	4,5%
Άλλη που δεν περιλαμβάνεται στις παραπάνω	N	86	1	0	12	99
	%	4,1%	0,0%	0,0%	0,6%	4,8%
Συνολικά	N	1916	12	20	130	2078
	%	92,2%	0,6%	1,0%	6,3%	100,0%

Όσον αφορά στο κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο των εφήβων του δείγματος. Το 82.3% των συμμετεχόντων (1715) είχε γονείς που παρέμεναν παντρεμένοι, το 10%

(208) διαζευγμένους, το 2.3 % (47) διαζευγμένους και ξαναπαντρεμένους, το 3.2% (66) χήρους- χήρες και το 1% (20) γονείς που δεν είχαν ποτέ παντρευτεί. Σε σχέση με το μορφωτικό επίπεδο των γονέων τους : 0.5% (13) είχαν τουλάχιστον έναν από τους δύο γονείς να έχει τελειώσει δημοτικό, 3.0 % (64) είχαν τουλάχιστον έναν από τους δύο γονείς να έχει τελειώσει γυμνάσιο, 26% (542) είχαν τουλάχιστον έναν από τους δύο γονείς να έχει τελειώσει λύκειο, 24.6% (515) είχαν τουλάχιστον έναν από τους δύο γονείς να έχει τελειώσει κάποιο επαγγελματικό κολλέγιο, 35.2% (733) είχαν τουλάχιστον έναν από τους δύο γονείς να έχει πτυχίο ΑΕΙ, 8.4 % (179) είχαν τουλάχιστον έναν από τους δύο γονείς να έχει πτυχίο μεταπτυχιακό δίπλωμα και 1.4% (36) να έχει τελειώσει διδακτορικό. Σε σχέση με το επάγγελμα του πατέρα: 6.6 % (138) ήταν διευθυντικά στελέχη, 14.4% (299) δημόσιοι υπάλληλοι, 3.1% (64) καλλιτέχνες, 15.7% (327) μικροεπιχειρηματίες, 0.2 % (5) αγρότες, 7.6% (158) τεχνικοί, 4.9% (103) ανειδίκευτοι εργάτες, 3.6% (74) συνταξιούχοι, 9.5% (198) άνεργοι, 21.1% (44p2) ιδιωτικοί υπάλληλοι και 10.5% (219) επιστημονικό προσωπικό.

Ως προς τον τρόπο και τα έτη σύνδεσης στο διαδίκτυο 1510 συμμετέχοντες, το 74,5% του δείγματος δήλωσαν ότι χρησιμοποιούν κυρίως ταχεία ευρυζωνική σύνδεση για την πρόσβασή τους, ενώ 708, το 34,9% του δείγματος, χρησιμοποιούν το μέσο από δύο έως πέντε χρόνια. Αναλυτικότερα τα ποσοστά ανά κύριο τρόπο και έτη σύνδεσης στον ιστό παρουσιάζονται στον ακόλουθο πίνακα.

Πίνακας 2.1.4. Κύριος τρόπος και έτη σύνδεσης στον ιστό.

Ποιός είναι ο κυριότερος τρόπος που είσαι σε σύνδεση με το διαδίκτυο;		Πόσο καιρό χρησιμοποιείς το διαδίκτυο;						Συνολικά
		Λιγότερο από ένα εξάμηνο	Από ένα εξάμηνο εώς ένα χρόνο	Από ένα εώς δύο χρόνια	Από δύο εώς πέντε χρόνια	Από πέντε εώς δέκα χρόνια	Περισσό- τερο από δέκα χρόνια	
Οικιακή Dial up (Αργή σύνδεση)	N %	13 0,6%	8 0,4%	24 1,2%	15 0,7%	7 0,3%	0 0,0%	67 3,3%
Οικιακή ADSL (ταχεία σύνδεση)	N %	111 5,5%	194 9,6%	389 19,2%	586 28,9%	199 9,8%	31 1,5%	1510 74,5%
Ατομική MDSL (Ταχεία φορητή)	N %	11 0,5%	15 0,7%	20 1,0%	9 0,4%	2 0,1%	2 0,1%	59 2,9%
Net Cafe	N %	37 1,8%	27 1,3%	35 1,7%	51 2,5%	18 0,9%	1 0,0%	169 8,3%
Από σύνδεση τρίτου	N %	43 2,1%	28 1,4%	46 2,3%	39 1,9%	7 0,3%	1 0,0%	164 8,1%
Μέσω κινητού τηλεφώνου	N %	27 1,3%	10 0,5%	6 0,3%	8 0,4%	7 0,3%	0 0,0%	58 2,9%
Συνολικά	N %	242 11,9%	282 13,9%	520 25,7%	708 34,9%	240 11,8%	35 1,7%	2027 100,0%

Σε σχέση με το φύλο και τα έτη χρήσης του ιστού, 390 αγόρια, το 18,9% του δείγματος δήλωσαν ότι χρησιμοποιούν το μέσο από δύο εώς πέντε χρόνια, ενώ 335 κορίτσια, το 16,2% του δείγματος δήλωσαν ότι χρησιμοποιούν το μέσο από δύο εώς

πέντε χρόνια. Αναλυτικότερα τα ποσοστά ανά φύλο και έτη σύνδεσης στον ιστό παρουσιάζονται στον ακόλουθο πίνακα.

Πίνακας 2.1.5. Φύλο και έτη χρήσης του ιστού

Διάρκεια χρήσης διαδικτύου		Φύλο		
		Αγόρι	Κορίτσι	Συνολικά
Λιγότερο από ένα εξάμηνο	N	87	159	246
	%	4,2%	7,7%	11,9%
Από ένα εξάμηνο έως ένα χρόνο	N	126	162	288
	%	6,1%	7,8%	13,9%
Απο ένα έως δύο χρόνια	N	243	285	528
	%	11,8%	13,8%	25,5%
Από δύο έως πέντε χρόνια	N	390	335	725
	%	18,9%	16,2%	35,1%
Από πέντε έως δέκα χρόνια	N	149	95	244
	%	7,2%	4,6%	11,8%
Περισσότερο από δέκα χρόνια	N	30	6	36
	%	1,5%	,3%	1,7%
Συνολικά	N	1025	1042	2067
	%	49,6%	50,4%	100,0%

Ως προς την πρωτεύουσα διαδικτυακή εφαρμογή, τί δηλαδή χρησιμοποιούν περισσότερο στο διαδίκτυο: 265 συμμετέχοντες (12,7% του δείγματος) ανέφεραν τα δωμάτια ηλεκτρονικής συζήτησης (chatrooms), 267 συμμετέχοντες (12,8%) του δείγματος ανέφεραν ως εφαρμογή πρώτης επιλογής, τα μαζικά παιζόμενα διαδικτυακά παιχνίδια ρόλων (MMORPGs), 396 συμμετέχοντες (18,9% του δείγματος) ανέφεραν ως κύρια διαδικτυακή εφαρμογή τα ιστολόγια και τους ιστότοπους κοινωνικής δικτύωσης (Blogs & Social Network), 308 συμμετέχοντες (14,7%) του δείγματος ανέφεραν ως εφαρμογή πρώτης επιλογής, το άμεσο ψηφιακό ταχυδρομείο (instant messengers), 55 συμμετέχοντες (2,6% του δείγματος) ανέφεραν τη χρήση ιστοσελίδων πορνογραφικού υλικού, 346 μαθητές (16,6%) του δείγματος ανέφεραν ως εφαρμογή πρώτης επιλογής, το κατέβασμα οπτικοακουστικού υλικού, 271 συμμετέχοντες (13% του δείγματος) ανέφεραν την αναζήτηση πληροφοριών, 141 συμμετέχοντες (6,7%) του δείγματος ανέφεραν ως εφαρμογή πρώτης επιλογής, κάτι άλλο, μη περιλαμβανόμενο στα παραπάνω, ενώ 41 (το 2% του δείγματος) δεν απάντησαν. Στον πίνακα 2.6.. παρουσιάζεται η κατανομή του δείγματος ως προς το φύλο και την κύρια διαδικτυακή εφαρμογή προτίμησης.

Πίνακας 2.1.6. Φύλο και κύρια διαδικτυακή εφαρμογή

Κύρια διαδικτυακή εφαρμογή		Φύλο		
		Αγόρι	Κορίτσι	Συνολικά
Chatrooms	N	136	129	265
	%	6,6%	6,3%	13,0%
Mmorpgs	N	211	56	267
	%	10,3%	2,7%	13,0%
blogs & social network	N	157	238	395
	%	7,7%	11,6%	19,3%
instant messengers	N	120	187	307
	%	5,9%	9,1%	15,0%
Χρήση ιστοσελίδων πορνογραφικού υλικού	N	51	3	54
	%	2,5%	,1%	2,6%
Κατέβασμα οπτικοακουστικού υλικού	N	163	183	346
	%	8,0%	8,9%	16,9%
Αναζήτηση πληροφοριών	N	114	157	271
	%	5,6%	7,7%	13,2%
Άλλο	N	65	76	141
	%	3,2%	3,7%	6,9%
Συνολικά	N	1017	1029	2046
	%	49,7%	50,3%	100,0%

Τέλος ως προς το αν παίζουν ή όχι μαζικά παιζόμενα διαδικτυακά παιχνίδια ρόλων (MMORPGs) (ακόμα και αν δεν πρόκειται για τη διαδικτυακή εφαρμογή πρώτης προτίμησής τους), 910 μαθητές απάντησαν θετικά, δηλαδή το 44,2% του

δείγματος και 1150 αρνητικά, δηλαδή το 55,8 % του δείγματος. Στον πίνακα 2.6.

παρουσιάζεται η κατανομή του δείγματος ως προς το φύλο και τη συμμετοχή ή όχι σε μαζικά παιζόμενα διαδικτυακά παιχνίδια ρόλων.

Πίνακας 2.1.7. *Φύλο και παιχνίδια*

Παιχνίδια ρόλων		Φύλο		
		Αγόρι	Κορίτσι	Συνολικά
Ναι	N	661	249	910
	%	32,1%	12,1%	44,2%
Όχι	N	366	784	1150
	%	17,8%	38,1%	55,8%
Συνολικά	N	1027	1033	2060
	%	49,9%	50,1%	100,0%

Σημειώνεται ότι υπήρχαν ελλιπή δεδομένα, που κυμαίνονταν από το 0,1% έως και 2,9% του συνόλου των απαντήσεων, ως προς τα περιγραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος (Δημογραφικά δεδομένα, χαρακτηριστικά χρήσης διαδικτύου και προτιμώμενες διαδικτυακές εφαρμογές), πιθανόν λόγω αστάθμητων παραγόντων (π.χ. κούραση του υποκειμένου, ελλιπής συνεργασία λόγω δυσκολίας κατανόησης, ανασφάλεια και καχυποψία σε σχέση με την ταυτοποίηση των συμμετεχόντων κλπ.). Ωστόσο τα ποσοστά των ελλιπόντων απαντήσεων ανυψώνονταν στο 4,2% και 4,5%, στις ερωτήσεις που αφορούσαν την παρουσία κάποιας εξαρτητικής δυσκολίας στον ερωτόμενο και της ποιότητάς της αντίστοιχα. Παράλληλα, η συχνότητα των ελλιπόντων απαντήσεων προσέγγιζε το 14,9% στην ερώτηση της χρονολογικής ηλικίας, πιθανότατα λόγω της θέσης της, στη χωροθετική διαταξη των ερωτημάτων στην πρώτη σελίδα.

2.2. Μέσα Συλλογής Δεδομένων

Στους συμμετέχοντες, αρχικά ζητήθηκε να συμπληρώσουν κάποιες πληροφορίες, που αφορούσαν σε δημογραφικά τους στοιχεία. Αναλυτικότερα, συλλέχθηκαν πληροφορίες σε σχέση με το φύλο, την ηλικία, την τάξη φοίτησης, την εθνική καταγωγή και την κατάσταση διαμονής τους. Ακολούθησαν ερωτήσεις σε σχέση με το οι ίδιοι ή μέλη της οικογένειάς τους είχαν κάποια μορφή εξαρτητικής δυσκολίας.

Στη συνέχεια αναφέρθηκαν στη σχέση τους με το διαδίκτυο. Ειδικότερα οι συμμετέχοντες καλούνταν να προσδιορίσουν τα έτη χρήσης του ιστού, τον τρόπο πρόσβασής τους στο διαδίκτυο, την πρώτη και δεύτερη σε προτεραιότητα διαδικτυακή εφαρμογή προτίμησής τους, τον ημερήσιο χρόνο διάθεσης σε αυτή, τόσο κατά τη διάρκεια της εβδομάδας, όσο και κατά τη διάρκεια του σαββατοκύριακου, καθώς και την πιθανή συμμετοχή τους σε μαζικά παιζόμενα διαδικτυακά παιχνίδια ρόλων. Ειδικότερα, αν οι συμμετέχοντες στην έρευνα ήταν παίκτες παιχνιδιών ρόλων, καλούνταν να προσδιορίσουν το παιχνίδι της επιλογής τους. Επιπρόσθετα οι συμμετέχοντες καλούνταν να απαντήσουν αν έχουν προβεί σε συνάντηση με κάποιον άγνωστο, μετά από προηγούμενη διαδικτυακή επαφή, καθώς και αν έχουν επιχειρήσει να περικόψουν το χρόνο παραμονής τους στον ιστό. Σε περίπτωση που η απάντηση ήταν θετική, ζητούνταν ο αριθμητικός προσδιορισμός των αντίστοιχων εγχειρημάτων και η μέγιστη διάρκεια του πιο πρόσφατου.

Έπειτα αναφέρονταν στις διαπροσωπικές τους σχέσεις, το άτομο που αποτελεί την πιο κοντινή τους σχέση και τον ημερήσιο χρόνο που του αφιερώνουν, κατά τη διάρκεια της εβδομάδας και του σαββατοκύριακου. Συμπληρωματικά κλήθηκαν να απαντήσουν αν διατηρούν συντροφική σχέση. Τέλος, τα υποκείμενα της έρευνας τοποθετούνταν ως προς το αν έχουν υπάρξει δέκτες ή φορείς διαδικτυακής επιθετικότητας, καθώς και να προσδιορίσουν τη διαδικτυακή εφαρμογή στην οποία τους συνέβει αυτό.

Σημειώνεται ότι οι επιμέρους ενότητες, η στόχευση και η δομή των ερωτήσεων οργανώθηκε με υπόδειγμα το ερωτηματολόγιο του Δείκτη Αίτησης Θεραπείας (TDI, Treatment Demand Index), που χρησιμοποιείται πανευρωπαϊκά στην επιδημιολογική και κλινική καταγραφή της ουσιοεξάρτησης (Pompidou Group, 1999).

Η δέσμη ψυχομετρικών εργαλείων συνεχίζονταν με τη χορήγηση τεσσάρων ερωτηματολογίων, που αφορούσαν στην ποιότητα της σχέσης τους με το διαδίκτυο και τα χαρακτηριστικά του διαδικτυακού περιβάλλοντος, μέσα στο οποίο αυτοί κινούνται: 1) Ερωτηματολόγιο της Εξάρτησης από το Διαδίκτυο (IAT, Internet Addiction Test), 2) το Διαγνωστικό Ερωτηματολόγιο της Young (Young, 1998) για την αξιολόγηση της εξάρτησης από το διαδίκτυο (Young, 1998a) 3) Ερωτηματολόγιο Τηλεπαρουσίας (Witmer & Singer, 1998), για την αξιολόγηση του βαθμού εμπλοκής στο διαδικτυακό περιβάλλον και 4) Ερωτηματολόγιο Διαδικτυακής Ροής (Chen, 2006), για την καταγραφή της εμπλοκής στη διαδικτυακή δραστηριότητα.

Ακολουθούν έξι ψυχομετρικά εργαλεία περιγραφής ατομικών χαρακτηριστικών: 1) Η Λίστα Αξιολόγησης Ενενήντα Συμπτωμάτων για την εκτίμηση της ψυχοπαθολογίας (Derogatis, 1977, Ντώνιας, 1991) 2) το Ερωτηματολόγιο Πέντε Παραγόντων για παιδιά (Asendorpf & Van Aken, 1999) για την εκτίμηση χαρακτηριστικών

προσωπικότητας 3) Η Κλίμακα Αξιολόγησης της Αυτοεκτίμησης (Rosenberg, 1979)
4) η Κλίμακα Γενικευμένης Αυτοαποτελεσματικότητας (Glynou, Jerusalem and Schwarzer, 1992). Η μπαταρία ερωτηματολογίων συνεχίζονταν με την τέταρτη έκδοση της Κλίμακας Εκτίμησης Προσαρμοστικότητας και Συνοχής της Οικογένειας (Olson, 2000), για την περιγραφή περιβαλλοντικών, οικογενειακών παραμέτρων. Τέλος ακολουθούσαν δύο μετρήσεις αναπτυξιακών επιτευγμάτων που περιλάμβαναν: τη σχολική επίδοση σε πέντε κύρια μαθήματα, Αρχαία και Νέα Ελληνικά, Μαθηματικά, Φυσική, Χημεία και ένα Κοινωνιομετρικό Ερωτηματολόγιο για την καταγραφή της Δημοτικότητας του συμμετέχοντα στο σχολικό του τμήμα.

2.2.1. Ερωτηματολόγιο Εξάρτησης Από το Διαδίκτυο

Αρχικά η Young δανειζόμενη τα κριτήρια από το DSM-IV για την παθολογική χαρτοπαιξία, δημιούργησε το διαγνωστικό ερωτηματολόγιο (Young Diagnostic Questionnaire, YDQ). Με αφετηρία το πρώτο οδήγηθηκε στη δημιουργία του ερωτηματολογίου για την εξάρτηση από το διαδίκτυο (Internet Addiction Test, IAT). Το εργαλείο αυτό, αποτελούμενο από 20 στοιχεία, αξιολογεί τη σοβαρότητα των αρνητικών συνεπειών που απορρέουν από την υπερβολική χρήση του διαδικτύου. Για κάθε στοιχείο υπάρχει ένα εύρος έξι πιθανών απαντήσεων, που κυμαίνονται μεταξύ 5 βαθμών (1=“ καθόλου” και 5= “πάντα”), καθώς και της επιλογής “0”, η οποία αντιστοιχίζεται με το “Δεν με αφορά”.

Σε συνέπεια με τα ικανοποιητικά ψυχομετρικά χαρακτηριστικά του IAT, έχουν γίνει μελέτες αναφορικά με τη δομή των παραγόντων που το συνθέτουν. Αναφέρονται δύο αγγλόφωνες δημοσιευμένες μελέτες, σε σχέση με τις διαστάσεις του IAT το 2008, που προσεγγίζουν το θέμα με διερευνητική και επιβεβαιωτική ανάλυση παραγόντων αντίστοιχα (Widyanto, Chang & Law, 2008. Chang & Law,

2008) και μία ελληνόφωνη (Σταυρόπουλος, 2009). Τα αποτελέσματα της ελληνικής παραγοντικής ανάλυσης το 2009, ανέδειξαν τέσσερις παράγοντες, ανάλογους με τις αναλύσεις παραγόντων στις ξενόγλωσσες εκδοχές του ψυχομετρικού μέσου:

«Απόσυρση- Κοινωνικές δυσκολίες», «Παρορμητική Διαχείριση Χρόνου», «Οργανιστική – Τελετουργική Χρήση» και «Παραμέληση Πραγματικών Αναγκών».

Στα πλαίσια της παρούσας χορήγησης, ο δείκτης εσωτερικής αξιοπιστίας, για το Γενικό Δείκτη της Εξάρτησης από το Διαδίκτυο ήταν Cronbach $\alpha=0,91$. Στους επιμέρους παράγοντες οι δείκτες εσωτερικής αξιοπιστίας κύμανθηκαν από μέτρια έως ικανοποιητικά. Συγκεκριμένα «Απόσυρση- Κοινωνικές δυσκολίες» Cronbach $\alpha=0,73$, «Παρορμητική Διαχείριση Χρόνου» Cronbach $\alpha=0,61$, «Οργανιστική – Τελετουργική Χρήση» Cronbach $\alpha=0,61$ και «Παραμέληση Πραγματικών Αναγκών» Cronbach $\alpha=0,80$.

2.2.2. Διαγνωστικό ερωτηματολόγιο Young (YDQ)

Όπως προαναφέρθηκε η Young κατασκεύασε το YDQ χρησιμοποιώντας τα κριτήρια του DSM-IV για την παθολογική χαρτοπαιξία (Young, 1998). Ως εκ τούτου το εργαλείο απαρτίζεται από οκτώ προσαρμοσμένες στο IAD ερωτήσεις τύπου «ναι» -«όχι» όπως για παράδειγμα : «αισθάνεστε απορροφημένος από το διαδίκτυο , σκέπτεστε την προηγούμενη διαδικτυακή σας δραστηριότητα ή ανυπομονείτε για την επόμενη». Η θετικές απαντήσεις παίρνουν ένα βαθμό η καθεμία. Εάν ένας συμμετέχοντας συγκεντρώσει 5 ή παραπάνω βαθμούς λαμβάνει τη διάγνωση της διαταραχής (Siomos, 2008; Young, 1998). Εκείνοι οι οποίοι έχουν σκορ 3 η 4 ορίζονται ως χρήστες υψηλού κινδύνου (Frangos, Frangos & Kiohos, 2010).

Η εσωτερική συνέπεια του YDQ ήταν επαρκής Cronbach $\alpha= 0,68$ και κυμαινόμενη σε παρόμοια επίπεδα με άλλες έρευνες Cronbach $\alpha= 0.72$ (Siomos et al,

2008), Cronbach $\alpha = 0.71$ (Frangos, Frangos & Kiohos, 2010). Επιπρόσθετα, πραγματοποιήθηκε ανάλυση PCA. Ο δείκτης Kaiser-Meyer-Olkin ήταν 0,79 και το Bartlett's Test of Sphericity 1382,48, $p < 0.001$. Βρέθηκαν δύο παράγοντες με ιδιοτιμές μεγαλύτερες του 1 εξηγώντας το 29,02% και 12,92% της διακύμανσης αντίστοιχα. Η λύση εξηγούσε συνολικά το 41,94% , παρόμοια με προηγούμενες έρευνες στις οποίες είτε μια ανάλυση δύο παραγόντων ερμήνευε ένα συνολικό 48,2% της διακύμανσης όπου ο παράγοντας 1 συνέβαλε κατά 34,3% και ο παράγοντας 2 κατά 13,9% (Frangos, Frangos & Kiohos, 2010) ή μια ανάλυση ενός παράγοντα που εξηγούσε το 34,63% της διακύμανσης (Siomos et al, 2008).

2.2.3. Ερωτηματολόγιο Τηλεπαρουσίας

Το 1992 οι Witmer και Singer σχεδίασαν το πρώτο ερωτηματολόγιο διαδικτυακής εμπειρίας το οποίο προοριζόταν να μετρήσει το βαθμό στον οποίο ένα άτομο αισθάνεται παρόν σε ένα εικονικό περιβάλλον καθώς και τη συμβολή παραγόντων που ενδέχεται να επηρεάζουν την ένταση της εμπειρίας αυτής. Οι παράγοντες αυτοί σύμφωνα με τους Witmer και Singer (1998) διακρίνονται σε: 1) παράγοντες ελέγχου (βαθμός στον οποίο το άτομο ελέγχει τα γεγονότα, αμεσότητα του ελέγχου που σχετίζεται με την ανταπόκριση του περιβάλλοντος, προβλεπτικότητα του χρήστη ως προς τα γεγονότα που έπονται, είδος του ελέγχου που ασκεί ο χρήστης στο εικονικό περιβάλλον, δυνατότητα τροποποίησης του πραγματικού περιβάλλοντος του χρήστη) 2) παράγοντες αισθητηριακούς (συμμετοχή πολλών αισθήσεων στην βίωση της εμπειρίας, ποικιλία προσφερόμενων από το περιβάλλον ερεθισμάτων, αρτιότητα και συνοχή στην παρουσίαση των εισερχόμενων πληροφοριών, συνοχή των ίδιων των πληροφοριών, επίπεδο της αντίληψης της κίνησης, ενεργητική

αναζήτηση από την πλευρά του χρήστη) 3) παράγοντες διάσπασης της προσοχής (αποξένωση του χρήστη από τον πραγματικό κόσμο, επιλεκτική προσοχή –ο όρος ‘προσοχή’ στο παρόν κείμενο αναφέρεται στο συντονισμό των αισθήσεων προς τις πηγές των εισερχόμενων πληροφοριών και την επιλεκτική επεξεργασία τους (Witmer&Singer 1998) επίγνωση των διασυνδεδετικών διατάξεων του H/Y 4) παράγοντες που αφορούν το ρεαλισμό (ρεαλιστικά γραφικά, συνέπεια μεταξύ εικονικών και πραγματικών ερεθισμάτων, σημασία της δραστηριότητας για το χρήστη και άγχος αποχωρισμού).

Το ερωτηματολόγιο αυτοαναφοράς διαδικτυακής εμπειρίας των Witmer και Singer, έχει τη μορφή διαβαθμιστικής κλίμακας (εφτά διαβαθμίσεων), που βασίζεται στην αρχή της σημασιολογικής διαφοροποίησης (Dyer, Matthews, Stulac, Wright, Yudowitch, 1976). Βάση αυτής, σε κάθε μία από τις τριάντα δύο ερωτήσεις που περιλαμβάνονται, αντιστοιχούν δύο ακραίες τιμές οι οποίες περιγράφουν σημασιολογικά αντίθετες έννοιες. Ανάμεσα στις δύο τιμές αυτές κυμαίνονται οι υπόλοιπες πέντε.

Στα πλαίσια της παρούσας χορήγησης, ο δείκτης εσωτερικής αξιοπιστίας, για το Γενικό Δείκτη της Τηλεπαρουσίας στο Διαδίκτυο ήταν Cronbach $\alpha=0,89$. Στους επιμέρους παράγοντες οι δείκτες εσωτερικής αξιοπιστίας κύμανθηκαν από μέτρια έως ικανοποιητικά. Συγκεκριμένα «Εμπλοκή & Έλεγχος» Cronbach $\alpha=0,733$, «Πανοραμική Παρουσία» Cronbach $\alpha=0,740$, «Διαπροσωπική Παρουσία» Cronbach $\alpha=0,633$, «Παρουσία Αφής» Cronbach $\alpha=0,53$, «Ακουστική Παρουσία» Cronbach $\alpha=0,57$ και «Φυσική Παρουσία» Cronbach $\alpha=0,52$.

2.2.4. Ερωτηματολόγιο Ροής

Για την προσαρμογή του ερωτηματολογίου των Chen, Wigand και Nilan το 1999 ακολουθήθηκε η τακτική της ευθείας και αντίστροφης μετάφρασης από δίγλωσσους μεταφραστές. Αναλυτικότερα, το ερωτηματολόγιο αποτελείται από πέντε δυάδες ερωτήσεων αυτοαναφοράς, γύρω από την πιθανή βίωση εμπειρίας ή εμπειριών διαστάσεων «ροής» στο διαδίκτυο.

Ειδικότερα όσον αφορά στις διαστάσεις της ροής, τα ερωτήματα αγγίζουν ζητήματα της απόλαυσης που απορρέει από διαδικτυακές εφαρμογές, την παραμόρφωση της υποκειμενικής αίσθησης του χρόνου, το συναίσθημα βίωσης μίας θετικής πρόκλησης κατά την περιήγησή στον ιστό και της αίσθησης ετεροκυριαρχίας όσο κάποιος είναι «online» (Chen et al., 1999). Ειδικότερα, η πρώτη σε σειρά ερώτηση που αφορούσε τη βίωση ή όχι εμπειρίας ροής στο διαδίκτυο, υιοθετούσε μία περιφραστική περιγραφή του ερωτηματολογίου του Chen, όπως αυτή είχε διαμορφωθεί για το διαδίκτυο στη βάση παλαιότερης εισήγησης του Csikszentmihalyi το 1975. Η ερώτηση αυτή επιχειρήθηκε να είναι μία γενική περιγραφή του φαινομένου, διατυπωμένη σε μη τεχνική γλώσσα.

Σημειώνεται, ότι ο ίδιος ο αρχικός εισηγητής πρότεινε τη νοηματική αυτή απόδοση, μετά από σύνθεση απαντήσεων- περιγραφών υποκειμένων παλαιότερων ερευνών (Csikszentmihalyi, 1982; Han, 1988; McQuillan & Conde, 1996), τα οποία φερόταν να έχουν βιώσει ροή, σε άλλες εκτός διαδικτύου δραστηριότητες. Εάν οι συμμετέχοντες απαντούσαν θετικά στην πρώτη ερώτηση, καλούνταν να αναφέρουν τη διαδικτυακή εφαρμογή που τους συνέβει για τελευταία φορά.

Ο δείκτης Cronbach α του ερωτηματολογίου κυμάνθηκε μέτριος στο 0,68. Ενδεικτικά αναφέρεται ότι το 25,9% των έγκυρων απαντήσεων ήταν θετικές στη βίωση εμπειρίας ή εμπειριών ροής, ενώ ως εφαρμογή υψηλότερης συχνότητας βίωσης ροής αναφέρονται τα MMORPGs με ποσοστό 25, 6% και διαφορά 8,4 % μονάδων από την αμέσως επόμενη που φαίνεται να είναι οι υπηρεσίες άμεσου ταχυδρομείου (Instant Messengers).

2.2.5. Λίστα Αξιολόγησης Ενενήντα Συμπτωμάτων-Αναθεωρημένη Έκδοση

Η κλίμακα ψυχοπαθολογίας SCL-90-R (Derogatis, 1977) κατασκευάστηκε προκειμένου να περιγράψει την παρουσιαζόμενη ψυχοπαθολογία, καταγράφοντας την ένταση των ψυχολογικών συμπτωμάτων σε μια σειρά από κλινικές περιοχές. Η συγκεκριμένη κλίμακα είναι αυτοσυμπληρώμενη, αποτελείται από ενενήντα ερωτήσεις που αφορούν σε διάφορες εκφάνσεις της ζωής και περιγράφουν ψυχολογικές, συμπεριφορικές και σωματικές δυσκολίες. Οι δυνατές απαντήσεις περιλαμβάνονται σε μία πενταβάθμια κλίμακα τύπου likert (0= καθόλου, 1= λίγο, 2= μέτρια, 3= πολύ, 4= πάρα πολύ).

Συγκεκριμένα, το ερωτηματολόγιο εξάγει τρεις γενικούς δείκτες ψυχοπαθολογίας και εννέα επιμέρους δείκτες κλινικών συμπτωμάτων. Οι γενικοί δείκτες ψυχοπαθολογίας είναι: Ένας γενικός δείκτης (ΓΔΣ), ο οποίος αντανακλά τον αριθμό των συμπτωμάτων και την ένταση της ενόχλησης από αυτά, ένας δείκτης που αφορά στο σύνολο των θετικών συμπτωμάτων (ΔΘΣ), που ενημερώνει για τον αριθμό και την ποιότητα αποκλειστικά ψυχωσικών συμπτωμάτων και ένας δείκτης ενόχλησης θετικών συμπτωμάτων (ΔΕΘΣ), που χρησιμεύει ως μέτρο της έντασης της ενόχλησης από αυτά.

Αναφορικά με τους επιμέρους δείκτες κλινικών διαστάσεων, είναι εννέα. Ο πρώτος αναφέρεται στη *σωματοποίηση*, συγκροτείται από δώδεκα ερωτήσεις και περιλαμβάνει διαπιστώσεις σχετικές με τη σωματική δυσλειτουργία. Ο δεύτερος δείκτης αφορά στην *ψυχαναγκαστικότητα-καταναγκαστικότητα* και αποτελείται από δέκα ερωτήσεις, ο επόμενος εξετάζει τη *διαπροσωπική ευαισθησία* με εννέα διαπιστώσεις. Ο συγκεκριμένος δείκτης σχετίζεται με αιτιάσεις προσωπικής ανεπάρκειας, κατωτερότητας και αυτοϋποτίμησης, στη σύγκριση του ατόμου με τους άλλους και τις σχέσεις του μαζί τους. Ο τέταρτος κλινικός δείκτης συμπτωματολογίας αφορά στην *κατάθλιψη* και συγκροτείται από δεκατρείς διαπιστώσεις. Ακολουθεί ο κλινικός δείκτης *θυμού-επιθετικότητας* με έξι στοιχεία. Η έκτη διάσταση εξετάζει το *φοβικό άγχος*, συμπεριλαμβάνοντας επτά διαπιστώσεις και εστιάζοντας κυρίως στο αγοραφοβικό άγχος. Η έβδομη διάσταση εξετάζει τον *παρανοϊδή ιδεασμό*, που δυνητικά χαρακτηρίζει τον τρόπο σκέψης, αποτελούμενη από έξι ερωτήσεις. Η όγδοη διάσταση, με δέκα ερωτήσεις, αφορά στον *ψυχωτισμό* και αντιπροσωπεύει ένα συνδυασμό των συμπτωμάτων «Α' τάξης» της σχιζοφρένειας, μαζί με χαρακτηριστικά στοιχεία αλλοτρίωσης στις διαπροσωπικές σχέσεις. Τελευταίος είναι ο δείκτης που αφορά σε *διαταραχές πρόσληψης τροφής και ύπνου* και έχει εννέα διαπιστώσεις. Τονίζεται ότι οι συγκεκριμένες διαταραχές δεν περιλαμβάνονται σε ανεξάρτητη υποκλίμακα, αλλά συνυπολογίζονται κατά την εξαγωγή των τριών γενικών δεικτών ψυχοπαθολογίας.

Η κλίμακα SCL-90-R έχει μία πολύ σημαντική χρήση, να εντοπίζει διαταραχές ψυχικής υγείας σε μη κλινικούς πληθυσμούς (Dohrenwend et al. 1990. Derogatis, 1977. Derogatis, 1994. Derogatis & Lazarus, 1994). Η μετάφραση και η προσαρμογή της κλίμακας στα ελληνικά έγινε από τους Ντώνια, Καραστεργίου και Μάνο (1991).

Στα πλαίσια της παρούσας χορήγησης, ο δείκτης εσωτερικής αξιοπιστίας, για το Γενικό Δείκτη Συμπτωμάτων ήταν Cronbach $\alpha=0,97$. Στους επιμέρους παράγοντες οι δείκτες εσωτερικής αξιοπιστίας κύμανθηκαν επίσης ικανοποιητικά. Συγκεκριμένα «Σωματοποίηση» Cronbach $\alpha=0,86$, «Ψυχαναγκαστικότητα- Καταναγκαστικότητα» Cronbach $\alpha=0,79$, «Διαπροσωπική Ευαισθησία» Cronbach $\alpha=0,81$, «Κατάθλιψη» Cronbach $\alpha=0,80$, «Άγχος» Cronbach $\alpha=0,83$, «Θυμός- Επιθετικότητα» Cronbach $\alpha=0,84$, «Παράνοια» Cronbach $\alpha=0,74$, «Ψυχωτισμός» Cronbach $\alpha=0,78$.

2.2.6. Ερωτηματολόγιο Πέντε Παραγόντων για παιδιά

Το ερωτηματολόγιο Πέντε Παραγόντων για παιδιά (FFFK, Funf Factoren Fragenboden für Kindern, Asendorpf & van Aken, 1999) κατασκευάστηκε προκειμένου να περιγράψει τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των παιδιών και των νέων.

Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 40 ζευγάρια αντίθετων επιθέτων ή φράσεων (π.χ. είμαι εσωστρεφής- είμαι εξωστρεφής), τα οποία περιγράφουν το χαρακτήρα και τη συμπεριφορά των ανθρώπων, ως προς πέντε κύρια χαρακτηριστικά προσωπικότητας: Εξωστρέφεια, Συναισθηματική Σταθερότητα, Ευσυνειδησία, Προσήνεια και Πνευματική Καλλιέργεια. Οι ερωτώμενοι καλούνται να αξιολογήσουν το βαθμό στον οποίο τα επίθετα ή οι αντιθετικές φράσεις περιγράφουν καλύτερα τον εαυτό τους βάσει μίας πεντάβαθμης κλίμακας Likert (Από το 1= πάντα έως το 5= καθόλου). Για την προσαρμογή του ερωτηματολογίου και τη διασφάλιση της ακριβούς μεταφραστικής απόδοσης, τόσο σε ποιότητα νοήματος, όσο και συναισθηματική φόρτισης ακολουθήθηκε η τακτική της ευθείας και αντίστροφης μετάφρασης από δίγλωσσους μεταφραστές (Μόττη κ.α. 2004).

Στα πλαίσια της παρούσας χορήγησης, ο δείκτης εσωτερικής αξιοπιστίας, για το ερωτηματολόγιο συνολικά ήταν Cronbach $\alpha=0,777$. Στους επιμέρους παράγοντες οι δείκτες εσωτερικής αξιοπιστίας κύμανθηκαν επίσης ικανοποιητικά. Συγκεκριμένα «Εσωστρέφεια- Εξωστρέφεια» Cronbach $\alpha=0,699$, «Συναισθηματική Σταθερότητα» Cronbach $\alpha=0,647$, «Προσήνεια» Cronbach $\alpha=0,614$, «Ευσυνειδησία» Cronbach $\alpha=0,720$, «Πνευματική Καλλιέργεια» Cronbach $\alpha=0,446$.

2.2.7. Κλίμακα Αξιολόγησης της Αυτοπεποίθησης του Rosenberg

Η συγκεκριμένη κλίμακα αξιολόγησης αυτοπεποίθησης του ατόμου, αποτελεί μία κλίμακα που εξετάζει τη γενική αίσθηση αξίας κάποιου υποκειμένου ως πρόσωπο (Baumeister, 1993, Branden, 1994, Rosenberg, 1979). Διαμορφώθηκε από τον Rosenberg το 1965 και μεταφράστηκε στην ελληνική γλώσσα και χρησιμοποιείται ευρέως από τους επαγγελματίες ψυχική υγείας (Γιαννουλέας, 2003). Επιπλέον, το RSES επιδεικνύει μια διαφανή μονοδιάστατη δομή παράγοντα (Corwyn, 2000, Fleming & Courtney, 1984, O'Brien, 1985, Whiteside-Mansell & Corwyn, 2003).

Η κλίμακα αυτή αποτελείται από δέκα ερωτήσεις-δηλώσεις, οι πέντε από τις οποίες εκφράζουν θετικό περιεχόμενο (π.χ. Σε γενικές γραμμές είμαι ικανοποιημένος/η με τον εαυτό μου) και οι υπόλοιπες πέντε εκφράζουν αρνητικό περιεχόμενο (π.χ. Μερικές φορές νομίζω ότι δεν είμαι καλός). Οι ερωτώμενοι καλούνται να υποδείξουν το βαθμό συμφωνίας τους ή διφωνίας με καθεμία από τις δέκα δηλώσεις σε μία κλίμακα έξι σημείων: 1 Διαφωνώ απόλυτα, 2 Διαφωνώ, 3 Διαφωνώ μέτρια, 4 Συμφωνώ μέτρια, 5 Συμφωνώ, 6 Συμφωνώ απόλυτα. Μελέτες στην Ελλάδα και σε άλλες χώρες που έχουν χρησιμοποιήσει την κλίμακα *self-esteem*, αναφέρουν ένα συντελεστή αξιοπιστίας που αγγίζει και σε πολλές περιπτώσεις υπερβαίνει το 0,70 (Κουμή, 1994, Κουμή & Τσιάντης, 2001). Ειδικότερα στην

παρούσα χορήγηση, ο δείκτης εσωτερικής αξιοπιστίας της κλίμακας Cronbach α κυμαίνεται σε 0,83.

2.2.8. Κλίμακα Γενικευμένης Αυτοαποτελεσματικότητας

Η Κλίμακα Γενικευμένης Αυτο-Αποτελεσματικότητας, General Self – Efficacy Scale, αποτελεί ψυχομετρικό εργαλείο μέτρησης της προσωπικής και υποκειμενικής προσδοκίας του ατόμου να εκτελεί επιτυχώς διάφορες εργασίες και να αντεπεξέρχεται επάξια σε δύσκολες και απροσδόκητες καταστάσεις. Η προσαρμογή στα ελληνικά έγινε στα πλαίσια έρευνας των Ekaterini Glynou, Ralf Schwarzer & Matthias Jerusalem, 1994. Η μετάφραση του ψυχομετρικού μέσου στα ελληνικά πραγματοποιήθηκε από μεταφραστές που είχαν διπλή μητρική γλώσσα, την ελληνική και τη γερμανική ή την αγγλική, καθώς είχε προηγηθεί η μετάφραση της κλίμακας στα αγγλικά.

Σύμφωνα με τα 10 ερωτήματα της Κλίμακας Γενικής Αυτο-αποτελεσματικότητας το άτομο καλείται να απαντήσει κατά πόσο μπορεί να ελέγξει και να διαχειριστεί αποτελεσματικά απαιτητικές και δυσάρεστες καταστάσεις, βασισμένο αποκλειστικά στην προσπάθεια και τις δυνάμεις του. Ενδεικτικά παραθέτουμε τις εξής ερωτήσεις: «Πάντα καταφέρνω να λύνω δύσκολα προβλήματα, εάν βέβαια προσπαθήσω αρκετά», «Μου είναι εύκολο να παραμείνω σταθερός στους στόχους μου και να πραγματοποιήσω τα σχέδιά μου», «Εάν είμαι αναγκασμένος να αντιμετωπίσω μία κατάσταση, συνήθως μπορώ να σκεφτώ τρόπους να το κάνω». Οι ερωτήσεις είναι κλειστού τύπου και οι εναλλακτικές απαντήσεις είναι: 1 ~ «Καθόλου

Αλήθεια», 2 ~ «Ελάχιστα Αλήθεια», 3 ~ «Αρκετά Αλήθεια», 4 ~ «Απολύτως Αλήθεια». Στην παρούσα έρευνα, ο δείκτης εσωτερικής αξιοπιστίας Cronbach α κυμάνθηκε στο επίπεδο του 0,814.

2.2.9. Κλίμακα Εκτίμησης Προσαρμοστικότητας και Συνοχής της Οικογένειας

Η συγκεκριμένη κλίμακα εκτίμησης προσαρμοστικότητας και συνοχής της οικογένειας δημιουργήθηκε από τον Olson (2000). Η κλίμακα FACES IV (Family Adherence and Cohesion Evaluation Scale) είναι η πιο πρόσφατη έκδοση, αξιολόγησης οικογενειακής αυτο-αναφοράς και προσαρμόστηκε με την τεχνική της ευθείας και αντίστροφης μετάφρασης από δίγλωσσους μεταφραστές για τις ανάγκες της παρούσας έρευνας.

Ο σχεδιασμός της συγκεκριμένης κλίμακας στοχεύει στην αξιολόγηση της συνοχής και της ευελιξία της οικογένειας. Το ερωτηματολόγιο FACES IV βασίζεται σε μελέτες από τους Dean Gorall και Judy Tiesel (2002). Τα θέματα επιλέχθηκαν, ώστε να είναι κατανοητά και από παιδιά δώδεκα ετών (Σταλίκας, 2002). Το «FACES IV» αποτελείται από μία κύρια κλίμακα, που περιλαμβάνει πενήντα δύο ερωτήσεις τύπου Likert πέντε διαβαθμίσεων από 1= διαφωνώ πολύ έως 5= συμφωνώ πολύ, σχετικές με την οικογένεια των ερωτηθέντων, διακρινόμενη ταυτόχρονα σε έξι επιμέρους διαστάσεις και δύο συνοδευτικές κλίμακες. Οι τέσσερις επιμέρους υποκλίμακες της κύριας κλίμακας είναι η «ακαμψία», το «χάος στην οικογένεια», η «συγχώνευση», η «συναισθηματική αποκοπή», η «ισορροπημένη ευελιξία» και η «ισορροπημένη συνοχή». Η πρώτη συνοδευτική κλίμακα αφορά στην ικανοποίηση

που λαμβάνει το άτομο από την οικογένειά του και η δεύτερη στην ποιότητα της επικοινωνίας μέσα σε αυτή. Οι δύο αυτές υποκλίμακες αποτελούνται από δέκα ερωτήσεις η καθεμία. Η υποκλίμακα, που διερευνά το βαθμό ικανοποίησης μέσα στην οικογένειά, κατασκευάστηκε στις αρχές της δεκαετίας του ογδόντα από τους David Olson και Mark Wilson (1982; 1989). Αντίστοιχα, η κλίμακα που εξετάζει την επικοινωνία μέσα στην οικογένεια, κατασκευάστηκε στα μέσα της δεκαετίας του ογδόντα από τους Howard Barnes και David Olson (1985), ως εξέλιξη της κλίμακας επικοινωνίας γονέα-εφήβου.

Στην παρούσα χορήγηση, οι δείκτες εσωτερικής αξιοπιστίας των επιμέρους διαστάσεων της κύριας κλίμακας τοποθετούνται ως ακολούθως: Ισορροπημένη Συνοχή Cronbach $\alpha=0,710$, Ισορροπημένη Ευελιξία Cronbach $\alpha=0,661$, Συναισθηματική Αποκοπή Cronbach $\alpha=0,637$, Συγχώνευση Cronbach $\alpha=0,249$, Ακαμψία Cronbach $\alpha=0,434$, Χάος Cronbach $\alpha=0,606$. Συνολικά για το ερωτηματολόγιο Cronbach $\alpha=0,799$. Οι δείκτες εσωτερικής αξιοπιστίας των συνοδευτικών κλιμάκων «Επικοινωνία στην Οικογένεια» και «Ικανοποίηση στην Οικογένεια» κρίνονται ικανοποιητικοί, κυμαινόμενοι στο επίπεδο του Cronbach $\alpha=0,91$ και οι δύο.

2.2.10. Σχολική επίδοση σε πέντε κύρια μαθήματα, Αρχαία και Νέα Ελληνικά, Μαθηματικά, Φυσική, Χημεία

Στα πλαίσια της έρευνάς μας χρειάστηκε να καταγράψουμε τη βαθμολογία των συμμετεχόντων στα εξής κύρια μαθήματα της α' και β' τάξης, του δεύτερου κύκλου της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης: Αρχαία Ελληνικά (αφορά μόνο σε μαθητές ενιαίων λυκείων), Νέα Ελληνικά, Μαθηματικά, φυσική, Χημεία. Τηρώντας τον κώδικα δεοντολογίας και διασφαλίζοντας το απόρρητο των προσωπικών δεδομένων,

με βάση τους σχολικούς βαθμούς των μαθητών, όπως αυτοί μας δόθηκαν μετά από συναίνεση του συλλάγου διδασκόντων.

2.2.11. Κοινωνιομετρικό Ερωτηματολόγιο Δημοτικότητας

Η αποτίμηση της δημοτικότητας του κάθε συμμετέχοντα και της αντίστοιχης ικανότητάς του να αναπτύσσει φιλίες και να διατηρεί υγιείς διαπροσωπικές σχέσεις μέσα στην μικρή «κοινωνία» της σχολικής τάξης, έγινε με κοινωνιομετρικό ερωτηματολόγιο δύο ερωτήσεων (Coie, Dodge and Coppotelli, 1982): Α. Ποιους συμμαθητές ή συμμαθήτριές σου συμπαθείς περισσότερο; και Β. Ποιους συμμαθητές ή συμμαθήτριές σου συμπαθείς λιγότερο; Καθώς το ερωτηματολόγιο είναι ανώνυμο, για να γίνει αντιστοίχιση των επιλεγμένων μαθητών (περισσότερο ή λιγότερο συμπαθητικών) και του ερωτηματολογίου τους ακολουθήθηκε η παρακάτω διαδικασία. Πριν την έναρξη της διαδικασίας χορήγησης γράφονταν στον πίνακα τα ονόματα των μαθητών που συμμετείχαν στην έρευνα και δίπλα ένας κωδικός αριθμός. Κάθε άτομο – κωδικός έπαιρνε έναν πόντο κάθε φορά που είχε επιλεχθεί το όνομά του από έναν άλλο συμμετέχοντα της τάξης του και έτσι συγκέντρωνε τις μονάδες θετικής δημοτικότητας. Με τον ίδιο τρόπο υπολογίστηκε και η αρνητική δημοτικότητα.

Επίσης, τέθηκε ένα επιπλέον ερώτημα το οποίο αφορούσε στο βαθμό της δημοτικότητας του ατόμου, όπως το ίδιο την αντιλαμβανόταν. Η ερώτηση που καλέστηκαν να απαντήσουν οι συμμετέχοντες ήταν: «Πόσο αγαπητός νομίζεις ότι είσαι στους συμμαθητές του τμήματος σου; Διάλεξε ένα βαθμό που να το περιγράφει από το 0=καθόλου ως το 10= Απόλυτα Αγαπητός και σημείωσε τον». Με τον τρόπο αυτό επιχειρήθηκε να εκτιμηθεί η ποιότητα της επαφής των παιδιών με την κοινωνική πραγματικότητα που τα περιβάλλει.

2.3. Διαδικασία Συλλογής Δεδομένων

Η διαδικασία συλλογής των δεδομένων πραγματοποιήθηκε από ερευνητική ομάδα προπτυχιακών και μεταπτυχιακών φοιτητών, στο πλαίσιο της ευρύτερης αυτής έρευνας του Τομέα Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών, με θέμα την προσέγγιση της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας στη χρήση και κατάχρηση του διαδικτύου από εφήβους. Πριν την εκπόνηση της κύριας έρευνας προηγήθηκε πιλοτική μελέτη σε μικρό αριθμό εφήβων ώστε να εξεταστεί ο τρόπος λειτουργίας και ο χειρισμός των εργαλείων της έρευνας, να εκτιμηθεί ο χρόνος συμπλήρωσης των ερωτηματολογίων και να προληφθούν τυχόν δυσκολίες στον τελικό σχεδιασμό και την οργάνωση του τρόπου συλλογής των δεδομένων.

Πριν την έναρξη της έρευνας, εξασφαλίστηκε η άδεια διεξαγωγής της από το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο του Υ.Π.Ε.Π.Θ. Ακολούθησε γραπτή ενημέρωση των Διευθυντών των σχολείων και του Συλλόγου Διδασκόντων των Σχολικών Μονάδων Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης που επιλέχθηκαν να συμμετάσχουν στην έρευνα, ώστε να εξασφαλιστεί και η δική τους άδεια και συγκατάθεση για τη διεξαγωγή της. Ακόμη, δόθηκε η ευκαιρία στους Διευθυντές και τους εκπροσώπους του ΣΔ του κάθε σχολείου να παρακολουθήσουν, προαιρετικά, δίωρο εκπαιδευτικό σεμινάριο για την εξάρτηση από το διαδίκτυο, όπου περιγράφηκε ο στόχος, το περιεχόμενο και η διαδικασία της έρευνας. Κατόπιν τηλεφωνικής συνεννόησης, ορίστηκαν οι συναντήσεις για τη διεξαγωγή της έρευνας πεδίου.

Η συμμετοχή των υποκειμένων στην έρευνα (εφόσον πρόκειται για μαθητές κάτω από 18 ετών) προαπαιτούσε την έγγραφη ενημέρωση και συναίνεση των

κηδεμόνων τους. Γι αυτό το λόγο απεστάλη στους κηδεμόνες των μαθητών επιστολή συναίνεσης γονέων και κηδεμόνων με ενημερωτικά στοιχεία για το περιεχόμενο και τη διαδικασία της έρευνας (βλ. δείγμα).

Η συλλογή του ερευνητικού υλικού έγινε κατά τη διάρκεια δύο διδακτικών ωρών, ώστε να αποφευχθεί η νόθευση της αξιοπιστίας των ευρημάτων από δυνητική κόπωση των συμμετεχόντων. Η μπαταρία, που χορηγήθηκε ατομικά στους συμμετέχοντες, αποτελείτο από 10 ερωτηματολόγια. Χρειάζεται να σημειωθεί ότι για να αποφευχθούν τυχόν επιδράσεις από την σειρά των ερωτηματολογίων στην αξιοπιστία των δεδομένων, δημιουργήθηκαν 2 μπαταρίες όπου τα ερωτηματολόγια παρουσιάζονταν με διαφορετική σειρά και σε κάθε σχολείο δόθηκε διαφορετική μπαταρία. Η συμμετοχή των μαθητών στη μελέτη, ήταν οικειοθελής, εθελοντική και ανώνυμη. Κατά την διάρκεια της χορήγησης, ήταν σταθερά παρόντα μέλη της ερευνητικής ομάδας, για διευκρινίσεις σε πιθανές ερωτήσεις.

Προκειμένου να διασφαλιστεί η ανωνυμία των υποκειμένων, αυτά καταγράφηκαν με ένα κωδικό αριθμό, που συγκροτείται από τον κωδικό αριθμό του σχολείου τους όπως προκύπτει από την κατάσταση του ΥΠΕΠΘ, την τάξη φοίτησής τους, τον αύξοντα αριθμό του τμήματος τους και τον αύξοντα αριθμό του παιδιού στον σχολικό κατάλογο. Με τον τρόπο αυτό αφενός διασφαλίστηκε η ανωνυμία, αφετέρου η δυνατότητα ανάκτησης επαφής με το παιδί, αν και εφόσον αυτό κρίνόταν απαραίτητο. Σε όλες τις φάσεις της μελέτης, τηρήθηκε η αρχή της προστασίας των προσωπικών δεδομένων των υποκειμένων.

Στο τέλος της διαδικασίας οι ερευνητές ευχαριστούσαν θερμά τους συμμετέχοντες για τη συνεργασία τους.

Ευρήματα

3.1. Να εντοπιστούν ομάδες εφήβων που κάνουν χρήση, χρήση υψηλού κινδύνου και κατάχρηση του ιστού. Ειδικότερα:

3.1.1. Να προσδιοριστούν τα ποσοστά της ομάδας των εξαρτημένων χρηστών, της ομάδας υψηλού κινδύνου για την εκδήλωση εξάρτησης και της ομάδας των υγιών χρηστών.

Για την απάντηση στο συγκεκριμένο ερώτημα εφαρμόστηκαν μέθοδοι περιγραφικής στατιστικής και ειδικότερα προσδιορίστηκαν οι απόλυτες, σχετικές και αρθροιστικές συχνότητες για τις τρεις ομάδες. Οι ανήκοντες στην κάθε ομάδα επιμερίστηκαν με βάση τα εκπληρούμενα κατά περίπτωση κριτήρια του Διαγνωστικού Ερωτηματολογίου της Young (Young, 1998) και με βάση τα προτεινόμενα κατώφλια του Ερωτηματολογίου για την Εξάρτηση από το Διαδίκτυο σε πληθυσμό των Ηνωμένων Πολιτειών (Young, 1996b, 1998). Αναλυτικότερα με βάση το Διαγνωστικό Ερωτηματολόγιο της Young ως εξαρτημένος ή προβληματικός χρήστης του διαδικτύου ορίζεται εκείνος που απαντά θετικά σε 5 από τα 8 ερωτήματα του εν λόγω ερωτηματολογίου, ως χρήστης της ομάδας υψηλού κινδύνου κάποιος που ικανοποιεί τρία ή τέσσερα κριτήρια, ενώ ως υγιής προτείνεται εκείνος που πληρεί δύο ή και λιγότερα (Young, 1998).

Με βάση τον αριθμό των εκπληρούμενων κριτηρίων του Διαγνωστικού Ερωτηματολογίου της Young (Young, 1998) τα ποσοστά διαμορφώθηκαν ακόλουθα: στο 3,1 % κυμάνθηκε το ποσοστό για τους εξαρτημένους χρήστες, τρία και τέσσερα από τα οκτώ κριτήρια πληρεί το 10,6% των εφήβων της έρευνας, ενώ λιγότερα ή ίσα με δύο πληρεί το 85, 6% των συμμετεχόντων. Στον ακόλουθο πίνακα παρουσιάζεται

αναλυτικότερα η κατανομή σε απόλυτες, σχετικές και αρθροιστικές συχνότητες με βάση το Διαγνωστικό Ερωτηματολόγιο της Young (Young, 1998).

Πίνακας 3.1.1.1. *Εξαρτημένοι, Υψηλού Κινδύνου, Υγιείς- Σπάνιοι ή Ψηφιακά Αναλφάβητοι χρήστες σύμφωνα με το Διαγνωστικό Ερωτηματολόγιο της Young*

	Απόλυτη Συχνότητα	Εκατοστιαία Συχνότητα	Εκατοστιαία Συχνότητα Επι Τών Εγκυρών	Αρθροιστική Εκατοστιαία Συχνότητα
Ψηφιακά Αναλφάβητοι & Υγιείς Χρήστες	1788	85,61	86,21	86,21
Χρήστες Διαδικτύου Της Ομάδας Υψηλού Κινδύνου	222	10,62	10,72	96,92
Εξαρτημένοι Χρήστες	64	3,12	3,12	100,02
Συνολο Εγκυρών Συμμετεχόντων	2074	99,23	100,00	
Ελλιποντες Συμμετεχοντες	16	0,81		
Συνολο Συμμετεχοντων	2090	100,00		

Προκειμένου να επιβεβαιωθεί η διαγνωστική ικανότητα του εν λόγω ερωτηματολογίου στο δείγμα της έρευνας, έγιναν επιπλέον συγκρίσεις ποσοστών χ^2 μεταξύ των τριών ομάδων, όσον αφορά συμπεριφορές υψηλού κινδύνου για κατάχρηση του ιστού.

Οι τρεις ομάδες, όπως διαχωρίστηκαν με βάση το διαγνωστικό ερωτηματολόγιο της Young, διέφεραν σημαντικά όσον αφορά την κατανάλωση περισσότερο από δύο ώρες ημερησίως στον ιστό κατά τη διάρκεια της σχολικής εβδομάδας ($\chi^2 = 143,96, p < 0.001$), την κατανάλωση περισσότερο από δύο ώρες ημερησίως στον ιστό κατά τη διάρκεια του σαββατοκύριακου ($\chi^2 = 91,64, p < 0,001$), τη βίωση εμπειρίας διαδικτυακής ροής ($\chi^2 = 44,84, p < 0,001$), την κατανάλωση περισσότερου χρόνου στο διαδίκτυο από ότι στην πύο κοντινή τους σχέση ($\chi^2 = 9,05, p < 0,05$), τη συμμετοχή της πύο κοντινής τους σχέσης στη διαδικτυακή εφαρμογή πρώτης προτίμησής τους ($\chi^2 = 20,26, p < 0,001$) και τη συμμετοχή τους σε παιχνίδια ρόλων ($\chi^2 = 13,31 p < 0,001$).

Πίνακας 3.1.1.2. Σύγκριση συμπεριφορών χρήσης διαδικτύου

Μεταβλητές	Ομαδοποίηση YDQ				DF	χ^2	p
	Υγιείς	Υψηλού Κινδύνου	Εξαρτημένοι				
Αριθμός Συμμετεχόντων	1788	222	64				
Ημερήσιος χρόνος κατά τη διάρκεια της εβδομάδας	<2 ώρες	1273	95	12	2	143,96	p < ,001
	>2 ώρες	484	121	52			
Ημερήσιος χρόνος κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου	<2 ώρες	1061	80	10	2	91,64	p < ,001
	>2 ώρες	687	139	54			
Εμπειρία Διαδικτυακής Ροής	Ναι	311	67	26	2	44,84	p < ,001
	Όχι	1036	99	21			
Περισσότερος χρόνος στο διαδίκτυο από ότι στη πύο κοντινή τους σχέση	Ναι	137	24	11	2	9,05	p < ,05
	Όχι	1581	189	52			
Συμμετοχή της πύο κοντινής σχέσης στη διαδικτυακή εφαρμογή πρώτης προτίμησής	Ναι	1067	153	53	2	20,26	p < ,001
	Όχι	683	64	10			
Παίκτης παιχνιδιών ρόλων	Ναι	756	116	36	2	13,31	p < ,001
	Όχι	1015	100	28			

Στη συνέχεια διενεργήθηκαν τρεις διαδοχικές συγκρίσεις ποσοστών χ^2 για να καταγραφούν ενδεχόμενες στατιστικά σημαντικές διαφορές των τριών ομάδων σε σχέση με το φύλο, τον τύπο σχολείου (εννιαίο ή γενικό) και την περιοχή κατοικίας (αστικό κέντρο ή περιφέρεια) των συμμετεχόντων, χωρίς ωστόσο να προκύψουν στατιστικά σημαντικές διαφορές.

Πίνακας 3.1.1.3. Ομαδοποίηση με βάση το διαγνωστικό ερωτηματολόγιο της Young με βάση το φύλο, τον τόπο κατοικίας και τον τύπο σχολείου

	Φύλο		χ^2	p	Τόπος Κατοικίας		χ^2	p	Τύπος Σχολείου		χ^2	P	
	Γυναίκα	Άντρας			Πόλη	Περιφέρεια			Εννιαίο	ΕΠΑΛ			
Ομαδοποίηση YDQ	Υγιείς	893	895	1,79	>,05	1642	146	3,93	>,05	3,93	>,05	0,29	>,05
		85,50%	87,40%			86,30%	87,10%			86,00%	88,40%		
	Υψηλού	121	101			203	19			185	37		
	Κινδύνου	11,40%	9,70%			10,60%	10,60%			10,60%	10,20%		
	Εξαρτημένοι	33	31			59	5			58	6		
		3,20%	2,90%			3,10%	2,40%			3,40%	1,40%		
Σύνολο		1047	1027			1904	170			1721	353		
		100,00%	100,00%			100,00%	100,0%			100,0%	100,0%		

Ο αντίστοιχος διαχωρισμός των χρηστών διαδικτύου σε εξαρτημένους, υψηλού κινδύνου, υγιείς και σπάνιους ή ψηφιακά αναλφάβητους χρήστες επιχειρήθηκε και με το Ερωτηματολόγιο για την Εξάρτηση από το Διαδίκτυο. Τα κατώφλια του Ερωτηματολογίου για την Εξάρτηση από το Διαδίκτυο στον Αμερικάνικο Πληθυσμό κυμαίνονται σε αρθροίσματα μεγαλύτερα ή ίσα του 80 για τους εξαρτημένους- προβληματικούς χρήστες, μεταξύ 50 και 79 για τους χρήστες της ομάδας υψηλού κινδύνου, από 20 έως 49 για τους μέσους- υγιείς χρήστες και από 0 έως 19 για τους σπάνιους ή ψηφιακά αναλφάβητους χρήστες (Center for Internet Addiction, 2011).

Στον ακόλουθο πίνακα παρουσιάζονται αναλυτικά οι απόλυτες, σχετικές και αρθροιστικές συχνότητες της Ομάδας Εξαρτημένων- Προβληματικών Χρηστών, της Ομάδας Υψηλού Κινδύνου, της Ομάδας Μέσων- Υγιών Χρηστών και της Ομάδας Σπάνιων ή Ψηφιακά Αναλφάβητων Χρηστών με κριτήριο τα προτεινόμενα για τον αμερικάνικο πληθυσμό κατώφλια.

Πίνακας 3.1.1.4. Κατανομή στις τέσσερις κατηγορίες: εξαρτημένοι, υψηλού κινδύνου, υγιείς και σπάνιοι ή ψηφιακά αναλφάβητοι χρήστες σύμφωνα με τα αμερικάνικα κατώφλια

	Απόλυτη Συχνότητα	Εκατοστιαία Συχνότητα	Εκατοστιαία Συχνότητα Επι Των Εγκυρων	Αρθροιστική Εκατοστιαία Συχνότητα
Ψηφιακα Αναλφαβητοι & Σπανιοι Χρηστες	709	33,91	37,12	37,12
Μεσοι- Υγιεις Χρηστες	974	46,62	51,01	88,21
Χρησ τες Της Ομαδας Υψηλου Κινδυνου Για Εξαρτηση Απο Το Διαδικτυου	221	10,62	11,63	99,71
Εξαρτημενοι Χρηστες Διαδικτυου	5	0,21	0,32	100,01
Συνολο Εγκυρων	1909	91,32	100,0	
Ελλιποντες Συμμετεχοντες	181	8,73		
Συνολο Εγκυρων Και Ελλιποντων	2090	100,0		

Τα ποσοστά των εξαρτημένων χρηστών με βάση τα αμερικάνικα κατώφλια για το ερωτηματολόγιο της εξάρτησης από το διαδίκτυο διαμορφώθηκαν αισθητά χαμηλότερα σε σχέση με τα αντίστοιχα όπως προσδιορίστηκαν από το διαγνωστικό ερωτηματολόγιο της Young. Η απόκλιση των ποσοστών μεταξύ των δύο ερωτηματολογίων εξηγήθηκε υποθετικά ως αποτέλεσμα διαπολιτιστικών διαφορών μεταξύ του Αμερικανικού και του Ελληνικού Πληθυσμού ως προς τα κατώφλια του Ερωτηματολογίου για την Εξάρτηση από το Διαδίκτυο. Για τον λόγο αυτό έγινε ανάλυση καμπύλης *ROC* με στόχο τον προσδιορισμό των καταλληλότερων για τον ελληνικό πληθυσμό βαθμολογιών διάκρισης των ομάδων.

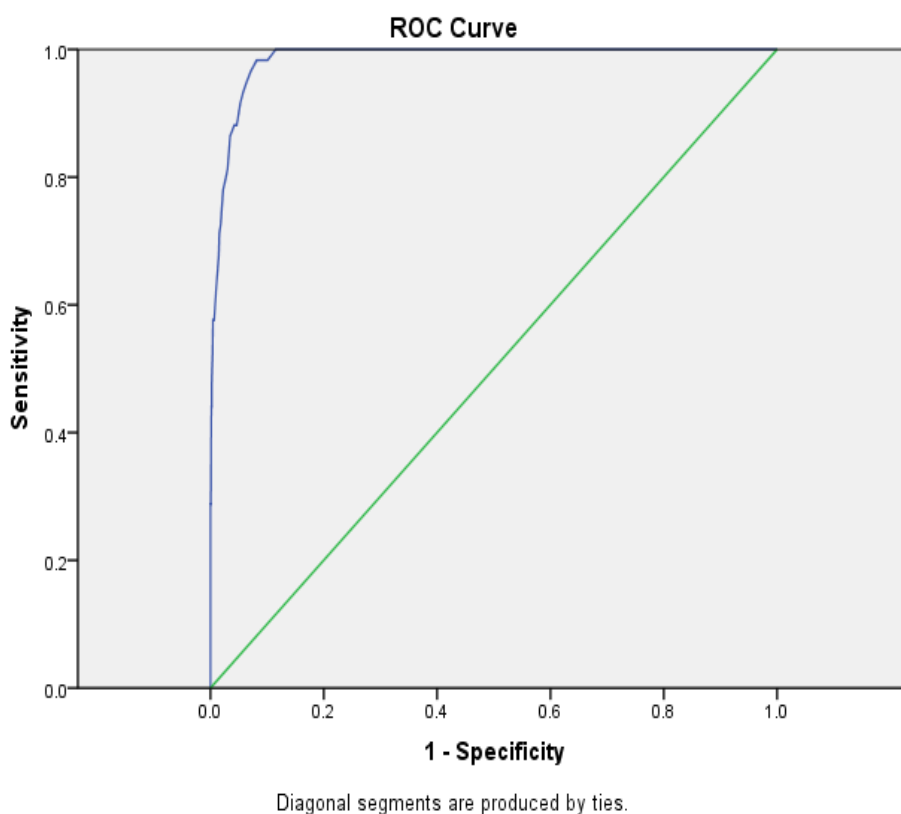
Ο συνηθέστερος τρόπος να περιγράψει κάποιος τα αποτελέσματα μελέτης εγκυρότητας της διαγνωστικής ικανότητας ενός ψυχολογικού-ψυχιατρικού ερωτηματολογίου είναι να αποδώσει τιμές για την «*Ευαισθησία*» και την «*Ειδικότητα*» του. Η «*Ευαισθησία*» περιγράφει τον αριθμό των αληθώς διαγνωσμένων σύμφωνα με το ερωτηματολόγιο σε σχέση με το σύνολο των νοσούντων ενώ η «*Ειδικότητα*» τον αριθμό των αληθώς διαγνωσμένων ως μή νοσούντων από το ερωτηματολόγιο σε σχέση με τον πραγματικό αριθμό των μή νοσούντων. Μόνο αυτοί οι δύο ωστόσο συντελεστές φαίνεται να μην αρκούν για τον πλήρη προσδιορισμό της διακριτικής ικανότητας ενός ερωτηματολογίου σε όλο το φάσμα του βαθμού νοσηρότητας, ενώ δεν επιτρέπουν και τη σύγκριση της διακριτικής ικανότητας δύο ή περισσότερων ερωτηματολογίων που αφορούν στην ίδια κλινική οντότητα (Mari & Williams, 1985).

Οι παραπάνω στόχοι φαίνεται να επιτυγχάνονται με την ανάλυση σχετικής λειτουργικότητας χαρακτηριστικών (Relative Operating Characteristic analysis. ROC). Η ανάλυση ROC πρωτοεφαρμόστηκε στη ψυχοφυσιολογία με στόχο την αξιολόγηση της ικανότητας ενός παρατηρητή να διακρίνει ένα σήμα μέσα σε ένα περιβάλλον- φόντο θορύβου (Swets, 1964). Η ανάλυση αυτή παράγει μία καμπύλη την οποία ο Egan (1975) περιέγραψε ως «μία λειτουργία που περιέχει όλες τις πιθανές ποιότητες τις οποίες ένας παρατηρητής χρειάζεται να αντιμετωπίσει όταν επιχειρεί να διακρίνει ένα σήμα μέσα σε ένα θόρυβο». Στην ιατρική η ROC ανάλυση έχει εφαρμοστεί στην αξιολόγηση και ερμηνεία ραδιολογικών αναπαραστάσεων (Swets & Pickett, 1982), στην αξιολόγηση της κατάθλιψης (Dunbar & Lishman, 1984), την προσαρμογή- αντιστοίχιση ερωτηματολογίων και διαγνωστικών κριτηρίων (Metz, 1978, Swets et al. 1979; Erdreich & Lee, 1981) καθώς και τη λήψη ιατρικών αποφάσεων (Weinstein & Fineberg, 1980). Η καμπύλη αυτή σχηματίζεται από ένα διάγραμμα με την ευαισθησία ενός ερωτηματολογίου στον έναν άξονα και το ποσοστό των ψευδώς θετικά διαγνωσμένων, δηλαδή το συμπληρωματικό της ειδικότητας ποσοστό στον έτερο άξονα, για κάθε πιθανή τιμή ενός διαγνωστικού εργαλείου. Σημειώνεται ότι και τα δύο μεγέθη είναι ανεξάρτητα από την επικράτηση της διαταραχής- νόσου. Επιπρόσθετα η περιοχή κάτω από την καμπύλη ROC μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως δείκτης της διακριτικής ικανότητας ενός εργαλείου (Dorfman & Alf, 1969, Swets, 1979; Swets et al. 1979, Erdreich & Lee, 1981).

Το σύνολο των συμμετεχόντων στην έρευνα κλήθηκε να απαντήσει στο Διαγνωστικό Ερωτηματολόγιο της Young (1998), το οποίο λειτουργώντας ποιοτικά κάνει κατανομή των ομάδων με βάση τα προτεινόμενα κριτήρια και το Ερωτηματολόγιο για την Εξάρτηση από το Διαδίκτυο της ίδιας θεωρητικού, το οποίο εξάγει μία τελική βαθμολογία για την προβληματική- εξαρτητική χρήση διαδικτύου

από 0-100. Εύλογα το κριτήριο για την διαμόρφωση των βαθμολογιών διάκρισης στο Ερωτηματολόγιο για την Εξάρτηση από το Διαδίκτυο (IAT) αποτέλεσε η διάγνωση ή όχι της υποψήφιας διαταραχής από το Διαγνωστικό Ερωτηματολόγιο (YDQ).

Ένα ποσοστό της τάξης του 3,1% φέρεται να πληρεί τα κριτήρια με βάση το Διαγνωστικό Ερωτηματολόγιο της Young. Η ανάλυση ROC για το Ερωτηματολόγιο της Εξάρτησης από το Διαδίκτυο κατέληξε σε μία *Περιοχή Κάτω από την Καμπύλη (Area Under the Curve, AUC)* του ύψους 99% (δες γράφημα 1), ένδειξη ικανοποιητικής διαγνωστικής αποτελεσματικότητας του εργαλείου.



Γράφημα 3.1.1.1. Καμπύλη ευαισθησίας και υπολοίπου ειδικότητας για το ερωτηματολόγιο της εξάρτησης από το διαδίκτυο

Οι δείκτες, ευαισθησίας, ειδικότητας, θετικής προβλεπτικής Αξίας (*Positive Predictive Value, PPV*), αρνητικής προβλεπτικής αξίας (*Negative Predictive Value, NPV*), πιθανότητας θετικής πρόβλεψης (*Likelihood Ratio Positive, LRP*), πιθανότητας αρνητικής πρόβλεψης (*Likelihood Ratio Negative, LRN*), ο δείκτης διαγνωστικής ακρίβειας και ο λόγος διαγνωστικών πιθανοτήτων (*Diagnostic Odds Ratio, DOR*) για ενδεικτικές διαφορετικές βαθμολογίες του Ερωτηματολογίου της Εξάρτησης από το Διαδίκτυο περιγράφονται στον Πίνακα 3.1.5.

Πίνακας 3.1.1.5.

Ευαισθησία, Ειδικότητα, PPV, NPV, LRP, LRN, Διαγνωστική Ακρίβεια & DOR για ενδεικτικές τιμές του IAT ως προς την Εξάρτηση από το Διαδίκτυο

Βαθμός στο IAT	Ευαισθησία Sensitivity	Ειδικότητα Specificity	PPV	NPV	LRP	LRN	Δείκτης	Λόγος Διαγνωστικών
							Youden	Πιθανοτήτων DOR
10	1	0,16	0,04	1	1,19	0,00	0,16	-
20	1	0,38	0,05	1	1,61	0,00	0,38	-
30	1	0,60	0,07	1	2,50	0,00	0,60	-
48	1	0,88	0,22	1	8,33	0,00	0,88	-
51	0,98	0,91	0,28	0,99	10,09	0,02	0,89	504,5
55	0,92	0,95	0,36	0,99	18,40	0,08	0,87	230,0
60	0,80	0,97	0,49	0,99	26,66	0,20	0,77	133,3

Με βάση τα παραπάνω η βαθμολογία 51 είναι ίσως η καταλληλότερη όσον αφορά στη διάκριση εξαρτημένων και μή. Για την εν λόγω βαθμολογία σημειώνεται ο υψηλότερος λόγος διαγνωστικών πιθανοτήτων (Diagnostic Odds Ratio, DOR) σε απόλυτη τιμή 504,5 καθώς και ο υψηλότερος δείκτης Youden σε απόλυτη τιμή 0,89. Για να επιβεβαιωθεί η εγκυρότητα του εν λόγω διαγνωστικού βαθμού, οι συμμετέχοντες διαχωρίστηκαν με βάση αυτό σε εξαρτημένους και μή χρήστες του διαδικτύου και συγκρίθηκαν ως προς επιμέρους συμπεριφορές υψηλού κινδύνου για τη χρήση του μέσου.

Οι εξαρτημένοι έφηβοι, όπως αυτοί προσδιορίστηκαν με κριτήριο το βαθμό 51 στο Ερωτηματολόγιο για την Εξάρτηση από το Διαδίκτυο φαίνεται να δαπανούν σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό, περισσότερο από δύο ώρες ημερησίως σε σύνδεση, κατά τη διάρκεια της εβδομάδας σε σχέση με τους μή εξαρτημένους ($\chi^2 = 72,60, p < 0,001$), να δαπανούν σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό περισσότερο από δύο ώρες ημερησίως σε σύνδεση, κατά τη διάρκεια του σαββατοκύριακου ($\chi^2 = 45,34, p < 0,001$), να έχουν βιώσει σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό εμπειρία διαδικτυακής ροής ($\chi^2 = 21,86, p < 0,001$), να δαπανούν σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο σε σχέση με την πιο κόντινή τους σχέση ($\chi^2 = 6,44, p < 0,05$), να έχουν σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό συμμετοχή της πιο κόντινης τους σχέσης στη διαδικτυακή εφαρμογή πρώτης προτίμησής τους ($\chi^2 = 12,75, p < 0,001$) και να συμμετέχουν σε σημαντικά υψηλότερο ποσοστό σε παιχνίδια ρόλων ($\chi^2 = 3,84 p < 0,05$).

Πίνακας 3.1.1.6. Σύγκριση συμπεριφορών εξαρτημένων και μή με βάση το προτεινόμενο κατώφλι

Μεταβλητές	(50/51)	Υγιείς	Εξαρτημένοι	DF	χ^2	P
Αριθμός Συμμετεχόντων		1845	64			
Ημερήσιος χρόνος κατά τη διάρκεια της εβδομάδας	<2 ώρες	1368	12	1	72,60	$p < ,001$
	>2 ώρες	605	52			
Ημερήσιος χρόνος κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου	<2 ώρες	1141	10	1	45,34	$p < ,001$
	>2 ώρες	826	54			
Εμπειρία Διαδικτυακής Ροής	Ναι	378	26	1	21,86	$p < ,001$
	Όχι	1135	21			
Περισσότερος χρόνος στο διαδίκτυο από ότι στη πιο κοντινή τους σχέση	Ναι	161	11	1	6,44	$p < ,05$
	Όχι	1770	52			
Συμμετοχή της πιο κοντινής σχέσης στη διαδικτυακή εφαρμογή πρώτης προτίμησης	Ναι	1220	53	1	12,75	$p < ,001$
	Όχι	747	10			
Παίκτης παιχνιδιών ρόλων	Ναι	872	36	1	3,84	$P < ,05$
	Όχι	1115	28			

3.1.2. Να διερευνηθεί πιθανή διαφοροποίηση της ευαλωτότητας στην εξάρτηση από το διαδίκτυο σε σχέση με το φύλο, τον τύπο του σχολείου φοίτησης (εννιαίο ή επαγγελματικό) και την περιοχή κατοικίας (πρωτεύουσα ή περιφέρεια).

Προκειμένου να διερευνηθεί το παραπάνω ερώτημα χρησιμοποιήθηκε ανάλυση ιεραρχικού γραμμικού μοντέλου. Η εν λόγω ανάλυση (HLM) επιλέχθηκε προκειμένου να αντιμετωπιστούν ζητήματα συνδιακύμανσης εξαιτίας της δομής των δεδομένων. Ειδικότερα, οι συμμετέχοντες (level-1) είναι ομαδοποιημένοι σε τάξεις (level-2). Επακόλουθα η εξαρτητική χρήση διαδικτύου, όπως αξιολογήθηκε με το ερωτηματολόγιο της εξάρτησης από το διαδίκτυο, ήταν η εξαρτημένη μεταβλητή

(level-1), της οποίας τη συσχέτιση επιχειρούμε να ελέγξουμε με το φύλο του εφήβου (level-1 predictor variable) και τον τύπο σχολείου φοίτησης καθώς και την περιοχή διαμονής (level-2 predictor variables). Ο έλεγχος του μοντέλου έγινε σε τέσσερις φάσεις: 1) μοντέλο χωρίς περιορισμούς (unconstrained model), 2) μοντέλο τυχαίων συντελεστών (random intercepts model), 3) μοντέλο με εξαρτημένη μεταβλητή τους μέσους όρους (means-as-outcome model) και 4) μοντέλο με εξαρτημένες μεταβλητές τους συντελεστές και τις κλίσεις (intercepts- and slopes-as-outcomes model).

Το πρώτο μοντέλο φανέρωσε ότι το 3% της διακύμανσης της εξαρτημένης μεταβλητής $\{ICC = 9,28/(9,28+293,83)=0,03\}$ αποδίδονταν στη διακύμανση μεταξύ των τμημάτων (level-2) και το 97% στη διακύμανση μεταξύ των μαθητών που συγκροτούσαν κάθε τμήμα.

$$IAT = \gamma_{00} + U_{0+r}$$

Το εν λόγω ποσοστό διακύμανσης της εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου που εξηγείται από μεταβλητές του δευτέρου επιπέδου, δηλαδή της τάξης των μαθητών, είναι στατιστικά σημαντικό ($X^2= 150,83, p<,001$) υποστηρίζοντας την επιλογή της ανάλυσης δύο επιπέδων. Εύλογα, και καθώς η διακύμανση συναντάται και στα δύο επίπεδα της δομής των δεδομένων, οι μεταβλητές πρόβλεψης εισήχθησαν στην ανάλυση ξεχωριστά για κάθε επίπεδο.

Το μοντέλο τυχαίων συντελεστών παλινδρόμησης ελέγχθηκε χρησιμοποιώντας το φύλο των συμμετεχόντων σαν μεταβλητή πρόβλεψης (Dummy coding, 0= κορίτσι, 1 = αγόρι).

$$IAT = \gamma_{00} + \gamma_{10} * \text{φύλο} + U_{0+r} + U_{1*} * \text{φύλο} + r$$

Ο συντελεστής παλινδρόμησης σε σχέση με το φύλο ήταν θετικός και στατιστικά σημαντικός ($b = 2,30, p < 0,001$), φανερώνοντας ότι τα αγόρια είναι πιο ευάλωτα στην εξαρτητική χρήση του ιστού από τα κορίτσια. Συγκεκριμένα φάνηκε ότι η εισαγωγή του φύλου ως μεταβλητή πρόβλεψης στην ανάλυση εξηγεί το 1% της διακύμανσης της εξαρτημένης μεταβλητής στο πρώτο επίπεδο $\{R^2 = (293,83 - 289,76)/293,83 = 0,01\}$.

Έπειτα εξετάστηκε το μοντέλο των μέσων όρων (means-as outcomes model), όπου έγινε εισαγωγή στην ανάλυση του τύπου σχολείου και της περιοχής διαμονής σαν μεταβλητές πρόβλεψης δευτέρου επιπέδου (Dummy coding, 0= ΕΠΑΛ, 1 = Εννιαίο λύκειο και 0= Επαρχία, 1 = Πρωτεύουσα αντίστοιχα).

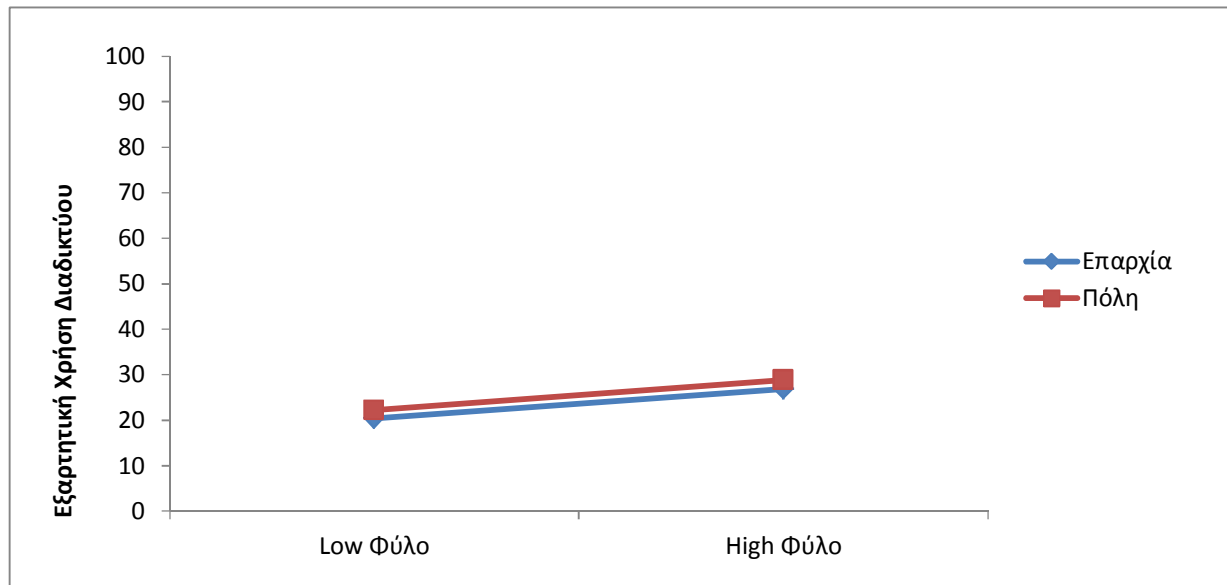
$$IAT = \gamma_{00} + \gamma_{01} * \text{Τύπος Σχολείου} + \gamma_{02} * \text{Περιοχή Κατοικίας} + u_0 + r$$

Ο συντελεστής παλινδρόμησης για τον τύπο σχολείου ήταν θετικός αν και στατιστικά ασήμαντος ($b = 1,90, p > 0,05$). Αντίθετα ο συντελεστής παλινδρόμησης για την περιοχή κατοικίας ήταν θετικός και στατιστικά σημαντικός ($b = 3,49, p < 0,05$), φανερώνοντας ότι οι μαθητές της πόλης είναι πιο ευάλωτοι στην εξαρτητική χρήση του ιστού. Συγκεκριμένα φάνηκε ότι η εισαγωγή της περιοχής διαμονής ως μεταβλητή πρόβλεψης στην ανάλυση εξηγεί το 4% της διακύμανσης της εξαρτημένης μεταβλητής στο δεύτερο επίπεδο $\{R^2 = (9,28 - 8,95)/9,28 = 0,04\}$.

Στην τέταρτη φάση του μοντέλου (intercepts model and slopes as outcomes), δοκιμάσαμε την παράλληλη εισαγωγή του φύλου στο πρώτο επίπεδο και της περιοχής κατοικίας στο δεύτερο ως παράγοντες πρόβλεψης της εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου, με στόχο τον έλεγχο ενδεχόμενων αλληλεπιδράσεων μεταξύ των δύο επιπέδων.

$$IAT = \gamma_{00} + \gamma_{01} * \text{Περιοχή Κατοικίας} + \gamma_{10} * \text{φύλο} + U_0 + U_1 * \text{φύλο} + r$$

Η ο μεταβλητός της επίδρασης του φύλου στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου από τον τόπο κατοικίας, είναι θετικός αν και στατιστικά ασήμαντος ($b = -1,96, p > 0,05$).



Γράφημα 3.2.1. Εξαρτητική χρήση διαδικτύου ως προς το φύλο και την περιοχή διαμονής

3.2. Να αξιολογηθούν ατομικοί, περιβαλλοντικοί και ηλεκτρονικά περιβαλλοντικοί παράμετροι, με σκοπό να εξεταστεί, ποιές και σε ποιά βαθμό συνδέονται με την ποιότητα χρήσης του διαδικτύου από τους εφήβους.

3.2.1. Να εκτιμηθεί πιθανή σχέση της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, την εικόνα εαυτού και συμπεριφορές ψυχοπαθολογίας των εφήβων

3.2.1.1. Συνδέονται τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου από τους εφήβους;

Προκειμένου να απαντηθεί το εν λόγω ερώτημα έγινε διαδοχικός έλεγχος των ευρημάτων σε τρία στάδια: 1) Ελέγχθηκε ο πίνακας συναφειών της ποιότητας χρήσης διαδικτύου με τα πέντε κύρια χαρακτηριστικά προσωπικότητας, 2) τα χαρακτηριστικά εκείνα που φάνηκε να έχουν στατιστικά σημαντική συνάφεια με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου, τεκμηριωμένη και από παλιότερη βιβλιογραφία, χρησιμοποιήθηκαν ξεχωριστά σε αναλύσεις γραμμικής παλινδρόμησης ως ανεξάρτητες μεταβλητές για την αποφυγή πολυσυγραμμικότητας και 3) μετά από έλεγχο των προϋποθέσεων πολυσυγραμμικότητας ($VIF < 2$, $Tolerance > 0,5$, $Condition Index < 15$) χρησιμοποιήθηκαν μαζί ως ανεξάρτητες μεταβλητές σε μία ανάλυση πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης.

Αρχικά εξετάστηκε ο πίνακας συναφειών της ποιότητας χρήσης διαδικτύου, όπως αυτή προσδιορίζεται από το γενικό βαθμό του Ερωτηματολογίου για την Εξάρτηση από το Διαδίκτυο, με κάθε έναν από τους πέντε κύριους παράγοντες της προσωπικότητας: Εξωστρέφεια, Συναισθηματική Σταθερότητα, Ευσυνειδησία, Προσήνεια, Πνευματική Καλλιέργεια.

Πίνακας 3.2.1.1.1. Πίνακας συναφειών της ποιότητας χρήσης διαδικτύου με τους πέντε κύριους παράγοντες προσωπικότητας

	IAT Score	Εξωστρέφεια	Συναισθηματική Σταθερότητα	Προσήνεια	Ευσυνειδησία	Πνευματική Καλλιέργεια
IAT Score		,020	-,192**	-,038	-,234**	-,049
Εξωστρέφεια			,161**	,183**	,046	,363**
Συναισθηματική Σταθερότητα				,320**	,299**	,341**
Προσήνεια					,356**	,300**
Ευσυνειδησία						,352**
Πνευματική Καλλιέργεια						

** Στατιστικά σημαντικό σε επίπεδο 1%.

Από τον υπολογισμό των συναφειών φάνηκε ότι τόσο η ευσυνειδησία όσο και η συναισθηματική σταθερότητα έχουν στατιστικά σημαντική αρνητική συνάφεια σε επίπεδο 1% με το γενικό βαθμό της εξάρτησης από το διαδίκτυο. Οι ξεχωριστές, για την ευσυνειδησία και τη συναισθηματική σταθερότητα, αναλύσεις γραμμικής παλινδρόμησης επιβεβαίωσαν τις σημαντικές σημαντικές σχέσεις με την ποιότητα χρήσης του διαδικτύου.

Πίνακας 3.2.1.1.2. Προσαρμοσμένοι συντελεστές προσδιορισμού, συντελεστές παλινδρόμησης, F - τιμές των κλίσεων των γραμμών παλινδρόμησης και στατιστικές σημαντικότητες, για τα ξεχωριστά μοντέλα των σημαντικών χαρακτηριστικών προσωπικότητας.

Μεταβλητές πρόβλεψης	R^2	F	B	Beta
Ευσυνειδησία	0,06	84,27	-0,75	-0,23***
Συναισθηματική Σταθερότητα	0,04	55,75	-0,63	-0,19***

*** $p < 0,001$

Τέλος, η ευσυνειδησία και η συναισθηματική σταθερότητα εισήχθησαν μαζί ως ανεξάρτητες μεταβλητές σε ένα μοντέλο ανάλυση πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης (μέθοδος stepwise) για την πρόβλεψη της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου. Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας του μοντέλου είναι ίσος με 0,27 και ο προσαρμοσμένος συντελεστής προσδιορισμού R^2 είναι ίσος με 0,07. Δηλαδή, 7% της διακύμανσης της εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου μπορεί να ερμηνευθεί από την επίδραση των ανεξάρτητων μεταβλητών. Η κλίση της γραμμής παλινδρόμησης είναι σημαντικά διαφορετική του μηδενός, $\{F(2, 1453) = 55,36, p < 0,001.\}$ Από την επισκόπηση των συντελεστών παλινδρόμησης διαπιστώνουμε ότι και οι δύο ανεξάρτητες μεταβλητές συμβάλλουν σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης: Η ευσυνειδησία ($B = -0,19, t = -7,28, p < 0,001$) και η συναισθηματική σταθερότητα ($B = -0,13, t = -5,01, p < 0,001$). Όσο χαμηλότερη η ευσυνειδησία και η συναισθηματική σταθερότητα, δηλαδή υψηλότερος νευρωτισμός, τόσο υψηλότερα τα επίπεδα εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου. Σημειώνεται ότι εκπληρώνονταν όλες οι προϋποθέσεις, κανονικότητας, ομοιοσκεδασμού και ανεξαρτησίας των καταλοίπων,

καθώς και μή ύπαρξης πολυσυγγραμικότητας για τη διεξαγωγή της ανάλυσης ($VIF < 2$, $Tolerance > 0,5$, $Condition Index < 15$).

Πίνακας 3.2.1.1.3. *T-τιμές, τυπικό σφάλμα, συντελεστές παλινδρόμησης και στατιστικές σημαντικότητες, για το εννιαίο μοντέλο των σημαντικών χαρακτηριστικών προσωπικότητας.*

	<i>SE</i>	<i>B</i>	<i>Beta</i>	<i>p</i>
Μεταβλητές πρόβλεψης				
Ευσυνειδησία	0,09	-0,62	-0,19***	<0,001
Συναισθηματική Σταθερότητα	0,09	-0,44	-0,13***	<0,001

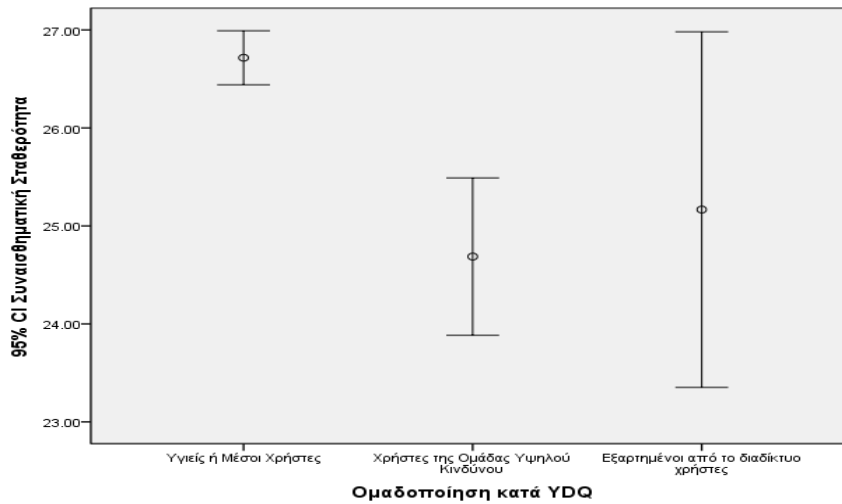
*** $p < 0,001$

Για να επιβεβαιωθούν τα ευρήματα των παραπάνω αναλύσεων έγινε μία πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης, όπου η ομαδοποίηση των υγιών, υψηλού κινδύνου και εξαρτημένων χρηστών με βάση το YDQ χρησιμοποιήθηκε ως ανεξάρτητη μεταβλητή και τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας, η συναισθηματική σταθερότητα (Νευρωτισμός), η ευσυνειδησία, η προσήνεια, η πνευματική καλλιέργεια και η εξωστρέφεια ως εξαρτημένες μεταβλητές.

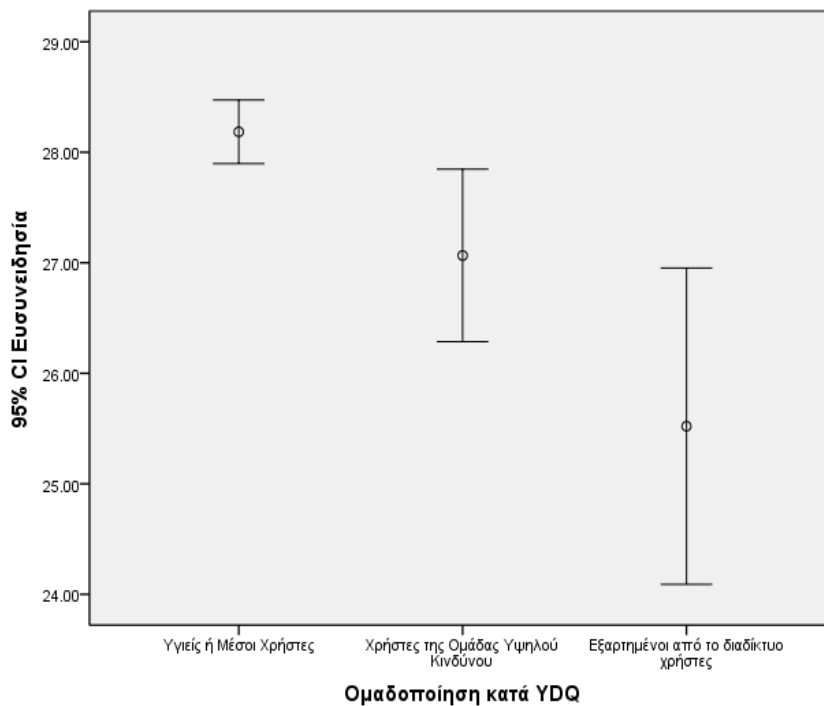
Με τη χρήση του κριτηρίου *Wilks' A*, η πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης έδειξε ότι η ομαδοποίηση σε υγιείς, υψηλού κινδύνου και εξαρτημένους χρήστες διαφοροποιεί τους μέσους όρους των χαρακτηριστικών προσωπικότητας των

εφήβων που εξετάστηκαν $\{F(5, 1568) = 5165,30, p = 0,000, \eta^2 = 0,94\}$, επιβεβαιώνοντας τα ευρήματα των αναλύσεων παλινδρόμησης. Αναλυτικότερα, ως προς τα επιμέρους χαρακτηριστικά προσωπικότητας η κύρια επίδραση της ομαδοποίησης ως προς την ποιότητα χρήσης διαδικτύου φαίνεται να είναι *στατιστικά σημαντική για την συναισθηματική σταθερότητα* $\{F(2, 1568) = 12,66, p < 0,001, \eta^2 = 0,02\}$ και την *ευσυνειδησία* $\{F(2, 1568) = 8,45, p < 0,001, \eta^2 = 0,01\}$, αν και όχι για την *εξωστρέφεια* $\{F(2, 1568) = 0,93, p > 0,05, \eta^2 = 0,00\}$, την *προσήνεια* $\{F(2, 1568) = 7,41, p > 0,05, \eta^2 = 0,00\}$ και την *πνευματική καλλιέργεια* $\{F(2, 1568) = 18,01, p > 0,05, \eta^2 = 0,00\}$. Συγκεκριμένα, οι εξαρτημένοι από το διαδίκτυο έφηβοι φαίνεται να είναι λιγότερο συναισθηματικά σταθεροί, δηλαδή περισσότερο νευρωτικοί, ($M = 25,17, SD = 6,24$) από τους υγιείς χρήστες του ιστού ($M = 26,74, SD = 5,16$). Επιπρόσθετα φαίνεται ότι οι υγιείς χρήστες του ιστού είναι περισσότερο ευσυνείδητοι ($M = 28,19, SD = 5,41$) από τους εξαρτημένους χρήστες ($M = 25,52, SD = 4,93$)

Από τις πολλαπλές συγκρίσεις με το post hoc κριτήριο του Tukey προέκυψε ότι οι υγιείς χρήστες διαδικτύου *διαφέρουν στατιστικά σημαντικά* ως προς τη συναισθηματική σταθερότητα από τους χρήστες της ομάδας υψηλού κινδύνου ($MD = 2,06, SE = 0,42, p < 0,001$). Αντίστοιχα και με βάση το ίδιο κριτήριο βρέθηκε ότι οι εξαρτημένοι χρήστες του διαδικτύου *διαφέρουν στατιστικά σημαντικά* ως προς την ευσυνειδησία τόσο σε σχέση με τους χρήστες της ομάδας υψηλού κινδύνου ($MD = 1,12, SE = 0,44, p < 0,05$), όσο και σε σχέση με τους εξαρτημένους χρήστες ($MD = 2,66, SE = 0,79, p < 0,01$).



Γράφημα 3.2.1.1.1. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Συναισθηματικής Σταθερότητας



Γράφημα 3.2.1.1.2. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Ευσυνειδησίας με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημένους Χρήστες

3.2.1.2. Συνδέονται τα χαρακτηριστικά της εικόνας εαυτού με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου από τους εφήβους;

Για το ερώτημα αυτό επιχειρήθηκε επίσης έλεγχος των ευρημάτων σε τρία στάδια: 1) εκτιμήθηκε ο πίνακας συναφειών της ποιότητας χρήσης διαδικτύου με το βαθμό αυτοεκτίμησης και το βαθμό αυτοαποτελεσματικότητας 2) καθώς και τα δύο χαρακτηριστικά φάνηκε να έχουν στατιστικά σημαντική συνάφεια με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου, τεκμηριωμένη και από παλιότερη βιβλιογραφία, χρησιμοποιήθηκαν ξεχωριστά σε αναλύσεις γραμμικής παλινδρόμησης ως ανεξάρτητες μεταβλητές για την αποφυγή πολυσυγραμικότητας και 3) μετά από έλεγχο των προϋποθέσεων πολυσυγραμικότητας ($VIF < 2$, $Tolerance > 0,5$, $Condition Index < 15$) απορρίφθηκε η κοινή τους χρήσης ως ανεξάρτητες μεταβλητές σε μία ανάλυση πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης.

Πίνακας 3.2.1.2.1. Πίνακας συναφειών της ποιότητας χρήσης διαδικτύου με τα χαρακτηριστικά της εικόνας εαυτού

	IAT Score	Αυτοαποτελεσματικότητα	Αυτοπεποίθηση R.S.E.S.
IAT Score		-,111**	-,186**
Αυτοαποτελεσματικότητα			,438**

Αυτοπεποίθηση R.S.E.S.

** $p < 0,001$

Από τον υπολογισμό των συναφειών φάνηκε ότι τόσο η αυτοεκτίμηση όσο και η αυτοαποτελεσματικότητα έχουν στατιστικά σημαντική αρνητική συνάφεια σε επίπεδο 1% με το γενικό βαθμό της εξάρτησης από το διαδίκτυο.

Οι ξεχωριστές, για την αυτοεκτίμηση και την αυτοαποτελεσματικότητα, αναλύσεις γραμμικής παλινδρόμησης επιβεβαίωσαν τις σημαντικές σημαντικές σχέσεις με την ποιότητα χρήσης του διαδικτύου.

Πίνακας 3.2.1.2.2. Προσαρμοσμένοι συντελεστές προσδιορισμού, συντελεστές παλινδρόμησης, *F*- τιμές των κλίσεων των γραμμών παλινδρόμησης και στατιστικές σημαντικότητες, για τα ξεχωριστά μοντέλα της αυτοεκτίμησης και της αυτοαποτελεσματικότητας.

Μεταβλητές πρόβλεψης	<i>R</i> ²	<i>F</i>	<i>b</i>	<i>Beta</i>
Αυτοεκτίμηση	0,04	70,06	-0,49	-0,19***
Αυτοαποτελεσματικότητα	0,01	19,28	-3,73	-0,11***

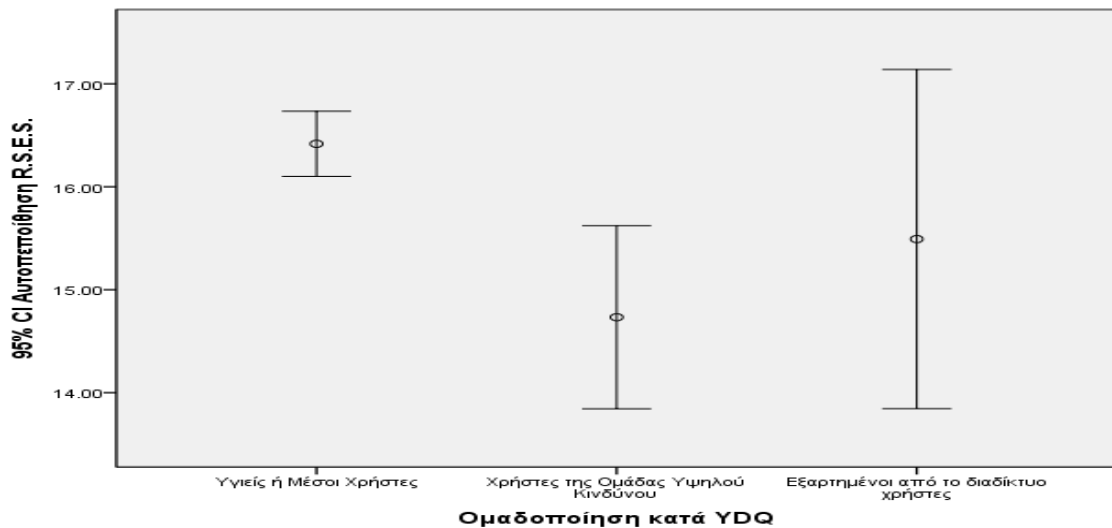
*** $p < 1,001$

Λόγω του ιδιαίτερα μικρού μεγέθους επίδρασης της αυτοαποτελεσματικότητας στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου αλλά και της ύπαρξης πολυσυγραμμικότητας, απορρίφθηκε η διεξαγωγή πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης με ανεξάρτητες μεταβλητές την αυτοεκτίμηση και την αυτοαποτελεσματικότητα ($VIF < 2$, $Tolerance > 0,5$, $Condition Index < 15$).

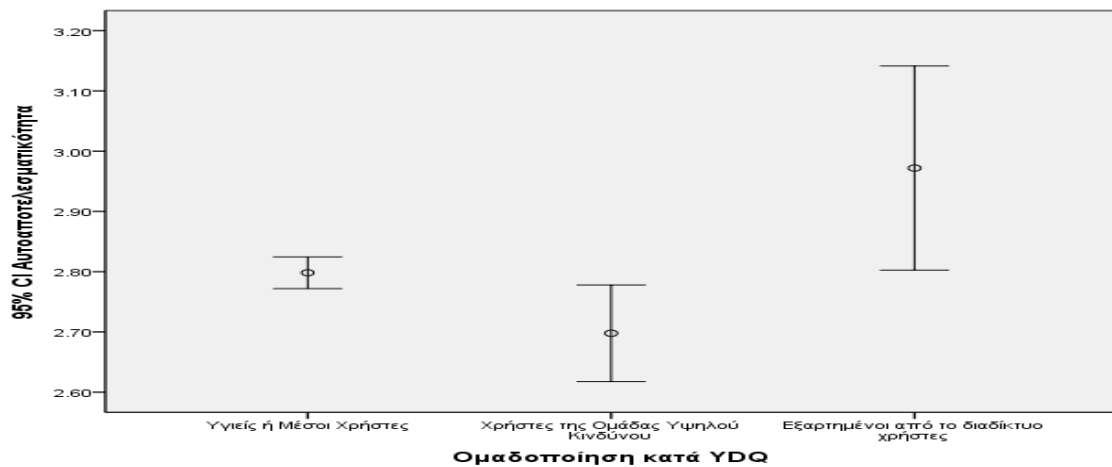
Με στόχο να επιβεβαιώσουμε την πιθανή διαφοροποίηση των εξαρτημένων από το διαδίκτυο χρηστών ως προς χαρακτηριστικά που αφορούν στην εικόνα εαυτού, διεξάγαμε μία πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης. Στην ανάλυση αυτή η ομαδοποίηση των υγιών, υψηλού κινδύνου και εξαρτημένων χρηστών με βάση το YDQ χρησιμοποιήθηκε ως ανεξάρτητη μεταβλητή και η αυτοπεποίθηση και η αυτοαποτελεσματικότητα ως εξαρτημένες μεταβλητές.

Με τη χρήση του κριτηρίου *Wilks' Λ*, η πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης έδειξε ότι η ομαδοποίηση σε υγιείς, υψηλού κινδύνου και εξαρτημένους χρήστες διαφοροποιεί τους μέσους όρους των γνωσιακών χαρακτηριστικών, που αφορούν στην εικόνα εαυτού των εφήβων $\{F(2, 1658) = 4912,24, p < 0.001, \eta^2 = 0,90\}$ επιβεβαιώνοντας τις αναλύσεις παλινδρόμησης. Αναλυτικότερα, ως προς τα επιμέρους χαρακτηριστικά η κύρια επίδραση της ομαδοποίησης ως προς την ποιότητα χρήσης διαδικτύου φαίνεται να είναι στατιστικά σημαντική τόσο για την αυτοπεποίθηση $\{F(2, 1658) = 4,72, p < 0,001, \eta^2 = 0,01\}$ όσο και για την αυτοαποτελεσματικότητα $\{F(2, 1658) = 5,10, p < 0.01, \eta^2 = 0,01\}$.

Από τις πολλαπλές συγκρίσεις με το post hoc κριτήριο του Tukey προέκυψε ότι οι υγιείς χρήστες διαδικτύου διαφέρουν στατιστικά σημαντικά ως προς την αυτοπεποίθηση από τους χρήστες της ομάδας υψηλού κινδύνου ($MD = 1,64, SE = 0,55, p < 0,01$). Αντίστοιχα και με βάση το ίδιο κριτήριο βρέθηκε ότι οι υγιείς χρήστες του διαδικτύου διαφέρουν στατιστικά σημαντικά ως προς την αυτοπεποίθηση σε σχέση με τους χρήστες της ομάδας υψηλού κινδύνου ($MD = 10,31, SE = 0,0, p < 0,05$).



Γράφημα 3.2.1.2.1. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Αυτοπεποίθησης με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημένους Χρήστες



Γράφημα 3.2.1.2.2. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Αυτοαποτελεσματικότητας με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημένους Χρήστες

3.2.1.3. Συνδέονται συμπεριφορές ψυχοπαθολογίας με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου από τους εφήβους;

Για το ερώτημα αυτό επιχειρήθηκε επίσης έλεγχος των ευρημάτων σε τρία στάδια: 1) υπολογίστηκε ο πίνακας συναφειών της ποιότητας χρήσης διαδικτύου με το σύνολο των εξαγόμενων βαθμών ψυχοπαθολογίας του ερωτηματολογίου SCL-90 2) η ψυχαναγκαστικότητα, ο θυμός και η επιθετικότητα, η διαπροσωπική ευαισθησία, ο ψυχωτισμός, ο παρανοειδής ιδεασμός, το άγχος, η κατάθλιψη και η σωματοποίηση φάνηκε να έχουν στατιστικά ισχυρότερη, με τη σειρά που αναφέρονται, συνάφεια σε επίπεδο 1% με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου, τεκμηριωμένη και από παλιότερη βιβλιογραφία. Τα μεγέθη αυτά χρησιμοποιήθηκαν ξεχωριστά σε αναλύσεις γραμμικής παλινδρόμησης ως ανεξάρτητες μεταβλητές για την αποφυγή πολυσυγραμικότητας και 3) μετά από έλεγχο των προϋποθέσεων πολυσυγραμικότητας ($VIF < 2$, $Tolerance > 0,5$, $Condition Index < 15$) υπολογίστηκε ένα μοντέλο πρόβλεψης της εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου από την ψυχαναγκαστικότητα, το θυμό-επιθετικότητα και τη διαπροσωπική ευαισθησία. Οι συμπεριφορές αυτές ψυχοπαθολογίας επιλέχθηκαν, καθώς είχαν ισχυρή σχέση με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου, υποστηριγμένη και από προηγούμενη βιβλιογραφία, χωρίς να εμφανίζουν μεταξύ τους πολυσυγραμικότητα.

Πίνακας 3.2.1.3.1. Πίνακας συναφειών της ποιότητας χρήσης διαδικτύου με συμπεριφορές ψυχοπαθολογίας

	Βαθμός IAT	Σωματο- ποίηση	Ψυχαναγκαστ ικότητα- Καταναγκαστ ικότητα	Διαπρο- σωπική Ευαισθησ ία	Κατάθλι- ψη	Άγχος	Θυμός Επιθετ- ικότητα	Παρανοει- δής Ιδεασμός	Ψυχω- τισμός
IAT Score		,289**	,363**	,327**	,301**	,311**	,359**	,316**	,325**
Σωματοποίηση			,625**	,541**	,618**	,754**	,511**	,541**	,623**
Ψυχαναγκαστικότητα- Καταναγκαστικότητα				,692**	,698**	,733**	,553**	,681**	,689**
Διαπροσωπική Ευαισθησία					,724**	,662**	,495**	,740**	,697**
Κατάθλιψη						,725**	,526**	,677**	,677**
Άγχος							,674**	,662**	,735**
Θυμός Επιθετικότητα								,554**	,526**
Παρανοειδής Ιδεασμός									,695**
Ψυχωτισμός									

** p<0,01

Από τον υπολογισμό των συναφειών φάνηκε ότι η ψυχαναγκαστικότητα, ο θυμός και η επιθετικότητα, η διαπροσωπική ευαισθησία, ο ψυχωτισμός, ο παρανοειδής ιδεασμός, το άγχος, η κατάθλιψη και η σωματοποίηση φάνηκε να έχουν στατιστικά ισχυρότερη, με τη σειρά που αναφέρονται, συνάφεια σε επίπεδο 1% με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου.

Οι ξεχωριστές, για την κάθε επιμέρους μορφή ψυχοπαθολογίας, αναλύσεις γραμμικής παλινδρόμησης επιβεβαίωσαν τις σημαντικές σημαντικές σχέσεις με την ποιότητα χρήσης του διαδικτύου.

Πίνακας 3.2.1.3.2. Προσαρμοσμένοι συντελεστές προσδιορισμού, συντελεστές παλινδρόμησης, *F*- τιμές των κλίσεων των γραμμών παλινδρόμησης και στατιστικές σημαντικότητες, για τα ξεχωριστά μοντέλα των συμπεριφορών ψυχοπαθολογίας.

Μεταβλητές πρόβλεψης	<i>R</i> ²	<i>F</i>	<i>b</i>	<i>Beta</i>
Ψυχαναγκαστικότητα	0,13	286,88	9,12	0,36**
Θυμός-επιθετικότητα	0,13	282,10	6,56	0,36**
Διαποσωπική ευαισθησία	0,10	227,65	7,50	0,33**
Ψυχωτισμός	0,10	224,73	9,25	0,33**
Παρανοειδής Ιδεασμός	0,10	213,22	6,77	0,32**
Άγχος	0,10	204,88	7,61	0,31**
Κατάθλιψη	0,09	192,27	6,75	0,30**
Σωματοποίηση	0,08	172,27	7,93	0,29**

** $p < 0,001$

Στη συνέχεια και προκειμένου να υπολογιστεί ένα συνολικό μοντέλο πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης, το σύνολο των παραπάνω μορφών ψυχοπαθολογίας επιχειρήθηκε να χρησιμοποιηθούν ως ανεξάρτητες μεταβλητές. Λόγω της παραβίασης κριτηρίων πολυσυγραμμικότητας ($VIF < 2$, $Tolerance > 0,5$, $Condition Index < 15$), το τελικό μοντέλο περιλάμβανε μόνο την ψυχαναγκαστικότητα, το θυμό και τη διαπροσωπική ευαισθησία.

Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας του μοντέλου είναι ίσος με 0,44 και ο προσαρμοσμένος συντελεστής προσδιορισμού R^2 είναι ίσος με 0,19. Δηλαδή, 19% της

διακύμανσης της εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου μπορεί να ερμηνευθεί από την επίδραση των ανεξάρτητων μεταβλητών. Η κλίση της γραμμής παλινδρόμησης είναι σημαντικά διαφορετική του μηδενός, $\{F(1, 1882) = 49,28, p < 0,001\}$. Από την επισκόπηση των συντελεστών παλινδρόμησης διαπιστώνουμε ότι και οι τρεις ανεξάρτητες μεταβλητές συμβάλλουν σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης: Η ψυχαναγκαστικότητα ($B = 0,18, t = 6,08, p < 0,001$), ο θυμός ($B = 0,20, t = 8,08, p < 0,001$) και η διαπροσωπική ευαισθησία ($B = 0,14, t = 4,90, p < 0,001$). Όσο υψηλότερη η ψυχαναγκαστικότητα, ο θυμός και η επιθετικότητα και η διαπροσωπική ευαισθησία, τόσο υψηλότερα τα επίπεδα εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου.

Σημειώνεται ότι εκπληρώνονταν όλες οι προϋποθέσεις, κανονικότητας, ομοιοσκεδασμού και ανεξαρτησίας των καταλοίπων, καθώς και μη ύπαρξης πολυσυγραμμικότητας για τη διεξαγωγή της ανάλυσης ($VIF < 2, Tolerance > 0,5, Condition Index < 15$).

Πίνακας 3.1.2.3.3. *T-τιμές, τυπικό σφάλμα, συντελεστές παλινδρόμησης και στατιστικές σημαντικότητες, για το εννιαίο μοντέλο των συμπεριφορών ψυχοπαθολογίας.*

Μεταβλητές πρόβλεψης	SE	b	Beta
Ψυχαναγκαστικότητα	0,75	4,57	0,18**
Θυμός και Επιθετικότητα	0,49	3,70	0,20**
Διαπροσωπική ευαισθησία	0,67	3,24	0,14**

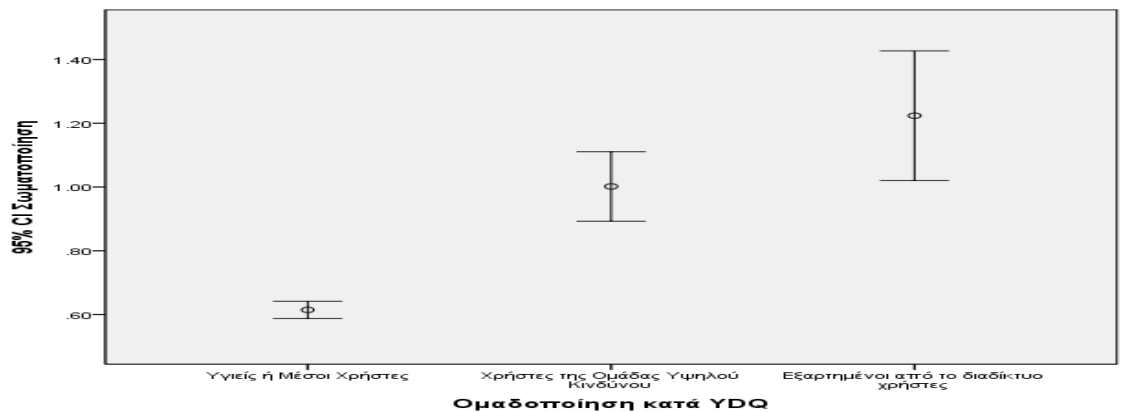
*** $p < 1,001$

Για να ενισχυθούν τα ευρήματα των παραπάνω αναλύσεων παλινδρόμησης διεξάγαμε μία πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης, στην οποία η ομαδοποίηση των υγιών, υψηλού κινδύνου και εξαρτημένων χρηστών χρησιμοποιήθηκε ως ανεξάρτητη μεταβλητή και οι μορφές ψυχοπαθολογίας, η σωματοποίηση, η ψυχαναγκαστικότητα- καταναγκαστικότητα, η διαπροσωπική ευαισθησία, η κατάθλιψη, ο θυμός και η επιθετικότητα, ο παρανοειδής ιδεασμός και ο ψυχωτισμός ως εξαρτημένες μεταβλητές.

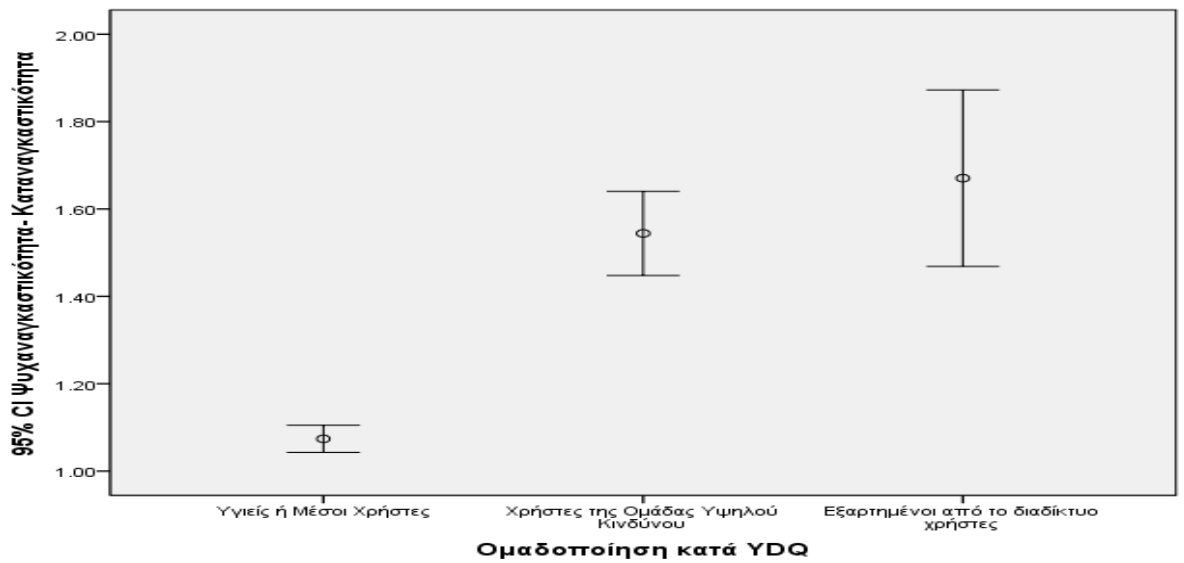
Με τη χρήση του κριτηρίου *Wilks' A*, η πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης έδειξε ότι η ομαδοποίηση σε υγιείς, υψηλού κινδύνου και εξαρτημένους χρήστες διαφοροποιεί τους μέσους όρους των μορφών ψυχοπαθολογίας των εφήβων που εξετάστηκαν $\{F(8, 2031) = 307,30, p < 0,001, \eta^2 = 0,55\}$, ενισχύοντας τα ευρήματα των αναλύσεων παλινδρόμησης. Αναλυτικότερα, ως προς τις επιμέρους μορφές ψυχοπαθολογίας η κύρια επίδραση της ομαδοποίησης ως προς την ποιότητα χρήσης διαδικτύου φαίνεται να είναι στατιστικά σημαντική για τη σωματοποίηση $\{F(2, 2031) = 63,96, p < 0,001, \eta^2 = 0,06\}$, την ψυχαναγκαστικότητα- καταναγκαστικότητα $\{F(2, 2031) = 65,80, p < 0,001, \eta^2 = 0,06\}$, τη διαπροσωπική ευαισθησία $\{F(2, 2031) = 58,24, p < 0,001, \eta^2 = 0,05\}$, την κατάθλιψη $\{F(2, 2031) = 53,44, p < 0,001, \eta^2 = 0,05\}$, το άγχος $\{F(2, 2031) = 58,19, p < 0,001, \eta^2 = 0,05\}$, το θυμό και την επιθετικότητα $\{F(2, 2031) = 68,84, p = 0,001, \eta^2 = 0,06\}$, τον παρανοειδή ιδεασμό $\{F(2, 2031) = 49,11, p = 0,001, \eta^2 = 0,05\}$ και τον ψυχωτισμό $\{F(2, 2031) = 58,33, p < 0,001, \eta^2 = 0,05\}$.

Από τις πολλαπλές συγκρίσεις με το post hoc κριτήριο του Tukey προέκυψε ότι οι υγιείς χρήστες διαδικτύου εμφανίζουν σωματοποίηση στατιστικά σημαντικά υψηλότερα από τους υγιείς χρήστες ($M D = 0,63 SE = 0,08, p < 0,001$), ψυχαναγκαστικότητα- καταναγκαστικότητα στατιστικά σημαντικά υψηλότερα από τους

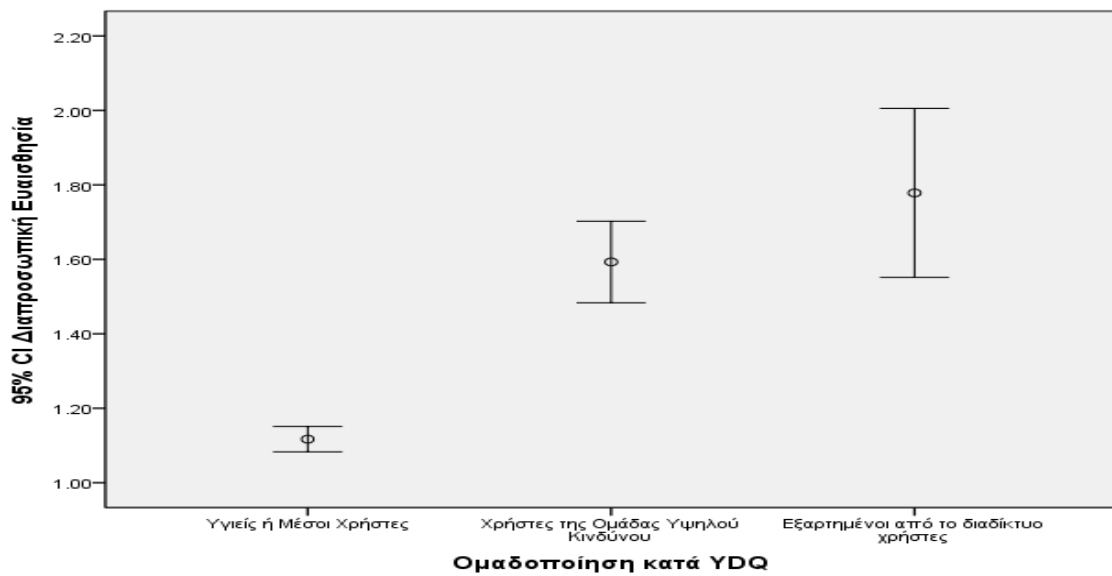
υγιείς χρήστες ($MD = 0,62$ $SE = 0,09$, $p < 0,001$) και διαπροσωπική ευαισθησία στατιστικά σημαντικά υψηλότερα από τους υγιείς χρήστες ($MD = 0,68$ $SE = 0,10$, $p < 0,001$). Οι εξαρτημένοι χρήστες παρουσιάζουν επιπρόσθετα κατάθλιψη στατιστικά σημαντικά υψηλότερα από τους υγιείς χρήστες ($MD = 0,74$ $SE = 0,10$, $p < 0,001$), άγχος στατιστικά σημαντικά υψηλότερα από τους υγιείς χρήστες ($MD = 0,64$ $SE = 0,09$, $p < 0,001$), θυμό επιθετικότητα στατιστικά σημαντικά υψηλότερα από τους υγιείς χρήστες ($MD = 0,97$ $SE = 0,12$, $p < 0,001$), παρανοειδή ιδεασμό στατιστικά σημαντικά υψηλότερα από τους υγιείς χρήστες ($MD = 0,66$ $SE = 0,10$, $p < 0,001$) και τέλος ψυχωτισμό στατιστικά σημαντικά υψηλότερα από τους υγιείς χρήστες ($MD = 0,52$ $SE = 0,07$, $p < 0,001$).



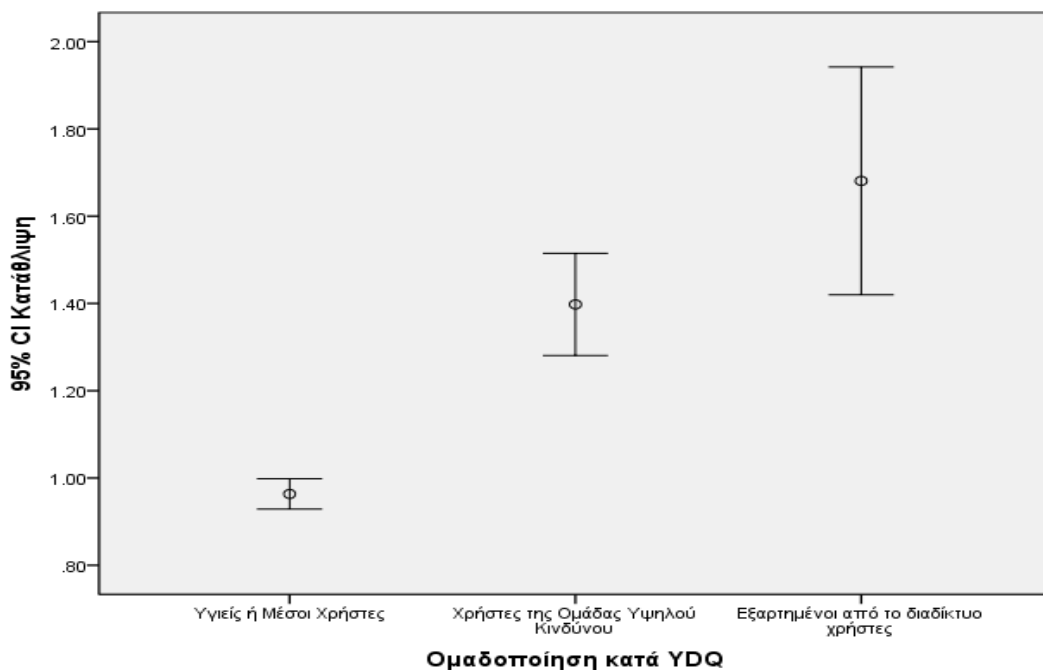
Γράφημα 3.2.1.3.1. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Σωματοποίησης με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημένους Χρήστες



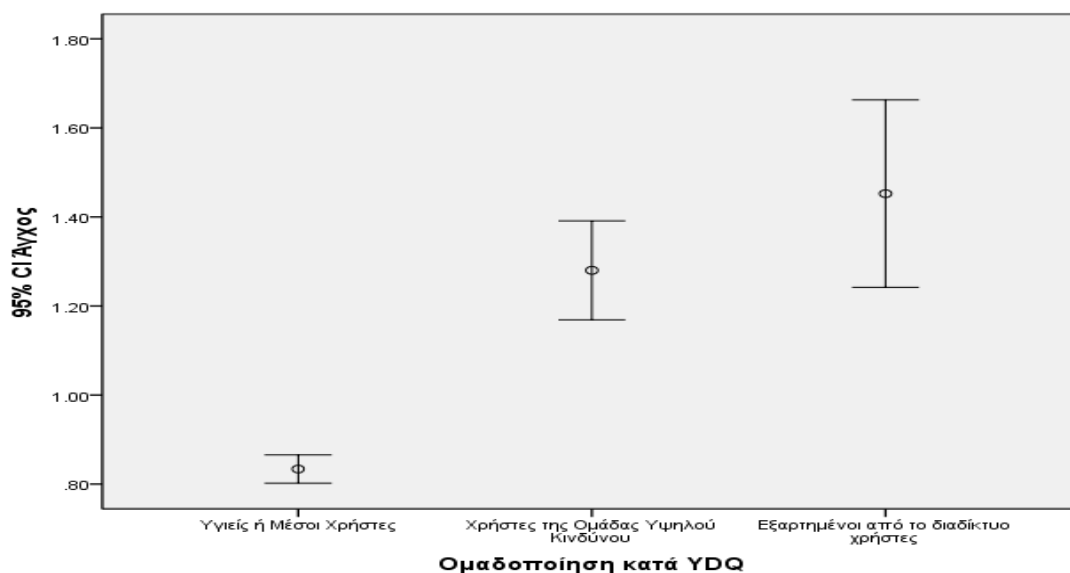
Γράφημα 3.2.1.3.2. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Ψυχαναγκαστικότητας- Καταναγκαστικότητας με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημενους Χρήστες



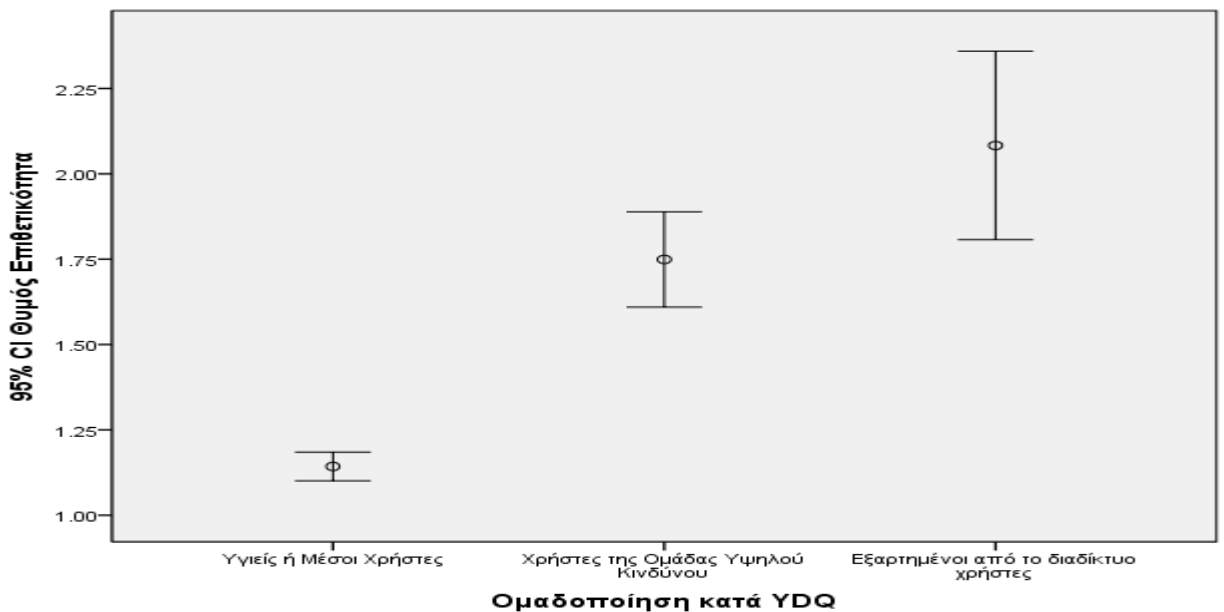
Γράφημα 3.2.1.3.2. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Διαπροσωπικής Ευαισθησίας με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημενους Χρήστες



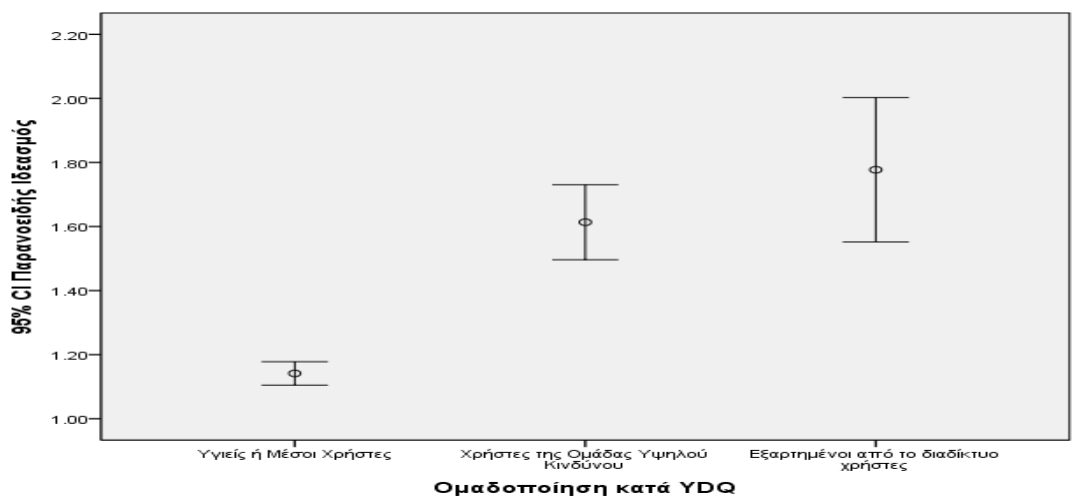
Γράφημα 3.2.1.3.3. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Κατάθλιψης με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημένους Χρήστες



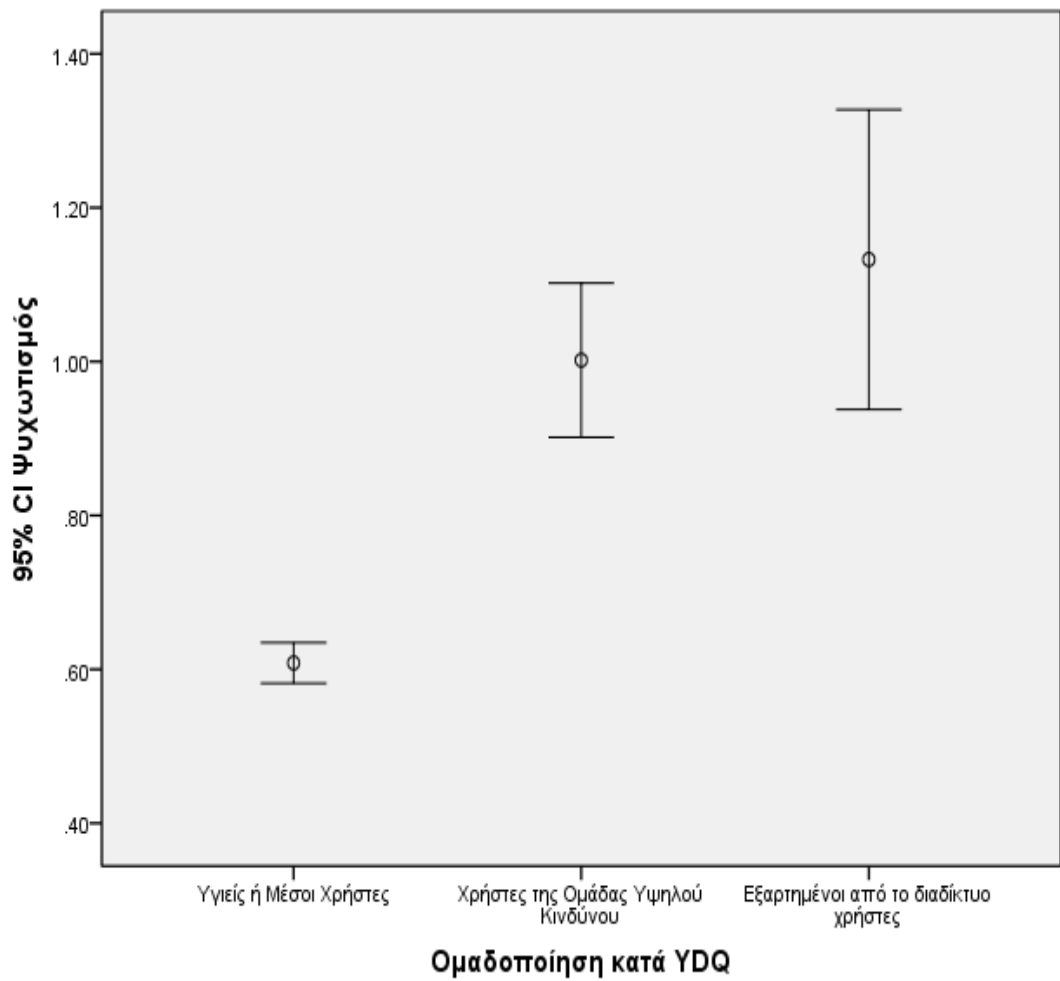
Γράφημα 3.2.1.3.4. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Άγχους με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημένους Χρήστες



Γράφημα 3.2.1.3.5. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Θυμού και επιθετικότητας με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημενους Χρήστες



Γράφημα 3.2.1.3.6. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Παρανοειδούς Ιδεασμού με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημενους Χρήστες



Γράφημα 3.2.1.3.7. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Ψυχωτισμού με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημένους Χρήστες.

3.2.1.4. *Ειδικότερα, η συναισθηματική σταθερότητα (νευρωτισμός) και η κατάθλιψη σχετίζονται, και αν ναί, με ποιό τρόπο με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου;*

Υποθέτουμε ότι χαμηλότερα επίπεδα συναισθηματικής σταθερότητας, δηλαδή υψηλότερα επίπεδα νευρωτισμού, προκαλώντας εντονότερα αισθήματα κατάθλιψης συνδέονται με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου. Για το σκοπό αυτό υπολογίσαμε το κριτήριο «Sobel», προϊόν των συντελεστών παλινδρόμησης, για την πλήρη και τη διαμεσολαβημένη επίδραση, της συναισθηματικής σταθερότητας στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου και της συναισθηματικής σταθερότητας, μέσα από καταθλιπτικές συμπεριφορές στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου αντίστοιχα. Επίπρόσθετα υπολογίστηκαν τα ανάλογα, σε εκατοστιαία βάση (*percentile-based*), διορθωμένα προκατάληψης (*bias-corrected*) και διορθωμένα προκατάληψης και επιταχυμένα (*bias-corrected and accelerated*) διαστήματα εμπιστοσύνης μετά από την εφαρμογή αναγωγικής διαλογής του δείγματος, στον ελάχιστο συνιστώμενο αριθμό των 1000 δυνατικών δειγμάτων (*bootstrapping*) (Preacher & Hayes, 2008). Οι εκτιμήσεις όλων των διαδρομών επίδρασης έγιναν με τη χρήση παλινδρόμησης ελαχίστων τετραγώνων.

Η συνολική διαμεσολαβημένη επίδραση της συναισθηματικής σταθερότητας (X) στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου (Y) είναι $f = a|b| = -0,41$ όπου ως $a|b|$ λόγίζεται η καταθλιπτική συμπεριφορά. Για να καθορίσουμε τη στατιστική σημαντικότητα αυτής της επίδρασης, υπολογίσαμε την προτεινόμενη ασύμπτωτη διακύμανση της διαμεσολαβημένης επίδρασης, με ένα διαμεσολαβητικό παράγοντα (Bollen, 1989). Η ασύμπτωτη διακύμανση που βρέθηκε ήταν $var[f] = 440,16$. Επακόλουθα το ασύμπτωτο κρίσιμο σημείο της διαμεσολαβημένης επίδρασης της συναισθηματικής σταθερότητας στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου ήταν :

$$Z = -0,41 / \sqrt{440,16} = -8,60$$

Αυτό οδηγεί στην *απόρριψη της μηδενικής υπόθεσης* ότι η διαμεσολαβημένη επίδραση είναι μηδενική ($p < ,001$). Η διαμεσολαβημένη επίδραση της συναισθηματικής σταθερότητας στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου μέσα από την πρόκληση καταθλιπτικής συμπεριφοράς διαμορφώνεται επακόλουθα ως $a1b1 = -0,41$. Το τυπικό σφάλμα και το κρίσιμο σημείο για αυτή την επίδραση αναφέρονται στον πίνακα 15.

Πίνακας 3.2.1.4.1. *Διαμεσολαβημένη Επίδραση της Συναισθηματικής Σταθερότητας στην Εξαρτητική Χρήση Διαδικτύου μέσα από την Καταθλιπτική Συμπεριφορά*

	Προϊόν Συντελεστών Παλινδρόμησης				Αναγωγική διαλογή Δείγματος (Bootstrapping)					
	Sobel	T. Σ.	Z	P	Εκατοστιαίας Βάσης 99% CI		ΠΔ 99% CI		ΠΔΕ 99% CI	
					Χαμηλό	Υψηλό	Χαμηλό	Υψηλό	Χαμηλό	Υψηλό
Κατάθλιψη	-,41	,05	-8,60	,000	-,52	-,31	-,50	-,29	-,50	-,30
Συνολική ή Διαμεσολάβη	-,41	,05	-8,60	,000	-,52	-,31	-,50	-,29	-,50	-,30

Σημείωση—CI: Διάστημα Εμπιστοσύνης, ΠΔ: Διορθωμένο Προκατάληψης, ΠΔΕ: Διορθωμένο Προκατάληψης και Επιταχυνόμενο 1.000 Αναγωγικής Διαλογής Δείγματα (Bootstrap).

Από τα ευρήματα φαίνεται ότι η *καταθλιπτική συμπεριφορά είναι ίσως σημαντικός διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση μεταξύ συναισθηματικής σταθερότητας και εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου* ($Z = -8,60$ $p < ,001$). Καταληκτικά, τόσο η συνολική ($B = -0,64$, $t = -7,54$, $p < ,001$) όσο και η ευθεία ($B = -2,36$, $t = -2,55$, $p < ,001$) (μή διαμεσολαβημένη) επίδραση της συναισθηματικής σταθερότητας στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου είναι στατιστικά σημαντικές.

3.2.2. Να εκτιμηθεί πιθανή σχέση της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά της σχέσης με την οικογένεια προέλευσης των εφήβων.

Για το ερώτημα αυτό έγινε επίσης έλεγχος των ευρημάτων σε τρία στάδια: 1) ενημερώθηκε ο πίνακας συναφειών της ποιότητας χρήσης διαδικτύου με τους δείκτες οικογενειακής σταθερότητας, συνοχής, ευελιξίας, ικανοποίησης, επικοινωνίας και συναισθηματικής αποκοπής της οικογενειακής κλίμακας για την συνοχή και την ευελιξία (FACES) 2) τα χαρακτηριστικά εκείνα των οικογενειακών σχέσεων που βρέθηκε να έχουν ισχυρότερη συνάφεια με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου, τεκμηριωμένη και από παλιότερη βιβλιογραφία, χρησιμοποιήθηκαν ξεχωριστά σε αναλύσεις γραμμικής παλινδρόμησης ως ανεξάρτητες μεταβλητές για την αποφυγή πολυσυγραμμικότητας και 3) μετά από έλεγχο των προϋποθέσεων πολυσυγραμμικότητας ($VIF < 2$, $Tolerance > 0,5$, $Condition Index < 15$) υπολογίστηκε ένα μοντέλο πρόβλεψης της εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου από όσα χαρακτηριστικά δεν παραβίαζαν τις προϋποθέσεις της ανάλυσης και είχαν παράλληλα υψηλό βαθμό επίδρασης στην εξαρτημένη μεταβλητή.

Πίνακας 3.2.2.1. Πίνακας συναφειών της ποιότητας χρήσης διαδικτύου με μεγέθη της σχέσης των εφήβων με την οικογένεια προέλευσής τους

	Βαθμός IAT	Ικανοποίηση στην Οικογένεια	Επικοινωνία στην Οικογένεια	Δείκτης Συνοχής	Δείκτης Ευελιξίας	Δείκτης Σταθε- ρότητας	Συναισθη- ματική Αποκοπή
Βαθμός IAT		-,173**	-,186**	-,176**	-,209**	-,221**	,267**
Ικανοποίηση στην Οικογένεια			,818**	,607**	,541**	,626**	-,210**
Επικοινωνία στην Οικογένεια				,584**	,536**	,614**	-,199**
Δείκτης Οικογενειακής Συνοχής					,572**	,795**	-,294**
Δείκτης Οικογενειακής Ευελιξίας						,952**	-,234**
Δείκτης Οικογενειακής Σταθερότητας							-,283**
Συναισθηματική Αποκοπή							

** $p < 1\%$

Από τον υπολογισμό των συναφειών φάνηκε ότι έχουν στατιστικά ισχυρότερη αρνητική, με τη σειρά που αναφέρονται, συνάφεια σε επίπεδο 1% με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου, η οικογενειακή σταθερότητα, η ευελιξία, η επικοινωνία στην οικογένεια, η ικανοποίηση στην οικογένεια και η συνοχή στην οικογένεια. Αντίθετα, στατιστικά σημαντική θετική συνάφεια σε επίπεδο 1% φάνηκε να έχει η ποιότητα χρήσης του διαδικτύου με το βαθμό συναισθηματικής αποκοπής στην οικογένεια.

Οι ξεχωριστές, για την κάθε επιμέρους ποιότητα σχέσης με την οικογένεια, αναλύσεις γραμμικής παλινδρόμησης επιβεβαίωσαν τις σημαντικές σημαντικές σχέσεις με την ποιότητα χρήσης του διαδικτύου.

Πίνακας 3.2.2.2. Προσαρμοσμένοι συντελεστές προσδιορισμού, συντελεστές παλινδρόμησης, *F*- τιμές των κλίσεων των γραμμών παλινδρόμησης και στατιστικές σημαντικότητες για τα χαρακτηριστικά της οικογένειας.

Μεταβλητές πρόβλεψης	<i>R</i> ²	<i>F</i>	<i>b</i>	<i>Beta</i>
Συναισθηματική αποκοπή	0,07	108,19	0,52	0,27***
Οικογενειακή σταθερότητα	0,05	97,87	-33,77	-0,22***
Οικογενειακή ευελιξία	0,04	87,73	-43,44	-0,21***
Επικοινωνία στην οικογένεια	0,04	67,59	-0,39	-0,18***
Ικανοποίηση στην οικογένεια	0,03	58,99	-0,38	-0,17***
Συνοχή στην οικογένεια	0,03	60,82	-36,01	-0,17***

****p*<0,001

Στη συνέχεια και προκειμένου να υπολογιστεί ένα συνολικό μοντέλο πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης, το σύνολο των παραπάνω διαστάσεων της σχέσης με την οικογένεια επιχειρήθηκε να χρησιμοποιηθούν ως ανεξάρτητες μεταβλητές. Λόγω της παραβίασης κριτηρίων πολυσυγραμμικότητας ($VIF < 2$, $Tolerance > 0,5$, $Condition Index < 15$), το τελικό μοντέλο περιλάμβανε μόνο την συναιθηματική αποκοπή, τη σταθερότητα και την επικοινωνία στην οικογένεια.

Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας του μοντέλου είναι ίσος με 0,33 και ο προσαρμοσμένος συντελεστής προσδιορισμού R^2 είναι ίσος με 0,10. Δηλαδή, 10% της διακύμανσης της εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου μπορεί να ερμηνευθεί από την επίδραση των ανεξάρτητων μεταβλητών. Η κλίση της γραμμής παλινδρόμησης είναι σημαντικά διαφορετική του μηδενός, $\{F(1, 1385) = 59,94, p < 0,001\}$. Από την επισκόπηση των συντελεστών παλινδρόμησης διαπιστώνουμε ότι και οι τρεις ανεξάρτητες μεταβλητές συμβάλλουν σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης: Η συναιθηματική αποκοπή ($B = 0,22, t = 8,22, p < 0,001$), η οικογενειακή σταθερότητα ($B = -0,12, t = -3,67, p < 0,001$) και η επικοινωνία στην οικογένεια ($B = -0,10, t = -3,21, p < 0,001$). Όσο εντονότερη η συναιθηματική αποκοπή και χειρότερη η ποιότητα οικογενειακής σταθερότητας και επικοινωνίας, τόσο εντονότερη η εξαρτητική χρήση διαδικτύου.

Σημειώνεται ότι εκπληρώνονταν όλες οι προϋποθέσεις, κανονικότητας, ομοιοσκεδασμού και ανεξαρτησίας των καταλοίπων, καθώς και μη ύπαρξης πολυσυγραμμικότητας για τη διεξαγωγή της ανάλυσης ($VIF < 2$, $Tolerance > 0,5$, $Condition Index < 15$).

Πίνακας 3.2.2.3. *T-τιμές, τυπικό σφάλμα, συντελεστές παλινδρόμησης και στατιστικές σημαντικότητες, για το εννιαίο μοντέλο των διαστάσεων της σχέσης με την οικογένεια.*

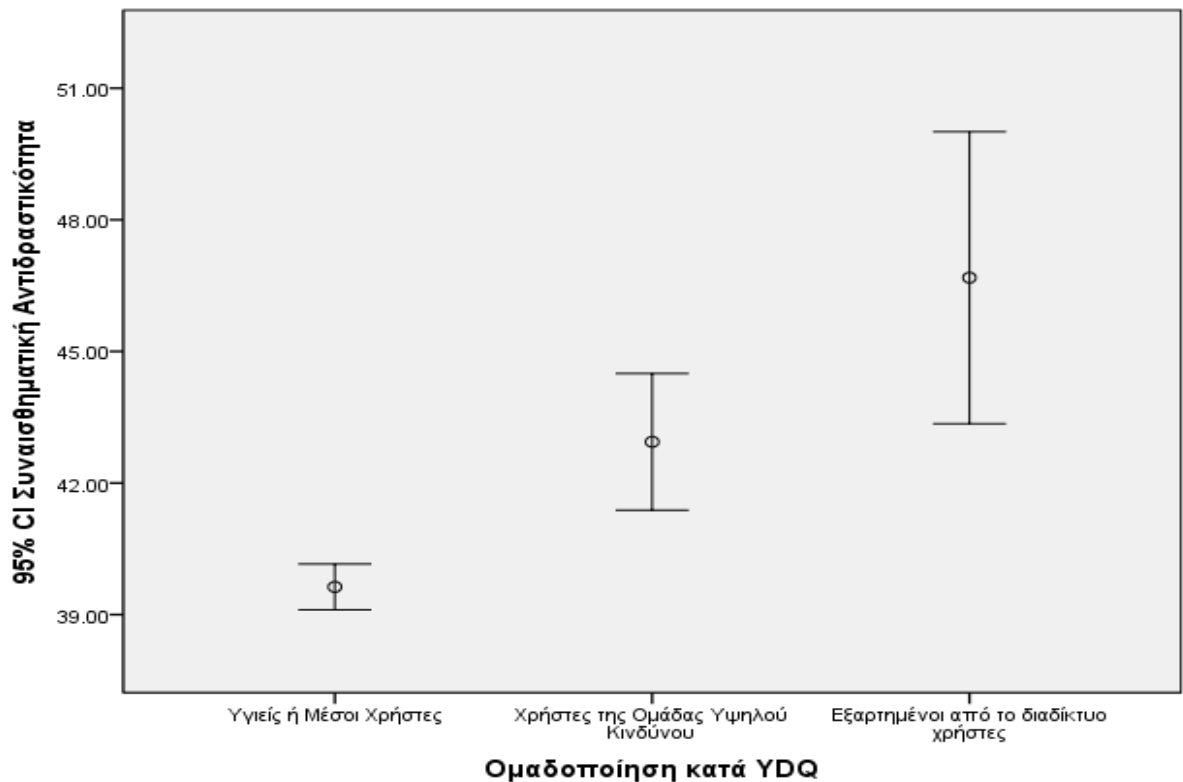
Μεταβλητές πρόβλεψης	<i>SE</i>	<i>b</i>	<i>Beta</i>
Συναισθηματική αποκοπή	0,05	0,42	0,22***
Οικογενειακή σταθερότητα	4,90	-17,98	-0,12***
Οικογενειακή επικοινωνία	0,07	-0,22	-0,10***

*** $p < 0,001$

Προκειμένου να ενισχύσουμε τα ευρήματα των παλινδρομήσεων διεξάγαμε μία επιπλέον πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης. Στην ανάλυση αυτή η ομαδοποίηση των υγιών, υψηλού κινδύνου και εξαρτημένων χρηστών χρησιμοποιήθηκε ως ανεξάρτητη μεταβλητή και τα χαρακτηριστικά οικογενειακής λειτουργίας ως εξαρτημένη μεταβλητές.

Με τη χρήση του κριτηρίου *Wilks' Λ*, η πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης έδειξε ότι η ομαδοποίηση σε υγιείς, υψηλού κινδύνου και εξαρτημένους χρήστες διαφοροποιεί τους μέσους όρους των χαρακτηριστικών οικογενειακής λειτουργίας των εφήβων που εξετάστηκαν $\{F(3, 1523) = 4856,96, p < ,001, \eta^2 = 0,90\}$, επιβεβαιώνοντας τα ευρήματα των αναλύσεων παλινδρόμησης. Ειδικότερα, η κύρια επίδραση της ομαδοποίησης ως προς την ποιότητα χρήσης διαδικτύου φαίνεται να είναι στατιστικά σημαντική για την συναισθηματική αποκοπή $\{F(2, 1523) = 19,20, p < ,001, \eta^2 = 0,03\}$. Από τις πολλαπλές συγκρίσεις με το post hoc κριτήριο του Tukey προέκυψε ότι οι υγιείς χρήστες διαδικτύου διαφέρουν στατιστικά σημαντικά ως προς

τη συναισθηματική αποκοπή από τους χρήστες της ομάδας υψηλού κινδύνου ($MD = -3,73, SE = 0,74, p < ,001$).



Γράφημα 3.2.2.1. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Συναισθηματικής Αποκοπής στην Οικογένεια με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημένους Χρήστες

3.2.2.1. *Να διερευνηθεί αν η συναισθηματική αποκοπή στην οικογένεια και η αυτοπεποίθηση του εφήβου συνδέονται, και αν ναι με ποιόν τρόπο, με το βαθμό εξάρτησης από το διαδίκτυο.*

Υποθέτουμε ότι υψηλότερα επίπεδα συναισθηματικής αποκοπής, προκαλώντας χαμηλότερα επίπεδα αυτοπεποίθησης συνδέονται με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου. Για το σκοπό αυτό υπολογίσαμε το κριτήριο «Sobel», προϊόν των συντελεστών παλινδρόμησης, για την πλήρη και τη διαμεσολαβημένη επίδραση, της συναισθηματικής αποκοπής στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου και της συναισθηματικής σταθερότητας, μέσα από την πτώση αυτοπεποίθησης στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου αντίστοιχα. Επίπρόσθετα υπολογίστηκαν τα ανάλογα, σε εκατοστιαία βάση (*percentile-based*), διορθωμένα προκατάληψης (*bias-corrected*) και διορθωμένα προκατάληψης και επιταχυμένα (*bias-corrected and accelerated*) διαστήματα εμπιστοσύνης μετά από την εφαρμογή αναγωγικής διαλογής του δείγματος, στον ελάχιστο συνιστώμενο αριθμό των 1000 δυνητικών δειγμάτων (*bootstrapping*) (Preacher & Hayes, 2008). Οι εκτιμήσεις όλων των διαδρομών επίδρασης έγιναν με τη χρήση παλινδρόμησης ελαχίστων τετραγώνων.

Η συνολική διαμεσολαβημένη επίδραση της συναισθηματικής σταθερότητας (X) στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου (Y) είναι $f = a|b| = 0,07$ όπου ως $a|$ λόγίζεται η αυτοπεποίθηση. Για να καθορίσουμε τη στατιστική σημαντικότητα αυτής της επίδρασης, υπολογίσαμε την προτεινόμενη ασύμπτωτη διακύμανση της διαμεσολαβημένης επίδρασης, με ένα διαμεσολαβητικό παράγοντα (Bollen, 1989). Η ασύμπτωτη διακύμανση που βρέθηκε ήταν $var[f] = 4546,80$. Επακόλουθα το

ασύμπτωτο κρίσιμο σημείο της διαμεσολαβημένης επίδρασης της συναισθηματικής αποκοπής στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου ήταν :

$$Z = 0,07 / \sqrt{4546,80} = 4,72$$

Αυτό οδηγεί στην *απόρριψη της μηδενικής υπόθεσης* ότι η διαμεσολαβημένη επίδραση είναι μηδενική ($p < ,001$). Η διαμεσολαβημένη επίδραση της συναισθηματικής αποκοπής στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου μέσα από την πρόκληση χαμηλότερης αυτοπεποίθησης διαμορφώνεται επακόλουθα ως $a1b1 = 0,07$. Το τυπικό σφάλμα και το κρίσιμο σημείο για αυτή την επίδραση αναφέρονται στον πίνακα 19.

Πίνακας 3.2.2.1.1. *Διαμεσολαβημένη Επίδραση της Συναισθηματικής Αποκοπή στην Οικογένεια στην Εξαρτητική Χρήση Διαδικτύου μέσα από την Πτώση της Αυτοπεποίθησης*

	Προϊόν Συντελεστών Παλινδρόμησης				Αναγωγική διαλογή Δείγματος (Bootstrapping)					
	Sobel	T. Σ.	Z	P	Εκατοστιαίας Βάσης 99% CI		ΠΔ 99% CI		ΠΔΕ 99% CI	
					Χαμηλό	Υψηλό	Χαμηλό	Υψηλό	Χαμηλό	Υψηλό
Αυτοπεποίθηση	0,07	0,01	4,72	0,0000	0,04	0,10	0,04	0,10	0,04	0,10
Συνολική ή Διαμεσολάβης	0,07	,01	4,72	0,0000	0,04	0,10	0,04	0,10	0,04	0,10

Σημείωση—CI: Διάστημα Εμπιστοσύνης, ΠΔ: Διορθωμένο Προκατάληψης, ΠΔΕ: Διορθωμένο Προκατάληψης και Επιταχυνόμενο 1.000 Αναγωγικής Διαλογής Δείγματα (Bootstrap).

Από τα ευρήματα φαίνεται ότι η *χαμηλότερη αυτοπεποίθηση είναι ίσως σημαντικός διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση μεταξύ συναισθηματικής αποκοπής στην οικογένεια και εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου* ($Z = 4,72$ $p < ,001$).

Καταληκτικά, τόσο η συνολική ($B = 0,52$, $t = 10,45$, $p < ,001$) όσο και η ευθεία ($B =$

0,45, $t = 8,83$, $p < ,001$) (μή διαμεσολαβημένη) επίδραση της συναισθηματικής αποκοπής στην οικογένεια στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου είναι στατιστικά σημαντικές.

3.2.3. *Να εκτιμηθεί η σχέση της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά του ίδιου του διαδικτυακού περιβάλλοντος.*

Για το ερώτημα αυτό επιχειρήθηκε επίσης έλεγχος των ευρημάτων σε τρία στάδια: 1) υπολογίστηκε ο πίνακας συναφειών της ποιότητας χρήσης διαδικτύου με το βαθμό απορρόφησης στο διαδικτυακό περιβάλλον (ροή) και τη διαδικτυακή δράση (τηλεπαρουσία) 2) τόσο η ροή όσο και η τηλεπαρουσία φάνηκε να έχουν στατιστικά ισχυρότερη, με τη σειρά που αναφέρονται, συνάφεια σε επίπεδο 1% με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου, τεκμηριωμένη και από παλιότερη βιβλιογραφία. Τα μεγέθη αυτά χρησιμοποιήθηκαν ξεχωριστά σε αναλύσεις γραμμικής παλινδρόμησης ως ανεξάρτητες μεταβλητές για την αποφυγή πολυσυγγραμικότητας και 3) μετά από έλεγχο των προϋποθέσεων πολυσυγγραμικότητας ($VIF < 2$, $Tolerance > 0,5$, $Condition Index < 15$) υπολογίστηκε ένα μοντέλο πρόβλεψης της εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου από τη ροή και την τηλεπαρουσία.

Πίνακας 3.2.3.1. *Πίνακας συναφειών της ποιότητας χρήσης διαδικτύου με τη ροή και την τηλεπαρουσία.*

	Βαθμός IAT	Τηλεπαρουσία	Ροή
Βαθμός IAT		,197**	,463**
Τηλεπαρουσία			,143**
Ροή			

** Στατιστικά σημαντικό σε επίπεδο 1%.

Από τον υπολογισμό των συναφειών φάνηκε ότι η ροή και η τηλεπαρουσία έχουν στατιστικά ισχυρότερη, με τη σειρά που αναφέρονται, συνάφεια σε επίπεδο 1% με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου.

Οι ξεχωριστές, για τα δύο μεγέθη, αναλύσεις γραμμικής παλινδρόμησης επιβεβαίωσαν τις σημαντικές σημαντικές σχέσεις με την ποιότητα χρήσης του διαδικτύου.

Πίνακας 3.2.3.2. Προσαρμοσμένοι συντελεστές προσδιορισμού, συντελεστές παλινδρόμησης, *F*- τιμές των κλίσεων των γραμμών παλινδρόμησης και στατιστικές σημαντικότητες, για τα ξεχωριστά μοντέλα ροής και τηλεπαρουσίας.

Μεταβλητές πρόβλεψης	<i>R</i> ²	<i>F</i>	<i>B</i>	<i>Beta</i>
Ροή	0,21	393,94	5,90	0,46**
Τηλεπαρουσία	0,04	58,75	0,13	0,20**

***p*<0,001

Στη συνέχεια και προκειμένου να υπολογιστεί ένα συνολικό μοντέλο πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης, τα δύο μεγέθη χρησιμοποιήθηκαν ως ανεξάρτητες μεταβλητές, μετά από έλεγχο των κριτηρίων πολυσυγραμμικότητας (*VIF* < 2, *Tolerance* > 0,5, *Condition Index* < 15).

Ο δείκτης πολλαπλής συνάφειας του μοντέλου είναι ίσος με 0,48 και ο προσαρμοσμένος συντελεστής προσδιορισμού *R*² είναι ίσος με 0,23. Δηλαδή, 23% της διακύμανσης της εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου μπορεί να ερμηνευθεί από την

επίδραση των ανεξάρτητων μεταβλητών. Η κλίση της γραμμής παλινδρόμησης είναι σημαντικά διαφορετική του μηδενός, $\{F(1, 1445) = 213,83, p < 0,001\}$. Από την επισκόπηση των συντελεστών παλινδρόμησης διαπιστώνουμε ότι και οι δύο ανεξάρτητες μεταβλητές συμβάλλουν σημαντικά στην πρόβλεψη της εξαρτημένης: Η ροή ($B = 0,44, t = 18,92, p < 0,001$) και η τηλεπαρουσία ($B = 0,13, t = 5,36, p < 0,001$). Όσο εντονότερη η βίωση ροής και τηλεπαρουσίας, τόσο υψηλότερα τα επίπεδα εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου.

Σημειώνεται ότι εκπληρώνονταν όλες οι προϋποθέσεις, κανονικότητας, ομοιοσκεδασμού και ανεξαρτησίας των καταλοίπων, καθώς και μή ύπαρξης πολυσυγραμμικότητας για τη διεξαγωγή της ανάλυσης ($VIF < 2, Tolerance > 0,5, Condition Index < 15$).

Πίνακας 3.2.3.3. *T-τιμές, τυπικό σφάλμα, συντελεστές παλινδρόμησης και στατιστικές σημαντικότητες, για το εννιαίο μοντέλο ροής και τηλεπαρουσίας.*

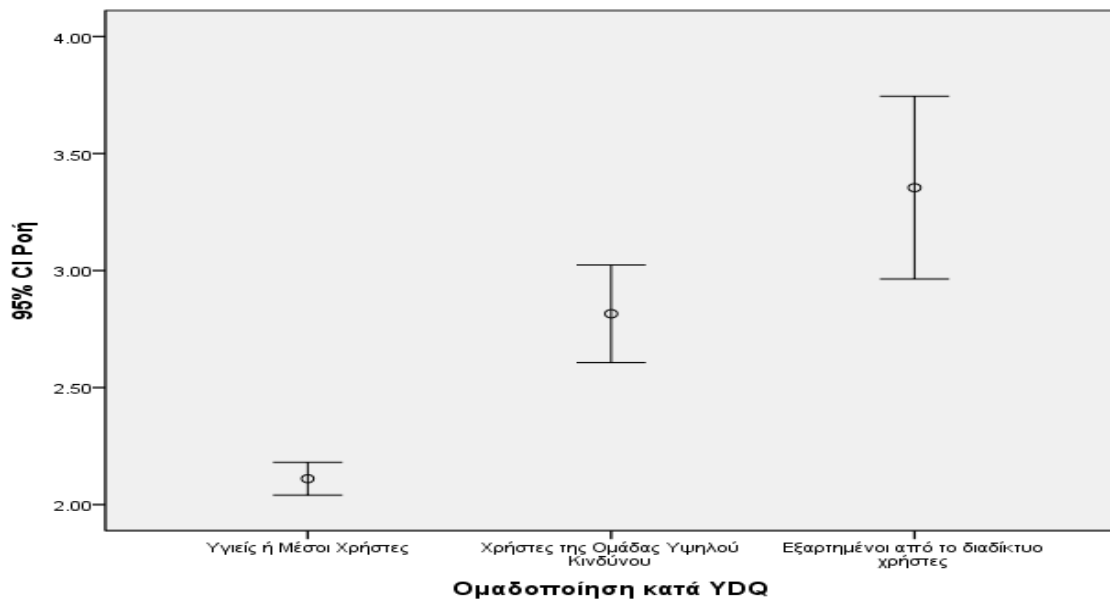
Μεταβλητές πρόβλεψης	t	SE	b	Beta
Ροή	18,92	0,30	5,64	0,44**
Τηλεπαρουσία	5,36	0,02	0,08	0,13**

$p < 0,001$

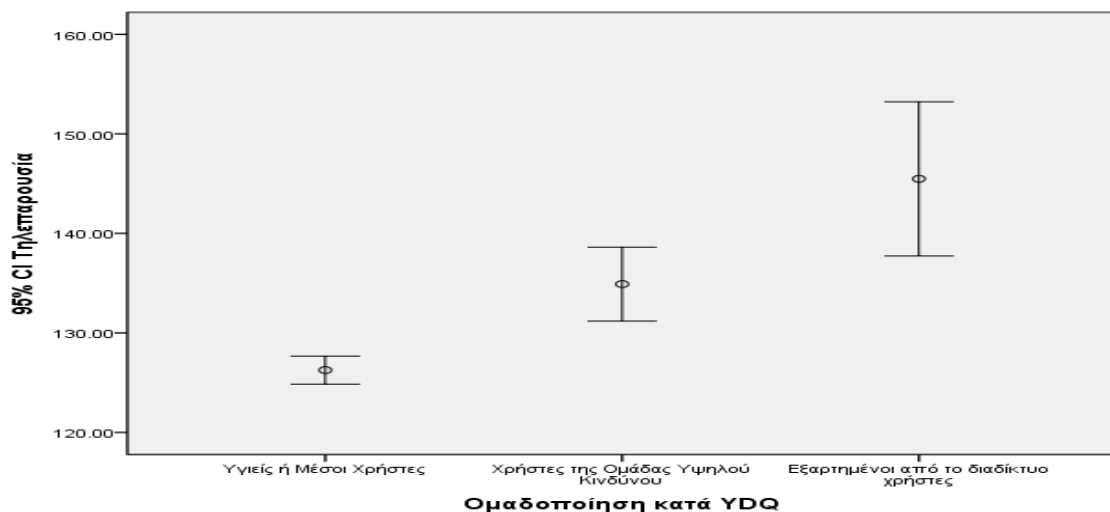
Με στόχο να ενισχυθούν τα ευρήματα των αναλύσεων παλινδρόμησης, διερευνήσαμε την πιθανή διαφοροποίηση των εξαρτημένων από το διαδικτυο χρηστών με βάση το YDQ, ως προς χαρακτηριστικά που αφορούν τη σχέση τους με το ίδιο το διαδικτυακό περιβάλλον με μία ακόμη πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης.

Με τη χρήση του κριτηρίου *Wilks' Λ*, η πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης έδειξε ότι η ομαδοποίηση σε υγιείς, υψηλού κινδύνου και εξαρτημένους χρήστες διαφοροποιεί τους μέσους όρους χαρακτηριστικών, που αφορούν τη σχέση των εφήβων με το ίδιο το διαδικτυακό περιβάλλον $\{F(2, 1564) = 4760,28 p <,001, \eta^2 = 0,86\}$. Αναλυτικότερα, ως προς τα επιμέρους χαρακτηριστικά η κύρια επίδραση της ομαδοποίησης ως προς την ποιότητα χρήσης διαδικτύου φαίνεται να είναι *στατιστικά σημαντική* τόσο για την ροή $\{F(2, 1564) = 38,60, p <,001, \eta^2 = 0,047\}$ όσο και για την τηλεπαρουσία $\{F(2, 1564) = 18,97, p <,001, \eta^2 = 0,024\}$.

Από τις πολλαπλές συγκρίσεις με το post hoc κριτήριο του Tukey προέκυψε ότι οι υγιείς χρήστες διαδικτύου *διαφέρουν στατιστικά σημαντικά* ως προς την ροή από τους εξαρτημένους χρήστες ($MD = -0,68, SE = 0,11, p <,001$). Αντίστοιχα και με βάση το ίδιο κριτήριο βρέθηκε ότι οι υγιείς χρήστες του διαδικτύου *διαφέρουν στατιστικά σημαντικά* ως προς την τηλεπαρουσία σε σχέση με τους εξαρτημένους χρήστες ($MD = -1,24, SE = 0,19, p <,001$).



Γράφημα 3.2.3.1. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Ροής με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημένους Χρήστες



Γράφημα 3.2.3.2. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Τηλεπαρουσίας με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημένους Χρήστες

3.2.3.1. *Να διερευνηθεί αν η ροή και η τηλεπαρουσία αλληλεπιδρούν ως προς το βαθμό εξάρτησης από το διαδίκτυο*

Υποθέτουμε ότι η επίδραση του βαθμού απορρόφησης από τη διαδικτυακή δράση, της ροής, στην τάση για εξαρτητική χρήση διαδικτύου, επηρεάζεται από τα επίπεδα απορρόφησης από το διαδικτυακό περιβάλλον, την Τηλεπαρουσία. Για να επιβεβαιώσουμε την παραπάνω υπόθεση προβήκαμε σε μία ανάλυση στατιστικού μετριασμού (Moderation), αφού προηγουμένως κεντροποιήσαμε (Centered) τις τιμές των δύο μεταβλητών πρόβλεψης, προκειμένου να προληφθούν κίνδυνοι πολυσυγραμμικότητας. Σημειώνεται ότι η κεντροποίηση επιτυγχάνεται αν από την τιμή κάθε συμμετέχοντα αφαιρεθεί ο στατιστικός μέσος όρος. Ακόλουθα η ροή ήταν η μεταβλητή πρόβλεψης (F), και η τηλεπαρουσία η προτεινόμενη μεταβλητή μετριασμού (M). Οι μεταβλητές F , M περιλήφθηκαν σαν μεταβλητές πρόβλεψης σε μία ανάλυση παλινδρόμησης ελαχίστων τετραγώνων. Το μοντέλο υπολογίστηκε ως εξής :

$$Y = a + b_1 F + b_2 M + b_3 (F \times M)$$

Δεδομένα αναφορικά με το μοντέλο περιλαμβάνονται στον πίνακα 12. Τα πρωτογενή αποτελέσματα της στατιστικής επεξεργασίας περιέχονται στο παράρτημα 2. Όπως φαίνεται η ροή και η τηλεπαρουσία αλληλεπιδρούν ως προς την εξαρτητική χρήση διαδικτύου [$b_3 = 0,03$ $t(1445) = 3,13$, $p < 0,05$]. Ο συντελεστής παλινδρόμησης για την αλληλεπίδρασή τους σημαίνει αν ο βαθμός τηλεπαρουσίας αυξηθεί κατά μία μονάδα, τότε ο συντελεστής παλινδρόμησης της ροής στην εξάρτηση από το διαδίκτυο αυξάνεται κατά 0,03 (αφού το πρόσημο είναι θετικό).

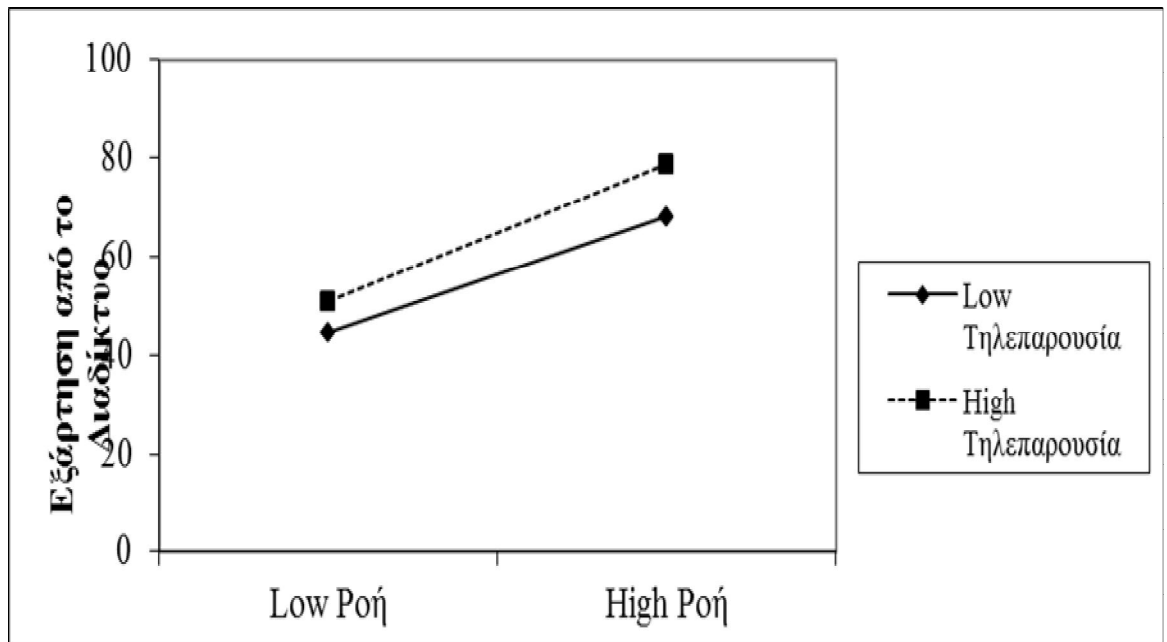
Πίνακας 3.2.3.1. Συντελεστές παλινδρόμησης ελαχίστων τετραγώνων της Εξαρτητικής Χρήσης Διαδικτύου από τη Διαδικτυακή Ροή, την Τηλεπαρουσία και την Αλληλεπίδρασή τους

	<i>B</i>	<i>T. Σ.</i>	<i>T</i>
<i>α</i> : constant	27,98	0,40	69,48 **
<i>b 1</i> : Ροή (<i>F</i>)	5,68	0,30	19,12 **
<i>b 2</i> : Τηλεπαρουσία (<i>M</i>)	0,09	0,02	5,79 **
<i>b 3</i> : <i>F X M</i>	0,03	0,01	3,13 **

Note-*R*= 0,48, *R*²=0,23, *F*(3,1445)= 147,09 *p*< ,001.

***p*<0,001

Το γράφημα 3.2.3.1.1. περιγράφει την αλληλεπίδραση ροής και τηλεπαρουσίας στην εξάρτηση από το διαδίκτυο χρησιμοποιώντας συντελεστές παλινδρόμησης του μοντέλου. Όπως φαίνεται όταν η τηλεπαρουσία κυμαίνεται στο χαμηλότερο επίπεδο, ο συντελεστής παλινδρόμησης για τη ροή κυμαίνεται επίσης στο χαμηλότερο επίπεδο, ενώ αντίθετα στα υψηλότερα επίπεδα τηλεπαρουσίας ανυψώνεται ο συντελεστής παλινδρόμησης της ροής στην εξάρτηση από το διαδίκτυο. Φαίνεται λοιπόν ότι οι έφηβοι εκείνοι που έχουν εντονότερη αίσθηση απορρόφησης από το εικονικό περιβάλλον, είναι πίο ευάλωτοι στην εξάρτηση από το διαδίκτυο από εφήβους που έχουν τον ίδιο με αυτούς βαθμό απορρόφησης από το διαδικτυακό περιβάλλον, δηλαδή ροή.



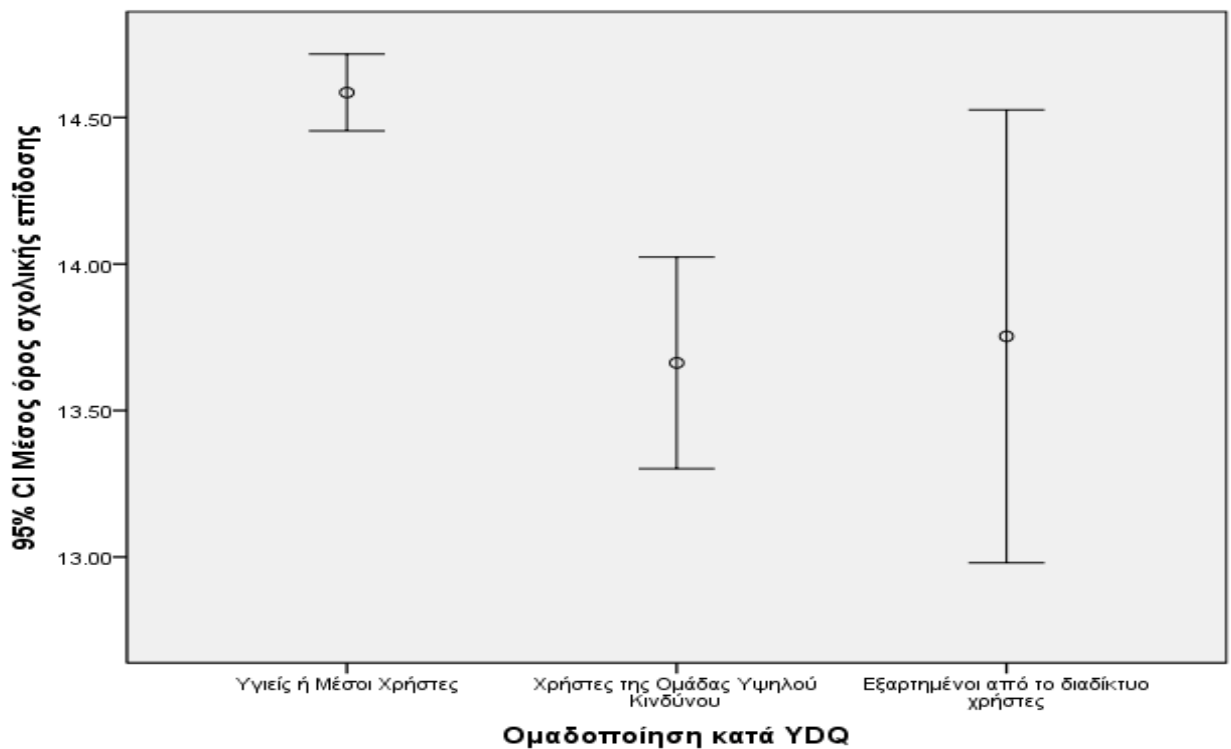
Γράφημα 3.2.3.1.1. Αλληλεπίδραση ροής και τηλεπαρουσίας ως προς την κατάχρηση διαδικτύου

3.3. Να διερευνηθεί πώς επηρεάζει η χρήση, η χρήση υψηλού κινδύνου και η κατάχρηση του διαδικτύου, την επίτευξη αναπτυξιακών στόχων. Ειδικότερα διαφέρουν ως προς τη σχολική επίδοση και τη δημοτικότητα οι έφηβοι που ανήκουν στην ομάδα των υγιών χρηστών διαδικτύου, στην ομάδα υψηλού κινδύνου για την εκδήλωση διαδικτυακής εξάρτησης και την ομάδα εξαρτημένων από το διαδίκτυο χρηστών;

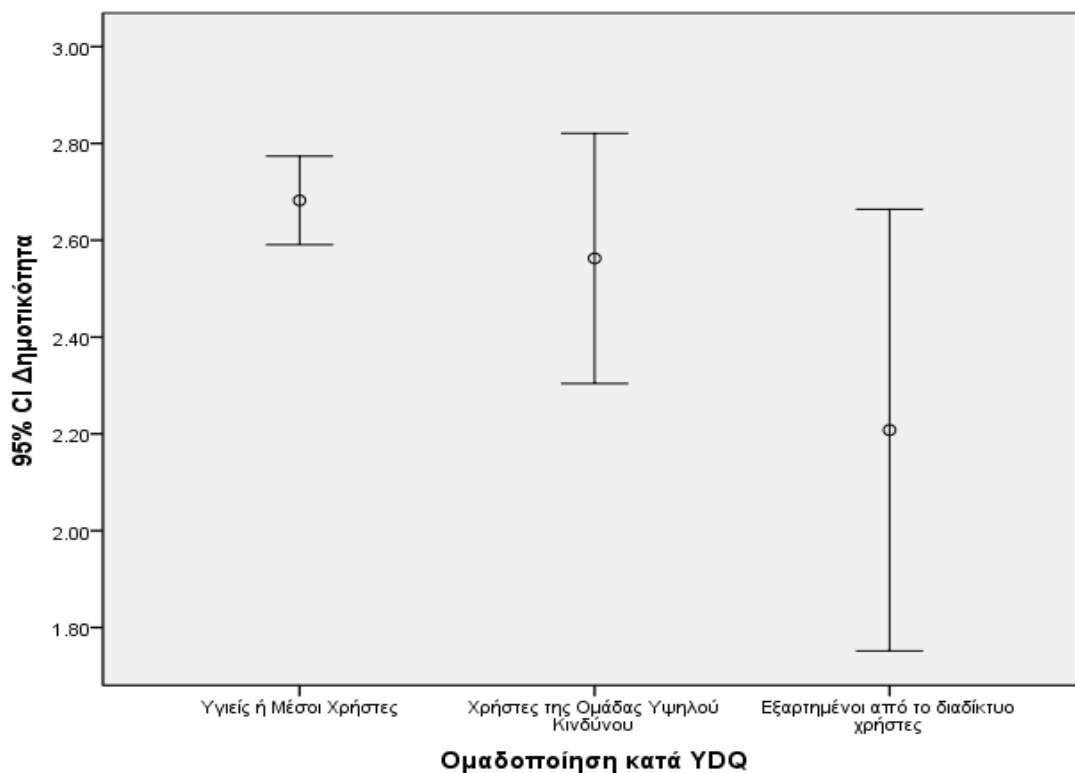
Για να απαντήσουμε το ερώτημα αυτό διεξάγαμε μία επιπλέον πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης. Στην ανάλυση αυτή η ομαδοποίηση των υγιών, υψηλού κινδύνου και εξαρτημένων χρηστών χρησιμοποιήθηκε ως ανεξάρτητη μεταβλητή και ο μέσος όρος της σχολικής επίδοσης και η δημοτικότητα, όπως προέκυψε από το κοινωνιομετρικό ερωτηματολόγιο, λογίστηκαν ως εξαρτημένες μεταβλητές, που περιγράφουν τα αναπτυξιακά επιτεύγματα του εφήβου.

Με τη χρήση του κριτηρίου *Wilks' A*, η πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης έδειξε ότι η ομαδοποίηση σε υγιείς, υψηλού κινδύνου και εξαρτημένους

χρήστες διαφοροποιεί τους μέσους όρους των αναπτυξιακών επιτευγμάτων των εφήβων που εξετάστηκαν $\{F(2, 1738) = 4181,06, p < ,001, \eta^2 = 0,83\}$. Ειδικότερα η επίδραση της ανεξάρτητης μεταβλητής στη σχολική επίδοση είναι στατιστικά σημαντική $\{F(2, 1739) = 13,77, p = ,001, \eta^2 = 0,02\}$, ενώ αντίθετα δεν φαίνεται να είναι στατιστικά σημαντική όσον αφορά στη δημοτικότητα $\{F(2, 1739) = 1,871 p > ,05, \eta^2 = 0,02\}$. Συγκεκριμένα, οι υγιείς χρήστες του διαδικτύου φαίνεται να έχουν στατιστικά σημαντικά υψηλότερη σχολική επίδοση, τόσο από τους εξαρτημένους χρήστες του ιστού ($MD = 1,23, SE = 0,41, p < 0,01$), όσο και από τους χρήστες της ομάδας υψηλού κινδύνου ($MD = 0,95, SE = 0,21, p < 0,01$). Οι παραπάνω στατιστικά σημαντικές διαφορές αξιολογήθηκαν από τις πολλαπλές συγκρίσεις με το post hoc κριτήριο του Tukey.



Γράφημα 3.3.1. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Σχολικής Επίδοσης σε πέντε κύρια μαθήματα με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημένους Χρήστες



Γράφημα 3.3.2. Διάγραμμα Διαστημάτων Εμπιστοσύνης Μέσων Όρων Δημοτικότητας, με κοινωνιομετρική εξαγωγή, με βάση την ομαδοποίηση σε Υγιείς, Υψηλού Κινδύνου και Εξαρτημένους Χρήστες

3.4. Να καταρτιστεί ένα συνολικό μοντέλο κατανόησης του φαινομένου.

Στην παρούσα έρευνα το υποθετικό μοντέλο εξετάστηκε μέσω των μοντέλων δομικών εξισώσεων, χρησιμοποιώντας το λογισμικό AMOS V 18. Για να καθορισθεί κατά πόσον είναι καλή η προσαρμογή του μοντέλου στα δεδομένα και επομένως το συγκεκριμένο μοντέλο δίνει έγκυρα αποτελέσματα, θα πρέπει να γίνει χρήση συγκεκριμένων δεικτών που ονομάζονται δείκτες προσαρμογής. Οι δείκτες αυτοί ανήκουν σε τρεις γενικές κατηγορίες και το λογισμικό AMOS παράγει το μεγαλύτερο ποσοστό των δεικτών προσαρμογής. Αυτοί οι δείκτες εκτιμούν:

- ο Την συνολική ή απόλυτη προσαρμογή του μοντέλου (absolute fit)
- ο Την συγκριτική προσαρμογή του μοντέλου (incremental fit)
- ο Την φειδωλότητα του μοντέλου (parsimony)

Για την απόλυτη προσαρμογή του μοντέλου, χρησιμοποιούνται οι απόλυτοι δείκτες προσαρμογής, οι οποίοι προσδιορίζουν το βαθμό στον οποίο το συνολικό μοντέλο, προβλέπει τον παρατηρούμενο πίνακα διακύμανσης ή συσχέτισης. Οι κυριότεροι ίσως από τους απόλυτους δείκτες προσαρμογής που έχουν ευρεία χρήση στα SEM, είναι η στατιστική χ^2 , η παράμετρος της μη κεντρικότητας NCP και ο δείκτης κατάλληλης προσαρμογής GFI.

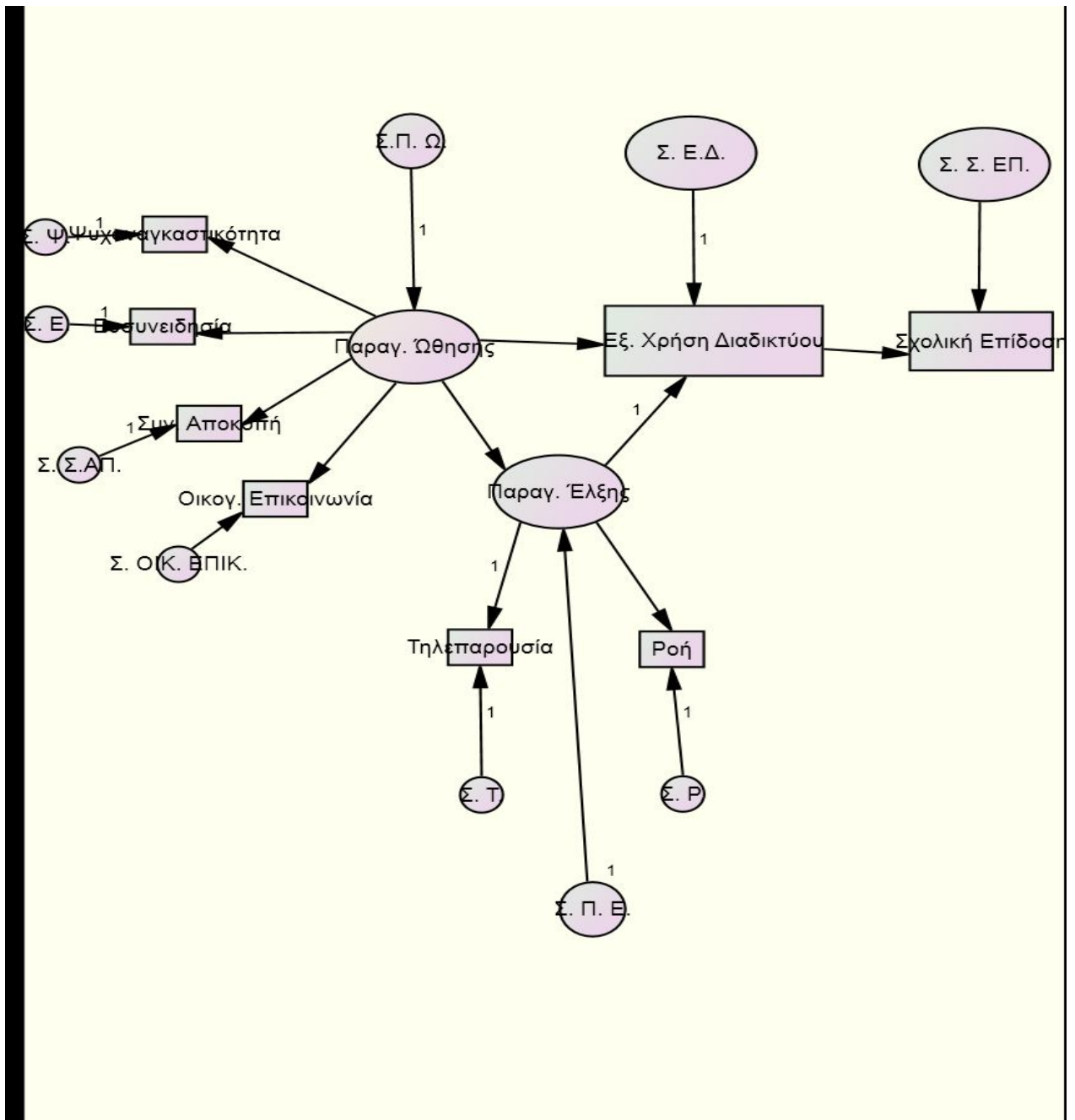
Η δεύτερη κατηγορία δεικτών αποτελείται από τους δείκτες της επαυξητικής (incremental) προσαρμογής, οι οποίοι συγκρίνουν το προτεινόμενο μοντέλο με κάποιο μοντέλο βάσης, το οποίο συχνά αναφέρεται και ως το μηδενικό ή κενό (null) ή ανεξάρτητο μοντέλο. Το μηδενικό μοντέλο θα πρέπει να είναι ένα ρεαλιστικό μοντέλο, το οποίο όλα τα άλλα μοντέλα πρέπει να υπερβαίνουν. Σε πολλές περιπτώσεις το μηδενικό μοντέλο αποτελείται από μία μόνο δομή, με όλους τους δείκτες του να υπολογίζουν τέλεια τη δομή αυτή. Έχουν προταθεί, διάφοροι δείκτες επαυξητικής (incremental) προσαρμογής. Οι νεότερες εκδόσεις του Amos περιλαμβάνουν το διορθωμένο δείκτη κατάλληλης προσαρμογής (AGFI), το κανονικοποιημένο δείκτη προσαρμογής (NFI), το σχετικό δείκτη προσαρμογής (RFI), τον επαυξητικό δείκτη προσαρμογής (IFI), και το συγκριτικό δείκτη προσαρμογής (CFI). Όλοι αυτοί οι δείκτες αναπαριστούν τα αποτελέσματα συγκρίσεων, ανάμεσα στο εκτιμώμενο μοντέλο και το μηδενικό. Οι τιμές των δεικτών

αυτών βρίσκονται μεταξύ του μηδέν και του ένα, όπου οι μεγαλύτερες τιμές δείχνουν υψηλότερα επίπεδα προσαρμοστικότητας. Ο πιο ευρέως χρησιμοποιούμενοι δείκτες επαυξητικής προσαρμογής είναι οι : *CFI* και *RMSEA*.

- Δείκτης συγκριτικής καταλληλότητας (*CFI*). Το εύρος τιμών του κυμαίνεται από το 0 (καθόλου προσαρμογή) έως και 1 (άριστη προσαρμογή)
- Ρίζα των μέσων τετραγώνων του σφάλματος εκτίμησης (*RMSEA*). Η προσαρμογή του μοντέλου προσδιορίζεται βάση των ακόλουθων προτάσεων.
 - Αν $RMSEA=0$ τότε συνεπάγεται τέλεια προσαρμογή
 - Αν $0,05 < RMSEA < 0,08$ συνεπάγεται μέτρια προσαρμογή
 - Αν $RMSEA > 0,1$ συνεπάγεται κακή προσαρμογή

Τέλος, οι δείκτες φειδωλότητας σχετίζουν την καταλληλότητα προσαρμογής του μοντέλου με τον αριθμό των εκτιμώμενων παραγόντων, που απαιτούνται για να επιτευχθεί αυτό το συγκεκριμένο επίπεδο προσαρμογής. Τυπικοί δείκτες είναι: Ο φειδωλός κανονικοποιημένος δείκτης προσαρμογής (PNFI) και ο φειδωλός δείκτης κατάλληλης προσαρμογής (PGFI).

Το μοντέλο που κατασκευάστηκε, στη βάση της θεωρητικής προσέγγισης του Douglas το 2008, υποθέτει ότι ο υψηλότερος βαθμός εξαρτητικής χρήσης του διαδικτύου είναι αποτέλεσμα της συνδυασμένης δράσης ατομικών και περιβαλλοντικών παραγόντων ώθησης και παραγόντων έλξης της χρήσης του ίδιου του μέσου στην κατάχρησή του, με κύριο αποτέλεσμα την έκπτωση της σχολικής επίδοσης των εφήβων. Η επιλογή των μεταβλητών του μοντέλου έγινε μετά από συνυπολογισμό του μεγέθους των σχέσεων, της μή ύπαρξης πολυσυγραμικότητας και την προσέγγιση κατάλληλου αριθμού βαθμών ελευθερίας. Ως παράγοντες ώθησης εξετάστηκαν σε επίπεδο ατόμου η ευσυνειδησία ως χαρακτηριστικό προσωπικότητας και η ψυχαναγκαστικότητα- καταναγκαστικότητα ως χαρακτηριστικά ψυχοπαθολογίας. Ως παράγοντες ώθησης σε επίπεδο περιβάλλοντος εξετάστηκαν η επικοινωνία στην οικογένεια και ο βαθμός βίωσης συναισθηματικής αποκοπής. Ως παράγοντες έλξης από τη χρήση του ίδιου του μέσου εξετάστηκαν ο βαθμός βίωσης Ροής, δηλαδή ο βαθμός απορρόφησης από τη διαδικτυακή δράση και ο βαθμός βίωσης Τηλεπαρουσίας, δηλαδή ο βαθμός απορρόφησης από το ίδιο το διαδικτυακό περιβάλλον. Ως πιθανή συνέπεια της εξαρτητικής χρήσης του διαδικτύου εξετάστηκε η επίπτωση στη σχολική επίδοση των εφήβων. Με βάση τις προαναφερθείσες υποθέσεις το μοντέλο που κατασκευάστηκε με το λογισμικό AMOS είναι το ακόλουθο.

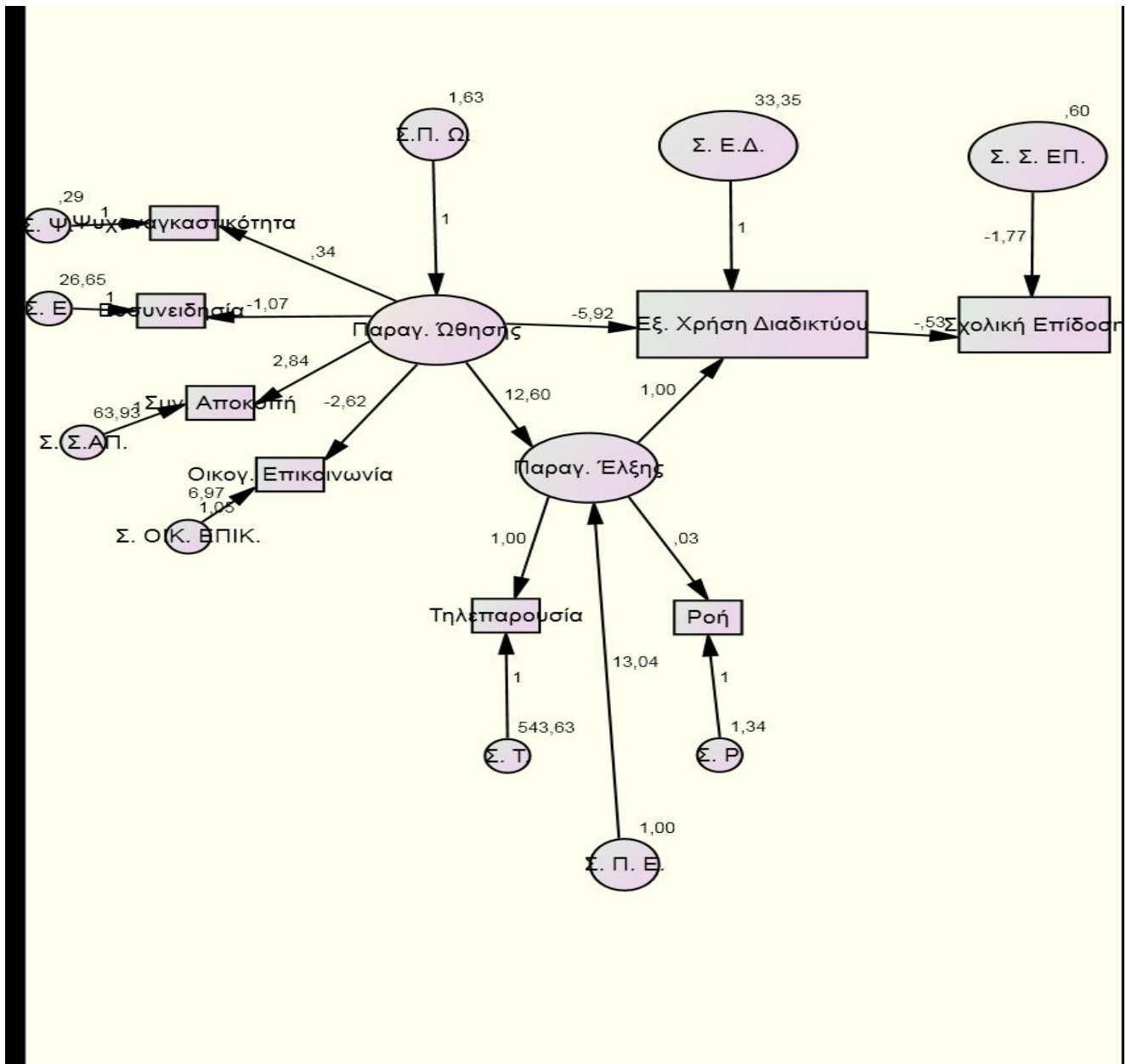


Σχήμα 3.4.1. Υποθετικό Μοντέλο Κατανόησης της Εξάρτησης Από το Διαδίκτυο

Στην παρούσα μελέτη θα επικεντρωθούμε μόνο στους δείκτες CFI του οποίου οι τιμές κυμαίνονται από 0 (καθόλου προσαρμογή) έως 1 (άριστη προσαρμογή) και το δείκτη RMSEA όπου τιμές μικρότερες ίσες του 0,05 δείχνουν ότι το μοντέλο έχει πολύ καλό βαθμό προσαρμογής.

Για το υποθετικό μας μοντέλο ο δείκτης προσαρμογής CFI πείρε τιμή 0,96 και ο δείκτης RMSEA 0,57. Οι τιμές αυτές οδηγούν στο συμπέρασμα ότι το μοντέλο έχει ικανοποιητική προσαρμογή. Το αποτέλεσμα αυτό επικυρώνει την αρχική υπόθεση ότι δηλαδή, η εξάρτηση από το διαδίκτυο μπορεί να συνδεθεί με ατομικούς και οικογενειακούς παράγοντες ώθησης και παράγοντες έλξης που απορρέουν από την ίδια τη χρήση του μέσου, ενώ έχει υπολογίσιμες επιπτώσεις στη σχολική επίδοση του εφήβου.

Από την ανάλυση διαδρομών η οποία έγινε με το λογισμικό AMOS, προέκυψε το παρακάτω διάγραμμα το οποίο απεικονίζει τα αριθμητικά αποτελέσματα της ανάλυσης. Στο διάγραμμα ανάλυσης διαδρομών απεικονίζεται με αριθμούς, ο βαθμός επίδρασης της μιας μεταβλητής στις άλλες καθώς και η συνολική διακύμανση.



Γράφημα 3.4.2. Δείκτες Παλινδρόμησης – Διαδρομών για το Προτεινόμενο Μοντέλο

Συμπεράσματα- Συζήτηση

Σύντομη Παρουσίαση της έρευνας

Στην παρούσα μελέτη επιχειρείται να περιγραφεί από την οπτική της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας, το εύρος των παραγόντων που συντελούν στη διαφοροποίηση από τη χρήση στην κατάχρηση του διαδικτύου στους εφήβους. Ειδικότερα, επιχειρήθηκε να γίνει μία, κατά το δυνατόν εγκυρότερη, επιδημιολογική καταγραφή των μεγεθών της προβληματικής χρήσης του διαδικτύου στους εφήβους. Στη συνέχεια διερευνήθηκαν πιθανοί αιτιολογικοί παράγοντες σε επίπεδο ατομικό, περιβαλλοντικό και διαδικτυακά περιβαλλοντικό. Τέλος εξετάστηκε η πιθανή συσχέτιση της προβληματικής χρήσης διαδικτύου με την επίτευξη αναπτυξιακών στόχων των συμμετεχόντων. Το σύνολο των παραπάνω ευρημάτων αξιοποιήθηκε στην απόπειρα σύνθεσης ενός μοντέλου κατανόησης, συνολικά των αιτιών και των συνεπειών του φαινομένου.

Προκειμένου να εκπληρωθούν οι παραπάνω στόχοι χορηγήθηκε μία μπαταρία ερωτηματολογίων σε δείγμα 2090 μαθητών, της Α και της Β τάξης, δημόσιων, εννιαίων και επαγγελματικών λυκείων, της ευρύτερης περιφέρειας της πρωτεύουσας και της Κορινθίας. Επισημαίνεται, ότι για τη συλλογή του δείγματος ακολούθηθηκε μικτή στρατηγική. Σε πρώτη φάση έγινε κατά στρώματα επιλογή του δείγματος, ως προς την περιφέρεια και τον τύπο λυκείου, με κριτήριο το απογραφικό δελτίο του υπουργείου παιδείας για το 2009. Σε δεύτερη φάση, με απλή τυχαία μεθοδολογία επιλέχθηκαν τα λύκεια συμμετοχής στην έρευνα.

Αρχικά ζητήθηκε να συμπληρώσουν πληροφορίες, που αφορούσαν σε δημογραφικά τους στοιχεία. Ακολούθησαν ερωτήσεις σε σχέση με ενδεχόμενο ιστορικό εξαρτητικών δυσκολιών, από τους ίδιους ή συγγενικά τους πρόσωπα, πρώτου και δευτέρου βαθμού. Στη συνέχεια αναφέρθηκαν στις συμπεριφορές της σχέσης τους με το διαδίκτυο. Συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες καλούνταν να προσδιορίσουν τα έτη χρήσης του ιστού, τον τρόπο πρόσβασής τους στο διαδίκτυο, την πρώτη και δεύτερη σε προτεραιότητα διαδικτυακή εφαρμογή προτίμησής τους, τον ημερήσιο χρόνο διάθεσης σε αυτή, τόσο κατά τη διάρκεια της εβδομάδας, όσο και κατά τη διάρκεια του σαββατοκύριακου, καθώς και την πιθανή συμμετοχή τους σε μαζικά παιζόμενα διαδικτυακά παιχνίδια ρόλων.

Ειδικότερα, αν οι συμμετέχοντες στην έρευνα ήταν παίκτες παιχνιδιών ρόλων, καλούνταν να προσδιορίσουν το παιχνίδι της επιλογής τους. Επιπρόσθετα οι συμμετέχοντες καλούνταν να απαντήσουν αν έχουν προβεί σε συνάντηση με κάποιον άγνωστο, μετά από προηγούμενη διαδικτυακή επαφή, καθώς και αν έχουν αποπειραθεί να περικόψουν το χρόνο παραμονής τους στον ιστό. Σε περίπτωση που η απάντηση ήταν θετική, ζητούνταν ο αριθμητικός προσδιορισμός των αντίστοιχων εγχειρημάτων και η μέγιστη διάρκεια του πιο πρόσφατου.

Έπειτα αναφέρονταν στις διαπροσωπικές τους σχέσεις, το άτομο που αποτελεί την πιο κοντινή τους σχέση και τον ημερήσιο χρόνο που του αφιερώνουν, κατά τη διάρκεια της εβδομάδας και του σαββατοκύριακου. Συμπληρωματικά, κλήθηκαν να απαντήσουν αν διατηρούν συντροφική σχέση. Τέλος, τα υποκείμενα της έρευνας τοποθετούνταν ως προς το αν έχουν υπάρξει δέκτες ή φορείς διαδικτυακής επιθετικότητας και προσδιόριζαν τη διαδικτυακή εφαρμογή στην οποία τους συνέβει αυτό. Σημειώνεται, ότι οι επιμέρους ενότητες, η στόχευση και η δομή των ερωτήσεων οργανώθηκε με υπόδειγμα το ερωτηματολόγιο του Δείκτη Αίτησης Θεραπείας (TDI,

Treatment Demand Index) (ΕΚΤΕΠΝ, 2002), που χρησιμοποιείται πανευρωπαϊκά στην επιδημιολογική και κλινική καταγραφή της ουσιοεξάρτησης.

Η δέσμη ψυχομετρικών εργαλείων συνεχίζονταν με τη χορήγηση τεσσάρων ερωτηματολογίων, που αφορούσαν στην ποιότητα της σχέσης τους με το διαδίκτυο και τα χαρακτηριστικά του διαδικτυακού περιβάλλοντος, μέσα στο οποίο αυτοί κινούνται: 1) το Διαγνωστικό Ερωτηματολόγιο της Young για την κατάχρηση διαδικτύου 2) Το Ερωτηματολόγιο της Εξάρτησης από το Διαδίκτυο για την αξιολόγηση της έντασης της εξάρτησης από το διαδίκτυο (Young, 1998a) 3) το Ερωτηματολόγιο Τηλεπαρουσίας (Witmer&Singer, 1998), για την αξιολόγηση του βαθμού εμπλοκής στο διαδικτυακό περιβάλλον και 4) το Ερωτηματολόγιο Διαδικτυακής Ροής (Chen, Wigand & Nilan, 1999), για την καταγραφή της εμπλοκής στη διαδικτυακή δραστηριότητα. Ακολουθούσαν τέσσερα ψυχομετρικά εργαλεία περιγραφής ατομικών χαρακτηριστικών: 1) Η Λίστα Αξιολόγησης Ενενήντα Συμπτωμάτων για την εκτίμηση της ψυχοπαθολογίας (Derogatis, 1977, Ντώνιας, 1991) 2) το Ερωτηματολόγιο Πέντε Παραγόντων για παιδιά (Asendorpf & van Aken, 1999) για την εκτίμηση χαρακτηριστικών προσωπικότητας 3) Η Κλίμακα Αξιολόγησης της Αυτοεκτίμησης (Rosenberg, 1979) 4) η Κλίμακα Γενικευμένης Αυτοαποτελεσματικότητας (Glynou, Schwarzer & Jerusalem, 1994).

Η μπαταρία ερωτηματολογίων συνεχίζονταν με την τέταρτη έκδοση της Κλίμακας Εκτίμησης Προσαρμοστικότητας και Συνοχής της Οικογένειας, για την περιγραφή περιβαλλοντικών - οικογενειακών παραμέτρων (Olson, 2000). Τέλος, ακολουθούσαν δύο μετρήσεις αναπτυξιακών επιτευγμάτων που περιλάμβαναν: τη σχολική επίδοση σε πέντε κύρια μαθήματα, Αρχαία και Νέα Ελληνικά, Μαθηματικά, Φυσική, Χημεία και ένα Κοινωνιομετρικό Ερωτηματολόγιο για την καταγραφή της

Δημοτικότητας του συμμετέχοντα στο σχολικό του τμήμα (Coie, Dodge and Coppotelli, 1982).

Επισημαίνεται, ότι στη συλλογή δεδομένων δεν συμμετείχαν μαθητές των εν λόγω λυκείων, που είτε οι ίδιοι είτε οι κηδεμόνες τους δεν συναινούσαν με το σκοπό ή τη διαδικασία διεξαγωγής της έρευνας. Επιπρόσθετα, εύλογα δεν περιλαμβάνονται στα συλλεχθέντα στοιχεία, απαντήσεις μαθητών που για οποιοδήποτε λόγο απουσίαζαν από την σχολική τάξη κατά την ώρα της διαδικασίας χορήγησης των ερωτηματολογίων. Τέλος, σημειώνεται ότι υπήρχαν ελλιπή δεδομένα, που κυμαίνονταν από το 0,1% έως και 2,9% του συνόλου των απαντήσεων, ως προς τα δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος.

Τα ευρήματα της έρευνας ικανοποίησαν σε μεγάλο βαθμό τους στόχους μας. Αναλυτικότερα το ποσοστό επικράτησης της προβληματικής χρήσης κυμάνθηκε στο 3,1% του δείγματος. Όσον αφορά δημογραφικά χαρακτηριστικά, φάνηκε ότι τα αγόρια και οι μαθητές της πρωτεύουσας ήταν περισσότερο ευάλωτοι στην κατάχρηση του μέσου. Όσον αφορά χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, βρέθηκε ότι η κατάχρηση συνδέονταν περισσότερο με χαμηλότερη συναισθηματική σταθερότητα και χαμηλότερη ευσυνειδησία. Ως προς τις επιμέρους μορφές ψυχοπαθολογίας, οι προβληματικοί χρήστες του διαδικτύου ήταν περισσότερο ευάλωτοι στην ψυχαναγκαστικότητα- καταναγκαστικότητα, το θυμό και την επιθετικότητα, τη διαπροσωπική ευαισθησία, τον ψυχωτισμό, τον παρανοειδή ιδεασμό, το άγχος, την κατάθλιψη και τη σωματοποίηση. Αν και η υψηλότερη ένταση των παραπάνω ψυχοπαθολογικών συμπεριφορών συνδέονταν με εντονότερη ροπή προς την προβληματική χρήση του διαδικτύου, η ισχυρότερη σχέση σημειώθηκε, με τη σειρά αναφοράς, με την ψυχαναγκαστικότητα, το θυμό και την επιθετικότητα και τη διαπροσωπική ευαισθησία. Πιο συγκεκριμένα, από την ανάλυση διαμεσολάβησης

που ακολούθησε φάνηκε ότι χαμηλότερα επίπεδα συναισθηματικής σταθερότητας, δηλαδή υψηλότερα επίπεδα νευρωτισμού, προκαλώντας εντονότερα αισθήματα κατάθλιψης, επιφέρουν μεγαλύτερη ευαλωτότητα στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου.

Ως προς τα χαρακτηριστικά που αφορούν στην εικόνα εαυτού, επιβεβαιώθηκε ότι οι έφηβοι, που είναι περισσότερο ευάλωτοι στην προβληματική χρήση του διαδικτύου, έχουν χαμηλότερη αυτοεκτίμηση και αίσθηση αυτοαποτελεσματικότητας. Αντίστοιχα, ως προς τα επιμέρους χαρακτηριστικά οικογενειακής λειτουργίας η προβληματική χρήση του διαδικτύου φαίνεται να συνδέεται με υψηλότερο βαθμό συναισθηματικής αποκοπής και χαμηλότερα επίπεδα οικογενειακής σταθερότητας, ευελιξίας, επικοινωνίας, ικανοποίησης και συνοχής στην οικογένεια, με τη σειρά που αναφέρονται. Η εντονότερη ωστόσο σχέση παρατηρήθηκε με το βαθμό συναισθηματικής αποκοπής στην οικογένεια, τη μικρότερη σταθερότητα και τη χειρότερη οικογενειακή επικοινωνία. Εξειδικεύοντας, βρήκαμε ότι η χαμηλότερη αυτοπεποίθηση είναι ίσως διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση μεταξύ της συναισθηματικής αποκοπής στην οικογένεια και της εξαρτητικής χρήσης του διαδικτύου. Δηλαδή, όσο πιά αποκομμένος ο έφηβος από το οικογενειακό του περιβάλλον, τόσο χειρότερη είναι η αυτοπεποίθησή του, γεγονός που τελικά τον οδηγεί σε μεγαλύτερο κίνδυνο να εμφανίσει κατάχρηση διαδικτύου.

Επιπρόσθετα, ως προς τα χαρακτηριστικά που αφορούν τη σχέση με το ίδιο το διαδικτυακό περιβάλλον, επιβεβαιώθηκαν οι υποθέσεις της βίωσης υψηλότερης διαδικτυακής ροής, δηλαδή του βαθμού απορρόφησης από τη διαδικτυακή δραστηριότητα, και τηλεπαρουσίας, δηλαδή του βαθμού απορρόφησης από το διαδικτυακό περιβάλλον, όσο περισσότερο εξαρτητική ήταν η χρήση του μέσου. Συμπληρωματικά, από την ανάλυση στατιστικού μετριάσμου φάνηκε, ότι η σταθερά ενισχυτική σχέση μεταξύ ροής και εξάρτησης από το διαδίκτυο, κορυφώνεται όταν

συνυπάρχουν τα υψηλότερα επίπεδα τηλεπαρουσίας. Δηλαδή, ότι ο βαθμός απορρόφησης από τη διαδικτυακή δραστηριότητα, έχει μεγαλύτερες πιθανότητες να οδηγήσει σε κατάχρηση του διαδικτύου, όταν συνοδεύεται από υψηλότερη απορρόφηση από το διαδικτυακό περιβάλλον.

Ως προς τη σύνδεση της χρήσης και της κατάχρησης διαδικτύου με πιθανά αναπτυξιακά επιτεύγματα, βρέθηκαν αντιφατικά στοιχεία. Αναλυτικότερα, ενώ φάνηκε η ροπή προς την κατάχρηση να συνδέεται με μειωμένη σχολική επίδοση των εφήβων, δεν επιβεβαιώθηκε η σχέση με μικρότερη ή κακή δημοφιλία.

Όσον αφορά στο μοντέλο κατανόησης της χρήσης και της κατάχρησης διαδικτύου που κατασκευάστηκε, στη βάση της θεωρητικής προσέγγισης της Douglas το 2008, φάνηκε ότι η ροπή προς την κατάχρηση είναι αποτέλεσμα της συνδυασμένης δράσης ατομικών και περιβαλλοντικών παραγόντων ώθησης και παραγόντων έλξης από την επαφή με το ίδιο το μέσο, που τελικά οδηγούν στην έκπτωση της σχολικής επίδοσης των εφήβων. Ως παράγοντες ώθησης περιγράφηκαν σε επίπεδο ατόμου η ευσυνειδησία ως χαρακτηριστικό προσωπικότητας και η ψυχαναγκαστικότητα-καταναγκαστικότητα ως χαρακτηριστικό ψυχοπαθολογίας. Ως παράγοντες ώθησης σε επίπεδο περιβάλλοντος περιγράφηκαν η λιγότερο καλή επικοινωνία στην οικογένεια και ο βαθμός βίωσης συναισθηματικής αποκοπής από αυτή.

Ως παράγοντες έλξης, από τη χρήση του ίδιου του μέσου, αξιοποιήθηκαν ο βαθμός βίωσης Ροής, δηλαδή ο βαθμός απορρόφησης από τη διαδικτυακή δράση και ο βαθμός βίωσης Τηλεπαρουσίας, δηλαδή ο βαθμός απορρόφησης από το διαδικτυακό περιβάλλον. Τέλος, η ροπή προς την κατάχρηση του διαδικτύου φάνηκε να συνδέεται με τη χειρότερη σχολική επίδοση των εφήβων.

Πίνακας 4.1. Συνοπτική Παρουσίαση Ερωτημάτων-Ευρημάτων

Ερευνητικά Ερωτήματα	Εύρηματα
<p>1. Να εντοπιστούν ομάδες εφήβων που κάνουν χρήση, χρήση υψηλού κινδύνου και κατάχρηση του ιστού.</p> <p>Ειδικότερα:</p>	
<p>1.1. Να προσδιοριστούν τα ποσοστά της ομάδας των εξαρτημένων χρηστών, της ομάδας υψηλού κινδύνου για την εκδήλωση εξάρτησης και της ομάδας των υγιών χρηστών.</p>	<p>✓ 3,1 % Διαδικτυακή κατάχρηση, 10,6% Ομάδα Υψηλού Κινδύνου</p>
<p>1.2. Να διερευνηθεί πιθανή διαφοροποίηση της ευαλωτότητας στην εξάρτηση από το διαδίκτυο σε σχέση με το φύλο, τον τύπο του σχολείου φοίτησης (εννιάο ή επαγγελματικό) και την περιοχή κατοικίας (πρωτεύουσα ή περιφέρεια).</p>	<p>✓ 51 το καταλληλότερο cut-off του IAT για το δείγμα</p> <p>✓ Τα αγόρια ($b= 2,30, p<0,001$)</p> <p>✓ και οι έφηβοι αστικών περιοχών ($b= 3,49, p<0,05$) είναι πιο ευάλωτοι στην κατάχρηση.</p> <p>✓ Ο τύπος σχολείου δεν φαίνεται να διαφοροποιεί τον κίνδυνο κατάχρησης ($b= 1,90, p>0,05$).</p>
<p>2. Να αξιολογηθούν ατομικοί, περιβαλλοντικοί και ηλεκτρονικά περιβαλλοντικοί παράμετροι, με σκοπό να εξεταστεί, ποιές και σε ποίο βαθμό συνδέονται με την ποιότητα χρήσης του διαδικτύου από τους εφήβους.</p>	
<p>2.1. Να εκτιμηθεί πιθανή σχέση της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, την εικόνα εαυτού και συμπεριφορές ψυχοπαθολογίας των εφήβων.</p>	<p>Πιο ευάλωτοι στην κατάχρηση διαδικτύου φαίνονται έφηβοι:</p>
<p>2.1.1. Συνδέονται τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου από τους εφήβους;</p>	<p>✓ λιγότερο ευσυνείδητοι ($b= -0,23, p<0,001$)</p> <p>✓ και λιγότερο συναισθηματικά σταθεροί ($b= -0,19, p<0,001$)</p>

<p>2.1.2. Συνδέονται χαρακτηριστικά της σχέσης με την εικόνα εαυτού με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου από τους εφήβους;</p>	<p>Η κατάχρηση διαδικτύου συνδέεται με:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ χαμηλότερη αυτοεκτίμηση ($B = -0,19, p < 0,001$) ✓ και χαμηλότερη αίσθηση αυτο-αποτελεσματικότητας ($B = -0,11, p < 0,001$)
<p>2.1.3. Συνδέονται συμπεριφορές ψυχοπαθολογίας με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου από τους εφήβους;</p>	<p>Πιο ευάλωτοι στην κατάχρηση διαδικτύου φαίνονται έφηβοι:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ περισσότερο ψυχαναγκαστικοί- καταναγκαστικοί ($B = 0,18, p < 0,001$), ✓ πιο θυμωμένοι- επιθετικοί ($B = 0,20, p < 0,001$) ✓ και πιο διαπροσωπικά ευαίσθητοι ($B = 0,14, p < 0,001$)
<p>2.1.4. Ειδικότερα, η συναισθηματική σταθερότητα (νευρωτισμός) και η κατάθλιψη σχετίζονται, και αν ναι, με ποιό τρόπο με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου;</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ειδικότερα, έφηβοι λιγότερο συναισθηματικά σταθεροί είναι πιο ευαίσθητοι στην κατάθλιψη που με τη σειρά της μπορεί να οδηγεί στην κατάχρηση του διαδικτύου ($Z = -8,60, p < 0,001$).
<p>2.2. Να εκτιμηθεί πιθανή σχέση της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά της σχέσης με την οικογένεια προέλευσης των εφήβων.</p>	<p>Βρέθηκε ότι με την κατάχρηση διαδικτύου σχετίζονται:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ η εντονότερη η συναισθηματική αποκοπή ($B = 0,22, p < 0,001$) ✓ η χαμηλότερη οικογενειακή σταθερότητα ($B = -0,12, p < 0,001$) ✓ και οικογενειακή επικοινωνία ($B = -0,10, p < 0,001$)

<p>2.2.1. Να διερευνηθεί αν η συναισθηματική αποκοπή στην οικογένεια και η αυτοπεποίθηση του εφήβου συνδέονται, και αν ναι με ποιόν τρόπο, με το βαθμό εξάρτησης από το διαδίκτυο.</p>	<p>✓ Η χαμηλότερη αυτοπεποίθηση είναι σημαντικός διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση μεταξύ συναισθηματικής αποκοπής στην οικογένεια και εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου ($Z= 4,72$ $p< ,001$).</p> <p>Με την κατάχρηση διαδικτύου συνδέονται:</p>
<p>2.3. Να εκτιμηθεί η σχέση της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά του ίδιου του διαδικτυακού περιβάλλοντος.</p>	<p>✓ Η εντονότερη βίωση ροής ($B = 0,44$, $p<0,001$)</p> <p>✓ και η εντονότερη βίωση τηλεπαρουσίας ($B = 0,13$, $p<0,001$)</p>
<p>2.3.1. Να διερευνηθεί αν η ροή και η τηλεπαρουσία αλληλεπιδρούν ως προς το βαθμό εξάρτησης από το διαδίκτυο</p>	<p>✓ Η υψηλότερη Τηλεπαρουσία ενισχύει την επίδραση της Ροής στην εξαρτητική χρήση διαδικτύου ($b= 3,13$, $p<0,001$)</p>
<p>3. Να διερευνηθεί πώς επηρεάζει η χρήση, η χρήση υψηλού κινδύνου και η κατάχρηση του διαδικτύου, την επίτευξη αναπτυξιακών στόχων. Ειδικότερα διαφέρουν ως προς τη σχολική επίδοση και τη δημοτικότητα οι έφηβοι που ανήκουν στην ομάδα των υγιών χρηστών διαδικτύου, στην ομάδα υψηλού κινδύνου για την εκδήλωση διαδικτυακής εξαρτησης και την ομάδα εξαρτημένων από το διαδίκτυο χρηστών;</p>	<p>✓ Οι υγιείς χρήστες του διαδικτύου έχουν υψηλότερη σχολική επίδοση, τόσο από τους εξαρτημένους χρήστες του ιστού ($M D = 1,23$, $SE = 0,41$, $p<0,01$), όσο και από τους χρήστες της ομάδας υψηλού κινδύνου ($M D = 0,95$, $SE = 0,21$, $p<0,01$).</p> <p>✓ Δεν βρέθηκαν διαφοροποιήσεις όσον αφορά τη δημοτικότητα.</p>
<p>4. Να καταρτιστεί ένα συνολικό μοντέλο κατανόησης του φαινομένου.</p>	<p>✓ Η κατάχρηση του διαδικτύου συνδέεται με ατομικούς και οικογενειακούς παράγοντες ώθησης και παράγοντες έλξης που απορρέουν από την ίδια τη χρήση του μέσου, ενώ έχει υπολογίσιμες επιπτώσεις στη σχολική επίδοση του εφήβου ($CFI = 0,96$, $RMSEA= 0,57$).</p>

Ακολουθεί η συζήτηση των ευρημάτων, οργανωμένη με βάση τα ερευνητικά ερωτήματα, όπως αυτά διατυπώθηκαν στην εισαγωγή :

4.1. Να εντοπιστούν Ομάδες Εφήβων που κάνουν Χρήση, Χρήση Υψηλού Κινδύνου Και Κατάχρηση του ιστού. Ειδικότερα:

4.1.1. Να προσδιοριστούν τα Ποσοστά της Ομάδας Των Εξαρτημένων Χρηστών, Της Ομάδας Υψηλού Κινδύνου για την εκδήλωση εξάρτησης, της Ομάδας των Υγιών Χρηστών και τέλος της Ομάδας των Σπάνιων ή Ψηφιακά Αναλφάβητων Χρηστών του παγκόσμιου ιστού.

Επισημαίνεται, ότι προκειμένου να δοθεί μία κατά το δυνατόν εγκυρότερη απάντηση στο εν λόγω ερώτημα, επιχειρήθηκε να προσδιοριστούν τα ποσοστά επικράτησης των εξαρτημένων - προβληματικών χρηστών και χρηστών υψηλού κινδύνου του διαδικτύου, καταρχήν με βάση τα ποιοτικά αποτελέσματα του Διαγνωστικού Ερωτηματολογίου της Young. Με βάση το αυτό, ως εξαρτημένος ή προβληματικός χρήστης ορίζεται εκείνος που απαντά θετικά σε 5 ή περισσότερα από τα 8 ερωτήματα, ενώ θετικές απαντήσεις σε τρία ή τέσσερα από αυτά εντάσσουν τον ερωτώμενο στην ομάδα υψηλού κινδύνου (Young, 1998). Ακόλουθα, στο 3,1 % κυμάνθηκε το ποσοστό για τους εξαρτημένους χρήστες, τρία και τέσσερα από τα οκτώ κριτήρια πληρούσε το 10,6% των εφήβων της έρευνας, ενώ λιγότερα ή ίσα με δύο, πληρούσε το 85, 6% των συμμετεχόντων.

Το σχετικά μικρό αυτό ποσοστό επικράτησης, συγκριτικά με εφήβους άλλων χωρών (Tsai & Lin, 2001) συνδέεται ενδεχομένως με ειδικότερες περιβαλλοντικές, κοινωνικές και «ψηφιακές» παραμέτρους. Αναλυτικότερα, ευνοϊκοί περιβαλλοντικοί παράγοντες, όπως οι καλές κλιματολογικές συνθήκες λειτουργούν ίσως προληπτικά (Watson, 2000) για τη συγκεκριμένη μορφή παθολογίας. Καθώς, ο κρισιμότερος ίσως, ψυχολογικός παράγοντας κινδύνου για τον εθισμό στο διαδίκτυο είναι η ανάγκη

μετριασμού έντονων αρνητικών συναισθημάτων (Morahan - Martin, 2005), είναι πιθανό οι καλύτερες καιρικές περιστάσεις, που προσφέρουν περισσότερες εναλλακτικές δυνατότητες εκτόνωσης αρνητικής διάθεσης, να λειτουργούν αποτρεπτικά.

Παράλληλα, με δεδομένο, ότι ως ένας από τους κύριους λόγους κατάχρησης διαδικτυακών τόπων αναφέρεται το διαδραστικό κομμάτι του διαδικτύου, μέσα από την παροχή βοήθειας, τη φιλία και τη σύναψη σχέσεων (Ridings & Gefen, 2004), προστατευτικά πιθανά λειτουργεί το ειδικότερο ελληνικό κοινωνικό πλαίσιο. Η υποθετική αυτή σχέση ενδεχομένως εξηγείται από την αυξημένη κοινωνική υποστήριξη και τη σταθερότερη δομή της οικογένειας (Triandis et al, 1986), που πιθανά καλύπτουν το κενό της διάδρασης, ανακόπτοντας την ανάγκη καταφυγής στη διαδικτυακή κατάχρηση.

Το εύρημα αυτό, είναι σημαντικό να συνδεθεί και με την πολιτιστική διάσταση της ατομικότητας- συλλογικότητας. Σημειώνεται ότι, παλαιότερες έρευνες συγκλίνουν στην υπόθεση ότι υψηλότερα επίπεδα ατομισμού ευνοούν μεγαλύτερη ευαλωτότητα στις εξαρτήσεις (Triandis et al, 1986). Οι περισσότερο εστιασμένοι στην ατομικότητα άνθρωποι φαίνονται ισχυρότερα συνδεδεμένοι με τον «ηδονισμό» (Triandis, 1996), ένα παράγοντα που είναι συνυφασμένος με την εκδήλωση εξαρτήσεων και αναφέρεται στην ροπή για αναζήτηση ικανοποίησης (Stephenson, Maggi, Lefever, & Morojele, 1995), όταν πιά συλλογικές διέξοδοι εκλείπουν.

Στην ίδια κατεύθυνση ο Alexander το 2000, υποστήριξε ότι κατάχρηση είναι μία μορφή συμπεριφοράς που πυροδοτείται από ένα έντονο συναίσθημα αποστασιοποίησης, αποξένωσης από τον εαυτό και από τους άλλους, σύνηθες σε κοινωνίες που θεωρούνται ιδιαίτερα ατομικιστικές. Αντίθετα, υψηλότερα επίπεδα

συλλογικότητας υποστηρίζεται ότι λειτουργούν αποτρεπτικά για την εμφάνιση καταχρήσεων (Alexander, 2000). Το δεδομένο αυτό, σε συνδυασμό και με άλλα, μπορεί ενδεχομένως να ερμηνεύει το γιατί στην έρευνά μας βρέθηκαν μικρότερα ποσοστά διαδικτυακής κατάχρησης σε σχέση με άλλες κουλτούρες.

Στο σημείο αυτό αξίζει να επισημανθεί η ιδιαιτερότητα της φύσης των διαδικτυακών σχέσεων, που μπορεί να απαντά στην έλλειψη συλλογικότητας σε ένα κοινωνικό επίπεδο. Οι σχέσεις μέσα από διαδραστικές εφαρμογές του ιστού (blogs, chatrooms & bulletin boards), συνδυάζουν υψηλή διαθεσιμότητα, ανωνυμία, ασφάλεια και κατ' επέκταση αποκαλυψιμότητα (Young, 1996,1997). Η δέσμη των χαρακτηριστικών αυτών έχει βρεθεί, ότι τις καθιστά πολύ θελκτικές για τους χρήστες (Ng & Wiemer-Hastings, 2005, Young, 1996,1997). Περισσότερο δε, για όσους δεν αντέχουν τις απαιτήσεις των πρόσωπο με πρόσωπο σχέσεων ή αυτές δεν τους προσφέρονται από το κοινωνικό τους περιβάλλον στο βαθμό που οι ίδιοι θα ήθελαν (Douglas et al, 2008).

Αντίστροφα, οι εγγύτερες και θερμότερες σχέσεις, στη βάση ίσως της εντονότερης συλλογικότητας, μπορεί να είναι παράγοντες πρόληψης και καλύτερης αντιμετώπισης της κατάχρησης του διαδικτύου (Douglas et al., 2008). Η θέση αυτή είναι μάλλον συνεπής με ισχύουσες θεωρητικές απόψεις, που αναγνωρίζουν ως βασική, την ανάγκη του ανθρώπου να ανήκει σε μία ευρύτερη ομάδα, που μοιράζεται γνώση, στόχους, επιτεύγματα, δημιουργώντας αξίες, ήθη και κώδικες συμπεριφοράς (Douglas et al., 2008). Έύλογα, έφηβοι που αναπτύσσονται σε πλαίσια περισσότερο συλλογικά, όπως το Ελληνικό, έχουν ίσως λιγότερο ισχυρά κίνητρα να καταφύγουν και να καταχραστούν διαδραστικές και άλλες διαδικτυακές εφαρμογές.

Παράλληλα, και πέρα από τους περιβαλλοντικούς και κοινωνικούς παράγοντες που θίχθηκαν, το σχετικά χαμηλό ποσοστό κατάχρησης που βρήκαμε, συνδέεται ίσως και με «ψηφιακές» παραμέτρους. Ο χαμηλότερος για την Ελλάδα, σε σχέση με άλλες χώρες, βαθμός διείσδυσης του διαδικτύου (Internet World Stats, 2011) λειτουργεί δυνητικά προστατευτικά για ένα κομμάτι του πληθυσμού, που αν και πιθανά ευάλωτο, δεν έχει επαφή με εξαρτητικές διαδικτυακές εφαρμογές.

Η μάλλον χαμηλή «ψηφιακή» αυτή εξοικείωση ερμηνεύεται ίσως από το ότι, χώρες με υψηλότερα επίπεδα ατομικότητας είναι περισσότερο δεκτικές στην υιοθέτηση του διαδικτύου (Egumban & De Jong, 2006). Μία πιθανή εξήγηση για αυτό, είναι ότι καθώς κάτι καινούριο τείνει να εκλαμβάνεται ως απειλητικό για την επικρατούσα «νόρμα» - τύπο, κοινωνίες με υψηλότερη έμφαση στη νόρμα, δηλαδή περισσότερο συλλογικές, αναμένεται να έχουν χαμηλότερο βαθμό αποδοχής σε σχετικά νέες συνήθειες, όπως η χρήση του διαδικτύου (Egumban & De Jong, 2006) και επακόλουθα η κατάχρησή του.

Όπως έχει γραφτεί «η συμπεριφορά είναι μία λειτουργία τύπων και διαθέσεων. Σε ένα μεγάλο εύρος καταστάσεων, οι προερχόμενοι από συλλογικές κουλτούρες δίνουν περισσότερη βαρύτητα στους τύπους παρά στις διαθέσεις ως προσδιοριστές της κοινωνικής τους συμπεριφοράς. Αντίθετα, οι πιο ατομιστές δίνουν περισσότερη βαρύτητα στις διαθέσεις από τους τύπους ως προσδιοριστές της κοινωνικής τους συμπεριφοράς» (Triandis, 1996 p. 409).

Εύλογα, αν η Ελλάδα έχει μία περισσότερο συλλογική κουλτούρα, οι επικρατούσες νόρμες είναι πιθανό να «αντιστέκονται» στη χρήση διαδικτύου, ως ένα στοιχείο νεωτερικότητας. Η υπόθεση αυτή ενισχύεται ίσως από τα ευρήματα μίας έρευνας σε εννέα χώρες, όπου η Ελλάδα κατατάσσεται περίπου στη μέση της

διάστασης «Ατομικότητας- Συλλογικότητας». Αντίθετα, οι ΗΠΑ φαίνεται να έχουν την πιο ατομικιστική κουλτούρα (Triandis et al, 1986).

Στο σημείο αυτό είναι καλό να ληφθεί υπόψιν το γεγονός, ότι συνολικά οι μορφές ψυχοπαθολογίας και οι εξαρτήσεις ειδικότερα, ανυψώνονται σε περιόδους κοινωνικο - οικονομικής κρίσης (Khan, 2002), όπως αυτή που τώρα η Ελλάδα φαίνεται να διανύει. Το δεδομένο αυτό, υπαγορεύει ίσως την ανάγκη για τη διεξαγωγή νέων ερευνών σε σχέση με το φαινόμενο της κατάχρησης του μέσου (Khan, 2002).

Σε σχέση ωστόσο με την απόκλιση, από τα ποσοστά κατάχρησης διαδικτύου στην Ελλάδα, όπως αυτά περιγράφηκαν από άλλες έρευνες, ένας αριθμός εξηγήσεων χρειάζεται να διερευνηθεί. Σημειώνεται, ότι παλαιότερες ερευνητικές προσπάθειες έχουν καταλήξει σε ένα εύρος πιθανών μεγεθών επικράτησης του φαινομένου μεταξύ των Ελλήνων εφήβων. Συγκεκριμένα, μία έρευνα με δείγμα 2200 εφήβους από τη Θεσσαλία (ηλικίας 13-18), χρησιμοποιώντας το YDQ βρήκε ένα ποσοστό επικράτησης 8.2%, (Siomos et al 2008). Άλλη μελέτη με δείγμα 1221 εφήβους (ηλικίας 14-19) από την Κώ έδωσε ένα ποσοστό επικράτησης 11% (Floros, Fisoun & Siomos, 2010).

Οι αποκλίσεις αυτές μπορεί ίσως να αποδοθούν σε μεθοδολογικές διαφοροποιήσεις. Ειδικότερα, και στις δύο αυτές μελέτες τα ποσοστά επικράτησης φαίνεται να έχουν υπολογιστεί σε σχέση με τον πληθυσμό των εφήβων που χρησιμοποιούν το διαδίκτυο και όχι το γενικό πληθυσμό. Επιπρόσθετα, οι διαφορές αυτές μπορεί να αποδοθούν στον τόπο κατοικίας του δείγματος, που πιθανά συνδέεται με συγκεκριμένες κοινωνικές και ψηφιακές συνθήκες. Σημειώνεται, ότι και οι δύο αυτές μελέτες έγιναν σε περιοχές με συγκεκριμένα χαρακτηριστικά, με

πληθυσμούς που αντιπροσωπεύουν ένα σχετικά μικρό ποσοστό του γενικού πληθυσμού των εφήβων (Εθνική Στατιστική Υπηρεσία, 2011).

Επιπρόσθετα, το δείγμα των δύο αυτών ερευνών αντιπροσωπεύει ένα ανάλογα μικρό ποσοστό του εφηβικού πληθυσμού που έχει πρόσβαση σε ευρυζωνικές συνδέσεις (Παρατηρητήριο για την κοινωνία της πληροφορίας, 2011). Σε αντίθεση, η παρούσα έρευνα διεξήχθη στη μητροπολιτική περιοχή της πρωτεύουσας, όπου αφενός κατοικεί σχεδόν ο μισός εφηβικός πληθυσμός της χώρας (Εθνική Στατιστική Υπηρεσία, 2011), σε συνδυασμό με περισσότερες από τις μισές ευρυζωνικές συνδέσεις (Παρατηρητήριο για την κοινωνία της πληροφορίας, 2011).

Τέλος, και άλλες πιά πρόσφατες μελέτες στην Ελλάδα φαίνεται να συγκλίνουν στα αποτελέσματά μας, για ένα ποσοστό επικράτησης της κατάχρησης της τάξης του 3% (Kandgi, 2012; Μονάδα Εφηβικής Υγείας, 2011). Σε κάθε περίπτωση μεγάλες αποκλίσεις σε σχέση με τον επιπολάσμο της κατάχρησης διαδικτύου, δεν είναι σπάνιες στη διεθνή βιβλιογραφία (Yang and Tung, 2007), υπογραμμίζοντας την ανάγκη για μεθοδολογικές συγκλίσεις.

Όσον αφορά την ανάδειξη της βαθμολογίας 51, στο Ερωτηματολόγιο για την Εξάρτηση από το Διαδίκτυο, *ως της καταλληλότερης για τη διάκριση εξαρτημένων από το διαδίκτυο και μή, οι πιθανές ερμηνείες τοποθετούνται ίσως στο εύρος των διαπολιτιστικών διαφορών*. Τονίζεται, ότι για την εν λόγω βαθμολογία σημειώθηκε ο υψηλότερος λόγος διαγνωστικών πιθανοτήτων, σε απόλυτη τιμή 504,5. Επισημαίνεται, ότι υψηλότερη συλλογικότητα σε μία κοινωνία, όπως ίσως στην Ελληνική συγκριτικά με την Αμερικάνικη, φαίνεται να συνδέεται με μικρότερη ανοχή σε ανισότητες και διαφορές (Triandis, 1996). Η τάση αυτή ενδεχομένως

αποτυπώνεται στην επιλογή λιγότερο ακραίων τιμών στις κλίμακες likert, διαμορφώνοντας κατώφλια διάκρισης κοντινότερα στον αριθμητικό μέσο.

Συμπληρωματικά, το σημαντικά χαμηλότερο προτεινόμενο κατώφλι για το ελληνικό δείγμα μπορεί να είναι αποτέλεσμα της έλλειψης ισοδυναμίας κλίμακας (Church & Lonner, 1998), λόγω διαφορών στη διάσταση ατομικότητας-συλλογικότητας. Υπογραμμίζεται, ότι λιγότερο από το ένα τέταρτο των ερωτήσεων του Ερωτηματολογίου για την Εξάρτηση από το Διαδίκτυο αναφέρεται σε συνέπειες στη συσχέτιση με τους άλλους. Το δεδομένο αυτό, μπορεί να αποτυπωθεί ενδεχομένως με χαμηλότερα αρθροίσματα και κατ'επέκταση κατώφλια για πληθυσμούς από περισσότερο συλλογικές κουλτούρες (Triandis, 1996). Στους πληθυσμούς αυτούς, στους οποίους πιά κοντά εντάσσεται και το δείγμα μας, η λειτουργική έκπτωση σε διατομικό επίπεδο αξιολογείται ως σημαντικότερη πολλές φορές από την ενδοατομική.

Καταληκτικά, γενικότεροι παράγοντες πλαισίου, είτε ψηφιακού, είτε κοινωνικού, ενδεχομένως να επιδρούν αρθροιστικά με τους προηγούμενους στη διαμόρφωση ενός διαφορετικού κατωφλιού στο εν λόγω εργαλείο. Συγκεκριμένα, τόσο ο διαφορετικός βαθμός διείσδυσης ευρυζωνικότητας (Erumban & De Jong, 2006), όσο και η διαφορετική ευαλωτότητα και όχι πιά νοηματοδότηση σε κοινωνίες περισσότερο συλλογικές, όπως αναφέρθηκε νωρίτερα μπορεί να επιδρούν (Triandis, 1996). Όπως επισημαίνει η αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία, το παθολογικό προσδιορίζεται σε άμεση συνάρτηση με το υγιές (Cicchetti and Rogosh, 2002), το οποίο με τη σειρά του επηρεάζεται από πολιτιστικές νόρμες. Στη βάση αυτή θα προξενούσε μάλλον μεγαλύτερη εντύπωση η ταύτιση του κατωφλιού του ερωτηματολογίου σε διαφορετικές κουλτούρες

4.1.2. Να διερευνηθεί πιθανή διαφοροποίηση της ευαλωτότητας στην εξάρτηση από το διαδίκτυο σε σχέση με το φύλο, τον τύπο του σχολείου φοίτησης (εννιαίο ή επαγγελματικό) και την περιοχή κατοικίας (πρωτεύουσα ή περιφέρεια).

Όσον αφορά το ερώτημα αυτό, από την ανάλυση φάνηκε ότι τόσο τα αγόρια, όσο και οι έφηβοι της πόλης αντιμετωπίζουν υψηλότερο κίνδυνο να αναπτύξουν κατάχρηση διαδικτύου. Αντίθετα, δεν φάνηκε οι μαθητές εννιαίων λυκείων να είναι σημαντικά πιο ευάλωτοι ως προς την εξάρτηση από το διαδίκτυο, σε σχέση με τους μαθητές επαγγελματικών λυκείων ή το αντίστροφο. Ανάλογα, ούτε η αλληλεπίδραση φύλου και τόπου διαμονής ως προς την χρήση και την κατάχρηση διαδικτύου δεν φάνηκε να είναι σημαντική.

Όσον αφορά τη μεγαλύτερη επιβάρυνση των αγοριών, αυτή συμφωνεί με ευρήματα προηγούμενων ερευνών (Ko, Yen, Chen, et al. 2005; Morahan-Martin & Schumacher, 2000; Chou et al., 2005; Widyanto & Griffiths, 2006) που δείχνουν ότι τα αγόρια είναι περισσότερο πιθανό να κάνουν κατάχρηση του διαδικτύου. Το εύρημα αυτό συγκλίνει με τη γενικότερη τάση στις επιδημιολογικές έρευνες και για άλλες μορφές συμπεριφορικών εξαρτήσεων (Raylu & Oei, 2002) και ενδεχομένως ευνοείται και από την μεγαλύτερη ψηφιακή εξοικείωση που εμφανίζουν τα αγόρια στην Ελλάδα (Papastergiou & Solomonidou, 2005; Aslanidou & Menexes, 2008).

Ο υψηλότερος κίνδυνος των αγοριών να αναπτύξουν προβληματική χρήση ή εξάρτηση από το διαδίκτυο, ενδεχομένως συνδέεται με παραδοσιακές διαφορές στους ρόλους των δύο φύλων. Οι διαφορές αυτές, που συνήθως σχετίζονται με μεγαλύτερη ανοχή στην επιθετικότητα των αγοριών, μπορεί να εκφράζονται με υψηλότερα ποσοστά συμμετοχής σε παιχνίδια ρόλων, που είναι κατά κανόνα πολέμικης φύσης

και εν δυνάμει εθιστικά (Ko, Yen, Chen, et al. 2005). Ειδικότερα, είναι σημαντικό ίσως να διερευνηθεί η συμμετοχή σε παιχνίδια ρόλων και η συνυφασμένη με αυτή επιθετικότητα, ως πιθανή στρατηγική αντιμετώπισης του στρες για τα αγόρια, υπόθεση αντίστοιχη με προγενέστερη για την κατάχρηση αλκοόλ (Klingemann & Gomez, 2010). Σημειώνεται, ότι οι επιλεγόμενες από τα αγόρια εφαρμογές φαίνεται να είναι και περισσότερο εθιστικές γενικότερα, δεδομένο που ίσως εξηγεί εν μέρει τη σχέση μεταξύ φύλου και κατάχρησης διαδικτύου (Tsai et al, 2009).

Αντίστοιχα, η σημαντική επίδραση της περιοχής διαμονής στην κατάχρηση διαδικτύου είναι ίσως πολλαπλά ερμηνεύσιμη. Η ανάλυση που έγινε προκειμένου να απαντηθεί το ερώτημα αυτό έδειξε *στατιστικά σημαντική διαφορά εις βάρος των εφήβων της Πρωτεύουσας σε σχέση με τους εφήβους της Κορινθίας*. Το εύρημα αυτό μπορεί ενδεχομένως να ερμηνευτεί, στη βάση της λιγότερο προστατευτικής κοινωνικής δομής για αστικούς πληθυσμούς, συγκριτικά με πληθυσμούς της περιφέρειας (Reijneveld et al, 2010 page 190).

Ειδικότερα, στην περιφέρεια οι κοινωνικοί δεσμοί είναι μάλλον καλύτερα διατηρημένοι, παρέχοντας περισσότερες ευκαιρίες για κοινωνικοποίηση και μία στερεότερη αίσθηση ασφάλειας και «ανήκειν» (Reijneveld et al, 2010 page 190). Όπως έχει γραφτεί, μπορεί να υποθεθεί ότι η κοινωνική συνοχή είναι μεγαλύτερη σε μικρότερες κοινωνίες, γεγονός που μοιραία έχει θετικές επιπτώσεις όσον αφορά στη στέρηση ερεθισμάτων και την ανάπτυξη συμπεριφορικών προβλημάτων στα παιδιά. Η συλλογική αποτελεσματικότητα οδηγεί σε καλύτερη ανατροφή (Reijneveld et al, 2010 page 190).

Η μικρότερη ευαλωτότητα στην κατάχρηση διαδικτύου σε αγροτικές περιοχές, μπορεί να είναι επίσης ενδεικτική, γενικότερα θετικών, ψυχοκοινωνικών

συνθηκών (Haynes & Gale, 1999). Τέτοιες ψυχοκοινωνικές συνθήκες μπορεί να θεωρηθούν η απουσία του επιβαρυνμένου αστικού περιβάλλοντος, η απουσία αντίξοων κοινωνικών φαινομένων, όπως η εγκληματικότητα και άλλες στρεσογόνες συγκυρίες ζωής, που δυνητικά θα συνεισέφεραν στην εκδήλωση εξαρτητικών συμπεριφορών. Τονίζεται, ότι ο μεγαλύτερος κίνδυνος ανάπτυξης ψυχικών δυσκολιών σε αστικές περιοχές έχει επιβεβαιωθεί και σε προηγούμενες μελέτες (Peen, Dekker, Schoevers, Have, de Graaf & Beekman, 2007).

Σε κάθε περίπτωση το αποτέλεσμα αυτό θα μπορούσε να εξηγηθεί εν μέρει και από την οπτική της μεγαλύτερης οικονομικής αντιξοότητας, που αντιμετωπίζει ο πληθυσμός της πρωτεύουσας εξαιτίας της κρίσης (National Statistical Authority of Greece, 2012). Αναλυτικότερα, η βιβλιογραφία προτείνει ότι οι αντίξοες οικονομικές συνθήκες και η φτώχεια ευνοούν την ανάπτυξη εξαρτήσεων (Eberhardt, Ingram, Makus, et al., 2001). Έτσι η ύφεση και η ανεργία που έχουν πρόσφατα επηρεάσει τα αστικά κέντρα, σημαντικά ίσως περισσότερο, από αγροτικές ή ημιαγροτικές περιοχές της Πελοποννήσου, πιθανά προκαλούν μεγαλύτερη ένταση σε συμπεριφορές κατάχρησης διαδικτύου από τους εφήβους (Khan, 2002).

Τέλος, η μή ύπαρξη σχέσης ανάμεσα στον τύπο λυκείου και τη χρήση και την κατάχρηση διαδικτύου μπορεί να εξηγείται από αμοιβαία εξουδετερούμενες παραμέτρους. Έτσι, αν και οι ακαδημαϊκά προσανατολισμένοι έφηβοι, είναι ίσως περισσότερο ψηφιακά εξοικειωμένοι και για αυτό περισσότερο εκτεθειμένοι στις εξαρτητικές εφαρμογές του μέσου (NTIA, 2002), δεν έχουν τη γενικότερη ίσως ψυχοκοινωνική επιβάρυνση που εμφανίζουν οι μαθητές τεχνικών λυκείων (Van Houtte, Stevens, 2006, 2008). Σημειώνεται, ότι έχει βρεθεί ότι συνήθως στην τεχνική εκπαίδευση εντάσσονται παιδιά, από περισσότερο αντίξοα κοινωνικά περιβάλλοντα (Nicaise, Desmedt and Mechelen, 2008). Επιπλέον, καθώς οι πιά πολλές διαδικτυακές

εφαρμογές είναι αγγλόφωνες, μειώνεται η πιθανότητα εθισμού σε πληθυσμούς με λιγότερο επαρκή γνώση αγγλικών (Baker et al, 2002), όπως συνήθως είναι λιγότερο ακαδημαϊκά προσανατολισμένοι πληθυσμοί, ακόμα και αν αυτοί συγκεντρώνουν χαρακτηριστικά επικινδυνότητας.

Τέλος, η μεγαλύτερη διαθεσιμότητα άλλων εξαρτητικών ερεθισμάτων, σε περιβάλλοντα με εντονότερη κοινωνικο - οικονομική έκπτωση (Μάτσα, 2001), όπως είναι τα περιβάλλοντα των τεχνικών λυκείων, ενδεχομένως στρέφουν πιά εύκολα τις εξαρτητικές τάσεις των εφήβων σε άλλες μορφές εξάρτησης (Nicaise, Desmedt and Mechelen, 2008). Μέσα στο πλαίσιο που αναφέρθηκε, το εύρημα αυτό ίσως αποκτά ιδιαίτερη σημασία διαφοροποιώντας αισθητά το προφίλ υψηλού κινδύνου για την κατάχρηση διαδικτύου, σε σχέση με τις πιά παραδοσιακές μορφές παθολογίας και καταχρήσεις στην εφηβεία.

4.2. Να αξιολογηθούν ατομικοί, περιβαλλοντικοί και ηλεκτρονικά περιβαλλοντικοί παράμετροι, με σκοπό να εξεταστεί, ποιές και σε ποιά βαθμό συνδέονται με την ποιότητα χρήσης του διαδικτύου από τους εφήβους.

4.2.1. Να εκτιμηθεί πιθανή σχέση της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου με

χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, την εικόνα εαυτού και

συμπεριφορές ψυχοπαθολογίας των εφήβων

4.2.1.1. Συνδέονται τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου από τους εφήβους;

Οι γραμμικές αναλύσεις παλινδρόμησης έδειξαν, ότι ο βαθμός κατάχρησης του διαδικτύου συνδέεται με τους μέσους όρους χαρακτηριστικών προσωπικότητας των

εφήβων που εξετάστηκαν. Συγκεκριμένα, έφηβοι που είναι περισσότερο πιθανό να κάνουν κατάχρηση του διαδικτύου, δείχνουν λιγότερο ευσυνείδητοι και λιγότερο συναισθηματικά σταθεροί σε σύγκριση με τους συνομηλίκους τους.

Το εύρημα που αφορά στη χαμηλότερη ευσυνειδησία των εφήβων, που λειτουργούν εξαρτητικά ή καταχρηστικά σε σχέση με τον ιστό, έχει ίσως πολλές εκδοχές ερμηνείας. Ειδικότερα, η εμφάνιση κάθε συμπεριφοράς κατάχρησης και παράλληλα η διατήρησή της, είναι στενά συνδεδεμένη με την ύπαρξη συγκρούσεων με το άμεσο περιβάλλον του ατόμου (Marlatt & Gordon, 1980). Η εγκαθίδρυση της κατάχρησης προκαλεί την έκπτωση της απόδοσης του ατόμου σε μία σειρά από τομείς, όπως η εκπαίδευση και οι οικογενειακοί ρόλοι και κατ' επέκταση οι υποχρεώσεις που απορρέουν από αυτούς (Charlton & Danforth, 2007). Η γενικότερη αυτή ασυνέπεια, που είναι αποτέλεσμα της εγκατάστασης της καταχρηστικής συνήθειας ως κύριας, αν όχι αποκλειστικής ασχολίας του εφήβου, οδηγεί σε έντονες συγκρούσεις με το περιβάλλον αλλά και με το δικό του συνειδησιακό κομμάτι (Yang & Tung, 2007, Chou & Hsiao, 2000).

Εύλογα, ισχυρότερα στοιχεία ευσυνειδησίας, λειτουργούν αποθαρρυντικά για την ενδοτικότητα σε εξαρτήσεις. Δηλαδή, ένας περισσότερο ευσυνείδητος έφηβος, είναι μάλλον λιγότερο πιθανό να επιτρέψει την παραμέληση υποχρεώσεών του εξαιτίας της ενασχόλησής του με τον ιστό. Σημειώνεται, ότι στην κατεύθυνση της συσχέτισης ασθενέστερης ευσυνειδησίας με την εμφάνιση κατάχρησης του διαδικτύου, συγκλίνουν και άλλα παλαιότερα ευρήματα (Yang & Tung, 2007, Chou & Hsiao, 2000).

Καταληκτικά, η αίσθηση ενοχής και ευθύνης, που απορρέει ίσως από υψηλότερα επίπεδα ευσυνειδησίας, είναι μάλλον λογικό να μή συνάδει με την

ατομικιστική φύση της εξάρτησης (Stephenson, Maggi, Lefever, & Morojele, 1995). Σημειώνεται, ότι ο εξαρτημένος είναι εστιασμένος στη δική του ανάγκη για άμεση εξασφάλιση ικανοποίησης (Μάτσα, 2001). Η συγκεντρωσή του αυτή, είναι πολύ αναμενόμενο να μην του επιτρέπει να έχει ενσυναίσθηση, δηλαδή δυνατότητα κατανόησης των αναγκών των άλλων και συνειδητοποίησης των συναισθημάτων τους. Η κατάχρηση ή εξάρτηση, ως σύπτωμα συνυφασμένο με την απόλαυση, περιορίζει άμεσα, και συχνά προϋποθέτει, τη μη συνειδητοποίηση των ευθυνών που παραμελούνται εξαιτίας της (Marlatt & Gordon, 1980).

Συνακόλουθα, η υποτροπή έχει ένα κόστος που λειτουργεί αποτρεπτικά για την επανάληψή της όταν συνειδητοποιείται. Είναι λοιπόν, μάλλον κατανοητό, πώς η ασθενέστερη ευσυνειδησία συνδέεται με την κατάχρηση διαδικτύου (Senecal, Lavoie, & Koestner, 1997. Steel, Brothen, & Wambach, 2001).

Στο σημείο αυτό, ιδιαίτερη μνεία θα πρέπει ίσως να γίνει και στη σχέση της χαμηλής ευσυνειδησίας με το φαινόμενο της παρελκυστικότητας ή αναβλητικότητας, που συνοδεύει την εξαρτητική χρήση διαδικτύου. Η παρελκυστικότητα-αναβλητικότητα (Procrastination), αναφέρεται στην ανικανότητα ενός ατόμου, να μετατρέψει τη μη πρόθεση για δράση, σε πραγματική δράση (Blunt & Pychyl, 2005). Δεν πρόκειται ωστόσο για την απόλυτη αποφυγή μίας δραστηριότητας, αλλά μάλλον για την καθυστέρησή της ολοκλήρωσής της (Lavoie & Pychyl, 2001).

Αξίζει να σημειωθεί, ότι υπάρχει μία διχογνωμία σε σχέση με το αν πρόκειται για σταθερό χαρακτηριστικό ή οφείλεται στις κατά περίπτωση συνθήκες (Thatcher et al, 2008). Υπάρχουν ωστόσο στοιχεία, που συνδέουν την αναβλητικότητα με χαρακτηριστικά προσωπικότητας, όπως τα χαμηλά επίπεδα ευσυνειδησίας (Senecal, Lavoie, & Koestner, 1997. Steel, Brothen, & Wambach, 2001). Η σχέση αυτή είναι

μάλλον εύλογη, καθώς η ευσυνειδησία προϋποθέτει συνέπεια και όχι αναβλητικότητα.

Όσον αφορά τη μεγαλύτερη έλλειψη συναισθηματικής σταθερότητας, από τους εφήβους που εμφανίζουν σχέση κατάχρησης με το διαδίκτυο, θα μπορούσε ίσως να αποδοθεί σε στοιχεία που δε διευκολύνουν την άμεση διαπροσωπική συχέτιση (Stravynski, Marks, & Yule, 1982). Στην κατεύθυνση αυτή συγγκλίνει ίσως το γεγονός, ότι οι εφαρμογές υψηλού κινδύνου για κατάχρηση του παγκόσμιου ιστού, είναι εκείνες που περιλαμβάνουν διάδραση (Grohol, 2005). Η ένταση εμπλοκής σε τέτοιου τύπου εφαρμογές, όπως οι ιστότοποι κοινωνικής δικτύωσης, τα δωμάτια ηλεκτρονικής συζήτησης και τα παιχνίδια ρόλων, μοιάζει μάλιστα να είναι ανάλογη, του μεγέθους των δυσκολιών συχέτισης που κάποιος αντιμετωπίζει στην πραγματική ζωή (Grohol, 2005).

Επιπρόσθετα, η σχέση ανάμεσα στη μικρότερη συναισθηματική σταθερότητα και την τάση για κατάχρηση του διαδικτύου, προσλαμβάνει ίσως και επιμέρους, πίο ειδικές εξηγήσεις. Συγκεκριμένα, οι δυσκολίες συσχέτισης στην πραγματικότητα πιθανά να αποδίδονται σε έντονες συναισθηματικές μεταπτώσεις περισσότερο νευρωτικών εφήβων (Stravynski, Marks, & Yule, 1982). Οι «δραματικές» σε μεγάλο βαθμό αυτές μεταβολές, που χαρακτηρίζουν περισσότερο συναισθηματικά ασταθείς προσωπικότητες, πρόκαλούν ίσως κόπωση στο περιβάλλον των ατόμων. Εύλογα, η κόπωση μπορεί ενδεχομένως να μετατραπεί σε απόσταση, λειτουργώντας διαλυτικά για τις σχέσεις των πίο συναισθηματικά ασταθών εφήβων στην πραγματικότητα. Η υπόθεση αυτή ενισχύεται και από ευρήματα παλαιότερων ερευνών, που υποστηρίζουν την συνάφεια μεταξύ συναισθηματικής αστάθειας και φτωχής κοινωνικότητας (Stravynski, Marks, & Yule, 1982).

Στα πλαίσια αυτά, η κατάχρηση εφαρμογών διαδικτύου ενδεχομένως λειτουργεί καταρχήν θετικά για τον έφηβο. Αναλυτικότερα, η υπερεπαφή με διαδραστικές διαδικτυακές εφαρμογές, συχνά αποσυμφορεί τα αρνητικά συναισθήματα, που γεννιούνται από την απώλεια σχέσεων και τη μειωμένη κοινωνικότητα (Wan & Chiou, 2006a).

Παράλληλα, είναι πολύ πιθανό η κατάχρηση του διαδικτύου να λειτουργεί «προληπτικά» για τους περισσότερο συναισθηματικά ασταθείς εφήβους. Έτσι, όταν οι προηγούμενες εμπειρίες συσχέτισης στην πραγματικότητα τους έχουν πιέσει, γεννούν ίσως αρνητικές προσδοκίες και για επόμενες απόπειρες πραγματικών προσεγγίσεων. Στο πλαίσιο αυτό, είναι πολύ πιθανό οι έφηβοι να οδηγούνται σε διαδικτυακές αναπληρώσεις κοινωνικών αναγκών (Lin & Tsai, 2002). Επιπρόσθετα, σημειώνεται ότι στο διαδίκτυο η συναισθηματική αστάθεια, που τόσο ίσως απωθεί στην πραγματικότητα (Stravynski, Marks, & Yule, 1982), είναι εύκολο να εξωραϊστεί. Ο ίδιος ο χειρισμός διαδικτυακών επαφών, περιλαμβάνει ένα έντονο στοιχείο εκλεκτικότητας στον τρόπο παρουσίασης του χρήστη (Young, 1997).

Σε συνάρτηση με τα παραπάνω, αξίζει να επισημανθεί η ιδιαιτερότητα της φύσης των διαδικτυακών σχέσεων. Οι σχέσεις μέσα από διαδραστικές εφαρμογές του ιστού (blogs, chatrooms & bulletin boards), συνδυάζουν υψηλή διαθεσιμότητα, ανωνυμία, ασφάλεια και κατ' επέκταση αποκαλυψιμότητα (Young, 1996,1997). Η δέσμη των χαρακτηριστικών αυτών έχει βρεθεί, ότι τις καθιστά πολύ θελκτικές για τους χρήστες (Ng, & Wiemer-Hastings, 2005, Young, 1996,1997). Περισσότερο δε, για όσους δεν αντέχουν τις απαιτήσεις των πρόσωπο με πρόσωπο σχέσεων (Douglas et al, 2008). Έτσι για τους περισσότερο συναισθηματικά ασταθείς εφήβους η πιθανές αρνητικές εμπειρίες των πραγματικών σχέσεων έρχονται σε αντίθεση με εκείνες των διαδικτυακών, προσανατολίζοντας το αναπτυσσόμενο άτομο στις δεύτερες.

Συμπληρωματικά, η μεγαλύτερη συναισθηματική αστάθεια ενδεχομένως πυροδοτεί και άμεσα την εξαρτητική χρήση του ιστού. Αναλυτικότερα, είναι ευρύτερα αποδεκτή η ψυχο - τρόπος ποιότητα των εξαρτητικών συμπεριφορών (Μάτσα, 2001). Η κατάχρηση δηλαδή, σχετίζεται άρρηκτα με την ανάγκη κάποιου να παρέμβει στο συναίσθημα του, όταν αυτό είναι επιβαρυντικό, με στόχο να ανακουφιστεί. Κέντρικός στόχος κάθε συμπεριφοράς κατάχρησης, είναι η ανάγκη για άμεση εξασφάλιση θετικού συναισθήματος (Marlatt & Gordon, 1980). Η ανάγκη αυτή είναι μοιραία ανάλογη σε μέγεθος, με την πίεση που κάποιος βιώνει ή την ένταση που αισθάνεται. Και η ένταση είναι χαρακτηριστικό των συναισθηματικών μεταπτώσεων που χαρακτηρίζουν λιγότερο σταθερές συναισθηματικά προσωπικότητες, καθιστώντας έτσι πιο ευάλωτες σε εξαρτητικές εκδηλώσεις (Stravynski, Marks, & Yule, 1982).

Ουσιαστικά η ανάγκη κάποιου να νοιώσει καλύτερα, ή απλά να μή νοιώσει άσχημα είναι κίνητρο καταφυγής στην εξάρτηση, συμπεριλαμβανομένης της κατάχρησης του διαδικτύου (Marlatt & Gordon, 1980). Σημειώνεται, ότι όπως έχει αναφερθεί και στην εισαγωγή, ευρήματα πρόσφατων ερευνών επιβεβαιώνουν τη σχέση μεταξύ χαμηλής συναισθηματικής σταθερότητας και της εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου, ειδικότερα όταν αφορά σε παιχνίδια ρόλων (Koo, 2009).

4.2.1.2. Συνδέονται τα χαρακτηριστικά της εικόνας εαυτού με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου από τους εφήβους;

Από τις αναλύσεις παλινδρόμησης που έγιναν, βρέθηκε ότι οι έφηβοι που ρέπουν στην κατάχρηση διαδικτύου διακρίνονται από στατιστικά σημαντικά χαμηλότερη τόσο αυτοπεποίθηση όσο και αίσθηση αυτοαποτελεσματικότητας. Το εύρημα αυτό είναι μάλλον πολλαπλά ερμηνεύσιμο.

Τονίζεται, ότι η σύνδεση της κακής εικόνας εαυτού με την κατάχρηση διαδικτυακών εφαρμογών έχει επισημανθεί και σε παλαιότερα ερευνητικά ευρήματα (Koo, 2009, Yang & Tung, 2007, Park and Song, 2002). Ειδικότερα, η Young το 1998 υποστήριξε, ότι η καταθλιπτική διάθεση των εξαρτημένων από το διαδίκτυο, απορρέει από την χαμηλή τους αυτοεκτίμηση και το φόβο της απόρριψης που βιώνουν.

Μάλιστα, όσον αφορά την κατάχρηση παιχνιδιών ρόλων, όπου οι παίκτες οργανώνουν την συμμετοχή τους μέσα από την επένδυσή τους σε μία φιγούρα αντιπροσώπευσης, η σχέση μεταξύ κακής αυτοεικόνας και εξαρτητικής χρήσης του διαδικτύου γίνεται ίσως περισσότερο εμφανής. Η ανάγκη για την ικανοποίηση, που επιτυγχάνεται από την λειτουργία της εικονικής αυτή προσωπικότητας, είναι ίσως και η εξήγηση της στενής σχέσης μεταξύ της χαμηλής αυτοεκτίμησης και του εθισμού από τον ιστό (Armstrong, Phillips & Saling, 2000). Ο μηχανισμός αυτός, της γέννησης και λειτουργίας μίας εικονικής προσωπικότητας, δηλαδή η ανάγκη αντιμετώπισης της κακής αυτοπεποίθησης, φαίνεται να εξηγεί και την υψηλή αποδοχή των παιχνιδιών εικονικής πραγματικότητας (Allison et al, 2006).

Δηλαδή η έλλειψη καλής αυτοεικόνας στην πραγματικότητα, μπορεί να αναπληρώνεται από μία καταξιωμένη φιγούρα στον εικονικό κόσμο. Ουσιαστικά, το διαδίκτυο μοιάζει να επιτρέπει στα άτομα που πιέζονται από την πραγματικότητα που βιώνουν, εξωτερική ή εσωτερική, να αποσυμπιέζουν τη προσωπικότητά τους, λειτουργώντας με ένα χαρακτήρα που απέχει από τον πραγματικό (Young, 1997).

Παράλληλα, η αυτοεκτίμηση σχετίζεται με την αντιλαμβανόμενη απόρριψη, εγκατάλειψη και αδιαφορία από τους σημαντικούς άλλους (Leary & MacDonald, 2003; MacDonald & Leary, 2005). Το χαρακτηριστικό της αυτό περιγραφεί

γενικότερες κοινωνικές δυσκολίες, οι οποίες έχουν συνδεθεί με την προβληματική χρήση του διαδικτύου (Grohol, 2005). Φαίνεται λοιπόν να εντοπίζεται ένας κοινός παρανομαστής μεταξύ κατάχρησης του διαδικτύου και χαμηλής αυτοπεποίθησης. Το κοινό αυτό σημείο μπορεί εν μέρει να εξηγηθεί, γιατί η κακή αυτοεικόνα θεωρείται προγνωστικός παράγοντας για την προβληματική χρήση του ιστού (Armstrong, Phillips, & Saling, 2000; Ko, Yen, Chen, Chen & Yen, 2007; Young & Rogers, 1998).

Ειδικότερα σημειώνεται, ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση συσχετίζεται με το κοινωνικό άγχος, την κατάθλιψη και τη μοναχικότητα (Leary & MacDonald, 2003). Οι ψυχολογικές δυσκολίες αυτές, εύλογα ωθούν το άτομο στην αναζήτηση ανακούφισης, που μπορεί να βρεθεί στην εξαρτητική χρήση του ιστού. Στην υπόθεση αυτή συγκλίνουν παλαιότερες θεωρητικές τοποθετήσεις, ότι η ένταση της εκδήλωσής της κατάχρησης του ιστού κορυφώνεται, παράλληλα με το βαθμό που η ηλεκτρονική εμπλοκή ανακουφίζει από τα άλλα συνυπάρχοντα συμπτώματα (Young, 1998). Η ερμηνεία αυτή ενισχύθηκε και από ευρήματα μεταγενέστερων ερευνών (Yang & Tung, 2007, Tsai & Lin, 2001).

Η ενδεχόμενη αιτιώδης σχέση, κακής αυτοεκτίμησης και προβληματικής χρήσης του διαδικτύου είναι ίσως συμπληρωματικά κατανοητή, μέσα από την έλλειψη αυτοελέγχου με την οποία έχει συνδεθεί η πρώτη (LaRose et al., 2003; Stinson et al., 2008; Tangney et al., 2004). Στο σημείο αυτό υπογραμμίζεται, ότι το εσωτερικό κέντρο ελέγχου έχει γενικότερα καταγραφεί ως ένας παράγοντας που προωθεί την ανάπτυξη και προσαρμογή των παιδιών και επακόλουθα όχι τις εξαρτητικές τάσεις (Motti-Stefanidi, Pavlopoulos, Dalla, Obradovic, & Masten, 2006). Έχει βρεθεί επίσης να συνδέεται με τη θετική σχολική προσαρμογή στα παιδιά (Motti-Stefanidi, Pavlopoulos, Dalla, Obradovic, & Masten, 2006). Καταληκτικά, έφηβοι με περισσότερο εσωτερικό τόπο ελέγχου, είναι αναμενόμενο να οριοθετούνται

καλύτερα στην εξαρτητική χρήση του διαδικτύου. Το γεγονός αυτό με τη σειρά του μπορεί να λειτουργεί τονωτικά για την εικόνα εαυτού τους.

4.2.1.3. Συνδέονται συμπεριφορές ψυχοπαθολογίας με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου από τους εφήβους;

Οι αναλύσεις παλινδρόμησης φανέρωσαν ότι οι έφηβοι που είναι περισσότερο επιρρεπείς στην κατάχρηση διαδικτύου, είναι σημαντικά πιά επιβαρυνμένοι ως προς την ψυχαναγκαστικότητα- καταναγκαστικότητα, το θυμό και την επιθετικότητα, τη διαπροσωπική ευαισθησία, τον ψυχωτισμό, τον παρανοειδή ιδεασμό, το άγχος, την κατάθλιψη και τη σωματοποίηση. Οι πιά ισχυρές όμως σχέσεις εμφανίζονται με τη σειρά αναφοράς, ανάμεσα στην κατάχρηση του διαδικτύου και την ψυχαναγκαστικότητα- καταναγκαστικότητα, το θυμό και την επιθετικότητα και τη διαπροσωπική ευαισθησία. Συνοψίζοντας, τα ευρήματα επιβεβαιώνουν τη στατιστικά σημαντικά μεγαλύτερη επιβάρυνση των εφήβων, που τείνουν πιά έντονα στην κατάχρηση διαδικτύου, μάλλον γενικότερα ως προς την ψυχοπαθολογία.

Στο σημείο αυτό επισημαίνεται, ότι η ροπή της υψηλής συννοσηρότητας της προβληματικής χρήσης διαδικτύου με άλλες ψυχικές δυσκολίες, έχει αναδειχθεί και από άλλες προγενέστερες έρευνες (Bai et al., 2001; Bear & Wolf, 2001). Μάλιστα, συχνή είναι η συννοσηρότητα με ποικίλες τυπολογίες ψυχικών δυσκολιών (Morahan-Martin, 2005, Shapira et al., 2000).

Μία μεγάλη μερίδα ανθρώπων που είναι προβληματικοί χρήστες του διαδικτύου, πληρούν επίσης τα κριτήρια για διαταραχές της εξάρτησης από ψυχοτρόπες ουσίες (Black, Belsare & Schlosser, 1999; Anderson, 2001; Bai et al., 2001) και άλλες διαταραχές του ελέγχου των παρορμήσεων, όπως η παθολογική χαρτοπαιξία (Morahan-Martin, 2005) ή οι σεξουαλικά εξαρτητικές συμπεριφορές (Mick & Hollander, 2006). Η στατιστικά σημαντική υπεροχή των ανθρώπων εκείνων, που κάνουν κατάχρηση του παγκόσμιου ιστού και σε άλλες εξαρτητικές τυπολογίες αλλά και τη χρήση ουσιών ειδικότερα, επιβεβαιώθηκε και από πιο πρόσφατη έρευνα σε φινλανδικό δείγμα (Korkeila, Kaarlas, Jääskeläinen, Vahlberg & Taiminen, 2009). Υποστηρίζεται μάλιστα, ότι οι χρήστες εκείνοι με προφίλ, που περιλαμβάνει άλλες καταχρήσεις, έχουν ήδη κάνει το πρώτο βήμα για την υπερβολική χρήση του ιστού (Pratarelli & Browne, 2002).

Επιπρόσθετα, άλλες ερευνητικές προσπάθειες επαλήθευσαν τη συνάφεια της εξαρτητικής χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά της Διαταραχής Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας (Yoo, Cho, Ha, Kim, Hwang, Chung, et al, 2004). Σημαντική είναι επίσης, η ερευνητική επιβεβαίωση ελλειμμάτων στον έλεγχο των παρορμήσεων που συνυπάρχουν με την προβληματική χρήση του διαδικτυακού ιστού (Bai et al., 2001; Bear & Wolf, 2001). Μάλιστα, σε σχετικές μελέτες, τα υποκείμενα δήλωναν μία παρόρμηση να είναι σε σύνδεση. Αισθάνονταν ότι ο κόσμος χωρίς αυτό θα ήταν βαρετός, ενώ ανέφεραν εκνευρισμό, όταν η ταχύτητα σύνδεσης επιβραδυνόταν (Davis et al., 2002; Holden, 2001; Mitchell, 2000; Shapira et al., 2000; Treuer et al., 2001). Συσχέτιση επισημάνθηκε και μεταξύ της εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου και του κοινωνικού άγχους (Liu & Kuo, 2007).

Το ευρήματα αυτά συγκλίνουν με τη σχέση κυκλικής αιτιότητας που συναντάται μεταξύ των καταχρήσεων και άλλων μορφών ψυχοπαθολογίας (Marlatt & Gordon, 1980; Douglas et al, 2008). Η άποψη αυτή υποθέτει ότι μία προϋπάρχουσα ψυχολογική δυσκολία, οργανωμένη πιθανά σε σοβαρότερο επίπεδο και η λειτουργική έκπτωση που τη συνοδεύει, μπορεί να πυροδοτούν την κατάχρηση και με τη σειρά τους να πυροδοτούνται από αυτήν (Campbell, Cumming & Hughes, 2006). Ειδικότερα, η επίγνωση της βίωσης μίας ψυχικής δυσκολίας γεννά αρνητικό συναίσθημα, που συσσωρευόμενο ενδέχεται να αναζητά διέξοδο εκτόνωσης σε εξαρτητικές συμπεριφορές που προξενούν ένα άμεσο αίσθημα ανακούφισης.

Είναι χαρακτηριστικό, ότι οι εξαρτημένοι από το ίντερνετ φαίνεται να έχουν εναισθησία των συνεπειών της κατάχρησής τους, αφού περιγράφουν τη δυσλειτουργική της επίδραση σε πολλές πτυχές της ζωής τους, πολύ πιο μελανά από τους μη εξαρτημένους (Yang & Tung, 2007, Chou & Hsiao, 2000). Η εναισθησία τους αυτή ενδεχομένως να ευνοεί την ανατροφοδότηση της σχέσης συννοσηρότητας και προβληματικής χρήσης του διαδικτύου. Ταυτόχρονα, καθώς πολλές μορφές ψυχολογικών δυσκολιών, διαφοροποιήσεων ή αποκλίσεων αντιμετωπίζονται με μία τάση κοινωνικού στιγματισμού. Η τάση αυτή αφενός στερεί τα άτομα από δυνατότητες μοιράσματος της πίεσης, που ενδεχομένως βιώνουν και αφετέρου τους προσθέτει εντονότερα αρνητικά συναισθήματα στα ήδη υπάρχοντα (Rüsch et al, 2009). Η προσθήκη αυτή, μεγιστοποιεί ίσως με τη σειρά της, τις πιέσεις για εξαρτητικές εκτονώσεις σε περισσότερο ευάλωτους εφήβους.

Αντίστροφα, η κατάχρηση του ιστού ενδέχεται να εντείνει τις πιθανότητες εγκατάστασης και άλλων ψυχικών δυσκολιών. Η διαδικτυακή κατάχρηση, περιορίζοντας άμεσα και έμμεσα τις δυνατότητες συσχέτισης των εφήβων, τους περιθωριοποιεί δραστικά (Grohol, 2005). Η περιορισμένη αυτή επαφή με το περιβάλλον δυσχεραίνει την προσαρμογή των αναπτυσσόμενων ατόμων, οδηγώντας ίσως αντιδραστικά στη εγκατάσταση συνοδών μορφών παθολογίας. Η βίωση αντιδραστικών συναισθημάτων στρέψ και κατάθλιψης αποτελεί ενδεχομένως τον αμεσότερο κίνδυνο, όπως ίσως και η δημιουργία φαντασιωσικών καταφυγίων, στα πλαίσια παρανοϊκών ή και πίο ψυχωτικών συμπεριφορών. Τονίζεται, ότι υπάρχουν ερευνητικά ευρήματα που ενισχύουν την ύπαρξη των παραπάνω σχέσεων (Lee, Hyun, Yang, Daniels, Na, Kee, et al, 2008).

Κλείνοντας, τίθεται ο προβληματισμός, σε σχέση με το αν η προβληματική χρήση του διαδικτύου είναι η αιτία η το αποτέλεσμα της ψυχοπαθολογίας. Καθώς τα δύο μεγέθη μοιάζει να βρίσκονται σε μία σχέση κυκλικής αιτιότητας (Douglas et al, 2008). Στη συνέχεια θα αναφερθούμε πίο εκτενώς στις τρεις μορφές ψυχοπαθολογίας που φαίνεται να συνδέονται πίο ισχυρά με την κατάχρηση διαδικτύου και πίο σύντομα στις υπόλοιπες.

Ειδικότερα, η σχέση μεταξύ ψυχαναγκαστικότητας- καταναγκαστικότητας και κατάχρησης διαδικτύου είναι ίσως ερμηνεύσιμη, στην βάση πολλών υποθέσεων. Αναλυτικότερα, ψυχαναγκαστικές σκέψεις εικάζεται ότι συνοδεύουν τη χρήση του μέσου, το οποίο εκλαμβάνεται ως ένας τρόπος εξουδετέρωσης αρνητικών συναισθημάτων στη βάση ιδεοληψιών, κάνοντας τον έφηβο να λειτουργεί καταναγκαστικά (Davis, 2001). Δηλαδή, «αν κερδίσω το παιχνίδι, τότε θα... , άρα πρέπει να κερδίσω». Τονίζεται, ότι η δράση αυτή πιθανά να ενισχύεται από

ειδικότερες εφαρμογές του διαδικτύου, όπως ο ηλεκτρονικός τζόγος, τα αλληλεπιδραστικά παιχνίδια και το chatting (Yang and Yung, 2007).

Επιπρόσθετα, η ύπαρξη μίας διέγερσης, που εξουδετερώνεται από τη συμπεριφορά της χρήσης του διαδικτύου με ένα καταναγκαστικό τρόπο (Treuer, Fabian & Furedi, 2001), αποτέλεσε το κύριο επιχείρημα της εγγραφής της στα πλαίσια των ψυχαναγκαστικών- καταναγκαστικών διαταραχών. Η παρατήρηση αυτή ενισχύει ίσως την ερμηνευσιμότητα των ευρημάτων μας.

Άλλοι μάλιστα θεωρητικοί υποστηρίζουν, ότι συναντάται μεγάλη επικάλυψη της κλινικής εικόνας, ανάμεσα στην κατάχρηση διαδικτύου και ψυχαναγκαστικές καταναγκαστικές συμπεριφορές (Grant & Potenza, 2006). Στην ίδια κατεύθυνση, ισχυρές συσχετίσεις έχουν εντοπιστεί μεταξύ της παθολογικής χρήσης διαδικτύου και Ψυχαναγκαστικών – Καταναγκαστικών συμπτωμάτων, συνοδευόμενες μάλιστα, από σημαντικές εκδηλώσεις αποδιοργάνωσης (Bernardi & Pallanti, 2009). Με αφετηρία τα παραπάνω, χρησιμοποιείται ήδη ο όρος, Διαταραχή της Ψυχαναγκαστικής – Καταναγκαστικής Χρήσης διαδικτύου (Impulsive-Compulsive Internet Usage Disorder), με αγγλόφωνο αρκτικόλεξο «IC-IUD», για την περιγραφή του φαινομένου (Dell' Osso, Altamura, Hadley, Baker & Hollander, 2006). Καταληκτικά, με βάση τα παραπάνω είναι μάλλον ευνόητη η σχέση μεταξύ συμπεριφορών κατάχρησης διαδικτύου και εντονότερων ψυχαναγκαστικών-καταναγκαστικών τάσεων που βρέθηκε.

Ανάλογο είναι ίσως, και το πλαίσιο της εξήγησης του ευρήματος της σύνδεσης ανάμεσα στο θυμό και την επιθετικότητα και την κατάχρηση διαδικτύου.

Συγκεκριμένα, η επιθετικότητα έχει αναφερθεί ως παράγοντας που συνδέεται με αποφευκτικές στρατηγικές αντιμετώπισης στρές και άλλες μορφές καταχρήσεων, ως απάντηση σε γενικότερες αρνητικές συναισθηματικές καταστάσεις και ένταση (McCormick and Smith, 1995). Για τους εφήβους, η υψηλότερη ένταση συνήθως οδηγεί σε διαπροσωπική σύγκρουση και απόρριψη της έπαφης, που σε συνδυασμό με τη μικρότερη κοινωνική αποδοχή των ουσιών ή άλλων καταχρήσεων, ως μέσο αποφυγής, μπορεί να τους οδηγήσει στη διαφυγή μέσω του διαδικτύου (Yen, Ko, Yen, Wo and Yang, 2007).

Παράλληλα, είναι πιθανό πιο κατεργασμένες και λιγότερο επιθετικές πλευρές της κοινωνικής ταυτότητας του εφήβου, να αποδυναμώνονται όταν αυτός είναι σε σύνδεση, δημιουργώντας το χώρο για να απελευθερωθεί επιθετικότητα (Reicher, Spears and Postmes, 1995). Συγκεκριμένα, η μειωμένη επίγνωση του εαυτού που έχει επιβεβαιωθεί στις διαδικτυακές δράσεις, μπορεί να έχει σαν αποτέλεσμα τη διαμόρφωση ανοχής στην εκδήλωση επιθετικών ή κοινωνικά απαγορευμένων συμπεριφορών (Yen, Ko, Yen, Wo and Yang, 2007). Σε κάθε περίπτωση, το αν αυτές οι συμπεριφορές θα εκδηλωθούν στην πραγματική ζωή είναι απροσδιόριστο. Φαίνεται ωστόσο, ότι καθώς το διαδίκτυο μπορεί να αποτελέσει διέξοδο για την εκτόνωση επιθετικότητας, είναι πιθανό να έλκει τους πιο «θυμωμένους» εφήβους στην κατάχρησή του.

Επισημαίνεται, ότι η εντονότερη πρώιμη επιθετικότητα έχει βρεθεί να προβλέπει γενικότερα συμπεριφορές καταχρήσεων (Ensminger and Brown, 1988), πέρα από την κατάχρηση διαδικτύου. Επιπρόσθετα, η εντονότερη επιθετικότητα και ο θυμός μπορεί να εξηγούν την μεγαλύτερη ροπή στην κατάχρηση του διαδικτύου,

μέσα από την αντίδραση των εφήβων στην οριοθέτηση της σχέσης του με αυτό, έστω χρονικά (Yen, Ko, Yen, Wo and Yang, 2007). Αντίστροφα, η έκθεση και η συμμετοχή στη διαδικτυακή βία, ειδικότερα μέσα από παιχνίδια ρόλων μπορεί μέσα από λειτουργίες μάθησης, μέσα από πρότυπα, να ευνοήσει την ενίσχυση ήδη έντονου θυμού και επιθετικότητας (Carnagey, Anderson & Bushman, 2007).

Ανάλογα, εξηγείται ίσως και η σχέση μεταξύ διαπροσωπικής ευαιθησίας και κατάχρησης του διαδικτύου. Αναλυτικότερα, έχει επισημανθεί η σύνδεση της υπερβολικής χρήσης διαδικτύου με φοβικά χαρακτηριστικά, που συντηρούν συμπεριφορές αποφυγής (Campbell, Cumming & Hughes, 2006). Η δυνητική αποκοπή από τις διαπροσωπικές επαφές σε επίπεδο πραγματικότητας, εξαιτίας ίσως της μεγαλύτερης διαπροσωπικής ευαιθησίας, ενδέχεται με τη σειρά της να ενισχύσει την προοδευτική συρρίκνωση, των όποιων δεξιοτήτων διάδρασης έχουν μέχρι εκείνη τη στιγμή εγκατασταθεί. Η συρρίκνωση αυτή των κοινωνικών δεξιοτήτων, μπορεί με τη σειρά της να ενισχύσει κυκλικά αισθήματα διαπροσωπικής ευαιθησίας και κατάθλιψης (Segrin, 2000).

Συμπληρωματικά, οι θετικές σχέσεις με τους συνομηλίκους, που συνδέονται με μικρότερη διαπροσωπική ευαιθησία, έχει βρεθεί να αποτελούν σημαντική προστασία για άτομα υψηλού κινδύνου (Benard, 2004, Elder & Conger, 2000, Jackson & Warren, 2000). Καθώς η σχέση με τους συνομηλίκους μπορεί να έχει ισχυρή επίδραση στην υγεία του εφήβου, την αντίληψη εαυτού, τις κοινωνικές δεξιότητες, τις γνωστικές ικανότητες, τη σχολική επίδοση και συμπεριφορά, μετριάζει τις επιδράσεις αρνητικών γεγονότων ζωής (Bukowski, 2003, Hetherington & Elmore, 2003), που θα μπορούσαν να οδηγήσουν σε αναζήτηση ανακούφισης από την κατάχρηση του μέσου. Διαχρονικές έρευνες έχουν μάλιστα δείξει, ότι η αποδοχή

από τους συνομηλίκους και οι φίλιες, που συνδέονται με τη χαμηλότερη διαπροσωπική ευαισθησία, μετριάζουν τη σύνδεση ανάμεσα στις αντιξοότητες και τις επακόλουθες ψυχικές δυσκολίες (Criss, Pettit, Bates, Dodge & Lapp, 2002, Lansford, Criss, Pettit, Dodge, & Bates, 2003, Schwartz, Dodge, Pettit, & Bates, 2000).

Αντίθετα, παιδιά που εμφανίζουν χαρακτηριστικά στοιχεία διαπροσωπικής ευαισθησίας, εκδηλώνουν συχνά προβλήματα εσωτερίκευσης και φυγής (Kupersmidt & Dodge, 2004). Τα φαινόμενα αυτά δικαιολογούν ίσως τη σχέση της διαπροσωπικής ευαισθησίας με την κατάχρηση διαδικτύου. Στην ίδια κατεύθυνση, έχει φανεί σε διαχρονικές έρευνες ότι η κοινωνική απόρριψη αποτελεί ένα ένα σημαντικό προβλεπτικό παράγοντα για ένα εύρος ψυχικών δυσκολιών, μεταξύ των οποίων και οι καταχρήσεις (McFadyen-Ketchum & Dodge, 1998).

Κατ' αναλογία, η απορρόφηση και επακόλουθα η εσωτερίκευση του κόσμου του διαδικτύου (Sadowski & Stanney, 2002), λόγω της κατάχρησής του, μπορεί να διαταράξει έμμεσα την ίδια τη συσχέτιση με την πραγματικότητα, ενθαρρύνοντας ίσως την ανάπτυξη περισσότερο ψυχωτικών ή παρανοϊκών συμπεριφορών. Είναι ωστόσο πιθανό, η δύσκολη σχέση με την πραγματικότητα να προϋπάρχει οδηγώντας τους εφήβους σε κατάχρηση ημιαληθινών διαδικτυακών τόπων. Όσον αφορά τα ευρήματα που συνδέουν το άγχος και την κατάθλιψη με την κατάχρηση διαδικτύου, είναι πιθανότερο να εξηγούνται την ανάγκη ανακούφισης της δυσφορίας, που βιώνεται από τον έφηβο μέσα από την καταφυγή στον ιστό. Τέλος, η σημαντική ελάττωση της κοινωνικότητας που φαίνεται να προκαλείται και να προκαλεί την εξάρτηση από το διαδίκτυο, ελαττώνοντας τις ευκαιρίες εκτόνωσης των αρνητικών συναισθημάτων μέσα από την επικοινωνία, μπορεί οδηγεί στη μετατροπή τους σε

σωματικά, μέσα από ισχυρότερη ροπή στη σωματοποίηση (Demaray & Malecki, 2002).

4.2.1.4. Ειδικότερα, η συναισθηματική σταθερότητα (νευρωτισμός) και η κατάθλιψη σχετίζονται, και αν ναι, με ποιό τρόπο με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου;

Από την ανάλυση πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης και το στατιστικό έλεγχο διαμεσολάβησης που έγινε βρέθηκε, ότι χαμηλότερα επίπεδα συναισθηματικής σταθερότητας, φαίνεται να συνδέονται με εντονότερα αισθήματα κατάθλιψης που με τη σειρά της συνδέεται με την κατάχρηση διαδικτύου.

Το εύρημα αυτό υποστηρίζει δηλαδή, ότι η εμφάνιση καταθλιπτικών συναισθημάτων είναι ίσως ο συνδετικός κρίκος μεταξύ της χαμηλότερης συναισθηματικής σταθερότητας και της εγκατάστασης της εξάρτησης από το διαδίκτυο. Η σχέση αυτή είναι μάλλον εύλογη, δεδομένου ότι η έλλειψη συναισθηματικής σταθερότητας καταπονεί ψυχικά τον έφηβο (Stravynski, Marks, & Yule, 1982). Η καταπόνηση αυτή προκαλεί δυσφορικά συναισθήματα, που ενδεχομένως οδηγούν επακόλουθα σε καταθλιπτικές συμπεριφορές. Η πρόκληση καταθλιπτικών συναισθημάτων εξαιτίας της συναισθηματικής αστάθειας εξηγείται ίσως τόσο άμεσα, όσο και έμμεσα. Αφενός το άτομο σε περίπτωση εναισθησίας (Yang & Tung, 2007, Chou & Hsiao, 2000) βιώνει εσωτερικά αρνητικά την αστάθειά του, αφετέρου εξαιτίας της αστάθειάς του αυτής μειώνεται η λειτουργικότητα του και αποκλείεται από μία σειρά σχέσεων, καταλήγοντας και πάλι στη βίωση αρνητικών συναισθημάτων (Campbell, Cumming & Hughes, 2006). Στην κατεύθυνση αυτή συγκλίνει η διαπίστωση του Λιάπα το 1991, ότι μερικοί άνθρωποι, στην προσπάθειά τους να αντιμετωπίσουν δυσάρεστα -συναισθηματικού τύπου- ερεθίσματα,

αναπτύσσουν συμπεριφορές εξάρτησης. Παρόμοια, εισηγήθηκε σε συνέδριο στην Ελλάδα η Θεοδώρα Κανδρή (2009).

Συνακόλουθα, η σχέση της κατάθλιψης με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου είναι επίσης ερμηνεύσιμη. Το αρνητικό καταθλιπτικό συναίσθημα ωθεί τον εφηβο στην αναζήτηση ανακούφισης, προκειμένου να το αντιμετωπίσει (Marlatt & Gordon, 1980). Η κατάχρηση του διαδικτύου είναι μία πηγή, αν όχι άμεσης μείωσης της πίεσης που κάποιος βιώνει, μέσα από την αναβλητικότητα, άμεσης πρόβασης στην ικανοποίηση (Young, 1998). Η σχέση αυτή ανάμεσα στο καταθλιπτικό συναίσθημα και τις εξαρτητικές λειτουργίες γενικότερα, φαίνεται να λειτουργεί επιτακτικά (Marlatt & Gordon, 1980). Δηλαδή, η ανάγκη για την αντιμετώπιση αρνητικών συναισθημάτων οδηγεί στην αναζήτηση ανακούφισης μέσα από την κατάχρηση του διαδικτύου και η κατάχρηση του διαδικτύου μέσα από την απόσυρση και την έκπτωση της λειτουργικότητας, ανατροφοδοτεί το αρνητικό συναίσθημα, οδηγώντας ουσιαστικά σε μία εντονότερη επανάληψη της κυκλικής αυτής διαδρομής. Η τροχία αυτή, έχει ήδη από πολύ νωρίτερα περιγραφεί και έχει επικρατήσει να αποκαλείται εξαρτητικός κύκλος (Marlatt & Gordon, 1980).

4.2.2. Να εκτιμηθεί πιθανή σχέση της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά της σχέσης με την οικογένεια προέλευσης των εφήβων.

Οι αναλύσεις παλινδρόμησης που έγιναν ως προς τα επιμέρους χαρακτηριστικά οικογενειακής λειτουργίας, φανέρωσαν σημαντικές σχέσεις. Συγκεκριμένα, η πιο προβληματική χρήση του διαδικτύου φαίνεται να συνδέεται με

υψηλότερο βαθμό συναισθηματικής αποκοπής και χαμηλότερα επίπεδα οικογενειακής σταθερότητας, ευελιξίας, επικοινωνίας, ικανοποίησης και η συνοχής στην οικογένεια με τη σειρά που αναφέρονται. Η εντονότερη ωστόσο σχέση παρατηρήθηκε με το βαθμό συναισθηματικής αποκοπής στην οικογένεια, τη μικρότερη σταθερότητα και τη χειρότερη οικογενειακή επικοινωνία.

Τα παραπάνω ευρήματα, που συνδέουν γενικότερα την κακή οικογενειακή λειτουργία με την τάση για την κατάχρηση διαδικτύου είναι ίσως εξηγήσιμα, μέσα από την ευρύτερη οπτική της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας. Μία τέτοια θεώρηση, συνδέει τα τρέχοντα επίπεδα λειτουργικότητας του εφήβου με το ειδικότερο οικογενειακό πλαίσιο που αυτός εντάσσεται (Cicchetti and Rogosh, 2002). Κατ'έκταση, οι δυσλειτουργίες του ίδιου του οικογενειακού πλαισίου ενδέχεται να προκαλέσουν χειρότερη προσαρμογή, που μπορεί να περιλαμβάνει και συμπεριφορές κατάχρησης (Cicchetti and Rogosh, 2002). Σε κάθε περίπτωση, οι οικογενειακές επιδράσεις και η δυναμική της σχέσης τους με την ποιότητα προσαρμογής του εφήβου είναι δεδομένες (Cicchetti & Lynch, 1993; Cicchetti & Toth, 1998).

Μάλιστα, η σχέση ανάμεσα στις οικογενειακές δυσλειτουργίες και την κακή προσαρμογή τονίζεται emphatically στην οπτική της αναπτυξιακής ψυχοπαθολογίας. Επισημαίνεται, ότι η ποιότητα των οργανώσεων στις οποίες είναι ενταγμένοι οι έφηβοι, και εν προκειμένω η οικογενειά τους, φαίνεται να είναι σε πολλές περιπτώσεις περισσότερο καθοριστική από μεμονωμένες ατομικές μεταβλητές (Cicchetti and Rogosh, 2002). Συνακόλουθα, τα επιτυχώς προσαρμοσμένα άτομα είναι συνήθως ενταγμένα σε πιά συνεκτικά οργανωμένα συστήματα. Σε αντίθεση, εκείνα που εκδηλώνουν ψυχοπαθολογία είναι ενταγμένα σε λιγότερο λειτουργικά πλαίσια - οικογένειες (Cicchetti and Rogosh, 2002).

Γενικότερα, τα ευρήματα μας συνάδουν με την ήδη υπάρχουσα βιβλιογραφία για τη συνεισφορά της οικογένειας στην υγιή ανάπτυξη του ατόμου (Newman, 2004). Ο Λιάπας το 1991, αναφέρει ότι οι μαθησιακές εμπειρίες σε πρώιμη παιδική ηλικία παίζουν σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση της κατάστασης της εξάρτησης. Η ίδια μελέτη, καταλήγει στο συμπέρασμα ότι το οικογενειακό περιβάλλον και ιδιαίτερα οι παιδικές εμπειρίες παίζουν βασικό ρόλο για την ανάπτυξη καταχρήσεων (Λιάπας, 1991).

Η κρίση της οικογένειας, όπως αυτή εμφανίζεται και εκφράζεται μέσα από την ανατροφή των παιδιών, οδηγεί στο συμπέρασμα ότι η δυσλειτουργία μέσα σε αυτήν, σε κάθε της μορφή, και η λανθασμένη διαπαιδαγώγηση συνδέονται με την κακή προσαρμογή στα παιδιά, μέσα στο πλαίσιο της οποίας, εμφανίζονται και οι εξαρτήσεις- καταχρήσεις (Καλαρρύτης, 1995, Newman, 2004)). Τη σημασία του οικογενειακού περιβάλλοντος για την εγκαθίδρυση της κατάχρησης- εξάρτησης, ισχυροποιούν αποφασιστικά και άλλες μελέτες (Compton, Cottler, Ridenour, Ben-Abdallah, & Spitznagel, 2002).

Αυτή η δυσλειτουργία συχνά εκφράζεται με πιο έντονο τρόπο, στις αλλαγές φάσεων της οικογένειας (Καλαρρύτης, 1995). Παράδειγμα τέτοιας φάσης είναι η εφηβεία των παιδιών, που και οι γονείς βιώνουν τα δικά τους προβλήματα, όντας οι ίδιοι σε μια μεταβατική περίοδο κρίσης της μέσης ηλικίας (Compton, Cottler, Ridenour, Ben-Abdallah, & Spitznagel, 2002). Μ' αυτόν τον τρόπο, γεγονότα τα οποία είναι προβλέψιμα και φυσιολογικά στη ζωή κάθε οικογένειας, μπορεί να φορτιστούν αρνητικά, παρεμποδίζοντας έτσι την εξέλιξη των παιδιών της (Καλαρρύτης, 1995).

Η παρεμπόδιση αυτή της ανάπτυξης των αναδυόμενων ενήλικων μπορεί να αντιμετωπιστεί από τους ίδιους, είτε με συμμόρφωση, οπότε και συγχωνεύονται, είτε με την αντίσταση, οπότε και αποκόβονται. Και τα δύο αυτά χαρακτηριστικά αποτελούν συστατικά στοιχεία της κλίματος χαμηλής οικογενειακής σταθερότητας, και φαίνεται να συνδέονται με κακής ποιότητας ή χαμηλή οικογενειακή συνοχή και ευελιξία αντίστοιχα (Olson, 2000).

Επιδημιολογικές και άλλες μελέτες, σε οικογένειες ατόμων που πάσχουν από διαφορετικές μορφές κατάχρησης, δείχνουν ότι δεν υπάρχει ένα μοντέλο περιγραφής της κατάστασης των οικογενειακών σχέσεων, που θα μπορούσε να οριστεί ως "μοντέλο ειδικό για την εξάρτηση"(Μάτσα, 2001). Περιγράφονται όμως ορισμένα χαρακτηριστικά, που είναι κοινά στις περισσότερες οικογένειες εξαρτημένων ατόμων και τα οποία μπορεί μεν να τα βρει κανείς σε άλλες οικογένειες, στις συγκεκριμένες όμως παίρνουν παθολογικά ακραίες μορφές (Μάτσα, 2001).

Σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία (Compton, Cottler, Ridenour, Ben-Abdallah, & Spitznagel, 2002), που επιβεβαιώνεται και από την ελληνική εμπειρία, στις οικογένειες ατόμων που εμφανίζουν καταχρήσεις, παρατηρείται σε μεγάλο βαθμό, κακή ποιότητα οικογενειακής επικοινωνίας, μειωμένη ικανοποίηση και ενδοοικογενειακή σύγκρουση, που συνήθως εκφράζεται βίαια, προκαλώντας ή συντηρώντας αστάθεια και μειωμένη συνοχή (Kokkevi & Stefanis, 1988). Τα όρια μέσα στο ίδιο το οικογενειακό πλαίσιο είναι είτε άκαμπτα, είτε χαοτικά (Kokkevi & Stefanis, 1988). Η ένταση και η βία, ως αποτελέσματα των παραπάνω, αποτελούν βασικά στοιχεία της οικογενειακής ατμόσφαιρας και έχουν συνδεθεί ερευνητικά, τόσο με την συναισθηματική αποκοπή, όσο και τη γενικότερη οικογενειακή αστάθεια, κακή επικοινωνία και χαμηλή ικανοποίηση (Olson, 2000).

Αυτό που χαρακτηρίζει αυτές τις οικογένειες στην πλειονότητα τους, είναι ότι λειτουργούν με ελάχιστους ή καθόλου κανόνες (Μάτσα, 2001). Δεν οριοθετείται επακόλουθα ούτε ο ιδιωτικός ψυχικός χώρος του παιδιού, γεγονός που ενδέχεται να προσλαμβάνει ποιότητες συγχώνευσης, προκαλώντας στον έφηβο μία αίσθηση αστάθειας, δυσκολίας στην επικοινωνία και χαμηλής ικανοποίησης (Μάτσα, 2001).

Στα πλαίσια της αντίστασης στο κλίμα αυτό, ο έφηβος ενδέχεται να υιοθετήσει ακραίες στάσεις, πολλές φορές αποκόβοντας τον εαυτό του από το υπόλοιπο οικογενειακό σύστημα, καταφεύγοντας ίσως στο διαδίκτυο. Τα παιδιά παίρνουν συγκεχυμένα μηνύματα για το σωστό και το λάθος, το επιτρεπτό και το απαγορευμένο (Μάτσα, 2001). Οι γονείς δεν έχουν σχεδόν ποτέ συνεκτική άποψη για τα πράγματα, κοινή στάση απέναντι στο παιδί τους. Αυτό που λείπει κυρίως στην οικογένεια είναι η αληθινή, η άμεση επικοινωνία στα μέλη της (Μάτσα, 2001). Συνήθως, η επαφή γίνεται με αρνητικούς τρόπους (μομφή, παράπονο, κριτική, αντιπαράθεση). Πολύ συχνά γίνονται συμμαχίες, (κρυφές ή φανερές) ανάμεσα στον πατέρα και την κόρη ή τη μητέρα και το γιο, που ανατρέπουν την ιεραρχική οργάνωση της οικογένειας, χωρίζοντας τους γονείς σε στρατόπεδα (Μάτσα, 2001).

Καταληκτικά, τόσο η αστάθεια γενικότερα, όσο και πίο συγκεκριμένα η οικογενειακή αποκοπή και η χαμηλή επικοινωνία, αποτελούν χαρακτηριστικά που έχουν συνδεθεί ερευνητικά με τα δυναμικά των οικογενειών εξαρτημένων (Compton, Cottler, Ridenour, Ben-Abdallah, & Spitznagel, 2002). Η σχέση τους αυτή με τις καταχρήσεις είναι μάλλον ευνόητη, αφού συνθέτουν περιβάλλοντα σχέσεων που λειτουργούν ψυχοπιεστικά για το άτομο, εντείνοντας την ανάγκη του για ανακούφιση.

Αντίστροφα, σε περίπτωση εξωτερικών πιέσεων, περιβάλλοντα με τέτοια χαρακτηριστικά δεν προσφέρουν τη δυνατότητα εκτόνωσης μέσα από την επικοινωνία (Masten, 2001). Ειδικότερα, στην περίπτωση της συνύπραξης κακής επικοινωνίας και αστάθειας, ο έφηβος που συναντά μία δυσκολία που τον φορτίζει ψυχολογικά, δυσκολεύεται ίσως να την εμπιστευτεί και βρίσκεται αντιμέτωπος με μεγαλύτερο φορτίο, αφού δεν αισθάνεται ότι εξασφαλίζεται η ποιότητα πλαισίου και επικοινωνίας που θα ήθελε για να τη μοιραστεί (Μάτσα, 2001). Αντίστοιχα, στην εκδοχή της συναισθηματικής αποκοπής, η δυνατότητα μοιράσματος και κατ' επέκταση ανακούφισης, που ίσως ανακόψει την συμπεριφορά κατάχρησης δεν προσφέρεται καν (Μάτσα, 2001).

4.2.2.1. Να διερευνηθεί αν η συναισθηματική αποκοπή στην οικογένεια και η αυτοπεποίθηση του εφήβου συνδέονται, και αν ναι με ποιόν τρόπο, με το βαθμό εξάρτησης από το διαδίκτυο.

Από την ανάλυση πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης και τον υπολογισμό του στατιστικού ελέγχου της διαμεσολάβησης που έγινε, φαίνεται ότι η χαμηλότερη αυτοπεποίθηση είναι ίσως σημαντικός διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση μεταξύ συναισθηματικής αποκοπής στην οικογένεια και εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου. Δηλαδή ότι η συναισθηματική αποκοπή του εφήβου από το περιβάλλον του επιβαρύνει την εικόνα εαυτού του, γεγονός που τον ωθεί στην κατάχρηση του διαδικτύου.

Το εύρημα αυτό είναι μάλλον ευνόητο. Η αποκοπή και η ρήξη του εφήβου με το περιβάλλον του είναι αναμενόμενο να αποσταθεροποιούν την εικόνα εαυτού του (Kerr & Lambert, 1994). Το περιβάλλον του εφήβου και κατ' επέκταση οι σημαντικοί άλλοι και κυρίως η οικογένεια εσωτερικεύονται, αποτελώντας κομμάτι της

συγκρότησης της προσωπικότητάς του. Επακόλουθα μαζί με τους σημαντικούς άλλους εσωτερικεύεται πιθανά και η σχέση του εφήβου με εκείνους, καθρεφτιζόμενη πιά ως σχέση του με κομμάτια του εαυτού του. Η ρήξη και η αποκοπή με τους σημαντικούς άλλους και τις κοντινές σχέσεις του ατόμου μοιάζει λογικό πιά, να μεταφέρεται σε μία ανάλογης έντασης ρήξη και αποκοπή με κομμάτια μέσα του (Haworth-Hoerrpner, 2000). Η διάρρηξη αυτή της εσωτερικής συνοχής της εικόνας του εφήβου για τον εαυτό του, μοιραία αντανακλάται σε χαμηλότερα επίπεδα αυτοπεποίθησης. Στο σημείο αυτό, τονίζεται ότι η σύνδεση μεταξύ δυσκολιών στο οικογενειακό κλίμα και της χειρότερης αυτοεικόνας του ατόμου έχει επισημανθεί και από παλιότερα ερευνητικά ευρήματα (Mandara & Murray, 2000).

Καταλήγοντας, είναι ίσως αναμενόμενο ότι ένας έφηβος με απαξιωμένη σχέση με το περιβάλλον του, τροφοδοτεί μέσα από τη σχέση του αυτή, μία απαξιωμένη σχέση με τον ίδιο του τον εαυτό (Haworth-Hoerrpner, 2000). Η έλλειψη ικανότητας διαχείρισης μίας σχέσης, σε βαθμό τέτοιο, που να προκαλεί την αποκοπή της, δεν μπορεί παρά να εγγράφεται ως μία μορφή αποτυχίας στο ιστορικό του εφήβου (Wei, Vogel, Ku & Zakalik, 2005). Επακόλουθα, η αποτυχία αυτή είναι λογικό να αποδίδεται και σε έλλειψη ικανοτήτων, πυροδοτώντας αισθήματα αναξιοτήτας που ελαττώνουν την αυτοπεποίθησή του.

Συμπληρωματικά, η πτώση της αυτοπεποίθησης του παιδιού είναι πιθανό τόσο άμεσα όσο και έμμεσα να οδηγεί σε κατάχρηση του παγκόσμιου ιστού (Armstrong, Phillips & Saling, 2000). Ειδικότερα, τα αρνητικά συναισθήματα που γεννιούνται εξαιτίας της κακής αυτοεικόνας είναι, όπως και νωρίτερα διατυπώθηκε, πιθανό να ωθούν σε μία εξαρτητική διαχείρισή τους. Ταυτόχρονα, η χαμηλή αυτοεκτίμηση είναι δυνατό μέσα από σχήματα αυτοεκπληρούμενης προφητείας, να

συρρικνώνει τις εναλλακτικές του παιδιού να βρεί ικανοποίηση μέσα από άλλα πεδία, σχέσεις ή δραστηριότητες, ανανεώνοντας έτσι τον εξαρτητικό κύκλο (Marlatt, 1980).

Συνοψίζοντας, το εύρημα αυτό περιγράφει το τρόπο που μια αποτυχία στις κοντινές σχέσεις, οργανωμένη σε μία συμπεριφορά αποκοπής, μπορεί να εγγράφεται τόσο ασυνείδητα όσο και συνειδητά, ως ένα στοιχείο αποτυχημένης εικόνας εαυτού (Wei, Vogel, Ku & Zakalik, 2005). Το στοιχείο αυτό δημιουργεί την άμεση ανάγκη για ανακούφιση, που με τη σειρά της ενδέχεται να καλύπτεται από την κατάχρηση του ιστού. Άλλωστε, θα μπορούσε κάποιος να υποθέσει ότι αν η συναισθηματική αποκοπή είναι μία στρατηγική αποφυγής που επιστρατεύεται ως τρόπος αντιμετώπισης διαπροσωπικών δυσκολιών που ξεπερνούν τον έφηβο, η απορρόφηση στο διαδικτυακό χώρο μοιάζει απλά με επανάληψή της. Η επανάληψη αυτή προσδιορίζεται στο βαθμό, που το άτομο μέσα από το διαδίκτυο λειτουργεί αποφευκτικά, απεναντι σε μία πραγματικότητα που το υπερβαίνει. Έτσι, αντιπια για φαντασιωσικά καταφύγια, θα μπορούσαμε ίσως να αναφερθούμε σε διαδικτυακά καταφύγια (Allison, 2006).

4.2.3. Να εκτιμηθεί η σχέση της ποιότητας χρήσης του διαδικτύου με χαρακτηριστικά του ίδιου του διαδικτυακού περιβάλλοντος.

Οι αναλύσεις παλινδρόμησης που έγιναν για να απαντηθεί το ερώτημα, επαλήθευσαν τη σημαντική σχέση ανάμεσα στη ροπή για κατάχρηση του διαδικτύου και την εντονότερη ροή και τηλεπαρουσία. Δηλαδή, οι έφηβοι εμφανίζουν εντονότερες συμπεριφορές κατάχρησης του μέσου, όταν φαίνεται να βιώνουν υψηλότερο βαθμό απορρόφησης από τη διαδικτυακή δραστηριότητα, όσο και από το διαδικτυακό περιβάλλον.

Όσον αφορά τη βίωση εντονότερης αίσθησης ροής, δηλαδή απορρόφησης από τη διαδικτυακή δραστηριότητα, από τους εφήβους που κάνουν κατάχρηση του διαδικτύου, οι προσφερόμενες ερμηνείες είναι μάλλον ικανές. Κοινός παρανομαστής μεταξύ της αίσθησης της ροής, δηλαδή της απορρόφησης από τη διαδικτυακή δραση και της εξάρτησης από το διαδίκτυο είναι η αναζήτηση ικανοποίησης (Csikzentmihalyi, 1975). Ειδικότερα, η έννοια της διαδικτυακής ροής περιγράφει μία κατάσταση εσωτερικής ευχαρίστησης, σε σχέση με μία εξελισσόμενη την ίδια στιγμή δραστηριότητα στον ιστό (Thatcher et al., 2008).

Αντίστοιχα, σημαίνοντα ρόλο για την εγκατάσταση της κατάχρησης επέχει ο διττός χαρακτήρας των επιδράσεων της. Ο διττός αυτός χαρακτήρας αποδίδεται στην αρχική ευφορία ή ανακούφιση που αυτή προκαλεί, έναντι της όψιμης δυσφορίας και ενόχλησης με την οποία καταλήγει, και η οποία οδηγεί στην επανάληψη της εξαρτητικής εμπειρίας (Μάτσα, 2001, Marlatt, 1980).

Σε συνέπεια των παραπάνω σημειώνεται ότι η ροή εμφανίζεται σε δραστηριότητες που χαρακτηρίζονται αυτοτελικές (Csikzentmihalyi, 1975). Αυτοτελική είναι κάθε δραστηριότητα που η αξία της, ο σκοπός της, βρίσκεται στην ίδια την επανάληψη της, χωρίς να υπάρχει κάποια άλλη έμμεση στόχευση (Thatcher et al., 2008). Δηλαδή είμαι στο διαδίκτυο γιατί περνάω καλά εκεί, όντας αποσυνδεδεμένος από άλλους πραγματικούς στόχους. Επακόλουθα, ροή είναι κάθε κατάσταση συνειδητότητας, που συνήθως χαρακτηρίζεται από μία απώλεια της αίσθησης του χρόνου, και βιώνεται από άτομα με βαθιά εμπλοκή σε μία άμεσα εξελισσόμενη δραστηριότητα, η οποία τους δίνει ικανοποίηση (Thatcher et al., 2008). Συνηθέστερα ωστόσο, η ροή γίνεται αντιληπτή απλά ως ευχαρίστηση ή ικανοποίηση (Webster, Trevino, & Ryan, 1993).

Η στενή αυτή σχέση της διαδικτυακής ροής με την άμεση πρόσβαση στην ευχαρίστηση, ανεξάρτητα από τις πιθανές μελλοντικές συνέπειες, φαίνεται να συναντιέται με το φαινόμενο της άμεσης αναζήτησης ικανοποίησης που χαρακτηρίζει την εξάρτηση (Marlatt & Rohsenow, 1980). Ο σημαντικός ρόλος της διαμεσολάβησης των προσδοκιών ικανοποίησης από την εξαρτητική συνήθεια, υποστηρίζεται και από παλαιότερα ερευνητικά ευρήματα (Jones, Corbin, & Fromme, 2001. Lang, Goeckner, Adesso & Marlatt, 1975). Μάλιστα, σε κάποιες μελέτες, το εν λόγω συμπέρασμα εξειδικεύτηκε περαιτέρω, αναδεικνύοντας ισχυρότερη επιρροή των προσδοκιών ικανοποίησης, όταν υπάρχουν πεποιθήσεις για άμεση επιθυμητή ικανοποίηση του χρήστη (Marlatt & Rohsenow, 1980), για μείωση του άγχους και της έντασης σε κοινωνικές καταστάσεις (Jones, Corbin, & Fromme, 2001) και για επίταση της σεξουαλικής επίδοσης (Jones, Corbin, & Fromme, 2001).

Συμπληρωματικά έχει υποστηριχθεί (Hoffman & Novak, 1996, Chen, 2006), ότι συγκεκριμένες ποιότητες του παγκόσμιου ιστού, όπως η ευκολία στη χρήση, η άμεση ανατροφοδότηση, η αλληλεπιδραστικότητα και η πρόσβαση στην ηλεκτρονική διασκέδαση, τον καθιστούν πρόσφορο πεδίο για τη βίωση ευχαρίστησης και κατ' επέκταση ροής. Σε ενίσχυση των παραπάνω βρέθηκε, ότι οι χρήστες του ιστού βιώνουν θετικά συναισθήματα όταν είναι σε σύνδεση (Chen, 2006). Συμπερασματικά τόσο η διαδικτυακή ροή, όσο και η κατάχρηση του διαδικτύου φαίνεται να επικαλύπτονται στο βαθμό που και οι δύο έννοιες περιγράφουν επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές με στόχο την ευχαρίστηση. Ουσιαστικά, οι έφηβοι που εμφανίζουν εξαρτητική ή προβληματική χρήση του διαδικτύου, αναζητούν ευχαρίστηση και τελικά την επιτυγχάνουν μέσα από τη βίωση διαδικτυακής ροής. Στόχος δηλαδή των εφήβων που συμπεριφέρονται εξαρτητικά είναι να βιώσουν ροή και όσο αυτό

συμβαίνει, τόσο μοιάζει να εντείνεται η συμπεριφορά κατάχρησής τους (Carlan, 2007).

Όσον αφορά τον εντονότερο βαθμό απόρροφησης από το διαδικτυακό περιβάλλον, ο ίδιος ο ορισμός της παρουσίας φαίνεται να εξηγεί τα παραπάνω εύρημα. Ειδικότερα, ο όρος τηλεπαρουσία συστήθηκε από τον Minsky το 1980, προκειμένου να περιγράψει μία αίσθηση συνειδητότητας, που δημιουργεί την εντύπωση φυσικής παρουσίας σε ένα διάμεσο κόσμο. Ο Steuer το 1992 μάλιστα προσώρησε ένα βήμα περισσότερο υποστηρίζοντας ότι η τηλεπαρουσία υφίσταται στο βαθμό, που κάποιος αισθάνεται περισσότερο παρόντας σε ένα διάμεσο από το άμεσό του περιβάλλον. Πρόκειται ουσιαστικά για «μία πεποίθηση, ότι κάποιος αποχώρησε από τον πραγματικό κόσμο και είναι τώρα παρόντας στον εικονικό» (Sadowski & Stanney, 2002 σελ.71), δηλαδή «μία κατάσταση συνειδητότητας, ψυχολογικής αίσθησης ύπαρξης, σε μία εικονική πραγματικότητα» (Slater & Wilbur, 1997 σελ. 604).

Εύλογα, θα μπορούσε να υποτεθεί ότι το ίδιο το ένστικτο της αυτοσυντήρησης κάποιου, που είναι άρρηκτα συνδεδεμένο με την πραγματικότητα που βιώνει, προσανατολίζεται πιά στην εικονική πραγματικότητα (Ziqiang, Yuanzhou, Manqing, Zhe & Xiang, 2011). Αναλυτικότερα, αν αυτό που το άτομο αντιλαμβάνεται ως επιβίωση αφορά πιά μία εικονική πραγματικότητα, είναι αναμενόμενο να αναπτύξει εξαρτητικές σχέσεις με πρόσωπα, μοτίβα ή συνθήκες που του την εξασφαλίζουν, μέσα σε αυτή.

Άλλωστε η ίδια η φύση της κατάχρησης, σε κάθε της εκδοχή, τείνει να εγκλωβίζει το άτομο (Μάτσα, 2001). Ο εξαρτημένος βιώνει ως αναπόδραστη την ανάγκη της εξασφάλισης της πρόσβασης στο αντικείμενο της εξαρτησής του,

περιορίζοντας να όχι αποκλείοντας την διάχυση της προσοχής του σε άλλα ερεθίσματα (Μάτσα, 2001). Η έννοια δηλαδή της τηλεπαρουσίας, στο βαθμό που σχετίζεται με την απουσία ή τη μη συμμετοχή στην ίδια την πραγματικότητα, δεν μπορεί παρά να μοιράζεται ποιότητες πολύ κοντινές με εκείνες τις εξάρτησης.

Στην ίδια κατεύθυνση, φαίνεται να είναι ιδιαίτερα σημαντική η σχέση της βίωσης παρουσίας και της βίωσης ικανοποίησης στο διαδίκτυο. Το αίσθημα της παρουσίας, δηλαδή της απορρόφησης και της εμπλοκής, έχει υποστηριχθεί ότι αυξάνει την ικανοποίηση των παικτών στο διαδίκτυο (Kim & Biocca, 1997). Για αυτό και ίσως επιδιώκεται τους παραγωγούς εικονικής πραγματικότητας. «Πολλά παιχνίδια σχεδιάζονται σήμερα για να δημιουργήσουν μία αίσθηση ότι είσαι εκεί, μέσα στον κόσμο του παιχνιδιού, ένα συναίσθημα που ονομάζουμε παρουσία..... Η παρουσία φαίνεται να είναι κεντρική στη διαμόρφωση της εμπειρίας των ηλεκτρονικών παιχνιδιών» (Tamborini and Skalski, 2006. σελ 225).

Εξήγηση ωστόσο στο εύρημά μας, θα μπορούσε ίσως να δώσει και η απάντηση στο ερώτημα «Τι είναι αυτό που κάνει τους ανθρώπους να μην προσπερνούν το ρόλο της τεχνολογίας όταν εισέρχονται σε ένα εικονικό περιβάλλον, ώστε να βιώνουν Τηλεπαρουσία;» Μια δημοφιλής τοποθέτηση, είναι η «ηθελημένη αναστολή της δυσπιστίας» σύμφωνα με τους Reeves, Nass (1996) και Holland (2003). Ο βασικότερος ίσως λόγος για τον οποίο γίνονται αντιληπτά συναισθήματα παρουσίας, είναι ότι οι άνθρωποι επίτηδες και συνειδητά ακολουθούν την πρόθεση του παραγωγού και ξεχνούν την τεχνικότητα των εκάστοτε διαμεσολαβητικών μέσων, ώστε να απολαύσουν τη δραστηριότητα το δυνατόν περισσότερο (Hayes-Roth, Johnson, van Gent, & Wescourt, 1999). Συνοψίζοντας, τα άτομα που βιώνουν παρουσία θέλουν να αισθάνονται ότι βρίσκονται «αλλού», ή καλύτερα ότι δεν βρίσκονται «εδώ», ώστε να απολαμβάνουν. Η θέση αυτή εύλογα οδηγεί στην

υπόθεση ότι καταφεύγουν εκεί, ώστε να βρουν επαρκή απόλαυση που ίσως στερούνται στην πραγματικότητα. Υπόθεση που είναι συνυφασμένη με ερμηνείες που έχουν δοθεί για τη φύση της εξάρτησης από το διαδίκτυο (Young, 1998).

Παρόμοια, οι Slater και Usoh (1993) όρισαν την Παρουσία ως την αναστολή της δυσπιστίας- αμφισβήτησης του χρήστη ψηφιακών συστημάτων εικονικής πραγματικότητας, ότι βρίσκεται σε ένα κόσμο διαφορετικό από αυτόν στον οποίο βρίσκεται το σώμα του. Επομένως, η εμφάνιση των αισθημάτων παρουσίας έγκειται σε μεγάλο βαθμό στην ενεργητική και συνειδητή νοερή προσπάθεια του χρήστη, να παραβλέψει την τεχνολογία που μεσολαβεί.

4.2.3.1. Να διερευνηθεί αν η ροή και η τηλεπαρουσία αλληλεπιδρούν ως προς το βαθμό εξάρτησης από το διαδίκτυο

Από την ανάλυση πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης και την ανάλυση στατιστικού μετριάσμου που διενεργήθηκαν, βρέθηκε ότι η επίδραση της ροής, στην τάση για εξαρτητική χρήση διαδικτύου, επηρεάζεται θετικά από την υψηλότερη Τηλεπαρουσία.

Τόσο η τηλεπαρουσία, όσο και η ροή μοιάζει να λειτουργούν σαν παράγοντες έλξης στην προβληματική χρήση του διαδικτύου (Douglas, 2008). Ειδικότερα, η βίωση τηλεπαρουσίας και ροής φαίνεται να επηρεάζει καθοριστικά την αίσθηση ελέγχου κάποιου, ως προς το χώρο και το χρόνο εξέλιξης μίας διαδικτυακής δραστηριότητας αντίστοιχα. Σύμφωνα με τα ευρήματά μας, φαίνεται να υπάρχει μία σαφής ενισχυτική επίδραση της τηλεπαρουσίας, στο βαθμό επίδρασης της ροής, στην ανάπτυξη της εξαρτητικής χρήσης του διαδικτύου. Επεξηγηματικά, όσο εντονότερη η αίσθηση της τηλεπαρουσίας που κάποιος βιώνει, τόσο στενότερα συνδέεται η βίωση ροής με την εγκατάσταση της κατάχρησης του διαδικτύου. Αυτή η ενισχυτική

σχέση, θα μπορούσε ίσως να εξηγηθεί από την υπόθεση, ότι η σημασία μίας δραστηριότητας και κατ' επέκταση η προσοχή που αυτή δεσμεύει, προσδιορίζεται καθοριστικά από τη σημασία του περιβάλλοντος μέσα στο οποίο αυτή εντάσσεται, για κάθε εμπλεκόμενο (Mitra et al, 2001).

Καταληκτικά, η σημασία μίας δραστηριότητας καθορίζεται αναλογικά με την υποκειμενική σημασία του πλαισίου της (Ziqiang, Yuanzhou, Manqing, Zhe & Xiang, 2011). Επακόλουθα, εάν η ροή χαρακτηρίζει και σχετίζεται καθοριστικά με τη διαδικτυακή δράση, τότε η τηλεπαρουσία σχετίζεται καθοριστικά με την υποκειμενική σημασία του πλαισίου της δράσης αυτής, πράγμα που συμβάλλει ζωτικά στη βίωση της ροής. Σε συνέπεια με τα παραπάνω, το εύρημα της εντονότερης θετικής συσχέτισης ροής και προβληματικής χρήσης διαδικτύου, όταν βιώνεται εντονότερη τηλεπαρουσία, ερμηνεύεται ως αποτέλεσμα μεγαλύτερης δέσμευσης με το εικονικό πλαίσιο, σε συνδυασμό με ανάλογη απόσυρση από την πραγματικότητα, που εξαιτίας αυτού αυξάνει τη σημασία της διαδικτυακής δράσης.

4.3. Να διερευνηθεί πώς επηρεάζει η χρήση, η χρήση υψηλού κινδύνου και η κατάχρηση του διαδικτύου, την επίτευξη αναπτυξιακών στόχων. Ειδικότερα διαφέρουν ως προς τη σχολική επίδοση και τη δημοτικότητα οι έφηβοι που ανήκουν στην ομάδα των υγιών χρηστών διαδικτύου, στην ομάδα υψηλού κινδύνου για την εκδήλωση διαδικτυακής εξάρτησης και την ομάδα εξαρτημένων από το διαδίκτυο χρηστών;

Η πολυμεταβλητή ανάλυση διακύμανσης που έγινε για να απαντηθεί το ερώτημα αυτό έδειξε, ότι η ομαδοποίηση σε υγιείς, υψηλού κινδύνου και εξαρτημένους χρήστες φαίνεται να είναι στατιστικά σημαντική για τη σχολική επίδοση των συμμετεχόντων. Ειδικότερα, οι έφηβοι που κάνουν προβληματική χρήση του διαδικτύου φάνηκε να έχουν σημαντικά χειρότερη επίδοση από τους υγιείς

χρήστες του ιστού. Αντίθετα δεν φάνηκε να έχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές στη δημοτικότητα μέσα στη σχολική τους τάξη σε σχέση με τους υγιείς χρήστες. Δηλαδή οι εξαρτημένοι από το διαδίκτυο μαθητές φαίνεται να έχουν χειρότερη επίδοση, αλλά όχι να είναι λιγότερο δημοφιλείς σε σχέση με τους υγιείς χρήστες του μέσου.

Όσον αφορά στο εύρημα για τη σημαντικά χαμηλότερη σχολική επίδοση των προβληματικών χρηστών του διαδικτύου, αυτό φαίνεται να είναι σε αρμονία με παλιότερα ερευνητικά δεδομένα. Ειδικότερα, όπως ήδη επισημάνθηκε, η ακαδημαϊκή επιβάρυνση είναι ένα από τα κύρια επακόλουθα της κατάχρησης του ιστού (Engelberg & Sjöberg, 2004; Greenfield & Davis, 2002; Nalwa & Anand, 2003). Η σχέση αυτή ίσως εξηγείται, από την αναβολή ή και την πλήρη περικοπή του χρόνου διάθεσης σε εκπαιδευτικές δραστηριότητες, εξαιτίας της διάθεσής του πιά στο διαδίκτυο. Παράλληλα, θα μπορούσε κάποιος να υποθέσει, ότι ο χρόνος που απομένει από την υπερδιάθεση στο διαδίκτυο δεν είναι γόνιμος, εξαιτίας της εξάντλησης-κόπωσης του εφήβου.

Το διαδίκτυο προσφέροντας στους μαθητές ένα πλούσιο, σε ψυχαγωγικά ερεθίσματα και κατ' επέκταση απολαυστικό ηλεκτρονικό περιβάλλον (Lavoie & Pychyl, 2001), μπορεί να καθίσταται πολλές φορές διέξοδος από πιεστικές ή ανεπιθύμητες δραστηριότητες, όπως το διάβασμα. Έτσι οι μαθητές αν και πρέπει να μελετήσουν, καταλήγουν ενδεχομένως να το αναβάλλουν συσσωρεύοντας κενά. Στο σημείο αυτό, θα πρέπει ίσως να τονιστεί, ότι αυτό δεν σημαίνει ότι δεν το επιθυμούν, αλλά ότι αν και το επιθυμούν δεν το επιτυγχάνουν, δίνοντας προτεραιότητα στη διαδικτυακή απόλαυση (Blunt & Pychyl, 2005). Τονίζεται, ότι υπάρχουν στοιχεία που συνδέουν την αναβλητικότητα αυτή με χαρακτηριστικά προσωπικότητας, όπως η

εξωστρέφεια, ο εξωτερικός τόπος ελέγχου και χαμηλά επίπεδα ευσυνειδησίας (Senecal, Lavoie, & Koestner, 1997. Steel, Brothen, & Wambach, 2001).

Τα κενά που προοδευτικά συσσωρεύονται εντείνουν ίσως την αίσθηση ανασφάλειας, που επακόλουθα ενισχύει την αποφυγή (Senecal et al. 1997), επιδεινώνοντας περαιτέρω την επίδοση. Σημειώνεται ότι η παρελκυστικότητα-αναβλητικότητα σε σχέση με το διαδίκτυο, μόνο έμμεσα ορίζεται από προβλήματα οργάνωσης του χρόνου, καθώς όσοι την εκδηλώνουν συνήθως ξέρουν ακριβώς τι θα έπρεπε να κάνουν, αλλά παρόλα αυτά αποτυγχάνουν να το κάνουν (Thatcher et al, 2008). Εξαιτίας του μηχανισμού που μόλις περιγράφηκε, η αναβλητικότητα για διαδικτυακούς λόγους έχει βρεθεί ότι οδηγεί σε χαμηλή παραγωγικότητα και μείωση της απόδοσης (Steel et al., 2001).

Όσον αφορά στη μή διαφοροποίηση της δημοτικότητας των εφήβων, που κάνουν κατάχρηση του διαδικτύου από όσους κάνουν υγιή χρήση του μέσου, χρειάζεται ιδιαίτερα προσεκτική ερμηνεία. Με δεδομένη την παραπάνω επιφύλαξη, θα μπορούσαμε να το αποδώσουμε στις ειδικές συνθήκες κοινωνικοποίησης που επικρατούν στην εφηβεία. Στη φάση αυτή της ανάπτυξης που η ανάγκη για αυτονομία είναι διογκωμένη (Assor, Kaplan & Roth, 2010), αυτή συχνά επιχειρείται με αμφισβήτηση της συμμόρφωσης σε όσα κοινωνικά επιβάλλονται. Έτσι η αντιδραστικότητα ή η απόκλιση, που είναι στοιχεία που ενυπάρχουν στις καταχρήσεις πιθανά επιβραβεύονται (Rodkin, Thomas, Farmer, Pearl & Van Acker, 2006). Δηλαδή από μία εφηβική οπτική, ο πιο εξαρτημένος από το διαδίκτυο θα μπορούσε να αντιμετωπίζεται ως ο πιο ανεξάρτητος από τους «μεγάλους».

Παράλληλα, το γεγονός ότι κάποιος δεν δυσκολεύει το κοινωνικό του περιβάλλον, δεν σημαίνει ότι δεν αισθάνεται να δυσκολεύεται ο ίδιος από αυτό. Δηλαδή, το γεγονός ότι οι συμμαθητές κάποιου δεν τον επιλέγουν, αν δεν τον απορρίπτουν, ή τον επιλέγουν όσο οι περισσότεροι επιλέγονται, δε σημαίνει ότι αυτός δυσκολεύεται διαπροσωπικά το ίδιο με τους περισσότερους. Αντίστροφα, θα μπορούσε να υποτεθεί ότι ακριβώς επειδή κάποιος βιώνει δυσκολία δεν εκδηλώνεται ελεύθερα, αλλά περισσότερο συμμορφωμένα (Gudjonssona, Sigurdssonb & Tryggvadóttirc, 2010). Η υιοθέτηση αυτής της επιτηδευμένης τακτικής σε συνδυασμό με την απόσυρση μπορεί διατομικά να αποδίδει, δεν αποδίδει ωστόσο ενδοατομικά, αναζητώντας εκτόνωση σε εικονικές προσωπικότητες, ενεργές σε ψηφιακούς κόσμους (Allison, 2006). Καταλήγοντας, το εν λόγω εύρημα χρειάζεται ίσως περισσότερη και διεξοδικότερη μελέτη για να απαντηθεί στέρεα.

4.4. Να καταρτιστεί ένα συνολικό μοντέλο κατανόησης του φαινομένου

Στην παρούσα έρευνα το υποθετικό μοντέλο εξετάστηκε μέσω των μοντέλων δομικών εξισώσεων, χρησιμοποιώντας το λογισμικό AMOS V 18. Το μοντέλο που κατασκευάστηκε, στη βάση της θεωρητικής προσέγγισης της Douglas το 2008, υποθέτει ότι ο υψηλότερος βαθμός εξαρτητικής χρήσης του διαδικτύου είναι αποτέλεσμα της συνδυασμένης δράσης ατομικών και περιβαλλοντικών παραγόντων ώθησης και παραγόντων έλξης της χρήσης του ίδιου του μέσου στην κατάχρησή του, με κύριο αποτέλεσμα την έκπτωση της σχολικής επίδοσης των εφήβων.

Ως παράγοντες ώθησης περιλήφθηκαν σε επίπεδο ατόμου η ευσυνειδησία ως χαρακτηριστικό προσωπικότητας και η ψυχαναγκαστικότητα- καταναγκαστικότητα ως χαρακτηριστικό ψυχοπαθολογίας. Ως παράγοντες ώθησης σε επίπεδο οικογενειακού περιβάλλοντος, χρησιμοποιήθηκαν η επικοινωνία στην οικογένεια και

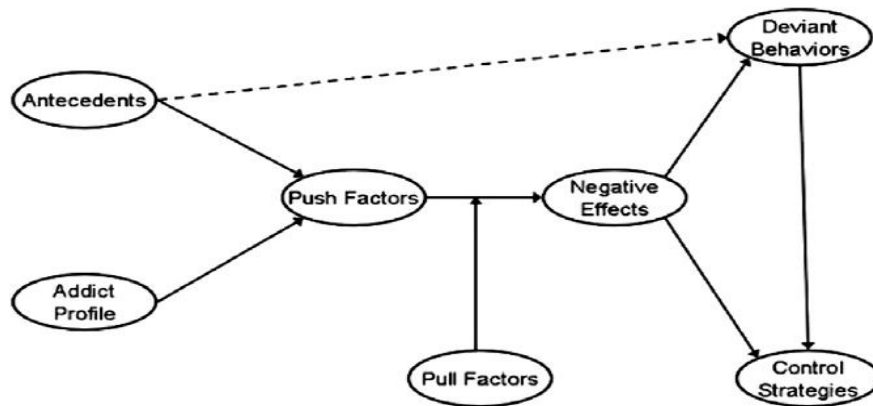
ο βαθμός βίωσης συναισθηματικής αποκοπής. Ως παράγοντες έλξης από τη χρήση του ίδιου του μέσου εκτιμήθηκαν ο βαθμός βίωσης ροής, δηλαδή ο βαθμός απορρόφησης από τη διαδικτυακή δράση και ο βαθμός βίωσης τηλεπαρουσίας, δηλαδή ο βαθμός απορρόφησης από το ίδιο το διαδικτυακό περιβάλλον. Ως πιθανή συνέπεια της εξαρτητικής χρήσης του διαδικτύου εξετάστηκε η επίπτωση στη σχολική επίδοση των εφήβων.

Για το υποθετικό μας μοντέλο ο δείκτης προσαρμογής CFI πείρε τιμή 0,96 και ο δείκτης RMSEA 0,57. Οι τιμές αυτές οδηγούν στο συμπέρασμα ότι το μοντέλο έχει ικανοποιητική προσαρμογή. Το αποτέλεσμα αυτό επικυρώνει την αρχική υπόθεση ότι δηλαδή, η εξάρτηση από το διαδίκτυο μπορεί να συνδεθεί με ατομικούς και οικογενειακούς παράγοντες ώθησης και παράγοντες έλξης, που απορρέουν από την ίδια τη χρήση του μέσου, ενώ έχει υπολογίσιμες επιπτώσεις στη σχολική επίδοση του εφήβου.

Το εύρημα αυτό φαίνεται να έχει ιδιαίτερη σημασία, καθώς επιτρέπει ως ένα βαθμό τη σφαιρικότερη κατανόηση, τόσο των πιθανών αιτίων όσο και των δυνητικών συνεπειών του φαινομένου, στα οριζόντια πλαίσια που η αναπτυξιακή ψυχοπαθολογία προτείνει. Σημειώνεται η δομή του μοντέλου είναι παράλληλη με την υπόθεση ερμηνείας, όπως διατυπώθηκε από την Douglas και τους συνεργάτες της το 2008. Ειδικότερα και με βάση τη θεωρητική αυτή προσέγγιση, το φαινόμενο της κατάχρησης ή εξαρτητικής χρήσης του ιστού μπορεί να κατανοηθεί μέσα από την αλληλεπίδραση παραγόντων ώθησης και παραγόντων έλξης, που οδηγούν με τη σειρά τους σε αρνητικές επιδράσεις.

Οι παράγοντες ώθησης επιμερίστηκαν σε χαρακτηριστικά ατομικού προφίλ και χαρακτηριστικά περιβάλλοντος του εφήβου και οι αρνητικές συνέπειες σε αποκλίνουσες συμπεριφορές και στατηγικές ελέγχου (Douglas, 2008). Στη συνέχεια παρατίθεται το

σχέδιο του μοντέλου κατανόησης της εξάρτησης από το διαδίκτυο όπως προτάθηκε από την Douglas το 2008.



Γράφημα 4.1. Μοντέλο κατανόησης της εξάρτησης από το διαδίκτυο Douglas et al, 2008

Σε ακολουθία με τα προτεινόμενα από το μοντέλο της Douglas το 2008, κινήθηκε και η συγκρότηση του μοντέλου της έρευνάς μας. Το μοντέλο μας επιχείρησε σε ένα βαθμό να εξειδικεύσει τις γενικότερες θέσεις του προηγούμενου, πλαισιώνοντάς το ταυτόχρονα ερευνητικά. Επισημαίνεται, ότι το μοντέλο της Douglas το 2008 εκπονήθηκε στη βάση βιβλιογραφικής ανασκόπησης και ποιοτικής αξιολόγησης και όχι άμεσων ερευνητικών δεδομένων. Συγκεκριμένα, υποστηρίχθηκε ότι η κατάχρηση του διαδικτύου καθορίζεται κυρίως από εσωτερικές ανάγκες και κίνητρα του ατόμου που λειτουργούν ως παράγοντες ώθησης. Στο ίδιο αυτό πλαίσιο των παραγόντων ώθησης εντάχθηκαν και παράγοντες που αφορούν το περιβάλλον του ατόμου.

Σε μία προσπάθεια πλαισίωσης της θέσης αυτής, ως χαρακτηριστικά που εκφράζουν το ατομικό προφίλ υψηλού κινδύνου, χρησιμοποιήθηκαν στο μοντέλο μας η ευσυνειδησία ως χαρακτηριστικό προσωπικότητας και η ψυχαναγκαστικότητα-

καταναγκαστικότητα σε επίπεδο ψυχοπαθολογίας. Στο πλαίσιο αυτό εξηγήσιμη είναι ίσως η σχέση της χαμηλότερης ευσυνειδησίας ως χαρακτηριστικό προσωπικότητας με την εξαρτητική χρήση του διαδικτύου. Όπως σχολιάστηκε και νωρίτερα, η εξάρτηση προϋποθέτει μία υπερεστίαση στην ανάγκη για άμεση ατομική απόλαυση, που συχνά αποκλείει τη δυνατότητα ενσυναίσθησης των αναγκών των άλλων (Μάτσα, 2001). Εύλογα, χαμηλότερα επίπεδα ευσυνειδησίας είναι λογικό να οδηγούν σε εντονότερες εξαρτητικές συμπεριφορές.

Όσον αφορά στη σχέση μεταξύ χαμηλής αυτοεκτίμησης και εξαρτητικής χρήσης διαδικτύου είναι επίσης σε συμφωνία με προγενέστερα ευρήματα. Ειδικότερα, έχει βρεθεί σημαντική σχέση μεταξύ της χαμηλής αυτοεκτίμησης και του εθισμού από τον ιστό (Armstrong, Phillips & Saling, 2000). Η έλλειψη αυτή καλής αυτοεικόνας στην πραγματικότητα θα μπορούσε να αναπληρώνεται από μία καταξιωμένη φιγούρα στον εικονικό κόσμο, ωθώντας στην κατάχρηση διαδικτυακών εφαρμογών. Παράλληλα η σχέση κακής εικόνας εαυτού και προβληματικής χρήσης του διαδικτύου είναι ίσως επιπρόσθετα κατανοητή, μέσα από την έλλειψη αυτοελέγχου με την οποία φαίνεται να συνδέεται η πρώτη, και η οποία μπορεί να μην ανακόπτει την κατάχρηση του μέσου (La Rose et al., 2003; Stinson et al., 2008; Tangney et al., 2004). Τέλος επισημαίνεται το ενδεχόμενο ανατροφοδοτικής σχέσης μεταξύ της χαμηλής αυτοεκτίμησης και της εξαρτητικής χρήσης του διαδικτύου, στο βαθμό που ο υψηλός βαθμός εναισθησίας (Yang & Tung, 2007, Chou & Hsiao, 2000) μπορεί να προκαλεί εκ νέου εκπτώση στο επίπεδο αυτο-εκτίμησης των εφήβων.

Αντίστοιχα η ψυχαναγκαστικότητα - καταναγκαστικότητα αντακλά τυπικά συμπτώματα ψυχαναγκαστικής – καταναγκαστικής διαταραχής. Η διάσταση αυτή εστιάζει σε σκέψεις, παρορμήσεις και δράσεις που βιώνονται σαν ακαταμάχητες από τον έφηβο, έχοντας συνήθως μία αποξενωμένη από το εγώ του ποιότητα (Holi, 2003).

Η σχέση της καταναγκαστικότητας με την εξαρτητική χρήση διαδικτύου, που περιλαμβάνεται στο μοντέλο μας, είναι σε συνέπεια με προγενέστερες θεωρητικές θέσεις. Η κύρια ίσως εξήγηση της σχέσης αυτής είναι, ότι η ύπαρξη μίας διέγερσης μπορεί να εξουδετερώνεται από τη συμπεριφορά της χρήσης του διαδικτύου, με ένα καταναγκαστικό τρόπο (Treuer, Fabian & Furedi, 2001). Η παρατήρηση αυτή αποτελεί το κύριο επιχείρημα της υπόθεσης, ότι η κατάχρηση του διαδικτύου είναι μία υποκατηγορία της ήδη υπάρχουσας διάγνωσης της ψυχαναγκαστικής-καταναγκαστικής διαταραχής (Treuer, Fabian & Furedi, 2001). Μάλιστα, ισχυρές συσχετίσεις έχουν εντοπιστεί μεταξύ της προβληματικής χρήσης διαδικτύου και ψυχαναγκαστικών – καταναγκαστικών συμπτωμάτων, συνοδευόμενων επιπλέον από σημαντικές εκδηλώσεις αποδιοργάνωσης (Bernardi & Pallanti, 2009).

Σε αναλογία, ως περιβαλλοντικοί παράγοντες ώθησης του εφήβου στην εξαρτητική χρήση του ιστού, περιλήφθηκαν στο μοντέλο μας η εντονότερη συναισθηματική αποκοπή και η κακή οικογενειακή επικοινωνία. Και οι δύο αυτοί παράγοντες περιγράφουν το βαθμό που ο έφηβος, σε μία εξαιρετικά κρίσιμη για τον ίδιο αναπτυξιακή περίοδο, δεν έχει τη δυνατότητα ενδοοικογενειακού μοιράσματος πνευματικών θεμάτων (Newman, 2004). Η αδυναμία αυτή μοιράσματος, μετφράζεται ίσως σε αδυναμία ανακούφισης, που με τη σειρά της ενδέχεται να οδηγεί σε εξαρτητικές εκτονώσεις, όταν οι πιέσεις αυτές κορυφώνονται (Μάτσα, 2001).

Όσον αφορά στους παράγοντες έλξης από την ίδια τη χρήση του ιστού, όπως αυτή προτάθηκαν από την Douglas το 2008, περιλάβαμε στο μοντέλο μας την τηλεπαρουσία και τη ροή. Και τα δύο αυτά μεγέθη αναφέρονται στο βαθμό που κάποιος απορροφάται, είτε από το περιβάλλον, είτε από τη δραστηριότητα του στο διαδίκτυο αντίστοιχα (Σταυρόπουλος, 2009). Τονίζεται ότι οι Slater και Usoh (1993) όρισαν την Παρουσία ως την αναστολή της δυσπιστίας- αμφισβήτησης του χρήστη

ψηφιακών συστημάτων εικονικής πραγματικότητας, ότι βρίσκεται σε ένα κόσμο διαφορετικό, από αυτόν στον οποίο βρίσκεται το σώμα του.

Το αποτέλεσμα αυτής της ηθελημένης παράκαμψης της διαμεσολάβησης είναι, είτε η βίωση ικανοποίησης από την ψηφιακή εμπειρία (Young, 1998), είτε η μή βίωση των αρνητικών συναισθημάτων από την επαφή με την πραγματικότητα (Blunt & Pychyl, 2005). Παρόμοια, η ροή συνδέεται με τον αυτοτελικό χαρακτήρα της διαδικτυακής δράσης, που κινητοποιεί το χρήστη ιδιαίτερα έντονα. Η απορρόφηση στη διαδικτυακή δράση μπορεί να αποκλείει τον έφηβο από άλλες έννοιες, υποχρεώσεις ή ευθύνες για όσο διαρκεί, δεσμευοντάς τον δραστικά με την ικανοποίηση που απορρέει από αυτήν (Thatcher et al., 2008).

Τόσο η ροή όσο και η τηλεπαρουσία λειτουργούν εύλογα σαν παράγοντες έλξης, που όπως υποστηρίζει η Douglas το 2008 μπορεί να διαμεσολαβούν και να μετριάζουν την επίδραση των ατομικών και περιβαλλοντικών παραγόντων ώθησης. Η θέση αυτή είναι ευνόητη, αφού τόσο η ανάγκη μετάβασης σε μία άλλη πραγματικότητα, όσο και η ανάγκη εξασφάλισης ικανοποίησης, εξαρτώνται άμεσα και έμμεσα από ατομικά και περιβαλλοντικά χαρακτηριστικά, που προσδιορίζουν το βαθμό στον οποίο αυτοί μπορεί να επιτευχθούν εναλλακτικά εκτός διαδικτύου. Δηλαδή, το ποιός θα αναζητήσει ικανοποίηση από τη διαδικτυακή δράση έχει να κάνει με το ποιός δεν μπορεί να την εξασφαλίσει στην πραγματικότητα. Αντίστοιχα, το ποιός θα θελήσει να είναι παρών σε ένα ψηφιακό περιβάλλον έχει άμεσα να κάνει με το ποιός δεν αντέχει ή τουλάχιστον δε θα ήθελε να είναι παρόντας στο πραγματικό.

Συνεχίζοντας, η συντονισμένη δράση παραγόντων ώθησης και έλξης με βάση το μοντέλο μας εξηγεί την εμφάνιση της εξάρτησης από το διαδίκτυο. Διαδοχικά, η

εξάρτηση από το διαδίκτυο είναι αναμενόμενο να έχει άμεσες επιπτώσεις στην σχολική επίδοση των εφήβων. Γενικότερα φαίνεται, ότι τα άτομα, που πληρούν τα προτεινόμενα κριτήρια της εξάρτησης από το διαδίκτυο, επιβαρύνονται σοβαρά σε πολλές πτυχές της ζωής τους, εξαιτίας της (Simkova & Cincera, 2004).

Κατά την Young το 1996, η ακαδημαϊκή επιβάρυνση είναι η πρώτη κατηγορία αρνητικών συνεπειών της κατάχρησης του ιστού. Η πρόταση αυτή της Young ενισχύθηκε αργότερα και από άλλους θεωρητικούς που εστίασαν σε εκπαιδευτικές συμπεριφορές (Engelberg & Sjöberg, 2004; Greenfield & Davis, 2002; Nalwa & Anand, 2003).

Αναλυτικότερα, έρευνες δείχνουν, ότι εκείνοι που δαπανούν πολύ χρόνο σε σύνδεση τείνουν να στερούνται ύπνο (Anderson, 2001; Nalwa & Anand, 2003), γεγονός που μπορεί να έχει άμεση επίπτωση στην επίδοσή τους, λόγω της πρωϊνής φύσης του σχολικού προγράμματος. Η υποβάθμιση της ποιότητας ανταπόκρισης σε εργασιακές ή εκπαιδευτικές υποχρεώσεις, λόγω της κατάχρησης του ιστού επανεπιβεβαιώθηκε και σε μεταγενέστερες έρευνες, παράλληλα με την αποδιοργάνωση της οικογενειακής ζωής (Soule, Shell, & Kleen, 2003).

Συνοψίζοντας, το μοντέλο κατανόησης που προτείνουμε φαίνεται να εξηγεί ικανοποιητικά την κατάχρηση του διαδικτύου, ενώ βρίσκεται σε αρμονία με προηγούμενες προσπάθειες (Douglas, 2008), πλαισιώνοντας ερευνητικά την ποιοτική τους προσέγγιση. Το μοντέλο αυτό εξασφαλίζει το πλεονέκτημα της πληρέστερης και ασφαλέστερης κατανόησης της προβληματικής χρήσης του διαδικτύου, συνθέτοντας τόσο την πολυπαραγοντική φύση των αιτίων της, όσο και των μεταξύ τους συνδέσεων. Κατ' επέκταση είναι ένα μοντέλο πολύ πιο κοντά στην πραγματικότητα, που την ίδια στιγμή αποφεύγει την αποσπασματική απόδοσή της.

4.5. Περιορισμοί της παρούσας έρευνας και προτάσεις για μελλοντικές ερευνητικές προσπάθειες

Η έρευνα αυτή έχει κάποιους περιορισμούς, οι κυριότεροι από τους οποίους είναι:

1. Το δείγμα της έρευνας προέρχεται αποκλειστικά από δημοσία λύκεια και δεν περιλαμβάνει μαθητές ιδιωτικών, που ενδεχομένως έχουν ειδικά χαρακτηριστικά, ανήκοντας πιθανότατα σε ψηλότερα κοινωνικο-οικονομικά στρώματα. Η ιδιαιτερότητα αυτή του πλαισίου, στο οποίο κατά κανόνα καταφεύγει λιγότερο ευνοημένος πληθυσμός μαθητών, ενδέχεται να πολώνει τα συμπεράσματα, προς τη μία ή την άλλη κατεύθυνση.
2. Αφορά εφήβους, που έχουν περάσει τη φάση της υποχρεωτικής εκπαίδευσης, και πιθανότατα έχουν καλύτερα επίπεδα λειτουργικότητας και ψυχικής ανθεκτικότητας από όσους διέκοψαν σε αυτήν. Υπογραμμίζεται, ότι, αν και η μεγάλη πλειονότητα των εφήβων συμμετέχουν σε μεταγυμνασιακή εκπαίδευση, δεν παύει να υπάρχουν κάποιοι που δεν συνεχίζουν.
3. Τα δεδομένα της έρευνας συγκεντρώθηκαν στη βάση αναφορών-δηλώσεων των ίδιων των υποκειμένων, οι οποίες είναι πιθανό να μην ήταν πάντα ακριβείς.
4. Ο αριθμός των συμμετεχόντων στο δείγμα μας αν και είναι αρκετά μεγάλος, δεν περιλαμβάνει συμμετέχοντες από άλλες επαρχιακές περιφέρειες πλὴν της Κορινθίας, που ίσως διακρίνεται από ειδικά κοινωνικο-οικονομικά χαρακτηριστικά.

5. Τέλος, όσον αφορά τη μεταβλητή της εξάρτησης από το διαδίκτυο δεν έγιναν κλινικές συνεντεύξεις που να επιβεβαιώνουν τα αποτελέσματα των αυτοσυμπληρούμενων μέσων.

Η αντιμετώπιση των περιορισμών αυτών σε μελλοντικές έρευνες θα οδηγήσει σε στερεότερα ευρήματα και συμπεράσματα. Αν και αναγνωρίζουμε τους περιορισμούς αυτούς, δεν θεωρούμε ότι είναι τέτοιοι, που να εμποδίζουν μία προσεκτική γενίκευση των συμπερασμάτων μας. Οι κύριοι λόγοι είναι ότι τα λύκεια που περιλαμβάνονται στην έρευνα, αν και μόνο δημόσια, επιλέχθηκαν με τη μέθοδο της κατά στρώματα συλλογής δείγματος, ώστε να εκφράζουν όλο το εύρος των κοινωνικο-οικονομικών «τάξεων», όπως αυτές αποτυπώνονται στις ποικίλες περιοχές διαμονής. Επιπρόσθετα ο αποκλεισμός από το δείγμα μας εφήβων που δεν συνεχίζουν μετά την υποχρεωτική εκπαίδευση, είναι μάλλον απίθανο να επιδρά στα ευρήματα για τη μελετώμενη διαταραχή, καθώς συνήθως το χαμηλότερο εκαπιδευτικό επίπεδο συνδέεται με μικρότερη ψηφιακή εξοικείωση και άρα ευαλωτότητα στην εξάρτηση από το διαδίκτυο. Τέλος, αν και δεν έγιναν κλινικές συνεντεύξεις συλλέχθηκε ένα πλήθος στοιχείων, που διασταυρούμενα συνολικά, σκιαγραφούν επαρκώς το προφίλ των εφήβων, που χρησιμοποιούν εξαρτητικά το διαδίκτυο.

Βεβαίως ο χώρος μελέτης των παραγόντων επικινδυνότητας και των συνεπειών στη χρήση και στην κατάχρηση διαδικτύου, είναι ανεξάντλητος και ακόμη σχετικά λίγα γνωρίζουμε για αυτόν. Πιστεύουμε, ότι οι μελλοντικές έρευνες θα βοηθούσε ίσως να κινηθούν στο χώρο της διαχρονικής μελέτης των χαρακτηριστικών προσαρμογής των εφήβων που υποφέρουν από κατάχρηση του διαδικτύου. Παράλληλα, θεωρούμε ότι τα μεγέθη επικράτησης του φαινομένου είναι σημαντικό να επαναπροσεγγιστούν σε συνάρτηση και με την κλιμάκωση της κοινωνικο-

οικονομικής κρίσης, που μαστίζει τη χώρα και ευνοεί συστηματικά την ψυχοπαθολογία.

4.6. Κλινική χρησιμότητα των ευρημάτων

Τα ευρήματα της έρευνάς μας, αναφορικά με τις διαφορές, που φαίνεται να υπάρχουν στα προφίλ των εφήβων που κάνουν προβληματική, υγιή αλλά και χρήση υψηλού κινδύνου του διαδικτύου, είναι ίσως αξιοποιήσιμα στην κλινική πράξη. Ειδικότερα, η επισήμανση χαρακτηριστικών που συνδέονται με την προβληματική χρήση του διαδικτύου, όπως η εκδήλωση συμπτωμάτων συννοσηρότητας με άλλες μορφές ψυχοπαθολογίας, χαμηλής ευσυνειδησίας και συναισθηματικής σταθερότητας, μειωμένης αυτοπεποίθησης και σχολικής επίδοσης μπορεί να αξιοποιηθεί στα πλαίσια της πρωτογενούς πρόληψης, με στοχευμένες παρεμβάσεις στην κοινότητα, και μετά τον εντοπισμό τους σε πληθυσμούς υψηλού κινδύνου. Στην ίδια κατεύθυνση, σε επίπεδο ωστόσο δευτερογενούς ή και τριτογενούς πρόληψης μπορεί να αξιοποιηθούν και τα ευρήματα για εντονότερη συναισθηματική αποκοπή, συγχώνευση και χειρότερη επικοινωνία στις οικογένειες προέλευσης των πιό ευάλωτων εφήβων στην προβληματική χρήση του διαδικτύου. Αυτό γίνεται, αν ο κλινικός προσαρμόσει έγκαιρα και ανάλογα το θεραπευτικό σχεδιασμό, στοχεύοντας στις συγκεκριμένες συμπεριφορές. Ειδικότερα περιλαμβάνοντας ίσως στην κλινική πράξη περισσότερες παρεμβάσεις συστημικής κατεύθυνσης.

Αντίστοιχα, η ανάδειξη διαφορών ως προς το βαθμό βίωσης τηλεπαρουσίας και ροής από τους εφήβους που παρουσιάζουν προβληματική χρήση του μέσου, μπορεί να επίσης να αξιοποιηθεί θεραπευτικά. Αναλυτικότερα, ο θεραπευτικός σχεδιασμός μπορεί να ενσωματώσει εξειδικευμένες παρεμβάσεις στο επίπεδο της

ενσυναίσθησης και της αντανάκλασης συναισθήματος, ώστε να αποκατασταθεί ίσως η αίσθηση ικανοποίησης σε ένα πιο πραγματικό επίπεδο.

Όσον αφορά τη διαμεσολάβηση της κατάθλιψης στη σχέση μεταξύ χαμηλής συναισθηματικής σταθερότητας και εξαρτητικής χρήσης του διαδικτύου, διευκολύνει σημαντικά την κατανόηση του μηχανισμού πυροδότησης του συμπτώματος. Η καλύτερη αυτή κατανόηση πολλαπλασιάζει τις δυνατότητες αντιμετώπισης σε επίπεδο πρόληψης και θεραπείας. Ανάλογη είναι δυνητικά και η κατανόηση της συνεισφοράς της χαμηλής αυτοπεποίθησης στη σχέση μεταξύ συναισθηματικής αποκοπής και κατάρχισης του διαδικτύου.

Όσον αφορά τέλος, το γενικότερο μοντέλο κατανόησης των παραγόντων ώθησης, έλξης και των μεταξύ τους αλληλεπιδράσεων στην εκδήλωση της προβληματικής χρήσης διαδικτύου και των συνεπειών της, σημειώνεται ότι με τρόπο ολοκληρωμένο αποπειράται μία πρώτη καθολική αποτύπωση του φαινομένου. Το μοντέλο κατανόησης που ελέγχθηκε φαίνεται να εξηγεί ικανοποιητικά την κατάχρηση του διαδικτύου, ενώ συμπληρώνει σημαντικά προηγούμενες, βιβλιογραφικές ωστόσο προσπάθειες (Douglas, 2008), ενισχύοντας ερευνητικά την ποιοτική τους θεμελίωση.

Το μοντέλο αυτό διασφαλίζει το πλεονέκτημα της πληρέστερης και ασφαλέστερης θεώρησης της εξαρτητικής χρήσης του διαδικτύου, καταγράφοντας σε ένα πρώτο επίπεδο τόσο την πολυπαραγοντική φύση των αιτίων της, όσο και τις μεταξύ τους σχέσεις. Κατ' επέκταση είναι ένα μοντέλο που προσεγγίζει την πραγματικότητα, χωρίς την ίδια στιγμή να την αποδίδει αποσπασματικά. Καταληκτικά τονίζεται, ότι το σύνολο των ευρημάτων που ενημερώνουν σαφέστερα για τις σχέσεις που συνδέουν τα διάφορα χαρακτηριστικά των εφήβων με την

ποιότητα χρήσης του διαδικτύου, οδηγεί εύλογα σε εγκυρότερες υποθέσεις και αποτελεσματικότερες παρεμβάσεις.

4.7. Σημασία της παρούσας έρευνας

Η παρούσα έρευνα επιχειρεί να προσεγγίσει με μεθοδολογική ευαισθησία το ιδιαίτερα επίκαιρο θέμα της χρήσης και κατάχρησης του διαδικτύου από εφήβους, όσον αφορά στην έκταση, την αιτιοπαθογένεια και τις πιθανές του επιπτώσεις. Συγκεκριμένα, σε μία προσπάθεια να διερευνήσουμε τις αιτίες των μεγάλων αποκλίσεων, από 0% έως και 11%, στα ευρήματα που αφορούν την επικράτηση του φαινομένου (Tripodaki et al., 2008, Siomos et al, 2008, Floros, Fisoun & Siomos, 2010), ήμασταν ιδιαίτερα προσεκτικοί σε θέματα συλλογής δείγματος και αξιολόγησης της συμπεριφοράς. Ειδικότερα, όσον αφορά τη συλλογή δείγματος δύο χιλιάδων ενενήντα ατόμων, και προκειμένου αυτό να είναι αντιπροσωπευτικό των εφήβων της Αττικής και της Κορινθίας, ακολουθήθηκε η μέθοδος της καταστρώματα τυχαίας δειγματοληψίας, με βάση το τελευταίο απογραφικό δελτίο του Υπουργείου Παιδείας. Αντίστοιχα, όσον αφορά την αξιολόγηση της συμπεριφοράς της διαδικτυακής κατάχρησης, χορηγήθηκαν παράλληλα το διαγνωστικό ερωτηματολόγιο YDQ, το ερωτηματολόγιο IAT με ποσοτικό αποτέλεσμα (0-100), καθώς και ερωτήσεις για συμπεριφορές υψηλού κινδύνου για την κατάχρηση του διαδικτύου που δεν περιλαμβάνονται στα δύο προηγούμενα. Ειδικότερα ως προς το IAT, επιχειρήθηκε να προσδιοριστεί ένα καταλληλότερο για τους εφήβους του δείγματος διαγνωστικό κατώφλι, λαμβάνοντας υπόψιν τις διαπολιτιστικές διαφορές του Ελληνικού πλαισίου με εκείνο των ΗΠΑ.

Αντίστοιχα, όσον αφορά στη μελέτη της αιτιοπαθογένειας του φαινομένου, η προσέγγιση της παρούσας έρευνας ήταν συνθετική. Συγκεκριμένα, δεν δόθηκε

αποκλειστική έμφαση σε ενδοατομικούς παράγοντες και χαρακτηριστικά. Αντίθετα το ενδιαφέρον μας επιμερίστηκε και στη μελέτη παραγόντων τόσο του οικογενειακού, όσο και του ίδιου του διαδικτυακού πλαισίου. Για πρώτη φορά εισάγονται σε ελληνική μελέτη για την κατάχρηση του διαδικτύου οι έννοιες της Τηλεπαρουσίας και της Ροής, που πραγματεύονται τον βαθμό απρρόφησης από το διαδικτυακό περιβάλλον και τη διαδικτυακή δράση αντίστοιχα. Παράλληλα, για πρώτη φορά προσαρμόστηκαν και χορηγήθηκαν στα ελληνικά τα εργαλεία που αφορούν τα δύο παραπάνω μεγέθη. Τέλος, όσον αφορά στις πιθανές σχέσεις του φαινομένου με αναπτυξιακά επιτεύγματα, αυτά μελετήθηκαν με βάσει αναφορές τρίτων. Ειδικότερα, οι βαθμοί ενημερώθηκαν από τα αρχεία των σχολείων ενώ η δημοτικότητα των εφήβων μετρήθηκε κοινωνιομετρικά.

Όσον αφορά το μοντέλο κατανόησης του φαινομένου της κατάχρησης του διαδικτύου, που περιλαμβάνει παράγοντες έλξης, ώθησης και πιθανές συνέπειες, επισημαίνεται ότι ολοκληρώνει παλαιότερες βιβλιογραφικές προσπάθειες. Το μοντέλο της Douglas το 2008 τεκμηριώνεται από τα παρόντα ερευνητικά ευρήματα, για πρώτη φορά σε Ελληνικά ή Ευρωπαϊκά ερευνητικά δεδομένα. Καταληκτικά, η παρούσα έρευνα τονίζει με τα ευρήματά της, τόσο τη μεθοδολογική προσοχή που χρειάζεται να δοθεί σε σχέση με τη διαπολιτιστική χρήση της έννοιας της κατάχρησης του διαδικτύου και των συνοδευτικών εργαλείων μέτρησής της, όσο και στη σημασία της διάχυσης της προσοχής όσον αφορά την αιτιολογία της, πέρα από ατομικούς και οικογενειακούς και σε διαδικτυακούς παράγοντες.

Βιβλιογραφία

- Αβαγιανού Πηνελόπη, 2010. *Ένας στους δέκα εφήβους εθισμένος στο Διαδίκτυο*. Ημερίδα με θέμα την εξάρτηση από το διαδίκτυο. 1^ο ο Γυμνάσιο Βόλου, 4 Μαρτίου 2010, Βόλος.
- Aboujaoude, Koran, Gamel, Large & Serpe, (2009). Potential Markers for Problematic Internet Use: A Telephone Survey of 2,513 Adults. *Scandinavian Journal of Psychology Volume 50*, Issue 2, pages 121–127.
- Agarwal, R., Karahanna, E., 2000. Time flies when you're having fun: cognitive absorption and beliefs about information technology usage. *MIS Quarterly* 24 (4), 665–694.
- Alexander, B. (2000): "The Globalization of Addiction." *Addiction Research*, 8 (6), 501- 526.
- Allen, J. P., Hauser, S. T., O'Connor, T. G., Bell, K. L., & Eickholt, C. (1996). The connection of observed hostile family conflict to adolescents' developing autonomy and relatedness with parents. *Development and Psychopathology*, 8, 425–442.
- Allison SE, von Wahlde L, Shockley T, et al. (2006) The development of the self in the era of the internet and role-playing fantasy games. *Am J Psychiatry* 5; 163:381.
- Althaus, P., Ishiguro, H., Kanda, K., Miyashita, T., Christensen, H.I., 2004. Navigation for human-robot interaction tasks. In: *Proceedings of the 2004 IEEE International Conference on Robotics and Automation*, pp. 1894–1900.

Anderson, K. J. (2001). Internet use among college students: an exploratory study.

Journal of American College Health, 50(1), 21–26.

American Psychiatric Association (1995). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing, Inc.

Amichai-Hamburger, Y., Wainapel, G., & Fox, S. (2002). On the internet no one knows i'm an introvert: extroversion, neuroticism, and internet interaction. *Cyber Psychology and Behavior*, 5(2), 125–128.

Armstrong, L., Phillips, J., & Saling, L. (2000). Potential determinants of heavier internet usage. *International Journal of Human- Computer Studies*, 53(4), 537–550.

Arnett, J. J. (1999). Adolescent storm and stress, reconsidered. *American Psychologist*, 54, 317–326.

Asendorpf JB, van Aken MAG. 1999. Resilient, overcontrolled, and undercontrolled personality prototypes in childhood: replicability, predictive power, and the trait-type issue. *Journal of Personality and Social Psychology* 77: 815–832.

Asendorpf, J.B., & Wilpers, S. (1998). Personality effects on social relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1531–1544.

Aslanidou, S., Menexes, G., (2008), 'Youth and the Internet: Uses and practices in the home', *Computers & Education*, 51, pp. 1375-1391.

Assor A., Kaplan H. & Roth G. (2010). Choice is good, but relevance is excellent: Autonomy-enhancing and suppressing teacher behaviours predicting students' engagement in schoolwork. *British Journal of Educational Psychology* 72, (2): 261–

278

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

Baker, D. W, Gazmararian J. A, Williams, M. V., Scott T., Parker R. M, Green D., Ren J. & Peel J.(2002). Functional health literacy and the risk of hospital admission among Medicare managed care enrollees. *Am J Public Health*. 92(8):1278–83.

Baldwin, A.L., Baldwin, C.P. and Cole, R.E. (1990). Stress-Resistant Families and Stress-Resistant Children. In J. Rolf, A.S. Masten, D. Cicchetti, K.H. Nuechterlein and A.S. Weintraub (Eds.), *Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology*. New York: Cambridge University Press.

Bandura A., (1997). *Self Efficacy. The exercise of control*. New York Freeman.

Bandura A. (1995), *Self-efficacy in changing societies*. New York: Cambridge University Press.

Bandura A. (1977), *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. *Psychol. Rev.* 84, pp. 191–215.

Bandura et al., (1977). A. Bandura, N.E. Adams and J. Beyer , *Cognitive processes mediating behavioral change*. *J. Personal. Soc. Psychol.* 35, pp. 125–139

Bangay, S., Preston, L., (1998). An investigation into factors influencing immersion in interactive virtual environments. In: *Riva, G., Wiederhold, B.K., Molinari, E. (Eds.), Virtual Environments in Clinical Psychology and Neuroscience*. Ios Press, Amsterdam.

Ban˜ os, R.M., Botella, C., Perpi˜ na, C., 1999. Virtual reality and psychopathology. *CyberPsychology & Behavior* 2, 283–292.

- Barnes, H. L., & Olson, D. H. (1985). Parent-adolescent communication and the Circumplex Model. Special Issue: Family development. *Child Development*, 56, 438-447.
- Barrera, M. J. R., Prelow, H. M., Dumka, L. E., Gonzales, N. A., Knight, G. P., Michaels, M. L., et al. (2002). Pathways from family economic conditions to adolescents' distress: Supportive parenting, stressors outside the family and deviant peers. *Journal of Community Psychology*, 30, 135-152.
- Baumeister, R.F., Smart, L., & Boden, J.M. (1996) "Relation of Threatened Egotism to Violence and Aggression: The Dark Side of High Self-Esteem," *Psychological Review* 103: 5-33.
- Baumeister, R.F. (1993) (Editor) *Self-Esteem: The Puzzle of Low Self-Regard*. New York: Plenum.
- Beard, K. (2005). Internet addiction: A review of current assessment techniques and potential assessment questions. *CyberPsychology and Behavior*, 8(1), 7-14.
- Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *Cyberpsychology and Behavior*, 4(3), 377-383.
- Beardslee, W. R. (2002). *Out of the darkened room: When a parent is depressed: Protecting the children and strengthening the family*. New York: Little, Brown and Company.
- Beeghly, M., & Cicchetti, D. (1994). Child maltreatment, attachment and the self system: Emergence of an internal state lexicon in toddlers at high social risk. *Development and Psychopathology*, 6, 5-30.

Benard, B. (2004). *Resiliency: What We Have Learned*. San Francisco, CA: WestEd.

Bernardi S. & Pallanti S., (2009). Internet addiction: a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. *Comprehensive Psychiatry*. Volume 50, Issue 6, Pages 510-516.

Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Cyber Psychology and Behavior*, 8(1), 39–51.

Bierman, & the Conduct Problems Prevention Research Group. (1997). Implementing a comprehensive program for the prevention of conduct problems in rural communities: The Fast Track experience. *American Journal of Community Psychology*, 25, 493–514.

Biocca, F., & Levy, M. R. (1995). Virtual reality as a communication system. In *Communication in the age of virtual reality* (pp. 15–32). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.

Black, Belsare & Schlosser (1999). Clinical features, psychiatric comorbidity, and health-related quality of life in persons reporting compulsive computer use behavior. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 60 (12) : 839-844

Blanchard, A. L., & Markus, M. L. (2004). The experienced sense of a virtual community: Characteristics and processes. *The DATA BASE for Advances in Information Systems*, 35(1), 65–79.

Blascovich, J. (2002). Social influence within immersive virtual environments. In R. Schroeder (Ed.), *The social life of avatars: Presence and interaction in shared virtual environments* (pp. 127–145). Berlin: Springer-Verlag.

Blascovich, J., Loomis, J., Beall, A., Swinth, K., Hoyt, C., & Bailenson, J. N. (2002). Immersive virtual environment technology as a methodological tool for social psychology. *Psychological Inquiry*, 13(2), 103–124.

Block, J.J. (2008). Issues for DSM-V: Internet Addiction. *American Journal of Psychiatry* 165:306-307.

Blunt, A., & Pychyl, T. A. (2005). Project systems of procrastinators: A personal project-analytic and action control perspective. *Personality and Individual Differences*, 28, 153–167.

Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59, 20-28.

Boone, C., De Brabander, B., & van Witteloostuijn, A. (1996). CEO locus of control and small firm performance. An integrative frame work and empirical test. *Journal of Management Studies*, 33(5), 667–699.

Bossler & Holt (2010). The effect of self-control on victimization in the cyberworld. *Journal of Criminal Justice*. Volume 38, Issue 3, Pages 227-236

Boyce, W. T., Frank, E., Jensen, P. S., Kessler, R. C., Nelson, C. A., Steinberg, L., et al. (1998). Social context in developmental psychopathology: Recommendations for future research from the MacArthur Network on Psychopathology and Development. *Development and Psychopathology*, 10, 143–164.

Branden, N. (1994). *“The Six Pillars of Self-Esteem.”* New York: Bantam Books.

- Brennan, K.A., Clark, C.L., & Shaver, P. (1998). Self-report measures of adult romantic attachment. In J.A Simpson & W.S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46–76). New York: Guilford.
- Brenner, V. (1997). Parameters of Internet use, abuse, and addiction: The first 90 days of the Internet usage survey. *Psychological Reports, 80*, 879–882.
- Brown, J. S., & Duguid, P. (1991). Organizational learning and communities-of-practice: toward a unified view of working, learning, and innovation. *Organization Science, 2*, 40–57.
- Bryant, J. A., Sanders-Jackson, A., & Smalwood, A. M. K. (2006). Icing, text messaging and adolescent social networks. *Journal of Computer Mediated Communication, 11*, 577–592.
- Bryce, Jo, & Rutter, J. (2003). Gender dynamics and the social and spatial organization of computer gaming. *Leisure Studies, 22*, 1–15.
- Bryce, J., & Rutter, J. (2001). In the game – in the flow: Presence in public computer gaming. *Poster presented at the computer games and digital textualities, Copenhagen, Denmark. http://les1.man.ac.uk/cric/Jason_Rutter/presence.htm*.
- Bukowski, W.M. (2003). Peer relationships. In M. Bornstein, D. Lucy, C.L.M. Keyes and K.A. Moore (Eds.), *Well-being: Positive Development across the Life Course*. London:Lawrence Erlbaum.
- Byrne, B. (1996). *Self-perception; Testing; Evaluation*. In American Psychological Association Eds. Washington, DC.

Byrne, H. (1996). A new procedure to prepare slides of metaphase chromosomes of roses. *HortScience* 31(5):855-857.

Bystrom, K.-E., Barfield, W., & Hendrix, C. (1999). A conceptual model of the sense of presence in virtual environments. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments*, 8, 241–244.

Byun, S., Ruffini, C., Mills, J. E., Douglas, A., Niang, M., Stepchenkova, S., et al. (2008). Reflection on empirical studies on internet addiction: It is time to move forward! *Working Paper*.

Campbell, A. J., Cumming, S. R., & Hughes, I. (2006). Internet use by the socially fearful: addiction or therapy? *CyberPsychology and Behavior*, 9, 69-81.

Cambell R. J. & Nofli D. (2005). Teaching Elderly Adults to Use the Internet to Access Health Care Information: Before-After Study. *Journal of Medical Internet Research*. Volume 7(2).

Caplan S. (2007). Relations Among Loneliness, Social Anxiety, and Problematic Internet Use. *CyberPsychology & Behavior* 10(2): 234-242.

Caplan S. (2003). Preference for Online Social Interaction. A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being. *Communication Research December 2003* vol. 30 no. 6.

Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553–575.

Carnagey, N.L., Anderson, C.A., & Bushman, B.J. (2007). The effect of video game violence on physiological desensitization to real-life violence. *Journal of Experimental Social Psychology* 43, 489–496.

Chak, K., & Leung, L. (2004). Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use. *Cyber Psychology and Behavior*, 7(5), 559–570.

Chang & Law, (2008), Factor structure for Young's Internet Addiction Test: A confirmatory study. *Computers in Human Behavior* 24, (6) : 2597–2619

Chan, E., & Vorderer, P. (2006). Massively multiplayer online games. In P. Vorderer & J. Bryant (Eds.), *Playing computer games: Motives responses and consequences* (pp. 77–88). Mahwah: Erlbaum.

Charlton, J. P., & Danforth, D. W. (2007). Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1531–1548.

Charlton JP. (2002). Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. *Computers in Human Behavior, Volume 23*. Issue 3, Pages 1531-1548

Chen, H. (2006). Flow on the net – Detecting Web users' positive affects and their flow states. *Computers in Human Behavior*, 22, 221–233.

Chen, H., Wigand, R., Nilan, M., 2000. Exploring Web users' optimal flow experiences. *Information Technology & People* 13 (4), 263–281.

Chen, H., Wigand, R., & Nilan, M. S. (1999). Optimal experience of web activities. *Computers in Human Behavior*, 15, 585–608.

- Chen, S. H. (1998). *An Internet addiction measurement for Taiwan college students*. Paper presented in TANET 98, Taipei, Taiwan.
- Choi, D., & Kim, J. (2004). Why people continue to play online games: In search of critical design factors to increase customer loyalty to online contents. *Cyber Psychology and Behavior*, 7(1), 11–24.
- Chou, T., & Ting, C. (2003). The role of flow experience in cyber-game addiction. *Cyber Psychology and Behavior*, 6(6), 663–675.
- Chou, C. (2001). Internet heavy use and addiction among Taiwanese college students: an online interview study. *Cyberpsychology and Behavior*, 4(5), 573–585.
- Chou, C., & Hsiao, M. C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: The Taiwan college students' case. *Computers and Education*, 35(1), 65–80.
- Chou, C., Chou, J., & Tyan, N. N. (1999). An exploratory study of Internet addiction, usage and communication pleasure: the Taiwan's case. *International Journal of Educational Telecommunications*, 5(1), 47–64.
- Chumbley, J., & Griffiths, M. D. (2006). Affect and the computer game player: The effect of gender, personality, and game reinforcement structure on affective responses to computer game-play. *Cyber Psychology & Behavior*, 9(3), 308–316.
- Church, A.T., & Lonner, W.J. (1998). The cross-cultural perspective in the study of personality. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 29, 32–62.
- Cicchetti, D. (1984). The emergence of developmental psychopathology. *Child Development*, 55, 1–7.

Cicchetti, D. (1990). An historical perspective on the discipline of developmental psychopathology. In J. Rolf, A. Masten, D. Cicchetti, K. Nuechterlein, & S. Weintraub (Eds.), *Risk and protective factors in the development of psychopathology* (pp. 2–28). New York: Cambridge University Press.

Cicchetti, D. (1993). Developmental psychopathology: Reactions, reflections, projections. *Developmental Review, 13*, 471–502.

Cicchetti, D. (in press). How a child builds a brain: Insights from normality and psychopathology. In W. Hartup & R. Weinberg (Eds.), *Minnesota Symposia on Child Psychology: Vol. 35. Child psychology in retrospect and prospect*. Mahwah, NJ: Erlbaum.

Cicchetti, D., & Cohen, D. (Eds.). (1995a). *Developmental psychopathology: Vol. 1. Theory and methods*. New York: Wiley.

Cicchetti, D., & Garmezy, N. (1993). Prospects and promises in the study of resilience. *Development and Psychopathology, 5*, 497–502.

Cicchetti, D., & Lynch, M. (1993). Toward an ecological/transactional model of community violence and child maltreatment: Consequences for children's development. *Psychiatry, 56*, 96–118.

Cicchetti, D., & Rogosch, F. A. (1996). Equifinality and multifinality in developmental psychopathology. *Development and Psychopathology, 8*, 597–600.

Cicchetti, D., & Rogosch, F. A. (1997). The role of self-organization in the promotion of resilience in maltreated children. *Development and Psychopathology*, 9, 799–817.

Cicchetti, D., & Rogosh, F.A., (2002) A Developmental Psychopathology Perspective on Adolescence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70(1), 6–20.

Cicchetti, D., & Toth, S. L. (1992). The role of Developmental Theory in Prevention and Intervention. *Development and Psychopathology*, 4,489–494.

Cicchetti, D., & Toth, S. L. (1995). A developmental psychopathology perspective on child abuse and neglect. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 34, 541–565.

Cicchetti, D., & Toth, S. L. (1998). The development of depression in children and adolescents. *American Psychologist*, 53, 221–241.

Cicchetti, D., & Tucker, D. (1994). Development and self-regulatory structures of the mind. *Development and Psychopathology*, 6, 533–549.

Cicchetti, D., & Schneider-Rosen, K. (1986). An organizational approach to childhood depression. In M. Rutter, C. Izard, & P. Read (Eds.), *Depression in young people, clinical and developmental perspectives* (pp. 71–134). New York: Guilford Press.

- Cicchetti, D., & Sroufe, L. A. (2000). The past as prologue to the future: The times, they've been a changin'. *Development and Psychopathology*, *12*, 255–264.
- Compton, W. M., Cottler, L. B., Ridenour, T., Ben-Abdallah, A., & Spitznagel, E. L. (2002). The specificity of family history of alcohol and drug abuse in cocaine abusers. *American Journal of Addiction*, *11*(2), 85–94.
- Conrad, M. & Hammen, C. (1993). Protective and resource factors in high and low-risk children: A comparison of children with unipolar, bipolar, medically ill and normal mothers. *Development and Psychopathology*, *5*, 593-607.
- Corwyn R. F. (2000). The Factor Structure of Global Self-Esteem among Adolescents and Adults. *Journal of Research in Personality* *34*, 357–379.
- Costello, E.J., & Angold, A. (2000). Developmental psychopathology and public health: past, present and future. *Development and Psychopathology*, *12*, 4, 599-618.
- Cowan, P., Cowan, C. and Schulz, M. (1996). Thinking about Risk and Resilience in Families. In E.M. Hetherington and E.A Blechman (Eds.), *Stress, Coping, and Resiliency in Children and Families*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Crawford, T.N., Cohen, P., Midlarsky, E., & Brook, J.S. (2001). Internalizing symptoms in adolescents: Gender differences to vulnerability to parental distress and discord. *Journal of Research on Adolescence*, *11*, 95-118.
- Crawford, E., Wright, M. O. D., & Masten, A. S. (2006). Resilience and spirituality in youth. In P. L. Benson, E. C. Roehlkepartain, P. E. King & L. Wagener (Eds.), *The handbook of spiritual development in childhood and adolescence* (pp. 355-370). Newbury Park, CA: Sage.

Criss, M. M., Pettit, G. S., Bates, J. E., Dodge, K. A., & Lapp, A. L. (2002). Family adversity, positive peer relationships, and children's externalizing behavior: A longitudinal perspective on risk and resilience. *Child Development, 73*, 1220-1237.

Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow: The psychology of engagement with everyday life*. New York: Basic Books.

Csikszentmihalyi, M., (1996). *Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention*. HarperPerennial, New York.

Csikszentmihalyi, M., (1993). *The Evolving Self: A Psychology for the Third Millennium*. HarperPerennial, New York.

Csikszentmihalyi & Le Ferve, (1989). Optimal Experience in Work and Leisure. *Journal of Personality and Social Psychology 56*

Csikszentmihalyi, M. (1988a). The flow experience and its significance for human psychology. In M Csikszentmihalyi & I. S. Csikszentmihalyi, *Optimal experience: psychological studies of Flow in consciousness* (pp. 15±35). Cambridge, UK: Cambridge University Press.

Csikszentmihalyi, M. (1982). Towards a psychology of optimal experience. In L. Wheeler, *Annual review of personality and social psychology* (Vol. 3, pp. 13±36). Beverly Hills, CA: Sage.

Csikszentmihalyi, M. (1975b). *Beyond boredom and anxiety*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

- Cummings, E. M., Davies, P. T., & Campbell, S. B. (2000). *Developmental psychopathology and family process: Theory, research, and clinical implications*. New York: Guilford Press.
- Daniels, D. & Plomin, R. (1985). Differential experience of siblings in the same family. *Developmental Psychology*, 21, 747-776.
- David- Ferdon C. & Hertz (2007). *Journal of Adolescent Health*. Volume 41, Issue 6, Supplement , Pages S1-S5, December 2007
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187–195..
- 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*, 5(4), 331–345.
- Davis, C. G., Nolen-Hoeksema, S., & Larson, J. (1998). Making sense of loss and benefiting from the experience: Two construals of meaning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 561-574.
- Davis, F.D., Bagozzi, R.P., Warshaw, P.R., 1992. Extrinsic and intrinsic motivation to use computers in the workplace. *Journal of Applied Social Psychology* 22 (14), 1111–1132.
- Dawber, T.R. (1980). *The Framingham study: The epidemiology of atherosclerotic disease*. Harvard University Press.
- De Angelis, T. (2000). Is Internet addiction real? *Monitor on Psychology*, 31(4) <<http://www.apa.org/monitor/apr00/addiction.html>>.

De Haan, L., Hawley, D.R. & Deal, J.E. (2002). Operationalizing family resilience: A methodological strategy, *American Journal of Family Therapy*, 30, 275-291.

Dell' Osso, Altamura, Hadley, Baker & Hollander, (2006). Epidemiologic and clinical updates on impulse control disorders: a critical review. *European Archives Of Psychiatry And Clinical Neuroscience*. Volume 256, Number 8, 464-475.

Demaray, M. K., & Malecki, C. K. (2002). The relationship between perceived social support and maladjustment for students at risk. *Psychology in the Schools*, 39 (3),

Demetrovics, B. Szeredi and S. Rozsa, (2008). The three-factor model of Internet addiction: The development of the Problematic Internet Use Questionnaire. *Behavior Research Methods* 40 (2), pp. 563–573.

Derogatis, L. (1994). *SCL-90-R: Administration, scoring, and procedures manual*. Minneapolis, MN: National Computer Systems.

Derogatis, L.R., Lazarus, L., 1994. SCL-90-R, Brief Symptom Inventory, and matching clinical rating scales. In: Maruish, M. (Ed.), *The Use of Psychological Testing for Treatment Planning and Outcome Assessment*. Lawrence Erlbaum Associates, New York, pp. 217 – 248.

Derogatis L. & Cleary P. (1977). Confirmation of the dimensional structure of the scl-90: A study in construct validation. *Journal of Clinical Psychology* 33, (4): 981–989.

Dervin, B., & Nilan, M. (1986). Information needs and uses. *Annual review of information science and technology. (ARIST)*, 21, 3±33.

D'Imperio, R. L., Dubow, E. F., & Ippolito, M. F. (2000). Resilient and stress-affected adolescents in an urban setting. *Journal of Clinical Child Psychology*, 29, 129-142.

Dix et al. (1998). Inhibition of hsp70–1 and hsp70–3 expression disrupts preimplantation embryogenesis and heightens embryo sensitivity to arsenic.

Molecular Reproduction and Development 51 (4)

Dohrenwend, (1990). Measuring life events: The problem of variability within event categories. *Stress Medicine* (6) 3: 179–187.

Dorfman, D. D. & Alf, E. (1969). Maximum-likelihood estimation of parameters of signal-detection theory and determination of confidence intervals: rating-method data. *Journal of Mathematical Psychology* 6, 487-496

Duggal, S., Carlson, E. A., Sroufe, L. A., & Egeland, B. (2001). Depressive symptomatology in childhood and adolescence. *Development and Psychopathology*, 13, 143–164.

Douglas A. C., Mills J., Mamadou B., Niang C., Stepchenkova S., Byun D., Ruffini C., Ki S., Lee A., Loutfi J., Lee J., Atallah M., Blanton M., (2008). Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996–2006. *Computers in Human Behavior*, doi:10.1016.

Draper, J. V., Kaber, D. B., & Usher, J. M. (1998). Telepresence. *Human Factors*, 40(3), 354–375.

Dyer, R., Matthews, J. J., Stulac, J. F., Wright, C. E., & Yudowitch, K. (1976). *Questionnaire construction manual, annex literature survey and bibliography*. Palo Alto, CA: Operations Research Associates.

Eberhardt MS, Ingram DO, Makuc DM, et al (2001). *Urban and Rural Health Chartbook. Health, United States, 2001*. Hyattsville, MD: National Center for Health Statistics.

Egan, D.E., 1988. Individual differences in human–computer interaction. *In: Helander, M.E. (Ed.), Handbook of Human–Computer Interaction*. Elsevier Science, New York.

Egan, J. P. (1975). *Signal Detection Theory and ROC Analysis*. Academic Press: New York.

Egger, O., & Rauterberg, M. (1996). Internet behavior and addiction. [On-Line] Available: <http://www.ifap.bepi.ethz.ch/0egger/ibq/res.html>.

Eisenberg, L. (1995). The social construction of the human brain. *American Journal of Psychiatry*, 152, 1563–1575.

Elder, G. H., & Conger, R. D. (2000). *Children of the land: Adversity and success in rural America*. Chicago: University of Chicago Press.

Elder, G.H. (1998). The life course as developmental theory. *Child Development*, 69, 1-12.

Engelberg & Sjöberg, (2004). Internet use, social skills, and adjustment. *CyberPsychology & Behavior* 7 (1): 41-47

Erdreich, L. S. & Lee, E. T. (1981). Use of Relative Operating Characteristic analysis in epidemiology. *American Journal of Epidemiology* 114 (5), 649-662.

Ermann (2008). Arylsulfonamide CB2 receptor agonists: SAR and optimization of CB2 selectivity. *Bioorganic & Medicinal Chemistry Letters* 18 (5)

Erumban A. A. & De Jong S. B. (2006). Cross-country differences in ICT adoption: A consequence of Culture? *Journal of World Business* 41 : 302–31

Farber, E. A., & Egeland, B. (1987). Invulnerability in abused and neglected children. In E. J. Anthony & B. J. Cohler (Eds.), *The invulnerable child* (pp. 253-288). New York: Guilford.

Feldman, S. S., & Elliott, G. R. (Eds.). (1990). *At the threshold: The developing adolescent*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Fergus, S., Zimmerman, M.A. (2005). Adolescent resilience: A framework for understanding healthy development in the face of risk. *Annual Review of Public Health* , 26, 399-419.

Fergusson, D.M., Boden, J.M., & Horwood, L.J. (2007). Exposure to single parenthood and later mental health, educational, economic and criminal behavior outcomes. *Archives of General Psychiatry*, 64, 9, 1089-1095.

Ferraro, G., Caci, B., D'Amico, A., & Di Blasi, M. (2007). Internet addiction disorder: An Italian study. *Cyberpsychology and Behavior*, 10(2), 170–175.

Fleming^a J. S. & Courtney B. E. (1984). The dimensionality of self-esteem: II. Hierarchical facet model for revised measurement scales. *Journal of Personality and Social Psychology* 46, (2), 404-421.

Floros G., Fisoun V. & Siomos (2010) 'Internet addiction in the island of Hippokrates: impact of gender and age in teenage use and abuse of the internet'. *European Psychiatry*, 25 (1), 414

- Floyd, F. J., & Widaman, K. F. (1995). Factor analysis in the development and refinement of clinical assessment instruments. *Psychological Assessment, 7*(3), 286–299.
- Fontaine, G. (1993). The experience of a sense of presence in intercultural and international encounters. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments, 1*(4), 1–9.
- Fontaine, G. (1992). The experience of a sense of presence in intercultural and international encounters. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments, 1*, 482–490.
- Fortin, D. R., & Dholakia, R. R. (2005). Interactivity and vividness effects on social presence and involvement with a web-based advertisement. *Journal of Business Research, 58*(3), 387–396.
- Fraley, R.C., Waller, N.G., & Brennan, K.A. (2000). An item-response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 350–365.
- Freeman Burkhardt C. (2008), Internet Gaming Addiction. *The Journal of Nurse Practitioners- JNP 42*.
- Freud, A. (1958). Adolescence. *Psychoanalytic Study of the Child, 13*, 231–258.
- Garbarino, J., Hammond, W. R., Mercy, J., & Yung, B. R., (2004). Community violence and children: Preventing exposure and reducing harm. In K. Maton, C.J. Schellenbach, B. J. Leadbeater, & A. L. Solarz (Eds.), *Investing in children, youth, families, and communities: Strengths-based research and policy*. (pp. 303-320). Washington, DC: American Psychological Association.

- Garber, J., & Little, S. (1999). Predictors of competence among offspring of depressed mothers. *Journal of Adolescent Research, 14*, 44–71.
- Garcia Coll, C. T., & Vazquez Garcia, H. A. (1996). Definitions of competence during adolescence: Lessons from Puerto Rican adolescent mothers. In D. Cicchetti & S. Toth (Eds.), *Rochester Symposium on Developmental Psychopathology: Vol. 7. Adolescence: Opportunities and challenges* (pp. 283–308). Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Garmezy, N. (1995). Development and adaptation: The contributions of the Mac Arthur Foundation and William Bevan. In F. Kessel (Ed.), *Psychology, science and human affairs: Essays in honor of William Bevan* (pp. 109-124). Boulder, CO: Westview Press.
- Garmezy, N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatrics, 20*, 459-466.
- Garmezy, N. (1985). Stress-resistant children: The search for protective factors. In J. E. Stevenson (Ed.), *Recent research in developmental psychopathology. Journal of Child Psychology and Psychiatry Book* (Suppl. No. 4, pp. 213-233). Oxford: Pergamon Press.
- Garmezy, N., Masten, A. S., & Tellegen, A. (1984). The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychopathology. *Child Development, 55*, 97-111.
- Garrison, J., & Long, P. (1995). Getting off the superhighway. *Health, 9*, 20.
- Gentry & Kobasa (1984). *Handbook of behavioral medicine, 1984*. Guildford Press

- Ghani, J.A., Deshpande, S.P., 1994. Task characteristics and the experience of optimal flow in humancomputer interaction. *Journal of Psychology* 128 (4), 381–391.
- Γιαννουλέας Μ. (2003). *Ούτε Θύμα, ούτε Θύτης*. Ελληνικά Γράμματα. Αθήνα
- Gilligan, R. (2001) *Promoting Resilience: A Resource Guide on Working with Children in the Care System*. London: BAAF.
- Gilligan, R. (1997). Beyond permanence: the importance of resilience in child placement practice and planning. *Adoption & Fostering*, 21, 12–20.
- Glaser (1985). Stress, loneliness, and changes in herpesvirus latency. *Journal of Behavioral Medicine* 8, (3): 249-260
- Glicksohn, J., & Avnon, M. (1997–98). Explorations in virtual reality: absorption, cognition and altered state of consciousness, imagination. *Cognition and Personality*, 17(2), 141–151.
- Glynou, E., Jerusalem, M., & Schwarzer, R. (1992). *Greek version of the General Self-Efficacy Scale*. Available at www.RalfSchwarzer.de/
- Goldberg, I. (1996). Internet addiction disorder. Retrieved February 13, 2001 from the *WorldWideWeb*:<http://www.cog.brown.edu/brochure/people/duchon/humor/internet.addiction.html>.
- Goodman, S.H., & Gotlib, I.H. (1999). Risk for psychopathology in the children of depressed mothers: A developmental model for understanding mechanisms of transmission. *Psychological Review*, 106, 458-490.
- Gorall, D.M. (2002). FACES IV and the Circumplex Model of Marital & Family

System. *Dissertation Abstract International*, University of Michigan, 63.

Gorman-Smith, D., Henry, D.B., & Tolan, P.H. (2004). Exposure to community violence and violence perpetration: The protective effects of family functioning. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 33, 439-449.

Gorman-Smith, D., & Tolan, P.H. (2003). Positive adaptation among youth exposed to community violence. In S. S. Luthar (Ed.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp. 392-413). New York: Cambridge.

Gossop, M. (2001). A web of dependence. *Addiction*, 96, 677-678.

Gottfredson & Hirschi, (1990). *A general theory of crime*. U.S.A: Stanford University Press.

Graber, J. A., & Brooks-Gunn, J. (1996). Transitions and turning points: Navigating the passage from childhood through adolescence. *Developmental Psychology*, 32, 768-776

Grant J. E. & Potenza M.N., (2006). Compulsive Aspects of Impulse-Control Disorders. *Psychiatric Clinics of North America*. Volume 29, Issue 2, Pages 539-551.

Greenfield, D. N., & Davis, R. A. (2002). Lost in cyberspace: The web @ work. *CyberPsychology & Behavior*, 5, 347-353.

Griffiths, Davis, & Chappell, (2004). Online computer gaming: a comparison of adolescent and adult gamers. *Journal of Adolescence*. Volume 27, Issue 1, Pages 87-

96

- Griffiths, M. D., Davies, N. O., & Chappell, D. (2003). Breaking the stereotype: The case of online game. *Cyber Psychology and Behavior*, 6(1), 81–91.
- Griffiths M. (2001). The Social Impact of Internet Gambling. *Social Science Computer Review* vol. 20 no. 3 312-320.
- Griffiths, M. (2000). Does Internet and computer “addiction” exist? Some case study evidence. *Cyberpsychology and Behavior*, 3(2), 211–218.
- Grohol, J.M. (2005). Internet addiction guide. <<http://psychcentral.com/netaddiction/>>.
- Gross F. E. (2004) Adolescent Internet use: What we expect, what teens report. *Journal of Applied Developmental Psychology*. Volume 25, Issue 6, November-December 2004, Pages 633-649.
- Gross, E. F., Juvonen, J., & Gable, S. L. (2002). Internet use and well being in adolescence. *Journal of Social Issues*, 58, 75–90.
- Gudjonsson G. H., Sigurdsson J. F. & Tryggvadóttir H. B (2011). The relationship of compliance with a background of childhood neglect and physical and sexual abuse. *Journal of Forensic Psychiatry & Psychology* 22 (1):
- Haggerty, R.J., Sherrod, L.R., Garmezy, N. & Rutter, M. (1994). *Stress, risk and resilience in children and adolescents*. New York: Cambridge University Press.
- Hall, A.S., Parsons, J., (2001). Internet addiction: college student case study using best practices in cognitive behavior therapy. *Journal of Mental Health Counseling* 23 (4), 312–327.
- Hall, G. S. (1904). *Adolescence: Its psychology and its relations to physiology*,

anthropology, sociology, sex, crime, religion, and education. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Hammen. C. (2003). Risk and protective factors for children of depressed parents. In S. S. Luthar (Ed.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp. 50-75). New York: Cambridge.

Han, D. H., Hwang, J. W. & Renshaw, P. F. (2010). Bupropion sustained release treatment decreases craving for video games and cue-induced brain activity in patients with Internet video game addiction. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*, 18(4), 297–304.

Han, S. (1988). The relationship between life satisfaction and flow in elderly Korean immigrants. In M. Csikszentmihalyi & I. S. Csikszentmihalyi, *Optimal experience: psychological studies of flow in consciousness* (pp. 138±149). Cambridge, UK: Cambridge University Press.

Harter, S. (2002). Authenticity. In C.R. Snyder, S.J. Lopez, (Eds.). *Handbook of positive psychology*. (pp. 382-394). London: Oxford.

Haworth-Hoepfner S. (2000). The Critical Shapes of Body Image: The Role of Culture and Family in the Production of Eating Disorders. *Journal of Marriage and Family* 62 (1).

Hayes-Roth, B., Johnson, V., van Gent, R., & Wescourt, K. (1999). Staffing the Web with interactive characters. *Communications of the ACM*, 42 (3), 103–105.

Haylett, Stephenson & Lefever (2004). Covariation in addictive behaviours: A study of addictive orientations using the Shorter PROMIS Questionnaire. *Addictive Behaviors* 29, 61–71.

Haynes R. & Gale S. (1999). Deprivation and poor health in rural areas: inequalities hidden by averages. *Health & Place* 6 (4), 275-285, doi:10.1016/S1353-8292(00)00009-5

Haythornthwaite, C. (2002). Strong, weak and latent ties and the impact of the new media. *The Information Society*, 18, 385–401.

Heeter, C., 2003. Reflections on real presence by a virtual person. *Presence* 12, 335–
Lombard, M., Reich, R., Grabe, M. E., Bracken, C. & Ditton, T. (2000). Presence and television: The role of screen size. *Human Communication Research*, 26(1). 75–98.345.

Heeter, C. (1992). Being there: The subjective experience of presence. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments*, 1, 262–271.

Hetherington, E.M. (2003). Social support and the adjustment of children in divorced and remarried families. *Childhood*, 10 (2), 217-236.

Hetherington, E.M., & Elmore, A.M. (2004). The intergenerational transmission of couple instability. In P.L. Chase-Lansdale, K. Kiernan, & R.J. Friedman (Eds.), *Human development across lives and generations: The potential for change* (pp. 171–203). New York: Cambridge University Press.

Held, R., Durlach, N., 1992. Telepresence. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments* 1, 109–112.

- Hill, M., Stafford, A., Seaman, P., Ross, N. & Daniel, B. (Eds.), (2007). *Parenting and resilience*. Joseph Rowntree Foundation, University of Glasgow.
- Hillman, J. (1997). *Re-visioning psychology*. New York: HarperPerennial
- Hindujaa S.& Patchin J. (2008). Personal information of adolescents on the Internet: A quantitative content analysis of MySpace. *Journal of Adolescence*. Volume 31, Issue 1, February 2008, Pages 125-146.
- Hoffman, D., Novak, T., & Schlosser, A. (2003). Locus of control, web use, and consumer attitudes toward internet regulation. *Journal of Public Policy and Marketing*, 22(1), 41–57.
- Hoffman, D. L., Novak, T. P., & Duhachek, A. (2003). The influence of goal-directed and experiential activities on online flow experiences. *Journal of Consumer Psychology*, 13(1/2), 3–16.
- Hoffman, D. L., & Novak, T. P. (1996). Marketing in hypermedia computer-mediated environments: Conceptual foundations. *Journal of Marketing*, 60, 50–68.
- Holden, C. (2001). _Behavioral_ addictions: do they exist? *Science*, 294(5544), 980–982.
- Holland, N. (2003). The willing suspension of disbelief: A neuro-psychoanalytic view. PsyART, 7. Retrieved September 10, 2003, from <http://www.clas.ufl.edu/ipso/journal/index.htm#contents>.
- Holi M., Marttunen M. & Aalberg V. (2003). Comparison of the GHQ-36, the GHQ-12 and the SCL-90 as psychiatric screening instruments in the Finnish population. *Nordic Journal of Psychiatry* 57 (3): 233

Howard, S. and Johnson, B. (2000). What makes the difference? Children and teachers talk about resilient outcomes for children “at risk”. *Educational Studies*, 26, 321–37.

Hsu, C., & Lu, H. (2007). Consumer behavior in online game community: A motivational factor perspective. *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1642–1659.

Hsu, C., & Lu, H. (2004). Why do people play on-line games? An extended TAM with social influences and flow experience. *Information & Management*, 41, 835–868.

Hur, M. (2006). Demographic, habitual, and socioeconomic determinants of Internet addiction disorder: An empirical study of Korean teenagers. *CyberPsychology and Behavior*, 9(5), 514–525.

Huang, M.-H., 2003. Designing Website attributes to induce experiential encounters. *Computers in Human Behaviour* 19 (4), 425–442.

Huang C., Chiu C., & Chang W. (2000) The evaluation and influence of interaction in network supported collaborative concept mapping. *Computers & Education Volume 34*, Issue 1, 1 January 2000, Pages 17-25.

<http://www.dialogos.gov.gr/prostasiaanilikon/showthread.php?p=27> Κτήθηκε την 19 Μαΐου 2011 του 2007

[http:// www.dart.gov.gr](http://www.dart.gov.gr) Κτήθηκε την 6 Ιουνίου του 2012

[http:// www.internetworldstats.com](http://www.internetworldstats.com). Κτήθηκε την 20 Δεκεμβρίου του 2007.

<http://www.youth-health.gr/gr/index.php?I=5&J=2&K=7>. Κτήθηκε την 21 Φλεβάρη 2011.

Ijsselsteijn, W.A., 2005. Towards a neuropsychological basis of presence. *Annual Review of CyberTherapy and Telemedicine: A Decade of VR* 3, 25–30.

Ijsselsteijn, W. A., Freeman, J., & de Ridder, H. (2001). Presence: Where are we? *CyberPsychology and Behavior*, 4(2), 179–182.

International Society for Presence Research, 2000. The concept of presence: explication statement. Retrieved August 7, 2008 from [/http://ispr.info/S](http://ispr.info/S).

Internet World Stats (2011). Internet Users in Europe. Retrieved at 19/09/2011 from <http://www.internetworldstats.com/stats4.htm#europe>

Jackson, Von Eye, Biocca, Barbatsis, Zhao, & Fitzgerald, (2006). Children's home Internet use: Predictors and psychological, social and academic consequences. *Developmental Psychology*.

Jackson, Y. & Warren, J. S. (2000). Appraisal, social support, and life events: Predicting outcome behavior in school-age children. *Child Development*, 71, 1441-1457.

Johnson P., Buboltz W. C. & Seemann E. (2003). Ego Identity Status: A Step in the Differentiation Process. *Journal of Counseling & Development* 81, (2)

Jones, B. T., Corbin, W., & Fromme, K. (2001). A review of expectancy theory and alcohol consumption. *Addiction*, 96(1), 57–72.

Jurnet, I.A., Beciu, C.C., Maldonado, J.G., 2005. Individual differences in the sense of presence. In: *Paper presented at the PRESENCE 2005: The 8th Annual International Workshop on Presence*, London.

Kagan, J. (1971). *Change and continuity in infancy*. New York: Wiley.

Kalawsky, R. (1993). *The science of virtual reality and virtual environments*.

Reading, MA: Addison-Wesley.

Kalil, A. (2003). Family resilience and good child outcomes: A Review of the literature. *Raising Children in New Zealand*, 1-80.

Kaltiala-Heino, Lintonen, & Rimpelä (2004) R. Internet Addiction? Potentially problematic use of the Internet in a population of 12–18-year-old adolescents.

Addiction Research and Theory 12, pp. 89–96.

Kandel, E. R. (1998). A new intellectual framework for psychiatry. *American Journal of Psychiatry*, 155, 457–469.

Κανδρή Θεοδώρα, Ζαφειροπούλου Μαρία (2009) *Βιοψυχολογικοί Παράγοντες του εθισμού των Εφήβων στο Διαδίκτυο*. Εισήγηση στο διεπιστημονικό συνέδριο *Internet Safety* 27-29 Νοεμβρίου 2009, Λάρισα.

Κανδρή Θ. 2012. *Εξάρτηση από το Διαδίκτυο: Μία πολυμεταβλητή ανάλυση ψυχολογικών, κοινωνικών και βιολογικών παραγόντων*. Διδακτορική Διατριβή Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.

Καλαρρύτες Γ. (1995). Απαντήσεις στο πρόβλημα της χρήσης ουσιών από εφήβους στην Ελλάδα. *2ο Ευρωπαϊκό Συνέδριο για την αποκατάσταση και την πολιτική σε θέματα ναρκωτικών*.

Kaplan, H.B. (1999). Toward an understanding of resilience: A critical review of definitions and models. In M.D. Glantz, & J.L. Johnson. (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.

- Kautiainen, L. Koivusilta, T. Lintonen, S.M. Virtanen and A. Rimpelä (2005) . Use of information and communication technology and prevalence of overweight and obesity among adolescents. *International Journal of Obesity* 29, pp. 925–933.
- Kast, V. (1992). *The dynamics of symbols: Fundamentals of Jungian psychotherapy*. New York.
- Katzer C., Fetchenhauer D. & Belschak F. (2009). Cyberbullying: Who Are the Victims? *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications* 21.
- Kerr M. & Lambert W. (1994). Stability of Inhibition in a Swedish Longitudinal Sample. *Child Development* 65 (1)
- Khan, S., Murray, R.P., Barnes, G.E. (2002). A structural equation model of the effect of poverty and unemployment on alcohol abuse. *Addict Behav* 27, 405–423.
- Kim, Heejung S.; Sherman, David K.; Taylor, Shelley E. (2008). *Culture and social support*. *American Psychologist*, 63(6), 518-526. doi: 10.1037/0003-066X.
- Kim, T., & Biocca, F. (1997). Telepresence via television: Two dimensions of telepresence may have different connections to memory and persuasion. *Journal of Computer Mediated-Communication*, 3(2),
<<http://jcmc.indiana.edu/vol3/issue2/kim.html>> Retrieved 5.05.06.
- Klingemann H. & Gomez V. (2010). Masculinity issues in addiction treatment in Swiss inpatient alcohol programs: bringing men's treatment needs back to the research agenda. *Journal of Men's Health* 7 (3), 211-220

Knauth, G. D., Skowron A. E. & Escobar M. (2006). Effect of Differentiation of Self on Adolescent Risk Behavior: Test of the Theoretical Model. *Nursing Research* 55 (5) 336-345.

Knauth, D. A., & Skowron, E. A. (2004). Psychometric evaluation of the Differentiation of Self Inventory for adolescents. *Nursing Research*, 53, 163–171.

Ko CH. et al (2009). Proposed diagnostic criteria and the screening and diagnosing tool of Internet addiction in college students. *Comprehensive Psychiatry Volume 50*, Issue 4. Pages 378-384.

Ko, C. H., Yen, J. Y., Chen, C. C., Chen, S. H., & Yen, C. F. (2007). Factors predictive for incidence and remission of Internet addiction in young adolescents: A prospective study. *Cyberpsychology and Behavior*, 10, 545–551.

Ko CH, Yen JY, Chen CC, et al. (2006). Tridimensional personality of adolescents with internet addiction and substance use experience. *Can J Psychiatry* 94;51:887.

Ko CH. et al (2005). Proposed Diagnostic Criteria of Internet Addiction for Adolescents. *Journal of Nervous & Mental Disease. Volume 193* - Issue 11 - pp 728-733.

Ko CH, Yen JY, Chen CC, et al.(2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *J Nerv Ment Dis*, 193, 273–7.

Kokkevi A. & Stefanis C. (1988). Parental Rearing Patterns and Drug Abuse, *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 78.

- Koufaris, M., 2002. Applying the technology acceptance model and flow theory to online consumer behavior. *Information Systems Research* 13 (2), 205–223.
- Koumi, J; Tsiantis, J.(2001). Smoking trends in Adolescence: Report on a Greek school based, peer-led intervention aimed at prevention. *Health Promotion International*. 16 (1), pp65-72.
- Koumi, I. (1994) Self-values and academic self-concept of Greek Secondary School pupils. Unpublished PhD dissertation, University of Bristol, UK.
- Korkeila, Kaarlas, Jääskeläinen, Vahlberg & Taiminen, (2009).
- Koo D. M., (2009). The moderating role of locus of control on the links between experiential motives and intention to play online games. *Computers in Human Behavior* Volume 25, Issue 2, Pages 466-474.
- Kraut et al. (2003). Visual information as a conversational resource in collaborative physical tasks. *Human-Computer Interaction*. Volume 18. Issue 1
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox. A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53(9), 1017–1031.
- Kubey et al. (2001)
- Kupersmidt, J. B. & Dodge, K. A. (Eds.) (2004). *Children's peer relations: From development to intervention*. Washington, D.C.: APA Books.
- Kyllonen, P.C., Chaiken, S., 2003. Dynamic spatial ability and psychomotor performance. *International Journal of Testing* 3, 233–249.

- Κυπαρίσση (2009). Επιδημιολογικά μεγέθη της εξάρτησης από το διαδίκτυο σε πληθυσμό εφήβων της Χίου. *1^ο Πανελλήνιο Διεπιστημονικό Συνέδριο. «Έρευνα, Πρόληψη και Αντιμετώπιση των Κινδύνων στη Χρήση Διαδικτύου»*. Λάρισα 26-11-2009.
- Lam, D., & Mizerski, D. (2005). The effects of locus of control on word-of-mouth communication. *Journal of Marketing Communications*, *11*(3), 215–228.
- Lang, A. R., Goeckner, D. J., Adesso, V. J., & Marlatt, G. A. (1975). The effects of alcohol on aggression in male social drinkers. *Journal of Abnormal Psychology*, *84*, 508-518.
- Lanier, J. (2001). Tele-immersion: Like being there. *Scientific American*, *284*(4), 68–75.
- Laurel, B. (1993). *Computers as theatre*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Lavin, Marvin K., McLarney A., Nola V. & Scott L., (2000). Sensation seeking and collegiate vulnerability to Internet dependence. *CyberPsychology and Behavior* *2* 5, pp. 425–430.
- Lejoyeux, Avril, Richoux, Embouazza & Nivoli (2008). Prevalence of exercise dependence and other behavioral addictions among clients of a Parisian fitness room. *Comprehensive Psychiatry* *49*. 353–358
- Lansford, J. E., Criss, M. M., Pettit, G. S., Dodge, K. A., & Bates, J. E. (2003). Friendship quality, peer group affiliation, and peer antisocial behavior as moderators of the link between negative parenting and adolescent externalizing behavior. *Journal of Research on Adolescence*, *13*, 161-184.
- La Rose, R., Lin, C. A., & Eastin, M. S. (2003). Unregulated Internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? *Media Psychology*, *5*, 225–253.

Lavin, M., Marvin, K., McLarney, A., Nola, V., & Scott, L. (2000). Sensation seeking and collegiate vulnerability to Internet dependence. *CyberPsychology and Behavior*, 2(5), 425–430.

Lavoie, J., & Pychyl, T. A. (2001). Cyber-slacking and the procrastination superhighway: A web-based survey of online procrastination, attitudes, and emotion. *Social Science Computer Review*, 19, 431–444.

Leary, M. R., & MacDonald, G. (2003). Individual differences in trait self-esteem: A theoretical integration. In M. R. Leary & J. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (pp. 401–418). New York: Guilford Press.

Lee, Hyun, Yang, Daniels, Na, Seok et al. (2008)

Lee, Hyun, Yang, Daniels, Na, Kee, et al. (2008).

Lee, S., Suh, Y., Kim, J., & Lee, K. (2004). A cross-national market segmentation of online game industry using SOM. *Expert System with Applications*, 27, 559–570.

Lee, K. M., & Nass, C. (2001, May). *Social presence of social actors: Creating social presence with machine-generated voices*. Paper presented at *Presence 2001: 4th Annual International Workshop*, Philadelphia, PA.

Lee, M.S., Oh, E.Y., Cho, S.M., Hong, M.J., Moon, J.S., (2001a). An assessment of adolescent Internet addiction problems related to depression, social anxiety and peer relationship. *Journal of the Korean Neuropsychiatry Association* 40 (4), 616–626.

Lee, S.B., Lee, K.K., Pail, K.C., Kim, H.W., Shin, S.K., (2001b). Relationship between internet addiction and anxiety depression, and self efficacy in middle and

high school students. *Journal of the Korean Neuropsychiatry Association* 40 (6), 1174–1184.

Lenhart, A., Madden, M., & Hitlin, P. (2005). Teens and technology: You are leading the transition to a fully wired and mobile nation. *Pew Internet and American Life Project*. <http://www.pewinternet.org/pdfs/PIP_Teens_Tech_July2005web.pdf>
Κτήθηκε 8.08.06.

Li, S. M., & Chung, T. M. (2006). Internet function and Internet addictive behavior. *Computers in Human Behavior*, 22(6), 1067–1071.

Λιάππας Ι. (1991). *Ναρκωτικά*, Αθήνα.

Λιάππας Ι. (2003). Χρήση ουσιών σε εφήβους και νεαρούς ενήλικες. Η ελληνική εμπειρία. Εισ. Τσιάντης. Ι. Καστανιώτης, Αθήνα. *Εφηβεία*, 2, σελ. 179-195.

Liu & Kuo, (2007). A study of Internet addiction through the lens of the interpersonal theory. *CyberPsychology & Behavior*, 10 (6): 799-804.

Lim, V. K. G. (2002). The IT way of loafing on the job: Cyberloafing, neutralizing, and organizational justice. *Journal of Organizational Behavior*, 23, 675–694.

Lin, S. S., & Tsai, C. C. (2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Computers in Human Behavior*, 18, 411–426.

Lo, S. K., Wang, C. C., & Fang, W. (2005). Physical interpersonal relationships and social anxiety among online game players. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 15-20.

Lombard, M., Reich, R., Grabe, M. E., Bracken, C. & Ditton, T. (2000). Presence and television: The role of screen size. *Human Communication Research*, 26(1). 75–98.

- Lombard, M., & Ditton, T. (1997). At the heart of it all: The concept of presence. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 3(2), <<http://jcmc.indiana.edu/vol3/issue2/lombard.html>> Retrieved 22.02.06.
- Luthar, S.S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental Psychopathology: Risk, disorder, and adaptation, Volume 3 (2nd edition)*. New York: Wiley.
- Luthar, S.S. & Zelazo, L.B. (2003). Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities. In S.S. Luthar (ed) *Resilience and Vulnerabilities: Adaptation in the Context of Childhood Adversities*. New York: Cambridge University Press.
- Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: Implications for interventions and social policies. *Development and Psychopathology*, 12, 857-885.
- Luthar, S.S, Cicchetti, D. & Becker, B. (2000a). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71, 543-562.
- Luthar, S.S. Cicchetti, D. & Becker, B. (2000b). Research on resilience: Response to commentaries. *Child Development*, 71, 573-575.
- Luthar, S. S., & Burack, J. A. (2000). Adolescent wellness: In the eye of the beholder? In D. Cicchetti, J. Rappaport, I. Sandler, & R. Weissberg (Eds.), *The promotion of wellness in children and adolescents* (pp. 29-57). Washington, DC: Child Welfare League of America.
- Luthar, S.S. (1999). *Poverty and children's adjustment*. Newbury Park, CA: Sage.

Luthar, S.S., Burack, J.A., Cicchetti, D., & Weisz, J.R. (Eds.). (1997). *Developmental psychopathology: perspectives on adjustment, risk and disorder*. New York: Cambridge University Press.

Luthar, S. S., Doernberger, C. H., & Zigler, E. (1993). Resilience is not a unidimensional construct: Insights from a prospective study of inner-city adolescents. [Special issue: Milestones in the development of resilience]. *Development and Psychopathology*, 5, 703-717.

Luthar, S. S. (1993). Annotation: Methodological and conceptual issues in the study of resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 34, 441-453.

Luthar, S. S. (1991). Vulnerability and resilience: A study of high-risk adolescents. *Child Development*, 62, 600-616.

Lynch, M., & Cicchetti, D. (1998). An ecological– transactional analysis of children and contexts: The longitudinal interplay among child maltreatment, community violence, and children’s symptomatology. *Development and Psychopathology*, 10, 235–257.

Maccoby, E. E. & Jacklin, C. N. (1983). The "person" characteristics of children and the family as environment. In D. Magnusson & V. L. Allen (Eds), *Human development: an interactional perspective* (pp. 75-91). New York: Academic Press.

Carla Ruiz Mafé, Silvia Sanz Blas, (2006) "Explaining Internet dependency: An exploratory study of future purchase intention of Spanish Internet users", *Internet Research*,. 16 (4): 380 - 397

Malone, T.W., 1981. Toward a theory of intrinsically motivating instruction. *Cognitive Science* 4, 333–369.

- Mandara J. & Murray C. B. (2000). Effects of Parental Marital Status, Income, and Family Functioning on African American Adolescent Self-Esteem. *Journal of Family Psychology* 14 (3): 475-490
- Mantovani, G., & Riva, G. (1999). "Real" presence: How different ontologies generate.
- Margoli, G., & Gordis, E. B. (2000). The effects of family and community violence on children. *Annual Review of Psychology*, 51, 445-479.
- Mari J. & Williams P. (1985). A comparison of the validity of two psychiatric screening questionnaires (GHQ-12 and SRQ-20) in Brazil, using Relative Operating Characteristic (ROC) analysis. *Psychological Medicine*, 15, 651-659
- Marks, (1990). Behavioural (non-chemical) addictions. *British Journal of Addiction*, 85, 1389-1394.
- Marlatt, G. A., & Gordon. J. R. (1980). Determinants of relapse. Implications for the maintenance of behavior change. In P.O. Davidson & S.M. Davidson Eds. Behavioral medicine: *Changing health lifestyles*. New York: Brunner/Mazel.
- Marlatt. G. A., & Rohsenow. D. J. (1980). Cognitive processes in alcohol use: Expectancy and the balanced placebo design. In N. K. Mello (Ed.). *Advances in substance abuse* (Vol. 1) Greenwich. Conn.: JAI Press
- Martin P.R. & Petry N.M. (2005). Are Non-substance-related Addictions Really Addictions? *The American Journal on Addictions*, Volume 14. Issue 1, pages 1-7.

- Martinez, C. R., Jr., & Forgatch, M. S. (2001). Preventing problems with boys' noncompliance: Effects of a parent training intervention for divorcing mothers. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 69*, 416-428.
- Masten, A. S., & Motti-Stefanidi, F. (2009). Understanding and promoting resilience in children: Promotive and protective processes in schools. In T. B. Gutkin & C. R. Reynolds (Eds.), *The handbook of school psychology* (4th ed.). New York: Wiley.
- Masten, A. S., Best, K., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology, 2*, 425–444.
- Masten, A.S., Burt, K.B., & Coatsworth, J.D. (2006). Competence and psychopathology in development. In D. Cicchetti & D. Cohen (eds.), *Developmental psychopathology, vol.3, Risk, disorder and psychopathology* (2nd ed., 696-738). New York: Wiley.
- Masten, A.S., & Gewirtz, A.H. (2006). Vulnerability and resilience in early child development. In K. McCartney, & D.A. Phillips (Eds.), *Handbook of early childhood development* (pp. 22-43): Blackwell.
- Masten, A.S., & Powell, J.L. (2003). A resilience framework for research, policy and practice. In S.S. Luthar (ed) *Resilience and Vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp 364-391). Cambridge, University Press.
- Masten, A. and Reed, M. (2002). Resilience in development. In C.R. Synder and S.J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology*. NY: Oxford University Press.
- Masten, A.S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist, 56*, 227-238.

Masten, A.S. (1999). Resilience comes of age: Reflections on the past and outlook for the next generation of research. In M.D. Glantz & J. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptations* (pp. 281-296). New York: Plenum.

Masten, A.S. & Sesma, A. (1999). Risk and resilience among children homeless in Minneapolis. *CURA Reporter*, 29, 1, 1-16.

Masten, A.S., Hubbard, J.J., Gest, S.D., Tellegen, A., Garmezy, N., & Ramirez, M. (1999). Competence in the context of adversity: Pathways to resilience and maladaptation from childhood to late adolescence. *Development and Psychopathology*, 11, 143-169.

Masten, A.S., & Coatsworth, J.D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53, 205-220.

Masten, A.S., & Wright, M.O.D. (1998). Cumulative risk and protection models of child maltreatment. In B.B.R. Rosseman & M.S. Rosenberg (Eds.), *Multiple victimization of children: Conceptual, developmental research and treatment issues* (pp. 7-30). Binghamton, NY: Haworth.

Masten, A.S., & Coatsworth, J.D. (1995). Competence, resilience and psychopathology. In D. Cicchetti & D. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Vol. 2. Risk disorder and adaptation* (pp. 715-752). New York: Wiley.

Masten, A.S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. In M.C. Wang & E.W. Gordon (Eds.), *Educational*

resilience in inner-city America: Challenges and prospects (pp.3-4). Lawrence Erlbaum Associates.

Masten, A., & Braswell, L. (1991). Developmental psychopathology: An integrative framework. In P.R. Martin (Ed.) *Handbook of behavior therapy and psychological science: An integrative approach* (pp. 35-56). New York: Pergamon.

Masten, A.S., Best, K., & Garmezy, N. (1990). Resilience and development: contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444.

Masten, A.S., & Garmezy, N. (1985). Risk, vulnerability and protective factors in developmental psychopathology. In B. Lahey & A. Kazdin (Eds.), *Advances in clinical child psychology* (vol. 8, pp.1-52). New York: Plenum Press.

Μάτσα Κ. (2009). Εισήγηση χαιρετισμού συνεδρίου «Οι εξαρτήσεις στη σημερινή περίοδο της κρίσης. Τρόποι αντιμετώπισης του προβλήματος. Η ελληνική εμπειρία.» Αθήνα: 26-27 Οκτωβρίου 2009.

Μάτσα Κ. (2001). *Ψάξαμε ανθρώπους και βρήκαμε σκιές... Το αίνιγμα της τοξικομανίας*. Αθήνα: εκδ. ΑΓΡΑ.

Mayer, J. D; Salovey, P., Caruso, D. R., & Sitarenios, G.(2003). Measuring emotional intelligence with the MSCEIT V2.0. *Emotion*, 3, 97-105.

McDonald, G., & Leary, M. R. (2005). Why does social exclusion hurt? The relationship between social and physical pain. *Psychological Bulletin*, 131, 202–223.

McFadyen-Ketchum, S. A., & Dodge, K. A. (1998). Problems in social relationships. In E. J. Mash, R. A. Barkley, (Eds.). *Treatment of childhood disorders (2nd ed.)*. (pp. 338-365). New York, NY: Guilford Press.

McKenna & Bargh, (1999). Causes and consequences of social interaction on the Internet: A conceptual framework. *Media Psychology*.

McLoyd, V.C. (1998). Socioeconomic Disadvantage and Child Development. *American Psychologist*, 53, 185-204.

McMillan, D. W., & Chavis, D. M. (1986). Sense of community: A definition and theory. *Journal of Community Psychology*, 14, 6–23.

McQuillan, J., & Conde, G. (1996). The conditions of flow in reading: two studies of optimal experience. *Reading Psychology: An International Quarterly*, 17, 109±135.

Mesch, G. S., & Talmud, I. (2006). The quality of online and offline relationships, the role of multiplexity and duration. *The Information Society*, 22(3), 137–148.

Metz, C. E., Wang, P.-L. & Kronman, H. B. (1984). *ROCFIT*. Department of Radiology and the Franklin McLean Memorial Research Institute: University of Chicago.

Mick & Hollander, (2006). Impulsive-compulsive sexual behavior. *CNS Spectr.* 11(12): 944-955

Miller, (1980). Theoretical and practical issues in substance abuse, assessment and treatment. In W. R. Miller (Ed.), *The addictive behaviours: Treatment of alcoholism, drug abuse, smoking and obesity* (pp. 265–290). New York: Pergamon.

Minsky, M. (1980). Telepresence. *Omni*, 2(9), 45–51.

Mishna, Sainni & Solomon, (2009). Ongoing and online: Children and youth's perceptions of cyber bullying. *Children and Youth Services Review*. Volume 31, Issue 12.

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

Mitra, A. Schwartz R. L.(2001). From Cyber Space to Cybernetic Space: Rethinking the Relationship between Real and Virtual Spaces. *Journal of Computer- Mediated Communication*, 7 (1): 0. doi : 10.1111/j.1083-6101.2001.tb00134.

Moody JA, Martin DA (2001). Initial hydrologic and geomorphic response following a wildfire in the Colorado Front Range. *Earth Surface Processes and Landforms*, 26: 1049-1070

Moneta, G. B., & Csikszentmihalyi, M. (1996). The effect of perceived challenges and skills on the quality of subjective experience. *Journal of Personality*, 64 (2), 275±310.

Morahan-Martin, J. (2005). Internet abuse: Addiction? disorder? symptom? alternative explanations? *Social Science Computer Review*, 23(1), 39–48.

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

Moran, P.B., & Eckenrode, J. (1992). Protective personality characteristics among adolescent victims of maltreatment. *Child Abuse and Neglect*, 16, 743-754.

- Morgan, C., Cotten, S.,(2003). The relationship between Internet activities and depressive symptoms in a sample of college freshmen. *CyberPsychology and Behavior* 6 (2), 133–142.
- Motti-Stefanidi, F., Pavlopoulos, V., Dalla, M., Obradovic, J., & Masten, A. S. (2006, July). Risk, resources and academic resilience in Albanian immigrant and native Greek adolescents. *Paper presented at the eighteenth International Congress of Cross-Cultural Psychology*, Spetses, Greece.
- Murphy, L. B., & Moriarty, A. (1976). *Vulnerability, coping, and growth: From infancy to adolescence*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Murray, C., Fox, J., & Pettifer, S. (2007). Absorption, dissociation, locus of control and presence in virtual reality. *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1347–1354.
- Myers, I.B., 1980. *Gifts Differing: Understanding Personality Type*. Davies-Black Publishing, Mountain View, CA.
- Nalwa, K., & Anand, A. P. (2003). Internet addiction in students: a cause of concern. *Cyberpsychology and Behavior*, 6(6), 653–656.
- Nass, C., & Moon, Y. (2000). Machines and mindlessness: Social responses to computers. *Journal of Social Issues*, 56(1), 81–103.
- National Statistical Authority of Greece (2012). Report retrieved from http://www.statistics.gr/portal/page/portal/ESYE/PAGE-dissemesds_26/03/2012
- National Telecommunications and Information Administration, 2002. "A Nation Online: How Americans Are Expanding Their Use of the Internet," at <http://www.ntia.doc.gov/ntiahome/dn/html/anationonline2.htm>,

- Nel, D., van Niekerk, R., Berthon, J., Davies, T., 1999. Going with the flow: Web sites and customer involvement. *Internet Research: Electronic Networking Applications and Policy* (2), 109–116.
- Nelson, C. A., & Bloom, F. E. (1997). Child development and neuroscience. *Child Development*, 68, 970–987.
- Newman, T. (2004). *What works in building resilience*. Barkingside: Barnardo's.
- Ng, B., & Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the Internet and online gaming. *CyberPsychology and Behavior*, 8(2), 110–113.
- Novak, T. P., Hoffman, D. L., & Yung, Y.-F. (2000). Measuring the customer experience in online environments: *A structural modeling approach*. *Marketing Science*, 19 (1), 22–42.
- Ντόνιας, Καραστεργίου & Μάνος (1991). Στάθμιση της Κλίμακας Ψυχοπαθολογίας Symptom Checklist 90 Revised σε Ελληνικό Πληθυσμό. *Ψυχιατρική* 2, 42-48.
- O' Brien E. J. (1985). Global Self Esteem Scales. Undimensional or Multidimensional? *Psychological Reports* 57, 383- 389.
- Obst, P., Zinkiewicz, L., & Smith, S. G. (2002a). Sense of community in science fiction fandom, part 1: Understanding sense of community in an international community of interest. *Journal of Community Psychology*, 30(1), 87–103.
- O'Donnell, D. A., Schwab-Stone, M. E., & Muyeed, A. Z. (2002). Multidimensional resilience in urban children exposed to community violence. *Child Development*, 73, 1265-1282.

O'Dougherty-Wright, M., Masten, A.S., Northwood, A., & Hubbard, J.J. (1997). Long- term effects of massive trauma: Developmental and psychobiological perspectives. In D. Cicchetti & S.L. Toth (Eds.), *Rochester Symposium on Developmental Psychopathology: Vol. 8. Developmental perspectives on trauma* (pp.181-225). Rochester, NY: University of Rochester Press.

Olson, D.H. (2000). Circumplex Model of Family Systems. *Journal of Family Therapy*. 22, 2, 144-167.

Olson, D.H. & Wilson, M. (1982, 1989) Family Satisfaction. In Olson, D.H. and colleagues. *Families: What Makes Them Work*. Newbury Park, CA: Sage Publishing.

Orford J., (2001). Conceptualizing addiction: Addiction as excessive appetite. *Addiction* 96, 15–31.

Ostendorf, E (1990). *Sprache und Persi~nlichkeitsstruktur: Zur Validitit des Filnf-Faktoren-Modells der Persi~nlichkeit (Language and the structure of personality: On the validity of the five-factor model of personality)*. Regensburg, Germany: Roderer.

Özcan & Buzlu, (2007). Internet Use and Its Relation with the Psychosocial Situation for a Sample of University Students. *CyberPsychology & Behavior*, 10(6): 767-772.

Pace, S. (2004). A grounded theory of the flow experiences of Web users. *International Journal of Human– Computer Studies*, 327–363.

Pallanti, S., Bernardi, S., & Quercioli, L. (2006). The shorter PROMIS questionnaire and the Internet addiction scale in the assessment of multiple addictions in a high-school population: Prevalence and related disability. *Cns Spectrums*, 11(12), 966–974.

- Papagiannidis, Bourlakis & Li, (2008). Making real money in virtual worlds: MMORPGs and emerging business opportunities, challenges and ethical implications in metaverses. *Technological Forecasting & Social Change* 75, 610–622
- Papastergiou, M., Solomonidou, C., (2005), ‘Gender issues in Internet access and favourite Internet activities among Greek high school pupils inside and outside school’, *Computers & Education*, 44, pp. 377-393.
- Παπαχριστόπουλος Ν. (2006). *Ψυχανάλυση και Κοινωνικά Συμπτώματα*. Εκδόσεις Βιβλιόραμα Αθήνα.
- Παρατηρητήριο για την Κοινωνία της Πληροφορίας (2009). Κτήθηκε την 03 Μαρτίου 2009: <http://stats.observatory.gr/pxweb2006/Database/eEurope/databasetree.asp>
- Park, Y.S., Song, H.J., (2002). The psychological characteristics of juveniles regarding internet addiction. *Web Health Research* 5, 1–15.
- Parks, M. R., & Floyd, R. (1996). Making friends in cyberspace. *Journal of Communication*, 46, 80–97.
- Peen J, Dekker J, Schoevers RA, Have MT, de Graaf R, Beekman AT (2007). Is the prevalence of psychiatric disorders associated with urbanization? *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 42:984-9.
- Pew Internet & American Life Project (2002). The Internet goes to college: *How students are living in the future with today’s technology*.
<http://www.pewinternet.org/pdfs/PIP_College_Report.pdf>.
- Plomin, R. & Daniels, D. (1987). Why are children in the same family so different from one another? *Behavioral and Brain Sciences*, 10, 1-16.

Potenza (2009). Non-substance and substance addictions. *Addiction* 104 (6). 1016-7.

Stephenson, Maggi, Lefever, & Morojele, (1995). Excessive behaviours: An archival study of behavioural tendencies reported by 471 patients admitted to an addiction treatment centre. *Addiction Research*, 3(3), 245–265.

Potenza, Marc N. (2006) Obsessive Compulsive Spectrum Disorders Conference APA(June,2006).<http://www.psych.org/MainMenu/Research/DSMIV/DSMV/DSMRevisionActivities/ConferenceSummaries/ObsessiveCompulsiveSpectrumDisordersConference.aspx>.

Pratarelli, M. E., & Browne, B. L. (2002). Confirmatory factor analysis of internet use and addiction. *Cyberpsychology and Behavior*, 5(1), 53–64.

Preece, J. (2000). Online communities: Designing usability, supporting sociability. Chichester: Wiley.

Prilleltensky, I., Nelson, G. and Peirson, L. (2001). The role of power and control in children's lives: an ecological analysis of pathways toward wellness, resilience and problems. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 11, 143–58.

Raylu N, Oei TP (2002). Pathological gambling. A comprehensive review. *Clin Psychol Rev*, 22, 1009–61.

Reeves, B., & Nass, C. (1996). *The media equation: How people treat computers, television, and new media like real people and places*. New York: Cambridge University Press.

Reijneveld S., Veenstra R., De Winter F., Verhulst F., Ormel J., De Meer G. (2010). Area Deprivation Affects Behavioral Problems of Young Adolescents in Mixed

Urban and Rural Areas: The TRAILS Study. *Journal of Adolescent Health* 46 (2) 2010, 189-196

Reiss, D., Plomin, R. & Hetherington, E. M. (1991). Genetics and psychiatry: an unheralded window on the environment. *American Journal of Psychiatry*, 148, 283-291.

Resnick, M. D., Bearman, P. S., Blum, R. W., Bauman, K. E., Harris, K. M., Jones, J., et al. (1997). Protecting adolescents from harm. Findings from the National Longitudinal Study on Adolescent Health. *Journal of the American Medical Association*, 278, 823–832.

Restart (2009). Internet Addiction Recovery Program

<http://www.netaddictionrecovery.com/> retrieved on 5th of February 2010

Rice, F., Harold, G.T., Shelton, K.H., & Thapar, A. (2006). Family conflict interacts with genetic liability in predicting childhood and adolescent depression. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 45, 841-848.

Rice, M. (2005). Online addiction. *Beijing Review*, 48(46), 32–33.

Rice, F., Harold, G.T., & Thapar, A. (2005). The link between depression in mothers and offspring: An extended twin analysis. *Behavior Genetics*, 35, 565-577.

Rice, F., Harold, G.T., & Thapar, A. (2002). Assessing the effects of age, sex and shared environment on the genetic aetiology of depression in childhood and adolescence. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 43, 1039-1051.

Richardson, G.E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 307–321.

Richters, J. & Weintraub, S. (1990). Beyond diathesis: toward an understanding of high-risk environments. In J. Rolf, A. S. Masten, D. Cicchetti, K. H. Nuechterlein & S. Weintraub (Eds), *Risk and protective factors in the development of psychopathology* (pp. 67-96). New York: Cambridge University Press.

Richters, J.E., & Martinez, P.E. (1993). Violent communities, family choices and children's chances: An algorithm for improving the odds. *Development and Psychopathology*, 5, 609-627.

Ridings, C. M., & Gefen, D. (2004). Virtual community attraction: Why people hang out online. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 10(1).

Riding, R.J., 1998. Cognitive Styles Analysis—*Research Applications*. *Learning and Training Technology*, Birmingham, UK.

Riva, G., Davide, F., & IJsselsteijn, W. A. (2003). *Being there: Concepts, effects and measurements of user presence in synthetic environments*. Washington, DC: IOS Press.

Roberts, L. D., Smith, L. M., & Pollock, C. M. (2002). MOOing till the cows come home: The sense of community in virtual environments. In C. C. Sonn (Ed.). *Psychological sense of community: Research, applications, implications*. New York: Kluwer Academic/Plenum.

Rodkin P., Farmer T., Pearl R., Van Acker R. (2006). They're Cool: Social Status and Peer Group Supports for Aggressive Boys and Girls. *Social Development* 15, (2): 175–204

Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York: Basic Books.

- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rosenthal, S., Feiring, C. and Taska, L. (2003). Emotional support and adjustment over a year's time following sexual abuse discovery. *Child Abuse & Neglect*, 27, 641–61.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1–28.
- Rüsch, N., Corrigan, P. W., Wassel, A., Michaels P., Larson, J. E., Manfred Olschewski, M., Wilkniss, S. & Batia, K. (2009). Self-stigma, group identification, perceived legitimacy of discrimination and mental health service use. *BJP* 195:551-552; doi:10.1192/bjp.bp.109.067157
- Rutter, M. (1989). Age as an ambiguous variable in developmental research: Some epidemiological considerations from developmental psychopathology. *International Journal of Behavioral Development*, 12, 1–34.
- Rutter, M. (1992). Adolescence as a transition period: Continuities and discontinuities in conduct disorder. *Journal of Adolescent Health*, 13, 451–460.
- Rutter, M. (2003). Genetic influences on risk and protection: Implications for understanding resilience. In S.S. Luthar (Ed.) *Resilience and Vulnerabilities: Adaptation in the Context of Childhood Adversities* (pp.489-509). New York: Cambridge University Press.
- Rutter, M., & Taylor, E.A. (Eds.) (2002). *Child and Adolescent Psychiatry* (4th ed.) pp. 264. Blackwell Science Ltd.

- Rutter, M. (2000). Resilience reconsidered: Conceptual considerations, empirical findings and policy implications. In J. P. Shonkoff & S.J. Meisels (Eds.), *Handbook of early intervention* (2nd ed., pp. 651-681). New York: Cambridge University Press.
- Rutter, M. (1999). Resilience concepts and findings: implications for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 21, 119–60.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*, 147, 598-611.
- Rutter, M., & Quinton, D. (1984). Long-term follow-up of women institutionalized in childhood: Factors promoting good adjustment in adult life. *British Journal of Developmental Psychology*, 2, 191-204.
- Rutter, M. (1979). Protective factors in children's responses to stress and disadvantage. In M.W. Kent & J.E. Rolf (Eds.), *Primary prevention in psychopathology: Social competence in children* (vol. 8, pp. 49-74). Hanover, NH: University Press of New England.
- Rutter, M., & Sroufe, L. A. (2000). Developmental psychopathology: Concepts and challenges. *Development and Psychopathology*, 12, 265–296.
- Sadowski, W., & Stanney, K. M. (2002). Presence in virtual environments. In K. M. Stanney (Ed.), *Handbook of virtual environments – Design, implementation, and applications* (pp. 791–806). Mahwah: Erlbaum.
- Salovey, P. Mayer, J. D. Caruso, D., & Lopes, P. N. (2003). Measuring emotional intelligence as a set of abilities with the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test. In S.J. Lopez, C.R. Snyder (Eds.). *Positive psychological*

assessment: A handbook of models and measures. (pp. 251-265). Washington, DC: American Psychological Association.

Sameroff, A.J., Gutman, L.M., & Peck, S.C. (2003). Adaptation among youth facing multiple risks: prospective research findings. In S. S. Luthar (Ed.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp. 318-342). New York: Cambridge.

Sameroff, A., Seifer, R., Baldwin, A., & Baldwin, C. (1993). Stability of intelligence from preschool to adolescence: The influence of social and family risk factors. *Child Development, 64*, 80-97.

Sameroff, A., Seifer, R., Barocas, R., Zax, M., & Greenspan, S. (1987). Intelligence quotient scores of 4-year-old children: Social environmental risk factors. *Pediatrics, 79*, 343-350.

Samet, R. Waxman, M. Hatzenbuehler and D.S. Hasin, (2007). Assessing addiction: Concepts and instruments NIDA. *Science and Practice Perspectives 4*, pp. 19–31.

Sampson, R. J. (2001). How do communities undergird or undermine human development? Relevant contexts and social mechanisms. In A. Booth & A. C. Crouter (Eds.), *Does it Take a Village? Community Effects on Children, Adolescents, and Families* (pp. 3-30). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Sampson, R. J., Raudenbush, S. W., & Earls, F. (1997). Neighborhoods and violent crime: A multilevel study of collective efficacy. *Science, 277*, 918-924.

Sandler, I. N., Wolchik, S., Davis, C., Haine, R., & Ayers, T. (2003). Correlational and experimental study of resilience for children of divorce and parentally bereaved

children. In S. S. Luthar (Ed.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp. 213-240). New York: Cambridge.

Sarason, S. B. (1986). Commentary: The emergence of a conceptual center. *Journal of Community Psychology*, 14, 405–407.

Sas, C., O'Hare, G.M.P., Reilly, R., 2004. Presence and task performance: an approach in the light of cognitive style. *Cognition, Technology and Work* 6, 53–56.

Sas, C., O'Hare, G.M.P., 2003. Impact of cognitive style upon sense of presence. In: *Proceedings of the 10th International Conference on Human Computer Interaction, HCII 2003*. 22–27 August 2003, Crete, Greece, Erlbaum, London, pp. 696–700.

Scaramella, L. V., and Conger, R. D. (2003). Intergenerational continuity of hostile parenting and its consequences: The moderating influence of children's negative emotional reactivity. *Social Developments*, 12 (3): 420–438.

Scaramella, L. V., Conger, R. D., Spoth, R., and Simons, R. L. (2002). Evaluation of a social-contextual model of delinquency: A cross-study replication. *Child Development* 73(1): 175–195

Scealy, M., Phillips, J., & Stevenson, R. (2002). Shyness and anxiety as predictors of patterns of internet usage. *Cyber Psychology and Behavior*, 5(6), 507–515.

Scherer, K., & Bost, J. (1997). Internet use patterns: is there Internet dependency on campus? Paper presented at the 105th Annual Convention of the American Psychological Association, Chicago, IL.

Schoon, I. (2006)(Ed.), *Risk and resilience: Adaptations in changing times* (pp.12). Cambridge.

Schoon, I., & Parsons, S. (2002b). Competence in the face of adversity: The influence of early family environment and long-term consequences. *Children and Society*, 16, 260–272.

Schubert, T., Friedmann, F., Regenbrecht, H., 2001. The experience of presence: factor analytic insights. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments* 10, 266–281.

Schuemie, M.J., Abel, B., van der Mast, C.A.P.G., Krijn, M., Emmelkamp, P.M.G., 2005. The effect of locomotion technique on presence, fear and usability in a virtual environment. In: *Proceedings of Euromedia 2005 Conference, Toulouse, France*, pp. 129–135.

Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy Scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs* (pp. 35–37). Windsor, England: NFER-NELSON.

Schweder, R. A., & Bourne, E. J. (1991). Does the concept of person vary cross-culturally? In R. A. Schweder (Ed.), *Thinking through cultures: Expeditions in cultural psychology* (pp. 113–155). Cambridge, MA: Harvard University Press.

Segrin, C. (2000). Social skills deficits associated with depression. *Clinical Psychology Review*, 20, (3): 379–403

Sene'cal, C., Lavoie, K., & Koestner, R. (1997). Trait and situational factors in procrastination: An interactional model. *Journal of Social Behavior and Personality*, 12, 889–903.

- Sheridan, T. B. (1992). Musings on telepresence and virtual presence. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments*, 1(1), 120–126.
- Seiden (2001). On the online bin packing problem. *Journal of the ACM* 49 (5): 640 - 671
- Seidman, E., & Pedersen, S. (2003) Holistic, contextual perspectives on risk, protection, and competence among low-income urban adolescents. In S. S. Luthar (Ed.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp. 318-342). New York: Cambridge.
- Shaffer HJ, Hall MN, Vander BJ. (2000) “Computer addiction”: a critical consideration. *Am J Orthopsychiatry* 8;70(2):162.
- Shapira, N., Lessig, M., Goldsmith, T., Szabo, S., Lazoritz, M., Gold, M. et al. (2003). Problematic Internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17(4), 207–216.
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E., Jr., Khosla, U. M., & McElroy, S. L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of Affective Disorders*, 57(1–3), 267–272.
- Shapiro, D.L. and Levendosky, A.A. (1999). Adolescent survivors of childhood sexual abuse: the mediating role of attachment style and coping in psychological and interpersonal functioning. *Child Abuse & Neglect*, 23, 1175–91.
- Sharafi, P., Hedman, L., & Montgomery, H. (2006). Using information technology: Engagement modes, flow experience, and personality orientations. *Computers in Human Behavior*, 22, 899–916.

Shaw M. & Black D., (2008). Internet Addiction: Definition, Assessment, Epidemiology and Clinical Management. *CNS Drugs, Volume 22*. Number 5, pp. 353-365.

Shaw, L., & Gant, L. M. (2002). In defense of the internet: The relationship between internet communication and depression, loneliness, self-esteem, and perceived social support. *Cyber Psychology and Behavior, 5*(2), 157–171.

Sheridan, T. B. (1992). Musings on telepresence and virtual presence. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments, 1*(1), 120–126.

Sherry, J. L. (2004). Flow and media enjoyment. *Communication Theory, 14*(4), 328–347.

Shirk, S., & Russell, R. (1996). *Change processes in child psychotherapy*. New York: Guilford Press.

Simkova, B., & Cincera, J. (2004). Internet addiction disorder and chatting in the Czech Republic. *CyberPsychology and Behavior, 7* (5), 536–539.

Sinclair, V.G. and Wallston, K.A. (2004). The development and psychometric evaluation of the Brief Resilient Coping Scale. *Assessment, 11*, 94-101.

Σιώμος Κ. & Αγγελόπουλος Δ. (2008). Η διαταραχή του εθισμού στο διαδίκτυο. *Ψυχιατρική 19*.

Siomos E. K., Dafouli D. E., Braimiotis A. D., Mouzas D. O., Angelopoulos V. N. (2008). Internet Addiction among Greek Adolescent Students. *CyberPsychology & Behavior 11*(6): 653-657.

Skowron A., Wester R. S. & Azen R. (2004). Differentiation of Self Mediates College Stress and Adjustment. *Journal of Counseling & Development Issue 82*, (1) : 69 - 78

Skowron A. E. & Friedlander L. M. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and Initial Validation. *Journal of Counseling Psychology 45* (3), 235-246

Slater, M., & Wilbur, S. (1997). A framework for immersive virtual environments (FIVE): Speculations on the role of presence in virtual environments. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments, 6*, 603–616.

Slater, M., Usoh, M., Crysanthou, Y. (1995). *The influence of dynamic shadows on presence in immersive virtual environments*. In M. Goebel (Ed.), *Virtual environments '95* (pp. 8–21). Springer Computer Science.

Slater, M., & Usoh, M. (1994). Body centered interaction in immersive virtual environments. In N. Thalmann & D. Thalmann (Eds.), *Artificial life and virtual reality* (pp. 125–148). New York: John Wiley and Sons.

Slater, M., & Usoh, M. (1993). Representations systems, perceptual position, and presence in immersive virtual environments. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments, 2*(3), 221–233.

Smith-Jentsch, K.A., Campbell, G.E., Milanovich, D.M., Reynolds, A.M., 2001. Measuring teamwork mental models to support training needs assessment, development, and evaluation: two empirical studies. *Journal of Organizational Behavior 22*, 179–194.

- Smith, G. T., & McCarthy, D. M. (1995). Methodological considerations in the refinement of clinical assessment instruments. *Psychological Assessment, 7*(3), 300–308.
- Society of Information Observatory (2011). *Internet Use by Greeks. Annual report 2011*. Hellenic Government Athens.
- Soule, L., Shell, W., & Kleen, B. (2003). Exploring Internet addiction: Demographic characteristics and stereotypes of heavy internet users. *The Journal of Computer Information Systems, 44*(1), 64–73.
- Sroufe, L. A. (1979). The coherence of individual development: Early care, attachment, and subsequent developmental issues. *American Psychologist, 34*, 834–841.
- Sroufe, L. A. (1990). Considering normal and abnormal together: The essence of developmental psychopathology. *Development and Psychopathology, 2*, 335–347.
- Sroufe, L. A., & Rutter, M. (1984). The domain of developmental psychopathology. *Child Development, 55*, 17–29.
- Stanney, K.M., Salvendy, G., 1998. Aftereffects and sense of presence in virtual environments: formulation of a research and development agenda. *International Journal of Human–Computer Interaction 10*, 135–187.
- Stanton, J. M. (2002). Web addict or happy employee? Company profile of the frequent Internet user. *Communications of the ACM, 45*(1), 55–59.
- Stravynski, A., Marks, I., MD & Yule, W. (1982). Social Skills Problems in Neurotic Outpatients. *Arch Gen Psychiatry 39* (12):1378-1385.

- Stavropoulos, Avdelidou & Motti, (2011). *Internet addiction and face to face victimization as predictors of cyberbullying behavior in adolescence*. The 12th European Congress of Psychology. Istanbul 2011.
- Steel, P., Brothen, T., & Wambach, C. (2001). Procrastination and personality, performance, and mood. *Personality and Individual Differences*, 30, 95–106.
- Stephenson, Maggi, Lefever, & Morojele, (1995). Excessive behaviours: An archival study of behavioural tendencies reported by 471 patients admitted to an addiction treatment centre. *Addiction Research*, 3(3), 245–265.
- Sternberg, R. J., & Grigorenko, E. L. (2000). Practical intelligence and its development. In R. Bar-On, J.D.A.Parker (Eds.). *The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Steuer, J. (1992). Defining virtual reality: Dimensions determining telepresence. *Journal of Communication*, 42, 72–92.
- Stinson, D. A., Logel, C., Zanna, M. P., Holmes, J. G., Cameron, J. J., Wood, J. V., et al. (2008). The cost of lower self-esteem: Testing a self- and social-bonds model of health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94, 412–428.
- Stravynski, A., Marks, I., MD & Yule, W. (1982). Social Skills Problems in Neurotic Outpatients. *Arch Gen Psychiatry* 39 (12):1378-1385.
- Swets, J. A. & Pickett, R. M. (1982). *Evaluation of Diagnostic Systems: Methods from Signal Detection Theory*. Academic Press: New York

- Swets, J. A. (1979). ROC analysis applied to the evaluation of medical imaging techniques. *Investigative Radiology* 14, 109-121.
- Swets, J. A. (1964). *Signal Detection and Recognition by Human Observers*. John Wiley and Sons: New York.
- Schwartz, D., Dodge, K.A., Pettit, G.S., & Bates, J. E. (2000). Friendship as a moderating factor in the pathway between early harsh home environment and later victimization in the peer group. *Developmental Psychology*, 36, 646-662.
- Σταυρόπουλος Β. (2010). Κρίσιμες Διαστάσεις της σχέσης παίκτη και «avatar» σε μαζικά διαδικτυακά παιχνίδια ρόλων (MMORPGs). *Τετράδια Ψυχιατρικής Τ.Σ.* 108.
- Σταυρόπουλος Β. (2010). Κρίσιμες Διαστάσεις της καταχρηστικής σχέσης χρηστών και διαδικτύου. Διερευνητική Ανάλυση Παραγόντων του IAT (Internet Addiction Test). *Τετράδια Ψυχιατρικής Τ.Σ.* 108.
- Σταυρόπουλος & Τσουκαλά (2009). Κρίσιμες διαστάσεις της σχέσης μεταξύ ουσιοεξάρτησης και κατάχρησης διαδικτύου. *1^ο Πανελλήνιο Διεπιστημονικό Συνέδριο. «Έρευνα, Πρόληψη και Αντιμετώπιση των Κινδύνων στη Χρήση Διαδικτύου»*. Λάρισα 26-11-2009.
- Σταυρόπουλος Β. & Μόττη Στεφανίδη Φ. (2009). «Προβληματική Χρήση του Διαδικτύου: Μία Νέα Μορφή Εξάρτησης; Παράμετροι Υψηλού Κινδύνου.» *Τετράδια Ψυχιατρικής Τ.Σ.* 103, σελ. 116-130.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72, 271–324.

- Tamborini, R. (2000). The experience of telepresence in violent games. In *Paper presented at the annual conference of the National Communication Assosiation*, Seattle, WA.
- Tamborini, R., & Skalski, P. (2006). The role of presence in the experience of electronic games. In P. Vorderer & J. Bryant (Eds.), *Playing computer games: Motives, responses, and consequences* (pp. 225–240). Mahwah: Erlbaum.
- Teo, H. H., Oh, L. B., Liu, C., & Wei, K. K. (2003). An empirical study of the effects of interactivity on web user attitude. *International Journal of Human–Computer Studies*, 58(2), 281–305.
- Thatcher A, Wretschko G & Fridjhon P (2008). Online flow experiences, problematic Internet use and Internet procrastination. *Computers in Human Behavior* 24 (2008) 2236–2254.
- Thatcher, A., & Goolam, S. (2005). Defining the South African Internet “Addict”: Prevalence and biographical profiling of problematic Internet users in South Africa. *South African Journal of Psychology*, 35(4), 766–792.
- Thomas, V. & Olson, D.H. (1993). Problem families and the Circumplex Model: observational assessment using the Clinical Rating Scale (CRS). *Journal of Marital & Family Therapy*, 19, 159-175.
- Thomas, V. & Lewis, R.A. (1999). Observational couple assessment: a cross-model comparison. *Journal of Family Therapy*, 21, 78-95.
- Thomas, V. & Olson, D.H. (1994). Circumplex Model: curvilinearity using the Clinical Rating Scale and FACES III. *The Family Journal*, 2, 36-44.

- Thomas, V. & Olson, D.H. (1993). Problem families and the Circumplex Model: observational assessment using the Clinical Rating Scale (CRS). *Journal of Marital & Family Therapy*, 19, 159-175.
- Thorson, C., Goldiez, B., Le, H., 2008. Constructing the Tendency toward Presence Inventory. *Int. J. Human – Computer Studies* 67, 62-78.
- Tiesel, J. Watson, (1994). Capturing family dynamics: The reliability and validity of FACES IV. Doctoral dissertation, University of Minnesota. *Dissertation Abstracts International*, 55, 3006.
- Tiet, Q.Q., Bird, H.R., Davies, M. Hoven, C., Cohen, P., Jensen, P.S. & Goodman, S. (1998). Adverse life events and resilience. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 37, 1191-1200.
- Tomer, J. F. (2001). Addictions are not rational: A socio-economic model of addictive behavior. *Journal of Socio-Economics*, 30(3), 243–261.
- Toth, S. L., & Cicchetti, D. (1999). Developmental psychopathology and child psychotherapy. In S. Russ & T. Ollendick (Eds.), *Handbook of psychotherapies with children and families* (pp. 15–44). New York: Plenum Press.
- Treuer, T., Fabian, Z., & Furedi, J. (2001). Internet addiction associated with features of impulse control disorder: is it a real psychiatric disorder? *Journal of Affective Disorders*, 66(2-3), 283.
- Trevino, L.K., Webster, J., 1992. Flow in computer-mediated communication. *Communication Research* 19, 539–573.

- Trevino, L.K., Webster, J., 1992. Flow in computer-mediated communication: electronic mail and voice mail evaluation and impacts. *Communication Research* 19 (5), 539–573.
- Triandis H. (1996). The psychological measurement of cultural syndromes. *American Psychologist* 51 (4).
- Triandis et al (1986). The Measurement of the Etic Aspects of Individualism and Collectivism Across Cultures. *Australian Journal of Psychology* 38
- Tsagarakis M., Kafetsios K. & Stalikas A. (2007). Reliability and Validity of the Greek Version of the Revised Experiences in Close Relationships Measure of Adult Attachment. *European Journal of Psychological Assessment* 23(1):47–55.
- Tsai, C. C., & Lin, S. S. (2001). Analysis of attitudes toward computer networks and Internet addiction of Taiwanese adolescents. *Cyberpsychology and Behavior*, 4(3), 373–376.
- Tsai, C. C., & Lin, S. S. (2003). Internet addiction of adolescents in Taiwan: an interview study. *Cyberpsychology and Behavior*, 6(6), 649–652.
- Tsitsika et al. (2009). Internet use and misuse: a multivariate regression analysis of the predictive factors of internet use among Greek adolescents. *EUROPEAN JOURNAL OF PEDIATRICS* 168, Number 6, 655-665.
- Turkle, S. (1995). *Life on the screen: identity in the age of the Internet*. New York: Simon & Schuster.
- Tyler, K. A., Hoyt, D. R., Whitbeck, L. B., & Cauce, A. M. (2001). The impact of childhood sexual abuse on later sexual victimization among runaway youth. *Journal of Research on Adolescence*, 11, 151-176.

- Ungar, M. (2006). Nurturing hidden resilience in at-risk youth across cultures. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 15*(2), 55-58.
- Vaillant, G. E. (2000) Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American Psychologist, 55*, 89-98.
- Valkenburg & Peter, (2007). Online Communication and Adolescent Well-Being: Testing the Stimulation Versus the Displacement Hypothesis. *Journal of Computer-Mediated Communication. Volume 12*, Issue 4, pages 1169–1182.
- Van Dam, A., Forsberg, A. S., Laidlaw, D. H., LaViola, J. J., & Simpson, R. M. (2000). Immersive VR for scientific visualization: A progress report. *IEEE Computer Graphics and Applications, 20*, 26–52.
- Vanderbilt-Adriance E., & Shaw, D.S. (2008) Conceptualizing and re-evaluating resilience across levels of risk, time and domains of competence. *Clinical Child and Family Psychology Review, 11*, 30-58.
- Von Bertalanffy, L. (1968). *General system theory*. New York: Braziller.
- Vorderer, P., Hartmann, T., & Klimmt, C. (2006). Explaining the enjoyment of playing video games: The role of competition. In D. Marinelli (Ed.), *ICEC conference proceedings 2003: Essays on the future of interactive entertainment* (pp. 107–120). Pittsburgh: Carnegie Mellon University Press.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement, 1*, 165-178.

Walker, L. (2006). New trends in online traffic. Washington post staff writer tuesday, Apri4;PageD01.<<http://www.washingtonpost.com/wpdyn/content/article/2006/04/03/AR2006040301692.html>>.

Waller, M.A. (2001). *Resilience in Ecosystemic Context: Evolution of the Concept. American Journal of Orthopsychiatry, 71(3), 290-297.*

Walsh, F. (1998) *Strengthening family resilience*. New York: Guilford Press.

Wan, C. S., & Chiou, W. B. (2006). Psychological motives and online games addiction: A test of flow theory and humanistic needs theory for Taiwanese adolescents. *CyberPsychology & Behavior, 9, 317–324.*

Wan, C., & Chiou, W. (2006a). Why are adolescents addicted to online games: An integrative study in Taiwan. *Cyber Psychology and Behavior, 9(6), 762–766.*

Waters, E. & Sroufe, L.A. (1983) Social competence as a developmental construct. *Developmental Review, 3, 79-97.*

Waterston, T., Alperstein, G. and Brown, S.S. (2004). Social capital: a key factor in child health inequalities. *Archives of Disease in Childhood, 89, 456–9.*

Watson, D., 2000. *Mood and temperament*. The Guilford Press, New York

Webster, J., Ho, H., 1997. Audience engagement in multimedia presentations. *The DATA BASE for Advances in Information Systems 28 (2), 63–77.*

Webster, J., Trevino, L. K., & Ryan, L. (1993). The dimensionality and correlates of flow in human–computer interactions. *Computers in Human Behavior, 9, 411–429.*

Webster, J., Martocchio, J.J., 1992. Microcomputer playfulness: development of a measure with workplace implications. *MIS Quarterly 16 (2), 201–226.*

Weibel D., Wissmath B., Habegger S, Steiner Y., Groner R. (2008). Playing online games against computer- vs. human-controlled opponents: Effects on presence, flow, and enjoyment. *Computers in Human Behavior* 24 (2008) 2274–2291.

Weinert, F. E., & Schneider, W. (Eds.). (1999). *Individual development from 3 to 12: Findings from the Munich Longitudinal Study*. Cambridge, UK: Cambridge Univ. Press.

Weinstein, M. C. & Fineberg, H. V. (1980). *Clinical Decision Analysis*. W. B. Saunders: Philadelphia.

Wei M., Vogel D. L., Ku T. & Zakalik R. A. (2005). Adult Attachment, Affect Regulation, Negative Mood and Interpersonal Problems: The Mediating Roles of Emotional Reactivity and Emotional Cutoff. *Journal of Counseling Psychology* 52, (1): 14 –24

Wells, R.D., & Schwebel, A.I. (1987) Chronically ill children and their mothers: Predictors of resilience and vulnerability to hospitalization and surgical stress. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 18, 83-89.

Werner, E.E., & Smith, R.S. (Eds.). (1992) *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Ithaca, NY: Cornell University Press.

Werner, E. E. (1989). Children of the garden island. *Scientific American*, April, 106-111.

- Werner, E.E. (1989). "High-Risk Children in Young Adulthood: A Longitudinal Study from Birth To 32 Years". *American Journal of Orthopsychiatry*, 59: 72-81
- Werner, E., & Smith, R. (1982) *Vulnerable but invincible: A study of resilient children*. New York: McGraw-Hill.
- Whang, L. S., Lee, S., & Chang, G. (2003). Internet over-users_ psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction. *Cyberpsychology and Behavior*, 6(2), 143–150.
- Whiteside-Mansell, L., & Corwyn, R. F. (2003). Mean and covariance structures analyses: An examination of the Rosenberg Self-Esteem Scale among adolescents and adults. *Educational and Psychological Measurement*, 63, 163-173.
- Wickramaratne, P. J., & Weissman, M. M. (1998). Onset of psychopathology in offspring by developmental phase and parental depression. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 37, 933-942.
- Widyanto, L., Chang, M.K. & Law S. P. M. (2008). *Factor structure for Young's Internet Addiction Test: An explanatory study*.
- Widyanto, L., & Griffiths, M. (2006). Internet addiction: A critical review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4(1), 31–51.
- Widyanto, L., & McMurrin, M. (2004). The psychometric properties of the Internet Addiction Test. *Cyberpsychology and Behavior*, 7(4), 443–450.
- Wiley, N. (2000). Movies and the mind: A pragmatist approach. *Interdisciplinary Journal for Germanic Linguistics and Semiotic Analysis* 5(1), 93–126.

- Williams, D., & Skoric, M. (2005). Internet fantasy violence: A test of aggression in an online game. *Communication Monographs*, 72(2), 217–233.
- Wilson, W.J. (2003). Race, class and urban poverty: A rejoinder. *Ethnic and Racial Studies*, 26, 1096-1114.
- Wilson, S. M., & Peterson, L. C. (2002). The anthropology of online communities. *Annual Review of Anthropology*, 31(1), 449–467.
- Windle, M. (1999). “Critical Conceptual and Measurement Issues in the Study of Resilience” in *Resilience and Development: Positive Life Adaptations* edited by M.D. Glantz and J.L. Johnson. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Witmer, B. G., & Singer, M. J. (1998). Measuring presence in virtual environments: A presence questionnaire. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments*, 7, 225–240.
- Witmer, B. G., & Singer, M. J. (1994). *Measuring immersion in virtual environments*. (ARI Technical Report 1014). Alexandria, VA: U. S. Army Research Institute for the Behavioral and Social Sciences.
- Wohlwill, J. (1973). *The study of behavioral development*. New York: Academic Press.
- Wolin, S.J., & Wolin, S. (1993). *The resilient self*. New York: Villard.
- Wolfendale, J. (2006). *My Avatar, my self: virtual harm and attachment*. In: Polčák, R., Škop, M., Šmahel, D. (Eds.): *Cyberspace 2005* (pp. 305-310). Brno: Masaryk University.
- Woodcock, B. (2004). An analysis of MMOG subscription growth. Retrieved May 25, 2004 from http://pwl.netcom.com/_sirbruce/Subscriptions.html.

Woszczyński, A.B., Roth, P.L., Segars, A.H., 2002. Exploring the theoretical foundations of playfulness in computer interactions. *Computers in Human Behavior* 18 (4), 369–388.

Wright, M. O. D., & Masten, A. S. (2005). Resilience processes in development: Fostering positive adaptation in the context of adversity. In S. Goldstein & R. Brooks (Eds.), *Handbook of Resilience in Children* (pp. 17-37). New York: Kluwer Academic/Plenum.

Wylie, R. (1974). *The self-concept* (Vol. 1). Lincoln: University of Nebraska Press.

Χρόνη Δ. & Σταυρόπουλος Β. (2010). Πρόταση για τη δημιουργία ενός Εθνικού Φορέα Καταγραφής της «Εξάρτησης από το Διαδίκτυο» στην Ελλάδα. *Τετράδια Ψυχιατρικής Τ.Σ.* 108.

Yang Shu Ching & Tung Chieh-Ju (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior* 23, 79–96.

Yang, C. K., Choe, B. M., Baity, M., Lee, J. H., & Cho, J. S. (2005). SCL-90-R and 16PF profiles of senior high school students with excessive Internet use. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 50(7), 407–414.

Yang, C. K. (2001). Sociopsychiatric characteristics of adolescents who use computers to excess. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 104(3), 217–222.

Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *Cyber Psychology and Behavior*, 9(6), 772–774.

Yellowlees, P. M., & Marks, S. (2007). Problematic Internet use or Internet addiction? *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1447–1453.

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

Yoo, Cho, Ha, Kim, Hwang, Chung, et al. (2004).

Young, K. S., & Case, C. J. (2004). Internet abuse in the workplace: new trends in risk management. *Cyberpsychology and Behavior*, 7(1), 105–111.

Young, K. S., & Rogers, R. C. (1998). The relationship between depression and Internet addiction. *Cyberpsychology and Behavior*, 1, 25–28.

Young, K. S. (1998). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1(3), 237–244.

Young, K. (1997). What makes the Internet addictive: Potential explanations for pathological Internet use. University of Pittsburgh at Bradford. In: *Paper presented at the 105th annual conference of the American Psychological Association, August 15, Chicago, IL*.

Young, K. S. (1996b). Internet addiction survey [Online]. Available: http://www.pitt.edu/_ksy/survey.htm. Retrieved on 10 of February 2012

Youngblut, C., Perrin, B.M., 2002. Investigating the relationship between presence and performance in virtual environments. In: *Paper presented at IMAGE 2002 Conference*, Scottsdale, AZ.

Zahoric, P., & Jenison, R. L. (1998). Presence as being-in -the- world. *Presence: Teleoperators and Virtual Environments*, 7(1), 78–89.

Ziqiang W., Yuanzhou L., Manqing C., Zhe Z. & Xiang Y. (2011). "Future Applications of Virtual Reality Technology Outlook," *International Conference of Information Technology, Computer Engineering and Management Sciences*, China.

Zhou, Q., Valiente, C., & Eisenberg, N. (2003). Empathy and its measurement. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. (pp. 269-284). Washington, DC: American Psychological Association.

Zucker, R. A., Wong, M.W., Puttler, L. I., & Fitzgerald, H. E. (2003). Resilience and vulnerability among sons of alcoholics: Relationship to developmental outcomes between early childhood and adolescence. In S. S. Luthar (Ed.), *Resilience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities* (pp. 76-103). New York: Cambridge.

Ζωχός Γ. (2008). από: <http://www.corfuland.gr/el/games/gaming-news/gaming-kai-hlektronikos-athlitisimos.html>. Λήφθηκε την 20/05/2009.

Παράρτημα

Παρακαλώ συμπληρώστε ή βάλτε τις απαντήσεις στις ακόλουθες ερωτήσεις.

1. Φύλο: Αγόρι/ Άντρας Κορίτσι/Γυναίκα
1) 2)

2. Ηλικία:

3. Τάξη Φοίτησης:

A Λυκείου B Λυκείου
1) 2)

4. Πόσο καιρό χρησιμοποιείς το διαδίκτυο :

- Λιγότερο από ένα εξάμηνο 1)
- Από ένα εξάμηνο έως ένα χρόνο 2)
- Από ένα έως δύο χρόνια 3)
- Από δύο χρόνια έως πέντε χρόνια 4)
- Από πέντε έως δέκα χρόνια 5)
- Περισσότερο από δέκα χρόνια 6)

5. Η Εθνική σου καταγωγή είναι:

- Ελληνική 1)
- Αλβανική 2)
- Μικτή (Ελληνική και άλλη) 3)
- Άλλη, γράψε ποια 4)

6. Με ποιους μένεις μαζί :

- Με γονείς και αδέρφια 1)
- Με παππού, γιαγιά 2)
- Με γονείς, αδέρφια και παππούδες, γιαγιάδες ή θείους/ες, στο ίδιο σπίτι 4)
- Με άλλους, γράψε ποιους 5)

7. Έχει κάποιος, από τους ανθρώπους της οικογένειάς σου, δυσκολίες με χρήση ουσιών, αλκοόλ, τζόγο, διαδίκτυο ή φαγητό;

- 1) Ναι 2) Όχι

8. Αν «ναι», τότε ποιος ;

- Γονέας 1) Αδερφός/ή 2) Παππούς- Γιαγιά 3) Συγγενής δευτέρου βαθμού 4)

9. Αν «ναι» με τι δυσκολεύεται;

- Χρήση Ουσιών 1)
- Υπερβολική χρήση Αλκοόλ 2)
- Παίζει υπερβολικά Χαρτιά/Τζόγο 3)
- Τρώει υπερβολικά ή κάνει υπερβολική δίαιτα 4)
- Υπερβολική χρήση Διαδικτύου 5)

10. Έχεις δυσκολίες με τη χρήση ουσιών, το αλκοόλ, το τζόγο-τα χαρτιά ή το φαγητό:

- Ναι 1) Όχι 2)

11. Αν «ναι» με τι δυσκολεύεσαι;

- Χρήση Ουσιών 1)

- Υπερβολική χρήση Αλκοόλ 2)
 Παίζεις υπερβολικά Χαρτιά/Τζόγο 3)
 Τρώς υπερβολικά ή κάνεις υπερβολική διαίτα 4)

12. Ποιός είναι ο κυριότερος τρόπος που είσαι σε σύνδεση με το διαδίκτυο :

- Οικιακή Dial Up σύνδεση 1)
 Οικιακή ADSL σύνδεση 2)
 Ατομική MDSL σύνδεση 3)
 Net Café 4)
 Από σύνδεση τρίτου 5)
 Μέσω κινητού τηλεφώνου 6)

13. Τι χρησιμοποιείς/ Πού μπαίνεις κυρίως στο διαδίκτυο:

- Chatrooms 1)
 MMORPGs/ Διαδικτυακά παιχνίδια 2)
 Blogs, Social Network 3)
 Instant Messengers 4)
 Χρήση Ιστοσελίδων πορνογραφικού περιεχομένου 5)
 Κατέβασμα οπτικοακουστικού υλικού 6)
 Αναζήτηση πληροφοριών 7)
 Άλλο, γράψε ποιο ; 8)

14. Παίζεις διαδικτυακά παιχνίδια/ MMORPGs:

- Ναι Όχι
 1) 2)

15. Αν ναι, ποιο παιχνίδι παίζεις περισσότερο, ή προτιμάς:

- Everquest 1)
 Lineage 2)
 WOW 3)
 Second Life 4)
 CounterStrike 5)
 Diablo 6)
 Aion 7)
 Άλλο, γράψε ποιο 8)

16. Πόσο καιρό μπαίνεις (χρησιμοποιείς/ συμμετέχεις) στην πιο αγαπημένη σου διαδικτυακή εφαρμογή:

- Λιγότερο από ένα εξάμηνο 1)
 Από ένα εξάμηνο έως ένα χρόνο 2)
 Από ένα έως δύο χρόνια 3)
 Από δύο χρόνια έως πέντε χρόνια 4)
 Από πέντε έως δέκα χρόνια 5)
 Περισσότερο από δέκα χρόνια 6)

17. Πόσο καιρό μπαίνεις (χρησιμοποιείς/συμμετέχεις) στη δεύτερη πιο αγαπημένη σου διαδικτυακή εφαρμογή:

- Λιγότερο από ένα εξάμηνο 1)
 Από ένα εξάμηνο έως ένα χρόνο 2)
 Από ένα έως δύο χρόνια 3)
 Από δύο χρόνια έως πέντε χρόνια 4)
 Από πέντε έως δέκα χρόνια 5)
 Περισσότερο από δέκα χρόνια 6)

18. Πόσο χρόνο περνάς σε μία μέρα, στην πιο αγαπημένη σου διαδικτυακή εφαρμογή, κατά τη διάρκεια της εβδομάδας;

- Λιγότερο από μία ώρα(περίπου) 1)
Από μία ως δύο ώρες (περίπου) 2)
Περισσότερο από δύο ώρες (περίπου) 3)

19. Πόσο χρόνο περνάς σε μία μέρα στην πιο αγαπημένη σου διαδικτυακή εφαρμογή κατά τη διάρκεια του σαββατοκύριακου;

- Λιγότερο από μία ώρα(περίπου) 1)
Από μία ως δύο ώρες (περίπου) 2)
Περισσότερο από δύο ώρες (περίπου) 3)

20. Έχεις συναντηθεί ποτέ με κάποιον που δεν γνωρίζεις μέσω διαδικτύου;

- Ναι τον τελευταίο μήνα 1)
Ναι αλλά όχι τον τελευταίο μήνα 2)
Όχι 3)

21. Έχεις προσπαθήσει να είσαι λιγότερο στο διαδίκτυο;

- Ναι 1)
Όχι 2)

22. Αν «ναι» πόσες φορές:

23. Πότε προσπάθησες για τελευταία φορά να είσαι λιγότερο στο διαδίκτυο:

- Σήμερα 1)
Εχθές 2)
Μέσα σε αυτή την εβδομάδα, αλλά όχι σήμερα ή χτες 3)
Μέσα στον τελευταίο μήνα 4)
Μέσα στο τελευταίο εξάμηνο 5)
Μέσα στον τελευταίο χρόνο 6)
Άλλοτε, γράψε πότε 7)

24. Για πόσο κράτησε η μεγαλύτερη προσπάθειά σου να είσαι λιγότερο στο διαδίκτυο:

- Λιγότερο από μία μέρα 1)
Μία ολόκληρη μέρα 2)
Περισσότερο από μία μέρα, αλλά λιγότερο από μία εβδομάδα 3)
Περισσότερο από μία εβδομάδα, αλλά λιγότερο από ένα μήνα 4)
Ένα μήνα ακριβώς 5)
Περισσότερο από ένα μήνα, αλλά λιγότερο από ένα χρόνο 6)
Ένα χρόνο περίπου 7)
Περισσότερο από ένα χρόνο 8)

25. Έχεις αγόρι/κορίτσι;

- Ναι 1) Όχι 2)

26. Ο άνθρωπος που περνάς τον περισσότερο ελεύθερό σου χρόνο έξω από το διαδίκτυο είναι:

- Το αγόρι/ Το κορίτσι σου 1)
Ο/Η Κολλητός/ή σου 2)
Ο/Η αδερφός/ή σου 3)
ο Πατέρας/ η μητέρα σου 4)
Άλλος ποιος ;

27. Ο άνθρωπος που περνάς τον περισσότερο ελεύθερό σου χρόνο μπαίνει επίσης στην αγαπημένη σου διαδικτυακή εφαρμογή;

Ναι 1) Όχι 2)

28. Πόσο χρόνο περνάς με τον άνθρωπο που είσαι μαζί περισσότερο, όταν έχεις ελεύθερο χρόνο, κατά τη διάρκεια της εβδομάδας;

Λιγότερο από μία ώρα(περίπου) 1)

Από μία ως δύο ώρες (περίπου) 2)

Περισσότερο από δύο ώρες (περίπου) 3)

29. Πόσο χρόνο περνάς με τον άνθρωπο που είσαι μαζί περισσότερο, όταν έχεις ελεύθερο χρόνο, κατά τη διάρκεια του σαββατοκύριακου;

Λιγότερο από μία ώρα(περίπου) 1)

Από μία ως δύο ώρες (περίπου) 2)

Περισσότερο από δύο ώρες (περίπου) 3)

30. Έχει προσπαθήσει ποτέ κάποιος να σε απειλήσει, να σε εκφοβίσει ή να σου επιτεθεί λεκτικά μέσω διαδικτύου :

Ναι Όχι
1) 2)

31. Αν ναι, πού ήσαν στο διαδίκτυο την τελευταία φορά που σου συνέβει:

Chatrooms 1)

MMORPGs/ Διαδικτυακά παιχνίδια 2)

Blogs, Social Network 3)

Instant Messengers 4)

Χρήση Ιστοσελίδων πορνογραφικού περιεχομένου 5)

Κατέβασμα οπτικοακουστικού υλικού 6)

Αναζήτηση πληροφοριών 7)

Άλλο, γράψε ποιο ; 8)

32. Έχεις απειλήσει, εκφοβίσει ή επιτεθεί λεκτικά σε κάποιον μέσω διαδικτύου :

Ναι Όχι
1) 2)

33. Αν ναι, σε τι εφαρμογή βρισκόσουν την τελευταία φορά που το έκανες:

Chatrooms 1)

MMORPGs/ Διαδικτυακά παιχνίδια 2)

Blogs, Social Network 3)

Instant Messengers 4)

Χρήση Ιστοσελίδων πορνογραφικού περιεχομένου 5)

Κατέβασμα οπτικοακουστικού υλικού 6)

Αναζήτηση πληροφοριών 7)

Άλλο, γράψε ποιο ; 8)

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ

Παρακάτω υπάρχουν ζευγάρια αντίθετων επιθέτων ή φράσεων, τα οποία περιγράφουν τον χαρακτήρα και τη συμπεριφορά των ανθρώπων. Για κάθε ζευγάρι, βάλε σε κύκλο τον αριθμό που περιγράφει καλύτερα τον εαυτό σου με βάση το παρακάτω παράδειγμα:

1.	Εκδηλώνομαι εύκολα	1	2	3	4	5	Κλείνομαι στον εαυτό μου
----	--------------------	---	---	---	---	---	--------------------------

1 = Πάντα εκδηλώνομαι εύκολα, δεν κλείνομαι καθόλου στον εαυτό μου

2 = Τις περισσότερες φορές εκδηλώνομαι εύκολα, σπάνια κλείνομαι στον εαυτό μου

3 = Ούτε εκδηλώνομαι εύκολα ούτε κλείνομαι στον εαυτό μου

4 = Σπάνια εκδηλώνομαι εύκολα, τις περισσότερες φορές κλείνομαι στον εαυτό μου

5 = Δεν εκδηλώνομαι καθόλου εύκολα, πάντα κλείνομαι στον εαυτό μου

Να θυμάσαι ότι οι άνθρωποι δεν μοιάζουν όλοι μεταξύ τους, επομένως δεν υπάρχουν σωστές και λανθασμένες απαντήσεις. Βάλε σε κύκλο μόνο έναν αριθμό για κάθε ζευγάρι επιθέτων ή φράσεων!

1.	Είμαι εξωστρεφής	1	2	3	4	5	Είμαι εσωστρεφής
2.	Είμαι αδιάφορος για τις ανάγκες των άλλων	1	2	3	4	5	Είμαι συμπονετικός, ψυχοπονιάρης
3.	Είμαι αμελής	1	2	3	4	5	Είμαι επιμελής, ευσυνείδητος
4.	Είμαι ισορροπημένο άτομο	1	2	3	4	5	Έχω υπερένταση
5.	Μαθαίνω εύκολα καινούρια πράγματα	1	2	3	4	5	Δυσκολεύομαι να μάθω κάτι καινούριο
6.	Είμαι ήπιων τόνων, ήπιος χαρακτήρας	1	2	3	4	5	Έχω την τάση να μπλέκω σε καβγάδες
7.	Είμαι απόμακρος, αποτραβηγμένος	1	2	3	4	5	Μου αρέσει η επαφή με άλλους ανθρώπους
8.	Είμαι νευρικός τύπος	1	2	3	4	5	Διατηρώ την ψυχραιμία μου
9.	Είμαι ακριβής, λεπτολόγος	1	2	3	4	5	Κάνω τις δουλειές μου με προχειρότητα
10.	Είμαι αργόστροφος	1	2	3	4	5	Το μυαλό μου παίρνει γρήγορα στροφές
11.	Είμαι ήρεμος χαρακτήρας	1	2	3	4	5	Είμαι υπερευαίσθητος
12.	Έχω ζωηρή φαντασία	1	2	3	4	5	Μου αρέσει να κάνω απλά, γνωστά πράγματα
13.	Είμαι πρόχειρος στις επιλογές μου	1	2	3	4	5	Είμαι σχολαστικός στις επιλογές μου
14.	Είμαι ανοιχτός, ευθύς με τους άλλους	1	2	3	4	5	Είμαι επιφυλακτικός με τους άλλους
15.	Είμαι ξεροκέφαλος, ισχυρογνώμων	1	2	3	4	5	Είμαι υποχωρητικός
16.	Έχω σύνθετη, δημιουργική σκέψη	1	2	3	4	5	Η σκέψη μου είναι απλή
17.	Είμαι μοναχικός τύπος	1	2	3	4	5	Είμαι κοινωνικός
18.	Είμαι διαλλακτικός τύπος, συμφιλιώνομαι	1	2	3	4	5	Είμαι εκδικητικός με τους άλλους

19.	Είμαι τακτικός, οργανωμένος	1	2	3	4	5	Είμαι ακατάστατος
20.	Βρίσκομαι συνέχεια σε υπερένταση	1	2	3	4	5	Είμαι χαλαρός, άνετος τύπος
21.	Είμαι αυστηρός με τους άλλους	1	2	3	4	5	Είμαι επιεικής με τους άλλους
22.	Είμαι ομιλητικός, μιλάω πολύ	1	2	3	4	5	Είμαι λιγομίλητος
23.	Είμαι επιπόλαιος	1	2	3	4	5	Ψάχνω τα πράγματα σε βάθος
24.	Είμαι έξυπνος	1	2	3	4	5	Έχω περιορισμένη αντίληψη
25.	Είμαι σιωπηλός	1	2	3	4	5	Είμαι φλύαρος
26.	Οι γνώσεις μου είναι περιορισμένες	1	2	3	4	5	Έχω πολλές γνώσεις
27.	Είμαι ευγενικός	1	2	3	4	5	Έχω απότομους τρόπους
28.	Είμαι ενημερωμένος	1	2	3	4	5	Είμαι απληροφόρητος
29.	Είμαι απρόσεκτος	1	2	3	4	5	Είμαι προσεκτικός
30.	Έχω δυνατό χαρακτήρα	1	2	3	4	5	Πληγώνομαι εύκολα
31.	Είμαι χαρούμενος άνθρωπος, ζωντανός	1	2	3	4	5	Είμαι συγκρατημένος, σοβαρός
32.	Είμαι ανήσυχος τύπος	1	2	3	4	5	Είμαι ατάραχος, γαλήνιος
33.	Έχω λίγα ενδιαφέροντα	1	2	3	4	5	Έχω πολλά ενδιαφέροντα
34.	Θίγομαι εύκολα, είμαι ευέξαπτος	1	2	3	4	5	Είμαι καλόκαρδος, καλοπροαίρετος
35.	Ελέγχω τις αντιδράσεις μου	1	2	3	4	5	Είμαι αυθόρμητος
36.	Είμαι θερμός στις σχέσεις μου με τους άλλους	1	2	3	4	5	Είμαι ψυχρός στις σχέσεις μου με τους άλλους
37.	Νιώθω αδύναμος	1	2	3	4	5	Έχω αυτοπεποίθηση
38.	Είμαι σοβαρό, αξιόπιστο άτομο	1	2	3	4	5	Λειτουργώ απερίσκεπτα, βιαστικά
39.	Είμαι τεμπέλης, φυγόπονος	1	2	3	4	5	Είμαι εργατικός, φιλότιμος
40.	Είμαι ανασφαλής	1	2	3	4	5	Έχω εμπιστοσύνη στον εαυτό μου

Ερωτηματολόγιο Προβλημάτων και Ενοχλημάτων

Παρακάτω υπάρχει ένας κατάλογος από προβλήματα και ενοχλήματα που έχουν μερικές φορές οι άνθρωποι. Διάβασε προσεκτικά το καθένα. Έπειτα διάλεξε εκείνο τον αριθμό/χαρακτηρισμό, από :

0= καθόλου 1=Λίγο 2=Μέτρια 3=Πολύ 4=Πάρα πολύ

που περιγράφει καλύτερα το πόσο πολύ σε απασχόλησε ή σε ενόχλησε το πρόβλημα αυτό, τον τελευταίο μήνα που πέρασε, συμπεριλαμβανομένης και της σημερινής ημέρας. Βάλε τον αριθμό δεξιά του κάθε ενοχλήματος ή προβλήματος. Μην παραλείψεις κανένα και σημείωσε τον αριθμό σου καθαρά.

1	Πονοκέφαλοι	0 1 2 3 4
2	Νευρικότητα ή ταραχή μέσα σου	0 1 2 3 4
3	Επαναλαμβανόμενες δυσάρεστες σκέψεις που δεν φεύγουν από το μυαλό σου	0 1 2 3 4
4	Τάση για λιποθυμία ή ζάλη	0 1 2 3 4
5	Απώλεια του ενδιαφέροντος ή της ευχαρίστησης στο σέξ	0 1 2 3 4
6	Διάθεση να κρίνεις τους άλλους	0 1 2 3 4
7	Η ιδέα ότι κάποιος άλλος μπορεί να ελέγχει τις σκέψεις σου	0 1 2 3 4
8	Η αίσθηση ότι άλλοι φταίνε για τα περισσότερα από τα βάσανα σου	0 1 2 3 4
9	Δυσκολία να θυμάσαι	0 1 2 3 4
10	Δυσφορία για τσαπατσουλιά ή αμέλεια	0 1 2 3 4
11	Το να νοιώθεις εύκολα ενοχλημένος ή τσαντίλα	0 1 2 3 4
12	Πόνοι στην καρδιά ή στο στήθος	0 1 2 3 4
13	Το να νοιώθεις φόβο σε ανοιχτούς χώρους ή στο δρόμο	0 1 2 3 4
14	Το να νοιώθεις πιεσμένη ή επιβραδυμένη την ενεργητικότητά σου	0 1 2 3 4
15	Σκέψεις ότι η ζωή σου σε βαραίνει πολύ.	0 1 2 3 4
16	Το να ακούς φωνές, που οι άλλοι δεν τις ακούνε	0 1 2 3 4
17	Τρεμούλα	0 1 2 3 4
18	Το να νοιώθεις ότι τους περισσότερους ανθρώπους δεν μπορείς να τους εμπιστευτείς	0 1 2 3 4
19	Ανορεξία	0 1 2 3 4
20	Εύκολο Κλάμα	0 1 2 3 4
21	Το να νοιώθεις ντροπαλός ή όχι αμήχανος με το άλλο φύλο	0 1 2 3 4
22	Το να νοιώθεις παγιδευμένος σε αδιέξοδο	0 1 2 3 4
23	Ξαφνικός φόβος χωρίς λόγο	0 1 2 3 4
24	Εκρήξεις θυμού που δεν μπορείς να ελέγξεις	0 1 2 3 4
25	Το να φοβάσαι να βγεις από το σπίτι μόνος σου	0 1 2 3 4
26	Το να κατηγορείς τον εαυτό σου για διάφορα πράγματα	0 1 2 3 4
27	Πόνοι στη μέση	0 1 2 3 4
28	Το να νοιώθεις μπλοκαρισμένος να βγάλεις πέρα τις δουλειές σου	0 1 2 3 4
29	Το να νοιώθεις μοναξιά	0 1 2 3 4
30	Το να νοιώθεις τα κέφια σου πεσμένα	0 1 2 3 4
31	Το να ανησυχείς υπερβολικά για διάφορα πράγματα	0 1 2 3 4
32	Το να μην ενδιαφέρεσαι για ότι συμβαίνει	0 1 2 3 4
33	Το να νοιώθεις φοβισμένος	0 1 2 3 4
34	Το να πληγώνονται τα αισθήματά σου	0 1 2 3 4
35	Το να γνωρίζουν οι άλλοι τις προσωπικές σου σκέψεις	0 1 2 3 4
36	Το να αισθάνεσαι ότι οι άλλοι δε σε καταλαβαίνουν ή δε σε	0 1 2 3 4

	συμπονοούν	
37	Το να νοιώθεις ότι οι άνθρωποι δεν είναι φιλικοί μαζί σου ή δε σε χωνεύουν	0 1 2 3 4
38	Το να είσαι αναγκασμένος να κάνεις όλα τα πράγματα πολύ αργά για να είσαι σίγουρος πως θα γίνουν σωστά	0 1 2 3 4
39	Το να χτυπάει η καρδιά σου πολύ δυνατά ή γρήγορα	0 1 2 3 4
40	Ναυτία ή ανακάτεμα στο στομάχι	0 1 2 3 4
41	Το να νοιώθεις κατώτερος από τους άλλους	0 1 2 3 4
42	Πόνοι και ευαισθησία στους μυς	0 1 2 3 4
43	Το να νοιώθεις ότι σε παρακολουθούν ή σε σχολιάζουν	0 1 2 3 4
44	Δυσκολία να σε πάρει ο ύπνος	0 1 2 3 4
45	Το να νοιώθεις την ανάγκη να ελέγχεις και να ξαναελέγχεις ότι κάνεις	0 1 2 3 4
46	Δυσκολία να παίρνεις αποφάσεις	0 1 2 3 4
47	Το να φοβάσαι να ταξιδέψεις με λεωφορείο, τρένο ή τον υπόγειο	0 1 2 3 4
48	Δυσκολία να πάρεις αναπνοή	0 1 2 3 4
49	Ξαφνικά αισθήματα κρύου ή ζέστης	0 1 2 3 4
50	Το να είσαι αναγκασμένος να αποφεύγεις κάποια πράγματα ή χώρους ή δραστηριότητες, επειδή σε φοβίζουν	0 1 2 3 4
51	Το να σταματάει το μυαλό σου	0 1 2 3 4
52	Μουδιάσματα ή τσιμπήματα σε διάφορα μέρη του σώματος	0 1 2 3 4
53	Κόμπος στο λαιμό	0 1 2 3 4
54	Το να νοιώθεις χωρίς καμία ελπίδα για το μέλλον	0 1 2 3 4
55	Δυσκολία να συγκεντρωθείς	0 1 2 3 4
56	Το να νοιώθεις αδυναμία σε ορισμένα μέρη του σώματός σου	0 1 2 3 4
57	Το να νοιώθεις υπερένταση ή τσιτωμένος	0 1 2 3 4
58	Το να νοιώθεις τα χέρια ή τα πόδια σου βαριά	0 1 2 3 4
59	Σκέψεις θανάτου ή ότι πεθαίνεις	0 1 2 3 4
60	Το να τρως υπερβολικά	0 1 2 3 4
61	Το να μη νοιώθεις άνετα, όταν οι άλλοι σε κοιτάζουν ή μιλούν για σένα	0 1 2 3 4
62	Το να έχεις σκέψεις που δεν είναι δικές σου	0 1 2 3 4
63	Το να σου έρχεται να χτυπήσεις, να τραυματίσεις ή να κάνεις κακό σε κάποιον	0 1 2 3 4
64	Το να ξυπνάς πολύ νωρίς το πρωί	0 1 2 3 4
65	Το να νοιώθεις την ανάγκη να επαναλαμβάνεις τις ίδιες πράξεις, όπως π.χ. να πλένεσαι, να μετράς να αγγίζεις κτλ.	0 1 2 3 4
66	Ύπνος ανήσυχος ή ταραγμένος	0 1 2 3 4
67	Το να σου έρχεται να σπάσεις ή να κάνεις κομμάτια κάτι	0 1 2 3 4
68	Το να έχεις ιδέες ή πεποιθήσεις που δεν τις συμμερίζονται οι άλλοι	0 1 2 3 4
69	Το να παρατηρείς συνέχεια τον εαυτό σου και να νοιώθεις άβολα όταν βρίσκεσαι με άλλους	0 1 2 3 4
70	Το να μη νοιώθεις άνετα όταν βρίσκεσαι μέσα σε πλήθος, όπως π.χ. στην αγορά ή στον κινηματογράφο	0 1 2 3 4
71	Το να νοιώθεις ότι το καθετί χρειάζεται μεγάλη προσπάθεια	0 1 2 3 4
72	Επεισόδια τρόμου ή πανικού	0 1 2 3 4
73	Το να μη νοιώθεις άνετα, όταν τρώς ή πίνεις μπροστά σε άλλους	0 1 2 3 4
74	Το να καυγαδίζεις συχνά	0 1 2 3 4
75	Το να νοιώθεις ανήσυχος όταν μένεις μόνος	0 1 2 3 4
76	Το να μη σου αναγνωρίζουν οι άλλοι όσο πρέπει τα επιτεύγματά σου	0 1 2 3 4
77	Το να νοιώθεις μόνος ακόμα και όταν βρίσκεσαι μαζί με άλλους	0 1 2 3 4

78	Το να νοιώθεις τόσο ανήσυχος ώστε να μην μπορείς να κάτσεις σε ένα μέρος	0	1	2	3	4
79	Αισθήματα αναξιοσύνης	0	1	2	3	4
80	Το αίσθημα ότι κάτι κακό θα συμβεί	0	1	2	3	4
81	Το να βάζεις τις φωνές ή να πετάς πράγματα	0	1	2	3	4
82	Το να φοβάσαι ότι θα λιποθυμήσεις μπροστά σε κόσμο	0	1	2	3	4
83	Το να νοιώθεις πως οι άλλοι θα σε εκμεταλλευτούν αν τους αφήσεις	0	1	2	3	4
84	Το να κάνεις σκέψεις για το σεξ που σου είναι πολύ ενοχλητικές	0	1	2	3	4
85	Η ιδέα ότι θα πρέπει να τιμωρηθείς για τις αμαρτίες σου	0	1	2	3	4
86	Σκέψεις και εικόνες τρομακτικές	0	1	2	3	4
87	Η ιδέα ότι κάτι σοβαρό συμβαίνει με το σώμα σου	0	1	2	3	4
88	Το να μη νοιώθεις ποτέ κοντά σε κάποιο άλλο άτομο	0	1	2	3	4
89	Αισθήματα ενοχής	0	1	2	3	4
90	Η ιδέα ότι κάτι δεν πάει καλά με το μυαλό σου.	0	1	2	3	4

Ερωτηματολόγιο Εμπιστοσύνης στον Εαυτό

Δίπλα σε κάθε μία από τις παρακάτω προτάσεις υπάρχουν τέσσερις πιθανές απαντήσεις:

1) Καθόλου Αλήθεια, 2) Ελάχιστα Αλήθεια, 3) Αρκετά Αλήθεια, 4) Απολύτως Αλήθεια

Διάβασε κάθε πρόταση προσεκτικά και διάλεξε ποια από τις απαντήσεις σου περιγράφει καλύτερα το πώς αισθάνεσαι για τον εαυτό σου. Στη συνέχεια κύκλωσε την απάντησή σου. Εάν κάποια από τις απαντήσεις δε σε εκφράζει ακριβώς, βάλε μέσα σε κύκλο την απάντηση που σε εκφράζει περισσότερο.

ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΡΩΤΗΣΗΣ	ΕΡΩΤΗΣΗ	1	2	3	4
1	Πάντα καταφέρνω να λύνω δύσκολα προβλήματα, εάν βέβαια προσπαθήσω αρκετά	1	2	3	4
2	Εάν κάποιος μου αντιτίθεται, μπορώ πάντα να βρω τρόπους να κάνω αυτό που θέλω εγώ	1	2	3	4
3	Μου είναι εύκολο να παραμείνω σταθερός στους στόχους μου και να πραγματοποιήσω τα σχέδιά μου	1	2	3	4
4	Πιστεύω για τον εαυτό μου, ότι μπορώ να αντιμετωπίσω με αποτελεσματικότητα απροσδόκητα γεγονότα	1	2	3	4
5	Ευτυχώς, λόγω της επινοητικότητάς μου, ξέρω πάντα πώς να χειριστώ απροσδόκητες καταστάσεις	1	2	3	4
6	Μπορώ να λύσω τα περισσότερα προβλήματα, εάν αφιερώσω την αναγκαία προσπάθεια	1	2	3	4
7	Όταν αντιμετωπίζω δυσκολίες, μπορώ να παραμείνω ήρεμος, επειδή βασίζομαι στις ικανότητές μου	1	2	3	4
8	Όταν βρεθώ αντιμέτωπος με ένα πρόβλημα, συνήθως βρίσκω αρκετές λύσεις	1	2	3	4
9	Εάν είμαι αναγκασμένος να αντιμετωπίσω μία κατάσταση, συνήθως μπορώ να σκεφτώ τρόπους να το κάνω	1	2	3	4
10	Δεν παίζει ρόλο τι θα μου συμβεί, συνήθως μπορώ να το αντιμετωπίσω	1	2	3	4

Ερωτηματολόγιο Αυτοπεποίθησης

Οδηγίες: παρακαλούμε κύκλωσε τον κατάλληλο αριθμό για κάθε πρόταση, ανάλογα με το αν συμφωνείς απόλυτα, συμφωνείς, διαφωνείς ή διαφωνείς απόλυτα, σύμφωνα με το παρακάτω υπόδειγμα				
1	2	3	4	5
ΣΥΜΦΩΝΩ ΑΠΟΛΥΤΑ	ΣΥΜΦΩΝΩ ΠΟΛΥ	ΟΥΤΕ ΣΥΜΦΩΝΩ ΟΥΤΕ ΔΙΑΦΩΝΩ	ΔΙΑΦΩΝΩ ΠΟΛΥ	ΔΙΑΦΩΝΩ ΑΠΟΛΥΤΑ

1	Γενικά, είμαι ικανοποιημένος/η με τον εαυτό μου	1 2 3 4 5
2	Μερικές φορές σκέφτομαι ότι δεν αξίζω τίποτα	1 2 3 4 5
3	Αισθάνομαι ότι έχω αρκετά καλά στοιχεία στο χαρακτήρα μου	1 2 3 4 5
4	Τα καταφέρνω το ίδιο καλά με τους άλλους	1 2 3 4 5
5	Αισθάνομαι ότι δεν μπορώ να είμαι περήφανος/η για πολλά πράγματα	1 2 3 4 5
6	Σίγουρα υπάρχουν φορές που αισθάνομαι άχρηστος/η	1 2 3 4 5
7	Αισθάνομαι ότι αξίζω ως άτομο, τουλάχιστον όσο και οι άλλοι	1 2 3 4 5
8	Θα ήθελα να μπορούσα να σεβόμαι/ μακάρι να σεβόμουν περισσότερο τον εαυτό μου	1 2 3 4 5
9	Γενικά έχω την αίσθηση ότι είμαι αποτυχημένος/η	1 2 3 4 5
10	Βλέπω θετικά τον εαυτό μου	1 2 3 4 5

Ποιοι ήταν οι βαθμοί σου στο τελευταίο τρίμηνο στα:

Αρχαία Ελληνικά :

Νέα Ελληνικά :

Μαθηματικά :

Φυσική :

Χημεία :

Πόσο αγαπητός νομίζεις ότι είσαι στους συμμαθητές του τμήματος σου; Διάλεξε ένα βαθμό που να το περιγράφει από το 0=καθόλου ως το 10= Απόλυτα Αγαπητός και σημείωσε τον

στο τετράγωνο που ακολουθεί:

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗΣ ΕΜΠΕΙΡΙΑΣ

Οι ακόλουθες προτάσεις αναφέρονται γενικότερα στα συναισθήματά σου, συμμετέχοντας στην αγαπημένη σου διαδικτυακή εφαρμογή. Απάντησε σε κάθε πρόταση δηλώνοντας το βαθμό στον οποίο νομίζεις ότι σε αντιπροσωπεύει. Κύκλωσε το βαθμό αυτό, στον χώρο δίπλα από την ερώτηση, ακολουθώντας την κλίμακα δεξιά των ερωτήσεων.

		Καθόλου	Πάρα πολύ λίγο	Λίγο	Αρκετά	Πολύ	Πάρα πολύ	Απόλυτα
	ΕΡΩΤΗΣΗ	1	2	3	4	5	6	7
1	Πόσο πολύ ήσουν σε θέση να ελέγξεις γεγονότα;	1	2	3	4	5	6	7
2	Πόσο ανταποκρινόταν το περιβάλλον στις δράσεις	1	2	3	4	5	6	7

	που εκτελούσες;							
3	Πόσο φυσικές έμοιαζαν οι αλληλεπιδράσεις σου με το περιβάλλον;	1	2	3	4	5	6	7
4	Πόσο απόλυτα ήταν «δεσμευμένες» όλες οι αισθήσεις σου;	1	2	3	4	5	6	7
5	Πόσο πολύ σε ενέπλεκαν οι οπτικές διαστάσεις του περιβάλλοντος;	1	2	3	4	5	6	7
6	Πόσο πολύ σε ενέπλεκαν οι ακουστικές διαστάσεις του περιβάλλοντος;	1	2	3	4	5	6	7
7	Πόσο φυσικός ήταν ο μηχανισμός ελέγχου της κίνησής σου μέσα στο περιβάλλον;	1	2	3	4	5	6	7
8	Πόση επαφή είχες με τα γεγονότα που εξελίσσονταν στον πραγματικό χρόνο γύρω σου;	1	2	3	4	5	6	7
9	Πόσο εξοικειωμένος ήσουν με τη δράση σου και τις συσκευές ελέγχου;	1	2	3	4	5	6	7
10	Πόσο ζωντανή ήταν η αίσθηση της κίνησης αντικειμένων στο χώρο σου;	1	2	3	4	5	6	7
11	Πόσο ασυνεπή ή ασύνδετα ήταν τα ερεθίσματα που δεχόσουν από τις αισθήσεις σου;	1	2	3	4	5	6	7
12	Πόσο πολύ ήταν οι εμπειρίες σου στον φανταστικό κόσμο, συνεπείς με τις εμπειρίες σου στην πραγματικότητα;	1	2	3	4	5	6	7
13	Ήσουν σε θέση να προβλέψεις τι θα ακολουθούσε ως αποτέλεσμα των δράσεων σου;	1	2	3	4	5	6	7
14	Πόσο αποτελεσματικά, μπορούσες ενεργητικά να διερευνήσεις ή να ψάξεις το περιβάλλον σου, χρησιμοποιώντας την όρασή σου;	1	2	3	4	5	6	7
15	Πόσο καθαρά μπορούσες να αναγνωρίσεις ήχους;	1	2	3	4	5	6	7
16	Πόσο καθαρά μπορούσες να εντοπίσεις την προέλευση των ήχων;	1	2	3	4	5	6	7
17	Πόσο αποτελεσματικά μπορούσες ενεργητικά να διερευνήσεις ή να ψάξεις το περιβάλλον σου, χρησιμοποιώντας την αφή σου;	1	2	3	4	5	6	7
18	Πόσο ζωντανή ήταν η αίσθηση της κίνησης σου μέσα στο ηλεκτρονικό περιβάλλον;	1	2	3	4	5	6	7
19	Από πόσο κοντά ήσουν σε θέση να επεξεργαστείς αντικείμενα;	1	2	3	4	5	6	7
20	Πόσο καλά μπορούσες να επεξεργαστείς αντικείμενα από διαφορετικές πλευρές;	1	2	3	4	5	6	7
21	Πόσο καλά μπορούσες να μετακινήσεις ή να χειριστείς αντικείμενα στο ηλεκτρονικό περιβάλλον;	1	2	3	4	5	6	7
22	Σε ποιο βαθμό αισθανόσουν μπερδεμένος ή αποπροσανατολισμένος στην αρχή του διαλείμματος ή στην έξοδό σου από το παιχνίδι;	1	2	3	4	5	6	7
23	Πόσο εμπλεγμένος ήσουν με την εμπειρία του εικονικού περιβάλλοντος;	1	2	3	4	5	6	7
24	Πόσο διασπαστικός ήταν ο μηχανισμός ελέγχου;	1	2	3	4	5	6	7
25	Πόσο μεγάλη καθυστέρηση αισθανόσουν να	1	2	3	4	5	6	7

	μεσολαβεί μεταξύ των δράσεών σου και των αναμενόμενων αποτελεσμάτων;							
26	Πόσο γρήγορα προσαρμοζόσουν στην εμπειρία του εικονικού περιβάλλοντος;	1	2	3	4	5	6	7
27	Πόσο ικανός στην κίνηση και την αλληλεπίδραση μέσα στο ηλεκτρονικό περιβάλλον ένοιωθες στη λήξη του παιχνιδιού;	1	2	3	4	5	6	7
28	Πόσο πολύ σε επηρέαζε ή σε αποσπούσε από την εκτέλεση υποχρεωτικών ενεργειών ή άλλων δραστηριοτήτων, η οπτική ποιότητα της δράσης;	1	2	3	4	5	6	7
29	Πόσο πολύ σε επηρέαζαν ή σε αποσπούσαν από την εκτέλεση υποχρεωτικών ενεργειών ή άλλων δραστηριοτήτων, οι συσκευές ελέγχου;	1	2	3	4	5	6	7
30	Πόσο καλύτερα μπορούσες να συγκεντρωθείς στις ενέργειες ή τις άλλες απαιτούμενες δραστηριότητες, από ότι στους μηχανισμούς που χρησιμοποιούσες για να τις καθορίσεις;	1	2	3	4	5	6	7
31	Έμαθες νέες τεχνικές που σου επέτρεψαν να βελτιώσεις την επίδοσή σου;	1	2	3	4	5	6	7
32	Ένοιωσες τόσο απορροφημένος στη δραστηριότητα ώστε να χάσεις την αίσθηση του χρόνου;	1	2	3	4	5	6	7

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΣΧΕΣΗΣ ΜΕ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Οι ακόλουθες προτάσεις αναφέρονται γενικότερα στη σχέση σου με το διαδίκτυο.

Απάντησε σε κάθε πρόταση δηλώνοντας το βαθμό στον οποίο νομίζεις ότι σε αντιπροσωπεύει. Κύκλωσε το βαθμό αυτό, στον χώρο δίπλα από την ερώτηση, ακολουθώντας την κλίμακα δεξιά των ερωτήσεων.

ΕΡΩΤΗΣΗ	0= Δεν με αφορά	1= Σπάνια	2= Περιστασιακά	3= Τακτικά	4= Συχνά	5= Πάντα
1. Πόσο συχνά αντιλαμβάνεσαι ότι βρίσκεσαι συνδεδεμένος στο διαδίκτυο περισσότερο από όσο είχες σκοπό;	0	1	2	3	4	5
2. Πόσο συχνά αμελείς δουλειές του δωματίου σου για να μείνεις περισσότερη ώρα στο διαδίκτυο;	0	1	2	3	4	5
3. Πόσο συχνά προτιμάς τον ενθουσιασμό του διαδικτύου από το να έρθεις κοντά με το αγόρι/κορίτσι σου;	0	1	2	3	4	5
4. Πόσο συχνά συνάπτεις νέες σχέσεις με χρήστες του διαδικτύου σαν και εσένα;	0	1	2	3	4	5
5. Πόσο συχνά οι γύρω σου, σου παραπονιούνται για την ποσότητα του χρόνου που δαπανάς στο διαδίκτυο;	0	1	2	3	4	5

6. Πόσο συχνά επιβαρύνονται οι επιδόσεις (βαθμοί) στο σχολείο ή αλλού, εξαιτίας της ποσότητας του χρόνου που δαπανάς στο διαδίκτυο;	0	1	2	3	4	5
7. Πόσο συχνά ελέγχεις το ηλεκτρονικό σου ταχυδρομείο, πριν κάνεις κάτι άλλο που χρειάζεται;	0	1	2	3	4	5
8. Πόσο συχνά η απόδοσή σου στο σχολείο ή αλλού, επιβαρύνεται λόγω του διαδικτύου;	0	1	2	3	4	5
9. Πόσο συχνά γίνεσαι αμυντικός ή μυστικοπαθής, όταν κάποιος σε ρωτήσει τι κάνεις στο διαδίκτυο;	0	1	2	3	4	5
10. Πόσο συχνά ξεχνάς ενοχλητικές σκέψεις για τη ζωή σου με καθησυχαστικές σκέψεις για το διαδίκτυο;	0	1	2	3	4	5
11. Πόσο συχνά αντιλαμβάνεσαι τον εαυτό σου να ανυπομονεί, τότε θα ξανασυνδεθεί στο διαδίκτυο;	0	1	2	3	4	5
12. Πόσο συχνά φοβάσαι, ότι η ζωή χωρίς το διαδίκτυο θα ήταν βαρετή, κενή και δυσάρεστη;	0	1	2	3	4	5
13. Πόσο συχνά εκνευρίζεσαι, φωνάζεις, ή συμπεριφέρεσαι ενοχλημένα αν κάποιος σε απασχολήσει την ώρα που είσαι στο διαδίκτυο;	0	1	2	3	4	5
14. Πόσο συχνά χάνεις ύπνο εξαιτίας συνδέσεων στο διαδίκτυο αργά το βράδυ;	0	1	2	3	4	5
15. Πόσο συχνά σε απασχολεί το διαδίκτυο όταν δεν είσαι συνδεδεμένος, ή φαντασιώνεσαι ότι είσαι σε σύνδεση;	0	1	2	3	4	5
16. Πόσο συχνά βρίσκεις τον εαυτό σου να λέει «λίγα λεπτά ακόμα» όταν είσαι σε σύνδεση;	0	1	2	3	4	5
17. Πόσο συχνά προσπαθείς να μειώσεις το χρόνο που είσαι στο διαδίκτυο;	0	1	2	3	4	5
18. Πόσο συχνά προσπαθείς να κρύψεις πόση ώρα ήσουν στο διαδίκτυο;	0	1	2	3	4	5
19. Πόσο συχνά επιλέγεις να ξοδέψεις χρόνο στο διαδίκτυο από το να βγεις έξω με άλλους;	0	1	2	3	4	5

20. Πόσο συχνά νοιώθεις θλίψη, δυσαρέσκεια ή εκνευρισμό όταν είσαι εκτός διαδικτύου, και παύεις να νοιώθεις έτσι όταν επιστρέψεις στο διαδίκτυο;	0	1	2	3	4	5
--	---	---	---	---	---	---

Σύντομο Ερωτηματολόγιο για το Διαδίκτυο

Διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις και σημειώστε «ναι» ή «όχι».

	Ερώτηση	ΝΑΙ	ΟΧΙ
1.	Αισθάνεστε ότι απασχολείστε πολύ με το διαδίκτυο; (Σκέφτεσες προηγούμενες στιγμές σας σε σύνδεση ή περιμένετε τις επόμενες)		
2.	Αισθάνεστε ότι χρειάζεστε να χρησιμοποιείτε το διαδίκτυο περισσότερο χρόνο για να είστε ικανοποιημένοι;		
3.	Έχετε κάνει επανειλημμένες αποτυχημένες προσπάθειες να μειώσετε, να ελέγχετε ή να σταματήσετε την χρήση διαδικτύου;		
4.	Αισθάνεστε ανυπόμονα, δυσάρεστα, καταθλιπτικά ή ευερέθιστα όταν προσπαθείτε να περιορίσετε ή να διακόψετε τη χρήση διαδικτύου;		
5.	Μένετε στο διαδίκτυο περισσότερο από όσο αρχικά είχατε προγραμματίσει;		
6.	Έχετε διακινδυνεύσει μια σημαντική σας σχέση, εργασία, εκπαίδευση ή ευκαιρία εξέλιξης εξαιτίας του διαδικτύου;		
7.	Έχετε πεί ψέματα σε μέλη της οικογένειάς σας, τον ψυχολόγο σας ή άλλους προκεμένου να αποκρύψετε το χρόνο που αφιερώσατε στο διαδίκτυο;		
8.	Χρησιμοποιείται το διαδίκτυο σας ένα τρόπο απόδρασης από προβλήματα ή ανακούφισης από αρνητικά συναισθήματα (π.χ. αβοηθητικότητα, ενοχή, άγχος, κατάθλιψη);		

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΗΣ ΔΡΑΣΗΣ

Παρακαλώ διάβασε προσεκτικά τις ακόλουθες παραγράφους:

Το μυαλό μου δεν διασπάται. Δεν σκέφτομαι τίποτε άλλο. Είμαι ολοκληρωτικά απορροφημένος σε αυτό που κάνω. Αισθάνομαι καλά το σώμα μου. Δε μου φαίνεται να ακούω κάτι. Ο κόσμος μοιάζει αποκομμένος από μένα. Είμαι αποστασιοποιημένος από τον εαυτό και τα προβλήματά μου. Η συγκέντρωση είναι όπως η ανάσα μου. Δεν τη σκέφτομαι καθόλου. Είμαι αρκετά απαθής σε ότι πραγματικά με περιβάλλει, αφού ξεκινήσω. Όταν ξεκινάω, είναι σαν όλος ο κόσμος να κλείνει. Μόλις σταματήσω, επιστρέφω. Είμαι τόσο εμπλεγμένος σε αυτό που κάνω, που δεν μπορώ να με διαχωρίσω από αυτό.

1. Έχεις ποτέ βρεθεί σε μία κατάσταση, από αυτές που περιγράφονται στις παραπάνω παραγράφους, κατά τη διάρκεια της περιήγησής σου στο διαδίκτυο.

Ναι **1.**

Όχι **2.**

2. Εάν απάντησες «Ναι», μπορείς να περιγράψεις, τι έκανες στο διαδίκτυο την τελευταία φορά που σου συνέβει;

Chatrooms **1)**

MMORPGs/ Διαδικτυακά παιχνίδια **2)**

Blogs, Social Network **3)**

Instant Messengers **4)**

Χρήση Ιστοσελίδων πορνογραφικού περιεχομένου **5)**

Κατέβασμα οπτικοακουστικού υλικού **6)**

Αναζήτηση πληροφοριών **7)**

Άλλο, γράψε ποιο ; **8)**

3. Κατά την περιήγησή σου στον ιστό, αισθάνθηκες ποτέ το χρόνο να κυλάει πολύ γρήγορα;

Ναι **1.**

Όχι **2.**

4. Εάν απάντησες «Ναι», μπορείς να περιγράψεις τι έκανες εκείνη την ώρα στο διαδίκτυο;

Chatrooms **1)**

MMORPGs/ Διαδικτυακά παιχνίδια **2)**

Blogs, Social Network **3)**

Instant Messengers **4)**

Χρήση Ιστοσελίδων πορνογραφικού περιεχομένου **5)**

Κατέβασμα οπτικοακουστικού υλικού **6)**

Αναζήτηση πληροφοριών **7)**

Άλλο, γράψε ποιο ; **8)**

5. Είχες ποτέ το αίσθημα της ικανοποίησης, κατά την περιπλάνησή σου στο διαδίκτυο;

Ναι **1.**

Όχι **2.**

6. Εάν απάντησες «Ναι», μπορείς να περιγράψεις τι έκανες στο διαδίκτυο την τελευταία φορά που σου συνέβει;

Chatrooms **1)**

MMORPGs/ Διαδικτυακά παιχνίδια **2)**

Blogs, Social Network **3)**

Instant Messengers **4)**

Χρήση Ιστοσελίδων πορνογραφικού περιεχομένου **5)**

Κατέβασμα οπτικοακουστικού υλικού **6)**

Αναζήτηση πληροφοριών **7)**

Άλλο, γράψε ποιο ; **8)**

7. Είχες ποτέ το συναίσθημα μίας θετικής πρόκλησης κατά την περιήγησή σου στον ιστό;

Ναι **1.**

Όχι

2.

8. Εάν απάντησες «Ναι», μπορείς να περιγράψεις τι έκανες στο διαδίκτυο την τελευταία φορά που σου συνέβει;

Chatrooms 1)

MMORPGs/ Διαδικτυακά παιχνίδια 2)

Blogs, Social Network 3)

Instant Messengers 4)

Χρήση Ιστοσελίδων πορνογραφικού περιεχομένου 5)

Κατέβασμα οπτικοακουστικού υλικού 6)

Αναζήτηση πληροφοριών 7)

Άλλο, γράψε ποιο ; 8)

9. Ασθάνθηκες ποτέ ότι κάτι σε ελέγχει, κατά την περιήγησή σου στον ιστό;

Ναι 1.

Όχι 2.

10. Εάν απάντησες «Ναι», μπορείς να περιγράψεις τι έκανες στο διαδίκτυο την τελευταία φορά που σου συνέβει;

Chatrooms 1)

MMORPGs/ Διαδικτυακά παιχνίδια 2)

Blogs, Social Network 3)

Instant Messengers 4)

Χρήση Ιστοσελίδων πορνογραφικού περιεχομένου 5)

Κατέβασμα οπτικοακουστικού υλικού 6)

Αναζήτηση πληροφοριών 7)

Άλλο, γράψε ποιο ; 8)

Ερωτήσεις για την οικογένειά μου

	Διαφωνώ πολύ	Διαφωνώ	Ούτε διαφωνώ, Ούτε συμφωνώ	Συμφωνώ	Συμφωνώ Πολύ
1. Τα μέλη της οικογένειάς μου παρεμβαίνουν το ένα στη ζωή του άλλου.	1	2	3	4	5
2. Η οικογένειά μου δοκιμάζει καινούριους τρόπους να αντιμετωπίζει τα προβλήματα.	1	2	3	4	5
3. Συμβαίνει να τα πηγαίνουμε καλύτερα με ανθρώπους έξω από την οικογένεια μας, παρά μεταξύ μας.	1	2	3	4	5
4. Στην οικογένειά μου περνάμε πάρα πολύ χρόνο μαζί.	1	2	3	4	5
5. Υπάρχουν αυστηρές συνέπειες, αν κάποιος παραβεί τους κανόνες στην οικογένειά μου.	1	2	3	4	5
6. Στην οικογένειά μου, ποτέ δεν φαίνεται να καταφέρνουμε να οργανωθούμε.	1	2	3	4	5
7. Τα μέλη της οικογένειάς μου αισθάνονται πολύ κοντά μεταξύ τους.	1	2	3	4	5
8. Οι γονείς, μοιράζονται ισότιμα την αρχηγία στην οικογένειά μου.	1	2	3	4	5
9. Τα μέλη της οικογένειάς μου, μοιάζει να αποφεύγουν την επαφή μεταξύ τους όταν είναι στο	1	2	3	4	5

σπίτι.					
10. Τα μέλη της οικογένειάς μου αισθάνονται πίεση να περάσουν περισσότερο ελεύθερο χρόνο μαζί.	1	2	3	4	5
11. Υπάρχουν ξεκάθαρες συνέπειες, όταν ένα μέλος της οικογένειάς μου κάνει κάτι λάθος.	1	2	3	4	5
12. Είναι δύσκολο να καταλάβεις ποιος είναι ο αρχηγός στην οικογένειά μου.	1	2	3	4	5
13. Τα μέλη της οικογένειάς μου, υποστηρίζουν το ένα το άλλο σε δύσκολες περιστάσεις.	1	2	3	4	5
14. Η υπακοή είναι καθήκον στην οικογένειά μου.	1	2	3	4	5
15. Τα μέλη της οικογένειάς μου γνωρίζουν πολύ λίγα για τους φίλους ο ένας του άλλου.	1	2	3	4	5
16. Τα μέλη της οικογένειάς μου είναι πολύ εξαρτημένα το ένα από το άλλο.	1	2	3	4	5
17. Η οικογένειά μου έχει έναν κανόνα, σχεδόν για κάθε πιθανή κατάσταση.	1	2	3	4	5
18. Τα πράγματα δεν ολοκληρώνονται στην οικογένειά μου.	1	2	3	4	5
19. Τα μέλη της οικογένειάς μου ζητούν το ένα τη συμβουλή του άλλου, όταν χρειάζεται να πάρουν μία σημαντική απόφαση.	1	2	3	4	5
20. Η οικογένειά μου είναι ικανή να προσαρμοστεί σε αλλαγές, όταν είναι απαραίτητο.	1	2	3	4	5
21. Τα μέλη της οικογένειάς μου στηρίζονται σε δικές τους δυνάμεις, όταν χρειάζεται να λυθεί ένα πρόβλημα.	1	2	3	4	5
22. Τα μέλη της οικογένειάς μου, έχουν λίγη ανάγκη από φίλους έξω από την οικογένεια.	1	2	3	4	5
23. Η οικογένειά μου είναι πολύ καλά οργανωμένη.	1	2	3	4	5
24. Δεν είναι ξεκάθαρο ποιος είναι υπεύθυνος για τι (καθήκοντα, δραστηριότητες) στην οικογένειά μου.	1	2	3	4	5
25. Τα μέλη της οικογένειάς μου επιδιώκουν να περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους μεταξύ τους.	1	2	3	4	5
26. Στην οικογένειά μου μοιράζουμε τις ευθύνες του νοικοκυριού από άτομο σε άτομο.	1	2	3	4	5
27. Η οικογένειά μου σπάνια κάνει πράγματα μαζί.	1	2	3	4	5
28. Στην οικογένειά μου αισθανόμαστε πολύ «συνδεδεμένοι» ο ένας με τον άλλο.	1	2	3	4	5
29. Η οικογένειά μου μπερδεύεται, όταν υπάρχει μία αλλαγή στα σχέδια ή την καθημερινότητά μας.	1	2	3	4	5
30. Δεν υπάρχει κανενός είδους «αρχηγία» στην οικογένειά μου.	1	2	3	4	5
31. Παρόλο που τα μέλη της οικογένειάς μου έχουν διαφορετικά ενδιαφέροντα, συμμετέχουν από κοινού σε οικογενειακές δραστηριότητες.	1	2	3	4	5
32. Στην οικογένειά μου έχουμε ξεκάθαρους ρόλους και κανόνες.	1	2	3	4	5

33. Τα μέλη της οικογένειάς μου σπάνια στηρίζονται το ένα στο άλλο.	1	2	3	4	5
34. Αποθαρρύνουμε τα μέλη της οικογένειάς μου, να κάνουν πράγματα έξω από την οικογένεια.	1	2	3	4	5
35. Στην οικογένειά μου είναι σημαντικό να ακολουθούμε τους κανόνες.	1	2	3	4	5
36. Στην οικογένειά μου δυσκολευόμαστε να ανταποκριθούμε στο ποιος κάνει τι, στις διάφορες δουλειές του νοικοκυριού.	1	2	3	4	5
37. Στην οικογένειά μου έχουμε καλή ισορροπία μεταξύ απόστασης και εγγύτητας.	1	2	3	4	5
38. Στην οικογένειά μου, όταν προκύπτουν προβλήματα, συμβιβάζομαστε.	1	2	3	4	5
39. Τα μέλη της οικογένειάς μου λειτουργούν κυρίως ανεξάρτητα.	1	2	3	4	5
40. Τα μέλη της οικογένειάς μου νιώθουν ενοχή αν θέλουν να περάσουν χρόνο μακριά από την οικογένεια.	1	2	3	4	5
42. Η οικογένειά μου νιώθει να είναι σε υπερένταση και αποδιοργάνωση.	1	2	3	4	5
43. Τα μέλη της οικογένειάς μου είναι ικανοποιημένα με τον τρόπο που επικοινωνούν μεταξύ τους.	1	2	3	4	5
44. Τα μέλη της οικογένειάς μου είναι πολύ καλοί ακροατές.	1	2	3	4	5
45. Τα μέλη της οικογένειάς μου εκφράζουν στοργή μεταξύ τους.	1	2	3	4	5
46. Τα μέλη της οικογένειάς μου είναι σε θέση να ζητούν ό,τι θέλουν ο ένας από τον άλλον.	1	2	3	4	5
47. Τα μέλη της οικογένειάς μου μπορούν ήρεμα να συζητούν προβλήματα μεταξύ τους.	1	2	3	4	5
48. Τα μέλη της οικογένειάς μου συζητούν τις ιδέες και τις πεποιθήσεις τους μεταξύ τους.	1	2	3	4	5
49. Όταν κάθε μέλος της οικογένειάς μου κάνει ερωτήσεις για κάποιο άλλο, παίρνει ειλικρινείς απαντήσεις.	1	2	3	4	5
50. Τα μέλη της οικογένειάς μου προσπαθούν να καταλάβουν ο ένας τα συναισθήματα του άλλου.	1	2	3	4	5
51. Όταν είναι θυμωμένοι στην οικογένειά μου, σπάνια λένε αρνητικά λόγια ο ένας για τον άλλο.	1	2	3	4	5
52. Τα μέλη της οικογένειάς μου εκφράζουν τα αληθινά τους συναισθήματα ο ένας στον άλλον.	1	2	3	4	5

Πόσο ευχαριστημένος/η είσαι με:	Πολύ δυσανεστημένος/η	Κάπως δυσανεστημένος/η	Γενικά ευχαριστημένος/η	Πολύ ευχαριστημένος/η	Παρα πολύ ευχαριστημένος/η
	1	2	3	4	5
1. το βαθμό που νιώθουν κοντά μεταξύ τους τα μέλη της οικογένειάς σου.	1	2	3	4	5
2. την ικανότητα της οικογένειάς σου να διαχειρίζεται το στρες.	1	2	3	4	5
3. την ικανότητα της οικογένειάς σου να είναι ευέλικτη.	1	2	3	4	5
4. την ικανότητα της οικογένειάς σου να μοιράζεται θετικές εμπειρίες.	1	2	3	4	5
5. την ποιότητα της επικοινωνίας ανάμεσα στα μέλη της οικογένειάς σου.	1	2	3	4	5
6. την ικανότητα της οικογένειάς σου να επιλύει συγκρούσεις.	1	2	3	4	5
7. το χρόνο που περνάτε μαζί ως οικογένεια.	1	2	3	4	5
8. τον τρόπο που συζητάτε τα προβλήματα.	1	2	3	4	5
9. τον τρόπο που ασκείται η κριτική μέσα στην οικογένειά σου	1	2	3	4	5
10. το πόσο τα μέλη της οικογένειάς σου νοιάζονται ο ένας για τον άλλον.	1	2	3	4	5

Επικοινωνία στην Οικογένεια	Διαφωνώ απόλυτα	Γενικά διαφωνώ	Δεν ξέρω	Γενικά συμφωνώ	Συμφωνώ απόλυτα
	1	2	3	4	5
1. Τα μέλη της οικογένειάς μου είναι ικανοποιημένα με τον τρόπο που επικοινωνούν μεταξύ τους.	1	2	3	4	5
2. Τα μέλη της οικογένειάς μου είναι πολύ καλοί ακροατές.	1	2	3	4	5
3. Τα μέλη της οικογένειάς μου εκφράζουν στοργή μεταξύ τους.	1	2	3	4	5
4. Τα μέλη της οικογένειάς μου είναι σε θέση να ζητούν ό,τι θέλουν ο ένας από τον άλλον.	1	2	3	4	5
5. Τα μέλη της οικογένειάς μου μπορούν ήρεμα να συζητούν προβλήματα μεταξύ τους.	1	2	3	4	5
6. Τα μέλη της οικογένειάς μου συζητούν τις ιδέες και πεποιθήσεις τους μεταξύ τους.	1	2	3	4	5
7. Όταν κάθε μέλος της οικογένειάς μου κάνει ερωτήσεις για κάποιο άλλο, παίρνει ειλικρινείς απαντήσεις.	1	2	3	4	5
8. Τα μέλη της οικογένειάς μου προσπαθούν να καταλάβουν ο ένας τα συναισθήματα του άλλου.	1	2	3	4	5
9. Όταν είναι θυμωμένοι στην οικογένειά μου, σπάνια λένε αρνητικά λόγια ο ένας για τον άλλο.	1	2	3	4	5
10. Τα μέλη της οικογένειάς μου εκφράζουν τα αληθινά τους συναισθήματα ο ένας στον άλλον.	1	2	3	4	5

ΟΙ ΣΥΜΜΑΘΗΤΕΣ ΜΟΥ (1)

A. Ποιους συμμαθητές ή συμμαθήτριές σου συμπαθείς περισσότερο; (γράψε τον αριθμό με τον οποίο αντιστοιχούν στον πίνακα ή το όνομα και το επώνυμό τους, αν δεν υπάρχει πίνακας)

1)	
2)	
3)	

B. Ποιους συμμαθητές ή συμμαθήτριές σου συμπαθείς λιγότερο;

(γράψε τον αριθμό με τον οποίο αντιστοιχούν στον πίνακα ή το όνομα και το επώνυμό τους, αν δεν υπάρχει πίνακας)

1)	
2)	
3)	

ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΣΧΕΣΕΩΝ

Οι ακόλουθες προτάσεις αναφέρονται στις πιο προσωπικές σχέσεις σου. Απάντησε σε κάθε πρόταση δηλώνοντας το βαθμό στον οποίο νομίζεις ότι σε αντιπροσωπεύει. Κύκλωσε το βαθμό αυτό, στον χώρο δίπλα από την ερώτηση, ακολουθώντας την κλίμακα δεξιά των ερωτήσεων.

		<i>Διαφωνώ Πολύ</i>	<i>Διαφωνώ</i>	<i>Διαφωνώ Λίγο</i>	<i>Ούτε Διαφωνώ/ Ούτε Συμφωνώ</i>	<i>Συμφωνώ Λίγο</i>	<i>Συμφωνώ</i>	<i>Συμφωνώ Πολύ</i>
	ΕΡΩΤΗΣΗ	1	2	3	4	5	6	7
1	Προτιμώ να μη δείχνω στο αγόρι/κορίτσι μου τι αισθάνομαι κατά βάθος.	1	2	3	4	5	6	7
2	Φοβάμαι ότι θα χάσω την αγάπη του αγοριού/κοριτσιού μου.	1	2	3	4	5	6	7
3	Αισθάνομαι άνετα να μοιράζομαι προσωπικές σκέψεις και συναισθήματα με το αγόρι/κορίτσι μου.	1	2	3	4	5	6	7
4	Ανησυχώ συχνά με την ιδέα ότι το αγόρι/κόριτσι μου δε θα θέλει να μείνει μαζί μου.	1	2	3	4	5	6	7
5	Το βρίσκω δύσκολο να αφήσω τον εαυτό μου να στηριχθεί στο αγόρι-κορίτσι μου.	1	2	3	4	5	6	7
6	Ανησυχώ συχνά με την ιδέα ότι το αγόρι/κορίτσι μου δε με αγαπά πραγματικά.	1	2	3	4	5	6	7

7	Αισθάνομαι πολύ άνετα να είμαι συναισθηματικά κοντά με αγόρια/κορίτσια ερωτικά.	1	2	3	4	5	6	7
8	Ανησυχώ ότι τα αγόρια/κορίτσια μου δε θα νοιάζονται για μένα όσο εγώ για εκείνα.	1	2	3	4	5	6	7
9	Δεν αισθάνομαι άνετα να ανοίγομαι σε αγόρια/κορίτσια ερωτικά.	1	2	3	4	5	6	7
10	Συχνά εύχομαι τα αισθήματα του αγοριού/κοριτσιού μου για μένα να είναι τόσο δυνατά, όσο τα δικά μου για αυτόν/αυτή.	1	2	3	4	5	6	7
11	Προτιμώ να μην είμαι συναισθηματικά πολύ κοντα σε ερωτικούς συντρόφους.	1	2	3	4	5	6	7
12	Ανησυχώ πολύ για τις σχέσεις μου.	1	2	3	4	5	6	7
13	Αισθάνομαι άβολα όταν το αγόρι/κορίτσι μου θέλει να είναι συναισθηματικά πολύ κοντά μου.	1	2	3	4	5	6	7
14	Όταν το αγόρι/κορίτσι μου είναι μακριά μου, ανησυχώ ότι μπορεί να ενδιαφερθεί για κάποιον άλλο/άλλη.	1	2	3	4	5	6	7
15	Το βρίσκω σχετικά εύκολο να έρθω συναισθηματικά κοντά με το αγόρι/κορίτσι μου.	1	2	3	4	5	6	7
16	Όταν δείχνω τα αισθήματά μου στο αγόρι/κορίτσι μου, φοβάμαι ότι εκείνος δε θα αισθάνεται το ίδιο για μένα.	1	2	3	4	5	6	7
17	Δε μου είναι δύσκολο να έρθω συναισθηματικά κοντά με το αγόρι/κορίτσι μου.	1	2	3	4	5	6	7
18	Σπάνια ανησυχώ για το ότι το αγόρι/κορίτσι μου μπορεί να με αφήσει.	1	2	3	4	5	6	7
19	Συνήθως συζητώ τα προβλήματα και τις ανησυχίες μου με το αγόρι/ κορίτσι μου.	1	2	3	4	5	6	7
20	Το αγόρι/κορίτσι μου με κάνει να αμφισβητώ τον εαυτό μου.	1	2	3	4	5	6	7
21	Με βοηθάει το να στραφώ στο αγόρι/ κορίτσι μου σε ώρες ανάγκης.	1	2	3	4	5	6	7
22	Σπάνια ανησυχώ με την ιδέα ότι μπορεί να με εγκαταλείψουν.	1	2	3	4	5	6	7
23	Λέω στο αγόρι/κορίτσι μου σχεδόν τα πάντα.	1	2	3	4	5	6	7
24	Διαπιστώνω ότι το αγόρι/ κορίτσι μου δε θέλει να έρθει συναισθηματικά τόσο κοντά μου, όσο θα ήθελα.	1	2	3	4	5	6	7

25	Συζητώ τα πράγματα που με απασχολούν με το αγόρι/κορίτσι μου.	1	2	3	4	5	6	7
26	Μερικές φορές το αγόρι/ κορίτσι μου, αλλάζει τα αισθήματά του για μένα χωρίς φανερό λόγο.	1	2	3	4	5	6	7
27	Αισθάνομαι νευρικότητα όταν ένα αγόρι/κορίτσι έρθει συναισθηματικά πολύ κοντά μου.	1	2	3	4	5	6	7
28	Η επιθυμία μου να είμαι συναισθηματικά πολύ κοντά με τους άλλους, πολλές φορές τους φοβίζει και τους απομακρύνει.	1	2	3	4	5	6	7
29	Αισθάνομαι άνετα να στηριχθώ στο αγόρι/ κορίτσι μου.	1	2	3	4	5	6	7
30	Φοβάμαι ότι μόλις ένα αγόρι/κορίτσι με γνωρίσει καλά, δε θα του αρέσει ποιος/ ποια πραγματικά είμαι.	1	2	3	4	5	6	7
31	Το βρίσκω εύκολο να στηριχθώ σε ερωτικούς συντρόφους.	1	2	3	4	5	6	7
32	Θυμώνω που δεν παίρνω τη στοργή και την υποστήριξη που χρειάζομαι από το αγόρι/ κορίτσι μου.	1	2	3	4	5	6	7
33	Μου είναι εύκολο να είμαι τρυφερός/ή με το αγόρι/ κορίτσι μου.	1	2	3	4	5	6	7
34	Ανησυχώ ότι υστερώ σε σύγκριση με άλλους ανθρώπους.	1	2	3	4	5	6	7
35	Το αγόρι/ κορίτσι μου πραγματικά καταλαβαίνει εμένα και τις ανάγκες μου.	1	2	3	4	5	6	7
36	Μου φαίνεται ότι το αγόρι/ κορίτσι μου με προσέχει μόνο όταν είμαι θυμωμένος/η.	1	2	3	4	5	6	7

Ερωτηματολόγιο Γενικών Δυσκολιών

Δίπλα σε κάθε μία από τις παρακάτω προτάσεις υπάρχουν έξι πιθανές απαντήσεις:
Διάβασε κάθε πρόταση προσεκτικά και διάλεξε ποιά από τις απαντήσεις σου περιγράφει καλύτερα το πώς αισθάνεσαι για τον εαυτό σου. Στη συνέχεια κύκλωσε την απάντησή σου, δεξιά από την ερώτηση. Εάν κάποια από τις απαντήσεις δε σε εκφράζει ακριβώς, βάλε μέσα σε κύκλο την απάντηση που σε εκφράζει περισσότερο.

	<i>Διαφωνώ Πολύ</i>	<i>Διαφωνώ</i>	<i>Διαφωνώ Λίγο</i>	<i>Συμφωνώ Λίγο</i>	<i>Συμφωνώ</i>	<i>Συμφωνώ πολύ</i>
1. Άνθρωποι έχουν επισημάνει ότι είμαι υπερβολικά συναισθηματικός/ή.	1	2	3	4	5	6
2. Δυσκολεύομαι να εκφράσω τα συναισθήματά μου σε ανθρώπους για τους οποίους νοιάζομαι.	1	2	3	4	5	6
3. Συχνά αισθάνομαι συνεσταλμένος/η όταν είμαι με την οικογένεια μου.	1	2	3	4	5	6
4. Συνηθίζω να παραμένω σχετικά ήρεμος/η ακόμα και σε στρεσογόνες καταστάσεις.	1	2	3	4	5	6
5. Είναι πιθανό για μένα να προσπαθήσω να μαλακώσω ή να ξεδιαλύσω συγκρούσεις μεταξύ δυο ανθρώπων για τους οποίους νοιάζομαι.	1	2	3	4	5	6
6. Όταν κάποιος δικός μου με απογοητεύει, απομακρύνομαι από αυτόν για κάποιο χρονικό διάστημα.	1	2	3	4	5	6
7. Ό,τι και να συμβαίνει στη ζωή μου ξέρω ότι δεν θα χάσω ποτέ την αίσθηση του ποιος είμαι.	1	2	3	4	5	6
8. Τείνω να απομακρύνομαι όταν οι άνθρωποι έρχονται πολύ κοντά μου.	1	2	3	4	5	6
9. Έχει ειπωθεί (ή θα μπορούσε να ειπωθεί) για μένα ότι ακόμα είμαι πολύ προσκολλημένος/η στους γονείς μου (ή στο γονιό μου).	1	2	3	4	5	6
10. Εύχομαι να μην ήμουν τόσο συναισθηματικός/ή.	1	2	3	4	5	6
11. Συνήθως δεν αλλάζω την συμπεριφορά μου απλώς για να ευχαριστήσω έναν άλλον άνθρωπο.	1	2	3	4	5	6
12. Το αγόρι μου ή το κορίτσι μου δεν θα το ανεχόταν αν εξέφραζα σε αυτόν/ήν τα αληθινά μου συναισθήματα για κάποια πράγματα.	1	2	3	4	5	6
13. Όποτε υπάρχει κάποιο πρόβλημα στην σχέση μου ανυπομονώ να το ξεκαθαρίσω ευθύς αμέσως.	1	2	3	4	5	6

14. Κάποιες φορές τα συναισθήματα μου, με συνεπαίρνουν και δυσκολεύομαι να σκεφτώ καθαρά.	1	2	3	4	5	6
15. Όταν έχω μια διαφωνία με κάποιον, μπορώ να διαχωρίσω τις σκέψεις μου για το συγκεκριμένο ζήτημα από τα συναισθήματα μου για αυτόν τον άνθρωπο.	1	2	3	4	5	6
16. Συχνά νοιώθω άβολα όταν οι άνθρωποι έρχονται πολύ κοντά μου.	1	2	3	4	5	6
17. Είναι σημαντικό για μένα να έχω τακτική επαφή με τους γονείς μου.	1	2	3	4	5	6
18. Κάποιες φορές νοιώθω σαν να είμαι πάνω σε ένα συναισθηματικό τρενάκι του λούνα παρκ.	1	2	3	4	5	6
19. Δεν έχει νόημα να αναστατώνομαι για πράγματα που δεν μπορώ να αλλάξω.	1	2	3	4	5	6
20. Με απασχολεί μήπως χάσω την ανεξαρτησία μου από δικούς μου ανθρώπους.	1	2	3	4	5	6
21. Είμαι υπερβολικά ευαίσθητος/η στην κριτική.	1	2	3	4	5	6
22. Όταν το κορίτσι μου ή το αγόρι μου λείπει μακριά για μεγάλο χρονικό διάστημα νοιώθω σαν να λείπει ένα κομμάτι του εαυτού μου.	1	2	3	4	5	6
23. Αποδέχομαι τον εαυτό μου αρκετά.	1	2	3	4	5	6
24. Συχνά νοιώθω ότι το κορίτσι μου ή το αγόρι μου θέλει πάρα πολλά από μένα.	1	2	3	4	5	6
25. Προσπαθώ να ανταπεξέλθω στις προσδοκίες των γονιών μου.	1	2	3	4	5	6
26. Αν έχω μια διαφωνία με το κορίτσι μου ή το αγόρι μου τείνω να το σκέφτομαι όλη την μέρα.	1	2	3	4	5	6
27. Μπορώ να λέω όχι σε δυσκολίες ακόμα και όταν νοιώθω πίεση από αυτές.	1	2	3	4	5	6
28. Όταν κάποια από τις σχέσεις μου γίνεται πολύ έντονη, νοιώθω την ανάγκη να φύγω από αυτήν.	1	2	3	4	5	6
29. Διαφωνία με τους γονείς μου (γονιό) ή τα αδέρφια μου, μπορεί ακόμα να με κάνει να αισθανθώ χάλια.	1	2	3	4	5	6
30. Αν κάποιος είναι θυμωμένος/η μαζί μου δεν μπορώ να το ξεχάσω εύκολα.	1	2	3	4	5	6
31. Με απασχολεί λιγότερο το να με αποδέχονται οι άλλοι, από το να κάνω αυτό που εγώ νομίζω ότι είναι σωστό.	1	2	3	4	5	6

32. Δεν θα σκεφτόμουν ποτέ να στραφώ σε κάποιον από τα μέλη της οικογένειάς μου για συναισθηματική στήριξη.	1	2	3	4	5	6
33. Πιάνω τον εαυτό μου να σκέφτεται πολύ τη σχέση με το κορίτσι μου ή το αγόρι μου .	1	2	3	4	5	6
34. Πληγώνομαι εύκολα από τους άλλους	1	2	3	4	5	6
35. Η αυτο-εκτίμηση μου πραγματικά εξαρτάται από το πώς οι άλλοι σκέφτονται για μένα.	1	2	3	4	5	6
36. Όταν είμαι με το κορίτσι μου ή το αγόρι μου συχνά νιώθω όχι ξεχωριστός.	1	2	3	4	5	6
37. Ανησυχώ μήπως αρρωστήσουν, πληγωθούν, ή συγχυστούν οι κοντινοί μου άνθρωποι.	1	2	3	4	5	6
38. Συχνά αναρωτιέμαι για την εντύπωση που δίνω στους άλλους.	1	2	3	4	5	6
39. Όταν τα πράγματα πάνε στραβά, το να μιλάς γι' αυτά συνήθως τα κάνει χειρότερα.	1	2	3	4	5	6
40. Αισθάνομαι τα πράγματα πιο έντονα απ' ό,τι οι άλλοι.	1	2	3	4	5	6
41. Συνήθως κάνω αυτό που πιστεύω ότι είναι το σωστό, ασχέτως με το τι λένε οι άλλοι.	1	2	3	4	5	6
42. Η σχέση μας μπορεί να ήταν καλύτερη αν το κορίτσι μου ή το αγόρι μου, μου έδινε τον χώρο τον οποίο χρειάζομαι.	1	2	3	4	5	6
43. Τείνω να αισθάνομαι σχετικά σταθερός/η σε στρεσογόνες καταστάσεις.	1	2	3	4	5	6

Ευχαριστούμε για τη συμμετοχή και καλή σας ξεκούραση ☺