

Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Κρήτης



**Σχολή Τεχνολογικών Εφαρμογών
Τμήμα Μηχανικών Πληροφορικής**

Πτυχιακή εργασία



**Τίτλος: Βιβλιογραφική Ανασκόπηση για τον
Εθισμό στο Διαδίκτυο και τον
Κυβερνοεκφοβισμό**

Φωτεινή Μαυρομάτη (ΑΜ: 3449)

Επιβλέπων καθηγητής: Παπαδάκης Χάρης

Ευχαριστίες

Θα ήθελα να ευχαριστήσω όλους όσους με βοήθησαν κατά διάρκεια της φοιτητικής μου ζωής, είτε οικονομικά, είτε (και κυρίως) ηθικά. Επίσης, θα ήθελα να ευχαριστήσω τον κ. Παπαδάκη για την συμβολή του και την ανοχή του στην πραγματοποίηση αυτής της εργασίας.

Abstract

In the last decades has made the appearance of a phenomenon, which is characterized by poorly controlled use of computers and Internet access, which has harmful consequences. This phenomenon is called "Internet addiction". It has attracted the attention of many researchers and there have been several studies related to him. Also, the official recognition of the range of addictive disorders has been proposed, which has not yet been done. This is because it has not agreed whether it is a real addiction, while the non-recognition has led to the non-existence of a formal diagnosis. In this work we make a literature review of some of the studies (4) have been made on this subject from 2010 to 2015 and related to the diagnosis and treatment.

The second issue that we deal in this work is cyberbullying. The cyber-bullying (cyberbullying) is detrimental and desired communication activity, which uses any form of technological equipment, such as the Internet and describes the interpersonal relationships characterized by strength imbalance. With the advancement of technology, the researchers have shown keen interest in this issue, as the participation of adolescents in such incidents can have long-term physical and emotional consequences for them. We do, therefore, a review of studies related to cyberbullying (6) for the same period in order to identify the reasons that push young people to such conduct and report programs and policies that help to prevent such incidents.

Περίληψη

Τις τελευταίες δεκαετίες έχει κάνει την εμφάνισή του ένα φαινόμενο, το οποίο χαρακτηρίζεται από ανεπαρκώς ελεγχόμενη χρήση των ηλεκτρονικών υπολογιστών και της πρόσβασης στο Διαδίκτυο, η οποία έχει βλαβερές συνέπειες. Το φαινόμενο αυτό ονομάζεται “Εθισμός στο Διαδίκτυο”. Έχει προσελκύσει την προσοχή πολλών ερευνητών και έχουν γίνει αρκετές μελέτες που σχετίζονται με αυτόν. Επίσης, έχει προταθεί η επίσημη αναγνώρισή του στο φάσμα των εξαρτησιογόνων διαταραχών, πράγμα που ακόμα δεν έχει γίνει. Το γεγονός αυτό οφείλεται στο ότι δεν έχει συμφωνηθεί το αν πρόκειται για πραγματικό εθισμό, ενώ η μη αναγνώρισή του έχει οδηγήσει στη μη ύπαρξη επίσημης διάγνωσης του. Στην παρούσα εργασία κάνουμε μία βιβλιογραφική ανασκόπηση κάποιων από των μελετών (4) που έχουν γίνει για αυτό το θέμα από το 2010 μέχρι το 2015 και σχετίζονται με τη διάγνωση και τη θεραπεία του.

Το δεύτερο θέμα με το οποίο ασχολούμαστε σε αυτήν την εργασία είναι ο κυβερνοεκφοβισμός. Ο κυβερνοεκφοβισμός (cyberbullying) είναι η επιζήμια και επιδιωκόμενη δραστηριότητα επικοινωνίας, η οποία χρησιμοποιεί οποιαδήποτε μορφή τεχνολογικής συσκευής, όπως το Διαδίκτυο και περιγράφει τις διαπροσωπικές σχέσεις που χαρακτηρίζονται από ανισορροπία δύναμης. Με την πρόοδο της τεχνολογίας, οι ερευνητές έχουν δείξει έντονο ενδιαφέρον για αυτό το θέμα, καθώς η συμμετοχή των εφήβων σε τέτοια περιστατικά μπορεί να έχει μακροχρόνιες σωματικές και συναισθηματικές συνέπειες για αυτούς. Έχουμε κάνει, λοιπόν, μια ανασκόπηση μελετών που σχετίζονται με το cyberbullying (6) για την ίδια χρονική περίοδο με σκοπό να εντοπίσουμε τους λόγους που ωθούν τους νέους σε τέτοιες συμπεριφορές και να αναφέρουμε προγράμματα και πολιτικές που συμβάλλουν στην πρόληψη τέτοιων περιστατικών.

Περιεχόμενα

	Σελ.
Ευχαριστίες.....	2
Abstract.....	3
Περίληψη.....	4
Περιεχόμενα.....	5
Πίνακας πινάκων.....	6
1. <u>Εισαγωγή</u>	
1.1 Σκοπός.....	7
1.2 Συνοπτική Περιγραφή.....	7
2. <u>Έρευνες σχετικές με τον εθισμό στο Διαδίκτυο</u>	
2.1 Εθισμός στο Διαδίκτυο ή Υπερβολική χρήση του Διαδικτύου.....	9
2.2 Αξιολόγηση των κλινικών δοκιμών της θεραπείας του εθισμού στο Διαδίκτυο: συστηματική ανασκόπηση και αξιολόγηση με βάση το CONSORT.....	19
2.3 Η θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο: Μια μετά-ανάλυση.....	31
2.4 Έχει νόημα να γίνεται διάκριση μεταξύ του γενικού και του ειδικού εθισμού στο Διαδίκτυο: Τα στοιχεία από μια διαπολιτισμική μελέτη στη Γερμανία, την Σουηδία, την Ταϊβάν και την Κίνα.....	47
3. <u>Έρευνες σχετικές με το cyberbullying (κυβερνοεκφοβισμό)</u>	
3.1 Ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός (cyberbullying) και η συσχέτισή του με τον κλασσικό εκφοβισμό, το φύλο, και την συχνή και επικίνδυνη χρήση των εργαλείων επικοινωνίας που παρέχονται από το Internet.....	54
3.2 Ο κυβερνοεκφοβισμός σε άτομα που πάσχουν από Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής (ΔΕΠΥ) και σύνδρομο Asperger.....	68
3.3 Η επίδραση του κυβερνοεκφοβισμού και της σωματικής βίας στις αυτοκτονίες των εφήβων: Ο ρόλος της βίαιης συμπεριφοράς και της χρήσης ουσιών.....	81
3.4 Οι διαφορές στους προγνωστικούς παράγοντες του κλασσικού εκφοβισμού και του cyberbullying: μία 2-ετής μελέτη σε παιδιά σχολικής ηλικίας στην Κορέα.....	94
3.5 Η επικράτηση του εκφοβισμού σε όλα τα περιβάλλοντα: Μια μετά-ανάλυση μετρήσεων του cyberbullying και του κλασσικού εκφοβισμού.....	105
3.6 Παρεμβάσεις για τον εκφοβισμό γενικά και για το cyberbullying στα σχολεία: Μια συστηματική ανασκόπηση.....	116
4. Αποτελέσματα.....	129

Πίνακας πινάκων

	Σελ.
<u>Πίνακας 1</u> : Επικράτηση του εθισμού στο Διαδίκτυο σε μαθητές και φοιτητές (%).....	13
<u>Πίνακας 2</u> : Κατανομή των ρόλων του δείγματος.....	24
<u>Πίνακας 3</u> : Κατανομή συνολικού δείγματος έρευνας.....	25
<u>Πίνακας 4</u> : Κατανομή των θεραπειών με βάση το είδος τους.....	39
<u>Πίνακας 5</u> : Κατανομή των ρόλων του δείγματος.....	40
<u>Πίνακας 6</u> : Κατανομή συνολικού δείγματος έρευνας.....	40
<u>Πίνακας 7</u> : Δημογραφικά στοιχεία δειγμάτων.....	49
<u>Πίνακας 8</u> : Οι τρεις ομάδες χρηστών Διαδικτύου.....	51
<u>Πίνακας 9</u> : Κατανομή συνολικού δείγματος έρευνας.....	55
<u>Πίνακας 10</u> : Πιο συχνές μορφές cyberbullying (%).....	56
<u>Πίνακας 11</u> : Ηλικίες συμμετεχόντων.....	60
<u>Πίνακας 12</u> : Κατηγορίες συμμετεχόντων για την ανάλυση MANOVA.....	61
<u>Πίνακας 13</u> : Συχνότητα χρήσης εργαλείων επικοινωνίας Διαδικτύου % (Αριθμός ατόμων).....	62
<u>Πίνακας 14</u> : Κατανομή συνολικού δείγματος έρευνας.....	72
<u>Πίνακας 15</u> : Πιο συνηθισμένοι τρόποι cyberbullying (%).....	76
<u>Πίνακας 16</u> : Ταυτότητα του δράστη (%).....	77
<u>Πίνακας 17</u> : Αλληλοεπικάλυψη κλασσικού εκφοβισμού και cyberbullying.....	77
<u>Πίνακας 18</u> : Κατανομή εθνοικιότητων του δείγματος (%).....	85
<u>Πίνακας 19</u> : Κατανομή συνολικού δείγματος έρευνας(%).....	86
<u>Πίνακας 20</u> : Αποτελέσματα έρευνας στους εφήβους.....	89
<u>Πίνακας 21</u> : Περιγραφή δείγματος αρχικά και κατά την παρακαλούθηση.....	99
<u>Πίνακας 22</u> : Μέση τιμή ποσοστών επικράτησης της διάπραξης και της θυματοποίησης του εκφοβισμού στο Διαδίκτυο και στον πραγματικό κόσμο στο δείγμα μας.....	111
<u>Πίνακας 23</u> : Μέση τιμή ποσοστών επικράτησης για συμμετοχή σε κλασσικό εκφοβισμό και κυβερνοεκφοβισμό.....	113
<u>Πίνακας 24</u> : Τόπος διεξαγωγής των μελετών.....	120

1. Εισαγωγή

1.1 Σκοπός

Ο σκοπός αυτής της εργασίας, σε ότι αφορά τον εθισμό στο Διαδίκτυο, είναι, αρχικά, η προσπάθεια προσδιορισμού του μεγέθους του εθισμού αυτού. Αυτό παρατηρούμε ότι δεν μπορεί να γίνει με απόλυτη ακρίβεια, καθώς δεν συμφωνούν οι ερευνητές στη θέσπιση κάποιου αντίστοιχου επίσημου ερωτηματολογίου. Επίσης, εξετάζεται η ταυτόχρονη ύπαρξη και άλλων εθισμών. Αυτό γίνεται γιατί υπάρχει ένας αριθμός μελετητών που υποστηρίζει την άποψη ότι δεν υπάρχει εθισμός στο Διαδίκτυο, αλλά εθισμός σε άλλες δραστηριότητες, τις οποίες απλά διευκολύνει ο διαδικτυακός κόσμος (τζόγος, ψώνια, πορνογραφία κλπ). Ακόμα, αξιολογούνται υπάρχουσες θεραπείες και γίνεται μια προσπάθεια προσδιορισμού της αποτελεσματικότητάς τους. Τέλος, γίνεται αναφορά στη διάκριση του εθισμού στο Διαδίκτυο σε επιμέρους κατηγορίες.

Σε ότι αφορά το cyberbullying, σκοπός της εργασίας είναι να εξετάσει την σχέση του με διάφορους παράγοντες, όπως το φύλο και η βίαιη συμπεριφορά. Επίσης, εξετάστηκε ο εκφοβισμός σε κάποιες ειδικές κατηγορίες ατόμων για να παρατηρηθούν και εκεί οι συνέπειές του. Ακόμα, γίνεται αναφορά στο φαινόμενο των αυτοκτονιών των εφήβων και στο ποια είναι η σχέση των δύο μορφών του εκφοβισμού με αυτό. Επιπλέον, εξετάζεται το περιβάλλον που ζουν οι νέοι, καθώς και η ψυχολογία τους και το πόσο αυτά μπορεί να τον επηρεάσουν σε αυτό το ζήτημα. Τέλος, γίνεται μια προσπάθεια να αξιολογηθούν οι υπάρχουσες παρεμβάσεις για αυτό το θέμα.

1.2 Συνοπτική Περιγραφή

Εθισμός στο Διαδίκτυο: Η πρώτη μελέτη, είναι και αυτή μία αντίστοιχη βιβλιογραφική ανασκόπηση, η οποία τονίζει ιδιαίτερα την έλλειψη επίσημου διαγνωστικού ερωτηματολογίου για τον εθισμό αυτόν, ενώ αναφέρεται και στην συννοσηρότητά του με άλλες ψυχιατρικές διαταραχές. Η δεύτερη μελέτη, αναφέρει διάφορες θεραπείες που έχουν εφαρμοστεί και τις αξιολογεί με βάση την αξιολόγηση CONSORT. Η τρίτη μελέτη, περιγράφει και αυτή θεραπείες που χρησιμοποιούνται σε άτομα που είναι εθισμένα στο Διαδίκτυο και γίνεται μια προσπάθεια να προσδιοριστεί το κατά πόσον είναι αποτελεσματικές και το αν οι ψυχολογικές ή οι φαρμακευτικές θεραπείες έχουν μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα. Τέλος, η τέταρτη μελέτη ασχολείται με τη διάκριση του γενικευμένου εθισμού και των ειδικών μορφών του με στόχο το διαχωρισμό της παθολογικής χρήσης των διαφορετικών online δραστηριοτήτων που σχετίζονται με το Internet.

Cyberbullying: Η πρώτη μελέτη εξετάζει την σχέση μεταξύ ηλεκτρονικού και κλασσικού εκφοβισμού σε συνάρτηση με τα δύο φύλα και της συμβολή της συχνής και επικίνδυνης χρήσης του Διαδικτύου σε τέτοια περιστατικά. Στη δεύτερη μελέτη, ερευνάται η επικράτηση των δύο αυτών μορφών του εκφοβισμού σε νέους που πάσχουν από ΔΕΠΥ ή σύνδρομο Asperger και αξιολογούνται οι επιπτώσεις τους σε αυτά τα άτομα. Η τρίτη μελέτη αναφέρεται στην σχέση του να είναι κάποιος θύμα σωματικού ή ηλεκτρονικού εκφοβισμού με την αυτοκτονική συμπεριφορά και ελέγχει το αν η βίαιη συμπεριφορά είναι μεσολαβητής σε αυτούς και στις αυτοκτονίες.

Η τέταρτη μελέτη, έχει στόχο να διερευνήσει τους περιβαλλοντικούς και τους ψυχολογικούς παράγοντες που συνδέονται με τις δύο μορφές του εκφοβισμού. Η πέμπτη μελέτη, είναι μία ανασκόπηση ερευνών που αναφέρουν ποσοστά για την επικράτηση του cyberbullying και του κλασσικού εκφοβισμού. Τέλος, η έκτη μελέτη έχει στόχο να αξιολογήσει άλλες μελέτες που έχουν σχεδιαστεί με RCT , έτσι ώστε να εκτιμήσει την αποτελεσματικότητα των παρεμβάσεων για τον εκφοβισμό που εφαρμόζονται στα σχολεία.



2. Έρευνες σχετικές με τον εθισμό στο Διαδίκτυο

2.1 Εθισμός στο Διαδίκτυο ή Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου

September 2010

Authors: Aviv Weinstein, Michael Lejoyeux

From: Hadassah Medical Organization, Israel
Hospital Bichat Claude Bernard, France



Ιστορικό: Ο προβληματικός εθισμός στο Διαδίκτυο ή η υπερβολική χρήση του χαρακτηρίζεται από ανεπαρκώς ελεγχόμενες ανησυχίες και παρορμήσεις ή συμπεριφορές σχετικές με τη χρήση των ηλεκτρονικών υπολογιστών και την πρόσβαση στο Διαδίκτυο που οδηγούν σε βλάβη ή απελπισία. Προς το παρόν, δεν υπάρχει η αναγνώρισή του εντός του φάσματος των εξαρτησιογόνων διαταραχών και, ως εκ τούτου, δεν υπάρχει αντίστοιχη διάγνωση. Ωστόσο, έχει προταθεί η ένταξή του στην επόμενη έκδοση του “Διαγνωστικού και Στατιστικού Εγχειριδίου των Ψυχικών Διαταραχών” (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder - DSM).

Στόχος: Η ανασκόπηση της βιβλιογραφίας σχετικά με τον εθισμό στο Διαδίκτυο και συγκεκριμένα στα θέματα που αφορούν τη διάγνωση, τη φαινομενολογία, την επιδημιολογία και τη θεραπεία.

Μέθοδοι: Ανασκόπηση της δημοσιευμένης βιβλιογραφίας μεταξύ των ετών 2000 - 2009 σε Medline και PubMed χρησιμοποιώντας τον όρο “εθισμός στο διαδίκτυο”.

Αποτελέσματα: Οι έρευνες στις Ηνωμένες Πολιτείες και την Ευρώπη έχουν δείξει ποσοστό επικράτησης μεταξύ 1,5% και 8,2%, αν και τα διαγνωστικά κριτήρια και τα ερωτηματολόγια αξιολόγησης που χρησιμοποιήθηκαν για τη διάγνωση διαφέρουν μεταξύ των χωρών. Οι μελέτες σε δείγματα ασθενών αναφέρουν υψηλό ποσοστό ταυτόχρονης εκδήλωσης του εθισμού στο Διαδίκτυο με ψυχιατρικές διαταραχές, ειδικά συναισθηματικές διαταραχές (όπως η κατάθλιψη), διαταραχές άγχους (γενικευμένη αγχώδης διαταραχή, διαταραχή κοινωνικού άγχους) και Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ). Αρκετοί παράγοντες συμβάλλουν στην πρόβλεψη της προβληματικής χρήσης του Διαδικτύου, όπως τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας, οι παράγοντες που συνδέονται με την ανατροφή των παιδιών και γενικά με την οικογένεια, η χρήση του αλκοόλ και το κοινωνικό άγχος.

Συμπεράσματα και επιστημονική σημασία: Παρά το γεγονός ότι τα άτομα που είναι εξαρτημένα από το Διαδίκτυο, στην πραγματική ζωή δύσκολα καταστéλλουν τις υπερβολικές τους συμπεριφορές που σχετίζονται με αυτό, λίγα πράγματα είναι γνωστά για τους παθοφυσιολογικούς και τους γνωστικούς μηχανισμούς που ευθύνονται για αυτόν τον εθισμό. Λόγω της έλλειψης κάποιας μεθοδολογικά επαρκούς έρευνας, προς το παρόν είναι αδύνατον να προταθεί κάποια τεκμηριωμένη θεραπεία για αυτόν.

Εισαγωγή: Προσδιορισμός του προβλήματος

Η προβληματική χρήση του Διαδικτύου ή ο εθισμός χαρακτηρίζεται από υπερβολικές ή ανεπαρκώς ελεγχόμενες ανησυχίες και παρορμήσεις ή συμπεριφορές σχετικές με την πρόσβαση στο Διαδίκτυο που οδηγούν σε βλάβη ή απελπισία. Η κατάσταση αυτή έχει προσελκύσει την ολοένα και αυξανόμενη προσοχή των δημοφιλών μέσων (media) και των ερευνητών και αυτή συνδέεται με την ταυτόχρονη αύξηση της χρήσης των ηλεκτρονικών υπολογιστών και της πρόσβασης στο Διαδίκτυο. Φαινομενικά, φαίνεται να υπάρχουν τουλάχιστον τρεις υποτύποι: το υπερβολικό διαδικτυακό παιχνίδι (gaming), οι σεξουαλικές ανησυχίες (cybersex), και τα e-mail και τα υπόλοιπα μηνύματα. Οι εξαρτημένοι μπορεί να χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο για μεγάλα χρονικά διαστήματα, απομονώνοντας τον εαυτό τους από άλλες μορφές κοινωνικών επαφών και εστιάζοντας το ενδιαφέρον τους σχεδόν εξ ολοκλήρου σε αυτό, αντί στα διάφορα γεγονότα της ζωής τους. Στην Ιταλία, σε ένα δείγμα εφήβων, ένα ποσοστό της τάξης του 36,7% παρουσίασε σημάδια προβληματικής χρήσης του Διαδικτύου. Σερφάροντας στο Διαδίκτυο για πολλές ώρες την εβδομάδα, κατέληγαν να χρησιμοποιούν λανθασμένες στρατηγικές αντιμετώπισης των προβλημάτων τους και είχαν χειρότερες διαπροσωπικές σχέσεις από τους άλλους συνομήλικούς τους που δεν έδειχναν τέτοια σημάδια. Κάποιοι έχουν διατυπώσει την άποψη ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο μπορεί να εξηγηθεί από την ανάγκη να ξεφύγουν από τον εαυτό τους και ότι μπορεί να ευθύνεται για τον υπερβολικό χρόνο που σπαταλούν παίζοντας παιχνίδια στο Internet.

Υπάρχει μια σημαντική διαμάχη σχετικά με τη διάγνωση του εθισμού στο Διαδίκτυο και του κατά πόσο θα πρέπει να συμπεριληφθεί ως οντότητα διάγνωσης στην πέμπτη έκδοση του DSM. Αρκετές διαταραχές ελέγχου έχουν προταθεί επειδή έχουν ομοιότητες με εθιστικές ουσίες. Σε αυτές συμπεριλαμβάνονται η παθολογική ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια και η κλεπτομανία. Επίσης, έχουν εξεταστεί τα παιχνίδια στο computer και τα video games και ο εθισμός στο διαδίκτυο για ένταξη στο προσεχές DSM. Αυτό το άρθρο εξετάζει τα αποδεικτικά στοιχεία που δείχνουν τις ομοιότητες μεταξύ του εθισμού στο Διαδίκτυο και της διαταραχής της χρήσης ουσιών και τη διάκρισή τους από την ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή και προσδιορίζει τους τομείς της αβεβαιότητας που δικαιολογούν μελλοντική έρευνα. Σε αυτήν παρουσιάζονται τρία διαφορετικά μοντέλα που προτείνονται για τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Μερικοί ερευνητές έχουν εξετάσει τις διαταραχές ελέγχου της παρορμητικότητας ως μέρος του φάσματος της ψυχαναγκαστικής διαταραχής. Το μοντέλο αυτό υποστηρίζεται από την απεικόνιση του εγκεφάλου και από μελέτες φαρμακευτικής θεραπείας με Αναστολείς Επαναπρόσληψης Σεροτονίνης (Selective Serotonin Reuptake Inhibitors - SSRI) (αν και άλλες θεραπευτικές αγωγές και μελέτες απεικόνισης του εγκεφάλου μπορεί να το αμφισβητήσουν). Δεύτερον, ο ισχύων στόχος του DSM είναι η δημιουργία μιας ξεχωριστής κατηγορίας των ψυχαναγκαστικών διαταραχών, της χρήση του Διαδικτύου. Τρίτον, ορισμένοι ψυχίατροι έχουν υποστηρίξει ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο πρέπει να συμπεριληφθεί

στο φάσμα των εθιστικών συμπεριφορών, δεδομένου ότι έχει τα χαρακτηριστικά της υπερβολικής χρήσης, παρά τις αρνητικές συνέπειες, των στερητικών φαινομένων και της ανοχής που χαρακτηρίζουν πολλές τέτοιες διαταραχές. Ωστόσο, υπάρχουν λίγα στοιχεία που σχετίζονται με αυτούς τους ισχυρισμούς. Δεν είναι σαφές αν ο εθισμός στο Διαδίκτυο αποτελεί συνήθως την έκφραση μιας υποκείμενης διαταραχής ή είναι πράγματι μια διακριτή οντότητα ασθένειας. Η συχνή εμφάνιση του εθισμού στο Διαδίκτυο σε συνδυασμό με την ταυτόχρονη εκδήλωση άλλων διαταραχών θέτει πολύπλοκα ζητήματα για την αιτιότητά του. Έχει υποστηριχθεί ότι, με βάση τα περιορισμένα διαθέσιμα στοιχεία σχετικά με την πορεία, την πρόγνωση, τη χρονική σταθερότητα και την ανταπόκριση στη θεραπεία, φαίνεται πρόωρο να εξεταστεί ο εθισμός στο Internet ως μια διακριτή οντότητα ασθένειας. Ωστόσο, η πορεία της έρευνας δείχνει ότι ορισμένα άτομα με εθισμό στο Διαδίκτυο διατρέχουν σημαντικό κίνδυνο και χρήζουν επαγγελματικής φροντίδας και θεραπείας. Για την επίλυση αυτών των αντιπαραθέσεων απαιτούνται προσεκτικά ελεγχόμενες μελέτες. Αυτή η ανασκόπηση αναζητά άρθρα που δημοσιεύτηκαν μεταξύ 2000 και 2009 στο Medline και στο PubMed χρησιμοποιώντας ως λέξη κλειδί τον "Εθισμό στο Διαδίκτυο" και σχετίζονται με τα θέματα της διάγνωσης, της φαινομενολογίας, της επιδημιολογίας, και της θεραπείας.

Διάγνωση και συχνότητα

Η διάγνωση του εθισμού στο Διαδίκτυο (εξάρτηση) παραμένει προβληματική. Δεν φαίνεται σε κανένα επίσημο διαγνωστικό σύστημα, συμπεριλαμβανομένου του DSM, και δεν υπάρχουν ευρέως αποδεκτά διαγνωστικά κριτήρια. Τέσσερα συστατικά είναι αυτά που έχουν προταθεί ως απαραίτητα για τη διάγνωση: 1) η υπερβολική χρήση του Διαδικτύου που συχνά συνδέεται με απώλεια αίσθησης του χρόνου ή αμέλεια για βασικές ανάγκες, 2) η απομόνωση, συμπεριλαμβανομένων των συναισθημάτων θυμού, έντασης ή ακόμα και κατάθλιψης όταν η πρόσβαση στον υπολογιστή δεν είναι εφικτή, 3) η ανοχή και η ανάγκη για απόκτηση καλύτερου εξοπλισμού ηλεκτρονικών υπολογιστών και λογισμικού και για περισσότερες ώρες χρήσης και 4) οι αρνητικές συνέπειες, συμπεριλαμβανομένης της χρήσης δικαιολογιών και ψεμάτων, της κακής απόδοσης στο σχολείο, της επαγγελματικής αποτυχίας, της κοινωνικής απομόνωσης και της κόπωσης.

Δεν υπάρχουν διαγνωστικά μέσα για τον εθισμό στο Διαδίκτυο που να δείχνουν επαρκή αξιοπιστία και εγκυρότητα σε όλες τις χώρες. Σε μια πρόσφατη συστηματική ανάλυση των διαφόρων διαγνωστικών οργάνων διαπίστωθηκε ότι οι προηγούμενες μελέτες χρησιμοποίησαν αντιφατικά κριτήρια για τον ορισμό "εξαρτημένοι από το διαδίκτυο", εφαρμόζοντας μεθόδους που μπορεί να προκαλέσουν προκατάληψη ως προς τη δειγματοληψία και εξέτασαν τα δεδομένα χρησιμοποιώντας κυρίως διερευνητικές και όχι επιβεβαιωτικές τεχνικές ανάλυσης των δεδομένων για τη διερεύνηση του βαθμού συσχέτισης των μεταβλητών. Έτσι, τα στοιχεία που κυριαρχούν σχετικά με την παθολογική χρήση του Διαδικτύου χαρακτηρίζονται από μεθοδολογικές δυσκολίες σε ότι αφορά τη διάγνωση και την ανομοιογένεια των διαγνωστικών μέσων. Αυτό καθιστά δύσκολη τη σύγκριση των επικρατούσων τιμών μεταξύ των χωρών.

Τα ερωτηματολόγια για τη διάγνωση του εθισμού στο Διαδίκτυο έχουν στοιχεία που χρησιμοποιήθηκαν και στα ερωτηματολόγια για εξάρτηση από ουσίες, καθώς και νέα στοιχεία που σχετίζονται με τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Το πιο συχνά χρησιμοποιούμενο ερωτηματολόγιο είναι η "Κλίμακα του Young για τον Εθισμό στο

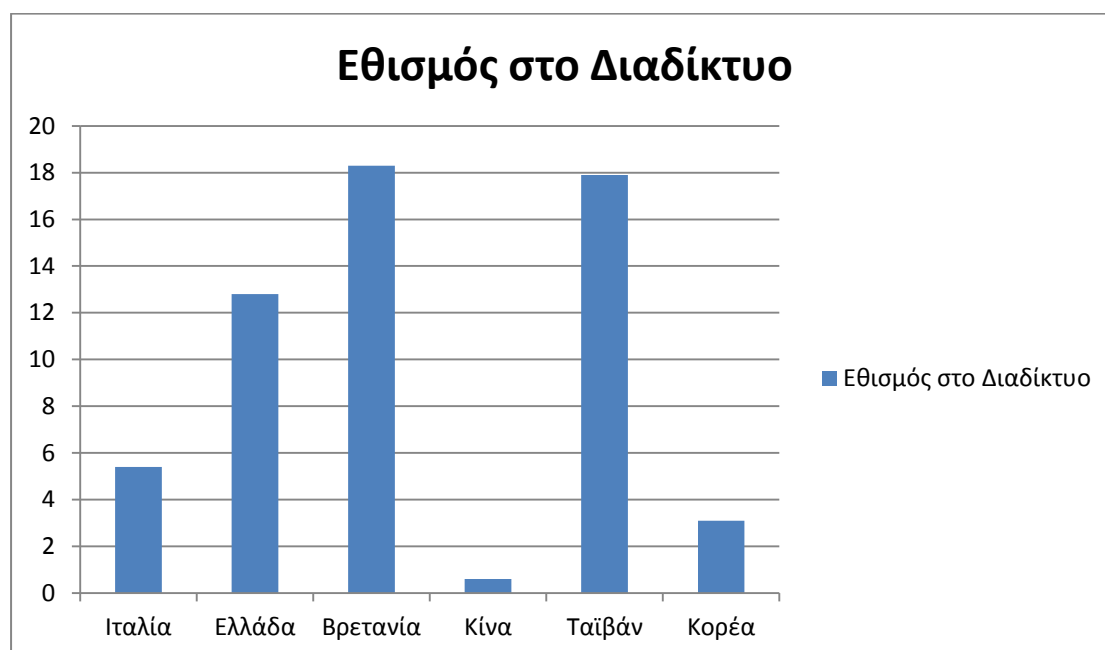
Διαδίκτυο” (Young’s Internet Addiction Scale – IAT), το οποίο έχει επικυρωθεί από το Ηνωμένο Βασίλειο, τις Ηνωμένες Πολιτείες, τη Φινλανδία, και την Κορέα. Η “Κλίμακα του Chen για τον Εθισμό στο Διαδίκτυο” (Chen Internet Addiction Scale – CIAS) έχει χρησιμοποιηθεί ευρέως στην Ταϊβάν. Το “Ερωτηματολόγιο Σχετικά με τις Εμπειρίες που σχετίζονται με το Internet” (Questionnaire of Experiences Related to Internet) έχει επικυρωθεί στην Ισπανία, η “Κλίμακα της Ψυχαναγκαστικής Χρήσης του Διαδικτύου” (Compulsive Internet Use Scale - CIUS) στην Ολλανδία και το “Ερωτηματολόγιο της Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου” (Problematic Internet Use Questionnaire - PIUQ) στην Ουγγαρία. Οι μέθοδοι αξιολόγησης έχουν εξεταστεί από τον Beard. Η IAT αναπτύχθηκε για να βοηθήσει τους εξαρτημένους από το Internet, όσους δεν είναι σίγουροι αν είναι εθισμένοι στο Διαδίκτυο και εκείνους που πιστεύουν ότι γνωρίζουν κάποιον που κάνει παθολογική χρήση του Internet. Η CIUS έχει το πλεονέκτημα ότι διαθέτει 7 υποκλίμακες του Εθισμού στο Διαδίκτυο που σχετίζονται με μεταβλητές ψυχοκοινωνικής υγείας, όπως η κατάθλιψη, η μοναξιά, η δειλία και η αυτοεκτίμηση. Τα μέσα αυτά βασίζονται σε διαφορετικό θεωρητικό υπόβαθρο και δεν συμφωνούν με τις υποκείμενες διαστάσεις που συνθέτουν την προβληματική χρήση του Διαδικτύου. Μια άλλη κριτική είναι ότι ορισμένα στοιχεία δεν έχουν σχέση με τον εθισμό. Υπάρχουν επίσης κάποιοι γενικοί προβληματισμοί που σχετίζονται με τη χρήση στοιχείων αυτοέκθεσης, με ανέντιμες απαντήσεις και με το γεγονός ότι οι συμμετέχοντες δεν μπορούσαν να καταλάβουν κάποιες ερωτήσεις ή παρερμήνευαν τα διάφορα σημεία ελέγχου. Επιπλέον, υπάρχει ένα πρόβλημα μεροληψίας στα άτομα που συμμετέχουν από ιστοσελίδες ή από προπτυχιακά μαθήματα και όχι από κατάλληλες ομάδες ελέγχου. Η χρήση μιας ιστοσελίδας μπορεί να επηρεάσει το πώς οι άνθρωποι ανταποκρίθηκαν, καθώς και τον αριθμό των έγκυρων απαντήσεων που λαμβάνονται. Τέλος, ένα άτομο μπορεί να δείχνει εθιστικές συμπεριφορές σε μια εφαρμογή, αλλά όχι απαραίτητα και σε άλλες.

Χρησιμοποιώντας διάφορα ερωτηματολόγια, όπως αυτά που σχετίζονται με την IAT, έχουμε καταλήξει στο συμπέρασμα ότι τα διεθνή ποσοστά για τον εθισμό στο Διαδίκτυο που επικρατούν κυμαίνονται από 1,5% έως 8,2%. Στις Ηνωμένες Πολιτείες, σε μια ηλεκτρονική έρευνα σε ένα κοινό πρόγραμμα με το ABC-NEWS.com που ανταποκρίθηκαν 17.251 άτομα, διαπιστώθηκε ότι το 6% των ατόμων που συμμετείχαν στην έρευνα πληρούσε τα κριτήρια του εθισμού στο Διαδίκτυο. Μια πρόσφατη τηλεφωνική έρευνα σε τυχαία άτομα του πληθυσμού των ΗΠΑ ανέφερε μια εκτίμηση της τάξεως του 0,3 - 0,7%. Μια μελέτη σε μαθητές από το πανεπιστήμιο των νότιων Η.Π.Α. κατέληξε στο συμπέρασμα ότι περίπου το ένα τέταρτο από αυτούς πληρούσε τα κριτήρια της εξάρτησης από το Internet.

Στη Γερμανία, περίπου 1,5 εκατομμύρια άνθρωποι, δηλαδή το 3% του γερμανικού πληθυσμού, πιστεύεται ότι βρίσκεται σε κίνδυνο για εθισμό στο Διαδίκτυο. Το ποσοστό της προβληματικής χρήσης του Διαδικτύου στους Ιταλούς εφήβους είναι 5,4%. Η επικράτηση της οριακής χρήσης του Internet στους Έλληνες εφήβους είναι 12,8%, ενώ το 10,4% των ανδρών που κάνουν υπερβολική χρήση του Διαδικτύου αναφέρουν εθισμό στη χρήση του. Χρησιμοποιώντας το PIUQ σε Βρετανούς φοιτητές, το αποτέλεσμα ήταν ένα ποσοστό της τάξεως του 18,3% να θεωρηθούν παθολογικοί χρήστες του Διαδικτύου.

Ο εθισμός στο Διαδίκτυο έχει μελετηθεί περισσότερο στην Άπω Ανατολή. Μια κινέζικη μελέτη χρησιμοποιώντας την IAT διαπίστωσε ότι, μεταξύ των ατόμων ηλικίας 13 έως 18 χρόνων που ανταποκρίθηκαν σε αυτή τη μελέτη, το 10,2%

χρησιμοποιούσαν το Διαδίκτυο σε μέτριο βαθμό και το 0,6% ήταν σοβαρά εθισμένοι σε αυτό. Τα ποσοστά επικράτησης του εθισμού στο Διαδίκτυο είναι 6,44% στην επαρχία Shaanxi της Κίνας και μεταξύ 2,4% και 5,52% στην επαρχία Hunan. Ανάμεσα στους πρωτοετείς φοιτητές του πανεπιστημίου της Ταϊβάν, το 17,9% ήταν εθισμένο στο Διαδίκτυο. Ανάμεσα στους μαθητές Γυμνασίου της Κορέας, το 16% ήταν χρήστες που πιθανόν να βρίσκονταν σε κίνδυνο και το 3,1% ήταν χρήστες υψηλού κινδύνου. Άλλες μελέτες στην Κορέα έχουν καταλήξει σε ποσοστά 4,3%, 10,7%, 20,3%, 1,6% και 3,5% των εφήβων με διάγνωση εθισμού στο Διαδίκτυο. Η σημαντικότερη δυσκολία σε αυτές τις μελέτες είναι ότι χρησιμοποιούν ασαφείς όρους για να περιγράψουν τα επίπεδα της χρήσης του Διαδικτύου, όπως “οριακή”, “υπερβολική”, “σε κίνδυνο” και “εθιστική”, οι οποίοι δεν ορίζονται λειτουργικά ή δε έχουν επικυρωθεί κλινικά.



Πίνακας 1: Επικράτηση του εθισμού στο Διαδίκτυο σε μαθητές και φοιτητές (%)

Συννοσηρότητα

Σύγχρονες μελέτες σε δείγματα ασθενών αναφέρουν υψηλά ποσοστά συννοσηρότητας του εθισμού στο Διαδίκτυο με ψυχιατρικές διαταραχές, όπως συναισθηματικές διαταραχές, διαταραχές άγχους (συμπεριλαμβανομένης της διαταραχής γενικευμένου άγχους και της διαταραχής κοινωνικού άγχους) και ΔΕΠΥ. Έχει διατυπωθεί η άποψη ότι η σχέση μεταξύ της μοναξιάς και της προτίμησης για online κοινωνικές συναναστροφές είναι πλαστική και ότι το κοινωνικό άγχος είναι η μεταβλητή που προκαλεί αυτή την σύγχυση.

Οι Γερμανοί μαθητές που ήταν εξαρτημένοι από το internet είχαν, σε ένα ποσοστό της τάξεως του 78%, εμφανίσει ταυτόχρονη διαταραχή καταθλιπτικής διάθεσης, καθώς και υψηλά ποσοστά παρορμητικότητας και κατάθλιψης. Όσον αφορά τη διαταραχή του άγχους, βρέθηκε υψηλότερο ποσοστό ατόμων σε μια ομάδα χρηστών που έκαναν προβληματική χρήση του Διαδικτύου σε σύγκριση με τους χρήστες που δεν έκαναν τέτοια χρήση. Στους εφήβους των Ηνωμένων Πολιτειών, βρέθηκε ταυτόχρονη εμφάνιση υπομανίας, δυσθυμίας, ψυχαναγκαστικών διαταραχών της

προσωπικότητας, οριακών διαταραχών της προσωπικότητας, καθώς επίσης και διαταραχές που σχετίζονται με την αποφυγή της επικοινωνίας με άλλους ανθρώπους. Ο συνδυασμός της αλεξιθυμίας, της έλλειψης επικοινωνίας με άλλα άτομα, της χαμηλής αυτοεκτίμησης και της γενικότερης απορρύθμισης προτάθηκαν ως παράγοντες κινδύνου για τον εθισμό στο Internet σε ένα δείγμα των Ιταλών εφήβων. Οι άντρες φοιτητές της Φινλανδίας είχαν υψηλότερο μέσο όρο βαθμολογίας στην IAT από ότι οι γυναίκες. Στους εφήβους της Νότιας Κορέας, υπήρξε μια σημαντική συσχέτιση μεταξύ του εθισμού στο Διαδίκτυο και των καταθλιπτικών συμπτωμάτων, καθώς επίσης και των υψηλών επιπέδων κατάθλιψης και αυτοκτονικού ιδεασμού.

Στην Ταϊβάν, οι έφηβοι με εθισμό στο Διαδίκτυο είχαν υψηλότερα ποσοστά ΔΕΠΥ, κατάθλιψης, κοινωνικής φοβίας και επιθετικότητας. Οι άντρες φοιτητές είχαν υψηλότερα τα ποσοστά ΔΕΠΥ, κατάθλιψης και επιθετικότητας που σχετίζονται με τον εθισμό στο Διαδίκτυο, ενώ οι γυναίκες φοιτήτριες είχαν υψηλότερα τα ποσοστά που σχετίζονται μόνο με τη ΔΕΠΥ και την κατάθλιψη. Ο εθισμός στο Διαδίκτυο, η παρορμητικότητα και η ΔΕΠΥ που συνδέονται με τον εθισμό στο Διαδίκτυο παρατηρήθηκε σε μεγαλύτερο ποσοστό στις φοιτήτριες στο κολλέγιο της Ταϊβάν (Taiwanese college). Τέλος, στους μαθητές της Ταϊβάν, παρατηρήθηκε μια συσχέτιση μεταξύ του εθισμού στο Διαδίκτυο και της επιβλαβής χρήσης του αλκοόλ από αυτούς. Είναι άγνωστο αν αυτές οι συνυπάρχουσες διαταραχές του εθισμού στο Διαδίκτυο μπορούν να θεωρηθούν ως επιμέρους παράγοντες κινδύνου ή απλά θεωρούνται δευτεροπαθείς διαταραχές.

Γιατί οι άνθρωποι εθίζονται στο Internet:

Για τους χρήστες που είναι εθισμένοι στο Διαδίκτυο, η υπερβολική συμπεριφορά τους μπορεί να χρησιμεύσει ως (ανεπαρκής) στρατηγική αντιμετώπισης του άγχους. Μια μελέτη σε παιδιά στη Γερμανία που ήταν εξαρτημένα από το Internet έβγαλε τα συμπεράσματά της παρακολουθώντας το πως αυτά παρακολουθούσαν τηλεόραση, την επικοινωνία τους, την ικανότητα συγκέντρωσής τους στο σχολείο και τις μεθόδους που προτιμούσαν για να αντιμετωπίσουν τα αρνητικά συναισθήματα που είχαν επειδή διέφεραν από τα άλλα παιδιά.

Το Διαδίκτυο μπορούσε επίσης να χρησιμοποιηθεί ως forum για την διεύρυνση των κοινωνικών τους δικτύων και έτσι αυξάνονταν οι πιθανότητες για δημιουργία ουσιαστικών σχέσεων, αίσθηση αυτοπεποίθησης, επίδειξη κοινωνικών ικανοτήτων και παροχή κοινωνικής υποστήριξης. Παρά το γεγονός ότι, αυτοί που κατά κύριο λόγο χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο για online chat, διατύπωναν την άποψη ότι το Διαδίκτυο είναι ψυχολογικά επωφελές για αυτούς, πίστευαν επίσης ότι οι συχνοί χρήστες του Διαδικτύου είναι μοναχικοί και ότι το Διαδίκτυο μπορεί να είναι εθιστικό. Ως εκ τούτου, υποστηρίζεται ότι οι χρήστες που είναι κοινωνικά φοβισμένοι μπορεί να χρησιμοποιούν αυτόν τον τύπο της συνομιλίας (chat) ως μια μορφή κοινωνικής προσέγγισης χαμηλού κινδύνου και μια ευκαιρία να “προβάρουν” την κοινωνική τους συμπεριφορά και τις επικοινωνιακές τους δεξιότητες, η οποία μπορεί να τους βοηθήσει να βελτιώσουν τις αντιδράσεις τους στις προσωπικές τους επαφές με το κοινωνικό τους περιβάλλον.

Άλλοι έχουν εκφράσει την άποψη ότι τα άτομα με εξάρτηση στο Διαδίκτυο, το χρησιμοποιούν ως μηχανισμό αντιμετώπισης των υφιστάμενων ψυχολογικών και αναπτυξιακών προβλημάτων τους.

Ο εθισμός στο cybersex έχει γίνει μια σημαντική συνιστώσα του εθισμού στο Διαδίκτυο για πολλούς άνδρες και γυναίκες που έχουν πέσει θύματα της εύκολης προσβασιμότητας, των προσιτών τιμών και της ανωνυμίας της online σεξουαλικής συμπεριφοράς. Μερικοί ασθενείς εμφανίζουν προβλήματα με τον εθισμό στο cybersex λόγω των εμπειριών που έχουν, ενώ άλλοι χρήστες μπορεί να έχουν κάποιο υποκείμενο τραύμα, κατάθλιψη ή εθισμό. Τόσο οι άνδρες όσο και οι γυναίκες με προβλήματα που σχετίζονται με το cybersex εμφανίζουν δυσκολία προσαρμογής, συμπεριφορά εξάρτησης, αναπαράσταση των τραυμάτων της ζωής, διαταραγμένη ερωτική ζωή, οικειότητα με τη δυσλειτουργία και εθιστική συμπεριφορά.

Αυτοί οι μηχανισμοί της δυσκολίας προσαρμογής φαίνεται να επικαλύπτονται με τον σεξουαλικό εθισμό μέσω του Διαδικτύου.

Στην περίπτωση του εθισμού στο cybersex, το περιεχόμενο της οθόνης, δηλαδή η πορνογραφία, είναι μια ειδική μορφή συμπεριφοράς σεξουαλικού εθισμού με τη βοήθεια υπολογιστή. Οι θεραπευτές αναφέρουν έναν ολοένα και αυξανόμενο αριθμό ασθενών που έχουν εθιστεί σε αυτήν τη δραστηριότητα (μια μορφή εθισμού τόσο στο Διαδίκτυο όσο και στο σεξ) με τα καθιερωμένα προβλήματα που σχετίζονται με αυτήν.

Παράγοντες που δείχνουν προβληματική χρήση του Internet

Αρκετές μελέτες έχουν εξετάσει το ρόλο των παραγόντων της προσωπικότητας στην υπερβολική χρήση του Διαδικτύου. Η υψηλή συχνότητα χρήσης του Διαδικτύου, η έλλειψη επιμονής (μια πτυχή της παρορμητικότητας) και η συμμετοχή σε online ομάδες προέβλεπαν σε σημαντικό βαθμό την προβληματική χρήση του Διαδικτύου στους μαθητές της Αυστραλίας. Οι έφηβοι της Νότιας Κορέας που ήταν εθισμένοι στο Internet είχαν περισσότερα διαπροσωπικά προβλήματα σε σχέση με τους υγιείς χρήστες. Σε δύο μελέτες της Νότιας Κορέας διαπιστώθηκε ότι παράγοντες της προσωπικότητας, όπως η εξάρτηση της ανταμοιβής και η χαμηλή συνεργατικότητα σχετίζονται θετικά με τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Επίσης, ο εθισμός στο Διαδίκτυο σχετίζεται θετικά με το κοινωνικό άγχος και τη δυσαρέσκεια από τις επαφές με άλλα άτομα, καθώς επίσης και με τη νοοτροπία της ανατροφής των παιδιών, την επικοινωνία μέσα στην οικογένεια, τη συνοχή της και την έκθεσή της στη βία.

Στην ενδοχώρα της Κίνας, κάποιοι πιθανοί παράγοντες κινδύνου για τον εθισμό στο Διαδίκτυο που ταυτοποιήθηκαν σε εφήβους ήταν το αρσενικό φύλο, το ποτό, η απογοήτευση από την οικογένεια και η εμπειρία πρόσφατων στρεσογόνων γεγονότων. Παρόμοιοι παράγοντες βρέθηκαν σε εφήβους που ήταν εθισμένοι στο Διαδίκτυο στην Ταϊβάν, π.χ. οι περισσότεροι από αυτούς το χρησιμοποιούσαν με φίλους ή αδέρφια με ταυτόχρονη κατανάλωση αλκοόλ, είχαν λίγες σχέσεις με άλλα άτομα στο σχολείο, υπήρχε υψηλό ποσοστό οικογενειακών συγκρούσεων και χαμηλό ποσοστό της λειτουργίας του θεσμού της οικογένειας, πιστεύεται ότι υπήρχε θετική στάση των γονιών στη χρήση ουσιών από εφήβους και τέλος ζούσαν σε αγροτικές περιοχές.

Γνωστικοί παράγοντες που σχετίζονται με το πρόβλημα της χρήσης του διαδικτύου

Τα άτομα που είναι εξαρτημένα από το Internet μπορεί να έχουν δυσκολία στην καταστολή των υπέρμετρων διαδικτυακών συμπεριφορών τους και στην πραγματική

ζωή. Σύμφωνα με μια μελέτη που έγινε από τα Τυχερά παιχνίδια της Iowa (Iowa Gambling Task), διαπίστωθηκε ότι τα άτομα που είναι εξαρτημένα από το Διαδίκτυο έχουν δυσκολία στη λήψη αποφάσεων και κυρίως στην καθυστέρηση της λήψης, και όχι στην αδυναμία τους να μάθουν από τα απρόοπτα γεγονότα.

Μια πρόσφατη μελέτη εξέτασε τους νευρογνωστικούς συσχετισμούς του εθισμού στο Διαδίκτυο που περιγράφουν τα χαρακτηριστικά της λήψης αποφάσεων, τη δυνατότητα να παίρνουν ρίσκα και την προσωπικότητα των φοιτητών του κολεγίου που ήταν εθισμένοι στο Διαδίκτυο. Η μελέτη έδειξε ότι οι εθισμένοι μαθητές στο κομμάτι που αφορά τα τυχερά παιχνίδια παρουσιάζουν καλύτερη απόδοση στη λήψη αποφάσεων, ενώ στο κομμάτι που αφορά την ανάληψη ρίσκων δήλωσαν ότι δεν είχαν πολλές πιθανότητες να συμμετέχουν σε τέτοιου είδους δραστηριότητες. Οι υψηλές επιδόσεις τους στο τεστ τυχερών παιχνιδιών της Iowa διαφοροποιούν την ομάδα των ατόμων που είναι εθισμένοι στο Διαδίκτυο από αυτούς που κάνουν χρήση ουσιών και από τις ομάδες ατόμων που έχουν παθολογική σχέση με το τζόγο, αφού σε αυτές τις ομάδες έχει αποδειχθεί ανεπάρκεια στη λήψη αποφάσεων σύμφωνα με αυτό το τεστ.

Προσδοκώμενες μελέτες σχετικά με την έκβαση του εθισμού στο διαδίκτυο

Πολύ λίγα είναι γνωστά σχετικά με τους παράγοντες που σχετίζονται με τις συνέπειες του εθισμού στο Διαδίκτυο. Με βάση την πληθυσμιακή μελέτη που έγινε στους εφήβους της Ταϊβάν για την αξιολόγηση της συχνότητας εμφάνισης και των ποσοστών ύφεσης του εθισμού στο Internet και με βάση τους σχετικούς προγνωστικούς παράγοντες, διαπιστώθηκε ότι το ποσοστό ύφεσης του εθισμού στο Internet σε ένα χρόνο ήταν 49,5%. Η χαμηλή αυτοεκτίμηση, το χαμηλό ποσοστό της λειτουργίας του θεσμού της οικογένειας και τα online παιχνίδια συσχετίστηκαν σε μεγάλο βαθμό με τον εθισμό στο Διαδίκτυο, ενώ η έλλειψη επιθετικότητας συνδεόταν με την ύφεση αυτού του φαινομένου. Μια ακόμα μελέτη διάρκειας δύο χρόνων εξέτασε τις προβλεπόμενες τιμές της ψυχοπαθολογίας σχετικά με τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Με τη μελέτη αυτή διαπιστώθηκε επίσης ότι η κατάθλιψη, η ΔΕΠΥ, η κοινωνική φοβία και η επιθετικότητα μπορούν να προβλέψουν την εμφάνιση του εθισμού στο Διαδίκτυο και ότι η επιθετικότητα και η ΔΕΠΥ ήταν οι πιο σημαντικοί προγνωστικοί παράγοντες του εθισμού στο Διαδίκτυο σε άνδρες και γυναίκες εφήβους αντίστοιχα. Τέλος, η μελέτη εξέτασε τις συσχετίσεις μεταξύ των επιθετικών συμπεριφορών, του εθισμού στο Διαδίκτυο και των online εφηβικών δραστηριοτήτων. Μετά τον έλεγχο για τις επιδράσεις των κοινών σχετικών παραγόντων και της παρακολούθησης βίαιων τηλεοπτικών προγραμμάτων, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι έφηβοι με εθισμό στο Διαδίκτυο ήταν πιο πιθανό να έχουν επιθετικές συμπεριφορές κατά την διάρκεια των προηγούμενων χρόνων. Η συσχέτιση ήταν μεγαλύτερη στους εφήβους στα γυμνάσια από ό τι στα λύκεια ή στις επαγγελματικές σχολές. Το online chatting, η προβολή στο Web σεξ ενηλίκων, τα online παιχνίδια και τα online τυχερά παιχνίδια είναι όλα όσα συνδέονται με τις επιθετικές συμπεριφορές.

Κίνδυνοι για την υγεία

Οι γνωστοί κίνδυνοι για την υγεία που συνδέονται με τον εθισμό στο Διαδίκτυο σχετίζονται με την στέρηση ή τη διαταραχή ύπνου. Μια μελέτη της Νότιας Κορέας σε μαθητές λυκείου που ήταν εθισμένοι στο Διαδίκτυο βρήκε ένα ποσοστό της τάξεως του 37,7% να έχουν υπερβολική υπνηλία όλη τη μέρα. Η επικράτηση της αϋπνίας, του ροχαλητού, της άπνοιας, του τριξίματος των δοντιών και των εφιαλτών

ήταν επίσης υψηλότερη στους εθισμένους στο Διαδίκτυο σε σχέση με τους υπόλοιπους.

Υποκειμενικές εμπειρίες εθισμού στο διαδίκτυο και ανικανότητας

Παλαιότερες έρευνες μελέτησαν τις εθιστικές ιδιότητες των ναρκωτικών, της κατάχρησης οινόπνευματος, της παθολογικής χαρτοπαιξίας, ακόμα και των video games. Ωστόσο, δεδομένης της σχετικής νεότητας του εθισμού στο Διαδίκτυο, λίγα είναι κατανοητά για το χαρακτήρα που διαμορφώνει η συνήθεια του διαδικτύου και το ενδεχόμενο της κατάχρησης. Καθώς το Διαδίκτυο εισχωρεί στη ζωή μας στο σπίτι, στο σχολείο και στην εργασία μπορεί να δημιουργήσει προβλήματα στο οικογενειακό, σχολικό και εργασιακό μας περιβάλλον. Μια μελέτη ενός μικρού δείγματος των ενήλικων Ιταλών που ήταν εθισμένοι στο Διαδίκτυο έδειξε ότι ο εθισμός αυτός πλήττει ιδιαίτερα την οικογενειακή ζωή.

Μια προσεκτική ματιά στην υποκειμενική εμπειρία κατά τη διάρκεια της χρήσης του Διαδικτύου θα ήταν χρήσιμη για τη διάκριση μεταξύ των παθολογικών περιπτώσεων από τις απλώς προβληματικές. Η ιταλική μελέτη έδειξε ότι τα συμπτώματα όσων είχαν τάσεις απομόνωσης ήταν εμφανή και στενά συνδεδεμένα με υποκειμενική ανικανότητα και συμπτώματα ιδεοψυχαναγκαστικής διαταραχής.

Θεραπεία

Η θεραπεία για τον εθισμό στο Διαδίκτυο βασίζεται σε παρεμβάσεις και στρατηγικές που χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία των διαταραχών από τη χρήση ουσιών. Οι ψυχοκοινωνικές προσεγγίσεις είναι η βάση πάνω στην οποία στηρίζεται η θεραπεία με μια πολύ μικρή μελέτη της φαρμακευτικής θεραπείας. Λόγω της έλλειψης μεθοδολογικά επαρκούς έρευνας, προς το παρόν είναι αδύνατον να προταθεί κάποια τεκμηριωμένη θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο.

Υπάρχουν κάποια προβλεπόμενα στοιχεία για την επιτυχία του προγράμματος “Ξεκίνησε αποχή” σε μαθητές ηλικίας 12-15 χρονών στην Αυστρία, τη Γερμανία και την Ιταλία, καθώς και για ένα πρόγραμμα παροχής συμβουλών στο Χονγκ Κονγκ. Τα προβλεπόμενα αποτελέσματα από μια μελέτη σε 114 ασθενείς που έλαβαν θεραπεία γνωστικής συμπεριφοράς έδειξε ότι οι περισσότεροι συμμετέχοντες ήταν σε θέση να διαχειριστούν την παρουσίαση των προβλημάτων τους από την όγδοη συνεδρία και η διαχείριση των συμπτωμάτων τους επιτεύχθηκε μετά από 6-μηνη παρακολούθηση. Δεν υπάρχουν τεκμηριωμένες θεραπείες για τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Οι προσεγγίσεις της γνωστικής συμπεριφοράς και η ψυχοκοινωνική στήριξη μπορεί να είναι χρήσιμες. Η θεραπεία με τη βοήθεια του ή της συζύγου και της οικογένειας μπορεί να βοηθήσει μόνο σε ορισμένες περιπτώσεις και πάντα με τη βοήθεια των διαθέσιμων online βιβλίων και ταινιών αυτοβοήθειας. Τέλος, η επιβολή από τον ίδιο τον ασθενή στον εαυτό του της απαγόρευσης της χρήσης ηλεκτρονικών υπολογιστών και της πρόσβασης στο Διαδίκτυο μπορεί να είναι απαραίτητη σε ορισμένες περιπτώσεις.

Υπάρχουν αναφορές στα μέσα ενημέρωσης ότι στην Κίνα χρησιμοποιούνται, χωρίς άδεια, στρατόπεδα εκπαίδευσης που έχουν ως σκοπό να εμποδίσουν τα παιδιά, συχνά στην εφηβεία τους, από την κατάχρηση του Διαδικτύου, τα οποία είχαν σαν αποτέλεσμα το θάνατο τουλάχιστον ενός νέου ανθρώπου. Τον Νοέμβριο του 2009, η κυβέρνηση της Κίνας απαγόρευσε τη σωματική τιμωρία που αποσκοπεί στη μη κατάχρηση του Διαδικτύου από τους εφήβους. Στο Seattle πρόσφατα συστάθηκε ένα

κέντρο κατ' οίκον θεραπείας της παθολογικής χρήσης του Διαδικτύου (ReSTART - Επανεκκίνηση), αλλά δεν υπάρχουν ακόμα διαθέσιμα αποτελέσματα.

Δεδομένου ότι υπάρχει συννοσηρότητα μεταξύ του εθισμού στο Διαδίκτυο και άλλων ψυχιατρικών διαταραχών, όπως της ΔΕΠΥ, αρκετές έρευνες έχουν χρησιμοποιήσει φαρμακευτικά μέσα που έχουν σχεδιαστεί για την αντιμετώπιση του κοινού αυτού μηχανισμού. Άλλοι έχουν εντοπίσει τη συννοσηρότητα με τη ΔΕΠΥ και με αυτό το σκεπτικό έχουν χρησιμοποιήσει μεθυλφαινιδάτη σε παιδιά με έχουν ταυτόχρονα εθισμό στα video games του Διαδικτύου και ΔΕΠΥ. Μια φαρμακολογική μελέτη ανοικτής θεραπείας χρησιμοποιώντας παρατεταμένη χορήγηση μεθυλφαινιδάτης (με μέση δόση 30,5 mg/ημέρα) σε 62 παιδιά από την Κορέα με εθισμό στα video games και ταυτόχρονη ύπαρξη ΔΕΠΥ διαπίστωσε ότι μετά από 8 εβδομάδες θεραπείας το επίπεδο της χρήσης του Internet και η διάρκεια της χρήσης του μειώθηκαν σημαντικά, και αυτή η βελτίωση συσχετίστηκε θετικά με τη βελτίωση στο επίπεδο της προσοχής τους.

Μια άλλη μελέτη, εξετάζει κατά πόσον οι SSRI, όπως η εσιταλοπράμη, μπορεί να είναι χρήσιμοι για τη θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο. Μια φαρμακολογική μελέτη ανοικτής θεραπείας, χρησιμοποιώντας εσιταλοπράμη (δόση 10 mg/ημέρα) σε παρορμητικούς χρήστες του Διαδικτύου, έδειξε σημαντική μείωση στον αριθμό των ωρών που δαπανούσαν στο διαδίκτυο κατά τη διάρκεια της πρώτης φάσης της θεραπείας (εβδομάδες 1-10), αλλά όχι και στη συνέχεια.

Συζήτηση

Ο εθισμός στο Διαδίκτυο, δηλαδή η υπερβολική χρήση του Διαδικτύου με όλες τις συνακόλουθες αρνητικές συνέπειες, δεν εμφανίζεται σε κανένα επίσημο διαγνωστικό σύστημα, συμπεριλαμβανομένου του DSM. Ενωσιολογικά, η διάγνωση είναι ένα φάσμα από ψυχαναγκαστικές και παρορμητικές διαταραχές. Τουλάχιστον τρεις υπότυποι του έχουν ταυτοποιηθεί: η υπερβολική χρήση των online παιχνιδιών, οι σεξουαλικές ανησυχίες και τα e-mail / γραπτά μηνύματα. Όλες αυτές οι παραλλαγές μοιράζονται τις εξής τέσσερις συνιστώσες: 1) την υπερβολική χρήση του Διαδικτύου που συχνά συνδέεται με απώλεια αίσθησης του χρόνου ή αμέλεια για βασικές ανάγκες, 2) την απομόνωση, συμπεριλαμβανομένων των συναισθημάτων θυμού, έντασης ή ακόμα και κατάθλιψης όταν η πρόσβαση στον υπολογιστή δεν είναι εφικτή, 3) την ανοχή και την ανάγκη για απόκτηση καλύτερου εξοπλισμού ηλεκτρονικών υπολογιστών και λογισμικού και για περισσότερες ώρες χρήσης και 4) τις αρνητικές συνέπειες, συμπεριλαμβανομένης της χρήσης δικαιολογιών και ψεμάτων, της αποτυχίας, της κοινωνικής απομόνωσης και της κόπωσης. Κάποιοι έχουν υποστήριξε ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο δεν είναι πραγματικός εθισμός και ότι μπορεί να μην είναι τίποτα παραπάνω από ένα σύμπτωμα άλλων εθισμών ή υπαρχουσών διαταραχών, όπως του άγχους, της κατάθλιψης, της ΔΕΠΥ ή της διαταραχής ελέγχου των παρορμήσεων. Λίγα στοιχεία είναι διαθέσιμα για να μπορέσουμε να απαντήσουμε στο κατά πόσο ο εθισμός στο διαδίκτυο μπορεί όντως να αναγνωριστεί επίσημα ως διάγνωση, και οι παθοφυσιολογικοί μηχανισμοί που διέπουν τον εθισμό αυτό παραμένουν άγνωστοι. Αυτή η σχετική άγνοια επεκτείνεται αναπόφευκτα και στη θεραπεία. Οι λίγες δημοσιευμένες μελέτες για τη θεραπεία του εθισμού στο Internet βασίζονται σε παρεμβάσεις και στρατηγικές που χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία διαταραχών από τη χρήση ουσιών. Έτσι, είναι αδύνατο να προταθεί κάποια τεκμηριωμένη θεραπεία για αυτόν.

2.2 Αξιολόγηση των κλινικών δοκιμών της θεραπείας του εθισμού στο Διαδίκτυο: συστηματική ανασκόπηση και αξιολόγηση με βάση το CONSORT

7 July 2011

Authors: Daniel L. King, Paul H. Delfabbro, Mark D. Griffiths, Michael Gradisar

From: School of Psychology, The University of Adelaide, Australia

International Gaming Research Unit, Nottingham Trent University, UK

School of Psychology, Flinders University, Australia



Περίληψη

Παρά το γεγονός ότι υπάρχουν συνεχείς διαφωνίες σχετικά με την κλινική κατάσταση του εθισμού στο Διαδίκτυο και η ποιότητα της υπάρχουσας βιβλιογραφίας σε αυτόν τον αναδυόμενο τομέα δεν είναι η καλύτερη, τα τελευταία χρόνια έχουν δημοσιευθεί αρκετές κλινικές δοκιμές που αφορούν τόσο φαρμακευτικά θέματα, όσο και θέματα που σχετίζονται με ψυχολογικές θεραπείες του εθισμού αυτού. Στο άρθρο αυτό παρουσιάζεται μια συστηματική ανασκόπηση που διερευνά την ποιότητα των εκθέσεων που υποβλήθηκαν, οι οποίες σχετίζονται με οκτώ μελέτες θεραπείας. Η ποιότητα της αναφοράς ορίστηκε σύμφωνα με την “Εδραίωση Προτύπων Υποβολής Εκθέσεων που σχετίζονται με Δοκιμές” (“Consolidating Standards of Reporting Trials” - CONSORT) του 2010. Η αξιολόγηση των μελετών αυτών έχει δείξει αρκετά βασικά προβλήματα, όπως (α) ανακολουθίες στον ορισμό και τη διάγνωση του εθισμού, (β) έλλειψη τυχαιοποίησης δειγμάτων, (γ) έλλειψη επαρκούς ελέγχου ή άλλων ομάδων σύγκρισης και (δ) ανεπαρκή πληροφόρηση σχετικά με τις ημερομηνίες πρόσληψης, τα χαρακτηριστικά των δειγμάτων και το μέγεθος της επίδρασης της θεραπείας. Το συμπέρασμα είναι ότι οι βελτιώσεις στο σχεδιασμό μελλοντικών μελετών και στην υποβολή εκθέσεων θα έχει σημαντικό όφελος τόσο για τους ερευνητές, όσο και για τους κλινικούς ιατρούς, καθώς και για τη συνολική τοποθέτηση του Εθισμού στο Διαδίκτυο στον τομέα των εθιστικών συμπεριφορών.

1. Εισαγωγή

Υπάρχει μία διαρκής συζήτηση για το κατά πόσο ο εθισμός στο Διαδίκτυο αποτελεί έναν πραγματικό εθισμό και ως εκ τούτου θα πρέπει να αναγνωριστεί ως μια ψυχιατρική διαταραχή. Αν και είναι επαρκώς τεκμηριωμένο ότι ένας σημαντικός αριθμός ατόμων αναφέρουν ψυχολογικά προβλήματα που συνδέονται με την υπερβολική χρήση του Διαδικτύου, η έκταση και η σοβαρότητα αυτών των προβλημάτων μπορεί να έχει υπερεκτιμηθεί λόγω της σχετικά χαμηλής μεθοδολογικής ποιότητας πολλών μελετών που αφορούν αυτόν τον τομέα. Οι

περισσότερες μελέτες έχουν χρησιμοποιήσει λανθασμένα κριτήρια για τον προσδιορισμό των εθισμένων στο Internet ή έχουν εφαρμόσει μεθόδους πρόσληψης που ενδέχεται να προκαλέσουν σοβαρούς ενδοιασμούς σχετικά με την εγγυρότητα της δειγματοληψίας. Πιο συγκεκριμένα, σε σχέση με τα κριτήρια εθισμού στο Διαδίκτυο που χρησιμοποιούνται στις περισσότερες μελέτες, ο Griffiths έχει υποστηρίξει ότι τα κύρια προβλήματα στις μετρήσεις που γίνονται είναι ότι τείνουν (i) να μην έχουν μέτρο σοβαρότητας, (ii) να μην έχουν καμία χρονική διάσταση, (iii) να υπάρχει υπερεκτίμηση της επικράτησης των προβλημάτων και (iv) να μη λαμβάνουν υπόψη το πλαίσιο της χρήσης του Διαδικτύου.

Ο Griffiths έχει χρησιμοποιήσει στοιχεία από μελέτες περιπτώσεων για να υποστηρίξει ότι κάποια άτομα που κάνουν υπερβολική χρήση του Διαδικτύου, μπορεί να μην έχουν καμία αρνητική συνέπεια στην συμπεριφορά τους και ως εκ τούτου δεν μπορούν καν να χαρακτηριστούν ως εθισμένοι. Εν ολίγοις, ένας εξαρτημένος από τα τυχερά παιχνίδια που χρησιμοποιεί το Internet για να παίξει στοίχημα είναι ένα άτομο εξαρτημένο από τα τυχερά παιχνίδια, όχι εθισμένο στο Διαδίκτυο. Το Διαδίκτυο είναι το ιδανικό μέρος όπου διεξάγεται η (εθιστική) συμπεριφορά που κάποιος έχει επιλέξει. Ωστόσο, οι Griffiths και Suler έχουν παρατηρήσει ότι ορισμένες συμπεριφορές που δραστηριοποιούνται στο Διαδίκτυο (π.χ. cybersex κλπ) μπορεί να είναι συμπεριφορές που κάποιο άτομο θα τις εκτελούσε μόνο εκεί, επειδή είναι ένα μέσο ανώνυμο και χωρίς προσωπική επαφή.

Για τους λόγους αυτούς, υποστηρίζεται συχνά ότι οι προβληματικές συμπεριφορές που σχετίζονται με το Διαδίκτυο μπορεί να γίνουν πιο σωστά αντιληπτές μέσα από ήδη γνωστές ψυχοπαθολογίες, όπως η κατάθλιψη ή το άγχος. Παρ' όλα αυτά, ένας αριθμός από ερευνητές έχουν υποστηρίξει ότι δεν υπάρχουν εξαρτήσεις στο Internet, αλλά μπορεί να προκύψουν από την συμμετοχή σε μια σειρά επιβλαβών διαδικτυακών δραστηριοτήτων. Οι δραστηριότητες αυτές μπορούν να περιλαμβάνουν περιήγηση σε ιστοσελίδες, online συλλογή πληροφοριών, λήψη ή διακίνηση αρχείων, online κοινωνική δικτύωση, βιντεοπαιχνίδια (video games), online αγορές, τυχερά παιχνίδια και διάφορες online σεξουαλικές δραστηριότητες, όπως προβολή πορνογραφίας.

Αν και δεν υπάρχει ομοφωνία ως προς την κλινική κατάσταση του εθισμού στο Internet, φαίνεται να υπάρχει ιδιαίτερη ζήτηση για θεραπεία σε προβλήματα που σχετίζονται με αυτό, ιδιαίτερα στην Κίνα, την Ταϊβάν και τη Νότια Κορέα, όπου η εκτιμώμενη επικράτηση των προβλημάτων στους εφήβους που σχετίζονται με τον εθισμό αυτόν κυμαίνεται από 1,6% έως 11,3%. Η κυβέρνηση της Νότιας Κορέας φαίνεται να έχει δημιουργήσει ένα δίκτυο με περισσότερα από 140 κέντρα παροχής συμβουλών για τη θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο και έχει εισαγάγει προγράμματα θεραπείας σε σχεδόν 100 νοσοκομεία. Επιπλέον, έχουν εμφανιστεί τόσο στην Κίνα, όσο και στην Κορέα πολυάριθμα προγράμματα του στυλ “στρατόπεδα εκκίνησης” (boot camp) για εφήβους που είναι εθισμένοι στο Internet. Στις δυτικές χώρες, στις κλινικές που ειδικεύονται στην ψυχολογική θεραπεία εξαρτήσεων που βασίζονται στον υπολογιστή, προέκυψαν επίσης: το “Κέντρο για τον Εθισμό στο Διαδίκτυο” (Center for Online and Internet Addiction) που βρίσκεται στο Bradford, την Πενσυλβάνια και τις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής, το “Κέντρο Μελέτης του Εθισμού στους Υπολογιστές” (Computer Addiction Study Center) στο νοσοκομείο McLean, το Belmont, τη Μασαχουσέτη και τις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής, η μονάδα κατοικιών αποκατάστασης Broadway Lodge που βρίσκεται στο

Somerset στην Αγγλία και η κλινική Smith & Jones 12-step που βρίσκεται στο Άμστερνταμ, στην Ολλανδία. Επιπλέον, υπάρχουν μερικοί online φορείς παροχής υπηρεσιών θεραπείας του εθισμού στο Διαδίκτυο (π.χ. www.netaddiction.com, www.netaddictionrecovery.com, www.onlineaddiction.com.au), πολλοί εκ των οποίων εμπνέονται από τις φιλοσοφίες της θεραπείας αυτοβοήθειας των 12 βημάτων.

Τα διαθέσιμα στοιχεία δείχνουν ότι, σε διεθνές επίπεδο, πολλά άτομα με προβλήματα που σχετίζονται με το διαδίκτυο έχουν λάβει κάποιας μορφής θεραπεία ψυχικής υγείας από κάποιον φορέα παροχής ιατρικών υπηρεσιών. Ωστόσο, πολύ λίγες μελέτες έχουν εξετάσει την αποτελεσματικότητα όλων αυτών των θεραπειών, όπως της παροχής συμβουλών, της ψυχοθεραπείας και των φαρμακευτικών παρεμβάσεων. Ο αριθμός των μελετών σε αυτόν τον τομέα δεν είναι τόσο μεγάλος όσο ο αριθμός των μελετών που εξετάζουν τα γενικά χαρακτηριστικά και τους συσχετισμούς του Εθισμού στο Διαδίκτυο ή αυτών που ασχολούνται με ψυχολογικές θεραπείες για άλλες συμπεριφορές εξάρτησης, όπως για την παθολογική ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια. Μέχρι σήμερα, δεν έχει υπάρξει καμία δημοσιευμένη κριτική αξιολόγηση ή συστηματική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας των θεραπειών απεξάρτησης από το Internet. Από τη μεριά της επαγγελματικής έρευνας, αυτό μπορεί να είναι δύσκολο για μερικούς να αξιολογήσουν συγκριτικά την αποτελεσματικότητα ορισμένων θεραπειών για τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Επιπλέον, η έλλειψη επιστημονικής ανασκόπησης σε αυτόν τον τομέα μπορεί να εμποδίσει την ανάπτυξη μιας κοινής άποψης για τον εθισμό στο Διαδίκτυο, καθώς και την κατάταξή του στην ευρύτερη ψυχολογική κοινότητα.

Ο σκοπός αυτής της εργασίας ήταν να διεξάγει μια συνολική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας που σχετίζεται με τις κλινικές παρεμβάσεις σε ότι αφορά τον εθισμό αυτόν. Αυτή η αναθεώρηση έχει σκοπό να αξιολογήσει την ποιότητα ανάλογων μελετών με τη χρήση του CONSORT, το οποίο είναι ένα αναγνωρισμένο πρότυπο για την αξιολόγηση της υποβολής εκθέσεων που σχετίζονται με την ποιότητα των κλινικών δοκιμών. Το σχετικό περιεχόμενο κάθε αναθεωρημένης μελέτης προσαρμόζεται με βάση τη δήλωση CONSORT, έτσι ώστε να αξιολογηθεί η τήρησή της. Θα πρέπει να σημειωθεί ότι αυτή η ανασκόπηση δεν αποσκοπεί απαραίτητα στο να ξεχωρίσει ποια είναι η πιο αποτελεσματική διαθέσιμη θεραπεία για τα προβλήματα που σχετίζονται με το Διαδίκτυο, επειδή η θεραπεία που χορηγήθηκε σε κάθε μελέτη αξιολογήθηκε μόνο υπό συνθήκες τήρησης των σχετικών δεικτών CONSORT στην ποιότητα των υποβαλλόμενων εκθέσεων, όπως το πόσο καλά περιγράφεται η θεραπεία, πόσο σωστά χορηγήθηκε (δηλαδή το πρωτόκολλο θεραπείας) και από ποιον (δηλαδή πάροχοι / κέντρα φροντίδας). Ωστόσο, ο προσδιορισμός των μελετών θεραπείας υψηλότερης ποιότητας μέσω αυτής της διαδικασίας, μπορεί να έχει κάποιο πρακτικό όφελος για τους κλινικούς γιατρούς.

2. Μέθοδοι

2.1. Προσδιορισμός και επιλογή των μελετών

Πραγματοποιήθηκε μια αναζήτηση στην ηλεκτρονική βάση δεδομένων των Academic Search Premier, PubMed, PsychINFO, ScienceDirect, Web of Science και του Google Scholar, χρησιμοποιώντας ως όρο αναζήτησης τη “θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο”. Οι αναζητήσεις περιορίστηκαν σε ολοκληρωμένες εργασίες και κείμενα (papers) που έχουν δημοσιευτεί από το 1995 έως το 2011, δεδομένου ότι ο όρος του εθισμού στο Διαδίκτυο δεν υπήρχε στη βιβλιογραφία πιο πριν. Αυτός ο όρος αναζήτησης στη βάση δεδομένων έδωσε συνολικά 1.406 αποτελέσματα τα οποία

κατανέμονται σε κάθε βάση δεδομένων ως εξής: Academic Search Premier (419 αποτελέσματα), PubMed (297 αποτελέσματα), PsychINFO (425 αποτελέσματα), ScienceDirect (114 αποτελέσματα) και Web of Science (151 αποτελέσματα). Λόγω του μεγάλου αριθμού των αποτελεσμάτων στο Google Scholar (πάνω από 13.500 αποτελέσματα) εξετάστηκαν μόνο οι πρώτες 30 σελίδες των αποτελεσμάτων. Επίσης, εξετάστηκαν οι λίστες των πιο πρόσφατων αξιολογήσεων που σχετίζονται με τον εθισμό στο Διαδίκτυο, καθώς και τα στοιχεία των μελετών που αυτές περιλαμβάνουν. Ακόμα, συμπεριλήφθηκαν κάποιες μελέτες, οι οποίες παρουσίαζαν ποσοτικά δεδομένα σχετικά με την αποτελεσματικότητα είτε φαρμακευτικής είτε μη φαρμακευτικής θεραπείας του εθισμού αυτού. Επειδή ο σκοπός της παρούσας μελέτης είναι να εξετάσει την συνολική ποιότητα όλης της δημοσιευμένης έρευνας για τη θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο, οι μελέτες δεν είχαν αποκλειστεί απαραίτητα με βάση τις μεθοδολογικές τους αδυναμίες, όπως είναι η έλλειψη τυχαιοποίησης δειγμάτων ή μιας ομάδας ελέγχου. Ωστόσο, κάποιες μελέτες αποκλείστηκαν μόνο αν περιείχαν ανεπίσημα στοιχεία σχετικά με τις θεραπείες του εθισμού ή αν δεν είχαν δημοσιευθεί στην αγγλική γλώσσα. Από αυτή τη διαδικασία αναθεώρησης επιλέχθηκαν οκτώ μελέτες.

2.2. Ποιοτική αξιολόγηση

Η ποιότητα των μελετών που περιλαμβάνονται εκτιμήθηκε από την 25η έκδοση της δήλωσης CONSORT. Παρ' όλο που η δήλωση CONSORT χρησιμοποιείται κατά κύριο λόγο για την αξιολόγηση δοκιμών σε τυχαία άτομα που υπόκεινται στους απαραίτητους ελέγχους, έχει επεκταθεί και σε πολλούς άλλους τομείς, όπως στις δοκιμές ισοδυναμίας και έλλειψης κατωτερότητας και στις αναφορές για βλάβες που σχετίζονται με δεδομένα. Η λίστα ελέγχου που δημοσιεύθηκε το 1996 και αναθεωρήθηκε το 2001, το 2008 και το 2010 περιλαμβάνει ένα σύνολο κατευθυντήριων γραμμών που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να προσδιορίσουν τα δυνατά και τα αδύναμα σημεία των κλινικών δοκιμών τόσο των φαρμακευτικών, όσο και των μη φαρμακευτικών θεραπειών. Για παράδειγμα, σε σχέση με τη μελέτη μεθοδολογίας, η λίστα ελέγχου αξιολογεί το κατά πόσον στη μελέτη έχουν αναφερθεί επαρκώς τα κριτήρια επιλεξιμότητας των συμμετεχόντων, το αν έχουν δοθεί ακριβείς λεπτομέρειες σχετικά με τις παρεμβάσεις που προορίζονται για κάθε ομάδα και το αν παρέχεται αιτιολόγηση για το μέγεθος του ληφθέντος δείγματος. Η πιθανή αποτυχία των μελετών να αναφέρουν αυτές τις λεπτομέρειες, θα οδηγήσει σε χαμηλότερο επίπεδο συμμόρφωσης με το CONSORT και επομένως σε μείωση της συνολικής αναφοράς ποιότητας.

Όλες οι μελέτες που συμπεριλαμβάνονται αξιολογήθηκαν ως προς τη συμμόρφωσή τους με τις κατευθυντήριες γραμμές της δήλωσης CONSORT του 2010. Για τη μέτρηση της συμμόρφωσης, επινοήθηκε ένα σύστημα ταξινόμησης δύο σημείων (two-point) για κάθε κριτήριο CONSORT, όπου ο κριτικός δίνει σκορ "0" αν το στοιχείο δεν υπήρχε σε όλη τη μελέτη, σκορ "1" αν το στοιχείο υπήρχε εν μέρει (δηλαδή ορισμένες πτυχές του στοιχείου CONSORT ήταν ελλιπείς ή ασαφείς) και σκορ "2" αν το στοιχείο CONSORT υπήρχε και ήταν σαφές. Για να αποδειχθεί αυτή η Μέθοδος βαθμολόγησης, το CONSORT ορίζει τα εξής: "Κριτήρια επιλεξιμότητας των συμμετεχόντων και ρυθμίσεις και θέσεις που ισχύουν όταν συλλέγονται τα δεδομένα". Ο βαθμός "0" πρέπει να μπει αν οι ερευνητές έχουν αναφέρει ότι χρησιμοποιήθηκαν κριτήρια επιλεξιμότητας, αλλά δεν έχουν εξηγήσει ποια είναι τα κριτήρια αυτά και δεν έχουν αναφέρει και τις ρυθμίσεις και τις θέσεις που ίσχυαν κατά την συλλογή των δεδομένων. Η βαθμολογία "1" θα δοθεί αν οι ερευνητές

παρέχουν τα πλήρη στοιχεία των κριτηρίων επιλεξιμότητας (κριτήρια ένταξης και αποκλεισμού), αλλά δεν αναφέρουν τις ρυθμίσεις και τις θέσεις που ίσχυαν όταν συλλέχθηκαν τα δεδομένα (ή το αντίστροφο). Τέλος, το σκορ “2” θα δοθεί αν οι ερευνητές παρέχουν σαφείς περιγραφές τόσο των κριτηρίων επιλεξιμότητας που χρησιμοποιήθηκαν, όσο και των ρυθμίσεων και των θέσεων της μελέτης που ίσχυαν κατά την συλλογή των δεδομένων. Στις περιπτώσεις που το στοιχείο CONSORT δεν υπήρχε λόγω των περιορισμών του σχεδιασμού της μελέτης (π.χ. έλλειψη τυχαίας επιλεξιμότητας), δόθηκε ο βαθμός “0” σε αυτό το στοιχείο. Με την εφαρμογή των κριτηρίων CONSORT σε όλα τα τμήματα της κάθε μελέτης, προκύπτει η σύνοψη της συνολικής ποιότητας της μελέτης ως μια κλινική δοκιμή. Η μέθοδος αξιολόγησης ελέγχθηκε για την εγκυρότητα και την συνοχή της και από τους τρεις συγγραφείς.

3. Αποτελέσματα

3.1. Σχεδιασμός της μελέτης

Μόνο μία από τις οκτώ μελέτες που συμπεριλαμβάνονται (Du, Jiang & Vance, 2010) είχε επιλέξει τυχαία τα άτομα και είχε υποστεί και τους απαραίτητους ελέγχους. Οι υπόλοιπες επτά μελέτες είχαν διαφορετικό σχεδιασμό. Συγκεκριμένα, οι τρεις μελέτες (Han, Hwang & Renshaw, 2010, Kim, 2008 και Su, Fang, Miller and Wang, 2011) χρησιμοποιούσαν μία κατάσταση θεραπείας και μία ομάδα ελέγχου και οι άλλες τέσσερις μελέτες (Han et al, 2009, Orzack, Voluse, Wolf and Hennen, 2006, Shek, Tang & Lo, 2009 και Young, 2007) απασχολούσαν μόνο μία ομάδα θεραπείας. Οι περισσότερες μελέτες διεξήχθησαν στη Νότια Κορέα (3) και την Κίνα (2), με επιπλέον εννέα μελέτες που δεν μπόρεσαν να αξιολογηθούν, επειδή δημοσιεύθηκαν στα κινεζικά και οι υπόλοιπες μελέτες διεξήχθησαν στις ΗΠΑ (2) και το Χονγκ Κονγκ (1). Το πλαίσιο της θεραπείας ποικίλλει σημαντικά. Δύο μελέτες διεξήχθησαν σε νοσοκομεία ή στα ιατρικά κέντρα του πανεπιστημίου (Han et al, 2009 και 2010), τρεις μελέτες πραγματοποιήθηκαν από παρόχους ψυχολογικής θεραπείας ή υπηρεσιακούς συμβούλους (Orzack et al., 2006, Shek et al, 2009 και Young, 2007) και τρεις μελέτες διεξήχθησαν σε πανεπιστήμια ή γυμνάσια (Du et al, 2010, Kim, 2008 και Su et al, 2011).

3.2. Εθισμός στο Διαδίκτυο: Ορισμός και διάγνωση

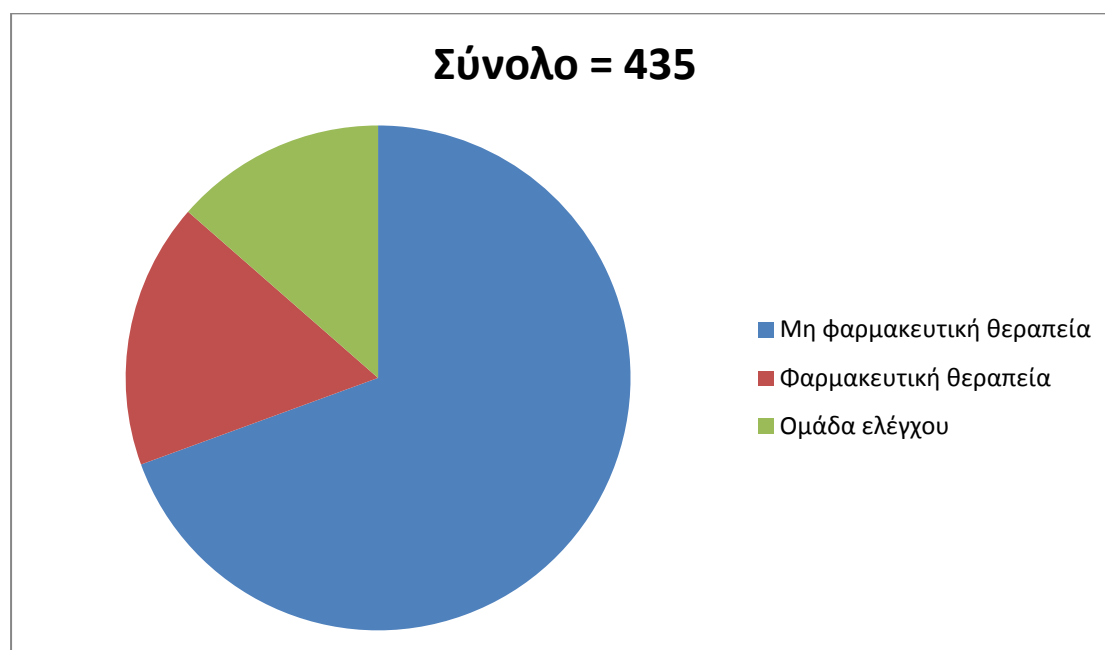
Και οι οκτώ μελέτες που συμπεριλαμβάνονται, στις εισαγωγές τους αναφέρονται στις αρνητικές συνέπειες που συνδέονται με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου, αλλά οι πραγματικοί λειτουργικοί ορισμοί του εθισμού στο Διαδίκτυο διέφεραν σε κάποιο βαθμό από μελέτη σε μελέτη. Στη μελέτη των Han et al. (2010) ορίστηκε ως "η αδυναμία του ατόμου να ελέγξει τη χρήση του Διαδικτύου, με αποτέλεσμα την έντονη δυσφορία και τη λειτουργική ανεπάρκεια γενικικότερα της ζωής του". Στις μελέτες των Kim (2008) και Su et al. (2011) αναφέρεται ως “μια διαταραχή ελέγχου”, όπως αυτή ορίζεται στην πέμπτη έκδοση του DSM. Στη μελέτη Orzack et al. (2006) αναφέρεται ότι αυτός ο εθισμός έχει παρόμοια χαρακτηριστικά με εκείνα του εθισμού σε ουσίες (όπως της κατάχρησης αλκοόλ) ή των διαταραχών ελέγχου της παρόρμησης (όπως ο παθολογικός τζόγος). Η διάγνωση του εθισμού στο διαδίκτυο ποικίλει και αυτή μεταξύ των μελετών. Πέντε μελέτες χρησιμοποίησαν ένα διαγνωστικό εργαλείο βασισμένο στο “Test για τον εθισμό στο διαδίκτυο” του Young (1996), με μόνο δύο από αυτές (Han et al, 2010 και Su et al, 2011) να συμπεριλάβουν μία συμπληρωματική έκθεση της συμπεριφοράς από την εβδομαδιαία χρήση του Διαδικτύου που συμβάλει στην αξιολόγηση της εθιστικής συμπεριφοράς. Για να δηλωθεί εθισμός, απαιτείται συχνότητα εβδομαδιαίας χρήσης από 14 (Su et al., 2011) έως 30 ώρες (Han et al., 2010). Στη μελέτη του Han et al., οι γονείς ή ο/η σύζυγος

των συμμετεχόντων παρακολουθούσε και αυτός το χρόνο που ξόδεψε στη χρήση του Διαδικτύου προκειμένου να επιτευχθεί μια από κοινού εκτίμηση χρήσης, η οποία χρησιμοποιήθηκε στην αξιολόγηση των αποτελεσμάτων. Αυτή η μελέτη χρησιμοποίησε επίσης στη διάγνωση του εθισμού στο Internet, τα κριτήρια για την κατάχρηση των ουσιών της πέμπτης έκδοσης του DSM, υποκαθιστώντας την αναφορά στη χρήση της ουσίας με τη χρήση του Internet.

3.3. Θεραπεία απεξάρτησης από το Internet

Η πλειοψηφία των μελετών χρησιμοποιεί μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις για τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Αυτές περιλαμβάνουν θεραπεία γνωστικής συμπεριφοράς (cognitive behavior therapy - CBT), συνέντευξη κινητοποίησης (motivational interviewing - MI), κατάρτιση πραγματικότητας ή συνδυασμό ψυχολογικής και συμβουλευτικής θεραπείας στο πλαίσιο ενός αυτοεπινοούμενου προγράμματος θεραπείας. Οι περισσότερες θεραπείες χορηγήθηκαν από εκπαιδευμένους επαγγελματίες και κάποιες από αυτές χορηγήθηκαν online σε ηλεκτρονική μορφή. Οι αγωγές θεραπείας κυμαίνονταν από μία ενιαία συνεδρία θεραπείας για τα προγράμματα που απαιτούσαν συμμετοχή μέχρι και διάρκεια 19 μηνών. Δύο μελέτες διεξήχθησαν από την ίδια ερευνητική ομάδα (Han et al. 2009 και 2010) και η κάθε μία χρησιμοποίησε μία φαρμακευτική παρέμβαση (η μία ήταν ψυχοδιεγερτική και η άλλη αντικαταθλιπτική). Μόνο μία από αυτές τις δύο μελέτες συμπεριλαμβάνει και μία ομάδα ελέγχου, ενώ οι αγωγές θεραπείας (δόση και διάρκειά της) ποικίλλαν μεταξύ των μελετών.

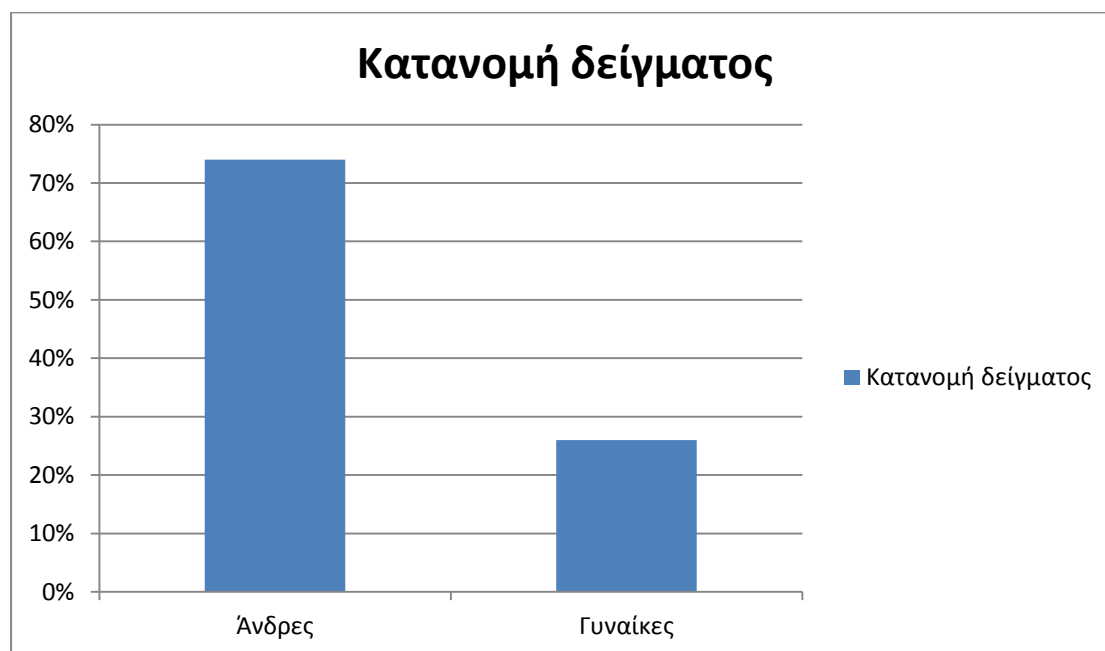
3.4. Χαρακτηριστικά του δείγματος



Πίνακας 2: Κατανομή των ρόλων του δείγματος

Στις οκτώ μελέτες έλαβαν μέρος συνολικά 435 συμμετέχοντες από τους οποίους οι 302 έλαβαν μία μη φαρμακευτική θεραπεία, οι 74 έλαβαν φαρμακευτική θεραπεία και οι 59 αποτελούσαν την ομάδα ελέγχου. Πέντε μελέτες ανέφεραν ότι οι δυνητικοί συμμετέχοντες με συμπτώματα συννοσηρότητας, όπως προϋπάρχοντα θέματα

ψυχιατρικής διαταραχής ή χρήσης ουσιών, οι οποίοι τη συγκεκριμένη χρονική περίοδο λάμβαναν κάποιας μορφής θεραπεία για τον εθισμό στο διαδίκτυο, εντοπίστηκαν και αποκλείστηκαν πριν από τη μελέτη. Ο αριθμός των συμμετεχόντων σε κάθε μελέτη κυμαινόταν από 25 έως 114. Δύο μελέτες (Han et al, 2010, και Orzack et al., 2006) διεξήχθησαν με την συμμετοχή μόνο ανδρών. Συνολικά, οι 322 συμμετέχοντες ήταν άνδρες (74%) και οι 113 ήταν γυναίκες (26%). Έξι μελέτες διεξήχθησαν με συμμετέχοντες μόνο ενήλικους, στις δύο από τις οποίες (Du et al, 2010 και Shek et al, 2009) συμμετείχαν μόνο έφηβοι.



Πίνακας 3: Κατανομή συνολικού δείγματος έρευνας

3.5. Αποτελέσματα και παρακολούθηση

Η αξιολόγηση των αποτελεσμάτων της θεραπείας ποικίλλει μεταξύ των οκτώ μελετών. Κάθε μελέτη χρησιμοποίησε κάποιο διαγνωστικό εργαλείο για τον εθισμό στο Διαδίκτυο για τη μέτρηση του αποτελέσματος, μαζί με κάποιες άλλες μετρήσεις, όπως μέτρηση του άγχους, της κατάθλιψης, της αυτοεκτίμησης και της λειτουργίας της συμπεριφοράς. Μια μελέτη (Han et al., 2010) αξιολόγησε επίσης τις μεταθεραπευτικές αλλαγές στη δραστηριότητα του εγκεφάλου (επίπεδα ντοπαμίνης και νορεπινεφρίνης). Η πλειοψηφία των μελετών συμπεριέλαβε μόνο μία εκτίμηση για τα επίπεδα του εθισμού στο διαδίκτυο μετά τη δοκιμή τους και μόνο δύο μελέτες (Du et al, 2010 και Young, 2007) συμπεριέλαβαν τα τεστ μετά τη δοκιμή και την αξιολόγηση της εξάμηνης παρακολούθησης. Οι δύο μελέτες με φαρμακευτική παρέμβαση (Han et al, 2009 και 2010) σημείωσαν παρενέργειες, όπως ναυτία, αϋπνία, κοιλιακό πόνο και δυσφορία.

3.6. Αξιολόγηση CONSORT

3.6.1. Τυχαία δείγματα

Όπως αναφέρεται στην παράγραφο 3.1, μόνο μία μελέτη χρησιμοποίησε τυχαία άτομα και σχεδιασμό ελέγχου για να αξιολογήσει την αποτελεσματικότητα της θεραπείας του εθισμού στο Διαδίκτυο. Έτσι, με εξαίρεση τις μελέτες των Du et al. (2010) και Su et al. (2011), οι υπόλοιπες μελέτες δεν συμπεριέλαβαν διαδικασίες

τυχαιοποίησης ατόμων, όπως τυχαία ανάθεση των συμμετεχόντων σε πειραματικές συνθήκες, ούτε προσδιόριζαν τον αριθμό των υγειονομικών παρόχων που διετεθήσαν για κάθε ομάδα συμμετεχόντων. Η μελέτη του Du et al. είναι η μελέτη που έκανε παρακολούθηση των αξιολογήσεων για έξι μήνες μετά την παρέμβαση από προσωπικό που γνώριζε την κατάσταση της ομάδας των συμμετεχόντων. Για παράδειγμα, στη μελέτη του Young (2007) όλοι οι συμμετέχοντες ήταν 114 και αντιμετωπίστηκαν και εκτιμήθηκαν μόνο από τον ίδιο. Τέλος, στη μελέτη των Boutron et al. (2008) σημειώνεται ότι είναι συχνά δύσκολο να καλυφθεί μια μη φαρμακευτική παρέμβαση

3.6.2. Ζητήματα δειγματοληψίας

Ένας κοινός περιορισμός στις μελέτες που συμπεριλαμβάνονται ήταν η έλλειψη αιτιολόγησης για το μέγεθος του ληφθέντος δείγματος. Οι περισσότερες μελέτες αναγνώρισαν κατά τη διάρκεια των συζητήσεών τους ότι ο περιορισμός του μεγέθους του δείγματος θα μπορούσε να είναι μία πιθανή απειλή για το κύρος τους. Ωστόσο, μόνο η μελέτη των Du et al. (2010) είχε διεξάγει μια ανάλυση ισχύος για να εξακριβώσει τον αριθμό των συμμετεχόντων που απαιτούνται για να παρατηρηθεί μια σημαντική επίδραση της θεραπείας. Μία άλλη ανησυχία στις περισσότερες μελέτες, ήταν η έλλειψη των υποβαλλόμενων πληροφοριών σχετικά με τη πορεία των συμμετεχόντων μετά από κάθε στάδιο του πρωτοκόλλου θεραπείας, όπως οι πληροφορίες σχετικά με τον αριθμό των παρόχων υγιεινής ή των κέντρων για την εκτέλεση της επέμβασης. Για παράδειγμα, στη μελέτη του Kim (2008) έγινε μία ομαδική θεραπεία, ως μέρος της παρέμβασής, αλλά δεν ήταν σαφές πόσοι συμμετέχοντες ήταν σε κάθε ομάδα και πόσοι φορείς παροχής υγειονομικών υπηρεσιών υπήρχαν σε κάθε στάδιο της παρέμβασης. Η δήλωση CONSORT συνιστά έντονα την επισύναψη ενός διαγράμματος ροής των συμμετεχόντων. Ωστόσο, μόνο δύο από τις οκτώ μελέτες ακολούθησαν αυτή την κατευθυντήρια γραμμή (Shek et al., 2009 και Su et al., 2011).

3.6.3. Πρόσληψη

Ένα μειονέκτημα όλων των μελετών που συμπεριλαμβάνονται στην ανασκόπηση ήταν η έλλειψη ημερομηνιών για τον καθορισμό των περιόδων προσλήψεων και παρακολούθησης. Παρ' όλο που οι περισσότερες μελέτες παρείχαν λεπτομέρειες για τη διάρκεια της θεραπείας, δεν ήταν σαφές αν όντως οι δοκιμές πραγματοποιήθηκαν με αυτόν τον τρόπο. Αυτή η πληροφορία είναι απαραίτητη για τη δημιουργία ενός ιστορικού πλαισίου των δεδομένων που είναι ιδιαίτερα σημαντικό στη μελέτη που σχετίζεται με τη χρήση του Διαδικτύου (με δεδομένη την ταχέως εξελισσόμενη φύση της τεχνολογίας). Είναι πιθανόν, η έλλειψη αυτού να θέσει σε κίνδυνο τη γενίκευση των ευρημάτων της. Επιπλέον, τα κριτήρια επιλεξιμότητας, όπως τα θέματα συννοσηρότητας που μπορεί να επηρεάσουν την πρόσληψη, δεν είχαν αναφερθεί σε όλες τις μελέτες.

3.6.4. Οι στατιστικές αναλύσεις

Στις περισσότερες μελέτες που διεξήχθησαν, υπήρχαν οι κατάλληλες στατιστικές αναλύσεις σχετικά με τις αλλαγές στα επίπεδα του εθισμού στο Διαδίκτυο μετά από την αγωγή. Ωστόσο, ορισμένες μελέτες απέτυχαν να χρησιμοποιήσουν τις κατάλληλες στατιστικές αναλύσεις για τη σύγκριση των ομάδων θεραπείας και ελέγχου. Για παράδειγμα, στη μελέτη του Young (2007) αναφέρονται μόνο οι μέσες και οι τυπικές αποκλίσεις των βαθμολογιών των μέτρων κατά την έναρξη και μετά τη

θεραπεία, κάτι το οποίο καθιστά δύσκολη την ερμηνεία των αποτελεσμάτων της. Υπήρξε επίσης κάποια ασυνέπεια μεταξύ των μελετών σχετικά με την καταλληλότητα ορισμένων αναλύσεων. Για παράδειγμα, στη μελέτη του Kim (2008) αναφέρεται ότι η ανάλυση της μεταβλητότητας ήταν η κατάλληλη στατιστική δοκιμή κατά την έναρξη, όπου οι ομάδες σύγκρισης δεν ήταν ισοδύναμες. Ωστόσο, η μελέτη των Du et al. αναφέρει ότι οι έλεγχοι των ζευγαριών ανά δύο πρέπει να χρησιμοποιούνται περισσότερο από την μεταβλητότητα σε αυτό παράδειγμα, λόγω του πιθανού κινδύνου της μεροληψίας. Λεπτομέρειες που αφορούν την πιθανή ομαδοποίηση των συμμετεχόντων με τους παρόχους και τα κέντρα υγειονομικής περίθαλψης και το κατά πόσο θα μπορούσε να επηρεάσει την ανάλυση, ιδιαίτερα στις παρεμβάσεις που βασίζονται σε ομάδες, δεν αναφέρθηκαν επαρκώς σε καμία μελέτη.

3.6.5. Ερμηνεία των αποτελεσμάτων

Και οι οκτώ μελέτες προβλέπουν ερμηνεία των αποτελεσμάτων τους σε ότι αφορά την συνολική αποτελεσματικότητα των παρεμβάσεων στις δοκιμές για τον εθισμό στο Internet. Τα σχετικά στοιχεία του CONSORT απαιτούν το γεγονός ότι η ερμηνεία είναι σύμφωνη με την σπουδαιότητα των αποδεικτικών στοιχείων, εξισορροπώντας τα οφέλη και τις βλάβες της θεραπείας, καθώς και τις πιθανές απειλές για την εγκυρότητα της μελέτης. Για καθαρά και μόνο αποδεικτικούς σκοπούς, παρουσιάζονται κάποια αποσπάσματα από την ερμηνεία κάθε μελέτης. Στη μελέτη των Du et al. (2010) δεν αναφέρονται σημαντικές διαφορές στις μετρήσεις των αποτελεσμάτων μεταξύ των ομάδων θεραπείας και ελέγχου. Οι υπόλοιπες μελέτες περιγράφουν τις παρεμβάσεις με τους ακόλουθους τρόπους: (i) ως έχουσες ένα “ισχυρό αποτέλεσμα” (Orzack et al., 2008), (ii) ως “βελτίωση των δυσπροσαρμοστικών συμπεριφορών” (Han et al., 2010), (iii) ως “αποτελεσματικές στην βελτίωση των κοινών συμπτωμάτων” (Young, 2007), (iv) να “δείχνουν ξεκάθαρα ότι το πρόγραμμα είναι αποτελεσματικό” (Shek et al.), (V) να “έχουν σημαντικά αποτελέσματα” (Su et al., 2011), (vi) ως “πολύ αποτελεσματικές για τη βελτίωση του επιπέδου του εθισμού στο Διαδίκτυο” (Kim, 2008, σ.10) και (vii) ότι έχουν “βελτιώσει τα κλινικά συμπτώματα και την οπτική παρατηρητικότητα που σχετίζεται με τη μειωμένη βαρύτητα των video games στο Internet” (Han et al., 2009). Έτσι, η πλειοψηφία των μελετών φάνηκε να αναφέρει ένα ικανοποιητικό ποσοστό επιτυχίας της θεραπείας. Ωστόσο, τα εκτιμώμενα μεγέθη των επιδράσεων και η ακρίβεια τους έχουν αναφερθεί μόνο σε δύο μελέτες (Du et al., 2010 και Su et al., 2011). Χωρίς αυτές τις πληροφορίες είναι δύσκολο να ερμηνευθεί αντικειμενικά το κατα πόσον οι συμμετέχοντες σε αυτές τις μελέτες βίωσαν κάποια σημαντικά κλινικά οφέλη.

3.6.6. Άλλες πληροφορίες

Το τελευταίο στοιχείο CONSORT αναφέρεται στην αξιολόγηση “άλλων πληροφοριών”, όπως το κατά πόσον αυτοί που αξιολόγησαν την ερευνητική μελέτη έδωσαν τον αριθμό της καταχώρισης και το όνομα του μητρώου της δοκιμής, το αν υπάρχουν επαρκείς πληροφορίες σχετικά με το πρωτόκολλο της δοκιμής και το αν έχουν σημειωθεί οι πηγές της χρηματοδότησης και οι άλλες πηγές υποστήριξης. Η πλειοψηφία των μελετών αναγνώρισε την υποστήριξη σε ότι αφορά τη χρηματοδότηση, εφόσον συνέτρεχε λόγος, και παρείχε κάποιες λεπτομέρειες του πρωτοκόλλου της δοκιμής στα παραρτήματα (π.χ. Kim, 2008) ή μια παραπομπή που ανέφερε το που μπορούν να βρεθούν αυτές οι πληροφορίες (π.χ. Shek et al., 2009). Ωστόσο, καμία από τις μελέτες δεν παρείχε τον αριθμό της καταχώρισης και το όνομα του μητρώου της δοκιμής.

4. Συζήτηση

Μέσα από αυτήν την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας που σχετίζεται με τη θεραπεία του εθισμού στο Internet, εντοπίστηκαν χαμηλά επίπεδα συνολικής συμμόρφωσης με τις κατευθυντήριες γραμμές του CONSORT για την κοινοποίηση των κλινικών δοκιμών. Μόνο μία από τις μελέτες (Du et al., 2010) χρησιμοποίησε τυχαία δείγματα και έλεγχο του σχεδιασμού της μελέτης, ενώ οι υπόλοιπες μελέτες χρησιμοποιούσαν ελάχιστη έως καθόλου τυχαιοποίηση στα δείγματά τους. Επιπλέον, μόνο σε μισές από τις μελέτες απασχολήθηκε μία ομάδα ελέγχου για σύγκριση μεταξύ των ομάδων. Οι περισσότερες μελέτες απέτυχαν στο να παρέχουν επαρκή αιτιολόγηση για το μέγεθος του λειψθέντος δείγματος και δεν παρείχαν ημερολογιακές ημερομηνίες των προσλήψεων και των παρεμβάσεων. Τα μεγέθη των επιδράσεων, όπου αναφέρθηκαν, δεν συνοδεύτηκαν από τα ακριβή επίπεδα και, ως εκ τούτου, η ερμηνεία κάθε μελέτης ερχόταν συχνά σε αντίθεση με τα συγκεντρωμένα στοιχεία. Οι περισσότερες μελέτες απέτυχαν στο να κάνουν μία αντικειμενική μέτρηση της χρήσης του Internet (δηλαδή καταγραφή του χρόνου από το λογισμικό του ηλεκτρονικού υπολογιστή ή από μαρτυρία ενός εξωτερικού παρατηρητή) έτσι ώστε να μπορούν να επιβεβαιώσουν τη χρήση των συμμετεχόντων αρχικά και μετά την παρέμβαση. Ως εκ τούτου, αυτή η συστηματική ανασκόπηση εκτός του ότι αναφέρει θεραπείες του εθισμού, τονίζει και πολλούς τομείς που επιδέχονται βελτίωση, έτσι ώστε να χρησιμοποιηθούν για μελλοντική έρευνα.

Οι παρεμβάσεις για τον εθισμό στο Διαδίκτυο ποικίλλουν σημαντικά μεταξύ των μελετών που αναφέρονται στην ανασκόπηση, με τις περισσότερες από αυτές να ασχολούνται περισσότερο με ψυχολογικές θεραπευτικές παρεμβάσεις. Υπάρχει βέβαια μία έλλειψη συνοχής μεταξύ των μελετών αυτών στο είδος της θεραπείας που παρέχουν. Τρεις μελέτες χρησιμοποίησαν θεραπεία γνωστικής συμπεριφοράς (κάποιες από αυτές χρησιμοποίησαν έναν συνδυασμό πολλών ειδών θεραπείας). Οι συγγραφείς των μελετών αναγνώρισαν ότι η λογική για την αξιοποίηση αυτών των θεραπειών βασίζεται σε μεγάλο βαθμό στις παρατηρήσεις της αποτελεσματικότητάς τους σε άλλες εθιστικές συμπεριφορές και όχι σε κάποια παλαιότερη έρευνα σε αυτό το πεδίο. Η θεραπευτική δόση και διάρκεια διέφερε σημαντικά μεταξύ των μελετών, τόσο στις φαρμακευτικές, όσο και στις μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις. Η έλλειψη ενιαίων προσεγγίσεων όσον αφορά την αντιμετώπιση του εθισμού στο Internet καθιστά δύσκολη την εξαγωγή οριστικών συμπερασμάτων για παράδειγμα για την αποτελεσματικότητα της κάθε θεραπείας. Καμία από τις μελέτες δεν ήταν επανεξετάσεις προηγούμενων μελετών, ούτε αποτελούσαν πρότυπο για κάποια παλαιότερα δημοσιευμένα κλινική δοκιμή για μία άλλη μορφή εθιστικής συμπεριφοράς, όπως ο παθολογικός τζόγος. Συνεπώς, είναι δύσκολο να ταυριάζουν τα διαθέσιμα στοιχεία που σχετίζονται με τη θεραπεία του και αυτά άλλων μελετών παρόμοιων εθιστικών συμπεριφορών.

Και στις οκτώ μελέτες παρατηρήθηκαν ευρείες διαφορές στον ορισμό και τη διάγνωση του εθισμού στο Διαδίκτυο. Όπως σημειώθηκε νωρίτερα, υπάρχει κάποια συζήτηση ως προς την καταλληλότητα της προτεινόμενης ένταξης του εθισμού στο Διαδίκτυο στο πλαίσιο της κλινικής ονοματολογίας. Η ανασκόπηση της βιβλιογραφίας που σχετίζεται με τη θεραπεία αποκαλύπτει ότι η προτεινόμενη διαταραχή συχνά γίνεται εννοιολογικά αντιληπτή με πολλούς διαφορετικούς τρόπους, όπως την κατάχρηση ουσιών παρόμοιας φύσεως ή τις παθολογικές διαταραχές των τυχερών παιχνιδιών. Ωστόσο, υπάρχει εμφανής συμφωνία στο ότι οι αρνητικές

συνέπειες της υπερβολικής χρήσης πρέπει να είναι παρούσες για να μπορούμε να μιλήσουμε για παρουσία της διαταραχής. Δεν φαίνεται να υπάρχει κάποιο κοινώς χρησιμοποιούμενο και αναγνωρισμένο διαγνωστικό εργαλείο για την εκτίμηση της έκτασης και της σοβαρότητας του εθισμού αυτού. Η χρήση των μέτρων συμπεριφοράς (δηλαδή ο εβδομαδιαίος χρόνος που δαπανάται στη χρήση του Διαδικτύου) ως συμπληρωματικό μέτρο του εθισμού που χρησιμοποιείται σε δύο μελέτες (Han et al, 2010 και Su et al, 2011), μπορεί να είναι προβληματική με βάση τα διαθέσιμα αποδεικτικά στοιχεία που δείχνουν ασθενή σχέση μεταξύ εθιστικής συμπεριφοράς και χρονικής διάρκειας χρήσης της τεχνολογίας των υπολογιστών (Gentile, 2009) και πλαισίου που γίνεται αυτή η χρήση (Griffiths, 2010).

Οι ασυνέπειες στην αξιολόγηση του εθισμού θέτουν σημαντικές ανησυχίες σχετικά με τη συγκρισιμότητα των κλινικών εργασιών που πραγματοποιήθηκαν σε αυτήν την περιοχή. Προτείνουμε, στις μελλοντικές εξελίξεις όσον αφορά την ανάπτυξη και την δοκιμή των παρεμβάσεων για τα προβλήματα που σχετίζονται με το Internet, να υπάρχει κάποιος βαθμός συναίνεσης μεταξύ των ιατρών και των ερευνητών ως προς την ακριβή ταξινόμηση αυτών των προβλημάτων. Μπορεί σε ορισμένους χρήστες οι προβληματικές σκέψεις και συμπεριφορές να είναι δυνατόν να περιοριστούν στη χρήση του Διαδικτύου, ενώ σε άλλους το Διαδίκτυο μπορεί απλώς να παρέχει ένα νέο μέσο για την ικανοποίηση προϋπάρχουσων εθιστικών συμπεριφορών, όπως τα τυχερά παιχνίδια ή τον εθισμό στο σεξ. Ως εκ τούτου, μπορεί να είναι χρήσιμο για τους ερευνητές να οριοθετήσουν περαιτέρω τύπους αυτού και τα αντίστοιχα συμπτώματά τους ή να εντοπίσουν τις ιδιαίτερες εθιστικές συμπεριφορές που εμφανίζονται στο Internet, καθώς και κάποια προηγούμενη μελέτη που έχει γίνει στον τομέα του εθισμού στα βιντεοπαιχνίδια (King, Delfabbro & Griffiths, 2010b και 2011). Αυτό θα διευκολύνει τη διεξαγωγή πιο λεπτομερών ερευνών σχετικά με τα αποτελέσματα της θεραπείας σε συγκεκριμένες προβληματικές συμπεριφορές του Διαδικτύου και θα ελαχιστοποιήσει το ενδεχόμενο ακατάλληλης ομαδοποίησης κλινικών συμπεριφορών, όπως η υπερβολικά ευρεία κατάταξη της εθιστικής συμπεριφοράς στο Διαδίκτυο.

Αυτή η ανασκόπηση παρέχει μια γενική εικόνα της βιβλιογραφίας της θεραπείας απεξάρτησης από αυτό. Ωστόσο, πρέπει να επισημανθεί ότι αυτή η μελέτη έχει αρκετούς περιορισμούς. Πρώτον, ο αριθμός των αναθεωρημένων μελετών είναι αρκετά αντιπροσωπευτικός, αλλά σχετικά μικρός, γεγονός που καθιστά δύσκολη την εξαγωγή οποιασδήποτε συγκεκριμένης ή οριστικής εξέλιξης στην αναφορά των παρεμβάσεων. Καθώς όλο και περισσότερα δεδομένα γίνονται ευρέως διαθέσιμα, υπάρχει μια πιθανότητα τα ελλείμματα στις αναφορές που έχουμε εντοπίσει στις μελέτες που αξιολογήσαμε να πρέπει να αντιμετωπιστούν. Δεύτερον, η προβλεπόμενη μέθοδος για την αξιολόγηση κάθε μελέτης με βάση τη δήλωση CONSORT, όπως η μέθοδος βαθμολόγησης δύο σημείων, μπορεί να έχει περιορισμένη απόδοση, δεδομένης της έλλειψης τυχαίων δειγμάτων και δοκιμών ελέγχου. Για παράδειγμα, οι περισσότερες μελέτες δεν εφάρμοσαν καθόλου την τυχαιοποίηση και ως εκ τούτου δεν κατέληξαν σε κάποιο συμπέρασμα στους τομείς που ασχολήθηκαν. Εντούτοις, ήταν δικαιολογημένο το γεγονός ότι η δήλωση CONSORT ήταν αρκετά ευέλικτη στο να αξιολογήσει μη ψυχολογικές παρεμβάσεις, διότι οι εν λόγω μελέτες πρέπει να στοχεύουν να συμπεριλάβουν πολλά από τα κοινά χαρακτηριστικά με μία τυχαιοποίηση δειγμάτων. Ενώ οι δημιουργοί του CONSORT έχουν δείξει ότι οι ερευνητές θα πρέπει να υιοθετήσουν μία διχοτομική μέθοδο βαθμολόγησης (δηλαδή ναι ή όχι για κάθε στοιχείο) (Schulz et al., 2010), μια μέθοδος βαθμολόγησης δύο σημείων που χρησιμοποιήθηκε για να αυξήσει την ευαισθησία

στην αξιολόγηση των τομέων στους οποίους μπορεί να υπάρχει ελλειμματική πληροφόρηση. Επιπλέον, θα πρέπει να σημειωθεί ότι εννέα μελέτες που εντοπίστηκαν μέσω των αναζητήσεων σε διάφορες βάσεις δεδομένων δεν μπορούσαν να αξιολογηθούν επειδή δεν είχαν δημοσιευθεί στην αγγλική γλώσσα.

Υπάρχουν επίσης ευρύτερα ζητήματα ως προς το αν τα άτομα που υποβλήθηκαν σε θεραπεία στις μελέτες που αξιολογήθηκαν ήταν πράγματι εθισμένα στο Διαδίκτυο ή κάποια από αυτά μπορεί να έχουν εθιστεί σε μια συγκεκριμένη εφαρμογή ή δραστηριότητα στο Διαδίκτυο (π.χ. παιχνίδια, τυχερά παιχνίδια, κοινωνική δικτύωση) και όχι στο ίδιο το Διαδίκτυο (Widyanto & Griffiths, 2006). Χρειάζεται επίσης έρευνα για το κατά πόσον οι εθισμένοι που χρησιμοποιούν ένα συγκεκριμένο μέσο για την άσκηση της δραστηριότητας τους απαιτούν και διαφορετικούς τύπους παρέμβασης και θεραπείας. Για παράδειγμα, οι εθισμένοι με τα τυχερά παιχνίδια στο Διαδίκτυο χρειάζονται διαφορετικές θεραπευτικές παρεμβάσεις από τους εθισμένους στα τυχερά παιχνίδια που δεν χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο για να παίξουν στοίχημα;

Η θεραπεία του εθισμού αυτού αντιπροσωπεύει σήμερα μία μικρή, αλλά συνεχώς αυξανόμενη περιοχή της κλινικής έρευνας. Ωστόσο, δεδομένης της αύξησης του αριθμού των παρεχόμενων υπηρεσιών αυτού σε πολλές χώρες, είναι πιθανόν η έρευνα στον τομέα αυτό να επεκταθεί σημαντικά στο μέλλον, ιδιαίτερα σε πολιτισμούς όπου η χρήση του Διαδικτύου είναι ενσωματωμένη σε μεγάλο βαθμό στην καθημερινή τους ζωή (π.χ. Νοτιοανατολική Ασία). Κατά κύριο λόγο, φαίνεται να υπάρχει μια σημαντική ανάγκη για συναίνεση σχετικά με τον κλινικό ορισμό του εθισμού στο Διαδίκτυο και τις πιθανές υποκατηγορίες που αφορούν ειδικότερα τις εφαρμογές και τις δραστηριότητες του Internet. Αυτό το θεωρητικό εμπόδιο, το οποίο υφίσταται για πάνω από 15 χρόνια, έχει εμποδίσει την πρόοδο σε όλους τους υποτομείς του εν λόγω τομέα, όπως η ανάπτυξη και η νομιμοποίηση ενός αναγνωρισμένου διαγνωστικού εργαλείου. Με την αξιολόγηση της βιβλιογραφίας χρησιμοποιώντας τα κριτήρια CONSORT εντοπίστηκαν πολλοί τομείς του σχεδιασμού της κάθε μελέτης και της υποβολής των εκθέσεων που έχουν ανάγκη βελτίωσης. Ειδικότερα, υπάρχει ανάγκη για ύπαρξη πιο τυχαιοποιημένων και ελεγχόμενων δοκιμών τόσο σε φαρμακευτικές, όσο και σε μη φαρμακευτικές παρεμβάσεις στη βιβλιογραφία. Η μελλοντική έρευνα θα πρέπει να συμπεριλάβει επίσης τις ομάδες ελέγχου, καθώς και πιο ακριβείς εκτιμήσεις των επιδράσεων της θεραπείας με τη συμπερίληψη των εκτιμήσεων του μεγέθους των επιδράσεων. Αυτές οι βελτιώσεις στον σχεδιασμό της ερευνητικής μελέτης θα έχουν σημαντικό όφελος και στους ερευνητές και στους κλινικούς ιατρούς, καθώς επίσης και στην συνολική τοποθέτηση του εθισμού αυτού στον τομέα των εθιστικών συμπεριφορών.

2.3 Η θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο: Μια μετα-ανάλυση

5 January 2013

Authors: Alexander Winkler, Beate Dorsing, Winfried Rief, Yuhui Shen, Julia A. Glombiewski

From: University of Marburg, Department of Clinical Psychology and Psychotherapy, Germany



Περίληψη

Ο εθισμός στο Διαδίκτυο (Internet Addiction - IA) είναι ένα ευρέως διαδεδομένο και προβληματικό φαινόμενο. Ωστόσο, λίγα πράγματα είναι γνωστά για την αποτελεσματικότητα των θεραπευτικών μεθόδων του Ως εκ τούτου, στόχος μας είναι να πραγματοποιήσουμε μία ανάλυση του μεγέθους των επιδράσεων των ψυχολογικών και των φαρμακευτικών παρεμβάσεων στον εθισμό στο Διαδίκτυο. Πραγματοποιήσαμε μία έρευνα στη βιβλιογραφία με τη βοήθεια των PsycInfo, Psyn dex, Medline, Embase, PQDT Open, WorldCat, Cochrane Clinical Trials Library και άλλων εγχειριδίων αναζήτησης. Η μετα-ανάλυσή μας βασίστηκε σε 16 μελέτες, στις οποίες συμμετείχαν συνολικά 670 συμμετέχοντες και χρησιμοποιήθηκε ένα μοντέλο τυχαίων αποτελεσμάτων. Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε στην ένταξη των μελετών από μη-δυτικές χώρες. Οι εκτιμήσεις του μεγέθους της επίδρασης δείχνουν ότι οι ψυχολογικές και οι φαρμακευτικές παρεμβάσεις ήταν ιδιαίτερα αποτελεσματικές στη βελτίωση του εθισμού στο Διαδίκτυο, στο χρόνο που δαπανάται σε online δραστηριότητες, στην κατάθλιψη και στο άγχος πριν και μετά από τη θεραπευτική αγωγή στο σύνολο των δειγμάτων. Ο συντονιστής των αναλύσεων αποκάλυψε ότι οι μελέτες που εφαρμόζαν ατομικές θεραπείες και οι μελέτες όπου ένας μεγάλος αριθμός συμμετεχόντων ήταν γυναίκες, ηλικιωμένοι ασθενείς ή κάτοικοι κάποιας βορειοαμερικανικής περιοχής είχαν υψηλότερα ποσοστά επίδρασης σε ορισμένες μεταβλητές αποτελέσματος. Τα περισσότερα ποσοστά των αποτελεσμάτων ήταν υψηλά, ισχυρά, δεν σχετίζονταν με την ποιότητα ή τον σχεδιασμό της μελέτης και διατηρήθηκαν καθ' όλη τη διάρκεια της παρακολούθησης. Λόγω του μικρού αριθμού των μελετών που συμπεριλαμβάνονται και των μεθοδολογικών περιορισμών, τα αποτελέσματα της μετα-ανάλυσης θεωρούνται προκαταρκτικά.

1. Εισαγωγή

Σε όλο τον κόσμο, υπάρχουν περισσότεροι από ένα δισεκατομμύριο υπολογιστές που είναι συνδεδεμένοι στο διαδίκτυο (Braun, 2010). Μετά από μια σειρά 10 θανάτων από καρδιοπνευμονικά αίτια σε Ίντερνετ καφέ και από μία δολοφονία που σχετιζόταν με ένα παιχνίδι, η Νότια Κορέα θεωρεί ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο είναι ένα από τα πιο σοβαρά θέματα δημόσιας υγείας. Η Κίνα ξεκίνησε τον περιορισμό της χρήσης παιχνιδιών σε υπολογιστή μετά από μια αναφορά ενός διευθυντή νοσοκομείου ότι το 13,7% των Κινέζων εφήβων που είναι χρήστες του διαδικτύου (περίπου 10 εκατομμύρια) πληρούν τα διαγνωστικά κριτήρια του εθισμού στο Διαδίκτυο (Block, 2008).

Έρευνες που έχουν γίνει στις Ηνωμένες Πολιτείες και την Ευρώπη έχουν δείξει ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο επηρεάζει το 1,05 – 8,02% του γενικού πληθυσμού (Weinstein & Lejoyeux, 2010). Η μελέτη των Chakraborty, Basu και Kumar (2010) τοποθετεί τα ποσοστά αυτά μεταξύ 0,3% και 38%, αποτυπώνοντας τη σημαντική διαφορά που αναφέρεται στα ποσοστά επικράτησης στη βιβλιογραφία. Αυτό μπορεί να αποδοθεί στο γεγονός ότι τα διαγνωστικά κριτήρια και τα ερωτηματολόγια αξιολόγησης που χρησιμοποιούνται για τη διάγνωση ποικίλλουν μεταξύ των χωρών και οι μελέτες συχνά χρησιμοποιούν εξαιρετικά επιλεκτικά δείγματα στις διαδικτυακές τους έρευνες (Peukert, Sieslack, Barth και Batra, 2010).

Ενώ ο εθισμός στο Διαδίκτυο είναι ένα συνεχώς αναπτυσσόμενο πρόβλημα σε όλο τον κόσμο, οι ερευνητές και οι γιατροί εξακολουθούν να διαφωνούν για την ύπαρξή του (Czincz & Hechanova, 2009, Frances & Widiger, 2012 και Pies, 2009).

Υπάρχει μια συνεχής συζήτηση για το αν ο εθισμός στο Διαδίκτυο είναι μία διακριτή ψυχική διαταραχή ή αποτελεί σύμπτωμα και εκδήλωση κάποιας άλλης υποκείμενης διαταραχής (Beard, 2005, Ha et al, 2006 και Pies, 2009).

Επιπλέον, υπάρχει διαμάχη ως προς το αν μπορεί κανείς να ενσωματώσει τα διάφορα προβλήματα που σχετίζονται με το Internet (π.χ. υπερβολική χρήση για πορνογραφία, video games, σερφάρισμα, κοινωνική δικτύωση) στην κατηγορία του εθισμού στο Διαδίκτυο, γιατί παραμένει ασαφές το εάν οι υποκείμενοι μηχανισμοί που είναι υπεύθυνοι για αυτήν την εθιστική συμπεριφορά είναι οι ίδιοι με αυτούς που είναι υπεύθυνοι για τα υπόλοιπα προβλήματα (Holden, 2001).

Ενώ συνεχίζεται η συζήτηση για το αν τα φαινόμενα αυτά που σχετίζονται με το Internet πρέπει να ταξινομηθούν ως εθισμός, διαταραχή ελέγχου παρόρμησης ή ακόμα και κάποιας μορφής ψυχαναγκαστική ή καταναγκαστική διαταραχή (Pies, 2009), υπάρχει μία ουσιαστικής αλληλοεπικάλυψη συμπτωμάτων που συνήθως συνδέονται με εθιστικές συμπεριφορές (Griffiths, 2000), καθώς επίσης και κάποιες νευρολογικές ομοιότητες με άλλους εθισμούς (Thalemann, Wolfling, και Grusser, 2007).

Επιπλέον, πρόσφατα κυκλοφόρησε ένας νέος ορισμός της “εξάρτησης” από την Αμερικανική Εταιρεία Ιατρικών Εθισμών (American Society of Addiction Medicine - ASAM), η οποία για πρώτη φορά διατυπώνει την άποψη ότι ο εθισμός δεν περιορίζεται μόνο στη χρήση ουσιών (American Society of Addiction Medicine, 2011).

Οι Blum, Chen, Braverman et al. (2008) και οι Blum, Chen, Chen et al. (2008) όρισαν τον εθισμό στο Διαδίκτυο ως μέρος της Επιβράβευσης του Σύνδρομου Ανεπάρκειας (Reward Deficiency Syndrome), το οποίο συνδέουν με τις μη φυσιολογικές αλληλεπιδράσεις του νευροδιαβιβαστή στον μεσομεταιχμιακό σύστημα (εκείνοι που επιτυγχάνουν μικρότερη ικανοποίηση, επιδιώκουν ενίσχυση της διέγερσης του κέντρου ανταμοιβής του εγκεφάλου), υποθέτοντας ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο δεν είναι πολύ διαφορετικός από τις άλλες ουσίες ή δραστηριότητες που ενθαρρύνουν την απελευθέρωση υπερβολικής ντοπαμίνης (Blum, Chen, Braverman et al., 2008, Blum, Chen, Chen et al., 2008 και Blum et al., 1996).

Σύμφωνα με τη μελέτη των Grant, Potenza, Weinstein και Gorelick (2010) η φυσική ιστορία, η φαινομενολογία, η ανοχή, η συννοσηρότητα, οι νευροβιολογικοί μηχανισμοί και η αντιμετώπιση της θεραπείας δείχνουν ότι οι συμπεριφορές εξάρτησης μοιάζουν με τους εθισμούς σε ουσίες. Έτσι, φαίνεται να υπάρχει ολοένα και αυξανόμενη συναίνεση στο ότι η υπερβολική χρήση του διαδικτύου είναι ένας εθισμός (Cash, Rae, Steel & Winkler, 2012).

Παρ' όλο που σήμερα δεν υπάρχει κάποιος ενιαίος ορισμός για τον εθισμό στο Διαδίκτυο στα διαγνωστικά εγχειρίδια, μια ανασκόπηση της σχετικής βιβλιογραφίας προσφέρει μια ποικιλία από συστάσεις σχετικά με το πώς μπορεί κάποιος να τον καθορίσει. Σύμφωνα με την Αμερικανική Ψυχιατρική Εταιρεία (American Psychiatric Association - 2012) η διαταραχή της χρήσης του Διαδικτύου προτείνεται για περαιτέρω μελέτη στο τρίτο τμήμα της πέμπτης έκδοσης του DSM. Προτείνονται τα ακόλουθα διαγνωστικά κριτήρια για τη διαταραχή αυτή: (Α) ενασχόληση με το Διαδίκτυο, (Β) συμπτώματα στέρησης όταν δεν υπάρχει πρόσβαση σε αυτό, (Γ) ανοχή (η ανάγκη να δαπανούν ολοένα και περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο), (Δ) ανεπιτυχείς προσπάθειες να ελέγξουν τη χρήση του, (Ε) συνεχής και υπερβολική χρήση του, παρά το γεγονός ότι γνωρίζουν τα αρνητικά ψυχολογικά προβλήματα που προκαλεί, (ΣΤ) απώλεια άλλων ενδιαφερόντων, (Ζ) χρήση του με σκοπό να ξεφύγουν ή να βελτιώσουν το αίσθημα δυσφορίας, (Η) εξαπάτηση των άλλων σχετικά με το χρόνο που δαπανούν σε online δραστηριότητες και (Θ) το γεγονός ότι πολλές φορές εκτίθενται σε κίνδυνο ή κινδυνεύουν να χάσουν μια σημαντική σχέση, τη δουλειά τους ή κάποια ευκαιρία καριέρας λόγω της χρήσης του διαδικτύου (American Psychiatric Association, 2012).

Ακόμη και χωρίς την επίσημη αναγνώριση του εθισμού στο Διαδίκτυο και παρ' όλες τις διαφωνίες πάνω στα διαγνωστικά του κριτήρια, υπάρχουν διάφορα εργαλεία αξιολόγησης που μετρούν το ΙΑ, όπως το "Test του Εθισμού στο Διαδίκτυο" (Internet Addiction Test, Young, 1998), το "Ερωτηματολόγιο της Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου" (Problematic Internet Use Questionnaire, Demetrovics, Szeredi και Rózsa, 2008), η "Κλίμακα της Ψυχαναγκαστικής Χρήσης του Διαδικτύου" (Compulsive Internet Use Scale, Meerkerk, Van Den Eijnden, Vermulst & Garretsen, 2009), καθώς και η "Κλίμακα του Chen για τον Εθισμό στο Διαδίκτυο" (Chen Internet Addiction Scale, Cao, Su & Gao, 2007). Υπάρχουν πολύ περισσότερα εργαλεία αξιολόγησης που κυκλοφορούν, κυρίως αυτοδημιούργητα ερωτηματολόγια από τους συντάκτες των μελετών που έχουμε συμπεριλάβει σε αυτήν τη μετα-ανάλυση.

Ο εθισμός στο Διαδίκτυο μπορεί να προκαλέσει νευρολογικές επιπλοκές, ψυχολογική απελπισία, κοινωνικά προβλήματα και προβλήματα υγείας, ιδίως σε εφήβους και

νεαρούς ενήλικες (Greenfield, 1999, Young, 1998 και Zou et al., 2011). Επιπλέον, έχει αναφερθεί υψηλή συννοσηρότητα με άλλες ψυχιατρικές διαταραχές, ιδίως συναισθηματικές διαταραχές, διαταραχές άγχους, διαταραχές ελέγχου της παρόρμησης, διαταραχές κατάχρησης ουσιών και Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ) (Petersen, Weymann, Schelb, Thiel & Thomasius, 2009, Peukert et al, 2010, Shaw & Black, 2008 και Weinstein & Lejoyeux, 2010). Σύμφωνα με τη μελέτη του Block (2008), περίπου το 86% των περιπτώσεων του εθισμού αυτού έχει εμφανίσει συννοσηρότητα με κάποια από τις διαγνωσμένες παθήσεις της πέμπτης έκδοσης του DSM (DSM-IV), κάτι το οποίο θέτει περίπλοκα ζητήματα για την αιτιότητα, αφού δεν μπορούμε να είμαστε απολύτως σίγουροι για το αν ο ΙΑ είναι αιτία ή συνέπεια αυτών των διαταραχών (Ha et al, 2006 και Pies, 2009).

Υπάρχουν αρκετές αναφορές για την αντιμετώπιση των θεμάτων της διάγνωσης, της φαινομενολογίας, της επιδημιολογίας, των συνυπαρχουσών διαταραχών και των πορισμάτων ενός νευροαπεικονιστικού ελέγχου του ΙΑ (π.χ. Chakraborty et al., 2010, Ko, Yen., Chen & Chen, 2012, Kryspin - Exner, Felnhofer και Kothgassner, 2011, Weinstein & Lejoyeux, 2010 και Yuan, Qin, Liu και Tian, 2011), αλλά και πάλι λίγα πράγματα είναι γνωστά για τη θεραπεία του. Σε μία συστηματική ανασκόπηση της θεραπείας του εθισμού στο Διαδίκτυο που έκαναν οι Delfabbro, Griffiths και Gradisar (2011), έχει αξιολογηθεί η ποιότητα της αναφοράς των μελετών θεραπείας και υπάρχουν κάποιες ποιοτικές αξιολογήσεις που και αυτές αναφέρονται σε τέτοιες θεραπείες (π.χ. Cash et al, 2012, Petersen et al, 2009, Peukert et al, 2010 και Widyanto & Griffiths, 2006), αλλά σε καμία από αυτές δεν έχουν εφαρμοστεί μετα-αναλυτικές μέθοδοι, έτσι ώστε να υπολογισθεί το μέγεθος της επίδρασης της θεραπείας.

Στη μελέτη των Petersen et al. (2009) πραγματοποιήθηκε μία έρευνα, κατόπιν αιτήματος των τμημάτων υγείας της Γερμανίας, η οποία υποστηρίζει ότι οι κλινικές συστάσεις δεν είναι δυνατές λόγω της έλλειψης μελετών και ότι απαιτείται επειγόντως περαιτέρω έρευνα. Η μελέτη των Peukert et al. (2010) δείχνει τις γνωστικές, συμπεριφορικές και φαρμακευτικές προσεγγίσεις ως πιθανές αποτελεσματικές θεραπείες. Επιπλέον δείχνει ότι οι παρεμβάσεις με μέλη της οικογένειας ή με άλλους συγγενείς θα μπορούσαν να είναι χρήσιμες. Στην ανασκόπηση των Widyanto και Griffiths (2006) αναφέρεται ότι οι περισσότερες από τις θεραπείες που χρησιμοποιούνται μέχρι σήμερα, έχουν χρησιμοποιήσει κάποιας μορφής γνωσιακή ή συμπεριφορική προσέγγιση. Δεν έγινε όμως κανένα σχόλιο για την αποτελεσματικότητά τους.

Παραμένει ωστόσο ασαφές το αν οι ψυχολογικές και οι φαρμακευτικές θεραπείες είναι αποτελεσματικές στη μείωση των συμπτωμάτων του εθισμού στο Διαδίκτυο, καθώς επίσης και το αν κάποιες από τις δύο θεραπείες είναι πιο αποτελεσματικές από τις άλλες. Έτσι, πραγματοποιήσαμε μια μετα-ανάλυση για να εξετάσουμε και να συγκρίνουμε τα βραχυπρόθεσμα και τα μακροπρόθεσμα αποτελέσματα των διαφόρων ψυχολογικών και φαρμακευτικών θεραπειών του ΙΑ. Για το σκοπό αυτό, επιλέξαμε μελέτες θεραπειών που εξετάζουν τις επιδράσεις των ψυχολογικών και των φαρμακευτικών παρεμβάσεων στα συμπτώματα του εθισμού στο Διαδίκτυο, το χρόνο που δαπανάται σε online δραστηριότητες, την κατάθλιψη και το άγχος. Εμείς εξετάσαμε την περίπτωση ότι οι ψυχολογικές και οι φαρμακευτικές παρεμβάσεις είναι το ίδιο αποτελεσματικές θεραπείες στα παραπάνω.

2. Μέθοδοι

2.1. Διαδικασία αναζήτησης

Οι μελέτες που επιλέξαμε εντοπίστηκαν από την αναζήτηση στα PsycInfo, Psyn dex, Medline, Embase, PQDT Open, WorldCat και Cochrane Clinical Trials Library. Πραγματοποιήσαμε εκτεταμένες έρευνες για μελέτες που δημοσιεύθηκαν από το πρώτο διαθέσιμο έτος μέχρι τις 29 Απριλίου 2011, χρησιμοποιώντας τους όρους: εθισμός στο διαδίκτυο, χρήση του διαδικτύου, προβληματικό διαδίκτυο, cybersex, εθισμός στα ηλεκτρονικά παιχνίδια, εθισμός σε online δραστηριότητες, κατάχρηση του internet και διαταραχές από το internet.

Επιπλέον, πραγματοποιήσαμε μια έρευνα στη βάση δεδομένων του Google Scholar, που είναι ένας οδηγός ανασκόπησης σχετικών επιστημονικών μελετών (papers), καθώς και ένας οδηγός ανασκόπησης των σχετικών άρθρων που προέρχονται από αναζητήσεις σε βάσεις δεδομένων. Λαμβάνοντας υπόψη την ουσιαστική σημασία του εθισμού στο Διαδίκτυο και τις αντίστοιχες ερευνητικές δραστηριότητες στην Ανατολική Ασία, στόχος μας ήταν να συμπεριλάβουμε όσο το δυνατόν περισσότερες μελέτες από αυτές τις χώρες. Έτσι, υιοθετήσαμε ολοκληρωμένες στρατηγικές αναζήτησης, ώστε να βρούμε και τα δημοσιευμένα και τα αδημοσίευτα άρθρα. Όσον αφορά τα αδημοσίευτα άρθρα, αποφασίσαμε εκ των προτέρων ότι θα τα συμπεριλάβουμε στην ανάλυση μας εφόσον πληρούν όλα τα κριτήρια ένταξης. Επιπλέον, αποφασίσαμε να ταξινομήσουμε κάθε μελέτη σε δημοσιευμένη ή αδημοσίευτη και να ορίσουμε έναν συντονιστή, ο οποίος θα αποφασίζει αν η κάθε μελέτη μπορεί να συμπεριληφθεί στην ανάλυση. Επίσης, αποφασίσαμε να ζητήσουμε από τους συγγραφείς των άρθρων που συμπεριλάβαμε στη μετα-ανάλυσή μας να μας παρέχουν περαιτέρω πληροφορίες για θέματα που αφορούν τη θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο.

2.2. Προσδιορισμός των μεταβλητών του αποτελέσματος

Ως αποτέλεσμα της τρέχουσας έλλειψης σε έρευνες για τον εθισμό στο Διαδίκτυο και σε πιθανές θεραπείες, δεν μπορέσαμε να αποκτήσουμε πρόσβαση σε μια σειρά συστάσεων για την ενσωμάτωση των μεταβλητών αποτελέσματος στη μέτρηση του ΙΑ. Μετά από μία επανεξέταση των σχετικών άρθρων, επιλέξαμε την “κατάσταση του εθισμού στο Διαδίκτυο” και “το χρόνο που δαπανάται σε online δραστηριότητες” ως βασικές μεταβλητές αποτελέσματος. Αυτές είναι οι μεταβλητές που συνήθως αξιολογούνται σε μελέτες θεραπείας (π.χ. Dell'Osso et al., 2008, Han, Hwang & Renshaw, 2010, Orzack, Voluse, Wolf and Hennen, 2006, Twohig & Crosby, 2010 και Young, 2007). Για τους σκοπούς της μετα-ανάλυσης, η μεταβλητή “κατάσταση του εθισμού στο Διαδίκτυο” περιλαμβάνει μεταβλητές αποτελέσματος που αξιολογήθηκαν από διάφορα ερωτηματολόγια σχετικά με τον εθισμό σε αυτό ή την παθολογική χρήση του. Συμπεριλάβαμε, επίσης, την κατάθλιψη (που αξιολογήθηκε σε ένα ερωτηματολόγιο σχετικό με την κατάθλιψη) και το άγχος (που αξιολογήθηκε στην κλίμακα του άγχους) ως επιπλέον μεταβλητές αποτελέσματος.

2.3. Επιλογή Μελέτης

Οι μελέτες συμπεριλαμβάνονταν εφόσον πληρούσαν τα ακόλουθα κριτήρια ένταξης: (1) η μελέτη ασχολήθηκε με το θέμα "Εθισμός στο Διαδίκτυο" και (2) η μελέτη περιελάμβανε κάποια ψυχολογική ή φαρμακευτική θεραπεία που είχε σκοπό να μειώσει το πρόβλημα του ΙΑ. Οι μελέτες που εμφάνιζαν κάποιο από τα ακόλουθα αποκλείονταν: (1) η μελέτη ήταν μελέτη μιας μεμονωμένης περίπτωσης, (2) το

πλήρες κείμενο της μελέτης δεν ήταν διαθέσιμο, (3) η μελέτη παρείχε ανεπαρκή στοιχεία που δεν μπορούσαν να δικαιολογήσουν την ανάλυση των μεγεθών επίδρασης και πρόσθετα στοιχεία που δεν θα μπορούσαν να έχουν αποκτηθεί από τον συγγραφέα, (4) η μελέτη δεν ανέφερε αποτελέσματα για τουλάχιστον μία από τις τέσσερις μεταβλητές έκβασης και (5) το δείγμα επικαλυπτόταν εν μέρει ή πλήρως από το δείγμα κάποιας άλλης μελέτης που συμπεριλαμβάνεται στη μετα-ανάλυση.

Όπου υπήρχε η δυνατότητα, χρησιμοποιήθηκε η παρακολούθηση των δεδομένων για τον προσδιορισμό των μεγεθών επίδρασης στις συγκρίσεις πριν και μετά τη θεραπεία. Για να προσδιοριστούν οι έλεγχοι που ισχύουν για τις συγκρίσεις των ομάδων μετά τη θεραπεία, χρησιμοποιήθηκαν δεδομένα από τις συνθήκες ελέγχου. Για τις μελέτες στις οποίες σε δύο ή περισσότερες ομάδες έγιναν διαφορετικές επεμβάσεις, συμπεριλήφθηκαν όλες οι ομάδες. Για τις μελέτες που υπέβαλαν στοιχεία και για το συνολικό δείγμα και για υπο-δείγματα των ίδιων ατόμων, συμπεριλήφθηκαν τα δεδομένα του συνολικού δείγματος. Λόγω της αναμενόμενης μικρής συμμετοχής από μελέτες που εξετάζουν τη θεραπεία αυτού του εθισμού, αποφασίσαμε εκ των προτέρων να συμπεριληφθούν όλα τα διαθέσιμα δείγματα των συμμετεχόντων. Δεν κάναμε κανέναν περιορισμό στην ημερομηνία δημοσίευσης λόγω του αναμενόμενου μικρού αριθμού δειγμάτων των διαθέσιμων μελετών και λόγω του ότι η έρευνα για το θέμα αυτό είναι σχετικά πρόσφατη. Επίσης, δεν ορίσαμε κάποιο γεωγραφικό ή πολιτιστικό περιορισμό, επειδή μας ενδιαφέρει μια παγκόσμια προοπτική του εθισμού στο Διαδίκτυο και των θεραπειών του.

Όπως ήταν αναμενόμενο, συναντήσαμε δυσκολίες στην εύρεση μελετών για τη θεραπεία του ΙΑ και, αρχικά, εστιάσαμε την προσοχή μας σε εκδόσεις στα αγγλικά, στα γερμανικά και στα κινέζικα. Κάθε άρθρο που εντοπίζαμε, εξεταζόταν περαιτέρω από δύο ανεξάρτητους κριτές για την πιθανή συμπερίληψή του στη μετα-ανάλυση. Οι διαφωνίες επιλύονταν με τη συζήτηση. Παρουσιάζαμε τον τίτλο και την περίληψη κάθε άρθρου, αφού πρώτα αφαιρούσαμε αυτά που αναφέρονταν εις διπλούν, για να μπορέσει να καθοριστεί το εάν τα άρθρα ασχολούνταν με το θέμα του εθισμού στο Διαδίκτυο, αν ανέφεραν τουλάχιστον μία θεραπευτική προσέγγιση για αυτόν και αν δεν ήταν μελέτη κάποιας συγκεκριμένης περίπτωσης. Για να δούμε αν οι μελέτες παρείχαν επαρκή δεδομένα και αν το δείγμα τους επικαλυπτόταν από κάποια άλλη μελέτη, εξετάζαμε το πλήρες κείμενο κάθε άρθρου.

2.4. Αξιολόγηση Εγκυρότητας

Δεν υπάρχουν πρόσθετα κριτήρια αποκλεισμού που να εφαρμόζονται ανάλογα με τη μεθοδολογική ποιότητα. Οι μελέτες που χρησιμοποιούσαν σχεδιασμό σύγκρισης των ομάδων και τυχαιοποιημένες και ελεγχόμενες μελέτες, καθώς και οι μελέτες παρατήρησης συμπεριλήφθηκαν στη μετά-ανάλυση. Για τον έλεγχο πιθανών ανατροπών (Glass, 1976), αξιολογήθηκε η ποιότητα κάθε μελέτης και στη συνέχεια αναλύθηκε από έναν συντονιστή.

Χρησιμοποιήσαμε μία κλίμακα ποιότητας (GGK quality scale) που αναπτύχθηκε από τους Glombiewski et al. (2010) και βασίζεται στα κριτήρια των Jadad (Jadad et al., 1996) και στις συστάσεις PRISMA (Liberati et al., 2009). Η κλίμακα αυτή αποτελείται από 20 διχοτομημένα αντικείμενα με ανώτερη βαθμολογία το 20 και αξιολογεί τις εσωτερικές και τις εξωτερικές πτυχές και τη δομική εγκυρότητα. Η ποιότητα της κάθε μελέτης μαζί με το πλήρες κείμενο στα αγγλικά αξιολογήθηκε ξεχωριστά από δύο κριτές. Οι διαφωνίες επιλύθηκαν μέσω της συζήτησης. Κάθε

μελέτη που ήταν γραμμένη στα κινέζικα, το πλήρες κείμενό της αξιολογήθηκε από έναν κριτή.

2.5. Εξαγωγή δεδομένων

Για κάθε μελέτη, οι ποσοτικές μεταβλητές της κατάστασης του εθισμού στο Διαδίκτυο, ο χρόνος που δαπανάται σε online δραστηριότητες, η κατάθλιψη και το άγχος αξιολογήθηκαν από δύο από τους συγγραφείς. Τα αριθμητικά δεδομένα των μελετών εξήχθησαν από τους ίδιους συγγραφείς τους, σε ότι αφορά τις μελέτες που το πλήρες κείμενό τους ήταν γραμμένο στα αγγλικά (για τις μελέτες που το πλήρες κείμενό τους ήταν γραμμένο στα κινέζικα, τα αριθμητικά στοιχεία εξήχθησαν από έναν κριτή). Επιπλέον, οι ακόλουθες πληροφορίες συγκεντρώθηκαν από κάθε μελέτη από τους ίδιους τρεις σχολιαστές: το είδος της θεραπείας, η μέση ηλικία των συμμετεχόντων, το ποσοστό των γυναικών που συμμετείχαν, ο πολιτισμός στον οποίο πραγματοποιήθηκε η μελέτη, η βαθμολογία ποιότητας στην κλίμακα GGK και οι ώρες που εφαρμόστηκε η παρέμβαση. Οι διαφωνίες επιλύθηκαν μέσω της συζήτησης. Στις περιπτώσεις που είχαμε ελλιπή στοιχεία για μεμονωμένες μεταβλητές, η μελέτη αυτή αποκλείστηκε μόνο από τον συντονιστή της συγκεκριμένης μεταβλητής.

2.6. Σύνθεση ποσοτικών δεδομένων

Όλες οι αναλύσεις πραγματοποιήθηκαν “με το χέρι” ή με τη χρήση του λογισμικού προγράμματος “Comprehensive Meta-analysis”, δεύτερη έκδοση (Borenstein, Hedges, Higgins & Rothstein, 2005). Από τη στιγμή που σε καμία μελέτη δε βρέθηκαν δεδομένα για κάποια συγκεκριμένη θεραπεία, αναλύσαμε τα δεδομένα όλων των περιπτώσεων. Το ξεχωριστό μέγεθος της επίδρασης στις μεταβλητές της κατάστασης του εθισμού στο Διαδίκτυο, στο χρόνο που δαπανάται σε online δραστηριότητες, στην κατάθλιψη και στο άγχος υπολογίστηκε χρησιμοποιώντας τις μεταβολές που έγιναν πριν και μετά τη θεραπεία σε όλες τις μελέτες, με τη χρήση μιας ομάδας παρέμβασης (intervention group - IG) - ομάδας ελέγχου (comparison group - CG) για τις διαφορές που θα παρουσιάζονταν. Υπολογίσαμε το μέγεθος της επίδρασης με τη χρήση του Hedges’s g και ήταν 95%. Το Hedges’s g είναι μια παραλλαγή του Cohen’s d που διορθώνει τη μεροληψία λόγω του μικρού μεγέθους του δείγματος (Hedges & Olkin, 1984). Το μέγεθος του Hedges’s g μπορεί να ερμηνευθεί σύμφωνα με τη σύσταση του Cohen σε μικρό, μεσαίο και μεγάλο (Cohen, 1988). Ο συσχετισμός μεταξύ των μετρήσεων πριν και μετά τη θεραπεία ήταν απαραίτητος προκειμένου να υπολογιστεί το μέγεθος της επίδρασης πριν και μετά από αυτή, αφού αυτό δεν μπορούσε να προσδιοριστεί από τις αναφορές των μελετών.

Οι εκτιμήσεις για το μέγεθος της επίδρασης στην κατάσταση του εθισμού στο διαδίκτυο, το χρόνο που δαπανάται σε online δραστηριότητες, την κατάθλιψη και το άγχος συγκεντρώθηκαν από τις μελέτες για την απόκτηση των συνολικών στατιστικών στοιχείων. Για τις μελέτες που αναφέρουν περισσότερα από ένα μεγέθη επίδρασης στην ίδια μεταβλητή αποτελέσματος, συγκεντρώσαμε όλα τα μεγέθη επίδρασης που έχουν αναφερθεί για την συγκεκριμένη μεταβλητή. Οι εκτιμήσεις για το μέγεθος επίδρασης υπολογίστηκαν χρησιμοποιώντας ένα πρότυπο επίδρασης τυχαίων παραγόντων και όχι ένα μοντέλο σταθερών αποτελεσμάτων, επειδή οι μελέτες που συμπεριλαμβάνονταν δεν ήταν λειτουργικά ταυτόσημες (Hedges & Vevea, 1998). Οι εκτιμήσεις για το μέγεθος της επίδρασης των μεταβλητών αποτελέσματος υπολογίστηκαν και αυτές με τον τρόπο που περιγράφεται παραπάνω. Αντί για την πραγματοποίηση ανάλυσης ισχύος, αναφέρουμε το μέγεθος της επίδρασης που παρατηρήσαμε σε ένα συγκεκριμένο χρονικό διάστημα, το οποίο είναι

πιο κατατοπιστικό από μία απλή δήλωση του τύπου “έχει χαμηλή ισχύ” (Borenstein et al., 2009).

2.7. Ανάλυση ευαισθησίας

Οι μελέτες που δεν παρουσιάζουν σημαντικά αποτελέσματα είναι λιγότερο πιθανό να δημοσιευθούν από αυτές που αναφέρουν σημαντικά αποτελέσματα (Johnson & Eagly, 2000). Για να ελαχιστοποιηθεί η προκατάληψη των δημοσιεύσεων, πραγματοποιήσαμε μία προσεκτική αναζήτηση της βιβλιογραφίας, που περιελάμβανε στρατηγικές για να βρούμε δημοσιευμένες και αδημοσίευτες μελέτες.

2.8. Αναλύσεις Συντονιστή

Οι πιθανοί συντονιστές των μεταβλητών έχουν οριστεί με βάση τις προηγούμενες ερευνητικές και μεθοδολογικές παρατηρήσεις. Η μελέτη της ποιότητας, του πολιτισμού (πολιτισμός της περιοχής που διεξήχθη η μελέτη), του σχεδιασμού (συγκρίσεις των ομάδων), της μέσης ηλικίας των συμμετεχόντων, του ποσοστού των γυναικών που συμμετέχουν, της ατομικής έναντι της ομαδικής θεραπείας και του είδους της θεραπείας επιλέχθηκαν ως πιθανοί συντονιστές. Η μελέτη της ποιότητας ελέγχθηκε με σκοπό την αντιμετώπιση κάποιου πιθανού προβλήματος που συγγεί το μέγεθος της επίδρασης (Glass, 1976 και Johnson & Eagly, 2000), λόγω των διαφορών της μεθοδολογικής ποιότητας όλων των μελετών (Borenstein et al., 2009). Ο πολιτισμός επιλέχθηκε ως πιθανός συντονιστής επειδή ένας σημαντικός αριθμός των μελετών θεραπείας διεξήχθησαν στην Κίνα και την Κορέα. Ο σχεδιασμός επιλέχθηκε σαν πιθανός συντονιστής επειδή στη μετα-ανάλυση συμπεριλήφθηκαν διάφορα σχέδια και θεωρήσαμε ότι είναι σημαντικό να τα συγκρίνουμε. Η σύγκριση της ατομικής έναντι της ομαδικής θεραπείας, η μέση ηλικία των συμμετεχόντων και το ποσοστό των γυναικών που συμμετέχουν επιλέχθηκαν ως πιθανοί συντονιστές με σκοπό να εξεταστεί (i) αν η ατομική ή η ομαδική θεραπεία είναι πιο αποτελεσματική στη θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο και το αν (ii) οι άνδρες και γυναίκες και τα άτομα μικρότερης και μεγαλύτερης ηλικίας που συμμετείχαν είχαν το ίδιο όφελος από τη θεραπεία. Το είδος της θεραπείας ελέγχθηκε για να ταξινομήσει τις μελέτες σε μία από τις ακόλουθες πέντε κατηγορίες θεραπείας: (1) Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία (Cognitive Behavioral Therapy - CBT) που συμπεριλαμβάνει τη ρύθμιση των συναισθημάτων, την επικοινωνία, την ανάπτυξη των κοινωνικών ικανοτήτων, την αναδιάρθρωση του ατόμου, την ανάπτυξη εναλλακτικών συμπεριφορών και την ψυχοεκπαίδευση, (2) Θεραπεία της Πραγματικότητας (Reality Therapy - RT) που αποφεύγει τη συζήτηση σχετικά με τα συμπτώματα και στόχος της είναι η επανασύνδεση με τους ανθρώπους, η σωστή διαχείριση του χρόνου και το ξεκίνημα εναλλακτικών δραστηριοτήτων, (3) τα Συμβουλευτικά προγράμματα πολλών επιπέδων που εφαρμόζουν διάφορους τύπους θεραπείας, (4) η Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης (Acceptance and Commitment Therapy - ACT) που αποτελείται από αποδοχή κάποιων στρατηγικών, καθώς και δέσμευση με στρατηγικές αλλαγής συμπεριφοράς και (5) φάρμακευτική αγωγή: εσκιταλοπράμη, μη τρικυκλικά αντικαταθλιπτικά (βουπροπιόνη) και ψυχοδιεγερτικές ουσίες (μεθυλφαινιδάτη).

3. Αποτελέσματα

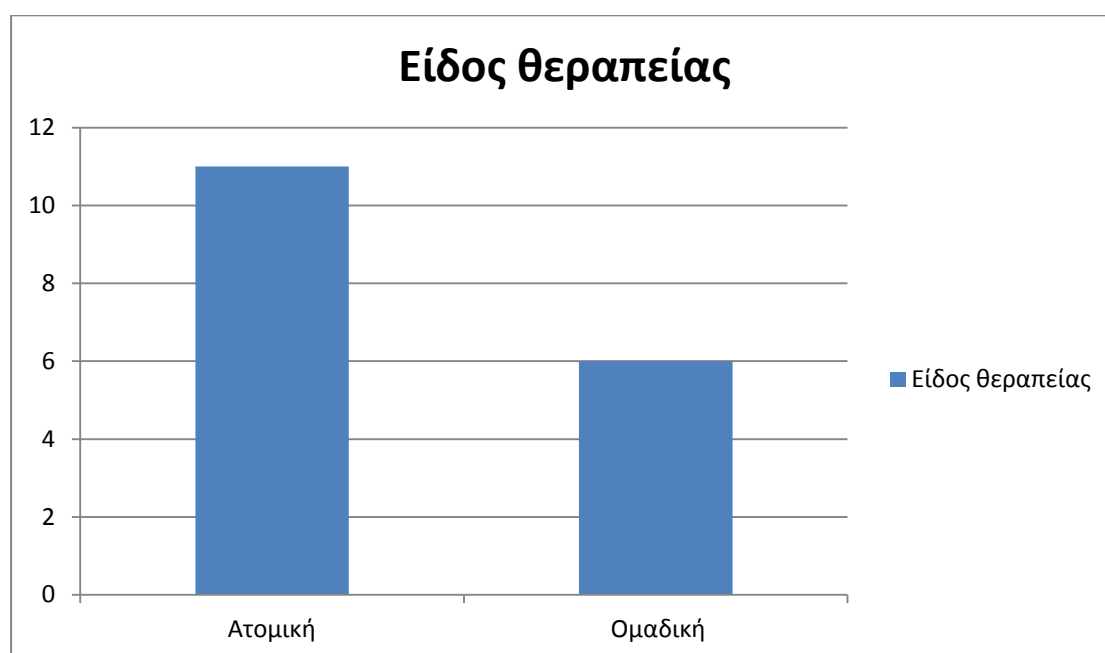
3.1. Επιλογή Μελέτης

Η διαδικασία που ακολουθήσαμε για την επιλογή μιας μελέτης έχει ως εξής: Στην αρχική μας αναζήτηση για σχετικά άρθρα εντοπίστηκαν 16 άρθρα. Δύο από αυτές τις 16 μελέτες πληρούσαν τα κριτήρια επιλογής μας, αλλά ανέφεραν ασυνήθιστα υψηλά μεγέθη επίδρασης για μία από τις μεταβλητές αποτελέσματος. Εμείς θεωρήσαμε αυτά

τα μεγέθη ως ακραία και τα αποκλείσαμε από περαιτέρω αναλύσεις. Οι μελέτες που συμπεριλήφθηκαν στη μετα-ανάλυση καλύπτονται από ένα σύνολο 670 συμμετεχόντων. Δεν βρήκαμε καμία αδημοσίευτη μελέτη. Δύο από τους συντάκτες ζητήσαμε περαιτέρω οδηγίες για μελέτες που καλύπτουν το θέμα του εθισμού στο Διαδίκτυο και η απάντηση που πήραμε είναι ότι δεν γνώριζαν κάποια άλλη μελέτη, εκτός από αυτές που είχαμε ήδη συμπεριλάβει στη μετα-ανάλυσή μας.

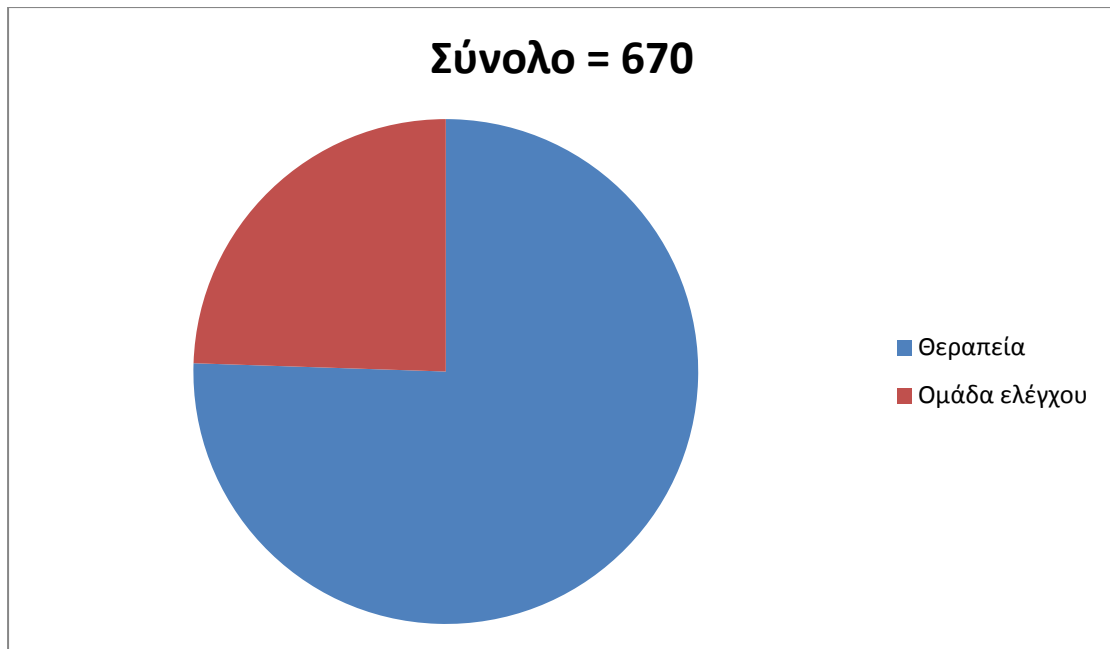
3.2. Χαρακτηριστικά Μελέτης

Έντεκα από τις συνολικά 17 ψυχολογικές και φαρμακευτικές θεραπείες που συμπεριλάβαμε ήταν ατομικές θεραπείες, ενώ οι άλλες έξι ήταν ομαδικές. Ο αριθμός των ωρών παρέμβασης ήταν από 5 έως 16, ενώ επτά μελέτες δεν αναφέρουν τη διάρκεια της θεραπείας. Σε καμία μελέτη δεν αναφέρεται ταυτόχρονη θεραπεία και έτσι όλες οι μελέτες θεωρήθηκαν ως καθαρά ψυχολογικές ή φαρμακευτικές, με μόνο μία εξαίρεση (Rong, Zhi και Yong, 2005) που αναφέρει κυρίως ψυχολογική παρέμβαση με τη χρήση όμως φαρμακευτικής αγωγής. Οι έξι θεραπείες είχαν ομάδα ελέγχου (πέντε από αυτές ήταν μελέτες με τυχαιοποιημένα δείγματα). Οι υπόλοιπες έντεκα θεραπείες διεξήχθησαν χωρίς ομάδα ελέγχου. Η παρακολούθηση των δεδομένων αναφέρθηκε μόνο σε τέσσερις θεραπείες. Η παρακολούθηση αυτή διήρκεσε από 1,5 έως 6 μήνες.

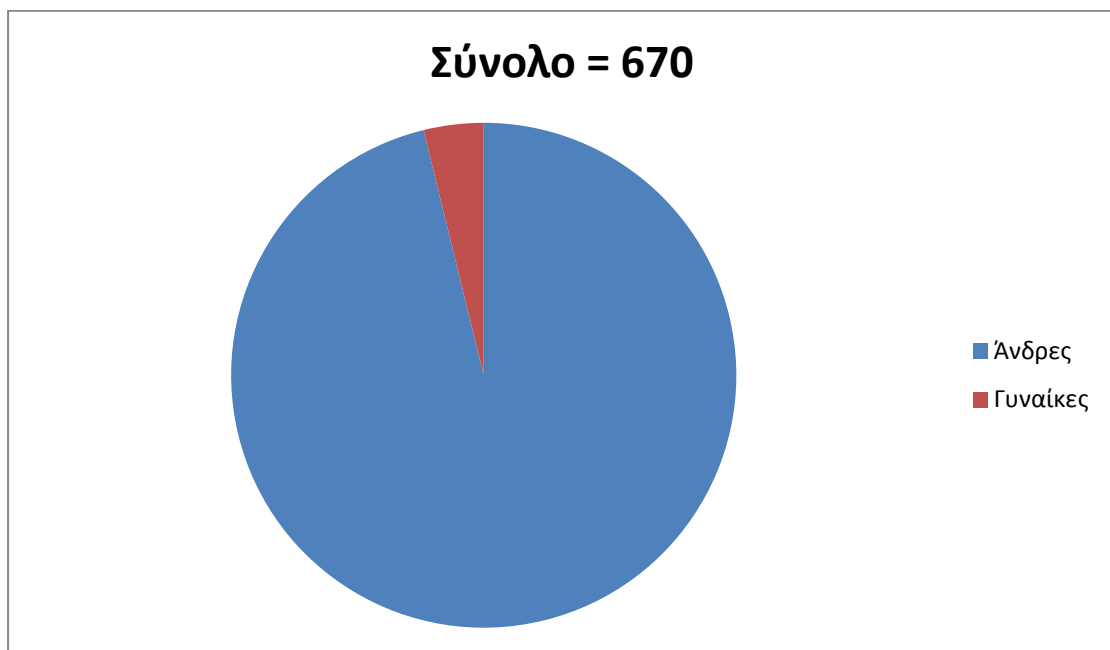


Πίνακας 4: Κατανομή των θεραπειών με βάση το είδος τους

Ο συνολικός αριθμός των ασθενών σε όλες τις μελέτες ήταν 670, με 506 από αυτούς να αναφέρονται σε κάποια θεραπεία, ενώ οι υπόλοιποι 164 ήταν στις ομάδες ελέγχου. Τα άτομα αυτά ήταν κυρίως άνδρες (σε ποσοστό 80,26% του συνόλου των ασθενών). Κάθε μία από αυτές τις 17 θεραπείες (506 ασθενείς) περιελάμβανε επαρκή στοιχεία για τον προσδιορισμό των ποσοστών εγκατάλειψης μέχρι το τέλος της θεραπείας. Ένα σύνολο από 94 ασθενείς που ελάμβαναν ομαδική θεραπεία (18,58%) αποσύρθηκαν από αυτή.



Πίνακας 5: Κατανομή των ρόλων του δείγματος



Πίνακας 6: Κατανομή συνολικού δείγματος έρευνας

Δεκαπέντε από τις 16 μελέτες παρέχουν λεπτομερή περιγραφή των παρεμβάσεων και οι 14 από αυτές ορίζουν επαρκώς τις μεταβλητές αποτελέσματος. Δώδεκα μελέτες αναφέρουν τα ποσοστά εγκατάλειψης και περιγράφουν τα σχετικά χαρακτηριστικά των ασθενών. Δεκατέσσερις από τις 16 μελέτες περιλαμβάνουν επαρκείς περιγραφές των κριτηρίων ένταξης και αποκλεισμού. Έξι από τις μελέτες εφάρμοσαν μια τυποποιημένη παρέμβαση, ενώ καμία από τις μελέτες δεν ανέφερε αξιολόγηση των αποτελεσμάτων της θεραπείας χωρίς τα αντίστοιχα στοιχεία.

3.3. Σύνοψη ποσοτικών δεδομένων

3.3.1. Συγκεντρωτικά μεγέθη επίδρασης των ομάδων μετά τη θεραπεία

Σύμφωνα με τις συστάσεις του Cohen (Cohen, 1988) τα μεγέθη επίδρασης ήταν μεγάλα, πράγμα που υποδηλώνει μεγάλες συνέπειες για τον εθισμό στο Διαδίκτυο και μεσαίες προς μεγάλες συνέπειες για το άγχος, την κατάθλιψη και το χρόνο που δαπανάται σε online δραστηριότητες.

3.3.2. Συγκεντρωτικά μεγέθη επίδρασης των ομάδων κατά τη διάρκεια της θεραπείας

Όλα τα μεγέθη επίδρασης, κατά τη διάρκεια της θεραπείας, για τον εθισμό στο Διαδίκτυο, τις μεταβλητές αποτελέσματος και το άγχος ήταν μεγάλα και σημαντικά, εκτός από τη μεταβλητή του χρόνου που δαπανάται σε online δραστηριότητες (η οποία δεν ήταν σημαντική). Έτσι έχουμε μεσαίου προς μεγάλου μεγέθους συνέπειες για την κατάσταση του εθισμού στο διαδίκτυο και το άγχος. Η παρακολούθηση των δεδομένων για την κατάθλιψη δεν ήταν διαθέσιμη.

3.4. Ανάλυση ευαισθησίας

3.4.1. Μέθοδος περικοπής και συμπλήρωσης

Τα αποτελέσματα της μεθόδου “περικοπής και συμπλήρωσης” δείχνουν ότι οι εκτιμήσεις για το μέγεθος της επίδρασης σε όλες τις εξεταζόμενες μεταβλητές αποτελέσματος, μετά τη θεραπεία, ήταν αμερόληπτη για τις συγκρίσεις μεταξύ των ομάδων. Για τις συγκρίσεις αυτές, κατά τη διάρκεια της θεραπείας, τα αποτελέσματα δείχνουν ότι οι εκτιμήσεις για το μέγεθος της επίδρασης που σχετίζεται με τον εθισμό στο Διαδίκτυο ήταν λανθασμένες.

3.5. Ανάλυση Συντονιστή

Προκειμένου να ληφθεί υπόψη η διαφορά των μεγεθών επίδρασης από μελέτη σε μελέτη και να διερευνηθούν οι πρόβλεψεις για τα πιθανά αποτελέσματα της θεραπείας, πραγματοποιήσαμε μια ανάλυση συντονιστή για όλα τα συγκεντρωτικά μεγέθη επίδρασης στις συγκρίσεις των ομάδων μετά τη θεραπεία, χρησιμοποιώντας τους ακόλουθους συντονιστές: την ποιότητα της μελέτης, τον πολιτισμό, τον σχεδιασμό της, τη μέση ηλικία των συμμετεχόντων, το ποσοστό των γυναικών που συμμετείχαν, την ατομική έναντι της ομαδικής θεραπείας και το είδος της θεραπείας. Δεν αξιολογήσαμε τις διασυνδέσεις μεταξύ των μεταβλητών που χρησιμοποιούνται για συντονιστές αναλύσεων, λόγω του περιορισμένου φάσματος λειτουργίας του λογισμικού που χρησιμοποιείται.

Τα μεγέθη επίδρασης στην κατάσταση του εθισμού στο διαδίκτυο, ο χρόνος που δαπανάται σε online δραστηριότητες και η κατάθλιψη μετριάζονταν ανάλογα το είδος της θεραπείας. Για το χρόνο που δαπανάται σε online δραστηριότητες οι μελέτες με υψηλότερες βαθμολογίες ισχύος, οι αμερικανικές μελέτες (σε σύγκριση με τις ασιατικές), οι μελέτες που εξέταζαν ατομικές θεραπείες, οι μελέτες που εξέταζαν ασθενείς μεγαλύτερης ηλικίας, καθώς και οι μελέτες με μεγαλύτερο αριθμό γυναικών στους συμμετέχοντες ανέφεραν υψηλότερα μεγέθη επίδρασης. Για την κατάθλιψη, ανέφεραν υψηλότερα μεγέθη επίδρασης οι μελέτες που είχαν υψηλότερες βαθμολογίες ισχύος και οι μελέτες με μεγαλύτερο αριθμό γυναικών στους συμμετέχοντες. Αντίστοιχα, για το άγχος ήταν οι μη ελεγχόμενες μελέτες, οι μελέτες που εξέταζαν ατομικές θεραπείες και οι μελέτες που εξέταζαν ηλικιωμένους ασθενείς.

3.6. Υπο-αναλύσεις σχετικά με το είδος της θεραπείας

Σύμφωνα με τα προηγούμενα ευρήματα στον τομέα της έρευνας για τον εθισμό στο Διαδίκτυο (Pallesen, Mitsem, Kvale, Johnsen and Molde, 2005, Pallesen et al., 2007, Petry & Armentano, 1999 και Toneatto & Ladoceur, 2003) και επειδή διαπιστώσαμε ότι το είδος της θεραπείας ήταν ένας σημαντικός συντονιστής της αποδοτικότητας της θεραπείας του εθισμού αυτού, του χρόνου που δαπανάται σε online δραστηριότητες και της κατάθλιψης, υποθέσαμε ότι οι ψυχολογικές παρεμβάσεις παράγουν υψηλότερα μεγέθη επίδρασης, από ότι οι φαρμακευτικές παρεμβάσεις στις μεταβλητές αποτελέσματος, στην κατάσταση του εθισμού στο Internet και στο χρόνο που δαπανάται σε online δραστηριότητες, ενώ είχαν ίδιο μέγεθος επίδρασης σε ότι αφορά την κατάθλιψη και το άγχος. Για να ελέγξουμε αυτές τις υποθέσεις, εκτελέσαμε κάποιες ξεχωριστές αναλύσεις: μία που δεν συμπεριελάμβανε καμία ψυχολογική θεραπεία, μία που συμπεριελάμβανε μόνο φαρμακευτικές θεραπείες και μία που συμπεριελάμβανε οποιαδήποτε μορφή ψυχολογικής θεραπείας.

3.6.1. Ψυχολογικές εναντίον φαρμακευτικών παρεμβάσεων

Τα αποτελέσματα των αναλύσεων έδειξαν σημαντικές διαφορές στην αποτελεσματικότητα της βελτίωσης της κατάστασης του εθισμού στο διαδίκτυο ανάμεσα στις ψυχολογικές και τις φαρμακευτικές θεραπείες.

Επίσης, διαπιστώσαμε σημαντικές διαφορές στην αποτελεσματικότητα της μείωσης του χρόνου που δαπανάται σε online δραστηριότητες μεταξύ των ψυχολογικών και των φαρμακευτικών θεραπειών.

Οι ψυχολογικές θεραπείες ήταν πιο αποτελεσματικές στη μείωση της κατάθλιψης από ότι ήταν οι φαρμακευτικές, οι οποίες δεν απέδωσαν σημαντικά στατιστικά αποτελέσματα. Ωστόσο, το αποτέλεσμα αυτό θεωρείται προκαταρκτικό, καθώς βασίζεται μόνο σε μία μελέτη φαρμακευτικής θεραπείας. Στις υπο-αναλύσεις δεν πραγματοποιήθηκαν έρευνες για τα μεγέθη επίδρασης στο άγχος.

4. Συζήτηση

Παρά το γεγονός ότι ο εθισμός στο διαδίκτυο έχει γίνει ένα δημοφιλές θέμα, λίγα είναι γνωστά για τις θεραπείες του και την αποτελεσματικότητά τους. Για το λόγο αυτό εξετάσαμε 16 μελέτες στις οποίες συμμετείχαν 670 ασθενείς με σκοπό: να εξετάσουμε και να συγκρίνουμε τη βραχυπρόθεσμη και τη μακροπρόθεσμη απόδοση των ψυχολογικών και των φαρμακευτικών θεραπειών στη θεραπεία του και να προσδιορίσουμε τους συντονιστές της θεραπείας αυτής.

Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η αποτελεσματικότητα των μεγεθών επίδρασης σε όλες τις μεταβλητές αποτελέσματος ήταν, βραχυπρόθεσμα, μεγάλη, ενισχύοντας έτσι την άποψή μας ότι οι ψυχολογικές και οι φαρμακευτικές παρεμβάσεις είναι αποτελεσματικές στη θεραπεία της μείωσης των συμπτωμάτων του εθισμού στο Διαδίκτυο, του χρόνου που δαπανάται σε online δραστηριότητες, του άγχους και της κατάθλιψης.

Στις ψυχολογικές θεραπείες, η αποτελεσματικότητα των μεγεθών επίδρασης στις περισσότερες μεταβλητές αποτελέσματος ήταν, βραχυπρόθεσμα, μεγάλη και συνέχισαν να παρακολουθούνται. Σε ότι αφορά τις φαρμακευτικές θεραπείες, η αποτελεσματικότητα των μεγεθών επίδρασης στις μεταβλητές αποτελέσματος ήταν, βραχυπρόθεσμα, μεσαίου προς μεγάλου μεγέθους, ενώ η παρακολούθηση των δεδομένων δεν ήταν διαθέσιμη. Ο συντονιστής των αναλύσεων αποκάλυψε ότι οι

μελέτες που ανέφεραν ατομικές θεραπείες, αυτές που είχαν μεγάλο αριθμό γυναικών στους συμμετέχοντες ή ηλικιωμένους ασθενείς και αυτές στις οποίες οι συμμετέχοντες ήταν από την Αμερική είχε υψηλότερα μεγέθη επίδρασης σε ορισμένες μεταβλητές αποτελέσματος.

Μια προσεκτικότερη εξέταση αποκάλυψε ότι τα μεγέθη της επίδρασης των φαρμακευτικών θεραπειών βασίστηκαν μόνο σε τρεις μελέτες, οι οποίες ανέφεραν επιπτώσεις τριών διαφορετικών φαρμάκων: της εσκιταλοπράμης (Dell'Osso et al., 2008), της βουπροπιόνης (Han et al., 2010) και της μεθυλφαινιδάτης (Han et al., 2009). Τα αντικαταθλιπτικά είναι αποτελεσματικά στους τοξικομανείς και σε αυτούς που πάσχουν από αλκοολισμό (Stella et al., 2008), παθολογική χαρτοπαιξία (Grant & Potenza, 2006) και εξάρτηση από τη μεθαμφεταμίνη (Elkashef et al., 2007) και το κάπνισμα (Hurt et al., 1997). Για τη θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο το αποτέλεσμα πρέπει να θεωρείται προκαταρκτικό, λόγω του περιορισμένου αριθμού μελετών, ειδικά μελετών μακροχρόνιας παρακολούθησης, που εξετάζουν τα αποτελέσματα της ανοχής. Επιπλέον, η χρήση αμφεταμίνης ως θεραπεία υποδηλώνει Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ,) πράγμα το οποίο αποτελεί υποτύπο της Επιβράβευσης του Σύνδρομου Ανεπάρκειας (Reward Deficiency Syndrome - Blum, Chen, Braverman et al., 2008). Το γεγονός ότι καμία από τις μελέτες θεραπείας δεν συγκρίνει τις ψυχολογικές με τις φαρμακευτικές θεραπείες στην ίδια δοκιμή φαίνεται να είναι άλλο ένα κενό της βιβλιογραφίας.

Τα στοιχεία δείχνουν ότι η ομάδα συμβουλευτικής έχει κυρίαρχη θέση στην αντιμετώπιση του εθισμού αυτού σε διάφορα θέματα (Fisher & Harrison, 1997), όπως την υποστήριξη, την αντιμετώπιση με βάση την εμπειρία που έχει αποκτηθεί από άλλα άτομα που αντιμετωπίζουν παρόμοιες καταστάσεις και τη διευκόλυνση της θεραπευτικής αποκατάστασης. Τα αποτελέσματά μας δείχνουν ότι οι ασθενείς με εθισμό στο Διαδίκτυο επωφελούνται περισσότερο από την ατομική συμβουλευτική. Αξίζει να σημειωθεί ότι αυτό το αποτέλεσμα δεν βρέθηκε για τη μεταβλητή αποτελέσματος της κατάστασης του εθισμού στο Διαδίκτυο. Αυτό το αποτέλεσμα μπορεί να δικαιολογηθεί από το κοινωνικό άγχος, την κοινωνική απομόνωση και την έλλειψη κοινωνικών ικανοτήτων, τα οποία μπορεί να περιορίσουν την επιτυχία της ομαδικής θεραπείας κατά την έναρξη της παρέμβασης. Έτσι, η ομαδική θεραπεία δεν μπορεί να είναι επωφέλης, μέχρι οι ασθενείς να ξεπεράσουν τα εμπόδια που σχετίζονται με αυτά τα κοινωνικά προβλήματα.

Το γεγονός ότι οι μελέτες με μεγάλο αριθμό γυναικών στους συμμετέχοντες είχαν υψηλότερα μεγέθη επίδρασης, είναι μία ενδιαφέρουσα παρατήρηση. Αυτό θα μπορούσε να δικαιολογηθεί από το ότι οι γυναίκες τείνουν να χρησιμοποιούν διαφορετικές εφαρμογές στο Διαδίκτυο (επικοινωνίας, όχι πληροφοριών) από ότι οι άνδρες (Jackson, Ervin, Gardner & Schmitt, 2001) και οι οποίες μπορούν να αντικατασταθούν ευκολότερα με offline δραστηριότητες. Ωστόσο, οι γυναίκες ασθενείς ήταν μειονότητα στις περισσότερες μελέτες.

Ένα άλλο ενδιαφέρον αποτέλεσμα του συντονιστή ανάλυσης ήταν ότι οι αμερικανικές μελέτες ανέφεραν υψηλότερα μεγέθη επίδρασης σε ορισμένες μεταβλητές αποτελέσματος από ότι οι ασιατικές. Αυτό το αποτέλεσμα μπορεί να έχει προκληθεί από τις διαφορές που σχετίζονται με τον πολιτισμό, στο πλαίσιο των διαδικασιών της μελέτης, καθώς και στις μεθοδολογικές διαφορές. Επιπλέον, το διαδίκτυο, και ιδιαίτερα τα online παιχνίδια, φαίνεται να έχουν ακόμα μεγαλύτερη

γοητεία στους ανθρώπους που ζουν σε χώρες της Ασίας (Voronov & Singer, 2002). Στη Νότια Κορέα, οι χρήστες του Διαδικτύου ασχολούνται με όλο το φάσμα των δραστηριοτήτων του διαδικτύου (Rhee & Kim, 2004), έχοντας το πιο ανεπτυγμένο ευρυζωνικό δίκτυο στον κόσμο. Σύμφωνα με τους Choi και Ross (2006) οι νέοι που έχουν μεγαλώσει σε μια οικογένεια που είχε κοινωνικές δραστηριότητες, διαπιστώθηκε ότι είναι σε θέση να ενεργούν ανεξάρτητα και να κοινωνικοποιούνται χωρίς τη μεσολάβηση του διαδικτύου. Ως εκ τούτου, αν μπουν στη διαδικασία της ψυχοθεραπείας για τη θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο, αυτό μπορεί να σημαίνει την απώλεια της ανεξάρτητης (διαδικτυακής) ταυτότητάς τους. Λόγω της έλλειψης αποδεικτικών στοιχείων σχετικά με την επίδραση των πολιτιστικών διαφορών στον εθισμό στο διαδίκτυο και τις θεραπείες του, κρίνεται άκρως απαραίτητη η περαιτέρω έρευνα σε αυτόν τον τομέα.

Τα τελευταία δώδεκα χρόνια έχουν δημοσιευθεί μόνο λίγες σημαντικές αναφορές που καλύπτουν το θέμα της θεραπείας του εθισμού αυτού (π.χ. Petersen et al., 2009, Peukert et al, 2010 και Widyanto & Griffiths, 2006). Σε σύγκριση με αυτές τις αναφορές, είμαστε σε θέση να προσδιορίσουμε μια σειρά από πρόσθετες μελέτες θεραπείας. Επιπλέον, εξετάσαμε μελέτες που το πλήρες κείμενό τους ήταν γραμμένο στα κινέζικα. Ένα άλλο πλεονέκτημα της μελέτης μας σε σύγκριση με τις προηγούμενες αναφορές είναι ότι χρησιμοποιήσαμε μετα-αναλυτικές μεθόδους για να υπολογίσουμε το μέγεθος των επιπτώσεων της θεραπείας. Αναλύσαμε την ποιότητα της μελέτης όπως ένας συντονιστής, εντοπίζοντας τα λανθασμένα αποτελέσματα και αποκλείοντάς τα από τις αναλύσεις μας. Τέλος, η μελέτη μας είναι η πρώτη μετα-ανάλυση, η οποία εξετάζει και συγκρίνει τη βραχυπρόθεσμη και τη μακροπρόθεσμη απόδοση των ψυχολογικών και των φαρμακευτικών θεραπειών στη θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο και, ως εκ τούτου, αυτό είναι το πρώτο βήμα για την ανάπτυξη μιας τεκμηριωμένης θεραπείας βάσει αποδεικτικών στοιχείων. Παρ' όλα αυτά, πρέπει να σημειωθούν μια σειρά από περιορισμοί.

Στη μετα-ανάλυσή μας ενσωματώσαμε μελέτες που ασχολούνται με διαφορετικά προβλήματα που σχετίζονται με το Internet (π.χ. την πορνογραφία, τα τυχερά παιχνίδια και το σερφάρισμα). Η προσέγγιση αυτή είναι αμφιλεγόμενη, γιατί παραμένει ασαφές το εάν οι υποκείμενοι μηχανισμοί που ευθύνονται για αυτήν την εθιστική συμπεριφορά, ευθύνονται και για αυτά τα προβλήματα. Αποφασίσαμε να ενσωματώσουμε αυτούς τους διαφορετικούς τύπους του εθισμού στο Διαδίκτυο σε μία μετα-ανάλυση, λόγω των κοινών στοιχείων που παρουσιάζουν στο Internet (π.χ. ανωνυμία και ακίνδυνη αλληλεπίδραση), των κοινών χαρακτηριστικών σε βασικές συμπεριφορές (π.χ. αποφυγή, φόβος, χαρά, διασκέδαση) και των επικαλυπτόμενων συμπτωμάτων (π.χ. υπερβολικός χρόνος που δαπανάται σε online δραστηριότητες, υπερβολική ενασχόληση και άλλα σημάδια). Ο περιορισμός της ανφοράς μας σε μόνο σαφώς καθορισμένους υποτύπους του εθισμού στο Διαδίκτυο, θα είχε οδηγήσει σε ανεπαρκή αριθμό μελετών για τη διεξαγωγή της μετα-ανάλυσης.

Μέχρι σήμερα, δεν έχει καθιερωθεί η διάγνωση για τα φαινόμενα που εξετάζονται σε αυτή τη μελέτη. Η συνεχιζόμενη διαφωνία για το κατά πόσον τα φαινόμενα αυτά που συνδέονται με το Διαδίκτυο πρέπει να ταξινομηθούν ως εθισμός, ως διαταραχή ελέγχου της παρορμητικότητας ή ακόμη και ως ψυχαναγκαστική διαταραχή δεν μπορεί να επιλυθεί σε αυτή τη μελέτη, αλλά υπάρχει σημαντική ταύτιση με τα συμπτώματα που συνήθως συνδέονται με εθιστικές συμπεριφορές και νευρολογικές ομοιότητες που συνδέονται με άλλους εθισμούς. Εμείς υποθέτουμε ότι ο εθισμός στο

Διαδίκτυο θεωρείται μία ξεχωριστή διαταραχή και όχι ένα σύμπτωμα κάποιας άλλης υποκείμενης παθολογίας. Υπάρχουν βέβαια κάποια στοιχεία που δείχνουν ότι οι συνυπάρχουσες διαταραχές μπορεί να συμβούν ως αποτέλεσμα του εθισμού αυτού (Dong et al, 2011). Το ζήτημα αυτό, ωστόσο, θα πρέπει να το αντιμετωπίσουν και να το διευκρινίσουν οι ερευνητές στο μέλλον. Ωστόσο, αυτά τα σοβαρά προβλήματα που σχετίζονται με αυτόν χρειάζονται μία μοναδική διάγνωση, η οποία θα πρέπει να περιλαμβάνεται στην πέμπτη έκδοση του DSM (DSM-V).

Η απουσία επίσημων διαγνωστικών κριτηρίων είναι άλλο ένα πρόβλημα στην έρευνα για αυτό το φαινόμενο. Υπάρχει μία ευρέως διαδεδομένη προσέγγιση για την εκτίμησή του, η οποία χρησιμοποιεί προσαρμοσμένα τα κριτήρια της τέταρτης έκδοσης του DSM (DSM-IV) για την παθολογική χαρτοπαιξία, λόγω των ομοιοτήτων μεταξύ των δύο αυτών παθολογικών συμπεριφορών (Beard & Wolf, 2001, Lee et al, 2012 και Young, 2009). Πρόκειται για μια αμφιλεγόμενη προσέγγιση, επειδή παραμένει ασαφές σε ποιο βαθμό ισχύουν και για τον ΙΑ και τους συγκεκριμένους υπότυπους του (Christakis, 2010). Ως εκ τούτου, χρειάζεται περαιτέρω έρευνα για να διευκρινιστεί η ισχύς αυτής της προσέγγισης.

Χρησιμοποιήσαμε ελεύθερα κριτήρια ένταξης στη μελέτη, προκειμένου να έχουμε ένα επαρκές δείγμα μελέτης. Έτσι, συμπεριλάβαμε αρκετές μελέτες με ικανοποιητική ισχύ. Όπως σημειώνεται στην ανασκόπηση του King et al. (2011), οι μελέτες θεραπείας του εθισμού αυτού τείνουν να παρουσιάζουν έλλειψη συμμόρφωσης με τις κατευθυντήριες γραμμές του CONSORT (π.χ. ανακολουθίες στον ορισμό και τη διάγνωση του, έλλειψη τυχαιοποίησης και επαρκών ομάδων σύγκρισης). Οι μεθοδολογικές αδυναμίες των μελετών που συμπεριλαμβάνονται είναι ένα πιθανό πρόβλημα, επειδή μία μετα-ανάλυση μπορεί να είναι μόνο τόσο καλή όσο και οι μελέτες πάνω στις οποίες βασίζεται (Hofmann & Smits, 2008).

Ειδικότερα, η χαμηλή μέση ποιότητα των μελετών θεραπείας και η διακύμανση των μέσων αξιολόγησής τους μπορεί να προκαλέσουν προβλήματα αξιοπιστίας. Πλέον οι συγγραφείς δεν αναφέρουν ούτε καν τις πληροφορίες σχετικά με την εγκυρότητα του χρησιμοποιούμενου εργαλείου αξιολόγησης ή με τον ακριβή υποτύπο του εθισμού που συμπεριλαμβάνεται στη μελέτη τους.

Ωστόσο, χρησιμοποιήσαμε ένα μοντέλο τυχαίων επιδράσεων για να ενσωματώσουμε τα μεγέθη επίδρασης, το οποίο έχει τη δυνατότητα να γενικεύει τα αποτελέσματα σε ένα ευρύτερο πλαίσιο.

Για να αντιμετωπιστεί αυτό το σημαντικό θέμα, θα πρέπει σε κάποια περαιτέρω έρευνα να εξεταστούν οι γενετικοί παράγοντες και η επιρροή τους στον εθισμό αυτόν. Για το σκοπό αυτό πρέπει να καθορίζεται ο γονότυπος των υποψήφιων ασθενών που συμμετέχουν σε μελέτες θεραπείας.

Παρά τους μεθοδολογικούς περιορισμούς που αναφέραμε παραπάνω, τα αποτελέσματα της μελέτης αυτής δείχνουν ότι οι ασθενείς με ΙΑ μπορούν να επωφεληθούν τόσο από τις ψυχολογικές, όσο και από τις φαρμακευτικές θεραπείες. Οι κλινικοί γιατροί που εφαρμόζουν τη θεραπεία αυτού του εθισμού πρέπει να ξέρουν ότι οι θεραπείες μπορεί να είναι λιγότερο αποτελεσματικές στους νέους ανθρώπους και στους άντρες, από ότι στους ηλικιωμένους και τις γυναίκες. Ωστόσο, τα αποτελέσματα της θεραπείας, κατά πάσα πιθανότητα, θα είναι μεγάλα σε σχέση με τα

βασικά συμπτώματα και με τα συμπτώματα που συνήθως συνυπάρχουν με τον εθισμό.

Με δεδομένη την τρέχουσα κατάσταση της βιβλιογραφίας σε αυτόν τον τομέα, η μετα-ανάλυση αυτή θα μπορούσε να θεωρηθεί πρόωρη και τα αποτελέσματα προκαταρκτικά. Ωστόσο, αυτή η μελέτη απεικονίζει την έλλειψη μεθοδολογικών μελετών θεραπείας, παρέχει πληροφορίες για τη σημερινή κατάσταση της έρευνας για τη θεραπεία του εθισμού στο Διαδίκτυο και αποτελεί ένα πρώτο βήμα για την ανάπτυξη της σύστασης μιας τεκμηριωμένης θεραπείας.

2.4 Έχει νόημα να γίνεται διάκριση μεταξύ του γενικού και του ειδικού εθισμού στο Διαδίκτυο; Τα στοιχεία από μια διαπολιτισμική μελέτη στη Γερμανία, την Σουηδία, την Ταϊβάν και την Κίνα

8 January 2014

Authors: Christian Montag, Katharina Bay, Peng Sha, Mei Li, Ya-Ha Chen, Wei-Lin Liu, Yi-Kana Zhu, Chun-Bo Li, Sebastian Markett, Julia Keiper, Martin Reuter

From: Department of Psychology, University of Bonn, Germany

Center of Economics and Neuroscience, University of Bonn, Germany

Student Counseling Center, Beijing University of Civil Engineering and Architecture, China

Department of Psychology, National Cheng Kung University, Taiwan

Shanghai Mental Health Center, Shanghai Jiao Tong University School of Medicine, China



Περίληψη

Εισαγωγή: Έχει διατυπωθεί η άποψη ότι υπάρχουν δύο διακριτές μορφές του εθισμού στο Διαδίκτυο. Από τη μία είναι ο γενικευμένος εθισμός στο Διαδίκτυο, ο οποίος αναφέρεται στην προβληματική χρήση του Διαδικτύου και καλύπτει το φάσμα όλων των δραστηριοτήτων που σχετίζονται με το Internet. Από την άλλη είναι οι συγκεκριμένες μορφές του εθισμού στο Διαδίκτυο, οι οποίες έχουν στόχο να διαχωρίσουν την παθολογική χρήση των διαφορετικών online δραστηριοτήτων, όπως των video games και των δραστηριοτήτων στα κοινωνικά δίκτυα.

Μέθοδοι: Η παρούσα μελέτη διερευνά τη σχέση μεταξύ της γενικευμένης μορφής και των ειδικών μορφών του εθισμού αυτού σε μια διαπολιτισμική μελέτη που περιλαμβάνει στοιχεία από την Κίνα, την Ταϊβάν, την Σουηδία και τη Γερμανία με συνολικά 636 συμμετέχοντες. Σε αυτή τη μελέτη αξιολογήσαμε, εκτός από το γενικευμένο εθισμό στο Internet, την εθιστική συμπεριφορά στους τομείς των διαδικτυακών video games, των online αγορών, των online κοινωνικών δικτύων και της διαδικτυακής πορνογραφίας.

Αποτελέσματα: Τα αποτελέσματα επιβεβαιώνουν την ύπαρξη διακριτών μορφών του εθισμού αυτού. Παρ' όλα αυτά, βρέθηκε μία εξαίρεση σε πέντε από τα έξι δείγματα που ερευνήσαμε: ο εθισμός στα online κοινωνικά δίκτυα σχετίζεται σε μεγάλο βαθμό με τη γενικευμένη μορφή του.

Συζήτηση: Σε γενικές γραμμές, είναι σημαντικό να γίνεται διάκριση μεταξύ του γενικευμένου και του ειδικού εθισμού στο Διαδίκτυο.

Εισαγωγή

Παρ' όλο που τα υψηλότερα ποσοστά επικράτησης της προβληματικής χρήσης του Διαδικτύου έχουν αναφερθεί σε χώρες της Ασίας (Block, 2008 και Ko et al, 2012), ο εθισμός στο Internet έχει γίνει ένα παγκόσμιο φαινόμενο. Στο άρθρο των Shaw και Black (2008) αναφέρεται ποσοστό επικράτησης μεταξύ 0,3% και 10,6% (σε δύο μελέτες που επανεξετάστηκαν το ποσοστό αυτό έφτασε ακόμα και το 18% και 38%). Στις δυτικές χώρες, όπως η Γερμανία, έχει διαπιστωθεί ότι το ποσοστό επικράτησης σε όλον τον πληθυσμό είναι περίπου 1% (Rumpf et al., 2011). Ένα πρόσφατο άρθρο (paper) των Tao et al. (2010) πρότεινε “2 + 1 κανόνες” για τη διάγνωσή του. Τόσο η ενασχόληση με το Διαδίκτυο, όσο και τα συμπτώματα στέρησης πρέπει να παρακολουθηθούν, μαζί με τουλάχιστον ένα ακόμα σύμπτωμα, όπως η ανάπτυξη της ανοχής. Μια προηγούμενη μελέτη των Beard και Wolf (2001), ανέπτυξε τα κριτήρια για τον εθισμό στο Διαδίκτυο σε μια αναδιατύπωση των κριτηρίων που αναφέρονται στον παθολογικό τζόγο. Μέχρι τώρα, ο εθισμός αυτός δεν περιλαμβάνεται στην τρέχουσα έκδοση του DSM (πέμπτη έκδοση - DSM-IV) ούτε στο ICD-10, αλλά ο όρος “διαταραχή των διαδικτυακών video games” θα συμπεριλαμβάνεται στο τρίτο τμήμα του DSM- IV. Τόσο το DSM- IV, όσο και το ICD-10 παρέχουν στις διαγνώσεις τους κριτήρια άλλων ψυχοπαθολογικών διαταραχών. Προκειμένου να αποσαφηνιστεί η φύση αυτής της νέας διαταραχής, πρέπει να γίνουν ισχυρές ερευνητικές προσπάθειες σε όλο τον κόσμο.

Προκειμένου να εξηγηθεί η αιτία του εθισμού στο Διαδίκτυο, ο Davis (2001) στη μελέτη του προτείνει ένα κλασικό γνωστικό – συμπεριφορικό μοντέλο. Το μοντέλο αυτό μοιάζει πολύ με γνωστά μοντέλα για την προδιάθεση του άγχους και άλλων ψυχοπαθολογικών διαταραχών. Σύμφωνα με την παραπάνω μελέτη, ο εθισμός στο Διαδίκτυο είναι αποτέλεσμα μιας αλληλεπίδρασης μεταξύ κάποιας μορφής ψυχοπαθολογίας, όπως η κατάθλιψη και της υπερβολικής χρήση του Διαδικτύου, με αποτέλεσμα σκέψεις του τύπου: “Έξω από το Internet δεν είμαι τίποτα, αλλά στο διαδικτυακό κόσμο αξίζω στ’ αλήθεια κάτι.” Ως εκ τούτου, ο ατυχής συνδυασμός κάποιας τάσης για ψυχοπαθολογία και ενός στρεσογόνου παράγοντα (στην προκειμένη περίπτωση του Διαδικτύου) μπορεί να οδηγήσει στον εθισμό σε αυτό. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον στην παρούσα μελέτη είναι η διάκριση που διατύπωσε ο Davis μεταξύ του γενικευμένου εθισμού στο Internet και των πιο συγκεκριμένων μορφών του (Davis, 2001). Η γενικευμένη μορφή του εθισμού στο Διαδίκτυο σχετίζεται με την άσκοπη χρήση των online δραστηριοτήτων, δηλαδή το να “αράξεις” και να σερφάρεις στο Internet. Οι ειδικές μορφές του εθισμού στο Διαδίκτυο περιλαμβάνουν δραστηριότητες μέσω αυτού που εστιάζουν όμως σε κάτι συγκεκριμένο, όπως τα διαδικτυακά video games, η online πορνογραφία και τα online ψώνια. Με βάση αυτά που γνωρίζουμε, οι μελέτες μας προσπαθούν να διερευνήσουν το ερώτημα: “κατά πόσο υφίσταται η σχέση μεταξύ του γενικευμένου εθισμού και των ειδικών μορφών του”. Αυτό με το οποίο ασχολούμαστε σε αυτήν τη μελέτη είναι: “Αυτές οι μορφές του εθισμού είναι στην πραγματικότητα διαχωρισμένες ή αλληλοεπικαλύπτονται;” Η παρούσα μελέτη συγκρίνει τις μετρήσεις τόσο του γενικευμένου, όσο και των ειδικών μορφών του εθισμού στη Γερμανία, την Σουηδία, την Ταϊβάν και την Κίνα για να μπορέσει να απαντήσει σε αυτήν την ερώτηση. Η έρευνα σε δείγματα από δύο Ευρωπαϊκές χώρες και δύο χώρες της Ασίας μπορεί να δώσει απαντήσεις σε συγκεκριμένες πολιτισμικές διαφορές ή σε παγκόσμια κοινά σημεία σε σχέση με το γενικευμένο και τον ειδικό εθισμό του Διαδικτύου.

Μέθοδοι

Συμμετέχοντες

Οι συμμετέχοντες στη Γερμανία, τη Σουηδία, την Κίνα και την Ταϊβάν κλήθηκαν να συμπληρώσουν ηλεκτρονικά ερωτηματολόγια. Επιπλέον, δύο δείγματα συλλέχθηκαν μέσω του γραπτού λόγου (σε χαρτί). Σε διαλέξεις στο Πανεπιστήμιο της Βόννης (Γερμανία), το Πανεπιστήμιο Πολιτικών Μηχανικών και Αρχιτεκτόνων του Πεκίνου (Κίνα), το Πανεπιστήμιο του Tongji και το Πανεπιστήμιο του Jiao Tong της Σανγκάης (Κίνα), το Πανεπιστήμιο της Στοκχόλμης (Σουηδία) και το Εθνικό Yang-Ming University (Ταϊβάν) οι φοιτητές, αλλά και διάφορα άλλα άτομα από το σύνολο του πληθυσμού είχαν πρόσβαση μέσω μιας σύνδεσης με τη διαδικτυακή έρευνα. Να σημειώσουμε εδώ ότι τα δείγματα τα οποία ερευνούμε στην παρούσα έρευνα κατά κατηγορίες, επικαλύπτονται από μια πρόσφατη δημοσίευση για τον εθισμό στο Διαδίκτυο, την αυτοεκτίμηση και την προσωπικότητα από τους Sariyska et al. (2014). Στον Πίνακα 1, μπορούν να βρεθούν ακριβή δημογραφικά στοιχεία για όλα τα δείγματα. Η μελέτη εγκρίθηκε από την τοπική επιτροπή δεοντολογίας (Ψυχολογία) του Πανεπιστημίου της Βόννης, στη Γερμανία. Επιπλέον, η μελέτη διεξήχθη σύμφωνα με τη Διακήρυξη (Declaration) του Ελσίνκι. Οι συμμετέχοντες συμφώνησαν να συμμετάσχουν στη μελέτη είτε διαδικτυακά, είτε μέσω του γραπτού λόγου (ανάλογα με τη μέθοδο του ερωτηματολογίου).

Χώρα	Τύπος έρευνας	Μέγεθος δείγματος	Άνδρες / Γυναίκες	Μέση ηλικία
Κίνα	online	344	281 / 63	19,98
Ταϊβάν	online	60	23 / 37	31,88
Γερμανία	online	56	21 / 35	25,34
Σουηδία	online	50	27 / 23	24,62
Κίνα	γραπτός λόγος	51	23 / 28	24,98
Γερμανία	γραπτός λόγος	75	9 / 66	20,57

Πίνακας 7: Δημογραφικά στοιχεία δειγμάτων

Μέτρηση του γενικευμένου εθισμού στο Διαδίκτυο

Ο γενικευμένος εθισμός στο Διαδίκτυο μετρήθηκε με δύο ερωτηματολόγια. Το ένα ήταν το Test του Εθισμού στο Διαδίκτυο (Internet Addiction Test - IAT) του Young (1998). Το ερωτηματολόγιο αυτό των 20-σημείων (20-item) βασίζεται σε προηγούμενες σύντομες μορφές οκτώ-σημείων (Young, 1998) και έχει δοκιμαστεί ψυχομετρικά από τους Widyanto και McMurrin (2004). Σύμφωνα με την τελευταία μελέτη, οι συμμετέχοντες που επιτύχαν βαθμολογίες χαμηλότερες από 40 βρίσκονται μέσα στο εύρος της φυσιολογικής χρήσης του Διαδικτύου. Οι βαθμολογίες μεταξύ 40 και 69 δείχνουν προβληματική χρήση του Διαδικτύου, ενώ οι βαθμολογίες από 69 και πάνω δείχνουν υπερβολική (δηλαδή εθιστική) χρήση του διαδικτύου. Τα στοιχεία αυτά είναι διατεταγμένα σύμφωνα με την κλίμακα Likert και κυμαίνονται από 1 (σπάνια) έως 5 (πάντα). Το IAT ολοκληρώθηκε σύμφωνα με μια νεότερη μέτρηση για τον γενικευμένο εθισμό στο Διαδίκτυο: την “Κλίμακα της Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου 2” (Generalized Problematic Use Internet Scale - GPIUS-2) από τον Caplan (2010). Εδώ, οι συμμετέχοντες απάντησαν σε 15 στοιχεία της κλίμακας των οκτώ-σημείων του Likert σχετικά με το γενικευμένο εθισμό (κλίμακα από 1 = διαφωνώ απόλυτα έως 8 = συμφωνώ απόλυτα). Ενώ το IAT του Young (Young, 1998) προσπαθεί κυρίως να κατανοήσει τα συμπεριφορικά συμπτώματα του εθισμού στο Διαδίκτυο, το GPIUS-2 του Caplan (Caplan, 2010)

αποσκοπεί στην αξιολόγηση των πτυχών των διαφόρων μοντέλων αιτιολογίας του εθισμού στο Διαδίκτυο, όπως το γνωσιακό - συμπεριφορικό μοντέλο του εθισμού αυτού του Davis (2001). Όλες οι μεταφράσεις (Γερμανία, Σουηδία, Κίνα και Ταϊβάν) είχαν εξαιρετική αξιοπιστία. Στην ενότητα των αποτελεσμάτων, χρησιμοποιήσαμε έναν υψηλότερο συντελεστή που τον ονομάσαμε “γενικευμένο εθισμό στο Διαδίκτυο” και προέρχεται από τις συνολικές βαθμολογίες του IAT και του GPIUS-2 για περαιτέρω αναλύσεις.

Μέτρηση του ειδικού εθισμού του Διαδικτύου

Ο ειδικός εθισμός του Διαδικτύου μετρήθηκε σε τέσσερις τομείς της χρήσης του Διαδικτύου και συγκεκριμένα στα διαδικτυακά video - games, στις online αγορές, στα online κοινωνικά δίκτυα (όπως το Facebook στη Γερμανία και την Ταϊβάν και το Qzone στην Κίνα) και στη διαδικτυακή πορνογραφία. Έχουμε μεταφράσει την σύντομη έκδοση της “Κλίμακας του Εθισμού στα video – games” από τους Lemmens et al. (2009) στα γερμανικά, τα σουηδικά, τα κινέζικα και τη γλώσσα της Ταϊβάν. Η σύντομη μορφή της κλίμακας αποτελείται από επτά αντικείμενα με κλιμάκωση Likert που κυμαίνονται από 1 = ποτέ έως 5 = πολύ συχνά. Τα στοιχεία της παραπάνω κλίμακας χρησιμεύουν ως πρότυπο για την μέτρηση των παραπάνω ειδικών μορφών του εθισμού στο Διαδίκτυο, ενώ αλλάξαμε μόνο μία λέξη για κάθε συγκεκριμένη μορφή εθισμού σε κάθε στοιχείο (π.χ. αλλάξαμε τη φράση “online shopping” σε “online χρήση των κοινωνικών δικτύων”. Και εδώ σχεδόν όλα τα ερωτηματολόγια σε όλες τις γλώσσες είχαν υψηλή ψυχομετρική αξιοπιστία. Σε γενικές γραμμές, η μετάφραση των ερωτηματολογίων σε άλλες γλώσσες δεν είναι ασήμαντη και μη χρονοβόρα διαδικασία. Για να εξασφαλιστεί η ποιότητα των μεταφρασμένων ερωτηματολογίων, δύο ανεξάρτητα πρόσωπα εργάζονται για κάθε μία από τις μεταφράσεις. Για παράδειγμα, ένα άτομο μεταφράζει το ερωτηματολόγιο από τα γερμανικά στα κινέζικα. Στη συνέχεια, αυτή η μετάφραση ξαναμεταφράζεται στα γερμανικά. Στην περίπτωση των κινέζικων ερωτηματολογίων, με τις μεταφράσεις ασχολήθηκαν Κινέζοι φοιτητές με πολύ καλή γνώση της γερμανικής. Η ίδια διαδικασία ακολουθήθηκε για τη μετάφραση από τη γλώσσα της Ταϊβάν στα σουηδικά.

Οι στατιστικές αναλύσεις

Στο πρώτο μέρος της ενότητας των αποτελεσμάτων παρουσιάζονται τα αποτελέσματα της σχέσης μεταξύ του γενικευμένου και του ειδικού εθισμού στο Διαδίκτυο. Ακολουθούν τα επαγωγικά στατιστικά στοιχεία που σχετίζονται με τις διαπολιτισμικές διαφορές του γενικευμένου εθισμού στο Διαδίκτυο.

Το κύριο μέρος του τμήματος των αποτελεσμάτων ερευνά την σχέση μεταξύ γενικευμένου και ειδικού εθισμού στην Κίνα, την Ταϊβάν, την Σουηδία και τη Γερμανία. Εδώ, πραγματοποιήσαμε αναλύσεις των κυριότερων στοιχείων (principal component analyses - PCA) με σκοπό να εξαγάγουμε έναν υψηλότερο συντελεστή από τις μετρήσεις των αποτελεσμάτων των δύο ερωτηματολογίων για τον γενικευμένο εθισμό Διαδικτύου (IAT και GPIUS-2). Για κάθε άτομο υπολογίστηκε μία τυποποιημένη τιμή που αντικατοπτρίζει το βαθμό του στο γενικευμένο εθισμό, η οποία στη συνέχεια συσχετίζεται με τις βαθμολογίες των ειδικών μορφών του εθισμού αυτού. Αυτή η διαδικασία εφαρμόστηκε για κάθε ένα από τα δείγματα στη Γερμανία, την Σουηδία, την Ταϊβάν και την Κίνα.

Καθώς τα δείγματα διέφεραν έντονα σε σχέση με την ηλικία, το φύλο, αλλά και τον τρόπο συλλογής των δεδομένων (γραπτός λόγος εναντίον διαδικτυακού), πολλές μεταβλητές θα μπορούσαν να ελεγχθούν από την ακόλουθη ανάλυση. Για λόγους σαφήνειας, εμείς συμφωνήσαμε στο παρακάτω: αν μπορούμε να παρατηρήσουμε κάποια ισχυρή συσχέτιση μεταξύ των διαφόρων μορφών εθισμού του Διαδικτύου (παρά τις μεγάλες διαφορές μεταξύ των εξεταζόμενων δειγμάτων), η σημασία των αποτελεσμάτων θα είναι αξιοπρόσεκτη.

Αποτελέσματα

Περιγραφικά στατιστικά στοιχεία της γενικευμένης μορφής και των ειδικών μορφών του εθισμού στο Διαδίκτυο

Στον Πίνακα 2, οι συμμετέχοντες χωρίζονται σε τρεις ομάδες χρηστών του Διαδικτύου σύμφωνα με το Test του Εθισμού στο Διαδίκτυο του Young και τη μελέτη των Widyanto και McMurrin (2004).

	IAT < 40	IAT 40-69	IAT > 69
Κίνα (n=344)	184	157	3
Ταϊβάν (n=60)	36	21	3
Γερμανία (n=56)	43	10	3
Σουηδία (n=50)	36	14	0
Κίνα (n=51)	31	20	0
Γερμανία (n=75)	63	12	0

Πίνακας 8: Οι τρεις ομάδες χρηστών Διαδικτύου

Γενικευμένος και ειδικός εθισμός Διαδικτύου σε Κίνα, Ταϊβάν, Σουηδία και Γερμανία

Αποτελέσματα των PCA ώστε να προκύψει μία ενιαία μέτρηση για το γενικευμένο εθισμό του Διαδικτύου (από δύο ερωτηματολόγια)

Όπως έχει ήδη αναφερθεί, τα PCA διενεργούνται με σκοπό να παράγουν μία ενιαία μέτρηση για αυτόν το γενικευμένο εθισμό, η οποία θα αντικατοπτρίζει στην ουσία το βαθμό των δύο ερωτηματολογίων της μέτρησης του γενικευμένου εθισμού (IAT και GPIUS-2).

Οι συσχετίσεις μεταξύ γενικευμένης μορφής και ειδικών μορφών του εθισμού στο Διαδίκτυο

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει το γεγονός ότι σε όλα τα δείγματα (με εξαίρεση τους συμμετέχοντες στην Κίνα που αξιολογήθηκαν μέσω του γραπτού λόγου) οι υψηλότερες συσχετίσεις μεταξύ των ειδικών μορφών του εθισμού στο Διαδίκτυο και της γενικευμένης μορφής του παρατηρήθηκαν στον εθισμό με τα κοινωνικά δίκτυα (social media). Σε όλα τα δείγματα που αξιολογήθηκαν, η συσχέτιση αυτή απέδωσε τα υψηλότερα αποτελέσματα, τα οποία κυμαίνονται από 0,49 στη Σουηδία (on-line) μέχρι 0,76 στη Γερμανία (γραπτά). Με λίγες εξαιρέσεις, όλες οι άλλες συσχετίσεις μεταξύ ειδικού και γενικευμένου εθισμού ήταν αρκετά χαμηλότερες.

Έτσι, παρατηρήθηκαν αρκετές συσχετίσεις των ειδικών μορφών του εθισμού στο Διαδίκτυο στα έξι δείγματα που αξιολογήσαμε. Συγκεκριμένα, σε πέντε από τα έξι δείγματα παρατηρήθηκε σημαντική συσχέτιση μεταξύ του εθισμού στα διαδικτυακά video games και του εθισμού στην online πορνογραφία. Σε τέσσερα δείγματα, παρατηρήθηκε σημαντική συσχέτιση μεταξύ του εθισμού στα online ψώνια και του

εθισμού στα διαδικτυακά κοινωνικά δίκτυα (social media). Όλες οι άλλες συσχετίσεις δεν παρατηρήθηκαν ιδιαίτερα στα συγκεκριμένα δείγματα.

Συζήτηση

Η παρούσα μελέτη είχε ως στόχο να απαντήσει στο ερώτημα: “αν η διάκριση μεταξύ ειδικού και γενικευμένου εθισμού στο Διαδίκτυο, όπως αναφέρεται από τον Davis (2001), υφίσταται και μετά από κάποια αντίστοιχη έρευνα.” Αρχικά, τα στοιχεία από την έρευνα που διενεργήθηκε δείχνουν ότι όντως υπάρχουν ειδικές μορφές του εθισμού στο Διαδίκτυο: οι παρατηρούμενες συσχετίσεις μεταξύ ειδικού και γενικευμένου εθισμού δείχνουν ότι μεγάλα τμήματα των δύο αυτών κατηγοριών δεν αλληλοεπικαλύπτονται.

Οι μεγαλύτερες συσχετίσεις που παρατηρήθηκαν μεταξύ της γενικευμένης μορφής και των ειδικών μορφών του εμφανίστηκαν μεταξύ του εθισμού στα online κοινωνικά δίκτυα και του γενικευμένου εθισμού στο Διαδίκτυο σε όλες τις χώρες. Ως εκ τούτου, τα στοιχεία που συγκεντρώσαμε από τη διαπολιτισμική μας έρευνα δείχνουν ότι ο εθισμός στα social media συνδέεται στενά με αυτόν το γενικευμένο εθισμό. Η υψηλότερη συσχέτιση μεταξύ γενικευμένου και ειδικού εθισμού παρατηρήθηκε στη Γερμανία (γραπτά), χωρίς αυτό να σημαίνει ότι οι συσχετισμοί που παρατηρήθηκαν στα υπόλοιπα δείγματα δεν ήταν σημαντικοί (με εξαίρεση το δείγμα που εξετάστηκε στην Κίνα μέσω του γραπτού λόγου). Έτσι, με βάση τη διαπολιτισμική έρευνα που πραγματοποιήσαμε, αυτή η ισχυρή συσχέτιση σε σχεδόν όλα τα δείγματα (από διαφορετικά πολιτισμικά περιβάλλοντα) και οι υπόλοιπες συσχετίσεις μεταξύ ειδικού και γενικευμένου εθισμού αξίζει ιδιαίτερης προσοχής: Η μεγάλη αλληλοεπικάλυψη μεταξύ της προβληματικής χρήσης των κοινωνικών δικτύων στο Διαδίκτυο και του γενικευμένου εθισμού του μπορεί να εξηγηθεί αν επικεντρωθούμε στη φύση της χρήσης των social media. Τα κοινωνικά δίκτυα μπορούν να παρομοιαστούν με “μικρούς κόσμους” του ευρύτερου διαδικτυακού κόσμου (World Web) ή με δραστηριότητες που τους μοιάζουν: e-mail, άμεσα μηνύματα (instant messaging), αναζήτηση πληροφοριών, παιχνίδια του προγράμματος περιήγησης (browser) και χρήση των πολυμέσων, μπορούν να βρεθούν στο “μεγάλο κόσμο” του Web, αλλά και στα “μικρότερα” κοινωνικά δίκτυα. Επιπλέον, στη μελέτη του ο Davis (2001) ορίζει τον ειδικό εθισμό του Διαδικτύου (στο paper που δημοσίευσε με τίτλο “Παθολογική χρήση του διαδικτύου”) ως ένα σύνολο από δραστηριότητες στις οποίες το συγκεκριμένο πρόσωπο θα μπορούσε να έχει εθιστεί και στον πραγματικό (offline) κόσμο. Επειδή τα κοινωνικά δίκτυα, όπως το Facebook, δεν υφίστανται χωρίς τη χρήση του Διαδικτύου, γι’ αυτό τα κατατάσσουμε στο γενικευμένο και όχι στον ειδικό εθισμό. Σε αντίθεση με αυτά, τα άτομα θα μπορούσαν να εθιστούν στην πορνογραφία, στα ψώνια ή στα video games και στον πραγματικό κόσμο, όπως ακριβώς και στο διαδικτυακό.

Εν ολίγοις, η παρούσα μελέτη δείχνει ότι μπορεί να γίνει διάκριση μεταξύ ειδικού και γενικευμένου εθισμού του Διαδικτύου. Κατά τη γνώμη μας, τα παρόντα ευρήματα για την σχέση μεταξύ του γενικευμένου εθισμού και του εθισμού στα online κοινωνικά δίκτυα είναι ισχυρά, γιατί παρατηρήθηκαν σε πέντε ανεξάρτητα δείγματα (παρά τις διαφορές στην ηλικία, το φύλο και το πολιτιστικό υπόβαθρο). Οι μελλοντικές μελέτες πρέπει να στοχεύσουν στη συμπερίληψη άλλων ειδικών μορφών του εθισμού αυτού, εκτός από αυτές που εξετάζονται σε αυτήν τη μελέτη, όπως τον εθισμό στα διαδικτυακά video games. Αυτές οι μελέτες θα πρέπει, επίσης, να διερευνήσουν τις συσχετίσεις μεταξύ των χαρακτηριστικών της προσωπικότητας και του ειδικού ή του

γενικευμένου εθισμού και να χρησιμοποιήσουν βιολογικές μεταβλητές, όπως η μοριακή γενετική (Han et al, 2007, Lee et al., 2008 και Montag et al., 2012) ή η απεικόνιση του εγκεφάλου (Ko et al, 2009 και Zhou et al., 2011) για τον καλύτερο προσδιορισμό του ειδικού και του γενικευμένου εθισμού. Ένας περιορισμός της παρούσας μελέτης είναι ότι αξιολογήθηκε κυρίως μία συγκεκριμένη ομάδα ατόμων εθισμένων στο Διαδίκτυο: τα δείγματα αποτελούνταν κυρίως από φοιτητές. Όμως, μόνο εννέα συμμετέχοντες από το σύνολο του δείγματος αξιολογήθηκαν με βαθμολογίες υψηλότερες από 69, πράγμα που υποδεικνύει εθιστική (γενικευμένη) χρήση του Διαδικτύου. Παρ' όλα αυτά, ένας μεγάλος αριθμός συμμετεχόντων βρέθηκε να κάνει προβληματική χρήση του Διαδικτύου. Έτσι, έχει σημασία να γνωστοποιηθούν τα συγκεκριμένα ευρήματα στις ομάδες που ασχολούνται με τα άτομα στα οποία έχει “διαγνωστεί” εθισμός στο Διαδίκτυο.

3. Έρευνες σχετικές με το cyberbullying (κυβερνοεκφοβισμό)

3.1 Ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός (cyberbullying) και η συσχέτισή του με τον κλασσικό εκφοβισμό, το φύλο και την συχνή και επικίνδυνη χρήση των εργαλείων επικοινωνίας που παρέχονται από το Internet

2010

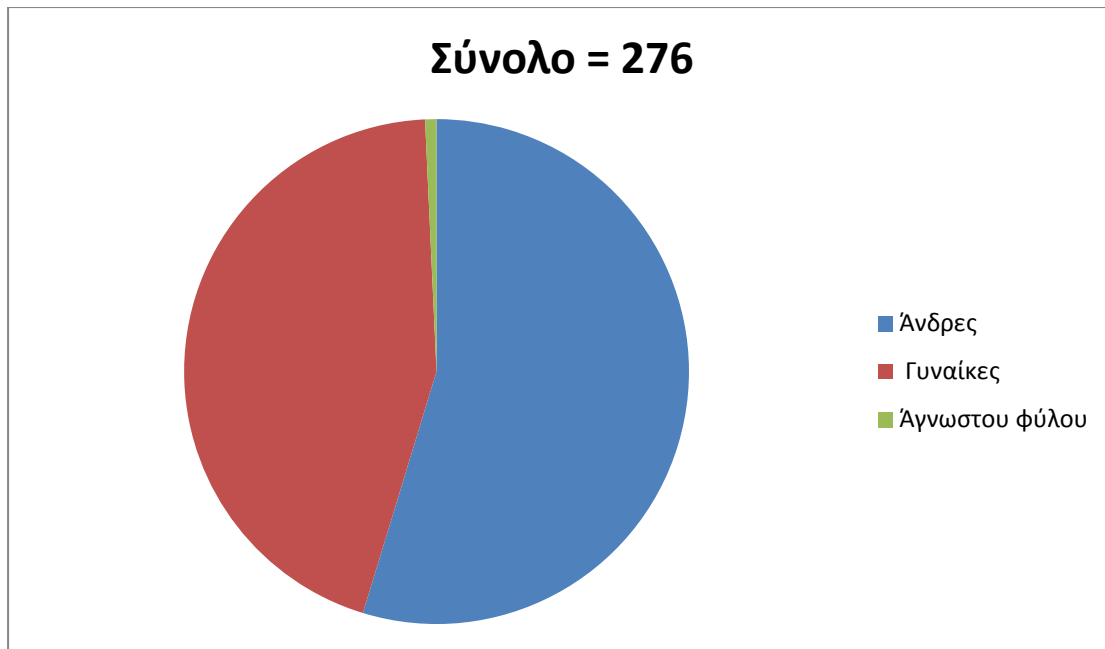
Aythors: *Ozgur Erdur-Baker*

From: *University Ankara, Turkey*



Περίληψη

Η μελέτη αυτή εξετάζει την σχέση μεταξύ του ηλεκτρονικού και του κλασσικού (μη ηλεκτρονικού) εκφοβισμού σε συνάρτηση με τις διαφορές των δύο φύλων. Επίσης, εξετάζει την συμβολή της συχνής και επικίνδυνης χρήσης του διαδικτύου στα περιστατικά εκφοβισμού. Οι συμμετέχοντες ήταν 276 έφηβοι (123 γυναίκες, 151 άνδρες και 2 άγνωστου φύλου), των οποίων η ηλικία κυμαινόταν από 14 έως 18 ετών. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το 32% των μαθητών ήταν θύματα τόσο του cyberbullying, όσο και του εκφοβισμού εκτός του διαδικτυακού κόσμου, ενώ το 26% των συμμετεχόντων ήταν οι ίδιοι υπεύθυνοι για ανάλογα περιστατικά και των δύο κατηγοριών. Σε σύγκριση με τις γυναίκες που ερωτήθηκαν, οι άνδρες μαθητές ήταν πιο πιθανό να είναι και θύτες και θύματα τόσο στο διαδικτυακό, όσο και στο φυσικό περιβάλλον. Η στατιστική ανάλυση πολλαπλών μεταβλητών έδειξε ότι και οι δύο τύποι του εκφοβισμού σχετίζονται με τους μαθητές και όχι με τις μαθήτριες. Επιπλέον, η ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης έδειξε ότι η συχνή και επικίνδυνη χρήση του διαδικτύου έχει σημαντικές συνέπειες στη διακύμανση του cyberbullying, αλλά η συμβολή αυτή διαφέρει ανάλογα με το φύλο.



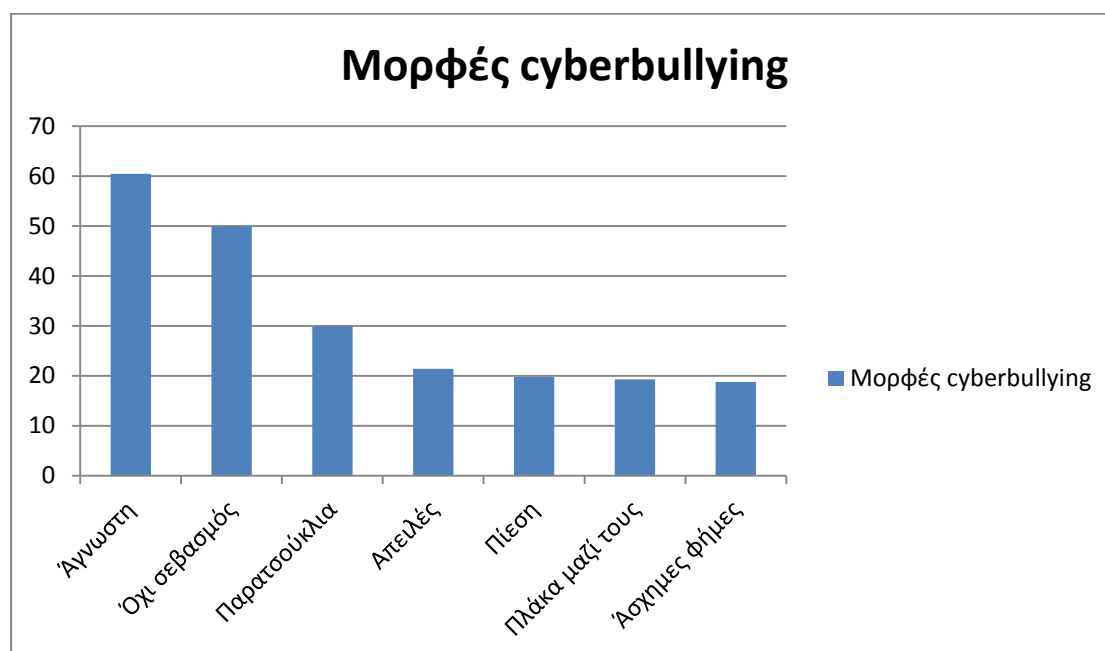
Πίνακας 9: Κατανομή συνολικού δείγματος έρευνας

Ο εκφοβισμός, ο οποίος ορίζεται ως εσκεμμένη και επανειλημμένη επιθέση μεταξύ συμμαθητών (Olweus, 1993), τώρα αλλάζει μορφή, καθώς οι τεχνολογίες της πληροφορίας και της επικοινωνίας (information and communication technologies - ICT) εξελίσσονται. Η επιθετικότητα με τη χρήση των ICT αναφέρεται ως ηλεκτρονικός εκφοβισμός (ονομάζεται επίσης cyberbullying ή διαδικτυακός εκφοβισμός), όταν προσδιορίζεται ως σκόπιμη και επανειλημμένη επίθεση. Πιο συγκεκριμένα, ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός ορίζεται ως επιζήμια και επιδιωκόμενη δραστηριότητα επικοινωνίας, η οποία χρησιμοποιεί οποιαδήποτε μορφή τεχνολογικής συσκευής, όπως το Διαδίκτυο ή τα κινητά τηλέφωνα (Belsey, 2006 και Patchin and Hinduja, 2006).

Λόγω των μοναδικών χαρακτηριστικών τους, τα διαδικτυακά περιβάλλοντα οι νέοι τα αντιλαμβάνονται ως κάποιες πλατφόρμες, πάνω στις οποίες μπορούν να εκφραστούν ελεύθερα. Παρ' όλ' αυτά, πολλοί ερευνητές έχουν παρατηρήσει ότι οι πλατφόρμες αυτές έχουν και κάποιες θετικές συνέπειες, όπως η δημιουργία κοινωνικών δεσμών (Henderson and Gilding, 2004 και Mesch and Talmud, 2006), κάτι το οποίο ίσως είναι το πιο δύσκολο να πραγματοποιηθεί στον παραγματικό κόσμο (μη διαδικτυακό – offline) από ορισμένους εφήβους (Amichai-Hamburger and Ben-Artzi, 2003). Ταυτόχρονα, τα online περιβάλλοντα είναι χώροι όπου τα παιδιά και οι έφηβοι είναι λιγότερο πιθανό να αναστείλλουν συναισθήματα, κυρίως αρνητικά, όπως ο θυμός (Erdur-Baker and Yurdugül). Όπως επεσήμαναν στη μελέτη τους οι Ybarra and Mitchell (2004), η ανωνυμία του διαδικτύου δίνει τη δυνατότητα στα παιδιά και τους εφήβους να καλλιεργήσουν μια πιο επιθετική προσωπικότητα από αυτή που μπορούν να εκφράσουν στην πραγματική τους ζωή. Επίσης, δεδομένου ότι οι άνθρωποι μπορούν να κρύβονται πίσω από ψεύτικα ονόματα ή να χρησιμοποιούν το όνομα κάποιου άλλου, το περιβάλλον αυτό μπορεί να φαίνεται πιο ελκυστικό σε αυτούς που θέλουν να κάνουν bullying (Kowalski and Limber, 2007) και πιο ασφαλές για αυτούς που έχουν πέσει θύματα του κλασσικού εκφοβισμού και προσπαθούν να πάρουν εκδίκηση (King et al., 2007). Ως εκ τούτου, ο εκφοβισμός πλέον “πηγαίνει” και πέρα

από τα σύνορα του σχολείου προκαλώντας μεγαλύτερη ανησυχία, καθώς τώρα πρέπει να αντιμετωπιστεί όχι μόνο από το σχολείο και τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας, αλλά και από τους γονείς και τους επαγγελματίες που εργάζονται στον τομέα των νέων μέσω ενημέρωσης και στους κοινωνικούς τομείς γενικότερα.

Τα αποτελέσματα της έρευνας παρέχουν ανησυχητικές ενδείξεις. Για παράδειγμα, μια έρευνα σε εθνικό επίπεδο σε κάποιο τυχαίο δείγμα (Ybarra et al., 2007) με 1500 συμμετέχοντες (ηλικίας 10-17 χρονών) έδειξε ότι το 9% των χρηστών του Διαδικτύου έχουν έρθει αντιμέτωποι με online παρενόχληση. Η μελέτη των Patchin και Hinduja (2006) έγινε σε ένα δείγμα (με διαδικασία εύκολης δειγματοληψίας) 384 ατόμων, ηλικίας μικρότερης των 18 και η έρευνα έγινε διαδικτυακά. Τα αποτελέσματα αυτής της μελέτης έδειξαν ότι περίπου το 11% των ερωτηθέντων είχαν διαπράξει οι ίδιοι διαδικτυακό bullying, το 29% είχαν πέσει θύματα αυτού και το 47% είχαν γίνει μάρτυρες online εκφοβισμού. Επιπλέον, οι πιο συχνές μορφές του cyberbullying ήταν: δεν γνωρίζουμε (60,4%), δεν τους σεβόντουσαν (50%), τους έβγαζαν ονόματα (παρατσούκλια) (29,9%), τους απειλούσαν (21,4%), τους πίεζαν (19,8%), έκαναν πλάκα μαζί τους (19,3%) και διέρρεαν άσχημες φήμες για αυτούς (18,8%). Μια μελέτη στον Καναδά (Beran και Li, 2005) καταλήγει σε παρόμοια συμπεράσματα. Σύμφωνα με τη μελέτη αυτή, περίπου το 2% από τους 432 μαθητές, οι οποίοι επιλέχθηκαν τυχαία από διάφορα σχολεία, έχει υποστεί επανειλημμένως διαδικτυακό εκφοβισμό και έχει έρθει αντιμέτωπος με αρνητικά συναισθήματα, όπως ο θυμός και η θλίψη.



Πίνακας 10: Πιο συχνές μορφές cyberbullying (%)

Παρ' όλο που παρόμοιες μελέτες από διάφορες χώρες έχουν επιστήσει την προσοχή τους στην έκταση του cyberbullying με σκοπό να δείξουν ότι είναι ένα παγκοσμίως αναδυόμενο θέμα (π.χ. Kowalski and Limber, 2007, Slonje and Smith, 2007, Syts, 2004), στη βιβλιογραφία δεν υπάρχουν αρκετές έρευνες, οι οποίες να βοηθούν στη βαθύτερη κατανόηση των εμπειριών του online εκφοβισμού. Με δεδομένο ότι το cyberbullying είναι ένα σχετικά νέο θέμα, η βιβλιογραφία σχετικά με την κλασσική

μορφή του εκφοβισμού είναι αυτή που συνήθως λαμβάνεται υπ' όψιν στην προσπάθεια της διαλεύκανση της φύσης του διαδικτυακού εκφοβισμού και συγκεκριμένα των ειδικών χαρακτηριστικών του και των παραγόντων που συμβάλλουν σε αυτόν. Ωστόσο, παρά τις όποιες προσπάθειες, η σχέση μεταξύ των δύο μορφών του εκφοβισμού δεν έχει ακόμη τεκμηριωθεί.

Μία κοινή διαπίστωση πολλών ερευνητικών μελετών (π.χ. Li, 2005, 2006 και Raskauskas and Stoltz, 2007) είναι ότι το cyberbullying είναι μια επέκταση του κλασσικού εκφοβισμού. Στη μελέτη του ο Li (2005) υποστηρίζει ότι ο διαδικτυακός εκφοβισμός δεν θα πρέπει να διαφοροποιηθεί από τον κλασσικό, αφού συσχετίζονται σε μεγάλο βαθμό (περίπου το 30% αυτών που είχαν προκαλέσει οι ίδιοι επεισόδια κλασσικού εκφοβισμού, ήταν θύτες και σε περιστατικά cyberbullying και κάτι αντίστοιχα συνέβαινε και στα άτομα που ήταν θύματα κλασσικού και διαδικτυακού εκφοβισμού). Στη μελέτη των Ybarra et al. (2007) αναφέρεται ότι έχουν παρατηρηθεί κάποιες ομοιότητες μεταξύ των δύο αυτών κατηγοριών, όμως τονίζουν ότι οι ομοιότητες αυτές είναι λίγες, καθώς το cyberbullying έχει κάποια μοναδικά χαρακτηριστικά.

Στην πραγματικότητα, αρκετοί ερευνητές έχουν εστιάσει την προσοχή τους σε κάποιες θεμελιώδεις διαφορές ανάμεσα στις δύο τύπους του εκφοβισμού. Για παράδειγμα, στη μελέτη του ο Greene (2006) εκφράζει την άποψη ότι το cyberbullying διαφέρει από τον κλασσικό εκφοβισμό, αφού παραβιάζονται τρεις έμμεσες παραδοχές του:

- 1 τα θύματα γνωρίζουν ποιος τους φοβερίζει
- 2 υπάρχει μια ανισορροπία δύναμης μεταξύ θύματος και θύτη, και
- 3 ο εκφοβισμός πραγματοποιείται στον περίγυρο του σχολείου.

Στην περίπτωση του διαδικτυακού εκφοβισμού, η ταυτότητα του θύτη είναι συχνά άγνωστη (Greene, 2006 και Ybarra et al., 2007). Η ανωνυμία έχει προταθεί ως ένας παράγοντας που κάνει το cyberbullying “μοναδικό φαινόμενο” και καταλήγει σε διαφορετικές προκλήσεις από ότι ο κλασσικός εκφοβισμός (Kowalski et al., 2008). Συγκεκριμένα, η ανωνυμία παρέχει ένα αίσθημα ασφάλειας σε αυτούς που υποδύονται κάποιους άλλους και μειώνει το φόβο της σύλληψής τους. Όπως στον κλασσικό εκφοβισμό, έτσι και στο διαδικτυακό, τίθεται το θέμα της διαφοροποίησης ισχύος, η οποία διαχωρίζει τα άτομα σε δράστες και θύματα. Ωστόσο, ενώ ο κλασσικός εκφοβισμός σχετίζεται με τα σωματική και τα κοινωνικά χαρακτηριστικά, όπως η δημοτικότητα, το cyberbullying συνδέεται με τις γνώσεις χειρισμού ηλεκτρονικού υπολογιστή (Patchin και Hinduja, 2006). Η ισχύς αυτή γίνεται αισθητή με πολλούς τρόπους, όπως με τον έλεγχο των θεμάτων συζήτησης και με τη δημόσια κοινοποίηση της αλληλογραφίας (Shariff and Gouin, 2006).

Το φύλο φαίνεται ότι είναι ένας σημαντικός παράγοντας στην κατανόηση των εμπειριών και των δύο μορφών του εκφοβισμού. Κάποιες προηγούμενες μελέτες αναφέρουν αντικρουόμενα αποτελέσματα σχετικά με τις διαφορές μεταξύ των δύο φύλων. Αρκετοί συγγραφείς υποστηρίζουν ότι τα κορίτσια είναι πιο πιθανό να εμπλακούν σε διαδικτυακό εκφοβισμό, κάτι που οφείλεται στο γεγονός ότι αυτός είναι μια μορφή λεκτικής επιθετικότητας (Keith and Martin, 2005 και Nelson, 2003). Ωστόσο, υπάρχουν και άλλες έρευνες, οι οποίες δεν έχουν εντοπίσει διαφορές μεταξύ των φύλων (π.χ. Patchin and Hinduja, 2006). Τέλος, η μελέτη του Li (2006) αναφέρει

ότι δεν “έπαιζε” ρόλο το φύλο στο αν κάποιος έπεφτε θύμα κλασσικού ή διαδικτυακού εκφοβισμού. Όμως, παρατηρήθηκε ότι ήταν μεγαλύτερος ο αριθμός των αγοριών που ανέφεραν ότι ήταν θύτες και των δύο κατηγοριών αυτού. Έτσι, ο κύριος στόχος της παρούσας μελέτης είναι να διερευνηθούν οι εμπειρίες του cyberbullying των εφήβων, αποσαφηνίζοντας τη σύνδεσή του με τον κλασσικό εκφοβισμό σε σχέση με το φύλο.

Η επικίνδυνη χρήση του διαδικτύου θεωρείται ότι είναι ένας σημαντικός παράγοντας, όχι μόνο για το cyberbullying, αλλά και για επαφές με παιδεραστές (π.χ. Valkenburg and Soeters, 2001). Στη μελέτη τους οι Schrock και Boyd (2008) αναφέρουν ότι οι έφηβοι έχουν την τάση να χρησιμοποιούν με πιο περίπλοκο και διαδραστικό τρόπο το διαδίκτυο, κάτι το οποίο τους καθιστά πιο ευάλωτους στο να συναναστρέφονται με άτομα με κακές προθέσεις. Προηγούμενες μελέτες καταλήγουν στο συμπέρασμα ότι αυτοί είναι πολύ πιθανό να αναφέρουν προσωπικές τους πληροφορίες δημόσια (π.χ. Hinduja and Patchin, 2008) και να συναντούν ανθρώπους με τους οποίους έχουν συνομιλήσει online χωρίς να το γνωρίζουν οι γονείς τους (π.χ. Liau et al., 2005). Μία online έρευνα των Berson et al. (2002), η οποία έγινε σε 10.800 κορίτσια εφηβικής ηλικίας (12-18 ετών) στις ΗΠΑ αναφέρει ότι ένας σημαντικός αριθμός από αυτά ασκούν κάποιας μορφής επικίνδυνη δραστηριότητα στο Διαδίκτυο, όπως το να δίνουν προσωπικά τους στοιχεία, να στέλνουν φωτογραφίες τους σε κάποιον που γνωρίζουν μόνο διαδικτυακά ή να δέχονται να συναντηθούν με κάποιο τέτοιο άτομο. Επίσης, ένας σχετικά μικρότερος αριθμός των συμμετεχόντων ανέφεραν ότι ανταλλάσσουν απειλητικά μηνύματα. Μια άλλη παρόμοια μελέτη (Liau et al., 2005), η οποία βασίζεται σε μια έρευνα εθνικού επιπέδου σε 1124 εφήβους ηλικίας 12-17 ετών στη Σιγκαπούρη, ανέφερε ότι το 16% των συμμετεχόντων έχουν συναντήσει από κοντά κάποιον που γνώρισαν για πρώτη φορά μέσω του Διαδικτύου.

Η μελέτη των Ybarra et al. (2007) εξέτασε την σχέση της επικίνδυνης χρήσης του Διαδικτύου με το cyberbullying (ενοχλήσεις, παρενοχλήσεις, απειλές ή αμηχανία) και τις προσκλήσεις για ανεπιθύμητες σεξουαλικές προκλήσεις. Τα αποτελέσματα αυτής της μελέτης αποκαλύψανε ότι οι επικίνδυνες διαδικτυακές συμπεριφορές (π.χ. απόσπαση προσωπικών πληροφοριών, εμπλοκή με άγνωστα άτομα) είχαν σχέση με ανεπιθύμητες online παρενοχλήσεις και σεξουαλικές προσελκύσεις. Οι συγγραφείς διευκρίνισαν ότι, κάτω από ορισμένες συνθήκες, η εμπλοκή με ξένα άτομα είναι πιο επικίνδυνη από ότι η παροχή προσωπικών πληροφοριών. Επειδή είναι σχετικά λίγες οι μελέτες που έχουν εξετάσει την σχέση της επικίνδυνης χρήσης του διαδικτύου με την online παρενόχληση, η παρουσίαση αυτής της μελέτης έχει στόχο να διερευνήσει το κατά πόσον αυτή η σχέση ισχύει ή όχι.

Στην Τουρκία, μόνο λίγες μελέτες έχουν εξετάσει το ρόλο των ICT στα είδη του εκφοβισμού. Τα αποτελέσματα αυτών των μελετών δείχνουν ότι οι εμπειρίες των Τούρκων μαθητών στο διαδικτυακό εκφοβισμό είναι παρόμοιες με αυτές που αναφέρονται στην σχετική διεθνή βιβλιογραφία. Μία από τις μελέτες, η οποία βασίζεται στις ειδήσεις που είχαν δημοσιευθεί στα έντυπα μέσα ενημέρωσης σε περίοδο έξι χρόνων, τόνισε ότι οι διαφωνίες που ξεκίνησαν σε κάποιο chatroom ή με τη χρήση του Instant Messenger (IM), συχνά συνεχίζονταν στον πραγματικό κόσμο και μερικές φορές ολοκληρώνονταν με τους μαθητές να τραυματίζονται ή ακόμη και να σκοτώνονται (Erdur-Baker et al., 2006). Η μελέτη των Erdur-Baker και Kavşut (2007) ανέφερε ότι οι πιο συνηθισμένες μορφές διαδικτυακού εκφοβισμού είναι: το κλέψιμο κωδικών πρόσβασης, η δημοσίευση ιδιωτικής επικοινωνίας στο Διαδίκτυο

και η παρεμπόδιση κάποιου από τη συμμετοχή σε ένα chatroom. Επιπλέον, σε σχέση με τις γυναίκες φοιτήτριες, οι άνδρες ήταν πιο πιθανό να αναφέρουν ότι είναι θύτες ή θύματα σε cyberbullying. Η συχνότητα της χρήσης του Διαδικτύου, το Windows Live Messenger (MSN), η Υπηρεσία Σύντομων Μηνυμάτων (Short Message Service - SMS, γραπτά μηνύματα), τα κινητά τηλέφωνα, οι ιστοσελίδες φόρουμ και τα chatrooms βρέθηκαν να σχετίζονται θετικά με το να είναι κάποιος θύτης ή θύμα του διαδικτυακού εκφοβισμού. Ωστόσο, το επίπεδο εισοδήματος της οικογένειας, οι βαθμοί και η ηλικία δεν βρέθηκαν να σχετίζονται με τα παραπάνω. Τέλος, στη μελέτη τους οι Torcu et al. (2008) σύγκριναν τις εμπειρίες του cyberbullying σε μαθητές ιδιωτικού σχολείου και σε μαθητές με υψηλή κοινωνική και οικονομική κατάσταση που φοιτούν σε δημόσιο σχολείο. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι μαθητές στο δημόσιο σχολείο ήταν πιθανότερο να αναφέρουν ότι είναι θύτες ή θύματα αυτού του φαινομένου σε σχέση με τους μαθητές στα ιδιωτικά σχολεία, παρά το γεγονός ότι οι δεύτεροι ήταν πιο πιθανό να αναφέρουν συχνή χρήση των ICT σε σχέση με τους πρώτους. Η συχνότητα της χρήσης των ICT ήταν ένας σημαντικός προγνωστικός παράγοντας του διαδικτυακού εκφοβισμού (θύτης ή θύμα) στους μαθητές του δημόσιου σχολείου, αλλά όχι και σε αυτούς του ιδιωτικού.

Εν ολίγοις, υπάρχει αυξανόμενη ανησυχία σχετικά με τις εμπειρίες του cyberbullying σε παιδιά και εφήβους (Strom and Strom, 2004 και Ybarra et al, 2007). Τα αποτελέσματα της έρευνας σχετικά με την επικράτηση του διαδικτυακού εκφοβισμού έρχονται να υποστηρίξουν την ανησυχία αυτή. Με δεδομένο το γεγονός ότι τα εργαλεία του ICT είναι ζωτικής σημασίας για τη ζωή των νέων, μπορεί να υπάρξουν αρνητικές διαδικτυακές εμπειρίες σε αυξανόμενους αριθμούς. Αν σκεφτεί κανείς ότι το cyberbullying είναι ένα σχετικά νέο ζήτημα, η βιβλιογραφία σχετικά με τον κλασσικό εκφοβισμό συχνά θεωρείται ως ένα πλαίσιο για την κατανόηση αυτού του θέματος. Ωστόσο, η σχέση μεταξύ των κλασσικού και του διαδικτυακού εκφοβισμού δεν είναι πλήρως τεκμηριωμένη ακόμα. Ως αποτέλεσμα, η σχετική βιβλιογραφία στερείται εννοιολογικής σαφήνειας (Schrock and Boyd, 2008). Έτσι, ο κύριος στόχος της μελέτης είναι να ερευνηθεί το εάν όντως σχετίζονται οι δύο αυτές κατηγορίες του εκφοβισμού και να προσδιορίσει το ρόλο που διαδραματίζει το φύλο στη σχέση αυτή. Επιπλέον, η μελέτη αυτή έχει ως στόχο να διευκρινήσει τη συνεισφορά της επικίνδυνης χρήσης του διαδικτύου και της συχνής χρήσης των ICT στο να γίνει κάποιος θύμα ή θύτης διαδικτυακού εκφοβισμού.

Μέθοδος

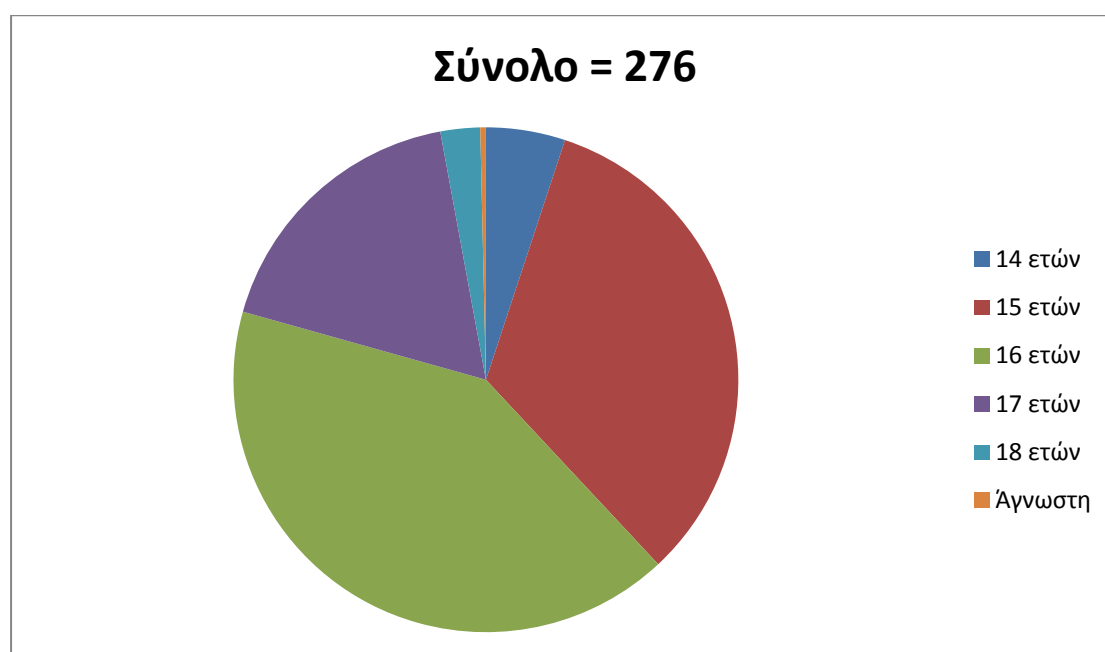
Συλλογή δεδομένων

Η συλλογή των στοιχείων έγινε στο βόρειο-δυτικό τμήμα της Τουρκίας. Αυτή η περιοχή είναι μία από τις πιο βιομηχανικές και πυκνοκατοικημένες περιοχές και έχει προσελκύσει μετανάστες από όλα τα μέρη της Τουρκίας. Το δείγμα των συμμετεχόντων είχε ληφθεί από τρία γυμνάσια μέσα από μια δειγματοληψία εύκολης διαδικασίας. Μετά την απόκτηση των απαραίτητων αδειών και συναίνεσεων για τη συλλογή των δεδομένων (το πρωτόκολλο συλλογής δεδομένων τηρεί τον κώδικα δεοντολογίας της Δήλωσης του Ελσίνκι), ο βοηθός ερευνητής επισκέφθηκε τα σχολεία που είχαν συμφωνήσει να συμμετάσχουν στην μελέτη. Με την παρουσία των συμβούλων του σχολείου, διανεμήθηκαν ερωτηματολόγια στις τάξεις του σχολείου που η διοίκηση είχε προτείνει, με βάση τη διαθεσιμότητα. Συνολικά δόθηκαν στους μαθητές περίπου 290 ερωτηματολόγια. Δεν υπήρξαν μαθητές, οι οποίοι αρνήθηκαν να συμμετάσχουν στην μελέτη. Ωστόσο, εξαιρέθηκαν συνολικά 14 ερωτηματολόγια από τις αναλύσεις, επειδή είχαν πολλά αναπάντητα ερωτήματα (6 ερωτηματολόγια),

είχαν την ίδια απάντηση σε περισσότερες από μία σελίδες (4 ερωτηματολόγια) και 4 επειδή ήταν εκτός του ορίου ηλικίας (άνω των 18).

Συμμετέχοντες

Οι συμμετέχοντες ήταν 276 έφηβοι (123 γυναίκες, 151 άνδρες και 2 άγνωστου φύλου) που κυμαίνονταν από 14 έως 18 χρονών. Από τους συμμετέχοντες 14 (5,1%) ήταν 14 ετών, 91 (33%) ήταν 15, 114 (41,3%) ήταν 16, 49 (17,8%) ήταν 17 και 7 (2,6%) ήταν 18 (η ηλικία ενός συμμετέχοντος είναι άγνωστη). Οι συμμετέχοντες ήταν φοιτητές στην ένατη (70,7%), δέκατη (15,2%) και ενδέκατη (14,1%) τάξη. Δεν βρέθηκαν να υπάρχουν στατιστικές διαφορές μεταξύ των τάξεων ή των σχολείων σε ότι αφορά τις βαθμολογίες στον εκφοβισμό και το cyberbullying και, ως εκ τούτου, οι συσχετίσεις με τις τάξεις και τα σχολεία κατέρρευσαν. Σύμφωνα με την περιγραφική ανάλυση των οικογενειακών εισοδημάτων, οι περισσότεροι από τους συμμετέχοντες (51,9%) προέρχονταν από οικογένειες με χαμηλό έως μεσαίο επίπεδο εισοδήματος.



Πίνακας 11: Ηλικίες συμμετεχόντων

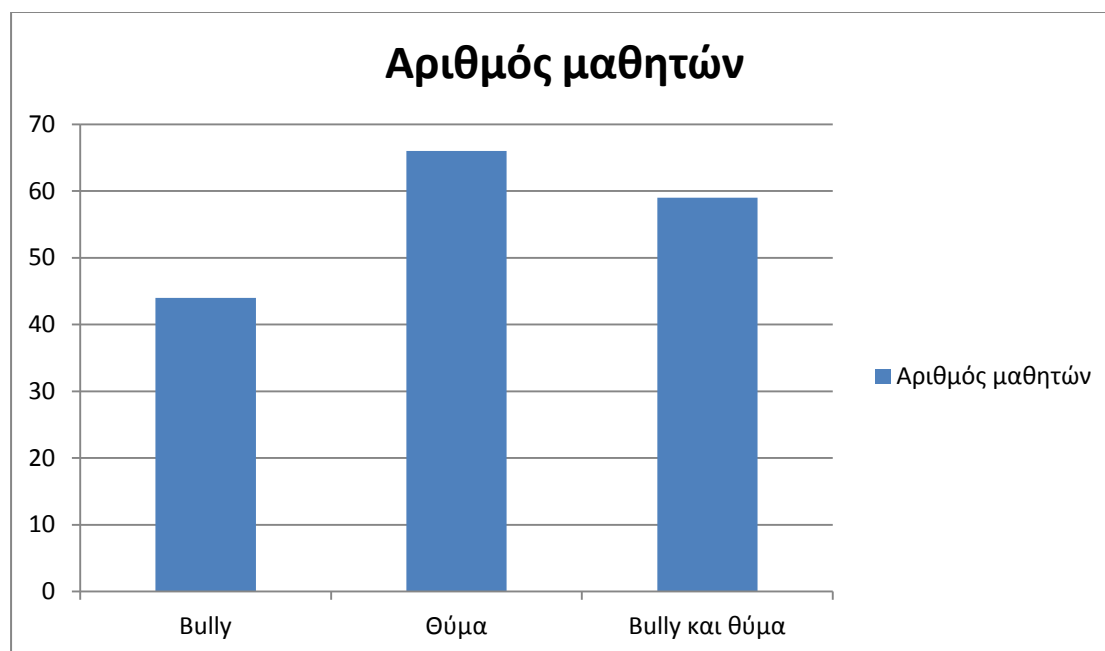
Μετρήσεις

Κλασική μορφή εκφοβισμού

Αυτή μετρήθηκε με βάση την τουρκική εκδοχή του “ερωτηματολογίου για τον εκφοβισμό του Olweus” (Olweus’s bullying questionnaire), μεταφρασμένο από τον Dölek (2002). Αυτή έχει 49 σημεία μέτρησης για τις διάφορες πτυχές του εκφοβισμού. Για τους σκοπούς της παρούσας μελέτης, χρησιμοποιήθηκε μόνο το μέρος που μετρά το αν κάποιος είναι θύμα (6 σημεία) ή θύτης (6 στοιχεία). Το μέρος αυτό αποτελείται από πέντε σημειακά αντικείμενα τύπου Likert, τα οποία παρέχουν βαθμολογίες για το αν κάποιος ανήκει σε κάποια από τις δύο κατηγορίες.

Για τη μελέτη αυτή, ελήφθησαν βαθμολογίες από διάφορους τύπους κλασικού εκφοβισμού για την πολλαπλή ανάλυση διακύμανσης (multiple analysis of variance - MANOVA) και την πολλαπλή ανάλυση παλινδρόμησης (multiple regression analyses). Για την ανάλυση MANOVA, οι συμμετέχοντες χωρίστηκαν σε τέσσερις

ομάδες με βάση τις εμπειρίες τους στον κλασικό εκφοβισμό: προκαλούν εκφοβισμό - bully (44 μαθητές), υφίστανται εκφοβισμό - θύμα (66 μαθητές), προκαλούν και υφίστανται εκφοβισμό – bully και θύμα (59 μαθητές) και δεν εμπλέκονται (99 φοιτητές). Οι μαθητές που προκαλούν ή υφίστανται εκφοβισμό τουλάχιστον δύο με τρεις φορές το μήνα κατηγοριοποιούνται ανάλογα ως “bully”, “θύμα” ή “bully και θύμα”. Η κατηγορία που “δεν εμπλέκονται” απάντησε σε όλες τις ερωτήσεις: “Δεν συνέβη ποτέ”. Για την ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης, οι συμμετέχοντες ομαδοποιήθηκαν με βάση το αν είχαν εμπειρίες θύματος ή θύτη κλασικού εκφοβισμού. Αυτά τα αποτελέσματα προστέθηκαν σε εξισώσεις παλινδρόμησης ως μεταβλητές ελέγχου.



Πίνακας 12: Κατηγορίες συμμετεχόντων για την ανάλυση MANOVA

Κλίμακα του Cyberbullying

Αυτή κατασκευάστηκε για μία προηγούμενη μελέτη των Erdur-Baker και Kanşut (2007) για τη μέτρηση της σοβαρότητας του φαινομένου του ηλεκτρονικού εκφοβισμού μεταξύ των Τούρκων εφήβων. Η κλίμακα έχει δύο παρόμοιες παράλληλες μορφές: η μια μορφή μετράει τα θύματα του cyberbullying και η άλλη αυτούς που το προκαλούν. Ένα δείγμα στοιχείων από τα θύματα του ηλεκτρονικού εκφοβισμού ήταν: “Έχω προσβάλει ανθρώπους σε chatroom” και από τους θύτες ήταν: “Έχω συκοφαντηθεί από ψεύτικες φωτογραφίες μου στο Διαδίκτυο”. Οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να αναφέρουν τις εμπειρίες τους σε αντικείμενα τεσσάρων-σημείων τύπου Likert που παρέχουν αποτελέσματα για το αν υπήρξαν θύμα ή θύτης κατά τη διάρκεια του περασμένου εξαμήνου (όπου: 1 = “αυτό δεν έχει συμβεί ποτέ σε μένα”, 2 = “αυτό συνέβη μία ή δύο φορές”, 3 = “αυτό συνέβη τρεις έως πέντε φορές” και 4 = “συνέβη περισσότερες από πέντε φορές”).

Επιπλέον, ο κάθε ένας συμμετέχων ρωτήθηκε για την συχνότητα χρήσης από τον ίδιο του διαδικτύου, των SMS, του MSN, των φόρουμ (forums) και των chatrooms. Να σημειωθεί ότι για τους σκοπούς της παρούσας μελέτης, η χρήση του διαδικτύου ορίζεται ως όλες οι δραστηριότητες στο Διαδίκτυο, εκτός από το MSN, τα φόρουμ

και τα chatrooms και περιλαμβάνει δραστηριότητες όπως το blogging, το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, η “επίσκεψη” ή η δημιουργία ιστοσελίδων, το surfing, το κατέβασμα μουσικής ή βίντεο κλπ.

Η επικίνδυνη χρήση των εργαλείων επικοινωνίας του διαδικτύου μετρήθηκε με τρεις κοινές ερωτήσεις που χρησιμοποιούνται από τις προηγούμενες μελέτες (π.χ. Liau et al, 2005 και Ybarrá et al, 2007): (1) Έχετε ζητήσει ποτέ από κάποιον που γνωρίσατε στο διαδίκτυο να συναντηθείτε προσωπικά; (“Πρόσκληση για προσωπική συνάντηση”), (2) Έχετε αποκαλύψει ποτέ προσωπικά σας στοιχεία σε αγνώστους ανθρώπους μέσω του Διαδικτύου, όπως τον κωδικό πρόσβασης και το όνομα χρήστη - username; (“Ανταλλαγή προσωπικών πληροφοριών”) και (3) Έχετε αποδεχθεί ποτέ πρόσκληση για προσωπική συνάντηση από κάποιον που γνωρίσατε μέσω του Διαδικτύου; (“Αποδοχή προσωπικής συνάντησης”). Οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να απαντήσουν σε αυτά τα ερωτήματα με τέσσερις πιθανές απαντήσεις (που κυμαίνονται από το “Ποτέ” μέχρι το “Αρκετές φορές”). Τα τρία αυτά ερωτήματα βρέθηκαν να συσχετίζονται σημαντικά μεταξύ τους. Για την ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης, δημιουργήθηκε μια συνολική βαθμολογία της επικίνδυνης χρήσης, ως αποτέλεσμα του αθροίσματος των βαθμολογιών των τριών ερωτημάτων.

Αποτελέσματα

Ανάλυση δεδομένων

Συχνότητα χρήσης των εργαλείων επικοινωνίας μέσω του διαδικτύου

Όπως φαίνεται στον Πίνακα 1, οι συμμετέχοντες χρησιμοποιούν εργαλεία επικοινωνίας του Διαδικτύου αρκετά συχνά. Μόνο το 7% των συμμετεχόντων ανέφερε ότι δεν χρησιμοποιεί ποτέ το διαδίκτυο, ενώ το 24% δήλωσε ότι το χρησιμοποιεί καθημερινά. Τα chatrooms φαίνονται να είναι αυτά που χρησιμοποιούνταν λιγότερο, ενώ το MSN ήταν το πιο συχνά χρησιμοποιούμενο εργαλείο επικοινωνίας. Τα μηνύματα στα κινητά τηλέφωνα αναφέρθηκε ότι χρησιμοποιούνταν από το 84,8% από αυτούς τουλάχιστον μία με δύο φορές το μήνα.

	Κάθε μέρα	2 φορές την εβδομάδα ή περισσότερο	1-2 φορές το μήνα	Ποτέ
Internet	23,9 (66)	33,7 (93)	33,7 (93)	6,9 (19)
SNS	47,1 (130)	21,4 (59)	16,3 (45)	10,9 (30)
MSN	22,5 (62)	37,7 (104)	15,6 (43)	22,1 (61)
Forum	10,1 (28)	17 (47)	29 (80)	34,4 (95)
Chatroom	6,9 (19)	22,1 (61)	19,9 (55)	47,8 (132)

Πίνακας 13: Συχνότητα χρήσης εργαλείων επικοινωνίας Διαδικτύου % (Αριθμός ατόμων)

Περιγραφική ανάλυση των εμπειριών του cyberbullying που σχετίζονται με το φύλο και τις εμπειρίες κλασσικού εκφοβισμού

Σε γενικές γραμμές, οι άνδρες φοιτητές με εμπειρίες κλασσικού εκφοβισμού είχαν υψηλότερες βαθμολογίες από ότι οι φοιτήτριες. Οι συντελεστές συσχέτισης δείχνουν ότι τα θύματα και οι θύτες του cyberbullying σχετίζονταν σημαντικά. Επίσης, το να προκαλεί κάποιος περιστατικά εκφοβισμού και των δύο κατηγοριών σχετίστηκε τόσο με τους φοιτητές, όσο και με τις φοιτήτριες, πράγμα που δεν αποδείχτηκε και για αυτούς που είναι θύματα αυτών.

Η έρευνα σχετικά με το αν υπάρχει αλληλοεπικάλυψη μεταξύ του διαδικτυακού και του κλασσικού εκφοβισμού έδειξε ότι το 32% (89) των μαθητών ανέφερε ότι ήταν θύμα και των δύο ειδών του εκφοβισμού και το 26% (73) ανέφερε ότι προκαλούσε τέτοια περιστατικά.

Η σχέση του φύλου και του κλασσικού εκφοβισμού με το cyberbullying

Πραγματοποιήθηκε μία αμφίδρομη ανάλυση διακύμανσης για να εξετάσει την επίδραση των τεσσάρων επιπέδων των εμπειριών του κλασσικού εκφοβισμού (“θύτης”, “θύμα”, “θύτης και θύμα” και “τίποτα από τα δύο”) και του φύλου σε δύο εξαρτημένες μεταβλητές (το να είναι κάποιος θύμα ή θύτης του cyberbullying). Το ίχνος Pillai επιλέχθηκε για την ερμηνεία των αποτελεσμάτων πολλών μεταβλητών, διότι η ομοιογένεια της υπόθεσης του πίνακα διασποράς είχε παραβιαστεί, όπως υποδεικνύεται από το σπουδαίο τεστ ασφαλείας του Box’s M. Η ανάλυση MANOVA αποκάλυψε μια σημαντική επίδραση του φύλου και των εμπειριών του κλασσικού εκφοβισμού, καθώς και μία σημαντική αλληλεπίδραση μεταξύ αυτών. Λόγω του γεγονότος ότι το φαινόμενο της αλληλεπίδρασης βρέθηκε να είναι σημαντικό, οι αναλύσεις των απλών κύριων επιδράσεων για κάθε εξαρτημένη μεταβλητή (το να είναι κάποιος θύμα ή θύτης του cyberbullying) εκτελέστηκαν σαν παρακολούθηση δοκιμών. Με σκοπό τον έλεγχο των σφαλμάτων τύπου I (Type-I error), χρησιμοποιήθηκε η προσαρμογή του Bonferroni για πολλαπλές συγκρίσεις των απλών κύριων επιδράσεων.

Η ανάλυση των απλών κύριων επιδράσεων αποκάλυψε σημαντικά αποτελέσματα αλληλεπίδρασεων στις βαθμολογίες των θυμάτων και των θυτών του διαδικτυακού εκφοβισμού.

Οι πολλαπλές συγκρίσεις των αποτελεσμάτων έδειξαν ότι οι διαφορές στις εμπειρίες του cyberbullying μεταξύ των τεσσάρων ομάδων των μαθητών με τις εμπειρίες του κλασσικού εκφοβισμού δεν είναι ίδιες μεταξύ των ανδρών και των γυναικών φοιτητών. Οι βαθμολογίες των γυναικών σχετικά με τα θύματα και τους θύτες του ηλεκτρονικού εκφοβισμού δεν βρέθηκαν να είναι διαφορετικές με τα επίπεδα των εμπειριών του κλασσικού εκφοβισμού. Ωστόσο, οι παραπάνω βαθμολογίες των ανδρών φοιτητών βρέθηκαν να διαφέρουν μεταξύ των τεσσάρων επιπέδων των εμπειριών του κλασσικού εκφοβισμού. Όσον αφορά το cyberbullying, οι άνδρες μαθητές που ανέφεραν ότι είχαν προκαλέσει περιστατικό κλασσικού εκφοβισμού ήταν περισσότεροι από αυτούς που ανέφεραν ότι ήταν θύμα τέτοιου εκφοβισμού, θύμα και θύτης και τίποτα από τα δύο. Επίσης, οι άντρες φοιτητές οι οποίοι ανέφεραν ότι ήταν θύτες ή θύματα κλασσικού εκφοβισμού ήταν περισσότεροι από αυτούς που ανέφεραν ότι δεν έχουν εμπλακεί καθόλου σε τέτοια περιστατικά.

Επιπλέον, τα αποτελέσματα των συγκρίσεων ανά φύλο σε όλα τα επίπεδα του κλασσικού εκφοβισμού δείχνουν ότι σε ορισμένα από αυτά υπάρχουν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ αυτών που είναι θύματα και θύτες του cyberbullying. Επίσης, υπάρχουν σημαντικές διαφορές μεταξύ των φύλων στα διάφορα επίπεδα αυτών που είναι θύτες ή θύματα κλασσικού εκφοβισμού. Οι φοιτητές που είναι θύματα ή θύτες του διαδικτυακού εκφοβισμού είναι περισσότεροι από τις φοιτήτριες.

Οι σχέσεις των εμπειριών του cyberbullying με την επικίνδυνη τη χρήση του Διαδικτύου και την συχνότητα χρήσης των εργαλείων επικοινωνίας αυτού

Προκειμένου να εξεταστεί αυτός ο παράγοντας, εκτελέστηκαν δύο αναλύσεις ιεραρχικής παλινδρόμησης (μία για θύματα και μία για θύτες) για κάθε φύλο. Λόγω της ανομοιομορφίας των βαθμολογιών των θυμάτων και των θυτών του cyberbullying, η ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης επαναλήφθηκε με και χωρίς μετασχηματισμό και βρέθηκαν τα παρακάτω αποτελέσματα.

Στο πρώτο μοντέλο πολλαπλής παλινδρόμησης, το μεταβλητό κριτήριο ήταν οι βαθμολογίες των θυμάτων του κυβερνοεκφοβισμού. Τα θύματα του κλασσικού εκφοβισμού εισήχθησαν στην πρώτη ομάδα ως μεταβλητή ελέγχου. Οι συνολικές βαθμολογίες της επικίνδυνης χρήσης του διαδικτύου και η συχνότητα χρήσης των εργαλείων επικοινωνίας του Διαδικτύου προστέθηκαν στη δεύτερη κατηγορία. Αυτή η εξίσωση παλινδρόμησης ήταν σημαντική τόσο για τις γυναίκες, όσο και για τους άνδρες φοιτητές. Η επικίνδυνη χρήση του Διαδικτύου και η συχνότητα χρήσης προέβλεπε σε σημαντικό βαθμό τα θύματα και των δύο ειδών του εκφοβισμού τόσο στις γυναίκες, όσο και στους άντρες φοιτητές. Με βάση αυτά τα αποτελέσματα, η συμβολή της συχνής χρήσης των διαδικτυακών εργαλείων επικοινωνίας στο να είναι κάποιος θύμα του cyberbullying ήταν σημαντική για τις φοιτήτριες, αλλά όχι και για τους άνδρες σπουδαστές. Ωστόσο, η συμβολή της επικίνδυνης χρήσης του διαδικτύου στο παραπάνω δεν ήταν σημαντική για τις φοιτήτριες, αλλά για τους άνδρες σπουδαστές.

Στο δεύτερο μοντέλο πολλαπλής παλινδρόμησης, το μεταβλητό κριτήριο αποτελούσαν οι βαθμολογίες των θυτών (bully) του κυβερνοεκφοβισμού. Οι bullies του κλασσικού εκφοβισμού εισήχθησαν στην πρώτη ομάδα ως μεταβλητή ελέγχου. Οι συνολικές βαθμολογίες της επικίνδυνης χρήσης του διαδικτύου και της συχνότητας χρήσης των εργαλείων επικοινωνίας του υπολογιστή προστέθηκαν στη δεύτερη κατηγορία. Αυτή η εξίσωση παλινδρόμησης ήταν σημαντική τόσο για τις γυναίκες, όσο και για τους άνδρες φοιτητές. Η επικίνδυνη χρήση του Διαδικτύου και η συχνότητα χρήσης προέβλεπε σε σημαντικό βαθμό το αν κάποιος θα είναι bully και στα δύο είδη του εκφοβισμού, τόσο στις γυναίκες, όσο και στους άντρες φοιτητές. Επιπλέον, η συμβολή της συχνής χρήσης των επικοινωνιακών εργαλείων για διαδικτυακό bullying ήταν σημαντική για την φοιτήτριες, αλλά όχι και για τους άνδρες σπουδαστές. Ωστόσο, η συμβολή της επικίνδυνης χρήσης του διαδικτύου στο παραπάνω δεν ήταν σημαντική για τις φοιτήτριες, αλλά για τους άνδρες σπουδαστές.

Συζήτηση και Συμπεράσματα

Αυτή η μελέτη ερευνήσε το αν πράγματι οι εμπειρίες του κλασσικού και του ηλεκτρονικού εκφοβισμού αλληλοεπικαλύπτονται και το αν η συχνότητα χρήσης και η επικίνδυνη χρήση των εργαλείων επικοινωνίας του Διαδικτύου συμβάλλουν σε τέτοιου είδους εμπειρίες στους Τούρκους φοιτητές. Πριν συζητήσουμε τα αποτελέσματα της σχέσης μεταξύ των δύο μορφών του εκφοβισμού, πρέπει να σημειωθεί η σχέση των θυμάτων και των θυτών του cyberbullying. Ανεξάρτητα από τις διαφορές μεταξύ των φύλων, οι σχέσεις μεταξύ των παραπάνω είναι σημαντικές και πολύ ισχυρότερες από τις σχέσεις μεταξύ του κλασσικού και του διαδικτυακού εκφοβισμού. Αυτό το αποτέλεσμα υποδηλώνει ότι οι ίδια έφηβοι που είναι θύματα, είναι και αυτοί που προκαλούν περιστατικά ηλεκτρονικού εκφοβισμού, κάτι το οποίο έχει αναφερθεί και σε προηγούμενες μελέτες (π.χ. Kowalski and Limber, 2007 και Ybarra and Mitchell, 2004). Αυτό είναι ένα σημαντικό αποτέλεσμα λόγω των επιπτώσεών του στη στόχευση των νέων που διατρέχουν κίνδυνο και τον

προγραμματισμό προγραμμάτων πρόληψης και παρέμβασης (Schrock και Boyd, 2008).

Τα αποτελέσματα αυτής της μελέτης υποστηρίζουν κάποιες προηγούμενες μελέτες, στις οποίες έχει επισημανθεί η σχέση μεταξύ του του διαδικτυακού και του κλασσικού εκφοβισμού (π.χ. Li, 2005, 2006, Raskauskas and Stoltz, 2007 και Ybarra et al., 2007). Ωστόσο, θα πρέπει να σημειωθεί ότι, όπως αναφέρεται και στη μελέτη των Ybarra et al. (2007), το ποσοστό της αλληλεπικάλυψης των δύο μορφών του εκφοβισμού δεν είναι πολύ μεγάλο (32%). Το συμπέρασμα που μπορούμε να εξάγουμε από αυτό είναι ότι παρόλο που τα δύο αυτά είδη μοιράζονται κάποια κοινά σημεία, το cyberbullying φαίνεται να έχει κάποια δικά του μοναδικά χαρακτηριστικά. Σύμφωνα με προηγούμενες μελέτες, η ανωνυμία (Greene, 2006 και Ybarra et al., 2007), η πλαστοπροσωπία, ο περιορισμένος φόβος της σύλληψης (Kowalski et al., 2008) και η δυνατότητα να είναι πιο επιθετικοί από ότι είναι στον πραγματικό κόσμο είναι οι βασικότεροι παράγοντες που διαχωρίζουν το διαδικτυακό από τον κλασσικό εκφοβισμό. Έτσι, παρά το γεγονός ότι η βιβλιογραφία που σχετίζεται με τον κλασσικό εκφοβισμό είναι χρήσιμη στο να κατανοήσουμε και τον ηλεκτρονικό, τα αποτελέσματα αυτής της μελέτης δείχνουν την ανάγκη για περαιτέρω έρευνα, έτσι ώστε να καθοριστεί το απαιτούμενο θεωρητικό υπόβαθρο που θα συμβάλλει στην κατανόηση του cyberbullying.

Μια περαιτέρω συμβολή της παρούσας μελέτης είναι η διαπίστωση ότι η σχέση των δύο αυτών μορφών του εκφοβισμού μπορεί να διαφέρει μεταξύ ανδρών και γυναικών εφήβων. Τόσο για τους άνδρες, όσο και για τις γυναίκες που σπουδάζουν τα αποτελέσματα έδειξαν ότι το να είναι κάποιος θύτης σε ηλεκτρονικό και κλασσικό εκφοβισμό σχετίζονται μεταξύ τους, κάτι που δεν συμβαίνει και στο να είναι κάποιος θύμα. Όπως αποδείχθηκε, οι άνδρες φοιτητές είχαν υψηλότερες βαθμολογίες στις εμπειρίες του θύτη και του θύματος του cyberbullying από ότι στα επίπεδα του κλασσικού εκφοβισμού. Ωστόσο, αυτοί οι οποίοι δήλωσαν ότι είναι θύτες κλασσικού εκφοβισμού, είναι πιο πιθανό να αναφέρουν εμπειρίες τους από διαδικτυακό εκφοβισμό. Έτσι, το φύλο των μαθητών πρέπει να λαμβάνεται υπόψη κατά την εξέταση της σχέσης μεταξύ των δύο ειδών του εκφοβισμού. Οι μελλοντικές μελέτες καλούνται να προσδιορίσουν τους παράγοντες που εξηγούν τις διαφορές αυτές μεταξύ των φύλων, όπως το ρόλο του φύλου στην κοινωνικοποίηση.

Όπως αναφέρθηκε νωρίτερα, προηγούμενες μελέτες έχουν αναφέρει αντιφατικά αποτελέσματα σχετικά με τις διαφορές των δύο φύλων στις δύο αυτές μορφές. Το αποτέλεσμα αυτής της μελέτης σχετικά με τις διαφορές των φύλων είναι παρόμοιο με τις μελέτες που διεξήχθησαν στην Τουρκία: σε σύγκριση με τα αγόρια, τα κορίτσια είναι λιγότερο πιθανό να συμμετάσχουν σε ηλεκτρονικό εκφοβισμό, είτε ως θύματα, είτε ως θύτες (Erdur-Baker and Kavşut, 2007 και Topcu et al, 2008). Συνολικά, τα αποτελέσματα που αναφέρθηκαν σε αυτήν και σε προηγούμενες τουρκικές μελέτες αμφισβητούν τον ισχυρισμό ότι τα κορίτσια είναι πιο πιθανό να εμπλακούν σε cyberbullying, επειδή ο διαδικτυακός εκφοβισμός είναι μια μορφή λεκτικής επιθετικότητας (Keith and Martin, 2005 και Nelson, 2003).

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της ανάλυση παλινδρόμησης, η συχνότητα χρήσης των εργαλείων επικοινωνίας του Διαδικτύου βρέθηκε να σχετίζεται με το να είναι κάποιος θύμα ή θύτης του cyberbullying, ακόμα και μετά τον έλεγχο για τις επιδράσεις των εμπειριών του κλασσικού εκφοβισμού τόσο στους φοιτητές, όσο και τις φοιτήτριες.

Αν και η βιβλιογραφία στερείται μιας μελέτης για τον προσδιορισμό της σχέσης αιτίας-αποτελέσματος, αυτή και οι προηγούμενες μελέτες αποκάλυψαν ότι οι έφηβοι που ασχολούνται με συχνή και επικίνδυνη χρήση του διαδικτύου είναι πιο πιθανό να υπάρξουν θύματα ηλεκτρονικού εκφοβισμού (π.χ. Li, 2006, Wolak et al, 2007 και Ybarra και Mitchell, 2004). Σε ότι αφορά τις διαφορές των φύλων, τα ευρήματα της παρούσας μελέτης δείχνουν ότι η σχέση της συχνής και επικίνδυνης χρήσης του Διαδικτύου με το cyberbullying, δείχνει διαφορετικά πρότυπα. Δηλαδή, ο καλύτερος προγνωστικός παράγοντας στο να είναι κάποιος θύμα ή θύτης διαδικτυακού εκφοβισμού στις σπουδάστριες είναι η συχνή χρήση του Διαδικτύου, ενώ στους άντρες φοιτητές είναι η επικίνδυνη χρήση του. Μια πιο προσεκτική ματιά στα στοιχεία της μελέτης αποκαλύπτει ότι τα κορίτσια ασχολούνται λιγότερο με την επικίνδυνη χρήση του διαδικτύου από ότι τα αγόρια. Τα αποτελέσματα αυτά υποδηλώνουν ότι τα κορίτσια και τα αγόρια έχουν διαφορετικές αντιλήψεις για την επικίνδυνη χρήση του και ίσως ότι τα κορίτσια είναι πιο προσεκτικοί χρήστες. Δυστυχώς, η μελέτη αυτή δεν έχει δεδομένα για να εξηγήσει γιατί υπάρχουν αυτές οι διαφορές μεταξύ των δύο φύλων, πράγμα που καλούνται να ανακαλύψουν οι μελλοντικές μελέτες. Ωστόσο, στο πλαίσιο των ρόλων των δύο φύλων στον τουρκικό πολιτισμό, μπορούν να γίνουν κάποιες εικασίες. Τα κορίτσια στην Τουρκία είναι υπό στενότερη παρακολούθηση και έχουν διδαχθεί να έχουν μεγαλύτερη επίγνωση των πράξεών τους. Επίσης, η επιθετική συμπεριφορά από τα αγόρια είναι πιθανό να είναι περισσότερο ανεκτή (Kowalski et al, 2008 και Schrock and Boyd, 2008).

Τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν ότι η λιγότερο συχνή χρήση του Διαδικτύου είναι ένας τρόπος για την πρόληψη του cyberbullying. Ωστόσο, αυτή δεν μπορεί να είναι μια λογική ή εφικτή λύση, αφού το διαδίκτυο παρέχει πολλές ευκαιρίες και οφέλη για τις ζωές των ανθρώπων, ιδιαίτερα για την εκπαίδευση. Η εποπτεία και η εκπαίδευση των φοιτητών σχετικά με την ηθική και υπεύθυνη χρήση του διαδικτύου με βάση εργαλεία επικοινωνίας, το πώς μπορούν να προστατεύσουν τον εαυτό τους από τον κυβερνοεκφοβισμό και η λήψη προληπτικών μέτρων από τους γονείς είναι τα μέσα που μπορούν να προστατεύσουν τους νέους από τον κίνδυνο του διαδικτυακού εκφοβισμού, χωρίς να υπάρξει περιορισμός της πρόσβασης σε αυτό. Επίσης, η μελέτη αυτή παρέχει περαιτέρω στοιχεία που αποδεικνύουν ότι το cyberbullying είναι πράγματι ένα παγκόσμιο πρόβλημα, καθώς οι μελέτες από διάφορες χώρες αναφέρουν αποτελέσματα για την έκταση του προβλήματος παρόμοια με αυτά που βρέθηκαν στην Τουρκία. Είναι άσχημο το γεγονός ότι νέοι άνθρωποι σε όλο τον κόσμο έχουν να αντιμετωπίσουν προβλήματα που σχετίζονται με τα ICT. Λαμβάνοντας υπόψη το γεγονός ότι το Διαδίκτυο με τη μεσολάβηση εργαλείων πληροφόρησης και επικοινωνίας θα πρέπει να ενσωματώνεται ολοένα και περισσότερο στη ζωή των νεότερων γενεών, απαιτούνται κάποια προληπτικά μέτρα. Επιπλέον, προληπτικά μέτρα πρέπει να εφαρμόζονται διεθνώς, όσο η τεχνολογία του διαδικτύου αφαιρεί τα φυσικά εμπόδια μεταξύ των χωρών και δίνει την ευκαιρία να επικοινωνούν άτομα χωρίς να λαμβάνουν υπ' όψιν παραμέτρους, όπως ο χρόνος και ο τόπος.

Περιορισμοί της μελέτης

Ολοκληρώνοντας, πρέπει να αναφέρουμε ότι η μελέτη αυτή έχει κάποιους περιορισμούς. Πρώτον, δεν είναι δυνατόν να γενικεύσουμε τα αποτελέσματα της μελέτης, λόγω της διαδικασίας δειγματοληψίας. Επίσης, οι περισσότεροι από τους συμμετέχοντες της μελέτης προέρχονταν από οικογένειες χαμηλού έως μεσαίου εισοδήματος. Ως εκ τούτου, τα ευρήματα πρέπει να διασταυρωθούν και σε μαθητές

από οικογένειες με υψηλό εισόδημα. Επιπλέον, η συσχέτιση της φύσης της μελέτης δεν επιτρέπει να καθοριστεί μια σχέση αιτίας-αποτελέσματος. Επομένως, οι μελλοντικές μελέτες θα είναι ζωτικής σημασίας για την επέκταση αυτών των ευρημάτων σε μεγαλύτερο αριθμό Τούρκων εφήβων και στην κατανόηση της φύσης των σχέσεων μεταξύ του cyberbullying και άλλων σχετικών μεταβλητών. Για παράδειγμα, η συχνή και επικίνδυνη χρήση του διαδικτύου βρέθηκε να σχετίζεται με τον ηλεκτρονικό εκφοβισμό, αλλά η σχέση αυτή διαφέρει ανάλογα με το φύλο. Αυτή η σχέση μπορεί να καθορίζεται από το ρόλο του φύλου στην κοινωνικοποίηση και από την εποπτεία και την εκπαίδευση των νέων σχετικά με την ηθική χρήση των επικοινωνιακών εργαλείων του Διαδικτύου. Οι μελλοντικές μελέτες πρέπει επίσης να εξετάσουν το κίνητρο πίσω από τις πράξεις του διαδικτυακού εκφοβισμού. Θα είναι ενδιαφέρον να εξεταστεί το αν οι νέοι βλέπουν τις πράξεις τους, όπως την πλαστοπροσωπία, σαν ένα διασκεδαστικό παιχνίδι, και, ως εκ τούτου, δεν αναλαμβάνουν την ευθύνη για οποιεσδήποτε αρνητικές συνέπειες.

3.2 Ο κυβερνοεκφοβισμός σε άτομα που πάσχουν από Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ) και σύνδρομο Asperger

7 January 2011

Authors: Robin M. Kowalski, Cristin Fedina

From: Department of Psychology, Clemson University, United States
Department of Psychology, Converse College, United States



Περίληψη

Ο κυβερνοεκφοβισμός (cyberbullying) ή ηλεκτρονική παρενόχληση είναι ο εκφοβισμός που λαμβάνει χώρα μέσω του Διαδικτύου ή των κινητών τηλεφώνων. Με την πρόοδο της τεχνολογίας, οι ερευνητές έχουν δείξει έντονο ενδιαφέρον για το θέμα του cyberbullying. Ωστόσο, δεν έχει εκδηλωθεί αντίστοιχο ενδιαφέρον και για τα άτομα με ειδικές ανάγκες. Για την αντιμετώπιση αυτού του κενού της βιβλιογραφίας, η παρούσα μελέτη εξέτασε την επικράτηση τόσο του κλασσικού, όσο και του διαδικτυακού εκφοβισμού σε νέους που πάσχουν από Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ) ή σύνδρομο Asperger και αξιολόγησε τις κοινωνικές, ψυχολογικές και σωματικές (στην υγεία) επιπτώσεις του bullying στους συμμετέχοντες. Επιπλέον, η μελέτη ασχολήθηκε με τη μη κατανόηση των γονέων των online εμπειριών των παιδιών τους. 42 παιδιά και νέοι ανέφεραν υψηλά ποσοστά εκφοβισμού (κλασσικού και διαδικτυακού). Τα άτομα που δεν είχαν υποστεί εκφοβισμό έδειξαν υψηλότερα επίπεδα σωματικής και ψυχικής υγείας σε σχέση με τα υπόλοιπα. Οι γονείς και τα παιδιά διαφωνούσαν σε ορισμένα θέματα που σχετίζονται με τη χρήση του Internet, υποδεικνύοντας την ανάγκη για πιο σαφή επικοινωνία μεταξύ τους.

1. Εισαγωγή

Παραδείγματα κλασσικού εκφοβισμού και cyberbullying είναι εύκολο να βρεθούν. Αρκεί κάποιος να ανοίξει την τηλεόραση, να διαβάσει μια εφημερίδα ή να συζητήσει με κάποιους μαθητές δημοτικού ή γυμνασίου. Τον κλασσικό εκφοβισμό συνήθως τον χαρακτηρίζουν τρία κριτήρια: είναι μια επιθετική συμπεριφορά με σκοπό να βλάψει ένα άλλο πρόσωπο, συνήθως επαναλαμβάνεται με την πάροδο του χρόνου, και αυτό συμβαίνει ανάμεσα σε άτομα μεταξύ των οποίων υπάρχει ανισορροπία δύναμης (Kowalski, Limber and Agatston 2008 και Olweus, 1993). Ο εκφοβισμός μπορεί να έχει διάφορες μορφές, όπως λεκτική και σωματική, με τη λεκτική να είναι η πιο συχνή μορφή εκφοβισμού που βιώνουν και τα αγόρια και τα κορίτσια (Nansel et al, 2001 και Olweus & Limber, 2010). Μία πρόσφατη έρευνα από τους Dan Olweus και

Susan Limber με πάνω από μισό εκατομμύριο συμμετέχοντες, οι οποίοι είχαν συμπληρώσει το “Olweus Bullying Questionnaire” (OBQ), διαπίστωσε ότι το 16,8% των ερωτηθέντων ανέφερε ότι είναι θύμα εκφοβισμού “2-3 φορές το μήνα” ή περισσότερο. Σχεδόν το 10% ανέφερε ότι εκφοβίζει άλλα παιδιά “2-3 φορές το μήνα” ή περισσότερο. Η έρευνα των Nansel et al. (2001) σε εθνικό επίπεδο, η οποία ήταν μία αντιπροσωπευτική έρευνα σε πάνω από 15.000 παιδιά, διαπίστωσε και αυτή ότι το 17% έπεφταν θύματα εκφοβισμού “αρκετά συχνά”. Το 19% δήλωσε ότι έχει προκαλέσει περιστατικά εκφοβισμού σε άλλους “αρκετά συχνά”.

Τα παιδιά που έχουν υποστεί εκφοβισμό, έχουν βιώσει μια σειρά από αρνητικές σωματικές και ψυχολογικές επιπτώσεις, όπως η κατάθλιψη, το άγχος, η χαμηλή αυτοεκτίμηση, οι τάσεις αυτοκτονίας, οι χαμηλοί βαθμοί και αρνητικά συμπτώματα της σωματικής τους υγείας (Baumeister, Storch and Geffken, 2008, Didden et al, 2009, Kowalski & Limber, 2010, Olweus, 1993, Shtayermman, 2007 και Wiener & Mak, 2009). Τα άτομα που τον διαπράττουν βιώνουν επίσης αρνητικές συνέπειες. Είναι πιο πιθανό για αυτούς, σε σχέση με τα άτομα που δεν προκαλούν τέτοια περιστατικά, να συμμετέχουν και σε άλλους τύπους αντικοινωνικής και παθολογικής συμπεριφοράς, όπως τσακωμοί, βανδαλισμοί και χαμηλή σχολική επίδοση (Kowalski et al, 2008, Nansel et al, 2001 και Olweus, 1993). Σε ακραίες περιπτώσεις, τα άτομα που εμπλέκονται στον εκφοβισμό μπορεί να βάλουν τέλος στη ζωή τους.

Ανάμεσα σε αυτούς που διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να πέσουν θύματα εκφοβισμού είναι τα παιδιά και οι έφηβοι με ειδικές ανάγκες. Μελέτες έχουν δείξει ότι τα άτομα με αναπηρίες και ειδικές ανάγκες διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο να πέσουν θύματα εκφοβισμού σε σχέση με τους συνομήλικούς τους (Baumeister et al, 2008, Didden et al, 2009, Humphrey & Lewis, 2008, Montes & Halterman, 2007, Taylor, Saylor, Twyman, & Macias, 2010, Van Cleave & Davis, 2006 και Van Roekel, Scholte and Didden, 2010). Τα παιδιά αυτά αμέσως ξεχωρίζουν από τα άλλα. Παρά το γεγονός ότι είναι πιο πιθανό να είναι θύματα από ότι τα άλλα (Taylor et al., 2010), είναι γεγονός ότι έχουν χαρακτηριστικά που τα κάνει να ξεχωρίζουν και τα καθιστά πιθανούς στόχους. Σε μια μελέτη παιδιών με αυτισμό, τα ποσοστά επικράτησης του εκφοβισμού ήταν πάνω από 44% (Montes & Halterman, 2007). Σε μία άλλη, τα παιδιά με Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητα (ΔΕΠΥ) αναφέρθηκαν σημαντικά υψηλότερα ποσοστά από άλλα παιδιά που έχουν πέσει θύματα εκφοβισμού χωρίς να πάσχουν από τη ΔΕΠΥ (Taylor et al, 2010 και Wiener & Mak, 2009). Ομοίως, τα παιδιά και οι έφηβοι με σύνδρομο Asperger, μια διαταραχή του φάσματος του αυτισμού, είχαν αυξημένα ποσοστά στο να είναι θύματα κλάσσικού εκφοβισμού (Carter, 2009, Humphrey & Symes, 2010 και Symes & Humphrey, 2010) με ποσοστό επικράτησης 75%, όπως αναφέρεται σε μία μελέτη (Little, 2001). Στη μελέτη του ο Carter (2009) διαπίστωσε ότι το 65% των γονέων σε δείγμα παιδιών με σύνδρομο Asperger ανέφερε ότι τα παιδιά του είχαν υπάρξει θύματα κατά τη διάρκεια του προηγούμενου έτους. Τα υψηλότερα ποσοστά λεκτικών και σωματικών επιθέσεων προέρχονταν από τις δυσκολίες στην κοινωνική αλληλεπίδραση που χαρακτηρίζουν τα παιδιά με ΔΕΠΥ και σύνδρομο Asperger (American Psychiatric Association, 2000, Bacchini, Affuso and Trotta, 2008 και Wiener & Mak, 2009). Τα παιδιά με ΔΕΠΥ είναι συχνά παρορμητικά, επιθετικά, απαιτητικά και ανένδοτα με τους φίλους τους (Wiener & Mak, 2009). Αυτές οι συμπεριφορές όχι μόνο τους αποξενώνουν από τους συμμαθητές τους, αλλά συχνά προκαλούν και τον εκφοβισμό τους από αυτούς. Ομοίως, τα παιδιά με σύνδρομο Asperger συχνά αποτυγχάνουν να έχουν κοινωνικές αλληλεπιδράσεις, δεν έχουν

ευφράδεια, είναι υπερβολικά ευαίσθητα σε συγκεκριμένα ακουστικά ερεθίσματα και είναι ανένδοτα στην ανάγκη τους για μια ρουτίνα (Loveland, Pearson, Tunali-Kotoski, Ortegon and Cullen-Gibbs, 2001 και Van Koekeï et al., 2010), χαρακτηριστικά που τα καθιστούν πιθανά θύματα για εκφοβισμό από άλλους, οι οποίοι τους βλέπουν σαν κάτι παράξενο και διαφορετικό. Επιπλέον, τα παιδιά με ΔΕΠΥ, καθώς και αυτά που πάσχουν από κάποια διαταραχή του φάσματος του αυτισμού, όπως Asperger, συχνά συμπεριφέρονται με επιθετικό τρόπο, πράγμα που αυξάνει την πιθανότητα να διαπράξουν συμπεριφορές εκφοβισμού.

Αν και η έρευνα έχει δείξει σαφώς αυξημένα ποσοστά επικράτησης του κλασικού εκφοβισμού στα παιδιά με αναπηρίες, λίγες έρευνες έχουν ασχοληθεί με τα ποσοστά επικράτησης του cyberbullying στα ίδια άτομα. Στην έρευνά τους οι Didden et al. (2009) πραγματοποίησαν τη μοναδική μέχρι σήμερα μελέτη, η οποία εξετάζει την επικράτηση του διαδικτυακού εκφοβισμού στα παιδιά με αναπτυξιακές αναπηρίες. Αυτή κατέληξε στο συμπέρασμα ότι το 7% των παιδιών ηλικίας 12-19 δήλωσαν ότι έχουν υπάρξει θύματα του κυβερνοεκφοβισμού μέσω του Διαδικτύου. Το 4% δήλωσε ότι είχε πέσει θύμα του μέσω γραπτών μηνυμάτων.

Cyberbullying έχουμε όταν η τεχνολογία χρησιμοποιείται ως εργαλείο κάποιου που θέλει να εκφοβίσει. Έτσι, ορίζεται ως ο εκφοβισμός που γίνεται μέσω e-mail, instant messaging, σε κάποιο chat room, σε μια ιστοσελίδα ή μέσω ψηφιακών εικόνων και μηνυμάτων που αποστέλλονται στο κινητό τηλέφωνο (Kowalski & Limber, 2007 και Kowalski et al, 2008). Για παράδειγμα, το θύμα μπορεί να είναι στόχος άσχημων παρατηρήσεων σε κάποιο κοινωνικό δίκτυο, να παρενοχλείται από εκατοντάδες “spam” μηνύματα, να υπάρχει κάποιος δικτυακός τόπος που να ασχολούνται αρνητικά μόνο με το συγκεκριμένο πρόσωπο ή να το προσβάλλουν σε κάποιο chat room.

Όπως και ο κλασικός εκφοβισμός, έτσι και το cyberbullying είναι μια πράξη επιθετικότητας που επαναλαμβάνεται συχνά με την πάροδο του χρόνου και συμβαίνει μεταξύ ατόμων στα οποία υπάρχει ανισορροπία δύναμης (Kowalski et al., 2008). Ωστόσο, ο κλασικός και ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός είναι διαφορετικές συμπεριφορές. Κάτω από το 50% των θυμάτων του cyberbullying δεν γνωρίζει την ταυτότητα του ατόμου ο οποίος διέπραξε αυτή την συμπεριφορά. Αυτός ο παράγοντας (ανωνυμία) είναι το στοιχείο που διακρίνει σαφώς τα δύο είδη του εκφοβισμού. Οι άνθρωποι λένε και κάνουν πράγματα που ποτέ δεν θα έκαναν στις “πρόσωπο με πρόσωπο” επαφές τους με άλλους. Επιπλέον, σε αντίθεση με τον κλασικό εκφοβισμό που συνήθως συμβαίνει στο σχολείο κατά τη διάρκεια της ημέρας, ο κυβερνοεκφοβισμός μπορεί να συμβεί ανά πάσα στιγμή. Αυτή η προσβασιμότητα προς το θύμα (24 ώρες τη μέρα, 7 μέρες την εβδομάδα) κάνει τα θύματα να αισθάνονται πολύ ευάλωτα. Τα κατασταλτικά των φόβων που σχετίζονται με τους δύο τύπους του εκφοβισμού διαφέρουν επίσης. Τα θύματα του κλασικού εκφοβισμού διστάζουν να αναφέρουν το περιστατικό σε άλλους, επειδή φοβούνται ότι θα υπάρξουν ξανά θύματα.

Λόγω των διαφορών των δύο αυτών μορφών του εκφοβισμού, είναι σημαντικό να κατανοήσουμε τις εμπειρίες του διαδικτυακού εκφοβισμού των παιδιών και των εφήβων, όπως και του κλασικού εκφοβισμού. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα για τα παιδιά με ειδικές ανάγκες. Αν και, αρχικά, το Διαδίκτυο θα μπορούσε να διευκολύνει τα παιδιά με ειδικές ανάγκες στην επικοινωνία με τους συμμαθητές τους και στην αναπλήρωση

των ελλειμμάτων τους σε κοινωνικές δεξιότητες, θα μπορούσε όμως και να οδηγήσει σε προβλήματα όπως αυτά του πραγματικού κόσμου.

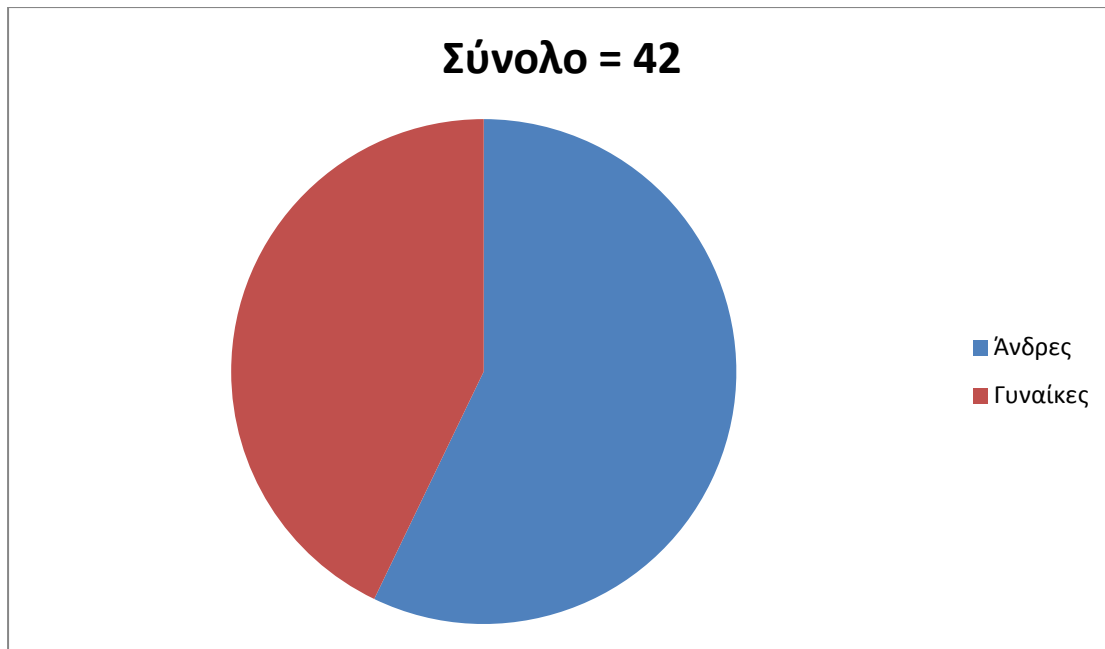
Λόγω των ελλειμμάτων τους σε κοινωνικές δεξιότητες, το Διαδίκτυο αποτελεί ένα μέσο αλληλεπίδρασης με τους συμμαθητές τους και διευρύνει τις κοινωνικές επαφές των παιδιών αυτών. Συγχρόνως, όμως, η αυξημένη συμμετοχή σε online δραστηριότητες αυξάνει και την πιθανότητα να εμπλακούν σε περιστατικά κυβερνοεκφοβισμού (Didden et al., 2009). Τα παιδιά που έχουν υποστεί διαδικτυακό εκφοβισμό, έχει βρεθεί ότι έχουν λιγότερο ανεπτυγμένες κοινωνικές δεξιότητες (Shea & Wiener, 2003 και Wolak, Mitchell & Finkelhor, 2007). Υποθέτουμε ότι τα παιδιά με σύνδρομο Asperger ή ΔΕΠΥ θα παρουσιάζουν υψηλά επίπεδα και στις δύο μορφές του εκφοβισμού.

Επίσης, υποθέτουμε ότι θα υπάρχει μια αναντιστοιχία ανάμεσα στις online δραστηριότητες των παιδιών και των νέων και της γνώσης των γονέων τους για αυτές. Μέχρι σήμερα, καμία έρευνα δεν εξέτασε το βαθμό στον οποίο οι γονείς των παιδιών με ειδικές ανάγκες είναι ενήμεροι για τις online δραστηριότητες των παιδιών τους και την ενδεχόμενη συμμετοχή τους σε περιστατικά cyberbullying. Μια έρευνα του 2008 από το “Κέντρο για το Ψηφιακό Μέλλον” (Center for the Digital Future - 2008) διαπίστωσε ότι μόνο το 15% των γονέων αισθάνεται άνετα με την συμμετοχή των παιδιών τους σε online κοινότητες, όπως chat rooms ή ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης. Δύο χρόνια αργότερα, μία έρευνα που διεξήχθη από την Lightspeed Research ανέφερε πως το 80% των γονέων δήλωσε ότι τα παιδιά τους γνωστοποιούσαν υπεύθυνα προσωπικές τους πληροφορίες στις ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης. Είναι σημαντικό, ωστόσο, το γεγονός ότι το 80% των εφήβων που συμμετείχαν στην έρευνα δήλωσαν ότι έκρυβαν κάποιες πληροφορίες από τους γονείς και τους φίλους τους. Είναι ενδιαφέρουσες οι αντιλήψεις των γονέων για τις διαδικτυακές δραστηριότητες του παιδιού τους που έχει ειδικές ανάγκες και του βαθμού στον οποίο αυτές ταιριάζουν με την πραγματικότητα.

2. Μέθοδος

2.1. Συμμετέχοντες

Συμμετείχαν 24 άνδρες και 18 γυναίκες (παιδιά και έφηβοι) που είχαν διαγνωστεί με ΔΕΠΥ ή σύνδρομο Asperger. Οι ηλικίες των συμμετεχόντων κυμαίνονταν από 10 έως 20 χρονών. Οι συμμετέχοντες, οι οποίοι ήρθαν από όλες τις Ηνωμένες Πολιτείες, παρευρίσκονταν το καλοκαίρι σε μια έρημη κατασκήνωση για παιδιά με ΔΕΠΥ και σύνδρομο Asperger. Μια προϋπάρχουσα κλινική διάγνωση για κάποια από αυτές τις ασθένειες ήταν απαραίτητη για την συμμετοχή τους σε αυτήν. Σε έναν από τους γονείς του κάθε κατασκηνωτή δόθηκε επίσης η ευκαιρία να ολοκληρώσει μία έρευνα. 33 γονείς ανταποκρίθηκαν σε όλα και αντίστοιχα και τα παιδιά τους. Η έρευνα ολοκληρώθηκε με την συγκατάθεση των γονιών και την σύμφωνη γνώμη του παιδιού. Η μελέτη αυτή εξετάστηκε και εγκρίθηκε από το Θεσμικό Συμβούλιο Αξιολόγησης (Institutional Review Board).



Πίνακας 14: Κατανομή συνολικού δείγματος έρευνας

2.2. Διαδικασία

Οι νέοι συμμετέχοντες ολοκλήρωσαν μία έρευνα γραπτώς σε ομαδικό πλαίσιο. Η έρευνα αποτελούνταν από τέσσερα μέρη. Μέρος I: αποτελείται από γενικές δημογραφικές πληροφορίες και ερωτήσεις σχετικά με τη χρήση του Διαδικτύου και τις στάσεις σχετικά με αυτό. Συγκεκριμένα, ρωτήθηκαν πόσο χρησιμοποιούσαν το Διαδίκτυο κατά μέσο όρο την ημέρα (0 έως > 10 ώρες), κατά πόσον οι γονείς τους γνώριζαν για τις δραστηριότητές τους σε αυτό (1 = καθόλου, 5 = πολύ), πόσο ασφαλής αισθάνονταν με τη χρήση του (1 = καθόλου ασφαλής, 5 = εξαιρετικά ασφαλής), πόσο συχνά οι γονείς τους επικοινωνήσουν μαζί τους για θέματα ασφάλειας γύρω από τη χρήση του Διαδικτύου και των κινητών τηλεφώνων (1 = ποτέ, 4 = συχνά) και το αν οι γονείς τους είχαν θεσπίσει κανόνες για τις online δραστηριότητες και για τη χρήση του τηλεφώνου τους (Ναι / Όχι).

Μέρος II: περιείχε μια ενημερωτική ενότητα για τον ορισμό του cyberbullying. Δύο ερωτήσεις αξιολόγησαν την συχνότητα με την οποία είχαν βιώσει τον κλασσικό εκφοβισμό τους δύο προηγούμενους μήνες ως θύματα και ως δράστες. Αυτές οι ερωτήσεις προσαρμόστηκαν από το “Ερωτηματολόγιο του Olweus για Θύματα/Θύτες” (Olweus Bully / Victim Questionnaire) (Olweus, 1996/2004), μια αξιόπιστη και έγκυρη αυτο-μέτρηση του εκφοβισμού. Σύμφωνα με τη μέτρηση αυτή, ο εκφοβισμός ορίζεται με τον ακόλουθο τρόπο (σχετικά με την έρευνα):

Λέμε ότι ένας μαθητής είναι θύμα εκφοβισμού, όταν ένας άλλος μαθητής ή διάφοροι άλλοι μαθητές κάνουν οτιδήποτε από τα εξής: λένε άσχημα πράγματα, κάνουν πλάκα με κάποιον, αποκαλούν κάποιον με άσχημα παρατσούκλια, τον αγνοούν εντελώς ή τον αποκλείουν από την ομάδα των φίλων τους, τον αφήνουν επίτηδες έξω από τα πράγματα, τον χτυπάνε, τον κλωτσάνε, τον σπρώχνουν, τον κλειδώνουν μέσα σε ένα δωμάτιο, διαδίδουν ψευδείς φήμες για αυτόν, προσπαθούν να κάνουν τους άλλους μαθητές να τον αντιπαθήσουν ή κάνουν άλλα άσχημα πράγματα.

Όταν μιλάμε για εκφοβισμό, αυτά τα πράγματα συμβαίνουν κατ' επανάληψη και είναι συχνά δύσκολο για τον μαθητή - θύμα εκφοβισμού να υπερασπιστεί τον εαυτό του. Επίσης, ονομάζουμε εκφοβισμό, όταν ένας μαθητής πειράζει κατ' επανάληψη κάποιον με βλαβερό τρόπο. Αλλά δεν μπορούμε να ονομάσουμε εκφοβισμό όταν το πείραγμα γίνεται με φιλικό και παιχνιδιάρικο τρόπο. Επίσης, δεν είναι εκφοβισμός όταν δύο μαθητές ίσης δύναμης ή εξουσίας τσακώνονται (Olweus, 1996/2004).

Το “Ερωτηματολόγιο Ηλεκτρονικού Εκφοβισμού” (Electronic Bullying Questionnaire) που χρησιμοποιήθηκε στη μελέτη αυτή είναι μία αυτο-μέτρηση που δημιουργήθηκε από τους Kowalski και Limber (2007) και διαμορφώθηκε μετά ως “Ερωτηματολόγιο του Olweus για Θύματα/Θύτες” για να δώσει περισσότερες άμεσες συγκρίσεις μεταξύ των δύο μορφών του εκφοβισμού. Η έρευνα εξετάζει τις εμπειρίες των συμμετεχόντων στο cyberbullying τόσο ως θύματα, όσο και ως δράστες. Κάποια αντιπροσωπευτικά στοιχεία είναι: “Πόσες φορές έχετε πέσει θύμα κυβερνοεκφοβισμού τους προηγούμενους δύο μήνες;” και “Πόσες φορές έχετε εκφοβίσει εσείς κάποιον μέσω Διαδικτύου τους προηγούμενους δύο μήνες;” Στους συμμετέχοντες δόθηκε ο ακόλουθος ορισμός του cyberbullying: “Όταν λέμε cyberbullying εννοούμε τον εκφοβισμό μέσω e-mail, instant messaging, σε κάποιο chat room, σε ένα δικτυακό τόπο ή μέσω ενός μηνύματος κειμένου που αποστέλλεται στο κινητό τηλέφωνο.” Πρόσθετες ερωτήσεις εξέτασαν τον τόπο στον οποίο συνέβη ο εκφοβισμός (π.χ. instant messaging, site κοινωνικής δικτύωσης), ποιος τον διέπραξε και αν οι συμμετέχοντες είπαν σε κάποιον για αυτό το γεγονός. Εκτός από μερικές ερωτήσεις που απαιτούσαν απάντηση ναι ή όχι (π.χ. τους δύο προηγούμενους μήνες έχεις υποστεί εκφοβισμό από κάποιον αδελφό ή αδελφή σου), στα υπόλοιπα ζητήματα χρησιμοποιήθηκε μια μορφή απάντησης πέντε σημείων (1 = δεν έχω υποστεί εκφοβισμό τους προηγούμενους δύο μήνες, έχει συμβεί μόνο 1 ή 2 φορές, 2 ή 3 φορές το μήνα, περίπου μία φορά την εβδομάδα, αρκετές φορές την εβδομάδα).

Μέρος III: εξετάστηκαν οι σωματικές και ψυχολογικές επιπτώσεις του cyberbullying. Για να εξεταστούν οι σωματικές συνέπειές του, οι συμμετέχοντες δήλωσαν πόσο συχνά τις τελευταίες τέσσερις εβδομάδες έχουν βιώσει καθένα από τα επτά συμπτώματα σωματικής υγείας (άγχος, προβλήματα ύπνου, πονοκέφαλος, κόπωση, ανορεξία, δερματικά προβλήματα και ακράτεια το βράδυ) (Fekkes, Rijpers & Verloove-VanHorick, 2004). Οι πιθανές απαντήσεις ήταν: “ποτέ”, “μερικές φορές” και “συχνά”. Οι απαντήσεις σε όλα τα συμπτώματα είχαν κατά μέσο όρο υψηλές βαθμολογίες, υποδεικνύοντας ένα μεγάλο αριθμό προβλημάτων υγείας.

Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν επίσης την “Απογραφή Αυτοεκτίμησης 10-σημείων του Rosenberg” (1965) (10-item Rosenberg Self-Esteem Inventory). Οι συμμετέχοντες απάντησαν σε κάθε σημείο χρησιμοποιώντας μια μορφή απάντησης 4 σημείων (1 = συμφωνώ απόλυτα, 4 = διαφωνώ απόλυτα). Η αύξηση των αριθμών αναφέρεται σε υψηλότερη αυτοεκτίμηση. Η “Κλίμακα Αυτοεκτίμησης του Rosenberg” (Rosenberg Self-Esteem Scale) είναι μια αξιόπιστη και έγκυρη κλίμακα.

Τέλος, οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν την “Κλίμακα της Νεολαίας για την Κατάθλιψη του Beck” (Beck Youth Depression Scale, BDI-Y) και την “Κλίμακα της Νεολαίας για το Άγχος του Beck” (Beck Youth Anxiety Scale, BAI-Y). Η BDI-Y αποτελείται από 20 χαρακτηριστικά συμπτώματα της κατάθλιψης (π.χ. “Νιώθω σαν να κλαίω”, “Νιώθω μοναξιά”). Η BAI-Y αποτελείται από 20- στοιχεία συμπτώματα του άγχους (π.χ. “ανησυχώ”, “φοβάμαι ότι κάτι κακό μπορεί να συμβεί σε μένα”).

Και στις δύο κλίμακες, οι συμμετέχοντες υπέδειξαν τη συχνότητα με την οποία είχαν βιώσει κάθε ένα από τα συμπτώματα χρησιμοποιώντας μια κλίμακα 4 σημείων (1 = ποτέ, 4 = πάντα). Ο συνολικός βαθμός ήταν ο μέσος όρος, αφού είχε υπολογιστεί πρώτα ο βαθμός της κατάθλιψης και του άγχους ξεχωριστά.

Μέρος IV: περιελάμβανε ερωτήσεις που είχαν σχεδιαστεί για την άμβλυνση των αρνητικών συναισθημάτων που μπορεί να είχαν δημιουργηθεί με την υπενθύμιση κάποιων γεγονότων στο Μέρος III. Μερικές από αυτές τις ερωτήσεις ήταν: “Ποιο είναι η αγαπημένη σας ασχολία στο Διαδίκτυο” και “Παρακαλώ περιγράψτε μας το πιο διασκεδαστικό πράγμα που έχετε κάνει στο Διαδίκτυο”. Τα ερωτήματα αυτά δεν θα συζητηθούν περαιτέρω, γιατί ο σκοπός τους ήταν καθαρά η εξάλειψη των αρνητικών συναισθημάτων που μπορεί να είχαν προκληθεί στους συμμετέχοντες.

Στους γονείς δόθηκε η ευκαιρία να ολοκληρώσουν μία online έρευνα μέσω SurveyMonkey. Η έρευνα αποτελούνταν από 23 στοιχεία και ζητούσε από τους γονείς να αναφέρουν τη δική τους χρήση του Διαδικτύου, τι γνώριζαν σχετικά με τη χρήση αυτού από το παιδί τους και ζητήματα που σχετίζονται με τις δύο μορφές του εκφοβισμού. Στο μέρος I, οι γονείς κλήθηκαν να πουν πόσο χρησιμοποιούσαν το Διαδίκτυο κατά μέσο όρο μέσα στην ημέρα, τόσο στη δουλειά τους, όσο και για δική τους ευχαρίστηση (από 0 ώρες μέχρι το πολύ 10 ώρες), πόσο συχνά το παιδί τους χρησιμοποιεί το διαδίκτυο (από 0 ώρες μέχρι το πολύ 10 ώρες), πόσο ικανοί πιστεύουν ότι είναι στη χρήση του (1 = καθόλου, 5 = εξαιρετικά), γενικά πώς αισθάνονται τις δεξιότητές τους σε αυτό σε σχέση με εκείνες των παιδιών τους (1 = οι ικανότητές μου είναι καλύτερες από των παιδιών μου, 4 = μερικές από τις δεξιότητές μου είναι καλύτερες και άλλες είναι χειρότερες), πόσο ασφαλής αισθάνονται με τη χρήση του (1 = καθόλου ασφαλής, 5 = εξαιρετικά ασφαλής) και πόσο ασφαλή αισθάνονται τα παιδιά τους όταν το χρησιμοποιούν (1 = καθόλου ασφαλή, 5 = εξαιρετικά ασφαλή).

Μέρος II: επικεντρώθηκε στο cyberbullying. Οι γονείς ρωτήθηκαν πόσο συχνά το παιδί τους είχε πέσει θύμα κυβερνοεκφοβισμού (1 = ποτέ, 4 = συχνά), πόσο συχνά είχε προκαλέσει τέτοια περιστατικά (1 = ποτέ, 4 = συχνά), πόσο συχνά είχε πέσει θύμα κλασσικού εκφοβισμού (1 = ποτέ, 4 = συχνά) και πόσο συχνά είχε προκαλέσει κάποιο ανάλογο περιστατικό (1 = ποτέ, 4 = συχνά). Οι γονείς ρωτήθηκαν επίσης πόσο συχνά επικοινωνούσαν με το παιδί τους για θέματα ασφάλειας γύρω από τη χρήση του Διαδικτύου και των κινητών τηλεφώνων (1 = ποτέ, 4 = συχνά), πόσα ξέρουν για το cyberbullying (1 = τίποτα, 4 = πολλά) και αν έχουν θεσπίσει κανόνες για τις δραστηριότητές του στο Internet και το κινητό τηλέφωνο (Ναι / Όχι).

3. Αποτελέσματα

3.1. Χρήση της τεχνολογίας

Τα περιγραφικά στατιστικά στοιχεία συλλέχθηκαν για να εξεταστεί η χρήση της τεχνολογίας και από τους δύο γονείς και από τα παιδιά. Τα δεδομένα από όλους τους ενήλικες και τους νέους συμμετέχοντες συμπεριλήφθηκαν στις αναλύσεις αυτές. Όπως τα περισσότερα παιδιά και οι νεαροί ενήλικες, οι νέοι που συμμετείχαν στην τρέχουσα μελέτη έδειξαν σημαντική εξοικείωση με το Διαδίκτυο. Το 41% είπε ότι χρησιμοποιούσε το Διαδίκτυο 1-2 ώρες την ημέρα. Ένα 24% δήλωσε ότι περνάει 3-4 ώρες την ημέρα σε αυτό. Το 28% θεωρούσε ότι οι γονείς του είχαν γνώση κάποιων από των online δραστηριοτήτων τους με το 36% να λέει ότι οι γονείς του γνώριζαν πολλά για το τι έκαναν σε αυτές. Το 19% των παιδιών και των εφήβων ανέφερε ότι οι

γονείς του δεν είχαν συζητήσει μαζί του για θέματα ασφάλειας σχετικά με τη χρήση του Internet και των κινητών τηλεφώνων. Ένα 24% είπε ότι οι γονείς του σπανίως αναφέρονταν σε θέματα σχετικά με αυτά. 21% είπαν ότι συζητάγαν συχνά μαζί τους για την ασφάλεια στο Διαδίκτυο. Το 69% ανέφερε ότι είχαν θεσπίσει κανόνες σχετικά με τη χρήση αυτού και των κινητών τηλεφώνων.

Οι απαντήσεις των γονέων ήταν αρκετά παρόμοιες με αυτές των παιδιών σχετικά με ορισμένες μετρήσεις. Οι γονείς ήταν γενικά εξοικειωμένοι με το Διαδίκτυο, με το 27,3% από αυτούς να το χρησιμοποιούν 1-2 ώρες την ημέρα και το 33,3% 3-4 ώρες. Το 73% ανέφερε ότι το παιδί τους χρησιμοποιούσε το Διαδίκτυο 1-2 ώρες την ημέρα. Το 72% των γονέων θεωρεί ότι είναι πολύ ικανοί χρήστες του Διαδικτύου, ενώ μόλις το 27% ανέφερε ότι οι ικανότητές του ήταν ίσες ή λιγότερες από εκείνες του παιδιού τους. Το 72% θεωρούσαν ότι τα παιδιά του είχαν τουλάχιστον μέτρια ασφάλεια στη χρήση του Διαδικτύου. Το 6% από αυτούς παραδέχθηκε ότι δεν είχε ποτέ επικοινωνήσει με τα παιδιά του για θέματα ασφάλειας που σχετίζονται με τη χρήση αυτού και των κινητών τηλεφώνων. Το 82% είπαν ότι επικοινωνούσε με το παιδί του συχνά για αυτήν την ασφάλεια. Το 82% δήλωσε, επίσης, ότι είχε θεσπίσει κανόνες για τη χρήση του.

Όπως προαναφέρθηκε, τα στοιχεία των 33 από τους συμμετέχοντες ήταν αντίστοιχα με αυτά των γονέων τους.

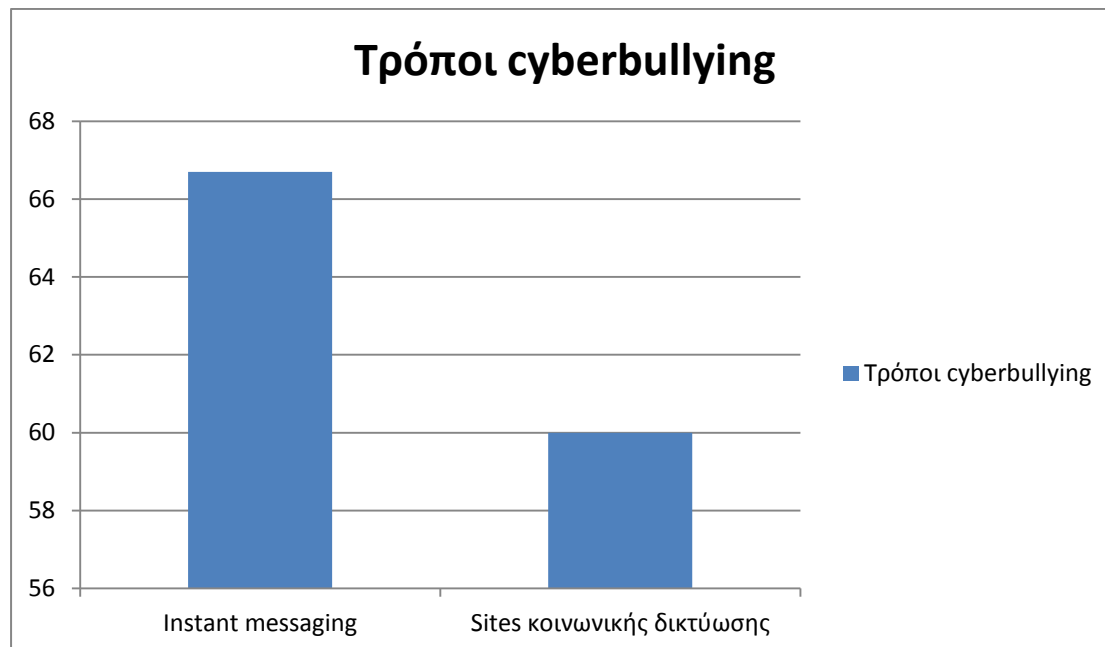
3.2. Επικράτηση του εκφοβισμού και του cyberbullying

Οι συμμετέχοντες στην παρούσα μελέτη έδειξαν υψηλά ποσοστά συμμετοχής τόσο στον κλασσικό, όσο και στο διαδικτυακό εκφοβισμό. Το 57% των ερωτηθέντων δήλωσε ότι είχε υπάρξει θύμα κλασσικού εκφοβισμού τους τελευταίους δύο μήνες, με το 19% εξ αυτών να φοβεριζόταν αρκετές φορές την εβδομάδα. Πάνω από το 21% (21,4%) δήλωσε ότι είχε πέσει θύμα cyberbullying τους τελευταίους δύο μήνες, με αρκετούς από αυτούς (9,5%) να έχουν αντιμετωπίσει τέτοια περιστατικά μία ή δύο φορές. Το 38% δήλωσε ότι είχε διαπράξει κλασσικό εκφοβισμό τους δύο προηγούμενους μήνες, με το 28,6% να λέει ότι το έχει κάνει μία ή δύο φορές. Λίγο κάτω από το 6% (5,8%) δήλωσε ότι είχε διαπράξει κυβερνοεκφοβισμό τουλάχιστον μία φορά τους προηγούμενους δύο μήνες.

Οι γονείς εμφανίστηκαν σχετικά απληροφόρητοι για τις εμπειρίες των παιδιών τους με τον εκφοβισμό και το cyberbullying. Το 73% είπαν ότι το παιδί τους δεν είχε ποτέ υποστεί τέτοιου είδους εκφοβισμό. Επιπλέον, το 12% δήλωσε ότι δεν γνώριζε, με μόνο το 3% να δηλώνει με βεβαιότητα ότι το παιδί τους είχε διαπράξει διαδικτυακό εκφοβισμό. Το 85% δήλωσε ότι το παιδί τους δεν είχε εκφοβίσει ποτέ κάποιον άλλο. Μόνο το 9% των γονέων δήλωσε ότι είχε συζητήσει για το cyberbullying με το παιδί τους, παρά το γεγονός ότι πάνω από το 51% παραδέχθηκε ότι γνώριζε λίγα ή πολλά (12,1%) για αυτό το θέμα. Σε σχέση με τον κλασσικό εκφοβισμό, το 52% των γονέων δήλωσε ότι το παιδί του ήταν μερικές φορές θύμα αυτού, ενώ το 18,2% ανέφερε ότι το παιδί του το εκφόβιζαν συχνά. Πάνω από το 33% σημείωσε ότι το παιδί τους σπάνια φοβέριζε κάποιον άλλο, ενώ το 36% είπε το παιδί τους αρκετές φορές φοβέριζε άλλους.

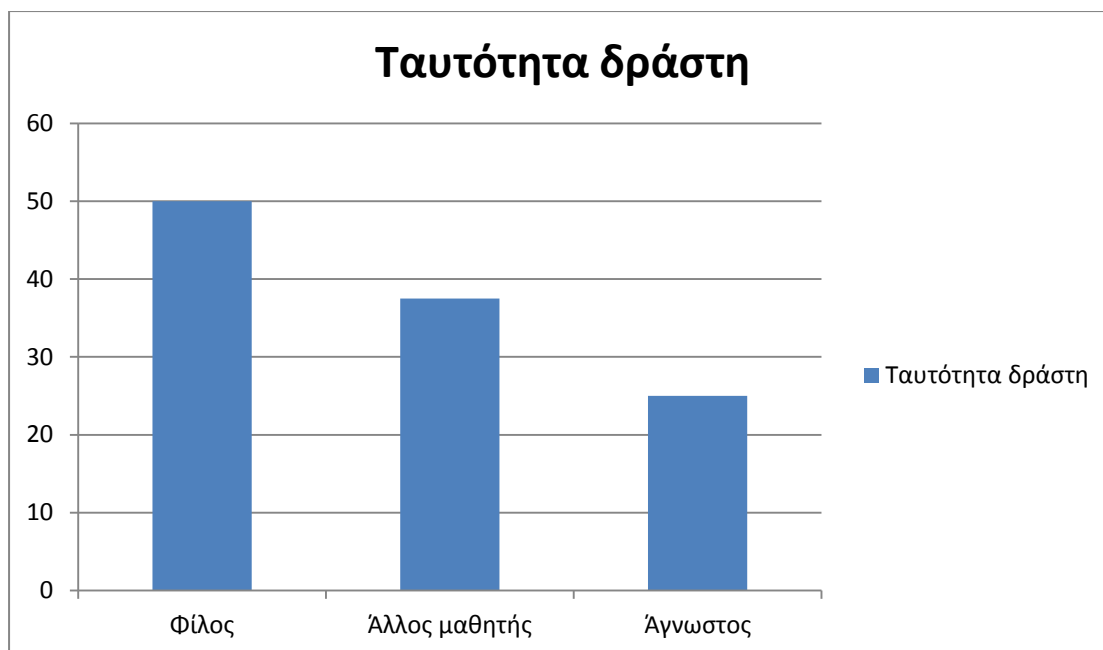
Από αυτά που ανέφεραν οι συμμετέχοντες, ο πιο συνηθισμένος τρόπος του cyberbullying ήταν αυτός των άμεσων μηνυμάτων – instant messaging (66,7%), με τα sites κοινωνικής δικτύωσης να ακολουθούν (60,0%). Αυτό ταιριάζει με την

προηγούμενη έρευνα που εξετάζει τους χώρους εκφοβισμού των παιδιών και των εφήβων χωρίς ΔΕΠΥ ή σύνδρομο Asperger (Kowalski & Limber, 2007), και κατά κύριο λόγο καταλήγει στα online μέσα που χρησιμοποιούν για να επικοινωνούν το ένα με το άλλο (Lenhart et al., 2010). Τα γραπτά μηνύματα αντιπροσώπευαν το 20% των περιστατικών του cyberbullying.



Πίνακας 15: Πιο συνηθισμένοι τρόποι cyberbullying (%)

Οι συμμετέχοντες κλήθηκαν επίσης να πουν την ταυτότητα του ατόμου που διαπράττει τον εκφοβισμό εναντίον τους. Το μεγαλύτερο ποσοστό ανέφερε ότι ο δράστης ήταν ένας φίλος τους (50%) και το 37,5% ότι ήταν ένας άλλος μαθητής από το σχολείο. Το 25% δήλωσε ότι δεν γνώριζε την ταυτότητα του δράστη. Οι συμμετέχοντες μπορεί να ανέφεραν περισσότερους από ένα δράστη, με δεδομένο ότι ορισμένοι βιώνουν πολλά περιστατικά κυβερνοεκφοβισμού.



Πίνακας 16: Ταυτότητα του δράστη (%)

3.3. Συνέπειες του εκφοβισμού και του cyberbullying

Με βάση τις απαντήσεις στα ερωτήματα αξιολόγησης για το αν είχαν ποτέ υπάρξει θύματα ή θύτες κλασσικού εκφοβισμού, οι συμμετέχοντες ταξινομήθηκαν σε μία από τις τρεις ομάδες: θύματα κλασσικού εκφοβισμού, θύτες, δεν εμπλέκονται καθόλου με αυτό. Ένα παρόμοιο σύστημα ταξινόμησης πραγματοποιήθηκε και για το cyberbullying. Για να εξεταστούν οι ψυχολογικές επιπτώσεις του εκφοβισμού, διαχωρίστηκαν οι αναλύσεις διακύμανσης της ομάδας του κλασσικού εκφοβισμού και της ομάδας του κυβερνοεκφοβισμού και μετρήθηκαν οι βαθμολογίες στο άγχος, την κατάθλιψη και την αυτοεκτίμηση. Οι κύριες επιδράσεις του άγχους και της κατάθλιψης υπήρξαν στην ομάδα κλασσικού εκφοβισμού. Όπως ήταν αναμενόμενο, τα άτομα που δεν εμπλέκονταν με αυτόν βίωναν σε χαμηλότερο βαθμό το άγχος και την κατάθλιψη, σε σχέση με τα θύματα και τους θύτες. Αυτοί δε διέφεραν στο άγχος και την κατάθλιψη. Παρόμοιες τάσεις παρατηρήθηκαν και με την αυτοεκτίμηση και για τις δύο μορφές του, με τα άτομα που δεν εμπλέκονταν καθόλου σε αυτές να δείχνουν υψηλότερη αυτοεκτίμηση.

Cyberbullying	Θύμα κλασσικού εκφοβισμού	Θύτης κλασσικού εκφοβισμού
Θύμα	14,3%	31,3%
Θύτης	7,1%	6,3%
Δεν έχει εμπλακεί	78,6%	62,5%

Πίνακας 17: Αλληλοεπικάλυψη κλασσικού εκφοβισμού και cyberbullying

3.4. Αλληλοεπικάλυψη του κλασσικού εκφοβισμού με το cyberbullying

Τα διαφορετικά ποσοστά συμμετοχής στον κλασσικό και το διαδικτυακό εκφοβισμό που αναφέρθηκαν από τους συμμετέχοντες επικροτούν το γεγονός ότι οι δύο μορφές του είναι, πράγματι, μοναδικές μορφές της επιθετικής συμπεριφοράς. Όπως φαίνεται στον Πίνακα 1, το 14,3% των θυμάτων του cyberbullying ανέφερε επίσης ότι είναι

θύμα κλασσικού εκφοβισμού. Πάνω από το 31% των θυμάτων αυτών ανέφερε την πρόκληση κλασσικού εκφοβισμού ως αντίποινα στο γεγονός ότι ήταν θύματα ηλεκτρονικού εκφοβισμού. Περίπου ίσα ποσοστά θυτών του cyberbullying ήταν θύματα και θύτες κλασσικού εκφοβισμού, αν και σε πολύ μικρότερα ποσοστά από τα θύματα του κυβερνοεκφοβισμού.

4. Συζήτηση

Σε στήριξη της προηγούμενης έρευνας, οι συμμετέχοντες στην παρούσα μελέτη οι οποίοι είχαν ΔΕΠΥ ή σύνδρομο Asperger, είχαν πολύ υψηλά ποσοστά θυματοποίησης σε σχέση με τον κλασσικό εκφοβισμό. Ένα μεγάλο ποσοστό αυτών ανέφερε ότι ήταν θύμα κλασσικού εκφοβισμού, αλλά συχνά ήταν και θύτης. Σχεδόν το 1/5 του δείγματος ανέφερε ότι αντιμετώπιζε τέτοια περιστατικά αρκετές φορές την εβδομάδα. Επιπλέον, οι συμμετέχοντες έδειξαν υψηλό ποσοστό συμμετοχής στο cyberbullying ως θύματα, ποσοστό υψηλότερο από αυτό που παρατηρήθηκε μεταξύ των ατόμων χωρίς ειδικές ανάγκες (Kowalski & Limber, 2007). Τα στοιχεία αυτά υποστηρίζουν τις προηγούμενες παρατηρήσεις, ότι δηλαδή τα παιδιά που αναφέρουν ηλεκτρονικό εκφοβισμό έχουν λιγότερο ανεπτυγμένες τις κοινωνικές τους δεξιότητες (Shea & Wiener, 2003 και Wolak et al., 2007). Δεδομένου ότι ο κυβερνοεκφοβισμός είναι ένα “νέο κύμα” στον εκφοβισμό και ότι τα παιδιά με ειδικές ανάγκες περνούν πολύ χρόνο στο διαδίκτυο λόγω των δυσκολιών που αντιμετωπίζουν στις διαπροσωπικές τους σχέσεις, οι στατιστικές αυτές υπογραμμίζουν την ανάγκη να επικεντρωθούν σε αυτές τις κατηγορίες ατόμων η πρόληψη και οι προσπάθειες παρέμβασης που σχετίζονται με το διαδικτυακό εκφοβισμό.

Είναι ενδιαφέρον το γεγονός ότι, ενώ το ποσοστό των θυτών του κλασσικού εκφοβισμού μεταξύ των ατόμων του δείγματος αυτής της μελέτης ήταν υψηλότερο από εκείνο που παρατηρήθηκε στα άτομα που δεν είχαν ειδικές ανάγκες, το ποσοστό των θυτών του cyberbullying ήταν χαμηλότερο. Ερευνητές έχουν επισημάνει ότι τα παιδιά με σύνδρομο Asperger ή ΔΕΠΥ μπορεί να συμπεριφέρονται επιθετικά, προκαλώντας τους άλλους να τους εκφοβίσουν, ιδιαίτερα στο σχολείο (Wiener & Mak, 2009). Ενώ είναι πιθανό αυτή η επιθετική συμπεριφορά τους να μην αντιγράφηκε από τις online δραστηριότητές τους, συχνά τα παιδιά με ειδικές ανάγκες δεν αντιλαμβάνονται ότι ορισμένες διαδικτυακές συμπεριφορές που γίνονται σε βάρος τους είναι ηλεκτρονικός εκβιασμός. Ο εγκέφαλός τους σε κάποια πράγματα φαίνεται να είναι λιγότερο ανεπτυγμένος. Οι σχέσεις τους, όμως, με άλλα παιδιά τους δίνουν τη δυνατότητα να αναπτυχθούν περισσότερο. Τα παιδιά με ελλείψεις στις κοινωνικές τους δεξιότητες, που έχουν δυσκολία στην αλληλεπίδραση με άλλα άτομα και στην έκφραση των συναισθημάτων τους, μπορεί να δυσκολεύονται και στο να διατυπώσουν κάτι που σκέφτονται (Williams, 2010). Αυτό μπορεί να εξηγήσει το γιατί τα παιδιά με ειδικές ανάγκες, ενώ είναι πιο πιθανό να έχουν επιθετική συμπεριφορά, αδυνατούν να αναγνωρίσουν αυτήν ως κάτι το παθητικό.

Ο πιο διαδεδομένος χώρος, στον οποίο λαμβάνει χώρα το cyberbullying ήταν το instant messaging και ο επόμενος οι περιοχές κοινωνικής δικτύωσης. Στην έρευνα σχετικά με την επικράτηση του κυβερνοεκφοβισμού μεταξύ των παιδιών χωρίς ειδικές ανάγκες βρέθηκαν παρόμοια αποτελέσματα (Kowalski & Limber, 2007), με τους ιστότοπους κοινωνικής δικτύωσης να είναι λίγο πιο πίσω από την ανταλλαγή άμεσων μηνυμάτων. Ο τόπος στον οποίο λαμβάνει χώρα αυτός ο εκφοβισμός είναι γενικά μια αντανάκλαση της πραγματικής επικοινωνίας των νέων. Με δεδομένο ότι οι

αυτοί οι ιστότοποι γίνονται όλο και πιο δημοφιλής σε αυτές τις ηλικίες, είναι συνηθέστερο να διαπράττεται ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός.

Οι γονείς φαίνεται να γνωρίζουν περισσότερα για τις εμπειρίες των παιδιών τους στον κλασσικό εκφοβισμό, παρά για αυτές στο διαδικτυακό. Αυτό δείχνει έλλειψη εξοικείωσης με αυτό το θέμα. Ωστόσο, αυτό φαίνεται να διαψεύδεται από το γεγονός ότι το 63% των γονέων ανέφερε ότι είχε σημαντικές γνώσεις γύρω από αυτό το θέμα. Πολλοί από τους γονείς είναι σίγουροι πως γνωρίζουν πολύ καλά όσα σχετίζονται με τις αναπηρίες που βιώνουν τα παιδιά τους και με τα προβλήματα που αυτές συνεπάγονται. Το γεγονός ότι έχει δοθεί μεγάλη προσοχή στον εκφοβισμό και στο cyberbullying μεταξύ των παιδιών με ειδικές ανάγκες, έχει αφήσει πίσω την ενημέρωση των γονέων για αυτά τα δύο φαινόμενα.

Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι οι γονείς νομίζουν ότι ξέρουν περισσότερα για τη χρήση του Διαδικτύου από το παιδί τους, σε σχέση με αυτά που πραγματικά κάνουνε. Οι γονείς νομίζουν ότι τα παιδιά τους το χρησιμοποιούν λιγότερο από ότι στην πραγματικότητα συμβαίνει, νομίζουν ότι υπάρχει περισσότερη ασφάλεια από αυτή που υπάρχει και θεωρούν ότι γνωρίζουν περισσότερα για τις online δραστηριότητές τους, από αυτό που συμβαίνει στην πραγματικότητα. Οι γονείς και τα παιδιά διέφεραν επίσης στα αναφερόμενα ποσοστά πραγματοποίησης του κλασσικού εκφοβισμού, αφού οι γονείς πίστευαν ότι τα παιδιά τους είναι θύτες σε περισσότερα περιστατικά από αυτά που τα ίδια ανέφεραν. Αυτό δείχνει υπερεκτίμηση των γνώσεων από τους γονείς και ελλιπή πληροφόρησή τους από τους νέους. Τα παιδιά, επίσης, ανέφεραν ότι αισθάνονται πολύ πιο ασφαλείς στο διαδίκτυο από ότι πίστευαν οι γονείς τους. Τα αποτελέσματα αυτά υπογραμμίζουν την ανάγκη για εκπαίδευση των παιδιών σχετικά με την ασφάλεια του Διαδικτύου και του εκφοβισμού γενικότερα. Προγράμματα που θα μπορούσαν να εφαρμοστούν για αυτό το θέμα θα μπορούσαν να περιλαμβάνουν σωστές αντιδράσεις σε περιστατικά ηλεκτρονικού και κλασσικού εκφοβισμού, όπως όχι αντίποινα, αναφορά του περιστατικού στην αρμόδια αρχή, αλλά και αντιμετώπιση των πληγωμένων συναισθημάτων. Οι γονείς πρέπει να ενημερώνονται σχετικά με την επικράτηση του cyberbullying, πώς αυτό συμβαίνει και πώς να το αποτρέψουμε μέσω της παρακολούθησης της διαδικτυακής δραστηριότητας και της εκπαίδευσης των παιδιών σχετικά με τους κινδύνους της απόσπασης προσωπικών πληροφοριών και της επικοινωνίας με άγνωστα άτομα. Πολλοί γονείς δήλωσαν ότι γνωρίζουν πληροφορίες για τον κυβερνοεκφοβισμό, αλλά λίγοι είχαν συνομιλήσει για αυτόν με τα παιδιά τους. Αυτό δείχνει ότι ίσως οι γονείς αγνοούν (α) την πιθανότητα το παιδί τους να γίνει θύμα και (β) τις σοβαρές συνέπειες που μπορεί να προκύψουν από τέτοια περιστατικά.

Αυτή η έλλειψη επικοινωνίας ενισχύεται περαιτέρω από το εύρημα ότι σχεδόν το 50% των νέων ανέφερε ότι σπάνια ή ποτέ συζητούσαν με τους γονείς τους θέματα ασφάλειας που σχετίζονται με το Διαδίκτυο ή τα κινητά τους τηλέφωνα. Το ειρωνικό στην όλη υπόθεση είναι ότι το 82% των γονέων δήλωσαν ότι συζητούσαν συχνά με το παιδί τους για αυτά τα θέματα. Ενώ είναι πιθανό τα παιδιά απλά να μην άκουγαν τους γονείς τους, είναι πιθανότερο το ενδεχόμενο ο πραγματικός χρόνος που δαπανήθηκε για τη συζήτηση θεμάτων ασφάλειας να είναι κάπου μεταξύ των δύο προαναφερθέντων. Αυτή η συζήτηση δεν είναι κάτι που πρέπει να γίνεται μόνο μεταξύ των γονέων και των παιδιών με ειδικές ανάγκες, αλλά μεταξύ όλων των γονέων με τα παιδιά τους.

Τα ποσοστά άγχους και κατάθλιψης ήταν χαμηλότερα μεταξύ των ατόμων που δεν συμμετείχαν σε περιστατικά κλασσικού εκφοβισμού, από αυτά τόσο των θυμάτων, όσο και των θυτών του εκφοβισμού. Αυτό είναι συνεπές με την προηγούμενη έρευνα που δείχνει θετικές συσχετίσεις μεταξύ του εκφοβισμού, της κατάθλιψης και του άγχους σε παιδιά και νέους με ειδικές ανάγκες (Baumeister et al., 2008). Τα υψηλότερα επίπεδα κατάθλιψης και άγχους που παρατηρήθηκαν σε αυτήν τη μελέτη ήταν μεταξύ εκείνων που εμπλέκονταν με περιστατικά κλασσικού εκφοβισμού, ο οποίος προκαλούνταν είτε από την απόρριψη από άλλα παιδιά, είτε από την επιθετικότητα και άλλα προβλήματα συμπεριφοράς (Kowalski et al., 2008). Η αποτυχία της έρευνας να βρει σημαντικές επιπτώσεις μπορεί να οφείλεται σε δύο παράγοντες. Πρώτον, μπορεί να υπάρχουν θέματα κατάθλιψης σε όλο το δείγμα που εξετάστηκε λόγω της αναπηρίας τους (Micali, Chakrabarti and Fombonne, 2004). Επιπλέον, ο σχετικά μικρός αριθμός των συμμετεχόντων που ανέφερε ότι αντιμετώπισε cyberbullying μπορεί να εξηγήσει την έλλειψη στατιστικής σημασίας.

Είναι σημαντικό το ότι, αν και οι προηγούμενες έρευνες επικεντρώνονται σε άτομα χωρίς ειδικές ανάγκες, η παρούσα έρευνα χρησιμοποιεί δείγμα παιδιών με ειδικές ανάγκες και καταλήγει στο συμπέρασμα ότι παρουσιάζουν ελαφρώς διαφορετικά ποσοστά επικράτησης και στον κλασσικό και στο διαδικτυακό εκφοβισμό, με τα υψηλότερα ποσοστά να παρατηρούνται στα άτομα με ειδικές ανάγκες. Το σημαντικό σε αυτό το θέμα είναι ότι παραμένει σε όλες τις μορφές του ένα πρόβλημα που χρειάζεται άμεση προσοχή, ανεξάρτητα από την κατάσταση αναπηρίας των ατόμων.

5. Συμπέρασμα

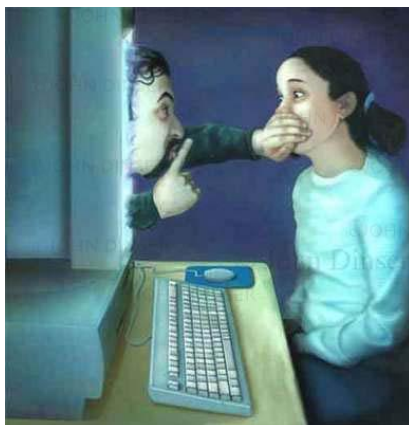
Αυτή είναι μία από τις πρώτες μελέτες που εξετάζει τον κυβερνοεκφοβισμό μεταξύ παιδιών και εφήβων με ΔΕΠΥ ή σύνδρομο Asperger. Λαμβάνοντας υπόψη τα υψηλά ποσοστά επικράτησης της θυματοποίησης και των δύο μορφών του εκφοβισμού, απαιτείται περαιτέρω έρευνα όχι μόνο σε τέτοια άτομα, αλλά και μεταξύ παιδιών και νέων με άλλες αναπηρίες. Διαφορετικά συμπτώματα κάνουν τους νέους περισσότερο ή λιγότερο επιρρεπείς στους δύο τύπους του εκφοβισμού. Παιδιά με αναπηρίες που δεν παρουσιάζουν ελλείψεις στις κοινωνικές τους δεξιότητες ενδέχεται να παρουσιάζουν χαμηλότερα ποσοστά θυματοποίησης από ότι οι συμμετέχοντες σε αυτήν τη μελέτη. Επιπλέον, είναι απαραίτητη η έρευνα για τη διερεύνηση της αποτελεσματικής πρόληψης και των προσπαθειών παρέμβασης στη χρήση του Διαδικτύου από παιδιά με ειδικές ανάγκες. Οι προσπάθειες αυτές είναι ακόμα σε αρχικό στάδιο για τα άτομα που δεν έχουν ειδικές ανάγκες και έτσι υπάρχει ακόμα πολύς δρόμος μέχρι να ασχοληθεί κάποιος με αυτές τις ειδικές κατηγορίες του πληθυσμού.

3.3 Η επίδραση του κυβερνοεκφοβισμού και της σωματικής βίας στις αυτοκτονίες των εφήβων: Ο ρόλος της βίαιης συμπεριφοράς και της χρήσης ουσιών

6 November 2012

Authors: Brett J. Litwiler, Amy M. Brausch

From: Industrial / Organizational Psychology, University of Oklahoma, USA
Department of Psychology, Western Kentucky University, USA



Περίληψη

Οι επιπτώσεις του εκφοβισμού σε όλους τους τομείς της ψυχικής υγείας και της ασφάλειας των εφήβων είναι ιδιαίτερα ενδιαφέρουσες, ειδικά αν εξεταστούν με γνώμονα τις νέες μεθόδους εκφοβισμού που καλούνται να αντιμετωπίσουν μέσω της τεχνολογίας. Η συγκεκριμένη μελέτη εξέτασε τη σχέση μεταξύ του να έχει υπάρξει κάποιος θύμα τόσο σωματικού εκφοβισμού, όσο και cyberbullying και της αυτοκτονικής συμπεριφοράς των εφήβων. Η βίαιη συμπεριφορά, η χρήση ουσιών και η μη ασφαλή σεξουαλική συμπεριφορά ελέγχθηκαν για μεσολαβητές στις δύο αυτές μορφές του εκφοβισμού και στις αυτοκτονίες. Τα δεδομένα ελήφθησαν από μία μελέτη ελέγχου συμπεριφορών υψηλού κινδύνου με δείγμα από 4.693 μαθητές που φοιτούσαν σε δημόσιο γυμνάσιο (μέση ηλικία = 16,11 χρονών, το 47% ήταν γυναίκες). Τα ευρήματα της μελέτης έδειξαν ότι και η σωματική βία και ο κυβερνοεκφοβισμός σχετίζονται με τη χρήση ουσιών, τη βίαιη συμπεριφορά, τη μη ασφαλή σεξουαλική συμπεριφορά και την αυτοκτονική συμπεριφορά. Επίσης, όλα τα προηγούμενα συμβάλλουν στην επιδείνωση της τελευταίας. Η χρήση ουσιών και η βίαιη συμπεριφορά είναι εν μέρει διαμεσολαβητές της σχέσης μεταξύ και των δύο τύπων του εκφοβισμού και των αυτοκτονιών. Αυτό εντείνει την ανάγκη για περαιτέρω έρευνα του ηλεκτρονικού εκφοβισμού. Η άμεση σύνδεση της κάθε επικίνδυνης συμπεριφοράς με τις τάσεις αυτοκτονίας υπογραμμίζει τη σημασία της μείωσης ανάλογων συμπεριφορών. Επιπλέον, ο ρόλος της βίας και των ουσιών χρησιμοποιείται ως διαμεσολαβητής, ο οποίος προσφέρει μια εξήγηση για το πώς οι συμπεριφορές κινδύνου μπορούν να αυξήσουν την πιθανότητα ένας έφηβος να έχει αυτοκτονική συμπεριφορά, μέσω της εξοικείωσής του με το φυσικό πόνο και το ψυχολογικό άγχος.

Εισαγωγή

Στην Αμερική, για τους νέους μεταξύ 10 και 24 χρονών η αυτοκτονία κατατάσσεται ως η τρίτη κύρια αιτία θανάτου (Murphy et al., 2012). Οι πρόσφατες αυξήσεις στα

εφηβικά ποσοστά αυτοκτονιών έχουν δώσουν το κίνητρο ώστε να γίνουν προσπάθειες να εντοπιστούν και να κατανοηθούν τα αίτια της εφηβικής αυτοκτονίας (Cash and Bridge, 2009). Τα ευρήματα των ερευνών (π.χ. Klomek et al., 2010) και οι αναφορές των μέσων ενημέρωσης στις αυτοκτονίες αυτές (π.χ. Cloud, 2010) έχουν χαρακτηρίσει τον εκφοβισμό ως περιβαλλοντικό στρες που ουσιαστικά αυξάνει τον κίνδυνο της αυτοκτονίας. Ένας μεγάλος αριθμός από θεωρητικές και εμπειρικές ενδείξεις υποστηρίζουν τη σχέση αυτή μεταξύ του εκφοβισμού και της εφηβικής αυτοκτονίας. Ο εκφοβισμός αποτελείται από εκ προθέσεως επανειλημμένες επιθέσεις και συνεπάγεται διαφορά ισχύος μεταξύ θύματος και θύτη (Olweus, 1993). Πρόσφατες μελέτες για την επικράτηση του εκφοβισμού δείχνουν ότι περίπου το 20-35% των εφήβων αναφέρουν συμμετοχή σε περιστατικά εκφοβισμού ως θύτες, θύματα ή και τα δύο (Levy et al., 2012). Με δεδομένα τα υψηλά ποσοστά επικράτησης του εκφοβισμού στην εφηβεία και την σύνδεσή της με τον κίνδυνο της αυτοκτονίας, είναι ζωτικής σημασίας η περαιτέρω μελέτη αυτής της σχέσης.

Ο εκφοβισμός στην εφηβεία έχει παρατηρηθεί ότι εμφανίζεται με διάφορες μορφές, η κάθε μία από τις οποίες έχει διαφορετικά ποσοστά επικράτησης. Η συμπεριφορά του θύτη έχει γενικά μία από τις εξής τέσσερις μορφές: φυσική (επίθεση), λεκτική (απειλές ή υβριστικά σχόλια), σχεσιακή (αποκλεισμός από μία παρέα ή διάδοση ψευδών πληροφοριών για κάποιον) και διαδικτυακή (επιθετική κείμενα ή θέσεις στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης) (Wang et al., 2009). Προηγούμενα ευρήματα από διασταυρωμένη έρευνα έχουν δείξει ότι κάθε ένας από αυτούς τους τύπους του εκφοβισμού μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο των εφήβων θυμάτων που αντιμετωπίζουν αυτοκτονικές σκέψεις και συμπεριφορές (Klomek et al., 2010). Έχουν εντοπιστεί αρκετές διαφορές μεταξύ του κυβερνοεκφοβισμού και των κλασσικών μορφών βίας. Συγκεκριμένα, ο ηλεκτρονικός εκφοβισμός γίνεται αντιληπτός ως διαφορετικός από τους άλλους (Slonje and Smith, 2008) επειδή είναι πιο πιθανό να συμβεί έξω από το σχολείο (Smith et al., 2008). Σε αντίθεση με τα θύματα από τους άλλους τρεις τύπους, τα θύματα αυτού του εκφοβισμού είναι πιο πιθανό να αναφέρουν καταθλιπτικά συμπτώματα από ότι οι θύτες του cyberbullying ή τα θύματα του κλασσικού εκφοβισμού (Wang et al., 2011). Η έρευνα αυτή δείχνει ότι ο εκφοβισμός συμβαίνει στο διαδίκτυο σε μικρότερη συχνότητα από ότι τα άλλα είδη του, αλλά εξακολουθεί να πλήττει περίπου το 10-20% των εφήβων, οι οποίοι είναι είτε θύματα, είτε θύτες αυτού (Ybarra, Boyd et al, 2012 και Ybarra, Mitchell et al, 2012). Είναι σημαντικό να μελετηθεί η εμπειρία του εκφοβισμού στην παιδική και την εφηβική ηλικία, γιατί έρευνες έχουν δείξει ότι ο εκφοβισμός στην παιδική ηλικία ευθύνεται για απόπειρες αυτοκτονίας νέων (Meltzer et al. 2011), καθώς και για το θάνατο από αυτοκτονία ατόμων πάνω από 25 ετών (Klomek et al. 2009).

Αν και έχει αποδειχθεί ότι όλες οι μορφές του εκφοβισμού σχετίζονται με την εφηβική αυτοκτονία, υπάρχει σημαντική αβεβαιότητα σε ότι αφορά τη σχέση μεταξύ της θυματοποίησης από εκφοβισμού και της αυτοκτονικής συμπεριφοράς. Προς το παρόν, δεν υπάρχουν υποστηριγμένες εμπειρικά απαντήσεις στις ερωτήσεις του τύπου: “Γιατί το να έχει υπάρξει κάποιος θύμα αυξάνει τον κίνδυνο της αυτοκτονικής συμπεριφοράς;” ή “Πώς οι επιπτώσεις του cyberbullying συγκρίνονται με τα αποτελέσματα συγκεκριμένων μορφών του κλασσικού εκφοβισμού (π.χ. σωματική, λεκτική και σχεσιακή) ;”. Μια θεωρία της αιτιολογίας της αυτοκτονίας που έχει ευρέως υποστηριχθεί ονομάζεται “διαπροσωπική θεωρία της αυτοκτονίας” και φαίνεται να έχει τεράστια αξία για την εξήγηση των επιπτώσεων του εκφοβισμού στις αυτοκτονίες (Joiner, 2005). Η παραπάνω θεωρία αναφέρει ότι τα άτομα με υψηλό

ποσοστό αυτοκτονικής επιθυμίας είναι ικανά να προχωρήσουν σε αυτήν την πράξη μόνο μέσω της εξοικείωσης με τον πόνο και το άγχος, πράγμα που προκαλείται από συμπεριφορές που προκαλούν κάποια βλάβη (Van Orden et al., 2010).

Ο εκφοβισμός και η αυτοκτονική συμπεριφορά

Στο πλαίσιο της διαπροσωπικής θεωρίας της αυτοκτονίας, το να είναι κάποιος θύμα εκφοβισμού είναι η αιτία που αισθάνεται ότι δεν ανήκει κάπου και τελικά αποκτάει αυτοκτονική επιθυμία. Η θυματοποίηση αυτή έχει αποδειχθεί ότι συνδέεται με την χαμηλή αυτοεκτίμηση (Junonen et al., 2000), το άγχος (Kumpulainen et al., 1998) και την κατάθλιψη (Fekkes et al, 2004 και Klomek et al, 2007). Όλα τα παραπάνω έχουν αναγνωριστεί ότι ωθούν τα άτομα στην αντίληψη ότι δεν ανήκουν πουθενά (Van Orden et al, 2008 και Van Orden et al., 2012). Οι έφηβοι – θύματα, οι οποίοι είναι εθισμένοι στον σωματικό και τον ψυχολογικό πόνο που σχετίζεται με την αυτοκτονική συμπεριφορά μπορεί στην συνέχεια να αναπτύξουν αυτοκτονική επιθυμία και ικανότητα. Κατά συνέπεια, μια προσπάθεια να εξηγηθεί το πώς ο εκφοβισμός οδηγεί σε τάσεις αυτοκτονίας είναι να εξεταστούν οι συμπεριφορές κινδύνου που συνδέονται και με τον εκφοβισμό και με την αυτοκτονική συμπεριφορά και που μπορούν να δημιουργήσουν στους εφήβους σωματικό πόνο και ψυχολογική κατάσταση αγωνίας. Στη μελέτη του ο Joiner (2005) αναφέρει ότι οι επώδυνες και προκλητικές συμπεριφορές, όπως η χρήση ναρκωτικών, η πορνεία και η βίαιη συμπεριφορά μπορεί να αποτελούν δρόμους της επίκτητης ικανότητας απόκτησης τάσεων αυτοκτονίας. Στους ενήλικες, αυτές οι επώδυνες και προκλητικές συμπεριφορές έχει αποδειχθεί ότι αυξάνουν την ικανότητά τους για αυτοτραυματισμό (Van Orden et al., 2008). Η παρούσα μελέτη επιχειρεί να εξετάσει σε ένα δείγμα εφήβων κάποιες συμπεριφορές που μπορεί να οδηγήσουν σε εξοικείωση με τον σωματικό πόνο και την συναισθηματικό δυσφορία και σχετίζονται και με τον εκφοβισμό.

Συμπεριφορές υψηλού κινδύνου

Αρκετές επίπονες συμπεριφορές έχουν αναγνωριστεί ως συμπεριφορές που σχετίζονται τόσο με τον εκφοβισμό, όσο και με τις αυτοκτονίες των εφήβων. Από όλες αυτές, το αλκοόλ και η χρήση παράνομων ναρκωτικών παρατηρούνται πιο συχνά και φαίνεται να σχετίζονται με τα παραπάνω. Γενικά, η θυματοποίηση από εκφοβισμό έχει αποδειχθεί ότι συνδέεται ή ακόμα και προβλέπει τη χρήση αλκοόλ ή ναρκωτικών από τους εφήβους (Mitchell et al., 2007 και Windle, 1994). Τα ευρήματα από αντίστοιχες μελέτες δείχνουν ότι οι εμπειρίες του εκφοβισμού δημιουργούν αρνητικές ψυχολογικές καταστάσεις που αυξάνουν την πιθανότητα κάποιος από αυτούς να ξεκινήσει τη χρήση ουσιών. Αυτή η άποψη της χρήσης του αλκοόλ ως μέσου για την αντιμετώπιση μιας αρνητικής κατάστασης συμπίπτει με παλαιότερες έρευνες που έχουν ασχοληθεί με την αιτιολογία της χρήσης ουσιών από εφήβους (Sher, Grekin and Williams, 2005). Τα ευρήματα από άλλες μελέτες αναφέρουν και αυτά ότι η χρήση ουσιών αυξάνει τον κίνδυνο σε κάποιον να αποκτήσει τάσεις αυτοκτονίας (Bolognini et al, 2003, Deykin and Buka, 1994, Fombonne, 1998 και Spirito et al, 2003). Τα παραπάνω υποδηλώνουν ότι η χρήση αυτών μπορεί να συμβάλει στην εξοικείωση με τον σωματικό πόνο και την ψυχολογική κατάσταση αγωνίας, τα οποία συνδέονται με αυτοτραυματισμούς. Συγκεκριμένα, η χρήση αυτή ωθεί τους εφήβους που ήδη βιώνουν επιθυμία αυτοκτονίας στο να την υλοποιήσουν, ενθαρρύνοντας συμπεριφορές πρόκλησης βλάβης και επιδείνωση προϋπάρχουσας αρνητικής διάθεσης (Gould et al., 1998).

Όπως η χρήση ουσιών, έτσι και η βίαιη και σωματικά επιθετική συμπεριφορά των εφήβων συνδέεται με τη θυματοποίηση από εκφοβισμό και την αυτοκτονική συμπεριφορά. Ειδικότερα, οι έφηβοι που βιώνουν σωματική βία, έχει αποδειχθεί ότι είναι πιθανότερο να ενεργούν βίαια και προς τους άλλους (Cleary 2000, Ma, 2001 και Nickerson and Slater, 2009). Στη μελέτη τους οι Klomek et al. (2007) διαπίστωσαν ότι οι έφηβοι που ανέφεραν ότι ήταν θύτες ή θύματα εκφοβισμού βρίσκονταν σε μεγαλύτερο κίνδυνο. Στο σύνολό τους, τα ευρήματα αυτά σχετίζονται με τον εκφοβισμό και τη βίαιη συμπεριφορά και υποδηλώνουν μια πιθανή κυκλική σχέση μεταξύ του να είναι κάποιος θύμα σωματικής βίας και του να εκφοβίζει ο ίδιος άλλα παιδιά. Πρόσθετες μελέτες έχουν δείξει, επίσης, ότι η συμμετοχή σε βίαιες συμπεριφορές αυξάνει την πιθανότητα σε έναν έφηβο να έχει τάσεις αυτοκτονίας (Borowsky et al., 2001 και Evans et al., 2001). Τα παραπάνω ευρήματα υποστηρίζουν τη θεωρητική άποψη ότι ο σωματικός πόνος και το ψυχολογικό άγχος που προκαλούνται από τη βίαιη συμπεριφορά μπορεί να εθίζουν την κατηγορία αυτή των ατόμων στον σωματικό και ψυχολογικό πόνο που σχετίζεται με την αυτοκτονική συμπεριφορά (Joiner, 2005).

Η μη ασφαλής σεξουαλική συμπεριφορά, όπως η σεξουαλική επαφή χωρίς προφύλαξη, η σεξουαλική επαφή με αγνώστους ή η διά της βίας επαφή συνιστά μία τρίτη οδυνηρή συμπεριφορά που συνδέεται με τον εκφοβισμό και με τις αυτοκτονίες των εφήβων. Συγκεκριμένα, οι έφηβοι που ανέφεραν ότι ήταν θύματα σεξουαλικού ή λεκτικού εκφοβισμού έχει βρεθεί ότι είναι πιθανό να έχουν και μη ασφαλή σεξουαλική συμπεριφορά (Zweig et al., 2002). Αυτά τα ευρήματα υποδηλώνουν ότι η σεξουαλική συμπεριφορά είναι ένα μέσο αντιμετώπισης των αρνητικών ψυχολογικών συνεπειών της θυματοποίησης. Οι έρευνες σε αυτές τις συμπεριφορές δείχνουν ότι η αυτή μπορεί να έχει συνέπειες ανάλογες με αυτές της θυματοποίησης. Αρκετές μελέτες έχουν δείξει ότι μη ασφαλή σεξουαλική συμπεριφορά αυξάνει την πιθανότητα ένας έφηβος να έχει τάσεις αυτοκτονίας (Houck et al, 2008 και Silverman et al., 2001). Όπως η βίαιη συμπεριφορά και η χρήση ουσιών, έτσι και οι επαναλαμβανόμενες τέτοιες εμπειρίες να εξοικειώσουν τους εφήβους με τον σωματικό πόνο και τις ψυχολογικές ανησυχίες που συνδέονται με αυτήν και να επιδεινώσουν τυχόν αυτοκτονικές τάσεις που έχουν προκληθεί από το γεγονός ότι έχουν υπάρξει θύματα εκφοβισμού.

Σκεπτικό και υποθέσεις

Η παρούσα μελέτη προσπάθησε να εξετάσει το ρόλο των επώδυνων συμπεριφορών υψηλού κινδύνου με σκοπό να εξηγήσει το πώς οι έφηβοι που είναι θύματα εκφοβισμού αποκτούν αυτοκτονικές τάσεις. Η μελέτη, επίσης, προσπάθησε να καθορίσει μια νέα μορφή εκφοβισμού, του κυβερνοεκφοβισμού (cyberbullying), ο οποίος έχει ανάλογη σχέση με την αυτοκτονική συμπεριφορά, όπως και η σωματική βία. Για να ασχοληθούμε με αυτά τα ερωτήματα της έρευνας, η μελέτη εξέτασε δύο διαφορετικά μοντέλα που προέβλεπαν την αυτοκτονική συμπεριφορά των εφήβων. Κάθε μοντέλο χρησιμοποιήθηκε σε διαφορετική μορφή εκφοβισμού, το διαδικτυακό ή τον σωματικό, για να προβλέψει την αυτοκτονική συμπεριφορά. Και τα δύο μοντέλα υπέθεσαν ότι το μέγεθος στο οποίο βιώνεται ο εκφοβισμός από έναν έφηβο προβλέπει θετικά τη χρήση ουσιών, τη βίαιη συμπεριφορά, τη μη ασφαλή σεξουαλική συμπεριφορά και τελικά την αυτοκτονία. Επιπλέον, οι υποθέσεις που παρουσιάστηκαν από τα μοντέλα ανέφεραν ευθέως ότι όλα τα παραπάνω συμβάλλουν στην πρόβλεψη της αυτοκτονικής συμπεριφοράς και είναι διαμεσολαβητές στην σχέση μεταξύ των δύο μορφών του εκφοβισμού και αυτής. Αν

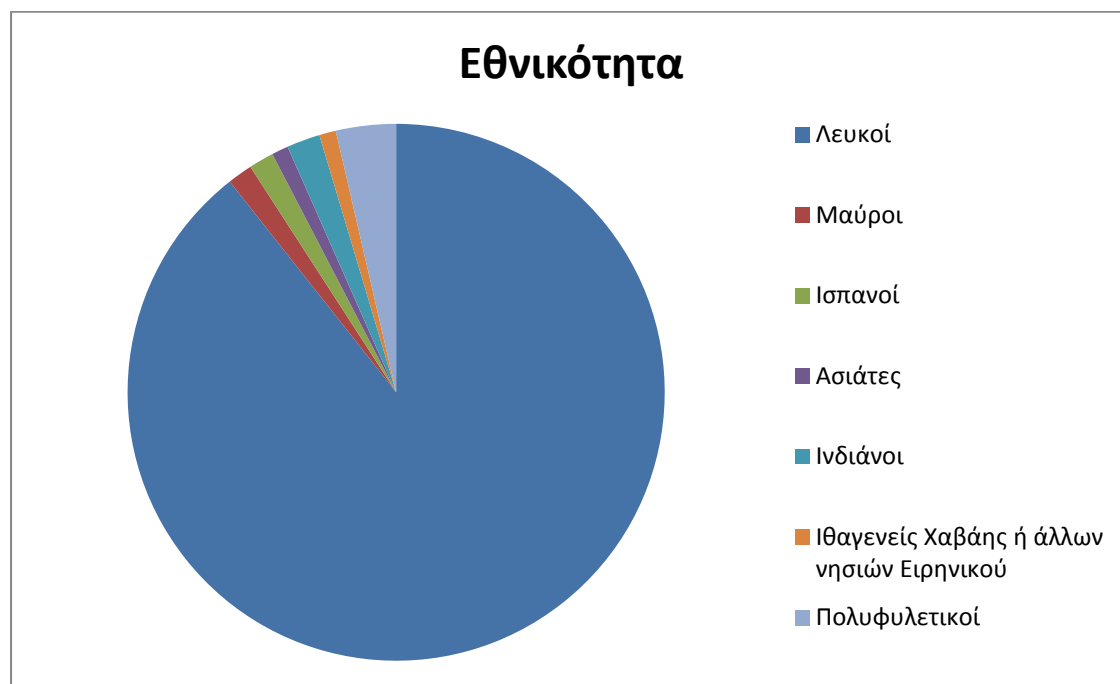
και υποστηρίζονται ως μεσολαβητές, παρέχονται τρεις σχετικές εξηγήσεις για το πώς οι έφηβοι που βιώνουν τον εκφοβισμό αποκτούν αυτοκτονική συμπεριφορά.

Μέθοδος

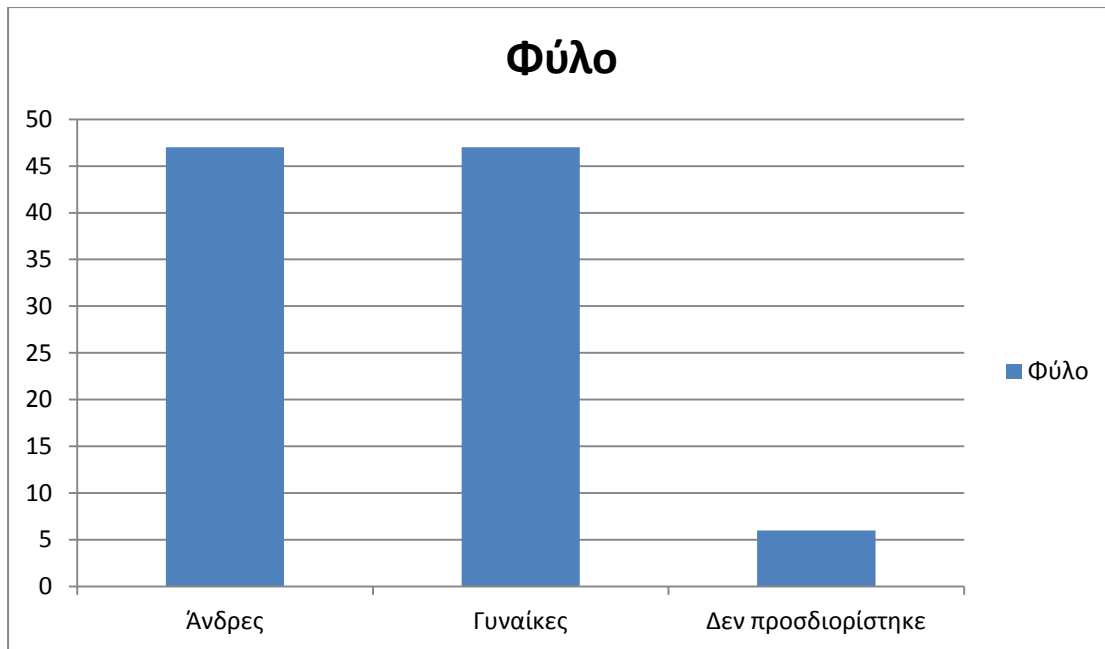
Συμμετέχοντες και διαδικασία

Τα δεδομένα για την παρούσα μελέτη βρέθηκαν από μια υπάρχουσα βάση δεδομένων μιας μεγάλης κλίμακας κοινότητας ελέγχου της ψυχικής υγείας σε μια αγροτική περιοχή της πολιτείας Midwestern των ΗΠΑ. Η συλλογή των δεδομένων έλαβε χώρα την άνοιξη του 2008 σε 27 γυμνάσια και λύκεια σε μία έκταση επτά νομών. Όλα τα λύκεια της περιοχής είχαν την ευκαιρία να συμμετάσχουν στην έρευνα. Οι εγγραφές σε όλα τα γυμνάσια για το συγκεκριμένο ακαδημαϊκό έτος ήταν 7232 μαθητές, από τους οποίους οι 4693 συμπλήρωσαν το ερωτηματολόγιο, δηλαδή είχαμε ποσοστό συμμετοχής της τάξεως του 65%.

Οι έφηβοι ήταν μεταξύ 14 και 19 χρόνων και ήταν όλα μαθητές λυκείου. Η κατανομή των εθνικοτήτων του δείγματος ήταν 89% λευκοί, 1,5% μαύροι, 1,5% Ισπανοί, 1% Ασιάτες, 2% Ινδιάνοι, 1% ιθαγενείς της Χαβάης ή άλλων νησιών του Ειρηνικού και 3,6% πολυφυλετικοί. Το δείγμα είχε ίση κατανομή των συμμετεχόντων στους πρωτοετείς φοιτητές, στους δευτεροετείς, στους juniors και σε αυτούς που ήταν στις ανώτερες βαθμίδες. Οι συμμετέχοντες ήταν ισομερώς κατανεμημένοι σε ότι αφορά το φύλο τους με 47% άνδρες, 47% γυναίκες και για το 6% δεν προσδιορίστηκε το φύλο του.



Πίνακας 18: Κατανομή εθνικοτήτων του δείγματος (%)



Πίνακας 19: Κατανομή συνολικού δείγματος έρευνας (%)

Η συλλογή δεδομένων πραγματοποιήθηκε σε σχολεία στα οποία φοιτούν οι έφηβοι, κατά τη διάρκεια μιας σχολικής ημέρας. Σε γενικές γραμμές, τα δεδομένα συλλέχθηκαν από μεγάλες ομάδες μαθητών που κάθονταν σε ατομικά γραφεία σε αίθουσες διδασκαλίας. Πριν από την έναρξη της έρευνας, η βοηθός αυτής και το προσωπικό δήλωσαν στους έφηβους ότι η συμμετοχή τους ήταν εντελώς εθελοντική και ότι θα μπορούσαν να αποχωρήσουν ανά πάσα στιγμή και για οποιονδήποτε λόγο. Καθ' όλη τη διάρκεια της μελέτης, τα μέλη του προσωπικού ήταν παρόντα για να συλλέξουν τα φύλλα των απαντήσεων και να απαντήσουν σε τυχόν ερωτήσεις των συμμετεχόντων.

Μετρήσεις

Κατά τη διάρκεια της μελέτης, οι έφηβοι ολοκλήρωσαν ένα σύνολο από ερωτήσεις της έρευνας, οι οποίες αφορούσαν κυρίως στοιχεία από την “Έρευνα για τις Επικίνδυνες Συμπεριφορές της Νεολαίας” (Youth Risk Behavior Survey – YRBS, CDC, 2008), αλλά και στοιχεία που γράφτηκαν από τα μέλη του προσωπικού με σκοπό την περαιτέρω αξιολόγηση της υγείας και των επικίνδυνων συμπεριφορών. Η “Έρευνα για τις Επικίνδυνες Συμπεριφορές της Νεολαίας” είναι μία κλίμακα που δημιουργήθηκε από τα “Κέντρα Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων” (Centers for Disease Control and Prevention - CDC) για να εκτιμηθεί η επικράτηση των συμπεριφορών κινδύνου, οι οποίες συμβάλλουν σε κύριες αιτίες θανάτου, σε αναπηρίες και σε κοινωνικά προβλήματα μεταξύ των νέων και των ενηλίκων στις Ηνωμένες Πολιτείες. Η κλίμακα αυτή περιέχει περίπου 98 αντικείμενα, τα οποία είναι σχεδιασμένα για τη μέτρηση της συχνότητας και της σοβαρότητας των συμπεριφορών μέσα από έξι κατηγορίες: βίαιη συμπεριφορά και αυτοτραυματισμοί, χρήση καπνού, αλκοόλ και άλλων ναρκωτικών, σεξουαλική συμπεριφορά, ανθυγιεινές διατροφικές συνήθειες, καθώς και έλλειψη σωματικής άσκησης (CDC, 2008). Αρκετές μελέτες έχουν εξετάσει τις ψυχομετρικές ιδιότητες της YRBS. Τα αποτελέσματα αυτών των εξετάσεων δείχνουν ότι αυτή έχει επαρκή επίπεδα επαναληπτικών μετρήσεων αξιοπιστίας και ότι οι έφηβοι αναφέρουν με ακρίβεια τις

συμπεριφορές που σχετίζονται με τις μετρήσεις (Brener et al., 1995, 2002, 2003). Δεν υπάρχουν επίσημες υποκλίμακες ή διαδικασίες βαθμολόγησης της YRBS. Στην παρούσα μελέτη, οι υποκλίμακες έχουν δημιουργηθεί από την ομαδοποίηση των στοιχείων με βάση το περιεχόμενο, καθώς επίσης και μέσω της χρήσης των αναλύσεων εσωτερικής συνέπειας. Μέσα από τις αναλύσεις της εσωτερικής συνοχής δημιουργήθηκαν έξι υποκλίμακες. Αυτές μετράνε την σωματική βία, το cyberbullying, την αυτοκτονική συμπεριφορά, τη χρήση ναρκωτικών, τη βία και την σεξουαλική συμπεριφορά.

Σωματική βία

Η κλίμακα της σωματικής βίας αποτελείται από 3 αντικείμενα της “Έρευνας για τις Επικίνδυνες Συμπεριφορές της Νεολαίας” (YRBS, CDC 2008) που έχουν σκοπό να μετρήσουν το πόσο συχνά οι έφηβοι ήταν θύματα εκφοβισμού στο σχολείο. Όλα τα στοιχεία παρουσιάστηκαν με τις κλίμακες Likert, οι οποίες ζητούσαν από τους εφήβους να αξιολογήσουν πόσο συχνά βίωναν σωματική βία ή τον φόβο του να πέσουν θύματα σωματικού εκφοβισμού κατά τη διάρκεια των τελευταίων 30 ημερών (π.χ. “Πόσες ημέρες δεν πήγατε σχολείο επειδή αισθανθήκατε ότι δεν θα ήσασταν ασφαλής στο δρόμο σας προς ή από αυτό;”, “Κατά τη διάρκεια των 30 τελευταίων ημερών πόσες φορές σας έχει απειλήσει ή τραυματίσει κάποιος με κάποιο αντικείμενο, όπως όπλο ή μαχαίρι στο σχολικό σας περιβάλλον;” και “Κατά τη διάρκεια των τελευταίων 30 ημερών, πόσο συχνά έχετε απειλήσει ή τραυματίσει κάποιον στο σχολικό σας περιβάλλον;”). Τα τρία στοιχεία που είχαν τις υψηλότερες βαθμολογίες αντιστοιχούσαν σε εμπειρίες από σωματική βία. Η υποκλίμακα αυτή έδειξε ικανοποιητικό επίπεδο εσωτερικής συνοχής.

Κυβερνοεκφοβισμός

Η υποκλίμακα του κυβερνοεκφοβισμού αποτελούνταν από 3 στοιχεία που γράφτηκαν από το προσωπικό της έρευνας και είχαν σκοπό να μετρήσουν το πόσο συχνά οι έφηβοι είχαν εκφοβιστεί από συνομήλικούς τους μέσω των ηλεκτρονικών μέσων επικοινωνίας (δηλαδή με μήνυμα κειμένου ή μέσω της κοινωνικής δικτύωσης). Όλα τα στοιχεία παρουσιάστηκαν με διχοτομημένες κλίμακες που ζητούσαν από τους συμμετέχοντες να απαντήσουν με “Ναι” ή “Όχι” σε ερωτήσεις σχετικές με το cyberbullying (π.χ. “Έχει διαδοθεί κάποια φήμη για εσάς online σε κάποιο chat room, σε έναν χώρο κοινωνικής δικτύωσης, σε μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου ή μέσω ενός μηνύματος κειμένου;”, “Υπήρξε κάποια ακατάλληλη φωτογραφία σας σε κάποιο διαδικτυακό χώρο (παράνομη δραστηριότητα ή να σας θέτει σε σεξουαλικό κίνδυνο);” και “Σας έχει στείλει κανείς απειλητικό ή επιθετικό e-mail, άμεσο μήνυμα (instant messaging) ή μήνυμα κειμένου;”). Η μορφή αυτών των στοιχείων ήταν σύμφωνη με την συνιστώμενη μορφή των στοιχείων για τη μελέτη του κυβερνοεκφοβισμού (Wang et al., 2009). Το 3 στοιχεία που είχαν τις υψηλότερες βαθμολογίες αντιστοιχούσαν σε εμπειρίες από cyberbullying. Η υποκλίμακα αυτή έδειξε ικανοποιητικό επίπεδο εσωτερικής συνοχής.

Αυτοκτονική συμπεριφορά

Η υποκλίμακα της αυτοκτονικής συμπεριφοράς περιείχε 4 στοιχεία από την “Έρευνα για τις Επικίνδυνες Συμπεριφορές της Νεολαίας” (YRBS, CDC 2008), τα οποία χρησιμοποιήθηκαν για την αξιολόγηση των σκέψεων αυτοκτονίας και των αντίστοιχων συμπεριφορών των εφήβων που σημειώθηκαν κατά τη διάρκεια του προηγούμενου έτους. Τα στοιχεία, στα οποία ζήτησαν από τους εφήβους να απαντήσουν με “ναι” ή “όχι” ήταν στοιχεία μέτρησης του αυτοκτονικού ιδεασμού

(π.χ. “Κατά τη διάρκεια του προηγούμενου έτους σκεφτήκατε ποτέ σοβαρά το ενδεχόμενο μιας απόπειρας αυτοκτονίας;”), του σχεδιασμού της αυτοκτονίας (π.χ., “Κατά τη διάρκεια του προηγούμενου έτους έχετε σκεφτεί κάποιο σχέδιο για το πώς θα επιχειρούσατε να αυτοκτονήσετε;”), του αυτοτραυματισμού και των απόπειρων αυτοκτονίας (π.χ. “Κατά τη διάρκεια του προηγούμενου έτους πόσες φορές προσπαθήσατε πραγματικά να αυτοκτονήσετε;”). Η υποκλίμακα αυτή είχε ικανοποιητική εσωτερική συνοχή.

Χρήση ουσιών

Η υποκλίμακα της χρήσης ουσιών αποτελείτο από 17 αντικείμενα από την “Παρακολούθηση της Μελλοντικής έρευνας” (Monitoring the Future survey – MTF, Johnston et al, 2009) και από 7 στοιχεία που έχουν γραφτεί από το προσωπικό της έρευνας και είχαν στόχο να αξιολογήσουν το ιστορικό των εφήβων στη χρήση του αλκοόλ, της μαριχουάνας, των εισπνεόμενων ουσιών, του LSD, της έκστασης, της κοκαΐνης, της ηρωΐνης, της μεθαμφεταμίνης, των ηρεμιστικών και των τσιγάρων. Οι έφηβοι βαθμολόγησαν τις απαντήσεις τους με βάση τις κλίμακες του Likert, οι οποίες αξιολόγησαν την συχνότητα της χρήσης τους. Οι υψηλότερες βαθμολογίες αναφέρθηκαν στην συχνή και απερίσκεπτη χρήση μιας συγκεκριμένης ουσίας (π.χ. “Κατά τη διάρκεια της ζωής σας πόσες φορές έχετε κάνει χρήση μεθαμφεταμίνης;”). Η υποκλίμακα αυτή είχε επαρκή εσωτερική συνοχή.

Βίαση συμπεριφορά

Η υποκλίμακα της βίαιης συμπεριφοράς περιείχε 4 αντικείμενα από την “Έρευνα για τις Επικίνδυνες Συμπεριφορές της Νεολαίας” (YRBS, CDC 2008), τα οποία μέτρησαν τη βίαση ή απειλητική συμπεριφορά των εφήβων. Τα στοιχεία ζητούσαν από αυτούς να αξιολογήσουν το πόσο συχνά είχαν βλάψει ή είχαν απειλήσει κάποιον άλλο μαθητή ή είχαν χρησιμοποιήσει όπλο τις τελευταίες 30 ημέρες (π.χ. “Κατά τη διάρκεια των τελευταίων 30 ημερών πόσες φορές έχετε χρησιμοποιήσει όπλο;” ή “Κατά τη διάρκεια των τελευταίων 30 ημερών πόσες φορές τσακωθήκατε στο σχολικό τους περιβάλλον;”). Οι έφηβοι βαθμολόγησαν τις απαντήσεις τους με βάση τις κλίμακες Likert. Η υποκλίμακα αυτή είχε ικανοποιητική εσωτερική συνοχή.

Σεξουαλική Συμπεριφορά

Η υποκλίμακα της σεξουαλικής συμπεριφοράς περιελάμβανε 5 αντικείμενα από την “Έρευνα για τις Επικίνδυνες Συμπεριφορές της Νεολαίας” (YRBS, CDC 2008). Αυτά τα στοιχεία αναφέρονταν σε θέματα όπως το πόσο νωρίς οι έφηβοι άρχισαν να έχουν σεξουαλικές σχέσεις, τον αριθμό των σεξουαλικών τους συντρόφων, το ιστορικό τους στα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, την εγκυμοσύνη και την προστασία που χρησιμοποιούσαν στις σεξουαλικές τους επαφές. Οι έφηβοι βαθμολόγησαν το ιστορικό της σεξουαλικής τους συμπεριφοράς με βάση τις κλίμακες του Likert. Η χαμηλότερη βαθμολογία έδειχνε επικίνδυνη σεξουαλική συμπεριφορά σε μικρότερο βαθμό (π.χ. “Την τελευταία φορά που είχατε σεξουαλική επαφή ποια μέθοδο χρησιμοποιήσατε για να αποτρέψετε μια εγκυμοσύνη;” ή “Κατά τη διάρκεια των τελευταίων 3 μηνών με πόσους ανθρώπους είχατε σεξουαλική επαφή;”). Η υποκλίμακα αυτή είχε επαρκές επίπεδο εσωτερικής συνοχής.

Έλλειψη Δεδομένων

Ως αποτέλεσμα της μεγάλης κλίμακας στη φύση της συλλογής των δεδομένων και το περιορισμένου διαθέσιμου χρόνου για την ολοκλήρωση του ερωτηματολογίου, ένας αριθμός συμμετεχόντων απέτυχε να ολοκληρώσει την έρευνα ή παρέλειψε κάποια

στοιχεία της. Από τον αρχικό αριθμό των συμμετεχόντων (4693), μόνο οι 3.838 συμπλήρωσαν όλα τα στοιχεία.

Αποτελέσματα

Τα ποσοστά επικράτησης του cyberbullying και της σωματικής βίας ήταν παρόμοια με τις τιμές της επικράτησης που είχαν βρεθεί σε προηγούμενες μελέτες (π.χ. Levy et al., 2012 και Ybarra, Mitchell et al., 2012), ενώ τα ποσοστά επικράτησης του αυτοκτονικού ιδεασμού και της αυτοκτονικής συμπεριφοράς ήταν υψηλότερα. Οι απαντήσεις της υποκλίμακας έδειξαν ότι το 33% των εφήβων υπήρξε θύμα σωματικής βίας, το 23% υπήρξε θύμα κυβερνοεκφοβισμού και το 30% αντιμετώπισε αυτοκτονικό ιδεασμό ή έκανε απόπειρα αυτοκτονίας τα προηγούμενα χρόνια. Όλες οι μεταβλητές της μελέτης συσχετιζόνταν σημαντικά η μία με την άλλη. Οι παρατηρούμενες συσχετίσεις στήριζαν τα δύο πολλαπλά μοντέλα που υποθέσαμε ως μεσολαβητές.

33%	Υπήρξε θύμα σωματικής βίας
23%	Υπήρξε θύμα κυβερνοεκφοβισμού
30%	Αντιμετώπισε αυτοκτονικό ιδεασμό ή έκανε απόπειρα αυτοκτονίας

Πίνακας 20: Αποτελέσματα έρευνας στους εφήβους

Τα αποτελέσματα από το πρώτο μοντέλο διαμεσολάβησης έδειξε ότι σωματική βία είχε σημαντικές, θετικές και άμεσες επιπτώσεις στη χρήση ουσιών, τη βίαιη συμπεριφορά, την σεξουαλική συμπεριφορά και την αυτοκτονική συμπεριφορά. Οι δοκιμές για τις επιπτώσεις των διαμεσολαβητών στο αποτέλεσμα έδειξαν ότι η χρήση ουσιών και η βίαιη συμπεριφορά είχε σημαντικές συνέπειες στην αυτοκτονική συμπεριφορά. Η σεξουαλική συμπεριφορά, ωστόσο, δεν είχε άμεση επίδραση στην αυτοκτονική συμπεριφορά όταν υπήρχαν και άλλοι μεσολαβητές. Η συνολική επίδραση της φυσικής καταπίεσης στις αυτοκτονίες ήταν και αυτή θετική. Συνολικά, το μοντέλο που χρησιμοποίησε ως προγνωστικό την σωματική βία εξήγησε το 64% της διακύμανσης στην αυτοκτονική συμπεριφορά.

Η σωματική βία που υποθέσαμε ότι ήταν μεσολαβητής στην αυτοκτονική συμπεριφορά είχε συνολικά σημαντική επίδραση σε αυτή με αρκετές ειδικές επιπτώσεις. Η εξέταση της αναλογίας των συνεπειών που προκαλούνται δείχνει ότι το 50% της συνολικής επίδρασης της σωματικής βίας στην αυτοκτονική συμπεριφορά προκαλείται από τη χρήση ουσιών και τη βίαιη συμπεριφορά. Οι ειδικές και έμμεσες επιπτώσεις προέρχονται από το μοντέλο που δείχνει τη χρήση ουσιών και τη βίαιη συμπεριφορά ως μοναδικούς μεσολαβητές σε αυτήν την συσχέτιση.

Τα αποτελέσματα από το μοντέλο πολλαπλών μεσολαβητών που χρησιμοποιείται στο cyberbullying ως προγνωστικός δείκτης έδειξε άμεσα αποτελέσματα παρόμοια με εκείνα που βρέθηκαν από το μοντέλο του κλασσικού εκφοβισμού. Συγκεκριμένα, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ο κυβερνοεκφοβισμός είχε σημαντικές και άμεσες επιπτώσεις από τη χρήση ουσιών, τη βίαιη συμπεριφορά, την σεξουαλική συμπεριφορά και την αυτοκτονική συμπεριφορά. Οι δοκιμές των άμεσων επιπτώσεων των διαμεσολαβητών έδειξαν ότι η χρήση ουσιών και η βίαιη συμπεριφορά είχαν άμεσες επιπτώσεις στις αυτοκτονίες. Επιπλέον, η σεξουαλική συμπεριφορά δεν έπαιξε σημαντικό ρόλο στην αυτοκτονική συμπεριφορά, παρουσία και άλλων

μεσολαβητών. Η συνολική επίδραση του cyberbullying σε αυτήν ήταν, επίσης, θετική. Συνολικά, το μοντέλο που χρησιμοποίησε το διαδικτυακό εκφοβισμό ως προγνωστικό εξήγησε το 67% της διακύμανσης της αυτοκτονικής συμπεριφοράς.

Οι μεσολαβητές (που υποθέσαμε) των συνεπειών του cyberbullying στην αυτοκτονική συμπεριφορά είχαν σημαντικές γενικές και ειδικές επιδράσεις σε αυτήν. Το συνολικό αποτέλεσμα ήταν σημαντικό. Η εξέταση της αναλογίας των αποτελεσμάτων έδειξε ότι το 48% της συνολικής επίδρασης του κυβερνοεκφοβισμού στην αυτοκτονική συμπεριφορά προκαλείται μερικώς από τη χρήση ουσιών και τη βίαιη συμπεριφορά. Το ποσοστό της επίδρασης που προκαλείται στο μοντέλο του διαδικτυακού εκφοβισμού ήταν ουσιαστικά μεγαλύτερο από αυτό του αποτελέσματος των μεσολαβητών στο μοντέλο κλασσικού εκφοβισμού. Οι ειδικές έμμεσες επιδράσεις που προέρχονται από το μοντέλο του εκφοβισμού έδειξαν ότι η χρήση ουσιών και η βίαιη συμπεριφορά είναι μεσολαβητές των επιπτώσεων του cyberbullying στην αυτοκτονική συμπεριφορά.

Συζήτηση

Με την αυτοκτονία να παραμένει μία από τις κύριες αιτίες θανάτου στους εφήβους, μία πρόσφατη έρευνα τόνισε την ανάγκη του προσδιορισμού των παραγόντων που τους ωθούν σε αυτήν την πράξη (Brausch and Gutierrez, 2010). Η θυματοποίηση από εκφοβισμό έχει βρεθεί επανειλημμένα ότι συνδέεται με την πρόβλεψη του κινδύνου αυτοκτονίας ενός εφήβου (Kim and Leventhal, 2008). Αν και υπάρχουν σαφείς ενδείξεις για την σύνδεση μεταξύ αυτών των δύο, καμία προηγούμενη έρευνα δεν έχει προσπαθήσει να προσδιορίσει εμπειρικά γιατί ο εκφοβισμός μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο ενός εφήβου να αποκτήσει αυτοκτονική συμπεριφορά.

Κατά συνέπεια, η μελέτη αυτή εξέτασε το κατά πόσον τρεις συμπεριφορές σχετίζονται με τον εκφοβισμό και την αυτοκτονική συμπεριφορά, τη χρήση ουσιών, τη βίαιη συμπεριφορά και τη μη ασφαλή σεξουαλική συμπεριφορά, με τη μεσολάβηση της σχέσης μεταξύ της θυματοποίησης από εκφοβισμό και της αυτοκτονικής συμπεριφοράς των εφήβων. Οι δύο τύποι εκφοβισμού που εξετάστηκαν στην παρούσα μελέτη είναι το cyberbullying και ο σωματικός εκφοβισμός. Γενικά, τα αποτελέσματα έδειξαν ότι και στις δύο μορφές του ο εκφοβισμός προέβλεπε θετικά τις παραπάνω συμπεριφορές. Τα ευρήματα από τα δύο μοντέλα που ελέγχθηκαν έδειξαν επίσης ότι δύο συμπεριφορές υψηλού κινδύνου, η χρήση ουσιών και η βίαιη συμπεριφορά, προέβλεπαν θετικά την αυτοκτονική συμπεριφορά των εφήβων και ήταν διαμεσολαβητές στη σχέση μεταξύ των δύο μορφών του εκφοβισμού και των αυτοκτονιών.

Ο ρόλος της σωματικής βίας ως παράγοντα που μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο της εφηβικής αυτοκτονίας υποστηρίζεται από προηγούμενες έρευνες που έχουν δείξει μία σχέση μεταξύ αυτών των δύο μεταβλητών (Klomek et al., 2010). Η σχέση αυτή στην τρέχουσα μελέτη, επεκτείνεται σε ευρήματα από προηγούμενη έρευνα για τον κυβερνοεκφοβισμό, η οποία χρησιμοποιούσε μετρήσεις που ήταν λιγότερο επικεντρωμένες στην συμπεριφορά και δεν περιελάμβανε αξιολόγηση της επικοινωνίας που γίνεται στα κοινωνικά δίκτυα (Klomek et al, 2008 και Hinduja and Patchin, 2010). Η μελέτη αυτή έδειξε επίσης ότι ο διαδικτυακός εκφοβισμός είχε παρόμοιου μεγέθους επίδραση στην αυτοκτονική συμπεριφορά, τη χρήση ουσιών, τη βίαιη συμπεριφορά και τη μη ασφαλή σεξουαλική συμπεριφορά και με την σωματική βία. Το εύρημα αυτό παρέχει μια περαιτέρω απόδειξη για τις πιθανές συνέπειες του

cyberbullying. Σε αντίθεση με την σωματική βία, ο κυβερνοεκφοβισμός έχει βρεθεί ότι είναι πιο δύσκολο να αποφευχθεί, αφού είναι ανώνυμος και είναι πιθανό να συμπέσει και με άλλες μορφές εκφοβισμού (Li, 2005). Αν και δεν εξετάζεται αυτό στην παρούσα μελέτη, τα θύματα του διαδικτυακού εκφοβισμού είναι πιθανότερο να εμφανίσουν αρνητικές ψυχολογικές καταστάσεις, οι οποίες προκαλούν αντίστοιχα συναισθήματα. Αν ο εκφοβισμός προκαλεί συναισθήματα του τύπου ότι: “δεν ανήκω πουθενά” ή “γίνομαι βάρος σε άλλους ανθρώπους”, ο κίνδυνος της αυτοκτονίας των εφήβων μπορεί να αυξηθεί, ειδικά αν αυτοί ασκούν από μόνοι τους κάποιες επικίνδυνες συμπεριφορές που τους εξοικειώνουν με τον πόνο και με το φόβο του θανάτου.

Ο εκφοβισμός, οι επικίνδυνες συμπεριφορές και η αυτοκτονία

Τα δύο μοντέλα που εξετάστηκαν σε αυτήν τη μελέτη υποστήριζαν αυτήν την πιθανή επίδραση του cyberbullying, με το να δείξουν ότι η χρήση ουσιών και η βίαιη συμπεριφορά μπορεί να εξηγήσει το πώς η σωματική βία και ο κυβερνοεκφοβισμός αυξάνει τον κίνδυνο αυτοκτονίας στους εφήβους. Οι συσχετισμοί της θυματοποίησης, όπως η χαμηλή αυτοεκτίμηση (Juvonen et al., 2000), το άγχος (Kumpulainen et al., 1998) και η κατάθλιψη (Fekkes et al., 2004) μπορεί να παρακινήσει τους νέους στο να χρησιμοποιήσουν ουσίες για την αντιμετώπιση αυτών των αρνητικών συναισθημάτων. Εάν η χρήση αυτή οδηγήσει σε οδυνηρές συμπεριφορές, όπως ο αυτοτραυματισμός, τότε ο έφηβος μπορεί να αποκτήσει την ικανότητα να ξεπερνάει το φυσικό πόνο και την ψυχολογική πίεση που αποτρέπει πολλούς ανθρώπους να περάσουν από την αυτοκτονική επιθυμία στην πραγματοποίησή της (Joiner, 2005). Αυτή η πιθανότητα ότι η χρήση ουσιών μπορεί να συμβάλλει στο να γίνουν οι νέοι ικανοί να προβούν σε αυτοκτονία, υποστηρίζεται από την προηγούμενη έρευνα που δείχνει ότι η χρήση ουσιών από τους νέους είναι ένας από τους πιο συχνούς προγνωστικούς παράγοντες της αυτοκτονικής τους συμπεριφοράς (π.χ. Bolognini et al, 2003 και Spirito et al, 2003).

Τα ευρήματα από τα δύο μοντέλα πολλαπλών μεσολαβητών δείχνουν ότι η βίαιη συμπεριφορά έχει παρόμοιο ρόλο με αυτόν της χρήσης ουσιών στην εξοικείωση των εφήβων στον σωματικό πόνο και στους ψυχολογικούς φόβους που αποτρέπουν μία πιθανή αυτοκτονία. Ορισμένες συμπεριφορές που σχετίζονται με την βίαιη συμπεριφορά, όπως η συμμετοχή σε σωματικούς αγώνες, έχει αποδειχθεί ότι αυξάνει τη δυνατότητα αυτοκτονίας στους ενήλικες (Van Orden et al., 2008). Οι συνέπειες από τον τραυματισμό και τον πόνο που σχετίζονται με τους σωματικούς αγώνες, είναι πιθανό να εξοικειώσουν τους εφήβους στην αυτοκτονική συμπεριφορά. Έτσι, η βίαιη συμπεριφορά μπορεί να είναι μεσολαβητής στην σχέση μεταξύ της θυματοποίησης από εκφοβισμό και της αυτοκτονικής συμπεριφοράς, γιατί οι έφηβοι που είναι θύματα αυτού είναι πιο πιθανό να εκφοβίσουν άλλους. Αυτή η παρενόχληση άλλων μπορεί να οδηγήσει στον ίδιο τύπο βίαιης συμπεριφοράς που έχει αποδειχθεί πολλές φορές ότι αυξάνει τον κίνδυνο ενός εφήβου να αποκτήσει τάσεις αυτοκτονίας (Borowsky et al., 2001, Evans et al., 2001 και Swahn et al., 2008).

Σε αντίθεση με τη χρήση ουσιών και τη βίαιη συμπεριφορά, η μη ασφαλής σεξουαλική συμπεριφορά δεν βρέθηκε να μεσολαβεί στην σχέση μεταξύ της θυματοποίησης από οποιαδήποτε μορφή εκφοβισμού και των αυτοκτονιών. Επίσης, δεν ήταν σημαντικός προγνωστικός παράγοντας σε κανένα μοντέλο. Αυτή η έλλειψη πρόβλεψης δείχνει ότι μη ασφαλή σεξουαλική συμπεριφορά από μόνη της δεν ενεργοποιεί αυτοκτονική συμπεριφορά. Κάποιες ιδιαίτερα επώδυνες και επικίνδυνες

σεξουαλικές συμπεριφορές που δεν μετρήθηκαν σε αυτή τη μελέτη, όπως η πορνεία ή η σεξουαλική επίθεση, μπορεί να είναι οι μόνες σεξουαλικές συμπεριφορές που μπορούν να εξοικειώσουν τους ανθρώπους με το φυσικό και τον ψυχολογικό πόνο που σχετίζεται με τους αυτοτραυματισμούς. Παρ' όλο που η μη ασφαλή σεξουαλική συμπεριφορά από μόνη της δεν μπορεί να προβλέψει κάποια αυτοκτονία, και οι δύο μορφές του εκφοβισμού έκαναν αυτήν την πρόβλεψη. Αυτό το εύρημα είναι η πρώτη απόδειξη της σχέσης αυτής και δείχνει ότι οι αρνητικές συναισθηματικές καταστάσεις που συνδέονται με τον εκφοβισμό μπορεί να εξακολουθούν να υπάρχουν με συνέπειες για τους νέους διαφορετικές από την αυτοκτονική συμπεριφορά, τη χρήση ουσιών και τη βίαιη συμπεριφορά.

Περιορισμοί

Σε αυτήν τη μελέτη υπήρχαν κάποιοι περιορισμοί, λόγω του μεγέθους του δείγματος, των μετρήσεων που έγιναν και του σχεδιασμού της μελέτης. Το μεγάλο μέγεθος του δείγματος ενδέχεται “να μεγαλώσει” την στατιστική σημασία των διαφορών ευρημάτων του μοντέλου παλινδρόμησης. Αν και είναι σημαντικά, αρκετά ευρήματα από τη μελέτη μπορεί να έχουν μικρότερη κλινική σημασία σε σχέση με παρόμοια ευρήματα που προέρχονται από ένα μικρότερο δείγμα (Odgaard and Fowler, 2010). Η χρήση της εγκάρσιας τομής θα αποτρέψει τις συνεχείς δοκιμές για την κατεύθυνση αυτής της σχέσης μεταξύ της θυματοποίησης και της αυτοκτονικής συμπεριφοράς. Η χρήση των μετρήσεων αυτοαναφοράς αξιολογεί τη θυματοποίηση από εκφοβισμού και μπορεί να περιορίσει και τα συμπεράσματα, αφού εξαιρούνται άλλες μέθοδοι συλλογής δεδομένων θυματοποίησης που χρησιμοποιούνται συχνά, όπως εκθέσεις από τους γονείς, τους δασκάλους και τους συμμαθητές, οι οποίες είναι πιθανό να έχουν κάνει πιο “ελαστική” τη μέτρηση της θυματοποίησης. Οι μετρήσεις του εκφοβισμού έχουν και αυτές αρκετούς περιορισμούς. Συγκεκριμένα, ο συνδυασμός των απειλών και των πραγματικών εμπειριών που μετρούνται και στα δύο είδη του εκφοβισμού, μειώνουν το κύρος τους και δημιουργούν την ανάγκη για πιο ακριβή μέτρηση σε μελλοντικές μελέτες. Ένας άλλος περιορισμός, ήταν στις μετρήσεις της σεξουαλικής συμπεριφοράς που γίνονται σε αυτήν τη μελέτη, οι οποίες είναι αυτές που χρησιμοποιούνται ευρέως και δεν έγινε κάποια συγκεκριμένη αξιολόγηση για τις πτυχές της εξοικείωσης με τον πόνο και το φόβο που προκαλούν η χρήση ουσιών και η σεξουαλική συμπεριφορά.

Μελλοντικές Κατευθύνσεις

Παρά τους παραπάνω περιορισμούς, τα αποτελέσματα από τη μελέτη αυτή είναι η πρώτη εμπειρική εξήγηση για το πώς ο εκφοβισμός μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο αυτοκτονίας. Η μελλοντική έρευνα θα μπορούσε να επεκτείνει τα πορίσματα αυτής της μελέτης από την περαιτέρω εξέταση της αξίας της “Διαπροσωπικής Θεωρίας της Αυτοκτονίας” (Joiner, 2005), ως μια εξήγηση για την σχέση με την οποία ασχολούμαστε. Συγκεκριμένα, οι μελλοντικές μελέτες που σχετίζονται με τον εκφοβισμό και την αυτοκτονία πρέπει να μετρήσουν πράγματα, όπως το κατά πόσο κάποιος αισθάνεται ότι ανήκει κάπου, την αυτοκτονική του συμπεριφορά και άλλες επώδυνες συμπεριφορές που θα μπορούσαν να συμπεριληφθούν στο μοντέλο που εξηγεί τελικά αυτήν την σχέση. Με επαρκή μέτρηση των διαφορών ειδών του εκφοβισμού, η μελλοντική έρευνα θα μπορούσε επίσης να επιχειρήσει να καθορίσει το εάν ο σχεσιακός, ο σωματικός, ο λεκτικός και ο διαδικτυακός εκφοβισμός επηρεάζουν διαφορετικά την αυτοκτονική συμπεριφορά.

Συμπέρασμα

Τα μοντέλα των επικίνδυνων συμπεριφορών των εφήβων συχνά εξετάζουν το πώς μια αλληλουχία γεγονότων μπορεί να οδηγήσει σε τέτοιες συμπεριφορές ή πώς μπορούν αυτές να προκύψουν ως αποτέλεσμα της έκθεσης σε ορισμένους παράγοντες κινδύνου (Compas et al., 1995). Αυτή η μελέτη παρέχει την πρώτη ένδειξη πως η θυματοποίηση από εκφοβισμό μπορεί να προκαλέσει μια ακολουθία γεγονότων, τα οποία να οδηγούν σε αυτοκτονική συμπεριφορά. Συγκεκριμένα, η απόρριψη από τους συνομήλικούς τους και ο εκφοβισμός έχουν βρεθεί ότι προκαλούν ψυχολογικές διεργασίες που έχουν ως αποτέλεσμα την εξωτερίκευση τέτοιας συμπεριφοράς (Deater-Deckard, 2001). Τα βασικά ευρήματα αυτής της μελέτης δείχνουν ότι επιβλαβείς συμπεριφορές εξωτερίκευσης που μπορούν να αναπτυχθούν κατά τη διάρκεια της εφηβείας, όπως η χρήση ουσιών και η βίαιη συμπεριφορά, είναι διαμεσολαβητές στην σχέση μεταξύ των δύο μορφών του εκφοβισμού και της αυτοκτονικής συμπεριφοράς. Η διαπίστωση αυτή στηρίζεται στη θεωρία που σχετίζεται με την σημασία της εξοικείωσης στον πόνο, για να αποκτήσει κάποιος την ικανότητα να αυτοτραυματιστεί (Joiner, 2005) και παρέχει συμβουλές για τέτοιες συμπεριφορές που πρέπει να δώσουμε προσοχή, γιατί στοχεύουν στην πρόληψη των εφηβικών αυτοκτονιών. Οι επαγγελματίες που βοηθούν νέους που είναι θύματα εκφοβισμού, πρέπει να ενθαρρύνουν υγιείς συμπεριφορές αντιμετώπισης και παραμβάσεις στήριξης που μειώνουν την πιθανότητά τους για χρήση ουσιών ή βίαιη συμπεριφορά.

3.4 Οι διαφορές στους προγνωστικούς παράγοντες του κλασσικού εκφοβισμού και του cyberbullying: μία 2-ετής μελέτη σε παιδιά σχολικής ηλικίας στην Κορέα

11 January 2013

Authors: *Su-Jin Yang, Robert Stewart, Jae-Min Kim, Sung-Wan Kim, Il-Seon Shin, Michael E. Deway, Sean Maskey, Jin-Sang Yoon*

From: *Department of Psychiatry, Gangnam Severance Hospital, Republic of Korea*

King's College London (Institute of Psychiatry), UK

Department of Psychiatry, Chonnam National University Medical School, Republic of Korea

South London and Maudsley NHS Foundation Trust, UK



Περίληψη

Για τον παραδοσιακό εκφοβισμό έχει γίνει σημαντική έρευνα, αλλά το αναδυόμενο φαινόμενο του cyberbullying έχει μελετηθεί σε πολύ μικρότερο βαθμό. Η μελέτη μας έχει ως στόχο να διερευνήσει τους περιβαλλοντικούς και ψυχολογικούς παράγοντες που συνδέονται με τις δύο αυτές μορφές του εκφοβισμού. Σε μία 2-ετή μελέτη που έγινε σε σχολείο συγκεντρώθηκαν πληροφορίες για 1.344 παιδιά ηλικίας 10 ετών για θέματα όπως οι συμπεριφορές και οι εμπειρίες παρενόχλησης, η κατάθλιψη, το άγχος, οι στρατηγικές αντιμετώπισης, η αυτοεκτίμηση και η ψυχοπαθολογία. Οι γονείς ανέφεραν δημογραφικές πληροφορίες, τη γενικότερη κατάσταση της υγείας και τα συμπτώματα της Διαταραχής Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας (ΔΕΠΥ). Αυτά ερευνήθηκαν σε σχέση με τη διάπραξη των δύο τύπων του εκφοβισμού και τη θυματοποίηση στην ηλικία των 12 ετών. Το αρσενικό φύλο και τα συμπτώματα κατάθλιψης συνδέθηκαν με όλα είδη του εκφοβισμού και τις εμπειρίες από αυτά. Επίσης, το να ζει κάποιος σε μονογονεϊκή οικογένεια συνδέθηκε με τη διάπραξη του κλασσικού εκφοβισμού, ενώ τα συμπτώματα σε υψηλό βαθμό της ΔΕΠΥ σχετίστηκαν με τη θυματοποίηση από αυτόν. Η χαμηλή επίδοση στο σχολείο και η χαμηλή αυτοεκτίμηση σχετίστηκαν με τη διάπραξη και τη θυματοποίηση από τον κυβερνοεκφοβισμό και τα συμπτώματα του άγχους με τη διάπραξή του. Ακόμα, τυχόν προηγούμενη διάπραξη εκφοβισμού συνδέθηκε με τη θυματοποίηση από διαδικτυακό εκφοβισμό, αλλά όχι με άλλες συνέπειες. Το cyberbullying έχει διαφορετικούς προγνωστικούς παράγοντες από τον κλασσικό εκφοβισμό και τα προγράμματα παρέμβασης πρέπει να το λαμβάνουν αυτό υπόψη τους κατά την εξέταση.

Εισαγωγή

Ο εκφοβισμός έχει οριστεί ως ένα σύνολο επιθετικών συμπεριφορών που χαρακτηρίζονται από την επανάληψή τους στο πέρασμα του χρόνου και την ανισορροπία δύναμης. Οι εμπειρίες του εκφοβισμού και η συμπεριφορά των θυμάτων σχετίζεται με ψυχοπαθολογικά ζητήματα, όπως η κατάθλιψη, το άγχος και τα προβλήματα συμπεριφοράς, ευρήματα που είναι παρόμοια με αυτά άλλων μελετών. Ο εκφοβισμός είναι ένα διαδεδομένο πρόβλημα μεταξύ των παιδιών και των εφήβων και μπορεί να έχει διάφορες μορφές, όπως σωματική, λεκτική, σχεσιακή ή διαδικτυακή, με την τελευταία να αποκτάει όλο και μεγαλύτερη σημασία αφού τα παιδιά ξοδεύουν πολλές ώρες σε online περιβάλλοντα. Οι έφηβοι που είναι θύματα του cyberbullying είναι πιθανότερο να έχουν προβλήματα στο σχολείο, όπως το να αισθάνονται ότι δεν είναι ασφαλή εκεί και να νιώθουν ψυχολογικά καταπονημένα. Και οι δύο τύποι του εκφοβισμού είναι πιθανό να γίνονται στο σχολείο ανάμεσα στους συμμαθητές, οι οποίοι στη συνέχεια παρουσιάζουν συμπτώματα κατάθλιψης. Το cyberbullying μπορεί να συμβεί ανά πάσα στιγμή, να εξαπλωθεί γρήγορα και να συμβεί ακόμα και έξω από το σχολείο, καθιστώντας την παρακολούθηση και τη ρύθμισή του από τους μεγαλύτερους δύσκολη. Επίσης, βρέθηκε ότι σχετίζεται στενά με τα καταθλιπτικά συμπτώματα, σύμφωνα με μια μελέτη εθνικού επιπέδου για τον κλασικό εκφοβισμό. Τα προγράμματα πρόληψης του εκφοβισμού δεν έχουν αποδείξεις για την αποτελεσματικότητά τους στους νέους. Υπάρχουν ενδείξεις ότι τα παραπάνω προγράμματα, όταν είναι ολοκληρωμένα, μπορούν να μειώσουν την επιθετική συμπεριφορά και να αύξησουν την κοινωνικότητα σε παιδιά δημοτικού. Ωστόσο, απαιτούνται περαιτέρω παρατηρήσεις για τους παράγοντες που ωθούν στη βία, όπως η παρενόχληση των νέων, προκειμένου να αναπτυχθούν προγράμματα πρόληψης. Για να κατανοήσουμε το αν οι ατομικοί ψυχολογικοί παράγοντες σχετίζονται με την εμπειρία των νέων παιδιών στον κλασικό εκφοβισμό και στο cyberbullying, αναλύσαμε στοιχεία από μια 2-ετή μελέτη σε παιδιά δημοτικού σχολείου στην Κορέα.

Μέθοδοι

Τα δεδομένα αναλύθηκαν από μία μελέτη ψυχικής υγείας που προορίζεται για σχολεία, η οποία διεξήχθη στην Kwangju της Νότιας Κορέας από το 2004 έως το 2006. Όλοι οι συμμετέχοντες και οι γονείς έδιναν γραπτή επίσημη συγκατάθεση σε κάθε εξέταση. Αυτή η μελέτη είχε εγκριθεί από το Εποπτικό Διοικητικό Συμβούλιο του Εθνικού Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου της Chonnam (Chonnam National University Hospital Institutional Review Board).

Συμμετέχοντες και διαδικασία

Οι συμμετέχοντες και οι μέθοδοι περιγράφηκαν προηγουμένως. Εν συντομία, 1.344 μαθητές της τετάρτης τάξης από πέντε δημοτικά σχολεία της Kwangju της Νότιας Κορέας και οι γονείς τους συμμετείχαν στη μελέτη που ξεκίνησε το 2004.

Υπό την καθοδήγηση του ψυχιάτρου της μελέτης, κάθε παιδί παρείχε κάποια στοιχεία και ολοκλήρωσε όλα τα ερωτηματολόγια, τα οποία ήταν κατάλληλα διαμορφωμένα για την τάξη αυτή, στην τάξη του κατά τη διάρκεια των σχολικών ωρών. Αυτό έγινε κατά μέσο όρο σε 60 λεπτά. Κάθε γονέας έλαβε ένα σφραγισμένο ερωτηματολόγιο και πληροφορίες μέσω του παιδιού για να το συμπληρώσει στο σπίτι και το επέστρεψε σε σφραγισμένο φάκελο με τον ίδιο τρόπο. Δύο χρόνια αργότερα, όταν τα παιδιά ήταν έκτης δημοτικού (ηλικίας 12-13 ετών), έγινε μια επίσκεψη παρακολούθησης στο σχολείο με σκοπό να παρακολουθηθούν όλοι οι προηγούμενοι

συμμετέχοντες, καθώς και άλλοι μαθητές της ίδιας τάξης. Η μέση περίοδος παρακολούθησης ήταν 2 χρόνια. Ουσιαστικά χρησιμοποιήθηκαν οι ίδιες διαδικασίες για τον εντοπισμό του εκφοβισμού και της ψυχοπαθολογίας, αν και ο κυβερνοεκφοβισμός αξιολογήθηκε μόνο κατά την παρακολούθηση.

Μετρήσεις

Κλασικός εκφοβισμός

Χρησιμοποιήσαμε δύο κλίμακες αυτοαναφοράς, τις οποίες ολοκλήρωσαν τα παιδιά: την “Κλίμακα Θυματοποίησης από Συνομήλικους” (Peer-Victimization Scale , PVS) και την “Κλίμακα Εκφοβιστικής Συμπεριφοράς” (Bullying Behavior Scale - BBS). Η PVS αποτελείτο από έξι στοιχεία εξαναγκασμού, τρία από τα οποία αναφέρονταν στο να είναι κάποιος θύμα άσχημων σωματικών πράξεων (δηλαδή να έχει χτυπηθεί, να τον “πετάνε” και να τον τρομοκρατούνε) και τρία αναφέρονταν στο να είναι θύμα άσχημων λεκτικών πράξεων (δηλαδή να τον πειράζουν, να τον αποκαλούν με παρατσούκλια και να γελάνε). Η BBS βασιζόταν στην PVS. Συγκεκριμένα, πρόκειται για την αλλαγή της διατύπωσης από παθητική σε ενεργητική, έτσι ώστε να αποτελείται από έξι στοιχεία εξαναγκασμού, τρία από τα οποία αναφέρονται στο να είναι κάποιος δράστης άσχημων σωματικών πράξεων και τρία στο να είναι δράστης άσχημων λεκτικών πράξεων. Ωστόσο και οι δύο κλίμακες χρησιμοποίησαν την ίδια αναγκαστική μορφή επιλογής: την “Αντίληψη του Προφίλ των Παιδιών” (Self-Perception Profile for Children – SPPC). Η κλίμακα των απαντήσεων ήταν από 1-4, με την υψηλότερη βαθμολογία να σημαίνει μεγαλύτερη θυματοποίηση και εκφοβισμό.

Cyberbullying

Χρησιμοποιήσαμε τέσσερα στοιχεία αυτοαναφοράς για τα παιδιά σχετικά με τα απειλητικά emails και κείμενα, τις κακόβουλες φήμες και την κατάχρηση προσωπικών πληροφοριών που σχετίζονται με τη χρήση του διαδικτύου και τα κινητά τηλέφωνα, με σκοπό να αξιολογήσουμε τη διάπραξη και τη θυματοποίηση από το cyberbullying. Αυτό έγινε με τον ίδιο τρόπο που αξιολογήθηκε ο κλασικός εκφοβισμός (αναγκαστική μορφή επιλογής), με τις υψηλότερες βαθμολογίες να δείχνουν μεγαλύτερη εμπλοκή στον κυβερνοεκφοβισμό. Η αξιοπιστία της εσωτερικής συνοχής των στοιχείων ήταν ικανοποιητική. Μέχρι τώρα, δεν υπάρχουν καθορισμένα ερωτηματολόγια για τον χαρακτηρισμό κάποιου ως θύτη ή θύματος του διαδικτυακού εκφοβισμού.

Κατάθλιψη

Το Children’s Depression Inventory (CDI), το οποίο χορηγήσαμε απαιτεί ένα επίπεδο ανάγνωσης της τρίτης τάξης και είναι κατάλληλο για παιδιά ηλικίας μεταξύ 7 και 17 χρονών. Οι συνολικές βαθμολογίες κυμαίνονται από 0 έως 54, με τις υψηλότερες βαθμολογίες να δείχνουν υψηλότερο ποσοστό κατάθλιψης.

Άγχος

Χρησιμοποιήσαμε την “State-Trait Anxiety Inventory for Children” (STAI-C), η οποία περιελάμβανε 20 “Καταστάσεις του Άγχους” και 20 “Γνωρίσματα του Άγχους”. Η κλίμακα της βαθμολογίας των απαντήσεων ήταν από 1 έως 3 και οι συνολικές βαθμολογίες κυμαίνονταν από 20 έως 60, με τις υψηλότερες από αυτές να δείχνουν μεγαλύτερη ανησυχία. Η αξιοπιστία και η εγκυρότητα της κορεάτικης μορφής της STAI-C είχαν τεκμηριωθεί. Σε αυτήν τη μελέτη, ορίσαμε το άγχος με βάση τη βαθμολογία, δηλαδή αν ήταν ίση ή μεγαλύτερη από τη μέση τιμή.

Αυτοπεποίθηση

Χρησιμοποιήσαμε την σύντομη έκδοση της “Απογραφής Αυτοεκτίμησης” (Self-Esteem Inventory - SEI). Η κορεατική μετάφραση περιελάμβανε 25 γνωρίσματα περιγραφικών προτάσεων. Οι συνολικές βαθμολογίες της SEI κυμαίνονταν από 0 έως 25, με τις υψηλότερες από αυτές να δείχνουν υψηλότερη αυτοεκτίμηση. Η βαθμολογία στη μέση τιμή ή κάτω από αυτή έδειχνε χαμηλή αυτοεκτίμηση.

Στρατηγικές αντιμετώπισης

Χρησιμοποιήσαμε την έκδοση για εφήβους της “Λίστας Τρόπων Αντιμετώπισης του Άγχους” (Ways of Stress Coping Checklist). Αποτελείτο από τέσσερις δομές παραγόντων: την “επικέντρωση στο πρόβλημα”, την “επιδίωξη κοινωνικής στήριξης”, τους “ευσεβείς πόθους”, και την “αποφυγή”. Οι βαθμολογίες των απαντήσεων ήταν σε κλίμακα 1-4, με τις υψηλότερες βαθμολογίες να δείχνουν τις πιο συχνά χρησιμοποιούμενες στρατηγικές. Στην Κορέα έχει αναπτυχθεί μία κατάλληλα διαμορφωμένη έκδοση με δομές συντελεστή των “στρατηγικών επίλυσης προβλημάτων” και των “παθητικών στρατηγικών”. Οι βαθμολογίες στη μέση τιμή ή πάνω από αυτή έδειχναν καλές στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων και παθητικής στρατηγικές, αντίστοιχα.

Ψυχοπαθολογία

Χρησιμοποιήσαμε το “Ερωτηματολόγιο Πλεονεκτημάτων και Δυσκολιών” (Strengths and Difficulties Questionnaire, SDQ-S), το οποίο περιελάμβανε 25 στοιχεία που χωρίζονταν σε πέντε κλίμακες των πέντε τεμαχίων η καθεμία: υπερκινητικότητα, συναισθηματικά συμπτώματα, προβλήματα συμπεριφοράς, προβλήματα με τους συνομήλικους και θετική κοινωνική συμπεριφορά. Συνδυάζοντας όλες τις κλίμακες υπολογίσαμε ένα αποτέλεσμα του συνόλου των δυσκολιών, εκτός από την κλίμακα της θετικής κοινωνικής συμπεριφοράς. Για κάθε κλίμακα, εκτός από την προαναφερθείσα, οι υψηλότερες βαθμολογίες έδειχναν περισσότερα προβλήματα. Το άθροισμα των βαθμολογιών κυμαινόταν από 0 έως 40. Η κορεατική μετάφραση είχε αξιολογηθεί ως ικανοποιητική.

Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητα (ΔΕΠΥ)

Οι γονείς συμπλήρωσαν την κορεατική έκδοση της “Κλίμακας Αξιολόγησης της Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητας του DuPaul” (DuPaul’s Attention deficit hyperactivity disorder Rating Scale, K-ARS). Η K-ARS είχε μία μέτρηση 18 στοιχείων που χρησιμοποιείται για την αξιολόγηση της απροσεξίας και της υπερκινητικότητας. Τα στοιχεία βαθμολογούνταν σε κλίμακα 4 σημείων (0 = ποτέ ή σπάνια, 3 = πολύ συχνά). Η K-ARS είχε καλή αξιοπιστία και συνίσταντο για τον καθορισμό της ΔΕΠΥ στα παιδιά της Κορέας.

Ύψος και βάρος

Χρησιμοποιήσαμε κάποια δεδομένα ρουτίνας από τα σχολεία για τα παιδιά και συγκεκριμένα το ύψος και το βάρος τους. Οι νοσηλευτές υγείας στα σχολεία μετρούν σε τακτική βάση το ύψος και το βάρος των παιδιών κάθε χρόνο, ενώ αυτά είναι μόνο με τα εσώρουχά τους και χωρίς παπούτσια. Χωρίσαμε τα παιδιά σε τρεις ομάδες ανάλογα με το ύψος και το βάρος τους. Ο Δείκτης Μάζας Σώματος (ΔΜΣ) υπολογίζεται ως το βάρος / (ύψος στο τετράγωνο).

Κοινωνικο-δημογραφικά χαρακτηριστικά

Τα δεδομένα που καταγράφηκαν για το φύλο, την οικογενειακή δομή, τον αριθμό των φίλων, τα ανεπιθύμητα γεγονότα της ζωής (ασθένεια, διαζύγιο, πένθος, οικονομική δυσχέρεια, διάλυση διαπροσωπικών σχέσεων και κλοπή) χωρίστηκαν σε πέντε επίπεδα κοινωνικοοικονομικής κατάστασης και σε πέντε επίπεδα ακαδημαϊκής επίδοσης. Χωρίσαμε τη δομή της οικογένειας σε δύο ομάδες ανάλογα με το αν ήταν παρόντες και οι δύο γονείς ή μόνο ο ένας. Ο αναφερόμενος αριθμός των φίλων του παιδιού ομαδοποιείται σε: “0”, “1-2”, “3-4”, “5-9” και “10”.

Ψυχοπαθολογία του γονέα

Από τους γονείς συμπληρώθηκε το “Έρωτηματολόγιο-12 Γενικής Υγείας” (General Health Questionnaire, GHQ-12). Οι βαθμολογίες κυμαίνονταν από 0 έως 12, με τις υψηλότερες από αυτές να δείχνουν αυξημένη ψυχοπαθολογία. Η εγκυρότητα και η αξιοπιστία της κορεάτικης μετάφρασης του GHQ- 12 είχαν τεκμηριωθεί.

Στατιστική ανάλυση

Οι στατιστικές αναλύσεις πραγματοποιήθηκαν με τη χρήση του Stata 11 (2009). Οι μη πρσαρμοσμένες αναλύσεις λογιστικής παλινδρόμησης πραγματοποιήθηκαν για να εξετάσουν οι συσχετίσεις μεταξύ των αρχικών τιμών των μεμονωμένων ψυχολογικών μεταβλητών και των τιμών κατά την παρακολούθηση του κλασσικού εκφοβισμού και του cyberbullying. Στη συνέχεια χρησιμοποιήθηκαν τα μοντέλα πολυμεταβλητών λογιστικής παλινδρόμησης για να δοκιμαστεί η ανεξαρτησία αυτών των ενώσεων. Στα μοντέλα αυτά εφαρμόστηκαν τα παρακάτω: Πρώτον, οι περιβαλλοντικοί παράγοντες (δηλαδή οι κοινωνικοδημογραφικές και οι ανθρωπομετρικές μετρήσεις) εισήχθησαν ταυτόχρονα για να διερευνηθεί η αμοιβαία ανεξαρτησία τους. Δεύτερον, οι δύο μεταβλητές μέτρησης της διάπραξης και της θυματοποίησης από εκφοβισμό, κατά την εγγραφή τους, ρυθμίστηκαν με βάση τις μεταβλητές που είχαν εισαχθεί στο παρελθόν. Τρίτον, οι ψυχολογικές μεταβλητές εισήχθησαν χωριστά και ρυθμίστηκαν σύμφωνα με τους προηγούμενους παράγοντες εκφοβισμού και τους περιβαλλοντικούς παράγοντες. Τέλος, σημαντικές συσχετίσεις μεταξύ των προηγούμενων εμπειριών εκφοβισμού και αυτών που υφίστανται τώρα προσαρμόστηκαν στην κατάθλιψη, κατά την έναρξη της διερευνητικής διαδικασίας.

Απόδοση των δεδομένων που λείπουν

Από τα 1.344 παιδιά που ήταν στην αρχή, συμμετείχαν τα 1197 και τα 1187 είχαν πλήρη στοιχεία. Από τα 1197, τα 1106 (92,4%) συμμετείχαν στην παρακολούθηση. Από αυτά τα 129 μεταφέρθηκαν στο δείγμα κατά την παρακολούθηση και δεν είχαν τα βασικά στοιχεία. Δεν υπήρχαν στατιστικές διαφορές των βασικών μεταβλητών μεταξύ αυτών που ανταποκρίθηκαν και αυτών που δεν ανταποκρίθηκαν στην παρακολούθηση. Ο αριθμός των παιδιών που είχαν πλήρη στοιχεία κατά την έναρξη της έρευνας και κατά την παρακολούθηση ήταν 948 και αυτά ήταν διαθέσιμα για 734 από αυτά (77,4%) και για τους γονείς τους στην ανάλυση πολλαπλών μεταβλητών. Το ποσοστό των στοιχείων που έλειπαν δεν ήταν μεγαλύτερο από 15% για κάθε μία μεταβλητή (π.χ. το ποσοστό του εκφοβισμού στην ηλικία των 10 ετών ήταν 89% και το ποσοστό των ψυχολογικών μεταβλητών και των δημογραφικών στοιχείων ήταν 99%).

Για να προβλεφθούν οι τιμές στα στοιχεία που έλειπαν, χρησιμοποιήθηκαν όλες οι γνωστές μεταβλητές που σχετίζονται με το εκφοβισμό μαζί με τις αλληλεξαρτήσεις μεταξύ των μετρήσεων του εκφοβισμού (κλίμακες εκφοβισμού, κλίμακες θυματοποίησης). Οι μεταβλητές που εξετάστηκαν ήταν το φύλο, το αν ζούσαν με

τους γονείς τους, η κοινωνικοοικονομική τους κατάσταση, το ακαδημαϊκό τους επίπεδο, η συμπεριφορά τους και τα ψυχολογικά τους χαρακτηριστικά.

Αποτελέσματα

Περιγραφή του δείγματος

Τα παιδιά, αρχικά, ήταν 603 αγόρια (50,8%) και 584 κορίτσια (49,2%) και αυτά που συμμετείχαν στην παρακολούθηση ήταν 481 αγόρια (55,1%) και 467 κορίτσια (44,8%). Οι γονείς που συμμετείχαν, αρχικά, ήταν το 15,7% ο πατέρας, το 70,3% η μητέρα και το 14,0% δεν είχε προσδιοριστεί το φύλο του και από αυτούς που συμμετείχαν στην παρακολούθηση ήταν το 14,7% ο πατέρας, το 69,5% η μητέρα και το 15,8% δεν είχε προσδιοριστεί το φύλο του. Το μέσο ύψος των παιδιών αρχικά και κατά την παρακολούθηση ήταν 1,36 και 1,50 m αντίστοιχα και το μέσο βάρος ήταν 33,4 και 41,7 kg αντίστοιχα. Η μέση ηλικία των πατεράδων αρχικά και κατά την παρακολούθηση ήταν 42 και 43,8 χρονών αντίστοιχα και των μητέρων 38,8 και 40,7 χρονών αντίστοιχα. Η μέση βαθμολογία της διάπραξης και της θυματοποίησης του cyberbullying κατά την παρακολούθηση ήταν 2,84 και 2,70 αντίστοιχα. Δεν υπήρχαν σχολικές διαφορές στα χαρακτηριστικά του δείγματος.

	Αρχικά	Κατά την παρακολούθηση
Αγόρια	603	481
Κορίτσια	584	467
Πατέρας (%)	15,7	14,7
Μητέρα (%)	70,3	69,5
Μη προσδιορισμένο φύλο (%)	14	15,8
Μέσο ύψος (m)	1,36	1,50
Μέσο βάρος (kg)	33,4	41,7
Μέση ηλικία πατεράδων (χρόνια)	42	43,8
Μέση ηλικία μητέρων (χρόνια)	38,8	40,7

Πίνακας 21: Περιγραφή δείγματος αρχικά και κατά την παρακολούθηση

Βασικοί παράγοντες που σχετίζονται με τη διάπραξη και τη θυματοποίηση του κλασσικού εκφοβισμού και του cyberbullying κατά την παρακολούθηση

Οι μη προσαρμοσμένες αναλύσεις έδειξαν τους ακόλουθους βασικούς παράγοντες που σχετίζονταν σε μεγάλο βαθμό με τη διάπραξη και τη θυματοποίηση του κλασσικού εκφοβισμού και του cyberbullying κατά την παρακολούθηση: το ανδρικό φύλο, η υψηλή κατάθλιψη και η χαμηλή αυτοεκτίμηση. Το χαμηλό ακαδημαϊκό επίπεδο, η τυχόν προηγούμενη διάπραξη εκφοβισμού και το υψηλό άγχος συνδέονται με τη διάπραξη του κλασσικού εκφοβισμού και με τη διάπραξη και τη θυματοποίηση από κυβερνοεκφοβισμό. Το να ζει κάποιος σε μονογονεϊκή οικογένεια συνδέεται με τα παραπάνω, όπως και τα υψηλού επιπέδου συμπτώματα της ΔΕΠΥ. Ακόμα, συνδέονται με αυτά η υψηλή ψυχοπαθολογία και κάποια τυχόν προηγούμενη θυματοποίηση από εκφοβισμό.

Μοντέλα πολλαπλών μεταβλητών παλινδρόμησης του κλασσικού εκφοβισμού

Μετά από τη ρύθμιση άλλων περιβαλλοντικών παραγόντων, το αρσενικό φύλο και αυτοί που ζούνε με τον ένα γονέα παρέμειναν συνδεδεμένα με τη διάπραξη και τη

θυματοποίηση από κλασσικό εκφοβισμό. Επίσης, σχετίζεται με αυτό και κάποια τυχόν προηγούμενη διάπραξη.

Μετά από ρύθμιση των προηγούμενων εμπειριών του εκφοβισμού και των περιβαλλοντικών παραγόντων, τα υψηλά ποσοστά κατάθλιψης και τα συμπτώματα της ΔΕΠΥ παρέμειναν συνδεδεμένα με τη θυματοποίηση από τον κλασσικό εκφοβισμό. Όταν, αρχικά, ρυθμίστηκε η κατάθλιψη, η συσχέτιση μεταξύ του κλασσικού εκφοβισμού και της τυχόν προηγούμενης διάπραξης μειώθηκε κάτω από τα σημαντικά επίπεδα.

Μοντέλα πολλαπλών μεταβλητών παλινδρόμησης του cyberbullying

Μετά από τη ρύθμιση άλλων περιβαλλοντικών παραγόντων, το αρσενικό φύλο και η χαμηλή ακαδημαϊκή επίδοση παρέμειναν συσχετισμένα τόσο με τη διάπραξη, όσο και με τη θυματοποίηση από cyberbullying. Και μετά από τη ρύθμιση όλων αυτών των παραγόντων, η εμπειρία τυχόν προηγούμενης διάπραξης παρέμεινε συσχετισμένη με τα παραπάνω.

Μετά από τη ρύθμιση της τυχόν προηγούμενης εμπειρίας από εκφοβισμό και των περιβαλλοντικών παραγόντων, η διάπραξη του κυβερνοεκφοβισμού συνδεόταν σημαντικά με την υψηλή κατάθλιψη, το υψηλό άγχος και τη χαμηλή αυτοεκτίμηση και η θυματοποίηση από αυτόν με τη μείωση της αυτοεκτίμησης. Μετά από περαιτέρω ρύθμιση των καταθλιπτικών συμπτωμάτων, η συσχέτιση μεταξύ διάπραξης διαδικτυακού εκφοβισμού και προηγούμενης εμπειρίας διάπραξης έπεσε σε χαμηλά επίπεδα. Ωστόσο, η σύνδεση μεταξύ τυχόν προηγούμενης διάπραξης και της θυματοποίησης από cyberbullying παρέμεινε σε σημαντικά επίπεδα.

Συζήτηση

Σε μια μελέτη σε παιδιά δημοτικού σχολείου στη Νότια Κορέα, ερευνήσαμε τους παράγοντες πρόβλεψης μελλοντικής συμμετοχής ή εμπειρίας στο cyberbullying και στον κλασσικό εκφοβισμό. Βρήκαμε ότι το ανδρικό φύλο και τα καταθλιπτικά συμπτώματα σε μεγάλο βαθμό σχετίζονται και με τα δύο είδη του εκφοβισμού και με τους “ρόλους” του θύτη και του θύματος. Το να ζει κάποιος μόνο με τον ένα γονέα συνδέθηκε και αυτό με τη διάπραξη του κλασσικού εκφοβισμού, ενώ τα υψηλά συμπτώματα της ΔΕΠΥ σχετίστηκαν με τη θυματοποίηση από αυτόν. Η χαμηλή ακαδημαϊκή επίδοση και η χαμηλή αυτοεκτίμηση συνδέθηκαν και με τα δύο. Τα συμπτώματα άγχους σε μεγάλο βαθμό συσχετίστηκαν με τη μετέπειτα διάπραξη κυβερνοεκφοβισμού. Η θυματοποίηση από εκφοβισμό δεν σχετίστηκε με οποιαδήποτε συμπεριφορά ή εμπειρία εκφοβισμού. Η προηγούμενη διάπραξη εκφοβισμού, όμως, συνδέθηκε με τη διάπραξη κλασσικού και διαδικτυακού εκφοβισμού και με τη θυματοποίηση από τον δεύτερο.

Περιβαλλοντικοί παράγοντες κινδύνου για συμπεριφορά και εμπειρία εκφοβισμού

Το ανδρικό φύλο συνδέθηκε με τη διάπραξη και τη θυματοποίηση από όλες τις μορφές του εκφοβισμού. Σε προηγούμενες μελέτες του κλασσικού εκφοβισμού, τα αγόρια ήταν πιο συχνά θύτες, αλλά υπάρχει μια μικρή διαφωνία μεταξύ των φύλων στο αν έχουν υπάρξει θύματα, αν και η μελέτη των Kim et al. ανέφερε ότι τα αγόρια πέφτουν θύματα πιο συχνά από ότι τα κορίτσια μεταξύ των μαθητών γυμνασίου στην Κορέα. Στο cyberbullying, οι διαφορές μεταξύ των φύλων ήταν λιγότερο σαφείς. Ο κυβερνοεκφοβισμός είναι από μία απόψη μια έμμεση μορφή εκφοβισμού (όχι

πρόσωπο με πρόσωπο) και έτσι υποτίθεται ότι προσελκύει περισσότερο τα κορίτσια και όχι τα αγόρια. Ωστόσο, λόγω της τεχνολογικής του πλευράς μπορεί να απευθύνεται περισσότερο στα αγόρια. Τα αγόρια παρουσιάζουν εμφανείς επιθετικές ενέργειες από νεαρή ηλικία πιο συχνά από ότι τα κορίτσια, όπως έχει διαπιστωθεί από όλες τις μελέτες επιθετικότητας και προβλημάτων συμπεριφοράς. Αυτό το εύρημά μας οδηγεί στο συμπέρασμα ότι το ανδρικό φύλο συνδέεται με συμπεριφορές και εμπειρίες και των δυο μορφών του εκφοβισμού και δημιουργεί την ανάγκη για περαιτέρω έρευνα, έτσι ώστε να διευκρινιστούν οι λόγοι που υπάρχουν αυτές οι διαφορές μεταξύ των φύλων και να βοηθηθεί η ανάπτυξη πιο εξελιγμένων προγραμμάτων πρόληψης και παρέμβασης.

Στο δείγμα μας, το χαμηλό ακαδημαϊκό επίπεδο σχετίστηκε με τη διάπραξη και τη θυματοποίηση από cyberbullying, αλλά όχι και από κλασσικό εκφοβισμό. Σε μια προηγούμενη μελέτη του κλασσικού εκφοβισμού του Schwartz, διαπιστώθηκε ότι τα παιδιά που έχουν κακή ακαδημαϊκή επίδοση στο σχολείο ήταν πιθανότερο να είναι στόχοι αυτού. Μία έρευνα για την απόρριψη από συνομήλικους εξέτασε επίσης τις σχέσεις της ακαδημαϊκής επίδοσης και της προσαρμογής στο σχολείο. Άλλες μελέτες δεν έχουν βρει συσχετίσεις μεταξύ των χαμηλών ακαδημαϊκών βαθμών και της συμμετοχής σε συμπεριφορές κλασσικού εκφοβισμού. Ωστόσο, λόγω της έντονης πολιτιστικής έμφασης στην επιτυχία στις χώρες της Ασίας, τα ακαδημαϊκά προσόντα τείνουν να έχουν σημαντική σχέση με την κοινωνική αποδοχή στις ομάδες συνομηλίκων. Μια πιθανή εξήγηση για το εύρημά μας είναι ότι η διάπραξη και η θυματοποίηση από cyberbullying ωθεί τους νέους να απομακρυνθούν από τους συνομήλικούς τους και να “αναπτύξουν σχέσεις” με τον κόσμο του Διαδικτύου και με τις δραστηριότητές του ως οδό διαφυγής από τα προβλήματα που έχουν με την ακαδημαϊκή τους επίδοση. Έτσι, αυξάνονται οι πιθανότητες για τη διάπραξη κυβερνοεκφοβισμού και οι κίνδυνοι για θυματοποίηση από αυτόν. Αυτό που δεν έχει προσδιοριστεί ακόμα είναι το αν η χαμηλή ακαδημαϊκή επίδοση οδηγεί στο cyberbullying ή η γενικότερη υπερβολική χρήση του διαδικτύου και των άλλων ηλεκτρονικών δραστηριοτήτων προκαλεί χαμηλή σχολική επίδοση και αυξάνει τις πιθανότητες για έκθεση στο διαδικτυακό εκφοβισμό.

Μεταξύ των άλλων περιβαλλοντικών συνθηκών, βρήκαμε ότι το να ζει κάποιος μόνο με τον ένα γονέα συνδέεται με τη διάπραξη και τη θυματοποίηση από κλασσικό εκφοβισμό. Σε μικρότερα παιδιά, είναι σημαντικό να προσδιοριστούν οι παράγοντες κινδύνου εμπλοκής σε εκφοβισμό για να μπορέσουν να αποτραπούν τέτοια περιστατικά.

Σύνδεση μεταξύ τυχόν προηγούμενης και της παρούσης εμπειρίας και συμπεριφοράς εκφοβισμού

Η σχέση μεταξύ κάποιας προηγούμενης εμπειρίας ή συμπεριφοράς εκφοβισμού με τον κλασσικό εκφοβισμό και το cyberbullying ήταν ένα σημαντικό εύρημα. Μία προηγούμενη έρευνα είχε δείξει ότι τα παιδιά που εκτίθενται σε διαπροσωπική βία είναι πιθανότερο να δείξουν επιθετικότητα, πιθανόν ως αποτέλεσμα κοινωνικής μάθησης, αφού αντιλαμβάνονται τη βία ως μία αποδεκτή μέθοδο για επίλυση συγκρούσεων. Επιπλέον, τα παιδιά που εκφοβίζουν άλλους συχνά έδειχναν επίμονα δυσπροσαρμοστικά πρότυπα συμπεριφοράς. Στο δείγμα μας, η προηγούμενη διάπραξη κλασσικού εκφοβισμού συνδέθηκε και με αντίστοιχες τωρινές πράξεις. Ωστόσο, μετά από περαιτέρω ρύθμιση των καταθλιπτικών συμπτωμάτων, η συσχέτιση ήταν εξασθενημένη. Αυτό υποδηλώνει ότι κάποιο προηγούμενο

περιστατικό εκφοβισμού δεν έχει απαραίτητα σχέση με τη μετέπειτα συμπεριφορά. Απ' την άλλη, όμως, συνδέεται με τη θυματοποίηση από κυβερνοεκφοβισμό και η συσχέτιση αυτή παρέμεινε και μετά τη ρύθμιση των καταθλιπτικών συμπτωμάτων. Έχει αποδειχθεί, πάντως, ότι το να είναι κάποιος θύμα κλασσικού εκφοβισμού έχει βραχυπρόθεσμες και μακροπρόθεσμες αρνητικές επιπτώσεις. Ο διαδικτυακός εκφοβισμός και η θυματοποίηση από αυτόν έχει βρεθεί ότι σχετίζονται με το υψηλό επίπεδο κλασσικού εκφοβισμού σε συνομήλικους και τη θυματοποίηση από αυτό, αντίστοιχα. Στο cyberbullying, ο δράστης είναι λιγότερο πιθανό να λάβει κάποια άμεση απάντηση από το θύμα, η οποία θα μπορούσε να μειώσει την ικανοποίησή του. Μια πιθανή εξήγηση για αυτό το εύρημα είναι ότι ο δράστης του κλασσικού εκφοβισμού θα μπορούσε στη συνέχεια να γίνει θύμα κυβερνοεκφοβισμού από προηγούμενα θύματά του. Έτσι, είναι απαραίτητο να αναπτυχθούν από νωρίς παρεμβάσεις για να μειωθεί ο εκφοβισμός και η θυματοποίηση στα σχολεία.

Ψυχολογικοί παράγοντες και εμπειρίες και συμπεριφορές εκφοβισμού

Στη μελέτη μας, η κατάθλιψη συνδεόταν σημαντικά με την μετέπειτα διάπραξη και θυματοποίηση από κλασσικό εκφοβισμό και cyberbullying, μια σχέση που συνέχισε να υφίσταται και μετά τη ρύθμιση των άλλων περιβαλλοντικών παραγόντων και της προηγούμενης εμπειρίας και συμπεριφοράς εκφοβισμού. Προηγούμενες μελέτες έχουν δείξει σταθερά ότι η κατάθλιψη συνδέεται με την έκθεση και στις δύο αυτές μορφές του εκφοβισμού. Η θυματοποίηση από κλασσικό εκφοβισμό στα παιδιά του 10ου δημοτικού βρέθηκε να σχετίζεται με καταθλιπτικά συμπτώματα 1 χρόνο αργότερα και οι μαθητές που συμμετείχαν σε αυτόν βρέθηκαν να έχουν σημαντικά υψηλότερο κίνδυνο για τάσεις αυτοκτονίας και αυτοκτονική συμπεριφορά. Ωστόσο, (απ' όσο γνωρίζουμε) λίγες μελέτες έχουν διερευνήσει την σχέση μεταξύ κατάθλιψης και μετέπειτα συμπεριφοράς εκφοβισμού, ιδιαίτερα κυβερνοεκφοβισμού. Τα ευρήματά μας υποδηλώνουν ότι τα καταθλιπτικά συμπτώματα έχουν σχέση με αυτήν, τονίζοντας περισσότερο την ανάγκη για την έγκαιρη διάγνωση και διαχείρισή τους.

Στο δείγμα μας, το υπερβολικό άγχος συνδέθηκε με τη διάπραξη διαδικτυακού εκφοβισμού. Η σχέση μεταξύ του κλασσικού εκφοβισμού, του cyberbullying και του άγχους έχει βρεθεί σε πολλές μελέτες, αλλά δεν έχει δρομολογηθεί η ανάλογη μελλοντική έρευνα. Ένας πιθανός λόγος είναι ότι τα παιδιά με υψηλό ποσοστό άγχους συμμετέχουν στη διάπραξη του κυβερνοεκφοβισμού ως απόδραση από το άγχος και την επιθετικότητα και τον θεωρούν προτιμότερο, λόγω της αποστασιοποίησης του δράστη με το θύμα του. Η χαμηλή αυτοεκτίμηση συνδέθηκε και με τη διάπραξη και με τη θυματοποίηση από το διαδικτυακό εκφοβισμό. Για το αν οι δράστες του κλασσικού εκφοβισμού έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση υπάρχουν διάφορες απόψεις, αν και υπάρχουν ενδείξεις για αυτό. Τα ευρήματά μας ήταν λιγότερο συνεπή σε σχέση με αυτά της κατάθλιψης, γιατί η χαμηλή αυτοεκτίμηση σχετίστηκε μόνο με τη διάπραξη και τη θυματοποίηση από cyberbullying και όχι με την πρόβλεψη του κλασσικού εκφοβισμού. Το παραπάνω χαρακτηριστικό είναι πιθανό να επηρεάζει την ικανότητα των παιδιών να προσαρμοστούν σε νέες καταστάσεις, με αποτέλεσμα να αδυνατούν να αντιδράσουν στην αυξημένη έκθεση στο διαδίκτυο και στην πιθανή εμπειρία ή συμπεριφορά εκφοβισμού μέσα από αυτό. Τα συμπτώματα της ΔΕΠΥ συσχέτιστηκαν με πενταπλάσια αύξηση του κινδύνου θυματοποίησης από τον κλασσικό εκφοβισμό. Σε μια μελέτη σε παιδιά τετάρτης δημοτικού, η διάγνωσή της συνδέθηκε με τριπλάσια αύξηση της πιθανότητας διάπραξης εκφοβισμού και με δεκαπλάσια αύξηση της πιθανότητας θυματοποίησης από εκφοβισμό. Τα ευρήματά μας υποδηλώνουν ότι η κατανόηση και η διαχείριση

της ψυχοπαθολογίας των παιδιών (ΔΕΠΥ, κατάθλιψη, άγχος) αποτελούν ουσιαστικό μέρος της παρέμβασης που σχετίζεται με τον εκφοβισμό και μπορεί να συμβάλει στη μείωση του αριθμού αυτών που εμπλέκονται σε συμπεριφορές και των δύο μορφών του εκφοβισμού.

Η σχέση μεταξύ της ψυχοπαθολογίας και των συμπεριφορών εκφοβισμού αναλύθηκε εκτενώς σε ότι αφορά την αιτιότητά της. Από τη μία, τα παιδιά με προβλήματα, που είτε τα κρατάνε μέσα τους, είτε τα εξωτερικεύουν, κινδυνεύουν περισσότερο για εμπλοκή σε εκφοβισμό. Από την άλλη, έχει βρεθεί ότι στα παιδιά που βιώνουν θυματοποίηση υπάρχει επιδείνωση της συμπεριφοράς τους, της συναισθηματικής τους κατάστασης και της ψυχοκοινωνικής λειτουργικότητάς τους. Θεωρώντας ότι η εξωτερίκευση των συμπτωμάτων σχετίζεται με τη ΔΕΠΥ και η εσωτερίκευση αυτών με την κατάθλιψη, τα αποτελέσματά μας υποστηρίζουν το ρόλο της ψυχοπαθολογίας στην προέλευση της εκφοβιστικής συμπεριφοράς και εμπειρίας.

Στα πλεονεκτήματα της μελέτης συμπεριλαμβάνονται το μεγάλο μέγεθος δείγματος των παιδιών σχολικής ηλικίας, η συνέπεια στα ποσοστά και οι πλήρεις αξιολογήσεις. Πρέπει, όμως, να αναφερθούν και ορισμένοι περιορισμοί. Πρώτον, μπορεί να υπάρχει προκατάληψη μεταξύ των παιδιών που είχαν εμπλακεί σε κλασσικό εκφοβισμό και αυτών που είχαν εμπλακεί σε cyberbullying. Οι μετρήσεις που χρησιμοποιήθηκαν για την αξιολόγηση του κυβερνοεκφοβισμού είχαν να κάνουν με e-mail, με chat room, με μηνύματα κειμένου και με τηλεφωνήματα, και μπορεί να έχουν χάσει άλλα μέσα σε αυτόν τον ταχέως αναπτυσσόμενο τομέα. Σε ότι αφορά τον κλασσικό εκφοβισμό, η αυτοαναφορά είναι γενικά αποδεκτή σε μελέτες που σχετίζονται με συμπεριφορές εκφοβισμού, με δεδομένο ότι τα παιδιά είναι συχνά οι πιο σωστοί πληροφοριοδότες. Ωστόσο, το γεγονός αυτό μπορεί να περιορίζεται μεταξύ των δραστών οι οποίοι επιθυμούν να ελαχιστοποιήσουν την πραγματική εικόνα της συμπεριφοράς τους, αλλά και μεταξύ των θυμάτων που μπορεί να είναι περισσότερο ευαίσθητα σε φυσιολογικά γεγονότα. Δεύτερον, ο διαδικτυακός εκφοβισμός μελετήθηκε μόνο για ένα έτος και έτσι δεν αξιολογήθηκαν οι διαφορές από ηλικία σε ηλικία. Θα πρέπει να ληφθεί υπ' όψιν ότι τουλάχιστον μία μελέτη έχει αναφέρει ότι το cyberbullying είναι περισσότερο διαδεδομένο μεταξύ των μαθητών γυμνασίου και όχι στα πρώτα εφηβικά χρόνια. Ωστόσο, ορισμένες μελέτες δεν έχουν διαπιστώσει καμία σημαντική επίδραση της ηλικίας σε αυτόν. Το 2009, το Γραφείο Εκπαίδευσης Seoul Metropolitan ανέφερε ότι το 41,4% των παιδιών του δημοτικού σχολείου διέθετε κινητό τηλέφωνο και το ποσοστό αυξανόταν κατά 10% για κάθε επόμενο έτος (από 15,4% στο 1ο έτος σε 66,4% στο 6ο). Η τάση αυτή αυξάνει τις ευκαιρίες ενός παιδιού για συμμετοχή σε κυβερνοεκφοβισμό. Τρίτον, επειδή ο διαδικτυακός εκφοβισμός είναι ένα σχετικά νέο φαινόμενο, δεν είχαν εγκριθεί πλήρως τα ερωτηματολόγια όταν έγινε η μελέτη. Ωστόσο, ένα πρόσφατα δημοσιευμένο ερωτηματολόγιο είχε αναπτύξει και παρείχε μία μέτρηση για τους διάφορους τύπους του bullying, όπως η σωματική βία, και για τον συγκεκριμένο εκφοβισμό στο Διαδίκτυο. Τέλος, τα παιδιά σε αυτήν τη μελέτη δεν μπορούν να θεωρηθούν ότι είναι εκπρόσωποι σε εθνικό ή σε διεθνές επίπεδο και απαιτείται περαιτέρω έρευνα για να διερευνηθεί το βαθμό στον οποίο αυτές οι σχέσεις υφίστανται.

Επιπτώσεις

Αυτή η μελέτη χρησιμοποίησε τα ατομικά στοιχεία και τους ψυχολογικούς παράγοντες που μετρώνται στην ηλικία των 10 χρόνων από τη βάση του σχολείου για να διερευνηθούν οι προγνωστικοί παράγοντες του κλασσικού εκφοβισμού και του

cyberbullying στην ηλικία των 12. Έτσι, τα ευρήματά μας δείχνουν συγκεκριμένους παράγοντες που δυνητικά συμβάλλουν στον κίνδυνο αυτών των συμπεριφορών και των εμπειριών. Ως εκ τούτου, υπάρχουν σαφή πλεονεκτήματα από αυτά. Ωστόσο, θα χρειαστούν περαιτέρω επαναλαμβανόμενες μετρήσεις για συμμετοχή στον κυβερνοεκφοβισμό, έτσι ώστε να καθοριστεί με μεγαλύτερη ακρίβεια το σχετικό χρονοδιάγραμμα της έκθεσης των αποτελεσμάτων. Ιδιαίτερη προσοχή πρέπει να δοθεί στον προσδιορισμό των παραγόντων κινδύνου για να αποφευχθεί έγκαιρα η συμμετοχή σε εκφοβισμό. Η παροχή πρόσθετης στήριξης στις οικογένειες (μονογονεϊκές), τα σχολεία (βελτίωση της ακαδημαϊκής επίδοσης) και των παιδιών (άτομα με ΔΕΠΥ, άγχος ή καταθλιπτικά συμπτώματα) μπορεί να συμβάλλει στη μείωση των αποτελεσμάτων του εκφοβισμού. Τα ευρήματά μας υποδηλώνουν ότι μπορεί να υπάρχουν διαφορές μεταξύ των δύο μορφών του εκφοβισμού σε σχέση με την αιτιολογία τους και ότι οι παρεμβάσεις χρειάζεται να επικεντρωθούν στα εξής: τη διαχείριση των καταθλιπτικών συμπτωμάτων για την πρόληψη της διάπραξης του παραδοσιακού εκφοβισμού και την παράλληλη ενίσχυση της ακαδημαϊκής επίδοσης και της αυτοεκτίμησης για την πρόληψη του cyberbullying, ιδίως στα αγόρια.

3.5 Η επικράτηση του εκφοβισμού σε όλα τα περιβάλλοντα: Μια μετα-ανάλυση μετρήσεων του cyberbullying και του κλασσικού εκφοβισμού

6 June 2014

Authors: Kathryn L. Modecki, Jeannie Minchin, Allen G. Harbaugh, Nancy G. Guerra, Kevin C. Runions

From: School of Psychology and Exercise Science, Murdoch University, Australia

Prevention Research Center, Arizona State University, Arizona

School of Education, Boston University, Massachusetts

Department of Psychology, University of Delaware, Delaware

Department of Educational Psychology and Leadership Studies, University of Victoria, Canada



Περίληψη

Η συμμετοχή σε εκφοβισμό οποιασδήποτε μορφής μπορεί να έχει μακροχρόνιες σωματικές και συναισθηματικές συνέπειες για τους εφήβους. Σχετικά με τα προγράμματα και τις πολιτικές που συμβάλλουν στη διασφάλιση της νεολαίας, είναι σημαντικό να κατανοήσουμε την επικράτηση του εκφοβισμού στα διαδικτυακά και τα πραγματικά περιβάλλοντα. Πραγματοποιήσαμε μια λεπτομερή ανασκόπηση της βιβλιογραφίας και εντοπίσαμε 80 μελέτες που ανέφεραν αντίστοιχα ποσοστά για την επικράτηση του cyberbullying και του κλασσικού εκφοβισμού και για την επιθετικότητα των εφήβων. Υπολογίστηκε ο μέσος όρος των μεγεθών επίδρασης και τα χαρακτηριστικά της μέτρησης θεωρήθηκαν ως συντονιστές για να εξηγηθούν οι διακυμάνσεις στα ποσοστά επικράτησης και οι συσχετίσεις των δύο μορφών του εκφοβισμού στο δείγμα των μελετών. Τα ποσοστά επικράτησης του κυβερνοεκφοβισμού ήταν χαμηλότερα από αυτά του κλασσικού εκφοβισμού και οι δύο αυτοί τύποι σχετίζονταν σε μεγάλο βαθμό μεταξύ τους. Κάποια χαρακτηριστικά της μέτρησης μετρίασαν τη μεταβλητότητα της επικράτησης του εκφοβισμού, λαμβάνοντας υπόψη ότι η έμφαση στην επιθετικότητα του κλασσικού εκφοβισμού αύξανε την συσχέτιση μεταξύ των δύο μορφών του εκφοβισμού. Στην ανασκόπηση της μετα-ανάλυσής μας, η συχνότητα του κλασσικού εκφοβισμού ήταν διπλάσια σε σχέση με αυτήν του διαδικτυακού. Οι δύο αυτοί, όμως, σχετίζονταν σε μεγάλο βαθμό, γεγονός που υποδηλώνει ότι η μείωση της συμμετοχής σε επιθετικές πράξεις πρέπει να αποτελεί πρωταρχικό στόχο στις αντίστοιχες παρεμβάσεις και τις πολιτικές.

Οι μελετητές έχουν από καιρό αναγνωρίσει ότι η πρόληψη της επιθετικότητας της νεολαίας και του εκφοβισμού είναι ένα μείζον ζήτημα δημόσιας υγείας. Την τελευταία δεκαετία, η έμφαση των ερευνών έχει μετατοπιστεί στην πρόληψη της online επιθετικότητας, όπου οι έφηβοι μπορεί να είναι και θύτες και θύματα. Τα δεδομένα από τις δημοσιευμένες μελέτες δείχνουν ότι η συμμετοχή σε εκφοβισμό, είτε διαδικτυακό, είτε κλασσικό, επηρεάζει αρνητικά την προσαρμογή των νέων. Η συνειδητοποίηση ότι αυτός μπορεί να έχει χρόνιες σωματικές και συναισθηματικές συνέπειες έχει οδηγήσει τους γονείς, τους εκπαιδευτικούς, και τους φορείς χάραξης της πολιτικής στο να “αγκαλιάσουν” τις προσπάθειες παρέμβασης, και πλέον υπάρχει ουσιαστικό εκπαιδευτικό και κλινικό ενδιαφέρον για τα προγράμματα που συμβάλλουν στο μετριασμό των βλαβερών συνεπειών του. Σε μια προσπάθεια για την καλύτερη κατανόηση της επικράτησης των δύο μορφών του εκφοβισμού, ένας αυξανόμενος αριθμός ερευνών έχει εξετάσει το ίδιο φαινόμενο. Αυτές οι μελέτες έχουν δείξει χρήσιμα πράγματα για τον σχεδιασμό των προγραμμάτων πρόληψης, αλλά η μεικτή εικόνα των αποτελεσμάτων παρουσιάζει διάφορες προσεγγίσεις για τις μετρήσεις και τη μεθοδολογική αυστηρότητα. Ως εκ τούτου, οι μελετητές δεν έχουν μια σαφή εικόνα της έκτασης του προβλήματος του cyberbullying σε σχέση με τον κλασσικό εκφοβισμό και του κατά πόσο αυτή προσεγγίζεται από τα δηλωθέντα αριθμητικά στοιχεία.

Για τις πολιτικές και τα προγράμματα για την προστασία των νέων από τις επιζήμιες συνέπειες του εκφοβισμού, το πρώτο σημαντικό είναι να οριοθετηθούν οι συνθήκες κάτω από τις οποίες αυτός λαμβάνει χώρα. Δυστυχώς, αν και πολυάριθμες μελέτες έχουν εξετάσει την επικράτηση του κυβερνοεκφοβισμού και άλλων σχετικών φαινομένων (π.χ. επιθετικότητα στο Διαδίκτυο, ηλεκτρονική επιθετικότητα) και ένα σύνολο ερευνών έχει αντιπαραβάλλει την επικράτηση του διαδικτυακού εκφοβισμού με τον κλασσικό και με άλλα είδη εκφοβισμού (π.χ. σχεσιακή επιθετικότητα), ο βαθμός στον οποίο οι έφηβοι συμμετέχουν σε διάφορες μορφές επιθετικότητας, είτε διαδικτυακές, είτε πραγματικές, παραμένει ασαφής. Σε αυτήν τη μετα-ανάλυση, έχουμε κάνει μία ανασκόπηση των αποτελεσμάτων που έχουν μετρήσει τα ποσοστά επικράτησης των δύο μορφών εκφοβισμού, αλλά και της μεταξύ τους σχέσης. Χρησιμοποιούμε το γενικό όρο “εκφοβισμός” για να περιγράψουμε τις επιζήμιες συμπεριφορές που εμφανίζονται στο διαδικτυακό και στον πραγματικό κόσμο, γιατί στην πράξη η διάκριση μεταξύ του εκφοβισμού και της επιθετικότητας δεν είναι πάντα σαφής. Επιπλέον, το αν η μεταβλητότητα των ποσοστών επικράτησης οφείλεται εν μέρει στις διαφορές στις μετρήσεις παραμένει ένα ερώτημα. Για παράδειγμα, οι σαφείς αναφορές στον εκφοβισμό, η πιθανή επιρροή των ορισμών αυτού στα αποτελέσματα της μελέτης και άλλοι παράγοντες μέτρησης είναι οι συντονιστές που θα βοηθήσουν στο να εξηγηθεί η μεταβλητότητα των ποσοστών μεταξύ των διαφόρων μελετών.

Οι online δραστηριότητες που είναι επιβλαβείς σε άλλους περιγράφονται από μια σειρά από όρους, όπως η παρενόχληση στο Διαδίκτυο, ο εκφοβισμός, η επιθετικότητα και το cyberbullying. Οι έφηβοι είναι πιθανόν να αναπτύξουν ένα σύνολο συμπεριφορών στα online περιβάλλοντα, οι οποίες εσκεμμένα βλάπτουν άλλους. Η επικράτηση αυτών των συμπεριφορών, προς το παρόν, δεν είναι πλήρως προσδιορισμένη. Ενδεικτικά, οι τιμές στη βιβλιογραφία για τη διάπραξη του κυβερνοεκφοβισμού κυμαίνονται από 5,3% έως 31,5%, ενώ για τη θυματοποίηση από αυτόν από 2,2% έως 56,2%. Οι έρευνες σε αυτόν το χώρο είναι ιδιαίτερα σημαντικές,

γιατί ακόμα και μικρές διαφορές στις τιμές επικράτησης μπορεί να αναιρούν τις βλαβερές συνέπειες.

Η μεταβλητότητα στα ποσοστά επικράτησης δεν περιορίζεται στις μελέτες που σχετίζονται με online συμπεριφορές. Υπάρχουν επίσης μεγάλες διαφορές στα ποσοστά του κλασσικού εκφοβισμού μεταξύ των μελετών που συγκρίνουν την επικράτηση των online και των πραγματικών συμπεριφορών. Για παράδειγμα, τα ποσοστά της διάπραξης του κλασσικού εκφοβισμού κυμαίνονται από 9,68% έως 89,6% και κάτι αντιστοίχο ισχύει και στη θυματοποίηση από αυτόν με ποσοστά από 9% έως 97,9%. Ως αποτέλεσμα αυτών των διαφορών, είναι δύσκολο να προσδιοριστεί επακριβώς η ενσωμάτωση του διαδικτυακού και του κλασσικού εκφοβισμού. Τι μπορεί να προσδιοριστεί από τέτοιες αποκλίσεις στις εκτιμήσεις;

Οι ασυνέπειες στις μετρήσεις φαίνονται έντονα στα διαφορετικά ποσοστά επικράτησης και στις δύο μορφές του εκφοβισμού και οι μελετητές έχουν ζητήσει μεγαλύτερη ταύτιση στον καθορισμό τους και τις μετρήσεις τους. Οι ορισμοί του εκφοβισμού ποικίλλουν και δεν έχουν εγκρίνει όλοι οι ερευνητές τον ευρέως πιο χρησιμοποιούμενο ορισμό του που είναι: οι επιβλαβείς και επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές που συμβαίνουν επειδή ένα δράστης είναι πιο ισχυρός από το θύμα του. Οι ορισμοί του κυβερνοεκφοβισμού είναι ιδιαίτερα αμφιλεγόμενοι και ορισμένοι μελετητές αμφισβητούν την σημασία τους με την επιβολή των τριών κριτηρίων του εκφοβισμού (πρόθεση, επαναληπτικότητα και ανισορροπία εξουσίας) στην σφαίρα της τεχνολογίας. Ακόμα, η επίδραση του να συμπεριληφθεί ένας ορισμός στην επικράτηση είναι ασαφής. Σε μία πειραματική μελέτη, η συμπερίληψη ενός τέτοιου ορισμού δεν επηρέασε τα ποσοστά θυματοποίησης ούτε στον online, ούτε στον πραγματικό κόσμο. Ωστόσο, άλλες μελέτες έχουν δείξει ότι οι ορισμοί αυτοί επηρεάζουν τα ποσοστά επικράτησης του κλασσικού εκφοβισμού, αυξάνοντας τα ποσοστά διάπραξης του και μειώνοντας αυτά της θυματοποίησης.

Επίσης, τα χαρακτηριστικά των μετρήσεων μπορούν να βοηθήσουν στον υπολογισμό των μεταβολών των στοιχείων. Κατ' αρχάς, οι ερευνητές αναφέρονται στον εκφοβισμό με πολλούς διαφορετικούς τρόπους. Μερικοί από αυτούς περιλαμβάνουν παραδείγματα συμπεριφοράς που θεωρούν ότι είναι εκφοβισμός (π.χ. “έχεις δημοσιεύσει online μηνύματα;”) και άλλοι προκαλούν έμμεσους ορισμούς (π.χ. “έχεις εκφοβίσει κάποιον μέσω του Διαδικτύου;” ή “έχεις κοροϊδέψει ή πειράξει κάποιον on-line;”). Κάποια παραδείγματα συμπεριφοράς μπορεί να δημιουργήσουν λανθασμένη εντύπωση μέσα από κάποιες εμπειρίες που διαφέρουν από τον ορισμό του εκφοβισμού. Έτσι, οι νέοι μπορεί να μην αναφέρουν εμπειρίες που δεν συμπίπτουν με τα παραδείγματα που παρέχονται και αυτοί που καταγράφουν αυτές τις συμπεριφοράς εξάγουν χαμηλότερα ποσοστά εκφοβισμού. Η πολυπλοκότητα της μέτρησης αυτού μπορεί να εντείνεται περισσότερο με τη χρήση του όρου “θύτης”, η οποία μπορεί να μειώσει την επικράτηση και με τη χρήση περιγραφικών συμπεριφορών, όπως “κοροϊδεύουν” και “πειράζουν”, χωρίς να τονίζεται η σαφής πρόθεση να βλάψουν κάποιον, η οποία μπορεί να αυξήσει την επικράτηση. Τέλος, η μη τυχαία δειγματοληψία συνιστά μία γενική πρόκληση για την κοινότητα, στην οποία βασίζεται η έρευνα και μπορεί να οδηγήσει σε διαστρέβλωση των εκτιμήσεών της. Έτσι, μία ανάλυση που εξυπηρετεί την επιλογή τυχαίων δειγμάτων μπορεί να βοηθήσει στο να εξηγηθεί η μεταβλητότητα των ποσοστών μεταξύ των διαφόρων μελετών.

Ο βαθμός συσχέτισης μεταξύ της συμμετοχής σε online και offline επιθετικότητα είναι επίσης μεγάλης σημασίας και, ως εκ τούτου, έχει προκαλέσει σημαντικές ακαδημαϊκές συζητήσεις. Τα αποδεικτικά στοιχεία των ισχυρών συσχετισμών ενισχύουν το επιχείρημα ότι οι πολιτικές και οι παρεμβάσεις πρέπει να επικεντρώνονται στη συμμετοχή σε όλες τις μορφές επιθετικότητας με στόχο να διδάξουν τους νέους το πώς αντιμετωπίζουμε γενικά ο ένας τον άλλον στο διαδικτυακό και στον πραγματικό κόσμο, για να μπορέσουν να μειωθούν οι άσχημες συμπεριφορές. Οι αδύναμες συσχετίσεις, αντίθετα, δείχνουν ότι η τεχνολογία αύξησε τον αριθμό αυτών που διαπράττουν επιθετικότητα, συμπεριλαμβάνων των νέων, και υποδηλώνουν ότι οι παρεμβάσεις που εστιάζουν στο Διαδίκτυο είναι μια χρήσιμη προσέγγιση για τη δημόσια υγεία. Δυστυχώς, σε αντίθεση με τις μελέτες της επικράτησης, η βιβλιογραφία που σχετίζεται με την αλληλοεπικάλυψη του ηλεκτρονικού και του κλασσικού εκφοβισμού χαρακτηρίζεται από σημαντικές αποκλίσεις. Επεξηγηματικά, μερικές μελέτες βρίσκουν σχετικά αδύναμες τις συσχετίσεις μεταξύ των συμμετοχών στις δύο μορφές του εκφοβισμού. Άλλες μελέτες αναφέρουν πολύ ισχυρές αυτές τις συσχετίσεις, υποστηρίζοντας παρεμβάσεις που στοχεύουν γενικά στις επιβλαβείς συμπεριφορές και περιλαμβάνουν, χωρίς να περιορίζονται σε αυτό, το διαδικτυακό περιβάλλον.

Ακριβώς όπως και στην επικράτηση, οι ανόμοιες προσεγγίσεις των μετρήσεων μπορεί να ευθύνονται για κάποιες από τις διακυμάνσεις των συσχετίσεων που αναφέρονται στις μελέτες. Για παράδειγμα, το είδος της κλασσικής επιθετικότητας έχει πιθανές επιπτώσεις στις συσχετίσεις και ο εκφοβισμός αυτός με το διαδικτυακό εκφοβισμό μπορεί να γίνεται ταυτόχρονα. Επιπλέον, πολλές κλίμακες κλασσικού εκφοβισμού έχουν ερευνηθεί συγκεκριμένες συμπεριφορές στο σχολικό περιβάλλον με μετρήσεις που αναφέρονται “στο σχολείο” ή “σε μαθητές”. Οι οδυνηρές online αλληλεπιδράσεις μπορεί να γίνονται από συμμαθητές του σχολείου, αλλά μπορούν επίσης να συμβούν με συνομήλικους που γνωρίζουν μόνο μέσα από την online επικοινωνία, αλλά και με αγνώστους. Έτσι, οι μελέτες που εξετάζουν τον κλασσικό εκφοβισμό “στο σχολείο” μπορεί να βρουν μικρότερη αντιστοιχία μεταξύ των δύο μορφών του εκφοβισμού από μελέτες που εξετάζουν τον κλασσικό εκφοβισμό σε ένα ευρύτερο τοπίο. Αντίθετα, οι μετρήσεις που διερευνούν περιστατικά κυβερνοεκφοβισμού “με μαθητές” ή που συμβαίνουν “στο σχολείο” μπορεί να δώσουν υψηλότερες συσχετίσεις. Τέλος, όπως και στην επικράτηση, η μη τυχαία δειγματοληψία μπορεί να επηρεάσει την προφανή αλληλοεπικάλυψη των δύο μορφών του εκφοβισμού και πρέπει να λαμβάνεται υπόψη στη διακύμανση των συσχετίσεων μεταξύ των μελετών.

Συνολικά, οι αποκλίσεις αυτές είναι σημαντικές γιατί οι φορείς χάραξης πολιτικής, τα σχολεία και οι γονείς ενδιαφέρονται για πληροφορίες που σχετίζονται με τις παρεμβάσεις στη νεολαία και έχουν στόχο να μειώσουν την συμμετοχή σε επιβλαβείς συμπεριφορές. Πριν από τη μετάφραση των ευρημάτων για την υπεράσπιση και την παρέμβαση, είναι πολύ σημαντικό να παρουσιάσουμε πρώτα τις ακριβείς εκτιμήσεις σχετικά με την έκταση του προβλήματος και να αποδείξουμε πώς οι διαφορετικές αντιλήψεις και οι μετρήσεις επηρεάζουν τα αποτελέσματα. Σε μια προσπάθεια να ορίσουμε μία αφετηρία και να δημιουργήσουμε ένα πλαίσιο για τη μέχρι σήμερα βιβλιογραφία, προχωρήσαμε σε μια μετα-ανάλυση των μετρήσεων των ερευνών για τις δύο μορφές του εκφοβισμού σε εφήβους. Ογδόντα μελέτες ανέφεραν ποσοστά επικράτησης του να είναι κάποιος θύτης στις δύο αυτές μορφές και του να είναι κάποιος θύμα σε αυτές. Μετά από συστάσεις βέλτιστων πρακτικών από τους Lipsey και Wilson, κωδικοποιήσαμε και αναλύσαμε μελέτες που όλες μαζί έχουν δείγμα

335.519 νέων, για να υπολογίσουμε τα μέσα ποσοστά επικράτησης και να προσδιορίσουμε το βαθμό αλληλοεπικάλυψης του cyberbullying και του κλασσικού εκφοβισμού σε όλες τις μελέτες. Επιπλέον, εξετάσαμε το κατά πόσον τα χαρακτηριστικά της μελέτης αντιπροσώπευαν συστηματικές διακυμάνσεις των ποσοστών επικράτησης και των συσχετίσεων μεταξύ των μελετών.

Μέθοδοι

Επιλογή Μελέτης

Χρησιμοποιήθηκαν διάφορες μέθοδοι για τον εντοπισμό των μελετών που επιλέξαμε. Αρχικά, πραγματοποιήσαμε μια έρευνα σε βάσεις δεδομένων χρησιμοποιώντας το PsycINFO, το PubMed, το Κέντρο Πληροφόρησης Εκπαιδευτικών Μέσων (Educational Resources Information Centre), τις Διδακτορικές και τις Διατριβές Proquest (Proquest Dissertations and Theses), το Scopus και το Google Scholar, στα οποία εισάγαμε σαν λέξεις - κλειδιά συνδυασμούς των παρακάτω λέξεων: έφηβος, ανήλικοι, εφηβική, παρενόχληση, θύμα, θύτης, επιθετικότητα, cyber, on-line, διαδίκτυο και ηλεκτρονικός. Για να μειώσουμε τη μεροληψία της δημοσίευσης, συμπεριλάβαμε διδακτορικές και διατριβές. Τέλος, ελέγξαμε τη λίστα των αναφορών που βρίσκεται σε κάθε άρθρο, στις μελέτες που θα μπορούσαν ενδεχομένως να συμπεριληφθούν στο δείγμα μας. Στην ανάλυσή μας περιορίσαμε τις μελέτες αυτές σε εκείνες που πληρούν τα ακόλουθα κριτήρια ένταξης: είναι γραμμένες στα αγγλικά και περιλαμβάνουν ένα δείγμα εφήβων (με το εύρος ηλικίας να κυμαίνεται μεταξύ 12 και 18 χρονών). Ακριβώς πριν την συλλογή δεδομένων έγινε μία αυτοαναφορά, η οποία ανέφερε τα ποσοστά επικράτησης του cyberbullying και του κλασσικού εκφοβισμού και δεν βασιζόταν σε ένα συγκεκριμένο υποσύνολο της νεολαίας (π.χ. τους νέους που έχουν προβλήματα κώφωσης). Η αρχική μας έρευνα εντόπισε 1.951 μελέτες, και από τα άρθρα που είχαν εντοπιστεί, το τελικό δείγμα μας αποτελείτο από 80 μελέτες που είχαν κωδικοποιηθεί για τη μελέτη και τη μέτρηση του επιπέδου των αποτελεσμάτων.

Κωδικοποίηση μελετών

Αρχικά, οι K.L.M. και J.M. δημιούργησαν μια προσωρινή μορφή κωδικοποίησης και ένα εγχειρίδιο. Στη συνέχεια, κωδικοποίησαν πιλοτικά πέντε μελέτες, ανεξάρτητα την κάθε μία, και έπειτα αναθεώρησαν τα κριτήρια κωδικοποίησης που βασίζονται σε κάποια καθορισμένα ζητήματα. Τα ίδια αυτά άρθρα κωδικοποιήθηκαν ξανά στο τέλος της μελέτης, με τέλεια αξιοπιστία, αφού είχε επανεξεταστεί η δοκιμή. Μετά την πιλοτική δοκιμή, οι ίδιοι ερευνητές κωδικοποίησαν τις μελέτες, ανεξάρτητα την κάθε μία, με ποσοστό συμφωνίας 98% μεταξύ αυτών. Όταν οι πληροφορίες που κωδικοποιούσαμε ήταν ελλιπείς ή ασαφείς, ερχόμασταν σε επαφή με το βασικό συγγραφέα της μελέτης για να ζητήσουμε τις απαιτούμενες πληροφορίες. Επειδή η εκπροσώπηση του δείγματος επηρεάζει τις εκτιμήσεις της επικράτησης, κωδικοποιήσαμε το αν οι ερευνητές είχαν εισάγει ένα βαθμό τυχαιότητας στο πρωτόκολλο τους, όπως τυχαία κλήση ψηφίων ή τυχαία επιλογή τάξεων στα σχολεία.

Στατιστικές αναλύσεις

Χρησιμοποιήσαμε μοντέλα σταθερών παραγόντων για διάφορους λόγους. Πρώτον, επειδή είχαμε στόχο να κατανοήσουμε τη μεταβλητότητα των ποσοστών επικράτησης σε όλες τις υπάρχουσες μελέτες, και όχι να επεκτείνουμε αυτές σε έναν ευρύτερο πληθυσμό που μπορεί να μην έχει συμπεριληφθεί στην ανάλυση. Θέλαμε να μην συμβεί αυτό ειδικά στον εκφοβισμό, επειδή είναι μια αναδυόμενη περιοχή μελέτης και θεωρήσαμε ότι αυτό ήταν πιθανό να συμβεί. Επιπλέον, οι πάρα πολύ μεγάλες

αποκλίσεις των αποτελεσμάτων μεταξύ των μελετών, οδηγούν σε μοντέλα τυχαίων επιδράσεων μικρής ισχύος και με δεδομένο το ευρύ φάσμα των ποσοστών επικράτησης σε όλες τις μελέτες, θεωρήσαμε ότι ένα τυχαίο σφάλμα θα κάνει ιδιαίτερα δύσκολη την ανίχνευση μικρών έως μέτριων επιδράσεων του συντονιστή. Παρ' όλα αυτά, εξετάσαμε την τελευταία αυτή παραδοχή, εκτελώντας διερευνητικές αναλύσεις τυχαίων επιδράσεων.

Ποσοστά επικράτησης

Διαιρέσαμε όλα τα ποσοστά επικράτησης με το 100 και πήραμε σαν αποτέλεσμα το ποσοστό που εκτιμάται για κάθε εξαρτημένη μεταβλητή. Σε κάθε μελέτη καταγράφηκε μόνο ένα ποσοστό επικράτησης για κάθε εξαρτημένη μεταβλητή, για να αποφευχθεί η παραβίαση της παραδοχής της ανεξαρτησίας. Επειδή το να υπολογίζουμε το μέγεθος της επίδρασης απευθείας από ένα ποσοστό υποτιμά το διάστημα αξιοπιστίας γύρω από τη μέση τιμή, μετατρέψαμε κάθε αναλογία με ένα logit με τη χρήση της λογαριθμικής μετατροπής log. Για κάθε εξαρτημένη μεταβλητή υπολογίσαμε τη μέση τιμή του μεγέθους επίδρασης, έτσι ώστε να δοθεί μεγαλύτερο βάρος στις μελέτες που βασίζονται σε μεγαλύτερα δείγματα από εκείνες που βασίζονται σε μικρότερα. Τα αποτελέσματα μετατράπηκαν από logits ξανά σε αναλογίες για ευκολία ερμηνείας.

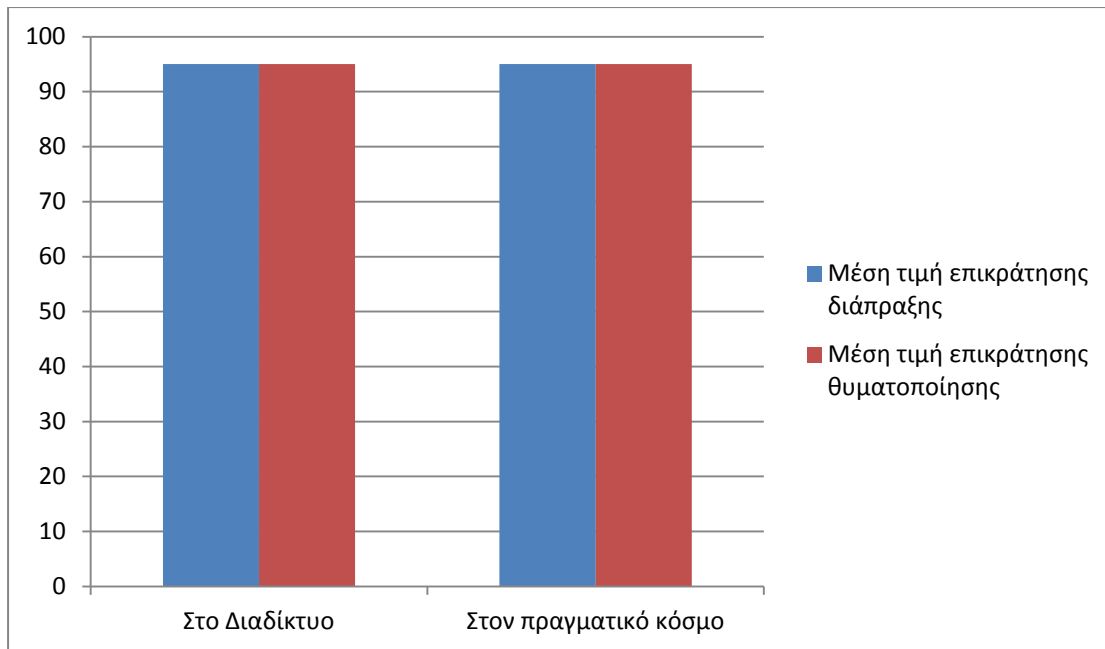
Βαθμός σύνδεσης

Η επίδραση των μεγεθών στο βαθμό σύνδεσης μεταξύ του cyberbullying και του κλασσικού εκφοβισμού βρέθηκε με τη χρήση συσχετίσεων Pearson.

Αποτελέσματα

Μέση τιμή των ποσοστών επικράτησης

Ο κυβερνοεκφοβισμός ήταν λιγότερο διαδεδομένος από ότι ο μη διαδικτυακός (κλασσικός) εκφοβισμός και στη διάπραξη και στη θυματοποίηση. Η μέση τιμή των ποσοστών επικράτησης στο μέγεθος του δείγματος σε όλα τα περιβάλλοντα ήταν εντυπωσιακά όμοια για τη διάπραξη στο Διαδίκτυο (95%) και τη θυματοποίηση σε αυτό (95%) και για τη διάπραξη στον πραγματικό κόσμο (95%) και τη θυματοποίηση σε αυτόν (95%). Αξίζει να σημειωθεί ότι, από την εξέταση του τρόπου διεξαγωγής των πορισμάτων της μελέτης και στα δύο στοιχεία προκύπτει ότι οι περισσότερες μελέτες αναφέρουν υψηλότερες τιμές ποσοστών στο διαδικτυακό από ότι στον κλασσικό εκφοβισμό.



Πίνακας 22: Μέση τιμή ποσοστών επικράτησης της διάπραξης και της θυματοποίησης του εκφοβισμού στο Διαδίκτυο και στον πραγματικό κόσμο στο δείγμα μας

Επιδράσεις του συντονιστή της επικράτησης

Είναι αξιοσημείωτο ότι σχεδόν όλα τα αποτελέσματα της μέτρησης επηρέασαν τόσο το cyberbullying, όσο και τον κλασσικό εκφοβισμό προς την ίδια κατεύθυνση. Ωστόσο, υπάρχουν σαφείς διαφορές στην ένταση των αποτελεσμάτων της μέτρησης στις δύο μορφές του εκφοβισμού και ο σχεδιασμός των διαφορών της έντασης είναι σχεδόν πανομοιότυπος στη διάπραξη και τη θυματοποίηση.

Ξεκινώντας με το πρώτο προγνωστικό που εισάγαμε, τα αποτελέσματα δείχνουν ότι η χρήση ενός ορισμού με σαφή αναφορά στην πρόθεση κάποιου να βλάψει κάποιον άλλον, στην επαναληπτικότητα και στην ανισορροπία δύναμης σχετίζεται με υψηλότερα ποσοστά επικράτησης και στις δύο μορφές του εκφοβισμού, αν και η επίδραση είναι ισχυρότερη στον ηλεκτρονικό από ότι στον κλασσικό. Επιπλέον, το να παρέχονται στους ερωτηθέντες παραδείγματα συμπεριφοράς, γενικά, συνδέεται με χαμηλότερες εκτιμήσεις για την επικράτηση, με μία εξαίρεση. Τα παραδείγματα αυτά συνδέονται με υψηλότερα ποσοστά διάπραξης κλασσικού εκφοβισμού.

Στη συνέχεια, τα αποτελέσματα δείχνουν ότι η συμπερίληψη του όρου “θύτης” συνδέεται με χαμηλότερα ποσοστά επικράτησης και στις τέσσερις εξαρτημένες μεταβλητές, αν και η επίδραση αυτή είναι ισχυρότερη στον κυβερνοεκφοβισμό. Η ένταξη του όρου “κάνω πλάκα” ή “πειράζω” δείχνει ένα αντίθετο σχέδιο και συνδέεται με περισσότερο διαδεδομένη επιθετικότητα και με μια ισχυρότερη επίδραση στον κλασσικό εκφοβισμό. Τέλος, η τυχαιοποίηση συνδέεται με χαμηλά ποσοστά επικράτησης στις τέσσερις εξαρτημένες μεταβλητές, αν και η αρνητική επίδραση της τυχαιοποίησης που εφάρμοσε κάποιος ερευνητής είναι ισχυρότερη στο cyberbullying.

Μέση τιμή συσχέτισης μεταξύ των δύο μορφών του εκφοβισμού

Η μέση τιμή της συσχέτισης στο μέγεθος του δείγματος μεταξύ της διάπραξης των δύο μορφών του εκφοβισμού σε όλες τις μελέτες ήταν 0,47 και η συσχέτιση μεταξύ της θυματοποίησης αυτών ήταν 0,40. Αυτά τα αποτελέσματα δείχνουν μια μετρίως ισχυρή συσχέτιση. Και πάλι οι στατιστικές δείχνουν μεγάλη μεταβλητότητα στο βαθμό της συσχέτισης μεταξύ του ηλεκτρονικού και του κλασσικού εκφοβισμού σε όλες τις μελέτες. Από το σχέδιο των ευρημάτων της μελέτης προκύπτει ότι οι συσχετίσεις μεταξύ της διάπραξης αυτών των τύπων του εκφοβισμού είναι γενικά υψηλότερες από εκείνες μεταξύ της θυματοποίησης από αυτούς.

Επιδράσεις του συντονιστή της συσχέτισης

Σχετικά με το εύρος των αναμενόμενων συσχετίσεων στο εσωτερικό αυτών των μοντέλων, οι θετικές συντελεστές δείχνουν μεγαλύτερο βαθμό συσχέτισης μεταξύ των δύο τύπων εκφοβισμού και οι αρνητικοί συντελεστές δείχνουν μικρότερο βαθμό. Έτσι, αν εστιάσουμε στη διάπραξη, οι συσχετίσεις που βασίζονται στην σχεσιακή διάπραξη είναι ισχυρότερες σε αυτούς τους τύπους του εκφοβισμού, ενώ αυτές που βασίζονται γενικά στον κλασσικό εκφοβισμό ή σε άλλους υποτύπους του είναι πιο αδύναμες, παρ' όλο που είναι και αυτές θετικές. Επιπλέον, οι μελέτες που επικεντρώνονται στη διάπραξη του κλασσικού εκφοβισμού στα σχολεία αναφέρουν ασθενέστερες συσχετίσεις, σε σύγκριση με τις μελέτες που δεν επικεντρώνονται σε αυτήν. Ακόμα, οι μελέτες που σε κάποιο βαθμό χρησιμοποιούν την τυχαιοποίηση τις αναφέρουν και αυτές πιο αδύναμες, αν και θετικές.

Διερευνητικές αναλύσεις

Το τελευταίο σύνολο των αναλύσεων μας ήταν διερευνητικό και εξετάστηκε το κατά πόσο τα αποτελέσματα αυτά θα εξάγονταν και από ένα μοντέλο που θα εφαρμόζε αυστηρά την τυχαιοποίηση. Υπήρχαν μόνο μικρές διαφορές στα ποσοστά επικράτησης κατά τη σύγκριση των δύο μοντέλων.

Συζήτηση

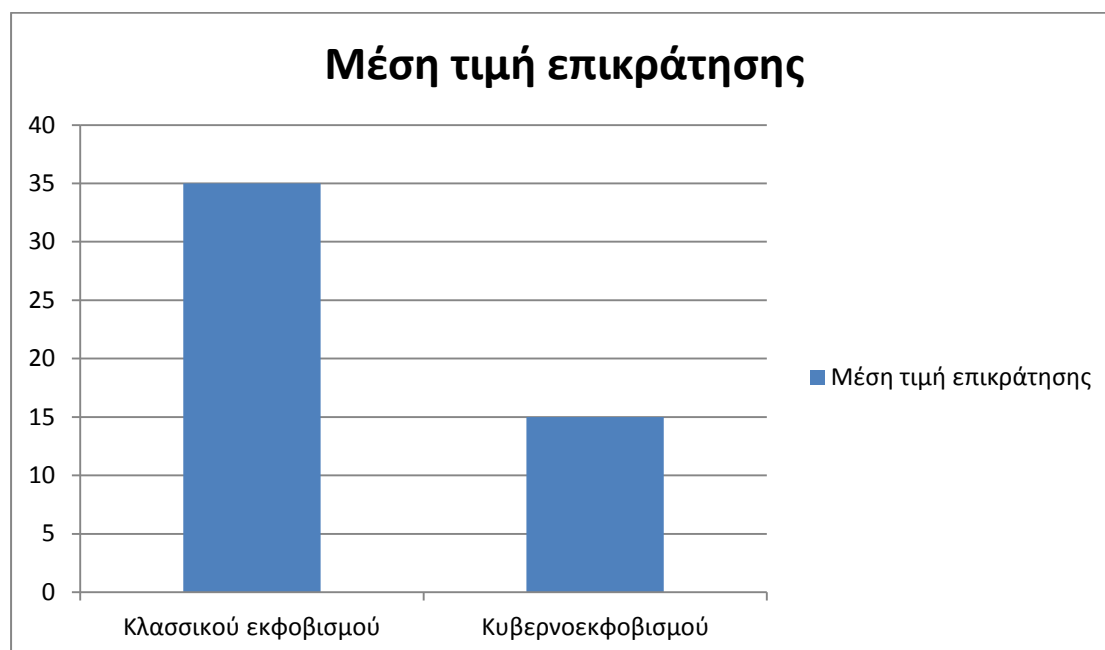
Περίληψη

Αυτή η μετα-ανάλυση είναι η πρώτη που κάνει ανασκόπηση της βιβλιογραφίας που σχετίζεται με την επικράτηση του cyberbullying σε σχέση με τον κλασσικό εκφοβισμό. Μέσα από αυτήν βρήκαμε ότι, στο πλαίσιο των μελετών που έχουν αξιολογήσει κάποιες μορφές επιθετικότητας μέχρι σήμερα, ο κυβερνοεκφοβισμός ήταν πολύ λιγότερο διαδεδομένος με ποσοστά που είναι κάτω από το μισό αυτών του κλασσικού εκφοβισμού. Επιπλέον, το γενικότερο αποτέλεσμα των ευρημάτων της κάθε μελέτης ήταν παρόμοιο μεταξύ των μελετών, καθώς οι περισσότερες από αυτές ανέφεραν υψηλότερα ποσοστά εκφοβισμού στον πραγματικό κόσμο από ότι στον ηλεκτρονικό. Οι τάσεις αυτές έχουν πρόσφατα υπονοηθεί έμμεσα, αλλά δεν έχουν ακόμα δοκιμαστεί εμπειρικά σε όλες τις υπάρχουσες μελέτες. Οι συσχετίσεις μεταξύ των δύο μορφών του εκφοβισμού ήταν σχετικά ισχυρές. Τα ευρήματα δείχνουν ότι οι μετρήσεις αυτών αντικατοπτρίζουν διαφορετικές μεθόδους διάπραξης μιας παρόμοιας συμπεριφοράς και η μορφή του εκφοβισμού (on-line εναντίον πραγματικού κόσμου) μπορεί να είναι λιγότερο σημαντική από ότι η συμπεριφορά αυτή.

Επικράτηση και επιδράσεις του συντονιστή

Σε 80 μελέτες που αναφέρουν ποσοστά για τη διάπραξη των δύο τύπων εκφοβισμού, τη θυματοποίηση από αυτόν ή και τα δύο, βρέθηκε ως μέση τιμή των ποσοστών επικράτησης το 35% για συμμετοχή σε κλασσικό εκφοβισμό και 15% για συμμετοχή σε κυβερνοεκφοβισμό. Συνεπώς με τα ευρημάτά μας, ο Olweus διαπίστωσε ότι ο

διαδικτυακός εκφοβισμός ήταν πολύ λιγότερο διαδεδομένος από ότι ο κλασσικός σε μεγάλα δείγματα στις Ηνωμένες Πολιτείες και τη Νορβηγία. Τα ευρήματά μας είναι επίσης σύμφωνα με την έρευνα που διεξήχθη από τους Salmivalli et al., οι οποίοι διαπίστωσαν το ίδιο γεγονός στην Κίνα. Με βάση τα διαφορετικά ποσοστά επικράτησης, οι μελετητές έχουν υποστηρίξει ότι οι παρεμβάσεις δεν πρέπει να μετατοπίσουν την προσοχή τους από τον κλασσικό στον ηλεκτρονικό εκφοβισμό.



Πίνακας 23: Μέση τιμή ποσοστών επικράτησης για συμμετοχή σε κλασσικό εκφοβισμό και κυβερνοεκφοβισμό

Η μελέτη των David-Ferdon και Hertz που αναφέρθηκε προηγουμένως, και τα αποτελέσματά μας τεκμηριώνουν το γεγονός ότι οι παράγοντες μέτρησης συστηματικά προκαλούν μεταβλητότητα στα ποσοστά επικράτησης του κυβερνοεκφοβισμού. Είναι αξιοσημείωτο το ότι παρόμοιες μετρήσεις βρέθηκαν και στα αποτελέσματα της διάπραξης του κλασσικού εκφοβισμού, στην ίδια κατεύθυνση και συχνά με ισχυρότερες επιπτώσεις. Για παράδειγμα, η συμπερίληψη ενός ορισμού με τα τρία βασικά κριτήριά του είχε αποτελέσματα αυξημένης επικράτησης και στις τέσσερις εξαρτημένες μεταβλητές. Μπορεί να ισχύει το ότι, χωρίς αυτόν τον ορισμό, οι νέοι επικαλούνται επιθετικά περιστατικά όπως η σωματική πάλη, τα οποία είναι λιγότερο συχνά από ότι ο εκφοβισμός. Αντίθετα, τα παραδείγματα συμπεριφοράς είχαν μειωμένη επικράτηση για τρεις από τις τέσσερις μεταβλητές. Μια ερμηνεία αυτής της αρνητικής επίδρασης είναι ότι τα παραδείγματα βοηθούν στην περαιτέρω αποσαφήνιση του ορισμού του εκφοβισμού. Μια εναλλακτική ερμηνεία είναι ότι οι νέοι κάνουν ελλιπή υποβολή εκθέσεων των περιστατικών επιθετικότητας στα οποία έχουν εμπλακεί, επειδή αυτά τα παραδείγματα συμπεριφοράς δεν είναι αντιπροσωπευτικά για τις εμπειρίες τους. Για να συμβιβαστούν αυτές οι διαφορετικές ερμηνείες απαιτείται περαιτέρω έρευνα.

Επίσης, κάποια άλλα χαρακτηριστικά μέτρησης συντόνισαν τα ποσοστά επικράτησης σε αναμενόμενες κατευθύνσεις. Για παράδειγμα, η χρήση του όρου “θύτης” προκαλεί χαμηλότερα ποσοστά επικράτησης σε όλες τις εξαρτημένες μεταβλητές και αυτό το

αποτέλεσμα ήταν ιδιαίτερα έντονο στο cyberbullying. Θεωρητικά, ο όρος αυτός που σχετίζεται με αρνητικές συνέπειες μπορεί να αποτρέψει τους νέους από το να αντιληφθούν την συμμετοχή τους σε τέτοια περιστατικά και αυτή η διστακτικότητα είναι ιδιαίτερα εμφανής στο διαδικτυακό εκφοβισμό. Δεν αποτελεί έκπληξη, το ότι η χρήση όρων όπως “κάνω πλάκα” ή “πειράζω” συνδέεται με αυξημένα ποσοστά σε όλες τις εξαρτημένες μεταβλητές, καθώς οι θύτες και τα θύματα ξέρουν πώς να χαρακτηρίσουν τέτοιου είδους συμπεριφορές. Αξίζει να σημειωθεί ότι, αν οι ερευνητές εφαρμόσουν κάποια μορφή τυχαίοποίησης, αυτός είναι ένας από τους ισχυρότερους προγνωστικούς παράγοντες της επικράτησης. Αυτή οδηγεί σε χαμηλότερη επικράτηση και αυτό το αποτέλεσμα ήταν ιδιαίτερα έντονο στο διαδικτυακό εκφοβισμό. Τα ευρήματα αυτά υπογραμμίζουν την ανάγκη για επιλογή τυχαίων δειγμάτων, αντί για δείγματα ευκολίας σε συγκεκριμένες κατηγορίες του πληθυσμού.

Συσχετίσεις του διαδικτυακού και του κλασσικού εκφοβισμού και επιδράσεις του συντονιστή

Πολλές προηγούμενες μελέτες έχουν κάνει μετρήσεις στο διαδικτυακό και τον κλασσικό εκφοβισμό, αλλά έχουν αγνοήσει την μεταξύ τους αλληλοεπικάλυψη. Εμείς εντοπίσαμε τις μέσες συσχετίσεις τους σε όλες τις μελέτες και προσδιορίσαμε τα χαρακτηριστικά μέτρησης που βοηθούν στο να αποδειχθεί αυτή η σχέση. Τα αποτελέσματα της μετα-ανάλυσής μας δείχνουν αρκετά υψηλή αντιστοιχία μεταξύ της διάπραξης και της θυματοποίησης των δύο τύπων του εκφοβισμού. Η αντιστοιχία αυτή επηρεάζεται σε μεγάλο βαθμό από τον τύπο του κλασσικού εκφοβισμού που ανελύονταν στο εκάστοτε μοντέλο.

Τα ευρήματα αυτά υποδηλώνουν περισσότερες ομοιότητες, παρά διαφορές στον εκφοβισμό στον online και στον πραγματικό κόσμο. Αυτό που μπορούμε να συμπεράνουμε από αυτή την ισχυρή αλληλοεπικάλυψη είναι ότι η επικέντρωση αποκλειστικά και μόνο στο διαδικτυακό περιβάλλον μπορεί να μην είναι η βέλτιστη προσέγγιση για τη μείωση των επιβλαβών συμπεριφορών μεταξύ των νέων. Αντ’ αυτού, οι παρεμβάσεις πρέπει να στοχεύουν στο πώς αυτοί αντιμετωπίζουν ο ένας τον άλλο για να μειωθεί, γενικά, η βία και η κακία και να αυξηθεί ο σεβασμός και οι θετικές συμπεριφορές. Φυσικά, οι δύο μορφές του εκφοβισμού δεν είναι απόλυτα συσχετισμένες και ορισμένα νέα θύματα μπορεί να προέλθουν από το ηλεκτρονικό περιβάλλον. Υπάρχουν αρκετές εξηγήσεις για αυτό, όπως η πρόσβαση στο Διαδίκτυο, τα κινητά τηλέφωνα, ή η ευκολία επικοινωνίας στο Διαδίκτυο και η έλλειψη προσωπικών ερεθισμάτων. Ωστόσο, συνήθως οι νέοι που συμμετέχουν σε cyberbullying, συμμετέχουν και σε κλασσικό εκφοβισμό.

Μόνο μερικά χαρακτηριστικά μέτρησης επηρεάζουν αυτόν το βαθμό συσχέτισης και αυτά τα χαρακτηριστικά επηρεάζουν μόνο τη διάπραξη, όχι τη θυματοποίηση.

Περιορισμοί

Τα ευρήματά μας πρέπει να εξεταστούν υπό το πρίσμα των περιορισμών της μελέτης. Πρώτον, μόνο ένα υποσύνολο των μελετών της βιβλιογραφίας αναφερόταν στην επικράτηση και του κυβερνοεκφοβισμού και του κλασσικού εκφοβισμού. Λόγω της μεγάλης διαφοράς μεταξύ των μελετών, χρησιμοποιήσαμε αναλύσεις σταθερών επιδράσεων, έτσι ώστε τα αποτελέσματα να ερμηνεύονται στο δείγμα μας μόνο στο πλαίσιο των μελετών. Καθώς αυξάνεται η βιβλιογραφία, μπορούμε να ενθαρρυνθεί

μια περαιτέρω μετα-αναλυτική εργασία, η οποία να βασίζεται σε μεγαλύτερα δείγματα που θα εξεταστούν από ένα μοντέλο τυχαίων επιδράσεων.

Ακόμα, αξίζει να εξεταστεί το αν οι εκτιμήσεις του κλασσικού εκφοβισμού περιγράφουν επιβλαβείς συμπεριφορές που μπορούν να λάβουν χώρα μόνο στον πραγματικό κόσμο.

Τέλος, οι ανησυχίες σχετικά με την επικράτηση του κυβερνοεκφοβισμού μεγενθύνονται από τις ανησυχίες για τις επιβλαβείς συνέπειές του. Επεξηγηματικά, μια πρόσφατη μετα-ανάλυση αναφέρει ότι αυτός είναι ένας ιδιαίτερα προβληματικός ψυχικός κίνδυνος για την υγεία των θυμάτων. Αυτή η μετα-ανάλυση δεν μπορεί να αναλύσει τις διαφορετικές επιπτώσεις των δύο μορφών του εκφοβισμού, ούτε μπορεί να εξετάσει το κατά πόσον τα αποτελέσματα των πιθανών μεσολαβητών είναι παρόμοια και για τους δύο τύπους του.

Συμπεράσματα για τις πολιτικές και την πρόληψη

Αυτή είναι η πρώτη μελέτη που αναλαμβάνει να κάνει μια συστηματική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας για να αποκαλύψει τα μέσα ποσοστά επικράτησης του cyberbullying σε σύγκριση με τον κλασσικό εκφοβισμό. Μέσα από αυτήν, καταλήξαμε στο συμπέρασμα ότι ο κυβερνοεκφοβισμός είναι πολύ λιγότερο διαδεδομένος από ότι ο άλλος. Παρά το γεγονός ότι ο εκφοβισμός στο διαδικτυακό περιβάλλον μπορεί να έχει ιδιαίτερα ολέθριες συνέπειες στην υγεία των εφήβων, η συμμετοχή τους σε αυτό το φαινόμενο προς το παρόν, είναι λιγότερο συχνή. Επιπλέον, οι δύο αυτές μορφές του εκφοβισμού έχουν ισχυρούς συσχετισμούς, υποδεικνύοντας ότι οι νέοι συμμετέχουν σε παρόμοια περιστατικά και στα online και στα πραγματικά περιβάλλοντα. Η συνέπεια αυτής της σχετικά ισχυρής αλληλοεπικάλυψης είναι ότι η μορφή της επικοινωνίας μπορεί να είναι λιγότερο σημαντική από ότι η ίδια η συμπεριφορά. Με δεδομένο ότι ο κλασσικός εκφοβισμός είναι πιο διαδεδομένος και ότι υπάρχει ισχυρή αλληλοεπικάλυψη μεταξύ αυτών των δύο τύπων επιθετικότητας, οι πολιτικές και τα προγράμματα θα εξυπηρετούν περισσότερο αν βελτιώσουν την συνολική λειτουργία τους στον τομέα της νεολαίας που ασχολείται με την επιθετικότητα ή γενικά με τον εκφοβισμό, και όχι με το να εστιάζουν σε επιβλαβείς συμπεριφορές που συμβαίνουν σε ένα συγκεκριμένο περιβάλλον.

3.6 Παρεμβάσεις για τον εκφοβισμό γενικά και για το cyberbullying στα σχολεία: Μια συστηματική ανασκόπηση

26 February 2015

Authors: *Elisa Cantone, Anna P. Piras, Marcello Vellante, Antonello Preti, Sigrum Danielsdottir, Ernesto D' Aloja, Sigita Lesinskiene, Mathhias C. Angermeyer, Mauro G. Carta, Dinesh Bhugra*



Περίληψη

Ιστορικό: Ο εκφοβισμός (ή παρενόχληση) είναι ένα ευρέως διαδεδομένο φαινόμενο μεταξύ των νέων και χρησιμοποιείται για να περιγράψει τις διαπροσωπικές σχέσεις που χαρακτηρίζονται από ανισορροπία δύναμης. Σε τέτοιου είδους σχέσεις συχνά συμβαίνουν επιθετικές συμπεριφορές που, εκ προθέσεως, “κάνουν κακό” και οι οποίες επαναλαμβάνονται με την πάροδο του χρόνου. Η επικράτηση του εκφοβισμού μεταξύ των νέων διαφέρει σημαντικά μεταξύ των χωρών (5,1% - 41,4%) και η συμπεριφορά αυτή έχει υψηλότερα ποσοστά στα αγόρια από ότι στα κορίτσια (μαθητές). Στα σχολεία έχουν αναπτυχθεί αρκετές παρεμβάσεις που έχουν στόχο τη μείωση τέτοιων περιστατικών εκφοβισμού, οι οποίες όμως αναφέρουν αντιφατικά αποτελέσματα που μπορεί να σχετίζονται με τους περιορισμούς στο σχεδιασμό της μελέτης ή με άλλες μεθοδολογικές αδυναμίες.

Στόχος: Η αξιολόγηση τυχαιοποιημένων δοκιμών ελέγχου (randomized-controlled trials, RTC) που πραγματοποιήθηκαν μεταξύ του 2000 και του 2013 για την εκτίμηση της αποτελεσματικότητας των παρεμβάσεων για τον εκφοβισμό και την παρενόχληση στο Διαδίκτυο που εφαρμόζονται στα σχολεία.

Μέθοδοι: Μια συστηματική αναζήτηση της επιστημονικής βιβλιογραφίας έγινε στις ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων Pubmed/Medline και Ebsco. Επίσης, ήρθαμε σε επαφή με εμπειρογνώμονες στον τομέα της προληπτικής έρευνας για τον εκφοβισμό.

Αποτελέσματα: 17 μελέτες πληρούσαν τα κριτήρια ένταξης. Η πλειοψηφία των μελετών δεν έδειξαν θετικά αποτελέσματα μακροπρόθεσμα και οι παρεμβάσεις που εφαρμόζονταν σε ολόκληρο το σχολείο ήταν πιο αποτελεσματικές στη μείωση αυτού του φαινομένου από αυτές που γίνονταν μέσω των προγραμμάτων σπουδών σε μία τάξη.

Συμπέρασμα: Αν και υπάρχουν ενδείξεις ότι τα προγράμματα που στοχεύουν στη μείωση του εκφοβισμού μπορεί να είναι αποτελεσματικά βραχυπρόθεσμα, η μακροπρόθεσμη αποτελεσματικότητά τους δεν έχει αποδειχθεί και υπάρχουν

σημαντικές διαφορές στα αποτελέσματα ανάλογα με το φύλο, την ηλικία και την κοινωνικο-οικονομική κατάσταση των συμμετεχόντων. Η εσωτερική ασυνέπεια στα πορίσματα ορισμένων μελετών, σε συνδυασμό με την ευρεία διακύμανση των πειραματικών σχεδίων και την έλλειψη κοινών τυποποιημένων μετρήσεων για την αξιολόγηση του αποτελέσματος, είναι σημαντικοί περιορισμοί σε αυτόν τον τομέα της έρευνας.

Εισαγωγή

Ο εκφοβισμός είναι ένα σημαντικό πρόβλημα στα σχολεία. Ορίζεται ως η εκ προθέσεως επιθετική συμπεριφορά από ένα μόνο άτομο ή από μία ομάδα ατόμων εναντίον κάποιου συμμαθητή τους που δεν μπορεί να υπερασπιστεί εύκολα τον εαυτό του/της. Το φαινόμενο αυτό χαρακτηρίζεται από την επαναληπτικότητα με την πάροδο του χρόνου και μπορεί να διαρκέσει εβδομάδες ή ακόμα και μήνες ή χρόνια. Ο εκφοβισμός μπορεί να πάρει τις ακόλουθες μορφές: σωματικός (κλωτσιές, κλέψιμο ή κατάστροφη αντικειμένων άλλων ατόμων), λεκτικός (γελοιοποίηση, προσβλητικά λόγια, επανειλημμένος χλευασμός κάποιου, ρατσιστικά σχόλια), σχεσιακός (αφήνοντας έναν ή περισσότερους συμμαθητές έξω από την παρέα) και έμμεσος (διαδίδοντας φήμες ή κουτσομπολιά για κάποιο μαθητή).

Ως αποτέλεσμα της ευρείας χρήσης των smart phones και της πρόσβασης στο Διαδίκτυο μεταξύ των νέων, τα τελευταία χρόνια ένα άλλο φαινόμενο έχει κάνει την εμφάνισή του, αυτό του cyberbullying. Αυτό χαρακτηρίζεται από τη χρήση των ηλεκτρονικών μορφών επικοινωνίας (π.χ. τηλεφωνικές κλήσεις, μηνύματα κειμένου, εικόνες/βίντεο κλπ, e-mail, chat rooms, instant messaging, ιστοσελίδες), οι οποίες παρέχουν στο δράστη τη δυνατότητα να παραμένει ανώνυμος και έτσι να εντείνεται το αίσθημα δυσφορίας στο θύμα. Ο κυβερνοεκφοβισμός μπορεί να πάρει τις ακόλουθες μορφές: παρενόχληση (επανειλημμένη αποστολή προσβλητικών μηνυμάτων), cyberstalking (επαναλαμβανόμενες, έντονες παρενοχλήσεις που περιλαμβάνουν απειλές ή δημιουργούν φόβο), δυσφήμιση (διάδοση φημών στο διαδίκτυο, αποστολή ή δημοσίευση κουτσομπολιών για ένα άτομο με στόχο να βλάψουν τη φήμη του ή τις φιλίες του), πλαστοπροσωπία (προσποίηση ότι είναι κάποιος άλλος και αποστολή ή δημοσίευση υλικού με σκοπό την πρόκληση προβλήματος ή κινδύνου στο εν λόγω πρόσωπο ή να διαλύσει τις φιλίες του), δημοσίευση (μοιράζονται δημόσια στο Διαδίκτυο τα μυστικά αρχεία κάποιου ή τα δεδομένα του, όπως πληροφορίες ή εικόνες), απάτη (εξαπάτηση κάποιου ώστε να αποκαλύψει προσωπικά του δεδομένα και, στη συνέχεια, να τα δημοσιεύσει στο Διαδίκτυο) και κοινωνικός αποκλεισμός (εκ προθέσεως και με άσχημο τρόπο απομάκρυνση από μία διαδικτυακή ομάδα).

Στο πλαίσιο του κύκλου του εκφοβισμού έχουν εντοπιστεί τρεις βασικοί ρόλοι: ο θύτης, το θύμα και οι παρευρισκόμενοι. Συνήθως ο θύτης είναι ο ισχυρότερος μεταξύ των συμμαθητών και έχει έντονη ανάγκη για επίδειξη εξουσίας. Στην πραγματικότητα, ο κύριος σκοπός τέτοιων συμπεριφορών είναι η υπονόμηση της κοινωνικής κατάστασης του θύματος και της αίσθησης της προσωπικής του ασφάλειας, και ταυτόχρονα η αύξηση της αυτοεκτίμησης του θύτη και της κοινωνικής του θέσης. Κατά συνέπεια, αυτές πραγματοποιούνται συνήθως μπροστά σε κοινό. Οι παρευρισκόμενοι μπορούν να στηρίξουν το θύτη, να υπερασπιστούν το θύμα ή να παρακολουθούν σαν παθητικοί θεατές. Στην πλειονότητα των περιπτώσεων οι παρευρισκόμενοι παρακολουθούν χωρίς να επεμβαίνουν, αλλά εξακολουθούν να θεωρούνται αναπόσπαστο μέρος αυτού του γεγονότος. Τα θύματα

είναι χαμηλότερου επιπέδου από τους δράστες τους, τείνουν να απομονώνονται από μόνοι τους λόγω του εκφοβισμού, επειδή δεν μπορούν να υπερασπιστούν τον εαυτό τους και έχουν ανάγκη προστασίας.

Το σχολείο είναι ένα περιβάλλον όπου τέτοιου είδους συμπεριφορές εκδηλώνονται συχνά. Μερικές φορές αυτές συμβαίνουν και στο δρόμο προς το σχολείο ή γυρνώντας από αυτό, ενώ ο κυβερνο-εκφοβισμός, εξ ορισμού, μπορεί να συμβεί οπουδήποτε. Τέλος, η επικράτηση της θυματοποίησης και του εκφοβισμού διαφέρει ανάλογα με τις ηλικιακές ομάδες. Στη μελέτη τους, ο Dake και οι συνεργάτες του, έχουν δείξει ότι αυτή η συχνότητα εμφάνισης στο δημοτικό σχολείο είναι υψηλότερη από ότι στη μέση και τη δευτεροβάθμια εκπαίδευση. Ακόμα, όπως αναφέρεται στη μελέτη του Ttofi, η συχνότητα εμφάνισης του εκφοβισμού είναι πιο διαδεδομένη στους άνδρες σε σχέση με τις γυναίκες.

Η έρευνα δείχνει επίσης ότι το να είναι κάποιος θύμα εκφοβισμού προκαλεί προβλήματα ψυχικής υγείας. Η επανάληψη του φαινομένου αυτού για μεγάλες χρονικές περιόδους μπορεί να προκαλέσει χαμηλή αυτοεκτίμηση και καταθλιπτικά συμπτώματα. Τα θύματα εκφοβισμού έχουν αναφέρει διάφορες μορφές ψυχολογικών, σωματικών και κοινωνικών προβλημάτων, όπως διαταραχές ύπνου, ενούρηση, κοιλιακό άλγος, κεφαλαλγία, αυτοκαταστροφική συμπεριφορά, αίσθημα θλίψης και αίσθημα κοινωνικής απόρριψης ή απομόνωσης. Επίσης, βιώνουν σε μεγαλύτερο βαθμό την κοινωνική περιθωριοποίηση και τη χαμηλή κοινωνική τους θέση και τα αποτελέσματα αυτής της εμπειρίας φαίνεται να διαρκούν με την πάροδο του χρόνου. Στην πραγματικότητα τα θύματα, όπως και οι θύτες, έχουν σημαντικά ενισχυμένο κίνδυνο άγχους, καταθλιπτικών συμπτωμάτων και τάσεων αυτοκτονίας σε σύγκριση με τα παιδιά που δεν έχουν εμπλακεί με κάποιο τρόπο σε τέτοια περιστατικά. Μια πρόσφατη μετα-ανάλυση επιβεβαίωσε την ισχυρή συσχέτιση μεταξύ του να είναι κάποιος θύμα εκφοβισμού και των ψυχοσωματικών διαταραχών σε εφήβους και παιδιά. Ακόμα, οι θύτες εμπλέκονται συχνότερα σε περιστατικά παραβατικότητας και κατάχρησης ουσιών. Μελέτες σε σχολικά περιβάλλοντα έχουν αναφέρει ότι τα θύματα αυτά παρουσίασαν προβλήματα προσαρμογής και δημιουργίας δεσμών, καθώς και δυσκολίες στην ολοκλήρωση της μελέτης τους στο σπίτι, ενώ οι θύτες έκαναν πολλές απουσίες από το σχολείο.

Έτσι, είναι ιδιαίτερα σημαντικό στο περιβάλλον αυτό να αναλυθεί το πώς οι διάφορες μεταβλητές που εμπλέκονται στη διαδικασία της θυματοποίησης και του εκφοβισμού επηρεάζουν η μία την άλλη, εφόσον ληφθεί υπόψη το γεγονός ότι μερικές μελέτες έχουν ασχοληθεί μόνο με τα αποτελέσματα που σχετίζονται με τον εκφοβισμό και τη θυματοποίηση, ενώ άλλες έχουν αναλύσει και την σύνδεση αυτών με την ψυχική υγεία και τα κοινωνικά αποτελέσματα. Θεωρούμε επίσης σημαντικό να καταλήξουμε στο πόσες θεραπείες απαιτούνται για να μειωθούν οι κύριες συνιστώσες του εκφοβισμού (εκφοβισμός, θυματοποίηση και συμπεριφορά παρευρισκομένων).

Πληροφοριακά, μόνο λίγες συστηματικές ανασκοπήσεις έχουν διεξαχθεί για τις παρεμβάσεις για την εξάλειψη του εκφοβισμού στα σχολεία. Αυτές περιλαμβάνουν διάφορα είδη μελέτης και πειραματικού σχεδιασμού, γεγονός που καθιστά δύσκολη την σύγκριση και την αξιολόγηση των αποτελεσμάτων τους. Στην ανασκόπησή μας προσπαθήσαμε να αποφύγουμε μερικές από αυτές τις δυσκολίες, επιλέγοντας μόνο μελέτες που είχαν σχεδιαστεί με την Τυχαία Δοκιμή Ελέγχου RCT (Randomized Control Trial). Τέλος, αυτή είναι ένα μέρος της συλλογής αξιολογήσεων για τις

διάφορες πτυχές ευημερίας των παιδιών και των εφήβων. Αυτές ασχολούνται, για παράδειγμα, με την προώθηση της υγείας και της ευημερίας στα σχολεία μέσω προγραμμάτων παρέμβασης που επικεντρώνονται σε αυτά, την ανάπτυξη παρεμβάσεων για την σωματική άσκηση στα σχολεία για την υποστήριξη και τη βελτίωση γενικά της ψυχικής υγείας και την επέκταση προγραμμάτων για σχολεία που απευθύνονται σε παιδιά με ψυχικές διαταραχές.

Λαμβάνοντας υπόψη τα παραπάνω, ο στόχος της συγκεκριμένης μελέτης είναι να εξετάσει τη διεθνή έρευνα σε αυτόν τον τομέα και να αναλύσει κριτικά τα αποτελέσματα των σχολικών παρεμβάσεων για τη μείωση ή την πρόληψη του εκφοβισμού και του cyberbullying.

Μέθοδοι

Ο εκφοβισμός είναι ένα ενδιαφέρον θέμα για τους ερευνητές και τους κλινικούς γιατρούς καθώς όσοι έχουν εμπλακεί σε τέτοια περιστατικά μπορεί να αναπτύξουν προβλήματα αργότερα στη ζωή τους, και έτσι η προοπτική και οι παρεμβάσεις για τη δημόσια ψυχική υγεία έχει καταστεί ένα σημαντικό ζήτημα για την καλύτερη κατανόηση του φαινομένου. Η ομάδα εργασίας προέβη σε μια πρώτη αναζήτηση όλων των διαθέσιμων μελετών για το θέμα σε μία online ιατρική βάση δεδομένων (PubMed / Medline) με μερικές λέξεις-κλειδιά (“σχολείο”, “ψυχική υγεία”, “πλαίσιο εκπαίδευσης”) για το χρονικό διάστημα 2000-2013. Από περισσότερα από 17.000 αποτελέσματα επιλέχθηκαν 1051 δημοσιεύσεις (papers) που αφορούσαν δράσεις ή προγράμματα προώθησης. Οι περισσότερες ενέργειες επικεντρώνονταν στην προώθηση της γενικής ή της ψυχολογικής ευεξίας, σχετικά με τη διαχείριση των συναισθημάτων ή τον εντοπισμό των αναγκών ψυχικής υγείας, την πρόληψη των διαταραχών συμπεριφοράς, την πρόληψη της πρόωρης εγκατάλειψης του σχολείου και τη βελτίωση των ακαδημαϊκών επιδόσεων.

Λαμβάνοντας υπόψη την έκταση των αποτελεσμάτων, επικεντρωθήκαμε στο συγκεκριμένο θέμα του εκφοβισμού και του cyberbullying. Επεκτείναμε την έρευνά μας με τη χρήση πιο συγκεκριμένων λέξεων-κλειδιών (“εκφοβισμός”, “cyberbullying”, “εφαρμόζεται σε σχολεία”) πάντα στο ίδιο χρονικό διάστημα και στην ίδια βάση δεδομένων και συγκεκριμένα σε μία online ψυχολογική και κοινωνική βάση (Ebsco). Επιπλέον, ήρθαμε σε επαφή με εμπειρογνώμονες στον τομέα της προληπτικής δράσης και της έρευνας για τον εκφοβισμό και τους ρωτήσαμε αν γνωρίζουν για σχετικές μελέτες που δεν έχουν δημοσιευθεί σε έγκριτα επιστημονικά περιοδικά ή άλλη σχετική βιβλιογραφία.

Αυτή η έρευνα απέδωσε 2058 άρθρα. Από αυτά τα 2020 αποκλείστηκαν επειδή υπήρχαν και στις δύο βάσεις δεδομένων.

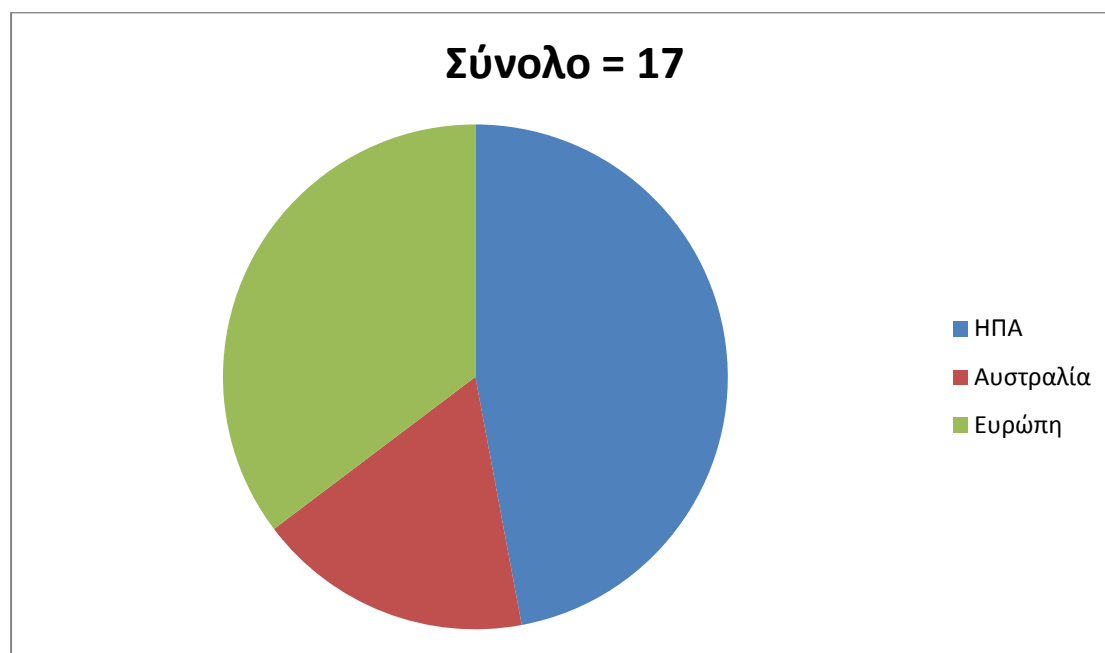
Η απόφαση να συμπεριληφθούν μόνο οι μελέτες RCT περιορίζει την επιλογή των αποτελεσμάτων και βοηθά να προσδιοριστεί η αποτελεσματικότητα και η επαναληπτικότητα των ενεργειών.

Επιπλέον, χρησιμοποιήσαμε άλλο ένα κριτήριο για να αναλύσουμε τις μελέτες που επιλέξαμε: η εστίαση της μελέτης έπρεπε να είναι σχετική με λειτουργικές και προληπτικές παρεμβάσεις σε σχολεία, οι οποίες ήταν ενάντια στον εκφοβισμό και το cyberbullying. Επίσης, λάβαμε υπόψη τη γλώσσα που χρησιμοποιείται για να περιγραφεί η έρευνα σε αυτά τα papers και τις μεταφράσεις στα αγγλικά. Κάθε άρθρο

αναλύθηκε για να καθοριστεί η μέθοδος της μελέτης, τα στοιχεία παρέμβασης, οι μετρήσεις και τα αποτελέσματα.

Αποτελέσματα

Πραγματοποιήσαμε μια συστηματική ανασκόπηση 17 μελετών που πληρούσαν τα κριτήρια ένταξης. Γενικά, οι μελέτες έλαβαν χώρα σε όλο τον κόσμο: 8 μελέτες έγιναν στις ΗΠΑ και 3 διεξήχθησαν στην Αυστραλία. Οι υπόλοιπες 6 πραγματοποιήθηκε στην Ευρώπη, κυρίως σε βόρειες χώρες.



Πίνακας 24: Τόπος διεξαγωγής των μελετών

Χωρίσαμε τις μελέτες σε δύο βασικές κατηγορίες: στις γενικές παρεμβάσεις και σε αυτές που είχαν εστιάσει σε μία συγκεκριμένη ομάδα ατόμων. Η πρώτη κατηγορία αφορούσε προγράμματα συστημικής ή οικολογικής προσέγγισης, προσανατολισμένα στην συμμετοχή όλων των μαθητών του σχολείου που συχνά περιελάμβαναν ειδικές δράσεις για τη συμμετοχή των οικογενειών τους. Η θεωρητική υπόθεση είναι ότι η εκάστοτε κουλτούρα μπορεί να προωθήσει ή να μειώσει τα περιστατικά βίας μεταξύ συνομηλίκων, ανάλογα με το βαθμό της ανοχής που συναντούν.

Άλλες μελέτες έχουν εστιαστεί σε παρεμβάσεις για συγκεκριμένες κατηγορίες θυτών, θυμάτων ή παρευρισκομένων.

Υπάρχουν επίσης μελέτες που συγκρίνουν αυτά τα δύο είδη των παρεμβάσεων ή προτείνουν έναν συνδυασμό τους για να μπορέσουν να αξιολογήσουν τις διαφορές όσον αφορά τους τομείς και τις διαστάσεις του φαινομένου και να δούν αν οι δύο τύποι προγραμμάτων μπορούν ο ένας να αυξήσει την αποτελεσματικότητα του άλλου.

Πολλές παρεμβάσεις κατά του εκφοβισμού έχουν στόχο την εναντίωση σε αυτό το φαινόμενο και ταυτόχρονα την πρόληψη της ανάπτυξης αντίστοιχων μελλοντικών συμπεριφορών ή ψυχιατρικών συμπτωμάτων, όπως του κοινωνικού άγχους, της

χαμηλής αίσθησης της αποτελεσματικότητας του εαυτού του, της κοινωνικής αποστασιοποίησης, των αυτοκτονικών τάσεων και άλλων ενεργειών που συνδέονται με τη θυματοποίηση, και του να ζουν σε ένα κοινωνικό περιβάλλον που χαρακτηρίζεται από υψηλή έκθεση σε βία και έλλειψη προσωπικής ασφάλειας.

Για το λόγο αυτό θεωρούμε ως πρωταρχικό στοιχείο της ανάλυσής μας των προγραμμάτων παρέμβασης την αποτελεσματικότητά τους στη μείωση του εκφοβισμού - που ορίζεται ως ένα σύνολο βίαιων συμπεριφορών κατά συνομηλίκων – της θυματοποίησης ή της στάσης ως απλός παρατηρητής. Ως δεύτερο βήμα εξετάσαμε τις συνέπειες των ενεργειών αυτών σε άλλες διαστάσεις της ψυχοκοινωνικής ευημερίας. Σκόπιμα επιλέξαμε να κρατήσουμε τη διάκριση αυτή, ακόμα και όταν η μείωση των συμπεριφορών που σχετίζονται με τον εκφοβισμό δεν ήταν ο κύριος στόχος της μελέτης και της εκτίμησης της αποτελεσματικότητας των δράσεων που σχετίζονταν με το συγκεκριμένο θέμα, ενώ οι διάφορες πτυχές της προσωπικής ευημερίας μπορούσαν να θεωρηθούν σαν κάτι πρόσθετο στις συγκεκριμένες παρεμβάσεις, που έχει σχέση με το γενικότερο στόχο της προαγωγής της ψυχικής υγείας και οδηγεί σε δράσεις κατά του εκφοβισμού.

Οι περισσότερες από τις παρεμβάσεις που αξιολογήθηκαν απευθύνονταν σε δημοτικά σχολεία, μία στόχευε στον εφηβικό πληθυσμό, ενώ 4 μελέτες αξιολόγησαν την αποτελεσματικότητα του προγράμματος περισσότερο σε εφήβους και όχι σε παιδιά δημοτικού. Συγκεκριμένα, είχε αναπτυχθεί το πρόγραμμα Κίνα για παιδιά διαφόρων ηλικιών.

Γενικά, φαίνεται ότι τα αποτελέσματα των μελετών που έχουμε επιλέξει δείχνουν μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα στο τέλος της δοκιμής σε παρεμβάσεις που γίνονται σε ολόκληρο το σχολείο, αλλά αρκετά συχνά εμφανίζονται αποτελέσματα χαμηλότερου επιπέδου ή άνευ σημασίας κατά την παρακολούθηση. Λίγα προγράμματα έδειξαν μακροχρόνια αποτελεσματικότητα, ενώ άλλα έδειξαν βελτιώσεις στο κοινωνικό κλίμα του σχολείου και στην ευημερία των παιδιών και μείωση των επιπτώσεων του εκφοβισμού σε αυτήν.

Στις παραγράφους που ακολουθούν δίνεται μια περιγραφή των προγραμμάτων παρέμβασης εναντίον του εκφοβισμού για κάθε μία από τις μεθοδολογικές μελέτες.

Εστιασμένες παρεμβάσεις

Δύο μελέτες αναφέρουν προγράμματα παρέμβασης για μαθητές σε ατομικό επίπεδο. Αυτές οι μελέτες που διεξήχθησαν από τους De Rosier και Berry, βασίστηκαν αντίστοιχα στην εφαρμογή των κοινωνικών δεξιοτήτων και σε ένα γνωστικό-συμπεριφορικό πρόγραμμα από μια ομάδα παρέμβασης.

Η έρευνα που διεξήχθη από τον De Rosier έδειξε ότι η παρέμβαση S.S.GRIN μειώνει αποτελεσματικά την επιθετική συμπεριφορά και τις διάφορες μορφές αντικοινωνικής συνεργασίας μεταξύ συνομηλίκων. Ωστόσο, τα μεγέθη επίδρασης ήταν μέτρια. Ενώ η έρευνα αυτή απευθυνόταν σε παιδιά τρίτης τάξης, η δεύτερη παρέμβαση που πραγματοποιήθηκε από τον Berry εστίασε μόνο στους άνδρες εφήβους, επιλέγοντας μεταξύ των μαθητών που ανέφεραν κλινικό επίπεδο άγχους και ότι έχουν πέσει θύματα εκφοβισμού. Οι έφηβοι συμμετείχαν σε 8 εβδομαδιαίες ωριαίες συνεδρίες ενός γνωστικού συμπεριφορικού προγράμματος της ομάδας παρέμβασης που γίνονταν στα σχολεία κατά τη διάρκεια της ημέρας. Το πρόγραμμα περιελάμβανε

επίσης δράσεις που απευθύνονταν στους γονείς και παραδίδονταν στο σχολείο. Οι έφηβοι και οι γονείς ανέφεραν στην ομάδα παρέμβασης σημαντικά μεγαλύτερη μείωση στην ανάμειξη με τον εκφοβισμό. Ωστόσο, οι περισσότερες μετρήσεις δεν παρουσίασαν σημαντική αλλαγή στην συνέχεια και έτσι καταλήξαμε στα ίδια αποτελέσματα.

Και οι δύο παρεμβάσεις αποδείχτηκαν αποτελεσματικές στη μείωση του εκφοβισμού. Μόνο η μελέτη του Berry είχε μία μέτρηση κατά την παρακολούθηση με μέτριας βαρύτητας αποδείξεις για τα αποτελέσματα, ενώ και οι δύο εξέτασαν ένα σχετικά μικρό δείγμα: $N = 187$ και $N = 46$, αντίστοιχα.

Καθολικές παρεμβάσεις

Όλα τα προγράμματα με μια καθολική προσέγγιση υιοθετούν ένα κοινωνικό θεωρητικό υπόβαθρο και δρουν σε περισσότερα επίπεδα, με τη συμμετοχή των εκπαιδευτικών και, μερικές φορές, των γονέων στην εφαρμογή του προγράμματος. Η γενική θεωρία πίσω από αυτό το είδος της επέμβασης είναι ότι ο εκφοβισμός μπορεί να σχετίζεται με το γενικότερο κοινωνικό κλίμα στο σχολείο. Ως εκ τούτου, τα προγράμματα αυτά έχουν στόχο την αλλαγή του κλίματος αυτού. Όλα τα προγράμματα με προσέγγιση σε επίπεδο σχολείου, περιελάμβαναν τη χρήση ενός εγχειριδίου για την υλοποίηση των αντίστοιχων δραστηριοτήτων. Σε ορισμένες μελέτες συμπεριλαμβάνονταν ειδικές ενέργειες που προσανατολίζονταν στην οικογένεια, με τη μορφή συναντήσεων, κατάρτισης και μαθημάτων στην τάξη ή δραστηριοτήτων στο σπίτι.

Ορισμένα προγράμματα τα ορίσαμε ως προγράμματα “για όλο το σχολείο” και περιλαμβάνουν διάφορα επίπεδα παρέμβασης (στην τάξη, το δάσκαλο, τους γονείς και τους μαθητές: ατομικά και ομαδικά). Άλλα τα ορίσαμε ως “πολυεπίπεδα” γιατί έχουν λιγότερα επίπεδα από ό,τι τα πρώτα. Τέλος, επιλέξαμε ένα πρόγραμμα συστημικής προσέγγισης που εφαρμόζεται σε πολλές ενέργειες μόνο στο επίπεδο της τάξης.

Οι παρεμβάσεις σε ολόκληρο το σχολείο

Βρήκαμε 7 μελέτες που είχαν σχεδιαστεί με την RCT και είχαν επίπεδο δράσης σε σχολεία (παρεμβάσεις σε ολόκληρο το σχολείο). Τρεις από αυτές έκαναν αναφορά στις αρχές του προγράμματος που αναπτύχθηκε από τους Dan Olweus και Peter K. Smith, των πρωτοπόρων σε μελέτες εκφοβισμού και cyberbullying. Ο Olweus πρότεινε την ιδέα των προγραμμάτων παρέμβασης ενάντια στον εκφοβισμό για να βελτιωθεί το κοινωνικό περιβάλλον με τη θέσπιση σαφών κανόνων κατά της εκφοβιστικής συμπεριφοράς, να μειωθούν τα όποια “οφέλη” του εκφοβισμού και να τονιστούν τα μειονεκτήματά του. Ανέπτυξε ένα πρόγραμμα που εμπλέκει ενεργά τους γονείς, τους συμμαθητές και τους δασκάλους και πίστευε στη σημασία της επίσημης παρουσίας των ενηλίκων που έλαβε από το μοντέλο ανατροφής των παιδιών και εφαρμόσε στο σχολικό περιβάλλον.

Το Φλαμανδικό (Flemish) πρόγραμμα παρεμβάσεων κατά του εκφοβισμού για σχολεία δημιουργήθηκε από τον Stevens και εφαρμόστηκε στην πρωτοβάθμια και τη δευτεροβάθμια εκπαίδευση με διαφορετικά αποτελέσματα. Η ομάδα εργασίας απέδειξε ότι η παρέμβαση αυτή είχε ένα μοντέλο μικτών θετικών αλλαγών στα δημοτικά, ενώ δεν ήταν αποτελεσματική στις διαστάσεις της αυτοαναφερόμενης θυματοποίησης. Στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση, το πρόγραμμα έδειξε καλύτερα

αποτελέσματα τόσο στον εκφοβισμό όσο και τη θυματοποίηση. Ο πυρήνας του προγράμματος του Fekkes αναπτύχθηκε σε μια περίοδο δύο ετών και κατέγραψε βελτίωση των σχέσεων με τους συνομήλικους και μειωμένη κατάθλιψη. Στην ομάδα εργασίας του Fonagy, ο Twemlow ανέπτυξε το ειρηνικό πρόγραμμα παρέμβασης και δημοσίευσε τα αποτελέσματα του “Πειράματος Ειρηνικών Σχολείων” (Peaceful Schools Experiment) παρουσιάζοντας μείωση των καταγγελιών για θυματοποίηση, της επιθετικότητας και της άτακτης συμπεριφοράς στην τάξη. Η μελέτη που διεξήχθη με την εφαρμογή της “ευρείας Θετικής Παρέμβασης σε Συμπεριφορές και Υποστήριξης σε Σχολεία” (School wide Positive Behavioral Intervention and Supports - SWPBIS) έδειξε ότι τα παιδιά των σχολείων, στα οποία αυτή εφαρμόστηκε είχαν σημαντικά λιγότερο επιθετική συμπεριφορά και βίωναν χαμηλότερα επίπεδα απόρριψης με την πάροδο του χρόνου.

Το “πρόγραμμα των Θετικών Δράσεων” (Positive Actions program) στις μελέτες που διεξήχθησαν από τον Lewis έδειξε τα εξής: παρατηρήθηκε ότι αναφέρθηκαν λιγότερα περιστατικά θυματοποίησης, αλλά δεν υπήρχε διαφορά στις μετρήσεις αυτοαναφοράς που σχετίζονταν με τον εκφοβισμό. Ο Lewis ανέφερε ότι δεν υπήρχε καμία απόδειξη της επίδρασης του προγράμματος σε σχέση με τις εκθέσεις των εκπαιδευτικών που σχετίζονταν με τον εκφοβισμό και τα προβλήματα συμπεριφοράς των μαθητών, ενώ οι ίδιοι οι μαθητές, στο τέλος του προγράμματος, ανέφεραν λιγότερες βίαιες συμπεριφορές. Ο Li, ο οποίος εργάστηκε για ένα παρόμοιο πρόγραμμα, ανέφερε ότι το “πρόγραμμα των Θετικών Δράσεων” έφερε 41% λιγότερα περιστατικά εκφοβισμού. Είναι σημαντικό να ληφθεί υπόψη ότι η μελέτη αυτή δεν είχε τα βασικά δεδομένα περίπου για τα μισά άτομα του δείγματος.

Συστημική προσέγγιση πολλαπλών επιπέδων

Πολλά προγράμματα παρέμβασης περιέχουν ένα μικρότερο αριθμό επιπέδων δράσης και περιλαμβάνουν επίσης και μία οικολογική προσέγγιση για τον εκφοβισμό, δηλαδή μας ωθούν να δούμε τις συμπεριφορές των νέων ως “κλωνισμένες από τους διάφορους παράγοντες των συστημάτων”. Αυτή η θεωρία “επεξεργάζεται” από τους Brown, Frey, Karna και Willford με τα μοντέλα “ένα Βήμα προς τον Σεβασμό” (Step to Respect - STR) και “το Πρόγραμμα KiVa”.

Το πρόγραμμα Step to Respect έχει σχεδιαστεί για να μειώσει τον εκφοβισμό με τη μείωση της ενίσχυσης από συνομήλικους της εκφοβιστικής συμπεριφοράς μέσω της αύξησης της θετικής συμπεριφοράς των παρευρισκομένων (αγνοούμε τον εκφοβισμό, υποστηρίζουμε τους μαθητές που έχουν πέσει θύμα αυτού, επεμβαίνουμε για να σταματήσουμε τέτοια περιστατικά και αναφέρουμε στο προσωπικό του σχολείου όποια συμπεριφορά εκφοβισμού πέσει στην αντίληψή μας). Η εργασία που προτάθηκε από το Frey έδειξε ότι οι μαθητές στα σχολεία που είχε γίνει αυτή η παρέμβαση δέχονταν εκφοβισμό ή επιθετικότητα σε μικρότερο βαθμό, αισθάνονταν περισσότερο την ευθύνη να επέμβουν για να βοηθήσουν κάποιον φίλο τους που κινδύνευε από αυτόν και ανέφεραν μεγαλύτερη ανταπόκριση από τους ενήλικες. Το αποτέλεσμα αυτό υποστήριξε τα αποτελέσματα της εργασίας του Brown που δημοσιεύθηκε το 2011: ο συγγραφέας έδειξε τις θετικές επιδράσεις του προγράμματος με μια σειρά αποτελεσμάτων (π.χ. βελτίωση του κλίματος μεταξύ των μαθητών, χαμηλότερα επίπεδα διάπραξης σωματικού εκφοβισμού, μικρότερο ποσοστό περιστατικών εκφοβισμού που σχετίζονταν με προβλήματα στο σχολείο).

Το πρόγραμμα KiVa έχει τις ρίζες του στα αποδεικτικά στοιχεία ότι η εκφοβιστική συμπεριφορά μπορεί να ελατωθεί με τη μείωση των κινήτρων που σχετίζονται με τις “κοινωνικές ανταμοιβές” που ο δράστης αποκτά από τη συμπεριφορά των παρευρισκομένων. Ως εκ τούτου, μια θετική αλλαγή σε αυτές αναμένεται να έχει άμεσο αντίκτυπο στη συμπεριφορά των δραστών. Η παρέμβαση αυτή περιλαμβάνει την αύξηση της αίσθησης της αποτελεσματικότητας του εαυτού τους σε ότι αφορά την ικανότητά τους να σταματήσουν συμπεριφορές εκφοβισμού και αυτό φάνηκε ότι συσχετίζεται με την υποστήριξη και την προστασία των θυμάτων από τους συμμαθητές τους. Το πρόγραμμα αποτελείται και από καθολικές και από εστιασμένες δράσεις, όπως μαθήματα στην τάξη και δραστηριότητες μεταξύ των μαθημάτων (όπως ένα παιχνίδι στον υπολογιστή για να αναπτύξουν τις ικανότητες που σχετίζονται με τα μαθήματα), καθώς και δράσεις που σχετίζονται με συγκεκριμένα περιστατικά εκφοβισμού, όπως η υποστήριξη και των ενηλίκων και των συμμαθητών στο θύμα, ατομικές και ομαδικές συζητήσεις και με το θύμα και με το θύτη και προσδιορισμός από τον εκπαιδευτικό κάποιων από τους συμμαθητές του θύματος, οι οποίοι θα κληθούν να βρουν τρόπους να τον υποστηρίξουν σε περίπτωση αντίστοιχου μελλοντικού περιστατικού.

Τα αποτελέσματα των μελετών αποδεικνύουν την αποτελεσματικότητα του προγράμματος KiVa στη μείωση των επιπέδων εκφοβισμού και θυματοποίησης και ταυτόχρονα την ελάτωση αρκετών εσωτερικών συμπτωμάτων που σχετίζονται με τις επιδράσεις που έχει το να ζει κάποιος σε ένα κοινωνικό περιβάλλον, το οποίο δεν είναι ασφαλές, όπως το άγχος και η κατάθλιψη. Το πρόγραμμα αυτό φαίνεται να είναι αποτελεσματικό στη μείωση του κυβερνοεκφοβισμού και της θυματοποίησης από αυτόν, ειδικά όταν εφαρμόζεται σε μικρότερα παιδιά.

Το πρόγραμμα “Ζητήματα Νέων” (Youth Matters) έχει τις ρίζες του στο θεωρητικό πλαίσιο που περιγράφεται στο μοντέλο κοινωνικής ανάπτυξης (social development model - SDM). Αυτό περιλαμβάνει έννοιες που προέρχονται από τη θεωρία του κοινωνικού ελέγχου, τη θεωρία της κοινωνικής μάθησης και τη θεωρία διαφορικών συσχετίσεων. Το πρόγραμμα αυτό είναι επίσης η μόνη συστηματική εργασία (project) που εκτελεί τις αναμενόμενες δράσεις παρέμβασης σε επίπεδο τάξης, εκτός από τα άλλα επίπεδα. Τα αποτελέσματα απέδωσαν περιορισμένα στοιχεία για το θετικό αντίκτυπο του προγράμματος στην εκφοβιστική συμπεριφορά και, κατά συνέπεια, στη θυματοποίηση από εκφοβισμό, η οποία ήταν σημαντικά χαμηλότερη.

Προγράμματα Μικτής Παρέμβασης

Ορισμένες μελέτες είχαν ως στόχο την ενοποίηση και την σύγκριση των καθολικών παρεμβάσεων και των περισσότερο εστιασμένων δράσεων σε παιδιά που εμπλέκονται άμεσα με αυτό το φαινόμενο ή προσπαθούσαν να ελέγξουν τη χρησιμότητα των δράσεων που αφορούν τις οικογένειές τους.

Ο Fonagy πραγματοποίησε μια μελέτη για να εξακριβώσει το αν η παρέμβαση που εφαρμόζεται σε διεθνές επίπεδο και ονομάζεται “Δημιουργία ενός Ειρηνικού Σχολικού Περιβάλλοντος Μάθησης” (Creating a Peaceful School Learning Environment - CAPSALE) έχει καλύτερα αποτελέσματα στον εκφοβισμό, τη θυματοποίηση και την συμπεριφορά των παρευρισκομένων σε σύγκριση με την “Σχολική Ψυχιατρική Διαβούλευση” (school psychiatric consultation - SPC) που εφαρμόζεται σε παιδιά (κυρίως θύματα) που έχουν εμπλακεί σε περιστατικά

εκφοβισμού. Η μελέτη, λοιπόν, αυτή βρήκε υψηλότερες επιδράσεις στο πρόγραμμα CAPSALE, ενώ τα αποτελέσματα των ατομικών παρεμβάσεων ήταν λιγότερο σαφή.

Στη μελέτη του ο Malti εξακρίβωσε τη δυνατότητα ενσωμάτωσης ενός παγκόσμιου προγράμματος με τίτλο “Προώθηση Εναλλακτικών Στρατηγικών Σκέψης” (Promoting Alternative Thinking Strategies - PATHS) στο πλαίσιο του προγράμματος “Triple-P” που απευθύνεται στις οικογένειες. Οι συγγραφείς παρατήρησαν ότι αυτός ο συνδυασμός των προγραμμάτων δεν έδειξε καλύτερα αποτελέσματα από αυτά που έδειξε το πρόγραμμα PATHS από μόνο του, ενώ έδειξε αποτελεσματικότητα στη βελτίωση των κοινωνικών δεξιοτήτων και στη μείωση των εσωτερικών και των εξωτερικών προβλημάτων που σχετίζονται με τις βίαιες συμπεριφορές μεταξύ συμμαθητών.

Συζήτηση

Το φαινόμενο του εκφοβισμού είναι ένα σημαντικό πρόβλημα στα σχολεία και πηγάζει από τα επίμονα ψυχολογικά προβλήματα. Προς το παρόν, δεν υπάρχει κανένας διεθνώς αναγνωρισμένος ορισμός του εκφοβισμού που να λαμβάνει υπόψη όλες τις πτυχές που το αφορούν: ο εκφοβισμός παραμένει ένα περίπλοκο, πολυδιάστατο φαινόμενο, του οποίου η αιτιολογία δεν έχει εντοπιστεί με βεβαιότητα. Σε μια πρόσφατη εργασία, αναφέρθηκε μια σειρά από διαφωνίες σχετικά με τον ορισμό και τις μετρήσεις του εκφοβισμού, τονίζοντας τη σημασία της διάκρισης μεταξύ των δράσεων του εκφοβισμού και της γενικότερης επιθετικότητας και μεταξύ της θυματοποίησης από εκφοβισμό και της θυματοποίησης γενικά. Διαφορετικά μοντέλα εξήγησης του φαινομένου εξακολουθούν να εξετάζονται από διάφορους επιστημονικούς κλάδους: ιατρική, ψυχολογία και κοινωνικές επιστήμες.

Έτσι, ο εκφοβισμός είναι ένα ενδιαφέρον ζήτημα για τους ερευνητές και τους κλινικούς γιατρούς και έχει προταθεί μια ποικιλία μοντέλων παρέμβασης για τη μείωση ή την πρόληψή του. Μερικά από αυτά τα προγράμματα έχουν επικεντρωθεί σε άμεσες παρεμβάσεις στους μαθητές που συμμετέχουν (δηλαδή το δράστη, τα θύματα και τους παρευρισκόμενους), ενώ άλλες στοχεύουν να αλλάξουν το ευρύτερο κοινωνικό κλίμα (π.χ. προσεγγίσεις σε όλο το σχολείο). Σύμφωνα με μία συστηματική ανασκόπηση των σχολικών παρεμβάσεων από τους Vreeman, Aaron και Carroll, μερικές μελέτες έχουν δείξει θετικά αποτελέσματα από το Πρόγραμμα Πρόληψης του Εκφοβισμού του Olweus, ενώ άλλες δεν έχουν αναφέρει ελάττωση των ποσοστών της θυματοποίησης και του εκφοβισμού. Επιπλέον, υπάρχουν σημαντικές διαφορές στα αποτελέσματα που έχουν αναφερθεί για την πρωτοβάθμια και τη δευτεροβάθμια εκπαίδευση. Ωστόσο, στη μελέτη του Vreeman και των συνεργατών του διαπιστώθηκε ότι η όλη προσέγγιση του σχολείου είναι πιο αποτελεσματική από τα ατομικά προγράμματα. Αρκετοί συγγραφείς έχουν ήδη εργαστεί στην προσπάθειά τους να καθορίσουν την πιο αποτελεσματική παρέμβαση κατά του εκφοβισμού και να δώσουν οδηγίες για την αντιμετώπιση αυτής της κατάστασης. Παρ’ όλα αυτά, τα αποτελέσματα που συγκεντρώθηκαν από τις μελέτες που έγιναν μέχρι σήμερα, δείχνουν ότι δεν υπάρχει σαφής κοινή θέση των κοινωνικών επιστημόνων και παραμένει μία μεγάλη γκάμα μοντέλων. Κατά συνέπεια, αναρωτιόμαστε ποιες είναι στην πραγματικότητα οι μεταβλητές εκείνες που κάνουν μια παρέμβαση αποτελεσματική. Σε μια προηγούμενη μετα-ανάλυση για τις παρεμβάσεις κατά του εκφοβισμού αναφέρεται ότι η πλειοψηφία των παρεμβάσεων είναι αποτελεσματική στο να αλλάζει τη γνώμη των ανθρώπων για τον εκφοβισμό. Για να ξεπεραστούν ορισμένες δυσκολίες, επιλέξαμε να αξιολογηθούν

μόνο μελέτες που είχαν σχεδιαστεί με την RCT, μειώνοντας την ποικιλία των σχεδίων και αυξάνοντας την ποιότητα των δεδομένων που συλλέγονται.

Βρήκαμε ότι τα περισσότερα από τα πειράματα που σχετίζονται με τον εκφοβισμό δεν είναι σχεδιασμένα με την Τυχαία Δοκιμή Ελέγχου RCT, κάτι το οποίο μπορεί να προκαλέσει προβλήματα στην εκτέλεση τέτοιου είδους παρεμβάσεων. Ωστόσο, είναι σημαντικό να καταλάβουμε πώς πολλές θεραπείες ήταν σε θέση να μειώσουν τις κύριες συνιστώσες του εκφοβισμού (εκφοβισμός, θυματοποίηση και συμπεριφορά παρευρισκομένων). Από αυτήν την άποψη, βρήκαμε ότι η εκφοβιστική συμπεριφορά είναι το επίκεντρο σε 15 μελέτες από αυτές που επιλέξαμε, ενώ μόνο 7 από τις παρεμβάσεις επικεντρώνονταν στα θύματα του εκφοβισμού και μόνο 1 μελέτη που είχε σχεδιαστεί με RCT και συμπεριλαμβάνεται στην ανασκόπηση ασχολήθηκε με το θέμα του cyberbullying. Ακόμα, σε 3 μελέτες η θεραπεία επικεντρώθηκε στη συμπεριφορά όσων συμμετείχαν παθητικά σε πράξεις εκφοβισμού (η χρήσιμη κατηγορία των παρευρισκόμενων). Η ουσιαστική μείωση της επιθετικής και της αντικοινωνικής συμπεριφοράς ήταν στόχος 4 μελετών. Τέλος, εστίασαμε την προσοχή μας στις διαστάσεις της ευημερίας και στις προβληματικές περιοχές που σχετίζονται με τον εκφοβισμό. Περίπου οι μισές από τις μελέτες επικεντρώθηκαν στη μείωση των ψυχιατρικών συμπτωμάτων, τα οποία μπορεί να διαιρεθούν περαιτέρω σε εσωτερικά συμπτώματα, όπως το άγχος και η κατάθλιψη και σε εξωτερικά συμπτώματα, όπως οι διαταραχές επιθετικής συμπεριφοράς και αντιμετωπίστηκαν αντίστοιχα από οκτώ μελέτες και από μία μελέτη. Η εστίαση στην επιθετική συμπεριφορά είναι κυρίαρχος στόχος των παρεμβάσεων κατά του εκφοβισμού, είτε ορίζεται ως ψυχιατρική νόσος, είτε όχι.

Οι θεραπείες εστιάζονταν σε διαφορετικές διαστάσεις που σχετίζονται με την ευημερία των παιδιών και των εφήβων. 5 μελέτες έλαβαν υπόψη διαστάσεις όπως την ικανοποίηση από τη ζωή στο σχολείο και τις αλληλεπιδράσεις μεταξύ των συνομήλικων. 2 μελέτες ανέλυσαν τη διάσταση της καλής κοινωνικής λειτουργίας, η οποία σχετίζεται με τη βελτίωση των κοινωνικο-γνωστικών ικανοτήτων ή των κοινωνικών δεξιοτήτων. Άλλες πτυχές της ευημερίας που τα προγράμματα παρέμβασης επιδιώκουν να βελτιώσουν είναι αυτές που σχετίζονται με την ψυχική υγεία, όπως η δυνατότητα να δείχνουν συμπάθεια στα θύματα (4 μελέτες) και τα επίπεδα αυτοεκτίμησης και αυτο-αποτελεσματικότητας (3 μελέτες).

Πολλές μελέτες βασίζονται σε μια κοινωνική προσέγγιση για τον εκφοβισμό και θεωρούν ότι είναι μια ομαδική διαδικασία που αφορά τους νέους, τους δασκάλους και τους γονείς σε ένα σύστημα αλληλοεπιδράσεων. Αυτή η προσέγγιση έχει δημιουργήσει προγράμματα για την αλλαγή της κοινής γνώμης σχετικά με τις συμπεριφορές εκφοβισμού και την τροποποίηση των συμπεριφορών στα κοινωνικά πλαίσια που αναπτύσσονται, κάτι το οποίο βασίζεται στην παραδοχή ότι το φαινόμενο αυτό θα αλλάξει εάν καταπολεμάται στα επιμέρους μέτωπα.

Αυτά τα προγράμματα φαίνονται πιο αποτελεσματικά από ό,τι άλλα που εστιάζουν σε κάτι διαφορετικό. Τα πιο επιτυχημένα προγράμματα είναι εκείνα, των οποίων η παρέμβαση στοχεύει σε όλη την τάξη και συχνά συνοδεύονται από μεμονωμένες επικεντρωμένες δράσεις ή την συμμετοχή της οικογένειας. Οι παρεμβάσεις αυτές έχουν τη μορφή μαθημάτων, παιχνιδιού ρόλων και άλλων στρατηγικών (π.χ. πρόγραμμα KiVa) και έχουν θετικά αποτελέσματα.

Επίσης, τα προγράμματα που στοχεύουν στην αλλαγή της συμπεριφοράς του θύτη ή του θύματος, χωρίς να επηρεάζουν το γενικότερο κοινωνικό πλαίσιο, δείχνουν και αυτά μια μέτρια επίδραση στη μείωση των κύριων παραγόντων του φαινομένου.

Περίπου το 80% των μελετών ανέφερε βελτιώσεις στην πειραματική ομάδα σε τουλάχιστον ένα από τα κύρια συστατικά, τα οποία είναι η θυματοποίηση, οι πράξεις εκφοβισμού και η συμπεριφορά των παρατηρητών. Η διαπίστωση αυτή είναι ενθαρρυντική, αν και δεν υπάρχουν διαθέσιμες πληροφορίες για τη διάρκεια των αποτελεσμάτων 12 έως 24 μήνες μετά τη θεραπεία και πολλές μελέτες δεν αναφέρουν πληροφορίες παρακολούθησης.

Διαπιστώσαμε αρκετά εμπόδια σε ότι αφορά τη γενίκευση των αποτελεσμάτων κάθε προγράμματος παρέμβασης που αναλύθηκε. Για παράδειγμα, ορισμένα προγράμματα που παρουσίασαν υψηλά ποσοστά μείωσης του εκφοβισμού, μπορεί να είχαν μικρότερα αποτελέσματα αν επαναλαμβάνονταν σε μια διαφορετική σχολική περιφέρεια.

Ορισμένες μελέτες έδειξαν πως το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού έχει μια φυσική καμπύλη ανάπτυξης με την πάροδο του χρόνου, ενώ άλλοι παρουσίασαν ανοδική τάση των συμπεριφορών εκφοβισμού κατά τη μετάβαση από την πρωτοβάθμια στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση, με υψηλότερο κίνδυνο θυματοποίησης και κοινωνικού αποκλεισμού για τα θύματα. Ως εκ τούτου, φαίνεται ότι η εφαρμογή των παρεμβάσεων στις τελευταίες τάξεις του δημοτικού είναι σημαντική για την πρόληψη του φαινομένου και συμβάλλει στη μελλοντική μείωσή του. Ο εκφοβισμός είναι πιο συχνός στον ανδρικό πληθυσμό των μαθητών, ενώ μεταξύ των γυναικών είναι συχνότερες οι πιο έμμεσες μορφές του, όπως η διάδοση φημών και η κοινωνική απομόνωση. Στη μελέτη του Fonagy, οι άντρες μαθητές έδειξαν υψηλότερα επίπεδα επιθετικής συμπεριφοράς σε σύγκριση με τις γυναίκες πριν από την παρέμβαση και στην συνέχεια φάνηκε να επωφελούνται από τις επιπτώσεις της θεραπείας σχεδόν αμέσως. Τα αποτελέσματα άλλων μελετών, όπως του προγράμματος KiVa δεν είχαν διαφορές σχετικά με τα δύο φύλα.

Η κοινωνικο-οικονομική κατάσταση (socio-economic status, SES) είναι μια μεταβλητή που είναι σε θέση να προβλέψει την ένταση της παρουσίας των συμπεριφορών εκφοβισμού ή της εμπειρίας της θυματοποίησης ανεξάρτητα από το αποτέλεσμα της θεραπείας, ενώ φαίνεται ότι συνδέεται και με την πιθανότητα εμφάνισης των δύο αυτών φαινομένων.

Οι προηγούμενες συστηματικές αξιολογήσεις για παρεμβάσεις κατά του εκφοβισμού έδειξαν την πολυπλοκότητα αυτού του φαινομένου. Ο ορισμός του εκφοβισμού παραμένει αμφιλεγόμενος και πολύπλοκος. Διάφοροι παράγοντες όπως το φύλο, η ηλικία και η κοινωνικο-οικονομική κατάσταση των νέων που εμπλέκονται σε περιστατικά εκφοβισμού αναδύονται ως σημαντικοί μεσολαβητές στην ανάλυση της αποτελεσματικότητας της κάθε παρέμβασης και πρέπει να εξεταστούν με πιο συστηματικό τρόπο για να μπορέσουν να παράγουν ένα λειτουργικό ορισμό του φαινομένου και να σχεδιάσουν πιο έγκαιρες παρεμβάσεις.

Ορισμένα εμπόδια που συναντήσαμε στην ανάλυση των μελετών ήταν η ποικιλία των πειραματικών σχεδίων και η έλλειψη τυποποιημένων μετρήσεων για την αξιολόγηση των αποτελεσμάτων και των κοινών στοιχείων που υπήρχαν στις μελέτες. Η πτυχή

αυτή καθιστά τη σύγκριση των μελετών σε ότι αφορά τις επιπτώσεις και τα αποτελέσματα πιο περίπλοκη, και περιορίζει τη δυνατότητα της γενίκευσης της συλλογής των πληροφοριών. Μεταξύ των περιορισμών ήταν και η έλλειψη εσωτερικής συνοχής μεταξύ των μετρήσεων σε ορισμένες μελέτες.

Φυσικά, επηρεαστήκαμε κι εμείς από τους πολλούς περιορισμούς αυτής της συστηματικής ανασκόπησης. Έτσι, συμπεριλάβαμε μόνο μελέτες που είχαν δημοσιευθεί στα αγγλικά και, κατά συνέπεια, αποκλείσαμε κάποιες άλλες. Ωστόσο, μόνο οι μελέτες που είχαν σχεδιαστεί με RCT συμπεριλήφθηκαν στην ανάλυσή μας και αυτό έδωσε ένα υψηλό επίπεδο σε ότι αφορά την ποιότητα των σχεδιασμών, αλλά την ίδια στιγμή οδήγησε στον αποκλεισμό ενός μεγάλου αριθμού τέτοιων προγραμμάτων παρέμβασης. Ακόμα, αυτός ήταν ένας περιορισμός και στην επιλογή των προγραμμάτων κατά του cyberbullying: σε αυτήν την περίπτωση συμπεριλάβαμε μόνο ένα άρθρο. Η χρήση των μεταβλητών μέτρησης αποτελέσματος μπορεί να περιορίσουν περαιτέρω την ικανότητα αξιολόγησης των επιπτώσεων αυτών των παρεμβάσεων με ακρίβεια.

Συμπερασματικά, η ανάλυση που παρουσιάζεται εδώ μπορεί να θεωρηθεί ως η αρχή για μελλοντική έρευνα. Οι πτυχές που θα αποδειχθούν χρήσιμες στον προσανατολισμό των μελλοντικών μελετών περιλαμβάνουν μεγαλύτερες περιόδους παρακολούθησης προκειμένου να εκτιμηθούν οι πραγματικές αλλαγές στην πάροδο του χρόνου, τόσο σε ατομικό, όσο και σε ομαδικό επίπεδο, χρήση έγκυρων ψυχομετρικών εργαλείων και υλοποίηση των μελετών με περισσότερες ελεγχόμενες δοκιμές. Προκειμένου να αναπτυχθεί ένα καλό πρόγραμμα πρόληψης και δράσεων που να απευθύνεται στην καταπολέμηση του εκφοβισμού (και του κυβερνοεκφοβισμού) και όλων των θεμάτων που σχετίζονται με αυτόν (κοινωνική προσαρμογή και ψυχολογικά προβλήματα) και να προσεγγίζει τους υψηλότερους στόχους της σχολικής ένταξης, πιστεύουμε ότι πρέπει να δοθεί μεγάλη σημασία στην ύπαρξη μιας κοινής γραμμής δράσης σε όλη την ευρωπαϊκή κοινότητα.

4. Αποτελέσματα

Με βάση τις μελέτες που αναφέρθηκαν σε αυτήν την εργασία, καταλήξαμε σε κάποια συμπεράσματα τόσο για τον εθισμό στο Διαδίκτυο, όσο και για τον κυβερνοεκφοβισμό. Αρχικά, η διάγνωση του εθισμού αυτού είναι ένα φάσμα από ψυχαναγκαστικές και παρορμητικές διαταραχές. Η θεραπεία του βασίζεται σε παρεμβάσεις και στρατηγικές που χρησιμοποιούνται για τη θεραπεία των διαταραχών από τη χρήση ουσιών. Επίσης, μέσα από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας που σχετίζεται με τη θεραπεία του, εντοπίστηκαν χαμηλά επίπεδα συνολικής συμμόρφωσης με τις κατευθυντήριες γραμμές του CONSORT για την κοινοποίηση των κλινικών δοκιμών.

Στη συνέχεια, τα αποτελέσματα της τρίτης μελέτης, έδειξαν ότι οι ψυχολογικές και φαρμακευτικές παρεμβάσεις είναι αποτελεσματικές στη θεραπεία της μείωσης των συμπτωμάτων του εθισμού. Ακόμα, έδειξαν ότι οι ασθενείς που είναι εθισμένοι σε αυτό μπορούν να επωφεληθούν και από τα δύο είδη θεραπείας. Τέλος, σύμφωνα με την τέταρτη μελέτη, μπορεί να γίνει διάκριση μεταξύ ειδικού και γενικευμένου εθισμού, καθώς μεγάλα τμήματα αυτών των κατηγοριών δεν αλληλοεπικαλύπτονται.

Σε ότι αφορά τον κυβερνοεκφοβισμό, φάνηκε ότι υπάρχει σχέση μεταξύ του ηλεκτρονικού και του κλασσικού εκφοβισμού, αλλά το ποσοστό της αλληλοεπικάλυψής τους δεν είναι μεγάλο. Ακόμα, διαπιστώθηκε ότι σχέση των δύο αυτών μορφών μπορεί να διαφέρει μεταξύ ανδρών και γυναικών. Επίσης, η συχνότητα χρήσης των εργαλείων επικοινωνίας του Διαδικτύου βρέθηκε να σχετίζεται με την εμπλοκή κάποιου σε περιστατικά εκφοβισμού. Στη δεύτερη μελέτη, οι συμμετέχοντες, οι οποίοι είχαν ΔΕΠΥ ή σύνδρομο Asperger είχαν πολύ υψηλά ποσοστά συμμετοχής σε περιστατικά εκφοβισμού (κυρίως θυματοποίησης). Η τρίτη μελέτη, παρείχε την πρώτη ένδειξη πως η θυματοποίηση από εκφοβισμό μπορεί να προκαλέσει μια ακολουθία γεγονότων, τα οποία να οδηγήσουν σε αυτοκτονική συμπεριφορά. Επίσης, τα βασικά ευρήματα έδειξαν ότι η βίαιη συμπεριφορά είναι μεσολαβητής στην σχέση μεταξύ των δύο μορφών του εκφοβισμού και της αυτοκτονικής συμπεριφοράς.

Στην τέταρτη μελέτη, αναφέρονται οι περιβαλλοντικοί παράγοντες που συνδέονται με τις δύο μορφές του εκφοβισμού, οι οποίοι είναι: το ανδρικό φύλο, το χαμηλό ακαδημαϊκό επίπεδο και το να ζει κάποιος μόνο με τον ένα γονέα, καθώς και οι ψυχολογικοί παράγοντες, οι οποίοι είναι: η κατάθλιψη, το υπερβολικό άγχος, η χαμηλή αυτοεκτίμηση και τα συμπτώματα της ΔΕΠΥ. Με βάση τα όσα αναφέρονται στην πέμπτη μελέτη, καταλήξαμε στο συμπέρασμα ότι ο κυβερνοεκφοβισμός είναι πολύ λιγότερο διαδεδομένος από ότι ο κλασσικός εκφοβισμός. Τέλος, η έρευνα που έγινε στην έκτη μελέτη, βρήκε ότι οι περισσότερες από τις παρεμβάσεις που σχετίζονται με τον εκφοβισμό δεν είναι σχεδιασμένες με το RCT. Ωστόσο, πολλές από αυτές ήταν σε θέση να μειώσουν τις κύριες συνιστώσες του εκφοβισμού.



Βιβλιογραφία

1. *Internet addiction or excessive internet use*, Aviv Weinstein, Michael Lejoyeux, 2010
2. *The association between Internet addiction and psychiatric disorder: A review of the literature*, C.-H. Ko, J.-Y. Yen, C. -F. Yen, C. S. Chen, C. C. Chen, 2010
3. *Assessing clinical trials of Internet addiction treatment: A systemic review and CONSORT evaluation*, Daniel L. King, Paul H. Delfabbro, Mark D. Griffiths, Michael Gradisar, 2011
4. *Treatment of internet Addiction: A meta-analysis*, Alexander Winkler, Beate Dorsing, Winfried Rief, Yuhui Shen, Julia A. Glombiewski, 2013
5. *Internet addiction assessment tools: dimensional structure and methodological status*, Catherine L. Lortie, Matthieu J. Guitton, 2013
6. *Is it meaningful to distinguish between generalized and specific Internet addiction? Evidence from a a cross-cultural study from Germany, Sweden, Taiwan and China*, Christian Montag, Katharina Bay, Peng Sha, Mei Li, Ya-Ha Chen, Wei-Lin Liu, Yi-Kana Zhu, Chun-Bo Li, Sebastian Markett, Julia Keiper, Martin Reuter, 2014
7. *Cyberbullying and its correlation to traditional bullying, gender and frequent and risky usage of internet-mediated communication tools*, Ozgur Erdur-Baker, 2010
8. *Behaviors Among Middle and High School Students*, Faye Mishna, Charlene Cook, Tahany Gadalla, Joanne Daciuk, Steven Solomon, 2010
9. *Cyber bullying in ADHD and Asperger Syndrome populations*, Robin M. Kowalski, Cristin Fedina, 2011
10. *Cyber Bullying and Physical Bullying in Adolescent Suicide: The Role of Violent Behavior and Substance Use*, Brett J. Litwiller, Amy M. Brausch, 2012
11. *Differences in predictors of traditional and cyber-bullying: a 2-year longitudinal study in Korean school children*, Su-Jin Yang, Robert Stewart, Jae-Min Kim, Sung-Wan Kim, Il-Seon Shin, Michael E. Deway, Sean Maskey, Jin-Sang Yoon, 2013
12. *Bullying Prevalance Across Contexts: A Meta-analysis Measuring Cyber and Traditional Bullying*, Kathryn L. Modecki, Jeannie Minchin, Allen G. Harbaugh, Nancy G. Guerra, Kevin C. Runions, 2014
13. *Cross – Cultural Differences in Cyberbullying Behavior: A Short-Term Longitudinal Study*, Christopher P. Barlett, Douglas A. Gentile, Craig A. Anderson, Kanae Suzuki, Akira Sakamoto, Ayuchi Yamaoka, Rui Katsura, 2014
14. *Interventions on Bullying and Cyberbullying in Schools: A Systemic Review*, Elisa Cantone, Anna P. Piras, Marcello Vellante, Antonello Preti, Sigurum Danielsdottir, Ernesto D' Aloja, Sigita Lesinskiene, Mathhias C. Angermeyer, Mauro G. Carta, Dinesh Bhugra, 2015
15. *When Online Exchanges Bite: An Examination of the Policy Environment Governing Cyberbullying at the University Level*, Chantal Faucher, Margaret Jackson, Wanda Cassidy, 2015