

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΚΡΗΤΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΘΕΜΑ: «ΧΡΗΣΗ ΝΕΩΝ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΚΑΙ ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΣΕ
ΜΑΘΗΤΕΣ ΛΥΚΕΙΟΥ, ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΟΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ»

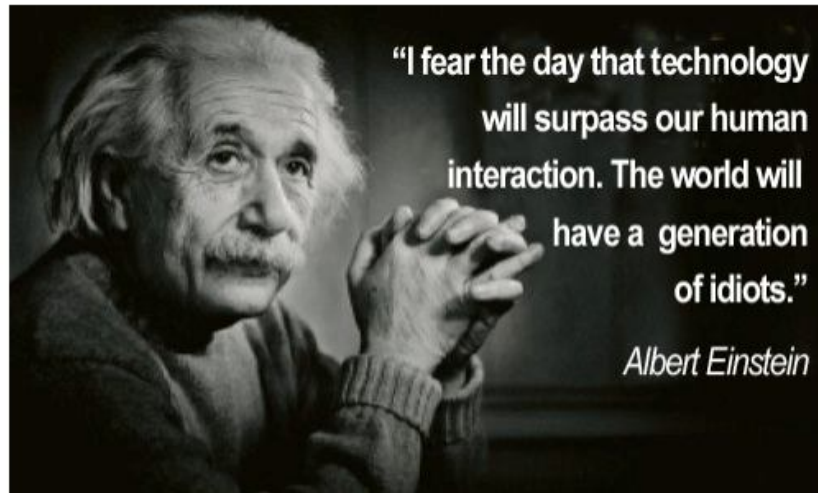


Επιμέλεια:

ΑΝΔΡΟΥΛΑΚΗ ΙΩΑΝΝΑ
ΛΑΜΠΡΙΑΝΙΔΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ
ΜΠΟΥΤΣΟΥΚΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
ΠΟΥΛΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ

Επιβλέπων Καθηγητής:
ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΚΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ

Νοέμβριος 2013



“ Man is still the most extraordinary computer of all.”

John F. Kennedy

“ As industrial technology advances and enlarges, and in the process assumes greater social, economic, and political force it carries people away from where they belong by history, culture, deeds, association and affection.”

Wendell Berry

“ I would trade all of my technology for an afternoon with Socrates.”

Steve Jobs

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Παρά το γεγονός ότι το Διαδίκτυο, καθίσταται ως το πλέον σημαντικό μέσο επικοινωνίας εν μέσω του 21^{ου} αιώνα, η αλόγιστη χρήση του μόνο επιβλαβής έχει αποδειχθεί. Προβλήματα στην υγεία, λόγω της καθιστικής ζωής και της πολύωρης έκθεσης στην οθόνη, ο διαδικτυακός τζόγος, η διαδικτυακή πορνογραφία, η υπερβολική ενασχόληση με τα διαδικτυακά παιχνίδια και τις ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης, είναι ορισμένοι μόνο από τους παράγοντες που οδηγούν στην υιοθέτηση μιας εθιστικής συμπεριφοράς.

Εν συγκρίσει με τους ενήλικες χρήστες του διαδικτύου, τα παιδιά βρίσκονται σ' ένα στάδιο που ξεκινούν να γνωρίσουν τον κόσμο και μη γνωρίζοντας τις συνθήκες και τον τρόπο ζωής του παρελθόντος, μπαίνουν και πορεύονται σε μία κοινωνία, όπου ο Η/Υ έχει καθιερωθεί ως καθημερινό πολυεργαλείο. Γι' αυτό και η πλειοψηφία των ερευνών, οι οποίες διεξάγονται τα τελευταία έτη, εμφανίζουν ως κύρια κατηγορία εμφάνισης εθιστικής συμπεριφοράς αναφορικά με τη χρήση του διαδικτύου, την εφηβεία και συγκεκριμένα την ηλικιακή ομάδα 16 – 25 ετών.

Με σημείο αναφοράς την ηλικιακή ομάδα 16-25 ετών, διεξάγαμε έρευνα σε μαθητές Λυκείου στο κέντρο του Ηρακλείου Κρήτης, αναφορικά με τη χρήση των νέων τεχνολογιών και τον πιθανό εθισμό τους στο διαδίκτυο. Η παρούσα πτυχιακή εργασία εξετάζει την τρέχουσα κατάσταση που έχει διαμορφωθεί αναφορικά με τη διάδοση των νέων τεχνολογιών στους νέους, τους τρόπους χρήσης της και παρουσιάζει τα αποτελέσματα της σχετικής έρευνας. Επιπλέον, επιχειρεί μια θεωρητική προσέγγιση σε θέματα που άπτονται του διαδικτυακού εθισμού και των θεραπευτικών προσεγγίσεων που προτείνονται για την αντιμετώπιση του.

Abstract

Although the Internet is the most important means of communication in the midst of the 21st century, the indiscriminate use of it can be demonstrated as harmful for the users. Health problems due to sedentary lifestyles and the long exposure on screen, online gambling, internet pornography, excessive preoccupation with online games and social networking sites are just some of the factors leading to the adoption of an addictive behavior.

Compared to adult internet users, children are at a stage starting to experience the world and not knowing the conditions and lifestyle of the past, come in a society and they walk in it, where the computer has been established as an everyday tool. This is why the majority of the investigations that are carried out the last years are showing as a main of an addictive behavior, regarding the use of the internet, adolescence and particularly the age group 16-25 years.

In this thesis we carried out an investigation with reference to the age group 16-25 years, on the use of new technologies and internet addiction in high school students in the center of Heraklion. The current thesis comments on the results of the survey and displays the current situation that is developed, as far as the dissemination of new technologies to the young people is concerned. Moreover, is made an attempt for the theoretical approach to issues of Internet addiction and the therapeutic approaches proposed for its tackling.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Με την ολοκλήρωση της Πτυχιακής μας Εργασίας ως τελειόφοιτες του Τμήματος Κοινωνικής Εργασίας, θεωρούμε χρέος μας να ευχαριστήσουμε απο καρδιάς τον επιβλέποντα καθηγητή μας, κ. Παναγιωτάκη Σπύρο, για την αμέριστη καθοδήγηση και βοήθεια του, απο την έναρξη της εργασίας μέχρι και το τέλος , για την άμεση απαντησή του σε κάθε είδους προβληματισμό που προέκυπτε, καθώς και για τις κατευθυντήριες γραμμές που μας έδωσε στην αναζήτηση υλικού και στη σωστή συγγραφή της πτυχιακής μας.

Επιπλέον, οφείλουμε να ευχαριστήσουμε την κα Καλαϊτζάκη, η οποία, στάθηκε βοηθητική παραχωρώντας μας ερωτηματολόγια, που είχε χρησιμοποιήσει σε δική της έρευνα, αναφορικά με τον εθισμό των νέων στο διαδίκτυο.

Τέλος, θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε τους καθηγητές του Τμήματός μας, που με τη συνεργασία τους, στάθηκαν οδηγοί και συμπαραστάτες στην προσπάθειά μας να ολοκληρώσουμε τις σπουδές μας με στόχο να γίνουμε υπεύθυνοι κοινωνικοί λειτουργοί.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Εν μέσω του 21^{ου} αιώνα, οι νέες τεχνολογίες πληροφορικής και το διαδίκτυο έχουν λάβει κυρίαρχο ρόλο στην καθημερινότητα του ανθρώπου. Η ευρυζωνικότητα πλέον βρίσκεται σε συνεχή εξελικτική πορεία, καθώς υπάρχει τουλάχιστον ένας ηλεκτρονικός υπολογιστής και μία σύνδεση στο internet, σε κάθε σπίτι. Ο αριθμός των χρηστών του διαδικτύου, αυξάνεται καθημερινά με ραγδαίους ρυθμούς, έχοντας αγγίξει πλέον τα 2,27 δισεκατομμύρια χρήστες [1]. Αριθμός ο οποίος επεκτείνεται διαρκώς, εν αντιθέσει με τα παραδοσιακά μέσα ενημέρωσης, όπως τηλεόραση, ραδιόφωνο, εφημερίδα κ.λ.π.

Παρά το γεγονός, ότι οι ανάγκες του ανθρώπου σταδιακά διαφοροποιούνται, το internet έχει τη δυνατότητα να προλαβαίνει τις εξελίξεις και προσαρμόζεται συνεχώς στα νέα δεδομένα. Οι αποστάσεις εκμηδενίστηκαν, η επικοινωνία έγινε αμεσότερη, πλέον υπάρχει γρήγορη και εύκολη πρόσβαση σε κάθε είδους πληροφορία και πληθώρα άλλων πλεονεκτημάτων που απολαμβάνει κάθε χρήστης, κάθε ηλικίας.

Πόσο αξιόλογα όμως, αξιοποιούν οι άνθρωποι τις νέες τεχνολογίες και το διαδίκτυο; Πόσοι κίνδυνοι παραμονεύουν στην αλόγιστη χρήση των νέων τεχνολογιών και του διαδικτύου; Σύμφωνα με έρευνα σχετικά με τον εθισμό των νέων στο διαδίκτυο, η Ελλάδα κατέχει το 8.2%, ποσοστό το οποίο της αποδίδει την πρώτη θέση παγκοσμίως, συγκριτικά με την Νορβηγία η οποία κατέχει αντίστοιχα το 1.98%, την Ιταλία με 5.4%, την Νότια Κορέα με 1.6%, και την Κίνα, η οποία σύμφωνα με αποτελέσματα δύο ερευνών, εμφανίζεται να κατέχει το 2.4% και το 5.52% [2].

Με αφορμή τα ανωτέρω απογοητευτικά ερευνητικά στοιχεία, στην παρούσα πτυχιακή εργασία, θα διερευνηθεί η χρήση των νέων τεχνολογιών και το επίπεδο του εθισμού στο Διαδίκτυο σε μαθητές Λυκείου, στο Κέντρο του Ηρακλείου. Η παρούσα πτυχιακή εργασία, με θέμα «Χρήση νέων τεχνολογιών και εθισμός στο Διαδίκτυο σε μαθητές Λυκείου, στο Κέντρο του Ηρακλείου», δομείται σε δύο τμήματα, στο

θεωρητικό και στο ερευνητικό. Το Θεωρητικό τμήμα, παρουσιάζει τη διεύθυνση των νέων τεχνολογιών και του διαδικτύου στην καθημερινότητα των νέων και προσεγγίζει από τη θεωρητική σκοπιά το ζήτημα του διαδικτυακού εθισμού. Εν συνεχεία, το Ερευνητικό τμήμα, παρουσιάζει τα αποτελέσματα της έρευνας που διεξήχθη σε σχολεία στο κέντρο του Ηρακλείου, σχετικά με τη διεύθυνση των νέων τεχνολογιών στη ζωή των νέων μαθητών και τον ενδεχόμενο εθισμό του σε αυτές. Αναλυτικότερα, η παρούσα εργασία, εκτείνεται σε 5 κεφάλαια:

Στο κεφάλαιο 1 «Διαδίκτυο & Νέες τεχνολογίες», αναλύεται σε θεωρητικό επίπεδο, η έννοια της τεχνολογίας, η χρήση των νέων τεχνολογιών στην καθημερινότητα, εν συνεχεία προσεγγίζεται η έννοια του Διαδικτύου, πραγματοποιείται μία ιστορική αναδρομή, αναφορικά με την εμφάνιση του διαδικτύου και την παρουσία των νέων τεχνολογιών, οι βασικές εφαρμογές του διαδικτύου, τα στατιστικά στοιχεία σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου στην Ελλάδα, η σχέση των νέων και των ενηλίκων αντίστοιχα, με το διαδίκτυο και τις νέες τεχνολογίες και το κεφάλαιο ολοκληρώνεται με τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα, τα οποία προκύπτουν από τη χρήση του διαδικτύου και γενικότερα από τη χρήση των νέων τεχνολογιών.

Στο κεφάλαιο 2 «Κίνδυνοι στο Διαδίκτυο», παρουσιάζονται οι κίνδυνοι που προκύπτουν από την αλόγιστη και την ανεξέλεγκτη χρήση του διαδικτύου.

Στο κεφάλαιο 3 «Ο Διαδικτυακός εθισμός» των νέων, προσεγγίζεται η έννοια του φαινομένου του διαδικτυακού εθισμού των νέων, καθώς και βασικές αιτιολογικές προσεγγίσεις αναφορικά με τους παράγοντες που οδηγούν τους νέους στην ανεξέλεγκτη χρήση του διαδικτύου. Επιπρόσθετα, παρουσιάζονται τα κριτήρια διάγνωσης, τα εργαλεία μέτρησης του διαδικτυακού εθισμού, το προφίλ και τα χαρακτηριστικά των εξαρτημένων χρηστών. Επιπρόσθετα, αναλύεται η ελληνική πραγματικότητα αναφορικά με τον εθισμό των νέων από το διαδίκτυο, παρατίθενται συναφείς έρευνες που διεξήχθησαν στην Ελλάδα, καθώς και αποτελέσματα ερευνών, που πραγματοποιήθηκαν σε Ιταλία, Βρετανία, ΗΠΑ, Κίνα και Αραβικά Εμιράτα.

Στο κεφάλαιο 4 «Θεραπευτικές προσεγγίσεις, η οικογένεια και ο ρόλος του Κοινωνικού Λειτουργού», παρουσιάζονται οι θεραπευτικές προσεγγίσεις, όπως εφαρμόζονται, στους εθισμένους χρήστες του διαδικτύου, οι θεραπευτικές ομάδες και αναλύεται η θεραπεία της οικογένειας του εθισμένου διαδικτυακού χρήστη, ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού, ενώ παρουσιάζονται και κλινικά περιστατικά.

Στο κεφάλαιο 5 «Έρευνα» της εργασίας, αναπτύσσεται το ερευνητικό τμήμα, αναφορικά με τη χρήση των νέων τεχνολογιών και τον εθισμό στο διαδίκτυο σε μαθητές Λυκείου, στο κέντρο του Ηρακλείου. Πιο συγκεκριμένα, παρουσιάζεται ο κύριος σκοπός, το μεθοδολογικό πλαίσιο, οι θεματικοί άξονες, ενώ παρουσιάζεται και η ανάλυση των στοιχείων της έρευνας.

Τέλος, στο κεφάλαιο 6 «Συνολική αποτίμηση» παρουσιάζονται τα συμπεράσματα της έρευνας κι επιχειρείται μια συνολική αξιολόγηση της πτυχιακής μας.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	3
ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	6
ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ	9
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: «ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ & ΝΕΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΕΣ»	11
1.1 Τεχνολογία.....	11
1.2 Η χρήση των νέων τεχνολογιών στην καθημερινότητα.....	12
1.3 Ορισμός του «Διαδικτύου».....	20
1.3.1. Ιστορική αναδρομή.....	21
1.3.2. Βασικές εφαρμογές του Διαδικτύου	25
1.3.3. Στατιστικά στοιχεία σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου στην Ελλάδα	32
1.3.4. Η σχέση των νέων, με τη χρήση των νέων τεχνολογιών & του διαδικτύου.....	38
1.3.5. Η σχέση των ενηλίκων, με την χρήση των νέων τεχνολογιών & του διαδικτύου.....	39
1.3.6. Πλεονεκτήματα & Μειονεκτήματα, από τη χρήση του Διαδικτύου.....	42
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 «ΚΙΝΔΥΝΟΙ» ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ	45
2.1 Κίνδυνοι στο Διαδίκτυο	45
2.1.1 Μόλυνση του υπολογιστικού συστήματος, από ιούς	46
2.1.2 Πρόκληση ζημιών σε προσωπικά δεδομένα	47
2.1.3 Διαδικτυακές απάτες.....	48
2.1.4 Εικονική Πραγματικότητα.....	49
2.1.5 Παρενόχληση-εκφοβισμός στο Διαδίκτυο.....	50
2.1.6 Σεξουαλικότητα και παιδοφιλία στο Διαδίκτυο.....	53
2.1.7 Ηλεκτρονικό έγκλημα	54
3.1 Προσέγγιση την έννοιας του «Εθισμού».....	58
3.2 Βασικές αιτιολογικές προσεγγίσεις.....	59
3.2.1. Βιολογικές και Κοινωνικές θεωρήσεις.....	59
3.2.2. Ψυχολογικοί παράγοντες.....	60
3.2.3. Ο ρόλος της οικογένειας.....	61
3.2.4. Οι κοινωνικές συνθήκες	62
3.3 Κριτήρια Διάγνωσης του «Διαδικτυακού Εθισμού»	62
3.3.1. Προφίλ του εθισμένου «διαδικτυακού» χρήστη	63
3.3.2. Χαρακτηριστικά του εθισμένου «διαδικτυακού» χρήστη	65
3.3.3. Εργαλεία μέτρησης της διαταραχής εθισμού στο Διαδίκτυο.....	65
3.4 Η Ελληνική πραγματικότητα, αναφορικά με τον Εθισμό των Νέων από το Διαδίκτυο	72
3.4.1 Παράθεση ερευνών που πραγματοποιήθηκαν στην Ελλάδα.....	73
3.5 Ερευνητικά αποτελέσματα από τη χρήση διαδικτύου, σε λοιπές χώρες.....	78
Ιταλία.....	78
Βρετανία	78

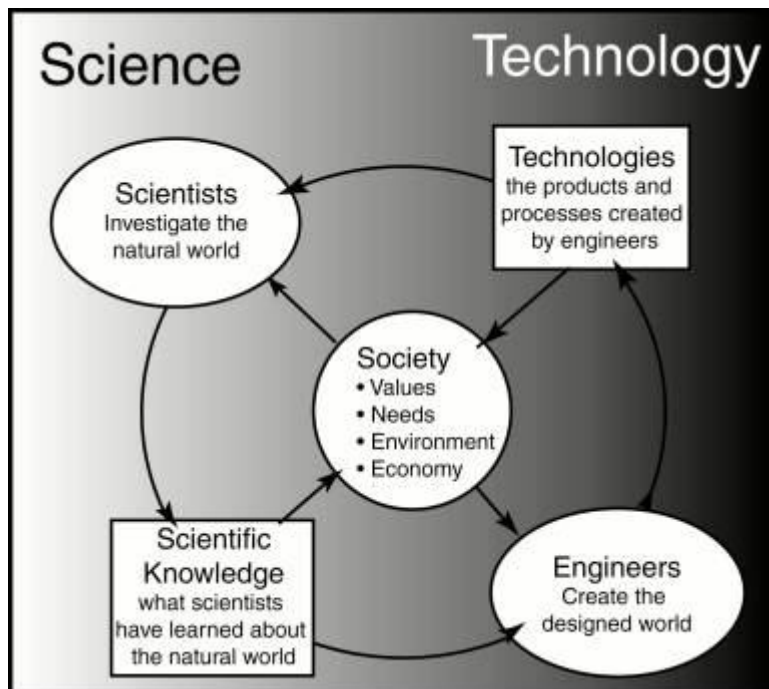
Η.Π.Α.....	79
Κίνα.....	79
Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα.....	80
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4: «ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ, Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ & Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ»	82
4.1. Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική θεραπεία.....	82
4.2. Ολιστική θεραπεία.....	84
4.3. Ομαδική θεραπεία.....	85
4.4. Παρουσίαση Κλινικών περιστατικών.....	88
4.5. Η θεραπεία της «οικογένειας» των εθισμένων χρηστών του διαδικτύου	90
4.6. Ο Ρόλος του Κοινωνικού Λειτουργού.....	92
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5: «ΕΡΕΥΝΑ»	95
5.1. Κύριος σκοπός.....	95
5.2. Μεθοδολογικό πλαίσιο.....	95
5.3. Θεματικοί Άξονες.....	97
5.4. Ανάλυση Στοιχείων.....	97
5.5 Δημογραφικά στοιχεία του δείγματος.....	98
5.6 Αποτελέσματα της έρευνας.....	99
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6: «ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ».....	124
6.1 Βασικά Συμπεράσματα έρευνας.....	124
6.2 Περιορισμοί Έρευνας – Προτάσεις μελλοντικής έρευνας.....	127
6.3 Αυτοκριτική.....	128
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	131
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α: ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΕΡΕΥΝΑΣ.....	143
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β: ΦΟΡΕΙΣ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΩΝ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΘΙΣΜΟΥ.....	147
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Γ: ΑΡΘΡΑ ΠΟΙΝΙΚΟΥ ΚΩΔΙΚΑ, ΑΝΑΦΟΡΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΩΝ ΧΡΗΣΤΩΝ ΑΠΟ ΤΟ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ ΕΓΚΛΗΜΑ	150

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: «ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ & ΝΕΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΕΣ»

1.1 Τεχνολογία

Με τον όρο «Τεχνολογία», αναφερόμαστε στο σύνολο των μεθόδων, των τεχνικών και των μέσων, με τα οποία πραγματοποιείται η παραγωγή προϊόντων ή υπηρεσιών.

Πρόκειται για έννοια η οποία συνδέεται στενά με την πράξη. Η τεχνολογία έγκειται στην αξιοποίηση της θεωρίας και γενικότερα της επιστήμης, με στόχο τη δημιουργία ενός αντικειμένου, με πρακτικό προς την ανθρωπότητα, όφελος. Γίνεται συνεπώς κατανοητό, ότι η τεχνολογία με την επιστήμη, είναι έννοιες άρρηκτα συνδεδεμένες. Η επιστήμη συνεργάζεται απαραίτητα με την τεχνολογία και το αντίστροφο. Η κάθε μία εξαρτάται από την άλλη και αρκετές φορές είναι δύσκολο να διαχωριστούν μεταξύ τους. Κάθε τεχνολογική ανακάλυψη δίνει ώθηση στην επιστήμη και κάθε επιστημονική ανακάλυψη βοηθάει στην εξέλιξη της τεχνολογίας.



Πηγή: www.google.gr

1.2 Η χρήση των νέων τεχνολογιών στην καθημερινότητα

Τα οφέλη που προκύπτουν από τη χρήση των νέων τεχνολογιών στην καθημερινότητα του ανθρώπου, είναι δεκάδες. Η ορθή χρήση των νέων τεχνολογιών, ενδεικτικά προσφέρει:

- ✓ Εξοικονόμηση χρόνου στη διεξαγωγή εργασιών και λοιπών προσωπικών υποθέσεων
- ✓ Πολλαπλές επιλογές ψυχαγωγίας
- ✓ Σημαντικές ευκαιρίες για τη δημιουργία κοινωνικών σχέσεων
- ✓ Βελτίωση της εξυπηρέτησης των ανθρώπων στις κοινωνικές υπηρεσίες
- ✓ Ανταλλαγή πληροφοριών και απόψεων, επί παντός θέματος
- ✓ Σημαντικά οφέλη στους τομείς της υγειονομικής περίθαλψης, της εκπαίδευσης, της εργασίας,

Όλα τα ανωτέρω οφέλη, συμβάλουν στην διευκόλυνση και γενικότερα στην βελτίωση της ποιότητας ζωής του ανθρώπου, αναφορικά με τις καθημερινές ασχολίες του, όπως την εργασία ή το σχολείο, το σπίτι, ακόμα και σε δραστηριότητες που σχετίζονται με την διοίκηση και κάθε μορφή διακυβέρνησης

Η χρήση των ηλεκτρονικών υπολογιστών, είναι άκρως σημαντική σε όλους τους παραγωγικούς και μη, ανθρώπους, καθώς έχουν τη δυνατότητα να γίνονται πιο γρήγοροι και πιο αποτελεσματικοί, σε όλες τις επαγγελματικές τους δραστηριότητες και στη μόρφωσή τους. Το γεγονός ότι οι ηλεκτρονικοί υπολογιστές εισήχθησαν σε όλους τους βασικούς τομείς (επιστήμη, τεχνολογία, εργασία) της καθημερινότητας του ανθρώπου, απέδωσε τον όρο «τεχνολογίες πληροφορικής», ο οποίος αναφέρεται στη σύζευξη της πληροφορικής με συγγενείς ή συναφείς κλάδους, όπως οι τηλεπικοινωνίες, ο αυτοματισμός γραφείου (μηχανογράφηση), η ρομποτική κ.α., όπου απαραίτητη για να επιλυθούν πολλά θέματα, είναι, η σωστή χρήση των σύγχρονων υπολογιστών [3].

Εν κατακλείδι, η εποχή εξελίσσεται, η κοινωνία προοδεύει και είναι σημαντικό να εξελίσσονται και οι άνθρωποι, να αποκτούν τεχνολογικές γνώσεις και να μπορούν να ενταχθούν αποτελεσματικά στην ψηφιακή πρόοδο τόσο της Ελλάδας, όσο και της Ευρώπης, με στόχο να αξιοποιήσουν ορθά στην καθημερινότητα τους, το θετικό στίγμα των νέων τεχνολογιών [3].

❖ Η εφαρμογή των «νέων τεχνολογιών» στην Εργασία



Η εξελικτική πορεία των νέων τεχνολογιών είναι αξιοσημείωτη και πλέον έχει αρχίσει να κατέχει σημαντική θέση τόσο στην κοινωνική, όσο και στην επαγγελματική ζωή του κάθε ανθρώπου. Κατέχουν τόσο σημαντική θέση στην καθημερινότητα του ανθρώπου, ώστε έχουν επηρεάσει διαδικασίες όπως αυτές της παραγωγής, της εργασίας και της επικοινωνίας και κατ' επέκταση έχουν

επηρεάσει τους ανθρώπους στον τρόπο με τον οποίο εργάζονται, επικοινωνούν κ.λ.π [4].

Ωστόσο, δεδομένου ότι οι νέες τεχνολογίες εξελίσσονται συνεχώς, θα πρέπει παράλληλα να εξελίσσονται πρακτικά και οι άνθρωποι, ώστε να είναι σε θέση να προσαρμόζονται κάθε τόσο στα νέα δεδομένα.

Χαρακτηριστικό της εποχής τα τελευταία έτη, είναι το γεγονός ότι οι νέες τεχνολογίες έχουν εξελιχθεί και έχουν ενταχθεί στην καθημερινότητα σε τέτοιο βαθμό, ώστε έχουν δημιουργηθεί νέα και ιδιαίτερα επαγγέλματα. Επαγγέλματα, τα

οποία ειδικές γνώσεις υπολογιστών ή οποιασδήποτε άλλης νέας τεχνολογίας. Ακόμα και οι δημόσιες υπηρεσίες, οι οργανισμοί και οι επιχειρήσεις έχουν αρχίσει να λειτουργούν με νέες τεχνολογικές μεθόδους, αντικαθιστώντας σταδιακά τις παραδοσιακές μεθόδους εργασίας. Το γεγονός αυτό, εν μέρει αποτελεί ένδειξη προόδου, από την άλλη πλευρά δυσκολεύει ένα μέρος των ανθρώπων που δεν έχουν ιδιαίτερες τεχνολογικές δεξιότητες [5].

Έρευνες έχουν δείξει ότι οι χρήστες ηλεκτρονικών υπολογιστών απολαμβάνουν καλύτερες συνθήκες εργασίας και παρουσιάζουν υψηλότερα επίπεδα εργασιακής ικανοποίησης και συνεπώς, έχουν περισσότερες πιθανότητες να έχουν καλύτερη υγεία από τους άλλους εργαζόμενους, ενώ οι γυναίκες εν συγκρίσει με τους άνδρες, αναφέρουν μεγαλύτερη χρήση ηλεκτρονικών υπολογιστών στην εργασία. Η μεγαλύτερη χρήση των νέων τεχνολογιών από γυναίκες, μπορεί να αιτιολογηθεί, αν ληφθούν υπόψη τα διαφορετικά επαγγέλματα τα οποία ασκούν τα δύο φύλα, καθώς η πλειοψηφία των ανδρών ασχολείται με πιο πρακτικά επαγγέλματα.

Σημαντική καινοτομία της εφαρμογής των «νέων τεχνολογιών» στον τομέα της Εργασίας, έγκειται στην τηλεργασία. Πρόκειται για ένα είδος εργασίας, που δύναται να διεξαχθεί από το σπίτι. Με αυτό το είδος εργασίας οι εταιρίες έπαψαν να έχουν υπαλλήλους σε ένα συγκεκριμένο κατάστημα. Χώρος εργασίας για τον καθένα είναι το σπίτι του και το ίντερνετ μέσω του οποίου επικοινωνεί με τους πελάτες και την εταιρία που τον έχει προσλάβει. Η τηλεργασία, μειώνει σημαντικά την ανεργία, αυξάνει τις συνθήκες υγιεινής και ασφάλειας και εξαφανίζει τους περιοριστικούς όρους της εργασίας γραφείου. Τα πρώτα ηλεκτρονικά καταστήματα του διαδικτύου έκαναν την εμφάνισή τους το 1994. Από τότε μέχρι σήμερα, η εξέλιξη είναι ραγδαία, γεγονός που αποδεικνύεται από το ηλεκτρονικό εμπόριο που ανθεί και η πορεία του είναι συνεχώς αυξητική [5].

Επίσης, μια άλλη εξέλιξη του διαδικτύου είναι η χρήση της τηλε-διάσκεψης, η οποία μπορεί να φέρει τους συμμετέχοντες κοντά με τη χρήση κοινών τηλεφωνικών γραμμών χωρίς να ταξιδέψουν από το χώρο εργασίας τους. Η επαφή

αυτή μπορεί να γίνει με ήχο μέσω οργανισμού τηλεπικοινωνιών. Μπορεί επίσης να πραγματοποιηθεί με ήχο και με ανταλλαγή γραπτών μηνυμάτων σε πραγματικό χρόνο με τη χρήση προσωπικού ηλεκτρονικού υπολογιστή και του ίντερνετ. Τότε, ειδικός ισχυρός ηλεκτρονικός υπολογιστής αναλαμβάνει να διευθετήσει τη σύνδεση όλων των συμμετεχόντων και να διαβιβάσει τα μηνύματα μέσω των γραμμών σύνδεσης [5].

❖ Η εφαρμογή των «νέων τεχνολογιών» στην Εκπαίδευση

Οι συνεχείς επιστημονικές, τεχνολογικές, οικονομικές και πολιτισμικές εξελίξεις επηρεάζουν την καθημερινότητα του ανθρώπου σε όλα τα επίπεδα. Προκειμένου να ο άνθρωπος να είναι σε θέση να ανταποκριθεί σε όλες τις απαιτήσεις, αλλά και τις προκλήσεις της καθημερινότητας, η εκπαίδευση και η επιμόρφωση καθίσταται αναγκαία.

Οι νέες τεχνολογίες πληροφορικής, αλλά και το διαδίκτυο, λειτουργεί ως αρωγός και στον τομέα της εκπαίδευσης, καθώς η συμβολή του είναι μεγάλη και καθοριστική. Η πληροφορική, οι νέες τεχνολογίες της πληροφορίας και της επικοινωνίας, κυριαρχούν ολοένα και περισσότερο στην πλειοψηφία του κοινωνικού ιστού και είναι πλέον παρούσες σε μεγάλο μέρος των καθημερινών δραστηριοτήτων του ανθρώπου.

Οι Νέες Τεχνολογίες, συμβάλλουν στην οργάνωση και στη συγκρότηση της γνώσης, στην εύκολη και γρήγορη μετάδοση της, στη διευκόλυνση της ανταλλαγής των πληροφοριών και γενικότερα βρίσκονται σε μια διαδικασία συγκρότησης της ιδιαίτερης τους κουλτούρας [6], γεγονός που θέτει ολόκληρο το εκπαιδευτικό σύστημα σε νέες βάσεις.

Μέσα σε αυτό το πλαίσιο οργάνωσης και συγκρότησης του εκπαιδευτικού συστήματος, η εκπαίδευση υποχρεούται να ενσωματώσει τις πρακτικές της, στις νέες τεχνολογίες. Στη σημερινή εποχή ο μαθητής δεν αρκεί απλώς να μάθει να γράφει και

να διαβάζει, πρέπει να μάθει και τις νέες τεχνικές γραφής και ανάγνωσης που η πληροφορική τεχνολογία επιβάλλει.

Μέχρι και πρόσφατα, η εκπαίδευση και η επιμόρφωση στηριζόταν κατά κύριο λόγο σε μία δομή, στηριγμένη στη διδακτέα ύλη. Τα τελευταία έτη όμως, με την είσοδο των νέων τεχνολογιών στην εκπαίδευση, οι όροι της επικοινωνίας και της εγγράμματης εκπαίδευσης αλλάζουν. Είναι πλέον κοινώς αποδεκτό ότι η εξ αποστάσεως εκπαίδευση, συμβάλει σημαντικά στην εξέλιξη των ανθρώπων και κατ' επέκταση της κοινωνίας, είτε ως κύρια μορφή, είτε συμπληρωματικά υπό τη μορφή της επιμόρφωσης.

Η εξ αποστάσεως επιμόρφωση αποτελεί μία καινοτομία στον εκπαιδευτικό χώρο. Οι Ηλεκτρονικές (ή Εικονικές ή Διαδικτυακές) Κοινότητες Μάθησης θεωρούνται ως η πιο σύγχρονη τάση στην τηλεδιάσκεψη, η οποία αποτελεί το συνδυασμό της εξ αποστάσεως εκπαίδευσης με τις νέες τεχνολογίες. Πλέον οι ρυθμοί της καθημερινότητας, η σύνθεση του κοινωνικού ιστού και πολλοί άλλοι παράγοντες έχουν καταστήσει τα συμβατικά επιμορφωτικά προγράμματα εντελώς ανεπαρκή, δεδομένου ότι δεν καλύπτουν πλέον τις πραγματικές ανάγκες των ανθρώπων, θέτοντας χρονικούς και χωροταξικούς περιορισμούς και αποκλείοντας ένα μεγάλο μέρος του πληθυσμού, που επιθυμεί πραγματικά να εκπαιδευτεί και να επιμορφωθεί.

Η τηλεδιάσκεψη, οι ηλεκτρονικές (ή Εικονικές ή Διαδικτυακές) κοινότητες μάθησης μπορεί, είναι μερικοί από τις μεθόδους επικοινωνίας στους οποίους στηρίζεται η εξ' αποστάσεως εκπαίδευση / επιμόρφωση. Αξίζει να σημειωθεί ότι η εξ' αποστάσεως εκπαίδευση παρέχει σε κάθε συμμετέχοντα / εκπαιδευόμενο, ένα ευέλικτο πρόγραμμα, ένα ιδιαίτερο τρόπο επικοινωνίας και συνεργασίας.

Τα πλεονεκτήματα και γενικότερα τα οφέλη που απολαμβάνουν οι εκπαιδευόμενοι, μέσω της εξ' αποστάσεως εκπαίδευσης, είναι πληθώρα. Αναλυτικότερα:

- ✓ Παρέχει ένα ευνοϊκό κοινωνικό πλαίσιο εντός του οποίου οι συμμετέχοντες, μέσα από τη συλλογική εργασία, αποκομίζουν εμπειρίες και αναπτύσσουν την εκτίμηση για την ύπαρξη πολλαπλών προοπτικών, επεκτείνοντας τις γνώσεις τους μέσα από την επιχειρηματολογία, τη δομημένη αντιπαράθεση, καθώς και την ανταλλαγή των ιδεών.
- ✓ Μαθαίνουν να «χρησιμοποιούν» τους «συναδέλφους - συμμαθητές» ως γνωσιακούς πόρους και είναι πιο πρόθυμοι να αντιμετωπίσουν μια σύνθετη κατάσταση, ένα πρόβλημα [7].
- ✓ Παρέχει τη δυνατότητα επιλογής του χρόνου που θα ασχοληθεί ο εκπαιδευόμενος καθώς υπάρχει η δυνατότητα απεξάρτησής του εκπαιδευόμενου από συγκεκριμένο χώρο, καθώς δεν υπάρχει η πίεση της υποχρεωτικής παρουσίας σε μία παραδοσιακή τάξη.
- ✓ Ευνοεί τη συμμετοχή των ενηλίκων, οι οποίοι έχουν οικογενειακές και κοινωνικές υποχρεώσεις και δεν έχουν τον απαραίτητο χρόνο ούτε τη διάθεση να αντιμετωπίσουν άκαμπτες χωροχρονικά και οργανωτικά συμβατικές επιμορφωτικές μεθόδους.
- ✓ Καταργεί τις γεωγραφικές ανισότητες που αναπτύσσονται από κεντρικά ελεγχόμενα συστήματα συμβατικών μορφών επιμόρφωσης, παράμετρος με ιδιαίτερη βαρύτητα σε μία χώρα όπως η Ελλάδα, που έχει πολλές απομακρυσμένες και δυσπρόσιτες περιοχές [8].
- ✓ Είναι σε θέση να καλύψει τις ανάγκες ενός πολύ μεγαλύτερου αριθμού εκπαιδευομένων ταυτόχρονα.
- ✓ Η έλλειψη της ανάγκης για μετακινήσεις ή για μετακόμιση στον τόπο διεξαγωγής των μαθημάτων συμβάλλει και στη μείωση του κόστους για τον εκπαιδευόμενο [9].
- ✓ Μέσω του διαδικτύου δίνεται η δυνατότητα ενσωμάτωσης πολυμέσων και διάθεσης στους εκπαιδευόμενους, ενός ολοκληρωμένου και άμεσα προσβάσιμου εκπαιδευτικού υλικού. Το εκπαιδευτικό υλικό μπορεί να ενημερώνεται άμεσα και πολύ οικονομικά για όποιες αλλαγές συμβαίνουν στην εκπαίδευση [10].



Στις περισσότερες χώρες της ευρωπαϊκής ένωσης η καινοτόμος εφαρμογή του διαδικτύου και των νέων τεχνολογιών στον τομέα της εκπαίδευσης, είναι σύνηθες φαινόμενο. Στην Ελλάδα, άρχισε να αναπτύσσεται πρόσφατα

και έχουν γίνει κάποιες προσπάθειες σχεδιασμού και περαιτέρω ανάπτυξης.

Το σημαντικό στοιχείο ωστόσο, είναι ότι τα αποτελέσματα της αξιολόγησης σχετικά με τα προγράμματα επιμόρφωσης / εκπαίδευσης που διεξήχθησαν στην Ελλάδα. Παρουσίασαν θετική πρόοδο και σύμφωνα με τα αποτελέσματα διεθνών ερευνών, τα οποία δείχνουν ότι αναμένεται σημαντική αύξηση στη χρήση τεχνολογικών εφαρμογών στην επιμόρφωση των εκπαιδευτικών τα επόμενα χρόνια, εκτιμάται ότι τα προσεχή έτη θα σημειωθεί σημαντική εξέλιξη στις εν λόγω εκπαιδευτικές δραστηριότητες.

❖ Η εφαρμογή των «νέων τεχνολογιών» στην Υγεία

Οι τεχνολογίες πληροφορίας και επικοινωνίας, λαμβάνουν σημαντική εφαρμογή και στον τομέα της Υγείας. Όλα τα Νοσοκομεία και τα κέντρα Υγείας, έχουν ήδη επανδρωθεί με συστήματα τελευταίας τεχνολογίας, με στόχο την ενίσχυση της αποτελεσματικότητας και της αποδοτικότητας της φροντίδας υγείας, σε ότι αφορά τη διάγνωση, τη θεραπεία και την αποκατάσταση του ασθενούς [11].



Καινοτομίες όπως ο ηλεκτρονικός φάκελος ασθενούς, τα πληροφοριακά συστήματα

διοίκησης, τα δίκτυα ιατρικής πληροφόρησης έχουν διαφοροποιήσει σημαντικά τον τρόπο που παρέχεται σήμερα η ιατρική φροντίδα και υποστηρίζουν αποτελεσματικά τη λήψη αποφάσεων σε διάφορα επίπεδα. Οι κύριοι άξονες προτεραιότητας αφορούν [11]:

- ✓ Μείωση του κόστους περίθαλψης μέσω της δυνατότητας παρακολούθησης των βασικών κέντρων κόστους.
- ✓ Υποστήριξη της ποιότητας εξυπηρέτησης των πολιτών μέσω της μείωσης του χρόνου αναμονής.
- ✓ Αναβάθμιση του τρόπου παροχής ιατρικής φροντίδας από κέντρα ανοιχτής περίθαλψης μέσω τηλεματικών υπηρεσιών.

Η συμβολή των Η/Υ στον τομέα της Ιατρικής, είναι τεράστια. Η διάγνωση εξ' αποστάσεως και η τηλεϊατρική, είναι πλέον καινοτόμες εφαρμογές των τεχνολογιών πληροφορικής. Οι προσομοιώσεις και η έρευνα για την Παρασκευή νέων αποτελεσματικών φαρμάκων, η χαρτογράφηση του ανθρώπινου γονιδιώματος μπορεί να αντιμετωπίσει αποτελεσματικά μερικές από τις μέχρι σήμερα θεωρούμενες ανίατες ασθένειες [11].

Ενδεικτικές όψεις στήριξης της ιατρικής και των παρεμφερών επιστημών από τη τεχνολογία περιλαμβάνουν [11]:

- ✓ Τη δομή των μικροοργανισμών, η οποία με τη βοήθεια των νέων τεχνολογιών έχει γίνει γνωστή στον άνθρωπο.
- ✓ Τα υπολογιστικά μοντέλα, έχουν αποτυπώσει και έχουν γνωστοποιήσει τη δομή συνηθισμένων ιών, καθώς με την προσομοίωση της εισόδου ενός ιού σε ένα κύτταρο μπορεί να φανεί η επίδραση του ιού και τα αποτελέσματά της.
- ✓ Ο αξονικός τομογράφος με Η/Υ μπορεί να προσφέρει λεπτομερή εικόνα, υψηλής ακριβείας, για την κατασκευή τεχνητών αρθρώσεων. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα τα οστέινα τμήματα τιτανίου, να σχεδιάζονται και να κατασκευάζονται με μεθόδους CAD/CAM.

- ✓ Συστήματα μυϊκής διέγερσης ελεγχόμενα από μηχανήματα μπορούν να διεγείρουν συμπλέγματα μυών ηλεκτρικά και να υποβοηθήσουν αναπήρους ή άτομα με ειδικές ανάγκες.
- ✓ Εμφυτεύματα ελεγχόμενα από μικροτσίπ μπορούν να βελτιώσουν τα προβλήματα των ανθρώπων με ειδικές ανάγκες.
- ✓ Ενδοσκόπια με μικροσκοπικά ρομπότ στην άκρη τους ενεργούν πιο αποτελεσματικά στη διαγνωστική ιατρική.
- ✓ Σχεδιασμός νέων φαρμάκων και υπολογισμός της επίδρασής τους σε εκατομμύρια ανθρώπους εντός 24 ωρών με τη βοήθεια προσομοιώσεων.
Χρήση Νέων Τεχνολογιών.

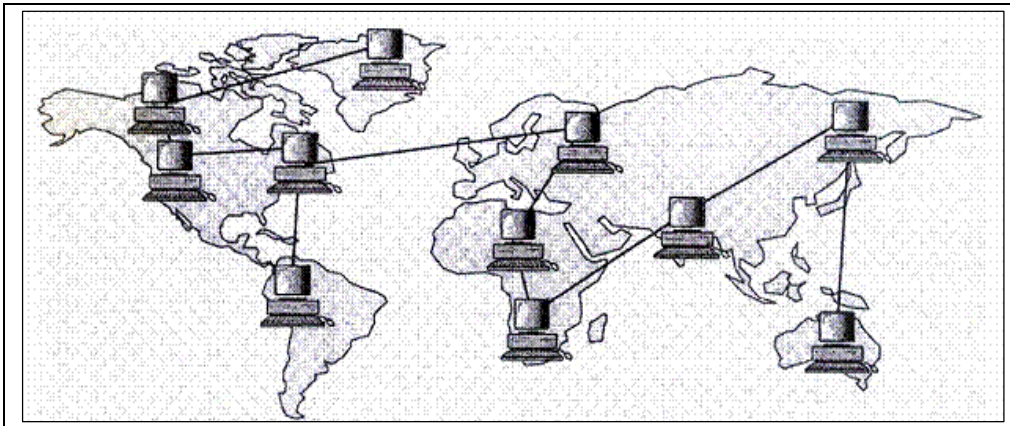
1.3 Ορισμός του «Διαδικτύου»

Τα τελευταία έτη, όλο πιο συχνά γίνεται λόγος για το Internet ή Διαδίκτυο. Πρόκειται για ένα παγκόσμιο δίκτυο, το οποίο αποτελείται από εκατομμύρια διασυνδεδεμένους υπολογιστές, που χρησιμοποιούν κοινούς κανόνες επικοινωνίας [*πρωτόκολλο TCP/IP (Transmission Control Protocol/Internet Protocol)*], ώστε να είναι σε θέση να επικοινωνούν μεταξύ τους [12].

Το εν λόγω δίκτυο, εκτείνεται σχεδόν σε κάθε γωνιά του πλανήτη και μέσω αυτού, εκατομμύρια χρήστες, έχουν τη δυνατότητα να αναζητούν πληροφορίες, να επικοινωνούν με άλλους χρήστες, να μεταφέρουν αρχεία, σε οποιαδήποτε γλώσσα του κόσμου επιθυμούν, πέρα από κάθε γεωγραφικό και κοινωνικό σύνορο.

Το διαδίκτυο, καθίσταται πλέον, ως ένα άκρως σημαντικό εργαλείο στη καθημερινότητα του ανθρώπου, τόσο σε προσωπικό, όσο και σε επαγγελματικό επίπεδο. Άνθρωποι όλων των ηλικιών, κάνουν χρήση των υπηρεσιών του διαδικτύου, όπως ιστοσελίδες ενημέρωσης, μηχανές περιήγησης, διαδικτυακοί χώροι συζητήσεων, υπηρεσίες κοινωνικής δικτύωσης, χρήση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου κλπ, με στόχο την ψυχαγωγία τους, την εκπαίδευση τους, την εργασία τους, για τα

πιο απλά, έως και τα πιο σημαντικά ζητήματα. Αξίζει να σημειωθεί ότι, η συνεχής εξέλιξη του διαδικτύου, παρέχει πλέον στους χρήστες, ακόμα και τη δυνατότητα πληρωμών λογαριασμών, τη διεκπεραίωση προσωπικών υποθέσεων αναφορικά με τράπεζες, δημόσιες υπηρεσίες κ.λ.π., εξασφαλίζοντας σημαντικό χρόνο, σε σχέση με την πολύωρη αναμονή στις ουρές εξυπηρέτησης κοινού.



Εικόνα 1: «Τυπική απεικόνιση ενός παγκόσμιου δικτύου υπολογιστών»

1.3.1. Ιστορική αναδρομή

Κατά τη διάρκεια του Ψυχρού πολέμου, οι ΗΠΑ, προκειμένου να προστατευθούν από μια ενδεχόμενη πυρηνική επίθεση της Σοβιετικής Ένωσης, δημιούργησε ένα πειραματικό δίκτυο, το «Arpanet»¹ και εν συνεχεία την υπηρεσία ARPA (Advanced Research Projects Agency) [13].

Η εν λόγω τεχνολογία, αφορούσε ένα δίκτυο επικοινωνιών (το ARPAnet), το οποίο σε περίπτωση πυρηνικού πολέμου, όχι μόνο δεν θα καταστρεφόταν, αντιθέτως θα εξακολουθούσε να λειτουργεί ακόμα κι όταν το μεγαλύτερο μέρος των τηλεπικοινωνιών, θα ήταν άχρηστο. Εμπνευστής του δικτύου επικοινωνίας ήταν ο Paul Baran. Σύμφωνα με το σύστημα επικοινωνίας του Baran, κάθε υπολογιστής, είχε τη δυνατότητα να συνδέεται με πολλούς άλλους υπολογιστές, με στόχο να υπάρχουν πολλοί διαφορετικοί τρόποι επικοινωνίας μεταξύ των δύο σημείων. Πρακτικά, ήταν

¹ ARPA, Advanced Research Projects Agency: Υπηρεσία του αμερικανικού Πενταγώνου.

ένα δίκτυο επικοινωνίας υπολογιστών χωρίς κεντρική δομή, χωρίς κεντρικούς διακόπτες και χωρίς κεντρική διεύθυνση.

Μέσα σε αυτό το σύστημα, κάθε πληροφορία μεταφερόταν από υπολογιστή σε υπολογιστή, με την μέθοδο «διαμεταγωγής πακέτων» (packet switching), ώστε στην περίπτωση μίας «επίθεσης», να μην προκαλούνταν ολοκληρωτική καταστροφή του συστήματος. Εάν μέρος του «Δικτύου» ARPAnet καταστρεφόταν, το «Δίκτυο» μπορούσε να διευθύνει τα μηνύματα σε διαφορετικές κατευθύνσεις [14], δεδομένου ότι όλα τα υπόλοιπα σημεία θα είχαν την δυνατότητα να αποκτήσουν ξανά επαφή [15]. Με αυτό τον τρόπο ο Baran έλυσε το πρόβλημα καταστροφής ολόκληρου του συστήματος. Η έρευνά του, για την επίλυση του «σωστού» επικοινωνιακού δικτύου, οδήγησε στη δημιουργία του ARPAnet.

Παρ' όλο που το ARPA net αρχικά σχεδιάστηκε για στρατιωτικούς σκοπούς, στην πορεία προέκυψε η ιδέα εφαρμογής του και σε πανεπιστήμια, καθώς η τεχνολογία που είχε το συγκεκριμένο δίκτυο, ήταν ικανή να προάγει νέες μορφές επικοινωνίας για ανταλλαγή δεδομένων και ιδεών. Για το λόγο αυτό, το 1969 το ARPAnet εφαρμόστηκε για πρώτη φορά στο Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνια του Λος Άντζελες (UCLA), με αποστολή την ανταλλαγή πληροφοριών μεταξύ των πανεπιστημίων, των ερευνητικών κέντρων και των στρατιωτικών μονάδων [15].

Στα τέλη του 1969 το ARPAnet είχε καταφέρει να συνδέσει τέσσερα πανεπιστήμια: το Standford, το πανεπιστήμιο της Καλιφόρνια Santa Barbara, της Γιούτας και της Καλιφόρνια Los Angeles [15].



Εικόνα 2: «Το Δίκτυο ARPAnet της Αμερικής»

Πηγή: www.google.gr

Δεδομένου ότι το πρωτόκολλο διασύνδεσης των δικτύων, δεν ήταν αρκετά διευρυμένο, οι δημιουργοί του ARPAnet προχώρησαν σε νέο πρωτόκολλο δημιουργίας, το οποίο είχε τη δυνατότητα να καλύπτει και τα δίκτυα τα οποία θα δημιουργούνταν μελλοντικά, ενώ το 1973 ο Vincent Cerf και ο Robert, εξασφάλισε τη διασύνδεση και των πιθανώς ανόμοιων δικτύων, καθώς και την επίτευξη ομοιόμορφης διακίνησης δεδομένων μεταξύ των δικτύων, με τη δημιουργία ενός νέου προγράμματος, το οποίο ονόμασαν «*Internetting Project* (Πρόγραμμα Διαδικτύωσης)» και το οποίο αργότερα μετονομάστηκε internet [16].

Ανάμεσα στο 1972 και στο 1974 ορίστηκαν τα πρότυπα ορθής λειτουργίας των πρωτοκόλλων του διαδικτύου. Αυτά ήταν το Telnet που χρησιμοποιούνταν για σύνδεση εξ' αποστάσεως, το FTP (File Transfer Protocol) για την μεταφορά αρχείο μέσω Διαδικτύου και το SMTP (Simple Mail Transfer Protocol) για τον καθορισμό πρότυπου λειτουργίας του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου [17].

Και ενώ το ARPAnet «κέρδιζε» όλο και περισσότερο κόσμο, αναπτύχθηκαν και άλλα δίκτυα, όπως το CSNET το 1979, αρχικά του Computer Science Research Network (Δίκτυο έρευνας της Επιστήμης των Υπολογιστών), με στόχο την επικοινωνία μεταξύ των ερευνητικών κλάδων [15]. Ένα χρόνο αργότερα, το 1980 αυτά τα δύο δίκτυα συνεργάστηκαν και συνδέθηκαν μεταξύ τους χάρη στο κοινό πρωτόκολλο που χρησιμοποιούσαν το TCP/IP. Η σύνδεση των δύο ανωτέρω δικτύων, αποτέλεσε το γνωστό «Διαδίκτυο [15].

Λόγω του υπερφορτωμένου δικτύου, το 1983 το ARPAnet, αναγκάζεται να χωριστεί σε δύο άλλα τμήματα: στο MILNET για στρατιωτικές επικοινωνίες και στο νέο ARPAnet το οποίο χρησιμοποιούσαν αποκλειστικά οι ακαδημαϊκοί για συνέχιση της έρευνας στη δικτύωση. Η συνεργασία ανάμεσα σε MILNET και ARPAnet κράτησε μέχρι το 1989 όπου το πρώτο διαχωρίστηκε τελείως από το ARPAnet. Έπειτα από τον ανωτέρω διαχωρισμό, το ARPAnet βρέθηκε κάτω από την επίβλεψη του National Science Foundation- NSF (Εθνικό Ίδρυμα Επιστημών) (Κούρτη Ε., 2003) των ΗΠΑ. Το ίδρυμα αυτό, παρατήρησε ότι το δίκτυο ήταν αργό για να είναι σε θέση να καλύπτει όλες τις επιστημονικές κοινότητες και τις έρευνές τους και τότε προχώρησε στη δημιουργία του NSFNET, ένα δίκτυο ικανό να καλύπτει όποιες ανάγκες δημιουργούνται. Βαθμιαία, το NSFnet αντικατέστησε το ARPAnet ώσπου το τελευταίο σταμάτησε να λειτουργεί στις αρχές του 1990 [12].

Με το πέρασμα του χρόνου, όλο και περισσότερες χώρες συνδέονται στο NSFNET ανάμεσα σε αυτές και η Ελλάδα το 1990. Η εμπορευματοποίηση του Web άρχισε το 1994, όταν υπήρχαν συνολικά μόνο 1500 sites παγκοσμίως. Τότε εμφανίστηκαν και δικτυακοί τόποι για τηλε-αγορές στο Internet και διάφορα εμπορικά δίκτυα παροχής υπηρεσιών Internet (Internet Service Provider, ISP). Το 1995 καταργείται επίσημα το NSFNET, έχοντας ήδη στη διάρκεια του χρόνου παραχωρήσει τμήματα του Διαδικτύου σε ιδιώτες.

Ολοκληρώνοντας την ιστορική αναδρομή του διαδικτύου, διαπιστώνεται ότι η ανάπτυξη του ARPAnet ήταν ραγδαία, μπορεί να διεκόπη, ωστόσο η εξάπλωση του διαδόχου του, συνεχίζεται σε όλο τον κόσμο, έως και σήμερα, με εντυπωσιακό ρυθμό

και πλέον αριθμεί σχεδόν 2,27 δισεκατομμύρια χρήστες [1]. Στο διαδίκτυο μετέχουν πλέον εταιρίες, επιχειρήσεις και ιδιώτες, δημιουργώντας τις προσωπικές τους ιστοσελίδες, ενώ παράλληλα αναπτύσσετε το ηλεκτρονικό εμπόριο, καθώς και άλλες διαδικτυακές υπηρεσίες, όπως η Τήλε-εργασία, η Τήλε-εκπαίδευση, η τηλεϊατρική, Αξίζει να σημειωθεί ότι σήμερα το διαδίκτυο, δεν βρίσκεται υπό την ουσιαστική διοίκηση ούτε κάποιου προσώπου, ούτε κάποιου οργανισμού.

1.3.2. Βασικές εφαρμογές του Διαδικτύου



Από τα μέσα της δεκαετίας του '90, το Διαδίκτυο έχει αρχίσει να κυριαρχεί στην καθημερινότητα κάθε ανθρώπου και έχει επηρεάσει καθοριστικά τον τρόπο επικοινωνίας και πληροφόρησης του 21^{ου} αιώνα.

Οι βασικές εφαρμογές του διαδικτύου, καλύπτουν τις ανάγκες περί ενημέρωσης, επικοινωνίας και ψυχαγωγίας και αναλύονται ως ακολούθως:

❖ Αναζήτηση Πληροφοριών

Μία από τις βασικότερες εφαρμογές του διαδικτύου έγκειται στην αναζήτηση πληροφοριών και γνώσεων για θέματα κάθε είδους. Η εύρεση πληροφοριών και γνώσεων πραγματοποιείται μέσω των μηχανών αναζήτησης. Ουσιαστικά οι μηχανές αναζήτησης, αφορούν εργαλεία (εφαρμογές λογισμικού), τα οποία χρησιμοποιούνται για την αναζήτηση και ανάκτηση πληροφοριών στο Διαδίκτυο.

Ο χρήστης εισάγει σε κατάλληλο πεδίο τις λέξεις-κλειδιά στις οποίες θα βασιστεί η αναζήτηση και η μηχανή επιστρέφει για κάθε ιστοσελίδα που αντιστοιχεί στις λέξεις-κλειδιά:

- ✓ τον τίτλο της ιστοσελίδας,
- ✓ μια μικρή περιγραφή της ή το περιεχόμενό της κοντά στις λέξεις-κλειδιά,
- ✓ την τοποθεσία της ιστοσελίδας στο Διαδίκτυο,
- ✓ ενώ κάποιες μηχανές επιστρέφουν και το μέγεθός της και την ημερομηνία αποθήκευσής της.

Τα αποτελέσματα της αναζήτησης, παρουσιάζονται στο χρήστη, οργανωμένα, σε περισσότερες της μίας σελίδες αποτελεσμάτων [18].

❖ **Ηλεκτρονικό Ταχυδρομείο (Email)**

Ο τρόπος επικοινωνίας σήμερα έχει εξελιχθεί σημαντικά, καθώς το διαδίκτυο επιτρέπει στο χρήστη την ανταλλαγή μηνυμάτων, μέσω του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (αγγλικά e-mail). Το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, αφορά μία από τις σημαντικότερες και δημοφιλέστερες υπηρεσίες του Διαδικτύου, η οποία επιτρέπει τη συγγραφή, αποστολή, λήψη και αποθήκευση μηνυμάτων με χρήση ηλεκτρονικών συστημάτων τηλεπικοινωνιών. Ο όρος "ηλεκτρονικό ταχυδρομείο" αναφέρεται στο σύστημα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου του Διαδικτύου που χρησιμοποιεί το Simple Mail Transfer Protocol πρωτόκολλο, σε δικτυακά συστήματα που βασίζονται σε άλλα πρωτόκολλα μεταφοράς μηνυμάτων, αλλά και σε διάφορα συστήματα μηνυμάτων σε μικρά δίκτυα, υπερυπολογιστές, κλπ που επιτρέπουν στους χρήστες τους να στέλνουν μηνύματα μεταξύ τους [19].

❖ **Ηλεκτρονικό Κατάστημα (E Shop)**

Τα τελευταία έτη, το ηλεκτρονικό εμπόριο, ευρέως γνωστό ως e-commerce, e Commerce ή e-comm, κυριαρχεί στην καθημερινότητα και η συνεχώς αυξανόμενη χρήση, έχει θέσει το ηλεκτρονικό εμπόριο ως μία από τις δημοφιλέστερες εφαρμογές του διαδικτύου. Πρόκειται για το εμπόριο αγαθών και υπηρεσιών, το οποίο παρέχεται στους καταναλωτές, εξ αποστάσεως, με τη χρήση ηλεκτρονικών μέσων και καθίσταται αναγκαία η φυσική παρουσία των συμβαλλομένων μερών, πωλητή-

αγοραστή. Περιλαμβάνει το σύνολο των διαδικτυακών διαδικασιών: ανάπτυξης, προώθησης, πώλησης, παράδοσης, εξυπηρέτησης και πληρωμής για προϊόντα και υπηρεσίες [20].

❖ **Ενημέρωση**

Σήμερα, η πλειοψηφία των ανθρώπων, ενημερώνονται από το διαδίκτυο, καθώς έχουν την δυνατότητα πρόσβασης σε ελληνικούς και ξένους διαδικτυακούς τόπους σε πολυάριθμα ξένα και ελληνικά ιστολόγια (blogs), σε τοπικά και διεθνή περιοδικά και εφημερίδες, τα οποία μπορούν να μελετήσουν εύκολα και γρήγορα, από οποιοδήποτε μέρος κι αν βρίσκονται.

❖ **Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης (Chat room)**

Πρόκειται για ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης ή «social networking sites», για παράδειγμα το Facebook, Twitter και Myspace. Στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, οι χρήστες, ανεξαρτήτως φύλου και ηλικίας, έχουν τη δυνατότητα να δημιουργούν προφίλ και να λειτουργούν διαδραστικά με άλλους χρήστες, να κάνουν γνωριμίες, να δημοσιεύουν φωτογραφίες και βίντεο, να συμμετέχουν σε ομάδες κοινών ενδιαφερόντων (groups), να δημοσιεύουν και να ανταλλάσσουν μουσική, εικαστικά έργα κ.λπ. να παίζουν παιχνίδια και να χρησιμοποιούν πλήθος εφαρμογών όπως κουίζ κ.λπ.) [21].



Ουσιαστικά, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αφορούν τη διαδικτυακή δραστηριότητα που συγκεντρώνει το μεγαλύτερο μέρος των νέων / εφήβων. Οι περισσότερες κοινωνικές υπηρεσίες δικτύων είναι βασισμένες σε ιστοσελίδες και παρέχουν ποικίλους τρόπους αλληλεπίδρασης για τους χρήστες, όπως το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο και οι υπηρεσίες μηνύματος σε πραγματικό χρόνο [22] [100].

Οι κύριοι τύποι κοινωνικών υπηρεσιών δικτύωσης είναι εκείνοι που περιέχουν τα εξής χαρακτηριστικά:

- Υποδιαίρεση των χρηστών σε κατηγορίες (αναλόγως με το σχολείο φοίτησης, τον χώρο εργασίας κ.λπ.),
- Τρόπους σύνδεσης με φίλους (συνήθως με δημιουργία προσωπικών profile)
- Έμπιστο σύστημα εύρεσης φίλων.

Τα δημοφιλέστερα κοινωνικά δίκτυα συνδυάζουν τα παραπάνω χαρακτηριστικά, με κύριο το Facebook χρησιμοποιούμενο ευρέως παγκοσμίως, το MySpace, το Twitter και το LinkedIn που χρησιμοποιούνται κυρίως στη Βόρεια

Αμερική, το Nexoria στον Καναδά, τα Bebo, Hi5, MySpace, dol2day, Tagged, XING, και Skyrock σε χώρες της Ευρώπης, το Orkut και το Hi5 χρησιμοποιούνται στη Νότια και Κεντρική Αμερική και τέλος τα Friendster, Multiply, Orkut, Xiaonei και Cyworld στην Ασία και τα νησιά του Ειρηνικού Ωκεανού [22].

Πρόσφατα άρχισε να εξελίσσεται και η χρήση κοινωνικών δικτύων, εντός των επιχειρήσεων, με στόχο την άμεση επικοινωνία και την εξασφάλιση πολύτιμου χρόνου. Επιπρόσθετα, οι επιχειρήσεις κάνουν χρήση ολοένα και περισσότερων κοινωνικών δικτύων, προκειμένου να προβάλλουν τις επιχειρήσεις τους, να προωθήσουν τα προϊόντα / υπηρεσίες τους και γενικότερα να ενισχύσουν την εικόνα τους [22].

Μια άλλη χρήση για την οποία γίνεται λόγος το τελευταίο διάστημα αφορά την χρήση των κοινωνικών δικτύων στο χώρο των επιστημών. Η Julia Porter Liebeskind (πανεπιστήμιο Καλιφόρνιας), η Amalya Lumerman Oliver (πανεπιστήμιο Hebrew στην Ιερουσαλήμ, Ισραήλ), η Lynne Zucker (πανεπιστήμιο Καλιφόρνιας) και η Marilyn Brewer (Ohio) πρόσφατα δημοσίευσαν μια μελέτη για τον τρόπο με τον οποίο οι νέες εταιρίες βιοτεχνολογίας (NBF) χρησιμοποιούν τις κοινωνικές περιοχές δικτύωσης για να ανταλλάξουν πληροφορίες σχετικά με την επιστημονική γνώση.

Στη μελέτη τους δηλώνουν ότι με την μεταξύ τους ανταλλαγή πληροφοριών και γνώσεων, κατάφεραν να αυξήσουν την εκμάθησή και την ευελιξία τους σε τέτοιο επίπεδο, που δεν θα ήταν δυνατόν να το καταφέρουν μέσα από μια ανεξάρτητη ιεραρχική οργάνωση. Η κοινωνική δικτύωση επιτρέπει στις επιστημονικές ομάδες να επεκτείνουν τις γνώσεις τους και να διαμοιράσουν καινούριες ιδέες μεταξύ των μελών, σε σημείο τέτοιο ώστε αν δεν υπήρχε αυτή (κοινωνική δικτύωση), οι θεωρίες τους να χαρακτηρίζονταν «απομονωμένες και ανομοιόμορφες» [22].

Ωστόσο, τα πλέον δημοφιλή μέσα κοινωνικής δικτύωσης, είναι τα: facebook, myspace, twitter, και youtube, ενώ καθημερινά δημιουργούνται ολοένα και περισσότερα groups και sites. Η δημοφιλής παρουσία των μέσων κοινωνικής

δικτύωσης, έγκειται στο χαμηλό κόστος και στην ταχύτητα, με την οποία οι άνθρωποι μπορούν να επικοινωνούν, ενώ αξιοσημείωτο όφελος των μέσων κοινωνικής δικτύωσης έγκειται στην δικτύωση ανθρώπων, ιδιωτών και επιχειρήσεων, από κάθε γωνιά της Γης. Χαρακτηριστικό παράδειγμα της χρήσης των κοινωνικών δικτύων για επιχειρησιακούς λόγους είναι το LinkedIn.com, το οποίο ήδη διαθέτει περισσότερους από 36 εκατομμύρια χρήστες σε πάνω από 200 χώρες σε ολόκληρο τον κόσμο [22].

Τα 10 κοινωνικά δίκτυα με τη μεγαλύτερη αξία [23]

Facebook	29,1 δις
Youtube	18,1 δις
Twitter	13,3 δις
Ozone	11,2 δις
Sina Weibo	3,9 δις
Badoo	3,7 δις
Linkedin	3,6 δις
Tencent Weibo	3,5 δις
Zynga	3,1 δις
Habbo	3,0 δις

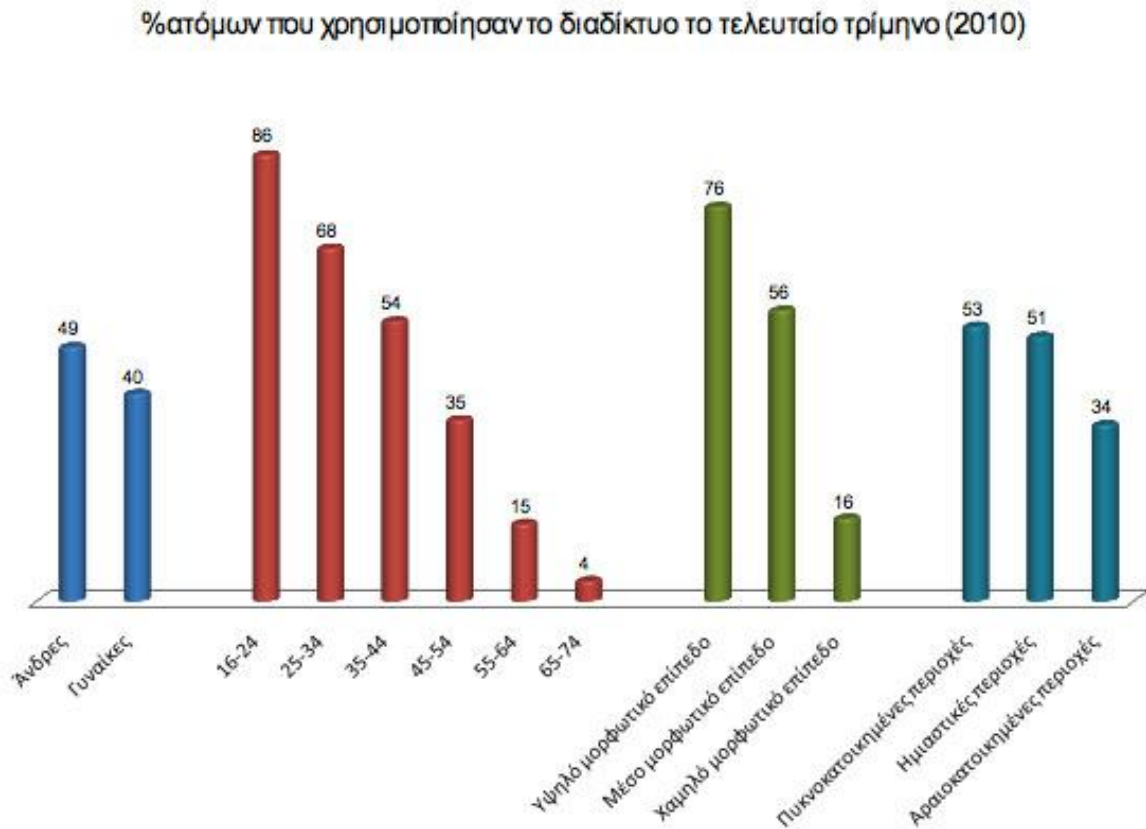
Σύμφωνα με έρευνα, που διεξήγαγε το παρατηρητήριο για την κοινωνία της πληροφορίας, σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου, αποδεικνύεται ότι τα τελευταία χρόνια, η πλειοψηφία των χρηστών, επιλέγει το διαδίκτυο για την ηλεκτρονική ενημέρωση σχετικά με θέματα υγείας (σε ποσοστό 50%), καθώς και για την ανάγνωση ηλεκτρονικών περιοδικών και εφημερίδων (57%). Εν συνεχεία, η έρευνα απέδειξε ότι οι 4 στους 10 χρήστες επιλέγουν το διαδίκτυο για να δουν τηλεοπτικές εκπομπές ή να ακούσουν ραδιόφωνο, αλλά και για να κατεβάσουν μουσική, ταινίες και παιχνίδια, οι 2 στους 10 ηλεκτρονικές αγορές, ενώ εξίσου, σημαντική είναι η απήχηση των κοινωνικών δικτύων (social media), όπου το ποσοστό των Ελλήνων

που χρησιμοποιεί τα social media διαμορφώνεται στο 36%, εν συγκρίσει με το 2008 όπου το ποσοστό διαμορφωνόταν στο 2% [24].

Πλέον, ο πλανήτης κινείται σε ευρυζωνικούς ρυθμούς και με το πέρασμα του χρόνου θα δικτυώνεται ολοένα και περισσότερο. Τα τελευταία έτη, είναι χαρακτηριστική η ανάπτυξη της ευρυζωνικής κάλυψης, καθώς και η αύξηση του πληθυσμού που έχει πρόσβαση στο διαδίκτυο, τόσο στην Ευρωπαϊκή Ένωση, όσο και στην Ελλάδα [25].

Αναφορικά με την ελληνική πραγματικότητα, είναι αξιοσημείωτο το γεγονός ότι, χρόνο με το χρόνο το διαδίκτυο μπαίνει σε ολοένα και περισσότερα σπίτια, έχοντας πλέον καλύψει σχεδόν το ήμισυ του συνόλου και φέρει ως αποτέλεσμα το 46% των ελληνικών νοικοκυριών, να διαθέτει σύνδεση στο διαδίκτυο, ενώ συγκριτικά με τις ευρυζωνικές συνδέσεις σε ευρωπαϊκό επίπεδο, το αντίστοιχο ποσοστό διαμορφώνεται στο 41% [24].

Η έρευνα που διεξήγαγε το παρατηρητήριο για την κοινωνία της πληροφορίας, δημοσίευσε σημαντικές πληροφορίες, αναφορικά με τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των χρηστών του διαδικτύου, όπως παρουσιάζονται στο παρακάτω σχήμα. Αξίζει να υπογραμμίσουμε, ότι σύμφωνα με τα αποτελέσματα που δημοσιεύτηκαν, η μεγαλύτερη χρήση του διαδικτύου, πραγματοποιείται από νέους ηλικίας 16 – 24 ετών, σε ποσοστό 86% [24].



Πηγή: Eurostat

1.3.3. Στατιστικά στοιχεία σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου στην Ελλάδα

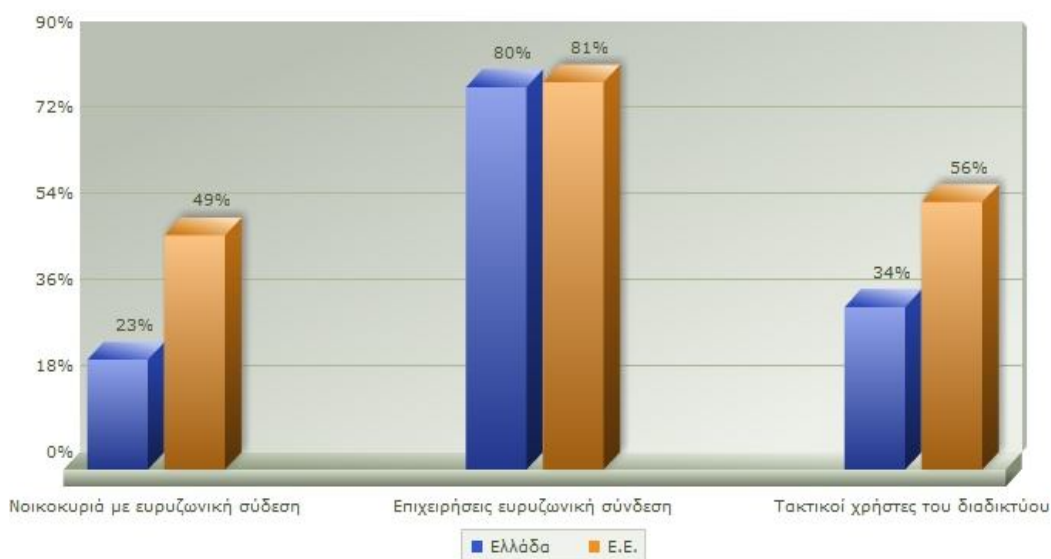
Σύμφωνα με έρευνα που διεξήγαγε η Eurostat το 2011, ένας στους δύο Έλληνες δεν έχει χρησιμοποιήσει ποτέ το internet, ποσοστό το οποίο κατατάσσει την Ελλάδα καταλαμβάνει στην τρίτη θέση από το τέλος, μεταξύ των 27 χωρών-μελών της ΕΕ. Αντίστοιχα, ακολουθεί η Βουλγαρία, όπου το ποσοστό των πολιτών που δεν κάνουν χρήση του διαδικτύου ανέρχεται στο 46% του πληθυσμού της, ενώ το ποσοστό της Ρουμανίας φτάνει στο 54%. Σε καλύτερη θέση βρίσκεται η Κύπρος και η Πορτογαλία, με ποσοστό 41%, ενώ τις κορυφαίες θέσεις καταλαμβάνουν η Σουηδία με ποσοστό 5%, καθώς και η Δανία και η Ολλανδία με 7%. Συνολικά, στις 27 χώρες-μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης, το 24% των πολιτών, ήτοι 1 στους 4, δεν έχουν χρησιμοποιήσει ποτέ το internet [26].

Δεδομένου ότι η Ευρωπαϊκή πολιτική έχει θέσει ως στόχο την υποστήριξη της ευρυζωνικότητας και της τεχνολογικής εξέλιξης των 27 χωρών – μελών, επιδιώκει με κάθε δυνατή προσπάθεια, μείωση του ποσοστού των ευρωπαίων που δεν έχουν χρησιμοποιήσει ποτέ το internet στο 15% έως το 2015 [26].

Αντίστοιχα, έρευνα που διεξήγαγε η σχετικά με Eurostat, προσεγγίζοντας το ζήτημα των συνδεδεμένων νοικοκυριών στο διαδίκτυο, απέδειξε ότι το ψηφιακό χάσμα που χωρίζει τον ευρωπαϊκό βορρά από τον φτωχότερο νότο διατηρείται ακόμα σημαντικό, παρόλο που το ποσοστό των συνδεδεμένων ευρωπαϊκών νοικοκυριών αυξήθηκε από το 49% το 2006 στο 73% το 2011. Το ποσοστό αυτό πέφτει στο 50% ή χαμηλότερα μόνο σε τρεις χώρες: Ελλάδα (50%), Ρουμανία (47%) και Βουλγαρία (45%).

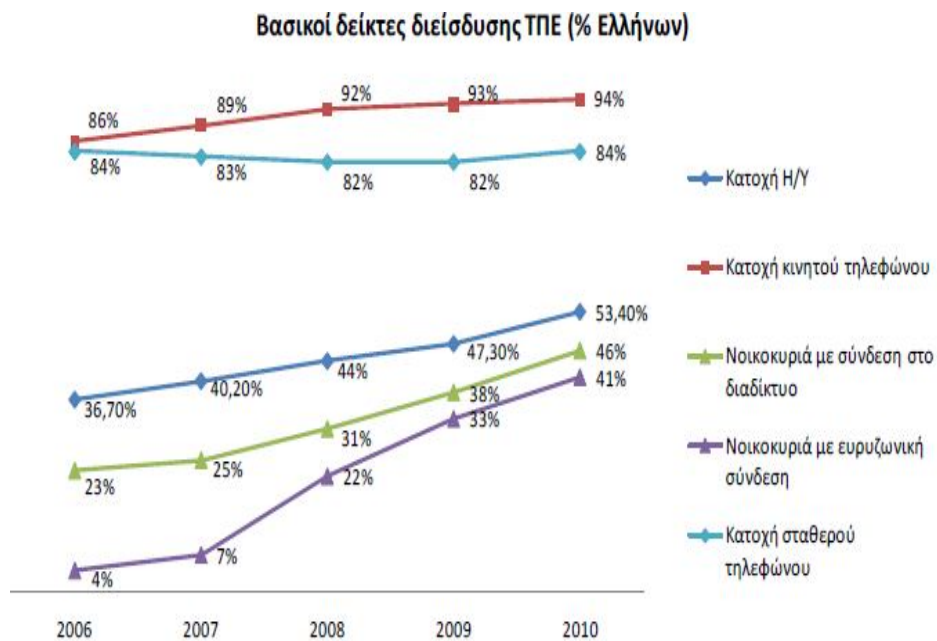
Τα ανωτέρω αποτελέσματα, καταδεικνύουν ότι η Ελλάδα, έχει οπισθοχωρήσει περίπου μία πενταετία αναφορικά με τη διείσδυση της ιντερνετικής πρόσβασης, εν συγκρίσει με μέση χώρα της ΕΕ. Αναφορικά με τις ευρυζωνικές συνδέσεις στην Ελλάδα, τα δεδομένα είναι πολύ κάτω από τον ευρωπαϊκό μέσο όρο. Πιο συγκεκριμένα, τα νοικοκυριά που χρησιμοποιούν σήμερα συνδέσεις DSL στην Ελλάδα, αγγίζουν το 45%, ενώ ο μέσος όρος στην Ευρώπη των 27 χωρών – μελών, φτάνει το 68% [26].

Ο βαθμός χρήση του διαδικτύου στην Ελλάδα



Πηγή: www.webvistas.org

Παρ' όλο που η Ελλάδα εμφανίζει χαμηλά ποσοστά αναφορικά με τη χρήση του διαδικτύου, ωστόσο παρουσιάζει σημαντικούς ρυθμούς ανάπτυξης στον συγκεκριμένο τομέα, καθώς είναι μία από τις 5 χώρες στην Ε.Ε. με το μεγαλύτερο ρυθμό αύξησης στη χρήση του Διαδικτύου στην περίοδο 2006-2010, όπως αναφέρει η Eurostat σε σχετικό δελτίο τύπου. Εξακολουθεί, όπως και το 2006, να υπολείπεται σημαντικά του μέσου ευρωπαϊκού όρου (που το 2010 έφτασε το 70%), αλλά είναι σαφές πως κάτι έχει γίνει, αφού στα χρόνια που μεσολάβησαν σημειώθηκε μια αύξηση στη χρήση του Διαδικτύου στη χώρα μας κατά 100% [27].



Πηγή: Επεξεργασία στοιχείων Eurostat [24]

Η ύπαρξη παιδιών στην οικογένεια, διαφοροποιεί τα ποσοστά ωστόσο, καθώς σύμφωνα με την Eurostat, τα νοικοκυριά που έχουν και παιδιά στα μέλη τους το ποσοστό χρήσης του διαδικτύου φτάνει το 66%, ενώ αντίστοιχα σε οικογένειες χωρίς παιδιά το ποσοστό χρήσης περιορίζεται στο 39% [27].



Πηγή: www.athensmagazine.gr

Σύμφωνα με έρευνα του 2012 που πραγματοποιήθηκε στο πλαίσιο του προγράμματος «Safer Internet», με θέμα για την εξάρτηση από το διαδίκτυο, η οποία συντονίστηκε από την Ελλάδα, και στην οποία έλαβαν μέρος νέοι από επτά ευρωπαϊκές χώρες (Ελλάδα, Γερμανία, Ισπανία, Πολωνία, Ισλανδία, Ολλανδία και Ρουμανία). Στην έρευνα συμμετείχαν έφηβοι, από 15 ως 16 ετών, οι οποίοι απάντησαν σε 2.000 ερωτηματολόγια και υποβλήθηκαν σε 20 συνεντεύξεις. Από τα αποτελέσματα της έρευνας διαπιστώθηκε ότι [28]:

- ✓ Μέλη κοινωνικών δικτύων (facebook, twitter, myspace κλπ) είναι σήμερα το 90% των νέων στις χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Ένα μεγάλο ποσοστό, μεταξύ αυτών, εκτίθεται καθημερινά μέσω της «διαδικτυακής» οδού σε σοβαρούς κινδύνους, καθώς συχνά συνομιλούν με άγνωστους, τους οποίους εν συνεχεία επιλέγουν να γνωρίσουν από κοντά.
- ✓ Το 63% των εφήβων που πήραν μέρος σε μεγάλη ευρωπαϊκή έρευνα, ομολόγησαν ότι επικοινωνούν με αγνώστους on - line ενώ το 9,3% από αυτούς αναφέρουν ότι αυτό τους έβλαψε. Το 45,7% από τους ερωτηθέντες συνάντησαν κάποιον που γνώρισαν μέσω Διαδικτύου, το 58,8% εκτέθηκαν σε πορνογραφικό υλικό και το 21,9% έχουν δεχθεί διαδικτυακό εκφοβισμό.

Τα ανωτέρω αποτελέσματα της έρευνας, παρουσιάστηκαν σε παρουσίαση στο πλαίσιο του Προγράμματος «Αριάδνη», του Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών και με αφορμή τα αποτελέσματα της έρευνας, η λέκτορας εφηβικής ιατρικής και επιστημονική υπεύθυνη του προγράμματος «Αριάδνη» κα. Α. Τσίτσικα, η ψυχολόγος παιδοψυχίατρος κα. Μ. Δάρα και ο γιατρός και επιστημονικός συνεργάτης της Μονάδας Εφηβικής Υγείας κ. Γ. Κορμάς, τόνισαν ότι οι εθιστικές συμπεριφορές στο διαδίκτυο και η έκθεση των παιδιών σε κακόβουλες συμπεριφορές, αυξάνονται διαρκώς, αναφέροντας ως αίτια [28]:

- ✓ Τον ψηφιακό αναλφαβητισμό των γονιών,
- ✓ Την ανεπάρκεια των φορέων να εκπαιδεύσουν τα παιδιά στην ασφαλή και παραγωγική χρήση του διαδικτύου,
- ✓ Την αυξανόμενη κρίση που παρουσιάζει η μέση ελληνική οικογένεια
- ✓ Την οικονομική κρίση που περιορίζει τα παιδιά εντός του σπιτιού
- ✓ Την έλλειψη ενδιαφερόντων και δραστηριοτήτων.

Αναλυτικότερα, τα συμπεράσματα της έρευνας έδειξαν ότι [28]:

- ✓ Το 1,2% των εφήβων παρουσιάζουν συμπεριφορές εξάρτησης και το 12,7% οριακή διαδικτυακή συμπεριφορά (13.9% δυσλειτουργική διαδικτυακή χρήση).
- ✓ Οι διαφορές μεταξύ των χωρών δεν είναι σημαντικές, ωστόσο μεγαλύτερα ποσοστά παρουσιάζονται σε Ρουμανία, Ελλάδα και Ισπανία ενώ τα μικρότερα σε Ισλανδία, Ολλανδία και Γερμανία.
- ✓ Τα ποσοστά εξάρτησης εμφανίζονται μεγαλύτερα στα αγόρια, τις μεγαλύτερες ηλικίες και στους έφηβους των οποίων οι γονείς έχουν χαμηλό μορφωτικό επίπεδο.
- ✓ Καταγράφηκαν ψυχοκοινωνικές δυσκολίες στην ομάδα των εξαρτημένων εφήβων (χαμηλή κοινωνικότητα, διάσπαση προσοχής, καταθλιπτικό συναίσθημα κ. α.).

Έτερο συμπέρασμα το οποίο προέκυψε από την ανωτέρω έρευνα, έγκειται στο γεγονός ότι μεγάλο ποσοστό εφήβων, λόγω κατάχρησης του διαδικτύου,

οδηγείται σε συμπεριφορές που θέτουν τη ζωή τους σε υψηλό κίνδυνο. Αναλυτικά καταγράφηκαν τα εξής [28]:

- ✓ Το 63% των εφήβων επικοινωνούν με αγνώστους on - line.
- ✓ Το 9,3% από αυτούς αναφέρουν ότι αυτό τους έβλαψε (5,4% του συνολικού δείγματος).
- ✓ Το 45,7% από αυτούς συνάντησαν στο φυσικό κόσμο κάποιον που γνώρισαν μέσω διαδικτύου (28.4% του συνολικού δείγματος)
- ✓ Οι χώρες με τα μεγαλύτερα ποσοστά κινδύνου διαδικτυακής αποπλάνησης ήταν η Ρουμανία, η Γερμανία και η Πολωνία, ενώ η Ελλάδα είχε το μικρότερο ποσοστό
- ✓ Το 58.8% εκτέθηκαν σε πορνογραφικό υλικό (32,8% από αυτούς αναφέρουν ότι ενοχλήθηκαν από την έκθεση σε πορνογραφικό υλικό - 18,4% του δείγματος).
- ✓ Τα αγόρια παρουσίαζαν μεγαλύτερα ποσοστά έκθεσης σε πορνογραφικό υλικό, ενώ οι διαφορές των χωρών δεν ήταν σημαντικές.
- ✓ Το 21.9% έχει δεχθεί διαδικτυακό εκφοβισμό (53.5% από αυτούς ανέφεραν ότι αυτό τους έβλαψε).
- ✓ Τα κορίτσια παρουσίαζαν μεγαλύτερα ποσοστά έκθεσης σε διαδικτυακό εκφοβισμό, ενώ οι χώρες με τα μεγαλύτερα ποσοστά ήταν οι Ρουμανία και Ελλάδα και τα μικρότερα οι Ισλανδία και Ισπανία.

Αναφορικά με τη χρήση των Κοινωνικών Δικτύων, διαπιστώθηκε ότι [28]:

- ✓ Το 92% των εφήβων που πήραν μέρος στην έρευνα δήλωσε ότι είναι μέλη σε (κάποιο) κοινωνικό δίκτυο.
- ✓ Το 39.4% από αυτούς μάλιστα κάνουν χρήση των κοινωνικών δικτύων περισσότερο από 2 ώρες την καθημερινή ημέρα. Το ποσοστό αυτό ανεβαίνει στο 60,2% τα Σαββατοκύριακα και τις αργίες.
- ✓ Το 25% των εφήβων κάνουν χρήση κοινωνικών δικτύων περισσότερο από 2 ώρες ημερησίως και υπάρχει ενδεχόμενο να παρουσιάσουν συμπεριφορά εξάρτησης,
- ✓ Το 8% των εφήβων κάνουν χρήση κοινωνικών δικτύων λιγότερο από 2 ώρες ημερησίως και υπάρχει ενδεχόμενο να παρουσιάσουν συμπεριφορά εξάρτησης.

Σχετικά με τη χρήση των Διαδικτυακών Παιχνιδιών [28]:

- ✓ Το 61,8% των εφήβων παίζουν παιχνίδια στο διαδίκτυο, γεγονός που έχουν διπλάσια πιθανότητα να αναπτύξουν συμπεριφορά εξάρτησης. Η ενασχόληση για περισσότερο από 2,6 ώρες την ημέρα συσχετίστηκε με εμφάνιση συμπεριφοράς εξάρτησης. Αυτή η τάση αφορά κυρίως τα αγόρια.

Καλύτερη εικόνα παρουσιάζει η ενασχόληση των νέων με το Διαδικτυακό Τζόγο, όπου τα αποτελέσματα της έρευνας, αποδεικνύουν ότι [28]:

- ✓ Το 10,6% των εφήβων του δείγματος ασχολούνται με τζόγο στο φυσικό κόσμο,
- ✓ Το 5,9% ασχολείται με το τζόγο στο διαδίκτυο.
- ✓ Οι έφηβοι που ασχολούνται με τον διαδικτυακό τζόγο έχουν τριπλάσια πιθανότητα εμφάνισης συμπεριφορών εξάρτησης. Η τάση αυτή αφορά κυρίως τα αγόρια.

1.3.4. Η σχέση των νέων, με τη χρήση των νέων τεχνολογιών & του διαδικτύου

Οι νέες γενιές από τα πρώτα κιόλας χρόνια της ζωής τους, έρχονται σε επαφή με την τεχνολογία. Είτε με τηλεόραση, με κινητά τηλέφωνα, με παιχνιδιομηχανές, με mp3 player και με λοιπές τεχνολογικές συσκευές. Συνεπώς, η ζωή των νέων / εφήβων είναι απόλυτα συνυφασμένη με την τεχνολογία, αφού γεννήθηκαν και μεγάλωσαν με αυτή και τη θεωρούν αναπόσπαστο μέρος της καθημερινότητας τους. Για το λόγο αυτό, οι νέοι διαθέτουν πολύ ανεπτυγμένες ικανότητες αναφορικά με τη χρήση, τόσο των νέων τεχνολογιών, όσο και του διαδικτύου.

Το γεγονός αυτό αποδεικνύεται και από σχετική έρευνα, σύμφωνα με την οποία το 75% των εφήβων (και το 58% των 12χρονων) διαθέτουν κινητό τηλέφωνο. Σχεδόν το 90% των εφήβων που έχουν στην ιδιοκτησία τους κινητά τηλέφωνα στέλνουν και λαμβάνουν μηνύματα καθημερινά [29].

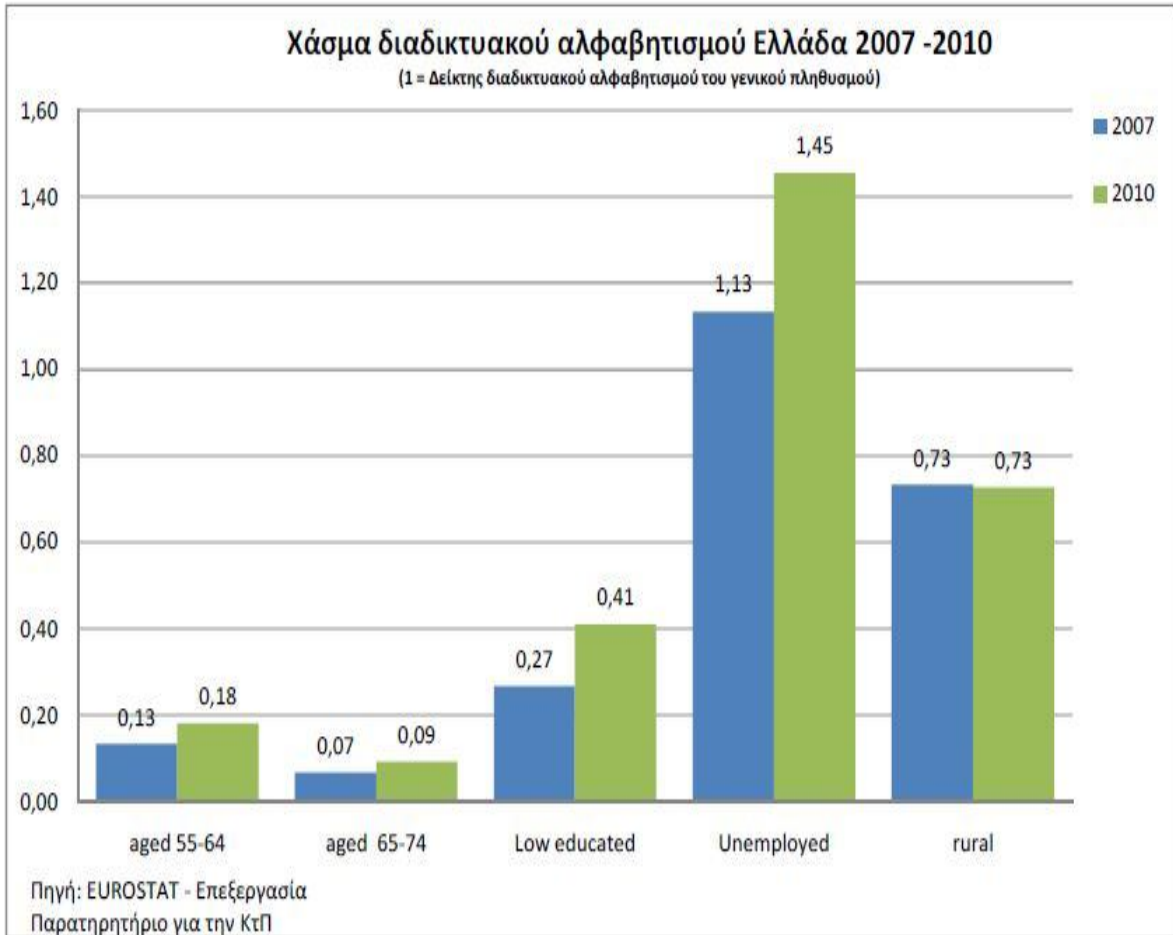
Επιστήμονες ωστόσο υποστηρίζουν ότι επειδή η τεχνολογία εξελίσσεται συνεχώς, το ψηφιακό χάσμα υπάρχει πάντα ανά γενιά και δεν συρρικνώνεται ποτέ, αντιθέτως μεγαλώνει συνεχώς, δεδομένου ότι η τεχνολογία εξελίσσεται ραγδαία. Το γεγονός αυτό υποστηρίζεται [30].

Δυστυχώς, κάθε τεχνολογική πρόοδος, για να καταστεί ωφέλιμη στην καθημερινότητα του ανθρώπου θα πρέπει να χρησιμοποιείται ορθά και με μέτρο. Στοιχεία τα οποία δεν τηρούνται από τους νέους, οι οποίοι στην πλειοψηφία τους δεν κάνουν χρήση διαδικτύου, αλλά κατάχρηση, ακολουθούν λάθος πράξεις, επηρεασμένοι από τα ψηφιακά μέσα και κυρίως το διαδίκτυο, πολλές φορές φτάνουν μέχρι και στην αυτοκτονία.

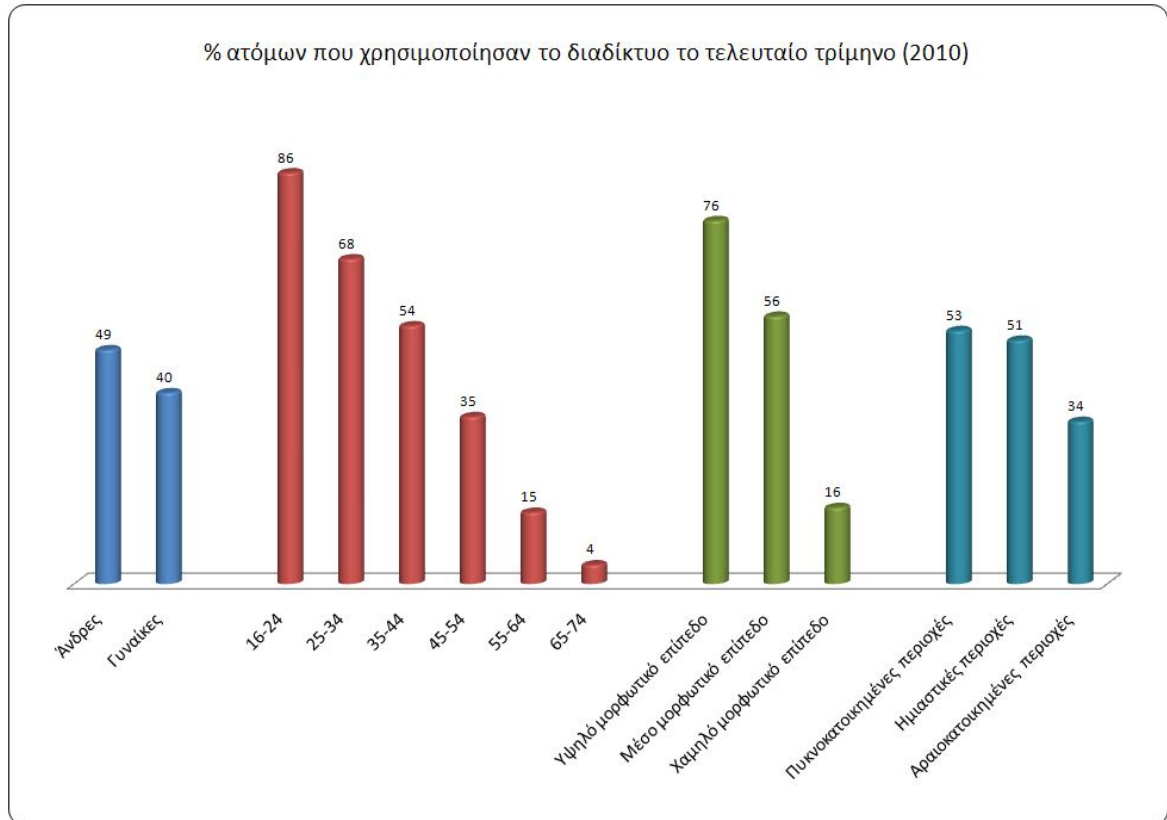
1.3.5. Η σχέση των ενηλίκων, με την χρήση των νέων τεχνολογιών & του διαδικτύου

Η ηλικία με την τεχνολογία, είναι έννοιες απόλυτα συνδεδεμένες μεταξύ τους. Στην προηγούμενη υποενότητα παρουσιάστηκε η σχέση των νέων ανθρώπων με τις νέες τεχνολογίες και με τη χρήση του διαδικτύου, μία σχέση άκρως δυνατή, καθώς οι νέες γενιές μεγαλώνοντας σε μία εποχή τεχνολογικά εξέλιγμένη, είναι λογικό να γνωρίζουν πολύ καλά να διαχειρίζονται τόσο τις νέες τεχνολογίες, όσο και το διαδίκτυο.

Δεν ισχύει ωστόσο το ίδιο και με μεγαλύτερους σε ηλικία ανθρώπους, οι οποίοι γνώρισαν τις νέες τεχνολογίες, το διαδίκτυο, την ευρυζωνικότητα και γενικότερα την τεχνολογία, στην πορεία της ζωής τους και συνεπώς δεν διαχειρίζονται με την ίδια δεξιοτεχνία τα νέα τεχνολογικά συστήματα. Αποτέλεσμα αυτού είναι να αποφεύγουν να τα χρησιμοποιούν, γεγονός το οποίο αποδεικνύεται και από σχετικές έρευνες, οι οποίες παρουσιάζουν μεγάλο ποσοστό του πληθυσμού, ηλικίας 33 έως 55 ετών, να μην έχουν χρησιμοποιήσει ποτέ Η/Υ και Internet.



Σύμφωνα και με το παραπάνω διάγραμμα, γίνεται αντιληπτό ότι σημαντικός παράγοντας προσδιορισμού του «προφίλ» των ατόμων που χρησιμοποιούν τις ΤΠΕ, αφορά την ηλικία, την βαθμίδα εκπαίδευσης, την εργασιακή του κατάσταση, αλλά και τον τόπο κατοικίας τους [31].



Πηγή: www.observatory.gr/files/images/internet_users_profile_2011.png

Σύμφωνα και με το ανωτέρω διάγραμμα, διαπιστώνεται ότι [32]:

- ❖ Οι δυναμικότεροι χρήστες του διαδικτύου αναδεικνύονται οι άνδρες, οι νέοι ηλικίας 16-24 ετών, τα άτομα υψηλού μορφωτικού επιπέδου και οι κάτοικοι των μεγάλων αστικών κέντρων.
- ❖ Η ηλικία παραμένει σημαντικός προσδιοριστικός παράγοντας της διείσδυσης του διαδικτύου.
- ❖ Οι άνδρες συνεχίζουν να έχουν το προβάδισμα στη χρήση των νέων τεχνολογιών. Σταθερή η απόκλιση σε σχέση με την ΕΕ και για τα δύο φύλα.
- ❖ Η Αττική εμφανίζει τα μεγαλύτερα ποσοστά διείσδυσης, ενώ η Κεντρική Ελλάδα τους υψηλότερους δείκτες ανάπτυξης.

1.3.6. Πλεονεκτήματα & Μειονεκτήματα, από τη χρήση του Διαδικτύου

Η Εποχή εξελίσσεται συνεχώς και παράλληλα πρέπει να εξελίσσεται και ο άνθρωπος. Η συμβολή του διαδικτύου στην καθημερινότητα του ανθρώπου, καθίσταται άκρως σημαντική.

Οι παροχές του κυβερνοχώρου διευρύνονται, η καθημερινότητά γίνεται ευκολότερη, και οι ορίζοντες εξελίσσονται συνεχώς, μέσα από την διαδικτυακή πλοήγηση η οποία προσφέρει πληθώρα πλεονεκτημάτων, όπως:

- Άμεση ενημέρωση και επιμόρφωση επί παντός θέματος
- Επικοινωνία, Ελευθερία έκφρασης & ανταλλαγή απόψεων (Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης)
- Ψυχαγωγικές Υπηρεσίες (Παιχνίδια, Μουσική, Ταινίες κ.λ.π.)
- Εμπορικές και οικονομικές συναλλαγές (E- Shop)
- Διευκόλυνση διαπροσωπικής επικοινωνίας (Ηλεκτρονικό Ταχυδρομείο)

Όλα τα ανωτέρω οφέλη, συμβάλουν καθοριστικά στη ζωή των ανθρώπων κάθε ηλικίας, τόσο σε προσωπικό, όσο και σε επαγγελματικό επίπεδο. Με σωστή και ελεγχόμενη χρήση, το διαδίκτυο αποτελεί ένα εξαιρετικό εργαλείο που αναβαθμίζει σημαντικά την ποιότητα της ενημέρωσης, της επικοινωνίας αλλά και της ψυχαγωγίας στην εποχή μας.

Είναι σημαντικό να αναφερθεί ωστόσο, ότι όλα τα ανωτέρω οφέλη, μπορούν να λειτουργήσουν ανασταλτικά, όταν η χρήση του διαδικτύου, μετατρέπεται σε κατάχρηση. Μειονεκτήματα τα οποία πλήττουν, όσους ανθρώπους σπαταλούν αλόγιστα τον χρόνο τους, μη αναζητώντας ωφέλιμες πληροφορίες, αλλά αντιθέτως χάνοντας χρόνο σε ανούσιες ειδήσεις και παίζοντας παιχνίδια. Άνθρωποι κάθε ηλικίας, οι οποίοι μετατρέπονται σε άκρως αντικοινωνικά όντα, υιοθετώντας μία εικονική πραγματικότητα, αψηφώντας την πραγματική καθημερινή ζωή, την πραγματική επαφή και την επικοινωνία με τον έξω κόσμο και οδηγούμενοι σταδιακά στην εθιστική χρήση του διαδικτύου.

Ενδεικτικά, από την άσκοπη χρήση του κυβερνοχώρου, δύναται να προκύψει:

- Αποπροσανατολισμός λόγω της υπερ-πληροφόρησης
- Σύγχυση λόγω της παρά-πληροφόρησης
- Ηλεκτρονική εγκληματικότητα
- Παραβίαση προσωπικών δεδομένων,
- Απομόνωση, απομάκρυνση από τον κοινωνικό περίγυρο
- Εθισμός

Κι ενώ οι κίνδυνοι που κρύβει η ανεξέλεγκτη χρήση των νέων τεχνολογιών και του διαδικτύου είναι αρκετοί, το όφελος που απολαμβάνουν οι άνθρωποι από τη χρήση τους, όπως αποτυπώνεται και παραπάνω, είναι σημαντικό, τόσο στον τομέα της επικοινωνίας, της εργασίας, της εκπαίδευσης, αλλά και σε πληθώρα άλλων δραστηριοτήτων της ανθρώπινης καθημερινότητας.

Παρά το γεγονός ότι το Internet είναι ένα τεράστιο μωσαϊκό πολλών και ανομοιογενών στοιχείων (γλωσσικών, πολιτιστικών, κοινωνικών, θρησκευτικών κ.λπ.), η χρήση των νέων τεχνολογιών και η διείδυση τους, στη ζωή των ανθρώπων και ειδικότερα των νέων, είναι σημαντικά μεγάλη.

Για τον κάθε άνθρωπο, η ραγδαία τεχνολογική πρόοδος δεν ενδυναμώνει απλά και μόνο καταναλωτικά πρότυπα και τις συνήθειες του (αγορά νέων συστημάτων υπολογιστών συμβατών με την εξέλιξη του λογισμικού, αλλαγή κινητών τηλεφώνων, εργαλείων ή συσκευών, κλπ) αλλά επηρεάζει σημαντικά τον τρόπο που εργάζεται, επικοινωνεί με τους συνανθρώπους του, δέχεται ιατρικές υπηρεσίες, ψυχαγωγείται και συμμετέχει στην κοινωνική ζωή [33].

Η διείδυση των νέων τεχνολογιών στη ζωή των ανθρώπων και ειδικότερα των νέων, είναι σημαντική και αποδεικνύεται και από τη σχετική έρευνα του Παρατηρητηρίου για την Κοινωνία της Πληροφορίας(2013), σύμφωνα με την οποία,

το 85% των ελλήνων διαθέτει σταθερή τηλεφωνία, η κινητή τηλεφωνία έχει φτάσει σε επίπεδα κορεσμού, με τα στοιχεία να παρουσιάζουν ότι το 94% των Ελλήνων, ηλικίας 16 – 74, είναι κάτοχοι κινητού τηλεφώνου, ενώ το 53,40% των ελλήνων διαθέτει ηλεκτρονικό υπολογιστή. Τα ερευνητικά αποτελέσματα, όπως δημοσιεύθηκαν από την Κοινωνία της Πληροφορίας, αποτυπώνονται στο ακόλουθο σχήμα [24].

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2 «ΚΙΝΔΥΝΟΙ» ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

2.1 Κίνδυνοι στο Διαδίκτυο

Είναι αδιαμφισβήτητο το γεγονός ότι το διαδίκτυο πλέον αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της καθημερινότητας του ανθρώπου. Η χρήση του Διαδικτύου, καθίσταται άκρως ελκυστική, καθώς εύκολα και γρήγορα οι χρήστες μπορούν να επισκεφθούν τόσα όμορφα πράγματα, να επικοινωνούν με τους φίλους και να ικανοποιούν τον αυθορμητισμό και την περιέργειά τους, πράγματα φυσιολογικά για την ηλικία τους. Πόσο αθώο μπορεί να είναι όμως αυτή η διαδικτυακή περιήγηση; Πόσο ασφαλής μπορεί να είναι η χρήση του κυβερνοχώρου;

Οι κίνδυνοι που δύναται να προκύψουν από τη αλόγιστη ή την επιπόλαια χρήση του κυβερνοχώρου, είναι πολυάριθμοι [34].

- **Ιδιωτικότητα:** Πολλοί είναι άνθρωποι και ακόμα περισσότερα τα παιδιά, τα οποία συχνά εξαπατώνται και παρέχουν προς τρίτους, προσωπικές πληροφορίες, αναφορικά με την ταυτότητα τους, με το οικογενειακό περιβάλλον, διευθύνσεις, τηλέφωνα κ.λ.π. προσωπικά στοιχεία. Πληροφορίες, οι οποίες μπορεί να χρησιμοποιηθούν με κακόβουλο τρόπο, φέροντας σε κίνδυνο όχι μόνο τον εαυτό τους, αλλά και το περιβάλλον τους.
- **Ασφάλεια:** Στο πλαίσιο χρήσης του διαδικτύου, πολλές φορές επισκεπτόμαστε μη έγκυρες ιστοσελίδες, οι οποίες μεταφέρουν επιβλαβείς ιούς, καταστρέφοντας με αυτό τον τρόπο τόσο τα υπολογιστικά συστήματα, όσο και τα αποθηκευμένα αρχεία.
- **Απρεπές Υλικό:** Ένας σημαντικός κίνδυνος ο οποίος απειλεί τα παιδιά, αφορά την έκθεση τους σε απρεπές υλικό, είτε πορνογραφικό, είτε διαφημιστικό υλικό, με βία, με εχθρότητα ή/και από εξτρεμιστικές ομάδες.
- **Online απάτες:** Αναρίθμητες είναι ωστόσο και οι απάτες που διεξάγονται, on line. Απάτες, αναφορικά με την ηλικία του ατόμου, με την ταυτότητα του και γενικότερα ψευδή στοιχεία.

- Ψυχολογικά προβλήματα: η αλόγιστη χρήση του διαδικτύου, πολύ συχνά ωθεί τους χρήστες σε εθιστικές τάσεις, αντιμετωπίζονται προβλήματα όσον αφορά την κοινωνικότητά τους με άλλους ανθρώπους, με το σπίτι, με τη δουλειά ή το σχολείο και γενικότερα αποκτούν μία προβληματική λειτουργικότητα.
- Ηλεκτρονικό έγκλημα: τα παιδιά μπορεί να εμπλακούν σε παράνομες online ενέργειες, καθώς δεν γνωρίζουν τα νομικά, ηθικά και δεοντολογικά θέματα.
- Κλοπή ταυτότητας: Αφορά την περίπτωση, όπου κάποιοι άνθρωποι, χρησιμοποιούν τα προσωπικά στοιχεία άλλων και προβαίνουν σε παράνομες online δραστηριότητες.
- Εκφοβισμός: μέσα από την απρόσεκτη χρήση του διαδικτύου, υπάρχει το ενδεχόμενο το παιδί να πέσει θύμα του cyberbullying (=τραμπουκισμός μέσω διαδικτύου). Σε τέτοιου είδους περιπτώσεις, κάποιος δέχεται τα πειράγματα, τις ειρωνείες ή τις απειλές άλλου ή άλλων ατόμων μέσω δια-δικτύου ή κινητού τηλεφώνου. Υπάρχουν περιπτώσεις παιδιών τα οποία οδηγήθηκαν στην αυτοκτονία μέσα από τέτοιες καταστάσεις.

2.1.1 Μόλυνση του υπολογιστικού συστήματος, από ιούς



βλάβες στον ηλεκτρονικό υπολογιστή.

Ένα συχνό φαινόμενο κατά τη διαδικασία περιήγησης στο διαδίκτυο, αφορά στην μεταφορά ιών στο υπολογιστικό σύστημα του χρήστη. Ιοί οι οποίοι τις περισσότερες φορές δημιουργούν ανεπανόρθωτες

Τις περισσότερες φορές, η μόλυνση του ηλεκτρονικού υπολογιστή από ιό, πραγματοποιείται όταν ο χρήστης λαμβάνει αρχείο άγνωστης προέλευσης, όπως ένα κείμενο ή μια φωτογραφία και μόλις ο χρήστης ανοίξει το ληφθέν αρχείο, τότε ο ιός αναλαμβάνει δράση επιμολύνοντας το σύστημα, σε σημείο όπου μπορεί να καταστρέψει αρχεία ή και ολόκληρο το σκληρό δίσκο του συστήματος. Άλλες φορές είναι δυνατή η αποστολή ιού απευθείας από τον ιστοτόπο που επισκέπτεται ο χρήστης, χωρίς να εμφανισθεί κάποια ένδειξη λήψης αρχείου [35].

Η μεταφορά ενός ιού στον ηλεκτρονικό υπολογιστή του χρήστη, διευκολύνεται στις περιπτώσεις όπου ο χρήστης δεν έχει ενεργοποιήσει τα ειδικά λογισμικά ασφάλειας του υπολογιστικού συστήματος ή ακόμα κι όταν δεν τα έχει ανανεώσει [35].

Εξίσου καταστρεπτικά αποτελέσματα συναντάμε και από το πρόγραμμα worm, το οποίο σε αντίθεση με τον ιό, είναι περισσότερο αυτόνομο, καθώς δεν χρειάζεται να σταλεί με κάποιο αρχείο. Η βλάβη που προκαλεί το worm δεν είναι τόσο ευρεία στο σύστημα, όσο στο δίκτυο σύνδεσης, επειδή καταναλώνει σημαντικό [εύρος ζώνης](#) (bandwidth) [35].

Παρόμοιας φύσης πρόβλημα, δημιουργεί και ο «[Δούρειος Ίππος](#)». Πρόκειται για πρόγραμμα που εξαπατά το χρήστη, καθώς με τη χρήση του δίδεται η εντύπωση ότι χρησιμοποιείται για τη πραγματοποίηση κάποιας εργασίας. Αντιθέτως, δεν πραγματοποιεί εργασία, αλλά εγκαθιστά εντός του υπολογιστή κακόβουλα προγράμματα. Σε αντίθεση, με τους ιούς, το πρόγραμμα Δούρειος ίππος δεν επιμολύνει αρχεία [35].



2.1.2 Πρόκληση ζημιών σε προσωπικά δεδομένα

Η τεχνολογία έχει προχωρήσει πολύ, παρέχοντας είτε οφέλη, αλλά παράλληλα δύναται να προκαλέσει και

προσωπική βλάβη, καθώς μέσω κακόβουλων προγραμμάτων, «ηλεκτρονικοί εγκληματίες», έχουν τη δυνατότητα να κλέψουν τα προσωπικά στοιχεία του χρήστη, όπως τον αριθμό της ταυτότητάς του, το ΑΦΜ του, τους κωδικούς των πιστωτικών καρτών ή και των λογαριασμών Τραπέζης [35].

Παρόμοιο κίνδυνο αντιμετωπίζουν οι χρήστες, οι οποίοι επισκέπτονται ιστότοπους για την διεκπεραίωση κάποιας οικονομικής συναλλαγής ή μίας αγοράς, καταχωρούν τα προσωπικά τους στοιχεία, τα οποία εν συνεχεία υποκλέπτονται και πραγματοποιούνται συναλλαγές σε βάρος του χρήστη για αγαθά και υπηρεσίες που δεν έλαβαν ποτέ [35].

Η μέθοδος υφαρπαγής προσωπικών δεδομένων μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου αποκαλείται "[Phishing](#)" (παραφθορά της λέξης fishing = ψάρεμα). Αρκετά προγράμματα περιήγησης (browsers) αναγνωρίζουν τους ιστοτόπους στους οποίους παραπέμπουν τα παραπλανητικά μηνύματα, ωστόσο αυτό δεν συμβαίνει σε ποσοστό 100% [35].

2.1.3 Διαδικτυακές απάτες

Ανάμεσα στην πληθώρα κινδύνων με τους οποίους έρχονται καθημερινά αντιμέτωποι οι διαδικτυακοί χρήστες, συγκαταλέγονται και οι «νιγηριανές απάτες ή απάτες της Νιγηρίας». Πρόκειται για διαδικτυακές απάτες, υπο τις οποίες, αποστέλλονται καθημερινά εκατομμύρια email σε παραλήπτες οι οποίοι επιλέγονται τυχαία σε κάθε χώρα. Το περιεχόμενο του εκάστοτε email είναι διαφορετικό και εξαρτάται από την πρόθεση της κάθε εγκληματικής πράξης [36].

Στη Ελλάδα έχουν καταγραφεί χιλιάδες περιστατικά. Ομάδα νέων από internet cafe έστειλε πληθώρα ηλεκτρονικών μηνυμάτων και κατάφερε να αποσπάσει πολλά χρήματα από τους ανυποψίαστους παραλήπτες, δεδομένου ότι όλο το εγκληματικό σχέδιο στηρίζεται σε ένα σύστημα πολύ καλά στημένο, το οποίο διαχειρίζονται άνθρωποι με πειθώ, έξυπνοι και διαβασμένοι [36].

Στην ίδια κατηγορία συγκαταλέγονται και οι απάτες που πραγματοποιούνται σε σχέση με τη χρήση πιστωτικών καρτών, κατά τη διαδικασία online αγορών. Σύμφωνα με έρευνα οι τράπεζες απαριθμούν απώλειες εκατομμυρίων ευρώ [36].

2.1.4 Εικονική Πραγματικότητα

Το Διαδίκτυο, υπό τη μορφή που υφίσταται, είναι σαφές ότι αποτελεί ένα πεδίο, εντός του οποίου, **η έννοια του χώρου και του χρόνου εξαφανίζεται**. Είναι γεγονός ότι παρέχει τη δυνατότητα στο χρήστη, να μεταφερθεί σε μία άλλη πραγματικότητα, εικονική.

Η Εικονική Πραγματικότητα, πολύ συχνά συναντάται και με τον όρο **Εικονικό Περιβάλλον** (Virtual Environment, VE) και δημιουργήθηκε το 1989, από τον Jaron Lanier, ο οποίος όρισε την Εικονική Πραγματικότητα ως **«ένα αλληλεπιδραστικό, τρισδιάστατο περιβάλλον, φτιαγμένο από υπολογιστή, στο οποίο μπορεί κάποιος να εμβυθιστεί»** [37]. Η σημερινή τεχνολογική πρόοδος, έχει καταφέρει, μέσω των ηλεκτρονικών υπολογιστών να παρέχει στους χρήστες, τη δυνατότητα περιπλάνησης σε ένα εικονικό, ψευδές περιβάλλον και να επιδρούν σε αυτό, όπως «πραγματικά» επιθυμούν.

Η τεχνολογία της Εικονικής Πραγματικότητας, μέσω ηλεκτρονικών υπολογιστών, διαμορφώνει τεχνητά ή φανταστικά περιβάλλοντα, εντός των οποίων κάθε χρήστης έχει την ψευδαίσθηση ότι μπορεί να περιπλανηθεί και να ασκήσει επίδραση στο εικονικό περιβάλλον, όπως στον πραγματικό κόσμο.

Η Εικονική Πραγματικότητα, λαμβάνει ποικίλες πτυχές σε διάφορους τομείς, θετικές και αρνητικές. Για παράδειγμα, εφαρμόζεται απολύτως επιτυχημένα στον τομέα της εκπαίδευσης, στον οποίο οι εκπαιδευόμενοι έχουν τη δυνατότητα να μετέχουν σε ένα εκπαιδευτικό εικονικό περιβάλλον, με τη μορφή της ενεργής συμμετοχής του, κατά αντιδιαστολή προς την οπτική και νοητική διεργασία του διαβάσματος, ενώ δύναται να δημιουργηθούν αναπαραστάσεις παλαιότερων πολιτισμών.

Σημαντική είναι η συμβολή της εικονικής πραγματικότητας και στον τομέα της ιατρικής, όπου πέρα από την εκπαίδευση ενός μαθητευόμενου, μπορεί να γίνει επέμβαση ενός γιατρού από απόσταση με χρήση Εικονικού Περιβάλλοντος, μέσω του οποίου οι γιατροί μπορούν να προσομοιώσουν με απόλυτη ακρίβεια τις συνθήκες ενός χειρουργείου, καθώς και εφαρμογές στην Μοριακή Μοντελοποίηση, όπου μπορούν να γίνουν αντιληπτά τρισδιάστατα μοντέλα μοριακών ενώσεων.

Επιπρόσθετα, η εικονική πραγματικότητα, παρέχει τη δυνατότητα σε άτομα με ειδικές ανάγκες, στα οποία έχει χαθεί ή υπολειτουργεί μία από τις αισθήσεις, να μετέχουν σε «πραγματικότητες» μέσω οπτικών, ηχητικών και απτικών συσκευών. Αρνητική πτυχή ωστόσο λαμβάνει η εικονική πραγματικότητα, μέσω των παιχνιδιών Περιβάλλοντα (Simulacron-3, Matrix, κ.ά.), που έχουν δημιουργηθεί, τα οποία, ναι μεν παρέχουν στους χρήστες ψυχαγωγικό χρόνο, ωστόσο πολύ συχνά η χρήση αγγίζει τα όρια του εθισμού [37].

Αξίζει να σημειωθεί ότι, οι χρήστες του διαδικτύου, αξιοποιούν την «εικονική πραγματικότητα», όχι για να απεμπλακούν από τον «πραγματικό» τους εαυτό, αλλά για να δημιουργήσουν μια «βελτιωμένη» εκδοχή του υφιστάμενου εαυτού τους [38].

Μπορεί η εικονική πραγματικότητα εν μέρει να συμβάλει θετικά στην καθημερινότητα του ανθρώπου, ωστόσο η ολοκληρωτική καταβύθιση των χρηστών στην εικονική πραγματικότητα, κρίνεται συχνά ως παράγοντας που οδηγεί τους χρήστες κυρίως νεαρής ηλικίας, στην εμφάνιση διαδικτυακού εθισμού.

2.1.5 Παρενόχληση-εκφοβισμός στο Διαδίκτυο

Μία νέα απειλή, η οποία παραμονεύει στον κυβερνοχώρο, αφορά τον διαδικτυακό εκφοβισμό (Cyber-bullying). Πρόκειται για τον εκφοβισμό, την απειλή, την ταπείνωση ή την παρενόχληση παιδιών, προ εφήβων και εφήβων, μέσω της χρήσης του Διαδικτύου, μέσω κινητών τηλεφώνων, είτε άλλων

ψηφιακών τεχνολογιών από συνομηλίκους τους [39]. Ως όρος, θεσπίστηκε για πρώτη φορά από τον Καναδό Bill Belsey και έχει τις ρίζες του στον παραδοσιακό σωματικό ή ψυχολογικό εκφοβισμό, ο οποίος ασκείται με στόχο την πρόκληση ζημιάς ή βλάβης στο θύμα του [39].

Ο εκφοβισμός – παρενόχληση μέσω διαδικτύου, υιοθετεί πολλές μορφές, όπως [39]:

- Πειράγματα με στόχο τη διασκέδαση
- Διάδοση άσχημων-προσβλητικών φημών online
- Αποστολή ανεπιθύμητων μηνυμάτων (υβριστικά-προσβλητικά)
- Παρενόχληση
- Δυσφήμιση σε τρίτους (άλλους πλέον του θύματος) μέσω του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, μηνυμάτων μέσω κινητού, φωτογραφίες και βίντεο στο διαδίκτυο, ιστοσελίδες, μπλογκς, chat rooms κ.ά.

Απόρροια της διαδικτυακής παρενόχλησης είναι το γεγονός ότι τα θύματα αισθάνονται πως δεν μπορούν να ξεφύγουν από τους θύτες, και διακατέχονται συνεχώς από την σκέψη ότι μένουν δέσμια της εκφοβιστικής συμπεριφοράς [40].

Πρόκειται για ένα φαινόμενο, το οποίο αναπτύσσεται παγκοσμίως ολοένα και πιο συχνά και πλέον έχει αρχίσει να απασχολεί σημαντικά τους ειδικούς ψυχικής υγείας. Τα αποτελέσματα από έρευνα που διεξήχθη στην Κω, απέδειξαν ότι το 14,7% του δείγματος, είχε δεχτεί παρενόχληση μέσω του Διαδικτύου. Από αυτό το ποσοστό το 15,2% ήταν αγόρια και το 19,5% κορίτσια (Πρακτικά 1^{ου} Πανελληνίου Συνεδρίου Ε.Ε.Μ.Δ.Ε.Δ, 2009). Αριθμητικά, συχνότερη ήταν η αναφορά από 17χρονους, όμως εξίσου πιθανό ήταν να το αναφέρουν και 14χρονοι που πλοηγούνται στο Διαδίκτυο [41].



Πηγή: www.google.gr

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός, διαθέτει αρκετά κοινά σημεία με τον παραδοσιακό εκφοβισμό. Αφ' ενός ο διαδικτυακός εκφοβισμός, λαμβάνει τη μορφή της επίθεσης και προορίζεται να βλάψει ένα άτομο [42], αφ' ετέρου ακόμα κι αν δεν λαμβάνει τη μορφή της σωματικής επίθεσης, εξακολουθεί να είναι μια μορφή επιθετικότητας που εκφράζεται με ηλεκτρονικά μέσα.

Επιπρόσθετα, η πράξη του διαδικτυακού εκφοβισμού, διαθέτει επαναλαμβανόμενο χαρακτήρα [43], ενώ εμφανίζει μία μη ισόρροπη εξουσία, όπου ο θύτης έχει περισσότερη δύναμη από ό, τι το θύμα [43].

Έρευνα που διεξήχθη αναφορικά με τον διαδικτυακό εκφοβισμό, απέδειξε ότι τα κορίτσια ασχολούνται με τον ηλεκτρονικό εκφοβισμό πιο συχνά από ό, τι τα αγόρια [40] [42]. Αυτό είναι σύμφωνο με την έρευνα που εμφανίζει τα κορίτσια ως πιο ενεργά σε έμμεσες μορφές επιθετικότητας, συγκριτικά με τα αγόρια [44].

Χαρακτηριστικά πάντως, σε ενέργειες διαδικτυακού εκφοβισμού, κυριαρχούν φαινόμενα ρατσισμού, σεξουαλικής διαστροφής, εξύβρισης και συκοφαντικής δυσφήμισης.



2.1.6 Σεξουαλικότητα και παιδοφιλία στο Διαδίκτυο

Παρά το γεγονός ότι το Διαδίκτυο, έγκειται σε ένα από τα μεγαλύτερα τεχνολογικά επιτεύγματα της εποχής, δυστυχώς για μία μερίδα ανθρώπων λειτουργεί ως πεδίο δράσης της διαταραγμένης προσωπικότητας τους, αξιοποιώντας το ως μέσο για τον βιασμό της παιδικής προσωπικότητας.

Ως παιδοφιλία, ορίζεται η σεξουαλική διέγερση από ενήλικα καθώς και η δημιουργία σεξουαλικών φαντασιώσεων με παιδιά. Ο ορισμός της παιδοφιλίας δεν περιλαμβάνει την επιδίωξη της σεξουαλικής επαφής με τον ανήλικο. Ως όρος, χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά από τον Αμερικάνικο Ψυχολογικό Σύνδεσμο (American Psychiatric Association), ώστε να προσεγγίσει την κατηγορία των ατόμων που επιδιώκουν την σεξουαλική κακοποίηση των παιδιών (παιδεραστία) [41].

Οι παιδόφιλοι, εξαπατούν του ανήλικους χρήστες, υποδυόμενοι τους συνομήλικους, μέσω κοινωνικών δικτύων (π.χ. chat rooms, facebook κ.λ.π), προκειμένου να προσελκύσουν παιδιά, με απώτερο σκοπό την κακοποίηση [41]. Σύμφωνα, με στοιχεία που δημοσίευσε ο ΟΗΕ, 750.000 παιδόφιλοι παγκοσμίως, παραμονεύουν καθημερινά στο διαδίκτυο οποιαδήποτε ώρα της ημέρας, ώστε να προσελκύσουν ανηλίκους.

Τέσσερα εκατομμύρια sites, αφορούν παιδική πορνογραφία, ενώ έως και 100.000 παιδιά είναι θύματα των κυκλωμάτων παιδικής πορνογραφίας. Τα δε κέρδη από τη δραστηριότητα αυτή, υπολογίζονται περί των 20 δισεκατομμυρίων δολαρίων το χρόνο [41].

Μία ακόμη έρευνα, που διεξήχθη αναφορικά με την «παιδοφιλία», αποδεικνύει ότι το 19% των παιδιών και των εφήβων που χρησιμοποιούν τακτικά το διαδίκτυο, έγιναν στόχος ανεπιθύμητης σεξουαλικής παρενόχλησης, το 3% των εν λόγω παρενοχλήσεων είχαν ιδιαίτερα επιθετικό χαρακτήρα και οι παρενοχλούντες επεδίωξαν να συναντήσουν τους νέους και εκτός δικτύου, ενώ μόνο το 10% των παρενοχλήσεων καταγγέλθηκαν στην Αστυνομία ή σε κάποια άλλη υπεύθυνη αρχή[45].

Στο πλαίσιο της ίδιας έρευνας, διαπιστώθηκε ότι στόχος των παιδόφιλων είναι τα κορίτσια, έφηβοι ηλικίας 14 – 17 ετών, νέοι με ψυχολογικά προβλήματα, τακτικοί χρήστες του διαδικτύου, καθώς και συμμετέχοντες σε κοινωνικά δίκτυα [45].

2.1.7 Ηλεκτρονικό έγκλημα

Κι ενώ η κοινωνία εξελίσσεται συνεχώς, με θετικές αλλά και με αρνητικές πτυχές, μία νέα μορφή εγκληματικότητας έρχεται στο φως τα τελευταία έτη, ως απόρροια της συνεχούς τεχνολογικής εξέλιξης. Το «Ηλεκτρονικό έγκλημα», έχει κάνει την εμφάνιση του τα τελευταία χρόνια και δυστυχώς σημειώνει συνεχή εξέλιξη [46].

Με τον όρο «**Ηλεκτρονικό Έγκλημα**», προσεγγίζονται **όλες οι αξιόποινες εγκληματικές πράξεις που τελούνται με τη χρήση ηλεκτρονικών υπολογιστών και συστημάτων επεξεργασίας δεδομένων και τιμωρούνται με συγκεκριμένες ποινές από την ελληνική νομοθεσία**. Το ηλεκτρονικό έγκλημα, κατηγοριοποιείται σε έγκλημα το οποίο διαπράττεται με τη χρήση Ηλεκτρονικών Υπολογιστών ([computer crime](#)) και σε Κυβερνο - εγκλήματα ([cyber crime](#)), εάν τελέσθηκε μέσω του Διαδικτύου [46].

Χαρακτηριστικά γνωρίσματα του «Ηλεκτρονικού εγκλήματος», είναι η ευκολία με την οποία διαπράττεται, καθώς και η ταχύτητα τέλεσης του, σε σημείο

όπου τις περισσότερες φορές δεν γίνεται αντιληπτό ούτε από το ίδιο το θύμα.

Επιπρόσθετα, για την τέλεση του, δεν απαιτούνται άριστες και εξειδικευμένες γνώσεις, ενώ αξίζει να τονισθεί ότι τις περισσότερες φορές δεν απαιτείται καν, η φυσική μετακίνηση του δράστη [46].

Αναφορικά με τις κατηγορίες του «Ηλεκτρονικού εγκλήματος», κατά τον Αργυρόπουλο [47], είναι οι εξής:

- Εγκλήματα που διαπράττονται σε συμβατικό περιβάλλον, καθώς και σε περιβάλλον ηλεκτρονικών υπολογιστών, όπως για παράδειγμα συκοφαντική δυσφήμιση η οποία πραγματοποιείται εντός του διαδικτυακού περιβάλλοντος.
- Εγκλήματα που διαπράττονται, με τη χρήση ηλεκτρονικού υπολογιστή και του διαδικτύου, όπως η παράνομη αντιγραφή λογισμικού.
- Εγκλήματα που σχετίζονται αποκλειστικά με το διαδίκτυο (διαδικτυακά εγκλήματα), όπως τη διάχυση ιών και γενικότερα κακόβουλων λογισμικών.



Μια διαφορετική κατηγοριοποίηση του Ηλεκτρονικού εγκλήματος, προτάθηκε από την Εξεταστική Επιτροπή της Μεγάλης Βρετανίας, στις αρχές της δεκαετίας του 1980, με στόχο να εξακριβώσει την έκταση του

εγκλήματος μέσω Η/Υ σε δημόσιο και ιδιωτικό τομέα [48]. Με την ολοκλήρωση της έρευνας, η Εξεταστική Επιτροπή της Μεγάλης Βρετανίας, κατέληξε στις κάτωθι κατηγορίες:

- Απάτη
- Κλοπή (δεδομένων / λογισμικού)

- Χρήση λογισμικού χωρίς άδεια (παράνομων αντιγράφων λογισμικού)
- Ιδιωτική εργασία (Μη εγκεκριμένη χρήση συστημάτων του υπολογιστή οργανισμών, για αποκομιδή κέρδους ή για ίδιον όφελος).
- Κακή χρήση προσωπικών δεδομένων
- Χακινγκ
- Σαμποταζ
- Εισαγωγή πορνογραφικού υλικού
- Μεταφορά ιών στα υπολογιστικά συστήματα

Αναφορικά με την ελληνική πραγματικότητα, οι κύριες μορφές κυβερνοεγκλημάτων που έχουν εξιχνιασθεί έως σήμερα στην Ελλάδα, από το Τμήμα Ηλεκτρονικού Εγκλήματος [46], αφορούν σε:

- Απάτες μέσω Διαδικτύου
- Παιδική πορνογραφία
- Cracking και hacking
- Διακίνηση-πειρατεία λογισμικού
- Πιστωτικές κάρτες
- Διακίνηση ναρκωτικών
- Έγκλημα στα chat rooms

Παρ' όλα αυτά, ελάχιστες περιπτώσεις εγκλημάτων του κυβερνοχώρου καταγγέλλονται, προκειμένου να μην αμφισβητηθεί η αξιοπιστία των παθόντων. Για το λόγο αυτό, δυστυχώς το μέγεθος της ηλεκτρονικής εγκληματικότητας, δεν δύναται να διαπιστωθεί έως σήμερα, ούτε στο ελληνικό, αλλά ούτε και στο διεθνή χώρο [46].

«Χρήση νέων τεχνολογιών και εθισμός στο διαδίκτυο σε μαθητές λυκείου, στο κέντρο του Ηρακλείου»

ΜΟΝΑΔΑ ΕΦΗΒΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ (Μ.Ε.Υ.)

Β' ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΘΗΝΩΝ



Τύπος αναφοράς / αιτήματος	Αριθμός αναφορών	%
Εξάρτηση από το Διαδίκτυο	874	36%
Αναζήτηση πληροφοριών / συμβουλών	743	30%
Προβλήματα με Κοινωνικά Δίκτυα (π.χ. Ψευδή προφίλ)	265	11%
Κλοπή προσωπικών δεδομένων	108	4%
Επικίνδυνο περιεχόμενο	100	4%
Διαδικτυακή βία, εκφοβισμός	100	4%
Άλλο	84	3%
Grooming ¹	54	2%
Οικονομική απάτη	48	2%
Σεξουαλική παρενόχληση ανηλίκων	31	1%
Ανορεξία	16	1%
Εκβιασμός	9	0,37%
Πρόθεση για αυτοκτονία / αυτοτραυματισμός	8	0,33%

Πηγή: www.youth-health.gr/

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: «Ο ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΣ ΕΘΙΣΜΟΣ» ΤΩΝ ΝΕΩΝ

3.1 Προσέγγιση την έννοιας του «Εθισμού»

Εθισμός, η νέα μορφή εξάρτησης, η οποία έχει αρχίσει να κάνει ολοένα και πιο αισθητή την παρουσία της, παγκοσμίως. Πρόκειται για την **καταναγκαστική, υπερβολική χρήση του διαδικτύου, καθώς και στον εκνευρισμό ή τη δυσθυμική συμπεριφορά που παρουσιάζεται κατά τη στέρησή της χρήσης του Διαδικτύου [49]**. Εναλλακτικά, ως «Εξάρτηση από το διαδίκτυο», ορίζεται και η **αδυναμία ελέγχου της χρήσης του ιστού**, που οδηγεί σε αισθήματα πίεσης, άγχους και δυσλειτουργικές συμπεριφορές σε καθημερινές δραστηριότητες» [50].

Γενικότερα, πρόκειται για μια κατάσταση, στο πλαίσιο της οποίας, ο εθισμένος χρήστης, παραμελεί σε ανησυχητικό βαθμό, τόσο την κοινωνική, όσο και την επαγγελματική ή ακαδημαϊκή ζωή του και γενικότερα, επηρεάζεται η λειτουργικότητα του (internetaddiction18ano.wordpress.com).

Ως όρος, προσδιορίστηκε για πρώτη φορά από τον Goldberg, το 1995 [51] και εν συνεχεία, έγινε ευρέως γνωστός, μέσα από την πρωτοποριακή έρευνα της Young το 1996 [52]. Ωστόσο, η εν λόγω μορφή εθισμού, δεν έχει αναγνωρισθεί επίσημα ως κλινική οντότητα, παρά μόνο σε Κίνα, Ν. Κορέα και Ταιβάν [53].

Παρόλο που ο όρος «εξάρτηση», χρησιμοποιείται κατά κύριο λόγο για την διαδικασία του βιολογικού εθισμού από ουσίες, αλκοόλ κ.λ.π., πλέον αρχίζει και χρησιμοποιείται και για τον «διαδικτυακό» εθισμό, καθώς παρατηρείται έντονα το γεγονός ότι, όλο και συχνότερα, οι ψυχολόγοι καλούνται να προσεγγίσουν περιστατικά διαδικτυακού εθισμού.

Για την θεωρητική προσέγγιση του Διαδικτυακού εθισμού, έχουν διατυπωθεί πολυάριθμοι όροι, όπως **«εξάρτηση από το διαδίκτυο – Internet addiction»** (Bai, Lin, & Chen, 2001; Mitchell, 2000; Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla, & McElroy,

2000; Young, 1998), «**παθολογική χρήση του διαδικτύου - pathological Internet use**» (Davis, 2001), «**προβληματική χρήση του διαδικτύου - problematic Internet use**» (Davis, Flett, & Besser, 2002), «**παρορμητική χρήση του διαδικτύου - compulsive internet use**» [46], «**εξάρτηση από τον κυβερνοχώρο - cyberspace addiction**» (Davis, Flett, & Besser, 2002. Hur, 2006) και «**διαταραχή της εξάρτησης από το διαδίκτυο - internet addiction disorder**» [51] [54].

3.2 Βασικές αιτιολογικές προσεγγίσεις

Τα βασικά αίτια, τα οποία ωθούν ένα άτομο στην εθιστική χρήση του Διαδικτύου, δεν έχουν αποσαφηνισθεί έως σήμερα. Υποστηρίζεται, πως η αλλαγή διάθεσης λόγω συμπεριφοράς, συνδέεται σημαντικά με την διαδικασία του εθισμού. Ορισμένοι επιστήμονες ωστόσο, εξετάζουν το φαινόμενο του εθισμού, από μία βιολογική οπτική, υποστηρίζοντας ότι ένας συνδυασμός γονιδίων, καθιστούν ορισμένα άτομα επιρρεπή στον εθισμό [55]. Οι ακριβείς λόγοι που ωθούν ένα άτομο στον εθισμό στο Διαδίκτυο, παρ' όλα αυτά δεν έχουν προσδιοριστεί, ωστόσο ακολούθως, αναλύονται ενδεικτικά αιτιώδεις παράγοντες.

3.2.1. Βιολογικές και Κοινωνικές θεωρήσεις

Η Βιολογική και Κοινωνική θεώρηση που επικρατεί, αναφορικά με το φαινόμενο του διαδικτυακού εθισμού, επικεντρώνεται σε γονιδιακούς παράγοντες και συγκεκριμένα στις χημικές δυσαναλογίες του εγκεφάλου και στους νευροδιαβιβαστές. Αναλυτικότερα, υποστηρίζεται ότι σε ένα άτομο, ενδέχεται να υπάρχουν χρωμοσώματα, ορμόνες και πλεόνασμα ή έλλειψη ορισμένων απαραίτητων χημικών ουσιών και νευροδιαβιβαστών, τα οποία ρυθμίζουν τη δραστηριότητα του εγκεφάλου και του υπόλοιπου νευρικού συστήματος. Κατά την ανωτέρω αντίληψη, ο λανθασμένος συνδυασμός χρωμοσωμάτων, ορμονών και πλεονασμάτων ή η έλλειψη αυτών, ενδεχομένως να ανάγκαζε κάποιον να είναι ευαίσθητος στον εθισμό [56]. Αξίζει να σημειωθεί ότι, έχει διεξαχθεί σχετική έρευνα, σύμφωνα με την οποία μερικά φάρμακα ενεργούν για να συμπληρώσουν τα συνοπτικά χάσματα των

νευρώνων στον εγκέφαλο, εξαπατώντας τον εγκέφαλο στην αποστολή των ελαττωματικών πληροφοριών. Αυτό, θεωρείται, ότι είναι ένας λόγος για την υπερβολική συμμετοχή κάποιου σε δραστηριότητες όπως το τρέξιμο, τη χρήση φαρμάκων και το τζόγο. Συνεπώς, αυτό θα μπορούσε να λειτουργήσει αντίστοιχα και για τον εθισμό στο Διαδίκτυο, δεδομένου ότι πολλές ευκαιρίες στο διαδίκτυο είναι διασκεδαστικές και διεγερτικές [51].

3.2.2. Ψυχολογικοί παράγοντες

Οι ψυχολογικοί παράγοντες, συνδέονται πολύ συχνά με την εμφάνιση μίας εθιστική συμπεριφοράς. Οι επικρατέστερες απόψεις, ερμηνεύουν τον εθισμό υπό το πρίσμα της ψυχοδυναμικής και της προσωπικότητας του ατόμου και μέσω των πρόωρων τραυμάτων της παιδικής ηλικίας, συσχετίζοντας τον με άλλα γνωρίσματα της προσωπικότητας ή άλλες διαταραχές και των κληρονομημένων ψυχολογικών διαθέσεων [56]. Γενικότερα, υποστηρίζεται ότι μία ποικιλία παραγόντων, δύναται ν' αποτελέσουν την βάση ώστε να αναπτυχθεί μία εθιστική συμπεριφορά, είτε αναφορικά με τον αλκοολισμό, την ηρωίνη, τον τζόγο ή ακόμα και με τη χρήση του διαδικτύου.

Για παράδειγμα, εάν άτομο, ωθούμενο από ψυχολογικούς παράγοντες, αρχίζει το οινόπνευμα ακόμα και περιστασιακά, αλλά σταδιακά αυξάνει την κατανάλωση, δύναται να αναπτύξει μια εξάρτηση στο οινόπνευμα. Αντίστοιχα, όταν ένα άτομο, σε περίοδο ψυχολογικής πίεσης, ξεκινήσει να κάνει χρήση του διαδικτύου και σταδιακά αυξάνει τον χρόνο χρήσης με δεδομένο ότι του προσφέρει ευχαρίστηση, αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα, να αναπτύσσει μία εθιστική συμπεριφορά, αναφορικά με τη χρήση των τεχνολογιών και του διαδικτύου [57].

3.2.3. Ο ρόλος της οικογένειας

Η επικρατέστερη αντίληψη, σχετικά με τους παράγοντες που οδηγούν στην εμφάνιση εθιστικής συμπεριφοράς, επικεντρώνονται στην οικογένεια, στη σχέση γονέα-παιδιού, αλλά και στις διαπροσωπικές σχέσεις.

Σύμφωνα με έρευνες, πάνω από το 50% των παιδιών που είναι εθισμένα στη χρήση του διαδικτύου, διαθέτουν ένα «προβληματικό» ψυχικό υπόστρωμα, το οποίο επιστήμονες υποστηρίζουν ότι, ενδεχομένως να συνδέεται με την εθιστική τάση που εμφανίζουν.

Εξίσου σημαντικό παράγοντα, κατέχει το περιβάλλον του ατόμου. Πιο συγκεκριμένα, η έλλειψη επικοινωνίας εντός της οικογένειας, η έλλειψη προσοχής, η έλλειψη εφαρμογής ορίων από τους γονείς, η απουσία επίβλεψης από τους γονείς λόγω φόρτου εργασίας, αφορούν γεγονότα, τα οποία τείνουν να γίνουν καθημερινότητα και διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη του φαινομένου του εθισμού στο διαδίκτυο. Κατά τη διάρκεια της εφηβικής περιόδου, τα παιδιά αναζητούν λύσεις στις απορίες τους, ερευνούν, δοκιμάζουν, δεν διαθέτουν αίσθηση του κινδύνου και γενικότερα βρίσκονται σε διαδικασία κοινωνικοποίησης. Συνεπώς, σε αυτό το στάδιο κάθε παιδί γίνεται ευάλωτο και κατ' επέκταση επιρρεπές σε παντός είδους εξαρτήσεις.

Από τα ανωτέρω, γίνεται αντιληπτό πώς ο ρόλος των γονιών, καθίσταται άκρως σημαντικός αφ' ενός στην διαδικασία της πρόληψης και αφ' ετέρου στην διαδικασία της αντιμετώπισης του εθισμού των παιδιών τους από το Διαδίκτυο [53].

3.2.4. Οι κοινωνικές συνθήκες

Σημαντική είναι η αιτιώδης συνάρτηση του Εθισμού στο Διαδίκτυο με το κοινωνικό περιβάλλον στο οποίο ζει ένα άτομο. Οι εθιστικές τάσεις διαφοροποιούνται ανάλογα με το φύλο, την ηλικία, την κοινωνικοοικονομική θέση, το έθνος, τη θρησκεία και τη χώρα. Για παράδειγμα το φαινόμενο του αλκοολισμού, κυριαρχεί στα μεσαία κοινωνικοοικονομικά στρώματα ή/και στην Ιρλανδία ή/και στην Αμερική ή/και στους Καθολικούς [56]. Αναφορικά με το φαινόμενο του εθισμού στο διαδίκτυο και σύμφωνα με έρευνες που έχουν διεξαχθεί έως σήμερα, τα διαθέσιμα στοιχεία, δεν δίνουν σαφείς πληροφορίες για τις κατηγορίες των ατόμων που εθίζονται στη χρήση του διαδικτύου, ώστε να διαπιστωθεί εάν μία κοινωνική κατηγορία είναι η επικρατέστερη των υπολοίπων και εάν οι κοινωνικές συνθήκες κατέχουν σημαντικό ρόλο στη διαδικασία εθισμού από τη χρήση του Διαδικτύου. Ενδεχομένως στο μέλλον, θα δημοσιευθούν περισσότερα στοιχεία αναφορικά με τη σχέση των κοινωνικών συνθηκών και του εθισμού όσον αφορά το Διαδίκτυο [57].

3.3 Κριτήρια Διάγνωσης του «Διαδικτυακού Εθισμού»

«Διαδικτυακός Εθισμός», η νέα μορφή εξάρτησης η οποία επεκτείνεται με



ταχύτατους ρυθμούς. Τα κριτήρια διάγνωσης της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και της ενδεχόμενης εξαρτικής συμπεριφοράς, αναλύονται ως εξής [58]:

- **Πολύωρη παραμονή στο διαδίκτυο:** Ο χρήστης δεν διαθέτει κανέναν έλεγχο, ούτε καν προσπάθεια ελέγχου περιορισμού του χρονικού διαστήματος χρήσης του υπολογιστή. Πολλές φορές, στο πλαίσιο χρήσης των νέων τεχνολογιών, ο

χρήστης αθετεί υποσχέσεις είτε ως προς τον ίδιο του τον εαυτό, είτε και σε άτομα του περιβάλλοντος του.

- **Αποτυχία διαχείρισης του επερχόμενου αισθήματος διέγερσης / και κατάθλιψης:** Ο χρήστης βιώνει αισθήματα απελπισίας και γενικότερα αισθήματα κατάθλιψης ή ανησυχίας, όταν κάτι ή κάποιος περιορίζει το χρόνο ή διακόπτει τη χρήση του υπολογιστή.
- **Παραμονή on-line, για περισσότερο από το προτιθέμενο χρονικό διάστημα:** Αδυναμία ελέγχου το χρόνου, που εξ' αρχής είχαν αποφασίσει να αφιερώσουν στη χρήση του υπολογιστή.
- **Κίνδυνος απώλειας σχέσης ή ευκαιρίας, εξαιτίας της χρήσης:** Λανθασμένες προτεραιότητες. Μια υπέρ – ανεπτυγμένη αίσθηση σπουδαιότητας του υπολογιστή στη ζωή κάποιου. Υπερασπίζοντας το δικαίωμα να χρησιμοποιεί τον υπολογιστή όσο επιθυμεί, ανεξάρτητα από το γεγονός ότι οι άνθρωποι της ζωής του, αισθάνονται ξεχασμένοι και παραμελημένοι.
- **Ο χρήστης καταφεύγει σε ψεύδη,** προκειμένου να καλυφθεί η πραγματική χρονική έκταση της χρήσης του ηλεκτρονικού υπολογιστή και του διαδικτύου.
- **Χρήση Διαδικτύου, προκειμένου να ελεγχθούν τα αρνητικά συναισθήματα:** Διαφυγή, αλλά και χρήση του υπολογιστή σε περιόδους, όπου αισθάνονται ανήσυχoi, ενοχλημένοι ή λυπημένοι, για κάτι που συνέβη στη ζωή τους.

Όλο και περισσότεροι άνθρωποι παρουσιάζουν, τουλάχιστον ένα από τα ανωτέρω χαρακτηριστικά, ενώ την εξαρτική τους συμπεριφορά, την αιτιολογούν με τη σκέψη ότι «το internet, αποτελεί απλά ένα μέσο διασκέδασης και ψυχαγωγίας, του οποίου κάνει χρήση η πλειοψηφία των ανθρώπων, ανά τον κόσμο».

3.3.1. Προφίλ του εθισμένου «διαδικτυακού» χρήστη

Η διαμόρφωση ενός συγκεκριμένου προφίλ εξαρτημένων διαδικτυακών χρηστών, δεν θα είναι εφικτή. Παλαιότερα, τα εξαρτημένα άτομα είχαν συγκεκριμένη κοινωνική προέλευση: επρόκειτο για εύπορους πολίτες, για διανοούμενους ή καλλιτέχνες, που, κορεσμένοι από τις συνηθισμένες απολαύσεις, αναζητούσαν κάτι ξεχωριστό και ιδιαίτερο. Ο λεγόμενος «κοσμικός» αλκοολισμός συσχετιζόταν συχνά και με εξαρτήσεις από άλλες ουσίες. Σε τέτοιου τύπου δραστηριότητες, ελάχιστα συμμετείχαν χειρώνακτες και νεαρά άτομα [59].



Εν αντιθέσει με το παρελθόν και με έτερες εξαρτησιογόνες τάσεις, το προφίλ των εθισμένων χρηστών στο διαδίκτυο, δεν παρουσιάζει συγκεκριμένα γνωρίσματα, καθώς έγκειται σε ένα σύνθετο και πολυδιάστατο φαινόμενο. Ωστόσο, σύμφωνα με έρευνες που έχουν διεξαχθεί, ένα το προφίλ, το οποίο

συναντάται συχνότερα στις περιπτώσεις του διαδικτυακού εθισμού, αφορά ανθρώπους ευαίσθητους, με χαμηλή αυτοεκτίμηση.

Δεδομένου ότι, το στάδιο της εφηβείας, χαρακτηρίζεται από ένα ασταθές περιβάλλον, όπου τα παιδιά βρίσκονται σε μία εσωτερική σύγχυση, βιώνουν έντονες ευαισθησίες και γενικότερα βρίσκονται σε μία συνεχή αναζήτηση, είναι η πλέον επίφοβη ηλικιακή περίοδος εμφάνισης τάσεων διαδικτυακού εθισμού. Γεγονός το οποίο αποδεικνύεται και από σχετικές έρευνες, σύμφωνα με τις οποίες οι νέοι ηλικίας 16-24, στην πλειοψηφία τους, εθίζονται στη χρήση του διαδικτύου [60].

Σύμφωνα με στατιστικά στοιχεία, το Ειδικό Ψυχιατρικό Ιατρείο Παιδιών κι Εφήβων για την αντιμετώπιση του εθισμού στο Διαδίκτυο, έχει καταλήξει ότι το προφίλ του «εθισμένου» διαδικτυακού χρήστη, προσωποποιείται σε **αγόρια**, τα οποία βρίσκονται στην ηλικία των **15-16 ετών**. Ο μέσος όρος χρήσης του ηλεκτρονικού υπολογιστή και του Διαδικτύου, διαμορφώνεται σε **6 ώρες την ημέρα**. Ωρες τις

οποίες εξαντλούν σε παιχνίδια προσομοίωσης μάχης, στρατηγικής και παιχνίδια ρόλων.

Δυστυχώς, η εθιστική χρήση του διαδικτύου στην Ελλάδα, έχει αρχίσει να είναι συνυφασμένη, με την καθημερινότητα των εφήβων και λαμβάνει σταδιακά εκρηκτικές διαστάσεις.

3.3.2. Χαρακτηριστικά του εθισμένου «διαδικτυακού» χρήστη

Τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα, από τα οποία γίνεται αντιληπτή μία τάση διαδικτυακού εθισμού, είναι πολυάριθμα. Πιο συγκεκριμένα:

- **Συναισθήματα θλίψεις, ιδιαίτερα όταν ο χρήστης συναντά αδυναμία σύνδεσης στο διαδίκτυο.**
- **Αδιαφορία σε εξωτερικά ερεθίσματα.**
- **Αδυναμία ελέγχου του χρόνου παραμονής του στο διαδίκτυο.**
- **Παραμέληση των κοινωνικών δραστηριοτήτων**
- **Κάμψη της επίδοσης σε σχολείο ή/και σε εξωσχολικές δραστηριότητες**
- **Απομόνωση από την οικογένεια και τους φίλους.**
- **Καθημερινό Ενδιαφέρον, μόνο για την επίτευξη του μέγιστου δυνατού χρόνου σε online δραστηριότητες.**

Πέρα από τα ανωτέρω συμπεριφορικά χαρακτηριστικά, οι εθισμένοι διαδικτυακοί χρήστες, πολύ συχνά παρουσιάζουν και **σωματικά συμπτώματα**, εξαιτίας μακρόχρονης χρήσης του υπολογιστή και του Ίντερνετ, όπως ημικρανίες, ξηροφθαλμία, μυοσκελετικές παθήσεις, διαταραχές στην ποιότητα του ύπνου, παραμέληση της προσωπικής υγιεινής και φυσικής άσκησης και πληθώρα άλλων συμπτωμάτων [61].

3.3.3. Εργαλεία μέτρησης της διαταραχής εθισμού στο Διαδίκτυο

Για την προσέγγιση της διαταραχής του εθισμού στο διαδίκτυο, γίνεται χρήση αρκετών διαγνωστικών εργαλείων.

Πρώτος ο **Goldberg [51]**, ανακάλυψε ότι υφίσταται το ενδεχόμενο εθισμού και εξάρτησης, από τη χρήση του Διαδικτύου και προχώρησε στη δημιουργία της κλίμακας εκτίμησης «Διαταραχή Εθισμού στο Διαδίκτυο (Internet Addictive Disorder, IAD)», με **επτά διαγνωστικά κριτήρια**, τα οποία προσαρμόστηκαν με στοιχεία από το **DSM-IV** (1994). Τα 7 διαγνωστικά κριτήρια, αναπτύσσονται ως εξής:

Διαγνωστικό Κριτήριο 1

Ανοχή. Η έννοια της «Ανοχής» καθορίζεται από την ανάγκη για εμφανή αυξανόμενο χρονικό διάστημα, στο Διαδίκτυο προκειμένου να επιτευχθεί η ικανοποίηση, καθώς και από την εμφανώς μειωμένη επίδραση με τη συνεχή χρήση του ίδιου χρονικού διαστήματος στο Διαδίκτυο.

Διαγνωστικό Κριτήριο 2

Στέρηση. Ως έννοια η «Στέρηση» αναλύεται σε τρία στάδια, ως εξής:

1^ο Στάδιο: Διακοπή (ή μείωση) της χρήσης του Διαδικτύου που είναι βαριά και παρατείνει.

2^ο Στάδιο: Η διαδικασία διακοπής της χρήσης του διαδικτύου (1^ο Στάδιο), δημιουργεί διάφορα συμπτώματα όπως ψυχοκινητική αναταραχή, αίσθημα ανησυχίας, έμμονες σκέψεις για αυτό που συμβαίνει στο Διαδίκτυο, Φαντασίες ή όνειρα για το Διαδίκτυο, καθώς και εθελοντικές ή ακούσιες κινήσεις δακτυλογράφησης των δακτύλων.

3^ο Στάδιο: Τα συμπτώματα (όπως δημιουργούνται κατά το 2^ο Στάδιο), προκαλούν εξάντληση ή φθορά στον κοινωνικό, επαγγελματικό ή σε άλλον σημαντικό τομέα της λειτουργίας.

Ως διαγνωστικό κριτήριο, η «Στέρηση» επιβεβαιώνεται όταν ο χρήστης, κατά τη διαδικασία χρήσης του Διαδικτύου ή μιας παρόμοιας σε απευθείας σύνδεσης υπηρεσίας, διακατέχεται από ένα αίσθημα ανακούφισης και απομάκρυνσης των στερητικών συμπτωμάτων (2^ο Στάδιο).

Διαγνωστικό Κριτήριο 3:

Το Διαδίκτυο, γίνεται προσπελάσιμο συχνότερα ή για μακρύτερες χρονικές περιόδους από ότι προοριζόταν.

Διαγνωστικό Κριτήριο 4:

Υπάρχει μια διαρκείς επιθυμία ή ανεπιτυχείς προσπάθειες, να περιοριστεί ή να ελεγχθεί η χρήση του Διαδικτύου.

Διαγνωστικό Κριτήριο 5:

Ένα πολύ μεγάλο ποσοστό χρόνου, ξοδεύεται σε δραστηριότητες, σχετικές με τη χρήση του Διαδικτύου.

Διαγνωστικό Κριτήριο 6:

Σημαντικές οικογενειακές, κοινωνικές, επαγγελματικές και ψυχαγωγικές δραστηριότητες, εγκαταλείπονται ή μειώνονται στη διάρκεια και / ή στη συχνότητα εξαιτίας της χρήσης του Διαδικτύου.

Διαγνωστικό Κριτήριο 7:

Η χρήση του Διαδικτύου συνεχίζεται, παρά τη γνώση κατοχής ενός επίμονου ή επαναλαμβανόμενου φυσικού, κοινωνικού, επαγγελματικού ή ψυχολογικού προβλήματος, το οποίο είναι πιθανό να έχει προκληθεί ή να έχει επιδεινωθεί από τη χρήση του Διαδικτύου (π.χ. στέρηση ύπνου, συζυγικές δυσκολίες, παραμέληση επαγγελματικών καθηκόντων ή αισθήματα εγκατάλειψης).

Στην περίπτωση που από την ανωτέρω κλίμακα, συμπληρώνονται τρία (ή περισσότερα) από τα παραπάνω κριτήρια, σε χρονικό διάστημα εντός δώδεκα μηνών, τότε ο χρήστης κρίνεται ασθενής (εθισμένος), κατά τον Goldberg.

Εν συνεχεία, η **Young [52]**, δημιούργησε το ψυχομετρικό εργαλείο «**YDQ**» (**Young's Diagnostic Questionnaire**), (www.netaddiction.com/articles/newdisorder.html) και μέσω αυτού επεδίωξε να προσδιορίσει την υπερβολική χρήση του Διαδικτύου, με τη χρήση οκτώ κριτηρίων, στα οποία η απάντηση είναι Ναι / όχι και τα οποία στηρίχθηκαν στα κριτήρια από το **DSM-IV²** για το παθολογικό παιχνίδι από την Αμερικανική Ψυχιατρική Ένωση [62].

Τα οκτώ κριτήρια διάγνωσης, που θέσπισε η Young [52], είναι τα εξής:

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

² DSV-IV: Σύστημα διάγνωσης ψυχοπαθολογίας, που χρησιμοποιείται σε πανευρωπαϊκό επίπεδο.

Στην πορεία, οι **Beard και Wolf [41]** προσπάθησαν να τροποποιήσουν τα κριτήρια της Young. Εξέτασαν την αντικειμενικότητα και την εμπιστοσύνη. Έκριναν ότι μερικά κριτήρια, θα μπορούσαν εύκολα να αναφερθούν ή να αμφισβητηθούν από ένα συμμετέχοντα και τότε η κρίση τους, μπορεί να είναι μη έγκυρη, διαμορφώνοντας λανθασμένο διαγνωστικό αποτέλεσμα. Αφετέρου, θεώρησαν ότι μερικά από τα στοιχεία, είναι αρκετά ασαφή και μερικές ορολογίες πρέπει να διευκρινιστούν (π.χ. τι εννοείται με τη λέξη ανησυχία;). Έπειτα, διερεύνησαν την ακρίβεια και την εγκυρότητα των κριτηρίων για το παθολογικό παιχνίδι, ώστε να αξιοποιηθούν ως βάση, για τον ορισμό του εθισμού στο Διαδίκτυο. Τελικά οι Beard και Wolf [41] πρότειναν τα κάτωθι τροποποιημένα κριτήρια:

1. Υπάρχει μια ανησυχία για το Διαδίκτυο (σκέψη για την προηγούμενη σε απευθείας σύνδεση δραστηριότητα ή προσδοκία για την επόμενη);
2. Υπάρχει η ανάγκη να αυξηθεί η χρησιμοποίηση του Διαδικτύου προκειμένου να επιτευχθεί η ικανοποίηση;
3. Έχουν καταβληθεί ανεπιτυχείς προσπάθειες να ελεγχθεί, να περικοπεί ή να σταματήσει η χρήση του Διαδικτύου;
4. Κατά την προσπάθεια να περικοπεί ή να σταματήσει η χρήση του Διαδικτύου το άτομο είναι ανήσυχο, κυκλοθυμικό, καταθλιπτικό ή οξύθυμο;
5. Η παραμονή στο Διαδίκτυο είναι μακρύτερη από ότι αρχικά ήταν σχεδιασμένο;

Ενώ συμπληρωματικά, για τη διαδικασία διάγνωσης του διαδικτυακού εθισμού, λαμβάνουν υπόψη τους και ένα τουλάχιστον από τα κάτωθι κριτήρια:

6. Λόγω της χρήσης του Διαδικτύου έχει διακινδυνεύσει με απώλεια μια σημαντική σχέση, εργασία, εκπαιδευτική ή επαγγελματική ευκαιρία;
7. Έχουν πει ψέματα σε οικογενειακά μέλη, τον θεράποντα ιατρό ή σε άλλους για να κρύψουν την έκταση της συμμετοχής τους στο Διαδίκτυο;
8. Χρησιμοποίηση του Διαδικτύου ως μέσο διαφυγής από τα προβλήματα ή για την ανακούφιση μιας δυσφορικής διάθεσης (π.χ συναισθήματα ανικανότητας, ενοχής ανησυχία, κατάθλιψη);

Με βάση τα προτεινόμενα διαγνωστικά εργαλεία, η Shapira et al. [50] θεώρησαν ότι η προβληματική χρήση του Διαδικτύου, μπορεί να γίνει αντιληπτή ως διαταραχή ελέγχου ώθησης. Αναγνώρισαν ότι αν και η κατηγορία είναι ήδη ετερογενής, κατά τη διάρκεια του χρόνου, τα συγκεκριμένα σύνδρομα έχουν υποδειχθεί ως κλινικά χρήσιμα. Επομένως, στο ύψος των κριτηρίων διαταραχής ελέγχου ώθησης DSM IV-TR's, η **Shapira et al**, πρότειναν τα ευρέως διαγνωστικά κριτήρια για την προβληματική χρήση του Διαδικτύου [46], τα οποία αναλύονται ως εξής:

1. Αρρωστημένη ανησυχία σχετικά με τη χρήση του Διαδικτύου, η οποία αποδεικνύεται με τουλάχιστον ένα στοιχείο, από τα ακόλουθα:
 - Ανησυχίες με τη χρήση του Διαδικτύου που βιώνονται ως ακαταμάχητες.
 - Υπερβολική χρήση του Διαδικτύου για χρονικές περιόδους μακρύτερες από ότι προγραμματίζονταν.
2. Η χρήση του Διαδικτύου ή της ανησυχίας με τη χρήση του, προκαλεί κλινικά σημαντικό κίνδυνο ή την εξασθένηση από κοινωνικούς, επαγγελματικούς ή σημαντικούς τομείς της λειτουργίας.
3. Η υπερβολική χρήση του Διαδικτύου δεν εμφανίζεται αποκλειστικά κατά τη διάρκεια των περιόδων της υπο μανίας ή της μανίας και δεν αποτελείται καλύτερα από άλλο άξονα διαταραχών.

Η **Morahan-Martin και Schumacher [63]** θέσπισαν με τη σειρά τους, την κλίμακα **PIU (Pathological Internet Use)**, με 13 ερωτήσεις παρόμοιες, με τα κριτήρια του DSM-IV.

1. Δεν έχω διαπληκτιστεί ποτέ με κάποιο άλλο πρόσωπο, εξαιτίας του ότι ήμουν συνδεδεμένος / η στο Διαδίκτυο.
2. Μου έχουν πει ότι περνάω πάρα πολύ χρόνο συνδεδεμένος / η στο Διαδίκτυο.

3. Αν έχει περάσει κάποιος χρόνος από την τελευταία φορά που συνδέθηκα στο Διαδίκτυο, μου είναι δύσκολο να σταματήσω να σκέφτομαι τι θα με περιμένει την επόμενη φορά που θα συνδεθώ ξανά.
4. Η απόδοσή μου στο σχολείο και / ή στην εργασία μου δεν έχει χειροτερέψει από τότε που άρχισα να συνδέομαι στο Διαδίκτυο.
5. Έχω ενοχές σχετικά με το ποσοστό του χρόνου που περνάω συνδεδεμένος στο Διαδίκτυο.
6. Έχω συνδεθεί στο Διαδίκτυο με σκοπό να νιώσω καλύτερα όταν ήμουν σε άσχημη ψυχολογική κατάσταση ή αγχωμένος/η.
7. Έχω προσπαθήσει να περάσω λιγότερο χρόνο συνδεδεμένος στο Διαδίκτυο αλλά δεν τα έχω καταφέρει.
8. Έχω μειώσει σε καθημερινή βάση τις ώρες που κοιμάμαι με σκοπό να μείνω περισσότερη ώρα συνδεδεμένος / η στο Διαδίκτυο.
9. Έχω χρησιμοποιήσει το Διαδίκτυο με σκοπό να μιλήσω με άλλους όταν έχω νιώσει απομονωμένος.
10. Έχω αμελήσει μαθήματα ή επαγγελματικές υποχρεώσεις εξαιτίας των διαδικτυακών δραστηριοτήτων μου.
11. Είχα προβλήματα με τις σπουδές ή με την εργασία μου εξαιτίας του.
12. Έχω αμελήσει κοινωνικές υποχρεώσεις μου εξαιτίας των διαδικτυακών δραστηριοτήτων μου.
13. Έχω προσπαθήσει να κρύψω από τους άλλους το πραγματικό ποσοστό του χρόνου που περνάω μένοντας συνδεδεμένος / η στο Διαδίκτυο.

Η θέση του **Griffiths [64]** ωστόσο, υποστήριξε ότι οποιαδήποτε συμπεριφορά συναντά τα ακόλουθα έξι στοιχεία του εθισμού του Διαδικτύου, όπως προβολή, τροποποίηση της διάθεσης, ανοχή, συμπτώματα στέρησης, σύγκρουση και υποτροπή, τότε η συμπεριφορά του χρήστη, δύναται να ορισθεί, ως λειτουργικά εθιστική.

Παρά τις ανωτέρω προτάσεις, αλλά και τα διαγνωστικά εργαλεία που έχουν προταθεί έως σήμερα, κανένα κριτήριο, δεν έχει υιοθετηθεί, από το Διαγνωστικό και Στατιστικό Εγχειρίδιο των Διανοητικών Διαταραχών (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th ed) [65].

3.4 Η Ελληνική πραγματικότητα, αναφορικά με τον Εθισμό των Νέων από το Διαδίκτυο

Αναφορικά με το φαινόμενο του εθισμού των νέων στο Διαδίκτυο, έχει αρχίσει ν' αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της σύγχρονης ελληνικής πραγματικότητας, γεγονός το οποίο προκύπτει από έρευνες που διεξάγονται συχνά, προκειμένου να προσεγγίσουν όσο πιο ρεαλιστικά γίνεται την πορεία του διαδικτυακού «εθισμού».

Αναλυτικότερα, έρευνα του ΕΠΠΨΥ³ κατέδειξε ότι ένας στους τέσσερις εφήβους (ποσοστό 24,3%) ασχολείται για τουλάχιστον τρεις ώρες την ημέρα τις καθημερινές με τον ηλεκτρονικό υπολογιστή και το Ίντερνετ, ενώ το ποσοστό αυτό σχεδόν διπλασιάζεται τα σαββατοκύριακα (41%) [66].

Σχεδόν ένας στους έξι 15χρονους εμφανίζει συμπεριφορές εξάρτησης από τη χρήση του διαδικτύου. Το 5,5% του συνόλου των εφήβων – κυρίως αγόρια – αναφέρουν συμπτώματα εξάρτησης από τα ηλεκτρονικά παιχνίδια. Τρεις στους πέντε 15χρονους μαθητές (ποσοστό 59,4%) παραμένουν στο Ίντερνετ περισσότερες ώρες απ' όσο αρχικά προγραμματίζουν. Δύο στους πέντε (ποσοστό 42,3%) παραδέχονται ότι το διαδίκτυο βρίσκεται συνεχώς στο μυαλό τους, ενώ σχεδόν ένας στους τρεις (ποσοστό 30,8%) χρησιμοποιεί το διαδίκτυο ως μέσο για να ξεφύγει από τα προβλήματά του και να ανακουφίσει δυσάρεστα συναισθήματα, όπως την απελπισία, την ενοχή, το άγχος, τη κατάθλιψη και άλλα [66].

Η Γραμμή Βοηθείας «Υποστηρίζω», από τον Αύγουστο 2009 έως και το Μάιο 2010, κατέγραψε 982 αιτήματα σχετιζόμενα με για προβλήματα που προέκυψαν κατά τη χρήση του Διαδικτύου από εφήβους [67].

Εξίσου μία προβληματική κατάσταση, αποτύπωσε και η μελέτη της Μονάδας Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.) της Β΄ Παιδιατρικής Κλινικής του Πανεπιστημίου Αθηνών του Νοσοκομείου Παιδών «Π. & Α. Κυριακού» [68], η οποία πραγματοποιήθηκε σε

³ ΕΠΠΨΥ: Ερευνητικό Πανεπιστημιακό Ινστιτούτο Ψυχικής Υγιεινής.

897 εφήβους (430 αγόρια, 467 κορίτσια) σχολείων της Αττικής με μέσο όρο ηλικίας τα 14,87 έτη. Κατά την ολοκλήρωση της μελέτης, διαπιστώθηκε ότι 1 στους 100 είναι «εθισμένος» στο Διαδίκτυο, ενώ 8 στους 100 εφήβους, ανήκουν στην ομάδα υψηλού κινδύνου.

Νέα έρευνα της Μ.Ε.Υ .που διεξήχθη το 2010 με θέμα: «Χρήση και κατάχρηση του Διαδικτύου (internet): Συσχετίσεις με ψυχοκοινωνικούς παράγοντες που αφορούν τους χρήστες», έλαβε δείγμα από 1007 εφήβους, ηλικίας 15-16 ετών», από όλη την Ελλάδα και κατέληξε στα εξής συμπεράσματα:

- ✓ Η τάση των ποσοστών υπερβολικής χρήσης, κινείται αυξητικά.
- ✓ Οι πόλεις της επαρχίας, εμφανίζουν μεγαλύτερο ποσοστό εθιστικής συμπεριφοράς στο Διαδίκτυο, εν συγκρίσει με την Αττική.
- ✓ Η κύρια αιτία για την εκδήλωση του διαδικτυακού εθισμού, αφορά στα δίκτυα κοινωνικής δικτύωσης και σε δεύτερο επίπεδο στα online παιχνίδια.
- ✓ Οι νέοι με συμπεριφορές εξάρτησης, επιδίδονται σε παιχνίδια τύχης και χρησιμοποιούν υλικό με σεξουαλικό περιεχόμενο σημαντικά συχνότερα από τον υπόλοιπο πληθυσμό.
- ✓ Οι «εξαρτημένοι» έφηβοι αποκτούν συχνότερα επιθετική, καθώς και παραβατική συμπεριφορά.
- ✓ Οι έφηβοι με προβληματική χρήση, τις περισσότερες φορές αποκτούν μια κακώς εννοούμενη «άνεση» με το Διαδίκτυο καταργώντας όρια και παρουσιάζοντας συμπεριφορές υψηλού κινδύνου [69].

Όπως, αποδεικνύεται και από τα ανωτέρω ερευνητικά αποτελέσματα, η Ελλάδα καλείται να αντιμετωπίσει ένα πολύ σοβαρό ζήτημα, το οποίο σταδιακά διογκώνεται, λαμβάνοντας ολοένα και μεγαλύτερη αρνητική ροπή.

3.4.1 Παράθεση ερευνών που πραγματοποιήθηκαν στην Ελλάδα

1^η Έρευνα [70]

Τόπος διεξαγωγής: ΤΕΙ – ΑΕΙ Αθηνών

Χρόνος διεξαγωγής: Ιούλιος – Δεκέμβριος 2008

Δείγμα έρευνας: Φοιτητές ηλικίας 18 – 28 ετών

Η έρευνα διεξήχθη από τον Ιούλιο του 2008 μέχρι τον Δεκέμβριο του 2008. Το δείγμα της έρευνας, επιλέχθηκε τυχαία και το μέγεθός του ήταν 1207 φοιτητές των 5 Σχολών του ΤΕΙ Αθήνας, του Οικονομικού Πανεπιστημίου, του Γεωπονικού Πανεπιστημίου και του Πανεπιστημίου Αθηνών. Η ηλικία των φοιτητών ήταν 18 - 28 χρονών. Οι 585 εξ' αυτών ήταν άντρες και οι 622 ήταν γυναίκες. Η μέση ηλικία των φοιτητών είναι 21 χρονών.

Τα συμπεράσματα της έρευνας, απέδειξαν ότι το 13% των Ελλήνων φοιτητών είναι εξαρτημένοι από το διαδίκτυο και το χρησιμοποιούν 24 ώρες την εβδομάδα. Αναλυτικότερα, διαπιστώθηκαν τα εξής:

- 13% είναι εξαρτημένοι στο διαδίκτυο.
- 21% είναι οι προ εξαρτημένοι.
- Μεταξύ των εξαρτημένων στο διαδίκτυο, οι άντρες είναι περισσότεροι από τις γυναίκες (63% άνδρες –37% γυναίκες).
- Οι εξαρτημένοι στο διαδίκτυο χρησιμοποιούν το διαδίκτυο 24 ώρες την εβδομάδα κατά μέσο όρο. Οι φοιτητές που σπουδάζουν γνωστικά αντικείμενα που προϋποθέτουν μεγαλύτερη ενασχόληση με τον Ηλεκτρονικό Υπολογιστή, όπως οι φοιτητές Πληροφορικής παρουσιάζουν διπλάσιο ποσοστό, εξάρτησης από το διαδίκτυο (16%).
- Το 50% των εξαρτημένων στο διαδίκτυο βρίσκεται μεταξύ 18-20ετών.
- Οι εξαρτημένοι στο διαδίκτυο χρησιμοποιούν πολύ περισσότερο, από τους μη εξαρτημένους, το chat και τα παιχνίδια στο διαδίκτυο.
- Το 27% των εξαρτημένων στο διαδίκτυο χρησιμοποιούν το chat για πάνω από 5 ώρες καθημερινά.
- το 53% των εξαρτημένων στο διαδίκτυο έχει χαμηλή ακαδημαϊκή επίδοση (μέχρι 6,5 ,σε κλίμακα από 1 μέχρι 10).

- Το 47% των εξαρτημένων στο διαδίκτυο νιώθουν μόνοι και απροστάτευτοι σε σύγκριση με το 10,5% των μη εξαρτημένων.
- Παρατηρούμε ότι το 29 % των εξαρτημένων στο διαδίκτυο παίρνει ναρκωτικές ουσίες τουλάχιστον μια φορά την ημέρα.
- Το 20% των εξαρτημένων στο διαδίκτυο καταναλώνει πάνω από 5 κανονικά ποτήρια οινοπνευματωδών ποτών την ημέρα.

2^η Έρευνα [8]

Τόπος διεξαγωγής: Θεσσαλία

Χρόνος διεξαγωγής: 2008

Δείγμα έρευνας: Παιδιά 12-18 ετών

Σύμφωνα με έρευνα που διεξήγαγε το πανεπιστήμιο της Θεσσαλίας, με δείγμα 2.200 εφήβους ηλικίας 12 έως 18 ετών, προέκυψε το συμπέρασμα ότι η εν λόγω ηλικιακή κατηγορία είναι πιο ευάλωτοι στις εξαρτήσεις του διαδικτύου. Η έρευνα διεξήχθη στο πλαίσιο της διδακτορικής διατριβής του κ. Σιώμου, διδάκτορα της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και ειδικευόμενου ψυχιάτρου παιδιών και εφήβων στο Ιπποκράτειο Νοσοκομείο της Θεσσαλονίκης και δημοσιεύθηκε στο επιστημονικό έντυπο «Cyberpsychology & Behavior» στις 9 Νοεμβρίου 2008.

Πιο συγκεκριμένα, σε ποσοστό 8,2% των εφήβων, δηλαδή ποσοστό μέχρι και 11 φορές μεγαλύτερο από τους εφήβους στην Αττική, διαπιστώθηκε εθισμός στο διαδίκτυο. Δεδομένου όμως ότι η Ελλάδα, είναι μία χώρα με πολύ χαμηλή διείσδυση του διαδικτύου, το ανωτέρω ποσοστό, κρίνεται άκρως υψηλό. Επιστήμονες αιτιολογούν εν μέρει το εν λόγω ερευνητικό αποτέλεσμα, με το γεγονός ότι στην ελληνική περιφέρεια τα παιδιά εξακολουθούν να έχουν περιορισμένες δυνατότητες για δραστηριότητες εκτός σχολείου, γι' αυτό και αναζητούν διεξόδους στο διαδίκτυο. Σύμφωνα με τα στοιχεία της μελέτης αυτής, το 70,8% των παιδιών του δείγματος είχε πρόσβαση στο διαδίκτυο. Η πιο συχνή χρήση του διαδικτύου αφορούσε τα online βιντεοπαιχνίδια (50,9% των χρηστών) και τις υπηρεσίες πληροφοριών (46,8%). Το ποσοστό του εθισμού στο διαδίκτυο μεταξύ των χρηστών ήταν 8,2%, με

τα αγόρια να προηγούνται με ποσοστό 6,2% σε σύγκριση με 2% για τα κορίτσια. Συνολικά μεταξύ των χρηστών η χαρακτηριζόμενη προβληματική χρήση του διαδικτύου (εθισμός, αλλά και συμπεριφορές επικίνδυνες οι οποίες όμως δεν έχουν καταλήξει ακόμη σε εθισμό) ήταν της τάξεως του 26,3% (18,1% για τα αγόρια και 8,2% για τα κορίτσια). Όπως προέκυψε από τη νέα μελέτη, ο εθισμός στο διαδίκτυο αποδεικνύεται κυρίως «ανδρικό σπορ». Τα τρία τέταρτα των εθισμένων, σύμφωνα με τα στοιχεία, ήταν αγόρια. Αυτό οφείλεται κυρίως στο ότι τα αγόρια ασχολούνται περισσότερο με τις νέες τεχνολογίες, με αποτέλεσμα να αυξάνεται και ο κίνδυνος εθισμού.

Οι νέες τεχνολογίες, ως φαινόμενο έχουν κάνουν την εμφάνιση τους στη χώρα μας τα τελευταία χρόνια και παρ' όλα αυτά σημειώνουν ολοένα μεγαλύτερη διάδοση του διαδικτύου. Τα ποσοστά που εξήχθησαν από τη μελέτη στη Θεσσαλία είναι φανερά υψηλότερα από αντίστοιχα που έχουν καταγραφεί σε άλλες χώρες. Συγκεκριμένα, αντίστοιχες μελέτες έχουν δείξει ποσοστό εθισμού των εφήβων στη Νορβηγία 1,98%, στην Ιταλία 5,4%, στη Νότια Κορέα 1,6%, ενώ στην Κίνα δύο διαφορετικές μελέτες έδειξαν ποσοστά 2,4% και 5,52% αντιστοίχως.

Μία εξίσου πιθανή αιτία εθισμού στο διαδίκτυο επικεντρώνεται στην ταχεία εξάπλωση των νέων τεχνολογιών στον πληθυσμό. Την παρούσα χρονική στιγμή, η Ελλάδα δείχνει να έχει χαμηλό ποσοστό χρήσης του διαδικτύου, ωστόσο εκτιμάται ότι τα προσεχή έτη το ποσοστό θα ανέβει στο ίδιο επίπεδο με εκείνο των άλλων ευρωπαϊκών χωρών και αναμένεται το φαινόμενο του εθισμού, όχι μόνο τις μικρές ηλικίες, αλλά και τους ενηλίκους, να εξαπλωθεί αισθητά. Πάντως, οι νέοι κρίνονται περισσότερο ευάλωτοι στον κίνδυνο του εθισμού, καθώς έχουν ενσωματώσει πολύ περισσότερο την τεχνολογία στη ζωή τους.

3^η Έρευνα [71]

Τόπος διεξαγωγής: Γυμνάσιο – Λύκειο Δήμου Λατσίων Κύπρου

Χρόνος διεξαγωγής: Οκτώβριος 2011

Δείγμα έρευνας: Έφηβοι Μαθητές ηλικίας 12 – 18 ετών

Η έρευνα διεξήχθη τον Οκτώβριο του 2011 στο Γυμνάσιο και Λύκειο του Δήμου Λατσιών της Κύπρου και το δείγμα αποτέλεσαν έφηβοι μαθητές ηλικίας 12 έως 18 ετών. Συνολικά, συμμετείχαν 884 έφηβοι μαθητές με μέσο όρο ηλικίας $14.52 \pm SD 1.68$ (min=12, max=18). Από τα 884 άτομα, τα 358 ήταν αγόρια (42.7%) και τα 506 κορίτσια (57.3%).

Αναλυτικότερα, με την ολοκλήρωση της έρευνας, προέκυψαν τα εξής συμπεράσματα:

- Ο μέσος όρος της ηλικίας έναρξης της χρήσης Η/Υ παρατηρείται στα 8.9 έτη $\pm SD 2.2$ και χρήσης του διαδικτύου στα 10 έτη $\pm SD 2.1$. Στο 55% των περιπτώσεων γνωρίζουν να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο από το στενό οικογενειακό περιβάλλον (αδέρφια-γονείς), 15% από φίλους και μόλις 14% από το σχολικό περιβάλλον. Το 80% χρησιμοποιεί το διαδίκτυο καθημερινά, ενώ σημαντική αναφορά είναι ότι 20% επί των χρηστών, δηλώνει καθημερινή χρήση πάνω από 5 ώρες.
- Το ποσοστό εθισμού επί των χρηστών του διαδικτύου αγγίζει το 16% (7.2% αγόρια και 8.7% κορίτσια, χωρίς στατιστικά σημαντική διαφορά) και το οποίο χαρακτηρίζεται αρκετά υψηλό.
- Οι διαδικτυακές δραστηριότητες των εθισμένων εφήβων ανάλογα με το φύλο είναι, η διαδικτυακή επικοινωνία για τα κορίτσια (ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης, e-mail, chatrooms) και το διαδικτυακά παιχνίδια για τα αγόρια.

Συμπερασματικά με βάση την παραπάνω έρευνα, θα μπορούσε να ειπωθεί πως η διείσδυση του διαδικτύου είναι ταχύτατη μεταξύ των παιδιών και των εφήβων, αλλά δεν συνοδεύεται από αντίστοιχη ταχύτητα διείσδυσης εκπαιδευτικών εφαρμογών του στην σχολική τάξη, στοχεύοντας στη δημιουργική, ηθική και ορθολογική χρήση του μέσου. Αποτέλεσμα αυτής της αναντιστοιχίας είναι η εμπειρική ενασχόληση των παιδιών στη χρήση του διαδικτύου να τα ωθεί στην ανάπτυξη παθολογικών συμπεριφορών προσκόλλησης οι οποίες εκφράζονται με τον

εθισμό στο διαδίκτυο και οι οποίες έχουν σοβαρές συνέπειες ακαδημαϊκής, κοινωνικής, ψυχολογικής και σωματικής φύσης.

3.5 Ερευνητικά αποτελέσματα από τη χρήση διαδικτύου, σε λοιπές χώρες

Ιταλία

Σύμφωνα με έρευνα που διεξήχθη το 2005, οι νέοι (κυρίως αρσενικού γένους) οι οποίοι συνδέονταν στο διαδίκτυο, ήταν ένας στους δέκα, ενώ σε αντίστοιχη έρευνα που πραγματοποιήθηκε το 2012, ο αριθμός των χρηστών του διαδικτύου είχε αυξηθεί σημαντικά, καθώς πλέον συνδέονται επτά στους δέκα, εκ των οποίων το 17% παραμένει συνδεδεμένο για περισσότερες από τρεις ώρες την ημέρα.

Η «Εθνική Έκθεση για την Κατάσταση του Παιδιού», που διεξήχθη το 2012 από Eurispese γραμμή βοήθειας, έθεσε το ερώτημα «Μπορείτε να διαχειριστείτε τη χρήση σας στο διαδίκτυο;». Στο εν λόγω ερώτημα σχεδόν το ήμισυ των εφήβων μεταξύ 12 και 18 ετών (47%) απάντησαν «μερικές φορές », το 14,5% απάντησε «συχνά», ενώ και το 7,2% απάντησε "πάντα". Από το δείγμα της έρευνας, μόνο 30,3% πιστεύει ότι δεν έχει υιοθετήσει εθιστική συμπεριφορά [72].

Βρετανία

Η Βρετανία, χαρακτηρίζεται ως ένα έθνος από διαδικτυακούς τοξικομανείς, καθώς έρευνες που έχουν διεξαχθεί αποδεικνύουν ότι οι ενήλικες ξοδεύουν περισσότερο από 15 ώρες online κάθε εβδομάδα, μέσω του υπολογιστή ή άλλες συσκευές, όπως smartphones, ενώ πριν από 6 έτη σπαταλούσαν 10 ώρες. Η έρευνα αποκάλυψε ότι:

- ❖ Το 59% των ενηλίκων χρηστών του Διαδικτύου έχουν προφίλ σε site κοινωνικής δικτύωσης.
- ❖ Η αύξηση του ποσοστού στηρίζεται κατά κύριο λόγο σε χρήστες μεγαλύτερης ηλικίας, όπως 45 έως 54 ετών, μέρος του «Silver Surfer».
- ❖ Οι ηλικιωμένοι αγόραζαν όλο και περισσότερο, smartphones.

- ❖ Η συνολική εκτιμώμενη εβδομαδιαία χρήση του Διαδικτύου αυξήθηκε κατά μέσο όρο από 14,2 ώρες το 2010 σε 15,1 ώρες το 2011.
- ❖ Η ποικιλία των φορητών συσκευών που διατίθενται για πρόσβαση στο διαδίκτυο, αύξησε τη χρήση του διαδικτύου από 9,4 έως 10,5 ώρες.
- ❖ Τρεις στους δέκα ανθρώπους δήλωσαν ότι ένιωθαν ευτυχείς όταν εισήγαγαν τα στοιχεία της πιστωτικής τους κάρτας στο διαδίκτυο, ενώ το ένα τέταρτο των ανθρώπων που νοσηλεύονται ως εθισμένοι διαδικτυακοί χρήστες, δήλωσαν ότι δεν διαβάζουν τους όρους και τις προϋποθέσεις και τις δηλώσεις προσωπικού απορρήτου στις ιστοσελίδες που επισκέπτονται [73].

Η.Π.Α

Η πρώτη περίπτωση διαδικτυακού «εθισμού», παρουσιάστηκε το 1997, στις Η.Π.Α. Πιο συγκεκριμένα, το Κέντρο Απεξάρτησης λειτούργησε το 1995, στην Πενσυλβάνια των Η.Π.Α., ενώ την ίδια χρονιά ο Νεοϋορκέζος ψυχίατρος Ivan Goldberg, ήταν ο πρώτος που θέσπισε τον όρο Internet addiction («εθισμός» στο Internet) και εξέτασε τις πρώτες περιπτώσεις των Η.Π.Α., όπου αρχικά αφορούσαν σε ενήλικες και στην πορεία των ετών επεκτάθηκαν ραγδαία σε εφήβους και νέους [68].

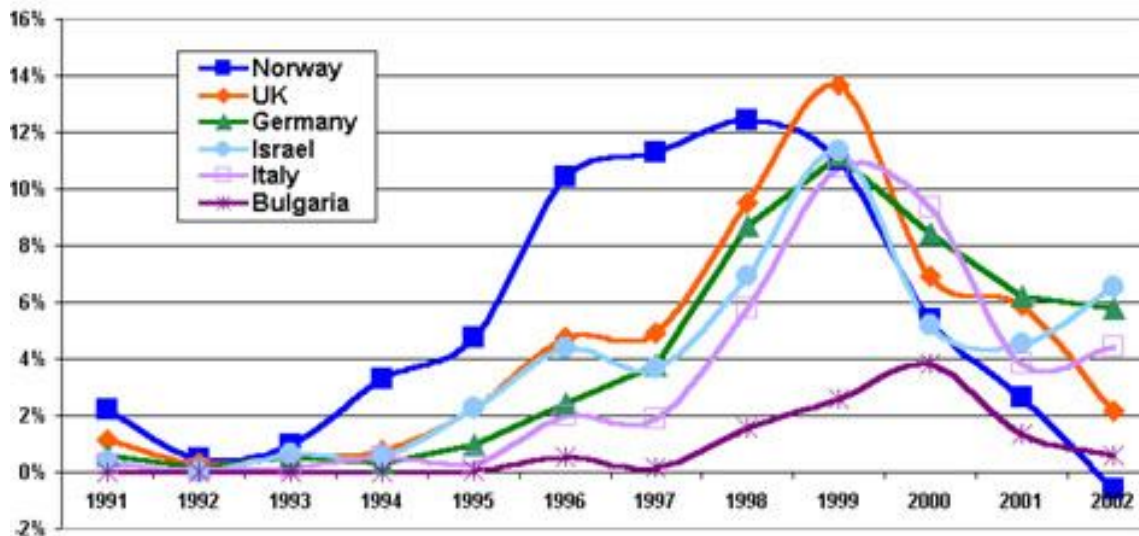
Έρευνες που διεξήχθησαν στις Ηνωμένες Πολιτείες και την Ευρώπη έχουν δείξει ανησυχητικά ποσοστά επικράτησης του διαδικτυακού «εθισμού», με δείκτες μεταξύ 1,5 και 8,2%, ενώ άλλες ερευνητικές εκθέσεις διεξήγαγαν τα ποσοστά, μεταξύ 6% και 18,5% [74].

Κίνα

Σύμφωνα με έρευνες που έχουν διεξήχθη στην Κίνα, το 13% των Κινέζων χρηστών, κάτω των 18, είναι εθισμένοι. Ως κύρια αιτία εξάρτησης στο διαδίκτυο, θεωρείται η οικογένεια, καθώς οι περισσότεροι νέοι χρησιμοποιούν το διαδίκτυο

προκειμένου να ζήσουν μία εικονική πραγματικότητα με ενέργεια, νόημα δράση, στοιχεία τα οποία δεν βρίσκουν εντός τους οικογενειακού περιβάλλοντος.

Σε ένα πρώτο επίπεδο, το Πεκίνο προκειμένου να ελέγξει το φαινόμενο του διαδικτυακού εθισμού, απαγόρευσε το άνοιγμα νέων Internet cafe, ενώ παράλληλα εξετάζει το ενδεχόμενο επιβολής περιορισμών στα βίαια βιντεοπαιχνίδια. 3G αιτία του εθισμού. Ωστόσο, η Κίνα πρόκειται εκτιμάται ότι θα ξεπεράσει τις ΗΠΑ, σε χρήστες διαδικτύου στα επόμενα δύο χρόνια, καθώς ο on line πληθυσμός της Κίνας αυξήθηκε κατά 23,4% και έφθασε στα 137 εκατομμύρια, σύμφωνα ε το Κέντρο Πληροφόρησης διαδικτύου της Κίνας. Για το λόγο αυτό και στο πλαίσιο κάθε δυνατής προσπάθειας ελέγχουν του φαινομένου, η κινεζική κυβέρνηση ίδρυσε το 2004 Κέντρο Απεξάρτησης κατά του εθισμού στο διαδίκτυο στην επαρχία Νταζίνγκ, το οποίο μέχρι τώρα έχει δεχθεί 1.500 ασθενείς, από τους οποίους το 70% απεξαρτήθηκε [75].



Πηγή: www.eurescom.de/e-living/

Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα

Σύμφωνα με την διαιτη μελέτη του καθηγητή Mahboub Hashem, διαπιστώθηκε ότι στα Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα, το ήμισυ των νέων είναι εξαρτημένοι από το διαδίκτυο, καθώς είναι συνδεδεμένη σχεδόν 10 ώρες την ημέρα στο διαδίκτυο, δηλαδή περισσότερο χρόνο από ό, τι θα αφιέρωναν για τον ύπνο τους.

Η μελέτη έλαβε ως δείγμα 638 νέους, ηλικίας 16 έως 25, από σχολεία και πανεπιστήμια των Ηνωμένων Αραβικών Εμιράτων. Ο καθηγητής Mahboub Hashem, λαμβάνοντας υπόψη τα αποτελέσματα της διετούς μελέτης, εκτίμησε ότι οι αριθμοί αναμένεται να αυξηθούν [76].

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4: «ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ, Η ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ & Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΥ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥ»

4.1. Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική θεραπεία

Κατά τη δεκαετία του '50 και του '60, έκανε την εμφάνιση της μία νέα μορφή ψυχοθεραπείας, με την ονομασία "Θεραπεία της Συμπεριφοράς". Η εν λόγω θεραπευτική προσέγγιση, στηριζόταν στην αντιμετώπιση των συμπτωμάτων αυτών καθ αυτών [77].

Από τα τέλη του 1960, ο **Beck**, δημιούργησε τη "**Γνωσιακή Ψυχοθεραπεία**", σύμφωνα με την οποία ο θεραπευτής επικεντρωνόταν στον τρόπο σκέψης του ατόμου/ασθενούς. Η γνωσιακή ψυχοθεραπεία βασίζεται στην αρχή ότι νοητικές λειτουργίες, δηλαδή το νόημα που δίνουμε σε μία κατάσταση, οι σκέψεις που κάνουμε γύρω από αυτή, οι νοητικές εικόνες που σχηματίζουμε, αλλά και οι γενικότερες αντιλήψεις και πεποιθήσεις μας καθορίζουν τη συμπεριφορά μας και τις συναισθηματικές μας αντιδράσεις [77].

Τα τελευταία χρόνια, οι επιστήμονες συνέθεσαν τις ανωτέρω θεραπευτικές προσεγγίσεις, συνδύασαν αρμονικά τα χαρακτηριστικά της εκάστοτε θεραπείας και εισήγαγαν τη "**Γνωσιακή - Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία**". Πρόκειται για μία βραχεία και δομημένη θεραπευτική προσέγγιση, η οποία επικεντρώνεται στην υφιστάμενη / ισχύουσα κατάσταση του ατόμου/ ασθενούς, εστιάζει στο παρόν, επιδιώκοντας την επίλυση των υφιστάμενων προβλημάτων των ανθρώπων. Θα μπορούσε να χαρακτηριστεί και ως εκπαιδευτική θεραπεία, καθώς καθοδηγεί και διδάσκει τους ανθρώπους ώστε να είναι σε θέση να αξιολογούν μόνοι τους τις δυσλειτουργικές τους πεποιθήσεις και να τις τροποποιούν [77].

Η Γνωσιακή – Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία αποτελείται από μια σειρά πειραματικών ψυχολογικών μεθόδων με τη βοήθεια των οποίων μπορούν να μειωθούν ή να εξαλειφθούν αποκλίσεις της συμπεριφοράς (ή ψυχολογικά προβλήματα). Τόσο η ερμηνεία της δημιουργίας και διατήρησης της προβληματικής

συμπεριφοράς όσο και οι μέθοδοι παρέμβασης βασίζονται στην Ψυχολογία της Μάθησης και την Γνωστική Ψυχολογία [78].

Ο βασικός πυρήνας της Γνωσιακής – Συμπεριφοριστικής Ψυχοθεραπείας, αποτελείται από τρεις βασικές αρχές [78]:

- ❖ η γνωσιακή λειτουργία επηρεάζει τη συμπεριφορά,
- ❖ η γνωσιακή λειτουργία μπορεί να ελεγχθεί και να μεταβληθεί
- ❖ οι επιθυμητές αλλαγές στη συμπεριφορά μπορούν να επηρεαστούν από γνωσιακές αλλαγές.

Υπογραμμίζεται ότι η γνωσιακή - συμπεριφοριστική ψυχοθεραπεία, μελετήθηκε αυστηρά από τον κύκλο των επιστημόνων ψυχικής υγείας και πέρασε επιτυχώς τους σχετικούς επιστημονικούς ελέγχους, καθώς αποδείχθηκε άκρως αποτελεσματική.

Κατά κύριο λόγο, εφαρμόζεται σε περιπτώσεις ψυχολογικών προβλημάτων όπως οι διαταραχές που σχετίζονται με το άγχος, την κατάθλιψη, τις διατροφικές διαταραχές, τις διαταραχές προσωπικότητας, τη χρήση ουσιών, τα σωματικά προβλήματα που σχετίζονται με ψυχολογικούς παράγοντες, την παθολογική ενασχόληση με τα τυχερά παιχνίδια, την αντιμετώπιση των ψυχολογικών κρίσεων κ.ά. Δεδομένου ότι και το φαινόμενο του διαδικτυακού εθισμού σχετίζεται με προβλήματα και διαταραχές συμπεριφοράς, προσωπικότητας, κ.λ.π. η «Γνωσιακή - Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία», κρίνεται ως μία εξαιρετική και αποτελεσματική μέθοδος προσέγγισης και υποστήριξης των εθισμένων φίλων του διαδικτύου [77].

Σημαντικό πλεονέκτημα της γνωσιακής συμπεριφοριστικής ψυχοθεραπείας έναντι των άλλων θεραπειών ψυχολογικής υποστήριξης, αφορά στο γεγονός ότι η γνωσιακή δεν επικεντρώνεται στα παιδικά χρόνια. Αντιθέτως, η γνωσιακή δίνει έμφαση στο παρόν, στους στόχους που μπορεί να θέσει ο ασθενής, στις σκέψεις του και γενικότερα στην αναζήτηση των λόγων που ενδεχομένως τον οδήγησαν στην υιοθέτηση μίας εθιστικής συμπεριφοράς [79]. Αυτό ισχύει, διότι η γνωσιακή

συμπεριφοριστική ψυχοθεραπεία, σχετίζεται κατά κύριο λόγο με την επίτευξη των στόχων, για τους οποίους συνεργάζεται ο ασθενής και ο θεραπευτής [79].

Ουσιαστικά, η γνωσιακή συμπεριφοριστική ψυχοθεραπεία, δεν έγκειται σε μία θεραπευτική μέθοδο, αλλά πρόκειται για μία μορφή εκπαίδευσης, στο πλαίσιο της οποίας ο ασθενής μαθαίνει κάποιες τεχνικές, τις οποίες μπορεί να εφαρμόσει στην καθημερινότητα του προκειμένου να προστατευτεί από την επιθυμία αλλά και από άλλες δύσκολές-αγχωτικές καταστάσεις, όπως για παράδειγμα τον αλκοολισμό και την κατάχρηση οινόπνευματος, την επεξεργασία και την αυτοβοήθεια εθισμού οινόπνευματος, την κατάχρηση ναρκωτικών ουσιών και τον εθισμό, τον εθισμό στο Διαδίκτυο (Internet), στο κυβερνοσεξ (cybersex), καθώς και στα τυχερά παιχνίδια και τον τζόγο [79].

Η αποτελεσματική λειτουργία της Γνωσιακής – Συμπεριφοριστικής θεραπείας, αποδείχθηκε και από τη θεωρία του Beck (1976), η οποία υποστήριξε ότι οι σκέψεις καθορίζουν τα συναισθήματα και ότι η εν λόγω θεραπεία δύναται να βοηθήσει το άτομο σχετικά με τη διαταραχή του εθισμού στο Διαδίκτυο, τις σκέψεις, καθώς και τα συναισθήματα τα οποία το αναγκάζουν να χρησιμοποιήσει αλόγιστα τον υπολογιστή με απώτερο σκοπό την ικανοποίηση των προσωπικών του αναγκών [80].

4.2. Ολιστική θεραπεία

Η ολιστική προσέγγιση, έγκειται σε μία θεραπεία η οποία στηρίζεται στο τρίπολο, ψυχή, σώμα, πνεύμα. Μέσω της ολιστικής προσέγγισης, κάθε άτομο έχει τη δυνατότητα να γνωρίσει :

- ❖ Το σώμα του και έχει τη δυνατότητα να το φροντίζει ώστε να προλαμβάνει ή να θεραπεύει την ασθένεια.
- ❖ Το πνεύμα του, αξιοποιώντας το χρόνο ώστε να σκεφτεί και να κρίνει τι συμβαίνει γύρω του.
- ❖ Την ψυχή του. Μαθαίνει να νιώθει και εκφράζει τα συναισθήματά του.

Ως όρος, η **Ολιστική Ψυχοθεραπεία**, χρησιμοποιείται για να περιγράψει την εφαρμογή των εναλλακτικών θεραπειών, στην αντιμετώπιση των ψυχικών διαταραχών.

Η Ολιστική προσέγγιση, δεν στοχεύει μονάχα στην αντιμετώπιση μίας ψυχικής νόσου, όπως είναι ο διαδικτυακός εθισμός, αλλά παρέχει στο άτομο τη δυνατότητα και τα μέσα, για την επίτευξη μίας ουσιαστικής εσωτερικής αλλαγής. Μέσα από την Ολιστική Ψυχοθεραπεία ο άνθρωπος μαθαίνει να αξιοποιεί τις δυνατότητες του δημιουργικά, ενισχύει την ικανότητά του να λειτουργεί αρμονικά στον κόσμο και πραγματοποιεί τα βήματα προς τη μεγάλη εσωτερική ελευθερία [81].

Με την εφαρμογή της Ολιστικής Ψυχοθεραπείας, επιτυγχάνεται μία ισορροπία Σώματος – Πνεύματος – Νου και εφαρμόζεται σε περιπτώσεις οι οποίες εμφανίζουν [81]:

- ❖ Ιδεοψυχαναγκαστικές Διαταραχές (Εμμονές)
- ❖ Διαταραχές Συμπεριφοράς
- ❖ Άγχος
- ❖ Φοβίες
- ❖ Πανικός
- ❖ Κατάθλιψη
- ❖ Σεξουαλικές Διαταραχές
- ❖ Αϋπνία
- ❖ Χρόνια Κόπωση κ.ά.

4.3. Ομαδική θεραπεία

Πρόκειται για μία ψυχοθεραπευτική μέθοδο, η οποία εφαρμόζεται σε ομάδες από πέντε έως δεκαπέντε ατόμων. Ειδικός ψυχοθεραπευτής ηγείται και καθοδηγεί την ομάδα. Τα μέλη της ομάδας ανατροφοδοτούν ο ένας τον άλλο, εκφράζοντας τα δικά τους συναισθήματα για όσα εκδηλώνει κάθε μέλος της ομάδας. Η εν λόγω επικοινωνιακή αλληλεπίδραση, παρέχει σε όλα τα μέλη της ομάδας τη δυνατότητα να

δοκιμάσουν καινούριους τρόπους συμπεριφοράς και να μάθουν περισσότερα για τον τρόπο με τον οποίο αλληλεπιδρούν με τους άλλους [82].

Αξίζει να σημειωθεί ότι η θεραπευτική ομάδα, είναι ένα κλειστό και ασφαλές σύστημα, εντός του οποίου, οποιαδήποτε πληροφορία μεταδίδεται, είναι άκρως εμπιστευτική [82].

Οι πρώτες συνεδρίες συνήθως, διασφαλίζουν την εμπιστοσύνη ανάμεσα στα μέλη της ομάδας. Από τη στιγμή που εδραιώνεται η εμπιστοσύνη, στις επόμενες συνεδρίες τα μέλη μπαίνουν στη διαδικασία να κατανοήσουν τον εαυτό τους, τις πράξεις τους, τη συμπεριφορά τους, με απώτερο στόχο να αρχίσουν να αντιμετωπίζουν τα προσωπικά τους ζητήματα [82].

Κάτω από την ικανή καθοδήγηση ενός ομαδικού θεραπευτή, η ομάδα είναι σε θέση να προσφέρει υποστήριξη, εναλλακτικές λύσεις ή να αντιμετωπίσει το άτομο με ευγένεια. Έτσι, με αυτό τον τρόπο, η δυσκολία λύνεται, μαθαίνονται εναλλακτικές συμπεριφορές, και το άτομο αναπτύσσει καινούργιες κοινωνικές δεξιότητες ή τρόπους για να σχετίζεται με τους ανθρώπους [82].

Κατά τη διάρκεια της ομαδικής θεραπείας, οι άνθρωποι αρχίζουν να βλέπουν ότι δεν είναι μόνοι τους. Πολλοί άνθρωποι αισθάνονται ότι είναι μοναδικοί εξαιτίας των προβλημάτων τους, και είναι ενθαρρυντικό γι' αυτούς να ακούνε ότι και άλλοι άνθρωποι έχουν παρόμοιες δυσκολίες. Μέσα στο κλίμα εμπιστοσύνης που υπάρχει στην ομάδα, οι άνθρωποι αισθάνονται ελεύθεροι να ενδιαφερθούν και να βοηθήσουν ο ένας τον άλλο. Σημαντικά οφέλη τα οποία απολαμβάνουν τα μέλη των θεραπευτικών ομάδων [82]:

- ❖ Εξερευνούν θέματα σε ένα διαπροσωπικό επίπεδο, κάτι που αντανάκλα με μεγαλύτερη ακρίβεια την πραγματική ζωή.
- ❖ Η ομάδα δίνει την ευκαιρία για παρατήρηση των διαπροσωπικών ικανοτήτων.
- ❖ Η ομάδα δίνει την ευκαιρία σε κάθε μέλος της και να συμμετέχει ενεργά αλλά και να παρατηρεί.

- ❖ Μέσα στην ομάδα το κάθε μέλος έχει την ευκαιρία να πάρει και να δώσει άμεση ανατροφοδότηση για ανησυχίες, θέματα και προβλήματα που επηρεάζουν τη ζωή και
- ❖ Τα μέλη της ομάδας ωφελούνται με το να εργάζονται πάνω στα προσωπικά τους θέματα μέσα σε μια υποστηρικτική, εμπιστευτική ατμόσφαιρα και βοηθώντας τους άλλους να εργάζονται μέσω αυτών.



Πηγή: www.google.gr

Αξίζει να σημειωθεί όμως ότι καμία θεραπευτική προσέγγιση, δεν αποδεικνύεται αποτελεσματική, ένα αρχικά δεν εκπαιδευτεί η οικογένεια, αλλά και το στενό περιβάλλον του ατόμου που έχει εθιστεί στο διαδίκτυο. Συνεπώς, είναι σημαντικό, σε πρώτο επίπεδο, η θεραπεία να εφαρμοσθεί στο περιβάλλον του ατόμου.

4.4. Παρουσίαση Κλινικών περιστατικών

Περίπτωση Α:

Έφηβος, 15 ετών, μαθητής Γ Γυμνασίου, με έντονες μαθησιακές δυσκολίες, οριακή σχολική επίδοση και οριακό αριθμό απουσιών στο σχολείο, δύο επεισόδια αυτοακρωτηριασμού της γλώσσας που χρειάστηκε ιατρική παρέμβαση (με πλήρη οργανικό έλεγχο αρνητικό και σχετίστηκε με το έντονο άγχος που βίωνε στα πλαίσια της έντασης του παιχνιδιού) και πολύωρη ενασχόληση με on-line games 30 ως 35 ώρες την εβδομάδα, προσήλθε στο Ειδικό ιατρείο για διερεύνηση εθισμού.

Ο έφηβος είναι πρώτο παιδί διεζευγμένων γονέων από τριετίας, ανώτατης εκπαίδευσης, μέτριας οικονομικής κατάστασης και κατοικεί σε μεγάλο αστικό κέντρο.

Από την κλινική εκτίμηση προέκυψε οριακή νοημοσύνη ($\Delta N.=78$ WISC-III), διαταραχή τικ, παθολογική προσκόλληση στη μητέρα και έντονο άγχος αποχωρισμού με βάση τα κριτήρια του DSM-IV-TR και εθισμός στο διαδίκτυο (κλίμακα YDQ > 5 θετικές κριτήρια και κλίμακα Κ.Ε.ΕΦ.Υ. =61).

Η υπερβολική ενασχόληση με τα on-line games ξεκινά από τριετίας, τρεις μήνες μετά την εγκατάσταση ευρυζωνικής σύνδεσης ADSL υψηλής ταχύτητας. Η χρήση των on-line games γίνεται από το σπίτι και τα internet café. Θεραπευτικά εφαρμόστηκε πρόγραμμα γνωστικό – συμπεριφορικής ψυχοθεραπευτικής παρέμβασης 16 εβδομαδιαίων συνεδριών από Φεβρουάριο ως Ιούνιο 2009 με στόχο την ανίχνευση των διαστρεβλωμένων γνωσιών και τη γνωσιακή αναδόμηση τους, την προώθηση ενός πιο ισορροπημένου και προσαρμοστικού τρόπου σκέψης και την ανάκτηση του ελέγχου της χρήσης του διαδικτύου μέσα από μια σειρά από συμπεριφορικές στρατηγικές. Παράλληλα το άγχος αποχωρισμού και η υπερβολική προσκόλληση στη μητέρα αντιμετωπίστηκε με συμπεριφορικές τεχνικές απευαισθητοποίησης, ενώ έγινε και συμβουλευτική παρέμβαση στους εκπαιδευτικούς του σχολείου για τα μαθησιακά προβλήματα που αντιμετωπίζει. Η

αποτελεσματικότητα της παρέμβασης αξιολογήθηκε σε follow-up μετά από τρεις μήνες όπου η χρήση των on-line games περιορίστηκε σε 2h/ ημέρα και η επαναξιολόγηση με τις κλίμακες YDQ=1 θετικά κριτήρια (ήπια χρήση) και Κ . Ε . ΕΦ.Υ= 43 (μέτρια χρήση). Για την αποφυγή των υποτροπών προγραμματίστηκε επαναξιολόγηση σε 6 μήνες [83].

Περίπτωση Β:

Έφηβος 15 ετών μαθητής Γ ' Γυμνασίου, με σημαντική σχολική έκπτωση και απώλεια της σχολικής χρονιάς λόγω απουσιών, ένα επεισόδιο αυτοακρωτηριασμού του άνω χείλους που χρειάστηκε ιατρική παρέμβαση (με πλήρη οργανικό έλεγχο αρνητικό και σχετίστηκε με το έντονο άγχος που βίωνε στα πλαίσια της έντασης του παιχνιδιού), έντονες ενδοοικογενειακές συγκρούσεις και πολύωρη ενασχόληση με on-line games 16 ώρες την ημέρα, προσήλθε στο Ειδικό ιατρείο για διερεύνηση εθισμού στο διαδίκτυο.

Ο έφηβος είναι το μόνο παιδί, γονέων με σοβαρά συζυγικά προβλήματα, τεχνικής εκπαίδευσης, πολύ καλής οικονομικής κατάστασης που πηγαίνει σε ιδιωτικό σχολείο και κατοικεί σε μεγάλο αστικό κέντρο. Η υπερβολική ενασχόληση με τα videogames αρχικά ξεκινά από την Α' Δημοτικού, όπου έπαιζε με τον πατέρα του και η συμπεριφορά αυτή ενισχύθηκε από τους γονείς. Η χρήση των on-line games γίνεται στο σπίτι.

Από την κλινική εκτίμηση προέκυψε υψηλή βαθμολογία στην υποκλίμακα της κατάθλιψης στο SCL-0- σε γενική διερεύνηση ψυχοπαθολογίας , η οποία ενισχύθηκε με τη χρήση του CDI (συνολικό σκορ 23). Η κλινική εικόνα της κατάθλιψης επιβεβαιώνεται με τα κριτήρια του DSM-IV-TR και ο εθισμός στο διαδίκτυο με τις κλίμακες (κλίμακα YDQ= 8 θετικά κριτήρια και κλίμακα Κ.Ε.ΕΦ.Υ. =56). Στο ιστορικό της διαταραχής αναφέρονται συχνές μεταμεσονύκτιες

συνδέσεις και αντιστροφή του ύπνου , κοινωνική απόσυρση και απομόνωση στο δωμάτιό του, αύξηση του σωματικού βάρους κατά 30 κιλά σε οκτώ μήνες , ευερεθιστότητα και επιθετική συμπεριφορά κυρίως προς τη μητέρα, έκπτωση γνωστικών λειτουργιών (εξασθένηση μνήμης, αδυναμία συγκέντρωσης, βραδυψυχισμός). Θεραπευτικά χορηγήθηκε φαρμακευτική αγωγή με φλουοξετίνη στα 30mg/ημέρα για την αντιμετώπιση της συννοσηρής κατάθλιψης και ένα μήνα μετά, πρόγραμμα γνωστικό - συμπεριφορικής ψυχοθεραπευτικής παρέμβασης 16 εβδομαδιαίων συνεδριών. Ήδη από τον πρώτο μήνα η χρήση των διαδικτυακών παιχνιδιών μόνο με την φαρμακευτική αγωγή μειώθηκε στις 4h/ ημέρα. Ο ασθενής στη παρούσα φάση βρίσκεται ακόμη σε θεραπεία [83].

4.5. Η θεραπεία της «οικογένειας» των εθισμένων χρηστών του διαδικτύου

Το φαινόμενο του Εθισμού στο Διαδίκτυο, εμφανίζεται τις περισσότερες φορές, όταν οι γονείς δεν είναι σε θέση να ελέγξουν ορθά και αποτελεσματικά τη χρήση του διαδικτύου των παιδιών τους. Στην πραγματικότητα, η πλειοψηφία των γονιών είτε δεν γνωρίζουν, είτε δεν επιθυμούν να ασχοληθούν με το διαδίκτυο και με την νέα τεχνολογία. Με τον τρόπο αυτό, αφ' ενός αδιαφορούν για τις δραστηριότητες των παιδιών τους και αφ' ετέρου δεν μπορούν να τις ελέγξουν, με αποτέλεσμα πολύ συχνά να χάνονται οι ισορροπίες αναφορικά με τη χρήση των νέων τεχνολογιών και του διαδικτύου και μεγάλο μέρος των εφήβων να οδηγούνται στην υιοθέτηση μίας εθιστικής συμπεριφοράς.

Η διαδικασία της πρόληψης και της έγκαιρης αντιμετώπισης του εθισμού στο Διαδίκτυο, στηρίζεται στην σύμπραξη των γονιών και γενικότερα της οικογένειας. Πιο συγκεκριμένα:

- ❖ Οι γονείς πρέπει κάποιες φορές να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο μαζί με το παιδί τους, ώστε να του δίνουν τις απαραίτητες συμβουλές, ενώ η εγκατάσταση κάποιων φίλτρων στον υπολογιστή μπορεί να αποτρέψει την εμφάνιση ακατάλληλων για το παιδί ιστοσελίδων.

- ❖ Ο υπολογιστής θα πρέπει να βρίσκεται σε κοινόχρηστο χώρο και όχι στο δωμάτιο του παιδιού, ώστε να μπορούν οι γονείς να ελέγχουν με διακριτικό τρόπο την δραστηριότητα του παιδιού στο διαδίκτυο.
- ❖ Οι γονείς θα πρέπει να συζητούν για τις διαδικτυακές πλοηγήσεις του παιδιού τους και να ελέγχουν τις ιστοσελίδες που επισκέπτεται και με ποια άτομα συνομιλεί και ανταλλάσει πληροφορίες.
- ❖ Οι γονείς πρέπει να είναι σε συνεχή επαφή με τα παιδιά τους και να μπορούν να κρίνουν αν το παιδί τους κινδυνεύει να εθιστεί στο διαδίκτυο με την βοήθεια ειδικών συμβουλευτικών κέντρων.
- ❖ Ο γονιός πρέπει να αντιληφθεί ότι χρειάζεται να αναζητήσει ορθές πληροφορίες και καθοδήγηση από ειδικούς, ώστε το παιδί να κάνει σωστή και ασφαλή χρήση του διαδικτύου και των βιντεοπαιχνιδιών.

Οι συμβουλές που παρέχονται, από ειδικές θεραπευτικές μονάδες, προς τους γονείς αφορούν στην:

- ❖ Αφιέρωση χρόνου στο διαδίκτυο με τα παιδιά.
- ❖ Τοποθέτηση χρονικών ορίων.
- ❖ Έλεγχος των ιστοσελίδων που επισκέπτεται το παιδί και των συνομιλιών των.
- ❖ Χρήση ειδικών φίλτρων για επιβλαβείς ιστοσελίδες.
- ❖ Συζήτηση για τους κινδύνους.
- ❖ Δημιουργία λίστα από πράγματα που θα μπορούσε να κάνει το παιδί αντί να σπαταλάει τον χρόνο του στον ηλεκτρονικό υπολογιστή ή τα βιντεοπαιχνίδια.
- ❖ Ενθάρρυνση άλλων δραστηριοτήτων.
- ❖ Τοποθέτηση του υπολογιστή σε κοινόχρηστο χώρο και όχι στο δωμάτιό του.

Λαμβάνοντας υπόψη όλα τα ανωτέρω, γίνεται αντιληπτό πώς η κύρια αιτία εμφάνισης διαδικτυακής εθιστικής χρήσης, έγκειται στην ανοχή και στην άγνοια των γονιών. Συνεπώς, η σημαντικότερη προσπάθεια στη διαδικασία αντιμετώπισης μίας διαδικτυακής εθιστικής συμπεριφοράς, θα πρέπει να ξεκινήσει αρχικά από την πηγή δημιουργίας του προβλήματος, δηλαδή από την οικογένεια και γενικότερα του

στενού περιβάλλοντος του ατόμου. Η θεραπευτική αντιμετώπιση των διαγνωσμένων περιπτώσεων εθισμού στο διαδίκτυο γίνεται με:

- ❖ Συμβουλευτική παρέμβαση στον έφηβο και στην οικογένεια.
- ❖ Ειδικό εξατομικευμένο πρόγραμμα περιορισμού της υπερβολικής χρήσης.
- ❖ Εκμάθησης ενός ορθολογικότερου τρόπου χρήσης των νέων τεχνολογιών από τον έφηβο.
- ❖ Γνωστικο-συμπεριφορική ψυχοθεραπευτική παρέμβαση.
- ❖ Φαρμακοθεραπεία. σε πολύ σοβαρές περιπτώσεις όπου μπορεί να συνυπάρχει αυτοκτονικός ιδεασμός και καταθλιπτική διαταραχή, καθώς και συμπτώματα καχεξίας εξαιτίας της συνεχόμενης πολυήμερης ενασχόλησης με το διαδίκτυο (π.χ διαδικτυακά παιχνίδια) υπάρχει η δυνατότητα ενδο-νοσοκομειακής νοσηλείας στην παιδοψυχιατρική κλινική.
- ❖ Αν κριθεί αναγκαίο, ενδέχεται να ακολουθηθεί και μια περισσότερο επιστημονική-ιατρική θεραπευτική αγωγή.

4.6. Ο Ρόλος του Κοινωνικού Λειτουργού

«Η κοινωνική εργασία είναι μία υπηρεσία η οποία παρέχεται από έναν άνθρωπο, τον κοινωνικό λειτουργό, προς ένα ή περισσότερα άτομα προκειμένου να αντιμετωπίσουν ικανοποιητικά τις δυσκολίες που συναντούν στα πλαίσια της ατομικής ή της συλλογικής τους ζωής» [84].

Ο ρόλος του Κοινωνικού Λειτουργού, στην διαδικασία αντιμετώπισης του διαδικτυακού εθισμού, είναι πολυδιάστατος. Αναπτύσσει μια σύνθετη δραστηριότητα, πολυεπίπεδη, καθώς διαθέτει πληθώρα ρόλων, όπως:

- ❖ Συμβουλευτικό
- ❖ Υποστηρικτικό
- ❖ Καθοδηγητικό
- ❖ Μεσολαβητικό
- ❖ Παρακινητικό

❖ Συνηγόρου

❖ Διαχειριστή περιπτώσεων

Κατά τον Τσίτουρα [85], ο ρόλος του Κοινωνικού Λειτουργού, είναι περισσότερο υποστηρικτικός, ως προς την προσπάθεια του θεραπευόμενου να διατηρήσει την αποχή του, όπως χαρακτηριστικά αναφέρει στο βιβλίο του «Φροντίδα για την οικογένεια». Ωστόσο, ο Σταθόπουλος, σημειώνει ότι ο κοινωνικός λειτουργός υποβοηθά, ενδυναμώνει, προωθεί τόσο τα ίδια τα άτομα, όσο και τις οικογένειές τους, τις ομάδες, τις κοινότητες, στη βελτίωση της κοινωνικής τους λειτουργικότητας [86].

Η κοινωνική εργασία αφορά σε μεγάλο βαθμό μία διαδικασία η οποία θα πρέπει αρχικά να πραγματοποιείται «πρόσωπο με πρόσωπο», να υπάρχει μία αλληλεπίδραση του Κοινωνικού λειτουργού με το θεραπευόμενο [87]. Για το λόγο αυτό, αρχικά ο Κοινωνικός λειτουργός έρχεται σε επαφή με τον θεραπευόμενο, τον οποίο προσπαθεί να προσεγγίσει με ατομικές συνεντεύξεις. Ο σύμβουλος-κοινωνικός λειτουργός προσπαθεί να κατανοήσει την προσωπική αλήθεια του ατόμου, το πώς εκείνο αντιλαμβάνεται την πραγματικότητα μέσα από την προσεκτική ακρόαση της αφήγησής του, ενώ συντελεί στην απόκτηση βαθιάς γνώσης του εαυτού, της κοινωνικής πραγματικότητας, των δυνατοτήτων και των παρεχόμενων ευκαιριών. Μέσα από την κριτική συνειδητοποίηση το άτομο μπορεί να οδηγηθεί στον εκ νέου προσδιορισμό της πραγματικότητας και στην ανάληψη δράσης που θα επιφέρει την αλλαγή. Εν συνεχεία ο θεραπευόμενος, έχει τη δυνατότητα εάν το επιθυμεί, να συνεχίσει την θεραπευτική διαδικασία ανεξάρτητος στο πλαίσιο ομάδας. Κύριος στόχος ωστόσο του Κοινωνικού λειτουργού, ανεξαρτήτως της μορφής που θα λάβει η θεραπευτική διαδικασία, είναι να βοηθήσει, να κατευθύνει τον θεραπευόμενο, επιδιώκοντας ουσιαστικά την αφύπνιση και την κινητοποίηση του.

Σημαντικό παράγοντα στην επιτυχή έκβαση της θεραπευτικής διαδικασίας, κατέχουν οι βασικές αρχές, στις οποίες οφείλει να στηρίζεται ο κοινωνικός λειτουργός και οι οποίες αφορούν στην ατομικότητα, στην εχεμύθεια, στην αποδοχή του άλλου, στην υιοθέτηση μη κριτικής στάσης, στην ελεγχόμενη συναισθηματική εμπλοκή, στην σκόπιμη έκφραση συναισθημάτων, καθώς και στην παροχή

δυνατότητας αυτοδιαχείρισης από τον εξυπηρετούμενο και αυτοδιάθεσης [87]. Ο κοινωνικός λειτουργός, παράλληλα με τη διαδικασία απεξάρτησης του θεραπευόμενου, θα πρέπει να εντάξει σε συμβουλευτικό – θεραπευτικό πρόγραμμα και τα του οικογενειακού περιβάλλοντος του εθισμένου διαδικτυακού χρήστη, καθώς για το επιτυχές αποτέλεσμα της διαδικασίας απεξάρτησης, σημαντικό ρόλο κατέχει το υγιές περιβάλλον στο οποίο θα διαβιώνει, κατά τη διαδικασία επανένταξης στην καθημερινότητα.

Αξίζει να υπογραμμίσουμε, ότι το στάδιο επανένταξης του θεραπευόμενου είναι εξίσου καθοριστικής σημασίας και ο ρόλος του κοινωνικού λειτουργού επίσης. Στο στάδιο της κοινωνικής επανένταξης, ο θεραπευόμενος πλέον θα πάψει να είναι προστατευόμενος και θα καλείται να ξεκινήσει μία ζωή με νέες συνιστώσες, μία καθημερινότητα, στην οποία το άτομο θα πρέπει να απολαμβάνει νέες εξωσχολικές δραστηριότητες και καινούργια ενδιαφέροντα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5: «ΕΡΕΥΝΑ»

5.1. Κύριος σκοπός

Κύριος σκοπός της ερευνητικής μελέτης ήταν: η προσέγγιση του επιπέδου του διαδικτυακού εθισμού από μαθητές Λυκείου, στο κέντρο του Ηρακλείου. Για την επίτευξη του παραπάνω κύριου σκοπού μελετήθηκαν ορισμένοι παράμετροι, όπως:

- ✓ Οι δραστηριότητες με τις οποίες ασχολούνται οι νέοι / έφηβοι κατά τη διάρκεια χρήση του Η/Υ.
- ✓ Ο βαθμός στον οποίο επηρεάζεται η καθημερινότητα τους, οι δραστηριότητες τους και οι κοινωνικές τους επαφές.
- ✓ Τα συναισθήματα που βιώνουν, κατά τη διάρκεια χρήσης του διαδικτύου και αντίστοιχα όταν βρίσκονται εκτός σύνδεσης.

5.2. Μεθοδολογικό πλαίσιο

Η παρούσα ερευνητική προσέγγιση αποτελεί μια έρευνα «πεδίου-επισκόπησης» όπως αναφέρεται στην ερευνητική μεθοδολογία των κοινωνικών επιστημών και ανήκει στις επιλογές της ποσοτικής έρευνας.

Ως μέσο συλλογής δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο. Το ερωτηματολόγιο είναι δομημένο με ερωτήσεις τόσο κλειστού τύπου, όσο και ανοικτού.

Οι ερωτήσεις κλειστού τύπου:

- Προσφέρονται για στατιστική ανάλυση και ανίχνευση.
- Μπορούν να καλύψουν ένα ευρύ φάσμα απόψεων.
- Είναι σύντομες και συνήθως είναι κατανοητές ώστε να δίνουν απαντήσεις εύκολες για κωδικοποίηση.

Αντίστοιχα, οι ερωτήσεις ανοικτού τύπου αφήνουν των ερωτηθέντα να εκφράσει ευκολότερα τις απόψεις του, χωρίς να περιορίζεται.

Η διαδικασία συμπλήρωσης του ερωτηματολογίου απαιτούσε περίπου 10λεπτά. Το βασικό μεθοδολογικό εργαλείο, το οποίο επιλέχθηκε για τη διεξαγωγή της έρευνας, είναι ένα ανώνυμο ερωτηματολόγιο, το οποίο απευθυνόταν σε μαθητές Λυκείου. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε την περίοδο Απριλίου – Μαΐου 2013. Τα ερωτηματολόγια διανεμήθηκαν σε δύο Λύκεια της πόλεως του Ηρακλείου και απαντήθηκαν από 103 μαθητές της Α, Β και Γ Λυκείου, από σχολεία του Κέντρου της πόλεως του Ηρακλείου.

Το ερωτηματολόγιο, αρχικά εξέτασε ορισμένα δημογραφικά στοιχεία, όπως τη σχολική τάξη και το φύλο. Εν συνεχεία, περιελάμβανε 21 ερωτήματα από τα οποία, τα 20 ερωτήματα ήταν κλειστού τύπου, στα οποία οι ερωτώμενοι είχαν τη δυνατότητα να εκφράσουν την άποψη τους, μέσω διαβαθμισμένων απαντήσεων (τύπου πολλαπλής επιλογής ή κλίμακας Likert 5 σημείων), ενώ το 1 ερώτημα ήταν ανοικτού τύπου.

Για την επίτευξη των στόχων αλλά και τη διερεύνηση των υποθέσεων της συγκεκριμένης έρευνας χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος του γραπτού ερωτηματολογίου, η επιλογή της οποίας έγινε με τα παρακάτω κριτήρια:

- ✓ Η μέθοδος αυτή στηρίζει επαρκώς έρευνες πεδίου/επισκόπησης.
- ✓ Τα άτομα που συμμετέχουν στην έρευνα απαντούν απρόσωπα, ανώνυμα και εύκολα (ιδιαίτερα όταν το ερωτηματολόγιο έχει τη μορφή της κλίμακας Likert).
- ✓ Παρέχεται αρκετός χρόνος στα “υποκείμενα” της έρευνας να σκεφτούν πριν απαντήσουν στις ερωτήσεις.
- ✓ Η μέθοδος διευκολύνει τη στατιστική ανάλυση και επεξεργασία των δεδομένων με τη χρήση προγράμματος στατιστικής επεξεργασίας (spss).
- ✓ Η συλλογή των στοιχείων γίνεται γρήγορα και εύκολα.
- ✓ Η μέθοδος δίνει τη δυνατότητα συλλογής μεγάλου αριθμού πληροφοριών σε σύντομο χρονικό διάστημα.

Ωστόσο, η παραπάνω μέθοδος αριθμεί και ορισμένα μειονεκτήματα όπως, οι πιθανόν ανακριβείς απαντήσεις, οι στάσεις των υποκειμένων της έρευνας, η εξιδανίκευση των απαντήσεων, η έλλειψη αυθορμητισμού και ο περιορισμός των υποκειμένων της έρευνας σε συγκεκριμένες απαντήσεις.

Χωρίς να αγνοούνται οι περιορισμοί αυτοί, η μέθοδος του ερωτηματολογίου μπορεί να επιφέρει έγκυρα και αξιόπιστα ερευνητικά πορίσματα εφόσον τηρηθούν σωστά οι διαδικασίες χορήγησης του, συλλογής και επεξεργασίας των στοιχείων που προκύπτουν.

5.3. Θεματικοί Άξονες

Το ερωτηματολόγιο στηρίχθηκε σε δύο θεματικούς άξονες:

1ος Θεματικός Άξονας: Η χρήση του διαδικτύου.

2ος Θεματικός Άξονας: Η επιρροή που ασκεί η χρήση του διαδικτύου, στην καθημερινότητα του χρήστη.

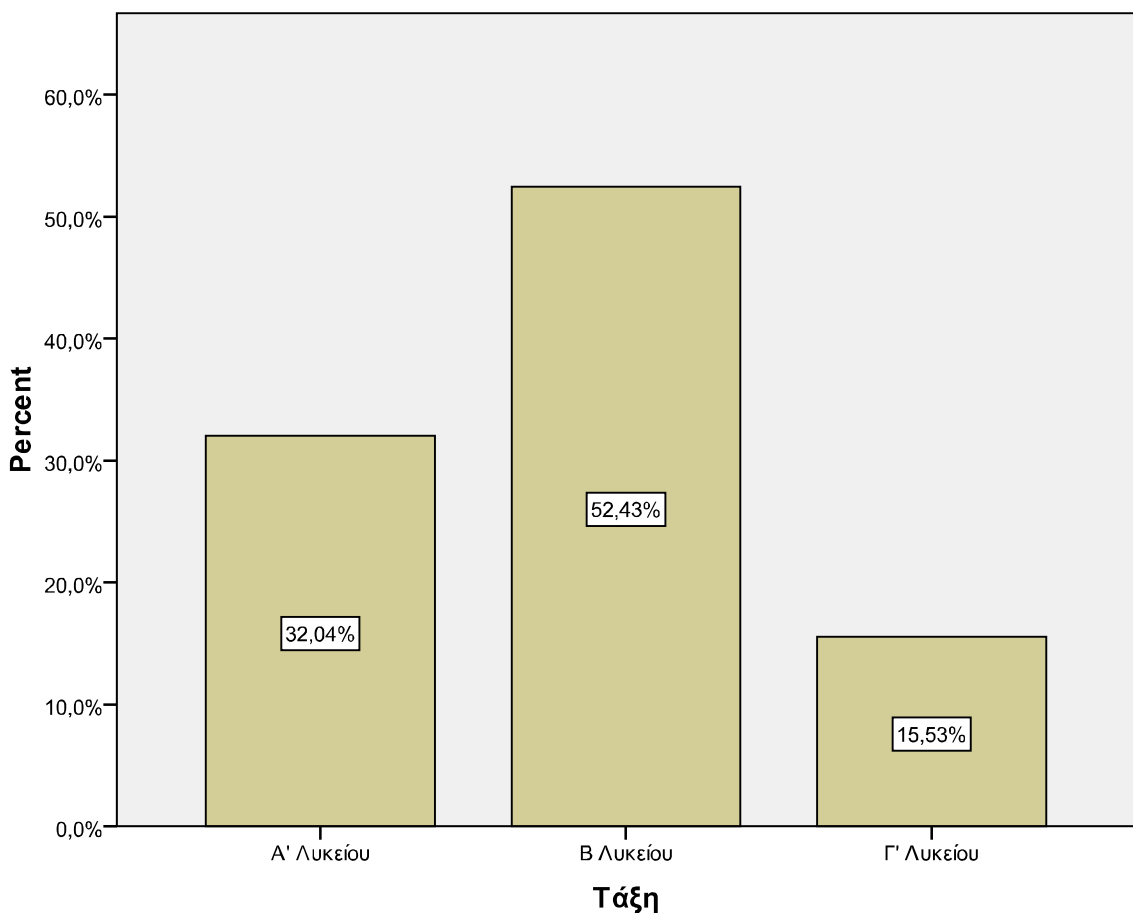
5.4. Ανάλυση Στοιχείων

Η ανάλυση στοιχείων πραγματοποιήθηκε με τη χρήση του λογισμικού SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), έπειτα από τη συλλογή τους και ταξινόμηση τους κατά το δοκούν. Μέσω αυτού του λογισμικού, πραγματοποιήθηκε μια συσχέτιση Pearson, καθώς και αναλύσεις πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης και ανάλυση διακύμανσης (ANOVA).

5.5 Δημογραφικά στοιχεία του δείγματος

Η έρευνα διεξήχθη σε 103 άτομα, αγόρια και κορίτσια των τριών τάξεων του Ενιαίου Λυκείου, τα οποία κλήθηκαν να απαντήσουν το ερωτηματολόγιο, το οποίο διανεμήθηκε προσωπικά στον καθένα.

Όπως φαίνεται στο Διάγραμμα 1, η πλειοψηφία των ερωτηθέντων προέρχονταν από τη Β' Λυκείου (52,43%), ενώ ακολουθούσαν οι μαθητές της Α' Λυκείου και τέλος, οι μαθητές της Γ' Λυκείου, οι οποίοι συγκέντρωσαν ένα ποσοστό της τάξης του 15,53% (μόλις 16 άτομα).

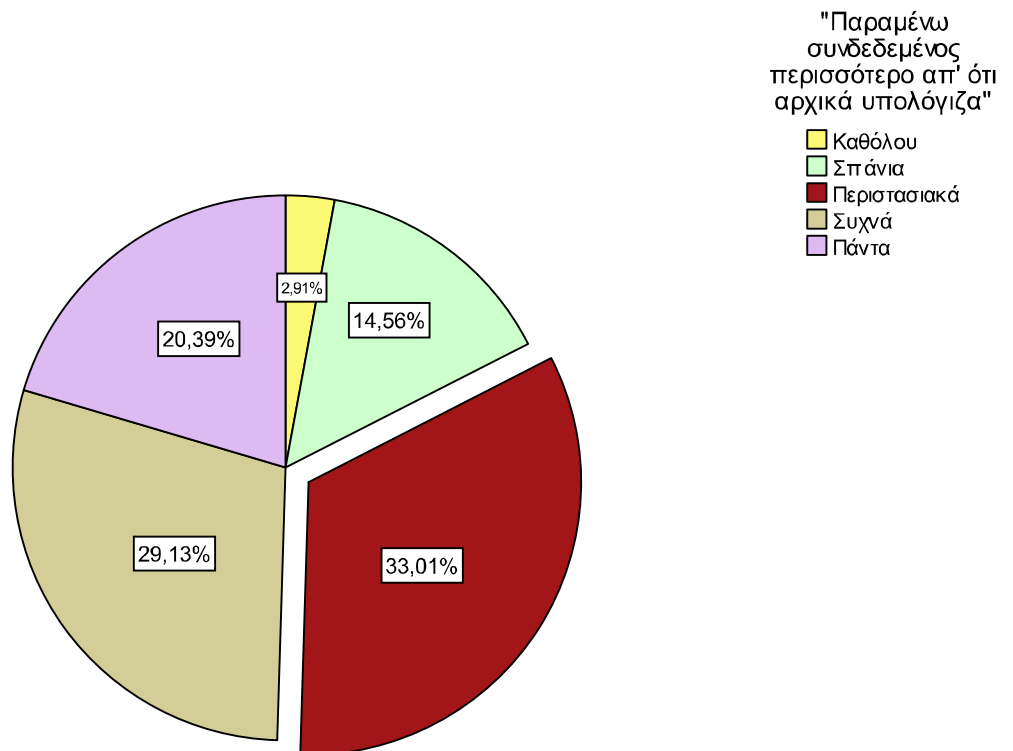


Διάγραμμα 1: Τάξη

Σχετικά με την αναλογία των δυο φύλων, σημειώνεται ότι τα δυο φύλα κατανέμονται περίπου ισόποσα στο σύνολο του δείγματος, καθώς το 53,4% είναι αγόρια και το υπόλοιπο 46,6% είναι κορίτσια (Πίνακας 1 Παραρτήματος).

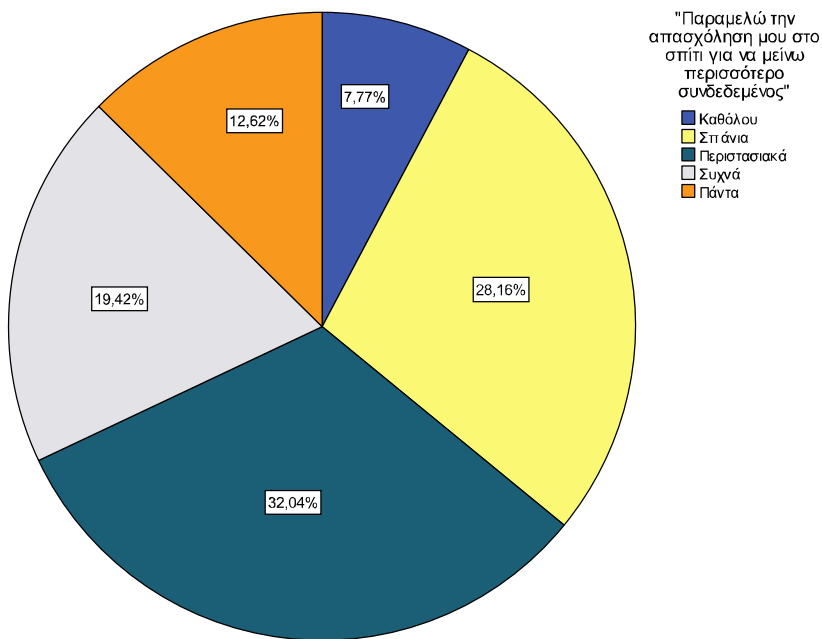
5.6 Αποτελέσματα της έρευνας

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας, το 33% του δείγματος της έρευνας περιστασιακά διαπιστώνει ότι παραμένει σε σύνδεση με τον υπολογιστή, περισσότερο απ' ότι αρχικά σκόπευε, ενώ το αμέσως επόμενο ποσοστό (29,1%) δηλώνει ότι κάτι τέτοιο συμβαίνει συχνά. Βέβαια, σημαντικό για το μέγεθος του δείγματος είναι και το ποσοστό των ατόμων εκείνων που δηλώνουν ότι πάντα παραμένουν συνδεδεμένοι περισσότερο απ' ότι αρχικά σκόπευαν (Διάγραμμα 2).



Διάγραμμα 2: Παραμένω συνδεδεμένος περισσότερο απ' ότι αρχικά υπολόγιζα

Διάγραμμα 3: Παραμελώ την απασχόληση μου στο σπίτι για να μείνω περισσότερο συνδεδεμένος



Παρατηρώντας τα αποτελέσματα τους παρακάτω πίνακες (Συσχέτιση Φύλου και 1^{ης} Ερώτησης) φαίνεται ότι το φύλο δεν παίζει σημαντικό ρόλο στο να παραμείνει κάποιος σε σύνδεση περισσότερο απ' ότι αρχικά σκόπευε.

Φύλο * Ερώτηση_1 Crosstabulation

Count

		Ερώτηση_1					Total
		Καθόλου	Σπάνια	Περιστασιακά	Συχνά	Πάντα	
Φύλο	Αγόρι	2	7	18	17	11	55
	Κορίτσι	1	8	16	13	10	48
Total		3	15	34	30	21	103

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	,626 ^a	4	,960
Likelihood Ratio	,631	4	,960
Linear-by-Linear Association	,020	1	,887
N of Valid Cases	103		

a. 2 cells (20,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,40.

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,014	,099	-,142	,888 ^c
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,021	,099	-,208	,835 ^c
N of Valid Cases		103			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Based on normal approximation.

Αν και φαίνεται μια ελαφρώς μεγαλύτερη τάση από τα αγόρια ως προς την παραμονή σε σύνδεση παραπάνω από το προγραμματισμένο, το συγκεκριμένο αποτέλεσμα δεν είναι στατιστικά σημαντικό (sig. > 0.05), γεγονός που δεν επιτρέπει την υιοθέτηση ενός τέτοιου συμπεράσματος.

Παρατηρώντας το Διάγραμμα 3, αξίζει να σημειωθεί ότι οι περισσότεροι περιστασιακά παραμελούν την απασχόληση τους στο σπίτι, προκειμένου να περάσουν περισσότερο χρόνο στον υπολογιστή, ενώ σημαντικό είναι και το ποσοστό των ερωτηθέντων εκείνων που παραμελούν την απασχόληση τους σπάνια (28,2%).

Όπως φαίνεται στους πίνακες που ακολουθούν και πάλι ενώ φαίνεται μια μεγαλύτερη τάση στα κορίτσια να παραμελούν την εργασία τους προκειμένου να περάσουν χρόνο στον υπολογιστή τους, το συγκεκριμένο δεν είναι ένα στατιστικά

σημαντικό εύρημα, καθώς και πάλι το sig., όπως και στην προηγούμενη συσχέτιση είναι μεγαλύτερο του 5%.

Φύλο * Ερώτηση_2 Crosstabulation

Count		Ερώτηση_2					Total
		Καθόλου	Σπάνια	Περισσότερα	Συχνά	Πάντα	
Φύλο	Αγόρι	3	18	15	12	7	55
	Κορίτσι	5	11	18	8	6	48
Total		8	29	33	20	13	103

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	2,877 ^a	4	,579
Likelihood Ratio	2,891	4	,576
Linear-by-Linear Association	,064	1	,800
N of Valid Cases	103		

a. 2 cells (20,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3,73.

Symmetric Measures

		Value	Asymp. Std. Error ^a	Approx. T ^b	Approx. Sig.
Interval by Interval	Pearson's R	-,025	,098	-,252	,801 ^c
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-,015	,099	-,153	,879 ^c
N of Valid Cases		103			

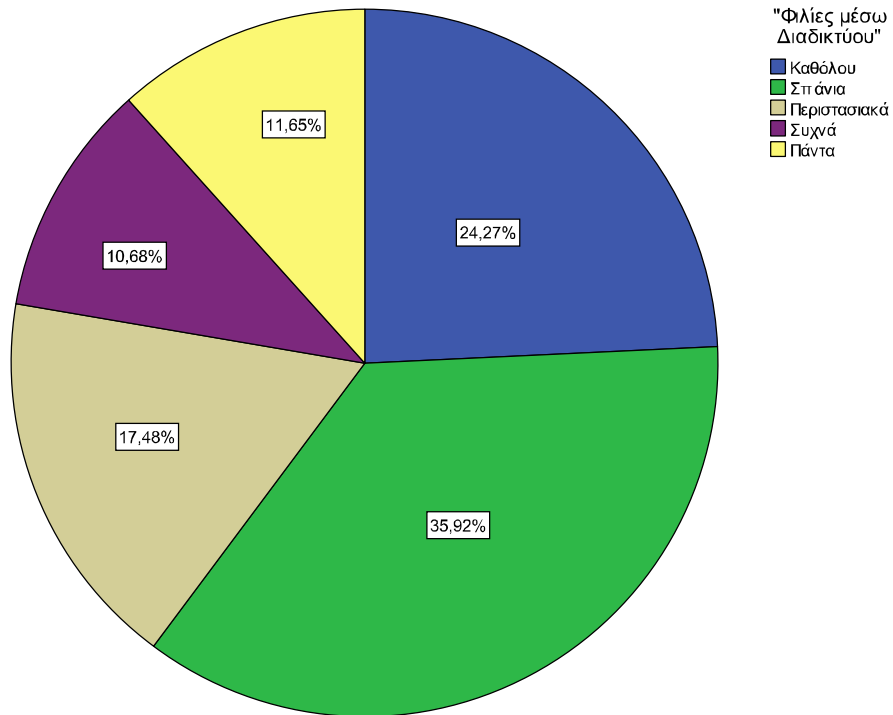
a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

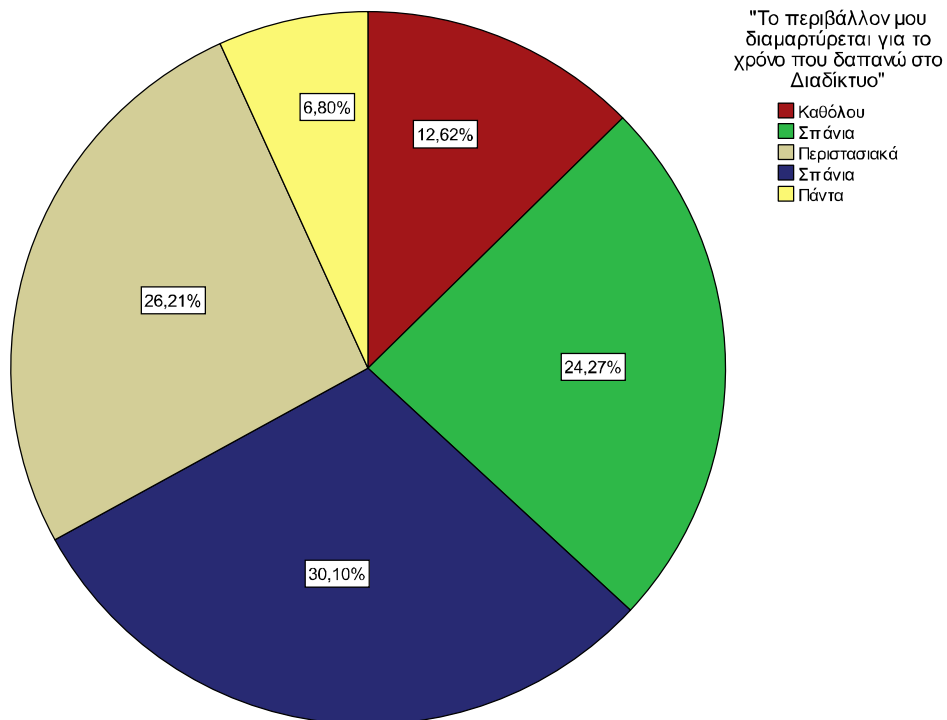
c. Based on normal approximation.

Οι ερωτηθέντες δηλώνουν στο μεγαλύτερο τους ποσοστό ότι από Καθόλου έως Σπάνια (70,9%) προτιμούν τον Υπολογιστή από τη συναναστροφή με ένα δικό τους πρόσωπο (Πίνακας 2 Παραρτήματος), ενώ σπάνια δημιουργούν νέες φιλίες με άλλους χρήστες του Διαδικτύου, κάτι όμως το οποίο συμβαίνει συχνά σε 11 άτομα και πάντα στο 11,7% του δείγματος (Διάγραμμα 4).

«Χρήση νέων τεχνολογιών και εθισμός στο διαδίκτυο σε μαθητές λυκείου, στο κέντρο του Ηρακλείου»



Διάγραμμα 4: «Δημιουργώ φίλιες μέσω Διαδικτύου...»



Διάγραμμα 5: Το περιβάλλον μου διαμαρτύρεται για το χρόνο που σπαταλώ στον Υπολογιστή

Τα αγόρια, σύμφωνα με το Independent Samples T test που έγινε για τα δεδομένα του δείγματος, φαίνεται να είναι πιο εύκολο να κάνουν κάποια φίλια με άλλους χρήστες του Διαδικτύου, ερώτηση στην οποία τα κορίτσια συγκεντρώνουν μικρότερα ποσοστά. Βέβαια, το συγκεκριμένο αποτέλεσμα δε χαρακτηρίζεται από στατιστική σημαντικότητα, καθώς $.sig > 0.05$ (δηλαδή είναι μεγαλύτερο από τα επιτρεπόμενα δεδομένα).

Group Statistics				
Φύλο	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Ερώτησι_4 Αγόρι	55	2,7091	1,31477	,17728
Κορίτσι	48	2,2500	1,22908	,17740

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Ερώτησι_4	Equal variances assumed	1,665	,200	1,822	101	,071	,45909	,25196	-,04073	,95892
	Equal variances not assumed			1,830	100,505	,070	,45909	,25080	-,03846	,95664

Όπως παρουσιάζεται και παρακάτω (Διάγραμμα 5), οι ερωτηθέντες δηλώνουν ότι Συχνά άνθρωποι του περιβάλλοντος τους διαμαρτύρονται για το χρόνο που σπαταλούν στον Υπολογιστή, ενώ κάτι τέτοιο μπορεί να συμβεί σε μεγάλο ποσοστό του δείγματος (αθροιστικά) Σπάνια (24,3%) ή και Περιστασιακά (26,2%).

Το 62,1% του δείγματος των συμμετεχόντων στη συγκεκριμένη έρευνα δηλώνουν ότι η σχολική τους απόδοση δεν επηρεάζεται καθόλου ή επηρεάζεται σπάνια, λόγω του χρόνου που είναι σε σύνδεση με τον υπολογιστή (Διάγραμμα 6), ενώ το 59,2% επιβεβαιώνει ότι κάτι τέτοιο δε συμβαίνει ούτε με την παραγωγικότητα τους, λόγω υπολογιστή (Διάγραμμα 7).

Φαίνεται ότι οι βαθμοί των αγοριών επηρεάζονται συχνότερα από το χρόνο που δαπανούν στον ηλεκτρονικό τους υπολογιστή, συμπέρασμα όμως μη στατιστικά σημαντικό, το οποίο δεν μπορεί να υιοθετηθεί ($sig = 0.08 > 0.05$).

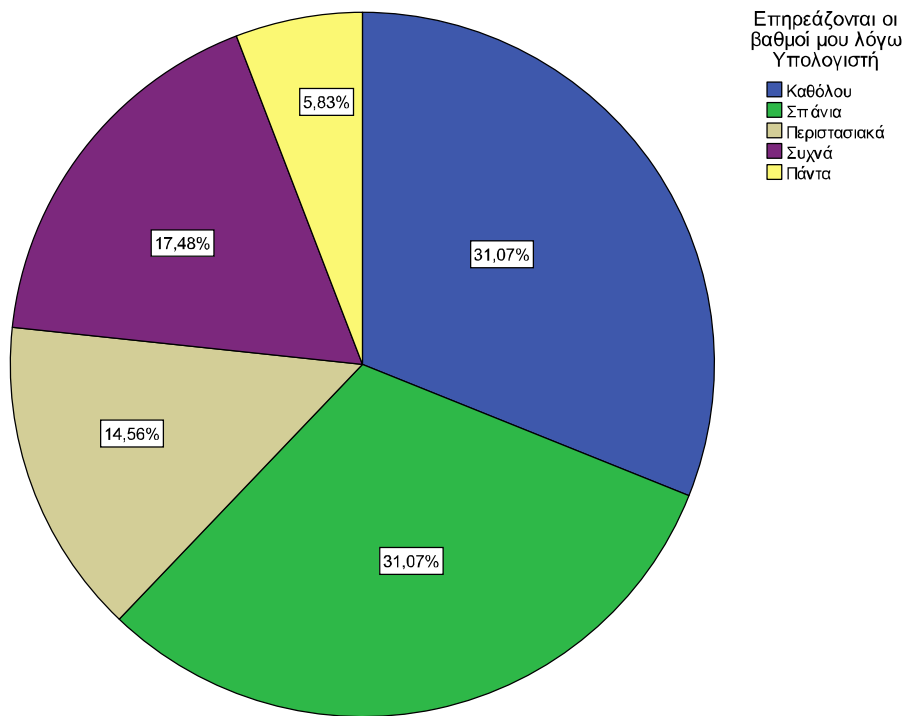
«Χρήση νέων τεχνολογιών και εθισμός στο διαδίκτυο σε μαθητές λυκείου, στο κέντρο του Ηρακλείου»

Group Statistics

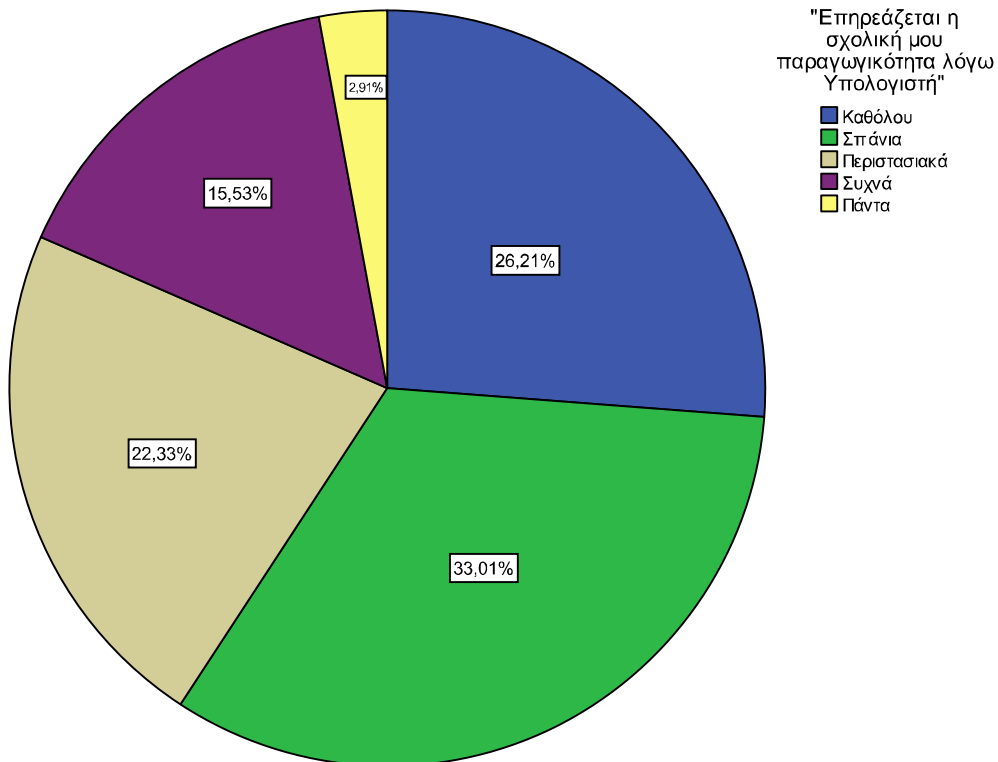
Φύλο	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Ερώτηση_6 Αγόρι	55	2,5455	1,30268	,17565
Κορίτσι	48	2,1458	1,16673	,16840

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Ερώτηση_6	Equal variances assumed	3,001	,086	1,630	101	,106	,39962	,24518	-,08675	,88599
	Equal variances not assumed			1,642	100,925	,104	,39962	,24334	-,08310	,88234



Διάγραμμα 6: Επηρεάζονται οι βαθμοί μου λόγω Υπολογιστή

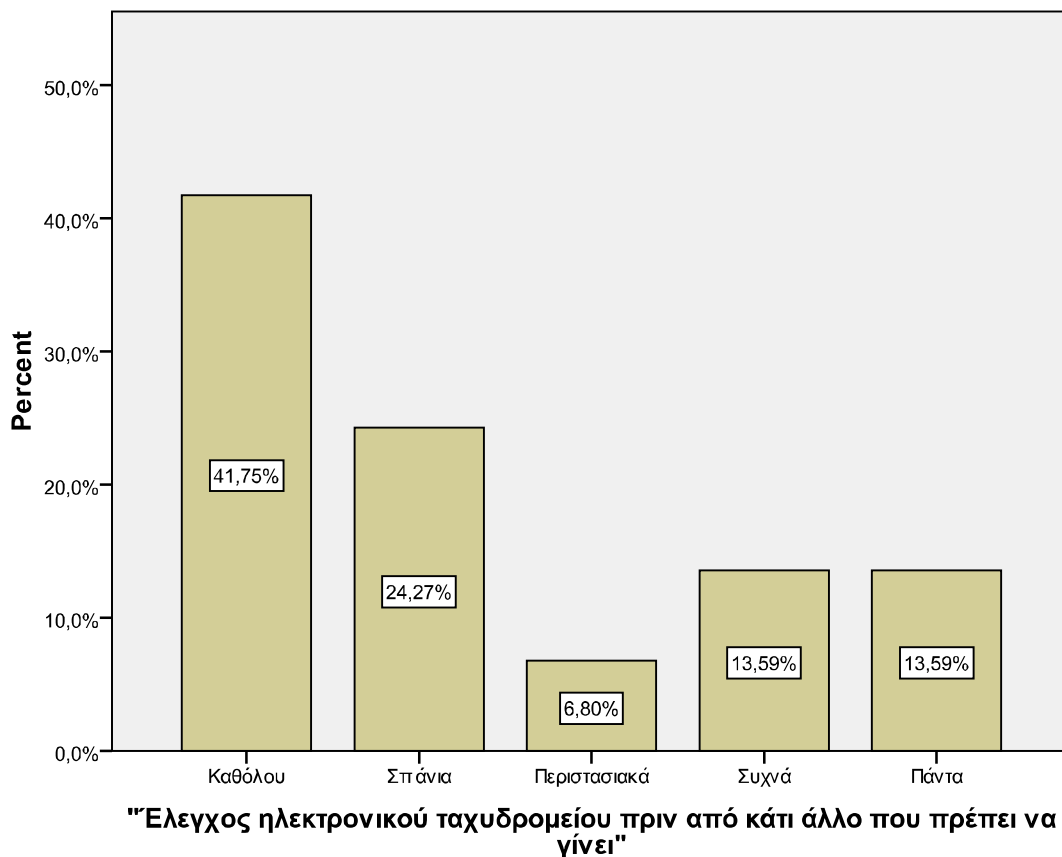


Διάγραμμα 7: Επηρεάζεται η σχολική μου παραγωγικότητα λόγω υπολογιστή

Όπως φαίνεται και στους πίνακες που παρατίθενται και πάλι φαίνεται μια τάση των αγοριών να επηρεάζονται αρνητικότερα από την ενασχόληση τους με τον Υπολογιστή ως προς την σχολική τους απόδοση ή παραγωγικότητα, κάτι όμως που και πάλι δεν αποτελεί ένα στατιστικά σημαντικό συμπέρασμα, καθώς το επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας του εν λόγω αποτελέσματος είναι ιδιαίτερα χαμηλό.

Group Statistics					
Φύλο	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	
Ερώτηση_8	Αγόρι	55	2,4909	1,10341	,14878
	Κορίτσι	48	2,2083	1,12908	,16297

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Ερώτηση_8	Equal variances assumed	,187	,667	1,283	101	,203	,28258	,22032	-,15448	,719
	Equal variances not assumed			1,281	98,463	,203	,28258	,22067	-,15531	,720



Διάγραμμα 8: Το ηλεκτρονικό τους ταχυδρομείο δεν αποτελεί προτεραιότητα

Όπως φαίνεται από τα αποτελέσματα της έρευνας, το Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο δεν είναι άμεση προτεραιότητα των ερωτηθέντων, οι οποίοι σε ποσοστό 41,7% δεν ελέγχουν το Ηλεκτρονικό τους ταχυδρομείο πριν κάνουν οτιδήποτε άλλο

(Διάγραμμα 8). Πιθανότατα βέβαια αυτό δε συμβαίνει, λόγω του ότι οι νέοι γενικότερα προτιμούν να επικοινωνούν στο Διαδίκτυο με πιο άμεσους τρόπους (Msn, Skype, Facebook κτλ) κι όχι μέσω Emails.

Τα κορίτσια είναι εκείνα που φαίνεται να χρησιμοποιούν περισσότερο το ηλεκτρονικό τους ταχυδρομείο, αλλά το συγκεκριμένο συμπέρασμα βρίσκεται σε χαμηλό επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας ($\text{sig}=0,4>0,05$), όπως φαίνεται στους πίνακες που ακολουθούν.

Group Statistics

	Φύλο	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Ερώτηση_7	Αγόρι	55	2,1273	1,46635	,19772
	Κορίτσι	48	2,5625	1,45728	,21034

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of Difference	
									Lower	Upper
Ερώτηση_7	Equal variances assumed	,713	,400	-1,507	101	,135	-,43523	,28880	-1,00814	,13
	Equal variances not assumed			-1,508	99,285	,135	-,43523	,28868	-1,00801	,13

Γενικότερα, παρατηρείται ότι δεν υπάρχει κάποιου είδους εξάρτηση, η οποία να προκαλεί κακό στις σχέσεις με τους γύρω τους, όσον αφορά τουλάχιστον την ειλικρίνεια, καθώς το μεγαλύτερο ποσοστό του δείγματος (65%, αθροιστικά) δηλώνει ότι δε λέει ψέματα ή κάτι τέτοιο γίνεται σπάνια προκειμένου να δικαιολογηθεί ως προς το τι ακριβώς κάνει όταν βρίσκεται συνδεδεμένο στον Υπολογιστή (Πίνακας 3 Παραρτήματος).

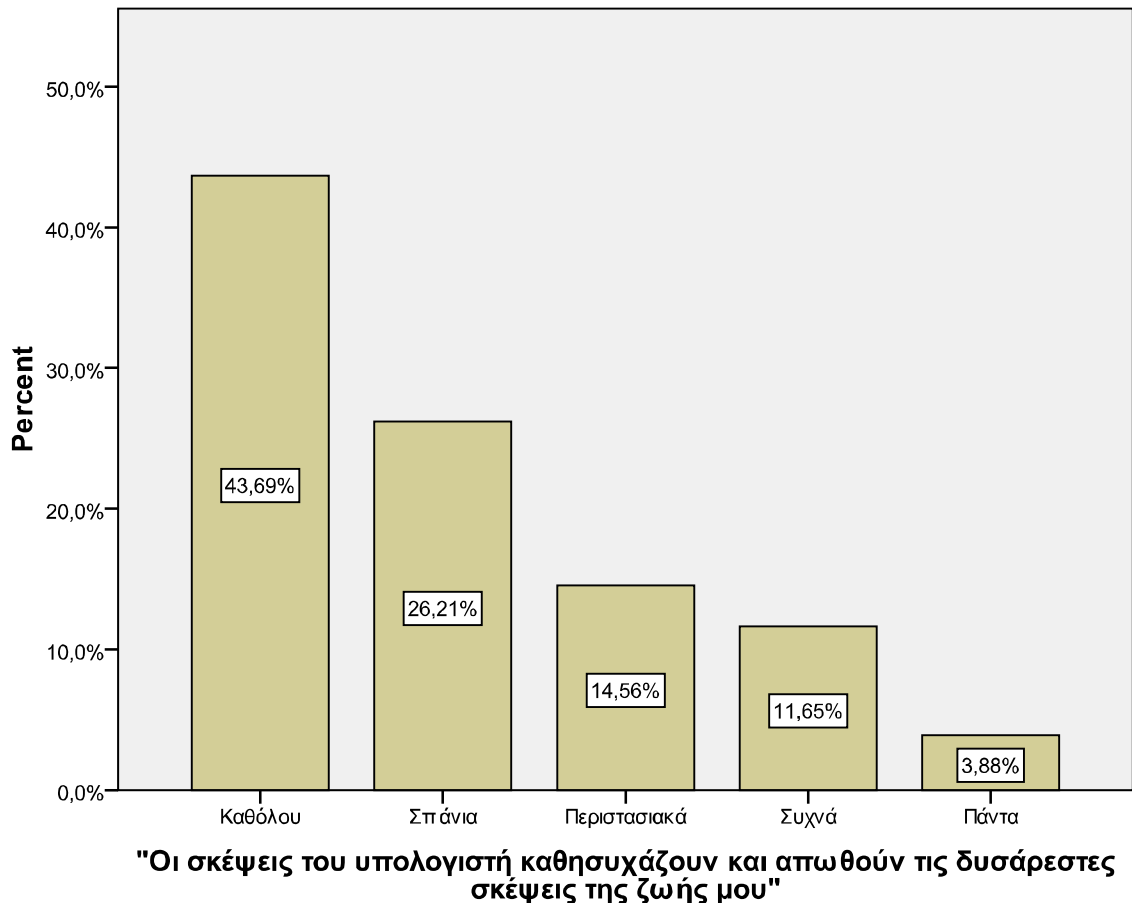
Καμία συσχέτιση δεν φαίνεται να υπάρχει ούτε μεταξύ του φύλου και του εάν οι συμμετέχοντες λένε ψέματα προκειμένου να δικαιολογήσουν τη δραστηριότητα τους στον ηλεκτρονικό υπολογιστή, καθώς το επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας της συγκεκριμένης συσχέτισης είναι ιδιαίτερα μικρό.

	Φύλο	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Ερώτηση_9	Αγόρι	55	2,3818	1,20939	,16307
	Κορίτσι	48	2,1458	1,28807	,18592

Independent Samples Test

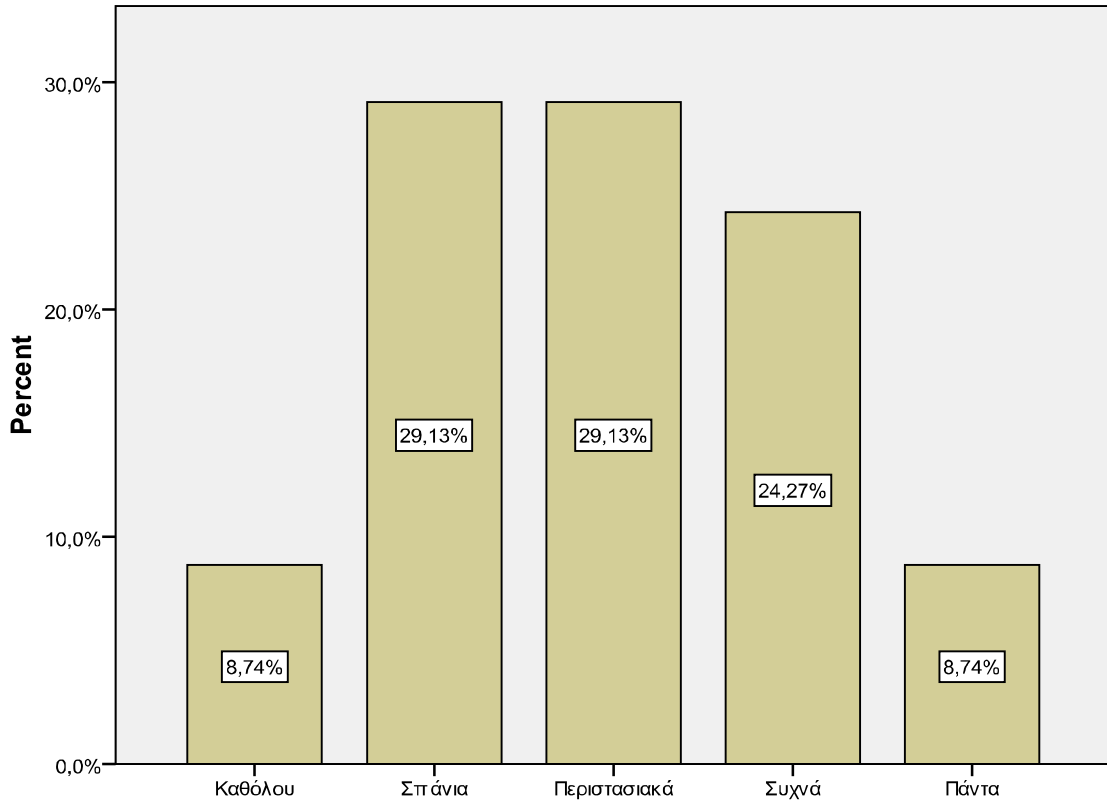
	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Ερώτηση_9	Equal variances assumed	,014	,905	,958	101	,340	,23598	,24624	-,25248	,72445
	Equal variances not assumed			,954	97,110	,342	,23598	,24730	-,25483	,72680

Αξίζει να σημειωθεί ότι το 43,7% του δείγματος δεν απωθεί τις αρνητικές σκέψεις που έχει σχετικά με τη ζωή του, χρησιμοποιώντας καθησυχαστικές σε σχέση με τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, ενώ κάτι τέτοιο κάνουν συχνότερα μόλις το 11,7 % του δείγματος. Το παραπάνω σημειώνεται ότι συμβαίνει πάντα σε μόλις 4 άτομα (Διάγραμμα 9).



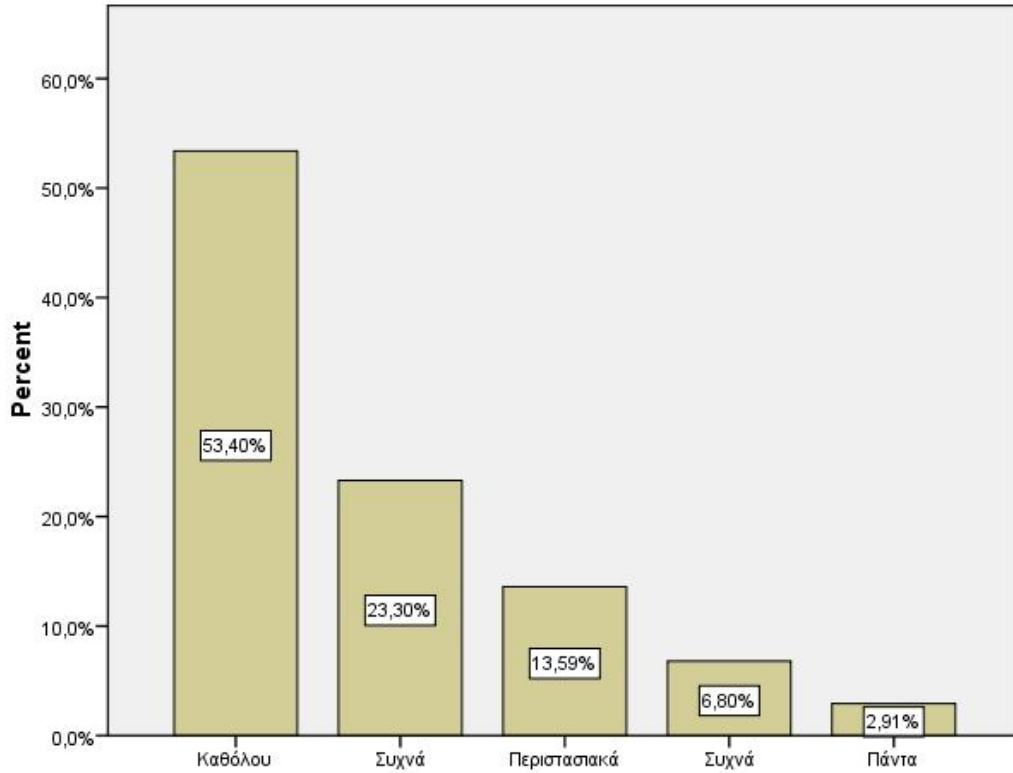
Διάγραμμα 9

Τα περισσότερα βέβαια άτομα ανυπομονούν είτε σπάνια είτε περιστασιακά (τα ποσοστά είναι ίσο - κατανομημένα μεταξύ των δυο συχνοτήτων) να ασχοληθούν με τον Υπολογιστή (Διάγραμμα 10), κάτι όμως το οποίο δεν τους παροτρύνει στο να χάσουν τον ύπνο τους, κάτι το οποίο συμβαίνει από Καθόλου (25,2%) έως και σε σπάνιες περιπτώσεις (32%), δηλαδή το γεγονός του ότι ο Υπολογιστής φταίει σε κάποιο ενδεχόμενο ξενύχτι (Πίνακας 4 Παραρτήματος). Η περιορισμένη εξάρτηση που υπάρχει από τον Ηλεκτρονικό Υπολογιστή επιβεβαιώνεται και από το γεγονός ότι το 53,4% του δείγματος δεν απασχολείται από το γεγονός ότι μπορεί να παραμείνει εκτός σύνδεσης με τον Υπολογιστή ή τουλάχιστον δεν φαντασιώνεται κάτι τέτοιο ποτέ (Διάγραμμα 11).

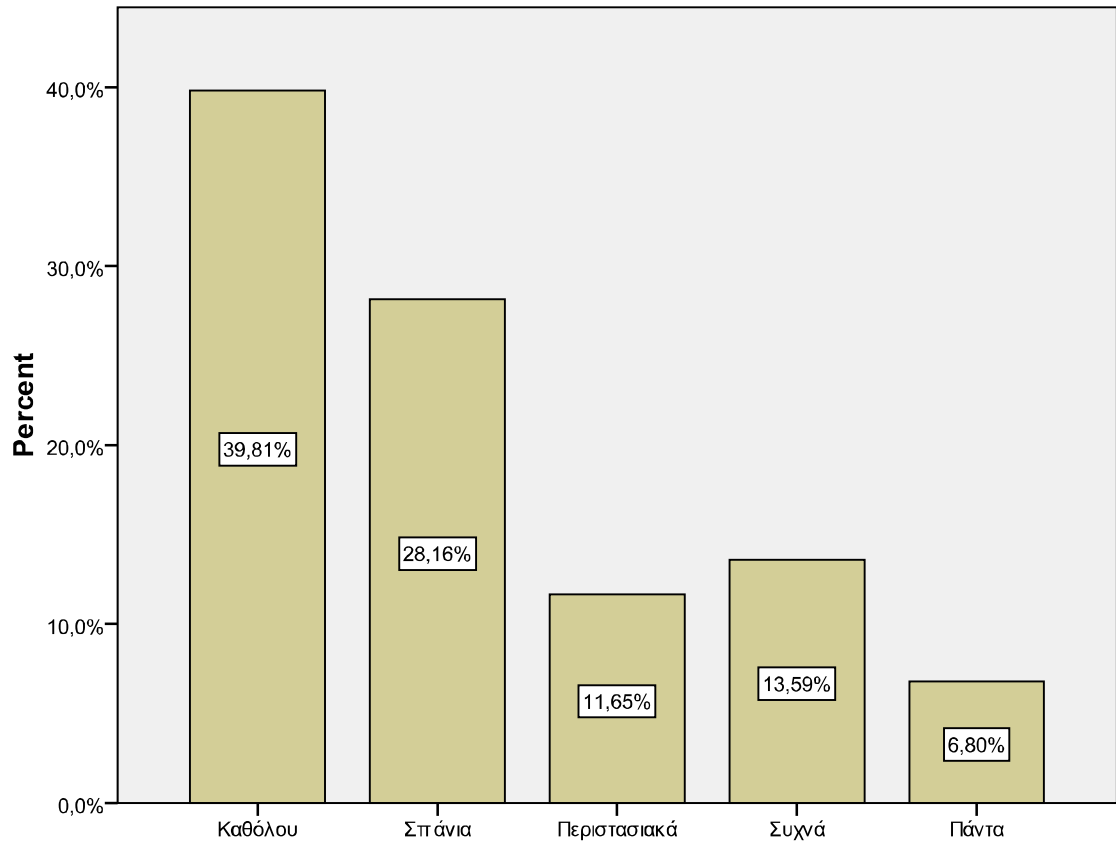


Διάγραμμα 10: Ανυπομονώ να ασχοληθώ με τον Υπολογιστή μου

Το γεγονός ότι δεν υπάρχει ιδιαίτερα αυξημένη εξάρτηση από τον Υπολογιστή στο συγκεκριμένο δείγμα ατόμων επιβεβαιώνεται από το γεγονός ότι σχεδόν το 40% δε νιώθει φόβο ότι η ζωή του θα είναι βαρετή χωρίς τον Υπολογιστή. Βέβαια, το 13,6% σχεδόν του δείγματος δε συμφωνεί σε κάτι τέτοιο, καθώς ισχυρίζονται ότι συχνά νιώθουν ότι χωρίς Υπολογιστή η ζωή τους θα είναι κενή, χωρίς χαρά, όπως φαίνεται από τα αποτελέσματα της ανάλυσης που έχει γίνει στο Διάγραμμα 12.

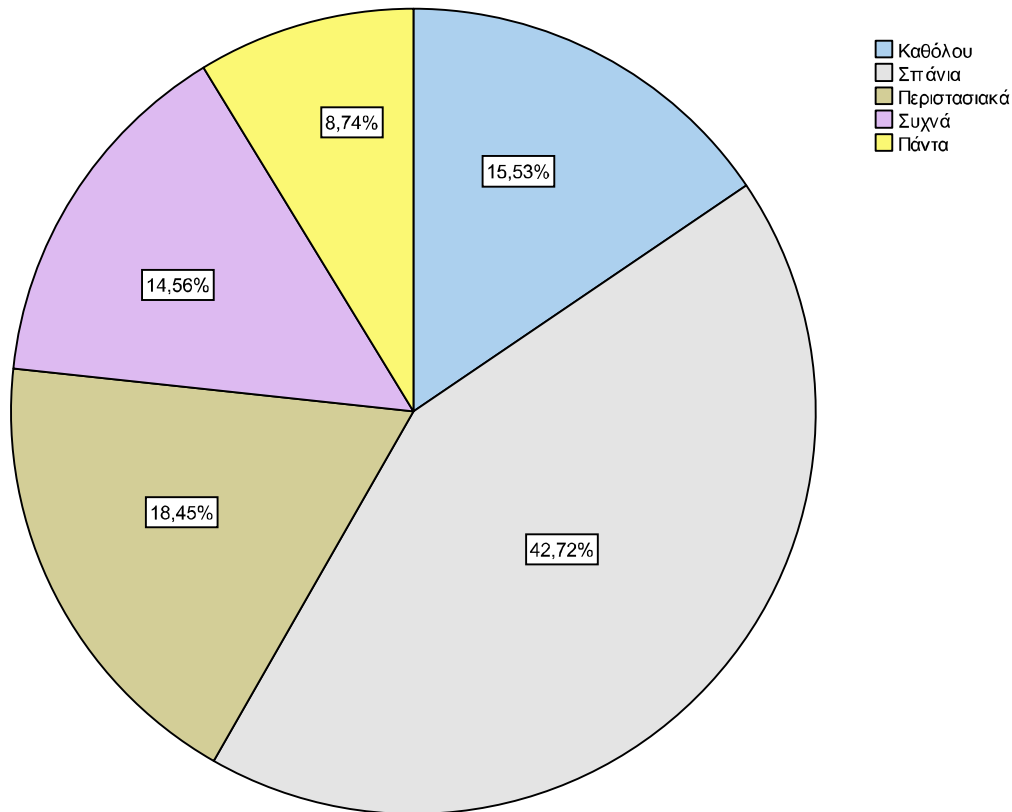


Διάγραμμα 11: Νιώθω ότι με απασχολεί η σύνδεση στον Υπολογιστή μου



Διάγραμμα 12: Νιώθω φόβο ότι χωρίς τον υπολογιστή η ζωή μου είναι κενή

Όπως φαίνεται και στο Διάγραμμα 13, το οποίο παρατίθεται το μεγαλύτερο ποσοστό των ερωτηθέντων (42,72%) σπάνια γίνεται απότομο ή αντιδρά με εκνευρισμό αν κάποιος τον ενοχλήσει κατά τη διάρκεια της σύνδεσής του στον Υπολογιστή.



Διάγραμμα 13: Γίνομαι απότομος όταν κάποιος με ενοχλήσει στον Υπολογιστή

Αναφορικά με το χρόνο που δαπανάζεται στον Υπολογιστή, σημειώνεται ότι φαίνεται μια συσχέτιση μεταξύ του φύλου και της μεταμεσονύκτιας σύνδεσης των ατόμων στον Υπολογιστή. Συγκεκριμένα, φαίνεται ότι τα αγόρια χάνουν περισσότερο τον ύπνο τους λόγω μιας μεταμεσονύκτιας σύνδεσης με τον Υπολογιστή σε σύγκριση με τα κορίτσια, τα οποία σημειώνουν μικρότερα ποσοστά. Το συγκεκριμένο συμπέρασμα είναι ασφαλές, καθώς επίκειται σε αρκετά ικανοποιητικό επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας ($\text{sig}=0,04 < 0,05$), όπως φαίνεται στον πίνακα που παρατίθεται στη συνέχεια.

	Φύλο	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Ερώτηση_14	Αγόρι	55	2,6545	1,35015	,18205
	Κορίτσι	48	2,3750	1,12278	,16206

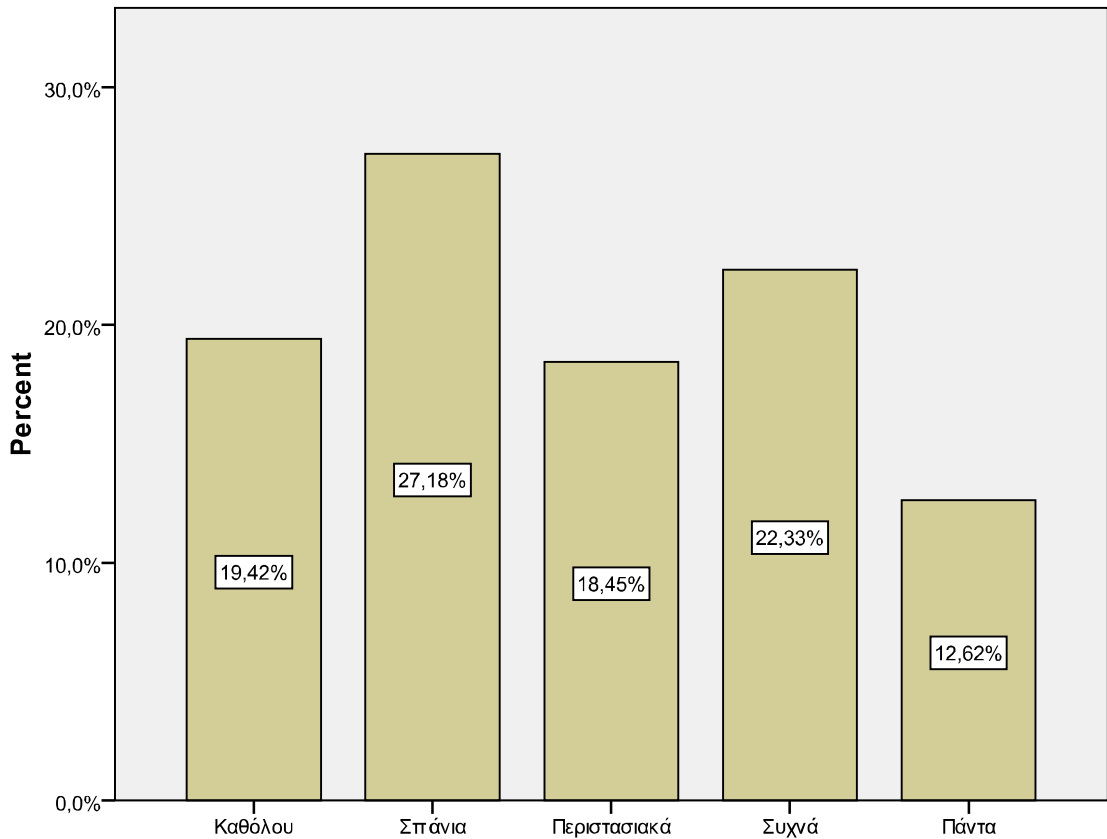
Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Ερώτηση_14	Equal variances assumed	4,106	,045	1,13	101	,260	,27955	,24680	-,21005	,76914
	Equal variances not assumed			1,14	100,781	,254	,27955	,24374	-,20397	,76306

Σχετικά με το χρόνο που καταναλώνει κάποιος από τους ερωτηθέντες χρήστες στον Υπολογιστή του το 20,4% απάντησε ότι Συχνά συλλαμβάνει τον εαυτό του να θέλει λίγο χρόνο ακόμα σ' αυτόν, ενώ το μεγαλύτερο ποσοστό (αθροιστικά) της τάξης του 46,6% από καθόλου έως σπάνια ζητούν λίγο χρόνο ακόμα (Πίνακας 5 Παραρτήματος).

Σύμφωνα με τα δεδομένα που παρουσιάζονται στο Διάγραμμα 14, παρόλα τα όσα προαναφέρθηκαν σπάνια οι περισσότεροι (αν και υπάρχουν μικρές διαφορές) κάνουν προσπάθειες να περιορίσουν το χρόνο που βρίσκονται στον Υπολογιστή, αν και το 12,6% δηλώνει ότι Πάντα οι προσπάθειες να περιορίσουν το χρόνο που βρίσκονται στον υπολογιστή αποτυγχάνουν, ενώ το 19,4% το πετυχαίνει απόλυτα

αυτόν τον στόχο του. Επίσης, σημαντικό είναι το γεγονός ότι τα άτομα παρουσιάζονται ειλικρινή ως προς το χρόνο που βρίσκονται στον Υπολογιστή, καθώς σχεδόν το 39% δηλώνει ότι ποτέ δεν προσπαθεί να αποκρύψει το χρόνο που περνά σε σύνδεση με τον Υπολογιστή (Διάγραμμα 15).



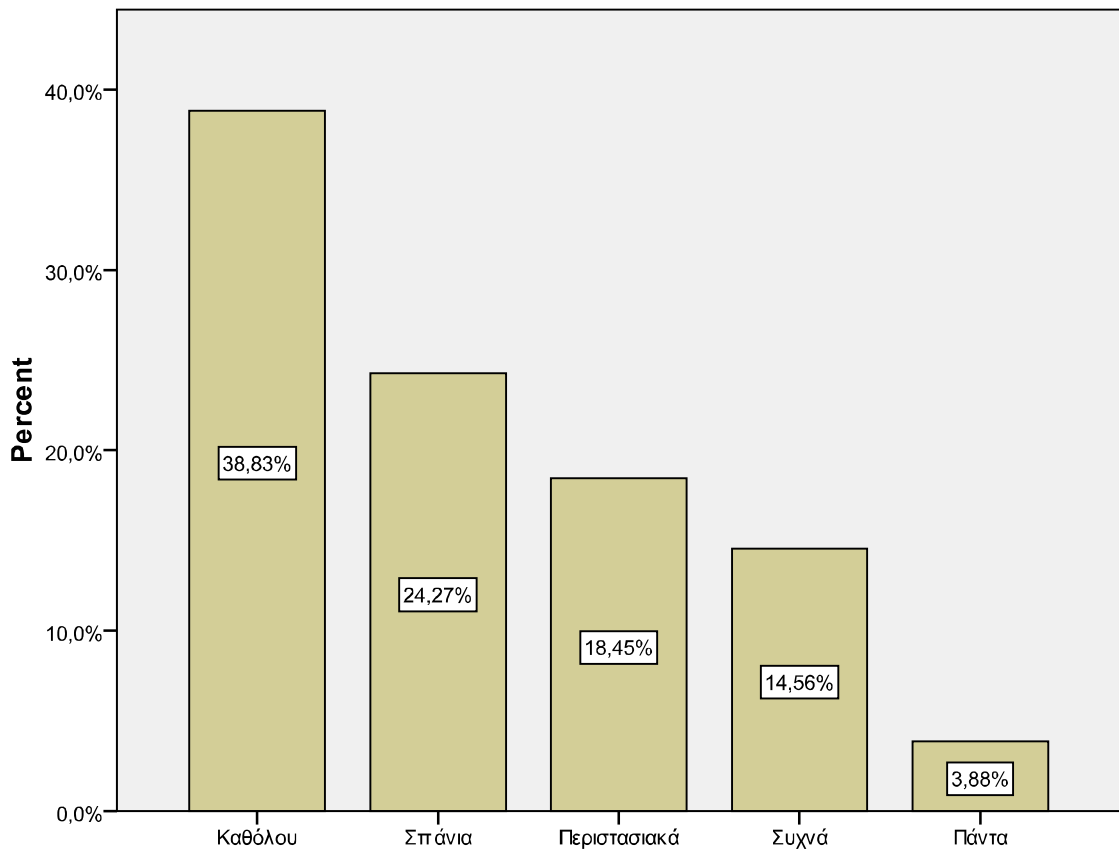
Διάγραμμα 14: Προσπαθώ να περιορίσω το χρόνο που περνά στον Υπολογιστή μου, αλλά αποτυγχάνω

Συμπληρωματικά ως προς τα παραπάνω σημειώνεται ότι τα αγόρια προσπαθούν ελάχιστα περισσότερο συχνά να περιορίσουν το χρόνο που περνάνε σε σύνδεση με τον υπολογιστή τους και αποτυγχάνουν, συγκριτικά με τα κορίτσια που ενδεχομένως εάν προσπαθήσουν κάτι τέτοιο θα τα καταφέρουν, συμπεράσμα το οποίο είναι ασφαλές ως προς το επίπεδο στατιστικής σημαντικότητας ($\text{sig}=0,03 < 0,05$) στο οποίο βρίσκονται τα εν λόγω δεδομένα.

	Φύλο	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Ερώτηση_17	Αγόρι	55	2,8909	1,21217	,16345
	Κορίτσι	48	2,7292	1,45485	,20999

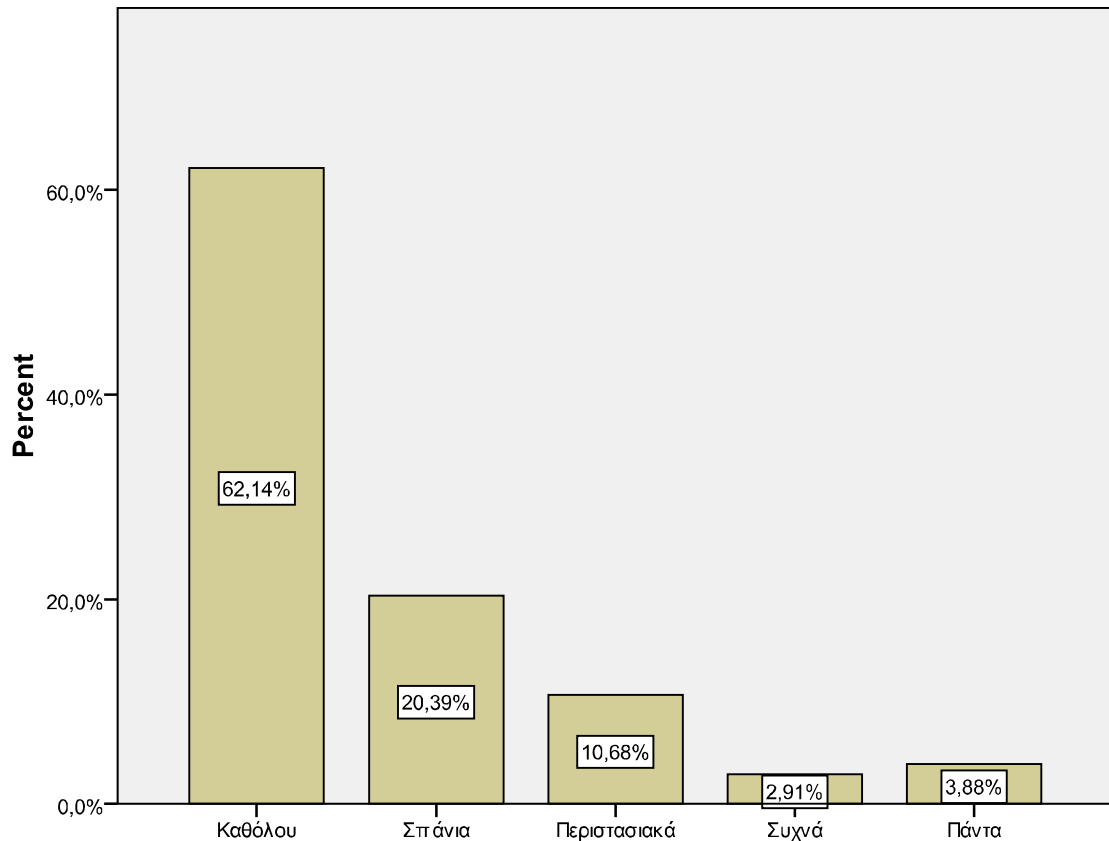
Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Ερώτηση_17	Equal variances assumed	4,872	,030	,6 1 5	101	,540	,16174	,26283	- ,35964	,68312
	Equal variances not assumed			,6 0 8	91,856	,545	,16174	,26610	- ,36677	,69026



Διάγραμμα 15: Κρύβω το χρόνο που πέρασα στον Υπολογιστή

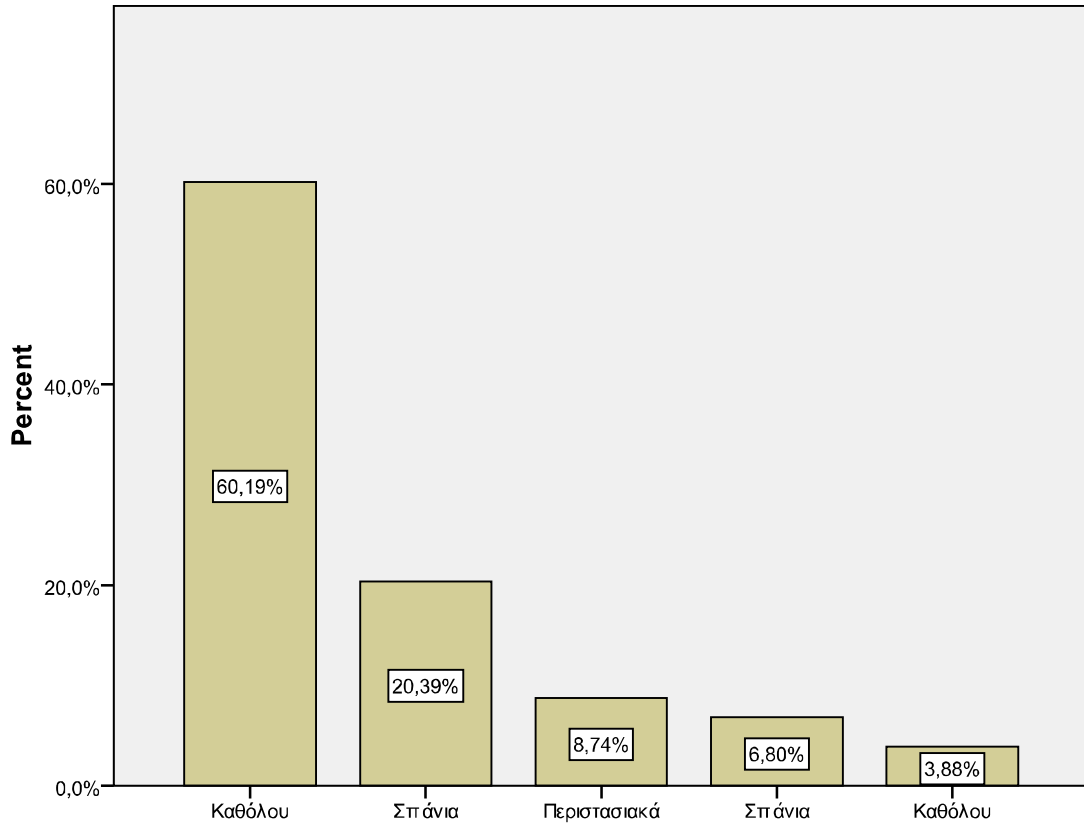
Ένα ιδιαίτερα ενθαρρυντικό μήνυμα λαμβάνουμε και από το αποτέλεσμα της ανάλυσης των δεδομένων της 19ης ερώτησης, όπου οι ερωτηθέντες κλήθηκαν να απαντήσουν στο κατά πόσο προτιμούν τον υπολογιστή σε σχέση με το να βγουν έξω με τους φίλους τους. Το 62,1% απέρριψε τον Υπολογιστή συγκριτικά με τους φίλους τους, ενώ μόνο το 3,9% δήλωσε ότι πάντα προτιμά να συνδεθεί στον Υπολογιστή του από το να βγει έξω με τους φίλους του (Διάγραμμα 16).



Διάγραμμα 16 – Προτιμώ να περνώ περισσότερο χρόνο στον Υπολογιστή συγκριτικά με το χρόνο που περνώ με τους φίλους μου έξω

Αυτό σημαίνει ότι ακόμη δεν έχει χάσει την πραγματική της ουσία και αξία η ανθρώπινη επαφή και ότι τα άτομα νεαρών ηλικιών που εξετάζονται στο συγκεκριμένο δείγμα προτιμούν ακόμη τις πραγματικές τους παρέες από αυτές που δημιουργούνται μέσα στις εικονικές κοινότητες τις οποίες συμμετέχουν.

Επιπρόσθετα, αξίζει να σημειωθεί ότι το 60,2% του δείγματος δε νιώθει κάποιου είδους θλίψη ή κακιά διάθεση ή νευρικότητα όταν δεν είναι συνδεδεμένος στον Υπολογιστή του, ενώ μόλις 4 άτομα πάντα νιώθουν να έχουν άσχημη διάθεση όταν βρίσκονται εκτός σύνδεσης (διάγραμμα 17).



Διάγραμμα 17 Νιώθω θλιμμένος, κακόκεφος ή νευρικός όταν είμαι εκτός σύνδεσης

Τέλος, ερωτήθηκαν οι μαθητές του Λυκείου κατά πόσο θα μπορούσαν να μείνουν ένα ολόκληρο καλοκαίρι χωρίς υπολογιστή και η συντριπτική πλειοψηφία απάντησε θετικά σε αυτό ότι θα μπορούσε να μείνει ένα ολόκληρο καλοκαίρι χωρίς υπολογιστή (Διάγραμμα 18).

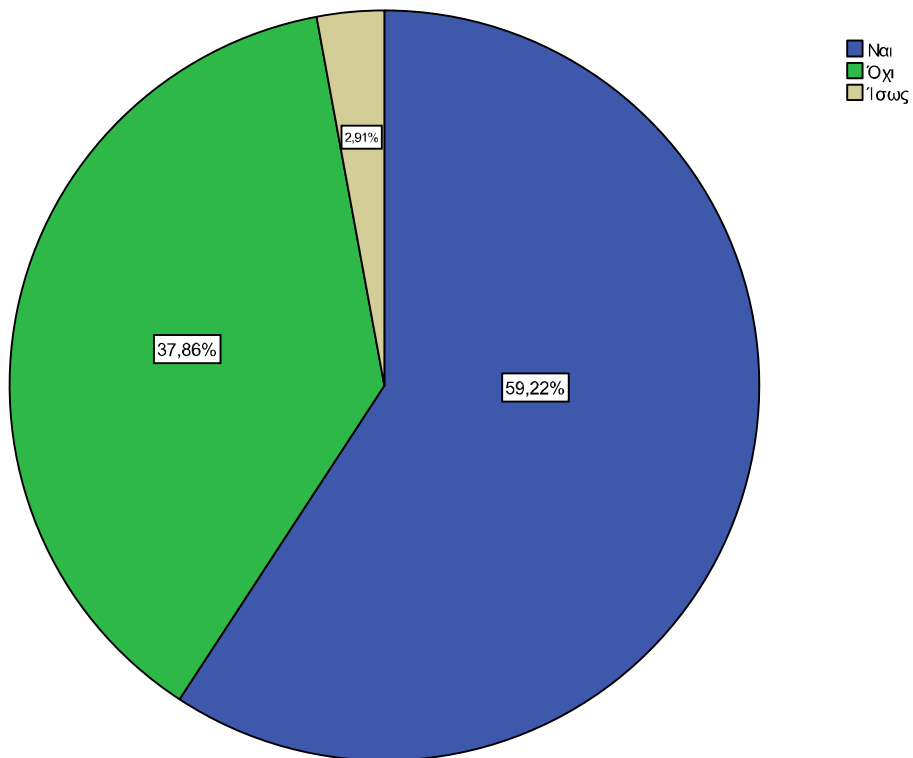
	Φύλο	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Ερώτηση_21	Αγόρι	55	1,5455	,60302	,08131
	Κορίτσι	48	1,3125	,46842	,06761

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					
	F	Sig.	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
							Lower	Upper
Ερώτηση_21 Equal variances assumed	9,920	,002	101	,033	,23295	,10756	,01959	,44632
Equal variances not assumed			99,717	,030	,23295	,10575	,02315	,44276

Όπως φαίνεται στους παραπάνω πίνακες, τέλος, φαίνεται καθαρά και μάλιστα με ιδιαίτερα έντονο στατιστικό ενδιαφέρον ($\text{sig.}=0.02 < 0.05$) ότι τα κορίτσια μπορούν να μείνουν χωρίς υπολογιστή ένα ολόκληρο καλοκαίρι συγκριτικά με τα αγόρια, οι οποίοι συναντούν κάποια είδους δυσκολία να αποχωριστούν ένα ολόκληρο καλοκαίρι να μείνουν χωρίς υπολογιστή.

Ο λόγος που συμβαίνει αυτό, όπως δήλωσαν όσοι αιτιολόγησαν την απάντησή τους είναι το ότι το καλοκαίρι είναι μια εποχή που μπορεί να κάνει πολλά διαφορετικά πράγματα και να έχει εναλλακτικές ο καθένας με τους φίλους του, επομένως ο Υπολογιστής απλά παρακωλύει αυτές τις δραστηριότητες.



Διάγραμμα 18: Μπορώ να μείνω χωρίς υπολογιστή ένα ολόκληρο καλοκαίρι

Όσοι αντιθέτως δήλωσαν ότι κάτι τέτοιο είναι αδύνατο να συμβεί γιατί ο υπολογιστής είναι ένα μέσο επικοινωνίας με τους φίλους και τους γνωστούς οι οποίοι είναι μακριά. Επίσης, ορισμένοι δήλωσαν ότι είναι ένας τρόπος να μάθουν καινούργια πράγματα και να εξελιχθούν μέσα από τη χρήση του Υπολογιστή, ενώ για κάποιους απλά αποτελεί μια καθημερινή συνήθεια.

Παρόλα αυτά και συνυπολογίζοντας όλα τα παραπάνω μπορούμε να καταλήξουμε στο γενικότερο συμπέρασμα ότι η μεγαλύτερη πλειοψηφία των ατόμων δεν δείχνουν κάποιο βαθμό έντονης εξάρτησης από τον Ηλεκτρονικό τους Υπολογιστή, ενώ δεν έχει χαθεί η ουσία της φιλίας και της πραγματικής κοινωνικής συναναστροφής. Βέβαια, προτού ολοκληρώσουμε τη συγκεκριμένη ενότητα, καλό θα ήταν να τονίσουμε ότι τα συμπεράσματα μας διέπονται από έναν πολύ σημαντικό περιορισμό το γεγονός ότι το δείγμα είναι ιδιαίτερα μικρό, ώστε να είμαστε σε θέση να εξάγουμε γενικευμένα συμπεράσματα. Παρόλα αυτά όμως τα παραπάνω αποτελούν ιδιαίτερα ασφαλή συμπεράσματα για την παρούσα έρευνα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6: «ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ»

6.1 Βασικά Συμπεράσματα έρευνας

Ο εθισμός στο Διαδίκτυο είναι μια νέα μορφή εξάρτησης, η οποία φαίνεται να χαρακτηρίζει ειδικότερα τους νέους ανά τον κόσμο και ορισμένες φορές να είναι τόσο έντονη που να επηρεάζει σε σημαντικό βαθμό τη ζωή τους και την καθημερινότητά τους. Το Διαδίκτυο πολλές φορές δεν αποτελεί απλά ένα μοναδικό μέσο για ανταλλαγή πληροφοριών, συλλογή δεδομένων και άμεσης επικοινωνίας, όπως έχει χαρακτηριστεί κατά καιρούς, αλλά μπορεί να αποτελέσει ένα επικίνδυνο μέσο για όσους χρήστες έχουν εθιστεί σε αυτό, καθώς μπορεί να είναι επιβλαβές για τη σωματική υγεία του ατόμου έως και στην απόκτηση συνηθειών όπως ο διαδικτυακό τζόγος και το ηλεκτρονικό έγκλημα κάθε μορφής. Η ανάδυση νέων τύπων αντικοινωνικών συμπεριφορών μέσω της υπερβολικής χρήσης του Διαδικτύου απασχολούν πλέον επιστημονικές κοινότητες παγκοσμίως, οι οποίοι αναζητούν τρόπους αντιμετώπισης αυτής της συμπεριφοράς.

Συνοψολογίζοντας όλα όσα έχουν αναφερθεί έως τώρα βασικός στόχος της παρούσας εργασίας, όπως έχει ήδη σημειωθεί ήταν η συλλογή πρωτογενών δεδομένων, από μαθητές Λυκείου του Ηρακλείου Κρήτης, σχετικά με τη χρήση των νέων τεχνολογιών και του διαδικτύου, προκειμένου να προσεγγισθεί με όσο το δυνατόν μεγαλύτερη ακρίβεια το φαινόμενο του εθισμού εκ μέρους τους στο Διαδίκτυο.

Με την ολοκλήρωση του ερευνητικού τμήματος της πτυχιακής εργασίας, προέκυψαν τα κάτωθι αποτελέσματα / συμπεράσματα:

- ❖ Το 33% του δείγματος (έφηβοι / μαθητές Λυκείου), περιστασιακά παραμένουν περισσότερο χρόνο συνδεδεμένοι στον υπολογιστή, απ' ό,τι υπολόγιζαν, ενώ το 29,1% παραμένει συχνά συνδεδεμένο στον υπολογιστή, σε σχέση με το χρόνο που εξ' αρχής είχαν ορίσει.

- ❖ Το 32% του δείγματος παραμελεί περιστασιακά την απασχόληση του στο σπίτι, προκειμένου να έχει περισσότερο χρόνο στον υπολογιστή.
- ❖ Το 70,9% των ερωτηθέντων, από Καθόλου έως Σπάνια (70,9%) προτιμά να δραστηριοποιείται στον υπολογιστή, εν συγκρίσει με την επαφή που μπορεί να έχει με ένα δικό του πρόσωπο.
- ❖ Το 88,3% δήλωσε ότι σπάνια δημιουργεί νέες φιλίες με άλλους χρήστες του Διαδικτύου, ενώ το 11,7% συχνά συνάπτει φιλίες μέσω διαδικτύου.
- ❖ Το 62,1% του δείγματος των συμμετεχόντων δήλωσαν ότι η σχολική τους απόδοση δεν επηρεάζεται καθόλου ή επηρεάζεται σπάνια.
- ❖ Το 50,5% του δείγματος, σπάνια ή περιστασιακά αντιμετωπίζει διαμαρτυρίες από τους γύρω του, σχετικά με τη δραστηριότητα τους στο διαδίκτυο.
- ❖ Το 41,7% δεν ελέγχει καθόλου τα email του.
- ❖ Το 59,2% του δείγματος, απάντησε ότι δεν επηρεάζεται καθόλου η σχολική παραγωγικότητα λόγω της χρήσης του διαδικτύου ή επηρεάζεται σπάνια.
- ❖ Το 65%, δεν λέει ψέματα, προκειμένου να δικαιολογηθεί αναφορικά με τη σύνδεση του στον υπολογιστή.
- ❖ Σε ποσοστό 43,7%, οι ερωτώμενοι δήλωσαν ότι η σκέψη αναφορικά με τον υπολογιστή, καθόλου δεν απωθεί τα δυσάρεστα συναισθήματα και τις ανησυχίες τους.
- ❖ Στο ερώτημα ένα ανυπομονούν να συνδεθούν στο υπολογιστή, το 58,2% δήλωσε σπάνια ή περιστασιακά, ενώ το 24,3% απάντησε ότι συχνά ανυπομονεί να συνδεθεί στον υπολογιστή του.
- ❖ Το 39,8 % του δείγματος ισχυρίζεται ότι η ζωή του δεν θα ήταν καθόλου βαρετή χωρίς υπολογιστή, σε αντίθεση με το 13,6% που πιστεύει χωρίς τη χρήση υπολογιστή η ζωή τους θα ήταν συχνά βαρετή.
- ❖ Το 42,7% σπάνια εκνευρίζεται, όταν αναγκάζεται να διακόψει τη σύνδεση του με τον υπολογιστή.

- ❖ Το 57,2% δεν χάνει καθόλου έως και σπάνια, τον ύπνο του λόγω της σύνδεσης του στον υπολογιστή.
- ❖ Το 53,4% δεν τους απασχολεί καθόλου το γεγονός ότι δεν βρίσκονται και ούτε φαντασιώνονται κάποια σύνδεση.
- ❖ Από καθόλου έως και σπάνια, αποζητά κάποια λεπτά ακόμα. Το 46,6%.
- ❖ Το 46,6% σπάνια έως και καθόλου πραγματοποιεί προσπάθειες ώστε να περιορίσει το χρόνο σύνδεσης του με τον υπολογιστή, σε αντίθεση με το 22,3% των ερωτηθέντων που πραγματοποιεί συχνά.
- ❖ Το 38,8% του δείγματος δεν αποκρύπτει καθόλου το χρόνο που βρίσκεται συνδεδεμένος στον υπολογιστή, ενώ το 24,3% αποκρύπτει σπανιότερα τον πραγματικό χρόνο σύνδεσης.
- ❖ Το 62,1% θεωρεί ότι δεν έχει χαθεί ακόμη η ανθρώπινη επαφή και θα απέρριπτε τη σύνδεση του στον υπολογιστή, προκειμένου να συναναστραφεί τους φίλους του.
- ❖ Το 60,2% των ερωτηθέντων, απάντησαν ότι δεν νιώθουν καθόλου άσχημα συναισθηματικά, όταν βρίσκονται εκτός διαδικτυακής σύνδεσης.
- ❖ Το 59,2% δήλωσε ότι μπορεί να μείνει ένα ολόκληρο καλοκαίρι χωρίς υπολογιστή.

Σύμφωνα με τα ανωτέρω αποτελέσματα, όπως προέκυψαν από τις απαντήσεις του δείγματος των 103 μαθητών της Α, Β και Γ Λυκείου από σχολείο του Κέντρου του Ηρακλείου, προκύπτει το συμπέρασμα ότι η πλειοψηφία του δείγματος μπορεί να διαχειρίζεται άκρως ορθά τη σύνδεση του με τον υπολογιστή χωρίς να επηρεάζεται η ζωή του, οι δραστηριότητες του, οι κοινωνικές συναναστροφές και γενικότερα η καθημερινότητα του.

6.2 Περιορισμοί Έρευνας – Προτάσεις μελλοντικής έρευνας

Όπως όλες οι έρευνες έτσι και η παρούσα, η οποία διεξήχθη στα πλαίσια εκπόνησης της πτυχιακής μας εργασίας διέπεται από ορισμένους περιορισμούς, οι οποίοι δεν επιτρέπουν τη γενίκευση των συμπερασμάτων που προκύπτουν παραπάνω.

Αρχικά, το δείγμα που χρησιμοποιήθηκε ήταν ιδιαίτερα μικρό, ακόμα και για τον πληθυσμό του Ηρακλείου καθώς είναι ιδιαίτερα περιορισμένο στις ηλικιακές ομάδες αλλά και γεωγραφικά. Το ερωτηματολόγιο απάντησαν άτομα Α', Β' και Γ' Λυκείου από σχολεία στο κέντρο του Ηρακλείου, χωρίς σε καμία να συμπεριλαμβάνεται το σύνολο των μαθητών αυτών των τάξεων.

Επίσης, σημαντικό είναι το γεγονός ότι η έρευνα διεξήχθη μέσα σε περιορισμένο χρονικό διάστημα, κάτι το οποίο σημαίνει ότι η επανάληψη της στα ίδια άτομα διαφορετική χρονική περίοδο μπορεί να εξάγει διαφορετικά συμπεράσματα.

Αξίζει να σημειωθεί ότι τα ερωτηματολόγια απαντήθηκαν στο χώρο του σχολείου, γεγονός που μπορεί να μετέβαλε τις πραγματικές απαντήσεις των μαθητών οι οποίες μπορεί να ήταν διαφορετικές αν τα ερωτηματολόγια συμπληρώνονταν στον προσωπικό τους χώρο, χωρίς την επιρροή ψυχολογικών παραγόντων (πχ. Ποια είναι η πιο «δεκτή» απάντηση, η οποία δε θα προκαλέσει την αντίδραση των συμμαθητών μου;).

Με βάση λοιπόν τα παραπάνω προτείνεται η επανάληψη της έρευνας στο ίδιο ακριβώς δείγμα σε διαφορετική χρονική περίοδο και η συμπλήρωση του ερωτηματολογίου με διαφορετικό τρόπο κάτι το οποίο θα αποδυναμώσει την όποια επιρροή ψυχολογικών παραγόντων (πχ φόβου απόρριψης, πειράγματος κτλ).

Επίσης, προτείνεται η χρήση του ίδιου εργαλείου (ερωτηματολογίου) σε μεγαλύτερο δείγμα του πληθυσμού, είτε σε όλα τα σχολεία του Ηρακλείου, είτε στην προσθήκη του δείγματος μικρότερων (γυμνάσιο) και μεγαλύτερων ηλικιών (έως 25 ετών), προκειμένου η μελέτη του μεγαλύτερου δείγματος να δώσει περισσότερο

ασφαλή συμπεράσματα τουλάχιστον για το σύνολο του Νομού Ηρακλείου. Επίσης, ταυτόχρονα μπορεί να διεξαχθεί έρευνα στο ίδιο ηλικιακό δείγμα σε άλλες περιοχές της Ελλάδας προκειμένου τα συμπεράσματα από κάθε μέρος της έρευνας να μπορούν να συγκριθούν μεταξύ τους.

Προτείνεται επίσης, η διεξαγωγή αντίστοιχης έρευνας σε μεγαλύτερες ηλικίες (έως 30 ετών) σε άτομα τα οποία εργάζονται έχουν δημιουργήσει οικογένειες κτλ. Προκειμένου να συγκεντρωθούν στοιχεία για τον εθισμό των ατόμων μεγαλύτερων ηλικιών, όπου θα μπορούν να συγκριθούν με στοιχεία μικρότερων ηλικιών και να βρεθούν μέσα από αυτές τις συγκρίσεις τρόποι αντιμετώπισης του φαινομένου του διαδικτυακού εθισμού. Η συγκεκριμένη έρευνα μπορεί να γίνει μέσω ειδικά διαμορφωμένης πλατφόρμας σε Social Media, Blogs και Microblogs προκειμένου να απαντήσουν άτομα που χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο στην καθημερινότητα τους λόγω αυτών των εφαρμογών.

6.3 Αυτοκριτική

Στα πλαίσια εκπόνησης της πτυχιακής μας εργασίας, χρειάστηκε να αφιερώσουμε αρκετό χρόνο στην αναζήτηση κατάλληλου υλικού και βιβλιογραφίας αναφορικά με τον εθισμό των νέων στο διαδίκτυο και στις νέες τεχνολογίες. Σημαντικό είναι να αναφερθεί ότι η πρόσβαση σε έρευνες, ειδικά του εξωτερικού, καθώς, και η ελληνική βιβλιογραφία, αναφορικά με τη θεματολογία της πτυχιακής μας, ήταν περιορισμένη.

Κατά τη διάρκεια της συγγραφής της εργασίας, υπήρξε καλή συνεργασία μεταξύ μας αλλά και με τον υπεύθυνο καθηγητή, ο οποίος, απαντώντας άμεσα σε κάθε προβληματισμό μας, καθώς και με σωστή καθοδήγηση, μας βοήθησε να φτάσουμε στην περάτωση της εργασίας αλλά και στο να υπάρχει δομή και συνοχή σε κάθε κεφάλαιο που αναλύσαμε.

Από την ανάλυση της έννοιας του Διαδικτύου και την παρουσίαση των κινδύνων που παραμονεύουν από τη χρήση του, φτάσαμε στην προσέγγιση του φαινομένου του διαδικτυακού εθισμού των νέων, καθώς και στις βασικές

αιτιολογικές προσεγγίσεις αναφορικά με τους παράγοντες που οδηγούν τους νέους στην ανεξέλεγκτη χρήση του διαδικτύου και τελικώς στις Θεραπευτικές προσεγγίσεις, στο ρόλο της οικογένειας και του Κοινωνικού Λειτουργού.

Όσον αφορά τα δυνατά και αδύνατα σημεία της πτυχιακής μας, αναμφισβήτητα, στα πρώτα κατατάσσουμε την ευκαιρία που δώσαμε στον εαυτό μας να ασχοληθούμε με ένα τόσο σημαντικό και παράλληλα σοβαρό πρόβλημα που αποτελεί μάστιγα της εποχής και όλα δείχνουν, ότι, όσο περνούν τα χρόνια, θα γίνεται ολοένα και μεγαλύτερο. Ασφαλώς είναι πλέον ξεκάθαρο, ότι η εξέλιξη της τεχνολογίας πέρα από την θετική της πλευρά, έχει και την αρνητική, η οποία, σε ορισμένες περιστάσεις την υπερνικά, όπως στις περιπτώσεις του εθισμού και της αποφυγής της "πραγματικότητας" μέσα από την υπεκφυγή στην εικονική πραγματικότητα. Είμαστε βέβαιοι ότι με την αξιοποίηση άλλων ερευνών και επιστημονικών στοιχείων κατοχυρώνουμε ένα πολύτιμο εργαλείο γνώσης, όπου, πιθανότατα, μελλοντικά να αξιοποιηθεί από εμάς, κατά την άσκηση του επαγγέλματός μας.

Από την άλλη, όσον αφορά τα αδύνατα σημεία μας, όπως προαναφερθήκαμε και παραπάνω, κατατάσσουμε τη δυσκολία πρόσβασης σε έρευνες του εξωτερικού. Το γεγονός αυτό αποτέλεσε εμπόδιο στην εκπόνηση της εργασίας μας, καθώς σε κάθε άλλη περίπτωση, θα ήταν περισσότερο βοηθητική η ύπαρξη περισσότερων βιβλιογραφικών αναφορών. Επιπλέον, δυσκολία συνατήσαμε στο κομάτι της έρευνας και συγκεκριμένα στην ανάλυση των αποτελεσμάτων, καθώς, οφείλουμε να παραδεχτούμε ότι η γνώσεις μας σχετικά με τη διεξαγωγή ποσοτικών ερευνών ήταν κάπως περιορισμένες. Τέλος, πρέπει να αναφέρουμε, ότι όλες οι συσχετίσεις σχεδόν ήταν στατιστικά μη σημαντικές, με αποτέλεσμα να μην εξάγονται πολλά συμπεράσματα σχετικά με το προφίλ των "εθισμένων" χρηστών.

Θεωρούμε ότι η πτυχιακή μας εργασία αυτό που προσφέρει στο τομέα της Κοινωνικής Εργασίας είναι μια ολοκληρωμένη εικόνα σχετικά με τη τεχνολογική ανάπτυξη, τη σημερινή χρήση της από τους ανθρώπους, τα θετικά και αρνητικά που έχει να προσφέρει. Επίσης, σκιαγραφεί το πρόβλημα του εθισμού που ξεκινάει πάντα από την γνωριμία και την ελάχιστη χρήση για να καταλήξει σε μια αλόγιστη χρήση που τελικά αποδεικνύεται βλαβερή για το άτομο. Με την συνοπτική παρουσίαση

«Χρήση νέων τεχνολογιών και εθισμός στο διαδίκτυο σε μαθητές λυκείου, στο κέντρο του Ηρακλείου»

μεθόδων και τεχνικών για τη θεραπεία αυτής της χρήσης, καθώς δε θα μπορούσαμε να δώσουμε μια αναλυτική εικόνα για αυτές τις θεραπείες, αποκτήσαμε κάποια εφόδια για την αντιμετώπιση του φαινομένου και ένα χρήσιμο εγχειρίδιο για να ανατρέχουμε σε περιπτώσεις αντιμετώπισης τέτοιων περιστατικών.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- [1]. «Ο παγκόσμιος πληθυσμός του Διαδικτύου έφτασε τα 2,27 δισ (infographic)», (20/4/2012), [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.skai.gr/news/technology/article/200873/o-pagosmios-plithusmos-tou-diadiktuou-efitase-ta-227-dis-infographic/#ixzz2VFPS5xel (Ανακτήθηκε στις 4/6/2013)].
- [2]. «Πρώτη η Ελλάδα στην εξάρτηση από το Διαδίκτυο», [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.healthview.gr/old/%CE%B5%CF%80%CE%B9%CF%83%CF%84%CE%B7%CE%BC%CE%BF%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CE%AC-%CE%BD%CE%AD%CE%B1/%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%AC%CE%B4%CE%B1/%CF%80%CF%81%CF%8E%CF%84%CE%B7-%CE%B7-%CE%B5%CE%BB%CE%BB%CE%AC%CE%B4%CE%B1-%CF%83%CF%84%CE%B7%CE%BD-%CE%B5%CE%BE%CE%AC%CF%81%CF%84%CE%B7%CF%83%CE%B7-%CE%B1%CF%80%CF%8C-%CF%84%CE%BF-%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CE%B4%CE%AF%CE%BA%CF%84%CF%85%CE%BF, Ανακτήθηκε στις 5/6/2013].
- [3]. Μπάκος Ιάσωνας, (2011), «Εφηβεία και Τεχνολογία».
- [4]. Dertuzos M., Gates, B., (1997), «What will Be: How the New World of Information Will Change Our Lives».
- [5]. Ματθαίου &, (2002), «Η εκπαίδευση απέναντι στις προκλήσεις του 21ου αιώνα», Εκδόσεις Λιβάνη.
- [6]. Κάλλας Γιάννης, (2006), «Η κοινωνία της πληροφορίας και ο νέος ρόλος των κοινωνικών επιστημών», Εκδόσεις Νεφέλη.
- [7]. Wilson, B., Ludwig-Hardman, S., Thornam. C., & Dunlap, J. (2004). Bounded Community: Designing and facilitating learning communities in formal courses. The

International Review of Research in Open and Distance Learning. Vol 5, No3.

Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο:

www.irrodl.org/index.php/irrodl/article/viewArticle/204, Ανακτήθηκε στις

13/09/2013).

[8]. Βασάλα, Π., & Μότσιος, Γ. (2007). Η Εισαγωγική Επιμόρφωση των εκπαιδευτικών Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης: Συμβατικά ή εξ αποστάσεως προγράμματα; Εκπαίδευση Ενηλίκων, 11, 12-20.

[9]. Αβραάμ, Ε., & Μαυροειδής, Η. (2002). Εξ αποστάσεως εκπαίδευση και εκπαίδευση εκπαιδευτικών. Δυνατότητες και προοπτικές. Πρακτικά Εισηγήσεων 2ου Διεθνούς Συνεδρίου: Η παιδεία στην αυγή του 21ου αιώνα. Ιστορικοσυγκριτικές προσεγγίσεις, Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης Πανεπιστημίου Πατρών.

Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο:

www.elemedu.upatras.gr/eriande/synedria/synedrio2/periexomena.htm, Ανακτήθηκε

στις (13/09/2013).

[10]. Κουτσονίκος, Ι. (2001). Εξ αποστάσεως επαγγελματική κατάρτιση με χρήση του Internet: η περίπτωση του Συστήματος Τηλεκατάρτισης TELNET. Πρακτικά εισηγήσεων 1ου Πανελληνίου Συνεδρίου Ανοικτής και εξ Αποστάσεως Εκπαίδευσης.

Πάτρα: ΕΑΠ. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο:

www.eap.gr/news/EXAGGELIA_SYNEDRIOU/synedrio/html/sect1/15.htm

Ανακτήθηκε στις (13/09/2013).

[11]. Μπότσης Ταξιάρχης, Χαλκιώτης Στέλιος, (2005), «Πληροφορική Υγείας. Η εφαρμογή της Πληροφορικής στο χώρο της υγείας», Εκδόσεις Διάλογος.

[12]. «Ιστορία – Εργαλεία Διαδικτύου», [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: 5sekacharn.att.sch.gr/daidalos/html/history.html, Ανακτήθηκε στις 4/6/2013].

- [13]. «Η ιστορία του Διαδικτύου» [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: el.wikipedia.org/wiki/%CE%94%CE%B9%CE%B1%CE%B4%CE%AF%CE%BA%CF%84%CF%85%CE%BF, Ανακτήθηκε στις 4/6/2013].
- [14]. Γκατζιαλίδης, Χ, (2009) «Ο νέος παγκόσμιος ιστός και οι υπηρεσίες κοινωνικής δικτύωσης», Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: invenio.lib.auth.gr/record/113890. Ανακτήθηκε 4/6/2013]
- [15]. Κούρτη Ευαγγελία, (2003), «Η επικοινωνία στο διαδίκτυο», Σύγχρονες Μορφές Επικοινωνίας, Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα.
- [16]. Kahn, R., Cerf, V., (1999), «What is The Internet (And What Makes It Work)», Internet Policy Institute [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.cnri.reston.va.us/what_is_internet.html , Ανακτήθηκε 4/6/2013].
- [17]. Γουλτίδης Χρήστος, (2004) «Ecdl 4 γρήγορα και απλά», Αθήνα, Κλειδάριθμος.
- [18]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.e-yliko.gr/htmls/pc_use/searches.aspx Ανακτήθηκε στις 14/6/2013].
- [19]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: el.wikipedia.org/wiki/%CE%97%CE%BB%CE%B5%CE%BA%CF%84%CF%81%CE%BF%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CF%8C_%CF%84%CE%B1%CF%87%CF%85%CE%B4%CF%81%CE%BF%CE%BC%CE%B5%CE%AF%CE%BF Ανακτήθηκε στις 14/6/2013].
- [20]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: el.wikipedia.org/wiki/%CE%97%CE%BB%CE%B5%CE%BA%CF%84%CF%81%CE%BF%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CF%8C_%CE%B5%CE%BC%CF%80%CF%8C%CF%81%CE%B9%CE%BF Ανακτήθηκε στις 14/6/2013].

- [21]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.saferinternet.gr/index.php?objId=Category18&childobjId=Category24&parentobjId=Page2 Ανακτήθηκε στις 14/6/2013].
- [22]. Μαλαμάτη Α., Κασφίκης Ν., Κατανού Β., «Κοινωνικά Δίκτυα», Πτυχιακή Εργασία, [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: invenio.lib.auth.gr/record/114265/files/ptuxiaki.pdf?version, Ανακτήθηκε στις 10/9/2013].
- [23]. «Τα 10 κοινωνικά δίκτυα με τη μεγαλύτερη αξία», 6/3/2012, [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.tovima.gr/media/article/?aid=447060, Ανακτήθηκε στις 10/9/2013].
- [24]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: Epp.eurostat.ec.europa.eu Ανακτήθηκε στις 14/6/2013].
- [25]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.observatory.gr/Files/press_releases/WEBTRENDS_PR_%CE%A4%CE%AC%CF%83%CE%B5%CE%B9%CF%82_%CF%83%CF%84%CE%B7_%CF%87%CF%81%CE%AE%CF%83%CE%B7_%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CE%B4%CE%B9%CE%BA%CF%84%CF%8D%CE%BF%CF%85.pdf Ανακτήθηκε στις 14/6/2013].
- [26]. «Eurostat: Οι μισοί Έλληνες δεν έχουν χρησιμοποιήσει ποτέ το Διαδίκτυο», [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.tovima.gr/society/article/?aid=434825 Ανακτήθηκε στις 10/9/2013].
- [27]. «Internet: 5η σε ανάπτυξη η Ελλάδα, 25η σε κατάταξη» [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.enet.gr/?i=news.el.article&id=234179 Ανακτήθηκε στις 10/9/2013].
- [28]. Παπαματθαίου Μ., (03/10/2012), «Μια παράλληλη ζωή μέσω Διαδικτύου ζουν οι έφηβοι», Το βήμα Κοινωνία, [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο www.tovima.gr/society/article/?aid=477747, Ανακτήθηκε στις 10/9/2013].

- [29]. [«Εφηβοι, τεχνολογία και κοινωνική δικτύωση...»](#), 25/07/2010, [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο www.inews.gr/29/efivoi-technologia-kai-koiononiki-diktyosi.htm, Ανακτήθηκε στις 10/9/2013].
- [30]. ΣΕΠΕ news, (2005), «Η Νέα γενιά χρησιμοποιεί την Ψηφιακή Τεχνολογία», Τεύχος 15.
- [31]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.statistics.gr/portal/page/portal/ESYE, Ανακτήθηκε στις 10/9/2013].
- [32]. [«Eurostat, Η χρήση του διαδικτύου από τους Έλληνες»](#), [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: techblog.gr/internet/observatory-eurostat-greece-internet-3997/ Ανακτήθηκε στις 10/9/2013].
- [33]. Dertuzos, M. and Gates, B. (1997), «What will Be: How the New World of Information Will Change Our Lives», USA: Harper San Francisc.
- [34]. «Οι κίνδυνοι στο Internet: Συμβουλές» [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: gym-melig.mes.sch.gr/kindinoi%20sto%20internet.html Ανακτήθηκε στις 13/6/2013].
- [35]. 35 «Διαδικτυακοί Κίνδυνοι», Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: hermes.di.uoa.gr/exe_activities/diadiktio/13____.html, Ανακτήθηκε στις (13/09/2013).
- [36]. Σιώμος Κ., Φλώρος Γ., 2012, «Εθισμός στο Διαδίκτυο και Άλλες διαδικτυακές συμπεριφορές υψηλού κινδύνου», εκδόσεις Λιβάνη, Αθήνα.
- [37]. Lanier, J., Minsky, M., Fisher, S. and Druin, A. (1989) Virtual Environments And Interactivity: Windows To The Future, ACM Siggraph Panel Proceedings.
- [38]. Subrahmanyam, K., Greenfield, P., Kraut, R., & Gross, E., (2001) «The impact of computer use on children's and adolescents' development», Journal of Applied Developmental Psychology, 22: 7-30

- [39]. «Cyber bullying: Ο εκφοβισμός στο διαδίκτυο» [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: thesecretrealtruth.blogspot.com/2012/12/cyber-bullying.html, Ανακτήθηκε στις 13/6/2013].
- [40]. Keith, S., & Martin, M. E. (2005). Cyber-Bullying: Creating a culture of respect 59 in a cyber world. *Reclaiming Children and Youth: The Journal of Strength-based Interventions*, 13(4), 224.
- [41]. Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001), «Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction». *Cyber Psychology and Behavior*, 4, 377–383.
- [42]. Kowalski, R. M., Limber, S. P., & Agatston, P. W. (2007). *Cyber Bullying : Bullying in the Digital Age*. Grand Rapids: Blackwell Limited.
- [43]. Kowalski, R., Limber, S., Zane, K., & Hassenfedt, T. (2008). *Cyber Bullying: Bullying in the Digital Age*. Paper presented at the annual meeting at the Southeastern Psychological Association, Charlotte, NC.
- [44]. Owens, L., Shute, R., & Slee, P. (2000). «I'm in and you are out...»: Explanations for teenage girls indirect aggression. *Psychological Evolution of Gender*, 2, 19-46.
- [45]. Mitchell KJ, Finkelhor D, Wolak J (2001) «Risk factors and Impact of online sexual solicitation of youth» *JAMA* 285: 3011-3014.
- [46]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: el.wikibooks.org/wiki/%CE%A4%CE%B5%CF%87%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CE%AE_%CE%9D%CE%BF%CE%BC%CE%BF%CE%B8%CE%B5%CF%83%CE%AF%CE%B1_%CE%93%CE%B9%CE%B1_%CE%9C%CE%B7%CF%87%CE%B1%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CF%8D%CF%82_%CE%A0%CE%BB%CE%B7%CF%81%CE%BF%CF%86%CE%BF%CF%81%CE%B9%CE%BA%CE%AE%CF%82/%CE%97%CE%BB%CE%B5%CE%BA%CF%84%CF%81%CE]

%BF%CE%BD%CE%B9%CE%BA%CF%8C_%CE%88%CE%B3%CE%BA%CE%BB%CE%B7%CE%BC%CE%B1 Ανακτήθηκε στις 13/6/2013].

- [47]. Αργυρόπουλος, Ανδρέας Δ., (2001), «Ηλεκτρονική Εγκληματικότητα». Αθήνα: Αντ. Ν. Σάκκουλας.
- [48]. Steven Furnell, (2006), «Κυβερνοέγκλημα,, καταστρέφοντας την κοινωνία της πληροφορίας», μετάφραση Φωτεινή Μηλιώνη, Αθήνα, εκδόσεις Παπαζήση, σελ.26,28.
- [49]. Mitchell, (2000), Internet addiction: genuine diagnosis or not. Lancet, , 355(9204), 632.
- [50]. Shapira N A. et al, (2003), Problematic Internet Use: Proposed Classification and Diagnostic Criteria. Depression and Anxiety, 17: 207-216.
- [51]. Goldberg, I., (1996) «Internet Addiction. Electronic message posted to Research Discussion List».
- [52]. Young, KS, (1996), «Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder», Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking; 1(3): 237-244.
- [53]. «Εθισμός στο Διαδίκτυο», (Μάιος 2013) [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: el.wikipedia.org/wiki/%CE%95%CE%B8%CE%B9%CF%83%CE%BC%CF%8C%CF%82_%CF%83%CF%84%CE%BF_%CE%94%CE%B9%CE%B1%CE%B4%CE%AF%CE%BA%CF%84%CF%85%CE%BF , Ανακτήθηκε στις 11/6/2013].
- [54]. «Εξαρτήσεις από το Διαδίκτυο», (Μάιος 2009), Μονάδα Απεξάρτησης «18 Άνω», Ψυχιατρικό Νοσοκομείο Αττικής, [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: internetaddiction18ano.wordpress.com, Ανακτήθηκε στις 11/6/2013].
- [55]. «Οι Αιτίες του Εθισμού» [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: netaddiction.site90.net/index.php/aities Ανακτήθηκε στις 12/6/2013].

- [56]. Sue, D., Sue, D., & Sue, S, (1994) «Understanding Abnormal Behavior». Boston: Houghton Mifflin.
- [57]. Ferris J R., (1997) «Internet Addiction Disorder: Causes, Symptoms and Consequences», [Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: www.chem.vt.edu-dept/dessy/honors/papers/ferris.html, Ανακτήθηκε στις 12-06-2013].
- [58]. Φρέσκου Αλίκη, «Εθισμός στο Διαδίκτυο, χρήση και κατάχρηση Διαδικτύου σε Παιδιά και Εφήβους», [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: enews.cytanet.com.cy/HLN/2011/Feb/21/pdf/Aliki.Freskou.pdf, Ανακτήθηκε στις 11/6/2013].
- [59]. Gossop, M ., Grand, M., (1994) Κατάχρηση ουσιών. Πρόληψη και έλεγχος, Μετάφραση: Σιάτρας Δημήτρης, Αθήνα: Εκδόσεις Βήτα, ο.π. Κωνσταντινίδου Σ., Μαντζανάρη Κ., 2008, 'Εξάρτηση από τα ναρκωτικά', Πτυχιακή εργασία.
- [60]. Pallanti, S . , Bernardi, S. , Quercioli, L., (2006) ' The Shorter PROMIS Questionnaire and the Internet Addiction Scale in the assessment of multiple addictions in a high - school population: prevalence and related disability; CNS Spectrums, 11(12): 966 - 74.
- [61]. Μάτσα, Κ., (2009), «Εξάρτηση από το Διαδίκτυο: η πιο σύγχρονη μορφή τοξικομανίας», Τετράδια Ψυχιατρικής No 108, σελ 81-84.
- [62]. «The 1995 APA Survey of 1992 Psychology Baccalaureate Recipients» [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.apa.org/workforce/publications/95-bacc/, Ανακτήθηκε στις 12/6/2013].
- [63]. Morahan-Martin J. & Schumacher P, (2000), «Incidence and correlates of pathological Internet use among college students». Computers in Human Behavior, 16:13-29.

- [64]. Griffiths, M.D. (1998), «Internet addiction: Does it really exist?», In J. Gackenbach (Ed.), *Psychology and the Internet: Intrapersonal, Interpersonal and Transpersonal Applications*. pp. 61-75. New York: Academic Press.
- [65]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.psychiatry.org/practice/dsm/dsm-iv-tr, Ανακτήθηκε στις 12/6/2013].
- [66]. Ανδριτσόπουλος Ι., (11/01/2011), «Κολλημένοι με το Ίντερνετ οι Έλληνες έφηβοι», εφημ. Τα Νέα.
- [67]. Ελληνικός Κόμβος Ασφαλούς Διαδικτύου [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.saferinternet.gr Ανακτήθηκε στις 16/8/2013].
- [68]. Τσίτσικα, Α., Φρέσκου, Α., (31 Μαρτίου - 5 Απριλίου 2008) «Χρήση και Κατάχρηση Διαδικτύου», Πρακτικά 1ου Εντατικού Σεμιναρίου στην Εφηβική Ιατρική, [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.youth-health.gr/gr/index.php?I=6&J=2&K=42, Ανακτήθηκε στις 16/8/2013].
- [69]. Τσίτσικα, Α., Κορμάς Γ., Φρέσκου, Α., Γιωτάκος, Ο., Μαραγκού, Ε., Σταθόπουλος Α., Τζαβάρα ,Χ., Κριτσέλη, Ε., Κωνσταντουλάκη, Ε., Καφετζής, Δ., (2009) Έφηβοι με συμπτώματα εθισμού στο Διαδίκτυο: Πρόκειται για την κορυφή ενός παγόβουνου;. Πρακτικά 2ου Εντατικού Σεμιναρίου Εφηβικής Ιατρικής [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.youth-health.gr/gr/index.php?I=5&J=2&K=7, Ανακτήθηκε στις 16/8/2013].
- [70]. «Εξαρτημένοι από το Ίντερνετ είναι δεκατρείς στους εκατό φοιτητές, σύμφωνα με έρευνα του ΤΕΙ Αθήνας», 19/5/2009, «Το Βήμα» [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.tovima.gr/society/article/?aid=268799, Ανακτήθηκε στις 30/8/2013].

- [71]. Σιώμος Κωνσταντίνος, 09/12/2011 «Εθισμός στο διαδίκτυο. Μια έρευνα στα Λασιδιά με 884 μαθητές», [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.paideia-news.com/index.php?id=109&hid=1584, Ανακτήθηκε στις 30/8/2013].
- [72]. «Uso e abuso rete», (14/6/2013) [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.unipd.it/ilbo/content/uso-e-abuso-della-rete Ανακτήθηκε στις 23/8/2013].
- [73]. Revoir Paul, (29/03/2012), «Addicted to the net: Adults spend 15 hours a week online (that's five more than six years ago), [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.dailymail.co.uk/news/article-2122454/Internet-addiction-Adults-spend-15-hours-week-online-thats-hours-years-ago.html, Ανακτήθηκε στις 23/8/2013].
- [74]. Young KS, Nabuco de Abreu C. Internet Addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment. New Jersey: John Wiley & Sons Inc; 2011.
- [75]. Στεργίου Έλλη, (13/3/2007) «Ναρκωτικό το Διαδίκτυο;», Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: portal.kathimerini.gr/4dcgi/_w_articles_kathextra_5577_13/03/2007_184425, Ανακτήθηκε στις (18/09/2013).
- [76]. Olson Marie – Louise, (23/12/2011), «Young people spend nearly 10 hours a day online [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.thenational.ae/national/jsp/community/national_article_the_most_viewed.jsp?section=News Ανακτήθηκε στις 23/8/2013].
- [77]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.psyx.gr/content/gr/gno.html, Ανακτήθηκε στις 4/9/2013].
- [78]. «Γνωσιακή-Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία» [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: ibrt.gr/edu/node/69, Ανακτήθηκε στις 4/9/2013].
- [79]. Διαθέσιμο στο δικτυακό τόπο: www.lyrakos.gr/support/addictions Ανακτήθηκε στις (18/09/2013).

- [80]. Orzack, M.H, Mon, 5 Aug 1996, «Internet Addiction Treatment. Electronic message posted to Research List», [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.cmhc.com/mlists/research/ Ανακτήθηκε στις 4/9/2013].
- [81]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.dromostherapeia.gr/diafores-enallaktikes-therapeies/ti-einai-olistiki-psihotharapeia.html, Ανακτήθηκε στις 4/9/2013].
- [82]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: skf.uoc.gr/studadvice/publications/group-therapy.html Ανακτήθηκε στις 4/9/2013].
- [83]. Σιώμος Ε . Κωνσταντίνος, Μπραϊμνιώτης Δημήτριος, Καραγιαννάκη – Καστάνη Ιωάννα, (27-29/11/2009), «Έρευνα Πρόληψη Αντιμετώπιση των κινδύνων στη χρήση του Διαδικτύου», Ελληνική Εταιρεία Μελέτης του Διαδικτυακού Εθισμού.
- [84]. Καλλινικάκη, Θ., (1998), «Κοινωνική Εργασία. Εισαγωγή στη Θεωρία και την Πρακτική της Κοινωνικής Εργασίας», Αθήνα, Ελληνικά Γράμματα.
- [85]. Τσίτουρας Σ., (1990), «Φροντίδα για την οικογένεια», Αθήνα.
- [86]. Σταθόπουλος, Π. (2005), «Κοινωνική Πρόνοια: Ιστορική Εξέλιξη – Νέες Κατευθύνσεις», Αθήνα, Παπαζήση.
- [87]. Κανδυλάκη, Α., (2004), «Η Συμβουλευτική στην Κοινωνική Εργασία. Δεξιότητες Επικοινωνίας και Τεχνικές Παρέμβασης», Αθήνα, Μετασπουδή.
- [88]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: hasiad.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=19&Itemid=5&lang=el Ανακτήθηκε στις 6/9/2013].
- [89]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: www.youth-health.gr/gr, Ανακτήθηκε στις 6/9/2013].
- [90]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο: internetaddiction18ano.wordpress.com/2009/05/25/%CE%AD%CE%BD%CE%B1%C

F%81%CE%BE%CE%B7-

%CE%BB%CE%B5%CE%B9%CF%84%CE%BF%CF%85%CF%81%CE%B3%CE

%AF%CE%B1%CF%82-

%CF%84%CE%BC%CE%AE%CE%BC%CE%B1%CF%84%CE%BF%CF%82-

%CE%B3%CE%B9%CE%B1-%CF%84%CE%B7%CE%BD-%CE%B1/,

Ανακτήθηκε στις 6/9/2013].

[91]. [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο:

www.ippokratis.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=83&Itemid=99,

Ανακτήθηκε στις 6/9/2013].

[92]. Ποινικός κώδικας [Διαθέσιμο στον δικτυακό τόπο:

www.ministryofjustice.gr/site/kodikis/%CE%95%CF%85%CF%81%CE%B5%CF%8

[4%CE%AE%CF%81%CE%B9%CE%BF/%CE%A0%CE%9F%CE%99%CE%9D%CE](http://www.ministryofjustice.gr/site/kodikis/%CE%95%CF%85%CF%81%CE%B5%CF%8)

[E%99%CE%9A%CE%9F%CE%A3%CE%9A%CE%A9%CE%94%CE%99%CE%9](http://www.ministryofjustice.gr/site/kodikis/%CE%95%CF%85%CF%81%CE%B5%CF%8)

[A%CE%91%CE%A3/tabid/432/language/el-GR/Default.aspx](http://www.ministryofjustice.gr/site/kodikis/%CE%95%CF%85%CF%81%CE%B5%CF%8), Ανακτήθηκε στις

8/9/2013].

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α: ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ ΕΡΕΥΝΑΣ

«ΧΡΗΣΗ ΝΕΩΝ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΚΑΙ ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΣΕ
ΜΑΘΗΤΕΣ ΛΥΚΕΙΟΥ ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΟΥ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ»

ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Τάξη: Α Λυκείου Β Λυκείου Γ Λυκείου

Φύλο: Αγόρι Κορίτσι

1. Πόσο συχνά διαπιστώνετε ότι παραμένετε σε σύνδεση με τον Υπολογιστή, περισσότερο από ό, τι αρχικά σκοπεύατε;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

2. Πόσο συχνά παραμελείτε την απασχόληση στο σπίτι, προκειμένου να περάσετε περισσότερο χρόνο σε σύνδεση με τον Υπολογιστή;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

3. Πόσο συχνά προτιμάτε την συγκίνηση που σας προσφέρει η ενασχόληση με τον Υπολογιστή, από την επαφή με ένα δικό σας πρόσωπο;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

4. Πόσο συχνά δημιουργείτε νέες φιλίες με άλλους χρήστες του Διαδικτύου;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

5. Πόσο συχνά οι άνθρωποι του περιβάλλοντός σας διαμαρτύρονται για το χρόνο που περνάτε σε σύνδεση με τον Υπολογιστή;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

6. Πόσο συχνά οι βαθμοί ή η σχολική σας απόδοση επηρεάζονται αρνητικά, λόγω του χρόνου που περνάτε σε σύνδεση με τον Υπολογιστή;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

7. Πόσο συχνά ελέγχετε το Ηλεκτρονικό Ταχυδρομείο (e-mail), πριν από κάτι άλλο που πρέπει να κάνετε;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

8. Πόσο συχνά η μαθητική σας απόδοση ή η παραγωγικότητα επηρεάζεται αρνητικά εξαιτίας της ενασχόλησης σας με τον Υπολογιστή;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

9. Πόσο συχνά προσπαθείτε να δικαιολογηθείτε ή λέτε ψέματα, όταν κάποιος σας ρωτά τί ακριβώς κάνετε, όταν είστε σε σύνδεση με τον Υπολογιστή;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

10. Πόσο συχνά απωθείτε τις δυσάρεστες σκέψεις για τη ζωή σας, χρησιμοποιώντας καθησυχαστικές σκέψεις που σχετίζονται με τη χρήση του Υπολογιστή;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

11. Πόσο συχνά συλλαμβάνετε τον εαυτό σας να ανυπομονεί να ασχοληθεί και πάλι με τον Υπολογιστή;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

12. Πόσο συχνά νιώθετε το φόβο πως η ζωή χωρίς τον Υπολογιστή θα ήταν βαρετή, κενή και δίχως χαρά;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

13. Πόσο συχνά γίνεστε απότομος, φωνάζετε ή αντιδράτε με εκνευρισμό, αν κάποιος σας ενοχλήσει κατά τη διάρκεια της σύνδεσής σας με τον Υπολογιστή ;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

14. Πόσο συχνά χάνετε τον ύπνο σας, εξαιτίας της μεταμεσονύχτιας σύνδεσής σας με τον Υπολογιστή;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

15. Πόσο συχνά νιώθετε να σας απασχολεί η σύνδεση, ενώ βρίσκεστε εκτός Υπολογιστή και πόσο συχνά φαντασιώνεστε ότι είστε σε σύνδεση;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

16. Πόσο συχνά συλλαμβάνετε τον εαυτό σας να λέει κατά τη διάρκεια της σύνδεσης «λίγα μόνο λεπτά ακόμα;»

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

17. Πόσο συχνά κάνετε προσπάθειες να περιορίσετε το χρόνο που περνάτε σε σύνδεση με τον Υπολογιστή και αποτυγχάνετε;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

18. Πόσο συχνά προσπαθείτε να κρύψετε το χρόνο που έχετε περάσει σε σύνδεση με τον Υπολογιστή;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

19. Πόσο συχνά προτιμάτε να περάσετε περισσότερο χρόνο σε σύνδεση με τον Υπολογιστή απ' ό, τι να βγείτε έξω με φίλους;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

20. Πόσο συχνά, όταν βρίσκεστε εκτός σύνδεσης, νιώθετε θλιμμένος, κακόκεφος ή νευρικός, κάτι που εξαφανίζεται όταν επιστρέφετε στη σύνδεση;

1 = καθόλου 2 = σπάνια 3 = περιστασιακά 4 = συχνά 5 = πάντα

21. Πιστεύετε ότι θα μπορούσατε να μείνετε χωρίς υπολογιστή ένα ολόκληρο καλοκαίρι?

Παρακαλώ, αιτιολογείστε την απάντησή σας:

.....

.....

.....

.....

.....

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β: ΦΟΡΕΙΣ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΩΝ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΥ ΕΘΙΣΜΟΥ

❖ Ελληνική Εταιρία Μελέτης της Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο

Η Ελληνική εταιρεία μελέτης της διαταραχής του Εθισμού στο Διαδίκτυο, συστάθηκε με σκοπό, κοινωφελή και επιστημονικό. Πιο συγκεκριμένα, ενώπιον της συνεχούς αύξησης των εθισμένων χρηστών του διαδικτύου, επικεντρώθηκε στη μελέτη, στην αντιμετώπιση της Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο, καθώς και στη πρόληψη των δυσμενών συνεπειών της μη έγκαιρης διάγνωσης της Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο.

Από το 2008, δημιούργησε το πρώτο ειδικό εξωτερικό ιατρείο, με τη Λάρισα, το οποίο παρέχει εξειδικευμένες υπηρεσίες ψυχικής υγείας, επικεντρωμένες στην αντιμετώπιση του εθισμού των παιδιών και των εφήβων στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές και στο διαδίκτυο.

Οι στόχοι της λειτουργίας του ιατρείου αφορούν:

- i. Την εξέταση όλων των εφήβων 10-18 ετών με προβληματική χρήση των ηλεκτρονικών υπολογιστών και του διαδικτύου.
- ii. Τη διάγνωση του εθισμού των εφήβων στους Ηλεκτρονικούς Υπολογιστές με την Κλίμακα εθισμού των εφήβων στους Η.Υ (Κ.Ε.ΕΦ.Υ) και την κλίμακα YDQ (Diagnostic Questionnaire for Internet Addiction), των 8 ερωτήσεων για τον εθισμό στο Διαδίκτυο, βασισμένο στα κριτήρια του DSM-IV για το παθολογικό τυχερό παιχνίδι το οποίο μεταφράστηκε στην Ελληνική γλώσσα.
- iii. Τη θεραπευτική αντιμετώπιση των διαγνωσμένων περιπτώσεων εθισμού στο διαδίκτυο.

Μέχρι σήμερα, έχουν επισκεφθεί το ιατρείο 20 κλινικά περιστατικά και ο αριθμός των επισκεπτών αυξάνεται σημαντικά [88]

❖ Μονάδα Εφηβικής Υγείας – Νοσοκομείο Παίδων «Π. & Α. Κυριακού»

Το Νοσοκομείο Παίδων «Π. & Α. Κυριακού», διαθέτει μία πολύ οργανωμένη ομάδα στήριξης και αντιμετώπισης περιστατικών διαδικτυακού εθισμού. Η μονάδα,

στηρίζει εφήβους και νέους οι οποίοι έχουν εθιστεί στη χρήση του διαδικτύου, στηρίζει ψυχολογικά τις οικογένειες των ασθενών, ενώ παρέχει και συμβουλές στους γονείς με στόχο την πρόληψη της «εξάρτησης» των παιδιών από το διαδίκτυο. Τονίζει στο οικογενειακό περιβάλλον των νέων και των εφήβων και μελετά τις συμπεριφορές των εθισμένων διαδικτυακών χρηστών:

- i. Εκνευρισμός όταν το παιδί σας είναι εκτός Διαδικτύου
- ii. Χρήση του Διαδικτύου πολύ περισσότερο από το προτιθέμενο
- iii. Ξαφνική σχολική αποτυχία
- iv. Διαταραχές ύπνου και αλλαγή των συνηθειών ύπνου
- v. Μειωμένη φυσική δραστηριότητα
- vi. Διαταραχή στις οικογενειακές και διαπροσωπικές σχέσεις
- vii. Αλλαγή των συνηθειών του παιδιού σας, όπως π.χ. παραμέληση φίλων, αγαπημένων χόμπι
- viii. Παραμέληση της προσωπική υγιεινής.

Τα ανωτέρω χαρακτηριστικά, είναι ορισμένα από μία πληθώρα προβληματικών συμπεριφορών, οι οποίες καλό είναι να διαπιστώνονται εγκαίρως από τους γονείς, για την άμεση αντιμετώπιση του φαινομένου.

Αξίζει να σημειωθεί ότι η Μονάδα Εφηβικής Υγείας του νοσοκομείου Παιδών «Π. & Α. Κυριακού», διαθέτει γραμμή υποστήριξης η οποία απευθύνεται σε παιδιά, εφήβους και τις οικογένειές τους, παρέχοντας υποστήριξη και συμβουλές για θέματα που σχετίζονται με τη χρήση του διαδικτύου, του κινητού τηλεφώνου και των ηλεκτρονικών παιχνιδιών. Είναι χωρίς χρέωση για αστικές και υπεραστικές κλήσεις, στελεχώνεται από εξειδικευμένους παιδοψυχολόγους σε θέματα χρήσης – κατάχρησης διαδικτύου για τα παιδιά και τους εφήβους. Λειτουργεί στη Μονάδα Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.), στο Παράρτημα του Νοσοκομείου Παιδών «Π. & Α. Κυριακού». με την προϋπόθεση ότι οι γονείς θα κινητοποιηθούν μόλις εντοπίσουν ορισμένα συμπτώματα και θα ζητήσουν βοήθεια από ειδικούς [89].

❖ Τμήμα Θεραπείας & Αντιμετώπισης Προβληματικής Χρήσης Διαδικτύου για Ενήλικες στα πλαίσια της μονάδας απεξάρτησης «18 Άνω» Ψ. Ν.Α.

Το τμήμα θεραπείας & αντιμετώπισης προβληματικής χρήσης διαδικτύου είναι συστάθηκε εντός της μονάδας απεξάρτησης «18 Άνω» του Ψυχιατρικού Νοσοκομείου Αττικής και είναι το μοναδικό έως σήμερα στην Ελλάδα, το οποίο αντιμετωπίζει περιστατικά μόνο ενηλίκων εθισμένων διαδικτυακών χρηστών [90].

❖ Ιπποκράτειο Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης

Στο βωμό στήριξη των εθισμένων χρηστών του διαδικτύου, κινείται και η ψυχιατρική μονάδα, στο Ιπποκράτειο νοσοκομείο Θεσσαλονίκης, η οποία δημιουργήθηκε για την θεραπεία των εφήβων και των νέων στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές, τα ηλεκτρονικά παιχνίδια και το διαδίκτυο και καλύπτει τις ανάγκες του βόρειου τμήματος της χώρας. Σε πολύ σοβαρές περιπτώσεις, ενδέχεται η νοσηλεία των ασθενών στην Ψυχιατρική Κλινική Παιδιών και Εφήβων του Νοσοκομείου [91].

❖ Συμβουλευτική υπηρεσία φοιτητών προς αντιμετώπιση της παθολογικής χρήσης Η/Υ και Διαδικτύου

Η υπηρεσία δημιουργήθηκε, με στόχο την κάλυψη των αναγκών σε εξειδικευμένες υπηρεσίες ψυχικής υγείας που αφορούν τη προβληματική χρήση Η/Υ και Διαδικτύου στον ευαίσθητο πληθυσμό των φοιτητών σε ιδρύματα Ανώτερης και Ανώτατης εκπαίδευσης στη πόλη της Θεσσαλονίκης.

Η Β' Πανεπιστημιακή Ψυχιατρική κλινική έχοντας ήδη αναπτύξει από το 1986 συμβουλευτικό σταθμό Ψυχικής Υγείας που απευθύνεται στο φοιτητικό πληθυσμό της πόλης της Θεσσαλονίκης, επεκτείνει τη κάλυψη ώστε να βοηθήσει στην αντιμετώπιση των προβλημάτων που αναπτύχθηκαν στα πλαίσια της διάδρασης των νέων τεχνολογιών με τον άνθρωπο [88].

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Γ: ΑΡΘΡΑ ΠΟΙΝΙΚΟΥ ΚΩΔΙΚΑ, ΑΝΑΦΟΡΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΩΝ ΧΡΗΣΤΩΝ ΑΠΟ ΤΟ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ ΕΓΚΛΗΜΑ

Άρθρο 337

«Προσβολή της γενετήσιας αξιοπρέπειας» [92]

1. Όποιος με ασελγείς χειρονομίες ή προτάσεις που αφορούν ασελγείς πράξεις, προσβάλλει βάνουσα την αξιοπρέπεια άλλου στο πεδίο της γενετήσιας ζωής του τιμωρείται με Φυλάκιση μέχρι ενός έτους ή χρηματική ποινή.
2. Με Φυλάκιση τριών μηνών μέχρι δύο ετών τιμωρείται η πράξη της προηγούμενης παραγράφου, αν ο παθών είναι νεότερος από 12 ετών.
3. Ενήλικος, ο οποίος μέσω **διαδικτύου** ή άλλου μέσου επικοινωνίας, αποκτά επαφή με πρόσωπο που δεν συμπλήρωσε τα δεκαπέντε έτη και, με χειρονομίες ή προτάσεις ασελγείς, προσβάλλει την αξιοπρέπεια του ανηλίκου στο πεδίο της γενετήσιας ζωής του, τιμωρείται με Φυλάκιση τουλάχιστον δύο ετών. Αν η πράξη τελείται κατά συνήθεια ή αν επακολούθησε συνάντηση, ο ενήλικος τιμωρείται με φυλάκιση τουλάχιστον τριών ετών.
4. Ενήλικος, ο οποίος μέσω **διαδικτύου** ή άλλου μέσου επικοινωνίας, αποκτά επαφή με πρόσωπο που εμφανίζεται ως ανήλικο κάτω των δεκαπέντε ετών και, με χειρονομίες ή προτάσεις ασελγείς, προσβάλλει την αξιοπρέπεια του στο πεδίο της γενετήσιας ζωής του, τιμωρείται με Φυλάκιση τουλάχιστον ενός έτους. Αν η πράξη τελείται κατά συνήθεια ή αν επακολούθησε συνάντηση με το εμφανιζόμενο ως ανήλικο πρόσωπο, τιμωρείται με Φυλάκιση τουλάχιστον τριών ετών."
5. Όποιος τελεί την πράξη της παραγράφου 1 του άρθρου αυτού, εκμεταλλευόμενος την εργασιακή θέση του παθόντος ή τη θέση προσώπου που έχει ενταχθεί σε διαδικασία αναζήτησης θέσης εργασίας διώκεται κατ' έγκληση και τιμωρείται με

Φυλάκιση από έξι (6) μήνες μέχρι τρία (3) έτη και με χρηματική ποινή τουλάχιστον χιλίων (1.000) ευρώ."

Άρθρο 348

«Διευκόλυνση ακολασίας άλλων» [92]

1. Όποιος κατ' επάγγελμα διευκολύνει με οποιοδήποτε τρόπο την ασέλγεια μεταξύ άλλων τιμωρείται με Φυλάκιση μέχρι ενός έτους.

2. Με φυλάκιση μέχρι τριών ετών και με χρηματική ποινή τιμωρείται όποιος διευκολύνει την ασέλγεια μεταξύ άλλων χρησιμοποιώντας απατηλά μέσα και αν ακόμη δεν ενεργεί κατ' επάγγελμα.

3. Όποιος κατ' επάγγελμα ή από κερδοσκοπία επιχειρεί να διευκολύνει, έστω και συγκαλυμμένα, με τη δημοσίευση αγγελίας, εικόνας, αριθμού τηλεφωνικής σύνδεσης ή με τη **μετάδοση ηλεκτρονικών μηνυμάτων** ή με οποιονδήποτε άλλο τρόπο την ασέλγεια με ανήλικο τιμωρείται με Φυλάκιση και με χρηματική ποινή δέκα χιλιάδων έως εκατό χιλιάδων ευρώ."

Άρθρο 348 Α

«Πορνογραφία ανηλίκων» [92]

1. Όποιος με πρόθεση παράγει, διανέμει, δημοσιεύει, επιδεικνύει, εισάγει στην επικράτεια ή εξάγει από αυτή, μεταφέρει, προσφέρει, πωλεί ή με άλλον τρόπο διαθέτει, αγοράζει, προμηθεύεται, αποκτά ή κατέχει υλικό παιδικής πορνογραφίας ή διαδίδει ή μεταδίδει πληροφορίες σχετικά με την τέλεση των παραπάνω πράξεων, τιμωρείται με φυλάκιση τουλάχιστον ενός έτους και χρηματική ποινή δέκα χιλιάδων έως εκατό χιλιάδων ευρώ.

2. Όποιος με πρόθεση παράγει, προσφέρει, πωλεί ή με οποιονδήποτε τρόπο διαθέτει, διανέμει, διαβιβάζει, αγοράζει, προμηθεύεται ή κατέχει υλικό παιδικής πορνογραφίας ή διαδίδει πληροφορίες σχετικά με την τέλεση των παραπάνω πράξεων **δια συστήματος ηλεκτρονικού υπολογιστή ή με τη χρήση διαδικτύου**, τιμωρείται με

φυλάκιση τουλάχιστον δύο ετών και χρηματική ποινή πενήντα χιλιάδων έως τριακοσίων χιλιάδων ευρώ.

3. Υλικό παιδικής πορνογραφίας, κατά την έννοια των προηγούμενων παραγράφων, συνιστά η αναπαράσταση ή η πραγματική ή εικονική αποτύπωση σε ηλεκτρονικό ή άλλο υλικό φορέα του σώματος ή μέρους του σώματος ανηλίκου, κατά τρόπο που προδήλως προκαλεί γενετήσια διέγερση, καθώς και πραγματικής ή εικονικής ασελγούς πράξης που διενεργείται από ή με ανήλικο.

4. Οι πράξεις της πρώτης και δεύτερης παραγράφου τιμωρούνται με κάθειρξη μέχρι δέκα ετών και χρηματική ποινή πενήντα χιλιάδων έως εκατό χιλιάδων ευρώ: «**α.** αν τελέσθηκαν κατ' επάγγελμα ή κατά συνήθεια» «**β.** αν η παραγωγή του υλικού της παιδικής πορνογραφίας συνδέεται με την εκμετάλλευση της ανάγκης, της ψυχικής ή της διανοητικής ασθένειας ή σωματικής δυσλειτουργίας λόγω οργανικής νόσου ανηλίκου ή με την άσκηση ή απειλή χρήσης βίας ανηλίκου ή με τη χρησιμοποίηση ανηλίκου που δεν έχει συμπληρώσει το δέκατο πέμπτο έτος». Αν η πράξη της περίπτωσης β' είχε ως αποτέλεσμα τη βαριά σωματική βλάβη του παθόντος, επιβάλλεται κάθειρξη τουλάχιστον δέκα ετών και χρηματική ποινή εκατό χιλιάδων έως πεντακοσίων χιλιάδων ευρώ αν δε αυτή είχε ως αποτέλεσμα το θάνατο, επιβάλλεται ισόβια κάθειρξη.

Άρθρο 348B

«Προσέλκυση παιδιών για γενετήσιους λόγους» [92]

Όποιος με πρόθεση, μέσω της **τεχνολογίας πληροφόρησης και επικοινωνίας**, προτείνει σε ενήλικο να συναντήσει ανήλικο, που δεν συμπλήρωσε τα δεκαπέντε έτη, με σκοπό τη διάπραξη σε βάρος του των αδικημάτων των παραγράφων 1 και 2 του άρθρου 339 και 348Α, όταν η πρόταση αυτή ακολουθείται από περαιτέρω πράξεις που οδηγούν στη διάπραξη των αδικημάτων αυτών, τιμωρείται με φυλάκιση τουλάχιστον δύο ετών και χρηματική ποινή πενήντα χιλιάδων έως διακοσίων χιλιάδων ευρώ."

Άρθρο 370 Α

«Παραβίαση του απορρήτου των τηλεφωνημάτων και της προφορικής συνομιλίας» [92]

1. Όποιος αθέμιτα παγιδεύει ή με οποιονδήποτε άλλον τρόπο παρεμβαίνει σε τηλεφωνική σύνδεση ή συσκευή με σκοπό να πληροφορηθεί ή να μαγνητοφωνήσει το περιεχόμενο τηλεφωνικής συνδιάλεξης μεταξύ τρίτων τιμωρείται με φυλάκιση τουλάχιστον ενός έτους. Η χρησιμοποίηση από τον δράστη των πληροφοριών ή μαγνητοταινιών που αποκτήθηκαν με αυτόν τον τρόπο θεωρείται επιβαρυντική περίπτωση.
2. Όποιος αθέμιτα παρακολουθεί με ειδικά τεχνικά μέσα ή μαγνητοφωνεί προφορική συνομιλία μεταξύ τρίτων που δεν διεξάγεται δημόσια ή μαγνητοσκοπεί μη δημόσιες πράξεις τρίτων, τιμωρείται με φυλάκιση τουλάχιστον ενός έτους. Με την ίδια ποινή τιμωρείται και όποιος μαγνητοφωνεί ιδιωτική συνομιλία μεταξύ αυτού και τρίτου χωρίς τη συναίνεση του τελευταίου. Το δεύτερο εδάφιο της παραγράφου 1 αυτού του άρθρου εφαρμόζεται και σε αυτή την περίπτωση.
3. Με φυλάκιση τουλάχιστον ενός έτους τιμωρείται όποιος κάνει χρήση των πληροφοριών ή των μαγνητοταινιών ή των μαγνητοσκοπήσεων που αποκτήθηκαν με τους τρόπους που προβλέπονται στις παραγράφους 1 και 2 αυτού του άρθρου.
4. Η πράξη της παραγράφου 3 δεν είναι άδικη, αν η χρήση έγινε ενώπιον οποιασδήποτε δικαστικής ή άλλης ανακριτικής αρχής για τη διαφύλαξη δικαιολογημένου συμφέροντος, που δεν μπορούσε να διαφυλαχθεί διαφορετικά.
5. Αν ο δράστης των πράξεων των παραγράφων 1, 2 και 3 αυτού του άρθρου ενεργεί ιδιωτικές έρευνες ή τελεί τις πράξεις αυτές κατ' επάγγελμα ή κατά συνήθεια ή απέβλεπε στην είσπραξη αμοιβής, επιβάλλεται φυλάκιση τουλάχιστον δύο ετών και χρηματική ποινή.

6. Όποιος διαθέτει στο εμπόριο ή με άλλον τρόπο προσφέρει για εγκατάσταση ειδικά τεχνικά μέσα για την τέλεση των πράξεων των παραγράφων 1 και 2 αυτού του άρθρου ή δημόσια διαφημίζει ή προσφέρει τις υπηρεσίες του για την τέλεσή τους τιμωρείται με φυλάκιση τουλάχιστον ενός έτους και με χρηματική ποινή".



Άρθρο 370 Β

«Παράνομη αντιγραφή απορρήτων δεδομένων» [92]

1. Όποιος αθέμιτα αντιγράφει, αποτυπώνει, χρησιμοποιεί, αποκαλύπτει σε τρίτον ή οπωσδήποτε παραβιάζει στοιχεία ή προγράμματα υπολογιστών, τα οποία συνιστούν κρατικά, επιστημονικά ή επαγγελματικά απόρρητα ή απόρρητα επιχείρησης του δημοσίου ή ιδιωτικού τομέα, τιμωρείται με φυλάκιση τουλάχιστον τριών μηνών. Ως απόρρητα θεωρούνται και εκείνα που ο νόμιμος κάτοχός τους, από δικαιολογημένο ενδιαφέρον τα μεταχειρίζεται ως απόρρητα, ιδίως όταν έχει λάβει μέτρα για να παρεμποδίζονται τρίτοι να λάβουν γνώση τους.

2. Αν ο δράστης είναι στην υπηρεσία του κατόχου των στοιχείων, καθώς και αν το απόρρητο είναι ιδιαίτερα μεγάλης οικονομικής σημασίας, επιβάλλεται φυλάκιση τουλάχιστον ενός έτους.

3. Αν πρόκειται για στρατιωτικό ή διπλωματικό απόρρητο ή για απόρρητο που αναφέρεται στην ασφάλεια του κράτους, η κατά την παράγραφο 1 πράξη τιμωρείται κατά τα άρθρα 146 και 147.

  Οι πράξεις που προβλέπονται στις παραγράφους 1 και 2 διώκονται ύστερα από έγκληση.

Άρθρο 370 Γ

«Παράνομη χρήση ή πρόσβαση σε προγράμματα ή στοιχεία Η/Υ» [92]

1. Όποιος χωρίς δικαίωμα αντιγράφει ή χρησιμοποιεί προγράμματα υπολογιστών, τιμωρείται με φυλάκιση μέχρι έξι μήνες και με χρηματική ποινή "διακοσίων ενενήντα (290) ΕΥΡΩ έως πέντε χιλιάδων εννιακοσίων (5.900) ΕΥΡΩ".
2. Όποιος αποκτά πρόσβαση σε στοιχεία που έχουν εισαχθεί σε υπολογιστή ή σε περιφερειακή μνήμη υπολογιστή ή μεταδίδονται με συστήματα τηλεπικοινωνιών, εφόσον οι πράξεις αυτές έγιναν χωρίς δικαίωμα, ιδίως με παραβίαση απαγορεύσεων ή μέτρων ασφάλειας που είχε λάβει ο νόμιμος κάτοχός τους, τιμωρείται με φυλάκιση μέχρι τρεις μήνες ή με χρηματική ποινή τουλάχιστον "είκοσι εννέα (29) ΕΥΡΩ". Αν η πράξη αναφέρεται στις διεθνείς σχέσεις ή στην ασφάλεια του κράτους, τιμωρείται κατά το άρθρο 148.
3. Αν ο δράστης είναι στην υπηρεσία του νόμιμου κατόχου των στοιχείων, η πράξη της προηγούμενης παραγράφου τιμωρείται μόνο αν απαγορεύεται ρητά από εσωτερικό κανονισμό ή από έγγραφη απόφαση του κατόχου ή αρμόδιου υπαλλήλου του.
4. Οι πράξεις των παραγράφων 1 έως 3 διώκονται ύστερα από έγκληση.

Άρθρο 386 Α

«Απάτη με υπολογιστή» [92]

Όποιος, με σκοπό να προσπορίσει στον εαυτό του ή σε άλλον παράνομο περιουσιακό όφελος, βλάπτει ξένη περιουσία, επηρεάζοντας τα στοιχεία υπολογιστή είτε με μη ορθή διαμόρφωση του προγράμματος είτε με επέμβαση κατά την εφαρμογή του είτε με χρησιμοποίηση μη ορθών ή ελλιπών στοιχείων είτε με οποιονδήποτε άλλο τρόπο, τιμωρείται με τις ποινές του προηγούμενου άρθρου. Περιουσιακή βλάβη υφίσταται και αν τα πρόσωπα που την υπέστησαν είναι άδηλα. Για την εκτίμηση του ύψους της ζημίας είναι αδιάφορο αν οι παθόντες είναι ένα ή περισσότερα πρόσωπα.