

Εθισμός Νεαρών Ενηλίκων στο Διαδίκτυο

Γεώργιος Αννούσης,¹ Νικόλαος Κυρίτσης,¹ Ελένη Κυρίτση,²
Δημήτριος Κουκουλάρης,³ Αφροδίτη Ζαρταλούδη,⁴
Ιωάννης Κουτελέκος,⁴ Σπυριδούλα Στεφανίδου⁴

Internet Addiction in Young Adults

Abstract at the end of the article

¹Φοιτητής Τμήματος Νοσηλευτικής,
Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα
Αθήνας,

²Καθηγήτρια Τμήματος Νοσηλευτικής,
Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα
Αθήνας,

³Ιατρός, ΓΝ Ν. ΙΩΝΙΑΣ
«ΚΩΝΣΤΑΝΤΟΠΟΥΛΕΙΟ», Αθήνα,

⁴Καθηγήτριας Εφαρμογών, Τμήματος
Νοσηλευτικής, Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό
Ίδρυμα Αθήνας, Αθήνα

Υποβλήθηκε: 21/07/2017
Επανυποβλήθηκε: 29/08/2017
Εγκρίθηκε: 07/09/2017

Υπεύθυνος αλληλογραφίας:
Γεώργιος Αννούσης, Βολισσού 21,
163 44 Ηλιούπολη, Αθήνα
Τηλ: (+30) 6944 134 578
e-mail: annousisgeo@gmail.com

Εισαγωγή: Το φαινόμενο του εθισμού στο διαδίκτυο έχει ως χαρακτηριστικό του την υπερβολική χρήση και την εξαρτημένη συμπεριφορά από το διαδίκτυο, η οποία επηρεάζει αρνητικά την ομαλή ζωή του χρήστη. Οφείλεται σε έναν συνδυασμό βιολογικών, κοινωνικών παραγόντων και προσωπικών χαρακτηριστικών. **Σκοπός:** Ο σκοπός της παρούσας μελέτης είναι η διερεύνηση του βαθμού εξάρτησης στο διαδίκτυο των φοιτητών του τμήματος Νοσηλευτικής του ΤΕΙ Αθήνας. **Υλικό και Μέθοδος:** Το δείγμα αποτέλεσαν 650 φοιτητές του τμήματος Νοσηλευτικής του ΤΕΙ Αθήνας, ηλικίας 19–22+. Η συλλογή των στοιχείων έγινε με τη συμπλήρωση από τους συμμετέχοντες της κλίμακας IAT (Internet Addiction Test). Για τη στατιστική ανάλυση των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πακέτο SPSS-20 και οι δοκιμασίες χ^2 test, t-test και *anova*. Η στατιστική σημαντικότητα τέθηκε στο επίπεδο του $p < 0,05$. **Αποτελέσματα:** Το 96,3% του δείγματος διαθέτει ηλεκτρονικό υπολογιστή και το 72% έχει ηλεκτρονικό υπολογιστή στο δωμάτιο του. Το 45,7% παίζει διαδικτυακά παιχνίδια και το 95,4% χρησιμοποιεί υπηρεσίες κοινωνικής δικτύωσης. Επίσης το 53,8% αναφέρει ότι καταναλώνει περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο από ό,τι στη μελέτη των μαθημάτων του. Το 92,8% του δείγματος είναι μέσος χρήστης του διαδικτύου που μερικές φορές μπορεί να παραμείνει σε σύνδεση για αρκετό χρόνο αλλά έχει τον έλεγχο της σύνδεσής του, ενώ το 7,2% συχνά βιώνει προβλήματα λόγω της εκτεταμένης χρήσης του διαδικτύου, ενώ δεν βρέθηκαν άτομα που η χρήση του διαδικτύου να τους προκαλεί σημαντικά προβλήματα στη ζωή τους. Υψηλότερο βαθμό εθισμού στο διαδίκτυο εμφανίζουν τα αγόρια σε σχέση με τα κορίτσια με στατιστικά σημαντική διαφορά, $p < 0,001$. Επίσης τα άτομα που αναφέρουν ότι υπάρχει στο οικογενειακό τους περιβάλλον άτομο που κάνει υπερβολική χρήση του διαδικτύου ή είναι εθισμένο στο διαδίκτυο καταναλώνουν περισσότερο χρόνο ή κάνουν μεγαλύτερη χρήση του διαδικτύου παρουσιάζουν υψηλότερο βαθμό εθισμού με στα-

τιστικά σημαντική διαφορά, $p < 0,001$. Ομοίως, τα άτομα που αναφέρουν ότι έχουν ηλεκτρονικό υπολογιστή στο δωμάτιό τους είναι περισσότερο εθισμένα, $p < 0,001$, όπως επίσης και τα άτομα που παίζουν διαδικτυακά παιχνίδια, $p < 0,001$. Όσο περισσότερα χρόνια το άτομο κάνει χρήση του διαδικτύου τόσο περισσότερο εθισμένο είναι σε αυτό, $p < 0,001$. **Συμπεράσματα:** Ο εθισμός στο διαδίκτυο προκαλεί σημαντική έκπτωση στην κοινωνική, επαγγελματική και ακαδημαϊκή λειτουργικότητα του ατόμου. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι δημογραφικοί, συναισθηματικοί και κοινωνικοί παράγοντες ευθύνονται για τον βαθμό εθισμού στο διαδίκτυο, όπως είναι το φύλο, η εθνικότητα, το επάγγελμα των γονέων, ο χρόνος και ο τρόπος της χρήσης του διαδικτύου, δημιουργώντας έτσι, μια παθολογική κατάσταση.

Λέξεις-ευρετηρίου: Εθισμός, διαδίκτυο, φοιτητές, Νοσηλευτική.

Εισαγωγή

Με τη δημιουργία του διαδικτύου έχει τροποποιηθεί ριζικά η ζωή του σύγχρονου ανθρώπου, προσφέροντας στοιχεία και δημιουργώντας καταστάσεις που σχετίζονται τόσο με την πρόσβαση στην πληροφορία όσο και με τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Την τελευταία δεκαετία παρατηρήθηκε αύξηση της διαδραστικής συμβολής και χρήσης του διαδικτύου στη μαθησιακή διαδικασία.¹

Η επιστημονική κοινότητα της μελέτης των εθισμών, σε παγκόσμιο επίπεδο, αναγνώρισε έπειτα από πολύχρονες έρευνες την επίδραση της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου στην ψυχική υγεία των ανθρώπων.

Την τελευταία δεκαετία του 20ού αιώνα μια περίοδο όπου οι ηλεκτρονικοί υπολογιστές είχαν διεισδύσει στη ζωή των ανθρώπων επιστήμονες διαπίστωσαν περιπτώσεις υπερβολικής χρήσης και εξαρτώμενης συμπεριφοράς διατυπώνοντας τον όρο διαδικτυακός εθισμός.²

Την ίδια περίοδο η ψυχίατρος Kimberly Young δημιούργησε στην Πενσυλβάνια των ΗΠΑ το πρώτο κέντρο αποτοξίνωσης για τον εθισμό στο διαδίκτυο. Υποστηρίζοντας την αρνητική επίδρασή του στην ακαδημαϊκή, κοινωνική, επαγγελματική και οικονομική ζωή των ανθρώπων όπως και ο εθισμός στο αλκοόλ.³

Οι έρευνες των ειδικών ψυχικής υγείας από το 1996 στο φαινόμενο του εθισμού στο διαδίκτυο δεν έχουν οδηγήσει σε πλήρη συμφωνία μεταξύ τους, όσον αφορά στην ονομασία, τα κριτήρια διάγνωσης, τα εργαλεία διάγνωσης και την ένταξή του ή όχι στο ψυχιατρικό ταξινομικό σύστημα.⁴

Εθισμός είναι ένα είδος υποχρεωτικής συμπεριφοράς με ταυτόχρονη αδυναμία της προσωπικότητας να ελέγξει ή να κατευθύνει τη συμπεριφορά αυτή. Στη περίπτω-

ση που η «συνήθεια» αναπτύσσεται πάνω στο έδαφος ψυχολογικών κενών που καλύπτονται από αυτή, τότε ο κίνδυνος ανάπτυξης είναι μεγάλος. Με αυτή την έννοια, ο εθισμός θεωρείται ως πρόδρομος της εξάρτησης, που χαρακτηρίζεται από τη διαταραχή αυτής στη σχέση της με το περιβάλλον. Εξάρτηση στην ολοκληρωμένη μορφή της σημαίνει ότι η ουσία καθορίζει πια το σύνολο της συμπεριφοράς του εξαρτημένου, που έχει απολέσει κάθε ουσιαστικό έλεγχο στη χρήση της. Ο χρόνος που θα χρειαστεί ένα άτομο για να αναπτύξει πλήρη εξάρτηση από κάποια ουσία, θα εξαρτηθεί, όπως είναι φανερό, τόσο από κοινωνικούς παράγοντες, όσο και από τις ψυχοτρόπους ιδιότητες της ουσίας.⁵

Ο εθισμός στο διαδίκτυο (Internet addiction) είναι μία νέα μορφή εξάρτησης.⁶ Η Συμπεριφορά Εξάρτησης από το Διαδίκτυο (ΣΕΔ) ορίζεται ως η απώλεια του ελέγχου ανάλογα με τη χρήση του. Το φαινόμενο αυτό με το πέρασμα του χρόνου μπορεί να οδηγήσει σε ελάττωση των κοινωνικών δεξιοτήτων και απομόνωση, επίσης συμβάλλει στην παραμέληση σχολικών και δημιουργικών δραστηριοτήτων, της υγείας, της προσωπικής φροντίδας καθώς και της υγιεινής του ατόμου.⁷ Ωστόσο, ένας συγκεκριμένος ορισμός για το φαινόμενο αυτό δεν έχει οριστεί, ενώ όλοι οι επιστήμονες συμφωνούν με την εμφάνιση αυτού του προβλήματος που αυξάνεται χρόνο με τον χρόνο.⁸

Αίτια-Παράγοντες κινδύνου

Συνήθως ο εθισμός στο διαδίκτυο πλήττει περισσότερο άτομα μοναχικά και εσωστρεφή τα οποία έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση ή κατάθλιψη⁹ και που νιώθουν μέσω του διαδικτύου να ξεφεύγουν από τη μίζερη καθημερινότητά τους. Άλλωστε, το διαδίκτυο ορθά έχει χαρακτηριστεί

ως μια μεγάλη πόλη χωρίς αστυνομία, όπου η ανωνυμία επιτρέπει σε μεγαλύτερο βαθμό οικειότητα σχέσεων και ταχύτητα στην ανάπτυξή τους καθώς και διαμόρφωση ψυχολογικών καταστάσεων, όπου κανείς μοιράζεται πιο εύκολα με τους άλλους τα συναισθήματά του, κρυμμένος πίσω από έναν εικονικό ευατό.¹⁰ Σε μια προσπάθεια ακριβέστερου προσδιορισμού των αιτιών του φαινομένου της εξάρτησης από τον ιστό, προτάθηκε η αναζήτησή τους μέσα από το φίλτρο του ψυχοκοινωνικού μοντέλου. Θεωρήθηκε ότι τόσο βιολογικοί, ψυχολογικοί, όσο και κοινωνικοί λόγοι παρεμβάλλονται και αλληλεπιδρούν, γεννώντας το φαινόμενο.¹¹

Σημεία και συμπτώματα εθισμού στο διαδίκτυο

Τα συμπτώματα του εθισμού στο διαδίκτυο μπορεί να μην αναγνωρίζονται από την πρώτη κλινική εξέταση-συνέντευξη του χρήστη. Επομένως, είναι σημαντικό οι θεράποντες ιατροί να αξιολογήσουν την παρουσία της εθιστικής χρήσης του διαδικτύου.¹²

Τα σημεία της διαταραχής είναι πολλαπλά, όπως μια γενική αδιαφορία για την υγεία ενός ατόμου, με αποτέλεσμα την έλλειψη ενδιαφέροντος για τις προσωπικές ανάγκες, τη διατροφή και την υγιεινή. Η στέρηση ύπνου είναι αποτέλεσμα της μακράς παραμονής σε σύνδεση με το διαδίκτυο έως τις πρωινές ώρες. Ξοδεύοντας το άτομο πολύ χρόνο παραμονής στον υπολογιστή έχει ως αποτέλεσμα τη μείωση της σωματικής του δραστηριότητας και της κοινωνικοποίησής του. Η εμμονή για τον χρόνο παραμονής και το πάθος για τον υπολογιστή έχει ως αποτέλεσμα την παραμέληση της πραγματικής ζωής και των προσωπικών σχέσεων.¹³

Τα τυπικά συμπτώματα του εθισμού είναι ψυχολογικά, με βασικά την ευφορία όταν βρίσκεται συνδεδεμένος στο ιντερνέτ και την ανικανότητα του χρήστη να περιορίσει ή διακόψει τη χρήση αλλά και σωματικά, όπως ημικρανίες διαταραχές ύπνου, μυοσκελετικές παθήσεις λόγω της πολύωρης κακής στάσης του σώματος κατά τη διάρκεια παραμονής στο διαδίκτυο, κ.ά.¹⁴

Διαγνωστικά κριτήρια εθισμού στο διαδίκτυο

Πρέπει να τονιστεί ότι ο εθισμός στο διαδίκτυο αναγνωρίζεται δύσκολα ως ξεχωριστή ψυχική διαταραχή. Η πρώτη χώρα που αναγνώρισε επισήμως τη διαταραχή είναι η Κίνα τον Νοέμβριο του 2008. Η Young έφτιαξε ένα ψυχομετρικό εργαλείο,¹⁵ το YDQ (Young's Diagnostic Questionnaire), για τη μέτρηση της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου με οκτώ κριτήρια, τα οποία δανείστηκε από το DSM-IV, για το παθολογικό τυχερό παιχνίδι. Ακολούθησαν επτά διαγνωστικά κριτήρια για το IAD,¹⁶ η

δημιουργία από τον Brenner του IRABI (Internet-Related Addictive Behavior Inventory) 32 ερωτήσεων που διαγιγνώσκουν τον εθισμό στο διαδίκτυο¹⁷ και η ανάπτυξη από τον Schumacher της κλίμακας PIU (Pathological Internet Use Scale) με 13 ερωτήσεις.¹⁸ Το IAT (Internet Addiction Test), 20 ερωτήσεων δημιουργήθηκε από τη Young.¹⁹ Θα πρέπει να τονιστεί ότι τα παραπάνω εργαλεία μέτρησης, που χρησιμοποιήθηκαν σε έρευνες για τον εθισμό στο διαδίκτυο είναι κλίμακες που δεν σταθμίστηκαν με αποδεκτά όρια αξιοπιστίας. Εξαιρεση αποτελεί η στάθμιση του IAT²⁰ και νέα εργαλεία μέτρησης όπως το CIAS²¹ (Chen Internet Addiction Scale), που σταθμίστηκε για τον κινεζικό εφηβικό πληθυσμό.²²

Επιπτώσεις του εθισμού στο διαδίκτυο

Η εξάρτηση από το διαδίκτυο είναι κοινωνικό πρόβλημα με ανησυχητικές διαστάσεις στην Ελλάδα. Όμως, είναι άγνωστο σε ποιον βαθμό βρίσκεται το πρόβλημα. Ως εθισμός μπορεί να συγκριθεί με άλλες εξαρτήσεις όπως ο αλκοολισμός ή η βουλιμία ενώ έχει τα χαρακτηριστικά ψυχαναγκαστικής συμπεριφοράς, με αρνητικές συνέπειες στην προσωπική, κοινωνική και επαγγελματική ζωή.

Μελέτες αναφέρουν ότι, ο τρόπος που οι άνθρωποι χρησιμοποιούν το διαδίκτυο, πάντα θα πηγάζει από τις ανθρώπινες ανάγκες τους όπως είναι η κοινωνική υποστήριξη και από τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς τους.²³

Ο εθισμός στο διαδίκτυο έχει σοβαρές επιπτώσεις σε διάφορους τομείς της λειτουργικότητας του ατόμου. Μειώνεται ο χρόνος που περνά ο χρήστης με την οικογένειά του, περιορίζονται τα χόμπι και οι κοινωνικές συναναστροφές του, υπάρχει μεγαλύτερος κίνδυνος εμφάνισης παχυσαρκίας, μυοσκελετικών προβλημάτων και οφθαλμικών παθήσεων εξαιτίας των πολλών ωρών ακινησίας μπροστά στην οθόνη. Παράλληλα, οι εθισμένοι στο διαδίκτυο νεαροί παραμελούν τη σωματική τους υγιεινή.²⁴

Πρόληψη του εθισμού στο διαδίκτυο

Αρχικά, πρωταρχικό μέλημα για τη θεραπεία του φαινομένου του εθισμού στο διαδίκτυο είναι η αναγνώριση του εθισμού. Ένα βασικό σημάδι για την αναγνώριση του εθισμού είναι ο χρόνος που δαπανά ο χρήστης για την παραμονή του στο διαδίκτυο και ο χρόνος που σκέπτεται το διαδίκτυο και τις δραστηριότητες σχετικά με αυτό. Το επόμενο βασικό στάδιο είναι η αναγνώριση των σχετικών προβλημάτων με τον εθισμό στο διαδίκτυο ως πρωταρχική ή δευτερεύουσα αιτία εθισμού.^{25,26}

Θεραπεία εθισμού στο διαδίκτυο

Ξεκινώντας την πρόληψη ή ακόμα και τη θεραπεία από τους γονείς και το περιβάλλον, αν κριθεί αναγκαίο, πρέπει να ακολουθηθεί μια περισσότερο επιστημονική-ιατρική θεραπευτική αγωγή. Όπως η συμβουλευτική παρέμβαση στον ασθενή και το περιβάλλον, το ειδικό εξατομικευμένο πρόγραμμα υπερβολικής χρήσης, εκμάθηση ενός σωστού τρόπου χρήσης του διαδικτύου και των νέων τεχνολογιών, μια γνωστικο-συμπεριφορική ψυχοθεραπευτική παρέμβαση και φαρμακοθεραπεία σε σοβαρές περιπτώσεις που εμπεριέχουν αυτοκτονικό ιδεασμό και καταθλιπτική διαταραχή με πιθανότητα και νοσηλείας σε ψυχιατρική κλινική. Σημαντικό συστατικό της θεραπείας θα πρέπει να είναι η μετριασμένη και ελεγχόμενη χρήση του διαδικτύου. Σε αυτό το σχετικά καινούργιο πεδίο, αποτελεσματικές έρευνες δεν είναι διαθέσιμες. Παρόλ' αυτά, υπάρχουν τεχνικές που θεραπεύουν τον εθισμό στο διαδίκτυο και είναι βασισμένες στο πώς αντιμετωπίστηκαν άτομα εθισμένα στο διαδίκτυο και σε ευρήματα ερευνών για άλλα είδη εθισμού.^{25,26}

Σκοπός

Σκοπός της μελέτης είναι η διερεύνηση του βαθμού εξάρτησης στο διαδίκτυο των φοιτητών του τμήματος Νοσηλευτικής του ΤΕΙ Αθήνας.

Υλικό και Μέθοδος

Δείγμα της μελέτης

Το δείγμα της μελέτης αποτέλεσαν 650 φοιτητές από όλα τα εξάμηνα του Τμήματος Νοσηλευτικής του ΤΕΙ Αθήνας. Η μελέτη διεξήχθη από τον Μάρτιο έως τον Οκτώβριο του 2014.

Μεθοδολογία

Η συλλογή των στοιχείων έγινε με τη συμπλήρωση από τους φοιτητές της κλίμακας IAT (Internet Addiction Test) που είναι ειδικά κατασκευασμένη για να εκτιμά τη σχέση και τη στάση των νεαρών ενηλίκων προς το διαδίκτυο. Το IAT κατασκευάστηκε από την Kimberly S. Young, το οποίο είναι ένα από τα πιο δημοφιλή εργαλεία που εκτιμά τον βαθμό εθισμού στο διαδίκτυο. Το συγκεκριμένο εργαλείο αποτελείται από 20 ερωτήσεις και διακρίνεται από υψηλή αξιοπιστία και εγκυρότητα. Η αρχική έκδοσή του δημιουργήθηκε στην αμερικανική γλώσσα και έχει ήδη μεταφραστεί και αξιολογηθεί ψυχομετρικά στα Ιταλικά, Γαλλικά, Γερμανικά, Φινλανδικά, Κινεζικά, Αραβικά, Κορεάτικα όπως επίσης και στην ελληνική γλώσσα. Η προσαρμογή στην ελληνική γλώσσα όπως και η αξιοπιστία

και εγκυρότητα έγινε από τους Tsimitsiou et al²⁷ σε 151 προπτυχιακούς και μεταπτυχιακούς φοιτητές της ιατρικής σχολής. Η βαθμολογία του IAT είναι από το 0 έως το 100, με τη μεγαλύτερη βαθμολογία να αντιπροσωπεύει και μεγαλύτερο επίπεδο εθισμού στο διαδίκτυο. Η συνολική βαθμολογία αξιολογήθηκε ως εξής: Από 20 έως 49 βαθμοί, αντιστοιχούν σε μέσο χρήστη του ιστού ο οποίος κάποιες φορές μπορεί να παραμένει σε σύνδεση αρκετό χρόνο αλλά έχει τον έλεγχο της χρήσης. Βαθμολογία από 50 έως 79, αντιστοιχεί σε χρήστη ο οποίος συχνά βιώνει προβλήματα λόγω της εκτεταμένης χρήσης του διαδικτύου και θα πρέπει να αξιολογήσει την επίδραση του ιστού στη ζωή του. Βαθμολογία από 80 έως 100 η χρήση του διαδικτύου προκαλεί σημαντικά προβλήματα στη ζωή του χρήστη ο οποίος θα πρέπει να αξιολογήσει την επίδραση αυτή καθώς και τα προβλήματα τα οποία προκαλούνται άμεσα από τη χρήση του διαδικτύου. Στην παρούσα μελέτη ο συντελεστής αξιοπιστίας Cronbach's Alpha ήταν 0,928.

Στατιστική ανάλυση

Πραγματοποιήθηκε έλεγχος κανονικότητας των συνεχών μεταβλητών με το κριτήριο Kolmogorov-Smirnov. Τα κατηγορικά δεδομένα παρουσιάζονται με απόλυτες και σχετικές (%) συχνότητες, ενώ τα συνεχή δεδομένα παρουσιάζονται με μέσες τιμές ± τυπικές αποκλίσεις. Η στατιστική δοκιμασία t-test χρησιμοποιήθηκε για να ελεγχθεί η ύπαρξη συσχέτισης ανάμεσα σε δύο ποσοτικές συνεχείς μεταβλητές που ακολουθούν την κανονική κατανομή, ενώ η απουσία για περισσότερες από δύο. Το πρόβλημα των πολλαπλών ελέγχων ξεπεράστηκε πραγματοποιώντας διόρθωση κατά Bonferroni. Το κριτήριο χ^2 -test χρησιμοποιήθηκε για να ελεγχθεί η ύπαρξη συσχέτισης ανάμεσα σε 2 ποιοτικές μεταβλητές. Ως στατιστικά σημαντικό θεωρήθηκε το επίπεδο σημαντικότητας 5%. Όλες οι στατιστικές αναλύσεις πραγματοποιήθηκαν με το στατιστικό πακέτο SPSS, έκδοση 20.

Δεοντολογία της έρευνας

Σε κάθε επιστημονική μελέτη για να αποτραπεί κάθε πιθανότητα εμφάνισης χειρισμών που θα μπορούσαν να βλάψουν τα υποκείμενα που λαμβάνουν μέρος σε αυτήν, θα πρέπει να εφαρμόζονται και να τηρούνται αυστηρά οι αρχές δεοντολογίας οι οποίες διασφαλίζουν και καθορίζουν τους ηθικούς άξονες μέσα στους οποίους αναπτύσσεται και ολοκληρώνεται μια μελέτη. Στη παρούσα μελέτη τηρήθηκαν όλες οι δεοντολογικές αρχές που διέπουν την έρευνα σε ανθρώπους και δόθηκε η σχετική άδεια από το Τμήμα Νοσηλευτικής του ΤΕΙ Αθήνας. Όλοι οι φοιτητές ενημερώθηκαν για τον σκοπό της έρευνας και έδωσαν προφορικά τη συγκατάθεσή τους.

Αποτελέσματα

Περιγραφικά αποτελέσματα

Το δείγμα της μελέτης αποτελούσαν 650 άτομα εκ των οποίων 87, ποσοστό 13,5% ήταν αγόρια και το 86,5% κορίτσια. Το 19,4% είχε ηλικία 18–19 χρόνων, το 40,3% 20–21 και το 40,4% ήταν 22 χρόνων και άνω. Το 71,9% ζει και με τους δύο του γονείς, στο 9,7% έχει διαζευγμένους γονείς, στο 5,9% έχει πεθάνει ο ένας από τους γονείς, το 5,1% έχει δικιά του οικογένεια και το 9,4% ζει μόνο του. Στο 16,2% του δείγματος ο πατέρας τους είναι απόφοιτος δημοτικού, στο 46,4% απόφοιτος γυμνασίου ή λυκείου και στο 37,4% απόφοιτοι τριτοβάθμιας εκπαίδευσης ή είναι κάτοχοι μεταπτυχιακού τίτλου σπουδών. Αντίστοιχα για το μορφωτικό επίπεδο της μητέρας τα ποσοστά είναι 14,7% απόφοιτοι δημοτικού, 54% απόφοιτοι γυμνασίου ή λυκείου και το 31,3% απόφοιτοι τριτοβάθμιας εκπαίδευσης ή κάτοχοι μεταπτυχιακού τίτλου. Όσον αφορά στο επάγγελμα του πατέρα το 23,3% είναι δημόσιοι υπάλληλοι, το 31% ιδιωτικοί υπάλληλοι, το 9,3% εργάτες, το 26% ελεύθεροι επαγγελματίες και το 10,4% συνταξιούχοι. Ενώ για τη μητέρα το μεγαλύτερο ποσοστό 36,7% ασχολείται με τα οικιακά, το 27,8% είναι ιδιωτικοί υπάλληλοι, το 19% δημόσιοι υπάλληλοι, το 8,4% ελεύθεροι επαγγελματίες και το 5,6 συνταξιούχοι. Στο 17,7% το επάγγελμα των γονέων είναι σχετικό με τα επαγγέλματα υγείας. Επίσης από την περιγραφική στατιστική βρέθηκε ότι το 29,8% άλλαξε τόπο διαμονής λόγω των σπουδών και το 68,2% αυτών νοικιάζει μόνο του ή συγκατοικεί με άλλο πρόσωπο. Το 21,7% του δείγματος εργάζεται είτε πλήρες ωράριο είτε με ημιπασχόληση, όπως και το 39,3% έχει κάρτα σίτισης. Το 32,5% του δείγματος αναφέρει ότι υπάρχει στο άμεσο οικογενειακό του περιβάλλον άτομο το οποίο κατά τη γνώμη του κάνει υπερβολική χρήση του διαδικτύου και το 18,9% θεωρεί ότι τα παραπάνω άτομα είναι εθισμένα στο διαδίκτυο. Επίσης το 94,4% αναφέρει ότι οι φίλοι τους συνηθίζουν σε καθημερινή βάση να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο. Επιπλέον ως προς την εθνικότητα και το θρήσκευμα βρέθηκε ότι το 91,3% είναι Έλληνες και το 94,5% χριστιανοί ορθόδοξοι, το 0,8% μουσουλμάνοι και το 4,7% δηλώνουν άθεοι ή ανήκουν σε κάποια αίρεση. Το 31,9 του δείγματος είναι καπνιστές και εξ αυτών το 13,4% καπνίζει έως 10 τσιγάρα την ημέρα, ενώ το 18,5% πάνω από 10 τσιγάρα την ημέρα. Βρέθηκε επίσης ότι το 96,3% του δείγματος διαθέτει προσωπικό ηλεκτρονικό υπολογιστή, στο 99,5% έχει οικιακό δίκτυο σύνδεσης στο διαδίκτυο και το 72% του δείγματος έχει ηλεκτρονικό υπολογιστή στο δωμάτιό του. Το 58,5% του δείγματος κάνει χρήση του διαδικτύου από 5 έως 8 χρόνια και το

21,2% πάνω από 9 χρόνια. Ένα μεγάλο ποσοστό 45,7% παίζει διαδικτυακά παιχνίδια και το 95,4% χρησιμοποιεί υπηρεσίες κοινωνικής δικτύωσης. Πρέπει να σημειωθεί ότι το 80,7% κάνει χρήση του διαδικτύου μέσω του κινητού του τηλεφώνου. Επίσης το 53,8% αναφέρει ότι καταναλώνει περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο από ό,τι στη μελέτη των μαθημάτων του. Το 92,8% του δείγματος είναι μέσος χρήστης του διαδικτύου που μερικές φορές μπορεί να παραμείνει σε σύνδεση για αρκετό χρόνο αλλά έχει τον έλεγχο της σύνδεσής του, ενώ το 7,2% συχνά βιώνει προβλήματα λόγω της εκτεταμένης χρήσης του διαδικτύου, ενώ δεν βρέθηκαν άτομα που η χρήση του διαδικτύου να τους προκαλεί σημαντικά προβλήματα στη ζωή τους.

Στατιστικά αποτελέσματα

Από τη στατιστική ανάλυση και από την εφαρμογή της στατιστικής δοκιμασίας t-test και απονα βρέθηκε ότι τα αγόρια είναι περισσότερο εθισμένα στο διαδίκτυο με στατιστικά σημαντική διαφορά $p < 0,001$, ενώ δεν βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των ηλικιών $p = 0,466$, όπως επίσης δεν βρέθηκε η οικογενειακή κατάσταση των γονέων να επηρεάζει τον βαθμό εξάρτησης από το διαδίκτυο $p = 0,097$, όπως και το επίπεδο εκπαίδευσής του $p = 0,810$. Όσον αφορά στο επάγγελμα του πατέρα δεν βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές σε σχέση με τον βαθμό εξάρτησης στο διαδίκτυο, αλλά σχετικά με το επάγγελμα της μητέρας βρέθηκε ότι οι φοιτητές που οι μητέρες τους ασχολούνται με τα οικιακά να βιώνουν εντονότερο πρόβλημα με το διαδίκτυο $p = 0,042$. Επίσης βρέθηκαν περισσότερο εθισμένα στο διαδίκτυο τα άτομα των οποίων το επάγγελμα των γονέων είναι σχετικό με τα επαγγέλματα υγείας $p < 0,001$. Δεν βρέθηκε η αλλαγή τόπου διαμονής λόγω σπουδών να επηρεάζει τον βαθμό εξάρτησης $p = 0,411$. Επίσης δεν βρέθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στον βαθμό του εθισμού όσον αφορά στον τόπο διαμονής λόγω σπουδών, το αν εργάζονται ή όχι και το μηνιαίο τους εισόδημα $p > 0,05$. Αντίθετα τα άτομα που αναφέρουν ότι υπάρχει στο οικογενειακό τους περιβάλλον άτομο που κάνει υπερβολική χρήση του διαδικτύου ή είναι εθισμένο στο διαδίκτυο καταναλώνουν περισσότερο χρόνο ή κάνουν μεγαλύτερη χρήση του διαδικτύου με στατιστικά σημαντική διαφορά $p < 0,001$ αντίστοιχα, ενώ δεν βρέθηκε στατιστικά σημαντική διαφορά όσον αφορά στη χρήση του διαδικτύου από τους φίλους $p = 0,442$. Όσον αφορά στην εθνικότητα βρέθηκε ότι οι αλλοδαποί φοιτητές κάνουν υπερβολική χρήση σε σχέση με τους Έλληνες $p = 0,005$, ενώ δεν βρέθηκε να επηρεάζει τον βαθμό εξάρτησης το θρήσκευμα, το κάπνισμα και

ο αριθμός τσιγάρων όπως και το αν υπάρχει διαδίκτυο στο σπίτι $p > 0,005$. Αντίθετα τα άτομα που αναφέρουν ότι έχουν ηλεκτρονικό υπολογιστή στο δωμάτιό τους είναι περισσότερο εθισμένα $p < 0,001$, όπως επίσης και τα άτομα που παίζουν διαδικτυακά παιχνίδια $p < 0,001$. Όσο περισσότερα χρόνια το άτομο κάνει χρήση του διαδικτύου τόσο περισσότερο εθισμένο είναι σε αυτό $p < 0,001$. Από την εφαρμογή της στατιστικής δοκιμής χ^2 -test, αξιολογώντας τη συνολική βαθμολογία του δείγματος και κατανέμοντάς τη σύμφωνα με τις οδηγίες της κλίμακας σε βαθμολογία 20–44 βαθμούς, που σημαίνει ότι ο χρήστης παραμένει για μεγάλο χρονικό διάστημα συνδεδεμένος αλλά έχει τον έλεγχο, σε βαθμολογία 50–79 που αντιστοιχεί σε εκτεταμένη χρήση του διαδικτύου και σε βαθμολογία 80–100 που η χρήση δημιουργεί σημαντικά προβλήματα, βρέθηκε ότι δεν υπάρχει συνολική βαθμολογία πάνω από 70. Έγινε εφαρμογή της στατιστικής δοκιμασίας χ^2 -test συγκρίνοντας μόνο τα δύο επίπεδα βαθμολογίας και βρέθηκε ότι στο στάδιο δύο είναι περισσότερο εθισμένα τα αγόρια από ό,τι τα κορίτσια $p = 0,013$, τα παιδιά όπου ο πατέρας τους είναι ελεύθερος επαγγελματίας με οριακά στατιστικά σημαντική διαφορά $p = 0,051$, τα παιδιά που οι γονείς τους έχουν επάγγελμα συναφές με τα επαγγέλματα υγείας $p < 0,001$, οι φοιτητές που έχουν στο άμεσο οικογενειακό περιβάλλον άτομο που κάνει υπερβολική χρήση του διαδικτύου $p = 0,001$, όπως και αυτών που κατά τη γνώμη τους είναι εθισμένο στο διαδίκτυο $p < 0,001$, τα άτομα τα οποία έχουν p_c στο δωμάτιό τους $p = 0,011$ και τα άτομα που παίζουν διαδικτυακά παιχνίδια $p = 0,016$.

Συζήτηση

Το Διαδίκτυο (Internet) είναι ένα παγκόσμιο επικοινωνιακό δίκτυο ηλεκτρονικών υπολογιστών, όπου οι χρήστες του μπορούν εύκολα και σε λίγο χρόνο να στέλνουν και να λαμβάνουν αρχεία, να αποκτήσουν ηλεκτρονικό ταχυδρομείο και γενικά να κάνουν χρήση στις υπηρεσίες που μπορεί να τους προσφέρει το διαδίκτυο. Εκτός από την εύρεση πληροφοριών, μπορούν να παίζουν παιχνίδια μαζί με άλλους χρήστες, να συνομιλούν μεταξύ τους και να αλληλογραφούν.²⁸

Είναι συχνό φαινόμενο των ατόμων που έχουν εθιστεί από τη χρήση του διαδικτύου να έχουν ως κύρια προτεραιότητα της ζωής τους το διαδίκτυο από ό,τι έχουν τους φίλους, την οικογένεια και τις σπουδές τους, λόγω της καθημερινής ενασχόλησης με αυτό. Αυτό το φαινόμενο παρουσιάζεται όταν ο έφηβος είναι συνεχώς συνδεδεμένος στο διαδίκτυο, όταν δεν παραδέχεται ότι καταναλώνει υπερβολικό χρόνο σε αυτό και όταν ο τρόπος χρήσης

του προκαλεί δυσκολίες στη ζωή και στην επίδοση των μαθημάτων του.^{29,30}

Οι Charney & Greenberg αναφέρουν ότι οι πανεπιστημιακοί φοιτητές αποτελούν καλό δείγμα μελέτης της χρήσης του διαδικτύου, επειδή οι φοιτητές έχουν αξιοσημείωτη διαδικτυακή εμπειρία, άνετη πρόσβαση σε υπολογιστές και είναι προσανατολισμένοι προς το διαδίκτυο.³¹ Στην παρούσα μελέτη βρέθηκε ότι οι μετρίως προβληματικοί χρήστες είναι 7,2%, ενώ οι φοιτητές που ελέγχουν τη χρήση στο διαδίκτυο είναι το 92,8% του δείγματος. Σε μελέτη που έγινε στο πανεπιστήμιο Białystok της Πολωνίας το 2011 το ποσοστό των φοιτητών της Νοσηλευτικής που είχαν εξαρτημένη συμπεριφορά στο διαδίκτυο ήταν 10,3%.³² Στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής διεξήχθη μια έρευνα σε 283 φοιτητές από τους Morahan-Martin & Schumacher με ποσοστό προβληματικών χρηστών 8,1%.³³ Στην Ελλάδα σε μελέτη που πραγματοποιήθηκε σε 284 μαθητές λυκείου του νομού Χανίων, διαπιστώθηκε ότι το ποσοστό μετρίως προβληματικής χρήσης των χρηστών είναι 7,0%, ποσοστό το οποίο είναι παρόμοιο με αυτό της παρούσας μελέτης.

Το φύλο στη μελέτη βρέθηκε να συσχετίζεται με τον βαθμό εξάρτησης. Τα ποσοστά των αγοριών με προβληματική χρήση είναι 13,8%, ενώ των κοριτσιών 6,10%. Από τη μελέτη των Frangos Ch et al, που πραγματοποιήθηκε σε ελληνικά πανεπιστήμια με δείγμα 1876 φοιτητών, το ποσοστό των εθισμένων ήταν 64,2% για τα αγόρια και 35,8% για τα κορίτσια.³⁴ Σε έρευνα της Young που έγινε το 2004, επίσης διαπιστώθηκε πως οι άνδρες φοιτητές είναι πιο ευάλωτοι στον εθισμό του διαδικτύου.³⁵ Αντίστοιχα στην έρευνα για τον εθισμό στο διαδίκτυο των Σοφός Α και συν, που πραγματοποιήθηκε σε 10 σχολεία της Ελλάδας με δείγμα 1091 μαθητών, στο σύνολο της έρευνας τα αγόρια 15% φαίνεται να είναι πιο επιρρεπή στον εθισμό από ό,τι τα κορίτσια 9%.³⁶ Επίσης, στην ίδια έρευνα βρέθηκε, πως το ποσοστό των μαθητών που δηλώνει ότι διαθέτει σύνδεση στο διαδίκτυο στο σπίτι του αγγίζει το 80%.³⁶ Παρόμοια υψηλό ποσοστό σύνδεσης στο διαδίκτυο από το σπίτι παρουσιάζεται και σε αυτή τη μελέτη 93,5%.

Σύμφωνα με τον Davis η παρουσία ενός υπολογιστή με πρόσβαση στο Διαδίκτυο στο περιβάλλον ενός ατόμου είναι απαραίτητο για το πρόσωπο να αναπτύξει εθισμό στο διαδίκτυο.³⁷

Η άποψη του Davis επιβεβαιώνεται και από την έρευνα διότι η ύπαρξη ηλεκτρονικού υπολογιστή στο δωμάτιο με ποσοστό 72,0% των χρηστών φαίνεται να έχει σχέση με τον εθισμό, λόγω του ότι το 8,6% των ατόμων είναι μετρίως προβληματικοί χρήστες.

Σύμφωνα με τον Griffiths και άλλους ερευνητές ο κυριότερος λόγος για τον οποίο οι νεαρές ηλικίες χρησιμοποιούν το διαδίκτυο είναι για να παίζουν παιχνίδια, για να συζητούν μεταξύ τους στα πλαίσια κοινωνικής δικτύωσης, αλλά και για να στέλνουν ή να λαμβάνουν μηνύματα στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο.³⁸

Η απομάκρυνση από τον κοινωνικό περίγυρο, είτε αυτός αποτελείται από φίλους είτε από τα μέλη της οικογένειας, αποτελεί μία ακόμη ένδειξη εθισμού στο ηλεκτρονικό παιχνίδι, το οποίο ιεραρχείται πλέον ως η σπουδαιότερη ανάγκη που πρέπει να ικανοποιήσει ο εθισμένος χρήστης. Συχνά παρατηρείται, σε προχωρημένα στάδια εθισμού, ο χρήστης να έχει παράλογα επιθετική συμπεριφορά σε οποιονδήποτε θέτει όρια στην καθημερινή του ενασχόληση με το ηλεκτρονικό διαδικτυακό παιχνίδι. Επιπλέον σε μελέτη για τον εθισμό στο διαδίκτυο που πραγματοποιήθηκε από το ΕΚΠΑ και το Πάντειο Πανεπιστήμιο το 2011, με δείγμα 514 φοιτητές, βρέθηκε η χρήση διαδικτυακών παιχνιδιών να συνδέεται με τον εθισμό στο διαδίκτυο.⁴⁰

Το αποτέλεσμα αυτό διαπιστώθηκε και στην παρούσα μελέτη με ποσοστό 45,7% να κάνει χρήση διαδικτυακών παιχνιδιών εκ των οποίων το 9,8% να αντιμετωπίζει πρόβλημα στη χρήση του διαδικτύου. Επίσης, στην έρευνα που πραγματοποιήθηκε στους φοιτητές της νοσηλευτικής, παρατηρήθηκε πώς σημαντικό μέρος του δείγματος 21,2% που κάνει χρήση πάνω από πέντε ώρες καθημερινά έχει μετρίως προβληματική χρήση του διαδικτύου. Η έρευνα της Young αναφέρει πώς ο μέσος εβδομαδιαίος χρόνος, για υγιή χρήση του διαδικτύου, πρέπει να είναι 4,9 ώρες και να μην υπερβαίνει κατά μέσον όρο τις 38,5 ώρες, κάτι που συνδέεται με την παρούσα μελέτη.⁷ Όσο περισσότερο χρόνο παραμονής στο διαδίκτυο ξοδεύει ο χρήστης τόσο μεγαλύτερες πιθανότητες έχει να εθιστεί. Αυτό φαίνεται και από τη μελέτη των Τσουβέλα Γ και Γιωτάκο Ο.⁴⁰

Χαρακτηριστικό των φοιτητών που κάνουν παθολογική χρήση είναι η πολύωρη ενασχόληση με το διαδίκτυο και με το πέρασμα του χρόνου να έχουν ως αρνητικό αποτέλεσμα τη μειωμένη απόδοση στα μαθήματα και στις εργασίες τους.⁴¹ Στην παρούσα μελέτη βρέθηκε ότι τα άτομα προβληματικής χρήσης του διαδικτύου να αφιερώνουν περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο απ' ό,τι στη μελέτη των μαθημάτων τους. Σε μελέτη που έγινε από τους Frangos et al σε Ελληνικά Πανεπιστήμια διαπιστώθηκε η μειωμένη ακαδημαϊκή επίδοση να έχει σχέση με τους παθολογικούς χρήστες του διαδικτύου.³⁴

Από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας διαπιστώθηκε ότι τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης όπως το facebook σχετίζονται με τον διαδικτυακό εθισμό. Σε μελέτη που

πραγματοποιήθηκε από την Κατάκη Ε, στον νομό Χανίων φάνηκε η σχέση της χρήσης του facebook με τον εθισμό στο διαδίκτυο, με ποσοστό 67,2% του δείγματος να κάνει χρήση.³⁹ Αντίθετα στην παρούσα μελέτη τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης δεν είχαν σχέση με την προβληματική χρήση του διαδικτύου παρόλο που οι χρήστες μέσω κοινωνικής δικτύωσης είναι 95,4%.

Ο βαθμός εξάρτησης των παιδιών δεν έχει βρεθεί σε έρευνες να επηρεάζεται σημαντικά από το επάγγελμα των γονέων. Παρόλ' αυτά στη συγκεκριμένη έρευνα φάνηκε το επάγγελμα του πατέρα ως ελεύθερου επαγγελματία να επηρεάζει τον βαθμό προβληματικής χρήσης. Αυτό ίσως συμβαίνει, λόγω του μειωμένου ελεύθερου χρόνου που συνηθίζεται να έχουν οι ελεύθεροι επαγγελματίες, με αποτέλεσμα να υπάρχει μειωμένος γονικός έλεγχος. Επίσης, όταν η μητέρα ασχολείται με τα οικιακά, εμφανίζεται βαθμός εξάρτησης. Αυτό συμβαίνει γιατί ίσως ο γυναικείος που ασχολούνται με τα οικιακά δεν γνωρίζουν τα θετικά και τα αρνητικά της χρήσης του διαδικτύου.

Οι γονείς με επάγγελμα υγείας γνωρίζουν τις αρνητικές επιπτώσεις του εθισμού στο διαδίκτυο, παρόλ' αυτά, στην παρούσα έρευνα, τα παιδιά τους παρουσιάζουν συσχέτιση με τον εθισμό. Ίσως αυτό συμβαίνει λόγω του κυλιόμενου ωραρίου, με αποτέλεσμα να μην υπάρχει αρκετός χρόνος ενασχόλησής του με τα παιδιά. Πολλοί επαγγελματίες υγείας αντιμετωπίζουν ψυχοκοινωνικά προβλήματα εξαιτίας του μεγάλου φόρτου εργασίας και του επαγγελματικού στρες. Η επαγγελματική εξουθένωση είναι μια κατάσταση σωματικής, συναισθηματικής και νοητικής εξάντλησης με αρνητικά αποτελέσματα και στο οικογενειακό τους περιβάλλον.⁴⁴ Λόγω των προαναφερθέντων υπάρχει περίπτωση συσχέτισης της επαγγελματικής εξουθένωσης στους επαγγελματίες υγείας με την εμφάνιση εθισμού στο διαδίκτυο στο οικογενειακό τους περιβάλλον.

Σε έρευνα που έγινε στην Κορέα και την Ταϊβάν σε εφηβικό πληθυσμό διαπιστώθηκε ισχυρή σχέση μεταξύ εθισμού στο διαδίκτυο και της κατάχρησης καπνού.^{42,43} Στην παρούσα μελέτη δεν βρέθηκε συσχέτιση της χρήσης καπνού με τον βαθμό εξάρτησης, αυτό ίσως συμβαίνει διότι οι φοιτητές της Νοσηλευτικής ως μελλοντικοί επαγγελματίες υγείας αποφεύγουν τη χρήση καπνού λόγω των επιβλαβών του ουσιών.

Επιπλέον, στους φοιτητές αυτής της μελέτης δεν φάνηκε να σχετίζεται το μορφωτικό επίπεδο των γονέων με τον βαθμό εξάρτησης από το διαδίκτυο. Το συγκεκριμένο αποτέλεσμα διαπιστώνεται και από την έρευνα της Κατάκη Ε, η οποία δεν βρήκε κάποιο στατιστικό σημαντικό αποτέλεσμα που να σχετίζεται με το μορφωτικό επίπεδο των γονέων και τον εθισμό στο διαδίκτυο.³⁹ Ο τόπος διαμονής πριν ή κατά τη διάρκεια των σπουδών δεν βρέθηκε

να ευθύνεται για τον βαθμό εθισμού στο διαδίκτυο όπως διαπιστώνεται και από άλλες μελέτες.

Τα αποτελέσματα της παρούσας μελέτης καταδεικνύουν την έκταση του φαινομένου στους φοιτητές της Νοσηλευτικής του ΤΕΙ Αθήνας και τη διάσταση που ενδέχεται να προσλάβει η κατάχρηση του διαδικτύου. Επίσης επιβάλλουν τη διενέργεια περισσότερων μελετών για την κατανόηση του φαινομένου καθώς και τη δημιουργία εξειδικευμένων φορέων για την αντιμετώπισή του.

Περιορισμοί μελέτης

Αναφορικά με τους περιορισμούς της μελέτης σημειώνεται ότι το δείγμα αφορούσε μόνο σε ένα Τμήμα του Τεχνολογικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος Αθήνας. Επομένως τα ευρήματα δεν μπορούν να γενικευτούν και να θεωρούνται αντιπροσωπευτικά για το σύνολο των φοιτητών Νοσηλευτικής στην Ελλάδα, όπως επίσης δεν μπορούν να γενικευτούν για όλους τους νέους αντίστοιχης ηλικίας.

Συμπεράσματα

Είναι άξιο διερεύνησης, πώς ένα τόσο ισχυρό εργαλείο απόκτησης και εφαρμογής της γνώσης μπορεί να χρησιμοποιείται αλόγιστα από τόσους ανθρώπους, με συνέπεια τον εθισμό τους και τη στρέβλωση της προσωπικότητας και του χαρακτήρα τους.

Στην εργασία αυτή έγινε μια προσπάθεια ανάδειξης του φαινομένου του εθισμού στο διαδίκτυο σε φοιτητές του τμήματος Νοσηλευτικής, καθώς τη σχέση και τη στάση τους απέναντι στο φαινόμενο αυτό.

Από ευρήματα της παρούσας μελέτης διαπιστώνεται ότι ένα μεγάλο μέρος των φοιτητών, χρησιμοποιεί καθημερινά το διαδίκτυο με κίνδυνο να εθιστεί σε αυτό. Χαρακτηριστικό είναι ότι σήμερα όλο και περισσότερα άτομα, έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο από το σπίτι τους, το οποίο και χρησιμοποιούν καθημερινά. Από την παρούσα μελέτη διαφαίνεται ότι το μεγαλύτερο ποσοστό των φοιτητών κάνουν μερικές φορές υπερβολική χρήση του διαδικτύου έχοντας όμως τον έλεγχο. Ένα μικρότερο ποσοστό αντιμετωπίζει μετρίως προβληματική χρήση του διαδικτύου, ενώ δεν παρατηρείται βαριά μορφή εξάρτησης στο διαδίκτυο.

Οι λόγοι που οδηγούν σε αυτή την κατάσταση της παθολογικής σχέσης τους με το διαδίκτυο είναι πολλοί και διαφορετικοί μεταξύ τους. Φαίνεται, πως διάφοροι κοινωνικοί και δημογραφικοί παράγοντες να ευθύνονται όπως το φύλο, η εθνικότητα, το επάγγελμα των γονέων, ο χρόνος και ο τρόπος της χρήσης του διαδικτύου, δημιουργώντας έτσι, μια παθολογική κατάσταση. Συγκεκριμένα

τα αγόρια φάνηκε να είναι περισσότερο εθισμένα από τα κορίτσια, το επάγγελμα του πατέρα ως ελεύθερου επαγγελματία και το επάγγελμα της μητέρας ως οικιακά φαίνεται να έχουν σχέση με τον βαθμό εξάρτησης, καθώς και αν η εργασία των γονέων είναι σχετική με τα επαγγέλματα υγείας.

Άτομα επίσης που αναφέρουν ότι έχουν στο άμεσο οικογενειακό περιβάλλον τους άτομο το οποίο κάνει υπερβολική χρήση του διαδικτύου ή είναι εθισμένο σε αυτό παρουσίασαν μετρίως προβληματική χρήση του διαδικτύου. Οι αλλοδαποί φοιτητές παρουσίασαν μεγαλύτερο ποσοστό εθισμού. Οι χρήστες διαδικτυακών παιχνιδιών και τα άτομα που έχουν ηλεκτρονικό υπολογιστή στο δωμάτιό τους παρουσίασαν μεγαλύτερο βαθμό εξάρτησης.

Προτάσεις

Ένα μεγαλύτερο μέγεθος δείγματος θα επέφερε μια πιο ολοκληρωμένη και πλήρη διερεύνηση του διαδικτυακού εθισμού και των κινδύνων που επιφέρει, με βαθύτερη εξέταση των χαρακτηριστικών που διέπουν τα εθισμένα άτομα. Μια ευρύτερη γεωγραφική προσέγγιση της μελέτης σε πολλά τμήματα της ακαδημαϊκής εκπαίδευσης της χώρας με συλλογή και μέτρηση απαντήσεων σε δυο χρονικές περιόδους για την καλύτερη αντίληψη της έκτασης του φαινομένου τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά.

Είναι επιτακτική η ανάγκη της περαιτέρω διερεύνησης ατόμων που το επάγγελμα των γονέων τους έχουν συνάφεια με επαγγέλματα υγείας.

Πέρα από τη μελέτη του φαινομένου, σημαντικότερο θα ήταν η εστίαση στην πρόληψη για την ορθή χρήση του διαδικτύου και τη μείωση της μαστιγας αυτής, τόσο στην ακαδημαϊκή κοινότητα όσο και στον γενικό νεανικό πληθυσμό. Η κοινωνία και το κράτος θα πρέπει να προβάλουν το φαινόμενο και να τοποθετήσουν δικλίδες ασφαλείας για την ορθή χρήση του διαδικτύου όπως έντυπο υλικό, προβολή από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης του ζητήματος, τοποθέτηση φίλτρων και όριο χρήσης σύνδεσης, εφαρμογή των μέτρων σε κοινόχρηστους χώρους και στο ακαδημαϊκό περιβάλλον, θέσπιση νόμων και δημιουργία κέντρων ελέγχου της παθολογικής χρήσης.

Αναγνώριση της διαταραχής του εθισμού στο διαδίκτυο ως ψυχικής νόσου με κοινά διαγνωστικά κριτήρια για την προσέγγισή της, κοινές κλίμακες μέτρησης και ειδικά πρωτόκολλα θεραπευτικής αντιμετώπισης.

Χρηματοδότηση ερευνών από κρατικούς φορείς σχετικά με τον εθισμό στο διαδίκτυο και διεπιστημονική συνεργασία και προσέγγιση διαφόρων ειδικοτήτων για τη διαταραχή εθισμού στο διαδίκτυο.

ΠΕΡΙΓΡΑΦΙΚΟΙ ΚΑΙ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΟΙ ΠΙΝΑΚΕΣ

Πίνακας 1. Κατανομή του δείγματος ανάλογα με τα κοινωνικοδημογραφικά του χαρακτηριστικά

Κοινωνικοδημογραφικά χαρακτηριστικά		n	(%)
Φύλο	Άνδρας	87	13,5
	Γυναίκα	557	86,5
Ηλικία	18–19 ετών	126	19,4
	20–21	261	40,3
	22+	261	40,3
Οικογενειακή κατάσταση	Ζω και με τους δύο γονείς	466	71,9
	Διαζευγμένοι γονείς	50	7,7
	Θάνατος γονέα	38	5,9
	Έχω δική μου οικογένεια	33	5,1
	Ζω μόνος/η	61	9,4
Μορφωτικό επίπεδο Πατέρα	Αναλφάβητος/Απόφ. δημοτικού	105	16,2
	Απόφ. γυμνασίου-λυκείου	301	46,4
	Τριτοβάθμια εκπαίδευση/Μεταπτυχιακό	243	37,4
Μορφωτικό επίπεδο Μητέρας	Αναλφάβητος/Απόφ. δημοτικού	95	14,7
	Απόφ. γυμνασίου-λυκείου	349	54,0
	Τριτοβάθμια εκπαίδευση/Μεταπτυχιακό	202	31,3
Επάγγελμα Πατέρα	Δημ. Υπάλληλος	150	23,3
	Ιδιωτ. Υπάλληλος	200	31,0
	Εργάτης	60	9,3
	Ελεύθερος επαγγελματίας	168	26,0
	Συνταξιούχος	67	10,4
Επάγγελμα Μητέρας	Δημ. Υπάλληλος	122	19,0
	Ιδιωτ. Υπάλληλος	179	27,8
	Εργάτρια	18	2,8
	Οικιακά	236	36,7
	Ελεύθερος επαγγελματίας	54	8,4
Είναι το επάγγελμα των γονέων σας σχετικό με τα επαγγέλματα υγείας;	ΝΑΙ	115	17,7
	ΟΧΙ	533	82,3
Αλλαγή τόπου διαμονής	ΝΑΙ	192	29,8
	ΟΧΙ	452	70,2
Αν, ναι	Ενοικιάζετε μόνος /συγκατοικείτε με άλλο πρόσωπο	150	68,2
	Μένετε σε εστία/ Φιλοξενείστε από συγγ. πρόσωπο/Μένει σε δικό του σπίτι	70	31,8
Πριν την εισαγωγή στο τμήμα που φοιτάτε που διαμένετε;	Μεγάλη πόλη	415	68,3
	Μικρή πόλη	138	22,7
	Χωριό	55	9,0
Εργάζεστε	Ναι	83	12,9
	Όχι	421	65,4
	Πλήρες Ωράριο	42	6,5
	Ημιαπασχόληση	52	8,1
	Μερικές φορές	46	7,1
Μηνιαίο εισόδημα	Κάτω από 200€	284	46,7
	200–300€	162	26,6
	300–500€	73	12,0
	Πάνω από 500€	89	14,6

(Συνεχίζεται)

Πίνακας 1. (Συνέχεια).

Κοινωνικοδημογραφικά χαρακτηριστικά		n	(%)
Έχετε κάρτα σίτισης;	Ναι	254	39,3
	Όχι	392	60,7
Πάσχετε από κάποιο νόσημα;	Ναι	33	5,1
	Όχι	612	94,9
Εθνικότητα	Ελληνική	579	91,3
	Άλλη	55	8,7
Θρήσκευμα	Χ.Ο.	583	94,5
	Μουσουλμάνος	5	0,8
	Άθεος-Αιρέσεις	29	4,7

Πίνακας 2. Κατανομή του δείγματος ανάλογα με τις κοινωνικές του συνήθειες.

Κοινωνικές συνήθειες	n	(%)	
Χρήση καπνού	Ναι	55	8,5
	Όχι	441	68,1
	1-5 τσιγάρα	33	5,1
	5-10	54	8,3
	11-15	29	4,5
	16-20	22	3,4
Υπάρχει στο άμεσο οικογενειακό σας περιβάλλον άτομο το οποίο κάνει υπερβολική χρήση του διαδικτύου;	> από 20	13	2,0
	Ναι	210	32,5
	Όχι	437	67,5
	Ναι	122	18,9
	Όχι	523	81,1
	Ναι	611	94,4
Οι φίλοι σας χρησιμοποιούν καθημερινά το διαδίκτυο	Όχι	36	5,6
	Ναι	624	96,3
Έχετε Η/Υ;	Όχι	24	3,7
	Ναι	607	93,5
Έχετε διαδίκτυο στο σπίτι σας;	Όχι	42	6,5
	Ναι	464	72,0
Έχετε Η/Υ στο δωμάτιό σας;	Όχι	180	28,0
	0-4 χρόνια	133	20,5
Πόσα χρόνια κάνετε χρήση του διαδικτύου;	5-8	380	58,5
	9+	137	21,1
	Ναι	296	45,7
Παίζετε διαδικτυακά παιχνίδια;	Όχι	352	54,3
	Ναι	620	95,4
Χρησιμοποιείτε υπηρεσίες κοινωνικής δικτύωσης;	Όχι	30	4,6
	Ναι	524	80,7
Κάνετε χρήση του διαδικτύου μέσω του κινητού;	Όχι	125	19,3
	0-2 ώρες	233	35,8
	3-4	266	40,9
Κάνετε καθημερινή χρήση του διαδικτύου	5+	151	23,2
	Ναι	350	53,8
	Όχι	300	46,2
Καταναλώνετε περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο απ' ό,τι στη μελέτη των μαθημάτων σας			

Πίνακας 3. Ποσοστά απαντήσεων των συμμετεχόντων στις μεταβλητές του internet addiction test.

Μεταβλητές	Δεν με αφορά	Σπάνια	Περιστασιακά	Τακτικά	Συχνά	Πάντα
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
1. Πόσο συχνά αντιλαμβάνεσαι ότι βρίσκεσαι συνδεδεμένος στο διαδίκτυο περισσότερο από όσο είχες σκοπό;	15 (2,3)	146 (22,5)	191 (29,4)	143 (22,0)	107 (16,5)	48 (7,4)
2. Πόσο συχνά αμελείς δουλειές του δωματίου σου για να μείνεις περισσότερη ώρα στο διαδίκτυο;	49 (7,5)	255 (39,2)	138 (21,2)	98 (15,1)	88 (13,5)	22 (3,4)
3. Πόσο συχνά προτιμάς τον ενθουσιασμό του διαδικτύου από το να έρθεις κοντά με το αγόρι/κορίτσι σου;	278 (42,8)	285 (43,9)	46 (7,1)	27 (4,2)	10 (1,5)	3 (0,5)
4. Πόσο συχνά συνάπτεις νέες σχέσεις με χρήστες του διαδικτύου σαν και εσένα;	294 (45,2)	234 (36,0)	75 (11,5)	28 (4,3)	15 (2,3)	4 (0,6)
5. Πόσο συχνά οι γύρω σου, σου παραπονιούνται για την ποσότητα του χρόνου που δαπανάς στο διαδίκτυο;	208 (32,0)	257 (39,5)	99 (15,2)	52 (8,0)	26 (4,0)	8 (1,2)
6. Πόσο συχνά επιβαρύνονται οι επιδόσεις (βαθμοί) στο σχολείο ή αλλού, εξαιτίας της ποσότητας του χρόνου που δαπανάς στο διαδίκτυο;	215 (33,2)	237 (36,6)	114 (17,6)	42 (6,5)	28 (4,3)	11 (1,7)
7. Πόσο συχνά ελέγχεις το ηλεκτρονικό σου ταχυδρομείο, πριν κάνεις κάτι άλλο που χρειάζεται;	84 (12,9)	236 (36,3)	139 (21,4)	123 (18,9)	34 (5,2)	32 (4,9)
8. Πόσο συχνά η απόδοσή σου στο σχολείο ή αλλού, επιβαρύνεται λόγω του διαδικτύου;	196 (30,2)	288 (44,3)	90 (13,8)	42 (6,5)	26 (4,0)	8 (1,2)
9. Πόσο συχνά γίνεσαι αμυντικός ή μυστικοπαθής, όταν κάποιος σε ρωτήσει τι κάνεις στο διαδίκτυο ;	216 (33,2)	243 (37,4)	106 (16,3)	38 (5,9)	30 (4,6)	16 (2,5)
10. Πόσο συχνά ξεχνάς ενοχλητικές σκέψεις για τη ζωή σου με καθησυχαστικές σκέψεις για το διαδίκτυο;	219 (33,7)	208 (32,0)	134 (20,6)	58 (8,9)	30 (3,1)	11 (1,7)
11. Πόσο συχνά αντιλαμβάνεσαι τον εαυτό σου να ανυπομονεί, τότε θα ξανασυνδεθεί στο διαδίκτυο;	185 (28,5)	247 (38,0)	146 (22,5)	37 (5,7)	27 (4,2)	8 (1,2)
12. Πόσο συχνά φοβάσαι, ότι η ζωή χωρίς το διαδίκτυο θα ήταν βαρετή, κενή και δυσάρεστη;	222 (34,2)	215 (33,1)	114 (17,6)	58 (8,9)	23 (3,5)	17 (2,6)
13. Πόσο συχνά εκνευρίζεσαι, φωνάζεις, ή συμπεριφέρεσαι ενοχλημένα αν κάποιος σε απασχολήσει την ώρα που είσαι στο διαδίκτυο;	250 (38,5)	254 (39,1)	91 (14,0)	32 (4,9)	17 (2,6)	6 (0,9)
14. Πόσο συχνά χάνεις ύπνο εξαιτίας συνδέσεων στο διαδίκτυο αργά το βράδυ;	206 (31,8)	200 (30,9)	113 (17,4)	76 (11,7)	45 (6,9)	8 (1,2)
15. Πόσο συχνά σε απασχολεί το διαδίκτυο όταν δεν είσαι συνδεδεμένος, ή φαντασιώνεσαι ότι είσαι σε σύνδεση;	343 (52,8)	226 (34,8)	34 (5,2)	39 (6,0)	5 (0,8)	3 (0,5)

(Συνεχίζεται)

Πίνακας 3. Συνέχεια.

Μεταβλητές	Δεν με αφορά	Σπάνια	Περιστασιακά	Τακτικά	Συχνά	Πάντα
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
16. Πόσο συχνά βρίσκεις τον εαυτό σου να λέει «λίγα λεπτά ακόμα» όταν είσαι σε σύνδεση;	135 (20,8)	219 (33,7)	139 (21,4)	88 (13,5)	54 (8,3)	15 (2,3)
17. Πόσο συχνά προσπαθείς να μειώσεις τον χρόνο που είσαι στο διαδίκτυο;	163 (25,1)	188 (28,9)	158 (24,3)	87 (13,4)	39 (6,0)	15 (2,3)
18. Πόσο συχνά προσπαθείς να κρύψεις πόση ώρα ήσουν στο διαδίκτυο;	320 (49,2)	222 (34,2)	57 (8,8)	30 (4,6)	14 (2,2)	7 (1,1)
19. Πόσο συχνά επιλέγεις να ξοδέψεις χρόνο στο διαδίκτυο από το να βγεις έξω με άλλους;	317 (48,8)	232 (35,7)	65 (10,0)	23 (3,5)	8 (1,2)	5 (0,8)
20. Πόσο συχνά νιώθεις θλίψη, δυσαρέσκεια ή εκνευρισμό όταν είσαι εκτός διαδικτύου, και παύεις να νιώθεις έτσι όταν επιστρέψεις στο διαδίκτυο;	356 (54,8)	213 (32,8)	39 (6,0)	34 (5,2)	5 (0,8)	3 (0,5)

Πίνακας 4. Σύγκριση των μέσων τιμών του βαθμού εξάρτησης στο διαδίκτυο σε σχέση με τα κοινωνικοδημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος.

Κοινωνικοδημογραφικά χαρακτηριστικά	Βαθμός εξάρτησης		p	
	n	$\bar{X} \pm SD$		
Φύλο	Άνδρες	87	33,1±14,9	<0,001*
	Γυναίκες	557	23,2±14,3	
Ηλικία	18–19	126	23,9±13,0	0,466
	20–21	261	25,4±15,2	
	22+	261	23,9±15,2	
	Ζω και με τους δύο γονείς	466	24,8±14,6	
Οικογενειακή κατάσταση	Διαζευγμένοι γονείς	50	47,5±15,6	0,097
	Θάνατος γονέα	38	23,7±14,0	
	Έχει κάνει δική του οικογένεια	33	18,4±18,6	
	Μένει μόνος	61	24,7±13,9	
Μορφωτικό επίπεδο πατέρα	Αναλφάβητος/ Απόφ. δημοτικού	105	25,3±15,4	0,810
	Απόφ. γυμνασίου/Λυκείου	301	24,6±15,0	
	Τριτοβάθμια εκπ./Μεταπτυχιακό	243	24,2±14,5	
Μορφωτικό επίπεδο μητέρας	Αναλφάβητος/Απόφ. δημοτικού	95	26,2±16,3	0,276
	Απόφ. γυμνασίου/Λυκείου	349	24,9±15,1	
	Τριτοβάθμια εκπ./Μεταπτυχιακό	202	23,4±13,8	

(Συνεχίζεται)

Πίνακας 4. Συνέχεια.

Κοινωνικοδημογραφικά χαρακτηριστικά	Βαθμός εξάρτησης		p			
	n	$\bar{X} \pm SD$				
Επάγγελμα Πατέρα	Δημ. Υπάλληλος	150	24,9±14,4	0,177		
	Ιδιωτ. Υπάλληλος	200	24,6±14,6			
	Εργάτης	60	25,8±14,4			
	Ελεύθερος επαγγελματίας	168	25,5±16,9			
	Συνταξιούχος	67	20,4±10,8			
Επάγγελμα Μητέρας	Δημ. Υπάλληλος	122	26,8±14,9	0,042		
	Ιδιωτ. Υπάλληλος	179	23,6±15,1			
	Εργάτρια	18	25,1±12,6			
	Οικιακά	236	25,7±15,2			
	Ελεύθερος επαγγελματίας	54	21,6±13,1			
Είναι το επάγγελμα των γονέων σας σχετικό με τα επαγγέλματα υγείας;	Συνταξιούχος	34	19,3±11,3	0,116*		
	Ναι	115	29,7±16,8			
	Όχι	533	23,4±14,2			
	Αλλαγή τόπου διαμονής	Ναι	192		25,3±15,3	0,421*
		Όχι	452		24,3±14,7	
Αν, ναι	Ναι	150	24,8±16,1	0,781*		
	Όχι	70	24,2±14,5			
Πριν την εισαγωγή στο τμήμα που φοιτάτε που διαμένετε;	Σε μεγάλη πόλη	415	24,4±14,8	0,528		
	Σε μικρή πόλη	138	24,4±15,0			
	Σε χωριό	55	26,8±16,2			
	Ναι	83	22,2±14,8			
Εργάζεστε;	Όχι	421	25,6±14,6	0,091		
	Πλήρες Ωράριο	42	25,5±19,7			
	Ημιαπασχόληση	52	24,6±12,7			
	Μερικές φορές	46	20,3±13,2			
Μηνιαίο εισόδημα	-200€	284	24,8±14,8	0,285		
	200-300€	162	22,5±13,3			
	300-500€	73	25,8±16,0			
Έχετε κάρτα σίτισης;	Πάνω από 500€	89	25,4±17,0	0,067*		
	Ναι	254	25,9±14,9			
	Όχι	392	23,7±14,8			
Πάσχετε από κάποιο νόσημα;	Ναι	33	27,8±16,1	0,200*		
	Όχι	612	24,4±14,8			
Εθνικότητα	Ελληνική	579	23,9±14,6	0,005*		
	Άλλη	55	29,8±16,1			
Θρήσκευμα	Χ.Ο.	583	24,3±14,7	0,715*		
	Άλλο	5	26,4±11,6			

*t-test

Πίνακας 5. Σύγκριση των μέσων τιμών του βαθμού εξάρτησης, στο διαδίκτυο σε σχέση με τις κοινωνικές συνήθειες του δείγματος.

Κοινωνικές συνήθειες		Βαθμός εξάρτησης		p
		n	$\bar{X} \pm SD$	
Καπνίζετε;	Όχι	441	23,9±14,3	0,225
	1-10	87	25,8±14,6	
	>10	120	26,2±16,8	
Υπάρχει στο άμεσο οικογενειακό σας περιβάλλον άτομο το οποίο κάνει υπερβολική χρήση του διαδικτύου;	Ναι	210	29,5±16,4	<0,001*
	Όχι	437	22,1±13,4	
Υπάρχει στο άμεσο οικογενειακό σας περιβάλλον άτομο το οποίο είναι εθισμένο στο διαδίκτυο;	Ναι	122	33,1±17,2	<0,001*
	Όχι	523	22,6±13,6	
Οι φίλοι σας χρησιμοποιούν καθημερινά το διαδίκτυο;	Ναι	611	24,7±14,5	0,442*
	Όχι	36	22,1±19,8	
Έχετε Η/Υ;	Ναι	624	24,7±14,9	0,134*
	Όχι	24	20,1±13,2	
Έχετε διαδίκτυο στο σπίτι σας;	Ναι	607	24,8±14,5	0,291*
	Όχι	42	21,5±19,2	
Έχετε Η/Υ στο δωμάτιό σας;	Ναι	464	26,2±14,8	<0,001
	Όχι	180	20,3±13,9	
	0-4	133	22,8±14,0	
Πόσα χρόνια κάνετε χρήση του διαδικτύου;	5-8	380	24,9±14,9	0,284
	9+	137	25,3±15,5	
Παίζετε διαδικτυακά παιχνίδια;	Ναι	296	27,6±15,3	<0,001*
	Όχι	352	22,0±14,0	
Χρησιμοποιείτε υπηρεσίες κοινωνικής δικτύωσης;	Ναι	620	24,8±14,5	0,084*
	Όχι	30	20,0±20,4	
Κάνετε χρήση του διαδικτύου μέσω του κινητού;	Ναι	524	24,8±14,6	0,442*
	Όχι	125	23,7±15,8	
	0-2	233	17,6±13,2	
Κάνετε καθημερινή χρήση του διαδικτύου;	3-4	266	23,9±12,0	<0,001
	5+	151	36,5±14,6	
Καταναλώνετε περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο απ' ό,τι στη μελέτη των μαθημάτων σας;	Ναι	350	29,7±14,6	<0,001*
	Όχι	300	18,6±12,8	

*t-test

Πίνακας 6. Σύγκριση του είδους της εξάρτησης στο διαδίκτυο σε σχέση με κοινωνικοδημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος.

Κοινωνικοδημογραφικά χαρακτηριστικά	Βαθμός εξάρτησης				P	
	Ελεγχόμενη χρήση (ΣΒ=0-49)		Μετρίως προβληματική χρήση (ΣΒ=50-79)			
Φύλο	Άνδρας	75	86,2%	12	13,8%	0,013
	Γυναίκα	523	93,9%	34	6,1%	
Ηλικία	18-19	121	96,0%	5	4,0%	0,096
	20-21	236	90,4%	25	9,6%	
	22+	245	93,9%	16	6,1%	
	Ζω και με τους δύο γονείς	433	92,9%	33	7,1%	
Οικογενειακή κατάσταση	Διαζευγμένοι γονείς	44	88,0%	6	12,0%	0,220
	Θάνατος γονέα	35	92,1%	3	7,9%	
	Έχω κάνει τη δική μου οικογένεια	29	87,9%	4	12,1%	
	Μένει μόνος/η	60	98,4%	1	1,6%	
Μορφωτικό επίπεδο πατέρα	Αναλφάβητος/Απόφοιτος δημοτικού	94	89,5%	11	10,5%	0,353
	Γυμνάσιο-Λύκειο	280	93,0%	21	7,0%	
	Τριτοβάθμιας εκπαίδευσης/Μεταπτυχιακές σπουδές	228	93,8%	15	6,2%	
Μορφωτικό επίπεδο μητέρας	Αναλφάβητος/Απόφοιτος δημοτικού	84	88,4%	11	11,6%	0,120
	Γυμνάσιο-Λύκειο	323	92,6%	26	7,4%	
	Τριτοβάθμιας εκπαίδευσης/Μεταπτυχιακές σπουδές	192	95,0%	10	5,0%	
	Δημόσιος υπάλληλος	140	93,3%	10	6,7%	
Επάγγελμα πατέρα	Ιδιωτικός υπάλληλος	186	93,0%	14	7,0%	0,051
	Εργάτης	56	93,3%	4	6,7%	
	Ελεύθερος επαγγελματίας	149	88,7%	19	11,3%	
	Συνταξιούχος	67	100,0%	0	,0%	
	Δημόσιος υπάλληλος	109	89,3%	13	10,7%	
Επάγγελμα μητέρας	Ιδιωτικός υπάλληλος	169	94,4%	10	5,6%	0,398
	Εργάτρια	17	94,4%	1	5,6%	
	Οικιακά	217	91,9%	19	8,1%	
	Ελεύθερος επαγγελματίας	52	96,3%	2	3,7%	
Είναι το επάγγελμα των γονέων σας σχετικό με τα επαγγέλματα υγείας;	Συνταξιούχος	33	97,1%	1	2,9%	<0,001
	ΝΑΙ	96	83,5%	19	16,5%	
	ΟΧΙ	505	94,7%	28	5,3%	
Αλλάξατε τόπο διαμονής λόγω σπουδών;	Ναι	177	92,2%	15	7,8%	0,429
	Όχι	420	92,9%	32	7,1%	
Αν αλλάξατε τόπο διαμονής λόγω σπουδών;	Ενοικιάζετε μόνος/η σπίτι/Συγκατοικείτε με άλλο πρόσωπο	138	92,0%	12	8,0%	0,531
	Μένετε σε εστία/Φιλοξενείστε από συγγενικό ή φιλικό πρόσωπο/Μένω σε δικό μου σπίτι	65	92,9%	5	7,1%	

(Συνεχίζεται)

Πίνακας 6: Συνέχεια.

Κοινωνικοδημογραφικά χαρακτηριστικά		Βαθμός εξάρτησης				P
		Ελεγχόμενη χρήση (ΣΒ=0-49)		Μετρίως προβληματική χρήση (ΣΒ=50-79)		
Πριν την εισαγωγή σας στο τμήμα που φοιτάτε διαμένετε	Σε μεγάλη πόλη	385	92,8%	30	7,2%	0,882
	Μικρή πόλη	128	92,8%	10	7,2%	
	Χωριό	50	90,9%	5	9,1%	
	Ναι	79	95,2%	4	4,8%	
	Όχι	388	92,2%	33	7,8%	
Εργάζεστε	Πλήρες ωράριο	38	90,5%	4	9,5%	0,833
	Ημιαπασχόληση	49	94,2%	3	5,8%	
	Μερικές φορές	43	93,5%	3	6,5%	
	-200 ευρώ	262	92,3%	22	7,7%	
Ποιο είναι το μηνιαίο εισόδημα σας ή τι ποσό σας χορηγείται από την οικογένειά σας;	200-300 ευρώ	152	93,8%	10	6,2%	0,858
	300,500 ευρώ	67	91,8%	6	8,2%	
	Πάνω από 500 ευρώ	81	91,0%	8	9,0%	
Έχετε κάρτα σίτισης;	Ναι	232	91,3%	22	8,7%	0,174
	Όχι	367	93,6%	25	6,4%	
Πάσχετε από κάποιο νόσημα;	Ναι	29	87,9%	4	12,1%	0,202
	Όχι	570	93,1%	42	6,9%	
Εθνικότητα	Ελληνική	540	93,3%	39	6,7%	0,185
	Άλλη	49	89,1%	6	10,9%	
Θρήσκευμα	Χ.Ο.	542	93,0%	41	7,0%	0,696
	Άλλο	5	100,0%	0	0,0%	

Πίνακας 7. Σύγκριση του είδους της εξάρτησης στο διαδίκτυο σε σχέση με τις κοινωνικές συνήθειες του δείγματος.

Κοινωνικές συνήθειες		Βαθμός εξάρτησης				p
		Ελεγχόμενη χρήση (Σ.Β.=20-49)		Μετρίως προβληματική χρήση (Σ.Β.=50-79)		
Υπάρχει στο άμεσο οικογενειακό περιβάλλον άτομο το οποίο κατά τη γνώμη σας κάνει υπερβολική χρήση του διαδικτύου;	Ναι	184	87,6%	26	12,4%	0,001
	Όχι	416	95,2%	21	4,8%	
Υπάρχει στο άμεσο οικογενειακό περιβάλλον άτομο το οποίο κατά τη γνώμη σας είναι εθισμένο στο διαδίκτυο;	Ναι	99	81,1%	23	18,9%	<0,001
	Όχι	499	95,4%	24	4,6%	
Οι φίλοι σας συνηθίζουν σε καθημερινή βάση να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο;	Ναι	569	93,1%	42	6,9%	0,111
	Όχι	31	86,1%	5	13,9%	
	Όχι	414	93,9%	27	6,1%	
Καπνίζετε;	Ναι, 1-10	80	92,0%	7	8,0%	0,201
	Ναι, Περιστασιακά	107	89,2%	13	10,8%	

(Συνεχίζεται)

Πίνακας 7. Συνέχεια.

Κοινωνικές συνήθειες		Βαθμός εξάρτησης				p
		Ελεγχόμενη χρήση (Σ.Β.=20-49)		Μετρίως προβληματική χρήση (Σ.Β.=50-79)		
Έχετε Η/Υ;	Ναι	577	92,5%	47	7,5%	0,159
	Όχι	24	100,0%	0	,0%	
Έχετε διαδίκτυο στο σπίτι σας;	Ναι	564	92,9%	43	7,1%	0,362
	Όχι	38	90,5%	4	9,5%	
Έχετε Η/Υ στο δωμάτιο σας;	Ναι	424	91,4%	40	8,6%	0,011
	Όχι	174	96,7%	6	3,3%	
Πόσα χρόνια κάνετε χρήση του διαδικτύου;	0-4	126	94,7%	7	5,3%	0,511
	5-8	349	91,8%	31	8,2%	
	9+	128	93,4%	9	6,6%	
Παίζετε διαδικτυακά παιχνίδια;	Ναι	267	90,2%	29	9,8%	0,016
	Όχι	334	94,9%	18	5,1%	
Χρησιμοποιείτε υπηρεσίες κοινωνικής δικτύωσης;	Ναι	577	93,1%	43	6,9%	0,164
	Όχι	26	86,7%	4	13,3%	
Κάνετε χρήση του διαδικτύου μέσω του κινητού σας τηλεφώνου;	Ναι	486	92,7%	38	7,3%	0,581
	Όχι	116	92,8%	9	7,2%	
	0-2	227	97,4%	6	2,6%	
Κάνετε καθημερινή χρήση του διαδικτύου	3-4	257	96,6%	9	3,4%	<0,001
	5+	119	78,8%	32	21,2%	
	Ναι	311	88,9%	39	11,1%	
Καταναλώνετε περισσότερο χρόνο στο διαδίκτυο απ' ό,τι στη μελέτη των μαθημάτων σας	Όχι	292	97,3%	8	2,7%	<0,001

ABSTRACT

Internet Addiction in Young Adults

Georgios Annousis,¹ Nikolaos Kyritsis,¹ Eleni Kyritsi,² Dimitrios Koukoularis,³
Afroditi Zartaloudi,⁴ Ioannis Koutelekos,⁴ Spyridoula Stefanidou⁴

¹Student, Faculty of Nursing Technological Educational Institution of Athens,

²Professor, Faculty of Nursing Technological Educational Institution of Athens,

³Physician, General Hospital "KONSTANTOPOULIO" Athens,

⁴Lecturer, Nursing Department, Technological Educational Institution of Athens, Athens, Greece

Introduction: The internet addiction phenomenon reads as characteristics the constant use and the addicted behavior from the internet itself, which affects negative the normal life of the user. This phenomenon induced in a combination of biological, psychosocial and personal traits results. Objectives: The purpose in this study is the investigation about the level of addiction, in a sample taken from the students of the Nursing Department, located at the TEI of Athens. **Material and Method:** The sample consists 650 students of the Nursing Department from the TEI of Athens between the ages 19–22+. For the collection of the sample was used questionnaires taken and adapted from IAT (Internet Addiction Test). For the statistical analysis of the data was used the programs SPSS-20 and the trials x2 test, t-test and anova. The statistical significance took at level of $p < 0.05$. **Results:** The 96.3% of the sample has personal computer and the 72% has a personal computer in his bedroom. The 45.7% of the sample plays online games and the 95.4% uses Social Networking Services. Also the 53.8% of the sample mentioned that consumes more hours in the internet than in his studies. The 92.8% of the sample is the average on-line user, but sometimes spends more time than the normal, although he has control of the usage, the 7.2% frequently experiencing problems because of the internet, in the other hand we did not find samples that the internet usage caused them significant problems in their lives. Higher level of addiction in the internet occurs on male subjects, rather than female subjects, in a statistical significant difference of $p < 0.001$. Also the subjects that mention that someone in their family environment does excessive use of the internet or that is addicted to the internet, they spend more time or use more the internet, they presenting higher level of addiction in a statistical significance of $p < 0.001$. Although the subjects with a personal computer in their own bedroom, they are more addicted, $p < 0.001$, as well as the subjects that they play on-line games, $p < 0.001$. Was found that the more years the subject uses the internet the more addicted becomes in that, $p < 0.001$. **Conclusion:** The results of this study showed that the reasons that lead a person to this state of pathological connection with the internet are plenty. Appears, to associating with various elements and characteristics, as sex, nationality, occupation of parents, the quality and the quantity of time spending on the internet appears to create a pathological condition.

Key-words: Addiction, internet, students, Nurse.

✉ **Corresponding Author:** Georgios Annousis, 21 Volissou street, GR-163 44 Athens, Greece, Tel: (+30) 6944 134 578, e-mail: annousisgeo@gmail.com

Βιβλιογραφία

- Byun S, Ruffini C, Mills JE, Douglas AC, Niang M, Stepchenkova S et al. Internet Addiction: Metasynthesis of 1996–2006. *Quantitat Research Cyberpsychol Behav* 2009, 12:203–207
- Goldberg M. Technological addictions. *Clin Psychol Forum* 1998,76:14–19
- Young KS. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. Paper presented at the 104th annual meeting of the American Psychological Association, Toronto, Canada, August 15, 1996. Center for Internet Addiction Recovery [Internet]. Webpage: <http://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf>
- Σκαρλάτου ΠΜ. Απόψεις και στάσεις μαθητών/μαθητριών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης (ηλικίας 12 με 18 ετών) για τον εθισμό στο διαδίκτυο και τη σχέση του για το διαδικτυακό εκφοβισμό: Αίτια, Συνέπειες και τρόποι αντιμετώπισης από την σκοπιά των εφήβων, Διπλωματική Εργασία, Θεσσαλονίκη 2013, 1.1:9–11
- Παπαγεωργίου Ε. *Ψυχιατρική*. 2η έκδοση, Εκδ. ιδίου, Αθήνα, 2009
- Κουμούλα Α, Σκλάβου Κ. *Εξαρτήσεις στην εφηβεία, οι κίνδυνοι, η πρόληψη και η αντιμετώπισή τους*. Επιμ. έκδοση: Θωμάϊς Σταφυλά, Αθήνα, 2013, 6:43
- Τσίτσικα Α, Τζαβέλα Ε, Μαυρομάτη Φ. Διαδίκτυο και Συμπεριφορές Εξάρτησης: Μελέτη σε Ευρωπαίους Εφήβους. NET ADB https://www.rha.is/static/files/Rannsoknir/2013/Qualitative_Report_D5.pdf
- Σοφός Α, Αθανασιάδης Η, Διάκος Κ, Δούκα Α. Εθισμός στο διαδίκτυο-Έρευνα στην Ελλάδα, 2ο Πανελλήνιο Συνέδριο - Πάτρα 28-30/4/2011, 826-827

9. Σιώμος Κ. Προσεγγίζοντας τη διαταραχή Εθισμού στο Διαδίκτυο, στο συλλογικό έργο: Εμμ. Σφακιανάκη/ Κωνστ. Σιώμου/ Γεωργ. Φλώρου, (2012), Εθισμός στο διαδίκτυο και άλλες διαδικτυακές συμπεριφορές υψηλού κινδύνου, Εκδ. Λιβάνης, Αθήνα 2012
10. Young K. *Caught in the Net: How to Recognise the Signs of Internet Addiction and a Winning Strategy for Recovery*. John Wiley and Sons, Inc: New York, NY, 1998
11. Beard KW. Internet addiction: a review of current assessment techniques and potential assessment questions. *Cyberpsychol Behav* 2005, 8:6–15
12. Young KS. *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. John Wiley & Sons, Inc, New York, NY, 1998:165–169
13. Orzack MH. How to recognize and treat computer.com addictions. *Direct Ment Health Counsel* 1999, 9:13–20
14. Dannon PN, Iancu I. Internet addiction. *Harefuah* 2007, 146:549–555
15. Young KS. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychol Behav* 1996, 1:237–244
16. Saliceti F. Internet Addiction Disorder. *Proced Soc Behavior Sci* 2015, 191:1372–1376
17. Brenner V. Psychology of computer use: XLVII. Parameters of internet use, abuse and addiction: The first 90 days of the internet usage survey. *Psychol Rep* 1997, 80:879–882
18. Morahan-Martin J, Schumacher P. Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Comp Hum Behav* 2000, 16:10–29
19. Young KS, Rodgers RC. "The relationship between depression and Internet Addiction". *Cyber Psychol Behav* (1998a)1: 25–28
20. Widyanto L, McMurrin M. The psychometric properties of the Internet addiction test. *Cyber Psychol Behav* 2004, 7:443–450
21. Chen SH, Weng LC, Su YJ et al. Development of Chinese internet Addiction Scale and its psychometric study. *Chin J Psychol* 2003, 45:279–294
22. Ko Chih-Hung, Yen Ju-Yu, Chen Cheng-Chung et al. Proposed diagnostic criteria of Internet addiction for adolescents. *J Nerv Mental Dis* 2005, 193:728–733
23. Kalmus V, Realo A, Siibak A. Motives for internet use and their relationships with personality traits and socio-demographic factors. *TRAMES* 2011, 15(65/60):4, 385–403
24. Young KS. Internet addiction: Diagnosis and Treatment Considerations. *J Contemp Psychother* 2009, 39:241–246
25. Θεοδώρου Σ. *Επιπτώσεις της κατάχρησης του διαδικτύου στην προσωπική, επαγγελματική και κοινωνική ζωή του σύγχρονου ανθρώπου. Μία θεωρητική και εμπειρική διερεύνηση*. Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών στα Πληροφοριακά Συστήματα. Πανεπιστήμιο Μακεδονίας, Θεσσαλονίκη 2009, 22-26
26. Young KS. The evaluation and treatment of Internet addiction. In: VandeCreek L, Jackson T (eds) *Innovations in clinical practice: A source book*. Professional Resource Press. Sarasota, FL. 1999
27. Tsimtsiou Z, Haidich AB, Kokkali S et al. Greek version of the internet addiction test: a validation study. *Psychiatr Q* 2014, 85:187–195
28. Μυλωνάς Π. *Διαδίκτυο και εξάρτηση*. Διατμηματικό Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών στα Πληροφοριακά Συστήματα. Πανεπιστήμιο Μακεδονίας, Θεσσαλονίκη 2009:27–33
29. Liu W, Kitchen L, Moskovos A. Cypriot Parental Perceptions of Children's Internet Usage: An Investigation of Motivations and Barriers. *EuroMed J Busin* 2009, 4:3
30. Lee SJ, Chae YG. Children's Internet Use in a Family Context: Influence on Family Relationships and Parental Mediation. *Cyber Psychol Behav* 2007, 10:640–644
31. Charney T, Greenberg BS. Uses and gratifications of the Internet. In: Lin CA, Atkin DJ (eds) *Communication technology and society: Audience adoption and uses Hampton Press*. Cresskill, NJ, 2002:379–408
32. Krajewska-Kułak E, Kułak W, Marcinkowski JT, Damme-Ostapowicz KV, Lewko J, Lankau A et al. Internet addiction among students of the medical university of bialystok. 2011, 29:657–661
33. Morahan-Martin J, Schumacher P. Incidences and correlates of pathological Internet use among college students. *Comput Hum Behav* 2000, 16:13–29
34. Frangos Ch, Frangos C, Kiohos A. Internet Addiction among Greek University Students: Demographic Associations with the Phenomenon, using the Greek version of Young's Internet Addiction Test. *Intern J Econom Sci Appl Research* 3:49–74
35. Kimberly S. Young, Internet addiction, a new clinical phenomenon and its consequences. *Am Behavior Sci* 2004, 48:406–409
36. Σοφός Α, Αθανασιάδης Η, Διάκος Κ, Δούκα Α. Εθισμός στο Διαδίκτυο-Ερευνα στην Ελλάδα. 2ο Πανελλήνιο Συνέδριο-Πάτρα, 2011:827–830
37. Davis RA. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Comp Hum Behav* 2001, 17:188–195
38. Griffiths M. Gambling technologies: prospects for problem gambling. *J Gambli Stud* 1999, 15:265–281
39. Oggins J, Jeffrey S. Notions of Video Game Addiction and Their Relation to Self-Reported Addiction Among Players of World of Warcraft. *Intern J Ment Hlth Addict* 2010, Springer Link. Web. 27 Mar. 2013
40. Τσουβέλας Γ, Γιωτάκος Ο. Χρήση διαδικτύου και παθολογική εμπλοκή με το διαδίκτυο σε δείγμα φοιτητών. *Ψυχιατρική* 2011, 22:225–230
41. Kimberly S. Young, internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyb Psychol Behav* 1998, 1:237–241
42. Yeonson Kim, Jin Young Park, Sung Byung Kim, In-Kyung Jung, Yun Sook Lim, Jung-Hyum Kim. The effects of Internet Addiction on the lifestyle and dietary behavior of Korea adolescents. *Nutr Research Pract* 2010, 4:51–55
43. Wang JL. The influences of Internet café use experience on junior high school students computer learning achievement: a studying Kaohsiung, Taiwan. *Inform Educ* (in Chinese) 2003, 93:106–112
44. Eby L, Brawn N. *Η Νοσηλευτική στην Ψυχική Υγεία*. 2η Έκδοση. Επιμ. Κοτρώτσιου Ε, Κυρίτση Ε. Εκδ. Λαγός, Αθήνα, 2009