

Εθισμός στο Διαδίκτυο

Αντώνης-Αλέξανδρος Λαμπρόπουλος

A2 γυμνασίου

31/3/2021

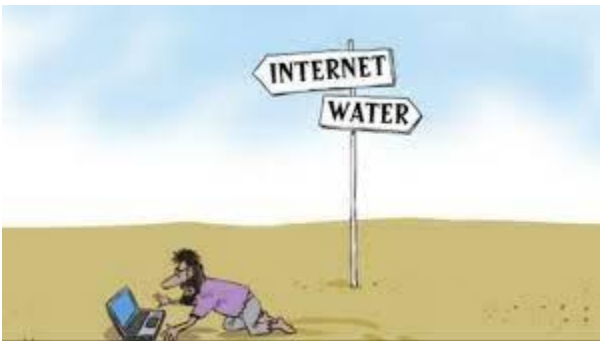
Η χρήση του διαδικτύου αποτελεί πλέον αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινής μας ζωής. Επηρεάζει είτε θετικά είτε αρνητικά τη ζωή όλων μας, καταλαμβάνοντας μέρα με τη μέρα όλο και περισσότερο από το χρόνο που διαθέτουμε.

Ο εθισμός στο διαδίκτυο και την τεχνολογία δεν αποτελεί ακόμη "επίσημη κατηγορία" στα εγχειρίδια ταξινόμησης ψυχικών διαταραχών. Ωστόσο έχει τα κριτήρια εκείνα που περιγράφουν τον εθισμό και τον καταναγκασμό αναφορικά με ουσίες και τον τζόγο. Πολλοί ερευνητές αντικαθιστούν την έννοια της «ουσίας» με αυτή του διαδικτύου και περιγράφουν το φαινόμενο.

Είναι μια σχετικά νέα μορφή εξάρτησης. Αναφέρεται στη περίπτωση όπου το διαδίκτυο αποκτά μεγαλύτερη σημασία και προτεραιότητα στη ζωή σου από τους φίλους, την οικογένεια και την εργασία σου, κυριαρχεί στη καθημερινότητά σου και είναι ένα στοιχείο της που δεν θέλουμε να αποχωριστείς. Αν και ο όρος «εθισμός» στο Διαδίκτυο παραμένει αμφιλεγόμενος από την επιστημονική κοινότητα, εν τούτοις έχουν αναφερθεί αρκετές περιπτώσεις παιδιών και εφήβων που δαπανούν υπερβολικά πολλές ώρες μπροστά στην οθόνη του υπολογιστή παίζοντας ηλεκτρονικά-διαδικτυακά παιχνίδια, μιλώντας διαδικτυακά σε δωμάτια συνομιλιών ή σε σελίδες κοινωνικής δικτύωσης, ενώ ξεχνούν ή παραμελούν άλλες σημαντικές δραστηριότητες. Το Διαδίκτυο έχει την ικανότητα να καλύψει συγκεκριμένες ψυχολογικές ανάγκες σου. Ένα από τα χαρακτηριστικά του μέσου είναι ότι σου δίνει τη δυνατότητα να προβάλλεις μια επιθυμητή και όχι την πραγματική εικόνα του εαυτού σου, χωρίς να έχεις περιορισμούς και συνέπειες. Η εξάρτηση από το διαδίκτυο μπορεί να είναι το αποτέλεσμα άλλων ψυχικών διαταραχών, όπως κατάθλιψη, αγχώδεις διαταραχές, διαταραχές προσωπικότητας και κοινωνική φοβία.

Στην παρούσα εργασία ο συγγραφέας κάνει μια προσέγγιση στους ορισμούς του Διαδικτύου και των Διαδικτυακών Κοινωνικών Δικτύων, των πλεονεκτημάτων και των μειονεκτημάτων που προσφέρει η χρήση τους, σε μια προσπάθεια προσέγγισης του φαινομένου του εθισμού που παίρνει συνεχώς όλο και μεγαλύτερες διαστάσεις στην καθημερινότητα των ανθρώπων, καθώς και των συνεπειών που μπορεί να έχει. Για την

επίτευξη του στόχου του και την απάντηση των βασικών ερωτημάτων του ο συγγραφέας πραγματοποίησε μια συνέντευξη στον Κύριο Κορμά- ερευνητή της Μονάδας Εφηβικής Υγείας-, σχετικά με τη χρήση και την κατάχρηση των χρηστών από το Διαδίκτυο και τα Κοινωνικά Δίκτυα και παράλληλα ένα ερωτηματολόγιο που αναφερόταν σε άτομα όλων των ηλικιών και ερευνούσε τις συμπεριφορές και τις στάσεις τους στο θέμα του εθισμού καθώς και την προσπάθεια αποτύπωσης της διάστασης του εν λόγω φαινομένου στις ζωές τους. Μέσα λοιπόν από τις δύο παραπάνω μεθόδους, ο συγγραφέας κατέληξε στο συμπέρασμα ότι ο εθισμός από το Διαδίκτυο και τα Κοινωνικά Δίκτυα, συνέπεια της αλόγιστης χρήσης και της ένταξης των υπολογιστών και του Internet στις ζωές των ανθρώπων, αποτελεί σημαντικό φαινόμενο στις μέρες μας και επηρεάζει κυρίως τα νεαρά άτομα, ενώ υπάρχουν και κάποια συμπτώματα που «προδίδουν» αν ένα άτομο είναι εθισμένο. Τέλος λόγω της εξέλιξης του φαινομένου υπάρχουν διάφορα κέντρα απεξάρτησης και συμβουλευτικής, τα οποία μπορούν αρχικά να προλάβουν και εν συνεχεία να αντιμετωπίσουν τους εθισμένους χρήστες. Σημαντικό είναι ότι όλοι προσωπικά και συλλογικά θα πρέπει να φροντίζουν για τον περιορισμό αυτού του φαινομένου και την προστασία των ίδιων και των ατόμων του περιβάλλοντός τους.





https://saferinternet.gr/files/Artemis_Tsitsika_SID2010.pdf

<http://ikee.lib.auth.gr/record/297355>