

ΕΘΙΣΜΟΣ ΤΩΝ ΕΦΗΒΩΝ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ :

ΕΝΑ ΣΥΓΧΡΟΝΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ

ΕΝΤΟΝΗΣ ΨΥΧΟΠΑΘΟΛΟΓΙΑΣ

Δρ. Σιώμος Κωνσταντίνος

Πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας μελέτης της διαταραχής εθισμού στο διαδίκτυο

Στη σημερινή εποχή που οι νέες Τεχνολογίες εισβάλλουν στην ανθρώπινη καθημερινότητα, προσελκύοντας ολοένα και περισσότερους ανθρώπους στη χρήση τους, η επίδρασή τους δεν θα πρέπει να θεωρείται αμελητέα. Ο εθισμός στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές και η εξάρτηση από το Διαδίκτυο, αποτελεί ένα φαινόμενο της τελευταίας δεκαετίας, που ολοένα εξαπλώνεται.

Στα πλαίσια αυτού του προβληματισμού, σε αντιπροσωπευτικό δείγμα 2200 έφηβων μαθητών 12-18 ετών, των τεσσάρων Θεσσαλικών πόλεων, εκπονήθηκε από τον Ιατρό κ. Σιώμο Κωνσταντίνο διδακτορική διατριβή στην Ιατρική σχολή του Πανεπιστημίου της Θεσσαλίας με επιβλέποντα τον Καθηγητή Ψυχιατρικής κ. Νικηφόρο Αγγελόπουλο.

Από τα ευρήματα της έρευνας προκύπτει ότι ο εθισμός στο διαδίκτυο εντοπίζεται στο 8.2% των εφήβων χρηστών του διαδικτύου (Siomos et al 2008), με χαμηλότερο ποσοστό στη Λάρισα 5.9% και υψηλότερο στο Βόλο 11.7%, που είναι σημαντικά υψηλότερα από το 1% που παρατηρήθηκε σε αντίστοιχη έρευνα στον εφηβικό πληθυσμό των Αθηνών (Tsitsika et al 2008), γεγονός που αποδεικνύει πως η επαρχία αντιμετωπίζει σοβαρότερο πρόβλημα.

Συγκεκριμένα στον εφηβικό πληθυσμό που αποτελεί και τον πληθυσμό στόχο της παρούσας έρευνας, τα δεδομένα των επιδημιολογικών ερευνών της τελευταίας πενταετίας στις διάφορες χώρες, δείχνουν τον επιπολασμό του εθισμού στο διαδίκτυο μεταξύ των χρηστών να κυμαίνεται από 1.1% στη Βόρειο Κύπρο (Bayraktar 2007) μέχρι 7.5% στην Ταϊβάν (Ko et al 2007). Η επικράτηση του εθισμού εντοπίζεται επίσης στο 1.98% των εφήβων της Νορβηγίας (Johansson και Gøftestam 2004), στο 5.4% της Ιταλίας (Pallanti et al 2006), στο 1.6% στη Ν. Κορέα (Kim et al 2006) και δύο έρευνες στην Κίνα δίνουν επιπολασμό 2.4% (Gao et al 2007) και 5.52% (Deng et al 2007).

Στο σημείο αυτό είναι απαραίτητο να σημειωθεί πώς σε μία χώρα όπως η Ελλάδα με πολύ χαμηλή διείσδυση του διαδικτύου, το ποσοστό του εθισμού των εφήβων στο 8.2% μεταξύ των χρηστών κρίνεται ως πολύ υψηλό. Ο επιπολασμός του εθισμού των εφήβων στο διαδίκτυο στην Ελλάδα έχει μεγάλη σημασία αν συγκριθεί με το 1.98% του αντίστοιχου εφηβικού μαθητικού πληθυσμού της Νορβηγίας, όπου χρησιμοποιήθηκε το ίδιο διαγνωστικό εργαλείο.

Σε μία χώρα επομένως όπως η Νορβηγία, με το υψηλότερο ποσοστό χρηστών του διαδικτύου (88%) στον κόσμο, το χαμηλό ποσοστό των εθισμένων εφήβων στο διαδίκτυο μπορεί να εξηγηθεί μόνο μέσα από ένα πολύ συντονισμένο πρόγραμμα εκπαίδευσης ψηφιακού αλφαριθμητισμού. Αντίθετα σε χώρες όπως η Ν. Κορέα και η Κίνα η ξαφνική και γρήγορη διείσδυση των νέων τεχνολογιών, δημιούργησε προβλήματα. Χαρακτηριστικά στη Ν. Κορέα αναφέρθηκαν δέκα θάνατοι εφήβων από καρδιοαναπνευστικά αίτια σε εντενερν καφέ και το 2.1% των παιδιών 6-19 ετών χαρακτηρίζονται ότι πληρούν τα κριτήρια για εθισμό στο διαδίκτυο (Choi 2007).

Ο εθισμός στο διαδίκτυο αποτελεί σήμερα ένα από τα σοβαρότερα προβλήματα δημόσιας υγείας για την Ν. Κορέα, όπου οι εθισμένοι σε ποσοστό 80% χρειάζονται θεραπεία και ίσως 20 έως 24% νοσηλεία (Ahn 2007). Στην Κίνα επίσης, σύμφωνα με τον Ταο Ραη διευθυντή για την αντιμετώπιση των εθισμών στο κεντρικό στρατιωτικό νοσοκομείο του Πεκίνου, ο εθισμός στο διαδίκτυο αφορά το 13.7% των κινέζων εφήβων (10 εκατομμύρια περίπου) και ξεκίνησε η εφαρμογή μέτρων αντιμετώπισης του φαινομένου με περιορισμό της χρήσης των ηλεκτρονικών παιχνιδιών σε τρεις ώρες την ημέρα (Block 2008).

Το φύλο διαφέρει σύμφωνα με τις έρευνες, αν και έχουν αποσαφηνιστεί εφαρμογές που συνδέονται ειδικά με το ένα φύλο (οι άνδρες προτιμούν πιο ειδικές εφαρμογές, ενώ οι γυναίκες προτιμούν πιο ευέλικτες, κοινωνικές εφαρμογές). Στο ίδιο περίπου συμπέρασμα καταλήγει και η παρούσα έρευνα όπου η χρήση Η.Υ μεταξύ των δύο φύλων εμφανίζει υπεροχή υπέρ των αγοριών, ενώ παρατηρείται ότι τα αγόρια χρησιμοποιούν το διαδίκτυο στατιστικά σημαντικά συγκρινόμενα με τα κορίτσια για παιχνίδια και αγορές, ενώ τα κορίτσια για πληροφορίες σχετικές με το σχολείο.

Διαπιστώνεται επίσης, ότι οι μαθητές Λυκείου χρησιμοποιούν στατιστικά σημαντικά περισσότερο το διαδίκτυο για να στέλνουν ηλεκτρονικά μηνύματα, να συμμετέχουν σε ομάδες ειδήσεων, να αναζητούν πληροφορίες για προϊόντα και υπηρεσίες, να αναζητούν νέες βάσεις δεδομένων και να διαβάζουν ηλεκτρονικές εφημερίδες και περιοδικά. Αντίθετα οι μαθητές Γυμνασίου χρησιμοποιούν στατιστικά σημαντικά περισσότερο το διαδίκτυο αναζητώντας πληροφορίες για το σχολείο, γεγονός που δείχνει πως οι μεγαλύτεροι σε

ηλικία έφηβοι είναι πιο εξοικειωμένοι με περισσότερο διαδραστικές δραστηριότητες του διαδικτύου.

Το μέρος όπου γίνεται η σύνδεση με το διαδίκτυο φαίνεται πως διαφέρει μεταξύ των δύο φύλων, με τα αγόρια στην παρούσα έρευνα να συνδέονται στο διαδίκτυο στατιστικά σημαντικά περισσότερο κυρίως σε ιντερνετ καφέ και αθλητικούς ομίλους, ενώ τα κορίτσια στο σχολείο. Επίσης οι μαθητές Λυκείου συνδέονται στο διαδίκτυο στατιστικά σημαντικά περισσότερο από το σπίτι και το ιντερνετ καφέ, ενώ οι μαθητές Γυμνασίου από το σχολείο και από αθλητικούς ομίλους.

Το εύρημα αυτό καθώς και το γεγονός ότι το 61.7% των εθισμένων εφήβων της έρευνας επισκέπτεται ιντερνετ καφέ έρχεται σε αντιστοίχιση με το φαινόμενο του εθισμού σε ιντερνετ καφέ των αγοριών που για πρώτη φορά αναφέρθηκε σε έρευνα εφήβων στην Ταϊβάν (Wu 2007). Ενώ στις ασιατικές χώρες τα ιντερνετ καφέ χρησιμοποιούνται πάρα πολύ, εντούτοις στις Η.Π.Α. δεν είναι πολύ δημοφιλή, κυρίως λόγω του ότι η σύνδεση σε διαδικτυακά παιχνίδια και εικονικό σεξ γίνεται από το σπίτι του χρήστη (Block 2007).

Φαίνεται επομένως ότι το φαινόμενο των ιντερνετ καφέ, ευδοκιμεί σε χώρες είτε με χαμηλή διείσδυση του διαδικτύου όπως η Ελλάδα, είτε σε χώρες ασιατικές όπως η Ταϊβάν, η Ν. Κορέα και η Κίνα. Τα αίτια αυτού του φαινομένου με την υπάρχουσα βιβλιογραφία δεν μπορούν να εξηγηθούν επαρκώς και νέες έρευνες χρειάζονται για να εξηγήσουν την αρνητική επίδραση των ιντερνετ καφέ στους εφήβους.

Το προφίλ του εθισμένου έφηβου χρήστη στους Η/Υ και το Διαδίκτυο στην παρούσα έρευνα αφορά κυρίως αγόρια στο 75% των περιπτώσεων, μα-

θητές Λυκείου, που καπνίζουν, πίνουν αλκοόλ, επισκέπτονται ιντερνετ καφέ και εννέα στους δέκα έχουν υπολογιστή στο σπίτι. Στο 46.3% του δείγματος αναφέρουν συμπτώματα στους οφθαλμούς και στο 52.2% αναφέρουν συμπτώματα από το μυοσκελετικό σύστημα.

Ο εθισμός στο διαδίκτυο, εμφανίζει θετική συσχέτιση με τη λήψη αλκοόλ, το κάπνισμα, την ανορεξία, τη βουλιμία, τον αυτοκτονικό ιδεασμό, τις σκέψεις θανάτου, τις ενοχλητικές σκέψεις για σεξουαλικά θέματα και τη μείωση του σεξουαλικού ενδιαφέροντος των εφήβων, στατιστικά σημαντική. Ειδικότερα ο σοβαρός αυτοκτονικός ιδεασμός των εφήβων παρατηρείται σε ποσοστό 2.4% του συνόλου του μαθητικού πληθυσμού, ενώ μεταξύ των εθισμένων του διαδικτύου το ποσοστό ανέρχεται στο 10.2%.

Ο αυτοκτονικός ιδεασμός, οι σκέψεις θανάτου μεταξύ των εφήβων και η συσχέτιση τους με τον εθισμό στο διαδίκτυο, εξηγεί σε ένα βαθμό τη συμπεριφορά των εφήβων να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο, ως μέσο ενημέρωσης για τον τρόπο που αυτοκτονεί κάποιος και προβολής των αποπειρών αυτοκτονίας τους, ένα φαινόμενο, που εξαπλώνεται όλο και περισσότερο τα τελευταία χρόνια, γεγονός που επισημαίνεται και σε άλλες έρευνες (Dobson 1999, Alao et al.1999, Prior 2004, Alao et al 2006).

Δεν υπάρχει αμφιβολία πως ο εθισμός στο διαδίκτυο αποτελεί ένα παθολογικό φαινόμενο με επιπτώσεις κοινωνικές, επαγγελματικές και ψυχολογικές και η διεθνής ψυχιατρική κοινότητα θα πρέπει να εξετάσει σοβαρά την ένταξή της διαταραχής στα διεθνή Ψυχιατρικά ταξινομικά συστήματα.

Ο κ. Σιώμος τον Μάρτιο του 2008 παρουσίασε τα πορίσματα της έρευνάς του καθώς και προτάσεις αντιμετώπισης του φαινομένου στην Μόνιμη Επιτροπή Έρευνας και Τεχνολογίας της Βουλής, με Πρόεδρο τον κ. Αδρα-

κτά, που εξετάζει το θέμα του εθισμού των Ελλήνων εφήβων στο διαδίκτυο, με σκοπό την κατάθεση ειδικού νομοσχεδίου.

Τον Νοέμβριο του 2008 ιδρύθηκε στην Λάρισα η Ελληνική Εταιρεία Μελέτης της Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο, μία αστική μη κερδοσκοπική εταιρεία. Τα ιδρυτικά μέλη της προέρχονται από τον χώρο της Ψυχικής Υγείας και της Εκπαίδευσης.

Σκοπός της είναι η συμμετοχή σε ερευνητικά προγράμματα με σκοπό την προσφορά νέας επιστημονικής γνώσης στο αντικείμενο της Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο, η συμμετοχή στην πρόληψη μέσω της ευαισθητοποίησης και της εκπαίδευσης γονέων, εκπαιδευτικών, καθηγητών πληροφορικής, σχολικών μονάδων και συμβούλων εκπαίδευσης, η προσφορά κοινωνικής υποστήριξης και συμβουλευτικής σε άτομα με Διαταραχή Εθισμού στο Διαδίκτυο όλων των ηλικιών και στις οικογένειές τους. Για την πραγματοποίηση των παραπάνω στόχων δέχεται αιτήματα από όλη την Ελλάδα για την οργάνωση διαλέξεων, ημερίδων και ειδικών επιστημονικών σεμιναρίων. Για την επικοινωνία με την εταιρεία επισκεφτείτε την ιστοσελίδα της στην ηλεκτρονική διεύθυνση (www.hasiad.gr).

Βιβλιογραφία

- a. Σιώμος ΚΕ, Μουζάς Ο, Σκεντέρης Ν, Θεοδώρου Κ, Αγγελόπουλος ΝΒ. Χαρακτηριστικά και τρόπος ζωής των εθισμένων στο διαδίκτυο Ελλήνων εφήβων μαθητών. Ψυχιατρική Μάιος 2008;18(1):S178.
- b. Σιώμος ΚΕ, Μουζάς Ο, Σκεντέρης Ν, Θεοδώρου Κ, Αγγελόπουλος ΝΒ. (2008). Η χρήση αλκοόλ σε έφηβους μαθητές και η σύνδεσή της με τον εθισμό στο διαδίκτυο. Ψυχιατρική Μάιος 2008;18(1):291-292.

- c. Σιώμος ΚΕ, Μουζάς Ο, Σκεντέρης Ν, Θεοδώρου Κ, Αγγελόπουλος ΝΒ. (2008). Το κάπνισμα σε έφηβους μαθητές και η συσχέτισή του με τον εθισμό στο διαδίκτυο. *Ψυχιατρική* Μάιος 2008;18(1):S287.
- d. Σιώμος ΚΕ, Μουζάς Ο, Σκεντέρης Ν, Θεοδώρου Κ, Αγγελόπουλος ΝΒ. (2008). Ο εθισμός στο διαδίκτυο και η συσχέτισή του με κάπνισμα αλκοόλ, διαταραχές διατροφής και αυτοκτονικό ιδεασμό. *Ψυχιατρική* Μάιος 2008;18(1): S178.
- e. ΚΕ Siomos, OD Mouzas, NV Angelopoulos. Addiction to the use of internet and psychopathology in Greek adolescents: A preliminary study. *Annals of General Psychiatry* 2007, 7(suppl 1): S120.
- f. ΚΕ Siomos, ED Dafouli, D Braimiotis, OD Mouzas, NV Angelopoulos. Internet addiction among Greek adolescent student. *Cyber Psychology and Behaviour* 2008, 11(6); 653-57.
- g. ΚΕ Σιώμος, ΝΒ Αγγελόπουλος. Διαταραχή εθισμού στο Διαδίκτυο. *Ψυχιατρική* 2008, 19(1);52-58.
- h. Α Tsitsika, Ε Critselis, Γ Kormas et al. Internet use and misuse: a multivariate regression analysis of the predictive factors of internet use among Greek adolescents. *Eur J Pediatr* 2008.
- i. Bayractor F, Gón Z. Incidence and correlates of internet usage among adolescents in North Cyprus. *Cyber Psychology and Behavior* 2007; 10(2):191-97.
- j. Ko CH, Yen JY, Yen CF, Lin HC, Yang MJ. Factors predictive for incidence and remission of internet addiction in young adolescents: a prospective study. *Cyber Psychology and Behavior* 2007; 10(4):545-551.
- k. Johansson A, Gøttestam KG. Internet addiction: Characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12–18 years). *Scandinavian Journal of Psychology* 2004; 45: 223–29.
- l. Pallanti S, Bernardi S, Quercioli L. The Sorter PROMIS Questionnaire and the Internet Addiction Scale in the assessment of multiple addictions in a high school

- population: prevalence and related disability. *CNS Spectrums* 2006; 11(12):966-74.
- m. Kim K, Ryu E, Chon MY, Yeun EJ, Choi SY, Seo JS, Nam BW. Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: a questionnaire survey. *International Journal Nursing Studies* 2006; 43:185-92.
- n. Gao F, Su L. Internet addiction among Chinese adolescents: prevalence and psychological features. *Child Care Health and Development* 2007; 33(3):275-81.
- o. Deng YX, Hu GQ, Wang LS, Sun ZQ. An investigation on the prevalence of internet addiction disorder in middle school students of Human province. *Zhonghua Liu Xing Bing Xue Za Zhi* 2007; 8(5):445-48.
- p. Choi YH: Advancement of IT and seriousness of youth Internet addiction, in 2007 International Symposium on the Counseling and Treatment of Youth Internet Addiction. Seoul, Korea, National Youth Commission, 2007, p 20.
- q. Block JJ: Pathological computer use in the USA, in 2007 International Symposium on the Counseling and Treatment of Youth Internet Addiction. Seoul, Korea, National Youth Commission, 2007, p 433.
- r. Block JJ. Issues for DSM-V: Internet Addiction. *Am J Psychiatry* 2008; 165:3.