

## Ο εθισμός των νέων στο διαδίκτυο: Στατιστικά



Του

Αθανάσιου Κολιοφούτη

Με το γενικό όρο εθισμό ορίζουμε την έλξη του υποκειμένου προς την κατεύθυνση ενός ικανοποιητικού συναισθήματος. Πρόκειται για την αποτυχία απώθησης μίας παρόρμησης, μίας ορμής ή ενός πειρασμού για την εκτέλεση μίας πράξης, η οποία είναι επιβλαβής για το άτομο ή για άλλους. Όπως λοιπόν και στις υπόλοιπες μορφές εθισμού έτσι και στην προκειμένη περίπτωση του διαδικτυακού εθισμού, η ενασχόληση με το διαδίκτυο συνδέεται αναμφισβήτητα με την άντληση αισθήματος ικανοποίησης, που επιτυγχάνεται με την αύξηση του χρόνου που καταναλώνεται για την άντληση αυτού του συναισθήματος, ενώ συχνά συνοδεύεται και από το «άγχος της αποσύνδεσης».

Οι έρευνες των ειδικών Ψυχικής Υγείας επί του φαινομένου του εθισμού στο διαδίκτυο, ήδη από το 1996, δεν έχουν οδηγήσει σε πλήρη συμφωνία μεταξύ τους σχετικά με την ονομασία, τα κριτήρια ή τα εργαλεία διάγνωσης του. Μερικές από τις ορολογίες που έχουν προταθεί για την υπερβολική χρήση του διαδικτύου είναι οι εξής: «Διαταραχή του εθισμού από το διαδίκτυο», «παθολογική χρήση του

διαδικτύου», «προβληματική χρήση του διαδικτύου», ή «εξάρτηση από το διαδίκτυο».

Ανεξάρτητα όμως από το όνομα που επιλέγει κανείς προκειμένου να περιγράψει το φαινόμενο του διαδικτυακού εθισμού, διαπιστώνει πως το στοιχείο της εξάρτησης του υποκειμένου από το διαδίκτυο είναι αναμφισβήτητο. Εξάρτηση υπάρχει, «εφόσον μία συμπεριφορά, που στοχεύει να προκαλεί ευχάριστα συναισθήματα και να καταπραΰνει από ένα δυσάρεστο ψυχικό φορτίο, χρησιμοποιείται με τέτοιο τρόπο, ώστε να διακρίνεται κατ' επανάληψη αδυναμία του ατόμου να ελέγξει αυτήν τη συμπεριφορά και επιδίωξή της, παρά τις σοβαρές αρνητικές επιπτώσεις της».

Η συγκεκριμένη αδυναμία του υποκειμένου που εθίζεται στη χρήση του διαδικτύου είναι αναμφισβήτητη. Μελετώντας τα στοιχεία πρόσφατων στατιστικών ερευνών αλλά μεταφέροντας και εικόνες της καθημερινής κοινωνικής πραγματικότητας που όλοι βιώνουμε, διαπιστώνουμε ότι σήμερα η χρήση του διαδικτύου στην Ελλάδα είναι «σύμφυτη» με την καθημερινότητα των εφήβων και έχει πάρει εκρηκτικές διαστάσεις. Αξίζει να επικαλεστούμε ορισμένα στατιστικά στοιχεία σχετικής έρευνας του Ερευνητικού Πανεπιστημιακού Ινστιτούτου Ψυχικής Υγιεινής, προκειμένου να αποδείξουμε του λόγου το αληθές. Η έρευνα του ΕΠΙΨΥ 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%).

Οι μαθητές γυμνασίου και λυκείου αφιερώνουν πολύ από τον ελεύθερο χρόνο τους σε εβδομαδιαία βάση για να «κατεβάσουν» μουσική από το διαδίκτυο, να «ανεβάσουν» φωτογραφίες, να παίξουν παιχνίδια και να επικοινωνήσουν με τους φίλους τους μέσω των ιστότοπων κοινωνικής δικτύωσης (facebook, twitter κ.λπ.). Τα ποσοστά αυξάνονται ανάλογα με την ηλικία: 14,1% των 11χρονων, 25,8% των 13χρονων και 33,7% των 15χρονων. Ταυτόχρονα, ποικίλλουν ανάλογα με το φύλο: 26,8% των αγοριών έναντι 21,9% των κοριτσιών. Από το 2006 έως το 2010 έχει τετραπλασιαστεί ο αριθμός των εφήβων που ασχολούνται με τον υπολογιστή και το διαδίκτυο για τουλάχιστον τρεις ώρες καθημερινά ( από 5,7% σε 21,7% αντίστοιχα).

Παράλληλα, 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.

Επιπλέον, ένας στους τέσσερις (ποσοστό 25,4%) αισθάνεται ότι πρέπει να βρίσκεται στο διαδίκτυο ολοένα και περισσότερο προκειμένου να αντλήσει ικανοποίηση, ενώ ανάλογο ποσοστό έχει πει ψέματα στην οικογένειά του ή σε κάποιον άλλο για να αποκρύψει το βαθμό ενασχόλησής του μ'αυτό. Ταυτόχρονα, ένας στους πέντε εφήβους (ποσοστό 19,7%) αναφέρει ότι έχει προβεί κατ'επανάληψη σε αποτυχημένες προσπάθειες να ελέγξει, να περιορίσει ή να σταματήσει τη χρήση του διαδικτύου, ενώ ένας στους έξι (ποσοστό 16,8%) έχει θέσει σε κίνδυνο κάτι σημαντικό (π.χ. σχέση, εργασία, εκπαίδευση) λόγω της υπερβολικής ενασχόλησής του με το διαδίκτυο. Όλα τα παραπάνω επιβεβαιώνονται και από τα αναλυτικά στοιχεία του τελευταίου ευρωβαρόμετρου «Safer Internet 2008» για την Ελλάδα, σύμφωνα με τα οποία 3 στους 10 Έλληνες γονείς δεν κάθονται ποτέ μαζί με τα παιδιά τους όταν αυτά σερφάρουν στο διαδίκτυο και ένα 35% των γονέων στην Ελλάδα δεν θέτει κανέναν περιορισμό στις διαδικτυακές δραστηριότητες των παιδιών του.

Αντίθετα μόνο ένας στους δέκα Έλληνες γονείς απαγορεύει το κατέβασμα μουσικής, ταινιών και παιχνιδιών. Σε άλλη διεθνή έρευνα το 74,4% των ερωτώμενων παιδιών απαντά πως έχει πρόσβαση στο διαδίκτυο οποτεδήποτε θέλει, χωρίς κανέναν περιορισμό και ένα 9,7% αποκαλύπτει σε ερωτηματολόγιο - όχι στους γονείς τους - ότι έγινε στόχος παιδόφιλων μέσω chat room, email η κάποιας ιστοσελίδας κοινωνικής δικτύωσης. Είναι επίσης εντυπωσιακό ότι σύμφωνα με διεθνείς έρευνες, ο μέσος όρος ηλικίας πρώτης επαφής με την πορνογραφία θεωρούνται τα έντεκα έτη, η μεγαλύτερη κατανάλωση πορνογραφίας γίνεται μεταξύ δώδεκα και δεκαεπτά χρονών, ενώ εκατό χιλιάδες διαδικτυακοί τόποι προσφέρουν άφθονο υλικό παιδικής πορνογραφίας.

Το 80% των εφήβων ηλικίας 15-17 ετών παραδέχεται ότι έχει εκτεθεί πολλές φορές σε σκηνές βίαιου σεξ. Το 90% των παιδιών ηλικίας από 8-16 ετών δηλώνει ότι έχει δει πορνό ενώ κάνει τις σχολικές του εργασίες». Εκτός της περιπλάνησής τους σε διαδικτυακούς τόπους πορνογραφικού περιεχομένου συχνά τα παιδιά εκπαιδεύονται στο τζόγο, παρωθούνται στη λήψη ναρκωτικών, καλούνται να παίξουν παιχνίδια που προκαλούν τον αυτο-τραυματισμό η ενθαρρύνονται να αυτοκτονήσουν. Τα διαδικτυακά παιχνίδια βίας, τα οποία προωθούν το μίσος, το σαδισμό και το θάνατο, είναι ένας άλλος σημαντικός κίνδυνος.

Ταυτόχρονα πολλές πορνογραφικές δραστηριότητες μπορούν να πραγματοποιηθούν μέσω του διαδικτύου. Οι νέοι μπορούν να αναζητούν πορνογραφικές ιστοσελίδες, να αγοράζουν η να πωλούν σεξουαλικά εμπορεύματα, να παραγγέλνουν από εικονικά sex shop, να βρίσκουν σεξοθεραπευτές, συνοδούς, πόρνες, άτομα απελευθερωμένα στο sex, και άλλα είδη υλικών με σκοπό τον αυνανισμό.

Όλα τα παραπάνω στοιχεία εντάσσονται βεβαίως στο ευρύτερο πλαίσιο της σταδιακής αύξησης των ωρών χρήσης του διαδικτύου από τους Έλληνες, με το 55% του συνολικού πληθυσμού, δηλαδή πέραν των 5.100.000 Ελλήνων, να είναι πλέον καθημερινά συνδεδεμένοι. Σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα, τα στοιχεία ανακηρύσσουν τους Έλληνες κορυφαίους στην περιήγηση στο διαδίκτυο. Συγκεκριμένα, ο Έλληνας ξοδεύει online 17,1 ώρες την εβδομάδα, περισσότερες

δηλαδή και από τις 16,9 που αφιερώνει στην τηλεόραση και 2,3 ώρες πάνω από το μέσο όρο χρήσης στην Ε.Ε. Εκτιμάται μάλιστα ότι το 2020 οι χρήστες του διαδικτύου διεθνώς θα φθάσουν τα 5 δισεκατομμύρια, ενώ μέσα στην επόμενη τριετία όλα τα κινητά τηλέφωνα θα είναι «smartphones».

Με βάση όλα τα παραπάνω στατιστικά στοιχεία, καθίσταται προφανές πως το πρόβλημα του εθισμού των νέων στο διαδίκτυο προσλαμβάνει πλέον απειλητικές διαστάσεις για τη ψυχοσωματική τους υγεία. Ωστόσο, η ενδελεχής μελέτη των συνεπειών που επιφέρει στους εφήβους η υπερβολική και ανεξέλεγκτη χρήση του διαδικτύου απ'αυτούς οδηγεί στο συμπέρασμα πως η θεραπευτική αντιμετώπιση αυτού του προβλήματος δεν αφορά μόνο στους ψυχολόγους, ψυχιάτρους, κοινωνικούς λειτουργούς ή άλλους επιστήμονες των ψυχικών νοσημάτων του ανθρώπου.

**Πηγή:** [vatopedi.gr](http://vatopedi.gr)