

ΕΞΑΡΤΗΣΗ*

Εθισμός στο Internet: μια υπαρκτή απειλή

Έρευνα-σοκ σε σχολεία της Θεσσαλίας έδειξε ότι ένα στα 12 παιδιά είναι εθισμένο στο Διαδίκτυο. Παραμελούν τα μαθήματα, τους φίλους και την υγεία τους και δυσκολεύονται να ξεκολλήσουν από την οθόνη. Ηχηρό καμπανάκι για γονείς και εκπαιδευτικούς.

της Θεοδώρας Τσώλη | Κυριακή 30 Νοεμβρίου 2008

Τα τελευταία χρόνια η παγκόσμια χρήση του Διαδικτύου έχει εμφανίσει σημαντική αύξηση- εκτιμάται ότι σήμερα ο αριθμός των χρηστών σε παγκόσμιο επίπεδο ξεπερνάει τα 1,3 δισ. άτομα. Στην Ελλάδα τα ποσοστά των χρηστών έχουν παρουσιάσει έκρηξη - από 9% το 1999 σε 33,7% το 2006-, αν και παραμένουν σχετικά χαμηλά σε σύγκριση με άλλες ευρωπαϊκές χώρες. Ο κίνδυνος του εθισμού χτυπάει την πόρτα όλο και περισσότερων ελληνικών σπιτιών, κυρίως της περιφέρειας, σύμφωνα με μια νέα μελέτη που δείχνει ότι το 8,2% των παιδιών που ζουν στη Θεσσαλία είναι εθισμένα στο Διαδίκτυο!

Αυτό το πρόβλημα το αποτυπώνει μια νέα μελέτη η οποία **διεξήχθη** στο πλαίσιο της διδακτορικής διατριβής του κ. Κ. Σιώμου, διδάκτορα της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και ειδικευόμενου ψυχιάτρου παιδιών και εφήβων στο Ιπλοκράτειο Νοσοκομείο της Θεσσαλονίκης. Η μελέτη βασίστηκε σε δείγμα 2.200 μαθητών ηλικίας 12-18 ετών 85 σχολείων της Θεσσαλίας και δημοσιεύτηκε στο επιστημονικό έντυπο «Cyberpsychology & Behavior» στις 9 Νοεμβρίου.

Όπως προέκυψε, το 70,8% των παιδιών είχε πρόσβαση στο Internet. Η πιο συχνή χρήση του Διαδικτύου αφορούσε τα online βιντεοπαιχνίδια και τις υπηρεσίες πληροφοριών. Το ποσοστό του εθισμού στο Internet μεταξύ των χρηστών ήταν 8,2%, με τα αγόρια να έχουν την πρωτοκαθεδρία.

Για να κριθεί ένα άτομο εθισμένο στο Διαδίκτυο, πάσχον δηλαδή από μια ψυχική διαταραχή, πρέπει να πληροί ορισμένα συγκεκριμένα επιστημονικά **κριτήρια**: Ο χρήστης θεωρεί τον ηλεκτρονικό υπολογιστή ή το Διαδίκτυο το σημαντικότερο «κεφάλαιο» της καθημερινότητάς του. Σε όσους εθίζονται στα ηλεκτρονικά παιχνίδια παρουσιάζεται αύξηση της παραγωγής του νευροδιαβιβαστή του εγκεφάλου ντοπαμίνη, η οποία συνδέεται με την

Ωρα 15.00. Πριν από λίγο γύρισε από το σχολείο. Πρέπει να φάει και να διαβάσει αφού σε δύο ώρες έχει φροντιστήριο. Σε λιγάκι όμως, διότι τώρα πρέπει να ανοίξει τον υπολογιστή. Τον περιμένουν οι υπόλοιποι παίκτες στο τελευταίο on line παιχνίδι που ανακάλυψε. Είναι κρίσιμη η φάση: είναι έτοιμος να κατατροπώσει τους αντιπάλους του, κερδίζοντας τους πύργους τους. Θα παίξει μισή ώρα και μετά θα κάνει όσα άλλα πρέπει. **Ωρα 17.15.** Πωπώ! Μόλις πήρε ειδήση ότι έχασε το φροντιστήριο. Ευτυχώς που λείπουν οι γονείς του και δεν θα το καταλάβουν. Θα παίξει λίγο ακόμη και μετά θα κάνει όλα τα υπόλοιπα που πρέπει. Δεν έχει φάει κιόλας... **Ωρα 21.00.** Μόλις μπήκαν οι γονείς του. Ωραία, θα τον βρουν στο δωμάτιό του και θα πιστέψουν ότι διαβάζει. Θα διαβάσει δηλαδή, αλλά όχι ακόμη, σε λίγο. Διότι τώρα το παιχνίδι βρίσκεται σε κρίσιμη καμπή. **Ωρα 9.00** το πρωί της επομένης. Πέρασε σχεδόν όλη τη νύχτα ξύπνιος επειδή κάποια στιγμή, και ενώ γινόταν ο χαμός στο παιχνίδι «κράσαρε» ο υπολογιστής του. Δεν έφαγε, δεν διάβασε, σχεδόν δεν κοιμήθηκε αλλά κατάφερε να τον φτιάξει και να περάσει μια πολύ δύσκολη νύχτα. Πριν από λίγο, όταν μπήκε μέσα στο δωμάτιό του έξαλλος ο πατέρας του για να του ζητήσει τον λόγο που έχασε την πρώτη ώρα στο σχολείο, εκείνος προσπάθησε να του εξηγήσει για το «κρασάρισμα» του...εργαλείου (απέκρυψε βέβαια τα υπόλοιπα για τις ατελείωτες ώρες διαδικτυακού παιχνιδιού). Ο πατέρας τον κοίταξε με το γνωστό ύφος «σε τι γλώσσα μου μιλάς;» και του είπε τη γνωστή φράση: «Στη μάνα σου το 'πες;».

Μπορεί αυτή η ιστορία να μοιάζει βγαλμένη από διαφήμιση που προκαλεί το γέλιο, ωστόσο αποτελεί απτή πραγματικότητα για ονκ ολίγες οικογένειες στη χώρα μας, σκιαγραφώντας μια εικόνα που αν δεν είναι για... κλάματα, είναι σίγουρα για σκέψη και δράση. Η σύντομη αυτή ματιά στο 24ωρο ενός εφήβου αποτελεί δυστυχώς όχι μόνο ένα 24ωρο αλλά την καθημερινότητα πολύ περισσότερων νεαρών, κυρίως αγοριών, εθισμένων στο Διαδίκτυο. Πρόκειται για μια διαταραχή που μπορεί να έχει σοβαρές επιπτώσεις στη ζωή ενός παιδιού το οποίο βρίσκεται στην πιο κρίσιμη ηλικία του, εκείνη που χτίζει το μέλλον του.

ευχαρίστηση. Το άτομο χρειάζεται **σταδιακά** όλο και περισσότερες ώρες χρήσης του υπολογιστή ώστε να νιώθει ευχαρίστηση. Ενώ αισθάνεται ότι έχει πρόβλημα, δεν μπορεί να κάνει κάτι για να περιορίσει τη χρήση του υπολογιστή. Ασχολείται αρχικά με ηπιότερες και όχι τόσο εθιστικές λειτουργίες του Διαδικτύου, όπως είναι η αποστολή ηλεκτρονικών μηνυμάτων, και η σταδιακή μετάβαση σε πιο διαδραστικές διαδικτυακές λειτουργίες όπως τα δωμάτια συνομιλιών (chat room), οι ομάδες ειδήσεων ή ακόμη και τα αποκαλούμενα κοινωνικά παιχνίδια όπως το «Second Life», στο οποίο κάθε χρήστης φτιάχνει *μια νέα «εικονική» διαδικτυακή ζωή* με όλες τις **εκφάνσεις** της (αξίζει να σημειωθεί ότι έχει ήδη προκληθεί θόρυβος σχετικά με τέτοιου είδους παιχνίδια, καθώς σε κάποιες περιπτώσεις η «εικονική» ζωή του χρήστη παρενέβαινε στη φυσιολογική ζωή του, ενώ παράλληλα η πλατφόρμα του παιχνιδιού γινόταν **έρμαιο** παιδεραστών και διακινητών πορνογραφικού υλικού).

Όλα αυτά έχουν, όπως είναι επόμενο, σοβαρές επιπτώσεις σε διάφορους τομείς της λειτουργικότητας του ατόμου. Μειώνεται ο χρόνος που περνάει ο έφηβος με την οικογένειά του, περιορίζονται τα χόμπι και οι κοινωνικές συναναστροφές του, αυξάνεται ο κίνδυνος εμφάνισης παχυσαρκίας, μυοσκελετικών προβλημάτων και οφθαλμικών παθήσεων λόγω των πολλών ωρών- ακινησίας- μπροστά στην οθόνη. Παράλληλα, οι εθισμένοι στο Διαδίκτυο νεαροί παραμελούν τη σωματική τους υγιεινή, ενώ κάνουν πολλές απουσίες στο σχολείο με αποτέλεσμα ακόμη και να χάνουν τάξεις.

Σύμφωνα με τον έλληνα ερευνητή, ο εθισμός στο Διαδίκτυο αποτελεί ένα καθαρά ψυχιατρικό φαινόμενο και η αντιμετώπισή του ανήκει στο φάσμα των ψυχιατρικών νοσημάτων. Πριν από περίπου δύο μήνες ξεκίνησε στο Ιπποκράτειο Νοσοκομείο της Θεσσαλονίκης η λειτουργία του πρώτου εξειδικευμένου ψυχιατρικού ιατρείου για την αντιμετώπιση του εθισμού παιδιών και εφήβων στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές και στο Διαδίκτυο.

Ερωτήσεις:

1. Να αποδώσετε περιληπτικά το περιεχόμενο του κειμένου σε 100-120 λέξεις. (μον. 25)
2. Εντοπίστε την ανεστραμμένη πυραμίδα στην είδηση αυτή. (μον. 5)
3. Σχολιάστε σύντομα τον όρο «**μια νέα «εικονική» διαδικτυακή ζωή**» (μον. 10)
4. **διεξήχθη** (> διεξάγομαι), **κριτήριο**, **σταδιακά**, **έρμαιο**: με τις λέξεις αυτές του κειμένου να σχηματίσετε από μια πρόταση όπου να φαίνεται η σημασία της δοσμένης λέξης. (Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την κάθε λέξη σε οποιοδήποτε χρόνο, έγκλιση, αριθμό, γένος ή πτώση) (μον. 10)
5. ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΛΟΓΟΥ:
Η επιστημονική μελέτη για την οποία κάνει λόγο η αρθρογράφος, αναφέρεται σ' ένα παθολογικό φαινόμενο της σύγχρονης εποχής, **τον εθισμό στο ίντερνετ**. Σ' ένα άρθρο- απάντηση που θα στείλετε για δημοσίευση στην εφημερίδα που δημοσίευσε το παραπάνω κείμενο, επισημαίνετε τα πλεονεκτήματα του internet ως μέσου ενημέρωσης, επικοινωνίας και ψυχαγωγίας και προτείνετε τρόπους ώστε να μη φτάσει ο χρήστης στα όρια του εθισμού (250-300 λέξεις) (μον. 50)

*Το κείμενο είναι διασκευασμένο και μπορείτε να το βρείτε στη διεύθυνση http://www.enet.gr/online/online_text/c=112,dt=18.01.2008,id=62418256

Ημερομηνία τελευταίας επεξεργασίας: 11/03/2009