

## Προβληματική ενασχόληση με τους ηλεκτρονικούς υπολογιστές και το διαδίκτυο σε δείγμα φοιτητών του ΤΕΙ Αθήνας

Ντέμσια Σοφία<sup>1</sup>, Παπαγεωργίου Ευάγγελος<sup>2</sup>, Τριανταφυλλίδου Σοφία<sup>3</sup>, Ρούσσου Κλεοπάτρα<sup>4</sup>

1. *MSc, Προαγωγής και Αγωγής Υγείας, Εργαστηριακή Συνεργάτης Κοινωνικής - Συμβουλευτικής Υπηρεσίας, ΤΕΙ Αθήνας*
2. *Dr, Med, Νευρολόγος, Ψυχίατρος, Ψυχοθεραπευτής, Καθηγητής Ψυχιατρικής, Επιστημονικός Υπεύθυνος Κοινωνικής - Συμβουλευτικής Υπηρεσίας, ΤΕΙ Αθήνας*
3. *Dr, Ψυχολόγος, Επιστημονική Συνεργάτης Σχολής Επαγγελματιών Υγείας - Πρόνοιας, ΤΕΙ Αθήνας*
4. *Κοινωνική Λειτουργός, Προϊσταμένη Τμήματος Περιθαλψής και Κοινωνικής Μέριμνας, ΤΕΙ Αθήνας*

DOI: 10.5281/zenodo.56491

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ

**Εισαγωγή:** Η μελέτη της συμπεριφοράς των φοιτητών σχετικά με τις ψηφιακές τεχνολογίες παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον, καθώς η συγκεκριμένη πληθυσμιακή ομάδα θεωρείται ευάλωτη στην ανάπτυξη προβληματικής ενασχόλησης με αυτές.

**Σκοπός:** Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η διερεύνηση της χρήσης και πιθανής κατάχρησης του Ηλεκτρονικού Υπολογιστή (Η/Υ) και του διαδικτύου από τους φοιτητές του ΤΕΙ Αθήνας, προκειμένου να σχεδιαστούν κατάλληλες υποστηρικτικές παρεμβάσεις.

**Υλικό και Μέθοδος:** Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 403 φοιτητές/τριες από όλα τα τμήματα των σχολών του ΤΕΙ Αθήνας και από όλα τα εξάμηνα σπουδών. Για τη συλλογή των δεδομένων, χρησιμοποιήθηκε ανώνυμο ερωτηματολόγιο που περιελάμβανε ερωτήματα σχετικά με τα κοινωνικά - δημογραφικά χαρακτηριστικά των φοιτητών, τον τρόπο και το σκοπό χρήσης του Η/Υ και του διαδικτύου και την Κλίμακα Εθισμού Εφήβων στους Ηλεκτρονικούς Υπολογιστές (ΚΕΕΦΥ). Η ανάλυση των δεδομένων έγινε με το Στατιστικό Πακέτο SPSS-20, με την εφαρμογή μη παραμετρικών ελέγχων (Mann Whitney U, Kruskal - Wallis, συντελεστής συσχέτισης Spearman).

**Αποτελέσματα:** Το 32% του δείγματος, αντιμετώπιζε συχνά προβλήματα από τη χρήση του Η/Υ και του διαδικτύου, ενώ για το 1,8% τα προβλήματα αυτά ήταν τόσο σοβαρά ώστε θα μπορούσαν να θεωρηθούν «εθισμένοι». Το φύλο, η ηλικία, η ηλικία έναρξης της χρήσης Η/Υ, η σχολή φοίτησης και οι λόγοι για τους οποίους οι συμμετέχοντες έκαναν χρήση των ψηφιακών τεχνολογιών, εμφάνισαν στατιστικά σημαντική συνάφεια με τις βαθμολογίες σε διάφορες διαστάσεις της κλίμακας εθισμού.

**Συμπεράσματα:** Με δεδομένη την επιρρέπεια μεγάλου αριθμού φοιτητών στην προβληματική ενασχόληση με τους Η/Υ, κρίνεται απαραίτητη η υποστήριξή τους στην ορθολογική χρήση της ψηφιακής τεχνολογίας, αλλά και στη διαχείριση των προκλήσεων της φοιτητικής ζωής.

**Λέξεις κλειδιά:** Ψηφιακές τεχνολογίες, εθισμός, ηλεκτρονικός υπολογιστής και διαδίκτυο, παραμέληση κοινωνικής ζωής, παραμέληση εργασίας.

**Υπεύθυνος αλληλογραφίας:** Παπαγεωργίου Ευάγγελος, Κ. Παλαιολόγου 14, 17122 Νέα Σμύρνη, Αθήνα. E-mail: [koinyp@teiath.gr](mailto:koinyp@teiath.gr)

Rostrum of Asclepius® - "To Vimatou Asklipiou" Journal Volume 15, Issue 3 (July - September 2016)

ORIGINAL PAPER

## Problematic Computer and Internet usage in a sample of students of the Technological Educational Institute of Athens

Demsia Sophia<sup>1</sup>, Papageorgiou Evangelos<sup>2</sup>, Triadafyllidou Sophia<sup>3</sup>, Roussou Kleopatra<sup>4</sup>

1. *MSc, Health Promotion and Health Education, Staff - member of the Social - Counseling Service, TEI of Athens*
2. *Dr, Med, Neurologist, Psychiatrist, Psychotherapist, Professor of Psychiatry, Scientific Coordinator of the Social - Counseling Service, TEI of Athens*
3. *Dr, Psychologist, Staff - member of the Faculty of Health and Caring Professions, TEI of Athens*
4. *Social Worker, Head of the Department of Medical Care and Student Welfare, TEI of Athens*

DOI: 10.5281/zenodo.56491

### ABSTRACT

**Introduction:** Research in student behavior towards digital technologies is of special interest, as the specific group of population is considered vulnerable to the development of problematic involvement with these technologies.



**Aim:** The aim of the present research was the investigation of the use and possible abuse of computer and internet by the students of the Technological Educational Institute of Athens, in order to design appropriate supportive interventions.

**Material and Method:** The research sample consisted of 403 students of both sexes, from all faculties and departments of TEI of Athens and from all semesters of study. Research data was collected with the application of an anonymous questionnaire, including questions about the students' social – demographical features, the ways they used computers and the main purposes of their use, as well as the Adolescent Computer Addiction Test (ACAT). Data analysis was conducted with the use of the Statistical Package SPSS-20, through the application of non - parametric tests (Mann Whitney U, Kruskal – Wallis, Spearman correlation coefficient).

**Results:** 32% of the sample often experienced problems with their use of computer and internet, while for the 1.8% these problems were so serious that they could be considered "addicted". Gender, current age, as well as age at onset of involvement with computers, faculty of attendance and main purposes of the use of digital technologies, presented statistically significant correlations with the participants' scores in various dimensions of the addiction scale.

**Conclusions:** Due to the vulnerability of a large number of students to problematic computer usage, the application of supportive interventions is rendered necessary, in order to help them to adopt a reasonable use of digital technology as well as to cope with the challenges that student life presents.

**Keywords:** Digital technologies, addiction, computer and internet, neglect of social life, neglect of occupation.

**Corresponding author:** *PapageorgiouEvangelos, 14 K. Palaiologoust., 17122 NeaSmvrni, Athens.E-mail: [koinyp@teiath.gr](mailto:koinyp@teiath.gr)*

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Οι τεχνολογίες του Ηλεκτρονικού Υπολογιστή (Η/Υ) αποτελούν ιδιαίτερα σημαντικά εργαλεία και ενασχόληση του σύγχρονου Έλληνα. Συγκεκριμένα, κατά το έτος 2015 68,6% των Ελλήνων είχαν πρόσβαση σε Ηλεκτρονικό Υπολογιστή από την κατοικία τους και το 68,1% είχαν πρόσβαση και στο Διαδίκτυο.<sup>1</sup> Η ευρεία διάδοση των τεχνολογιών του Η/Υ στην καθημερινή ζωή κατά τις τελευταίες δεκαετίες, έχει επιφέρει ποικίλα κοινωνικά, πολιτισμικά και ατομικά οφέλη. Όσον αφορά ειδικότερα στους νέους, σύμφωνα με τα ευρήματα αρκετών ερευνών, η χρήση αυτών των τεχνολογιών έχει θετική επίδραση στη μάθηση, διευκολύνει τη διερεύνηση του κοινωνικού τους κόσμου και την αυτοέκφραση, ενώ μπορεί να συνεισφέρει σημαντικά στην ενδυνάμωση των νεαρών

ατόμων που αντιμετωπίζουν αντίξοες συνθήκες ζωής και στην αύξηση των αισθημάτων ευεξίας.<sup>2</sup>

Ωστόσο, η χρήση των τεχνολογιών του Η/Υ συνοδεύεται και από ανησυχίες σχετικά με την ανάπτυξη παθολογικών συμπεριφορών γύρω από αυτές.<sup>3</sup> Η υπεραπασχόληση με τον Η/Υ και το διαδίκτυο έχει βρεθεί να επιφέρει πολλαπλές αρνητικές συνέπειες, ανάμεσα στις οποίες η απώλεια ωρών ύπνου, η αίσθηση κόπωσης, η υπερφαγία ή ο υποσιτισμός, η μείωση της παραγωγικότητας και η παραμέληση σημαντικών δραστηριοτήτων.<sup>3-5</sup> Πολλοί μελετητές βλέπουν στην υπερβολική χρήση του Η/Υ και του διαδικτύου ένα πρότυπο συμπεριφοράς που μπορεί να θεωρηθεί εθισμός,<sup>6-9</sup> ενώ άλλοι υποστηρίζουν ότι θα πρέπει να υπάρξει διαχωρισμός μεταξύ εθισμού στη χρήση του

διαδικτύου και εθισμού στις επιμέρους δραστηριότητες που ασκούνται μέσω του διαδικτύου (παιγνίδια, κοινωνική δικτύωση, αγορές κ.α.).<sup>10-11</sup> Σύμφωνα με άλλες θεωρήσεις, η υπερβολική χρήση του Η/Υ και του διαδικτύου δεν είναι παρά σύμπτωμα άλλων υποκείμενων προβλημάτων, όπως η κοινωνική απομόνωση, το άγχος<sup>12-14</sup> και η «εισβολή» των ψηφιακών τεχνολογιών σε όλες τις όψεις της κουλτούρας και της καθημερινής ζωής.<sup>15-16</sup>

Παρά τις διαφορές στην εννοιολογική σύλληψη του φαινομένου, αρκετές έρευνες συγκλίνουν σε συγκεκριμένους ψυχοκοινωνικούς παράγοντες που ενδέχεται να συνδέονται με την υπερβολική χρήση του Η/Υ και του διαδικτύου, όπως η χαμηλή αυτοεκτίμηση, οι ελλειπείς κοινωνικές δεξιότητες, η κατάθλιψη και το άγχος,<sup>17</sup> αν και η κατεύθυνση της αιτιότητας αυτών των συσχετίσεων δεν έχει καταδειχθεί. Ένας ακόμη παράγοντας που από την ανασκόπηση της διεθνούς βιβλιογραφίας προκύπτει σχετικός με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου, είναι η φύση της δραστηριότητας που ασκείται στο διαδίκτυο. Φαίνεται πως τα άτομα που εμπλέκονται προβληματικά με το διαδίκτυο, ασχολούνται κυρίως με την κοινωνική δικτύωση (chat rooms), τα διαδικτυακά παιχνίδια και τη διακίνηση πορνογραφικού υλικού.<sup>16-18</sup> Το φύλο και η ηλικία φαίνεται να παίζουν ρόλο επίσης, με τους άνδρες και την ηλικιακή ομάδα 16-24

ετών (μαθητές στις τελευταίες τάξεις του σχολείου και φοιτητές), να εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα επικινδυνότητας για προβληματική εμπλοκή.<sup>1,5,19-26</sup>

Ειδικότερα, τα άτομα που σπουδάζουν, θεωρούνται επιρρεπή στην υπερβολική χρήση του Η/Υ και του διαδικτύου<sup>14,27</sup> για διάφορους λόγους, μεταξύ των οποίων οι θετικές προσδοκίες από την ψηφιακή τεχνολογία την οποία αντιλαμβάνονται ως προνομιακό μέσο πρόσβασης σε πληροφορίες, δραστηριότητες κ.λπ.,<sup>25</sup> το γεγονός ότι η συγκεκριμένη τεχνολογία είναι σχεδιασμένη ώστε να έχει μεγαλύτερη απήχηση στη δική τους ιδιαίτερη κουλτούρα,<sup>28</sup> η αυξημένη επαφή με το διαδίκτυο λόγω των σπουδών,<sup>29</sup> αλλά και η μετάβασή τους στην αυτονομία, μαζί με την ύπαρξη αρκετού ελεύθερου χρόνου τον οποίον μπορούν να διαθέτουν κατά βούληση.<sup>30</sup>

Παγκοσμίως, η επικράτηση της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου από τους φοιτητές, εκτιμάται μεταξύ 6 - 26%,<sup>30</sup> ενώ τα ποσοστά των φοιτητών που θα μπορούσαν να θεωρηθούν «εθισμένοι», κυμαίνονται από 0,8% στην Ιταλία, έως 18,3% στη Μεγάλη Βρετανία.<sup>31</sup> Ωστόσο, η μεθοδολογική ανομοιογένεια των εν λόγω ερευνών δεν επιτρέπει μια ασφαλή σύγκριση των ερευνητικών ευρημάτων μεταξύ τους. Στη χώρα μας, σύμφωνα με τα ευρήματα έρευνας σε 1207 φοιτητές ΑΕΙ και ΤΕΙ,<sup>32</sup> ποσοστό



21% του δείγματος βρέθηκε να διατρέχει κίνδυνο εθισμού, ενώ 13% θα μπορούσαν να χαρακτηριστούν «εθισμένοι», με τους άνδρες να προηγούνται και τον εθισμό να συνδέεται με τη χρήση του διαδικτύου για τη συμμετοχή σε χώρους συζητήσεων (chat rooms) και παιχνίδια και με χαμηλότερη ακαδημαϊκή επίδοση. Από άλλη πρόσφατη έρευνα που πραγματοποιήθηκε το 2011 σε 514 φοιτητές του ΕΚΠΑ και του Παντείου Πανεπιστημίου,<sup>22</sup> προέκυψε πως το 26% των φοιτητών έχουν μεγάλες πιθανότητες να αναπτύξουν παθολογική εμπλοκή με το διαδίκτυο και το 3,5% έχει ήδη εμφανίσει ανάλογα συμπτώματα, με τους τελευταίους να έχουν και υψηλότερη συχνότητα κατάχρησης αλκοόλ.

## Σκοπός

Σε μια προσπάθεια διερεύνησης του φαινομένου, η Κοινωνική Συμβουλευτική Υπηρεσία του ΤΕΙ Αθήνας, προέβει σε μελέτη της συμπεριφοράς των φοιτητών του ΤΕΙ Αθήνας αναφορικά με τη χρήση και την πιθανή κατάχρηση του Η/Υ και του διαδικτύου, με τελικό σκοπό την ευαισθητοποίηση της εκπαιδευτικής κοινότητας, τη διάχυση των αποτελεσμάτων στο ίδιο το Ίδρυμα και στην ερευνητική κοινότητα, καθώς και τον σχεδιασμό παρεμβάσεων εστιασμένων στους φοιτητές του Ιδρύματος.

## Υλικό και μέθοδος

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε κατά τη διάρκεια του ακαδημαϊκού έτους 2013-2014 σε 403 φοιτητές/τριες από όλα τα τμήματα των σχολών του ΤΕΙ Αθήνας και από όλα τα εξάμηνα σπουδών, με τη χορήγηση ανώνυμου ερωτηματολογίου κλειστών ερωτήσεων. Η συμμετοχή ήταν εθελοντική και η συμπλήρωση των ερωτηματολογίων έγινε στους χώρους του Ιδρύματος, παρουσία των ερευνητών.

Το ερωτηματολόγιο που χρησιμοποιήθηκε για τη συλλογή των δεδομένων περιελάμβανε: (α) 14 ερωτήσεις που αφορούσαν στα κοινωνικά - δημογραφικά χαρακτηριστικά των φοιτητών, καθώς και τον τρόπο και το σκοπό χρήσης του Η/Υ και του διαδικτύου και (β) την Κλίμακα Εθισμού Εφήβων στους Ηλεκτρονικούς Υπολογιστές (ΚΕΕΦΥ),<sup>21</sup> το μοναδικό μέχρι στιγμής ερευνητικό εργαλείο που είναι έγκυρο και πιστοποιημένο για χρήση σε ελληνικό πληθυσμό νεαρών χρηστών Η/Υ. Η ΚΕΕΦΥ είναι δομημένη με βάση τις ερωτήσεις του Internet Addiction Test (IAT),<sup>18</sup> αλλά προσαρμοσμένη ώστε να καλύπτει όχι μόνο την πλοήγηση στο διαδίκτυο, αλλά και τη χρήση του Η/Υ εν γένει. Αποτελείται από 20 ερωτήσεις οι οποίες διερευνούν τη συμπεριφορά των νέων ως προς τη χρήση του Η/Υ και του διαδικτύου και το βαθμό στον οποίον επηρεάζει την καθημερινή ρουτίνα, την κοινωνική ζωή, την παραγωγικότητα, τις

συνήθειες ύπνου και τα συναισθήματά τους.<sup>22,32</sup> Η παραγοντική ανάλυση της ΚΕΕΦΥ,<sup>21</sup> οδήγησε στην εξαγωγή τεσσάρων παραγόντων, ήτοι: (α) Υπερβολική Χρήση, που αναφέρεται στη διάθεση μεγάλου μέρους του χρόνου του ατόμου σε δραστηριότητες σχετικές με τον Η/Υ, (β) Εξάρτηση από τον Η/Υ, ήτοι, συναισθήματα και συμπεριφορές που καταμαρτυρούν έλλειψη αυτοελέγχου στη χρήση, (γ) Παραμέληση Εργασίας, που αφορά στη μείωση της παραγωγικότητας του ατόμου και (δ) Παραμέληση Κοινωνικής Ζωής και γενική έκπτωση της κοινωνικότητας.

Η κλίμακα έχει υψηλή αξιοπιστία (α του Cronbach=0,93), ενώ καθένας από τους τέσσερις παράγοντες που περιλαμβάνει βρέθηκε να διαθέτει υψηλή εσωτερική συνέπεια (με επιμέρους δείκτες alpha μεταξύ 0,74 και 0,85).<sup>21</sup>

Οι απαντήσεις δίδονται σε 5βάθμια κλίμακα Likert, από το 1 (καθόλου) έως το 5 (πάντα) και η συνολική βαθμολογία κυμαίνεται από 20 - 100. Όσο υψηλότερη η συνολική βαθμολογία, τόσο μεγαλύτερο και το πρόβλημα από τη χρήση του Η/Υ και του διαδικτύου. Παρόλο που δεν υπάρχουν κοινώς αποδεκτά σημεία ορισμού της παθολογίας, για την εκτίμηση των αποτελεσμάτων της παρούσας έρευνας ελήφθη υπόψη η επισήμανση των δημιουργών της ΚΕΕΦΥ για την ενδεικτική κλιμάκωση των σκορ,<sup>21</sup> όπου: βαθμολογία 20-39 αποτελεί ένδειξη φυσιολογικής χρήσης

με απόλυτο έλεγχο από την πλευρά του χρήστη, 40-59 εκφράζει συχνά και μέτριας έντασης προβλήματα από τη χρήση και 60-100, αντιστοιχεί στην ύπαρξη σημαντικών προβλημάτων από τη χρήση.

Η ανάλυση των δεδομένων έγινε με τη χρήση του στατιστικού πακέτου SPSS v. 20, με την εφαρμογή μη παραμετρικών ελέγχων (συντελεστής συσχέτισης Spearman, έλεγχοι Mann Whitney U και Kruskal - Wallis), καθώς ο έλεγχος κανονικότητας έδειξε πως οι υπό μελέτη μεταβλητές δεν ακολουθούσαν την κανονική κατανομή.

### **Αποτελέσματα**

Το 27,3% των φοιτητών που συμμετείχαν στην έρευνα (110 άτομα) ήταν άνδρες και το 72,7% (293 άτομα) ήταν γυναίκες, με μέσο όρο ηλικίας τα 20,56 έτη. Ο μέσος όρος ηλικίας έναρξης της χρήσης Η/Υ από τους συμμετέχοντες ήταν τα 13,16 έτη. Η πλειοψηφία των συμμετεχόντων (55,3%), δήλωσε ότι συνδέεται στο διαδίκτυο μέσω ατομικού Η/Υ ή tablet, ενώ μεγάλο ποσοστό (25,6%) συνδεόταν μέσω κινητού τηλεφώνου και 18,8% έκαναν χρήση και των δύο μέσων. Μόνο 2% των συμμετεχόντων συνδεόταν μέσω internet café.

Ο βασικός λόγος χρήσης του διαδικτύου για την ευρεία πλειοψηφία των φοιτητών ήταν η ψυχαγωγία (87,3%), ωστόσο εξίσου υψηλά ποσοστά δήλωσαν ότι χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για την αναζήτηση πληροφοριών





σχετικά με τις σπουδές (82,3%), ή και σχετικά με προσωπικά ενδιαφέροντα (80,1%). Ακολουθεί η κοινωνική δικτύωση (62,7%), η επικοινωνία μέσω του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου (57,7%), οι αγορές προϊόντων (25,1%), η αναζήτηση πορνογραφικού υλικού (15,9%) και τέλος τα τυχερά παιχνίδια (6,2%).

Ζητώντας από τους συμμετέχοντες να εκτιμήσουν τις βασικές συναισθηματικές καταστάσεις που, κατά την άποψή τους, επιχειρούσαν να αντιμετωπίσουν μέσω της χρήσης του διαδικτύου (Πίνακας 1), υψηλά ποσοστά συγκέντρωσε η αντιμετώπιση των αισθημάτων ανίας, που αναφέρθηκε ως λόγος καταφυγής στο διαδίκτυο από το 42,9% των συμμετεχόντων (συχνά, πολύ συχνά, ή πάντα), καθώς και η αντιμετώπιση των αισθημάτων μοναξιάς (24,3%). Το 18,9% ανέφερε τη χρήση του διαδικτύου για την ανακούφιση του άγχους και της έντασης και το 16,7% για την αντιμετώπιση της θλίψης. Για το 14,3% των συμμετεχόντων η χρήση του διαδικτύου αποτελούσε μια καλή «πρόφαση» για την αναβολή των υποχρεώσεών τους, ενώ το 11,7% δήλωσε ότι χρησιμοποιούσε το διαδίκτυο ως καταφυγή μετά από συγκρούσεις με άλλα πρόσωπα.

Η πλειοψηφία των συμμετεχόντων (66,2%) συγκέντρωσε σχετικά χαμηλή βαθμολογία στην ΚΕΕΦΥ (20-39 βαθμούς), που υποδηλώνει ελεγχόμενη χρήση του Η/Υ και του διαδικτύου (Πίνακας 2). Ωστόσο, για το

υπόλοιπο 33,8% των συμμετεχόντων, η χρήση του Η/Υ και του διαδικτύου φαίνεται να προκαλεί συχνά προβλήματα, είτε ήπια (32%), είτε και σημαντικά (1,8%). Όσον αφορά στην άποψη των φοιτητών για το κατά πόσο οι ίδιοι ένιωθαν «εθισμένοι» στη χρήση του Η/Υ και το διαδικτύου, το 22,9% του δείγματος εκτίμησαν ότι είναι εθισμένοι, ενώ το 77,1% όχι. Η εφαρμογή του μη - παραμετρικού ελέγχου U των Mann-Whitney, κατέδειξε ότι οι φοιτητές που θεωρούν ότι είναι εθισμένοι στη χρήση του διαδικτύου, έχουν στατιστικά σημαντικά υψηλότερα σκορ και στους τέσσερις παράγοντες της ΚΕΕΦΥ ( $p < 0,001$ ) (Πίνακας 3).

Για τη διερεύνηση της επίδρασης του φύλου στη βαθμολογία των τεσσάρων παραγόντων της ΚΕΕΦΥ (Πίνακας 4), ο έλεγχος U των Mann - Whitney έδειξε ότι τα σκορ εξάρτησης από τον Η/Υ και το διαδίκτυο και παραμέλησης της εργασίας και της κοινωνικής ζωής λόγω αυτής της ενασχόλησης, είναι σημαντικά υψηλότερα στα αγόρια απ' ό,τι στα κορίτσια του δείγματος ( $p < 0,01$ ).

Ως προς την πιθανή επίδραση της ηλικίας των φοιτητών του δείγματος στα αποτελέσματα της ΚΕΕΦΥ, με την εφαρμογή του ελέγχου Spearman εντοπίστηκε μια στατιστικά σημαντική αρνητική συνάφεια μεταξύ της ηλικίας και του παράγοντα «Εξάρτηση από τον Η/Υ» ( $\rho = -0,126$ ,  $DF = 399$ ,  $p < 0,05$ ), με τους μεγαλύτερους σε ηλικία φοιτητές να

παρουσιάζουν χαμηλότερη βαθμολογία στον παράγοντα αυτόν, σε σχέση με τους νεώτερους. Στατιστικά σημαντική αρνητική συνάφεια εντοπίστηκε επίσης μεταξύ της ηλικίας έναρξης της χρήσης Η/Υ και των τριών από τους παράγοντες της ΚΕΕΦΥ, ήτοι, της Υπερβολικής Χρήσης του Η/Υ ( $\rho=-0,180$ ,  $DF=397$ ,  $p<0,001$ ), της Εξάρτησης από τον Η/Υ ( $\rho=-0,180$ ,  $DF=393$ ,  $p<0,001$ ) και της Παραμέλησης της Κοινωνικής Ζωής ( $\rho=-0,150$ ,  $DF=397$ ,  $p<0,05$ ). Συγκεκριμένα, οι φοιτητές που ξεκίνησαν να ασχολούνται με τον Η/Υ σε μεγαλύτερη ηλικία, παρουσιάζουν χαμηλότερες τιμές υπερβολικής χρήσης και εξάρτησης από αυτόν και φαίνεται να παραμελούν λιγότερο την κοινωνική τους ζωή προκειμένου να διαθέσουν χρόνο σε σχετικές δραστηριότητες.

Για τη σύγκριση μεταξύ των σχολών φοίτησης ως προς τους τέσσερις παράγοντες της ΚΕΕΦΥ, χρησιμοποιήθηκε ο έλεγχος Kruskal – Wallis, από τα αποτελέσματα του οποίου προέκυψε πως οι βαθμολογίες των συμμετεχόντων στην Εξάρτηση από τον Η/Υ ( $\chi^2=11,78$ ,  $df=4$ ,  $p<0,05$ ), στην Παραμέληση της Εργασίας ( $\chi^2=25,60$ ,  $df=4$ ,  $p<0,001$ ) και στην Παραμέληση της Κοινωνικής Ζωής ( $\chi^2=18,31$ ,  $df=4$ ,  $p<0,01$ ), διέφεραν σημαντικά, ανάλογα με τη σχολή φοίτησης. Προκειμένου να καθοριστεί ποιες από τις σχολές διαφέρουν σημαντικά μεταξύ τους, τα αποτελέσματα του ελέγχου U των Mann-Whitney, έδειξαν πως οι φοιτητές των

Σχολών Τεχνολογικών Εφαρμογών (ΣΤΕΦ) και Διοίκησης – Οικονομίας (ΣΔΟ), εμφανίζουν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες βαθμολογίες από τους φοιτητές των άλλων τριών σχολών, σε τρεις παράγοντες της ΚΕΕΦΥ. Πιο συγκεκριμένα, στον παράγοντα Παραμέληση της Εργασίας, οι φοιτητές της ΣΤΕΦ συγκέντρωσαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες βαθμολογίες ( $p<0,01$ ) από τους φοιτητές όλων των άλλων σχολών, ήτοι, της Σχολής Επαγγελματιών Υγείας – Πρόνοιας (ΣΕΥΠ), της Σχολής Καλλιτεχνικών Σπουδών (ΣΓΤΚΣ), της Σχολής Τεχνολογίας Τροφίμων και Διατροφής (ΣΤΕΤΡΟΔ) και της Σχολής Διοίκησης και Οικονομίας (ΣΔΟ). Οι ίδιοι, συγκέντρωσαν επίσης στατιστικά σημαντικά υψηλότερες βαθμολογίες από τους φοιτητές της ΣΕΥΠ, της ΣΓΤΚΣ και της ΣΤΕΤΡΟΔ, στον παράγοντα Παραμέληση της Κοινωνικής Ζωής ( $p<0,05$ ) και στατιστικά σημαντικά υψηλότερες βαθμολογίες από τους φοιτητές της ΣΕΥΠ ( $p<0,01$ ) και της ΣΤΕΤΡΟΔ ( $p<0,05$ ) στον παράγοντα Εξάρτηση από τον Η/Υ.

Οι φοιτητές της ΣΔΟ, παρουσιάζουν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες βαθμολογίες στην Παραμέληση της Κοινωνικής Ζωής συγκριτικά με τους φοιτητές της ΣΕΥΠ ( $p<0,01$ ), της ΣΓΤΚΣ ( $p<0,01$ ) και της ΣΤΕΤΡΟΔ ( $p<0,05$ ), καθώς και σημαντικά υψηλότερες βαθμολογίες στην Εξάρτηση από τον Η/Υ, σε σχέση με τους φοιτητές της ΣΕΥΠ ( $p<0,05$ ).



Εξετάζοντας τις πιθανές διαφορές στις βαθμολογίες των συμμετεχόντων στους τέσσερις παράγοντες της ΚΕΕΦΥ σε σχέση με τις δραστηριότητες που ασκούσαν στο διαδίκτυο, ο έλεγχος U των Mann-Whitney έδειξε ότι οι φοιτητές που χρησιμοποιούσαν το διαδίκτυο κυρίως για συλλογή πληροφοριών σχετικά με τις σπουδές τους, παρουσίαζαν στατιστικά σημαντικά χαμηλότερα σκορ παραμέλησης της εργασίας τους, σε σύγκριση με τους φοιτητές που δήλωσαν διαφορετικά κίνητρα ( $p < 0,05$ ) (Πίνακας 5). Οι φοιτητές που χρησιμοποιούσαν το διαδίκτυο κυρίως για συλλογή πληροφοριών σχετικά με προσωπικά ενδιαφέροντα, δεν εμφάνισαν στατιστικά σημαντικές διαφοροποιήσεις από εκείνους που δεν έκαναν ανάλογη χρήση του διαδικτύου, ως προς τις βαθμολογίες τους στις διαστάσεις της ΚΕΕΦΥ. Τέλος, οι φοιτητές που δήλωσαν ότι έκαναν χρήση του διαδικτύου για ψυχαγωγία, τυχερά παιχνίδια, αγορές, κοινωνική δικτύωση και εντοπισμό πορνογραφικού υλικού, εμφάνισαν στατιστικά σημαντικά υψηλότερες βαθμολογίες από τους φοιτητές που δήλωσαν διαφορετικά κίνητρα, σε έναν ή περισσότερους παράγοντες της ΚΕΕΦΥ.

## Συζήτηση

Ένα αξιοσημείωτο ποσοστό φοιτητών (33,8%), φαίνεται να αντιμετωπίζει μέτρια ή σοβαρά προβλήματα από τη χρήση του Η/Υ

και του διαδικτύου. Σε σύγκριση με τα ευρήματα άλλων ερευνών,<sup>14,32</sup> τα αγόρια εμφανίζονται πιο ευάλωτα στον εθισμό, μια ευαλωτότητα που έχει αποδοθεί σε ποικίλα αίτια, όπως η μεγαλύτερη εξοικείωση με τον Η/Υ χωρίς επαρκή καθοδήγηση,<sup>33</sup> η έλλειψη υποστήριξης από την οικογένεια<sup>34</sup> και η μικρότερη ανοχή στη ματαίωση.<sup>35</sup>

Επιπλέον, για το 22,9% του δείγματος που χαρακτήρισαν τον εαυτό «εθισμένο», τα αποτελέσματα της ΚΕΕΦΥ επιβεβαιώνουν την έλλειψη ελέγχου στη χρήση των ψηφιακών τεχνολογιών. Η αναπαράσταση του εαυτού ως εθισμένου, αντικατοπτρίζει την ενόχληση που βιώνουν τα συγκεκριμένα άτομα από τον τρόπο ενασχόλησής τους με τις ψηφιακές τεχνολογίες, ενώ παράλληλα έχει θεωρηθεί και ως ένας πολιτισμικός λόγος που συνδέεται με αισθήματα αβοηθησίας (επί του προκειμένου, απέναντι στη «γοητεία της τεχνολογίας») και με την παθητική αντιμετώπιση των καταστάσεων.<sup>36</sup>

Ο μέσος όρος ηλικίας έναρξης της χρήσης Η/Υ (13,16 έτη), αντιστοιχεί σε μια ηλικία που θα την χαρακτηρίζαμε «ρεαλιστική», λαμβάνοντας υπόψη ότι περίπου 70% του ελληνικού πληθυσμού διαθέτει Η/Υ και πρόσβαση στο διαδίκτυο,<sup>1</sup> αλλά και την ευρεία διάδοση της χρήσης του Η/Υ στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση.<sup>37</sup> Οι φοιτητές που εξοικειώθηκαν σε μικρότερη ηλικία με τη χρήση Η/Υ -και άρα είναι πιθανό να ξεκίνησαν την ενασχόληση αυτήν σε ένα μη -



ελεγχόμενο περιβάλλον,<sup>32</sup> εμφανίζονται ιδιαίτερα ευάλωτοι στην εξάρτηση και στην παραμέληση της κοινωνικής ζωής. Δεν είναι ωστόσο εμφανές, εάν η ενασχόληση με τον Η/Υ οδήγησε στην έκπτωση της κοινωνικότητας, ή εάν κάποια προϋπάρχουσα κατάσταση (συστολή, ενδοστροφή, κοινωνικό άγχος κ.α.),<sup>37-39</sup> έκανε τους συγκεκριμένους φοιτητές να στραφούν πιο εντατικά στην ενασχόληση με τον Η/Υ.

Το εύρημα ότι οι μικρότερης ηλικίας φοιτητές, παρουσιάζουν υψηλότερη βαθμολογία στη διάσταση της εξάρτησης, σε σχέση με τους μεγαλύτερους, θα μπορούσε να ερμηνευθεί ως ένδειξη αυξητικής τάσης στην επικράτηση του φαινομένου, με την πάροδο των ετών.<sup>21</sup> Θα μπορούσε όμως και να αντικατοπτρίζει τη δυσκολία των νεαρότερων ατόμων να διαχειριστούν τα δεδομένα της μεταβατικής αναπτυξιακής φάσης που διανύουν,<sup>32</sup> μιας φάσης ζωής που περιλαμβάνει την ανεξαρτητοποίηση από τον οικογενειακό πυρήνα, την αναζήτηση φίλων και ομάδων ένταξης, αλλαγές στον τρόπο ζωής και ποικίλους προβληματισμούς για το μέλλον, που μπορεί να καθιστούν το διαδίκτυο μια πρόσφορη καταφυγή. Από αυτήν την άποψη, είναι ενδεικτική η δήλωση αρκετών φοιτητών (22,4%) ότι η χρήση του Η/Υ τους βοηθά «να απωθήσουν δυσάρεστες σκέψεις για τη ζωή τους», να αντιμετωπίσουν δυσάρεστα συναισθήματα και να εκτονώσουν

(ή να αποφύγουν προσωρινά), την πίεση που βιώνουν.

Επιπροσθέτως, οι ασχολίες των φοιτητών στο διαδίκτυο, εμφανίζονται ως παράγοντες που συνδέονται με την ορθολογική ή ανεξέλεγκτη χρήση του. Σε συμφωνία με τα ευρήματα παλαιότερων και πρόσφατων ερευνών,<sup>17,18,32,40</sup> η χρήση του διαδικτύου για ψυχαγωγία, τυχερά παιχνίδια, αγορές, κοινωνική δικτύωση και παρακολούθηση πορνογραφικού υλικού, φαίνεται να σχετίζεται με το φαινόμενο του εθισμού, ενώ αντίθετα, η χρήση για αναζήτηση πληροφοριών για εκπαιδευτικούς σκοπούς, σχετίζεται με την ελεγχόμενη ενασχόληση με τον Η/Υ. Δηλαδή, οι φοιτητές που κάνουν επιλεκτική χρήση των τεχνολογιών του Η/Υ και τις αξιοποιούν προκειμένου να ανταποκριθούν στους εκπαιδευτικούς τους στόχους, φαίνεται να διατρέχουν μικρότερο κίνδυνο παθολογικής ενασχόλησης. Με βάση την παραπάνω διαπίστωση, η αυξημένη επιρρέπεια των φοιτητών των σχολών ΣΤΕΦ και ΣΔΟ, σε διάφορες διαστάσεις της κλίμακας εθισμού, δεν θα μπορούσε να αποδοθεί στις ιδιαίτερες απαιτήσεις του εκπαιδευτικού τους αντικειμένου. Εξάλλου, οι φοιτητές που είναι εθισμένοι στο διαδίκτυο, είναι λογικό να ασχολούνται περισσότερο με αυτό απ' ό,τι με τις σπουδές τους.<sup>18,32</sup> Ίσως η ειδοποιός διαφορά να βρίσκεται στο ότι οι συγκεκριμένοι φοιτητές είναι πιθανό να διατηρούν περισσότερες ή υψηλότερες



προσδοκίες από τη χρήση των ψηφιακών τεχνολογιών.<sup>25</sup> Η σύνδεση μεταξύ του γνωστικού αντικειμένου των σπουδών και του τρόπου ενασχόλησης με τον ηλεκτρονικό υπολογιστή, θα ήταν ενδιαφέρον να διερευνηθεί εκτενέστερα, σε περαιτέρω μελέτη.

## Συμπεράσματα

Εν κατακλείδι, τα ερευνητικά ευρήματα αντικατοπτρίζουν τη σημαντική επιρροή του Η/Υ και του διαδικτύου σε ποικίλες πτυχές της καθημερινής ρουτίνας, της κοινωνικής ζωής, της παραγωγικότητας και του ψυχισμού των συμμετεχόντων, αλλά και την επιρρέπεια ενός αριθμού φοιτητών στον διαδικτυακό εθισμό. Μάλιστα, το ποσοστό φοιτητών που φαίνεται να αντιμετωπίζουν πρόβλημα από τη χρήση του Η/Υ και του διαδικτύου, ενδέχεται να είναι ακόμη μεγαλύτερο στην πραγματικότητα, καθώς οι φοιτητές με σοβαρά προβλήματα από τη χρήση του, μπορεί να απουσιάζουν συχνά από τη σχολή τους -και άρα να μην είχαν τις ίδιες πιθανότητες συμμετοχής στην έρευνα.

Για τους λόγους αυτούς, καθίσταται αναγκαίος ο σχεδιασμός πολύπλευρων παρεμβάσεων, που θα προωθούν την υγιή χρήση. Οι παρεμβάσεις αυτές θα μπορούσαν να ξεκινήσουν από τις πιο ευάλωτες ομάδες φοιτητών (όπως οι πρωτοετείς φοιτητές που έχουν ακόμη μεγαλύτερη ανάγκη να νιώσουν «πλαισιωμένοι» από το νέο χώρο ένταξής

τους) και να επεκταθούν σε ολόκληρη την εκπαιδευτική κοινότητα, συμπεριλαμβάνοντας: (α) την ενημέρωση εκπαιδευτικών και φοιτητών για τον έγκαιρο εντοπισμό της υπερβολικής ενασχόλησης με τις τεχνολογίες του Η/Υ και την τρέχουσα κατάσταση γνώσης σχετικά με το φαινόμενο, (β) την ενθάρρυνση και υποστήριξη των φοιτητών στη διαχείριση των συναισθηματικών και ψυχοκοινωνικών προκλήσεων και μεταβάσεων που βιώνουν κατά τη διάρκεια της φοιτητικής τους ζωής και (γ) την καλλιέργεια του συμπεριληπτικού χαρακτήρα του εκπαιδευτικού ιδρύματος, που μπορεί να αποτελέσει χώρο συμμετοχής σε ποικίλες κοινωνικές - πολιτισμικές δραστηριότητες,<sup>41,42</sup> εκτός διαδικτύου.

Η φοιτητική ζωή είναι συνδεδεμένη στην κοινή σκέψη με την ξεγνοιασιά και την αφοσίωση στην προσωπική ανάπτυξη, παραγνωρίζοντας ότι τα άτομα που διανύουν τη συγκεκριμένη φάση ζωής, καλούνται να διαχειριστούν ποικίλες (ακαδημαϊκές, προσωπικές και κοινωνικές) προκλήσεις.<sup>39,41,42</sup> Η εκπαιδευτική κοινότητα μπορεί να αποτελέσει σημαντικό φορέα στήριξης των φοιτητών στις δυσκολίες που ίσως αντιμετωπίζουν, τόσο με στοχευμένες παρεμβάσεις, όσο και με την ευρύτερη επιδίωξη της εμπλοκής των φοιτητών σε δραστηριότητες ενδυνάμωσης, που θα ενισχύσουν μια ενεργητική στάση ζωής και

θα τους βοηθήσουν ν' αναπτύξουν τις ατομικές και κοινωνικές τους δεξιότητες.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. ΕΛΣΤΑΤ. Δελτίο Τύπου: Έρευνα χρήσης τεχνολογιών πληροφόρησης και επικοινωνίας από νοικοκυριά και άτομα, Αθήνα, 2015.
2. Guan SS, Subrahmanyam K. Youth internet use: risks and opportunities. *Curr Opin Psychiatry* 2009; 22(4):351-356.
3. Chou C, Condron L, Belland JC. A review of the research on Internet addiction. *Educ Psychol Rev* 2005; 17(4): 363–388.
4. Morahan–Martin J. Internet abuse: Emerging trends and lingering questions. In A. Barak (Ed.), *Psychological aspects of cyberspace: Theory, research, applications* (pp. 32–69). Cambridge University Press, Cambridge UK, 2008.
5. Τσίτσικα Α, Φρέσκου Α. Χρήση και Κατάχρηση Διαδικτύου. Πρακτικά 1ου Εντατικού Σεμιναρίου στην Εφηβική Ιατρική, 1st State of The Art Adolescent Medicine Course, 31 Μαρτίου – 5 Απριλίου 2008, 21-30.
6. Goldberg MD. Technological addictions. *Clin Psy Forum* 1998; 76:14-19.
7. Young KS. Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *Am Behav Sci* 2004; 48:402–415.
8. Goldsmith TD, Shapira NA. Problematic Internet use. In E. Hollander & D. J. Stein (Eds.), *Clinical manual of impulse-control disorders* (pp. 291–308). American Psychiatric Publishing, Arlington, VA, 2006.
9. Saville BK, Gisbert A, Kopp J, Telesco C. Internet addiction and delay discounting in college students. *Psychol Rec* 2010; 60:273–286.
10. Davis RA. A cognitive –behavioral model of pathological Internet use. *Comput Hum Behav* 2001; 17:187-196.
11. Griffiths MD, Pontes HM. Internet addiction disorder and Internet gaming disorder are not the same. *J Addict Res Ther* 2014; 5(4):e124.
12. Kratzer S, Hegerl U. Is "Internet addiction" a disorder of its own? A study on subjects with excessive Internet use. *Psychiatr Prax* 2008; 35(2 ):80–3.
13. Morahan-Martin J. Internet Abuse. Addiction? Disorder? Symptom? Alternative explanations? *Soc Sci Comput Rev* 2005; 23(1):39-48.
14. Morahan-Martin J, Schumacher P. Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Comput Hum Behav* 2000;16:13-29.
15. Anandarajan M, Thompson SH. *The Internet and Workplace Transformation. Advances in Management Information Systems*. Routledge, NY, 2006.
16. Breslau J, Aharoni E, Pedersen ER, Miller LL. A Review of Research on Problematic Internet Use and Well-Being



- with Recommendations for the U.S. Air Force. The RAND Corporation, Santa Monica, California, 2015.
17. Akin A. The Relationships between Internet Addiction, Subjective Vitality and Subjective Happiness. *Cyber PsycholBehavSocNetw* 2012; 15(8):404-410.
18. Young KS. Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction and a Winning Strategy for Recovery. Wiley, NY, 1998.
19. Stavropoulos V, Alexandraki K, Motti – Stefanidi F. Recognizing internet addiction: Prevalence and relationship to academic achievement in adolescents enrolled in urban and rural Greek high schools. *J Adolescence* 2013; 36:565-576.
20. Ko CH, Yen JY, Chen SH, Yang MJ, Lin HC, Yen CF. Proposed diagnostic criteria and the screening and diagnosing tool of Internet addiction in college students. *Compr Psychiatry* 2009; 50:378-384.
21. Σιώμος ΚΕ, Φλώρος ΓΔ, Μουζάς ΟΔ, Αγγελόπουλος ΝΒ. Στάθμιση κλίμακας μέτρησης του εθισμού των εφήβων στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές. *Ψυχιατρική* 2009;20(3): 222-232.
22. Τσουβέλας Γ, Γιωτάκος Ο. Χρήση διαδικτύου και παθολογική εμπλοκή με το διαδίκτυο σε δείγμα φοιτητών. *Ψυχιατρική* 2011; 22(3):221-230.
23. Chou C, Condrón L, Belland JC. A review of the research on Internet addiction. *EducPsychol Rev* 2005; 17(4): 363-388.
24. Kuss DJ, Griffiths MD, Karila L, Billieux J. Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade. *Curr Pharm Des* 2014;20(25):4026-52.
25. Kandell JJ. Internet addiction on campus: the vulnerability of college students. *Cyber PsycholBehav* 1998; 1:11-17.
26. Öztürk Ö, Odabasioğlu G, Eraslan D, Genç Y, Kalyoncu ÖA. Internet addiction: clinical aspects and treatment strategies. *J Dependence* 2007; 8:36-41.
27. Widyanto L, Griffiths MD. Internet addiction: A critical review. *Int J Ment Health Addict* 2006; 4:31-51.
28. Montgomery K, Gottlieb–Robles B, Larson GO. Youth as E–Citizens: Engaging the Digital Generation. Center for Social Media School of Communication, American University Washington DC, 2004.
29. Leung L, Lee PSN. The influences of information literacy, internet addiction and parenting styles on internet risks. *New Media Soc* 2012; 14(1):117-136.
30. Christakis DA, Moreno MM, Jelenchick L, Myaing MT, Zhou C. Problematic internet usage in US college students: a pilot study. *BMC Med* 2011; 22(9):77.

- 
31. Kuss DJ, Griffiths MD, Binder JF. Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Comput Hum Behav* 2013; 29(3): 959-966.
  32. Frangos C, Frangos Con, Kiohos A. Internet addiction among Greek University students: Demographic associations with the phenomenon, using the Greek version of Young's Internet Addiction Test. *IJBESAR* 2010; 3(1):49-74.
  33. Weiser EB. Gender differences in Internet use patterns and Internet application preferences: A two-sample comparison. *Cyber PsycholBehav* 2000; 3:167-178.
  34. Shabnam J, Poorabadi P, Akrami N. Predicting the role of biological vulnerabilities on Internet addiction: Brain - behavioral systems and gender. *J MazandaranUnivMedSci* 2013; 23(102):44-57.
  35. Ko CH, Yen JY, Yen CF, Chen CS, Wang SY. The association between Internet addiction and belief of frustration intolerance: the gender difference. *Cyber PsycholBehav* 2008; 11(3):273-8.
  36. Manjikian M. *Threat Talk: The Comparative Politics of Internet Addiction*. Ashgate, Farnham, 2012.
  37. Μανιαδάκης Μ, Δημητριάδης Σ. Μελέτη Επισκόπησης της Πληροφορικής στην Ελλάδα, Ένωση Πληροφορικών Ελλάδας, Αθήνα, 2006.
  38. Hollingsworth WC, Relationship Between Shyness and Internet Addiction: A Quantitative Study on Middle and Post Secondary School Students. 2006. Retrieved 10/06/ 2014 from <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED491739.pdf>
  39. Weinstein A, Dorani D, Elhadif R, Bukovza Y, Yarmulnik A, Dannon P. Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. *Ann ClinPsychiatry* 2015;27(1):4-9.
  40. Vishwanathan SP, Malott L, Chellappan S, Doraiswamy PM. An empirical study on symptoms of heavier internet usage among young adults. *IEEE International Conference on Advanced Networks and Telecommunications Systems (ANTS)*. 15-18/12/2013, Kattankulathur.
  41. Bland HW, Melton BF, Welle P, Bigham L. Stress tolerance: New challenges for millennial college students. *Coll Stud J* 2012; 46(2):362-375.
  42. Hicks T, Heastie S. High school to college transition: a profile of the stressors, physical and psychological health issues that affect the first-year on campus college students. *J Cult Divers* 2008; 15:143-147.
-





## ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

**Πίνακας 1.** Κατανομή συχνοτήτων χρήσης του διαδικτύου σε διάφορες συναισθηματικά φορτισμένες καταστάσεις, από τους σπουδαστές του δείγματος.

<b>ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ...</b>	<b>Καθόλου</b>	<b>Περιστα- σιακά</b>	<b>Συχνά</b>	<b>Πολύ συχνά</b>	<b>Πάντα</b>
<b>ΑΓΧΟΥΣ/ ΕΝΤΑΣΗΣ</b>	43,5%	37,6%	13,7%	3,5%	1,7%
<b>ΘΛΙΨΗΣ</b>	54,4%	28,9%	14,5%	1,5%	0,7%
<b>ΑΝΙΑΣ</b>	36,7%	20,4%	26,7%	12,5%	3,7%
<b>ΑΝΑΓΚΗΣ ΓΙΑ ΑΝΑΒΟΛΗ ΠΡΑΓΜΑΤΩΝ</b>	56,8%	28,9%	9,8%	3%	1,5%
<b>ΜΟΝΑΞΙΑΣ</b>	43,3%	32%	15,4%	7,8%	1,5%
<b>ΣΥΓΚΡΟΥΣΕΩΝ ΜΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ</b>	65,1%	23,2%	8,2%	2,5%	1%

**Πίνακας 2.** Κατηγοριοποίηση συνολικών βαθμολογιών στην ΚΕΕΦΥ.

Τύπος χρήσης Η/Υ και διαδικτύου	Συνολική βαθμολογία ΚΕΕΦΥ	Συχνότητα	Ποσοστό (%)
Φυσιολογική χρήση	21-39	263	66,2
Συχνά, ήπια προβλήματα από τη χρήση	40-59	127	32
Σημαντικά προβλήματα από τη χρήση	60-100	7	1,8
	<b>Σύνολα</b>	397	100

**Πίνακας 3.** Βαθμολογία στους 4 παράγοντες της ΚΕΕΦΥ και απαντήσεις των σπουδαστών στη δήλωση  
«Πιστεύω ότι είμαι εθισμένος/η στο Διαδίκτυο».

Παράγοντες ΚΕΕΦΥ	Μέσος όρος σπουδαστών που θεωρούν ότι είναι εθισμένοι	Μέσος όρος σπουδαστών που δεν θεωρούν ότι είναι εθισμένοι	Mann - Whitney		
			U	Z	P
Υπερβολική Χρήση	8,66	7,07	8246	-6,20	0,000** *
Εξάρτηση από τον Η/Υ	13,05	10,26	7634,5	-6,68	0,000** *
Παραμέληση Εργασίας	11,69	8,79	6423	-7,94	0,000** *
Παραμέληση Κοινωνικής Ζωής	10,35	8,60	8869,5	-5,55	0,000** *

\*\*\* $p < 0,001$



**Πίνακας 5.** Z τιμές και στατιστική σημαντικότητα των βασικών λόγων χρήσης του διαδικτύου, ως προς τη βαθμολογία στους τέσσερις παράγοντες της ΚΕΕΦΥ.

Λόγοι χρήσης του διαδικτύου	Παράγοντες ΚΕΕΦΥ							
	Υπερβολική Χρήση		Εξάρτηση από τον Η/Υ		Παραμέληση Εργασίας		Παραμέληση Κοινωνικής Ζωής	
	Z	p	Z	p	Z	P	Z	p
Συλλογή πληροφοριών σχετικά με τις σπουδές	-0,649	0,516	-1,804	0,071	-2,447	<b>0,014*</b>	-1,706	0,088
Συλλογή πληροφοριών για προσωπικά ενδιαφέροντα	-1,258	0,208	-0,212	0,832	-1,133	0,257	-1,062	0,288
Ψυχαγωγία	-4,071	<b>0,000***</b>	-3,947	<b>0,000***</b>	-2,942	<b>0,003**</b>	-0,491	0,623
Κοινωνική δικτύωση	-4,773	<b>0,000***</b>	-3,402	<b>0,001***</b>	-3,280	<b>0,001***</b>	-2,589	<b>0,01**</b>
Αγορές	-1,747	0,081	-0,605	0,545	-2,362	<b>0,018*</b>	-2,910	<b>0,004**</b>
Τυχερά παιχνίδια	-1,981	<b>0,048*</b>	-2,152	<b>0,031*</b>	-3,026	<b>0,002**</b>	-2,215	<b>0,027*</b>
Πορνογραφία	-2,984	<b>0,003**</b>	-2,593	<b>0,010**</b>	-4,993	<b>0,000***</b>	-3,511	<b>0,000***</b>

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ , \*\*\* $p < 0,001$