



ΧΑΡΟΚΟΠΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΣΧΟΛΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΓΕΩΓΡΑΦΙΑΣ ΚΑΙ
ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΩΝ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΒΙΩΣΙΜΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

**Ψυχοκοινωνικοί παράγοντες και εθισμός στο διαδίκτυο σε εφήβους και
νέους**
Πτυχιακή εργασία

Μάριος Ευστάθιος Αυγέρης

ΑΜ: 216003

Αθήνα 2022



HAROKOPIO UNIVERSITY
SCHOOL OF ENVIRONMENTAL GEOGRAPHY AND
APPLIED ECONOMICS
DEPARTMENT ECONOMY AND SUSTAINABLE DEVELOPMENT

Psychosocial factors and internet addiction in adolescents and young people
Bachelor thesis

Marios – Efstathios Avgeris

Athens 2022

ΧΑΡΟΚΟΠΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΣΧΟΛΗ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ ΓΕΩΓΡΑΦΙΑΣ ΚΑΙ
ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΩΝ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΒΙΩΣΙΜΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Τριμελής Εξεταστική Επιτροπή

**Αικατερίνη Αντωνοπούλου (Επιβλέπουσα), Επίκουρη Καθηγήτρια, Τμήμα
Οικονομίας και Βιώσιμης Ανάπτυξης, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο**

**Δημήτριος Ζμπάινος, Αναπληρωτής Καθηγητής, Τμήμα Οικονομίας και
Βιώσιμης Ανάπτυξης, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο**

Γεώργιος Τσίτσας, ΕΔΙΠ, Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο

Ο Μάριος-Ευστάθιος Αυγέρης δηλώνω υπεύθυνα ότι:

Είμαι ο κάτοχος των πνευματικών δικαιωμάτων της πρωτότυπης αυτής εργασίας και από όσο γνωρίζω η εργασία μου δε συκοφαντεί πρόσωπα, ούτε προσβάλλει τα πνευματικά δικαιώματα τρίτων.

Αποδέχομαι ότι η ΒΚΠ μπορεί, χωρίς να αλλάξει το περιεχόμενο της εργασίας μου, να τη διαθέσει σε ηλεκτρονική μορφή μέσα από τη ψηφιακή Βιβλιοθήκη της, να την αντιγράψει σε οποιοδήποτε μέσο ή/και σε οποιοδήποτε μορφότυπο καθώς και να κρατά περισσότερα από ένα αντίγραφα για λόγους συντήρησης και ασφάλειας.

Όπου υφίστανται δικαιώματα άλλων δημιουργών έχουν διασφαλιστεί όλες οι αναγκαίες άδειες χρήσης ενώ το αντίστοιχο υλικό είναι ευδιάκριτο στην υποβληθείσα εργασία.

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Σε αυτό το σημείο, στο τέλος της συγγραφής του παρόντος πονήματος θα ήθελα να ευχαριστήσω από καρδιάς όλους τους ανθρώπους που με διαφόρους τρόπους με βοήθησαν. Αρχικά θα ήθελα να ευχαριστήσω την εισηγήτρια και επιβλέπουσα καθηγήτρια κυρία Αικατερίνη Αντωνοπούλου για την ψυχολογική στήριξη που μου προσέφερε. Τις γνώσεις και την αμέτρητη βοήθεια σε γνωστικό επίπεδο. Επίσης θα ήθελα να ευχαριστήσω και να αφιερώσω την πτυχιακή εργασία πρώτα από όλα στην γιαγιά μου που περίμενε την πτυχιακή μου εργασία τόσο καιρό και ύστερα στην μητέρα μου, στον θείο μου και στους φίλους μου που ήταν διπλά μου στηρίζοντας με σε αυτό το πανέμορφο ταξίδι. Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω όλο το Εκπαιδευτικό Προσωπικό του Τμήματος Οικονομίας και Βιώσιμης Ανάπτυξης της Σχολής Περιβάλλοντος Γεωγραφίας και Εφαρμοσμένων Οικονομικών του Χαροκοπέιου Πανεπιστήμιου για τις γνώσεις που μου μεταλαμπάδευσαν όλα τα χρόνια των σπουδών μου.

Μάριος - Ευστάθιος Αυγέρης

Περιεχόμενα

ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	6
ABSTRACT	7
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	8
Κεφάλαιο 1: Εννοιολογικές διασαφήσεις	9
1.1 Γενικά στοιχεία	9
1.2. Ορισμοί του εθισμού στο Διαδίκτυο	10
1.3. Σκοπός της παρούσας έρευνας	10
Κεφάλαιο 2: Βιβλιογραφική ανασκόπηση	11
2.1. Σύνοψη ανασκοπούμενων ερευνών.....	11
2.2. Επιδράσεις στην ψυχροσύνθεση των εθισμένων στο Διαδίκτυο	21
2.3 Ψυχικές διαταραχές χρήστη.....	22
2.4 Είδη εθισμού στο Διαδίκτυο	22
2.5 Κλινικά γνωρίσματα εθισμού στο Διαδίκτυο	24
2.6 Η σχέση του εθισμού με άλλες ψυχικές διαταραχές	25
Κεφαλαίο 3: Συζήτηση-Συμπεράσματα.....	27
Βιβλιογραφία	29

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Ο εθισμός στο Διαδίκτυο είναι ένα πρόβλημα που αναδύεται στην επιφάνεια της καθημερινότητας, με διάφορες πτυχές και με δυσκολία στη διαφοροδιάγνωση του. Αρχικά, θα οριστεί ο εθισμός στο διαδίκτυο, συλλέγοντας και συγκρίνοντας έρευνες για την επιρροή του διαδικτύου σε ποικίλες ηλικιακές ομάδες. Στην παρούσα βιβλιογραφική ανασκόπηση αναδεικνύονται δυσκολίες που σχετίζονται με τον εθισμό και αφορούν στην ψυχική υγεία όπως η κατάθλιψη και οι αγχώδεις διαταραχές, καθώς και στην καθημερινότητα του ατόμου με την εκδήλωση του διαδικτυακού εκφοβισμού. Παράλληλα, παρατηρούνται διαφορές μεταξύ των φύλων σχετικά με τον τρόπο χρήσης του διαδικτύου, με έμφαση στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και τα διαδικτυακά παιχνίδια. Επιπλέον, παρουσιάζονται τα αποτελέσματα μελετών γύρω από την νευροφυσιολογία του εθισμού και την συννοσηρότητα του με άλλες ψυχικές διαταραχές.

Λέξεις Κλειδιά: Εθισμός στο Διαδίκτυο, Ψυχικές Διαταραχές, Διαδικτυακός Εκφοβισμός

ABSTRACT

Internet addiction is a problem that appears in everyday life, with various aspects and with difficulty in its diagnosis. Internet addiction will be defined by collecting and comparing research on the impact of the internet in different age groups. This literature review highlights addiction-related difficulties and their impact on mental health expressions such as depression and anxiety disorders, as well as the daily life of the person with the manifestation of cyberbullying. At the same time, there are gender differences in how the internet is used, with an emphasis on social media and online games. In addition, the results of studies on the neurophysiology of addiction and its comorbidity with other mental disorders are presented.

Keywords: Internet Addiction, Mental Health Disorders, Cyber Bullying

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το διαδίκτυο διαδραματίζει ένα αναπόσπαστο κομμάτι στην καθημερινότητα του σύγχρονου ανθρώπου, ιδιαίτερα των νέων, με επιπτώσεις στον επαγγελματικό, διαπροσωπικό και ψυχαγωγικό τομέα. Το διαδίκτυο μπορεί να δημιουργήσει και να γεφυρώσει κοινωνικές σχέσεις ελαχιστοποιώντας την απόσταση. Επίσης, παρέχει την δυνατότητα σε πρόσβαση αμέτρητων πληροφοριών και γνώσεων επιλύοντας πολύπλοκα προβλήματα. Η εκθετική ανάπτυξη της τεχνολογίας έχει ως συνέπεια το διαδίκτυο να ελλοχεύει κινδύνους. Οι πολύπλευρες χρήσεις του διαδικτύου εφόσον πραγματοποιηθούν ελεγχόμενα, παρέχουν αμέτρητες δυνατότητες. Πλέον οι χρήστες δεν οριοθετούν τον χρόνο τους ορθά στο διαδίκτυο με αποτέλεσμα να έπεται ο εθισμός στο διαδίκτυο.

Η παρούσα έρευνα, αναλύοντας τους ψυχοκοινωνικούς παράγοντες και τον εθισμό στο διαδίκτυο, στοχεύει να προβάλει την σύγχρονη εικόνα του εθισμού του διαδικτύου με γνώμονα τα στοιχεία/δεδομένα από έρευνες που έχουν πραγματοποιηθεί σε όλο τον κόσμο. Παρά την δημιουργία των ηλεκτρονικών υπολογιστών και του διαδικτύου στα τέλη του 20ού αιώνα, ο κύριος στόχος της τεχνολογίας ήταν η τελειοποίηση και η προσβασιμότητα της εμπειρίας του μέσου ανθρώπου με τον κυβερνοχώρο, οδηγώντας στην μονόδρομη εξαρτώμενη σχέση του με το μέσο. Επί του παρόντος, ο Εθισμός στο Διαδίκτυο αρχίζει να φτάνει σε έξαρση, καθώς πολλές πτέρυγες του Κέντρου Θεραπείας Εθισμένων Ατόμων (ΚΕΘΕΑ) και άλλων κέντρων υποστήριξης (π.χ. OASIS) επικεντρώνονται στον Εθισμό στο Διαδίκτυο. Πιο συγκεκριμένα, η υπερβολική χρήση ή η αδυναμία αποχής από το Διαδίκτυο μπορεί να οδηγήσουν σε μία δυσμενή ψυχολογική κατάσταση η οποία ονομάζεται Εθισμός στο Διαδίκτυο.

Κεφάλαιο 1: Εννοιολογικές διασαφήσεις

1.1 Γενικά στοιχεία

Η παρούσα ανασκόπηση παρουσιάζει έρευνες που έχουν ως επίκεντρο το φαινόμενο του εθισμού στο διαδίκτυο. Η ραγδαία αύξηση της τεχνολογίας και η δημοτικότητα της εύκολης χρήσης του Διαδικτύου θεμελίωσαν την θέση του σε διάφορους τομείς στην καθημερινότητα του χρήστη, με αποτέλεσμα σε τακτική βάση να ελέγχει το κινητό, τον υπολογιστή ή οποιαδήποτε άλλη ηλεκτρονική συσκευή για να ενημερώνεται, να επικοινωνεί, να εκφράζεται, να διασκεδάζει και να αλληλοεπιδρά με τους συνανθρώπους. Από την άλλη πλευρά, η θέση αυτή του διαδικτύου έχει οδηγήσει πολλούς χρήστες να καταχραστούν τους πόρους του διαδικτύου δημιουργώντας μια ανισορροπία στις κοινωνικές σχέσεις, στον επαγγελματικό τομέα και στην ψυχαγωγική μόρφωση, δημιουργώντας έτσι αυτοματισμούς που οδηγούν σε αποξένωση, άμβλυνση της κριτικής σκέψης και διαταραχή της ψυχικής υγείας.

Κάνοντας μια αναδρομή στο παρελθόν, η πρώτη αναφορά στον εθισμό στο Διαδίκτυο έγινε από ένα ψυχίατρο στην Νέα Υόρκη τον Goldberg (1996). Τότε ο εθισμός στο Διαδίκτυο είχε αναφερθεί ως Διαταραχή εθισμού στο Διαδίκτυο και για να διαγνωστεί είχαν χρησιμοποιηθεί όλα τα κριτήρια από το DSM-IV, που ως τότε χρησιμοποιούνταν για χρήση ουσιών οι οποίες αντικαταστάθηκαν από το Διαδίκτυο. Έπειτα από αυτήν την προσπάθεια αυξήθηκε το ενδιαφέρον του επιστημονικού κλάδου για τον εθισμό στο διαδίκτυο και παρατηρήθηκε σημαντικός αριθμός νέων ερευνών πάνω στο συγκεκριμένο ζήτημα. Έτσι, η Young (1998) αναφέρθηκε για πρώτη φορά για την Παθολογική χρήση του Διαδικτύου και αργότερα, ασχολήθηκαν και άλλοι παιδοψυχολόγοι και ερευνητές με αυτό το θέμα.

Πάρα την προσπάθεια των επιστημόνων, το διαδίκτυο δεν είχε αναγνωριστεί επίσημα από το Διαγνωστικό και Στατιστικό Εγχειρίδιο Ψυχικών Διαταραχών, για αυτό το λόγο έχει δημιουργηθεί η ανάγκη για περαιτέρω έρευνα. Δεν υπάρχει αμφιβολία πως το Διαδίκτυο διαδραματίζει έναν καίριο ρόλο στην καθημερινότητα των πολιτών τον 21ο αιώνα, η ψυχαγωγία, η επικοινωνία, οι αγορές, η ενημέρωση, η εκπαίδευση, η μόρφωση όλα μπορούν να πραγματοποιηθούν με μεσάζοντα το Διαδίκτυο. Ειδικότερα, ο χρήστης του Διαδικτύου μπορεί να χρησιμοποιήσει διάφορες πλατφόρμες ώστε να παρακολουθήσει από την παγκόσμια επικαιρότητα μέχρι διαχρονικές σειρές, να επικοινωνήσει με ευκολία γεφυρώνοντας τις αποστάσεις και εκμηδενίζοντας το χρόνο. Επιπρόσθετα, το Διαδίκτυο έχει προσφέρει στις αγορές ένα παγκόσμιο εύρος πελατών και επιλογών, όπου αυτόματα ο χρήστης μπορεί να παραγγείλει το επιθυμητό προϊόν και εντός ολίγων ημερών να το παραλάβει. Τέλος πολλές εφημερίδες έχουν εκσυγχρονιστεί και πλέον παρέχονται και στο διαδίκτυο σε μορφή ιστοσελίδας, όπως και διάφορες βιβλιοθήκες δίνοντας στο χρήστη την ικανότητα να αντλεί στιγμιαία αμέτρητες πληροφορίες. Είναι πλέον γεγονός ότι το Διαδίκτυο είναι στην αιχμή του.

1.2. Ορισμοί του εθισμού στο Διαδίκτυο

Στο πλαίσιο της ακαδημαϊκής ιστορίας του εθισμού στο διαδίκτυο και στην τελευταία βιβλιογραφία, η διατύπωση ενός ολοκληρωμένου ορισμού της έννοιας που θα χρησιμοποιείται ως ο γενικός όρος του εθισμού στο Διαδίκτυο δεν έχει οριστεί. Οι ερευνητές δεν έχουν καταλήξει σε ένα όρο που να περιγράφει το φαινόμενο της υπερβολικής χρήσης ή κατάχρησης του διαδικτύου, λόγω αυτής της δυσκολίας που έγκειται στην βασική ορολογία για τις συμπεριφορές σχετικά με το διαδίκτυο. Αξίζει να σημειωθεί ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο, αν και δεν έχει επισήμως αναγνωρισθεί ως κλινική οντότητα εκτός των χωρών Κίνα, Ν.Κορέα και Ταϊβάν, αποτελεί μια κατάσταση που προκαλεί σημαντική έκπτωση στην κοινωνική και επαγγελματική ή ακαδημαϊκή λειτουργικότητα του ατόμου. Η διαταραχή που καλείται, εθισμός στο διαδίκτυο δεν συμπεριλαμβάνεται στο τελευταίο εγχειρίδιο DSM-5 (APA, 2013) το οποίο είναι το κύριο διαγνωστικό εργαλείο που χρησιμοποιείται από ψυχιάτρους. Ο προβληματικός τζόγος είναι η μόνη διαταραχή η οποία συμπεριλαμβάνεται στο DSM-5 (APA, 2013) και δεν έχει συσχετιστεί με ουσίες, και μπορεί ο εθισμός του διαδικτύου να κατέχει μελλοντικά παρόμοια υπόσταση. Ωστόσο, η διαταραχή διαδικτυακών παιγνίων καταγράφεται σε ένα παράρτημα του εν λόγω εγχειριδίου, ως μια διαταραχή η οποία χρήζει περαιτέρω μελέτης. Ο Block (2008) έχει επιχειρηματολογήσει ότι ο εθισμός στο Διαδίκτυο θα πρέπει να συμπεριληφθεί στο DSM-5. Ωστόσο ο Block (2008), παρατήρησε ότι η διάγνωση είναι περίπλοκη επειδή το 86% των μελετώμενων υποκείμενων παρουσιάζουν και άλλες διαγνώσιμες διαταραχές ψυχικής υγείας. Πάραυτα στην βιβλιογραφία συναντώνται έως και έξι διαφορετικοί όροι για την έννοια του εθισμού στο διαδίκτυο όπως *Internet Addiction Disorder* (διαταραχή εθισμού στο Διαδίκτυο), *Pathological Internet Use* (Παθολογική Χρήση του Διαδικτύου – PIU), *Problematic Internet Use* (Προβληματική Χρήση του Διαδικτύου), *Excessive Internet Use* (Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου) και *Compulsive Internet Use* (Καταναγκαστική Χρήση του Διαδικτύου)

1.3. Σκοπός της παρούσας έρευνας

Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι να ανασκοπήσει προηγούμενες δημοσιευμένες επιστημονικές εργασίες που ασχολούνται με το φαινόμενο του εθισμού στο διαδίκτυο και τις επιπτώσεις αυτού του είδους εθισμού σε διάφορες εκφάνσεις της ψυχοκοινωνικής συμπεριφοράς των εφήβων και των νέων. Η έρευνα αναδεικνύει και εξηγεί το πρόβλημα του εθισμού στο Διαδίκτυο συγκρίνοντας τα σχετικά ευρήματα και καταλήγοντας σε συμπεράσματα για τις επιπτώσεις του εθισμού σε διάφορες ηλικιακές ομάδες και σε διάφορες εκδηλώσεις της ψυχοκοινωνικής συμπεριφοράς.

Κεφάλαιο 2: Βιβλιογραφική ανασκόπηση

2.1. Σύνοψη ανασκοπούμενων ερευνών

Τα τελευταία στοιχεία αναφέρουν πως το ποσοστό των εθισμένων στο Διαδίκτυο έχει αυξηθεί και σύμφωνα με το DSM-V αναγνωρίζεται πλέον ως ψυχική πάθηση και έχει τη δική του ξεχωριστή θεραπευτική προσέγγιση. Η παρούσα βιβλιογραφική ανασκόπηση είχε σκοπό να παρουσιάσει τις ψυχικές καταστάσεις που συνυπάρχουν με τον εθισμό στο Διαδίκτυο, τον τρόπο που δημιουργείται ο διαδικτυακός εθισμός και πιθανές πολιτισμικές διαφοροποιήσεις. Οι εθισμένοι στο Διαδίκτυο ανέρχονται στους 24 εκατομμύρια ανθρώπους από τους 731 εκατομμύρια χρήστες με πολλούς από αυτούς να είναι σε κίνδυνο εθισμού. Στην Ευρώπη το ποσοστό των εθισμένων χρηστών είναι στο 5 % και το ποσό της προβληματικής χρήσης τους Διαδικτύου να κυμαίνεται από 14% έως και 54 % (Kuss et al., 2013).

Ο Πίνακας 1 παρουσιάζει τις έρευνες με βάση την Ήπειρο διεξαγωγής τους (Ευρώπη, Ασία, Αφρική, Αμερική). Όλες οι ανασκοπούμενες έρευνες πραγματοποιήθηκαν μετά το 2009 με ελάχιστες εξαιρέσεις. Στην ανασκόπηση περιλαμβάνονται και κάποιες παλαιότερες δημοσιευμένες ανασκοπήσεις.

Πίνακας 1

Αποτελέσματα ερευνών σχετικών με τον εθισμό στο διαδίκτυο σε διαφορετικές χώρες στον κόσμο

Έρευνα	Χώρα/Πόλη	Μέθοδος	Ευρήματα
Έρευνες που πραγματοποιήθηκαν στην Ελλάδα			
Σιώμος Κ. και συν. (2008)	Θεσσαλία	Δείγμα: 2200 μαθητές ηλικίας 12 μέχρι 18 χρονών Ερευνητικά εργαλεία : YDQ	Είναι η πρώτη έρευνα που έγινε στην Ελλάδα με θέμα τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Ένα μικρό ποσοστό 70% χρησιμοποιεί στην Ελλάδα το Διαδίκτυο εκείνη την εποχή . Το ποσοστό των εθισμένων αγοριών ήταν διπλάσιο από εκείνο των κοριτσιών
Φράγκος, Χ. και συν. (2011) Η συσχέτιση του εθισμού με άλλα στοιχεία	Ήπειρος και Αττική	Δείγμα: 2358 φοιτητές ελληνικών Πανεπιστημίων Ερευνητικά εργαλεία: IMPINT , YDTIA, TSIU, NPB	Η έρευνα έδειξε ότι το 12 % ήταν εθισμένοι στο διαδίκτυο και ότι το 27 % είχε ανησυχητική συμπεριφορά στο διαδίκτυο . Επίσης η έρευνα έδειξε ότι υπάρχει συσχέτιση μεταξύ εθισμού στο

			Διαδίκτυου και άλλων εθισμών όπως αλκοόλ . Και ότι οι περισσότεροι εθισμένοι ήταν άντρες παρά οι γυναίκες .
Κορμάς, Γ. και συν. (2011) Εθισμός στο Διαδίκτυο στους εφήβους	Αττική	Δείγμα: 866 μαθητές γυμνασίου και λυκείου Ερευνητικά εργαλεία : YIAT , SDQ , MIU	Η έρευνα έδειξε ότι το ποσοστό των μαθητών που έχει κίνδυνο να εθιστούν στο Διαδίκτυο ήταν 19,4% και κατά κύριο λόγο ήταν αγόρια . Υπάρχει συσχέτιση με τους προβληματικούς χρήστες του Διαδικτύου και της αρνητικής επίδοσης στα μαθήματα .
Διάκος, Κ. και Δούκα, Α. (2010) Έρευνα σε νέους για εθισμό στο Διαδίκτυο	Αττική, Χαλκίδα και Ρόδος	Δείγμα: 1091 μαθητές (566 μαθητές γυμνασίου και 525 μαθητές λυκείου) Ερευνητικά εργαλεία: Ερωτηματολόγιο της Young (παλιά μορφή)	Η έρευνα έδειξε ότι τα αγόρια είναι περισσότερο εθισμένα από τα κορίτσια σε ένα ποσοστό 10%. Τα ποσοστά των εθισμένων είναι αναλογικά ανά περιοχή είναι τα ίδια (κοντά στο 11- 12 %) Ενώ υπάρχει μεγάλη συσχέτιση μεταξύ βαθμών και εθισμένων μαθητών (Οι εθισμένοι είχαν κακούς βαθμούς)
Τσιτσίκας, Α. (2008) Χρήση και Κατάχρηση του Διαδικτύου σε πληθυσμό εφήβων της Αττικής	Αττική	Δείγμα: 897 έφηβοι (μαθητές Γ Γυμνασίου μέχρι Α λυκείου). Συμπλήρωση ερωτηματολογίου Young και Δυνατοτήτων και Δυσκολιών (SDQ). Ερευνητικά εργαλεία: YIAS, BIU, AIU	Η έρευνα έδειξε ότι το 1% κατάφερε να πληροί τα κριτήρια για να κατηγοριοποιηθεί ως εθισμένο, ενώ το 12,8% παρουσίασε περιστασιακά ή συχνά προβληματική χρήση του Διαδικτύου
Καραπέτσας, Α. Β. και συν. (2014) Νέοι και εθισμός στο Διαδίκτυο	Βόλος	Δείγμα: 100 παιδιά ηλικίας 13-15 ετών. Το ερωτηματολόγιο της Young. Ερευνητικό εργαλείο: Ελληνική έκδοση του IAT	Η έρευνα έδειξε πως ότι το 14,6% του συνόλου του δείγματος των νέων που μελετήθηκαν με το παρόν ερευνητικό πρωτόκολλο είναι εθισμένοι στο διαδίκτυο. Η έρευνα έδειξε ότι το φύλο του παιδιού δεν αποτελεί κάποιο κριτήριο εθισμού στο Διαδίκτυο.
Ανούσης, Γ. (2014) Εθισμός Νεαρών	Αττική	Δείγμα: 650 φοιτητές από το Τμήμα Νοσηλευτικής του ΤΕΙ	Η έρευνα έδειξε ότι το 90% + έχει υπολογιστή για οικιακή χρήση και χρησιμοποιεί το

Ενηλίκων στο Διαδίκτυο		Αθήνας. Ερευνητικά εργαλεία: IAT	Διαδίκτυο καθημερινά που μπορεί να οδηγήσει σε Εθισμό. Επίσης τα άτομα που αναφέρουν ότι υπάρχει στο οικογενειακό τους περιβάλλον άτομο που κάνει υπερβολική χρήση του διαδικτύου ή είναι εθισμένο στο διαδίκτυο, καταναλώνουν περισσότερο χρόνο ή κάνουν μεγαλύτερη χρήση του διαδικτύου. Αξίζει να σημειωθεί ότι στην έρευνα συμμετείχαν περισσότερες σε πολύ μεγαλύτερο ποσοστό γυναίκες (86%) από ότι άντρες οπότε δεν υπάρχει κάποιο νόημα στην σύγκριση φύλων.
Ασιόγλου, Γ. Εθισμός στο Διαδίκτυο και cyber bullying		Δείγμα: 171 μαθητές λυκείου χρησιμοποιήθηκε προσαρμοσμένο το ερωτηματολόγιο της Young Ερευνητικά εργαλεία: IAT	Είναι η πρώτη έρευνα που χρησιμοποίησε τον διαδικτυακό εκφοβισμό σαν παράμετρο του εθισμού στο Διαδίκτυο . Αξίζει να σημειωθεί ότι η έρευνα έδειξε ότι όταν τα παιδιά έχουν ελεύθερο χρόνο το Σαββατοκύριακο τους αρέσκεται να περνάνε περισσότερο χρόνο στο Διαδίκτυο από ότι τις καθημερινές ημέρες.
Κόκκινος, Κ. και συν. (2014) Το ψυχολογικό υπόβαθρο των θυμάτων διαδικτυακού εκφοβισμού	Βόρεια Ελλάδα και Αττική	Δείγμα: 430 φοιτητές που έχουν δεχτεί δικτυακό εκφοβισμό Ερευνητικά εργαλεία: EQ-8, SIAS, BSSS-8, YPI, BSI, PHQ-9, CBVEQ	Η έρευνα έδειξε υπάρχει θετική συσχέτισή μεταξύ χρήσης του Διαδικτύου και Διαδικτυακού εκφοβισμού (όσο πιο μεγάλη η χρήση του Διαδικτύου τόσο μεγαλύτερο ήταν το ποσοστό του Διαδικτυακού εκφοβισμού) Τα αγόρια έχουν μεγαλύτερο ποσοστό από τα κορίτσια και στην άσκηση αλλά και στην θυματοποίηση από τον Διαδικτυακό εκφοβισμό. Τέλος η έρευνα αναδεικνύει τον κυβερνοχώρο ως μια πόρτα η οποία κάνει επιθετικούς τους νέους .

Βερικάκη, Δ.(2014) Εθισμός στο Διαδίκτυο και Κατάθλιψη	Ελλάδα	Δείγμα: 158 συμμετέχοντες που πληρούσαν τα κριτήρια για να χαρακτηριστούν εθισμένοι στο Διαδίκτυο Ερευνητικά εργαλεία : IA, GPIUS, BDI, Satisfaction with Life Scale	Η έρευνα ανέδειξε την θετική συσχέτιση που υπάρχει μεταξύ εθισμού στο Διαδίκτυο και της Κατάθλιψης
Αντωνιάδου, Ν. και Κόκκινος, Κ. (2014) Διαδικτυακός εκφοβισμός	Αττική Ελλάδα	Δείγμα: έρευνες που έχουν γίνει στην Ελλάδα για το διαδικτυακό εκφοβισμό πριν το 2014	Η συλλογή των συγκεκριμένων ερευνών έδειξε ότι τα κορίτσια πέφτουν πιο συχνά θύματα διαδικτυακού εκφοβισμού από ότι τα αγόρια
Παπαδανιήλ, Ε. (2018) Ασχολίες των νέων στο Διαδίκτυο		Δείγμα: 115 μαθητές λυκείου Φτιάχτηκε ένα ειδικό ερωτηματολόγιο που ρώτησε τους μαθητές τον τρόπο που χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο και αν έχουν κάποιες αρνητικές επιπτώσεις του Εθισμού Ερευνητικά εργαλεία: Κεντρικό Οριακό Θεώρημα (ΚΟΧ)	Η έρευνα έδειξε πως υπάρχει ένα αρκετά μεγάλο ποσοστό που εμφανίζει υψηλό ή πολύ υψηλό επίπεδο εθισμού ($23,53\%+2,94\%=26,47\%$). Οι περισσότεροι μαθητές ασχολούνταν με το Facebook και το Youtube. Πράγμα που αξίζει να ερευνηθεί περαιτέρω καθώς το επίπεδο του εθισμού στα Social Media έχει αναπτυχθεί ραγδαία. Επίσης είδαμε πως όσο περισσότερες ώρες μένει μόνο του ένα παιδί, τόσο τείνει να αυξηθεί το μέσο σκορ εθισμού του.
Παπανικολάου, Μ. (2015)	Ηράκλειο Κρήτης Ελλάδα	Δείγμα: 1700 φοιτητές του πρώτου έτους Πανεπιστημίου Κρήτης Ερευνητικά εργαλεία: ερωτηματολόγιο ΛΑΤΩ, RBQ	Η έρευνα έδειξε πως το 29,9% είχε δεχτεί εκφοβισμό μέσω του Διαδικτύου ενώ ένα μεγάλο ποσοστό που δεχόταν εκφοβισμό χρησιμοποίησε το Διαδίκτυο για να ασκήσει Διαδικτυακό εκφοβισμό.
Σαπουτζάκης, Ν. & Σαπουτζάκη, Μ. (2014) Εκφοβισμός στο Διαδίκτυο	Αθήνα και Χανιά Κρήτης	Δείγμα: 60 μαθητές γυμνασίου, Αυτοσχέδιο ερωτηματολόγιο Ομάδα ελέγχου: Ναι	Η έρευνα έδειξε ότι ένα γιγάντιο ποσοστό των μαθητών έχει δεχτεί διαδικτυακό εκφοβισμό στα Χανιά (51,7%) και στην Αθήνα (48,3%)
Έρευνες στην Ευρώπη			
Τσιτσικά, Α. και συν. (2011)	Γερμανία, Ελλάδα,	Δείγμα: 13,282 μαθητές ηλικίας 14 έως 17	Η έρευνα έδειξε ότι το ποσοστό των εθισμένων

Νέοι και εθιστική συμπεριφορά	Ισλανδία, Ισπανία, Πολωνία, Ρουμανία και Ολλανδία	Ερευνητικά εργαλεία: IAT, YSR	αγοριών ήταν μεγαλύτερο από αυτό των κοριτσιών. Στην Ισπανία βρέθηκε το μεγαλύτερο ποσοστό ενώ στην Ισλανδία το μικρότερο . Το γενικότερο ποσοστό εθισμένων ήταν στο 1%
Muller et al. (2014) Εθισμός στο Διαδίκτυο	Γερμανία , Ελλάδα , Ισλανδία , Ολλανδία, Πολωνία, Ρουμανία και Ισπανία	Δείγμα: 12,938 μαθητές από 14 έως 17 χρονών Ερευνητικά εργαλεία: AICA-S, YSR	Η έρευνα έδειξε ότι στην μεταξύ των 7 χωρών, η Ελλάδα έχει το μεγαλύτερο ποσοστό εθισμού. Επίσης το ποσοστό των αγοριών είναι μεγαλύτερο από το ποσοστό των κοριτσιών
Durkee, T. et al. (2016) Εθισμός στο Διαδίκτυο και Κίνδυνοι		Δείγμα: 12,395 έφηβοι Του προγράμματος SEYLE Ερευνητικά εργαλεία : YDQ, GSHS	Η έρευνα έδειξε ότι δεν υπάρχει διαφορά μεταξύ των φύλων. Επίσης η έρευνα έδειξε ότι στην Ευρώπη έχει γίνει η μεγαλύτερη διείσδυση του Διαδικτύου. Επίσης οι κακές διατροφικές συνήθειες και το κακό ωράριο ύπνου μπορούν να οδηγήσουν στον εθισμό.
Michael Kaess, et al. (2014) Παθολογική χρήση του Διαδικτύου	Αυστρία , Εσθονία, Γαλλία , Γερμανία , Ουγγαρία , Ιρλανδία, Ισραήλ , Ιταλία , Ρουμανία , Σλοβενία και Ισπανία	Δείγμα: 11,356 έφηβοι του προγράμματος SEYLE Ερευνητικά εργαλεία : YDQ, BDI-II, Z-SAS, SDQ, SIB, PSS	Η έρευνα έδειξε ότι ενώ τα κορίτσια χρησιμοποιούσαν περισσότερο το διαδίκτυο από τα αγόρια, τα αγόρια είχαν μεγαλύτερο ποσοστό εθισμού στο Διαδίκτυο.
Michael Kaess, et al. (2016)	Εσθονία , Γερμανία , Ιταλία, Ρουμανία και Ισπανία	Δείγμα: 5839 έφηβοι του προγράμματος SEYLE Ερευνητικά εργαλεία : YDQ	Η έρευνα έδειξε ότι υπάρχει αύξηση στον εθισμό στο Διαδίκτυο και ιδιαίτερα στα αγόρια (από 4 σε 7 %)
Kuss D.J. et al. (2013)	Αγγλία	Δείγμα: 2257 φοιτητές αγγλικού Πανεπιστημίου Ερευνητικά εργαλεία : AICA-S, ICD-10	Η έρευνα έδειξε ότι το 3,2% βρέθηκε να είναι εθισμένο στο Διαδίκτυο , όλες οι εφαρμογές διαδικτυακής κοινωνικοποίησης μπορούν να οδηγήσουν σε εθισμό στο Διαδίκτυο. Επιπλέον είναι η

			πρώτη έρευνα που αναδεικνύει μια καινούργια πτυχή του εθισμού που δημιουργείται μέσω των αγορών μέσω Διαδικτύου (Online Shopping)
Sergey D. Neverkovich et al. (2017) Εθισμός στο Διαδίκτυο και πρόληψη	Ρωσία	Δείγμα: 657 φοιτητές Ρωσικών Πανεπιστημίων Ερευνητικά εργαλεία: YDQ, SIA	Η έρευνα αναδεικνύει την διαφορά μεταξύ εικονικής και πραγματικής επικοινωνίας, και τονίζει την αδυναμία αποχής από το Διαδίκτυο.
Aviv Weinstein et al. (2014) Εθισμός στο Διαδίκτυο	Ισραήλ	Δείγμα: 120 φοιτητές 20-60 χρονών Ερευνητικά εργαλεία : Liebowitz Social Anxiety Scale , IAT	Οι έρευνες έδειξαν την θετική συσχέτιση που υπάρχει μεταξύ υψηλού κοινωνικού άγχους, και του εθισμού στο Διαδίκτυο. Δεν υπήρξε διαφορά μεταξύ των φύλων
Blinka, L. et al. (2014) Υπερβολική χρήση του Διαδικτύου	25 ευρωπαϊκές χώρες	Δείγμα: 18,709 μαθητές από 11 – 16 ετών και των γονέων τους Ερευνητικά εργαλεία : EIU	Η έρευνα έδειξε ότι τα παιδιά που ασχολούνται με διαδικτυακά παιχνίδια τρέφουν πολύ μεγάλο κίνδυνο να εθιστούν στο Διαδίκτυο. Δεν βρέθηκε διαφορά μεταξύ αγοριών και κοριτσιών στην χρήση του Διαδικτύου.
Ανασκοπήσεις			
Kuss D. J. et. al. (2013) Μια συστηματική ανασκόπηση εμπειρικής έρευνας	Σύνοψη ερευνών πριν το 2000	Δείγμα: 68 έρευνες Ερευνητικά εργαλεία :	Η μελέτη αποκάλυψε ότι τα online video games μπορεί να οδηγήσουν σε παθολογική χρήση και σύμφωνα με το American Psychiatric Association (2000) μπορεί να απαιτεί επαγγελματική θεραπεία.
Antonius J. Van Rooij Et.Al (2014) Ανασκόπηση ερευνών και προτάσεις για μελλοντικές έρευνες	Σύνοψη ερευνών	Δείγμα: Τα 3 μοντέλα εθισμού στο Διαδίκτυο Griffiths, Young, και Tao	Στην ανασκόπηση πραγματοποιήθηκε σύγκριση των τριών μοντέλων εθισμού στο Διαδίκτυο και στις αρνητικές επιπτώσεις του Εθισμού
Mark D. Griffiths Et.al (2016) Η εξέλιξη του	Σύνοψη ερευνών	Δείγμα: Ιστορική Αναδρομή του εθισμού στο Διαδίκτυο	Στην ιστορική αναδρομή που πραγματοποιήθηκε ο Griffiths σχολιάζει το έργο κυρίως των

εθισμού στο Διαδίκτυο			K. Young, Kuss και Billeux όσον αφορά τον εθισμό στο Διαδίκτυο και δίνει έμφαση στην Ασία όπου το φαινόμενο είναι πιο έντονο
Martin Mihajlov Et. Al (2017) Ανασκόπηση των 20 χρόνων από την πρώτο εμφάνιση του Εθισμού στο Διαδίκτυο	Σύνοψη ερευνών τα πρώτα 20 χρόνια	Δείγμα: Συμπεράσματα από έρευνες από όλο το Κόσμο	Η ανασκόπηση ανέδειξε την ανάγκη που υπάρχει από τον ιατρικό κλάδο να ερευνηθεί περαιτέρω και να δημιουργήσει μία ειδική έννοια η οποία θα ισχύει για κάθε μελλοντική έρευνα.
Marc Palaus et. Al. (2017) Νευρολογική εξήγηση του εθισμού στα Βιντεοπαιχνίδια	Ανασκόπηση ερευνών	Δείγμα: 116 έρευνες που αφορούσαν τη Διαταραχή Παιχνιδιών Διαδικτύου και τις μελέτες που επικεντρώνονται στο βίαιο περιεχόμενο των βιντεοπαιχνιδιών	Στην ανασκόπηση που πραγματοποιήθηκε διαπιστώθηκε ότι υπάρχει μεγάλη αλλαγή στον εγκέφαλο των ενεργών παιχτών που ασχολούνται με υπολογιστές, ενώ παρομοίως παρατηρήθηκε αύξηση της επιθετικής συμπεριφοράς
Έρευνες στην Αμερική			
Namsu Park, et al. (2009) Μέσα κοινωνικής Δικτύωσης και Εθισμός στο Διαδίκτυο	Τέξας Αμερική 2009	Δείγμα: 1715 συμμετέχοντες από ηλικίες 18 έως 29 χρονών από δύο Πανεπιστήμια του Τέξας	Η μελέτη έδειξε ότι οι χρήστες χρησιμοποιούν το Facebook ως ένα μέσω κοινωνικοποίησης, διασκέδασης δημιουργίας μιας προσωπικής εικόνας και ενημέρωσης. Η έρευνα επίσης αναδεικνύει τον κίνδυνο που υπάρχει της κοινωνικής απομόνωσης που μπορεί να δημιουργήσει η αποχή από το Facebook που δηλώνει ένα είδος εξάρτησης και εθισμού.
Sushma, M. et al. (2014) Χρήση του Διαδικτύου και φοιτητικές επιδόσεις	Αμερική	Δείγμα: 87 φοιτητές προπτυχιακού και μεταπτυχιακού σε ιδιωτικό πανεπιστήμιο της Αμερικής . Το ερωτηματολόγιο είχε σκοπό να δει την συσχέτιση μεταξύ χρήση διαδικτύου και μαθησιακών επιδόσεων	Η έρευνα έδειξε ότι υπάρχει αντίστροφη σχέση μεταξύ του βαθμού του εθισμού στο Διαδίκτυο και της ακαδημαϊκής επιτυχίας.

		Ερευνητικό εργαλείο: IAT	
Eichenberg, C. et.al. (2017) Τρόπος προσκόλλησης, των κινήτρων χρήσης, των υπηρεσιών που χρησιμοποιήθηκαν και του εθισμού στο Διαδίκτυο.	Αμερική	Δείγμα: 245 άτομα τα οποία είχαν δυσκολία στο να χτίσουν συναισθηματικές επαφές με άλλους ανθρώπους. Χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο του Rorschach. Ερευνητικά εργαλεία : Bielefeld questionnaire partnership expectations, (scale for online addiction for adults), CRMSD	Η έρευνα έδειξε ως εκ τούτου, ότι η ομάδα των καταχρηστικών χρηστών του Διαδικτύου μπορεί να θεωρηθεί όχι μόνο ως ιδιαίτερα ανασταλτική από την επιθετικότητα, αλλά και ως επιθετικοί ασθενείς. Η υπόθεση ότι οι ανασφαλείς συνδεδεμένοι άνθρωποι εμφανίζουν υψηλότερες τάσεις εθισμού στο Διαδίκτυο θα μπορούσε να επιβεβαιωθεί με περαιτέρω έρευνες
Έρευνες στην Ασία και Αφρική			
Chin, Y. (2018) Εθισμός στο Διαδίκτυο στους νέους, η σχέση του με κατάθλιψη και αυτοκτονικές τάσεις	Κορέα	Δείγμα: 1573 μαθητές Γυμνασίου που διαμέναν στην ίδια πόλη και πληρούσαν τα κριτήρια του εθισμού στο Διαδίκτυο	Η έρευνα έδειξε ότι δεν υπάρχει σημαντική διαφορά μεταξύ φύλων καθώς τα αγόρια είχαν μεγαλύτερο ποσοστό από τα κορίτσια. Και τα αποτελέσματα δεν ήταν αρκετά έτσι ώστε να συμπεράνουμε ότι υπάρχει συσχετισμός μεταξύ κατάθλιψης και εθισμού στο Διαδίκτυο
Wang, H. et al. (2011) Εθισμός στο Διαδίκτυο σε νέους και η σχέση του με κατάθλιψη	Κίνα	Δείγμα: 14.296 μαθητές γυμνασίου - λυκείου από τέσσερις διαφορετικές επαρχιακές πόλεις. Τυχαία δειγματοληψία Ερευνητικό εργαλείο : YIAT, PIUs.	Η έρευνα έδειξε ότι δεν μπορεί να δοθεί ακόμα μια σίγουρη συσχέτιση μεταξύ εθισμού και κατάθλιψης . Αξίζει να σημειωθεί ότι οι μαθητές που είχαν αγχώδεις διαταραχές και κακές διαπροσωπικές σχέσεις με τους συμμαθητές τους είχαν μεγαλύτερες πιθανότητες να εθιστούν στο Διαδίκτυο.
Yeong-Mi Ha et al. (2014) Διαφορές μεταξύ αγοριών και κοριτσιών στον εθισμό στο Διαδίκτυο	Κορέα	Δείγμα: 56,086 μαθητές 12-18 ετών. Διαδικτυακή έρευνα Ερευνητικά εργαλεία: KS Scale	Η έρευνα έδειξε ότι υπάρχει μεγάλη διαφορά μεταξύ εθισμένων αγοριών και κοριτσιών καθώς το ποσοστό των αγοριών είναι πολύ μεγαλύτερο από αυτό των κοριτσιών. Σημαντικό στοιχείο

			της έρευνας είναι ότι τα κορίτσια με συναισθηματικά προβλήματα όπως δυστυχία και καταθλιπτική συμπεριφορά έχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να εθιστούν στο Διαδίκτυο
Seyyed Salman Alavi et al. (2011) Η επίδραση των ψυχιατρικών συμπτωμάτων στη διαταραχή εθισμού στο Διαδίκτυο	Ιράν	Δείγμα: 250 φοιτητές του Πανεπιστημίου του Ισφαχάν. Ερευνητικό εργαλείο: YDQ, SCLR-90-R, IAT , ICD	Η έρευνα έδειξε ότι τα δεδομένα είναι ασαφή για να οδηγηθούμε σε ένα ολοκληρωτικό αποτέλεσμα μεταξύ της σχέσης του Εθισμού στο Διαδίκτυο και της ψυχολογικής δυσφορίας. Αξίζει να σημειωθεί η τριπλάσια διαφορά μεταξύ εθισμένων ανδρών και εθισμένων γυναικών.
Dalbudak, E. et al. (2013) Η σχέση μεταξύ εθισμού στο Διαδίκτυο και της ψυχολογικής δυσφορίας (άγχος, μοναξιά)	Τουρκία	Δείγμα: 319 φοιτητές από τα Πανεπιστήμια της Άγκυρας. Ερευνητικά εργαλεία : Toronto Alexithymia Scale-20, the Temperament and Character Inventory TCI , the Internet Addiction Scale (IAS), the Beck Anxiety Inventory, and the Beck Depression Inventory	Η έρευνα έδειξε ότι υπάρχει μεγάλη συσχέτιση μεταξύ αλεξιθυμίας και Εθισμού στο Διαδίκτυο καθώς πολλά άτομα κατέχουν αυτό το συναίσθημα ως αυτοάμυνα.
Dib, J.E. et al. (2019) Ψυχικές διαταραχές, αλκοόλ κάπνισμα και εθισμός στο διαδίκτυο	Λίβανος	Δείγμα: 1810 μαθητές ιδιωτικών σχολείων από ηλικία 15 έως 17. Σε αυτή τη μελέτη χρησιμοποιήθηκε η αραβική έκδοση του IAT που επικυρώθηκε στον Λίβανο. Ερευνητικά εργαλεία : IAT, ADRS, AUDIT, IWDS-11, FTND Ομάδα ελέγχου : Ναι	Αυτή η μελέτη, η πρώτη και μεγαλύτερη του είδους της στη Μέση Ανατολή, έδειξε ότι ορισμένες ψυχιατρικές διαταραχές, όπως η κατάθλιψη και η χρήση ουσιών (κάπνισμα και αλκοόλ), σχετίζονται με πιο προβληματική χρήση του διαδικτύου στους Λιβανέζους εφήβους.
Wu C-Y, et al. (2015) Εθισμός στο Διαδίκτυο και	Ταϊβάν	Δείγμα: 1100 άτομα τα οποία απαντήσανε το ηλεκτρονικό ερωτηματολόγιο	Η έρευνα επισήμανε τις ιδιαίτερα σημαντικές συσχετίσεις μεταξύ Εθισμού στο Διαδίκτυο, και κάποιου

Τάσεις αυτοκτονίας		Ερευνητικά εργαλεία : CIAS-R, BSRS-5, MPI	νευρωτισμού (κατάθλιψη), επιπροσθέτων κάποιων μαθησιακών δυσκολιών, όπως προβλήματα συγκέντρωσης, και διάσπαση προσοχής κατά τη διάρκεια της συνομιλίας.
Mamun, M. A. (2019), Ο εθισμός στο Διαδίκτυο στο Μπαγκλαντεζ	Μπαγκλαντές	Δείγμα: 573 μαθητές και χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο του Karim και του Nigar Ερευνητικά εργαλεία : the Internet Behavior and Attitudes Scale, Internet Addiction Test (IAT), Internet Addictive Behavior Inventory, Diagnostic Questionnaire for Internet Addiction, Compulsive Internet Use Scale, Problematic Internet Use, and the Internet Use Disorder Scale (Έτσι τα αναφέρει) IBAS IAT ,IABI, DQIA, CIUS	Η έρευνα ανέδειξε τα μεγάλα ποσοστά εθισμού που επικρατούν στις χώρες της Ασίας, και τον κίνδυνο λανθασμένων αποτελεσμάτων που μπορεί να δοθούν αν αλλάξει το ερωτηματολόγιο της IAT. Δεν υπάρχει μεγάλη διαφορά μεταξύ εθισμένων αγοριών και κοριτσιών.
Yosef Zenebe et al. (2019) Οι παράγοντες που οδηγούν στον εθισμό στο Διαδίκτυο	Αιθιοπία	Δείγμα: 603 φοιτητές Ερευνητικά εργαλεία : YIAT , K10 Ομάδα ελέγχου : Ναι	Η μελέτη αποκάλυψε ότι η πλειοψηφία των φοιτητών ασχολούταν με τις εργασίες τους και με μέσα κοινωνικής δικτύωσης όπως το Facebook. Αξίζει να σημειωθεί ότι η έρευνα έδειξε ότι οι φοιτητές που έπαιζαν Mobile Games (παιχνίδια στο κινητό), ήταν σε μεγάλο ποσοστό εθισμένοι στο Διαδίκτυο.
Wang, Q. et al. (2019) Εθισμός στο Διαδίκτυο προβλήματα ύπνου και ηλεκτρονικά παιχνίδια (Gaming)	Κίνα	Δείγμα: 1040 έφηβοι από ηλικία 16 έως 26 χρονών. Σε αυτή την μελέτη χρησιμοποιήθηκε η κινέζικη έκδοση του IAT. Ερευνητικά εργαλεία: Για την ψυχολογική δυσφορία χρησιμοποιήθηκε το SCL-90-R, PIU, GAS , PSQI	Η μελέτη αποκάλυψε ότι η ποιότητα του ύπνου είχε μια σημαντική επίδραση διαμεσολάβησης στη σύνδεση μεταξύ εθισμού στο Διαδίκτυο και ψυχολογικής δυσφορίας. Χρειάζεται περισσότερη έρευνα για να διευκρινιστεί αν υπάρχει συσχέτιση εθισμού και βιοτικού επιπέδου

Jian Xu Et.al.(2012) Εθισμός στο Διαδίκτυο σε εφήβους στην Σανγκάη	Σανγκάη , Κίνα	Δείγμα: 5,122 έφηβοι από 16 διαφορετικά σχολεία. Ερευνητικά εργαλεία : DRM 52 Scale	Η μελέτη αποκάλυψε ότι η διαδικτυακή επικοινωνία θα μπορούσε να οδηγήσει σε μείωση της ψυχοκοινωνικής ευημερίας των εφήβων και η ανταλλαγή άμεσων μηνυμάτων σχετίζεται με συναισθήματα κατάθλιψης 6 μήνες αργότερα
---	-------------------	---	--

2.2. Επιδράσεις στην ψυχοσύνθεση των εθισμένων στο Διαδίκτυο

Τα αποτελέσματα της ανασκόπησης παρουσιάζουν μία διακύμανση στο χρόνο που είναι ανάλογη με την αύξηση της δημοτικότητας του Διαδικτύου και της τεχνολογίας που χρησιμοποιείται. Επιπρόσθετα, οι ποσοστιαίες τιμές των χρηστών του διαδικτύου πολλαπλασιάστηκαν σε όλες τις κατηγορίες που αφορούσαν την χρήση. Ειδικότερα, ο μέσος χρόνος δικτύωσης αυξήθηκε, οδηγώντας σε μεγαλύτερα ποσοστά εθισμένων, αλλά και εν δυνάμει εθισμένων χρηστών, γεγονός που παρατηρείται στην σύγκριση ερευνών του Σιώμου (2008) και του Καραπέτσα (2014).

Παράλληλα, αναζητήθηκαν πηγές που θα βοηθούσαν στον καλύτερο προσδιορισμό της νευροφυσιολογικής και ψυχολογικής εικόνας του εθισμού στο διαδίκτυο. Ο Καρδάρης (2016) προσδιορίζει τα νέα μέσα χρήσης του διαδικτύου, και τους τρόπους που τα παιδιά αλληλοεπιδρούν με αυτό, χαρακτηρίζοντάς αυτά τα μέσα ως *ψηφιακά ψυχοφάρμακα*. Επιπρόσθετα, μία έρευνα απεικόνισης του εγκεφάλου (Palau, 2017), δείχνει ότι ο μετωπιαίος φλοιός του εγκεφάλου, υπεύθυνος για τις εκτελεστικές λειτουργίες, και ο καρδιακός ρυθμός επηρεάζονται από τα βιντεοπαιχνίδια με παρόμοιο τρόπο με την χρήση κοκαΐνης. Η έρευνα αυτή, αποδεικνύει ότι ορισμένες οδοί στον εγκέφαλο (όπου η ντοπαμίνη είναι ο κύριος νευροδιαβιβαστής), ενεργοποιούνται όταν οι άνθρωποι παίζουν βιντεοπαιχνίδια, κινητοποιώντας παρόμοιους καταρράχτες αλυσιδωτών αντιδράσεων στους νευρώνες του θαλάμου και του φλοιού του εγκεφάλου, όπως με την χρήση εξαρτουσιογόνων ουσιών. Ωστόσο, τα στοιχεία του Καρδάρη (2016) και άλλων παρόμοιων ερευνών, δεν αναφέρουν ότι αυτά τα μονοπάτια είναι ο τρόπος επιβράβευσης του ατόμου και οτιδήποτε ευχάριστο τα ενεργοποιεί, εάν τα βιντεοπαιχνίδια δεν αύξαναν τη δραστηριότητα σε αυτές τις ντοπαμινεργικές οδούς, η ενασχόληση με βιντεοπαιχνίδια δεν θα ήταν διασκεδαστική. Ο μόνος τρόπος να αποφευχθεί η παραγωγή αυτού του είδους επίδρασης στον εγκέφαλο θα ήταν να αποφύγουμε ότι είναι ευχάριστο (Καρδάρης, 2016).

Ο Σιώμος (2011) υποστηρίζει ότι η χρήση του Διαδικτύου αυξάνει την έκκριση των ενδογενών οπιοειδών, που με τη σειρά τους αυξάνουν την απελευθέρωση της ντοπαμίνης στο κέντρο ανταμοιβής του εγκεφάλου. Πιο συγκεκριμένα, η ντοπαμίνη ευθύνεται για την εγκατάσταση της εθιστικής συμπεριφοράς άμεσα, μέσω της σύνδεσης με τους υποδοχείς των οπιοειδών στον επικλινή πυρήνα, και έμμεσα μέσω της σύνδεσης με τους μ - υποδοχείς των οπιοειδών στους διαμέσους νευρώνες. Η σύνδεση των ενδογενών οπιοειδών στους μ-υποδοχείς των διαμέσων νευρώνων αναστέλλει την GABAεργική νευρομεταβίβαση προς τους νευρώνες της κοιλιακής περιοχής της καλύπτρας, κάτι που με την σειρά του ευοδώνει την ντοπαμινεργική

μεταβίβαση μεταξύ της κοιλιακής περιοχής της καλύπτρας και του επικλίνους πυρήνα (Bostwick, 2008). Σε έλεγχο με PET (Positron Emission Tomography Study) άτομα με εθισμό στο Διαδίκτυο παρουσίασαν μειωμένα επίπεδα διαθέσιμων υποδοχέων ντοπαμίνης D2 στις υποδιαίρεσεις του ραβδωτού σώματος (Kim et al , 2011). Αύξηση του μεταβολισμού της γλυκόζης παρατηρήθηκε στους εθισμένους στη δεξιά μέση κογχομετωπιαία έλικα, στον αριστερό κερκοφόρο πυρήνα και στη δεξιά νήσο, όταν συγκρίθηκαν με τους φυσιολογικούς χρήστες, ενώ σε άλλες περιοχές, όπως στην οπίσθια κεντρική έλικα άμφω, στην αριστερή πρόσθια κεντρική έλικα παρατηρήθηκε ελάττωση του μεταβολισμού της γλυκόζης σε σύγκριση με τους φυσιολογικούς χρήστες (Park et al., 2010), οι συγκεκριμένοι με υγιείς εθελοντές, οι έφηβοι με εθισμό στο Διαδίκτυο είχαν χαμηλότερη πυκνότητα φαιάς ουσίας στην αριστερή εμπρόσθια έλικα του προσαγωγίου, στην αριστερή οπίσθια έλικα του προσαγωγίου, στην αριστερή νησίδα και στην αριστερή γλωσσοειδή έλικα (Zhou et al ., 2009).

2.3 Ψυχικές διαταραχές χρήση

Ιδιαίτερη έμφαση της εργασίας δίνεται στην επιρροή που ασκεί το διαδίκτυο στην ψυχροσύνθεση του ατόμου προκαλώντας αισθήματα ικανοποίησης και ευεξίας κατά τη χρήση του διαδικτύου, ενώ παρατηρείται σημαντική έκπτωση αυτών των συναισθημάτων, μερικές φορές να καταλήγουν στον αντίθετο πόλο με κύριο εκπρόσωπο τον θυμό και την στεναχώρια, με την διακοπή της συνεχούς και καθημερινούς χρήσης. Έτσι, χρησιμοποιώντας τα αποτελέσματα του παραπάνω πίνακα ερευνών υπάρχει μεγάλη συγγένεια μεταξύ του εθισμού στο Διαδίκτυο και των ψυχικών παθήσεων που μαστίζουν την σύγχρονη κοινωνία, όπως τις αγχώδεις διαταραχές, κατάθλιψη, αλεξιθυμία, ναρκισσισμός, μαθησιακές δυσκολίες, και διαταραχή ελλειμματικής προσοχής (ADHD) . Στις πρώτες έρευνες που είχαν δημοσιευθεί οι ψυχολόγοι δεν κατάφεραν να προσδιορίσουν αν η ψυχική πάθηση επέρχεται του εθισμού στο διαδίκτυο ή ο εθισμός στο διαδίκτυο επέρχεται της ψυχικής πάθησης , αλλά πάνω σε αυτές βασίστηκαν οι επόμενες έρευνες για να διαλευκάνουν αυτό το μυστήριο, καθώς το Διαδίκτυο λειτουργεί με διπλή όψη. Στην πρώτη όψη γίνεται το καταφύγιο του ανθρώπου που έχει ψυχική πάθηση όπου μπορεί να νιώσει πιο ασφαλής, δημιουργώντας ένα προσωπείο οικείο και επιθυμητό στις προσδοκίες του ιδανικού εαυτού του, ενώ στην δεύτερη όψη, η έντονη χρήση του διαδικτύου αναδύει και επιδεινώνει τις εσωτερικές ψυχικές παθήσεις και συμβάλλει στην αδυναμία αντιμετώπισης των προαναφερόμενων παθήσεων.

2.4 Είδη εθισμού στο Διαδίκτυο

Ο εθισμός στο Διαδίκτυο είναι μια πολύπλοκη έννοια, η οποία μπορεί επιπλέον να χωριστεί σε υποκατηγορίες για την καλύτερη επισκόπηση συγκεκριμένων πτυχών της και αναζήτηση κάποια σχέσης με μία άλλη έννοια. Πιο συγκεκριμένα, μία από αυτές τις υποκατηγορίες είναι τα βιντεοπαιχνίδια, που με τον όρο βιντεοπαιχνίδια ορίζεται οποιοδήποτε μορφής παιχνιδιού πραγματοποιείται με τη χρήση κάποιας ηλεκτρονικής συσκευής όπως ο ηλεκτρονικός υπολογιστής, μία κονσόλα βιντεοπαιχνιδιών, ή ένα κινητό τηλέφωνο. Η έκθεση στα βιντεοπαιχνίδια έχει ένα ευρύ φάσμα ηλικιακών ομάδων και μπορεί να επηρεάσει τόσο

μικρότερες όσο και μεγαλύτερες, καθώς οι ψυχαγωγικές απαιτήσεις των παιδιών διαφοροποιούνται, γεγονός που πηγάζει από την ευκολία χρήσης και την ξαφνική άνοδο των συναισθημάτων ικανοποίησης κατά την ενασχόληση με τα βιντεοπαιχνίδια, θεμελιώνοντας έτσι την ανάγκη διαρκούς ψυχαγωγίας τους με βιντεοπαιχνίδια, συμπεραίνοντας ότι η προσωπική τους διασκέδαση αποτελείται σχεδόν εξ ολοκλήρου από την χρήση μίας κονσόλας ή μιας οθόνης. Αυτή η εμμονική συμπεριφορά, σε συνδυασμό με την συμπεριφορά των γονέων, που από νεαρή ηλικία τα δώρα τους περιορίζονται σε παιχνίδια ηλεκτρονικής μορφής, ωθούν τους νέους στην αποξένωση τους από άλλες ασχολίες όπως άθληση, διάβασμα, συναναστροφή με τον κοινωνικό τους κύκλο. Καταλήγοντας, το παιδί παύει να κυριαρχεί στην ψυχαγωγία του και ωθείται σε ένα φαύλο κύκλο που κυριαρχεί ο καταναλωτισμός, η έλλειψη χρονικών ορίων, και η εμμονή για την επίτευξη του επόμενου εικονικού στόχου.

Οι έρευνες που μελετήθηκαν έδωσαν ιδιαίτερη σημασία στην εφηβική ηλικία όπου οι μαθητές γυμνασίου συνήθως βιώνουν δραματικές αλλαγές στη φυσιολογία και την ψυχολογία, και ενδέχεται να αναπτύξουν πιο σοβαρά προβλήματα από άτομα άλλων ηλικιών εάν εμπλέκονται σε προβληματικές συμπεριφορές. Το Διαδίκτυο για τους έφηβους είναι μία διέξοδος από τα αρνητικά τους συναισθήματα και τις καθημερινές τους υποχρεώσεις όπως άγχος, στεναχώρια, θλίψη, ματαιοδοξία, οδηγώντας σε ενδείξεις ότι η προβληματική χρήση του διαδικτύου (PIU-Problematic Internet Use) μεταξύ των μαθητών γυμνασίου αυξάνεται λόγω της εύκολης πρόσβασης στο Διαδίκτυο (Αννούσης, 2016). Παρόμοια με τους μαθητές γυμνασίου, και οι φοιτητές, είναι ευάλωτοι στην προβληματική χρήση του διαδικτύου (PIU), καθώς στην φοιτητική ηλικία υπάρχει έλλειψη γονικού ελέγχου και η αδυναμία οριοθέτησης επιδεινώνοντας τον εθισμό και την αποξένωση τους από τις υπόλοιπες κοινωνικές ομάδες. Στην ενήλικη ζωή, ο άνθρωπος, λόγω της μονοτονίας της καθημερινής ζωής και της αδυναμίας αποχής του απ' το κοινωνικό μέσο δικτύωσης, οδηγείται σε συμπεριφορές ρουτίνας και συναισθηματικού δεσίματος με τα μέσα, γεγονός που καλύπτει ένα μεγάλο κομμάτι αυτοματισμών και συμπεριφορών όπου δεν επικρατεί η κριτική σκέψη, ενώ παράλληλα αυξάνουν το χάσμα γενεών .

Μία άλλη σημαντική κατηγορία είναι τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης που ονομάζονται αλλιώς και SNS κοινώς γνωστά ως Social Media, δηλαδή εικονικές κοινότητες όπου οι χρήστες μπορούν να δημιουργήσουν μεμονωμένα δημόσια προφίλ, να αλληλοεπιδράσουν με πραγματικούς φίλους και να γνωρίσουν άλλα άτομα με βάση κοινά ενδιαφέροντα (Kuss, 2011). Οι χρήστες των SNS χωρίζονται σε δύο μεγάλες κατηγορίες (Kuss, 2011), στους εσωστρεφείς και τους εξωστρεφείς. Οι εξωστρεφείς χρήστες φαίνεται να χρησιμοποιούν ιστότοπους κοινωνικής δικτύωσης για κοινωνική βελτίωση, ενώ οι εσωστρεφείς το χρησιμοποιούν για κοινωνική αποζημίωση, καθένα από τα οποία φαίνεται να σχετίζεται με περισσότερη χρήση, όπως και η χαμηλή ευσυνειδησία και ο υψηλός ναρκισσισμός. Οι αρνητικές συσχετίσεις στην χρήση των SNS περιλαμβάνουν τη μείωση της πραγματικής συμμετοχής σε κοινωνικές ομάδες και στην επιτυχία της ακαδημαϊκής σταδιοδρομίας, και σε προβλήματα στις κοινωνικές σχέσεις, καθώς οι έρευνες στοχεύουν είτε σε συγκεκριμένες εφαρμογές όπως Facebook, Instagram, Tik Tok ή γενικότερα σε εθισμό στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης. Τα κριτήρια όπου βασίζονται αυτές οι έρευνες ώστε να θεωρηθεί κάποιος εθισμένος στο Διαδίκτυο, είναι η παραμέληση της προσωπικής ζωής, η υπερβολική ψυχική

ενασχόληση , η απομόνωση στον εαυτό του και κυνήγι καινούργιων εμπειριών που τους αλλάζουν την διάθεση , καθώς , οι χρήστες που κάνουν υπερβολική χρήση των SNS σύμφωνα με την Kuss (2011) νιώθουν ενοχή και προσπαθούν να αποκρύψουν την εθιστική τους συμπεριφορά. Αξίζει να σημειωθεί ο όρος που πρωτοαναφέρθηκε από τον Mikulincer (2000) «πνευματική/ψυχική ενασχόληση» (*mental preoccupation*), είναι μια κατάσταση που χαρακτηρίζεται από σκέψεις που είναι δύσκολο να κρατήσεις το μυαλό σου μακριά. Αυτή η κατάσταση εμφανίζεται συνήθως ως προϊόν άγχους, όπου οι σκέψεις που σχετίζονται με το στρεσογόνο θέμα γίνονται αντικείμενο ψυχικής ενασχόλησης.

Τέλος αξίζει να αναφερθούν και τα άλλα είδη εθισμού στο Διαδίκτυο όπως είναι η παρακολούθηση βίντεο, όπου έρευνες αναδεικνύουν ένα μεγάλο ποσοστό από την καθημερινή χρήση στο Διαδίκτυο είναι η παρακολούθηση τηλεοπτικών σειρών, πορνογραφικών ταινιών και βίντεο μικρής διάρκειας με ποικίλα περιεχόμενα. Οι έρευνες δείχνουν ότι σε αυτό το είδος εθισμού χάνεται εύκολα το όριο χρόνου ενώ συστηματικά καταλήγει ο θεατής και σε έλλειψη ενδιαφερόντων, το οποίο προκύπτει από το γεγονός ότι προτιμάει να παρακολουθεί τη ζωή του δημιουργού του βίντεο, παρά να δημιουργεί τις δικιές του προσωπικές εμπειρίες. Ο θεατής αρκείται σε μία έτοιμη ζωή που του παρουσιάζεται έπειτα από επεξεργασία βίντεο, στην οποία υπάρχουν μηνύματα τα οποία δεν είναι εμφανή και περνούν στο υποσυνείδητο και αφομοιώνονται στην άποψη του. Αυτή η έλλειψη κριτικής σκέψης καθιστά τον θεατή ευάλωτο σε χειραγώγηση από διαφημιστικές εταιρίες και προπαγάνδα από πρόσωπα με δημαγωγικές απόψεις. Επίσης, η ευκολία πρόσβασης σε ιστοσελίδες με πορνογραφικό υλικό επιδείνωσαν το πρόβλημα που προϋπήρχε, αλλά το Διαδίκτυο δεν έχει αποδειχθεί ότι είναι η αιτία που υπάρχει αυτή η μορφή εθισμού, αλλά τα δεδομένα αποδεικνύουν ότι είναι απλώς η αφορμή.

2.5 Κλινικά γνωρίσματα εθισμού στο Διαδίκτυο

Η Young (1996, 1998) και ο Griffiths (2000) έχουν εξετάσει τα κριτήρια που συνδέονται με όλους τους παθολογικούς εθισμούς ως μέτρο με το οποίο πρέπει ή δεν πρέπει να χαρακτηρίζεται μια συμπεριφορά εθιστική .Ο Griffiths (2000) αναγνώρισε την απαιτούμενη παρουσία των εξής κριτηρίων: της συνεχούς ενασχόλησης με τον εθιστικό παράγοντα, της αλλαγής της διάθεσης, της ανοχής, της απόσυρσης, της σύγκρουσης και της υποτροπής . Τα πρόσθετα κριτήρια της εξέλιξης, της άρνησης και της συνεχιζόμενης χρήσης παρά των συνεπειών, προστέθηκαν από την Young για τον εθισμό στο Διαδίκτυο. Οι παραπάνω ερευνητές, μέσω της έρευνας και της εφαρμογής της θεωρίας περί κοινωνικού εθισμού, έχουν κάνει προσπάθειες να χαρακτηρίσουν τη χρήση του Διαδικτύου ως χρήση που πληροί αυτά τα απαιτούμενα κριτήρια. Η συνεχής ενασχόληση με τον εθιστικό παράγοντα εμφανίζεται όταν ένας παράγοντας καθίσταται η σημαντικότερη δραστηριότητα στη ζωή του ατόμου. Η αλλαγή της διάθεσης αναφέρεται στην προαναφερθείσα ευφορία ή διέγερση που προκαλείται όταν απελευθερώνεται ντομανίνη στον επικλίνη πυρήνα του εγκεφάλου (κέντρο ευχαρίστησης). Τα άτομα μπορεί να επικαλούνται λόγους πρόσβασης στο Διαδίκτυο όπως η άνοδος της διάθεσης, η ηρεμία και η διαφυγή από την πραγματικότητα (Griffiths, 2000).

Η ανοχή είναι η διαδικασία με την οποία απαιτείται αυξημένος χρόνος για την επίτευξη των προηγούμενων επιδράσεων αλλαγής διάθεσης (Griffiths 2000). Η Young (1996) διαπίστωσε ότι όσοι πληρούσαν τα κριτήρια για να χαρακτηριστούν εθισμένοι στο Διαδίκτυο το χρησιμοποιούσαν σχεδόν οχτώ φορές περισσότερο από ότι οι μη εθισμένοι χρήστες και δέκα φορές περισσότερο από το μέσο χρήστη. Η απόσυρση συμπεριλαμβάνει δυσάρεστες συναισθηματικές καταστάσεις και σωματικές επιπτώσεις που προκύπτουν όταν ο παράγοντας αλλαγής της διάθεσης παύει να μειώνεται ξαφνικά (Griffiths 2000). Η σύγκρουση είναι ένας κοινός παράγοντας που συνδέεται με εθισμούς, όταν άλλοι ή ο ίδιος ο χρήστης βρίσκονται κάτω από αυξημένη πίεση λόγω της χρήσης του παράγοντα (εργασία, οικογένεια, κοινωνική ζωή, ενδιαφέροντα κ.λπ.) (Griffiths, 2000). Οι Treuer et al. (2001) διαπίστωσαν ότι ένα μεγάλο ποσοστό των εθισμένων χρηστών ένιωθαν μελαγχολικοί και ένοχοι μετά από μακροχρόνια χρήση του Διαδικτύου. Η υποτροπή, όπως ορίζεται από τον Griffiths (2000), συμπεριλαμβάνει επιστροφές σε προηγούμενα πρότυπα μετά από μια περίοδο ανοχής. Η εξέλιξη αποτελεί ένα επιπλέον κριτήριο εθισμού, δεδομένου ότι το άτομο μπορεί να αρχίσει τη χρήση με πιο ήπιους παράγοντες και να οδηγηθεί αργότερα σε πιο επικίνδυνους εθιστικούς παράγοντες (π.χ. ένας χρήστης ναρκωτικών ξεκινά με ηπιότερα ναρκωτικά, όπως ο καπνός, και συνεχώς προχωράει σε πιο εθιστικά ναρκωτικά, όπως ηρωίνη). Η άρνηση ενός προβλήματος αποτελεί ένα υποσυνείδητο συναίσθημα διατήρησης της σταθερότητας και του αυτοελέγχου, παρά τις εξωτερικές ευδιάκριτες ενδείξεις ότι υπάρχει πρόβλημα.

Οι συνέπειες και η συνεχής χρήση παρά τα αποτελέσματα αποτελούν ένα τελευταίο κριτήριο εθισμού στο Διαδίκτυο. Οι χρήστες παραμένουν συνδεδεμένοι για δέκα ή περισσότερες συνεχόμενες ώρες, για πολύ καιρό, παρά τα προβλήματα που προκαλούσε η συνήθεια αυτή στις οικογένειες τους, στις σχέσεις τους, στην εργασιακή ζωή τους και την σχολική ζωή τους. Διαπιστώθηκε ότι ανυπομονούσαν για το επόμενο ραντεβού τους με το Διαδίκτυο και ήταν ανίκανοι να διακόψουν ή ακόμα και ελέγξουν τη χρήση του Διαδικτύου, παρά τον κίνδυνο διαζυγίου. Οι Young et al. (1999) υπέδειξαν τάσεις συμπεριφοράς απόκρυψης και ψεύδους σχετικά με τη χρήση του Διαδικτύου για την επιβράδυνση των συνεπειών. Αξίζουν να σημειωθούν και τα σωματικά προβλήματα που υπάρχει κίνδυνος να προκύψουν από τον εθισμό στο διαδίκτυο, όπως το σύνδρομο καρπιαίου σωλήνα, οι πόνοι της πλάτης και η εύκολη οφθαλμική κόπωση.

2.6 Η σχέση του εθισμού με άλλες ψυχικές διαταραχές

Ένας βασικός προβληματισμός της διεθνούς ψυχιατρικής κοινότητας ο οποίος έχει δυσκολέψει τον προσδιορισμό μιας ιατρικής έννοιας του εθισμού στο Διαδίκτυο και την εγγραφή του εθισμού στο DSM είναι το ερώτημα αν ο εθισμός στο Διαδίκτυο που συνυπάρχει με ψυχικές διαταραχές προηγείται ή έπεται των διαταραχών και πως μπορούμε να τον διακρίνουμε. Η Orzack (1999, 2002), διευθύντρια του προγράμματος Υπηρεσιών, για τον Εθισμό στους Ηλεκτρονικούς Υπολογιστές του Χάρβαρντ, αναφέρει ότι συνήθως οι εθισμένοι στο διαδίκτυο έχουν έναν τουλάχιστον επιπρόσθετο πρόβλημα, όπως κατάθλιψη, κοινωνική φοβία, διαταραχή ελέγχου των παρορμήσεων και διαταραχή ελλειμματικής προσοχής, ενώ σε άλλους ασθενείς έχει γίνει διάγνωση κατάχρησης ουσιών ή άλλων

εθιστικών διαταραχών. Οι Young και Rodgers (1998) μελέτησαν τη σχέση μεταξύ των εθισμένων στο Διαδίκτυο και συνυπάρχουσας κλινικής κατάθλιψης, χρησιμοποιώντας τη Κλίμακα Κατάθλιψης του Beck (1961) και την Κλίμακα των Δεκαέξι Παραγόντων Προσωπικότητας. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι όσοι πληρούσαν τα κριτήρια του εθισμού στο Διαδίκτυο είχαν μέτρια ως σοβαρά επίπεδα κατάθλιψης, σε σύγκριση με το μέσο πληθυσμό. Προειδοποίησαν ότι τα αποτελέσματα δεν έδειχναν αν η κατάθλιψη προηγούταν της υπερβολικής χρήσης του Διαδικτύου ή ήταν αποτέλεσμα της. Έκτοτε, σύγχρονες έρευνες σε αντιπροσωπευτικά σχολικά δείγματα εφήβων σε διάφορα κράτη έδειξαν πως ο εθισμός στο Διαδίκτυο εμφανίζει στενή συσχέτιση με ψυχικές διαταραχές. Το μειονέκτημα όμως των συγχρονικών ερευνών είναι ότι δεν μπορούν να ερμηνεύσουν σχέσεις αιτίας-αποτελέσματος, διότι μελετούν σχέσεις συνάφειας σε μια δεδομένη χρονική στιγμή.

Χρησιμοποιώντας μια προσέγγιση ανάλυσης παραγόντων, οι Prateli et al. (1999, 2000) διαπίστωσαν ότι το πρόβλημα έχει κυκλικό χαρακτήρα, με τη μοναξιά και την κατάθλιψη να οδηγούν στην υπερβολική χρήση του ηλεκτρονικού υπολογιστή, η οποία με την σειρά της οδηγεί σε περισσότερη μοναξιά και κατάθλιψη. Σε συγκριτική μελέτη στο Ειδικό Ψυχιατρικό Ιατρείο Παιδιών και Εφήβων για τον Εθισμό στο Διαδίκτυο στο Ιπποκράτειο Ιατρείο Παιδιών Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης, ανάμεσα σε σαράντα εφήβους με Διαταραχή Εθισμού στο Διαδίκτυο και εξακόσιους σαράντα δύο εφήβους που δεν χρησιμοποιούσαν το Διαδίκτυο, βρέθηκε ότι οι εθισμένοι έχουν υψηλότερη βαθμολογία στις περισσότερες κλίμακες ψυχοπαθολογίας του SCL-90-R, μεταξύ των οποίων η σωματοποίηση, ψυχαναγκαστικότητα, η διαπροσωπική ευαισθησία, η κατάθλιψη, η εχθρικότητα και ο παρανοειδής ιδεασμός (Siomos et al 2010).

Συμπερασματικά, με βάση την έρευνα σε κλινικό δείγμα εφήβων με εθισμό στο Διαδίκτυο, η πτώση της σχολικής επίδοσης αποτελεί το συχνότερο παράγοντα κινητοποίησης των γονέων για αναζήτηση βοήθειας ειδικού. Στην πλειονότητα των περιπτώσεων εθισμού, η ψυχοπαθολογία του εθισμού στο Διαδίκτυο έπεται. Μία στις δύο περιπτώσεις εμφανίζει συννοσηρότητα με άλλη ψυχική διαταραχή και μία στις τέσσερις τριπλή συννοσηρότητα. Η επικράτηση του εθισμού στα αγόρια είναι καθολική και ουσιαστικά στην Ελλάδα ο εθισμός στο Διαδίκτυο τη δεδομένη χρονική στιγμή έχει ταυτότητα, πρόκειται για εθισμό στα διαδικτυακά παιχνίδια.

Κεφαλαίο 3: Συζήτηση-Συμπεράσματα

Η παρούσα βιβλιογραφική ανασκόπηση καταγράφει και εξετάζει τους ψυχοκοινωνικούς παράγοντες που έχουν οδηγήσει στην ακμή του Εθισμού στο Διαδίκτυο σε εφήβους και νέους, και την συσχέτιση του εθισμού με άλλες ψυχικές παθήσεις. Οι ψυχοκοινωνικοί παράγοντες που αναδεικνύονται στην σχέση άνθρωπος-Διαδίκτυο (τρόπος χρήσης του Διαδικτύου, αλληλεπιδράσεις, τρόποι κοινωνικοποίησης), στα χαρακτηριστικά του χρήστη (ιδιοσυγκρασία του ατόμου, ψυχολογική κατάσταση, επίπεδα άγχους, κατάθλιψη και παράλληλες ασχολίες) και στα κοινωνικά -πολιτιστικά χαρακτηριστικά του ατόμου (τόπο καταγωγής, οικονομική κατάσταση, ηλικία). Όλοι οι παραπάνω παράγοντες δεν μπορούν να μελετηθούν ανεξάρτητα από το πλαίσιο της κουλτούρας (αξίες, στάσεις, αντιλήψεις, μόδα) μέσα στην οποία αλληλοεπιδρά ο άνθρωπος με το Διαδίκτυο. Ωστόσο η ορολογία και το είδος του εθισμού του Διαδικτύου δεν έχει επισημοποιηθεί ερευνητικά με κάποιο ενιαίο ορισμό σε κάποιο εγχειρίδιο αντιμετώπισης ψυχικών παθήσεων, αυτό έχει ως αποτέλεσμα να υπάρχει ένα παγκόσμιο εύρος ερωτηματολογίων αναγνώρισης του εθισμού που διαφοροποιούνται με βάση την χώρα, την ηλικιακή ομάδα και το φύλο.

Επιπρόσθετα τα διαφορετικά αποτελέσματα των ερευνών εξηγούνται με βάση τις σημαντικές μεθοδολογικές διαφοροποιήσεις, όπως το πλήθος των συμμετεχόντων, η χρησιμοποίηση ή όχι ομάδας ελέγχου, η απουσία πολλαπλών πηγών αξιολόγησης (οικογένεια, βιοτικό επίπεδο, κοινωνικό υπόβαθρο) και η ψυχομετρική σταθερότητα των ερευνητικών εργαλείων. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να υπάρχει ένα παγκόσμιο εύρος ερευνών που βοηθάει να δημιουργήσουμε μια πλήρη εικόνα για το φαινόμενο του εθισμού στο Διαδίκτυο. Οι διαχρονικές μελέτες (Kuss, 2013, Van Rooij, 2014, Griffiths, 2016, Mihajlov, 2017), παρότι είναι ελάχιστες, έχουν μεγαλύτερη αξία, επειδή δίνουν την δυνατότητα να μελετηθεί με βάση το πέρασμα των χρόνων και να πραγματοποιηθεί παρατήρηση της ακμής του φαινομένου. Σύμφωνα με τον Σιώμο (2008), το 70% της δειγματοληψίας της έρευνας που είχε πραγματοποιηθεί είχε πρόσβαση στο διαδίκτυο και μπορεί να οδηγήσει στον εθισμό, ενώ σύμφωνα με τον Αννούση (2016) το 90% έχουν υπολογιστή για οικιακή χρήση που μπορεί να οδηγήσει σε εθισμό στο διαδίκτυο. Ο εθισμός στο Διαδίκτυο επομένως εξαρτάται από τρεις παράγοντες: την ιδιοσυγκρασία του ατόμου, την ψυχική του κατάσταση και την ασχολία του με το Διαδίκτυο.

Από την σύνθεση των ερευνητικών ευρημάτων συμπεραίνουμε ότι είναι ανεπαρκές τα αποτελέσματα στην σύγκριση των φύλων, καθώς μερικές έρευνες συμπεραίνουν ότι τα αγόρια βρίσκονται σε μεγαλύτερο ποσοστό από τα κορίτσια εθισμένα στο διαδίκτυο, ενώ υπάρχουν άλλες έρευνες οι οποίες αναδεικνύουν τον ισοποσοσטיαίο εθισμό μεταξύ των φύλων. Διαφορά υπάρχει μεταξύ των εφήβων Ασιατικών χωρών (Κίνα, Κορέα), με χώρες της Βόρειας Ευρώπης (Νορβηγία, Σουηδία). Αυτό το εύρημα ίσως να μας αναδεικνύει και ένα τέταρτο επίπεδο παράγοντα που είναι το βιοτικό - οικονομικό επίπεδο του ανθρώπου καθώς το Διαδίκτυο θεωρείται ένας από τους φθηνότερους τρόπους διασκέδασης. Τα επόμενα χρόνια αυτές οι διαφορές θα αλλάξουν ριζικά, διότι καμία από όλες τις έρευνες που χρησιμοποιήθηκαν στην συγκεκριμένη πτυχιακή εργασία δεν είχαν ως κύριο θέμα ένα ακμάζων φαινόμενο τον 21ο αιώνα - τον εθισμό στα Social Media. Τα Social Media πέρα από

την χρονική απασχόληση που παρέχουν, μπορούν να βοηθήσουν στην δημιουργία της εικόνας που ιδανικά θα ήθελε ένας άνθρωπος να δημιουργήσει για τον εαυτό του . Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να οδηγήσει τον άνθρωπο να πασχίζει να φαίνεται αρεστός στον διαδικτυακό περίγυρο του, και καταλήγει να ζει μια εικονική ζωή αντί για την πραγματική. Ένας υποστηρικτικός περίγυρος (οικογένεια, φίλοι, σχολείο) μπορεί να αποτρέψει τέτοιες καταστάσεις, και έχει καλύτερη προοπτική και περισσότερες πιθανότητες να προωθήσει την ορθή χρήση του Διαδικτύου και να προσφέρει την δυνατότητα να κατακτήσουν τα μέλη της όσο τον δυνατόν περισσότερα οφέλη από το Διαδίκτυο (γνώσεις, πληροφορίες, διασκέδαση, διευκολύνσεις στην καθημερινότητα). Θα χρειαστούν περαιτέρω μελέτες για να διερευνηθεί διεξοδικά η αμοιβαία σχέση μεταξύ του εθισμού στο Διαδίκτυο και του κοινωνικού άγχους που διατρέχει τον ιστό της σύγχρονης κοινωνίας. Εν κατακλείδι η τεχνολογική ανάπτυξη δεν έχει μόνο θετικό αντίκτυπο στη ζωή μας αλλά και κάποια σοβαρά μειονεκτήματα, ιδίως όταν οι άνθρωποι χάνουν το νόημα του μέσου. Συνολικά, τα στοιχεία αυτά από όλες τις έρευνες, δεν είναι μόνο αναγκαίες για κλινικούς λόγους, αλλά μπορούν επίσης να προωθήσουν την ευαισθητοποίηση, καθώς είναι αντιπροσωπευτικές για το γενικό πληθυσμό.

Βιβλιογραφία

- Αννούσης, Γ., Κυρίτσης, Ν., Κυρίτση, Ε., Κουκουλάρης, Δ., Ζαρταλούδη, Α., Κουτελέκος, Ι. και Στεφανίδου, Σ., (2017) Εθισμός Νεαρών στο Διαδίκτυο, ερευνητική εργασία *ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ*, 56(3), 245–26.
- Αντωνιάδου, Ν., & Κόκκινος, Κ. Μ. (2013). Κυβερνο-εκφοβισμός και κυβερνοθυματοποίηση σε παιδιά και εφήβους: Συχνότητα εμφάνισης και παράγοντες επικινδυνότητας. *Προσχολική και Σχολική Εκπαίδευση*, 1, 138-169. DOI: 10.12681/rpej.42
- Βερικακή, Δ. (2013) *Εθισμός στο Διαδίκτυο και Κατάθλιψη*. Αδημοσίευτη μεταπτυχιακή εργασία: Πανεπιστήμιο Maastricht.
- Ζυγούρης, Ν.(2015). Internet Addiction and Loneliness. *ENCEPHALOS* 52, 4-9.
- Καρδάρα Ν. (2016) Ψηφιακή ηρωίνη: Πώς οι οθόνες μεταμορφώνουν τα παιδιά σε ψυχωτικούς τοξικομανείς. *New York Post Times*.
- Καραπέτσας, Α.Β., Φώτης, Α.Ι. και Ζυγούρης, Ν.Χ. (2012) Νέοι και εθισμός στο διαδίκτυο: Ερευνητική προσέγγιση συχνότητας του φαινομένου, *Εγκέφαλος*, 49, 67-72.
- Kokkinos, C. M., Antoniadou, N., & Markos, A. (2014). Cyber-bullying: An investigation of the psychological profile of University student participants. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 35, 204-214. DOI: 10.1016/j.appdev.2014.04.001
- Kokkinos, K. M., & Karagianni, K. (2017). Εκφοβισμός και θυματοποίηση: Βιβλιογραφική ανασκόπηση ερευνητικών ευρημάτων από τον ελληνικό χώρο. *Preschool and Primary Education*, 5(1), 2–45. <https://doi.org/10.12681/rpej.10630>
- Κορμάς, Γ., Κριτσέλη, Έ., Janikian, Μ., Καφετζής, Δ. και Τσιτσίκια, Α. (2011). Risk factors and psychosocial characteristics of potential problematic and problematic internet use among adolescents: A cross-sectional study, *BMC Public Health*, 11:595.
- Κουτσάκη,Ε.(2019) *Εθισμός στο Διαδίκτυο*, Αδημοσίευτη Μεταπτυχιακή εργασία Μηχανικών πληροφορικής Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο.
- Μυλωνάς, Π. (2010). *Διαδίκτυο και εξάρτηση*, Αδημοσίευτη Διπλωματική εργασία του Διατμηματικού Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών στα Πληροφοριακά Συστήματα.
- Παπαδανιήλ, Ε. (2017). *Εθισμός στο Διαδίκτυο*, Αδημοσίευτη Διπλωματική εργασία του Τμήματος Οικονομικών Επιστημών Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης.
- Παπανικολάου, Μ. (2016) *Σχολικός Εκφοβισμός (bullying), εκφοβισμός μέσω διαδικτύου (cyberbullying) και συμπεριφορές υγείας σε νέους ενήλικες: η μελέτη LATO*. Πρακτικά του Πανελλήνιου Επιστημονικού Συνεδρίου BULLYING - ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ: Ψυχοκοινωνικές, Εκπαιδευτικές Συνέπειες & η Αντιμετώπισή τους, Πανεπιστήμιο Μακεδονίας, 5 - 6 ΜΑΡΤΙΟΥ 2016.
- Σαπουντζάκη, Μ. (2014) *Εθισμός στο διαδίκτυο, επιπτώσεις από την κατάχρηση του διαδικτύου στη ζωή του σύγχρονου εφήβου και η σπουδαιότητα της πρόληψης από τον*

- γονέα, Αδημοσίευτη πτυχιακή εργασία του τμήματος Κοινωνικής εργασίας, Πανεπιστήμιο Κρήτης.
- Σιώμος, Κ. (2008) *Εθισμός των Εφήβων στους Ηλεκτρονικούς Υπολογιστές και στο Διαδίκτυο: Ψυχιατρικά Συμπτώματα και Διαταραχές Ύπνου*. Αδημοσίευτη διδακτορική διατριβή: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας.
- Σιώμος, Κ. (2011). *Απογραφική Έρευνα για τον Εθισμό των Εφήβων στο Διαδίκτυο στο Νησί του Ιπποκράτη: Συγκριτική Ανάλυση Μελετών από την Ελλάδα και τον Κόσμο, στο συλλογικό έργο Έρευνα, Πρόληψη, Αντιμετώπιση των Κινδύνων στη Χρήση του Διαδικτύου*, Ελληνική Εταιρεία Μελέτης της Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο(σελ. 188-194).
- Σιώμος, Κ., Νταφούλης, Β., Φλώρος, Γ. και Σιτζόγλου, Κ. (2010) Διαφοροδιαγνωστικά Διλήμματα στην Εθιστική Χρήση Η/Υ και Διαδικτύου. Παρουσίαση και Συζήτηση Δύο Κλινικών Περιστατικών, *Νευρολογία* 19(3).
- Σφακιανάκης, Ε. , Σιώμος,Κ., και Φλώρος Γεώργιος , (2012) Εθισμός στο Διαδίκτυο και άλλες διαδικτυακές συμπεριφορές υψηλού κινδύνου
- Tsimtsiou,Z., Haidich,A.B., Spachos,D., Kokkali,S., Bamidis, P., Dardavesis,T. & Arvanitidou, M. (2015) Internet Addiction in Greek Medical Students: an Online Survey, *Academic Psychiatry*, 39, 300–304.
- Frangos, C. C., Frangos, C. C., & Sotiropoulos, I. (2011). Problematic Internet Use among Greek university students: an ordinal logistic regression with risk factors of negative psychological beliefs, pornographic sites, and online games. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 14(1-2), 51–58. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0306>

Ξένη Βιβλιογραφία

- American Psychiatric Association-APA (2013). *Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Editions (5th ed.)*. USA: APA.
- Alavi,S.S. , Maracy,M.R., Jannatifard, F. & Eslami,M. (2011) The effect of psychiatric symptoms on the internet addiction disorder in Isfahan's University students, *J Res Med Sci*. 16(6): 793–800.
- Brand ,M., Young ,K.S., Laier,C., Wolfling ,K. & Potenza,M.N. (2016) Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model, *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 71, 252 – 266.
- Blinka , L., Skarupova,K., Sevcikova ,A., Wolfling, K., Muller, K.W. & Dreier,M.(2015) Excessive internet use in European adolescents: What determines differences in severity? *Int J Public Health* 60:249–256

- Block, J.J. (2008) Issues for DSM-V : Internet Addiction, *American Journal of Psychiatry*, 165, 3, 306 – 307.
- Bostwick ,J.M. & Bucci,J.A. (2008) Internet Sex Addiction Treated with Naltrexone , *Mayo Clinic Proceedings*, 83(2) , 226-230.
- Cash ,H., Rae ,C.D., Steel,A.H. & Winkler,A. (2012) Internet Addiction: A Brief Summary of Research and Practice , *Current Psychiatry Reviews*, 8(4), 292-298.
- Chin, F., & Leung, C. H. (2018). The concurrent validity of the internet addiction test (iat) and the mobile phone dependence questionnaire (MPDQ). *PloS one*, 13(6), e0197562.
- Chou,C.,Condron,L. & Belland,J.C. (2005) A Review of the Research on Internet Addiction, *Educational Psychology Review* volume 17, 363–388.
- Dalbudak,E., Evren,C., Aldemir,S. , Coskun, K. S. , Ugurlu, H. & Yildirim,F.G.(2011) Relationship of Internet Addiction Severity with Depression, Anxiety, and Alexithymia, Temperament and Character in University Students, *CYBERPSYCHOLOGY, BEHAVIOR, AND SOCIAL NETWORKING*, 16(4).
- Dib, J. E. , Haddad, C., Sacre, H. , Akel, M., Salameh, P. , Obeid, S. & Hallit, S. (2021) Factors associated with problematic internet use among a large sample of Lebanese adolescents, *BMC Pediatrics*, 21(1), Article number 148.
- Eichenberg ,C., Schott ,M., Decker,O. & Sindelar,B. (2017) Attachment Style and Internet Addiction: An Online Survey, *Journal of Medical Internet Research*, 19(5).
- Feng Y, Ma Y and Zhong Q (2019) The Relationship Between Adolescents' Stress and Internet Addiction: A Mediated-Moderation Model. *Front. Psychol.* 10:2248. doi: 10.3389/fpsyg.2019.02248
- Goldberg,I. (1995) *Internet Addiction Disorder (IAD) - Diagnostic Criteria*, retrieved www.psycom.net/iadcriteria.html.
- Griffiths, M. (2000) Excessive Internet Use: Impications for Sexual Behavior, *Cyberpsychology and Behaviour* , 3 (4) , 537 – 552.
- Griffiths, M. (2000) Internet Addiction – Time to Be Taken Seriously. *Addiction Research*, 8, 413-418.
- Griffiths, M.D., Kuss,D.J., Billieux,J. & Pontes,H.M.(2016) The evolution of Internet addiction: A global perspective, *Addictive Behaviors*, 53, 193-195.
- Ha, Y.-M. & Hwang, W.J. (2014) Gender Differences in Internet Addiction Associated with Psychological Health Indicators among Adolescents Using a National Web-based Survey, *Int J Ment Health Addiction* 12:660–669.
- Huang,X., Li,M. & Tao,R. (2010) Treatment of Internet Addiction ,*Current Psychiatry Reports*, 12, 462–470.

- Johansson, A. & Gotestam, K.G. (2004) Internet addiction: Characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12–18 years), *Scandinavian Journal of Psychology*, 45, 223–229.
- Kaess, M., Parzer, P., Brunner, R., Koenig, J., Durkee, T., Carli, V., Wasserman, C., Hoven, C. W., Sarchiapone, M., Bobes, J., Cosman, D., Várník, A., Reschand, F. & Wasserman, D. (2016) Pathological Internet Use Is on the Rise Among European Adolescents, *Journal of Adolescent Health*, 59, 236e239
- Kaess, M., Durkee, T., Brunner, R., Carli, V., Parzer, P., Wasserman, C., Sarchiapone, M., Hoven, C., Apter, A., Balazs, J., Balint, M., Bobes, J., Cohen, R., Cosman, D., Cotter, P., Fischer, G., Floderus, B., Iosue, M., Haring, C., Kahn, J. P., Musa, G. J., Nemes, B., Postuvan, V., Resch, F., Saiz, P. A., Sisask, M., Snir, A., Varnik, A., Ziberna, J. & Wasserman, D., (2014) Pathological Internet use among European adolescents: psychopathology and self-destructive behaviours, *Europe Children Adolescent Psychiatry* 23:1093–1102.
- Ko, C.-H, Yen, J.-Y., Yen, C.-F., Chen, C.-S & Chen, C.-C. The association between Internet addiction and psychiatric disorder: A review of the literature, *European Psychiatry*, 27(1).
- Kuss, D.J. & Griffiths, M.D. (2011) Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 8, 3528-3552.
- Kuss, D.J. & Griffiths, M.D. (2012) Internet Gaming Addiction: A Systematic Review of Empirical Research *Int J Ment Health Addiction*, 10:278–296.
- Kuss, D.J., Griffiths, M.D. & Binder, J.F. (2013) Internet Addiction in students: PREVALENCE AND RISK FACTORS, *Computers in Human Behavior*, 29(3), 959–966.
- Kuss, D. J., Griffiths, M.D., Karila, L. & Billieux, J. (2014) Internet Addiction: A Systematic Review of Epidemiological Research for the Last Decade. *Current Pharmaceutical Design*, 20.
- Lam, L.T., Peng, Z., Mai, J. & Jing, J. (2009) Factors Associated with Internet Addiction among Adolescents, *CyberPsychology & Behavior*, 12(5).
- Lee, C.S. & McKenzie, K. (2015) Socioeconomic and Geographic Inequalities of Internet Addiction in Korean Adolescents, *Psychiatry Investig.*, 12(4): 559–562.
- Mamun, M. A., & Griffiths, M. D. (2019). The assessment of internet addiction in Bangladesh: Why are prevalence rates so different?. *Asian journal of psychiatry*, 40, 46–47.
- Mihajlov, M. & Vejmelka, L. (2017) INTERNET ADDICTION: A REVIEW OF THE FIRST TWENTY YEARS. *Psychiatria Danubina*, 29(3).
- Mikulincer, M. & Sheffi, E. (2000) Adult Attachment Style and Cognitive Reactions to Positive Affect: A Test of Mental Categorization and Creative Problem Solving *Motivation and Emotion*, 24, 149–174.

- Mikusky ,D. & Abler,B. (2021) When do digital games become a health issue? *Nervenheilkunde*, 40(1), 27 – 34.
- Mishira ,S., Draus ,P., Goreva ,N., Leone,G. & Caputo,D.(2014) The impact of the internet addiction on university students and its effect on subsequent academic success : A survey based study ,*Issues in Information Systems*, 15(1), 344-352.
- Muller,K.W., Glaesmer ,H.,Brahler ,E., Woefling ,K. & Beutel,M.E. (2014) Prevalence of internet addiction in the general population: results from a German population-based survey , *Behaviour and Information Technology*, 33(7), 757- 766.
- Muller, K.W., Janikian, M. , Dreier,M. , Wolfling , K.,Beutel ,M.E., Tzavara ,C., Richardson ,C. & Tsitsika, A. (2015) Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates , *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 24:565–574.
- Musetti, A., Cattivelli, R., Zuglian, P., Terrone, G., Pozzoli, S., Capelli, F., & Castelnuovo, G. (2017). Internet addiction disorder o internet related psychopathology? *Giornale Italiano di Psicologia*, 44(2), 359-382.
- Neverkovich , S., Bubnova, I., Kosarenko ,N., Sakhieva ,R., Sizova ,Z., Zakharova ,V. & Sergeeva,M. (2018) Students' Internet Addiction: Study and Prevention , *EURASIA J Math Sci Tech Ed*, 14(4), 1483-1495.
- Orzack , H. Orzack , D. (1999) Treatment of Computer Addicts with Complex Co – Morbid Psychiatric Disorders , *Cyberpsychology and Behavior* , 2, 465-473.
- Palau, M., Marron, E. M., Viejo-Sobera, R., & Redolar-Ripoll, D. (2017). Neural Basis of Video Gaming: A Systematic Review. *Frontiers in human neuroscience*, 11, 248. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2017.00248>
- Park , S.K., Kim ,J.Y. & Cho,C.B. (2008) Prevalence of Internet Addiction and Correlations with Family Factors Among South Korean Adolescents, *Adolescence* , 43 (172) 895 – 909.
- Park ,N., Kee ,K.F. & Valenzuela,S. (2009) Being immersed in social networking environment: Facebook groups, uses and gratifications, and social outcomes *Cyberpsychology and Behavior*, 12(6), 729 – 733.
- Pratarelli, M. Browne , B. (2002) Confirmatory Factor Analysis of Internet Use and Addiction *Cyberpsychology and Behavior*, 5,53-64.
- Pratarelli, M. E., Browne, B.L. , Johnson, K. (1999) The Bits and Bytes of Computer/ Internet Addiction : A Factor Analysis Approach. *Behavior Research Methods , Instruments , Computers*, 31(2) , 305-314.
- Shek,T.L. , Sun, R.C.F, & Yu,L. (2013) Internet addiction, *Neuroscience in the 21st Century*, 2775 – 2811

- Siomos ,K., Braimiotis ,D., Floros, G., Dafoulis ,V. & Angelopoulos,N. (2010) Insomnia Symptoms Among Greek Adolescent Students with Excessive Computer Use. *Hippokratia*, 14(3), 203-207.
- Siomos, K., Dafouli,E.,Braimiotis,D., Mouzas, O. & Angelopoulos, N. (2008) Internet Addiction among Greek Adolescent Students. *CYBERPSYCHOLOGY & BEHAVIOR*, 11(6).
- Siomos ,K., Dafouli ,E., Braimiotis,D., Mouzas ,D. & Angelopoulos,N. (2008) Internet Addiction Among Greek Adolescent Students , *Cyberpsychol Behaviour* 11(6) 653-657.
- Siomos ,K., Dafoulis ,V., Floros,G. ,Karagiannaki – Kastani ,I & Christianopoulos,K. (2010) Presentation of a Specialized Outpatient Unit for Internet and PC Addiction – First Year of Operations , Results , Recommendations for the Future , *European Psychiatry* , 25(1), 413.
- Siomos ,K., Floros,G., Mouzas,D. & Angelopoulos,N.(2009) Validation of Adolescent Computer Addiction Test at a Greek Sample , *Psychiatriki* , 20 (3) 222-232.
- Siomos, K., Floros, G., Fisoun, V., Evaggelia, D., Farkonas, N., Sergeantani, E., Lamprou, M., & Geroukalis, D. (2012). Evolution of Internet addiction in Greek adolescent students over a two-year period: the impact of parental bonding. *European child & adolescent psychiatry*, 21(4), 211–219. <https://doi.org/10.1007/s00787-012-0254-0>
- Starcevic, V. (2013). Is Internet addiction a useful concept? *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 47(1), 16–19. <https://doi.org/10.1177/0004867412461693>
- Suler,J. (2004) The online disinhibition effect , *Cyberpsychology and Behavior*, 7(3), 321 – 326.
- Tao,R., Huang,X., Wang,J., Zhang,H., Zhang,Y. & Li,M. (2010) , Proposed diagnostic criteria for internet addiction, *Addiction Society for the study of addiction*, 105(3), 381-574.
- Treuer, T. Fabian , Z. Furedi, J. (2001) Internet Addiction Associated with Features of Impulse Control Disorder : Is It a Real Psychiatric Disorder , *Journal of Affective Disorders* , 66 , 283
- Tsimtsiou,Z., Haidich,A.B., Spachos,D., Kokkali,S., Bamidis, P., Dardavesis,T. & Arvanitidou, M. (2015). Internet Addiction in Greek Medical Students: an Online Survey, *Academic Psychiatry*, 39, 300–304.
- Tsitsika ,A, Critselis ,E. & Kormas,G.(2009) Internet Use and Misuse : A Multivariate Regression Analysis of the Predictive Factors of Internet Use Among Greek Adolescents , *European Journal of Paediatrics* , 128 (6), 655-665.
- Tsitsika ,A., Critselis,E., Louizou ,A., Janikian ,M., Freskou ,A., Maragou ,E., Kormas,G. & Kafentzis,D. (2011) Determinants of Internet Addiction Among Adolescents : A Case-Control Study , *Scientific World Journal* 11, 866-874.
- Tsitsika,A. , Janikian, M., Schoenmakers, T. M. , Tzavela, E.C., Olafsson, K., Wojcik, S. Macarie, G.F. , Tzavara, C. & Richardson, C. (2014). Internet Addictive Behavior in Adolescence: A Cross-Sectional Study in Seven European Countries *CYBERPSYCHOLOGY, BEHAVIOR, AND SOCIAL NETWORKING*, 17(8).

- Van Rooij,A., & Prause,N. (2014) A critical review of “Internet addiction” criteria with suggestions for the future , *Journal of Behavioral Addictions*, 3(4), 203 –213.
- Wang, H., Zhou, X., Lu, C., Wu, J., Deng, X., & Hong, L. (2011). Problematic Internet Use in high school students in Guangdong Province, China. *PloS one*, 6(5), e19660. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0019660>
- Wang ,Y.L., Wang ,J.P., Fu,D. (2008) Epidemiological Investigation on Internet Addiction Among Internet Users in Elementary and Middle School Students, *Chin Mental Health J*, 22(9) , 678 – 682.
- Wang,Q.,Tomi,K. &Cai,Y. (2021) The link between problematic internet use, problematic gaming, and psychological distress: does sleep quality matter? *BMC Psychiatry*, 21(1), Article number 103.
- Weinstein, A.M., Feder, K., Rosenberg, K., Dannon, P (2014). *Internet addiction- criteria evidence and treatment*. Chapter 5 pp 99-117 in “Behavioral Addictions: Criteria, Evidence and Treatment” Kenneth Paul Rosenberg and Laura Curtiss Feder (Eds.) Burlington Elsevier Science USA.
- Weinstein , A. & Lejoyeux, M. (2010) Internet addiction or excessive internet use , *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 277 – 283.
- Widyanto,L. & McMurrin,M. (2004) The Psychometric Properties of the Internet Addiction Test , *CyberPsychology and behavior*, 7(4).
- Winther-Kardefelt,D. (2014) A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior*, 31(1), 351 – 354.
- Winkler,A., ,Dörsing ,B., Rief,W., Shen,Y. & Glombiewski,J.A. (2013) Treatment of internet addiction: A meta-analysis, *Clinical Psychology Review*, 33(2), 317-329.
- Wu CY, Lee MB, Liao SC, Chang LR. Risk Factors of Internet Addiction among Internet Users: An Online Questionnaire Survey. *PLoS One*. 13;10(10):e0137506. doi: 10.1371/journal.pone.0137506. PMID: 26462196; PMCID: PMC4603790.
- Xu,J., Shen,L., Yan,C., Hu,H., Yang,F., Wang,L., Kotha,S., Zhang,L., Liao,X. ,Zhang,J., Ouyang,F., Zhang,J. & Shen,X. (2012) Personal characteristics related to the risk of adolescent internet addiction: a survey in Shanghai, China , *BMC Public Health*, 12, Article number: 1106.
- Yee, N. (2006) Motivations for play in online games *Cyberpsychology and Behavior*, 9(6), 772 – 775.
- Young, K.S. (1996) Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder, *Cyberpsychology and Behaviour*, 3, 237-244.

- Young K.S. (1997), *What makes The Internet Addictive: Potential Explanation of Pathological Internet Use*, paper presented at the 105th annual conference of the American Psychological Association, 17-10-1997 Chicago.
- Young K.S. (1998), *Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction and a Winning Strategy for Recovery*, New York: John Willey and Sons Inc
- Young, K.S. (1999), The Research and Controversy Surrounding Internet Addiction, *Cyberpsychology and Behavior*, 2, 381-383.
- Young,K.(2009) Internet Addiction: Diagnosis and Treatment Considerations, *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39, 241–246.
- Young K.S., Rodgers, R.C. (1998), The Relationship Between Depression and Pathological Internet Use, *Cyberpsychology and Behavior*, 1(1), 25-28.
- Young , K.S. & De Abreu, C.N. (2010) *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evalulation and Treatment*. Wiley.
- Zenebe ,Y., Kunno ,K., Mekonnen , M. , Bewuket , A., Birkie,M., Necho , M. , Seid , M., Tsegaw, M. & Akele,B. (2021) Prevalence and associated factors of internet addiction among undergraduate university students in Ethiopia: a community university-based cross sectional study *BMC Psychology*, 9(1), Article number 4.
- Zhou ,Y.,Lin ,F., Du ,Y., Qin ,L. & Zhao, Z. (2011), Gray Matter Abnormalities in Internet Addiction : A Voxel –Based morphometry Study ,*Eur J Radiol* , 79, 92-95.