



ΕΞΑΡΤΗΣΕΙΣ

ΑΘΗΝΑ
ΙΟΥΝΙΟΣ
2020

34

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΓΙΑ ΘΕΜΑΤΑ ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ

EXARTISIS SCIENTIFIC JOURNAL ON ADDICTION ISSUES

ΟΙ ΕΞΑΡΤΗΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ • Η ΔΙΕΘΝΗΣ ΕΜΠΕΙΡΙΑ • ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΤΟΥ ΑΝΑΓΝΩΣΤΗ
DRUG ADDICTION IN GREECE • INTERNATIONAL EXPERIENCE • FOR THE READERS

THE IMPACT OF EARLY MALADAPTIVE SCHEMAS AND TEMPERAMENT IN INTERNET ADDICTION IN YOUNG ADULTS*

VASILIKI MARIA ROUSSOU¹, DIANA CHARILA²

Abstract

Over the past years Internet Addiction has been established as a definition that explains a clinical disorder often required to be treated. Many findings in this research area, have led the American Psychiatry Association to include the diagnosis of Internet Addiction in DSM V. The aim of the present study is to discover the possible relations between Early maladaptive Schemas, Temperament and Internet Addiction. The Young's Schema Questionnaire Short Form ("YSQ- S3", Young J. E., 2003), the Temperament Questionnaire (Strelau) and the Internet Addiction Questionnaire (Φιλιππάκη, T-E. & Γιοβαζολιάς, Θ., 2015) were administered through the Google Form platform. The population of the study consists of 208 young students, between the age of 18 to 30 years old. The results of the study indicate that there is a statistically significant association between the Early Maladaptive Schemas, apart from the Schema of Self- Sacrifice, and Internet Addiction. These results may indicate that the formulation of schemas during early years can be a strong factor of the tendency to use internet. Furthermore, the results indicate that there is a statistically significant relationship between Internet Addiction and all the sub- scales of the Temperament Questionnaire (excitation form, suspension power and mobility of nervous processes). Finally, a positive correlation was found between gender, level of education, self- evaluation of health and Internet Addiction.

Key words: Internet addiction, Early maladaptive schemas, Temperament.

* This paper is part of the master thesis within the master programme Addiction/Addictology.

1 Psychologist, PhD candidate University of Athens, MSc Addiction/Addictology, email: marivily.roussou@gmail.com

2 Dr. of Clinical Psychologist, Laboratory Teaching Staff member, Dept. of Psychology, National and Kapodistrian University of Athens, email: aharila@psych.uoa.gr

Η ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΤΩΝ ΠΡΩΙΜΩΝ ΔΥΣΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΩΝ ΣΧΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΙΔΙΟΣΥΓΚΡΑΣΙΑΣ ΣΤΟΝ ΕΘΙΣΜΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΣΕ ΝΕΑΡΟΥΣ ΕΝΗΛΙΚΕΣ*

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΜΑΡΙΑ ΡΟΥΣΣΟΥ¹, ΝΤΙΑΝΑ ΧΑΡΙΛΑ²

Περίληψη

Τα τελευταία χρόνια ο εθισμός στο διαδίκτυο έχει καθιερωθεί ως ένας ορισμός που εξηγεί μία κλινική διαταραχή που συχνά χρήζει θεραπειάς. Μετά από ποικίλες έρευνες, η Αμερικανική Ψυχιατρική εταιρεία συμπεριέλαβε τη διάγνωση του εθισμού στο διαδίκτυο στο DSM V. Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι να μελετήσει πιθανές συσχετίσεις ανάμεσα στα Πρώιμα Δυσλειτουργικά Σχήματα και την Ιδιοσυγκρασία με τον Εθισμό στο Διαδίκτυο. Χορηγήθηκαν μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας «google forms» τα ερωτηματολόγια Young's Schema Questionnaire Short Form ("YSQ- S3", Young J. E., 2003), ερωτηματολόγιο Ιδιοσυγκρασίας (Strelau) και το ερωτηματολόγιο εθισμού στο διαδίκτυο (Φιλιππάκη, Τ-Ε. & Γιοβαζολιάς, Θ., 2015). Το δείγμα αποτελείται από 208 φοιτητές ηλικίας 18 έως 30 ετών. Τα αποτελέσματα της έρευνας υποδεικνύουν πως υπάρχει στατιστικά σημαντική συσχέτιση με τα Πρώιμα Δυσλειτουργικά Σχήματα, εκτός από της Αυτοθυσίας, και τον εθισμό στο διαδίκτυο. Αυτό μπορεί να αποδεικνύει ότι τα μορφοποιημένα σχήματα από νεαρή ηλικία μπορεί να αποτελούν μία τάση του ατόμου για υπερβολική χρήση του διαδικτύου. Επιπλέον, αναδεικνύεται στατιστικώς σημαντική συνάφεια ανάμεσα στον εθισμό στο διαδίκτυο και όλες τις υποκλίμακες του Ερωτηματολογίου Ιδιοσυγκρασίας Ενηλίκων (Δύναμη Διέγερσης, Δύναμη Αναστολής και Κινητικότητα Νευρικών Διαδικασιών). Τέλος, θετική συνάφεια βρέθηκε ανάμεσα στο φύλο, το επίπεδο σπουδών και την αυτό-αξιολόγηση της υγείας με τον εθισμό στο διαδίκτυο.

Λέξεις κλειδιά: Εθισμός στο διαδίκτυο, Πρώιμα Δυσλειτουργικά Σχήματα, Ιδιοσυγκρασία.

* Το παρόν άρθρο αποτελεί μέρος της διπλωματική εργασίας στο πλαίσιο του μεταπτυχιακού προγράμματος Αντιμετώπιση Εξαρτήσεων/ Εξαρτησιολογία.

1 Ψυχολόγος, Υποψήφια Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών, MSc Αντιμετώπιση Εξαρτήσεων/ Εξαρτησιολογία, email: marivily.roussou@gmail.com

2 Ψυχολόγος, Διδάκτωρ Κλινικής Ψυχολογίας, Μέλος ΕΔΙΠ ΕΚΠΑ, email: aharila@psych.uoa.gr

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Πρώιμα δυσλειτουργικά σχήματα

Ο Young (1990) υποστήριξε ότι ορισμένα σχήματα, κυρίως αυτά που δημιουργούνται στα πρώιμα στάδια της ζωής ως αποτέλεσμα τοξικών εμπειριών της παιδικής ηλικίας, αποτελούν τον πυρήνα των διαταραχών προσωπικότητας αλλά και πολλών χρόνιων διαταραχών του Άξονα Ι του DSM IV (Ευσταθίου και συν., 2014, σελ. 58-62). Έτσι, σύμφωνα με τον Young αναπτύχθηκε η θεωρία των Πρώιμων Δυσλειτουργικών Σχημάτων (ΠΔΣ). Τα ΠΔΣ είναι «διάχυτες συναισθηματικές και γνωστικές δομές που αναπτύσσονται κατά την παιδική ηλικία ενός ατόμου, ως αντίδραση σε τοξικές εμπειρίες, και επαναλαμβάνονται καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής του» (Hawke & Provencher, 2011, σελ. 7). Στην παιδική ηλικία τα σχήματα παίζουν καθοριστικό ρόλο προκειμένου το παιδί να καταφέρει να ανταπεξέλθει σε δυσκολίες και ταυτόχρονα διαμορφώνουν τον τρόπο με τον οποίο σκέφτεται, αισθάνεται, αντιδρά και σχετίζεται με τους γύρω του (Καλαντζή, 2016).

Στην ουσία, τα ΠΔΣ είναι αυτοπροστατευτικοί, αλλά ταυτόχρονα και δυσπροσαρμοστικοί τρόποι σκέψης, που δημιουργούνται ως αποτέλεσμα των δυσμενών εμπειριών και επηρεάζουν το συναίσθημα και τη συμπεριφορά του ατόμου (Fard et al., 2014). Σύμφωνα με τον Young et al. (2008) τα ΠΔΣ δημιουργούνται όταν δεν καλύπτονται οι πυρηνικές ανάγκες της παιδικής ηλικίας, όπως η ασφαλής προσκόλληση, η αποδοχή, η ελευθερία έκφρασης αναγκών, η ευαίσθητη επιβολή ορίων, η δημιουργία δεσμού, η αυτονομία, η χαρά, η αυτοεκτίμηση και η συνέπεια.

Τα πρώιμα δυσλειτουργικά σχήματα είναι δεκαοχτώ και χωρίζονται σε πέντε κατηγορίες: στην κατηγορία της **αποσύνδεσης και απόρριψης** (εγκατάλειψη / αστάθεια, καχυποψία / κακοποίηση, συναισθηματική στέρηση, ελαττωματικότητα / ντροπή και κοινωνική απομόνωση), στην κατηγορία της **ανεπαρκούς αυτονομίας και απόδοσης** (εξάρτηση / ανικανότητα, ευαλωτότητα, υπερεμπλοκή / ελλειμματικός εαυτός, αποτυχία), στην κατηγορία των **ανεπαρκών ορίων** (αυτονόητο δικαίωμα / σχήμα μεγαλείου, ανεπαρκής αυτοέλεγχος / αυτοπειθαρχία), στην κατηγορία **προσανατολισμός στους άλλους** (Υποτακτικότητα, Αυτοθυσία, Αναζήτηση Επιδοκμασίας / Αναγνώρισης), στην κατηγορία της **υπερεπαγρύπνισης και αναστολής** (αρνητικότητα / απαισιοδοξία, συναισθηματική αναστολή, ανελαστικά πρότυπα / υπερεπικριτικότητα, τιμωρητικότητα) (Young et al., 2008).

Στη λειτουργία των σχημάτων, παρουσιάζεται η διαιώνιση και η ίαση του σχήματος. Σύμφωνα με τελευταία δεδομένα, θεωρείται ότι τα 18 ΠΔΣ κατηγοριοποιούνται σε τέσσερις κατηγορίες και όχι σε πέντε όπως θεωρείτο στο παρελθόν. Συγκεκριμένα, οι τέσσερις αυτές κατηγορίες είναι 1) Αποσύνδεση και Απόρριψη, 2) Μειωμένη Αυτονομία και Επίδοση, 3) Υπερ-υπευθυνότητας και Υψηλών Προτύπων, 4) Ανεπαρκών Ορίων (Bach et. Al., 2017).

Ιδιοσυγκρασία

Από την αρχαιότητα το ενδιαφέρον στη μελέτη των ατομικών διαφορών της προσωπικότητας στράφηκε στους βιολογικούς-έμφυτους συντελεστές της. Παρότι η έννοια της «ιδιοσυγκρασίας» χρησιμοποιείται ευρέως στην ψυχολογία, είναι δύσκολο να ορίσει κανείς με ακρίβεια το περιεχόμενό της.

Στη σύγχρονη εποχή, η επιστημονική θεώρηση της ιδιοσυγκρασίας συνδέεται κυρίως με το έργο του Ρανλον (1927), κατά τον οποίο η ιδιοσυγκρασία αποτελείται από τρία χαρακτηριστικά που εδράζονται στις λειτουργίες του Κεντρικού Νευρικού Συστήματος (ΚΝΣ).

- 1) Η δύναμη διέγερσης (ΔΔ) που αναφέρεται στην ικανότητα του ΚΝΣ να λειτουργεί σωστά. Η προστατευτική ανεξάρτητη αναστολή, προστατεύει το νευρικό σύστημα από τη διέγερση που υπερβαίνει τις δυνατότητές του. Έτσι, π.χ. ένα άτομο τείνει να αναλαμβάνει δραστηριότητες κάτω από επικίνδυνες συνθήκες, συνεχίζει και ολοκληρώνει μία ενέργεια έστω και κάτω από συνθήκες πίεσης, αντέχει στην κούραση κ.λπ.
- 2) Η δύναμη αναστολής (ΔΑ) που αναφέρεται στην εξαρτημένη αναστολή, που αποκτιέται μέσα από διαδικασίες μάθησης στην πορεία της οντογένεσης. Π.χ. ένα άτομο αποσύρεται εύκολα από συμπεριφορές που, για κοινωνικούς λόγους, δεν είναι προσδοκώμενες ή επιθυμητές, ή διακόπτει κάτι που έχει αρχίσει, όταν αυτό είναι αναγκαίο.
- 3) Η κινητικότητα των νευρικών διεργασιών (ΚΝΔ). Έτσι ορίζεται η ιδιότητα του ΚΝΣ για ικανοποιητική αντίδραση στις συνεχείς αλλαγές του περιβάλλοντος. Συστατικά της ιδιότητας αυτής είναι π.χ. η ικανοποιητική αντίδραση σε απροσδόκητες αλλαγές του περιβάλλοντος, η εύκολη μετάβαση από τη μία δραστηριότητα στην άλλη, η εύκολη και επαρκής προσαρμογή σε καινούργια δεδομένα κλπ.

Πέρα από αυτές, ο Ρανλον ονόμασε και άλλη μία, την ισορροπία μεταξύ της δύναμης διέγερσης και της δύναμης αναστολής. Δεν θεωρείται αυτόνομη, αλλά επακόλουθο του τρόπου συσχέτισης των ΔΔ και ΔΑ σε κάθε άτομο.

Πρώιμα Δυσλειτουργικά Σχήματα και Ιδιοσυγκρασία

Σύμφωνα με τον Young (2003), η ιδιοσυγκρασία του παιδιού παίζει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη των σχημάτων, καθώς μία ακραία ιδιοσυγκρασία αυξάνει τις πιθανότητες του παιδιού να εκτεθεί σε μία αποτρεπτική γονική ανατροφή ή ακόμη και να παραμερίσει ένα συνηθισμένο περιβάλλον.

Ποικίλες έρευνες έχουν συνδέσει τα ΠΔΣ με την Ιδιοσυγκρασία και με το μοντέλο των 5 παραγόντων της προσωπικότητας, το οποίο αναφέρεται σε 5 γενικές διαστάσεις της προσωπικότητας: τον νευρωτισμό (μία γενική τάση του ατόμου να βιώνει δυσάρεστα συναισθήματα), την εξωστρέφεια (ατομικές διαφορές στην επιλογή κοινωνικών δραστηριοτήτων και αλληλεπιδράσεων), την ειλικρίνεια (η δεκτικότητα σε νέες ιδέες και εμπειρίες), την τερπνότητα (συμπονετική, εμπιστευτική στάση προς τους άλλους) και την ευσυνειδησία (ατομικές διαφορές στην οργάνωση και στη συμπεριφορά που θέτει στόχους) (Muris, 2006; Thimm 2010). Τα αποτελέσματα, αναδεικνύουν τη συσχέτιση των ΠΔΣ με το νευρωτισμό, με την εξωστρέφεια, την τερπνότητα, την ειλικρίνεια και την ευσυνειδησία. Το σχήμα της αυτοθυσίας είχε θετική συσχέτιση με την τερπνότητα, ενώ το σχήμα της ευαλωτότητας είχε θετική συσχέτιση με την ειλικρίνεια. Τέλος, παρατηρείται συσχέτιση της Ιδιοσυγκρασίας με τα σχήματα ευαλωτότητας, κοινωνικής απομόνωσης και ατέλειας. Ταυτόχρονα, φαίνεται πως η αποφυγή βλάβης έχει θετική συσχέτιση με τα περισσότερα ΠΔΣ, συμπεριλαμβανομένων της συναισθηματικής στήριξης, της εξάρτησης, ελαττωματικότητας, αποτυχίας, υποδούλωσης και αυτόθυσίας (Atalay et al., 2013).

Ορισμός εθισμού στο διαδίκτυο

Το διαδίκτυο από μόνο του αποτελεί μία ουδέτερη συσκευή που είχε αρχικά κατασκευαστεί για να διευκολύνει την έρευνα στους ακαδημαϊκούς και στρατιωτικούς οργανισμούς (Young, 2004). Η χρήση των ηλεκτρονικών υπολογιστών και του διαδικτύου αποτελεί πλέον αναπόσπαστο κομμάτι της σύγχρονης κοινωνίας, ενώ η διάδοσή του ήταν άμεση. Παρόλ' αυτά, ο τρόπος με τον οποίο κάποιοι άνθρωποι χειρίζονταν αυτό το μέσο επικοινωνίας και έρευνας, άρχισε να ανησυχεί τον τομέα της ψυχικής υγείας και έτσι ξεκίνησε η συζήτηση γύρω από τον εθισμό στο διαδίκτυο (Young, 2004). Ο όρος Διαταραχή του Εθισμού στο Διαδίκτυο (Internet Addiction Disorder) χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά από τον Ivan Goldberg, ο οποίος χρησιμοποίησε τα κριτήρια του DSM-IV για τον εθισμό στις ουσίες, αντικαθιστώντας τον όρο «ουσία» με αυτόν του «διαδικτύου» και περιέγραψε τη δυσκολία σωστής χρήσης του διαδικτύου, η οποία οδηγεί σε σημαντική κλινική εξασθένηση ή δυσλειτουργία παρόμοια με αυτή των εξαρτησιογόνων ουσιών (Goldberg, 1996). Η Kimberly Young (1999) χρησιμοποίησε τον όρο παθολογική χρήση του διαδικτύου (Pathological Internet Use) βασισμένη σε κοινά χαρακτηριστικά ανάμεσα στην παθολογική χρήση του διαδικτύου και στον παθολογικό τζόγο. Θεώρησε, ότι η παθολογική χρήση του διαδικτύου καλύπτει ένα αριθμό συμπεριφορών και προβλημάτων ελέγχου-παρώθησης και διέκρινε πέντε υποκατηγορίες εθισμού στο διαδίκτυο (ιστοσελίδες σεξουαλικού περιεχομένου, εικονικές διαδικτυακές σχέσεις, εξαναγκαστικά πάθη, καταναγκαστικές αναζητήσεις πληροφοριών στο διαδίκτυο, εθισμό στη χρήση Η/Υ) (Young, 1999).

Σήμερα η εξάρτηση από το διαδίκτυο δεν αποτελεί μια αυτόνομη κλινική οντότητα που να συμπεριλαμβάνεται επισήμως σε διαγνωστικούς οδηγούς, με αποτέλεσμα την ύπαρξη μίας ποικιλίας ονομάτων και ορισμών. Στο DSM-5 της Αμερικάνικης Ψυχιατρικής Εταιρείας (DSM, 2013), η διαταραχή διαδικτυακών παιχνιδιών (αποτελεί υποκατηγορία του εθισμού στο διαδίκτυο) έχει συμπεριληφθεί στην τρίτη κατηγορία, όπου βρίσκονται οι διαγνώσεις για περαιτέρω έρευνα (Φιλιδόγλου & Αγγελή, 2016).

Πρώιμα Δυσλειτουργικά Σχήματα και εθισμός στο διαδίκτυο

Υπάρχει πληθώρα ερευνών οι οποίες έχουν συνδέσει τα ΠΔΣ και την ψυχοπαθολογία στον ενήλικο πληθυσμό με το άγχος, την κατάθλιψη και τις διαταραχές προσωπικότητας (Bach et al., 2017; Tremblay & Dozois, 2009; Brotchie, 2004). Επιπλέον, ποικίλες έρευνες έχουν συνδέσει τα ΠΔΣ με τη χρήση ουσιών (Tremblay & Dozois, 2009). Ωστόσο, ελάχιστα είναι τα ερευνητικά δεδομένα που έχουν εστιάσει στη σύνδεση των ΠΔΣ με τον εθισμό το διαδίκτυο. Έρευνα των Shajari και συνεργατών (2016) που μελετά τη σχέση ανάμεσα στα ΠΔΣ και τον εθισμό στο διαδίκτυο, ανέδειξε τη συσχέτιση ανάμεσα στον εθισμό στο διαδίκτυο και στους 5 τομείς των ΠΔΣ (αποσύνδεση και απόρριψη, ανεπαρκής αυτονομία και επίδοση, ανεπαρκή όρια, προσανατολισμός στους άλλους, υπεραγρύπνιση / αναστολή). Μεγαλύτερη συσχέτιση παρατηρήθηκε στον τομέα σχημάτων «προσανατολισμός στους άλλους», ακολουθούν η μειωμένη αυτονομία και επίδοση, η υπεραγρύπνιση / αναστολή, η αποσύνδεση και απόρριψη και τελευταία τα ανεπαρκή όρια. Ιδιαίτερης σημασίας είναι το σχήμα της θυσίας, το οποίο παρουσιάζει μία «επικάλυψη» με την παθολογική χρήση του διαδικτύου, κάτι που δείχνει ότι τα άτομα αυτά χαρακτηρίζονται από το σχήμα «αναζήτησης αποδοχής». Έτσι, μπορεί να

πάρουν οποιοδήποτε μέτρο χρειαστεί προκειμένου να ικανοποιήσουν τις ανάγκες τους (φόβος εγκατάλειψης, αίσθημα αξίας που επηρεάζεται από τους άλλους), όπως την υπερβολική- παθολογική χρήση του διαδικτύου (Shajari et al., 2016). Τέλος, η συγκεκριμένη έρευνα τονίζει πως ο Εθισμός στο Διαδίκτυο αποτελεί μία στρατηγική αποφυγής της έντονης δυσφορίας που μπορεί να προκαλούν συγκεκριμένα ΠΔΣ στο άτομο. Όταν τα Σχήματα αυτά είναι ενεργοποιημένα σε συγκεκριμένες χρονικές περιόδους και το άτομο δεν γνωρίζει λειτουργικούς τρόπους αντιμετώπισής τους, τότε η προβληματική χρήση του διαδικτύου μπορεί να αποτελεί ένα βραχυπρόθεσμο τρόπο «αντιμετώπισης» αυτής της δυσφορίας.

Ιδιοσυγκρασία και εθισμός στο διαδίκτυο

Ποικίλες έρευνες έχουν εστιάσει στη σύνδεση της ιδιοσυγκρασίας με εθιστικές συμπεριφορές και κυρίως με τον αλκοολισμό και το κάπνισμα (Howard, Kivlahan & Walker, 1997; Wills, Vaccaro, & McNamara, 1994; Masse & Tremblay, 1997; Etter, 2010; Ravaja et al., 2001). Παρόλ' αυτά, η μελέτη της σχέσης της ιδιοσυγκρασίας με τη χρήση του διαδικτύου στη διεθνή βιβλιογραφία είναι εξαιρετικά περιορισμένη. Έρευνα των Zappulla και συνεργατών (2014) ανέδειξε πως η ικανότητα του διαδικτύου να αλλάζει αρνητικά τη ζωή ενός ατόμου, μπορούσε να προβλεφθεί τόσο από την ιδιοσυγκρασία (ως έλλειψη ελέγχου) όσο και από τα χαμηλά επίπεδα οικογενειακής συναισθηματικής εμπλοκής. Επιπλέον, φάνηκε πως οι αρνητικές επιδράσεις του διαδικτύου ήταν λιγότερες όταν η συναισθηματική εμπλοκή της οικογένειας ήταν υψηλή και το αντίστροφο όταν η συναισθηματική εμπλοκή της οικογένειας ήταν χαμηλή (Zappulla et al., 2014). Επιπλέον, έρευνα των Ozturk και συνεργατών (2013) έδειξε πως οι δυσθυμικοί, οι κυκλοθυμικοί, οι υπέρ-θυμικοί, οι ευερέθιστοι, οι αγχώδεις ιδιοσυγκρασίες, είχαν υψηλά ποσοστά στην κλίμακα εθισμού στο διαδίκτυο (Ozturk et al., 2013).

ΣΚΟΠΟΙ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

Η παρούσα έρευνα σκοπεύει να διερευνήσει εάν και κατά πόσον τα Πρώιμα Δυσλειτουργικά Σχήματα, σε συνδυασμό με την Ιδιοσυγκρασία, μπορούν να ενισχύσουν την αυξημένη χρήση του διαδικτύου από άτομα νεαρής ηλικίας.

Η ιδιοσυγκρασία μπορεί να προβλέψει τη δυσλειτουργική χρήση του διαδικτύου σε νεαρούς ενήλικες. Περιορισμένες είναι οι έρευνες που διερευνούν την υπερβολική χρήση του διαδικτύου σε συνδυασμό με τα ΠΔΣ και την Ιδιοσυγκρασία, τόσο στην ελληνική όσο και στη διεθνή βιβλιογραφία. Η διερεύνηση των δύο παραπάνω παραγόντων σε σχέση με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου, φαίνεται να πραγματοποιείται για πρώτη φορά και αναμένεται να ρίξει φως στην κατανόηση της προβληματικής χρήσης του διαδικτύου.

ΜΕΘΟΔΟΣ

Δείγμα

Το δείγμα της έρευνας αποτελείται από 208 φοιτητές ηλικίας 18 έως 30 ετών ($M = 24,23$, $SD = 3,32$), με την πλειοψηφία να είναι γυναίκες (77,9%). Οι περισσότεροι συμμετέχοντες

βρίσκονται στο προπτυχιακό επίπεδο σπουδών (72,6%) και η οικονομική τους στήριξη προέρχεται κυρίως από τους γονείς τους (51,4%).

Ερευνητικά εργαλεία

Για να επιτευχθεί ο στόχος της έρευνας, χρησιμοποιήθηκαν κατάλληλα ερωτηματολόγια, με τα οποία αξιολογούνται ποιοτικά και ποσοτικά οι προαναφερθείσες καταστάσεις. Συγκεκριμένα, χρησιμοποιήθηκε ένα αυτοσχέδιο ερωτηματολόγιο δημογραφικών στοιχείων, που αφορούσε στο φύλο των συμμετεχόντων, την ηλικία, τη σχολή-τμήμα φοίτησης, το μορφωτικό επίπεδο, τις πηγές οικονομικής στήριξης, την οικογενειακή κατάσταση, την περιοχή κατοικίας, τον τόπο καταγωγής, την οικογενειακή κατάσταση γονέων, εάν οι γονείς είναι εν ζωή, το μορφωτικό επίπεδο γονέων, τη σειρά γέννησης, παρελθούσες ψυχολογικές δυσκολίες, παρελθόντα νοσήματα, παρούσα κατάσταση υγείας.

Χρησιμοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο των Σχημάτων (Young Schema Questionnaire Short Form [YSQ-S3] [3rd ed]). Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 232 δηλώσεις, ε τις οποίες αξιολογούνται 18 σχήματα. Η συνοπτική μορφή του YSQ (YSQ-S3), αποτελείται από 90 δηλώσεις που επίσης αξιολογούν και τα 18 σχήματα. Ο εξεταζόμενος αξιολογεί τον βαθμό στον οποίο οι δηλώσεις αυτές το περιγράφουν, ε τη χρήση μιας εξάβαθρης κλίμακας Likert (1 = δεν ισχύει καθόλου και 6 = ε περιγράφει τέλεια), ενώ παρέχονται και τιμές ουδοί προκειμένου να είναι εφικτή η αξιολόγηση της βαθμολογίας του ατόμου σε κάθε σχήμα ως χαμηλή, μέτρια, υψηλή ή πολύ υψηλή.

Το ερωτηματολόγιο Ιδιοσυγκρασίας κατά Παβλώφ (Pavlovian Temperament Survey [PTS]), (Strelau & Angleitner, 1994; Strelau, Angleitner, Bantelmann & Ruch, 1990), το οποίο αποτελείται από 60 δηλώσεις που αξιολογούν διάφορες πλευρές της ιδιοσυγκρασίας. Ο εξεταζόμενος αξιολογεί τον βαθμό στον οποίο οι δηλώσεις αυτές τον περιγράφουν (1 = συμφωνώ απολύτως, 2 = μάλλον συμφωνώ, 3 = μάλλον διαφωνώ, 4 = διαφωνώ εντελώς).

Τέλος, χορηγήθηκε το ερωτηματολόγιο για τον Εθισμό στο Διαδίκτυο, στο οποίο οι συμμετέχοντες καλούνταν να απαντήσουν σε 20 ερωτήσεις, αξιολογώντας τον βαθμό στον οποίο τους αντιπροσωπεύουν σε μία πεντάβαθμη κλίμακα (1 = καθόλου, 2 = σπάνια, 3 = περιστασιακά, 4 = συχνά, 5 = πάντα), (Φιλιππάκη, Τ-Ε. & Γιοβαζολιάς, Θ., 2015).

Ο συντελεστής αξιοπιστίας alpha Cronbach των υποκλιμάκων του Ερωτηματολογίου Σχημάτων του Young (YSQ-S3) κυμαίνεται σε μέτρια με υψηλά επίπεδα (από 0,69 έως 0,91), για τις υποκλίμακες του Ερωτηματολογίου Ιδιοσυγκρασίας Ενηλίκων κυμαίνεται σε υψηλά επίπεδα (από 0,71 έως 0,79), ενώ το ίδιο ισχύει και για το Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο ($\alpha = 0,89$).

ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΗΣ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑΣ

Chronbach a*Ερωτηματολόγιο Σχημάτων του Young (YSQ-S3)*

Συναισθηματική Στέρση	0,86
Εγκατάλειψη / Αστάθεια	0,86
Καχυποψία / Κακοποίηση	0,85
Κοινωνική Απομόνωση / Αποξένωση	0,87
Ελαττωματικότητα / Ντροπή	0,91
Αποτυχία	0,91
Εξάρτηση / Ανικανότητα	0,81
Ευαλωτότητα	0,77
Μη Ανεπτυγμένος Εαυτός	0,69
Υποτακτικότητα	0,80
Αυτοθυσία	0,81
Συναισθηματική Αναστολή	0,89
Ανελαστικά Πρότυπα / Υπερβολική Κριτική	0,75
Αυτονόητο Δικαίωμα / Μεγαλείο	0,70
Ανεπαρκής Αυτοέλεγχος / Αυτοπειθαρχία	0,80
Αναζήτηση Επιδοκμασίας / Αναγνώρισης	0,77
Αρνητισμός	0,85
Τιμωρητικότητα	0,80

Ερωτηματολόγιο Ιδιοσυγκρασίας Ενηλίκων

Δύναμη Διέγερσης	0,79
Δύναμη Αναστολής	0,78
Κινητικότητα Νευρικών Διαδικασιών	0,71

Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο

Συνολικό σκορ	0,89
---------------	------

Τα ερωτηματολόγια αυτά διανεμήθηκαν μέσω ηλεκτρονικής φόρμας (google forms) για την καλύτερη και ταχύτερη ανταπόκριση των συμμετεχόντων καθώς και για τη διευκόλυνση της επεξεργασίας των δεδομένων. Τα αποτελέσματα των ερωτηματολογίων που ανακτήθηκαν, αναλύθηκαν με το λογισμικό στατιστικής επεξεργασίας SPSS και τα αποτελέσματα παρουσιάζονται αναλυτικότερα παρακάτω, σε πίνακες.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στον Πίνακα 1 παρουσιάζονται οι μέσοι όροι, οι τυπικές αποκλίσεις, η ελάχιστη και μέγιστη τιμή της βαθμολογίας των συμμετεχόντων της έρευνας στο Ερωτηματολόγιο Σχημάτων του Young (YSQ-S3), στο Ερωτηματολόγιο Ιδιοσυγκρασίας Ενηλίκων και στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1. ΜΕΣΟΣ ΟΡΟΣ, ΤΥΠΙΚΗ ΑΠΟΚΛΙΣΗ, ΕΛΑΧΙΣΤΗ ΚΑΙ ΜΕΓΙΣΤΗ ΤΙΜΗ ΤΗΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΤΩΝ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΣΤΑ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΑ ΠΟΥ ΧΟΡΗΓΗΘΗΚΑΝ

<i>Ερωτηματολόγιο Σχημάτων του Young (YSQ-S3)</i>	<i>N</i>	<i>M.O.</i>	<i>S.D.</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>
Συναισθηματική Στέρση	208	10,79	5,76	5,0	27,0
Εγκατάλειψη / Ασάθεια	208	12,86	5,87	5,0	30,0
Καχυποψία / Κακοποίηση	208	11,93	5,72	5,0	29,0
Κοινωνική Απομόνωση / Αποξένωση	208	11,09	5,78	5,0	29,0
Ελαττωματικότητα / Ντροπή	208	8,26	4,92	5,0	29,0
Αποτυχία	208	9,58	5,56	5,0	28,0
Εξάρτηση / Ανικανότητα	208	9,25	4,34	5,0	27,0
Ευαλωτότητα	208	10,23	4,77	5,0	28,0
Μη Ανεπτυγμένος Εαυτός	208	9,60	4,08	5,0	24,0
Υποτακτικότητα	208	10,02	4,47	5,0	24,0
Αυτοθυσία	208	16,33	5,32	6,0	30,0
Συναισθηματική Αναστολή	208	12,84	6,46	5,0	30,0
Ανελαστικά Πρότυπα / Υπερβολική Κριτική	208	17,18	5,28	5,0	30,0
Αυτονόητο Δικαίωμα / Μεγαλείο	208	13,49	4,76	5,0	29,0
Ανεπαρκής Αυτοέλεγχος / Αυτοπειθαρχία	208	13,01	5,39	5,0	30,0
Αναζήτηση Επιδοκίμασίας / Αναγνώρισης	208	13,43	4,87	5,0	26,0
Αρνητισμός	208	13,14	6,11	5,0	30,0
Τιμωρητικότητα	208	12,38	5,14	5,0	29,0

<i>Ερωτηματολόγιο Ιδιοσυγκρασίας Ενηλίκων</i>	<i>N</i>	<i>M.O.</i>	<i>S.D.</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>
Δύναμη Διέγερσης	208	53,24	7,83	26,0	72,0
Δύναμη Αναστολής	206	42,67	7,81	23,0	65,0
Κινητικότητα Νευρικών Διαδικασιών	208	42,09	8,91	23,0	73,0

<i>Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο</i>	<i>N</i>	<i>M.O.</i>	<i>S.D.</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>
Συνολικό σκορ	208	41,32	11,97	20,0	76,0

Προκειμένου να διερευνηθεί αν τα δημογραφικά και κοινωνικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων της έρευνας επηρεάζουν τη βαθμολογία τους στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο εφαρμόστηκε το κριτήριο t για ανεξάρτητα δείγματα, η Μονής Κατεύθυνσης Ανάλυση της Διακύμανσης (One Way Analysis of Variance) και ο δείκτης συνάφειας Pearson r .

Ο έλεγχος των μέσων όρων με το κριτήριο t για ανεξάρτητα δείγματα έδειξε ότι η βαθμολογία στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο συνδέεται σημαντικά με το φύλο των συμμετεχόντων. Ειδικότερα, οι άντρες του δείγματος ($M = 44,61$, $SD = 11,36$) έλαβαν υψηλότερη βαθμολογία στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο από ότι οι γυναίκες του δείγματος ($M = 40,39$, $SD = 12,01$), $t(233) = 2,13$, $p < 0,05$.

Προκειμένου να διερευνηθεί αν οι συμμετέχοντες που βρίσκονται σε διαφορετικό επίπεδο σπουδών διαφέρουν ως προς τη βαθμολογία τους στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο

Διαδίκτυο τα δεδομένα υποβλήθηκαν σε Μονής Κατεύθυνσης Ανάλυση της Διακύμανσης (One Way Analysis of Variance). Ο έλεγχος της ομοιογένειας της διασποράς με το κριτήριο του Levene κατέληξε σε στατιστικώς ασήμαντο αποτέλεσμα, $F(2, 205) = 0,42$, $p = 0,656$. Οι συμμετέχοντες που βρίσκονται σε διαφορετικό επίπεδο σπουδών διέφεραν στατιστικώς σημαντικά ως προς τη βαθμολογία που έλαβαν στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο, $F(2, 205) = 5,59$, $p < 0,01$. Συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες που βρίσκονται σε προπτυχιακό επίπεδο σπουδών είχαν μέσο όρο 42,85 (SD = 11,78), οι συμμετέχοντες που είναι μεταπτυχιακοί φοιτητές είχαν μέσο όρο 36,38 (SD = 11,35) και τέλος οι συμμετέχοντες που βρίσκονται σε διδακτορικό επίπεδο σπουδών είχαν μέσο όρο 42,00 (SD = 12,48). Από τις πολλαπλές κατά ζεύγη συγκρίσεις με το post hoc κριτήριο του Tukey προέκυψε ότι οι συμμετέχοντες που βρίσκονται σε προπτυχιακό επίπεδο σπουδών έχουν στατιστικώς σημαντικά υψηλότερο μέσο όρο στη βαθμολογία τους στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο σε σύγκριση με τους μεταπτυχιακούς φοιτητές του δείγματος.

Στη συνέχεια, διερευνήθηκε η ύπαρξη συνάφειας μεταξύ της βαθμολογία των συμμετεχόντων στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο και της ηλικίας, της σειράς γέννησης και του αριθμού των αδελφών που έχουν, με τη χρήση του δείκτη συνάφειας Pearson r , όπου βρέθηκε στατιστικώς σημαντική αρνητική συνάφεια ανάμεσα στη βαθμολογία στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο και στην ηλικία των συμμετεχόντων ($r = -0,21$, $p < 0,01$).

Προκειμένου να διερευνηθεί αν οι συμμετέχοντες που αξιολογούν διαφορετικά την κατάσταση της υγείας τους διαφέρουν ως προς τη βαθμολογία τους στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο τα δεδομένα υποβλήθηκαν σε Μονής Κατεύθυνσης Ανάλυση της Διακύμανσης (One Way Analysis of Variance).

Ο έλεγχος της ομοιογένειας της διασποράς με το κριτήριο του Levene κατέληξε σε στατιστικώς ασήμαντο αποτέλεσμα, $F(3, 204) = 2,60$, $p = 0,114$. Οι συμμετέχοντες που αξιολογούν διαφορετικά την κατάσταση της υγείας τους διέφεραν στατιστικώς σημαντικά ως προς τη βαθμολογία που έλαβαν στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο, $F(3, 204) = 5,65$, $p < 0,01$. Συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες που αξιολογούν την υγεία τους ως πολύ κακή έχουν μέσο όρο 33,14 (SD = 9,02), οι συμμετέχοντες που την αξιολογούν ως «ούτε κακή ούτε καλή» έχουν μέσο όρο 47,50 (SD = 17,06), οι συμμετέχοντες που την αξιολογούν ως καλή έχουν μέσο όρο 41,97 (SD = 10,55) και οι συμμετέχοντες που την αξιολογούν ως πολύ καλή έχουν μέσο όρο 41,29 (SD = 11,71). Από τις πολλαπλές κατά ζεύγη συγκρίσεις με το post hoc κριτήριο του Tukey προέκυψε ότι οι συμμετέχοντες που αξιολογούν την κατάσταση της υγείας τους ως πολύ κακή έχουν στατιστικώς σημαντικά χαμηλότερο μέσο όρο στη βαθμολογία τους στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο σε σύγκριση με τους συμμετέχοντες που την αξιολογούν ως «ούτε κακή ούτε καλή» ($p < 0,05$), τους συμμετέχοντες που την αξιολογούν ως καλή ($p < 0,05$) και τους συμμετέχοντες που την αξιολογούν ως πολύ καλή ($p < 0,05$).

Στη συνέχεια διερευνήθηκε η ύπαρξη συνάφειας μεταξύ της βαθμολογία των συμμετεχόντων στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο και της βαθμολογίας τους στο Ερωτηματολόγιο Σχημάτων του Young (YSQ-S3), με τη χρήση του δείκτη συνάφειας Pearson r (βλ. Πίνακα 6).

Βρέθηκε στατιστικώς σημαντική θετική συνάφεια ανάμεσα στη βαθμολογία των συμμετεχόντων στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο και όλες τις υποκλίμακες του Ερωτηματολογίου Σχημάτων του Young (YSQ-S3), εκτός της υποκλίμακας της Αυτοθυσίας: *Συναισθηματική Στέρηση* ($r = 0,24, p < 0,01$), *Εγκατάλειψη / Αστάθεια* ($r = 0,39, p < 0,01$), *Καχυποψία / Κακοποίηση* ($r = 0,26, p < 0,01$), *Κοινωνική Απομόνωση / Αποξένωση* ($r = 0,28, p < 0,01$), *Ελαττωματικότητα / Ντροπή* ($r = 0,36, p < 0,01$), *Αποτυχία* ($r = 0,27, p < 0,01$), *Εξάρτηση / Ανικανότητα* ($r = 0,41, p < 0,01$), *Ευαλωτότητα* ($r = 0,35, p < 0,01$), *Μη Ανεπτυγμένος Εαυτός* ($r = 0,30, p < 0,01$), *Υποτακτικότητα* ($r = 0,34, p < 0,01$), *Συναισθηματική Αναστολή* ($r = 0,17, p < 0,01$), *Ανελαστικά Πρότυπα / Υπερβολική Κριτική* ($r = 0,20, p < 0,01$), *Αυτονόητο Δικαίωμα / Μεγαλείο* ($r = 0,32, p < 0,01$), *Ανεπαρκής Αυτοέλεγχος / Αυτοπειθαρχία* ($r = 0,50, p < 0,01$), *Αναζήτηση Επιδοκμασίας / Αναγνώρισης* ($r = 0,44, p < 0,01$), *Αρνητισμός* ($r = 0,37, p < 0,01$) και *Τιμωρητικότητα* ($r = 0,35, p < 0,01$) (βλ. Πίνακα 2).

ΠΙΝΑΚΑΣ 2. ΣΥΝΑΦΕΙΑ (ΔΕΙΚΤΕΣ PEARSON R) ΜΕΤΑΞΥ ΤΗΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΕΘΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΚΑΙ ΤΗΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΤΟΥΣ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΣΧΗΜΑΤΩΝ ΤΟΥ YOUNG.

<i>Ερωτηματολόγιο Σχημάτων του Young</i>	<i>Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο</i>
Συναισθηματική Στέρηση	0,24**
Εγκατάλειψη / Αστάθεια	0,39**
Καχυποψία / Κακοποίηση	0,26**
Κοινωνική Απομόνωση / Αποξένωση	0,28**
Ελαττωματικότητα / Ντροπή	0,36**
Αποτυχία	0,27**
Εξάρτηση / Ανικανότητα	0,41**
Ευαλωτότητα	0,35**
Μη Ανεπτυγμένος Εαυτός	0,30**
Υποτακτικότητα	0,34**
Αυτοθυσία	0,11
Συναισθηματική Αναστολή	0,17**
Ανελαστικά Πρότυπα / Υπερβολική Κριτική	0,20**
Αυτονόητο Δικαίωμα / Μεγαλείο	0,32**
Ανεπαρκής Αυτοέλεγχος / Αυτοπειθαρχία	0,50**
Αναζήτηση Επιδοκμασίας / Αναγνώρισης	0,44**
Αρνητισμός	0,37**
Τιμωρητικότητα	0,35**

Σημείωση: ** $p < 0,01$

Τέλος, διερευνήθηκε η ύπαρξη συνάφειας μεταξύ της βαθμολογίας των συμμετεχόντων στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο και της βαθμολογίας τους στο Ερωτηματολόγιο Ιδιοσυγκρασίας Ενηλίκων, με τη χρήση του δείκτη συνάφειας Pearson r (βλ. Πίνακα 3). Βρέθηκε στατιστικώς σημαντική θετική συνάφεια ανάμεσα στη βαθμολογία των συμμετεχόντων στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο και όλες τις υποκλίμακες του Ερωτηματολογίου Ιδιοσυγκρασίας Ενηλίκων: *Δύναμη Διέγερσης* ($r = 0,33, p <$

0,01), Δύναμη Αναστολής ($r = 0,29, p < 0,01$) και Κινητικότητα Νευρικών Διαδικασιών ($r = 0,23, p < 0,01$).

ΠΙΝΑΚΑΣ 3. ΣΥΝΑΦΕΙΑ (ΔΕΙΚΤΕΣ PEARSON R) ΜΕΤΑΞΥ ΤΗΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΩΝ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΕΘΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΚΑΙ ΤΗΣ ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑΣ ΤΟΥΣ ΣΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ ΙΔΙΟΣΥΓΚΡΑΣΙΑΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

<i>Ερωτηματολόγιο Ιδιοσυγκρασίας Ενηλίκων</i>	<i>Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο</i>
Δύναμη Διέγερσης	0,33**
Δύναμη Αναστολής	0,29**
Κινητικότητα Νευρικών Διαδικασιών	0,23**

Σημείωση: ** $p < 0,01$

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ-ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ- ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ

Τα αποτελέσματα, έδειξαν ότι οι άντρες του δείγματος έλαβαν υψηλότερη βαθμολογία στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο από ότι οι γυναίκες. Αυτό το εύρημα έρχεται σε συμφωνία με την έρευνα των Griffiths (2001), η οποία υποστήριζε ότι τα αγόρια μπορεί να έχουν περισσότερες πιθανότητες να εκδηλώσουν εθισμό στο διαδίκτυο, καθώς χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για να καλύψουν άλλους εθισμούς, όπως τα διαδικτυακά ηλεκτρονικά παιχνίδια ή τον παθολογικό τζόγο. Το αποτέλεσμα αυτό υποστηρίζουν και ποικίλες έρευνες, οι οποίες καταλήγουν στο συμπέρασμα ότι ο εθισμός στο διαδίκτυο εμφανίζεται συχνότερα στους άντρες από ότι στις γυναίκες (Chou & Hsiao, 2000, Liang, 2003, Scherer, 1997). Τέλος, σε έρευνα που πραγματοποιήθηκε στην Ελλάδα σε φοιτητές, φάνηκε πως οι άντρες είχαν υψηλότερα επίπεδα εμπλοκής στο διαδίκτυο σε σχέση με τις γυναίκες, τόσο στο διαδικτυακό τζόγο όσο και στον σεξουαλικό εθισμό στο διαδίκτυο (Γιωτάκος, 2011).

Παράλληλα, οι συσχετίσεις που προέκυψαν ανάμεσα στο Ερωτηματολόγιο του εθισμού στο διαδίκτυο με το επίπεδο σπουδών και την αυτό- αξιολόγηση της υγείας, μας οδηγούν στο συμπέρασμα πως οι συμμετέχοντες που αξιολογούν την υγεία τους ως «πολύ κακή», πιθανόν δεν έχουν τη διάθεση ή την ανάγκη για ενασχόληση με το διαδίκτυο σε παθολογικό βαθμό. Οι παραπάνω συγκρίσεις (επίπεδο σπουδών και αυτό- αξιολόγηση υγείας με τον εθισμό στο διαδίκτυο) δεν φαίνεται να έχουν μελετηθεί στη διεθνή βιβλιογραφία, προκαλώντας έντονο ενδιαφέρον για περαιτέρω μελέτη.

Οι συσχετίσεις που βρέθηκαν ανάμεσα στο Ερωτηματολόγιο του Εθισμού στο διαδίκτυο και στο Ερωτηματολόγιο των Σχημάτων (YSQ-S3), υποδηλώνουν ότι όσο μεγαλύτερος είναι ο βαθμός των ΠΔΣ τόσο αυξάνεται η παθολογική χρήση του διαδικτύου και το αντίστροφο, χωρίς, ωστόσο να μπορεί να υποστηριχθεί αιτιώδης σχέση μεταξύ των δύο μεταβλητών.

Συμπερασματικά, φαίνεται ότι η παθολογική χρήση του διαδικτύου σχετίζεται θετικά και σημαντικά με τις κατηγορίες Αποσύνδεση και Απόρριψη, Ανεπαρκής Αυτονομία, Ανεπαρκή όρια, Υπεραγρύπνιση / Αναστολή και Επίδοση και Προσανατολισμός στους άλλους. Τα άτομα, δηλαδή, που επιδίδονται σε παθολογική χρήση του διαδικτύου δυσκολεύονται στην αυτονόμηση και διαφοροποίησή τους από τους άλλους και αδυνατούν να δημι-

ουργήσουν ασφαλείς και σταθερές σχέσεις, ενώ ταυτόχρονα χαρακτηρίζονται από την τάση να επικεντρώνονται στην ικανοποίηση των αναγκών και επιθυμιών των άλλων με σκοπό την αποδοχή και την αποφυγή της απόρριψης. Τέλος, τα άτομα αυτά χαρακτηρίζονται από δυσκολία να ελέγξουν τις παρορμήσεις τους καθώς και από την τάση να καταστέλλουν τα συναισθήματά τους και να επικεντρώνονται σε στόχους επίτευξης.

Λαμβάνοντας υπόψιν την έρευνα του Shajari et al. (2016), που κατέληξε σε συσχετίσεις ανάμεσα στους πέντε τομείς των Πρώιμων Δυσλειτουργικών Σχημάτων και του εθισμού στο διαδίκτυο, φαίνεται πως τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας συμφωνούν, αποδεικνύοντας πως το διαδίκτυο αποτελεί τον πιο εύκολο και γρήγορο τρόπο να ικανοποιήσουν τις ανάγκες τους (φόβο εγκατάλειψης, εξάρτηση, ευαλωτότητα), ευνοεί τη δημιουργία σχέσεων σε πιο ασφαλείς συνθήκες από αυτές της πραγματικής ζωής, αλλά και αποτελεί έναν τρόπο ανακούφισης (στρατηγική αποφυγής) από δυσφορία που μπορεί να προκαλούν στο άτομο τα παραπάνω ΠΔΣ (Shajari et al., 2016). Τα άτομα που έχουν πολύ ισχυρά τα παραπάνω σχήματα, είναι τα πρώτα που υιοθετούν την παθολογική χρήση του διαδικτύου, ψάχνοντας μία διαφυγή από τη δύσκολη καθημερινότητα που βιώνουν λόγω των έντονων ΠΔΣ ή λόγω των καταστάσεων που μπορεί να πυροδοτούν και να ενεργοποιούν τα ΠΔΣ. Το διαδίκτυο αποτελεί τον πιο άμεσο και εύκολο τρόπο απόδρασης, καθώς υπάρχει στην καθημερινότητα όλων. Δεδομένου ότι δεν μπορεί να υπάρξει αιτιώδης σχέση μεταξύ των δύο φαινομένων, είναι πιθανό να ισχύει και το αντίστροφο, δηλαδή οι δυνατότητες που παρέχει το περιβάλλον του διαδικτύου, να οδηγούν σε ενίσχυση ή επιδείνωση των δυσπροσαρμοστικών αντιλήψεων σχετικά με τον εαυτό και τον κόσμο.

Τέλος, στατιστικώς σημαντική θετική συνάφεια βρέθηκε και ανάμεσα στη βαθμολογία των συμμετεχόντων στο Ερωτηματολόγιο Εθισμού στο Διαδίκτυο και όλες τις υπο-κλίμακες του Ερωτηματολογίου Ιδιοσυγκρασίας Ενηλίκων. Προσπαθώντας να σκιαγραφήσουμε το προφίλ των φοιτητών που κάνουν παθολογική χρήση του διαδικτύου, μπορούμε να πούμε ότι είναι άτομα που χαρακτηρίζονται από μία τάση να αναλαμβάνουν ενέργειες κάτω από υψηλές συνθήκες διέγερσης, προτιμούν να εκτελούν ριψοκίνδυνες ενέργειες, είναι άτομα που μπορούν να εκτελέσουν μία ενέργεια κάτω από απειλητικές συνθήκες, αντέχουν την κούραση κάτω από συνθήκες πίεσης και είναι ικανά να αντιδράσουν ικανοποιητικά κάτω από συνθήκες πίεσης. Παράλληλα, χαρακτηρίζονται από εύκολη απόσυρση από συμπεριφορές που δεν είναι κοινωνικά αποδεκτές, από τη δυνατότητα να καθυστερούν την εκτέλεση ενός έργου όταν χρειάζεται, να διακόπτουν τη λύση ενός ζητήματος όταν χρειάζεται, να μην εκφράζουν τα συναισθήματά τους όταν κάτι τέτοιο είναι αναγκαίο. Τέλος, τα άτομα αυτά, χαρακτηρίζονται από ικανοποιητική αντίδραση σε αλλαγές του περιβάλλοντος, προσαρμοστικότητα, εύκολη εναλλαγή ενεργειών, ομαλή αλλαγή διάθεσης, προτίμηση καταστάσεων που απαιτούν ταυτόχρονη εκτέλεση διαφορετικών διεργασιών. Ο ρόλος των Ιδιοσυγκρασιακών παραγόντων φαίνεται να είναι ιδιαίτερος σημαντικός στην εμφάνιση Εθισμού στο Διαδίκτυο. Φαίνεται ότι φοιτητές με τα παραπάνω Ιδιοσυγκρασιακά χαρακτηριστικά, σε συνδυασμό με τα ΠΔΣ που τους ακολουθούν στην πορεία της ζωής τους, οδηγούνται στην παθολογική χρήση του διαδικτύου ως τρόπου συγκάλυψης των δυσκολιών τους ή ως τρόπο αποφυγής δυσάρεστων συναισθημάτων.

Τα παραπάνω αποτελέσματα συνάδουν με την έρευνα των Ozturk et. al. (2013), αλλά και με αποτελέσματα ερευνών που εξετάζουν τη συσχέτιση της ιδιοσυγκρασίας με την εξάρ-

τηση από ουσίες. Σύμφωνα με τις ανωτέρω έρευνες βρέθηκε πως υπάρχει σημαντική συνάφεια ανάμεσα στον καταθλιπτικό, κυκλοθυμικό, υπερθυμικό, ευέξαπτο και αγχώδη τύπο προσωπικότητας με τον εθισμό στο διαδίκτυο (Ozturk et. al., 2013). Οι Landers και Lounsbury (2006) σε έρευνά που διεξήγαγαν σε 117 προπτυχιακούς φοιτητές, βρήκαν πως η κακή χρήση του διαδικτύου είχε αρνητική συσχέτιση με την τερπνότητα, την ευσυνειδησία, την εξωστρέφεια, την αισιοδοξία, την εργασία, ενώ είχε θετική συσχέτιση με τη σκληρή νοοτροπία.

Τα ευρήματα της παρούσας έρευνας, πέραν του ερευνητικού ενδιαφέροντος, μπορούν να είναι χρήσιμα και στην κλινική πράξη, στην ψυχοθεραπευτική πρακτική με ενήλικες, αλλά και στον τομέα της πρόληψης. Η κατανόηση του ρόλου των Πρώιμων Δυσλειτουργικών Σχημάτων και της Ιδιοσυγκρασίας, αλλά και της σχέσης τους με τον Εθισμό στο Διαδίκτυο, μπορεί να βοηθήσει στη θεραπευτική παρέμβαση, καθώς συμβάλλει καθοριστικά στη διατύπωση περίπτωσης του ατόμου και στην καλύτερη δόμηση της θεραπευτικής παρέμβασης. Τα ΠΔΣ και η Ιδιοσυγκρασία που σχετίζονται με τον εθισμό στο διαδίκτυο, αλλά και οι συνέπειές τους, μπορεί να αποτελέσουν αντικείμενο διερεύνησης και παρέμβασης, στην κρίσιμη εποχή που βρισκόμαστε στους πρόποδες του «internet of things» και της ολοένα και μεγαλύτερης εξάρτησης από το διαδίκτυο στην καθημερινότητά μας. Ταυτόχρονα, η συγκεκριμένη έρευνα μπορεί να αποτελέσει εφιαλτήριο στη χρήση αλλά και στη διάδοση της Θεραπείας Σχημάτων ως ενδεικνυόμενης θεραπείας για την αντιμετώπιση του Εθισμού στο Διαδίκτυο, δημιουργώντας θεραπευτικές αλλαγές τόσο σε επίπεδο συμπτωμάτων όσο και σε επίπεδο σχημάτων.

Ένας περιορισμός της συγκεκριμένης έρευνας, είναι πως τα δεδομένα συγκεντρώθηκαν από ερωτηματολόγια τα οποία συμπληρώθηκαν ατομικά και διαδικτυακά, κάτι που καταδεικνύει ότι δεν υπάρχουν εγγυήσεις για την ακρίβειά τους. Ένας ακόμη σημαντικός περιορισμός της συγκεκριμένης έρευνας είναι ότι ο αριθμός των διαθέσιμων ερευνών σχετικά με τη συσχέτιση των ΠΔΣ με τον εθισμό στο διαδίκτυο, καθώς και του συνδυασμού ΠΔΣ και Ιδιοσυγκρασίας με τον εθισμό στο διαδίκτυο, είναι εξαιρετικά περιορισμένος.

Αναγκαία κρίνεται περαιτέρω έρευνα για τη διερεύνηση της συσχέτισης των ΠΔΣ και της Ιδιοσυγκρασίας με τον εθισμό στο διαδίκτυο.

Ελληνική Βιβλιογραφία

- Ευσταθίου Γ., Ευθυμίου Κ., Χαρίλα Ν. Γνωσιακή- Συμπεριφοριστική Ψυχοθεραπεία Διαταραχών Προσωπικότητας. Θεωρία και ανάλυση κλινικών περιστατικών. Αθήνα: Εκδόσεις Ινστιτούτου Έρευνας και Θεραπείας της Συμπεριφοράς, 2014, σελ. 58- 92.
- Καλαντζή Αζίζι Α., Σοφianoπούλου Α. Γνωσιακή- Συμπεριφοριστική Θεραπεία Παιδιών και Εφήβων. Θεωρία και Πράξη. Αθήνα: Εκδόσεις Πεδίο Α.Ε., 2016.
- Τσουβέλας Γ., Γιωτάκος Ο. Διαδικτυακός εθισμός, διαδικτυακός τζόγος και χρήση ουσιών: πρόδρομα ευρήματα σε δείγμα φοιτητών. 21^ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχιατρικής, Χίλτον, Αθήνα, 5-8 Μαΐου 2011. Περιοδικό «Ψυχιατρική», Supplement (1), May 2011, p 189.
- Φιλιόγλου Μ., Αγγελή Κ. (2016). Θεραπευτικές προσεγγίσεις στον εθισμό στο διαδίκτυο: Βιβλιογραφική ανασκόπηση. Γνωσιακή- Συμπεριφοριστική Έρευνα και Θεραπεία, 2 (1): 29-40.
- Φιλιππάκη, Τ. Ε., & Γιοβαζολιάς, Θ. (6-7/11/2015). Η σχέση της Ευαισθησίας στην Απόρριψη με τη Δυσλειτουργικά Παρατεταμένη Χρήση του Διαδικτύου και Διαμεσολαβητικός Ρόλος της Μοναξιάς. Ανακοίνωση στο 4ο Διεθνές συνέδριο E-Life. Αθήνα: Ελληνική Εταιρεία Μελέτης της Διαταραχής εθισμού στο Διαδίκτυο.

Ξένη Βιβλιογραφία

- Association AP. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5®), 2013.
- Atalay H., Akbas N. B., Zahmacioglu O., Kilic E. Z., Goktuna Z. (2013). Are early maladaptive schemas, temperament and character dimensions correlated? *Open Journal of Psychiatry*, 3: 206- 213.
- Bach B., Lockwood G., Young J.E. (2017). A new look at the schema therapy model: organization and role of early maladaptive schemas. *Cog Behav Ther*, 2-22.
- Brotchie J., Meyer C., Copello A., Kidney R., Waller G. (2004). Cognitive representations in alcohol and opioid abuse: The role of core beliefs. *The British Journal of Clinical Psychology*, 43, 337- 342.
- Chou, C., & Hsiao, M. C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: The Taiwan college students' case. *Computers and Education*, 35(1), 65-80.
- Etter, J. F. (2010). Smoking and Cloninger's Temperament and Character Inventory. *Nicotine & Tobacco Research*, 12 (9), 919-926.
- Fard ZG, Schneider S, Hudson JL, Mojtaba H, Pooravani M, Heidari ZH, (2014). Early maladaptive schemas as predictors of child anxiety: the role of child and mother schemas. *Behav Res Cntr of SBMU*, 1 (2): 9-18.
- Goldberg I. (1996). Internet addiction disorder, Available online at http://physics.wisc.edu/~shalizi/Internet_addiction_criteria.html
- Griffiths, M. (2001). Sex on the internet: Observations and implications for sex addiction. *Journal of Sex Research*, 38, 333-342.
- Hawke LD & Provencher MD (2011). Schema Theory and Schema Therapy in Mood and Anxiety Disorders: A Review. *J Cogn Psych*; 25 (4): 257- 276.
- Howard MO, Kivlahan D. & Walker RD. (1997). Cloninger's tridimensional theory of personality and psychopathology: applications to substance use disorders. *Journal of Studies on Alcohol*, 58(1), 48-66.
- Liang, G. (2003). The CASS internet report: Surveying internet usage and impact in twelve Chinese cities. Research Center for Social Development. Chinese Academy of Social Sciences, Markle Foundation.
- Mässe, L.C. & Tremblay, R.E. (1997). Behavior of boys in kindergarten and the onset of substance use during adolescence. *Achieves of General Psychiatry*, 54(1), 62-8.

- Muris, P. (2006). Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: relations to perceived parental rearing behaviours, big five personality factors and psychopathological symptoms. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 405e413.
- Ozturk F. O., Ekinci M., Ozturk O., Canan F. (2013). The relationship of affective temperament and emotional- behavioral difficulties to internet addiction in Turkish teenagers. *ISRN Psychiatry*. <http://dx.doi.org/10.1155/2013/961734>
- Pavlov I. P., (1927). *Conditioned reflexes*. London: Oxford University Press.
- Ravaja, N., & Keltikangas-Jarvinen, K. (2001). Cloninger's temperament and character dimensions in young adulthood and their relation to characteristics of parental alcohol use and smoking. *Journal of Studies on Alcohol*, 62 (1), 98–104.
- Scherer, K. (1997). College life on-line: Healthy and unhealthy internet use. *Journal of College Student Development*, 38(6), 655-665.
- Shajari F., Sohrabi F., Jomehri F. (2016). *Relationship between early maladaptive schema and internet addiction: A cross-sectional study*. *Asian Journal of Pharmaceutical Research and Health Care*. 8 (3), 84-91.
- Strelau J., Angleitner A. (1994). Temperament search: Some divergencies and similarities. In J. Strelau & Angleitner (Eds.), *Explorations in temperament: International perspectives on theory and measurement*. Pp 1-12. London: Plenum.
- Strelau, J., Angleitner, A., Bantelmann, J., Ruch, W. (1990). The Strelau Temperament Inventory- Revised (STI-R): Theoretical considerations and scale development. *European Journal of Personality*, 4, 209-235.
- Thimm J. C. (2010). Personality and early maladaptive schemas: A five factor model perspective. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*. 41: 373-380.
- Tremblay, P. F., & Dozois, D. J. A. Another perspective on trait aggressiveness: Overlap with early maladaptive schemas. *Personality and Individual differences*, 2009; 46 (5-6), 569-574.
- Wills, T.A., Vaccaro, D. & McNamara, G. (1994). Novelty seeking, risk taking, and related constructs as predictors of adolescent substance use: an application of Cloninger's theory. *Journal of Substance Abuse*. 6(1):1-20.
- Young, J.E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders*. Sarasota, FL: Professional Resources Press.
- Young, J.E., Klosko J.S., Weishar M.E. (2008). *Θεραπεία Σχημάτων* (επιμ. Εκδ. Γ. Σίμος). Αθήνα: Πατάκης (Έτος πρωτότυπης έκδοσης: 2003).
- Young, J. E. (2004). *Young Schema Questionnaire Short Form (YSQ-S3)* (3rd ed.). New York, NY: Schema Therapy Institute.
- Young, K. S. (2004). Internet Addiction. A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 48 (4): 402- 415.
- Young, KS. & Rodgers, R.C. (1999). The relationship between depression and pathological internet use. *Cyberpsychology & Behavior*, 1(1),25-28.
- Young, J. E., Klosko J. S., Weishaar M.E. (2003). *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. New York: The Guildford Press.
- Young, J. E. (2005). *Young Schema Questionnaire Short Form (YSQ-S3)* (3rd ed.). New York, NY: Schema Therapy Institute.
- Zappulla C., Guzzo G., Maggio R D., Laudani C., Cacioppo C. (2014). Internet addiction, temperament, and the moderator role of family emotional involvement. *International journal of mental health and addiction*, 12 (1): 52-63.