

Εθισμένοι με το Ίντερνετ οι έφηβοι στην Ελλάδα

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Σύμφωνα με την «Πανελλήνια έρευνα για τις συμπεριφορές που συνδέονται με την υγεία των εφήβων μαθητών» η οποία διεξάγεται στο πλαίσιο του διεθνούς προγράμματος «Health Behaviour in School-Aged Children), υπό την αιγίδα του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, η μεγάλη πλειονότητα των έφηβων στην Ελλάδα περνούν ένα μεγάλο μέρος της ημέρας τους μπροστά σε συσκευές με οθόνη, ενώ αρκετοί ασχολούνται και με τον τζόγο.

Πιο συγκεκριμένα, περισσότεροι από τους μισούς εφήβους ηλικίας 11 έως 15 ετών ανέφεραν ότι βρίσκονται μπροστά σε κάποια οθόνη τουλάχιστον 5 ώρες την ημέρα εβδομαδιαίως, ενώ τα Σαββατοκύριακα ο χρόνος αυτός αυξάνεται σε 8 ώρες την ημέρα.

Ένας στους 7 εφήβους εμφανίζει συμπτώματα εξάρτησης από τη χρήση του Ίντερνετ. Διαχρονικά από το 2010 στο 2014, ο χρόνος απασχόλησης των εφήβων μπροστά στην οθόνη δεν φαίνεται να μεταβάλλεται σημαντικά, ωστόσο, τα τελευταία χρόνια, ο χρόνος που αφιερώνεται στο διαδίκτυο και τα βιντεοπαιχνίδια τείνει να «αντικαθιστά» τον χρόνο παρακολούθησης τηλεόρασης και βίντεο.

Ανάλογα ευρήματα αναφέρονται και από μια άλλη έρευνα που πραγματοποιήθηκε το 2012 στη χώρα μας όπου το 12,7% των εφήβων διαπιστώθηκε ότι κάνει προβληματική χρήση του Ίντερνετ. Η υπερβολική χρήση των συσκευών που έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο, έχει συνδεθεί με προβλήματα στην ψυχοκοινωνική τους

υγεία, όπως η επιθετικότητα, η χαμηλή αυτοεκτίμηση, το άγχος, τα συμπτώματα κατάθλιψης και η κοινωνική φοβία, η δυσκολία στον ύπνο.

Εξάλλου, η χρήση υπηρεσιών κοινωνικής δικτύωσης του Ίντερνετ μπορεί να λάβει αρνητικές διαστάσεις σε περιπτώσεις που οι έφηβοι συνομιλούν και αναπτύσσουν σχέσεις με αγνώστους (π.χ. σεξουαλική παρενόχληση, cyberbullying). Επιπροσθέτως, το γεγονός ότι η Ελλάδα πιθανώς υπολείπεται άλλων χωρών στην ανάπτυξη και τη διαθεσιμότητα νέων τεχνολογιών, καθιστά τα παραπάνω ευρήματα ιδιαίτερα ανησυχητικά καθώς η χρήση ηλεκτρονικών συσκευών και του διαδικτύου ενδέχεται να ενταθεί.

Αναφορικά με τον τζόγο, σχεδόν οι μισοί 15χρονοι έφηβοι ανέφεραν ότι έχουν στοιχηματίσει χρήματα τουλάχιστον μία φορά στη ζωή τους ενώ ένα σημαντικό ποσοστό (13,8%) έχουν στοιχηματίσει περισσότερες από 20 φορές. Επιπλέον, τα ευρήματα δείχνουν ότι ένα στα 8 αγόρια βρίσκεται σε κίνδυνο προβληματικής ενασχόλησης με τον τζόγο ενώ χαμηλότερο, αλλά άξιο προσοχής, ποσοστό (4,2%) έχουν ήδη προβληματική ενασχόληση.

Να σημειώσουμε ότι η έρευνα επαναλαμβάνεται ανά τετραετία σε περισσότερες από 40 χώρες παρέχοντας πολύτιμες πληροφορίες για τον τρόπο ζωής των εφήβων και τους κινδύνους που απειλούν την υγεία τους. Οι πληροφορίες αυτές κατευθύνουν τις πολιτικές πρόληψης των κρατών που συμμετέχουν στο πρόγραμμα.

Στη χώρα μας το πρόγραμμα πραγματοποιείται από το ΕΠΙΨΥ από το 1998, με την επιστημονική ευθύνη της Ομοτ. Καθηγήτριας του Πανεπιστημίου Αθηνών, Α. Κοκκέβη.

Στην τελευταία έρευνα συμμετείχε πανελλήνιο αντιπροσωπευτικό δείγμα 4.141 μαθητών εφηβικής ηλικίας (ΣΤ΄ Δημοτικού, Β΄ Γυμνασίου και Α΄ Λυκείου) από 245 σχολικές μονάδες.

Πηγή: tvxs.gr