

# Ποια παιδιά αντιμετωπίζουν πρόβλημα εξάρτησης με το Internet;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Ποια παιδιά αντιμετωπίζουν πρόβλημα εξάρτησης με το Internet;

Τι μας λέει νέα έρευνα που πραγματοποιήθηκε στην Ελλάδα για την εξάρτηση των παιδιών από το Internet; Ποια κινδυνεύουν περισσότερο, και τι μπορούμε να κάνουμε για να τα προστατεύσουμε;

Αγόρια, μοναχοπαιδιά ή παιδιά μονογονεϊκών οικογενειών, με βασική ενασχόληση το gaming, δηλαδή παιχνίδια στον ηλεκτρονικό υπολογιστή, είναι τα πιο συχνά «θύματα» του Διαδικτύου, που αντιμετωπίζουν πρόβλημα εξάρτησης από τη χρήση του ηλεκτρονικού υπολογιστή και της πρόσβασης στο Ίντερνετ.

Σύμφωνα με τους ειδικούς της πανεπιστημιακής Μονάδας Εφηβικής Υγείας του Παιδών «Αγλαΐα Κυριακού», που μελέτησαν 500 εφήβους που απευθύνθηκαν στη Μονάδα για συμπεριφορά εξάρτησης, το 70% των παιδιών είχαν σημαντική βελτίωση και κατάφεραν να «απεξαρτηθούν».

«Το πρόβλημα του εθισμού στο διαδίκτυο μπορεί να αντιμετωπιστεί ολιστικά- σε οργανικό και ψυχοκοινωνικό επίπεδο- αρκεί να εντοπιστεί έγκαιρα. Η πρώιμη ανίχνευση του προβλήματος και το υποστηρικτικό περιβάλλον της οικογένειας

παίζουν σημαντικό ρόλο στη θεραπεία» επισήμανε η επιστημονική υπεύθυνη της Μονάδας, επίκουρη καθηγήτρια Παιδιατρικής-Εφηβικής Ιατρικής, κυρία Άρτεμις Τσίτσικα, σε διάλεξη του Ινστιτούτου Δημόσιας Υγείας του Αμερικανικού Κολλεγίου Ελλάδος με θέμα «Τεχνολογία και Συμπεριφορές Υψηλού Κινδύνου - Εθισμός στο Διαδίκτυο».

Άλλα στοιχεία που καταγράφηκαν και ήταν στατιστικά σημαντικά στο δείγμα των 500 εφήβων ήταν, σύμφωνα με την ειδικό, το δυσλειτουργικό οικογενειακό περιβάλλον, η σχολική αποτυχία, οι διαταραχές ύπνου, η συσχέτιση της συμπεριφοράς στον η/υ με το σύνδρομο της Διαταραχής Ελλειμματικής Προσοχής-Υπερκινητικότητας (ΔΕΠ-Υ) και το συνεχές gaming χωρίς επίγνωση για τις επιπτώσεις στην κοινωνική και σχολική ζωή.

«Είναι σημαντικό να υπάρχει ισορροπία μεταξύ της ενασχόλησης με το διαδίκτυο και τις διαδικτυακές επαφές και της προσωπικής επαφής με τους συνανθρώπους μας» ανέφερε η ειδικός, τονίζοντας βεβαίως πόσο δύσκολη είναι αυτή η ισορροπία στην εφηβική ηλικία όπου «η απώλεια ελέγχου σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου μπορεί προοδευτικά να οδηγήσει σε έκπτωση των κοινωνικών δεξιοτήτων και απομόνωση, καθώς και παραμέληση σχολικών και άλλων δραστηριοτήτων, ή/και της υγείας, προσωπικής φροντίδας και υγιεινής».

Η θεραπεία περιλάμβανε ανίχνευση και θεραπεία της συν-νοσηρότητας (ΔΕΠΥ, καταθλιπτικό συναίσθημα, άγχος, χαμηλή αυτοεκτίμηση κλπ), ψυχοεκπαίδευση και συμπεριφορικού τύπου παρέμβαση, οικογενειακή υποστήριξη- συμβουλευτική γονέων, φαρμακοθεραπεία (όπου κρίθηκε αναγκαίο) και αντιμετώπιση οργανικών συμπτωμάτων που εμφάνιζαν οι έφηβοι (διαταραχές του ύπνου, κεφαλαλγία, ξηρότητα οφθαλμών, οσφυαλγία, διατροφική παρεκτροπή, έλλειψη φυσικής άσκησης κτλ).

«Οι γονείς που θέλουν να ενημερωθούν σχετικά με οποιοδήποτε θέμα αφορά τη χρήση της τεχνολογίας από τα παιδιά τους ή/και παρατηρούν κάποιο πρόβλημα σε σχέση με αυτό, καθώς και τα ίδια τα παιδιά και οι έφηβοι που χρειάζονται ενημέρωση ή πληροφορίες, μπορούν να απευθυνθούν στη Γραμμή Στήριξης «ΜΕ Υποστηρίζω» 80011 80015 χωρίς χρέωση για αστικές και υπεραστικές κλήσεις»

Η Γραμμή Στήριξης «ΜΕ Υποστηρίζω» απευθύνεται σε εφήβους και τις οικογένειές τους παρέχοντας υποστήριξη και συμβουλές για θέματα που σχετίζονται με τη χρήση του Διαδικτύου, του κινητού τηλεφώνου και τους εκπαιδευτικούς (συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας).

Από: Ελένη Χαδιαράκου

Περισσότερα εδώ: [imommy.gr](http://imommy.gr)