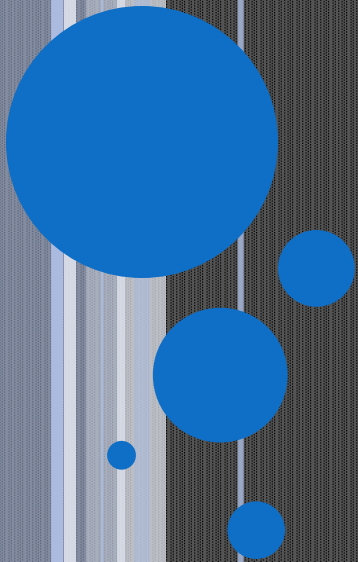


**Εργασία : Εθισμός στο Διαδίκτυο**

**Τμήμα: Β'3**

**Υπεύθυνος Project: κ. Βελής**



# Τι είναι Διαδίκτυο;

- Το Διαδίκτυο είναι παγκόσμιο σύστημα διασυνδεδεμένων δικτύων υπολογιστών, οι οποίοι χρησιμοποιούν καθιερωμένη ομάδα πρωτοκόλλων, η οποία συχνά αποκαλείται "TCP/IP" για να εξυπηρετεί εκατομμύρια χρηστών καθημερινά σε ολόκληρο τον κόσμο. Οι διασυνδεδεμένοι ηλεκτρονικοί υπολογιστές ανά τον κόσμο, οι οποίοι βρίσκονται σε ένα κοινό δίκτυο επικοινωνίας, ανταλλάσσουν μηνύματα με τη χρήση διαφόρων πρωτοκόλλων, τα οποία υλοποιούνται σε επίπεδο υλικού και λογισμικού. Το κοινό αυτό δίκτυο καλείται Διαδίκτυο.



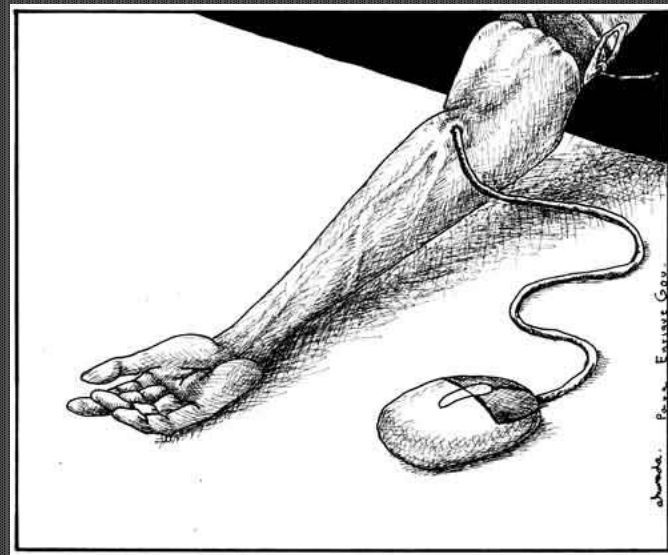
# Τι είναι εθισμός;

- Εθισμός είναι η εξάρτηση από μια συνήθεια. Προκαλείται από κάπνισμα, ναρκωτικά, αλκοόλ, τζόγος, διαδίκτυο κλπ. Υπάρχουν πολλά στάδια εθισμού. Ο εθισμός καθώς εξελίσσεται γίνεται τρόπος ζωής. Δισεκατομμύρια άνθρωποι ζουν παγιδευμένοι σε κάποιον από τους πολλούς εθισμούς. Στην ουσία σήμερα αντιμετωπίζεται ως εθισμός σχεδόν κάθε συνήθεια που ακολουθείται εκτός μέτρου από ένα άτομο το οποίο γνωρίζει ότι δυσκολεύεται ή αδυνατεί να την κατευνάσει και πολύ περισσότερο να της δώσει ένα τέλος.



## Τι είναι εθισμός στο Διαδίκτυο;

- Ο εθισμός στο Διαδίκτυο μια σχετικά νέα μορφή εξάρτησης, αναφέρεται στην «καταναγκαστική, υπερβολική χρήση του διαδικτύου και τον εκνευρισμό ή δυσθυμική συμπεριφορά που παρουσιάζεται κατά τη στέρησή της». Ο εθισμός στο Διαδίκτυο, αποτελεί μια κατάσταση, που προκαλεί σημαντική έκπτωση στην κοινωνική και επαγγελματική ή ακαδημαϊκή λειτουργικότητα του ατόμου.



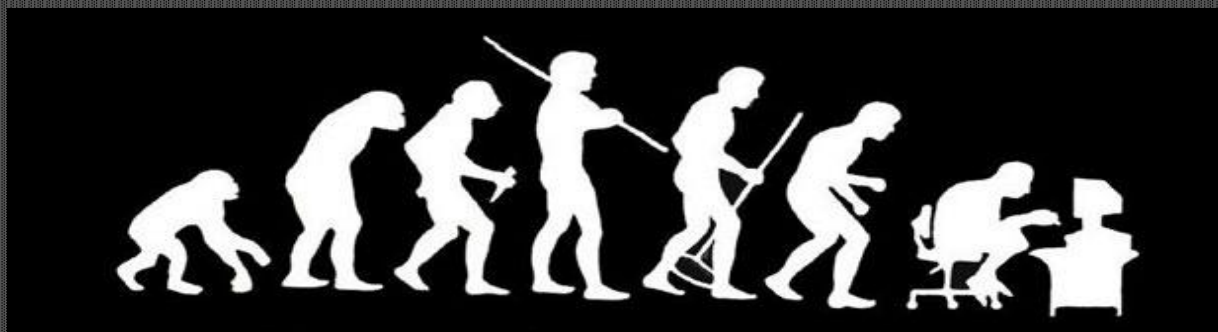
## Αίτια εθισμού:

- Τάση για εθισμό/Βιολογικοί παράγοντες
- Ψυχικές διαταραχές
- Οικογενειακοί παράγοντες
- Κοινωνικές δεξιότητες
- Κοινωνικός περίγυρος
- Ψυχολογική υποστήριξη
- Ανωνυμία
- Δίκτυα κοινωνικής δικτύωσης



## Συνέπειες εθισμού:

- Ψυχοκινητική διέγερση, εκούσια ή ακούσια κίνηση δακτυλογράφησης των δακτύλων του χεριού, άγχος, έμμομη σκέψη για το διαδίκτυο.
- Κατανάλωση υπερβολικού χρόνου ή και χρήματος σε δραστηριότητες σχετικές με το διαδίκτυο.
- Μειωμένη επίδοση στο σχολείο λόγω των πολλών ωρών που περνάει ο έφηβος στο διαδίκτυο.
- Σε προχωρημένες περιπτώσεις ο έφηβος δεν κοιμάται και παραμελεί την προσωπική του υγιεινή . Ακόμη, απομονώνεται, από την οικογένεια και τους φίλους του, γίνεται επιθετικός, μπορεί να κλέβει χρήματα από του γονείς για να παίζει. Τέλος, φτάνει σε σημείο να μην τρώει ή και το αντίθετο να παχαίνει.



## Τρόποι αντιμετώπισης:

- Συμβουλευτική παρέμβαση στον έφηβο και στην οικογένεια.
- Τοποθέτηση του υπολογιστή σε ένα ορατό σημείο του σπιτιού.
- Ειδικό εξατομικευμένο πρόγραμμα περιορισμού της υπερβολικής χρήσης.
- Εκμάθησης ενός ορθολογικότερου τρόπου χρήσης των νέων τεχνολογιών από τον έφηβο.
- Γνωστικό- συμπεριφορική ψυχοθεραπευτική παρέμβαση.
- Φαρμακοθεραπεία.

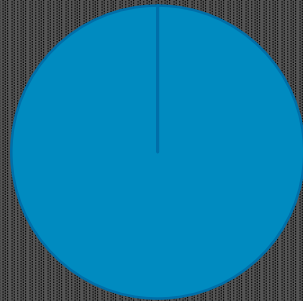






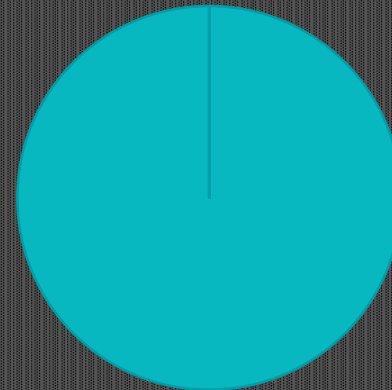
# Αγόρια

Έχεις Η/Υ ή smartphone;



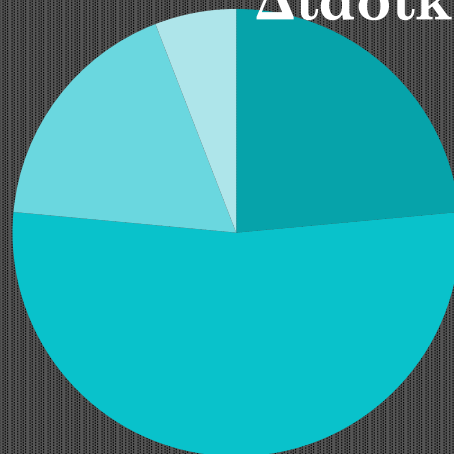
- Ναι
- Όχι

Μπαίνεις στο διαδίκτυο μέσω αυτών ;



- Ναι
- Όχι

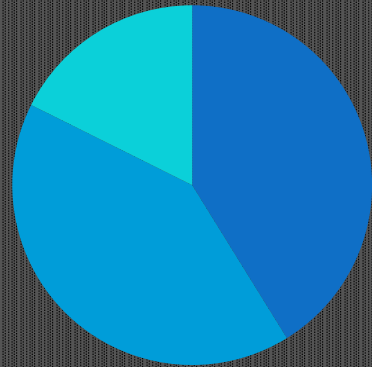
Πόσες ώρες σερφάρεις στο Διαδίκτυο;



- 2 ώρες
- 4 ώρες
- 5 ώρες
- περισσότερες

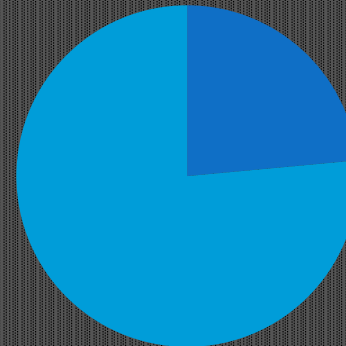


Σε ποιο από τα παρακάτω  
αξιοποιείς περισσότερο  
τον χρόνο σου;



- Παιχνίδια
- Κοινωνικά μέσα
- Ενημέρωση

Θεωρείς τον εαυτό σου  
εθισμένο στο διαδίκτυο;

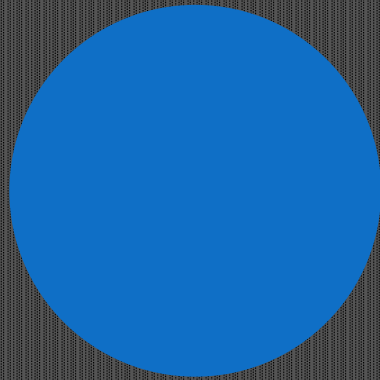


- Ναι
- Όχι



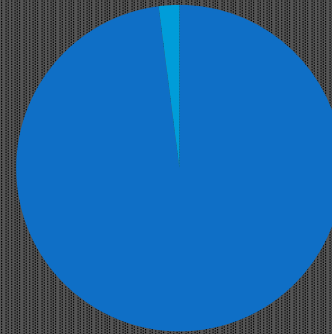
## Κορίτσια

Έχεις smartphone ή  
Η/Υ ;



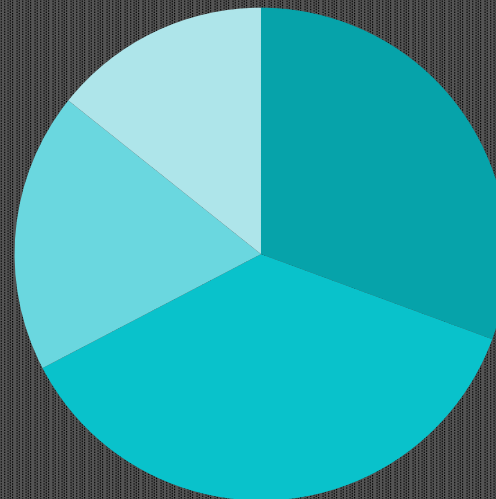
■ Ναι  
■ Όχι

Μπαίνεις στο  
Διαδίκτυο μέσω αυτών;



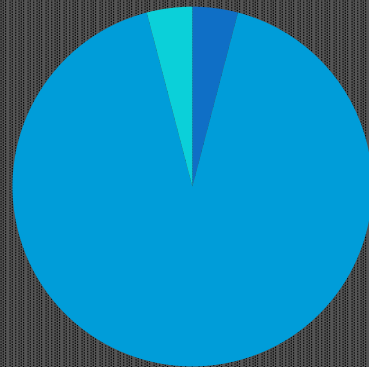
■ Ναι  
■ Όχι

Πόσες ώρες σερφάρεις στο  
Διαδίκτυο καθημερινά;



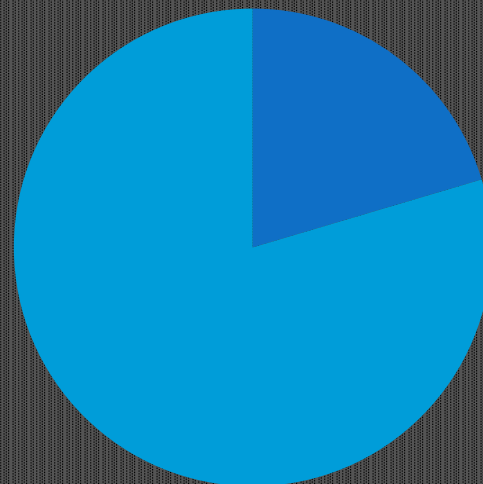
■ 2 ώρες  
■ 4 ώρες  
■ 8 ώρες  
■ περισσότερες

Σε ποιο από τα παρακάτω  
αξιοποιείς περισσότερο τον  
χρόνο σου;



- Παιχνίδια
- Κοινωνικά μέσα
- Ενημέρωση

Θεωρείς τον εαυτό σου  
εθισμένο στο Διαδίκτυο;



- Ναι
- Όχι





# ΤΕΛΟΣ!

