



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ ΕΝ ΜΕΣΩ
ΚΟΡΟΝΟΪΟΥ**

ΦΟΙΤΗΤΗΣ: ΓΙΩΡΓΟΣ ΑΡΑΜΠΑΤΖΟΓΛΟΥ

ΑΕΜ: 4184

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ: ΜΑΡΙΑ ΠΑΠΑΤΣΙΜΟΥΛΗ

Πανεπιστήμιο Δυτικής Μακεδονίας

ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΚΑΙ ΨΗΦΙΑΚΩΝ ΜΕΣΩΝ

Καστοριά, 2022

Πίνακας περιεχομένων

Εξώφυλλο.....	1
Πίνακας Περιεχομένων.....	2
Πίνακας Εικόνων.....	4
Εισαγωγή.....	5
Κεφάλαιο 1: Παραβατικότητα και Επιθετικότητα	7
1.1.Ορισμός παραβατικής και επιθετικής συμπεριφοράς.....	7
1.2. Ορισμός εκφοβισμού.....	8
1.3.Μορφές της επιθετικής συμπεριφοράς.....	9
1.4.Διάκριση της επιθετικότητας ως προς το φύλο	10
Κεφάλαιο 2: Αιτιολόγηση του φαινομένου της επιθετικότητας	11
2.1.Θεωρητικές κατευθύνσεις για την εμφάνιση της επιθετικότητας.....	11
2.2.Αιτιολογικοί παράγοντες και παράγοντες κινδύνου επιθετικής συμπεριφοράς	12
Κεφάλαιο 3: Αύξηση της επιθετικότητας εξαιτίας των ΜΜΕ	19
Προβολή επιθετικών και παραβατικών συμπεριφορών στα ΜΜΕ.	19
Κεφάλαιο 4: Διαδικτυακός εκφοβισμός	21
4.1.Ορισμός κυβερνοεκφοβισμού.....	21
4.2.Επιπτώσεις του Κυβερνοεκφοβισμού στο θύμα, πρόληψη και αντιμετώπιση αυτών.....	21
4.3.Διαφορές Εκφοβισμού και Κυβερνοεκφοβισμού.	22
Κεφάλαιο 5: Στατιστικά διαδικτυακού εκφοβισμού πριν και μετά την πανδημία.	23
5.1.Στατιστικά Κυβερνοεκφοβισμού.....	23
5.2.Επιθετικότητα και COVID-19.....	24
Κεφάλαιο 6: Διαδίκτυο	26
6.1.Ορισμός διαδικτύου	26
6.2.Διαδίκτυο και παραβατικότητα: Κυβερνοέγκλημα.....	26
6.3.Εθισμός στο διαδίκτυο.	27
Κεφάλαιο 7: Μελέτες και Στατιστικά σχετικά με τον εθισμό στο διαδίκτυο πριν και μετά την πανδημία.	29
7.1.Άτομα επιρρεπή στον εθισμό μέσω διαδικτύου.....	29
7.2.Αιτιολόγηση του φαινομένου του εθισμού στο διαδίκτυο.....	30
7.3.Στατιστικά εθισμού στο διαδίκτυο.....	31
Κεφάλαιο 8: Παραβατικότητα και χρήση διαδικτύου εν μέσω πανδημίας.	33
Κεφάλαιο 1: Μεθοδολογία Έρευνας	36
1.1.Ορισμός, Τύποι έρευνας, Τεχνικές δειγματοληψίας.....	36
1.2.Συμμετέχοντες.....	37

1.3. Τρόπος Διεξαγωγής της έρευνας και μέθοδος που εφαρμόστηκε.....	37
Κεφάλαιο 2: Αποτελέσματα.....	40
2.1. Στο πρώτο κομμάτι της ανάλυσης.....	40
2.2. Στο δεύτερο κομμάτι της ανάλυσης.....	43
2.3. Στο τρίτο κομμάτι της ανάλυσης.....	46
Κεφάλαιο 3: Συμπεράσματα Ερευνητικού μέρους.....	48
3.1. Συμπεράσματα Ερευνητικού μέρους.....	48
3.2. Γενικά συμπεράσματα εργασίας.....	51
Ελληνική βιβλιογραφία:	53
Ξένη βιβλιογραφία:	54

Πίνακες εικόνων

Πίνακας 1. Συχνότητες χρήσης διαδικτύου ανάλογα με το φύλο	41
Πίνακας 2. Συχνότητες εθισμού στο διαδίκτυο	42
Πίνακας 3. Στατιστικά Εξάρτησης Διαδικτύου	42
Πίνακας 4. Τιμές-Εξάρτησης Διαδικτύου	42
Πίνακας 5. Αποτελέσματα T-test	43
Πίνακας 6. Αποτελεσμάτων Tow-way ANOVA test.....	44
Πίνακας 7. Περιγραφής Στατιστικών Ηλικίας και Κυβερνοεγκλήματος	45
Πίνακας 8. Συσχέτισης μεταβλητών Εξάρτησης διαδικτύου και Αρνητικών & επιθετικών συναισθημάτων.....	47
Πίνακας 9. Αποτελεσμάτων Correlation	47

Εισαγωγή

Στην συγκεκριμένη βιβλιογραφική ανασκόπηση, μελετάται η αιτιώδης σχέση μεταξύ των μεταβλητών της παραβατικής συμπεριφοράς και επιθετικής διάθεσης μέσω διαδικτύου, κατά την περίοδο του εγκλεισμού από την πανδημία του COVID-19. Συγκεκριμένα, εξετάζεται το ποσοστό συνεχής χρήσης διαδικτύου και του διαδικτυακού εθισμού, εν μέσω καραντίνας, και αξιολογείται το αντίκτυπο στην διάθεση και την συμπεριφορά του ατόμου, εκείνο το χρονικό διάστημα. Οι βασικές μεταβλητές που μελετήθηκαν ήταν ο κυβερνοεκφοβισμός και ο διαδικτυακός εθισμός. Είναι δύο φαινόμενα που επιδεινώθηκαν σημαντικά από το πλαίσιο του εγκλεισμού και της καραντίνας, στο οποίο επιβλήθηκαν οι περισσότερες χώρες στον κόσμο, με σκοπό την καταπολέμηση και την σταδιακή μείωση των κρουσμάτων του θανατηφόρου ιού COVID-19.

Η παραβατική συμπεριφορά ενός ατόμου, μπορεί να έχει επιπτώσεις τόσο στον ίδιο τον παραβάτη όσο και στην κοινωνία. Ο κυβερνοεκφοβισμός είναι μια παραβατική συμπεριφορά, που εκδηλώνεται μέσω διαδικτύου (Ζάννη, 2005) και τα αίτια εμφάνισης του, είναι πολυπαραγοντικά (Σουσαμίδου & Βαβέτση, 2011). Οι διαφυλικές διαφορές στη ηθική ωριμότητα των ατόμων, μπορούν να οδηγήσουν στην εκδήλωση επιθετικότητας (Νόβα, 2000). Υπάρχουν δύο μορφές εκφοβισμού (Cerin et al., 2016), ο εκφοβισμός δια ζώσης (bullying) και ο εκφοβισμός μέσω διαδικτύου (Cyberbullying), όπου πρωταγωνιστούν και στις δύο μορφές, ο θύτης και το θύμα (Mesch, 2009). Ο κυβερνοεκφοβισμός, εξαιτίας της ανωνυμίας του δράστη και της τεράστιας επικινδυνότητας του διαδικτύου, μπορεί να οδηγήσει το θύμα στον αυτοτραυματισμό και την αυτοκτονικότητα (Cerin et al., 2016). Η ύπαρξη υποστηρικτικού πλαισίου και στόχων μπορεί να βοηθήσουν το θύμα να ξεπεράσει την θυματοποίηση που υπέστη (Καμαριώτης, 2013) και η κοινωνική πρόληψη, μέσω της ενημέρωση των πολιτών να πετύχει τη σταδιακή μείωση του φαινομένου (Καμαριώτης, 2013). Τα κορίτσια φαίνεται, πλέον, να έχουν περισσότερες πιθανότητες να θυματοποιηθούν μέσω διαδικτύου, απ' ότι τα αγόρια και εμφανίζουν υψηλά ποσοστά στο να προβούν σε κυβερνοεκφοβισμό (Cyberbullying Research Center, 2022).

Οι επιθετικές συμπεριφορές, τα σχόλια, οι φωτογραφίες που προβάλλονται στα μέσα ενημέρωσης και μπορεί να προσβάλουν κάποιο άτομο, επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό την συμπεριφορά και την ψυχολογία των θεατών. Οι μορφές βίας που αναπαράγονται

καθημερινά, εντείνουν τις πιθανότητες εμφάνισης επιθετικών σκέψεων και συμπεριφορών (Bushman & Huesmann, 2006). Η περίοδος του εγκλεισμού ήταν αρκετά ψυχοθόρα για τα περισσότερα άτομα, καθώς η αδράνεια και η παραμονή στο σπίτι, δημιούργησαν θυμό και εκνευρισμό στον κόσμο, με αποτέλεσμα να εμφανίσουν επιθετική συμπεριφορά (Ryan and Deci, 2000). Η επιθετικότητα φαίνεται να είχε έξαρση περισσότερο στις γυναίκες (Evans et al., 2020).

Το διαδίκτυο ως ένα μεγάλο δίκτυο σύνδεσης προσφέρει στους ανθρώπους απεριόριστες πληροφορίες (Leiner, Cerf, Clark, Kahn, Kleinrock, Lynch, Wolff, 2009) και εύκολη επικοινωνία. Παρόλα, αυτά εγκυμονεί και αρκετούς κινδύνους, όπως είναι ο εθισμός, η εκμετάλλευση και η θυματοποίηση (Τσαλίκη et al., 2012). Η υπερβολική χρήση διαδικτύου προσφέρει στο άτομο στιγμιαία ευχαρίστηση και ποτέ δεν του αρκεί (Malenka, Nestler, Hyman, 2009). Έτσι, εύκολα οδηγείται στο εθισμό. Ο εθισμός στο διαδίκτυο μπορεί να προκαλέσει προβλήματα στην ψυχική υγεία του ατόμου (Young, 1996), επιθετική στάση, παραβατικές συνήθειες και σοβαρά προβλήματα στην υγεία του (Dannon, 2007).

Βάση ερευνών, φαίνεται πως ο χρόνος που αφιερώνει κάποιος στο διαδίκτυο είναι σημαντικός, καθώς η συχνότητα χρήσης του διαδικτύου, μας δείχνει αν υπάρχει εθισμός σε αυτό (Chou, Condron & Belland, 2005). Παρατηρείται πως τα αγόρια είναι πιο ευάλωτα στον εθισμό από τα παιχνίδια (Θεοδώρου, 2009). Στην Ελλάδα και την Ευρώπη, είναι αυξημένα τα ποσοστά της συστηματικής χρήσης του διαδικτύου («Ελληνική Εταιρία Μελέτης Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο»). Με την πανδημία COVID-19, εμφανίστηκε αύξηση του χρόνου χρήσης του διαδικτύου (Li et al., 2021) και υψηλά ποσοστά εθισμού στο διαδίκτυο (Dubey, Ghosh, Chatterjee, Biswas, Chatterjee, & Dubey, 2020). Στο διάστημα της καραντίνας, αυξήθηκε σημαντικά ο εκφοβισμός μέσω του διαδικτύου (Cyberbullying Research Center, 2022) και αυτό προκάλεσε αρκετές ψυχοσυναισθηματικές δυσκολίες στον κόσμο (Cyberbullying Research Center, 2022).

Η παρούσα μελέτη έχει σκοπό να εμφανίσει σημαντική αύξηση της επιθετικής διάθεσης και των αρνητικών συναισθημάτων, κατά την περίοδο του εγκλεισμού, που οδήγησε σε αύξηση του εθισμού στο διαδίκτυο.

(Λέξεις κλειδιά: επιθετική διάθεση, επιθετική συμπεριφορά μέσω διαδικτύου, αρνητικά συναισθήματα, συχνότητα χρήσης διαδικτύου, εθισμός από το διαδίκτυο)

A: Κύριο Μέρος

Κεφάλαιο 1: Παραβατικότητα και Επιθετικότητα

1.1. Ορισμός παραβατικής και επιθετικής συμπεριφοράς

Η παραβατική συμπεριφορά και η επιθετική συμπεριφορά είναι δύο όροι που συχνά τους συναντάμε σε αρκετούς τομείς της κοινωνίας. Η παραβατικότητα είναι ένα φαινόμενο που απασχολεί ιδιαίτερα τόσο τους κλάδους της κοινωνιολογίας, της ψυχολογίας, των παιδαγωγικών όσο και της ιατρικής. Θεωρείται ένα πολυπαραγοντικό φαινόμενο και δεν είναι πάντα εύκολη η αιτιολόγηση του και ο εντοπισμός των παραγόντων που προκάλεσαν αυτή τη συμπεριφορά. Η παραβατική συμπεριφορά μπορεί να έχει επιπτώσεις τόσο στον ίδιο τον παραβάτη όσο και στον κοινωνικό του περίγυρο. Ο στιγματισμός ενός παραβάτη, είναι αναπόφευκτος. Αποδίδονται διάφοροι τίτλοι στους νέους παραβάτες, όπως «διόρρυθμος» ή «προβληματικός». Ένα άτομο που εκδηλώνει παραβατικότητα, εμφανίζει μια πιο διαφορετική συμπεριφορά από τους γύρω του, που μπορεί να οφείλεται σε προηγούμενες ψυχολογικές καταστάσεις ή τραύματα από την παιδική του ηλικία ή την εφηβεία. Συχνά φαίνεται να έχουν βιώσει και οι ίδιοι έντονη επιθετικότητα, βία, και κακοποίηση (Σουσαμίδου & Βαβέτση, 2011). Αρκετές έρευνες δείχνουν, πως ακόμα και η έκθεση των παιδιών στη βία μεταξύ των γονέων φαίνεται να διογκώνει το φαινόμενο του «φαύλου κύκλου της βίας». Πιο συγκεκριμένα, διάφορες μελέτες επιβεβαιώνουν πως οι άντρες που κατά την παιδική ή εφηβική τους ηλικία είχαν δεχτεί κάποιας μορφής κακοποίηση στην οικογένεια ή είχαν υπάρξει μάρτυρες σε κάποιο αντίστοιχο γεγονός, κάτω από την πατρική στέγη, εμφανίζονται αργότερα οι ίδιοι θήτες στην ενήλικη ζωή (Rossman et al, 2013). «Όταν κάποιος παραβαίνει τους κανόνες κατά εξακολούθηση τότε γίνεται λόγος για «αταξία» και όταν αυτή είναι συστηματική, χαρακτηρίζεται ως παραβατική». Η παραβατικότητα είναι ένα φαινόμενο που αναπαράγεται μέσω της μίμησης συμπεριφοράς. Η κοινωνία προβάλλει σωστά και λανθασμένα πρότυπα συμπεριφοράς και κοινωνικές αξίες, συνήθως χωρίς τα κατάλληλα μέσα. Έτσι, είναι σαν να στρέφει, η ίδια η κοινωνία, τους πολίτες στην παράβαση και την επιθετικότητα (Σουσαμίδου & Βαβέτση, 2011).

1.2. Ορισμός εκφοβισμού

Ο εκφοβισμός (bullying) είναι ένας όρος που αποτελείται από πολλές και διαφορετικές μορφές επιθετικών πράξεων (Aroga, 1996). Σύμφωνα με έρευνες που διεξήλθαν στις Σκανδιναβικές χώρες για το φαινόμενο του εκφοβισμού, «Θύμα εκφοβισμού, είναι κάποιος όταν εκτίθεται επανειλημμένα για ένα χρονικό διάστημα σε αρνητικές ενέργειες, που εκτελούνται από έναν ή περισσότερα άτομα» (Olweus, 1978). Είναι μια συμπεριφορά που περιλαμβάνει την προσπάθεια ενός ατόμου «θύτη» να επιβληθεί και να κυριαρχήσει κάποιο άλλο άτομο «θύμα». Είναι μια πράξη επαναλαμβανόμενων και συνεχών επιβλαβών δράσεων, όπως είναι η σωματική βία (σπρωξίματα, τράνταγμα, χτυπήματα) ή ψυχολογική και συναισθηματική βία (υβριστικά σχόλια, πείραγμα, κοινωνικός αποκλεισμός κ.λ.π.) (Lee, 2011). Σύμφωνα με τον Νορβηγό ερευνητή Dan Olweus και το OBPP Program- Olweus Bulling Prevention Program (Violence Prevention Works, 2016), φαίνεται να υπάρχει ένας βασικός διαχωρισμός του πειράγματος και του εκφοβισμού. Αυτά τα δύο μπορούν να διαχωριστούν μέσα από την ένταση, την διάρκεια, την επανάληψη της πράξης και την ανισορροπία δύναμης των εμπλεκόμενων. Πιο συγκεκριμένα, το πείραγμα γίνεται μεταξύ φίλων, δεν έχει πρόκληση σωματικού πόνου και αρκετές φορές γίνεται και μετά τον εκφοβισμό. Σε αυτή την περίπτωση όταν αρχίσει να έχει μεγάλη διάρκεια και οι πράξεις είναι, πλέον, πέραν του «αστείου» και εκτός «πειράγματος», αρχίζουν οι ψυχοσυναισθηματικές συνέπειες στο θύμα. Στον εκφοβισμό από την άλλη, δεν υπάρχουν φιλικές ή στενές, απαραίτητα, σχέσεις μεταξύ των εμπλεκόμενων και οι πράξεις συνοδεύονται από σκόπιμη πρόκληση βίας (σωματικής, λεκτικής, ψυχολογικής, οικονομικής). Η βία που ασκείται στο θύμα μπορεί να είναι εσκεμμένη, με διάρκεια και κατά συνέπεια να δημιουργείται μια «διαπροσωπική σχέση που χαρακτηρίζεται από δυσαναλογία εξουσίας» (Αρνιτοπούλου, 2001). «Ο εκφοβισμός είναι μια υποκατηγορία επιθετικής συμπεριφοράς. Η επιθετικότητα, σε κάθε πλαίσιο, μπορεί να αναφέρεται στη βία και τον εκφοβισμό. Οι δύο αυτές έννοιες συναντώνται στο σημείο τομής που αποτελεί την έννοια εκφοβισμός με σωματικά βίαια μέσα» (Σουσαμίδου & Βαβέτση, 2011).

Ασφαλώς, ένα βασικό χαρακτηριστικό του «bullying», εκτός από τον έντονα αντικοινωνικό του χαρακτήρα, είναι η ποινική του διάσταση. Ο εκφοβισμός και οι συνέπειες του, έγιναν γνωστά στο Πανελλήνιο, μετά τη δημοσιοποίηση της υπόθεσης του Βαγγέλη Γιακουμάκη, φοιτητή της γαλακτοκομικής Σχολής Ιωαννίνων. Με αφορμή αυτή την υπόθεση προστέθηκε στον Ποινικό Κώδικα το 2015 το άρ.312 ΠΚ,

το οποίο τιλοφορούταν ως «πρόκληση βλάβης με συνεχή σκληρή συμπεριφορά», θέλοντας να εντάξει ορισμένες πτυχές εγκληματικών δράσεων που συνθέτουν το «bullying». Πλέον στον νέο Ποινικό Κώδικα, ο τίτλος του άρ.312 τροποποιείται ως «σωματική βλάβη αδύναμων ατόμων» και καταλαμβάνει όλες τις πράξεις σωματικής βλάβης που στρέφονται κατά των αδύναμων ατόμων, τα οποία μπορεί να είναι ανήλικα ή πρόσωπα που δεν μπορούν να υπερασπιστούν τον εαυτό τους. Κατά την παρ.4 του άρ.312 ΠΚ, με τη σωματική βλάβη «εξομοιώνεται και η μεθοδευμένη πρόκληση έντονου σωματικού πόνου ή σωματικής εξάντλησης επικίνδυνης για την υγεία ή ψυχικού πόνου, ικανού να επιφέρει σοβαρή ψυχική βλάβη, ιδίως με την παρατεταμένη απομόνωση. Εντός του συγκεκριμένου άρθρου προβλέπονται και οι διάφορες ποινές, ανάλογα με τον τρόπο που τελείται ανά περίπτωση ο εκφοβισμός.

1.3.Μορφές της επιθετικής συμπεριφοράς

Η επιθετικότητα μπορεί να πάρει μια έκδηλη-λανθάνουσα μορφή, δηλαδή να «μεταβάλλεται σαν συμπεριφορά», μπορεί να είναι μια συμπεριφορά «ορατή», «έκδηλη», αλλά συγχρόνως, «λανθάνουσα» και «αόρατη». Επίσης, μπορεί να θεωρηθεί είτε άμεση είτε έμμεση. Όταν η επιθετική πράξη έχει μοναδική κατεύθυνση προς το αντικείμενο που έχει στόχο να βλάψει, θεωρείται άμεση. Αντίθετα, όταν η επιθετική πράξη μετατοπίζεται από τον «αρχικό στόχο» προς έναν άλλο, θεωρείται έμμεση. Ακόμα, όταν η επιθετική πράξη κατευθύνεται προς τον έξω κόσμο, χαρακτηρίζεται ως «εξωποινική», αντίθετα όταν στρέφεται προ το άτομο που ενεργεί ονομάζεται «αυτοεπιθετικότητα» ή «ενδοποινική». Επιπροσθέτως, μπορεί να είναι φυσική και να έχουμε μία πράξη που προτίθεται να προξενήσει σωματική βλάβη σ' ένα πρόσωπο ή ένα ζώο ή αλλιώς ψυχική, δηλαδή να εμφανίζεται με συμβολική μορφή. Ακόμα, μπορεί να είναι εκφραστική επιθετική ενέργεια να γίνεται αυτοσκοπός, με εκφράσεις οξυθυμικές και με έντονες εσωτερικές εξάρσεις ή συντελεστική επιθετικότητα, δηλαδή να είναι το μέσο για την υλοποίηση ενός άλλου σκοπού. Τέλος, μπορεί να είναι κοινωνική ή αντικοινωνική, όπου κοινωνική επιθετικότητα, είναι κατηγορία εχθρικών επιθετικών πράξεων που είναι όμως συμβατές με τον πολιτιστικό κώδικα που διέπει τη ζωή μας. Αντιθέτως, στις αντικοινωνικές επιθετικότητες υπάρχει ένα «τείχος αρνητισμού» απέναντι σ' αυτές τις συμπεριφορές, εξαιτίας των νόμιμων και ηθικών κανόνων της κοινωνικής πραγματικότητας (Κρητικός, 2007).

Επιπλέον, η επιθετική συμπεριφορά μπορεί να είναι σωματική ή λεκτική. Ως επιθετική συμπεριφορά λαμβάνεται η εμπρόθετη σύγκρουση, η προσπάθεια να χτυπήσει ή να τραυματίσει κάποιον, η λεκτική επιθετική πράξη (προσβολές, απειλές, πειράγματα), τα χτυπήματα, τα σπρωξίματα, οι κλωτσιές, η φυσική επαφή, οι προσβλητικές χειρονομίες, ο εμπρόθετος αποκλεισμός κάποιου από την ομάδα, η παρεμπόδιση ικανοποίησης των επιθυμιών κάποιου (Πετρόπουλος & Παπαστυλιανού, 2001).

Ακόμα, η επιθετικότητα διακρίνεται σε τρεις κατηγορίες. Η πρώτη, είναι η παρορμητική (ή εκφραστική) επιθετικότητα: Δεν έχει κάποιο συγκεκριμένο στόχο και έχει σύντομη διάρκεια. Απουσιάζει απ' αυτή τη μορφή συμπεριφοράς η σκοπιμότητα του επιτιθέμενου να βλάψει το στόχο (θύμα). Η δεύτερη, είναι η εχθρική επιθετικότητα: Ενέχει το στοιχείο της σκοπιμότητας, δηλαδή έχει ως στόχο να προκαλέσει βλάβη στο θύμα. Βέβαια, είναι δυνατόν η εχθρική επιθετικότητα να μην έχει επιθετικούς σκοπούς, αλλά την αποκατάσταση του αυτοσυναίσθηματος, το οποίο πληγώνεται από κάποια πρόκληση. Η τρίτη, είναι η συντελεστική επιθετικότητα, η οποία δεν έχει επιθετικούς στόχους, μολονότι το θύμα βλάπτεται. Η συντελεστική επιθετικότητα μπορεί να διακριθεί σε κοινωνική και αντικοινωνική (Σουσαμίδου & Βαβέτση, 2011).

1.4. Διάκριση της επιθετικότητας ως προς το φύλο

Το ζήτημα της επιθετικότητας μελετάται συχνά σε συνάρτηση με το φύλο, αφού θεωρείται από πολλούς ερευνητές πως η επιθετικότητα είναι γένους αρσενικού (Δεληγγιάννη & Σακκά, 2005). Ωστόσο, αξίζει να διευκρινιστεί πως οι σχετικές έρευνες αναφέρονται στο «κοινωνικό φύλο» (gender) και όχι στο φύλο με την έννοια της σωματικής διάκρισης (sex) (Αρτινοπούλου, 2001). Στην έρευνα των Μανωλίτση και Τάφα (2005) βρέθηκε ότι οι άντρες εκδηλώνουν συχνότερα προβλήματα εξωτερίκευσης, αλλά δεν διαφέρουν από τις γυναίκες στα προβλήματα εσωτερίκευσης. Με την αύξηση της ηλικίας, οι διαφορές φύλου μειώνονται σε μη στατιστικά σημαντικό βαθμό, επειδή και τα αγόρια καταφεύγουν στη λεκτική και έμμεση επιθετικότητα, όπως τα κορίτσια (Zoccolillo, 1993). Φαίνεται, η επιθετικότητα να διακρίνεται σε άμεση φυσική, άμεση λεκτική και έμμεση επιθετικότητα. Οι πιο ακατέργαστες επιθετικές τεχνικές, αντικαθίστανται βαθμιαία, με το πέρασμα της ηλικίας, από περισσότερο βελτιωμένες. Τα μικρά παιδιά αλλά και τα ζώα που

στερούνται λεκτικές δεξιότητες προσφεύγουν στη φυσική επιθετικότητα, ενώ όταν αναπτυχθεί η λεκτική ικανότητα αυτή αντικαθιστά σχεδόν τη φυσική επιθετικότητα. Έχουν διατυπωθεί ποικίλες ερμηνείες της διαφοράς φύλου ως προς την επιθετικότητα. Έρευνες στον κοινωνικό χώρο υποστηρίζουν διαφυλικές διαφορές στη ηθική ωριμότητα που με τη σειρά τους επηρεάζουν την έκφραση επιθετικότητας (Νόβα, 2000). Στις γυναίκες, ο ηθικός διαλογισμός προσανατολίζεται στη φιλία, γεγονός που περιορίζει τη διάθεση για αψιμαχίες. Οι κατηγορίες παραγόντων που οδηγούν στις διαφορές εκδήλωσης επιθετικότητας μεταξύ αγοριών και κοριτσιών, είναι οι Βιολογικοί (γενετικοί παράγοντες), οι Πολιτισμικοί-κοινωνικοί (διάπλαση της συμπεριφοράς από τους γονείς, το σχολείο, την εκκλησία, την κοινωνία κ.α.) (Collet, 1994). Οι ερευνητές εστιάζουν κυρίως στη δεύτερη ομάδα παραγόντων, τονίζοντας το ρόλο της κοινωνίας και του σχολείου. Η κοινωνία αποδοκιμάζει λιγότερο την αντίστοιχη επιθετική συμπεριφορά των ανδρών απ' ότι των γυναικών (Herbert, 2000).

Κεφάλαιο 2: Αιτιολόγηση του φαινομένου της επιθετικότητας

2.1. Θεωρητικές κατευθύνσεις για την εμφάνιση της επιθετικότητας.

Οι ερμηνείες για την εκδήλωση της επιθετικής συμπεριφοράς στρέφονται γύρω από τρεις κύριες θεωρητικές κατευθύνσεις. Η πρώτη κατεύθυνση δίνει βαρύτητα σε βιολογικούς παράγοντες, η δεύτερη περιλαμβάνει τις απόψεις των συμπεριφοριστών και η τρίτη στρέφεται στην επίδραση των κοινωνικών ερεθισμάτων στην επεξεργασία πληροφοριών (κοινωνικογνωστική προσέγγιση).

Η πρώτη κατεύθυνση, που εκφράζεται μέσα από την Ψυχαναλυτική Σχολή του Freud, πιστεύει ότι η επιθετικότητα είναι εγγενής, ότι είναι ένα έμφυτο ένστικτο που πρέπει να εκτονώνεται ώστε να μη συσσωρεύεται σε επικίνδυνο βαθμό. Η εκτόνωση της επιθετικότητας μπορεί να γίνεται με κοινωνικά αποδεκτό τρόπο ή με αντικοινωνικές μορφές συμπεριφοράς (Pervin & John, 1999). Στη δεύτερη κατεύθυνση ανήκουν οι συμπεριφοριστές, που θεωρούν ότι η επιθετικότητα οφείλεται σε εξωτερικούς αποκλειστικά παράγοντες. Οι άνθρωποι δηλαδή μαθαίνουν να συμπεριφέρονται επιθετικά επειδή ανταμείβονται όταν το κάνουν (Salkind, 1999). Ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στην υπόθεση της ματαίωσης στο βιβλίο των Dollard και Miller (1939), οι οποίοι υποστηρίζουν πως η ματαίωση, δηλαδή η διάψευση των προσδοκιών και των ελπίδων του ατόμου, δημιουργεί τις προϋποθέσεις εκείνες, που ευνοούν την εκδήλωση

επιθετικότητας (Πετρουλάκης, 1993). Το φαινόμενο της ματαίωσης είναι δυνατόν να λάβει διάφορες μορφές, αρχικά ως ένα ανυπέβλητο φυσικό εμπόδιο, στη συνέχεια ως περιορισμός των χρονικών περιθωρίων για μια επιβαλλόμενη ενέργεια, έπειτα ως απουσία αμοιβής για το άτομο, ανάλογη της εργασίας που επιτέλεσε και τέλος, ως απάντηση σε στιγμή κρίσης ή προβλήματος, η οποία δεν ανταποκρίνεται στα πράγματα. Η τρίτη κατεύθυνση αναφέρεται στην επιθετικότητα ως αποτέλεσμα του τρόπου γνωστικής επεξεργασίας των ερεθισμάτων του περιβάλλοντος (Dodge, 1986). Ο κάθε άνθρωπος όταν βιώνει μια κοινωνική κατάσταση, έχει αποθηκευμένες στη μνήμη του προηγούμενες εμπειρίες από αντίστοιχες καταστάσεις και έχει συνήθως έναν στόχο, όπως να γνωρίσει ανθρώπους, να διασκεδάσει. Εάν συμβεί ένα απρόοπτο γεγονός, ο τρόπος που θα το ερμηνεύσει και θα αντιδράσει, εξαρτάται από το αποτέλεσμα της γνωστικής επεξεργασίας των πληροφοριών. Τα επιθετικά άτομα, συνήθως, εκλαμβάνουν τη συμπεριφορά του άλλου, λανθασμένα, ως εχθρική, και γι' αυτό αντιδρούν με βιαιότητα. Έχουν αναπτύξει σενάρια επιθετικής συμπεριφοράς και καταφεύγουν σε αυτά εύκολα και γρήγορα, χωρίς τις περισσότερες φορές πραγματικά να χρειάζεται (Graham & Hudley, 1994).

2.2. Αιτιολογικοί παράγοντες και παράγοντες κινδύνου επιθετικής συμπεριφοράς.

Συμπεριφορές σύνθετες, όπως η επιθετική συμπεριφορά, αποτελούνται από ξεχωριστά στερεοειδικά πρότυπα συμπεριφοράς. Ο τρόπος με τον οποίο συνδέονται αυτά τα μοτίβα στο νευρικό σύστημα παραμένει άγνωστο. Η επιθετικότητα αρκετές φορές μπορεί να αποδίδεται σε κληρονομικούς παράγοντες και σε γονιδιακές μεταλλάξεις, όπως είναι αυτή του συνδρόμου Lesch-Nyhan. Το σύνδρομο αυτό ξεκινάει συνήθως στην πρώιμη παιδική ηλικία (περίπου, σε ηλικία τριών ετών) αλλά υπάρχουν και περιπτώσεις που μπορεί να εμφανισαν συμπτώματα της νόσου και αργότερα. Προσβάλλει πιο συχνά αγόρια, τα οποία το κληρονομούν από την μητέρα τους. Το 85% των προσβεβλημένων ανδρών αρχίζει να εμφανίζει έντονα προβλήματα αυτοκαταστροφικής συμπεριφοράς. Τα άτομα με αυτή την ανεπάρκεια μπορεί να εμφανίσουν σοβαρά ψυχικά και σωματικά προβλήματα. Μερικά από αυτά τα συμπτώματα που εμφανίζει ένας ασθενής που πάσχει από το σύνδρομο LNS, είναι οι διαταραχές στη συμπεριφορά του, όπως είναι ο ανεξέλεγκτος αυτοτραυματισμός, η επιθετική συμπεριφορά. Επιπλέον, το άτομο εμφανίζει συμπτώματα, που σχετίζονται με το σύνδρομο, όπως κινητικά ελλείμματα και εμετούς. Όπως στις περισσότερες

ασθένειες έτσι και σε αυτή το άτομο νιώθει εξασθένηση τόσο ψυχική όσο και σωματική. Έτσι, εξαιτίας των δυσκολιών που αντιμετωπίζει ο ασθενής αναγκάζεται να αυτοτραυματιστεί, να γίνεται επιθετικός, ψυχρός, απότομος και νευρικός απέναντι στους άλλους. Δυσκολεύεται να δεχτεί οποιαδήποτε βοήθεια, καθώς δεν πιστεύει σε κάποια θεραπεία και έτσι η απογοήτευση, οι δυσκολίες, η έλλειψη ικανοποίησης και χαράς τον οδηγούν στην επιθετικότητα. Η επιθετικότητα αυτή μπορεί να είναι προς τους άλλους, όπως επίθεση λεκτική ή σωματική σε φροντιστές, συγγενείς, φίλους ή ανθρώπους με τους οποίους συναναστρέφονται, αλλά και στον ίδιο του τον εαυτό, όπως είναι το δάγκωμα των χειλιών και της γλώσσας, σε πιο δύσκολες περιπτώσεις το άτομο οδηγείται ακόμα και στο δάγκωμα των δακτύλων του και το χτύπημα στο κεφάλι (Leonard, 2003). Έτσι, μία ασθένεια/ ένα σύνδρομο, μπορεί να οδηγήσει το άτομο σε έντονες ψυχικές και σωματικές καταστάσεις, όπως άγχος, απελπισία, πόνο και εξάντληση. Αυτά με την σειρά τους μπορούν να προκαλέσουν χαμηλά επίπεδα διάθεσης, έντονη επιθετικότητα, οργή (προς τον ίδιο του τον εαυτό ή προς τους άλλους).

Οι περισσότερες βιβλιογραφικές αναφορές, φαίνεται να συγκλίνουν σε μια αλληλεπίδραση παραγόντων που δημιουργούν ή ενισχύουν την επιθετική συμπεριφορά. Οι παράγοντες αυτοί είναι τόσο ατομικοί και βιολογικοί όσο και περιβαλλοντικοί (οι οποίοι ξεκινούν από τα πρώτα χρόνια ανάπτυξης του εμβρύου και συνεχίζουν μέχρι το πέρας της ζωής του ατόμου). Η οικογένεια είναι ένας από τους βασικότερους παράγοντες ανάπτυξης της συμπεριφοράς. Μέσα από τους γονείς επέρχεται η κληρονομικότητα των γονιδίων αλλά και η κοινωνική, η ψυχοσυναισθηματική και η συμπεριφορική ανάπτυξη του παιδιού. Η οικογένεια και οι διαπροσωπικές σχέσεις του ατόμου εμπεριέχονται στη κατηγορία των κοινωνικών παραγόντων. Το σχολείο στη συνέχεια και οι εξωτερικές αλληλεπιδράσεις του παιδιού εντάσσονται στα πλαίσια των περιβαλλοντικών παραγόντων. Και οι δύο αυτοί παράγοντες όπως και οι ατομικοί μπορούν να σχηματίσουν την συμπεριφορά του ατόμου. Έτσι, μέσα από τα λανθασμένα πρότυπα και τις δυσμενείς αλληλεπιδράσεις εμφανίζεται, πολύ εύκολα, η επιθετική και παραβατική συμπεριφορά (Γιωτάκος, 2013).

Η οικογένεια είναι ένας από τους βασικούς παράγοντες αλληλεπίδρασης και κοινωνικής ανάπτυξης ενός παιδιού. Οι σχέσεις ενός παιδιού με τους γονείς του και οι ασφαλείς δεσμοί του παιδιού με την μητέρα, προμηνύουν την μετέπειτα ανάπτυξη μη-

παραβατικών συμπεριφορών και ισορροπημένων σχέσεων του παιδιού. Οι δυσλειτουργικότητα και η έλλειψη επικοινωνίας σε μία οικογένεια μπορεί να επηρεάσει σημαντικά την συμπεριφορά και την προσωπικότητα ενός παιδιού. Οι αυστηρότητα και η μέθοδος χειραγώγησης του παιδιού είναι λανθασμένες τακτικές διαπαιδαγώγησης. Οι ελεγκτικές σχέσεις ή οι τυπικές σχέσεις (παραμελημένες) του γονέα και του παιδιού, μπορεί να οδηγήσουν σε ένα τεράστιο χάσμα ανάμεσα τους. Για την αποφυγή εκδήλωσης παραβατικής συμπεριφοράς του παιδιού, ο γονέας οφείλει να είναι δίπλα στο παιδί του, να του δείχνει εμπιστοσύνη, να το συμβουλεύει και να τον ενημερώνει σχετικά με τις συνέπειες οποιασδήποτε αποκλίνουσας συμπεριφοράς. Υπάρχουν αρκετοί παράγοντες που μπορεί να δυσκολέψουν την επικοινωνία ανάμεσα στους γονείς και τα παιδιά, να αποτρέψουν την σωστή ανατροφή των παιδιών ή την συστηματική ενασχόληση με αυτά. Συνήθως τέτοιοι παράγοντες είναι οι δύσκολες συνθήκες διαβίωσης, η έλλειψη εργασίας του γονέα ή υπερεργασία αντίθετα. Βέβαια, υπάρχουν περιπτώσεις οικογενειών όπου οι ίδιοι οι γονείς είναι δυσλειτουργικοί. Μπορεί να είναι χρήστες ουσιών ή αλκοόλ, να εμπλέκονται σε παραβατικές/εγκληματικές ενέργειες ή να είναι εθισμένοι στον τζόγο. Σε αυτές τις περιπτώσεις είναι πολύ δύσκολο ένα παιδί να «ξεφύγει» από αυτό το λανθασμένο πρότυπο (Oshima et al., 2010). Άλλες περιπτώσεις που μπορεί να οδηγήσουν εύκολα ένα παιδί στην παραβατικότητα είναι το οικογενειακό ιστορικό απώλειας γονέα ή συγγενικού προσώπου ή κακοποίηση του παιδιού ή κάποιου άλλου μέλους της οικογενείας. Η απώλεια γονέα, ειδικά της μητέρας, μπορεί να επηρεάσει αρκετά την ψυχολογία ενός παιδιού. Μερικές φορές, μπορεί να «ωριμάσει» πιο γρήγορα αλλά και να «σκληρύνει» απότομα. Τα παιδιά αυτά στην προσπάθειά τους να διαχειριστούν την κατάσταση δημιουργούν άμυνες και αποφεύγουν τα συναισθηματικά δεσίματα με άλλα άτομα, φοβούμενα ότι κάποια στιγμή θα τους χάσουν. Αρχίζουν, να αποφεύγουν την δημιουργία συναισθηματικών δεσμών, την ενσυναίσθηση και την κατανόηση των άλλων. Το ίδιο συμβαίνει και με τα άτομα που υπέστη κάποια μορφής κακοποίηση στην παιδική ηλικία (εντός ή εκτός οικογενειακού πλαισίου). Ζουν με μια συναισθηματική αβεβαιότητα, με τον φόβο της απειλής και στην επαναλαμβανόμενης θυματοποίησης. Έτσι, επιλέγουν έντονες συμπεριφορές, όπως είναι οι επιθετικές, για να πάρουν «δύναμη» και να νιώσουν κυρίαρχοι μιας κατάστασης (Menar & Gailliot, 2007).

Η κοινωνία και τα «πρότυπα» που προβάλλονται μέσα σε αυτήν είναι ένας παράγοντας επικινδυνότητας για την ανάπτυξη επιθετική συμπεριφοράς. Στα πλαίσια των κοινωνικών προτύπων βρίσκεται η κοινωνική τάξη του ατόμου, η ακαδημαϊκές του γνώσεις, οι κοινωνικές του συναναστροφές καθώς και η οικογενειακή του κατάσταση. Στον κόσμο των παιδιών και των εφήβων, η επιλογή των φίλων, οι σχολικές επιδόσεις, η κοινωνική αποδοχή, οι σχέσεις του παιδιού με τους γονείς του, καθώς και η οικονομική κατάσταση της οικογένειας του και οι συνθήκες διαβίωσης του, μπορεί να επηρεάσουν σε μεγάλο βαθμό τη διάθεση και την συμπεριφορά του. Τα παιδιά δίνουν μεγάλη βαρύτητα στην αποδοχή από τους συνομήλικους τους. Συχνά ένα παιδί υιοθετεί παραβατικές συμπεριφορές για να ξεχωρίσει, να νιώσει ότι εντάσσεται σε μία κοινωνική ομάδα, να αντλήσει δύναμη και να ανεβάσει την αυτοπεποίθησή του μέσα από αποκλίνουσες συμπεριφορές. Οι νέοι, συχνά, έχουν την ανάγκη να δημιουργήσουν δικούς τους ηθικούς κανόνες και να «απορρίπτουν» όσα παιδιά δεν τους ακολουθούν πιστά. Εκεί, γίνεται λόγος για θυματοποίηση και κοινωνική περιθωριοποίηση. Τα παιδιά που έχουν την τάση να μην υπακούν στο σύνολο, να είναι πιο ήσυχα, με χαμηλή αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση, τάση για απομόνωση, εστίαση στα καθήκοντα τους και όχι στις κοινωνικές συναναστροφές τους, μπορεί εύκολα να γίνουν στόχος. Τις περισσότερες φορές όμως αυτή η θυματοποίηση είναι εύκολο να «γυρίσει» σε πρόκληση επιθετικής και παραβατικής συμπεριφοράς είτε προς τον ίδιο τους τον εαυτό, είτε προς τους συνομήλικους τους. Πέρα από το κομμάτι της κοινωνική αποδοχής, είναι ιδιαίτερα σημαντική η υπερ-προβολή λανθασμένων κοινωνικών προτύπων στους νέους. Ο πιο άμεσος τρόπος για την προβολή αυτών είναι μέσα από τα ΜΜΕ (τηλεόραση, σειρές και ταινίες, δελτία ειδήσεων, διαδίκτυο, βιντεοπαιχνίδια). Η συνεχής προβολή σκηνών βίας, επιθετικότητας, εγκληματικών συμπεριφορών και παραβάσεων κανόνων δημιουργεί μια απευαισθητοποίηση των νεαρών. Η χρήση των μέσων ενημέρωσης και επικοινωνίας, από αρκετά μικρή ηλικία, δημιουργεί στο παιδί μια υπερ-πληροφόρηση, την οποία δυσκολεύεται να διαχειριστεί. Δέχεται πληροφορίες για κλοπές, βιασμούς, επιθέσεις, καταστροφές περιουσιών, οικονομικές δυσκολίες, πολιτικές διαμάχες, κουτσομπολιά και στοιχεία από την ζωή άλλων ατόμων, «διάσημων». Είναι τραγικό για ένα παιδί να ακούει και να βλέπει τόσα πράγματα από την προσχολική-σχολική κιόλας ηλικία. Είναι μεγάλες οι πιθανότητες τόσο να μιμηθεί συμπεριφορές που βλέπει-ακούει όσο να «φτιάξει διάφορα σενάρια στο μυαλό του», με την βοήθεια της φαντασίας (που έχει αρκετά ανεπτυγμένη σε εκείνη την ηλικία). Αυτά τα σενάρια μπορεί να οδηγήσουν ένα παιδί ακόμα και σε ακραίες συμπεριφορές.

Η συχνή θέαση σκηνών βίας και κακοποίησης μπορεί να επηρεάσει τόσο την συμπεριφορά του παιδιού όσο και την φυσιολογική του ανάπτυξη. Μπορεί να το τρομάξει και να του δημιουργήσει ισχυρούς φόβους, που με την σειρά τους μπορεί να προκαλέσουν δυσκολία στην πρόσληψη τροφής, χαμηλά επίπεδα θετικής διάθεσης, νυχτερινή ενούρηση και αυπνίες, έλλειψη συγκέντρωσης και σχολικές αποτυχίες. Η πολλαπλοί κοινωνικοί κίνδυνοι μπορεί να επηρεάσουν σε σημαντικό βαθμό την συμπεριφορά ενός παιδιού και να το οδηγήσουν στην παραβατική συμπεριφορά (Πετράκης, 2016). Για την μείωση όμως των πιθανοτήτων ανάπτυξης αποκλίνουσας συμπεριφοράς, παρά των λανθασμένων κοινωνικών προτύπων και μεμονωμένων αρνητικών συμπεριφορών που προβάλλονται, μπορεί να βοηθήσουν οι ατομικοί παράγοντες και η μοναδικότητα ενός παιδιού.

Για να υιοθετήσει κανείς μια παραβατική συμπεριφορά ή μια παραβατική στάση ζωής, σίγουρα αυτό θα καθορίζεται από την ιδιοσυγκρασία του και την προσωπικότητα του. Την ιδιοσυγκρασία ενός ατόμου, την δημιουργεί ένα σύνολο βιολογικών και ψυχολογικών στοιχείων. Αυτά σχηματίζουν την προσωπικότητα του, τις αντιδράσεις του και τη συμπεριφορά του, καθιστώντας το μοναδικό. Τα βιολογικά και ψυχολογικά στοιχεία του καθενός, συνδέονται άμεσα με την κληρονομικότητα και τους κοινωνικούς και περιβαλλοντικούς παράγοντες, που είχε από την αρχή της ζωής του. «Η ιδιοσυγκρασία συνδέεται με τη γενική υγεία και τη θνησιμότητα, με τη μελλοντική ψυχική υγεία και το άγχος». «Αν και η προσωπικότητα αναφέρεται σε στόχους, μηχανισμούς αντιμετώπισης προβλημάτων, αμυντικούς μηχανισμούς, κίνητρα, αυτοεικόνα, προσωπική ιστορία και ταυτότητα, τότε τα κύρια χαρακτηριστικά της προσωπικότητας αποτελούν βασικά στοιχεία της ιδιοσυγκρασίας (Κουφάκη et al., 2017). Έτσι, ένας έφηβος φαίνεται να εμφανίζει παραβατική συμπεριφορά όταν έχει μια «δύσκολη» προσωπικότητα ή ιδιοσυγκρασία. Αυτό βέβαια διογκώνεται και με την έλλειψη αυτοεκτίμησης και αποδοχής του εαυτού. Όσο το άτομο δεν έχει γνώση και έλεγχο του εαυτού του τόσο πιο επιρρεπές θα είναι σε παραβατικές τάσεις. Αυτό μας οδηγεί στο συμπέρασμα ότι ένα άτομο με ισορροπημένη αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση, συγκροτημένη προσωπικότητα και κοινωνικές δεξιότητες μπορεί να αναπτύξει και ισχυρότερες άμυνες και να μην οδηγηθεί σε επιθετικές συμπεριφορές, αλλά σε πιο συμβατικές και λογικές συμπεριφορές και τρόπους αλληλεπίδρασης και αυτοπροστασίας (Ντάκα & Πούλου, 2017).

Ένας, ακόμα, ατομικός παράγοντας που μπορεί να επηρεάσει τη συμπεριφορά του ατόμου και να το οδηγήσει στην παραβατικότητα, είναι η νοημοσύνη. Η νοημοσύνη του ατόμου έχει να κάνει με την ικανότητα του να μαθαίνει, να αντλεί γνώσεις από το περιβάλλον του, να προσαρμόζεται στις διάφορες καταστάσεις και η ικανότητα του να μπορεί, το άτομο, να συλλάβει αφηρημένες έννοιες. Από την άλλη, η «Συναισθηματική Νοημοσύνη (ΣΝ)» ή αλλιώς «Συναισθηματική Ευφυΐα (Emotional intelligence)» είναι η ικανότητα του ατόμου να συντονίζει τις σκέψεις του και τα συναισθήματα του, να αναγνωρίζει τα συναισθήματα των γύρω του και να μπορεί να δέχεται τα συναισθηματικά ερεθίσματα που του δίνονται. Τα άτομα με συναισθηματική νοημοσύνη είναι σε θέση τόσο να αντιληφθούν και να επεξεργαστούν τα συναισθήματα όσο και να τα εκφράσουν. Έχουν τη γνώση να διαχειριστούν τα δικά τους συναισθήματα (αλλά και τον υπολοίπων), να αντιλαμβάνονται αλλά και να δέχονται τις αρνητικές συνέπειες αυτών (Goleman, 2011). Η χαμηλή ή την οριακή νοημοσύνη, συχνά, σχετίζεται με μειωμένες ακαδημαϊκές επιδόσεις ενός παιδιού, ματαίωση των ικανοτήτων της μάθησης και στην συνέχεια εγκατάλειψη των σχολικών υποχρεώσεων. Τις περισσότερες φορές, τα νοητικά και γνωστικά ελλείματα συνδέονται με τα επίπεδα συναισθηματικής νοημοσύνης του ατόμου και τις κοινωνικές του δεξιότητες (Goleman, 2011). Σύμφωνα με τον Goleman (2011) η Συναισθηματική Νοημοσύνη εμπεριέχει το κομμάτι της αυτοεπίγνωσης (η γνώση του τι αισθάνεται το ίδιο ο άτομο), της αυτοδιαχείρισης (η ικανότητα χειρισμού των προσωπικών συναισθημάτων), η κοινωνική επίγνωση (η ικανότητα του να συναισθάνομαι τον άλλον) και τέλος η διαχείριση των σχέσεων (ικανότητα προσωπικού ελέγχου και ενεργοποίησης του εαυτού για την επίτευξη των προσδοκώμενων στόχων και την δημιουργία δυνατών κοινωνικών και συναισθηματικών δεσμών).

Ακόμα ένας ατομικός παράγοντας, που μπορεί να οδηγήσει το άτομο στην επιθετική/αποκλίνουσα συμπεριφορά, είναι η ψυχική ανθεκτικότητα. Ψυχική ανθεκτικότητα είναι η ικανότητα ενός ατόμου να ανταπεξέρχεται σε αντίξοες και δυσμενείς συνθήκες, να υπερνικά τους φόβους του και τις καταστάσεις που του προκαλούν άγχος και στρες. Η ύπαρξη της ανθεκτικότητας ενισχύεται το αίσθημα του αυτοελέγχου, της αυτοπροστασίας και της αυτοεπίγνωσης, από την οικογενειακή συνοχή και τους ασφαλείς αναπτυξιακούς δεσμούς, καθώς και από την κοινωνική αποδοχή και την ικανότητα δημιουργίας κοινωνικών επαφών και αλληλεπιδράσεων. Άτομα με χαμηλή ψυχική ανθεκτικότητα, εμφανίζουν πιο εύκολα επιθετική

συμπεριφορά. Δυσκολεύονται να ανταπεξέλθουν σε αντίξοες συνθήκες, κυριεύονται από τον φόβο και έτσι οδηγούνται στον αυτοτραυματισμό ή το «ξέσπασμα» απέναντι στους άλλους (Κατσίρας, 2008).

Επίσης, το φύλο ενός παιδιού μπορεί να είναι ένας παράγοντας ανάπτυξης επιθετικότητας. Οι περισσότεροι άνθρωποι πιστεύουν ότι οι άνδρες είναι πιο επιθετικοί από τις γυναίκες και το αποδίδουν καθαρά σε βιολογικούς παράγοντες, στην ύπαρξη τεστοστερόνης. Τα δύο φύλλα έχουν τις ίδιες πιθανότητες εμφάνισης επιθετικής συμπεριφοράς, με την μόνη διαφορά στον τρόπο εκδήλωσης της. Τα νεαρά κορίτσια θα χρησιμοποιήσουν την έμμεση επιθετικότητα, την κοινωνική χειραγώγηση, την σχεσιακή ή ψυχολογική βία, με σκοπό να υποβαθμίσει, να εκμηδενίσει, καταρρακώσει το άτομο και να νιώσει πως έτσι αποκτά δύναμη και ανωτερότητα. Αντίθετα, τα αγόρια ακολουθούν μια «μαθημένη» συμπεριφορά άμεσης βίας, με την μορφή τραμπουκισμού και σωματικής επίθεσης. Το πρώτο πλαίσιο εκδήλωσης μιας κοινωνικής συμπεριφοράς, μετά το οικογενειακό-ασφαλές πλαίσιο, είναι το σχολείο. Στο σχολείο τα δύο φύλα προσπαθούν να ενταχθούν σε ομάδες ή να «εξουσιάσουν». Ο εύκολος τρόπος κυριάρχησης είναι μέσω της βίας, είτε είναι λεκτική είτε σωματική. Τα αγόρια φαίνεται να έχουν περισσότερο την ανάγκη εξωτερικοποίησης των συναισθημάτων, γι' αυτό χρησιμοποιούν τη βία για «εκτόνωση» του άγχους και του έντονου στρες. Τα αγόρια έχουν μεγαλύτερη ανάγκη, από τα κορίτσια, να νιώθουν αποδεκτοί και δυνατοί. Γι' αυτό και υιοθετούν παραβατικές συμπεριφορές, που τους κάνουν να νιώθουν «μάγκες» και «ξεχωριστοί» (Björkqvist, 2018).

Τέλος, ένας επιπλέον ατομικός παράγοντας κινδύνου, ύψιστης σημασίας, είναι η το προγενέστερο ιστορικό παραβατικής συμπεριφοράς του ατόμου. Εάν κάποιος ξεκινήσει από μικρή ηλικία να λέει ψέματα, να κλέβει μικροπράγματα, να «ξεγελάει» και να εκμεταλλεύεται τους γύρω του, είναι πολύ πιθανό να εμφανίσει αργότερα πιο έντονες συμπεριφορές. Αρκετά παιδιά με δυσλειτουργικές οικογένειες, υιοθετούν τέτοιου είδους συμπεριφορές, στην προσπάθειά τους να επιβιώσουν. Αυτό δεν σημαίνει πως αν ένα παιδί που εμφανίζει σε μικρή ηλικία τέτοιες τάσεις, θα καταλήξει εγκληματίας. Η βαρύτητα των παραβατικών του ενεργειών στην εφηβική και ενήλικη ζωή, εξαρτάται από τη φύση και την ποιότητα των προηγούμενων πράξεων του, τον χαρακτήρα του ατόμου, τους ηθικούς και αξιακούς του κανόνες και τις ικανότητες αντίληψης και εκτίμησης του αντίκτυπου των παραβατικών πράξεων. Τέλος, φαίνεται πως το ιστορικό παραβατικής συμπεριφοράς των γονέων μπορεί να δημιουργήσει στο

παιδί όχι μόνο τα αίσθημα την επιθετικότητας αλλά την επιθυμία εγκληματικής συμπεριφοράς. Η ανεκτικότητα, ο συμβιβασμός, η υπακοή και η υποταγή στη χειραγώγηση είναι στοιχεία ενός παιδιού που «αναγκάζεται» να συνυπάρξει με έναν άκρως παραβατικό γονέα. Η ανάπτυξη ενός παιδιού μέσα σε ένα τέτοιο οικογενειακό πλαίσιο, μπορεί να του δημιουργήσει θυμό, οργή και στη συνέχεια έντονη επιθυμία για «εκτόνωση». Οι περισσότεροι παραβάτες ή κατάδικοι, είχαν ή έχουν ακόμα, κάποιον συγγενή που «πέρασε» ή που βρίσκεται ακόμα, στις φυλακές (Arel & Kaukinen, 2008).

Κεφάλαιο 3: Αύξηση της επιθετικότητας εξαιτίας των ΜΜΕ.

Προβολή επιθετικών και παραβατικών συμπεριφορών στα ΜΜΕ.

Η βία, σε όλες της τις μορφές, όταν προβάλλεται σε κοινωνικά μέσα και παίρνει μεγάλη έκταση, φαίνεται να δημιουργεί μια αδικαιολόγητη έλξη στους θεατές. Με άλλα λόγια, ο κόσμος αρέσκεται στην θέαση εγκληματολογικών υποθέσεων στα ΜΜΕ. Νιώθουν βλέποντάς τα, ότι εκτονώνονται και ξεφεύγουν από την πίεση της καθημερινότητας. Αυτό γίνεται αντιληπτό από τα ΜΜΕ και η πλειοψηφία των θεμάτων που προβάλλονται έχουν ως κύριο περιεχόμενο την βία και την εγκληματικότητα. Ο εγκληματίας, που προβάλλεται μέσα από τις ειδήσεις, οι επιθετικές ενέργειες και η αποκλίνουσες συμπεριφορές διεγείρουν την φαντασία των θεατών. Έτσι, είναι πιο εύκολο μέσω της συνεχής θέασης αυτών, τα άτομα να μπουν στην διαδικασία του να ενεργήσουν και τα ίδια παραβατικά (ειδικά αν οι θεατές είναι παιδιά και έφηβοι). Το πρόβλημα με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης είναι ότι σε κάθε συμβάν βίας ή επιθετικής συμπεριφοράς που δημοσιεύεται, γίνεται υπερπροβολή του θύματος και όχι του θύτη. Έτσι, η επέμβαση των ΜΜΕ και η συστηματική ενασχόληση με το θύμα, οδηγεί στο φαινόμενο της «δευτερογενούς θυματοποίησης». Αυτή η κατάσταση μπορεί να δημιουργήσει μεγάλη ψυχική φθορά στο θύμα και να το οδηγήσει σε απομόνωση, κατάθλιψη ή ακόμα και σε αυτοτραυματισμό ή αυτοκτονικό ιδεασμό. Αυτό παρατηρείται περισσότερο στις περιπτώσεις όπου το θύμα έχει δεχτεί κυβερνοεκφοβισμό ή εκφοβισμό δια ζώσης, σεξουαλική παρενόχληση ή εκμετάλευση μέσω διαδικτύου, αλλά και σε οποιαδήποτε άλλη μορφή βίας που μπορεί μετά να δημοσιευτεί στο διαδίκτυο και να διασύρει το θύμα. Τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης, συχνά, ευθύνονται και για τον «φόβο θυματοποίησης» που νιώθουν οι περισσότεροι άνθρωποι. Στις μέρες μας, τα ΜΜΕ είναι ένα αναπόσπαστο κομμάτι της

καθημερινότητας μας. Χρησιμοποιούνται από τους πολίτες, ανεξαρτήτου ηλικίας, για ενημέρωση σχετικά με το κράτος, την οικονομία, τα προβλήματα που αντιμετωπίζει η κάθε χώρα (ειδήσεις), ή για κοινωνική ενημέρωση (τα νέα των φίλων-γνωστών, τα νέα των διασήμων κλπ), ή ακόμα για ψυχαγωγία (παιχνίδια, μουσική, βίντεο) και επικοινωνία (μέσω εφαρμογών επικοινωνίας). Όλα όσα προβάλλονται στα μέσα ενημέρωσης μπορούν να επηρεάσουν τον τρόπο σκέψης των ατόμων. Οι αποκλίνουσες συμπεριφορές είναι παραδείγματα συμπεριφοράς που εύκολα μπορεί κάποιος να αναπαράγει. Είναι λογικό, όσο εκτίθεται κάποιος στη βία, μέσα από τα ΜΜΕ, θα αρχίσει να έχει επιθετικές σκέψεις (Bushman & Huesmann, 2006).

Όταν παρουσιάζεται το θύμα στα ΜΜΕ κυριαρχούν και αρκετά στερεότυπα. Ο «ιδανικός δράστης» δε μπορεί παρά να είναι ο κακός στα ΜΜΕ, ανταποκρινόμενος στο κοινωνικό πρότυπο, έτσι και το «ιδανικό θύμα» δε μπορεί παρά να είναι αθώο. Αυτό όμως δεν έχει πάντα και τις καλύτερες συνέπειες, καθώς μέσα από την συνεχή προώθηση και κάλυψη των θυμάτων, έχοντας ελλιπή στοιχεία μπορεί να οδηγηθεί κανείς σε εσφαλμένη αντίληψη της πραγματικότητας. Για παράδειγμα, σε περιπτώσεις όπου, μετά από οποιασδήποτε μορφής επιθετική συμπεριφορά, το θύμα υπερθεάθηκε στα ΜΜΕ (με στόχο την προσέλκυση και την ευαισθητοποίηση του κοινού), το θύμα σε δεύτερο χρόνο, για να εκδικηθεί τον δράστη, άσκησε το ίδιο αυτή την φορά βία. Έτσι, αναπαράγεται ένας «φαύλος κύκλος της βίας». Όπου το θύμα, γίνεται ο δράστης και ο δράστης, γίνεται το θύμα. (Murray & Ostrov, 2009).

Η θέαση επιθετικών συμπεριφορών, σχολίων, φωτογραφιών που προσβάλουν κάποιο άτομο, στα μέσα ενημέρωσης, επηρεάζει βραχυπρόθεσμα τους ενήλικες και μακροπρόθεσμα τα παιδιά και τους εφήβους. Οι ενήλικες έχουν μεγαλύτερη γνώση και η θέαση όλων αυτών δεν θα τους επηρεάσει σε μεγάλο βαθμό (παρά στιγμιαία). Στα παιδιά και στους εφήβους όμως, λειτουργεί είτε ως πρότυπο προς μίμηση είτε ως τραυματικό συμβάν. Έτσι, οι μορφές βίας που προβάλλονται στα μέσα ενημέρωσης, σε καθημερινή βάση, εντείνουν τις πιθανότητες εμφάνισης επιθετικών σκέψεων και συμπεριφορών ή ψυχοσυναισθηματικών δυσκολιών (Bushman & Huesmann, 2006).

Κεφάλαιο 4: Διαδικτυακός εκφοβισμός

4.1. Ορισμός κυβερνοεκφοβισμού

Ο διαδικτυακός εκφοβισμός εκδηλώνεται με την συστηματική αποστολή μηνυμάτων, φωτογραφιών, σχολίων από τον θύτη προς το θύμα, τα οποία μπορεί να το προσβάλλουν, να το εκθέτουν και να επηρεάζουν σημαντικά τα επίπεδα της διάθεσης του. Σ' αυτή τη διαδικασία συνήθως είναι δύο πρόσωπα, ο θύτης και το θύμα. Βέβαια, μπορεί να είναι ένας ή περισσότεροι θύτες που επιτίθενται σε ένα άτομο ή σε μία ομάδα ατόμων με σκοπό να τους προκαλέσουν πόνο. Οι θύτες μπορεί να έχουν συγκεκριμένα χαρακτηριστικά όπως τι να προέρχονται από ένα προβληματικό οικογενειακό περιβάλλον ή να ήταν κάποια στιγμή στην ζωή τους οι ίδιοι θύματα εκφοβισμού ή ενδοοικογενειακή βίας ή ακόμα σε άλλο πλαίσιο. Ακόμα, μπορεί να είναι άτομα με χαμηλή αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση (Mesch, 2009), που έχουν την τάση να επιβάλουν την εξουσία και τον έλεγχο στους άλλους, έχουν χαμηλά επίπεδα ενσυναίσθησης και ένα αίσθημα ψυχρότητας και αδιαφορίας προς το θύμα, γι' αυτό και τις περισσότερες φορές «χάνουν τον έλεγχο» και οδηγούν το θύμα σε αδιέξοδο. Τις περισσότερες φορές, προσπαθούν να πείσουν το θύμα ότι εκείνο ευθύνεται για την θυματοποίηση του, δημιουργώντας του τύψεις και ενοχές. Τέλος, συχνά φτιάχνουν ομάδες δραστών για να μπορούν να επιτίθενται στο θύμα όλοι μαζί και να οδηγείται σε αδιέξοδο, χωρίς να μπορεί να αντιδράσει και να ξεφύγει (Αντωνιάδου & Κόκκινος, 2013). Τα θύματα είναι αδύναμα, με χαμηλή αυτοεκτίμηση, χαμηλή αυτοπεποίθηση και χαμηλά επίπεδα κοινωνικών δεξιοτήτων που δεν μπορούν να αντιδράσουν και να αμυνθούν. Έτσι, εσωτερικεύουν τα συναισθήματα τους και μπορούν εύκολα να εμφανίσουν ψυχικές διαταραχές, κατάθλιψη, μελαγχολία και να οδηγηθούν ακόμα και στον αυτοτραυματισμό και την αυτοκτονία (Αντωνιάδου & Κόκκινος, 2013).

4.2. Επιπτώσεις του Κυβερνοεκφοβισμού στο θύμα, πρόληψη και αντιμετώπιση αυτών.

Ο κυβερνοεκφοβισμός μπορεί να έχει σοβαρές επιπτώσεις στο θύμα. Μετά από μία επίθεση, ανάλογα το βαθμό και την μορφή της, το άτομο μπορεί να αργήσει να συνειδητοποιήσει τη θυματοποίηση που δέχτηκε. Πρώτα, μπορεί να χάσει το ενδιαφέρον του για δραστηριότητες, να παραμελήσει τους στόχους του και τις υποχρεώσεις του, να μειωθεί η κοινωνικότητα του και η εμπιστοσύνη του στους. Έπειτα, μπορεί να εμφανίσει διατροφικές διαταραχές (νευρική βουλιμία ή νευρική

ανορεξία), διαταραχές ύπνου και διαταραχές στην διάθεση. Ακόμα, μπορεί να προκληθούν ψυχικές διαταραχές και μόνιμα ψυχοσωματικά . Τέλος, υπάρχει το ενδεχόμενο αυτοτραυματισμού ή αυτοκτονίας, καθώς το θύμα τις περισσότερες φορές οδηγείται σε αδιέξοδο (Ortega et al., 2008).

Για να καταφέρει το θύμα να επανέλθει στους ρυθμούς του, καλό θα ήταν να έχει δίπλα του το κατάλληλο υποστηρικτικό πλαίσιο. Πρώτα, οι γονείς, οι φίλοι και στην συνέχεια η στήριξη από ειδικούς (γιατρούς και ψυχολόγους) μπορούν να βοηθήσουν το θύμα να ξεπεράσει το σοκ της θυματοποίησης που δέχτηκε και να προχωρήσει. Είναι σημαντικό, να εκπαιδευτούν οι ευπαθείς ομάδες όπως είναι τα παιδιά, οι ηλικιωμένοι και τα άτομα με νοητικές δυσκολίες, έτσι ώστε να αγνοούν τέτοιες συμπεριφορές, όπως μηνύματα και σχόλια από ξένους. Επίσης, η αστυνομία καλό θα είναι να έρθει πιο κοντά στον κόσμο και να φτιαχτούν αρμόδια τμήματα στα οποία τα άτομα να μπορούν να απευθυνθούν και να αναφέρουν το συμβάν, χωρίς να εκτεθούν, να στιγματιστούν ή να παραγραφεί η υπόθεση θυματοποίησης τους. Και τέλος, να υπάρχει έλεγχος στα σχολεία και άμεση αναφορά (στους γονείς ή στη διεύθυνση) σε περίπτωση που γίνει αντιληπτή κάποιας μορφής βία (Καμαριώτης, 2013).

4.3. Διαφορές Εκφοβισμού και Κυβερνοεκφοβισμού.

Ο εκφοβισμός δια ζώσης επαφής, μπορεί να οφείλεται σε συγκεκριμένες διαφορές μεταξύ των δύο υποκειμένων, όπως είναι το φύλο, οι προτιμήσεις, οι αξίες, τα πιστεύω. Στον κυβερνοεκφοβισμό, όμως, δεν μπορεί να αναγνωρίσει το θύμα τον θύτη, διότι δεν μπορεί να τον δει ή να μάθει πράγματα για εκείνον, σε αντίθεση με τον δράστη που μπορεί να γνωρίζει τα πάντα για το θύμα του (Mesch, 2009). Ο εκφοβισμός είναι συνήθως προμελετημένος και προβλέψιμος, στο που και πότε θα επιτεθεί ο θύτης στο θύμα. Η θέση του δράστη μπορεί να είναι έντονα επιθετική και εκρηκτική ως προς το θύμα, καθώς «τραμπουκίζοντάς» το, μπορεί και να του επιβάλλεται (Boulton et al, 2001). Ενώ στον κυβερνοεκφοβισμό οι επιθέσεις μπορεί να είναι τυχαίες, και όχι προγραμματισμένες, σε οποιοδήποτε χρόνο, όπου ο θύτης είναι ανώνυμος, χωρίς ενσυναίσθηση, όρια και περιορισμούς. Η διάδοση το πληροφοριών και των αρχείων που έχει ο δράστης υπό την κατοχή του και μπορούν να βλάψουν το θύμα, μεταδίδονται σε μικρό χρονικό διάστημα σε όλο τον κόσμο και είναι ανεξέλεγκτη η αποφυγή της έκθεσης του θύματος. Δυστυχώς η ανωνυμία του δράστη και η μη ύπαρξη κοινωνικο-

δημογραφικού προφίλ, που να τον χαρακτηρίζει, απομακρύνει αρκετά τις αρχές από τον εντοπισμό του, και κατ' επέκταση εμποδίζει την ψυχική ηρεμία του θύματος (Ortega et al., 2008).

Κεφάλαιο 5: Στατιστικά διαδικτυακού εκφοβισμού πριν και μετά την πανδημία.

5.1. Στατιστικά Κυβερνοεκφοβισμού.

Τα τελευταία χρόνια έχουν αυξηθεί αρκετά τα περιστατικά διαδικτυακού εκφοβισμού σε όλη την Ευρώπη. Τα παιδιά δημοτικού και γυμνασίου, έχοντας άγνοια κινδύνου μιλάνε εύκολα με άγνωστα άτομα μέσω διαδικτύου, με σκοπό να θυματοποιούνται εύκολα. Περίπου ένα 5-6% των παιδιών αυτής της ηλικίας πέφτει θύμα διαδικτυακής παρενόχλησης, ενώ περίπου τα μισά από αυτά παραδέχονται ότι έχουν θυματοποιήσει και τα ίδια κάποιον άλλον. Τα μισά και παραπάνω παιδιά, τα οποία γίνονται θύτες στον διαδικτυακό χώρο, στην συνέχεια γίνονται και στην πραγματική ζωή. Το ίδιο ισχύει και με τα θύματα, καθώς αρκετά παιδιά, τα οποία είναι θύματα στην καθημερινότητα τους, γίνονται και μέσω διαδικτύου, και το αντίστροφο.

Τα άτομα που ενεργούν ενάντια στους άλλους, με επιθετική συμπεριφορά, συχνά είναι άτομα με ψυχολογικά προβλήματα, επιπόλαια και ευάλωτα, τα οποία μπορεί να ήταν και τα ίδια θύματα κάποια στιγμή. Στις Μεσογειακές χώρες όπως είναι η χώρα μας, η Τουρκία, η Ιταλία, η Ολλανδία και η Πορτογαλία, τα ποσοστά του διαδικτυακού εκφοβισμού δεν είναι και τόσο υψηλά, σε σχέση με άλλες χώρες που το εκφοβισμός είτε δια ζώσης είτε μέσω διαδικτύου είναι καθημερινό φαινόμενο. Στην Ελλάδα τα ποσοστά διαδικτυακού εκφοβισμού αλλά και δια ζώσης επίθεσης, έχουν απόκλιση 2% κάτω από τα ποσοστά της Ευρώπης γενικότερα (LSE, 2022).

Περίπου το 40-50% των μαθητών έχουν βιώσει διαδικτυακό εκφοβισμό. Η μορφή εκφοβισμού μέσω διαδικτύου, που έχει τα υψηλότερα ποσοστά είναι η διάδοση φήμης και στην συνέχεια η λεκτική επίθεση μέσα από κακεντρεχή σχόλια αναρτημένα στο διαδίκτυο σε κοινή θέα ή μέσω αποστολής προσωπικού μηνύματος. Ένα 14% των μαθητών γίνονται θύτες μέσω διαδικτύου. Είναι σύνηθες, να αναρτούν φωτογραφίες σε δημόσια θέα, με σκοπό να προσβάλουν το θύμα και να το γελοιοποιήσουν. Ακόμα, τα σχόλια και οι αρνητικές κριτικές, από ένα άτομο ή μια ομάδα ατόμων, είναι ένας

τρόπος να οδηγούν το θύμα σε αδιέξοδο από την επίθεση που του ασκείται. Η θυματοποίηση στα αγόρια και στα κορίτσια στον κυβερνοχώρο, ενώ παλαιότερα βρισκόταν περίπου στα ίδια ποσοστά (22% στα αγόρια και 24% στα κορίτσια), πλέον ένα κορίτσι έχει περίπου 50% πιθανότητα να θυματοποιηθεί στον κυβερνοχώρο. Τα κορίτσια επιπλέον έχουν αρκετές πιθανότητες να γίνουν και οι ίδιες θύτες στον κυβερνοχώρο, ενώ τα αγόρια μπορεί να γίνουν απλά παραβατικά για να ξεχωρίσουν (Cyberbullying Research Center, 2022). Ο κυβερνοεκφοβισμός στην Ευρώπη φτάνει το 65%. Ακολουθεί η Αφρική με 4% κάτω από την Ευρώπη και με 67% η Βόρια Αμερική. Τα υψηλότερα ποσοστά τα έχει το Περού με 80%, η Αργεντινή, το Μεξικό και η Βραζιλία που κυμαίνονται στο 70-75%. Στις ΗΠΑ και στο Ηνωμένο βασίλειο το ποσοστό είναι λίγο πιο κάτω από το 70% (Mallory Newall, 2018).

5.2.Επιθετικότητα και COVID-19

τους αρχές Μαρτίου του 2020, με σκοπό την αποφυγή της εξάπλωσης του ιού COVID-19, τα διάφορα κράτη ανά τον κόσμο υποχρέωσαν τους πολίτες να παραμείνουν εγκλειστοί τους σπιτί τους. Με αυτή την απόφαση, επήλθαν και κάποια μέτρα που άλλαξαν σε μεγάλο βαθμό την ζωή όλων. Οι περιορισμοί ήταν όλο και περισσότεροι και η αποφυγή της απομόνωσης στο σπίτι ήταν αναπόφευκτη. Έτσι, τα άτομα στερήθηκαν την επικοινωνία, την εργασία και την εκπαίδευση δια ζώσης και στην θέση αυτών ήρθαν συστήματα διαδικτυακής επικοινωνίας, τηλεργασίας και τηλεεκπαίδευσης. Η διασκέδαση σε εστιατόρια, καφέ, μπαρ, σινεμά και θέατρα αντικαταστάθηκε με νέους διαδικτυακούς τρόπους διασκέδασης και ψυχαγωγίας. Το τουριστικό διάστημα της καραντίνας αντί να μειώνεται, έπαιρνε συνεχώς παράταση, με αποτέλεσμα να δημιουργηθεί τους νέος τρόπος ζωής για τους πολίτες κάθε κράτους. Το άγχος, ο φόβος και οι αμφιβολίες, όλο αυτό το διάστημα, ήταν πολύ έντονες, όχι μόνο εξαιτίας του ενδεχομένου νόσησης και θνητοσύνης, αλλά και εστιασμένης της περιθωριοποίησης και της αβέβαιης επιστροφής στους κανονικούς ρυθμούς των ανθρώπων. Το πρώτο κίολας έτος της πανδημίας είχε ήδη επηρεαστεί σε μεγάλο βαθμό η ψυχική υγεία των ανθρώπων. Αυξήθηκαν τα συμπτώματα άγχους, στρες, κατάθλιψης, το αίσθημα την μοναξιάς και η τάση αυτοτραυματισμού (Groarke, Berry, Graham, McKenna, Phoebe, McGlinchey, Armour, Murakami, 2020). Κατά την περίοδο του εγκλεισμού τα άτομα ήταν λιγότερο αυτόνομα και δεν ένιωθαν και τόσο ικανοί και δημιουργούσι οι πολίτες κλεισμένοι μέσα στα σπιτί τους. Η ματουσωση που

υφίσταντους καθώς και αυτό το αίσθημα της απογοήτευσης που τους δημιουργήθηκε ενίσχυσαν την επιθετική διάθεση του κόσμου. Καθώς, όντας έγκλειστοι, δυσκολευόντουσαν να κάνουν όνειρα, στόχους και μακροχρόνια πλάνα (για την εργασία, για διασκέδαση και ταξίδια, για την εκπαίδευση ή για μεγάλα οικονομικά ανοίγματα σε επενδύσεις) και αυτό δημιουργούσε θυμό και εκνευρισμό (Ryan and Deci, 2000). Επιπλέον, όσο οι πολίτες έμεναν κλεισμένοι μέσα στα σπίτια τους χωρίς κοινωνικές συναναστροφές, χωρίς βόλτες και διασκέδαση, χωρίς δραστηριότητες κττουςζόμετους ήταν αναμενόμενο να εμφανίσουν επιθετικότητα, σε όλες της, τις μορφές (δηλαδή σωματική, λεκτική και ψυχολοσυναισθηματική). Η επιθετικότητα αυτή θα εκδηλωνόταν είτε άμεσα (δηλαδή εντός του οικογενειακού πλαισίου ή ανάμεσα στα άτομα που βρισκόντουσαν σε κοινό χώρο καραντίνας) είτε έμμεσα (δηλαδή μέσω διαδικτύου) (Breuer and Elson, 2017). Η επιθετικότητα «έβρισκε καταφύγιο» στα σπίτια που τους ζρχαν ήδη δυσμενείς σχέσεις. Ζευγάρια με προβλήματα σττουςσχέση τους, εύκολτουςζηγούνταν σε εκρηκτικές συμπεριφορές, εξαιτίας της συνεχής επαφής κατουςζης γενικότερης έλλειψης ενδιαφερτουςζ. Η επιθετικότητα κατά την διάρκεια της πανδημίας είχε έξαρση περισσότερο στις γυναίκες. Καθώς, οι υποχρεώσεις μέσα στο σπίτι (η φύλαξη και απασχόληση των παιδιών), η έλλειψη επαγγέλματος και η μη-ύπαρξη δραστηριοτήτων και κοινωνικών σχέσεων ήταν αυτά που δημιουργούσαν εσωτερικό θυμό και ανάγκη για εκτόνωση. Δυστυχώς, η παρεμπόδιση των εργασιακών και των ατομικών στόχων του ατόμου εν μέσω πανδημίας, έβρισκε πλαίσιο εκτόνωσης το σπίτι. Εκεί τα θύματα ήταν οι γυναίκες ή τα παιδιά, κάτι που είναι αρκετά δυσάρεστο για την κοινωνία. Τα παιδιά που δέχτηκαν την τόσο πίεση και τον περιορισμό, εξαιτίας του εγκλεισμού, σίγουρα θα εμφανίσουν και τα ίδια κάποιες μορφές παραβατική σττουςριφορά. Συνήθως, τα παιδιά εκδηλώνουν την επιθετικότητα μεταξύ των συνομήλικων τους και αρκετές φορές μέσω του διαδικτύου, καθώς επικρατεί εκεί η ανωνυμία και η έλλειψη ορίων (Evans et al., 2020).

Κεφάλαιο 6: Διαδίκτυο

6.1. Ορισμός διαδικτύου

Με τον όρο «διαδίκτυο», νοείται ένα μεγάλο δίκτυο σύνδεσης υπολογιστών ανά τον κόσμο. Με την βοήθεια του διαδικτύου, μπορεί κανείς να ανταλλάξει πληροφορίες και να έρθει σε επαφή με άλλα άτομα, γρήγορα και χωρίς περιορισμούς. Βασιζόμενοι σε ιστορικές καταγραφές, η ανακάλυψη του διαδικτύου ξεκίνησε στις ΗΠΑ, υπό πολεμικές συνθήκες. Δημιουργήθηκε εκεί η ανάγκη κατασκευής εξελιγμένων και καινοτόμων συστημάτων άμυνας και ερευνών. Αυτό ήταν ένα είδος διαδικτύου που ονομαζόταν ARPANET. Έτσι, η εφαρμογή του ξεκίνησε κάπου το 1969. Τα επόμενα 20, περίπου, χρόνια, ανακάλυπταν όλο και περισσότερα πράγματα σχετικά με το διαδίκτυο. Μέχρι που η πρόσβαση στο Internet άρχισε να είναι όλο και πιο εύκολη, όλο και πιο συχνή. (Leiner, Cerf, Clark, Kahn, Kleinrock, Lynch, Wolff, 2009).

Οι λόγοι για τους οποίους δημιουργήθηκε το διαδίκτυο ήταν για να μπορεί ο κόσμος να επικοινωνεί πιο εύκολα και να μοιράζεται με μεγαλύτερη ευκολία και σε συντομότερο χρονικό διάστημα πληροφορίες, αρχεία, γνώσεις, ενημέρωση, προϊόντα και υπηρεσίες. Οι κίνδυνοι χρήσης του όμως, όσο περνούν τα χρόνια γίνονται όλο και περισσότεροι. Υπάρχουν ψευδείς πληροφορίες, Ηλεκτρονικές απάτες, Επιθετικές και εκφοβιστικές συμπεριφορές, ακόμα και επικίνδυνες κοινωνικές διαδικτυακές συναναστροφές, οι οποίες μπορούν να αποβούν μοιραίες (Leiner et al., 2009).

6.2. Διαδίκτυο και παραβατικότητα: Κυβερνοέγκλημα.

Κυβερνοέγκλημα (computer crime) είναι μια παράνομη συμπεριφορά που λαμβάνει χώρα στο διαδίκτυο. Μπορεί να πραγματοποιηθεί μέσω ηλεκτρονικό υπολογιστή, βλάπτοντας τα συστήματα ασφαλείας των υπολογιστών και των δεδομένων τους (hacking, cracking). Κυβερνοέγκλημα (computer related crime) μπορεί να είναι μια παράνομη συμπεριφορά όπως είναι η παιδική πορνογραφία μέσω διαδικτύου, η προσβολή της πνευματικής ιδιοκτησίας, η εξύβριση ή η τρομοκρατία κάποιου στο διαδίκτυο (Λάζου, 2001).

Ο κυβερνοχώρος έχει τόσα πλεονεκτήματα όσο και μειονεκτήματα. Ένα από τα θετικά του διαδικτύου είναι ότι τα άτομα μπορούν να επικοινωνούν, να ανταλλάσσουν απόψεις, να γνωρίζουν διαφορετικούς τρόπους σκέψης και αντίληψης από ανθρώπους

με διαφορετική πολιτισμική ταυτότητα. Επίσης, διευκολύνει την αγορά προϊόντων, κάνοντας την πιο άμεση και εύκολη. Επιπλέον, προσφέρει στους χρήστες αρκετές πληροφορίες ενημέρωσης και εκπαίδευσης, σε διάφορα θέματα και αντικείμενα. Το κακό όμως είναι ότι οι πληροφορίες που υπάρχουν στο διαδίκτυο, είναι μη ελεγχόμενες και όχι πάντα αξιόπιστες. Έτσι, καθιστάτε ως μέσο επικίνδυνο, ως προς την δημοσίευση προσωπικών στοιχείων. Δυστυχώς υπάρχει ανεξέλικτη χρήση του διαδικτύου, που εύκολα μπορεί να οδηγήσει κάποιον σε εθισμό ή θυματοποίηση (Τσαλίκη et al., 2012).

Αρκετές φορές, το διαδίκτυο, αντί να προάγει τα άτομα και να τα βοηθάει μέσα από την ατέρμονη πληροφόρηση που παρέχει, μπορεί να λειτουργήσει ως «παγίδα». Δηλαδή, να ωθεί τα άτομα στον εθισμό και στην συνεχή χρήση του, χάνοντας χρόνο από σημαντικές υποχρεώσεις και δραστηριότητες. Η συνεχή χρήση των ιστοσελίδων κοινωνικής δικτύωσης έχει αντικαταστήσει σε μεγάλο βαθμό την πραγματική επικοινωνία των ανθρώπων. Μέσα από αυτά υπάρχει έκθεση προσωπικών πληροφοριών, φωτογραφιών, σχολίων σε δημόσια θέα που εύκολα μπορούν να χρησιμοποιηθούν από τρίτους, με σκοπό να προκαλέσουν πόνο στον άλλον. Τέλος, τα άτομα καθημερινά ζουν σε μια «πλασματική πραγματικότητα», η οποία επηρεάζει σημαντικά τη διάθεση τους και κατ' επέκταση την καθημερινότητά τους. Η επανειλημμένη χρήση του διαδικτύου, μπορεί να οδηγήσει στην εκδήλωση επιθετικής συμπεριφοράς (cyberbullying) (Αντωνιάδου & Κόκκινος, 2013).

6.3.Εθισμός στο διαδίκτυο.

Ο εθισμός είναι μια συμπεριφορά-διαταραχή που χαρακτηρίζεται από έντονη και μη ελεγχόμενη επιθυμία για πράγματα, διαδικασίες ή δραστηριότητες. Το άτομο που είναι εθισμένο, δεν αντιλαμβάνεται την παρορμητική συμπεριφορά που εμφανίζει, ούτε μπορεί να κατανοήσει τις επιπτώσεις της διαταραχής. Πιο συγκεκριμένα, το άτομο οδηγείται σε καταναγκασμούς και επιδιώκει, συνεχώς, την επαφή με το αντικείμενο ή την διαδικασία που το εθίζει. Η ικανοποίηση που παίρνει το άτομο είναι στιγμιαία και ποτέ δεν του αρκεί. Οι πιο δύσκολοι εθισμοί είναι εκείνοι στα ναρκωτικά, στο αλκοόλ, στην νικοτίνη, στον τζόγο, στα παιχνίδια μέσω διαδικτύου, στα τυχερά παιχνίδια, στις αγορές (συνήθως στις διαδικτυακές αγορές), στις διαδικτυακές διαπροσωπικές σχέσεις, στη διακίνηση πορνογραφικού υλικού, παράνομης μουσικής και ταινιών ή την λήψη

για προσωπική χρήση. Ο όρος «εθισμός», συχνά, χρησιμοποιείται και μεταφορικά, σε καταστάσεις όπου κάποιος εμφανίζει έντονη επιθυμία να κάνει κάτι ή να χρησιμοποιήσει κάτι (όπως τα μέσα ενημέρωσης) σε μεγάλη συχνότητα (Malenka, Nestler, Hyman, 2009).

Η Διαταραχή εθισμού στο διαδίκτυο-«Internet Addiction Disorder» είναι ο όρος που περιγράφει την καταναγκαστική ενασχόληση του ατόμου με ένα συγκεκριμένο αντικείμενο, δραστηριότητα ή διαδικασία μέσω διαδικτύου. Ο εθισμός στο διαδίκτυο προκαλεί, περισσότερο, προβλήματα στην ψυχική υγεία του ατόμου, καθώς επηρεάζει τις κοινωνικές του σχέσεις, δραστηριότητες, υποχρεώσεις. Το άτομο που είναι εθισμένο, αρχίζει να έχει δυσκολία ελέγχου της συμπεριφοράς του και των επιθυμιών του. Ακόμα, χαρακτηρίζεται από έντονη επιθυμία για απόσυρση, κοινωνική απομόνωση. Επίσης, ενδέχεται να εμφανίσει δυσκολίες στην επικοινωνία με τους δικούς του ανθρώπους, δυσκολίες στην διαχείριση των υποχρεώσεων του (οικονομικών, εργασιακών, οικογενειακών, κοινωνικών ή ακόμα και βιοποριστικών) (Young, 1996). Έτσι, η έντονη χρήση του διαδικτύου μπορεί να οδηγήσει στην εμφάνιση μιας «Παθολογικής συμπεριφοράς», η οποία προκαλεί αρκετά συμπτώματα, όπως είναι η αλλαγή της διάθεσης, η εμφάνιση επιθετικής διάθεσης και η δυσκολία αντιμετώπισης σημαντικών υποχρεώσεων στην καθημερινότητα του ατόμου (Morahan- Martin & Schumacher, 2000). Επιπλέον, με την ανεξέλεγκτη χρήση του διαδικτύου, επηρεάζεται σε μεγάλο βαθμό ο ύπνος του ατόμου, οι ώρες που χαλαρώνει και ηρεμεί-ξεκουράζεται το οπτικό νεύρο του ανθρώπου, χάνεται το ενδιαφέρον για δραστηριότητες, για μελέτη, για εργασία, για κοινωνικές συναναστροφές. Επίσης, το άτομο μπορεί να εμφανίσει διατροφικές διαταραχές (όπως βουλιμία, παχυσαρκία ή νευρική ανορεξία). Ιδιαίτερος σημαντικό, είναι ότι το άτομο μπορεί να εμφανίσει ψυχοσωματικά συμπτώματα, αλλοπρόσαλλες και παρορμητικές συμπεριφορές, επιθετική στάση ή παραβατικές συνήθειες και τέλος πόνους ή βλάβες σωματικές και ενδεχομένως χρόνιες παθήσεις (Dannon, 2007).

Κεφάλαιο 7: Μελέτες και Στατιστικά σχετικά με τον εθισμό στο διαδίκτυο πριν και μετά την πανδημία.

7.1. Άτομα επιρρεπή στον εθισμό μέσω διαδικτύου.

Υπάρχουν αρκετοί παράγοντες που μπορούν να οδηγήσουν ένα άτομο στην υπερβολική χρήση του διαδικτύου. Συνήθως, επιλέγει κανείς το διαδίκτυο για να αναζητήσει ένα νέο κοινωνικό πλαίσιο, βασιζόμενο στην ανωνυμία και στην μη ύπαρξη αναστολών. Τόσο η σύντομη οικειότητα που δημιουργείτε μέσω του διαδικτύου, όσο και η εύκολη και γρήγορη πρόσβαση σε αυτό, δημιουργούν ένα βολικό και απρόσωπο πλαίσιο ικανοποίησης προσωπικών αναγκών. Η συνεχή χρήση του διαδικτύου, εύκολα μπορεί να οδηγήσει σε έλλειψη δια ζώσης κοινωνικών σχέσεων. Έτσι, τα άτομα έχουν την ανάγκη να δημιουργούν διαδικτυακές σχέσεις και να εμφανίζουν εθιστικές συμπεριφορές απέναντι στο ίντερνετ (Shotten, 1991). Τις περισσότερες φορές τα παιδιά και οι έφηβοι, είναι εκείνοι που ενδίδουν πρώτοι στο διαδίκτυο. Μέσα από τους υπολογιστές, τα τάμπλετ και τα κινητά μπορούν να επικοινωνούν περισσότερο, να ενημερώνονται συνέχεια και για όλα τα ζητήματα, καθώς και να απολαμβάνουν με τις ώρες τα αγαπημένα τους ηλεκτρονικά παιχνίδια και να δημιουργούν ακόμα και εικονικούς φίλους μέσα από αυτά. Δυστυχώς, τόσο η επικοινωνία μέσω διαδικτύου, όσο και το ηλεκτρονικό παιχνίδι, εγκυμονούν ατέρμονους κινδύνους, καθώς δεν υπάρχει οπτική επαφή με κανέναν χρήστη, υπάρχει έλλειψη ελέγχου και μία τυποποιημένη συμπεριφορά, πίσω από την οποία μπορεί να κρύβεται μία πολύ διαφορετική προσωπικότητα του ατόμου, από εκείνη που προβάλλεται. Το διαδίκτυο είναι ένα μέσο διαφυγής από τις καθημερινές δυσκολίες και τα προβλήματα. Πολύ συχνά, τα αγόρια είναι πιο ευάλωτα στον εθισμό από τα παιχνίδια και τις διάφορες εφαρμογές του διαδικτύου. Ακόμα, παιδιά που μεγαλώνουν μόνα, χωρίς αδέρφια ή με αδέρφια πολύ μεγαλύτερα τους, βρίσκουν εύκολα παρέα μέσα στο ίντερνετ, είτε επικοινωνώντας συνέχεια με κάποιον στα διαδικτυακά μέσα επικοινωνίας, είτε σπαταλώντας τον χρόνο τους σε παιχνίδια και ταινίες ή βίντεο, για να μην πλήττουν. Μια επιπλέον ομάδα που συχνά καταλήγει στον διαδικτυακό εθισμό είναι τα άτομα μετά των 50, τα οποία συχνά βιώνουν το σύνδρομο της «άδειας φωλιάς» και το αίσθημα της μοναχικότητας ή της μοναξιάς είναι αρκετά έντονα (Θεοδώρου, 2009).

Ακόμα, τα άτομα με ψυχοσυναισθηματικές δυσκολίες είναι εύκολο να οδηγηθούν στην υπερβολική χρήση του διαδικτύου. Αν τα επίπεδα της αυτοεκτίμησης και της αυτοπεποίθησης του ατόμου είναι χαμηλά, υπάρχει μεγάλο ενδεχόμενο να βρει κάποιος στο διαδίκτυο, ένα ιδανικό πλαίσιο κάλυψης των επικοινωνιακών του δυσκολιών. Επιπλέον, άτομα που έχουν ελλιπείς επικοινωνιακές σχέσεις με τους γονείς τους ή άτομα που έχουν δεχθεί κάποιας μορφής κακοποίηση (σωματική, σεξουαλική, λεκτική ή ψυχολογική) και χρόνιοι χρήστες αλκοόλ (10% των εθισμένων στο Internet) ή ουσιών, είναι μερικές από τις ομάδες ατόμων που εύκολα βρίσκουν παρηγοριά στο διαδίκτυο, αποκρύπτοντας έτσι τα τραύματα ή τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν. Οι άνθρωποι με ψυχοσυναισθηματικές δυσκολίες και διαταραχές, κατά βάση, εμφανίζουν έλλειψη ενδιαφέροντος για οποιαδήποτε δραστηριότητα ή διαδικασία. Έτσι, ο «εθιστικός χαρακτήρας του διαδικτύου» καλύπτει την «δυσλειτουργική κοινωνική συμπεριφορά και το κοινωνικό άγχος, την συννοσηρότητα διαταραχών, την κατάθλιψη, την κοινωνική φοβία, την ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή, τις διαταραχές αυτιστικού φάσματος, την εξάρτηση από ψυχοτρόπες ουσίες ακόμα και τις σωματικές αναπηρίες και τα χρόνια νοσήματα» (Τσίτσικα, Κορμάς, Δημητρακοπούλου, Μπικούλη, Αθανασίου, Κριτσέλη, Τζανικιάν, Τζαβέλα, Αντωνογεώργος, Καββαδίας & Καφετζής, 2011).

7.2. Αιτιολόγηση του φαινομένου του εθισμού στο διαδίκτυο.

Οι περισσότερες έρευνες που έχουν γίνει σχετικά με την εξάρτηση και τον εθισμό στο διαδίκτυο, δίνουν μεγάλη έμφαση στην συχνότητα χρήσης του διαδικτύου, στις ώρες που αφιερώνει κάποιος στις διάφορες εφαρμογές (όπως τα chat-rooms, τα e-mails, τα ηλεκτρονικά παιχνίδια), στους κοινωνικούς και ψυχολογικούς παράγοντες καθώς και την συννοσηρότητα άλλων διαταραχών και προβλημάτων (όπως είναι η συνύπαρξη της έντονης χρήσης διαδικτύου με συμπτώματα κατάθλιψης, άγχους, ΔΕΠ-Υ, Ι.Δ.Ψ, διατροφικών διαταραχών, διαταραχών της διάθεσης, διαταραχές της προσωπικότητας και διαταραχές αυτιστικού φάσματος). Βάση ερευνών, βασικός παράγοντας στην εμφάνιση εθισμού στο διαδίκτυο είναι ο χρόνος που αφιερώνει κάποιος σε αυτό (Chou, Condron & Belland, 2005). Η εξάρτηση από το διαδίκτυο συναντάται περισσότερο σε συγκεκριμένες δραστηριότητες, που μπορεί να έχει κάποιος εκεί μέσα. Για παράδειγμα, άτομα που χρησιμοποιούν συνέχεια το διαδίκτυο για δουλειά ή για ενημέρωση και απλά μπαίνουν σε ισότοπους αναζήτησης πληροφοριών, δεν έχουν την εικόνα ενός

ανθρώπου εθισμένου. Σε αυτές τις περιπτώσεις, η χρήση γίνεται για συγκεκριμένο σκοπό και δεν καλύπτει άλλου τύπου δυσκολίες. Οι εφαρμογές όμως που χρησιμοποιούνται είτε για επικοινωνία είτε για διασκέδαση, είναι αυτές που μπορεί να δημιουργήσουν στο άτομο καταναγκασμούς και να υπερβεί τα όρια της ελεγχόμενης χρήσης του διαδικτύου. Ένα βασικό κομμάτι που δημιουργεί τον εθισμό σε ορισμένες εφαρμογές, είναι η δια-δραστικότητα. Τα άτομα αντικαθιστούν την πραγματικότητα με έναν νέο εικονικό κόσμο, στον οποίο δεν έχουν εμπόδια και αναστολές. Εκεί μπορούν να έχουν εικονικές επαφές με άτομα τα οποία στην πραγματική ζωή ενδεχομένως να μην συναναστρεφόντουσαν και ποτέ (Chou, Condron & Belland, 2005).

7.3. Στατιστικά εθισμού στο διαδίκτυο.

Τόσο στην Ελλάδα, όσο και σε όλη την Ευρώπη, τα ποσοστά της συστηματικής χρήσης του διαδικτύου, είναι όλο και πιο ανεβασμένα, ειδικά στους νέους από 15 ετών και πάνω. Η χρήση του διαδικτύου μέσω του υπολογιστή, του κινητού και του τάμπλετ, από τους νέους, κυμαίνεται στο 70% με 90%. Η χρήση του διαδικτύου σε καθημερινή βάση σε αυτές τις ηλικίες, ξεπερνάει το 50% και το ποσοστό αυτό έχει αύξουσα πορεία, από χρονιά σε χρονιά. Τα ποσοστά διαφέρουν ανά περιοχή της Ελλάδας. Πιο συγκεκριμένα, η περιφέρεια Αττικής βρίσκεται στο 50% εμφάνισης του φαινομένου και η Κεντρική Μακεδονία στο 30% («Ελληνική Εταιρία Μελέτης Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο»).

Με την πανδημία COVID-19 και τον εγκλεισμό των ανθρώπων δημιουργήθηκαν όλο και περισσότερες εθιστικές τάσεις. Η κατάσταση που επικρατούσε εν μέσω κορονοϊού, επηρέασε όλες τις ευάλωτες ομάδες ατόμων, οι οποίοι είχαν μία προδιάθεση υιοθέτησης εθιστικών συμπεριφορών. Περισσότερο φαίνεται να επηρεάστηκαν οι νέοι, καθώς η απομόνωση, η μη-ύπαρξη δραστηριοτήτων, εργασίας και οικονομικής άνεσης τους οδήγησαν πιο εύκολα σε εμφάνιση έντονου άγχους, στρες, φόβου ή ακόμα και κατάθλιψης. Έτσι, ήταν αναμενόμενο, μέσα σε όλο αυτό το πλαίσιο, να αναπτυχθούν εθιστικές συμπεριφορές (Dubey, Ghosh, Chatterjee, Biswas, Chatterjee, & Dubey, 2020). Πιο συγκεκριμένα τα στατιστικά δείχνουν, από την άνοιξη του 2020, τεσσεράμισι δις χρηστών του διαδικτύου και ένα εκατομμύριο ανθρώπων που χρησιμοποιούσαν καθημερινά το διαδίκτυο, σε όλο τον κόσμο. Ο εθισμός στο διαδίκτυο επηρέασε αρκετά την ψυχική ισορροπία των ανθρώπων. Πιο συγκεκριμένα

βλέπουμε στην Κίνα τα άτομα με εθισμό στο διαδίκτυο και ψυχοσυναισθηματικές δυσκολίες να βρίσκονται στο 16%, στην Ασία περίπου στο 20% και αντίστοιχα και στις Φιλιππίνες. Η πανδημία πέρα από τις τραγικές επιπτώσεις που είχε στον τομέα της υγείας, επηρέασε σημαντικά και την ψυχολογία των ανθρώπων. Πιο συγκεκριμένα παρατηρήθηκε, στο γενικό πληθυσμό, αύξηση των συμπτωμάτων άγχους από 6% σε 50%, των καταθλιπτικών επεισοδίων από 14% σε περίπου σε 50% και η διαταραχές μετατραυματικού στρες από 7% σε 50% κι εδώ. Η αύξηση αυτών σίγουρα οδήγησε σε εμφάνιση κατάχρησης του διαδικτύου καθώς και διόγκωσης των κοινωνικών και οικονομικών δυσκολιών που μπορεί να αντιμετωπίζει ήδη το άτομο. Επιπλέον, η πτώση του συναισθήματος και η διόγκωση των ψυχογενών προβλημάτων, οδήγησε σε εμφάνιση παραβατικής ή αποκλίνουσας συμπεριφοράς. Τόσο η ύπαρξη ψυχολογικών διαταραχών, όσο και η εθιστική χρήση του διαδικτύου, επιδεινώνουν την επιθετική διάθεση και την παρορμητικότητα του ατόμου. Οι εξαρτήσεις από ουσίες, τα εκρηκτικά επεισόδια και οι καυγάδες εντός του οικογενειακού πλαισίου, οι ραγδαία πτώση της οικονομίας, είναι μερικά από τα προβλήματα που προκάλεσε ο εγκλεισμός στο άτομο και στην κοινωνία. Η έκθεση σε τόσες στρεσογόνες καταστάσεις, δημιούργησε την ανάγκη για εκτόνωση του θυμού, του άγχους, της πίεσης και του φόβου (νόσησης ή θνησιμότητας εξαιτίας του ιού). Εκεί είναι αναμενόμενη η υποτροπή της χρήσης των ηλεκτρονικών συσκευών και του διαδικτύου (Li, Sun, Meng, Bao, Cheng, Chang, & Shi, 2021).

Οι έρευνες που έγιναν γύρω από την χρήση του διαδικτύου, κατά την περίοδο του εγκλεισμού, εντοπίζουν επανειλημμένη και μη ελεγχόμενη χρήση των μέσων επικοινωνίας, των ιντερνετικών παιχνιδιών, των ιστοσελίδων πορνογραφικού υλικού και των ιστοσελίδων και εφαρμογών με διαθέσιμες ταινίες και μουσικά βίντεο. Η συνεχή θέαση πραγμάτων στην τηλεόραση, στους υπολογιστές, στο τάμπλετ και στο κινητό οδήγησε σε ελάττωση της σωματικής άσκησης και στην αλλαγή των διατροφικών συνηθειών του ατόμου, με αποτέλεσμα να βρεθεί κανείς αντιμέτωπος με καρδιαγγειακά προβλήματα, διατροφικές διαταραχές και σοβαρές μη αναστρέψιμες ασθένειες. Επιπλέον, εξαιτίας της παύσης εργασιών, με σκοπό την μείωση των κρουσμάτων, αναπτυχθήκαν οικονομικά προβλήματα. Αρκετοί, βρήκαν ως λύση τις στοιχηματικές εταιρίες και τον τζόγο μέσω διαδικτύου, πιστεύοντας πως έτσι θα είχαν κάποιο κέρδος. Δυστυχώς όμως, αυτό προκάλεσε περισσότερο εναλλαγές στην

διάθεση, εξαρτητικές συμπεριφορές, παραβατική διάθεση και ενδεχομένως χρηματικές απώλειες, παρά κέρδη (Dubey, Ghosh, Chatterjee, Biswas, Chatterjee, & Dubey, 2020).

Οι διάφορες μελέτες εστιάζουν στην αύξηση του χρόνου χρήσης του διαδικτύου, με την εμφάνιση του COVID-19, τόσο για ψυχαγωγία, όσο για επικοινωνία. Στατιστικά στην Κίνα παρατηρείται σημαντική αύξηση του χρόνου χρήσης του διαδικτύου, καθώς από εκεί που κυμαινόταν σε 8% με 30%, ανήλθε στο 37%. Σίγουρα, ο εγκλεισμός και η απομόνωση στο σπίτι, η αύξηση του ελεύθερου χρόνου και η μείωση των δραστηριοτήτων και των κοινωνικών συναναστροφών οδήγησαν και σε μείωση του ενδιαφέροντος για ζωή. Τόσο οι έφηβοι όσο και οι φοιτητές, είχαν περισσότερα συμπτώματα εθισμού στο διαδίκτυο σε σχέση με οποιαδήποτε άλλη ομάδα ατόμων και φάνηκε να είναι πιο έντονη η επιθυμία για ψυχαγωγική χρήση του διαδικτύου. Ακόμα, οι γυναίκες φάνηκε να έχουν υψηλά ποσοστά εθισμού στο διαδίκτυο και περισσότερο στα κοινωνικά μέσα ενημέρωσης, καθώς οι γυναίκες έχοντας υψηλότερα επίπεδα άγχους και στρες, βρίσκαν διαφυγή σε κοινωνικά ζητήματα (Li et al., 2021).

Κεφάλαιο 8: Παραβατικότητα και χρήση διαδικτύου εν μέσω πανδημίας.

Κατά την περίοδο της πανδημίας, το διαδίκτυο ήταν μία πηγή διαφυγής και εκτόνωσης για τους περισσότερους. Οι κοινωνικές συναναστροφές περιορίζονταν στον χώρο του διαδικτύου και οι ώρες διασκέδασης με τους φίλους ήταν εικονικές και απρόσωπες. Έτσι, η επικοινωνία γινόταν μέσα από εφαρμογές (όπως το Facebook, το Instagram, το το TikTok, το FaceTime και το Twitter). Οι περισσότερες εργασίες και η εκπαίδευση, αντικαταστάθηκαν από την τηλεργασία και την τηλεεκπαίδευση και οι βασικές εφαρμογές που χρησιμοποιούνταν ήταν το e-mail, το zoom ή το portal. Παρόλο που η χρήση του διαδικτύου και αυτός ο νέος τρόπος ζωής φαίνεται να προάγει τα άτομα σε έναν βαθμό (καθώς τα πράγματα είναι πιο απλά μέσω διαδικτύου, εξ οικονομάται αρκετός χρόνος και οι επαφές με άτομα ανά τον κόσμο γίνονται εύκολα και γρήγορα), δεν παύει το διαδίκτυο να εγκυμονεί αρκετούς κίνδυνους. Τόσο ο εκφοβισμός μέσω του διαδικτύου, όσο η εκμετάλλευση (οικονομική, κοινωνική, επαγγελματική) άρχισαν να αυξάνονται από τις πρώτες κιόλας εβδομάδες του εγκλεισμού. Πιο συγκεκριμένα, ο διαδικτυακός εκφοβισμός ανέβηκε 70% κατά την διάρκεια της πανδημίας. Ένα 40-50%

αυξήθηκε ο εθισμός στο διαδίκτυο και συγκεκριμένα στο τζόγο και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια. Σε ποσοστό 90% εκδηλώθηκε λεκτική και ψυχοσυναισθηματική επιθετική συμπεριφορά μέσα σε κοινωνικές διαδικτυακές πλατφόρμες, όπου η οργή και η κακεντρέχεια βρίσκονταν στα ύψη. Ένα κομμάτι της αναγκαίας χρήσης του διαδικτύου, που εκμεταλλεύτηκαν αρκετά κάποιοι επιτήδαιοι, ήταν οι ηλεκτρονικές συναλλαγές. Το “Hacking” βρήκε έδαφος στην περίοδο της καραντίνας και έτσι πολλοί άνθρωποι έπεσαν θύματα οικονομικού εγκλήματος (Cyberbullying Research Center, 2022).

Η τηλεκπαίδευση, ήταν ένα μέτρο που έφερε αρκετές δυσκολίες στην καθημερινότητα των παιδιών. Κατά την διάρκεια των διαδικτυακών μαθημάτων, οι μαθητές δεν έχαναν ευκαιρία να κάνουν κατάχρηση του υπολογιστή τους και του διαδικτύου, καθώς και η επίβλεψη των γονέων δεν μπορούσε να πραγματοποιείται συνεχώς. Έτσι, δημιουργήθηκε μια σχέση εξάρτησης με το διαδίκτυο, η οποία επηρέασε όλους τους τομείς της ζωής των παιδιών, των εφήβων, αλλά και των ενηλίκων. Βάση ερευνών που έγιναν κατά την περίοδο της πανδημίας, φαίνεται υψηλή η χρήση του διαδικτύου τις περιόδους αδράνειας και έλλειψης ευχαρίστησης από την ζωή. Καθώς, την περίοδο του εγκλεισμού η χρήση του διαδικτύου ήταν απαραίτητο μέσω διασκέδασης και επικοινωνίας (Cyberbullying Research Center, 2022).

Σίγουρα, η αβεβαιότητα που επικρατούσε τόσο στον τομέα της υγείας, όσο και στην εργασία και το μέλλον των ανθρώπων, έφερε αρκετό άγχος και στρες. Το στρες εύκολα οδηγεί στην εκδήλωση επιθετικής διάθεσης. Είναι λογικό, μέσα σε ένα πλαίσιο απομόνωσης και φόβου για το μέλλον, να αναπτύσσονται αισθήματα εχθρικότητας προς του άλλους. Οι καβγάδες και παρεξηγήσεις μεταξύ οικογενειακών προσώπων ή φίλων είναι αναμενόμενοι και μπορεί να ξεφύγουν από τα πλαίσια του φυσιολογικού, μέσα σε ένα στρεσογόνο πλαίσιο. Αρκετές σχέσεις, συζυγικές ή φιλικές κατακερματίστηκαν με το πέρασμα της πανδημίας. Η καραντίνα, εξαιτίας του μεγάλου χρονικού διαστήματος που διήρκησε απομάκρυνε τους ανθρώπους και οι σχέσεις έγιναν πιο τυπικές και απόμακρες δια ζώσης. Αυτό έφερε σαν αποτέλεσμα να αυξηθούν τα ποσοστά εμφάνισης της μελαγχολίας, της μοναχικότητας, της απομόνωσης, του εγωκεντρισμού, της αυτοσυντήρησης και της ατομικής διασκέδασης με μοναχικές δραστηριότητες (Cyberbullying Research Center, 2022).

Μπορεί οι γρήγοροι ρυθμοί των τεχνολογικών μέσων να έχουν βελτιώσει τον τρόπο ζωής των ανθρώπων, αλλά σε μεγάλο ποσοστό έχουν αυξήσει και τα επίπεδα του διαδικτυακού εθισμού. Περίπου οι μισοί νέοι που χρησιμοποιούν το διαδίκτυο, αφιερώνουν παραπάνω από δύο ώρες την ημέρα στο διαδίκτυο και ένα 10% αυτών μπορεί να κάνει χρήση του διαδικτύου και όλο το βράδυ. Το 50% των παιδιών έχει δεχτεί διαδικτυακό εκφοβισμό μέσω κινητού τηλεφώνου και ένα 20% μέσω email. Όσον αφορά τις εφαρμογές που χρησιμοποιούνται από τους νέους και όχι μόνο, παρατηρούνται μεγαλύτερα ποσοστά εκφοβισμού μέσα από το Instagram, το Facebook και το Snapchat. Ένα άλλο πλαίσιο στο οποίο μπορεί εύκολα να θυματοποιηθεί κάποιος, είναι στα διαδικτυακά παιχνίδια. Εκεί υπάρχει κίνδυνος ψυχοσυναισθηματικής φθοράς και σωματικής ακεραιότητας του ατόμου (καθώς αρκετά διαδικτυακά παιχνίδια μπορεί να οδηγήσουν σε αυτοτραυματισμό ή αυτοκτονία). Τόσο οι εφαρμογές επικοινωνίας και ενημέρωσης όσο τα παιχνίδια και τα διάφορα ψυχαγωγικά «site» θεωρούνται τα πιο επικίνδυνα και πλέον διαδεδομένα μέσα άσκησης του κυβερνοεκφοβισμού και του κυβερνοεγκλήματος. Το διαδίκτυο είναι αρκετά ελκυστικό για τα παιδιά αλλά και για τους ενήλικες. Το να είναι κάποιος συνδεδεμένος στο διαδίκτυο και να μπορεί να επικοινωνεί, να ενημερώνεται και να ψυχαγωγείται, όλες τις ώρες, είναι πλέον επιτακτική ανάγκη. Είναι όμως τεράστιοι οι κίνδυνοι που παραμονεύουν στο διαδίκτυο και αδιανόητα τα οικονομικά συμφέροντα που υποκρύπτονται και εξυπηρετούν τρίτους (μέσω της συνεχής χρήσης των κοινωνικών και ψυχαγωγικών μέσων) (Statista, 2020).

B: Ερευνητικό Μέρος

Κεφάλαιο 1: Μεθοδολογία Έρευνας

1.1. Ορισμός, Τύποι έρευνας, Τεχνικές δειγματοληψίας

Η Μεθοδολογία της Έρευνας είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την ερευνητική προσπάθεια του ερευνητή αλλά και τις παραμέτρους της. Οι συγκεκριμένες παράμετροι σχετίζονται με τους τύπους έρευνας, τις τεχνικές, τα υλικά και τα μέσα που θα επιλέξει ο ερευνητής για να διεξάγει την έρευνα του (Δημητρόπουλος, 2004).

Οι τύποι έρευνας είναι δύο, η ποσοτική έρευνα και η ποιοτική έρευνα. Στην ποσοτική έρευνα, η οποία μας αφορά στην συγκεκριμένη περίπτωση, δίνεται έμφαση στις έννοιες, τις μεταβλητές και γενικότερα στον ποσοτικό προσδιορισμό της συλλογής και ανάλυσης των δεδομένων. Αντιθέτως, στην ποιοτική έρευνα διερευνώνται βαθύτερα κοινωνικά φαινόμενα απαντώντας σε ερωτήσεις «Πώς;» και «Γιατί;» (Bryman, 2016). Επιπλέον, στην ποιοτική έρευνα χρησιμοποιούνται από τον ερευνητή διαφορετικές μέθοδοι συλλογής δεδομένων, όπως για παράδειγμα δομημένες και ημι-δομημένες συνεντεύξεις, ενώ στην ποσοτική έρευνα χρησιμοποιείται συχνά η χρήση του ερωτηματολογίου, όπως ακριβώς επιδιώξαμε και εμείς στην παρούσα έρευνα, ώστε να αναλυθούν τα δεδομένα που συλλέχθηκαν.

Οι τεχνικές δειγματοληψίας που δύναται να χρησιμοποιήσει στην έρευνα του είναι τέσσερις. Συγκεκριμένα, είναι η απλή τυχαία, η συστηματική, η στρωματοποιημένη και οι κατά συστάδες δειγματοληψία. Η απλή τυχαία δειγματοληψία είναι και η πιο συνηθισμένη, καθώς κάθε περίπτωση από τα δεδομένα έχει την ίδια πιθανότητα να επιλεγεί. Συνήθως την χρησιμοποιούμε στις περιπτώσεις που υπάρχουν πίνακες κατάταξης, κάποια λίστα με ονόματα μαθητών ή φοιτητών. Η συστηματική δειγματοληψία είναι αυτή που εισάγει ένα συστηματικό στοιχείο χ στην διαδικασία επιλογής των μονάδων του πληθυσμού. Η στρωματοποιημένη δειγματοληψία δεν είναι αυτόνομη τεχνική δειγματοληψίας, αλλά σχετίζεται με την απλή τυχαία και τη συστηματική. Στην συγκεκριμένη τεχνική, ο ερευνητής διαχωρίζει το δείγμα του σε κατηγορίες, όπως για παράδειγμα ανάλογα με το φύλο τους ή την ηλικιακή ομάδα τους. Τέλος, στην δειγματοληψία κατά συστάδες ο διαχωρισμός του δείγματος γίνεται σε όσο το δυνατόν ομοιογενείς ομάδες αλλά με ανομοιογενή στοιχεία η καθεμία (Newby, 2019).

1.2. Συμμετέχοντες

Η έρευνα σχεδιάστηκε και εκτελέστηκε σε δημόσιο Πανεπιστήμιο της Δυτικής Μακεδονίας. Η έρευνα ήταν στα ελληνικά και έγινε online. Το χρονικό πλαίσιο στο οποίο διεξάχθηκε η έρευνα ήταν συγκεκριμένο, περίπου 2 μήνες, δηλαδή από 20 Φεβρουαρίου 2022 έως τέλη Απριλίου 2022. Προκειμένου να προσληφθούν οι συμμετέχοντες, ο σύνδεσμος της μελέτης στάλθηκε σε προσωπικά μηνύματα ηλεκτρονικού ταχυδρομείου των σπουδαστών και διαφόρων ακόμα ενηλίκων. Επιπλέον, ζητήσαμε από διοργανωτές φοιτητικών ομάδων αλλά και ομάδες άλλων Πανεπιστημίων στην Ελλάδα μέσα από το Facebook, να δημοσιεύσουν τον σύνδεσμο της έρευνάς μας στην ομάδα τους έτσι ώστε να είχαν την δυνατότητα όλοι όσοι συμμετείχαν σε αυτές τις ομάδες, να συμπληρώσουν την έρευνα αλλά και να την προωθήσουν στους φίλους και τους συγγενείς τους. Τέλος, ο σύνδεσμος της έρευνας δημοσιεύτηκε στο προσωπικό μου προφίλ στο Facebook και στο Instagram όπως και στο προφίλ φίλων και συγγενών. Από εκεί έγινε περαιτέρω προώθηση της έρευνας σε γνωστούς και αγνώστους, με σκοπό την εύρεση περισσότερων συμμετεχόντων.

Στην παρούσα μελέτη, συμμετείχαν 226 άτομα (149 γυναίκες και 77 άντρες). Η μέση ηλικία όλων των συμμετεχόντων ήταν 19 με 25 έτη σε ποσοστό 62,8%. Ένα 23% των συμμετεχόντων είναι μεταξύ 26 έως 30 και μικρά ποσοστά είναι άνω των 31 ετών (12,4%) ή κάτω των 18 (1,8%). Επιπλέον, το 65% των συμμετεχόντων εργάζεται, ενώ το 35% είναι άνεργοι.

1.3. Τρόπος Διεξαγωγής της έρευνας και μέθοδος που εφαρμόστηκε.

Η έρευνα κατασκευάστηκε με τη χρήση διαδικτυακής φόρμας της Google και περιλάμβανε έξι μέρη. Στο πρώτο μέρος, καταγράφηκαν οι δημογραφικές πληροφορίες, συμπεριλαμβανομένων του φύλου, της ηλικίας και της εργασίας. Ο προσδιορισμός του φύλου έγινε με την επιλογή αν είναι ο συμμετέχοντας «άνδρας» ή «γυναίκα». Η εργασία, εξίσου, καταγράφηκε με ένα ερώτημα και την επιλογή μίας απάντησης, αν κάποιος εργάζεται κάπου ή όχι. Η ηλικία τώρα χρειάστηκε να πάρει 5 κατηγορίες όπου ο συμμετέχοντας μπορούσε να επιλέξει μόνο μία απάντηση. Η πρώτη επιλογή ήταν «κάτω των 18 χρόνων», η δεύτερη «19 έως 25 ετών», η τρίτη «26 έως 30

ετών», η τέταρτη «31 έως 35 ετών» και η τελευταία επιλογή ήταν «άνω των 35 χρόνων».

Στο δεύτερο μέρος, πραγματοποιήθηκε μέτρηση της συχνότητας χρήσης διαδικτύου από τους συμμετέχοντες πριν την πανδημία και κατά την περίοδο του εγκλεισμού. Χρησιμοποιήθηκε κλίμακα μέτρησης της χρήσης διαδικτύου « Graphic, Visualization, & Usability Center's (GVU) - GVU's» από «WWW User Survey Team, Dr. Ann Schlosser (Vanderbilt)» και «Dr. Peter Pirolli (Xerox PARC)». Η κλίμακα δόθηκε δύο φορές, πρώτα για το χρονικό διάστημα πριν την πανδημία και στην συνέχεια για την περίοδο του εγκλεισμού. Το κάθε μέρος περιλάμβανε εννιά ερωτήσεις που σχετιζόντουσαν με τις ώρες χρήσης του διαδικτύου, τις δραστηριότητες που έκανε το άτομο στον χώρο του διαδικτύου και τις γενικές καθημερινές του συνήθειες. Οι συμμετέχοντες κατέγραψαν την απάντησή τους χρησιμοποιώντας μια κλίμακα τύπου Likert 5 σημείων, που κυμαινόταν από 1 - καθόλου έως 5 - πάρα πολύ. Έτσι, σύμφωνα με την απάντηση κάθε ερώτησης, αν οι ώρες χρήσης διαδικτύου υπερβαίνανε τα πλαίσια του φυσιολογικού, οι δραστηριότητες του ατόμου ήταν μόνο για ψυχαγωγία ή επικοινωνία μέσω διαδικτύου (και όχι αποκλειστικά για εργασία και μελέτη) και οι συνήθειές του άλλαζαν (και υπήρχε μία τάση για αδρανοποίηση και καθίζηση), τότε γινόταν λόγος για εθισμό στο διαδίκτυο, για την περίοδο εκείνη που αναφερόντουσαν τα παραπάνω.

Στο τρίτο μέρος μετρήσαμε την επιθετική συμπεριφορά μέσω διαδικτύου, κατά την περίοδο του εγκλεισμού, χρησιμοποιώντας την κλίμακα «Cyberbullying Questionnaire (CWCBQ)» από «(Sticcaetal, 2015) & Buelga, S., Postigo, J., Martínez-Ferrer, B., Cava, M.-J., & Ortega-Barón, J. (2020). Cyberbullying among Adolescents: Psychometric Properties of the CYB-AGS Cyber-Aggressor Scale. International Journal of Environmental Research and Public Health», στην οποία οι συμμετέχοντες έπρεπε απαντήσουν σε οχτώ προτάσεις δηλώνοντας κατά πόσο συμφωνούσαν ή διαφωνούσαν με κάθε πρόταση επιλέγοντας τον κατάλληλο αριθμό, χρησιμοποιώντας μια κλίμακα Likert 5 (από 1-Διαφωνώ πολύ έως 5-Συμφωνώ πολύ). Οι προτάσεις που αναφέρονταν, ήταν συμπεριφορές και τακτικές που φανερώνουν επιθετική και παραβατική συμπεριφορά μέσω διαδικτύου. Έτσι, όσο περισσότερο συμφωνούσαν οι συμμετέχοντες με τις προτάσεις που διάβαζαν, τόσο περισσότερο αυξανόταν το ενδεχόμενο εμφάνισης του φαινομένου του κυβερνοεκφοβισμού, εν μέσω πανδημίας.

Στο τέταρτο μέρος, χρησιμοποιήσαμε την κλίμακα «Positive and Negative Affect Schedule-Expanded Form (PANAS-X)» από «Watson, & Clark, 1999», η οποία είναι μια κλίμακα αυτο-αναφοράς που αποτελείται από έναν αριθμό λέξεων και φράσεων, που περιγράφουν διαφορετικά συναισθήματα και συγκινήσεις. Αυτή η κλίμακα σχεδιάστηκε ειδικά για να αξιολογήσει σε ποιο βαθμό οι συμμετέχοντες έχουν βιώσει τα συγκεκριμένα συναισθήματα κατά τη διάρκεια του διαστήματος του εγκλεισμού. Συγκεκριμένα, χρησιμοποιήσαμε δώδεκα βασικές προτάσεις αρνητικών συναισθημάτων που φανέρωναν επιθετική διάθεση. Οι απαντήσεις ήταν πάλι σε κλίμακα τύπου Likert 5 σημείων, που κυμαίνονταν από (1 - Δεν ίσχυσε καθόλου για μένα έως 5 - Ίσχυε για μένα πάρα πολύ). Σε περίπτωση που οι συμμετέχοντες επέλεξαν περισσότερο την απάντηση «ίσχυε για μένα πάρα πολύ ή πολύ», τότε σήμαινε ότι τα επίπεδα των αρνητικών συναισθημάτων και της επιθετικής διάθεσης ήταν υψηλά.

Στο πέμπτο μέρος, με την βοήθεια του σταθμισμένου τέστ «Internet Addiction Test (IAT)» από «Young (1998)» μετρήσαμε τον εθισμό στο διαδίκτυο κατά την περίοδο της πανδημίας. Το τέστ αποτελούταν από έξι προτάσεις συναισθημάτων και συμπεριφορών που δηλώνουν εθισμό ή εξάρτηση από το διαδίκτυο. Σε κλίμακα Likert 5 σημείων, που κυμαίνονταν (από 1-Διαφωνώ πολύ έως 5-Συμφωνώ πολύ). Αν οι συμμετέχοντες επέλεξαν περισσότερο ότι συμφωνούν με τις συμπεριφορές και τις σκέψεις που αναφέρονταν, τότε υπήρχε μεγάλη πιθανότητα να υπάρχει έντονος εθισμός στο διαδίκτυο κατά την περίοδο που αναφέρεται.

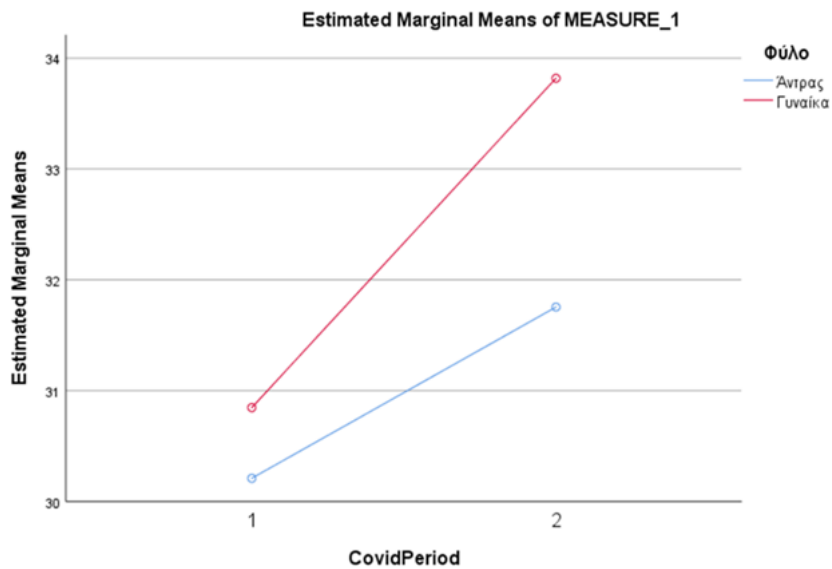
Στο τελευταίο μέρος, πήραμε ένα κομμάτι από το ερωτηματολόγιο «Cyberbullying Questionnaire (CWCBQ) (Sticcaetal, 2015)» και αντί να προσθέσουμε όλο το ερωτηματολόγιο, το οποίο μελετούσε το ποσοστό θυματοποίησης στον κυβερνοχώρο, αναφέραμε μόνο ένα κομμάτι που ήταν σημαντικό απλά για να εντοπιστεί αν οι συμμετέχοντες έχουν θυματοποιηθεί έστω μία φορά. Χαρακτηριστικά, αναφέραμε ότι «Μερικές φορές, το Ίντερνετ ή τα κινητά τηλέφωνα χρησιμοποιούνται για τον εκφοβισμό άλλων. Φανταστείτε ότι για μερικές εβδομάδες, λαμβάνετε προσβλητικά, κοροϊδευτικά και απειλητικά μηνύματα. Επιπλέον, ανακαλύψατε ότι διαδίδονται φωτογραφίες σας που σας κάνουν να ντρέπεστε.» και προστέθηκε το ερώτημα «Έχετε ζήσει κάτι τέτοιο;». Υπήρχε η δυνατότητα επιλογής μίας απάντησης, «ναι» ή «όχι». Έτσι, είχαμε απλά γνώση αν οι συμμετέχοντες που έχουν θυματοποιηθεί γενικά μέσω διαδικτύου είναι πολλοί ή όχι.

Κεφάλαιο 2: Αποτελέσματα

2.1. Στο πρώτο κομμάτι τις ανάλυσης

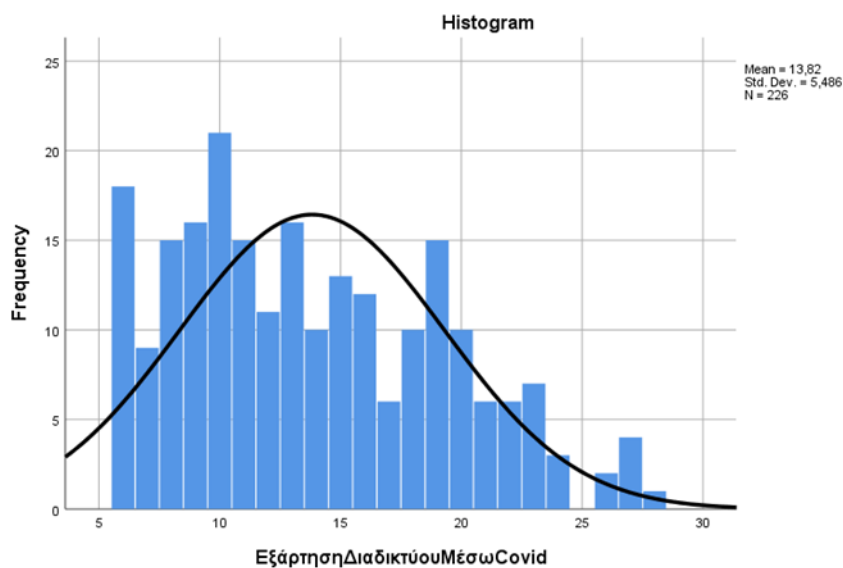
Οι υποθετικές προτάσεις που μελετήσαμε ήταν «Η αύξηση της χρήσης διαδικτύου, κατά την περίοδο της πανδημίας» και «Οι άντρες έκαναν μεγαλύτερη χρήση του διαδικτύου, κατά την περίοδο της πανδημίας». Έτσι, για να απαντήσουμε στις παραπάνω προτάσεις, χρειάστηκε σε πρώτη φάση να αναλύσουμε τις μεταβλητές του φύλου και της συχνότητας χρήσης διαδικτύου (πριν και εν μέσω COVID-19). Και σε δεύτερη φάση, χρειάστηκε να αναλύσουμε το φύλο και τα επίπεδα εξάρτησης/εθισμού από το διαδίκτυο (εν μέσω COVID-19).

Σε πρώτη φάση λοιπόν, ξεκινήσαμε υπολογίζοντας τις συχνότητες των απαντήσεων των συμμετεχόντων στο ερώτημα αν υπήρχε «Αύξηση χρήσης διαδικτύου μέσω COVID-19» και «Αύξηση χρήση της χρήσης διαδικτύου περισσότερο στους άντρες παρά στις γυναίκες». Τα αποτελέσματα έδειξαν, ότι υπήρχε κάποια αύξηση της χρήσης διαδικτύου και στα δύο φύλα (άντρες και γυναίκες). Περισσότερο όμως, φαίνεται οι γυναίκες να είχαν λίγο μεγαλύτερη χρήση διαδικτύου τους μήνες του εγκλεισμού (Βλέπε, Πίνακα1), όπου (Mean=30.85, SD=4.722) την περίοδο πριν την πανδημία και (Mean=33.82 SD=4.992) εν μέσω εγκλεισμού. Αντίστοιχα, στους άντρες ήταν (Mean=30.21, SD=5.354) την περίοδο πριν την πανδημία και (Mean=31.75, SD=5.480). Χρησιμοποιήσαμε tow-way ANOVA για να μελετήσουμε την επίδραση της πανδημίας (από τον COVID-19), στην χρήση διαδικτύου και στο φύλο. Βρέθηκε στατιστικώς σημαντική αλληλεπίδραση της πανδημίας στην χρήση διαδικτύου [$F(1,224)=44.556$ $p=0$] και στατιστικώς σημαντική αλληλεπίδραση του φύλου στην χρήση διαδικτύου [$F(1,224)=10309.237$ $p=0$]. Συγκεκριμένα, οι γυναίκες έχουν υψηλότερα ποσοστά χρήσης του διαδικτύου, τις την περίοδο της πανδημίας (Mean=33.82, SD=4.992). Από τους Μ.Ο. μπορούμε να συμπεράνουμε ότι οι γυναίκες είναι πιο επιρρεπείς στη χρήση διαδικτύου, σε περίοδο εγκλεισμού στο σπίτι, εξαιτίας της πανδημίας από τον COVID-19.



Πίνακας 1. Συχνότητες χρήσης διαδικτύου ανάλογα με το φύλο

Σε δεύτερη φάση, χρησιμοποιήσαμε το σταθμισμένο test «Internet Addiction Test- (IAT)» από «Young (1998)», για να μετρήσουμε τον εθισμού στο διαδίκτυο κατά την περίοδο της πανδημίας. Στην συνέχεια, κάναμε independent samples t-test. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υπάρχει στατιστικώς σημαντική διαφορά στην εξάρτηση από το διαδίκτυο, ανάμεσα στους άνδρες ($M=12.73$, $SD=4.76$) και τις γυναίκες ($M=14.38$, $SD=5.76$) [$t(181.06)=-2.3$, $p=0.23$]. Έτσι, φαίνεται ότι οι γυναίκες εμφανίζουν υψηλότερα ποσοστά εθισμού στο διαδίκτυο, κατά την περίοδο του εγκλεισμού. Βέβαια, υπάρχει μία ανισότητα στην δειγματοληψία, όσον αφορά τα δύο φύλα (πήραμε μεγαλύτερο δείγμα από τις γυναίκες) και αυτό μπορεί να έχει επηρεάσει σε ένα βαθμό το αποτέλεσμα. Συμπερασματικά, η υποθετική πρόταση, ότι οι άντρες είχαν υψηλότερα ποσοστά χρήσης διαδικτύου και εθισμού στο διαδίκτυο δεν ισχύει στο συγκεκριμένο δείγμα.



Πίνακας 2. Συχνότητες εθισμού στο διαδίκτυο

Εξάρτηση Διαδικτύου Μέσω Covid				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 6	18	8,0	8,0	8,0
7	9	4,0	4,0	11,9
8	15	6,6	6,6	18,6
9	16	7,1	7,1	25,7
10	21	9,3	9,3	35,0
11	15	6,6	6,6	41,6
12	11	4,9	4,9	46,5
13	16	7,1	7,1	53,5
14	10	4,4	4,4	58,0
15	13	5,8	5,8	63,7
16	12	5,3	5,3	69,0
17	6	2,7	2,7	71,7
18	10	4,4	4,4	76,1
19	15	6,6	6,6	82,7
20	10	4,4	4,4	87,2
21	6	2,7	2,7	89,8
22	6	2,7	2,7	92,5
23	7	3,1	3,1	95,6
24	3	1,3	1,3	96,9
26	2	,9	,9	97,8
27	4	1,8	1,8	99,6
28	1	,4	,4	100,0
Total	226	100,0	100,0	

Πίνακας 4. Τιμές-Εξάρτησης Διαδικτύου

Statistics		
Εξάρτηση Διαδικτύου Μέσω Covid		
N	Valid	226
	Missing	0
Mean		13,82
Median		13,00
Mode		10
Std. Deviation		5,486
Variance		30,096
Range		22

Πίνακας 3. Στατιστικά Εξάρτησης Διαδικτύου

2.2. Στο δεύτερο κομμάτι της ανάλυσης

Οι υποθετικές προτάσεις που μελετήσαμε ήταν «Η αύξηση της επιθετικής διάθεσης και της επιθετικής συμπεριφοράς, κατά την περίοδο της πανδημίας» και «Οι άντρες είχαν πιο αυξημένα επίπεδα της επιθετικότητας, κατά την περίοδο του εγκλεισμού». Για να απαντηθούν οι παραπάνω προτάσεις, χρειάστηκε να αναλύσουμε τις μεταβλητές του φύλου και τα επίπεδα εκφοβισμού μέσω διαδικτύου, εν μέσω COVID-19». Έτσι, για να απαντήσουμε στις παραπάνω προτάσεις, χρειάστηκε σε πρώτη φάση, να αναλύσουμε τις μεταβλητές του φύλου και τα επίπεδα εμφάνισης του κυβερνοεκφοβισμού εν μέσω διαδικτύου και σε δεύτερη φάση, να εξετάσαμε τις μεταβλητές του φύλου της ηλικίας και τα επίπεδα εμφάνισης του κυβερνοεκφοβισμού.

Ξεκινώντας από την πρώτη φάση λοιπόν, είδαμε αν υπάρχει στατιστικώς σημαντική διαφορά στον κυβερνοεκφοβισμό και στο φύλο. Για να εντοπίσουμε διαφορές στη επιθετικότητα μέσω διαδικτύου, μεταξύ αντρών και γυναικών, χρησιμοποιήσαμε το independent samples t-test. Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι δεν υπάρχει στατιστικώς σημαντική διαφορά στην επιθετικότητα ανάμεσα στους άνδρες (Βλέπε, Πίνακα5) ($M=12.27$, $SD=5.32$) και τις γυναίκες ($M=11.43$, $SD=3.09$) [$t(103.16)=1.28$, $p> 0.05$]. Συμπερασματικά, οι άντρες φαίνεται να έχουν λίγο πιο αυξημένα στατιστικά κυβερνοεκφοβισμού την περίοδο της πανδημίας σε σχέση με τις γυναίκες, αλλά δεν είναι στατιστικώς σημαντικά εξαιτίας της μικρής απόκλισης των τιμών. Άρα, η επιθετικότητα μέσω διαδικτύου, φαίνεται να είναι παρόμοια και στα δύο φύλα, κατά την περίοδο της πανδημίας του COVID-19.

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Cyber Bullying WithCovid	Equal variances assumed	6,971	,009	1,506	224	,134	,843	,560	-,260	1,947
	Equal variances not assumed			1,283	103,158	,202	,843	,657	-,460	2,147

Πίνακας 5. Αποτελέσματα T-test

Έπειτα σε δεύτερη φάση, χρησιμοποιώντας σταθμισμένο ερωτηματολόγιο «Cyberbullying Questionnaire (CWCBQ) (Sticcaetal, 2015) & (Buelga, Postigo, Martínez-Ferrer, Cava & Ortega, 2020)», μελετήσαμε τα ποσοστά κυβερνοεκφοβισμού, εν μέσω πανδημίας. Στην συνέχεια, πραγματοποιήθηκε two-way ANOVA για να μελετήσουμε την επίδραση του φύλου και της ηλικίας, πάνω στην επιθετικότητα μέσω διαδικτύου. Βρέθηκε στατιστικώς σημαντική αλληλεπίδραση του φύλου στον κυβερνοεκφοβισμό [$F(1,216)=6.61, p=0.01$] (Βλέπε, Πίνακα 6).

Tests of Between-Subjects Effects					
Dependent Variable: CyberBullingWithCovid					
Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	499,146 ^a	9	55,461	3,861	,000
Intercept	7250,052	1	7250,052	504,720	,000
Φύλο	95,005	1	95,005	6,614	,011
Ηλικία	97,749	4	24,437	1,701	,151
Φύλο * Ηλικία	238,928	4	59,732	4,158	,003
Error	3102,730	216	14,364		
Total	34628,000	226			
Corrected Total	3601,876	225			

a. R Squared = ,139 (Adjusted R Squared = ,103)

Πίνακας 6. Αποτελεσμάτων Tow-way ANOVA test

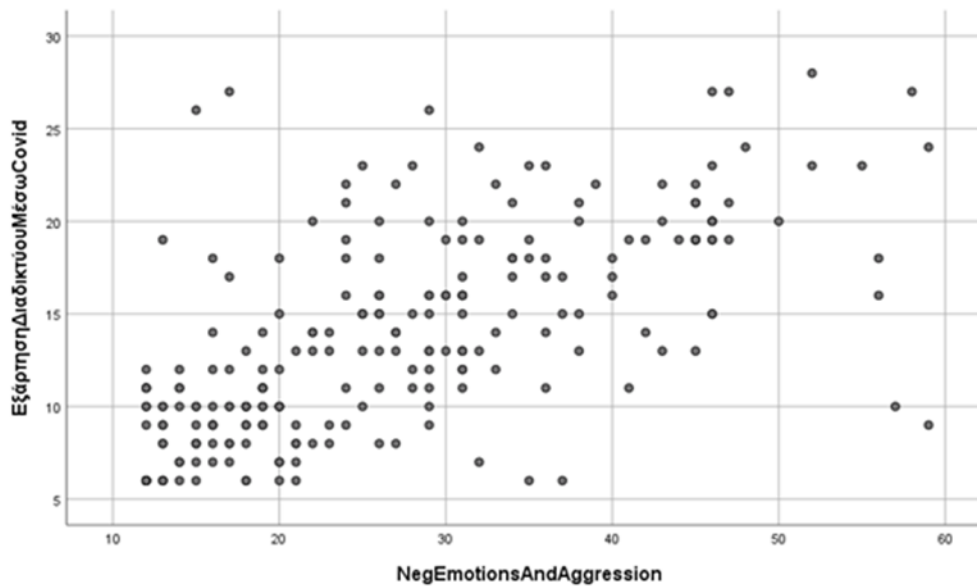
Descriptive Statistics				
Dependent Variable: CyberBullingWithCovid				
Φύλο	Ηλικία	Mean	Std. Deviation	N
Αντρας	19 έως 25 ετών	12,00	4,945	36
	26 έως 30 ετών	10,45	2,841	22
	31 έως 35 ετών	17,70	6,881	10
	άνω των 35 χρόνων	12,14	7,313	7
	Κάτω των 18 χρόνων	10,50	2,121	2
	Total	12,27	5,323	77
Γυναίκα	19 έως 25 ετών	11,82	3,092	106
	26 έως 30 ετών	10,93	3,005	30
	31 έως 35 ετών	8,50	,577	4
	άνω των 35 χρόνων	10,14	3,132	7
	Κάτω των 18 χρόνων	8,50	,707	2
	Total	11,43	3,089	149
Total	19 έως 25 ετών	11,87	3,632	142
	26 έως 30 ετών	10,73	2,918	52
	31 έως 35 ετών	15,07	7,173	14
	άνω των 35 χρόνων	11,14	5,503	14
	Κάτω των 18 χρόνων	9,50	1,732	4
	Total	11,72	4,001	226

Πίνακας 7. Περιγραφής Στατιστικών Ηλικίας και Κυβερνοεγκλήματος

Ακόμα, βρέθηκε στατιστικώς σημαντική αλληλεπίδραση του φύλου και της ηλικίας στον κυβερνοεκφοβισμό [$F(4,216)=4.16$, $p=0.003$]. Συγκεκριμένα, οι άνδρες ηλικίας «31 έως 35» φαίνεται να ασκούσαν περισσότερο κυβερνοεκφοβισμό μέσω διαδικτύου ($M=17.7$, $SD=6.88$), ενώ οι ηλικίες «26 έως 30» είχαν τα χαμηλότερα ποσοστά κυβερνοεκφοβισμού ($M=10.45$, $SD=2.84$). Οι γυναίκες ηλικίας «19 έως 25» φαίνεται να ασκούσαν περισσότερο κυβερνοεκφοβισμό μέσω διαδικτύου ($M=11.82$, $SD=3.09$), ενώ οι ηλικίες «31 έως 35» και «κάτω των 18 χρόνων» είχαν τα χαμηλότερα ποσοστά κυβερνοεκφοβισμού ($M=8.50$, $SD=0.6$) και ($M=8.50$, $SD=0.7$). Από τους Μ.Ο μπορούμε να συμπεράνουμε ότι οι άνδρες ηλικίας «31 έως 35» είναι πιο επιθετικοί μέσω διαδικτύου, στα πλαίσια εγκλεισμού από την πανδημία COVID-19.

2.3. Στο τρίτο κομμάτι της ανάλυσης

Έγινε μία έξτρα ανάλυση των μεταβλητών της διάθεσης, της επιθετικής συμπεριφοράς & και της εξάρτησης μέσω διαδικτύου, στην περίοδο του εγκλεισμού. Αρχικά, μετρήσαμε την επιθετική συμπεριφορά μέσω διαδικτύου, κατά την περίοδο του εγκλεισμού, χρησιμοποιώντας την κλίμακα «Cyberbullying Questionnaire (CWCBQ) από (Sticcaetal, 2015) & (Buelga, Postigo, Martínez-Ferrer, Cava & Ortega, 2020)», ακόμα με την κλίμακα «Positive and Negative Affect Schedule-Expanded Form (PANAS-X) (Watson, & Clark, 1999)», μετρήσαμε τον βαθμό στον οποίο οι συμμετέχοντες έχουν βιώσει αρνητικά συναισθήματα κατά τη διάρκεια του διαστήματος του εγκλεισμού και με το σταθμισμένου test «Internet Addiction Test-(IAT) (Young, 1998)», μετρήσαμε τον εθισμό στο διαδίκτυο κατά την περίοδο της πανδημίας. Στην συνέχεια, θελήσαμε να μελετήσουμε αν υπάρχει συσχέτιση μεταξύ διάθεσης, διαδικτυακού εθισμού και επιθετικής συμπεριφοράς μέσω διαδικτύου. Έτσι, χρησιμοποιήσαμε το Spearman's correlation (Βλέπε, Πίνακα 8). Βρέθηκε στατιστικώς σημαντική μέτρια προς δυνατή και θετική συσχέτιση μεταξύ της αρνητικής-επιθετικής διάθεσης και του διαδικτυακού εθισμού κατά την περίοδο του εγκλεισμού [$r(226)=0.67, p=0$] (Βλέπε, Πίνακα 9). Ακόμα, βρέθηκε στατιστικώς σημαντική μέτρια και θετική συσχέτιση μεταξύ του διαδικτυακού εθισμού και της επιθετικής συμπεριφοράς μέσω διαδικτύου, κατά την περίοδο του εγκλεισμού [$r(226)=0.41, p=0$]. Τέλος, βρέθηκε στατιστικώς σημαντική αδύναμη προς μέτρια και θετική συσχέτιση μεταξύ της επιθετικής συμπεριφοράς μέσω διαδικτύου και της αρνητικής-επιθετικής διάθεσης, κατά την περίοδο του εγκλεισμού [$r(226)=0.39, p=0$]. Συγκεκριμένα, δεν φαίνεται να υπάρχει τέλεια συσχέτιση των μεταβλητών. Έτσι, η αρνητική διάθεση και ο εθισμός στο διαδίκτυο, που υπήρχαν κατά την περίοδο του εγκλεισμού, δεν φαίνεται να επηρέασαν πάρα πολύ την επιθετική στάση μέσω διαδικτύου, των συμμετεχόντων. Παρόλα αυτά, είναι σημαντικό, πως η επιθετική διάθεση και τα αρνητικά συναισθήματα οδήγησαν σε αρκετή αύξηση του εθισμού στο διαδίκτυο.



Πίνακας 8. Συσχέτισης μεταβλητών Εξάρτησης διαδικτύου και Αρνητικών & επιθετικών συναισθημάτων

Correlations				
		CyberBullingWithCovid	NegEmotionsAndAggression	Εξάρτηση Διαδικτύου Μέσω Covid
CyberBullingWithCovid	Pearson Correlation	1	,340**	,363**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000
	N	226	226	226
NegEmotionsAndAggression	Pearson Correlation	,340**	1	,640**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000
	N	226	226	226
Εξάρτηση Διαδικτύου Μέσω Covid	Pearson Correlation	,363**	,640**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	
	N	226	226	226

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Πίνακας 9. Αποτελεσμάτων Correlation

Κεφάλαιο 3: Συμπεράσματα Ερευνητικού μέρους

3.1. Συμπεράσματα Ερευνητικού μέρους

Σύμφωνα με τις αρχικές μας υποθέσεις, φαίνεται η περίοδος της καραντίνας, εξαιτίας της πανδημίας του COVID-19 να επηρέασε σε μεγάλο βαθμό τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές των ανθρώπων. Ένα σημαντικό ποσοστό των ανθρώπων εξαιτίας της παραμονής του στο σπίτι άλλαξε τις συνήθειες, τις δραστηριότητες και τον τρόπο αξιοποίησης του ελεύθερου του χρόνου. Η μελέτη μας φαίνεται πως είχε αρκετά πλεονεκτήματα αλλά και μειονεκτήματα. Αρχικά, τα πλεονεκτήματα της έρευνάς μας ξεκινούν από τον τρόπο χορήγησης του τεστ, που έγινε μέσα από την χρήση ηλεκτρονικής φόρμας της google που εξασφάλιζε την ανωνυμία και χρησιμοποιώντας διαφορετικά και επιστημονικά ψυχομετρικά όργανα καταφέραμε να μετρήσουμε κατά πόσο αυξήθηκε η συχνότητα χρήσης του διαδικτύου, τα ποσοστά επιθετικής διάθεσης και συμπεριφοράς, αλλά και τα επίπεδα εθισμού από το διαδίκτυο κατά την περίοδο του εγκλεισμού. Έτσι, τα στατιστικά έδειξαν ότι οι γυναίκες είναι πιο επιρρεπείς στην χρήση διαδικτύου, σε περίοδο εγκλεισμού στο σπίτι, σε σχέση με τους άνδρες. Επιπλέον, οι γυναίκες πέρα από την χρήση διαδικτύου φαίνεται να εμφανίζουν υψηλότερα ποσοστά εθισμού στο διαδίκτυο, κατά την περίοδο του εγκλεισμού, που σημαίνει ότι η χρήση διαδικτύου δεν ήταν μόνο για εργασία ή διάβασμα, αλλά υπήρχε εθισμός από άλλα μέσα ενημέρωσης ή ψυχαγωγίας. Τώρα, όσον αφορά τον κυβερνοεκφοβισμό, μπορούμε να συμπεράνουμε ότι οι άνδρες από 30 μέχρι 35 είναι μια κατηγορία με μεγαλύτερη τάση προς την επιθετική συμπεριφορά μέσω διαδικτύου. Έτσι, είναι σημαντικό το γεγονός, ότι υπό συνθήκες περιορισμού, εξαιτίας της πανδημίας, η ηλικιακή αυτή ομάδα εμφάνισε υψηλότερα επίπεδα επιθετικότητας και αποκλίνουσας συμπεριφοράς.

Ωστόσο, κατά την αξιολόγηση της σπουδαιότητας των ευρημάτων μας, πρέπει να επιμείνουμε με προσοχή σε ορισμένους περιορισμούς. Αρχικά, χρησιμοποιήσαμε δείγμα χωρίς την χρήση πιθανοτήτων (deterministic) που σημαίνει ότι κάθε μονάδα του πληθυσμού δεν έχει την ίδια πιθανότητα να περιληφθεί στο δείγμα μας. Ακόμα, το δείγμα μας ήταν σχετικά μικρό. Επίσης, η παρούσα μελέτη έλαβε χώρα σε ένα συγκεκριμένο πολιτιστικό πλαίσιο, πράγμα που σημαίνει ότι τα ευρήματά της μπορεί να μην γενικευτούν εύκολα σε άλλα πολιτισμικά πλαίσια. Τέλος, ένα μειονέκτημα της έρευνας είναι η περιορισμένη βιβλιογραφία, όσο αφορά τις μετρήσεις του

κυβερνοεγκλήματος και του κυβερνοεκφοβισμού εν μέσω πανδημίας. Ακόμα, η δυσκολία εύρεσης του δείγματος (των ανδρών περισσότερο) οδήγησε σε ελλιπή στοιχεία σχετικά με την επιθετικότητα μέσω διαδικτύου. Γι' αυτό τα ποσοστά, φαίνεται να είναι παρόμοια και στα δύο φύλα, κατά την περίοδο της πανδημίας του COVID-19. Επίσης, επειδή οι συμμετοχή των γυναικών ήταν πολύ μεγαλύτερη από των ανδρών, σε κάποια αποτελέσματα φαίνεται οι γυναίκες να εμφανίζουν υψηλότερα ποσοστά εθισμού στο διαδίκτυο, κατά την περίοδο του εγκλεισμού. Θα ήταν χρήσιμο να μελετηθεί περαιτέρω επιθετική στάση μέσω διαδικτύου, των συμμετεχόντων και πως αυτή διαφέρει από κοινωνία σε κοινωνία. Παρά τους περιορισμούς της, η παρούσα μελέτη προσφέρει ισχυρά στοιχεία για να υποστηρίξει την υπόθεση ότι ένα σημαντικό ποσοστό του πληθυσμού επηρεάστηκε από την «καραντίνα» και η επιθετική διάθεση και τα αρνητικά συναισθήματα που εμφάνισε, ένα μεγάλο μέρος του πληθυσμού, οδήγησαν σε αρκετή αύξηση του εθισμού στο διαδίκτυο.

Μέσα από την βιβλιογραφική ανασκόπηση, με την πανδημία COVID-19 εμφανίστηκαν περισσότερες εθιστικές συμπεριφορές. Η απομόνωση, η μη-ύπαρξη δραστηριοτήτων, εργασίας και οικονομικής άνεσης οδήγησαν τον κόσμο πιο εύκολα σε εμφάνιση έντονου άγχους, στρες, φόβου ή ακόμα και κατάθλιψης. Έτσι, ήταν αναμενόμενο, μέσα σε όλο αυτό το πλαίσιο, να αναπτυχθούν εθιστικές συμπεριφορές (Dubey, Ghosh, Chatterjee, Biswas, Chatterjee, & Dubey, 2020). Παρόμοια αποτελέσματα, είχε και η δική μας έρευνα, καθώς τα επίπεδα αρνητικής διάθεσης κατά την περίοδο του εγκλεισμού ήταν αυξημένα, το ίδιο και ο εθισμός μέσω διαδικτύου. Βάση ερευνών, βασικός παράγοντας στην εμφάνιση εθισμού στο διαδίκτυο είναι ο χρόνος που αφιερώνει κάποιος σε αυτό (Chou, Condron & Belland, 2005). Η εξάρτηση από το διαδίκτυο, είτε γιατί υπάρχει η ανάγκη για επικοινωνία είτε για διασκέδαση, μπορεί να δημιουργήσουν στο άτομο καταναγκασμούς και να υπερβεί τα όρια της ελεγχόμενης χρήσης του διαδικτύου (Chou, Condron & Belland, 2005). Το ίδιο έδειξε και η έρευνα μας, καθώς παρατηρήθηκε αύξηση τόσο της χρήσης διαδικτύου, όσο και των εθιστικών συμπεριφορών, κατά την περίοδο του εγκλεισμού.

Η κατάσταση που επικρατούσε εν μέσω κορονοϊού, επηρέασε όλες τις ευάλωτες ομάδες ατόμων. Περισσότερο, φαίνεται να επηρεάστηκαν οι γυναίκες, καθώς είχαν υψηλά ποσοστά εθισμού στο διαδίκτυο, με συνεχή χρήση των κοινωνικών μέσων ενημέρωσης, που αιτιολογείται, διότι τα υψηλά επίπεδα άγχους και στρες που εμφανίζουν οι γυναίκες, τους δημιουργούν την ανάγκη για διαφυγή από την

πραγματικότητα (Li et al., 2021). Παρόμοια, ήταν και τα ευρήματα της έρευνας μας. Οι γυναίκες είχαν υψηλά επίπεδα εμφάνισης αρνητικών συναισθημάτων, αλλά και πολλές ώρες χρήσης του διαδικτύου, με σκοπό να παρατηρούνται υψηλότερα ποσοστά εθισμού στο διαδίκτυο στην γυναίκες παρά στους άνδρες.

Η πανδημία πέρα από τις επιπτώσεις που είχε στον τομέα της υγείας και της ψυχολογίας των ατόμων, οδήγησε σε εμφάνιση παραβατικής ή αποκλίνουσας συμπεριφοράς. Η πτώση των συναισθημάτων, της διάθεσης και η εθιστική χρήση του διαδικτύου, οδήγησαν επιθετική διάθεση και παραβατικότητα. Έτσι, η ανάγκη για εκτόνωση του θυμού, του άγχους, της πίεσης και του φόβου, «βρήκε έδαφος» στον κυβερνοχώρο (Li, Sun, Meng, Bao, Cheng, Chang, & Shi, 2021). Συγκεκριμένα, στην έρευνα μας, παρατηρήθηκε αύξηση του κυβερνοεκφοβισμού από άντρες ενήλικες. Αυτή ηλικία στην οποία εκδηλώθηκε η επιθετικότητα μέσω διαδικτύου, είναι φάση όπου το άγχος, η πίεση και ο θυμός κυριαρχούν ως συναισθήματα, διότι ήταν από της ομάδες ατόμων που έχασαν τις δουλειές και τους στόχους τους και έπαψαν να έχουν ευχαρίστηση από την ζωή (Cyberbullying Research Center, 2022).

Βάση μίας ακόμα θεωρητικής προσέγγισης, γίνεται λόγος για εμφάνιση επιθετικότητας στις γυναίκες κατά την διάρκεια της πανδημίας. Διότι, οι γυναίκες είχαν περισσότερες υποχρεώσεις μέσα στο σπίτι που τις βάραιναν και με την απώλεια της εργασίας και με την μη- ύπαρξη των κοινωνικών συναναστροφών, εν μέσω εγκλεισμού ήταν αναμενόμενο να συσσωρευτεί θυμός (Evans et al., 2020). Αντίθετα, στη δική μας έρευνα οι άντρες φαίνεται να εμφανίζουν υψηλότερα ποσοστά επιθετικής διάθεσης και συμπεριφοράς. Ωστόσο, αναμένονται σημαντικές διαφορές στην μελέτη του κυβερνοεκφοβισμού και της επιθετικής συμπεριφοράς γενικότερα σε διαφορετικές ομάδες ατόμων σε διαφορετικά πολιτισμικά πλαίσια. Θα ήταν σημαντικό να γίνουν μετέπειτα έρευνες, με μεγαλύτερο δείγμα, που να μελετούν συγκεκριμένα τα ποσοστά κυβερνοεκφοβισμού και κυβερνοεγκλήματος σε δύο διαφορετικές χρονικές περιόδους (πριν και μετά τον εγκλεισμό) και κατά πόσο αυτή η επιθετική- αποκλίνουσα διάθεση, είχε μετέπειτα εμφάνιση και άλλων παραβατικών συμπεριφορών.

3.2.Γενικά συμπεράσματα εργασίας

Η πρόληψη της παραβατικότητας γενικά, αλλά και μέσω διαδικτύου, μπορεί να επιτευχθεί μέσα από συγκεκριμένα στάδια αντιμετώπισης. Το αρχικό στάδιο πρωτογενούς πρόληψης, που περιλαμβάνει τα μέτρα κοινωνικής πρόληψης, έχει ως σκοπό την αντιμετώπιση παραβατικών παραγόντων που οδηγούν σε μία τέτοια πράξη. Έτσι, σε πρωταρχικό στάδιο θα πρέπει να ενισχυθεί ο ρόλος της οικογένειας, ως κύριου φορέα κοινωνικοποίησης (ενισχύοντας βασικές ηθικές αξίες και κοινωνικούς κανόνες), να μειωθεί το φαινόμενο της ανεργίας και να δοθούν νέες ευκαιρίες για εργασία, να ευαισθητοποιηθεί η πολιτεία και οι αστυνομικές αρχές (αυξάνοντας τους ελέγχους στον κυβερνοχώρο και μειώνοντας έτσι τα ποσοστά θυματοποίησης των ατόμων). Στο στάδιο δευτερογενούς πρόληψης, όσοι έχουν ήδη διαπράξει κάποια παραβατική πράξη, οπότε σε αυτό το στάδιο πρέπει να γίνει ο εντοπισμός των προβλημάτων, η έγκαιρη παρέμβαση και επιβολή κατάλληλων μέτρων, με σκοπό την παρεμπόδιση της εμφάνισης άλλων αξιόποινων πράξεων.

Θετική επίδραση στην μείωση του φαινομένου του εθισμού από το διαδίκτυο μπορεί να έχει η συχνή ευαισθητοποίηση των πολιτών από την κοινωνία και των στενό κύκλο των ατόμων (της είναι η οικογένεια και οι φίλοι) και η επικοινωνία και υποστήριξη των ειδικών (όπως είναι οι γιατροί, οι ψυχολόγοι ή οι φορείς υποστήριξης ατόμων με εξαρτίσεις). Το πιο σημαντικό κομμάτι της θεραπείας είναι η πρόληψη. Το φαινόμενο μπορεί να μειωθεί σημαντικά μέσα από την ενημέρωση των ατόμων για της κινδύνους του διαδικτύου, την προσθήκη δραστηριοτήτων και σταθερών στόχων στην ζωή τους και την συνεχή προσπάθεια καλύτερευσης του τρόπου ζωής τους, με σκοπό την αποφυγή της ανάπτυξης ψυχοσυναισθηματικών διαταραχών. Με την βοήθεια κατάλληλων θεραπευτικών διαδικασιών, σταθερών κοινωνικών επαφών του ατόμου αλλά και έλλειψη ενός πλαισίου «εγκλεισμού» και «καραντίνας» μπορεί να ανακτηθεί η ικανοποίηση και η ευχαρίστηση από την ζωή των ανθρώπων (Young, 2011).

Ακόμα, αρκετοί ερευνητές υποστηρίζουν, ότι για την μείωση της εμφάνισης του κυβερνοεκφοβισμού, κρίνεται απαραίτητο να ενημερώνονται συνεχώς οι πολίτες σχετικά με τις μορφές του διαδικτυακού εκφοβισμού. Αρετές φορές, λαμβάνονται μηνύματα στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο ή στις εφαρμογές κοινωνικής δικτύωσης που μπορεί να διαταράξουν την ψυχική ισορροπία των ατόμων. Πρέπει να υπάρχει σχετική ενημέρωση τόσο από την κοινωνία όσο και από διάφορους φορείς (κρατικούς ή

ιδιωτικούς) για το πως πρέπει να διαχειρίζεται κανείς τα «Spam e-mails» που δέχεται, τα απειλητικά μηνύματα, τα υβριστικά σχόλια ή ακόμα χειρότερα την δημοσίευση προσωπικών στοιχείων και υλικού από τρίτους. Που θα πρέπει να απευθυνθεί πρώτα και πως θα καταφέρει να ξεφύγει από τον θύτη (Campbell & Gardner, 2005). Είναι σημαντικό να αναπτυχθούν τεχνικές πρόληψης και αντιμετώπισης του κυβερνοεκφοβισμού. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί τόσο μέσω νομοθετικού πλαισίου, όσο και ατομικά ή συλλογικά μέσα στην κοινωνία. Δυστυχώς, υπάρχουν κάποιες δυσκολίες στην καταπολέμηση του διαδικτυακού εκφοβισμού και την άμεση εύρεση των θυτών. Και αυτό εξαιτίας της δυσκολίας ελέγχου του εκφοβισμού, διότι λαμβάνει χώρα σε έναν εικονικό κόσμο, χωρίς όρια, με απεριόριστο κοινό και δυσκολία διαφυγής του θύματος (ανυπεράσπιστο). Ακόμα, ο εντοπισμός των θυτών είναι δύσκολος, καθώς δεν υπάρχει κοινωνικό-δημογραφικό προφίλ των θυτών κυβερνοεκφοβισμού, παρά μόνο ψυχοσυναισθηματικό προφίλ (Casas, Rey & Ruiz, 2013).

Συμπερασματικά, για την αντιμετώπιση του φαινομένου της παραβατικότητας μέσω διαδικτύου, χρήζει επιτακτικής ανάγκης, η κατάλληλη και έγκυρη ενημέρωση του κόσμου και η ανταλλαγή πληροφοριών, αλλά και η ευαισθητοποίηση του κοινού μέσα από την τηλεόραση και το διαδίκτυο, χωρίς να υπερ-προβάλλονται στα μέσα ενημέρωσης πληροφορίες που μπορούν να επηρεάσουν αρνητικά τον τρόπο σκέψεις και συμπεριφοράς των ατόμων (Bushman & Huesmann, 2006).

Βιβλιογραφία

Ελληνική βιβλιογραφία:

Αντωνιάδου, Ν., & Κόκκινος, Κ. (2013). Κυβερνο-εκφοβισμός και κυβερνο-θυματοποίηση σε παιδιά και εφήβους: Συχνότητα εμφάνισης και παράγοντες επικινδυνότητας. *Προσχολική & Σχολική Εκπαίδευση*, 1 (1), 138-169.

Αρτινοπούλου, Β. (2001). Βία στο σχολείο: Έρευνες και πολιτικές στην Ευρώπη. Αθήνα: Μεταίχμιο.

Boulton, M., Καρέλλου, Ι. Λανίτη, Ι., Μανούσου, Β., & Λεμονή, Ο. (2001). Επιθετικότητα και θυματοποίηση ανάμεσα στους μαθητές των ελληνικών δημοτικών σχολείων. *Ψυχολογία*, 8(1), 12-29.

Γιωτάκος, Ο. (2013). Επιθετική συμπεριφορά: Σύγχρονα θεωρητικά και βιολογικά δεδομένα. *Ψυχιατρική*, 24 (2), 117-131.

Δημητρόπουλος, Ε., (2004). Εισαγωγή στη μεθοδολογία της επιστημονικής έρευνας: προς ένα συστηματικό δυναμικό μοντέλο μεθοδολογίας επιστημονικής έρευνας. Αθήνα: Έλλην.

Ελληνική Εταιρία Μελέτης Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο Διαθέσιμο: <http://www.hasiad.gr/>

Ζάννη Α. (2005). «Το διαδικτυακό έγκλημα». Σειρά: Media και Έγκλημα, Σάκκουλας, Αθήνα. ISBN: 960151449X

Θεοδώρου Σ. (2009), Επιπτώσεις της κατάχρησης του Διαδικτύου στην προσωπική, επαγγελματική και κοινωνική ζωή του σύγχρονου ανθρώπου. Μια θεωρητική και εμπειρική διερεύνηση. Διπλωματική εργασία στο Πανεπιστήμιο Μακεδονία, Θεσσαλονίκη.

Καμαριώτης, Θ. (2013). Ηλεκτρονικός εκφοβισμός: Αξιολόγηση και πρόληψη του φαινομένου μεταξύ μαθητών και μαθητριών γυμνασίου. Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Θεσσαλονίκη.

Κατσίρας, Λ.Β. (2008). Ανήλικοι Παραβάτες: Ο Ρόλος της Εκπαίδευσης και της Συμβουλευτικής Παρέμβασης, Institutional Repository - Library & Information Centre - University of Thessaly, Υπεύθυνος Τυπογραφείου: Ευθύμιος & Νίκος Σανιδάς, Ιωαννίνων 6. Μοσχάτο.

Κουφάκη, Β. Πολυζωίδου, Κ.Ν. Φουντουλάκης (2017). «Η έννοια της ιδιοσυγκρασίας και η συμβολή της στην κατανόηση του διπολικού φάσματος». Ι. Γ' Πανεπιστημιακή Ψυχιατρική

Κλινική, Σχολή Επιστημών Υγείας, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο, Θεσσαλονίκη Ψυχιατρική. 28:142–155.

Κρητικός Ε.(2007). Παιδική και εφηβική επιθετικότητα - βία. Αγωγή στο εκπαιδευτικό περιβάλλον. Παιδαγωγικό Βήμα Αιγαίου, 63, 84- 113.

Λάζου Γ. (2001). «Πληροφορική και Έγκλημα», Νομική Βιβλιοθήκη, Αθήνα

Ντάκα, Ε. & Πούλου, Β. (2017). «Παραβατικότητα Ανηλίκων: Παράγοντες Εκδήλωσης, πρόληψης και αντιμετώπισης του φαινομένου». Πτυχιακή Εργασία, Τεχνολογικό Εκπαιδευτικό Ίδρυμα Δυτικής Ελλάδας, Σχολή Επαγγελματιών Υγείας και Πρόνοιας, Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας, Πάτρα, 2017, Εποπτεύουσα Καθηγήτρια: Ψυχογιού Α.

Πετράκης, Π.Ε. (2016). ΕΘΝΙΚΟ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΘΗΝΩΝ, Προγράμματα Συμπληρωματικής Εκπαίδευσης, Με τη χρήση καινοτόμων μεθόδων εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, 1596 – ΘΥΤΕΣ ΚΑΙ ΘΥΜΑΤΑ ΣΤΑ ΕΓΚΛΗΜΑΤΑ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ, 2016, (Διδακτική Ενότητα 3: «Νεανική Παραβατικότητα», σελ. 45-80).

Πετρόπουλος Ν. & Παπαστυλιανού, Α. (2001), Μορφές επιθετικότητας, βίας και διαμαρτυρίας στο σχολείο. Αθήνα: Παιδαγωγικό Ινστιτούτο εκπαιδευτικό περιβάλλον. Παιδαγωγικό Βήμα Αιγαίου, 63, 84-113.

Σουσαμίδου Αικατερίνη & Βαβέτση Σοφία (2011). Γονείς και εκπαιδευτικοί αντιμετώπι με την επιθετικότητα των παιδιών και εφήβων. Θεσσαλονίκη: University Studio Press.

Τσαλίκη, Λ., Χρονάκη, Δ. & Κοντογιάννη, Δ. (2012) Παιδιά και Διαδίκτυο στην Ελλάδα. Έρευνα με τη μερική χρηματοδότηση της Γενικής Γραμματείας Νέας Γενιάς, Αθήνα

Τσίτσικα Α, Κορμάς Γ, Δημητρακοπούλου Β, Μπικούλη Δ, Αθανασίου Κ, Κριτσέλη Ε, Τζανικιάν Μ, Τζαβέλα Ε, Αντωνογεώργος Γ, Καββαδίας Γ, Καφετζής Δ. (2011). Συμπεριφορές Εξάρτησης («Εθισμός») στο Διαδίκτυο-Internet στους Έλληνες Εφήβους. 4ο Εντατικό Σεμινάριο Εφηβικής Ιατρικής – State of The Art Adolescent Medicine Course. Αθήνα, (Βραβείο Ελληνικής Παιδιατρικής Εταιρείας). / Tsitsika A, Critselis E, Kormas G, Dimitrakopoulou V, Bikouli D, Athanasiou K, Janikian M, Tzavela E, Antonogeorgos G, Kavnadias G, Kafetzi D. (2011). Addictive Internet Behaviors (Internet Addiction) among Greek adolescents: association with high-risk internet behaviors and psychosocial development. 16th European IAAH meeting, Copenhagen

Ξένη βιβλιογραφία:

Apel, R., & Kaukinen, C. (2008). On the relationship between family structure and antisocial behavior: Parental cohabitation and blended households. *Criminology: An Interdisciplinary Journal*, 46(1), 35–69. <https://doi.org/10.1111/j.1745-9125.2008.00107.x>.

- Arora, T. (1996). Defining bullying. *School Psychology International*, 17, 317-384.
- Björkqvist, K. (2018). Gender differences in aggression. *Current Opinion in Psychology*, 19, 39–42. doi:10.1016/j.copsy.2017.03.030.
- Bryman, A., (2016). Μέθοδοι Κοινωνικής Έρευνας: ΔΕΥΤΕΡΟ ΜΕΡΟΣ: Η ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ. Αθήνα: Gutenberg.
- Breuer, J., Elson, M. (2017). Frustration-Aggression Theory. In P. Sturmey (Ed.), *The Wiley Handbook of Violence and Aggression* (pp. 1-12). Malden, MA, USA: John Wiley & Sons Ltd.
- Casas, J. A., Del Rey, R., & Ortega-Ruiz, R. (2013). Bullying and cyberbullying: Convergent and divergent predictor variables. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 580–587. doi:10.1016/j.chb.2012.11.015
- Cepin, M., Galun, M., Trevisan, G., Kaps, M., Valborg, E., Roggenbuck, B., & Slana, U. (2016). Joining forces to combat cyberbullying in schools [Ebook] (pp. 3. Cyberbullying, 3.2 How is Cyberbullying Different from ‘Traditional’ Bullying?). Ljubljana, Slovenija: socialna-akademija.
- Chou, C., Condron, L., & Belland, J. C. (2005). A Review of the Research on Internet Addiction. *Educational Psychology Review*, 17, 363-388.
- <http://dx.doi.org/10.1007/s10648-005-8138-1>
- Cyberbullying Research Center - How to Identify, Prevent, and Respond. (2022). from <https://cyberbullying.org/>
- Dannon PN & Iancu I. (2007), [Internet addiction] *Harefuah*. 146(7):549-53
- Dubey, M. J., Ghosh, R., Chatterjee, S., Biswas, P., Chatterjee, S., & Dubey, S. (2020). COVID-19 and addiction. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, 14(5), 817–823. doi:10.1016/j.dsx.2020.06.008
- Evans, M.L., Lindauer, M., Farrell, M.E. (2020). A Pandemic within a Pandemic-Intimate Partner Violence During COVID-19. *New England Journal of Medicine*.
- Goleman D. (2011). «Η Συναισθηματική Νοημοσύνη». Ελληνικά Γράμματα. ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ - ΨΥΧΙΑΤΡΙΚΗ – ΨΥΧΑΝΑΛΥΣΗ. ISBN: 9789609405904.
- Griffiths, M. D. (1998). Internet addiction: Does it really exist? in Gackenbach, J. (ed.), *Psychology and the internet: intrapersonal, interpersonal, and Transpersonal implications*, Academic Press, New York

Groarke, Jenny M.; Berry, Emma; Graham-Wisener, Lisa; McKenna-Plumley, Phoebe E.; McGlinchey, Emily; Armour, Cherie; Murakami, Michio (2020). Loneliness in the UK during the COVID-19 pandemic: Cross-sectional results from the COVID-19 Psychological Wellbeing Study. *PLOS ONE*, 15(9), e0239698–. doi:10.1371/journal.pone.0239698

Killgore, W. D. S., Cloonan, S. A., Taylor, E. C., Anlap, I., & Dailey, N. S. (2021). Increasing aggression during the COVID-19 lockdowns. *Journal of Affective Disorders Reports*, 5, 100163. doi:10.1016/j.jadr.2021.100163

Leiner, B. M., Cerf, V. G., Clark, D. D., Kahn, R. E., Kleinrock, L., Lynch, D. C., ... Wolff, S. (2009). A brief history of the internet. *ACM SIGCOMM Computer Communication Review*, 39(5), 22. doi:10.1145/1629607.1629613

Leonard, B. E. (2003). *Brain injury and mental retardation: psychopharmacology and neuropsychiatry*. C. Thomas Gualtiere. Lippincott Williams and Wilkins: Philadelphia, 2002. Pages: 509.

Lee C. (2011). An ecological systems approach to bullying behaviors among middle school students in the United States. *J Interpers Violence*. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20522882>

Li, Y., Sun, Y., Meng, S., Bao, Y., Cheng, J., Chang, X., ... Shi, J. (2021). Internet Addiction Increases in the General Population During COVID-19: Evidence From China. *The American Journal on Addictions*, 30(4), 389–397. doi:10.1111/ajad.13156

LSE-The London School of Economics and Political Science (2022). EU Kids. Retrieved from <http://www.eukidsonline.net/>

MALLORY NEWALL (2018). *Cyberbullying: "A Global Advisor Survey"* [Ebook]. IPSOS. Retrieved from https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2018-06/cyberbullying_june2018.pdf

Malenka RC, Nestler EJ, Hyman SE (2009). "Chapter 15: Reinforcement and Addictive Disorders". In Sydor A, Brown RY (eds.). *Molecular Neuropharmacology: A Foundation for Clinical Neuroscience* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill Medical. pp. 364–375. ISBN 9780071481274.

Menar, J. K., & Gailliot, M. T. (2007). Altruism and egoism: Prosocial motivations for helping depend on relationship context. *European Journal of Social Psychology*. 37, 347-358.

Mesch, GS. (2009). Parental mediation, online activities, and cyberbullying. *Cyberpsychology Behavior*. Vol.12 (4): 387-393

Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). Incidence and Correlates of Pathological Internet Use among College Students. *Computers in Human Behavior*, 16, 13-29. [http://dx.doi.org/10.1016/S0747-5632\(99\)00049-7](http://dx.doi.org/10.1016/S0747-5632(99)00049-7)

Murray-Close, D., & Ostrov, J. M. (2009). A Longitudinal Study of Forms and Functions of Aggressive Behavior in Early Childhood. *Child Development*, 80(3), 828–842. doi:10.1111/j.1467-8624.2009.01300.x.

Newby, P., (2019). Μέθοδοι έρευνας στην εκπαίδευση: Μέρος 2: Η διαδικασία της συλλογής δεδομένων. Αθήνα: Πεδίο.

Olweus, D. (1978). *Aggression in the schools: Bullies and Whipping-boys*. London: Wiley.

Ortega, P., Calmaestra, J., Merchan, J. M. (2008). Cyberbullying. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*. Vol.8 (2): 183-192

Oshima, K.M.M., Huang, J., Jonson-Reid, M. & Drake, B. (2010). Children with disabilities in poor households: association with juvenile and adult offending. *Social Work Research*, 34: 102-113.

Rossmann B.B. Robbie, Hughes Honore M., Rosenberg Mindy S. (2013). *Children and Interparental Violence: The Impact of Exposure*. Behavioral Sciences. New York. [eBook] ISBN: 9780203778029

Ryan, R.M., Deci, E.L., (2000a). Intrinsic and extrinsic motivations: classic definitions and new directions. *Contemp. Educ. Psychol.* 25 (1), 54–67.

Shotten, M. A. (1991). The costs and benefits of computer addiction. *Behav. Inform. Technol.*10: 219-230.

Statista (2020). “Cyber bullying”: Cyberbullying – Statistics & Facts 2018-2022. Dossier. Online pdf.

Sticcaetal, (2015) & Buelga, S., Postigo, J., Martínez-Ferrer, B., Cava, M.-J., & Ortega-Barón, J. (2020). Cyberbullying among Adolescents: Psychometric Properties of the CYB-AGS Cyber-Aggressor Scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health*»,

Violence Prevention Works (2016). The World's Foremost Bullying Prevention Program: The Olweus Bullying Prevention Program (OBPP) is the most researched and best-known bullying prevention program available today. Available at: http://www.violencepreventionworks.org/public/olweus_bullying_prevention_program.page

Young, K. (2011). 'Clinical Assessment of Internet-Addicted Clients' in Young, K., Nabuco do Abreu, C. (ed). *Internet Addiction*. Hoboken: John Wiley & Sons Inc

Young, K. S. Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 2004; 48(4): 402-415.

Young, K. S.). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 1996; 1(3):237-244