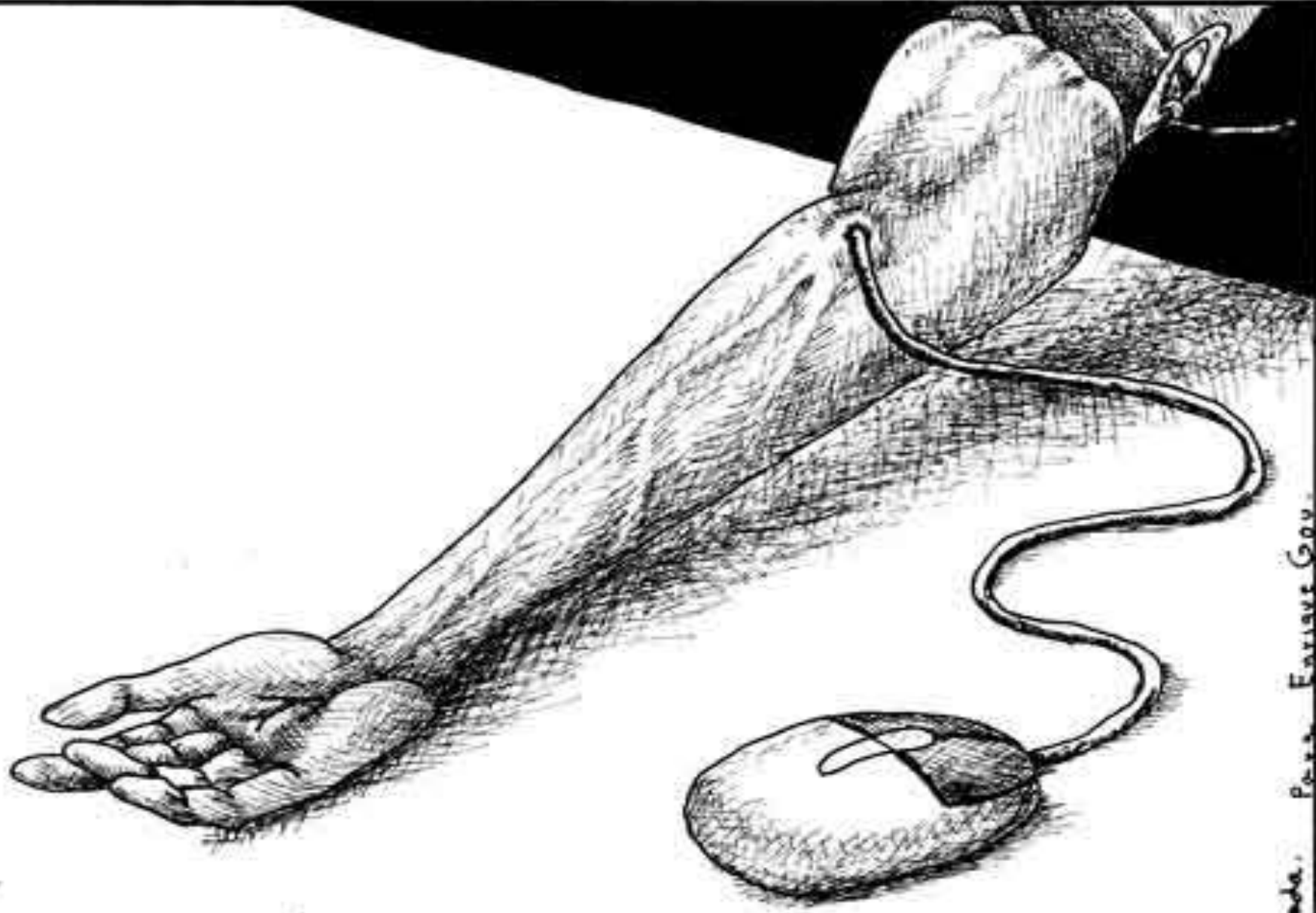


# ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

ΟΜΑΔΑ DAB

# ΑΙΤΙΑ ΕΘΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

- ❖ Στο Διαδίκτυο δεν υπάρχουν άμεσες συνέπειες των πράξεων, ο χρήστης μπορεί να μπει και να βγει όποτε θέλει, ενώ μπορεί να καλύψει την όποια εξωτερική εμφάνιση, αφού δεν υπάρχει οπτική επαφή.
- ❖ Ταυτόχρονα, ο έφηβος μπορεί να ενσαρκώσει διαφορετικούς ρόλους, ή να υιοθετήσει διαφορετικές ταυτότητες ανάλογα με την εκάστοτε διαδικτυακή εμπειρία, εξαιτίας της ανωνυμίας, που συνιστά κατεξοχήν χαρακτηριστικό του Διαδικτύου.



Shonda. Pass. Engrave Gov.

# ΠΩΣ ΝΑ ΚΑΤΑΛΑΒΩ ΟΤΙ ΕΙΜΑΙ ΕΘΙΣΜΕΝΟΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

- ❖ Μετά από κάθε τελεία που γράφεις συνεχίζεις με com.
- ❖ Κλείνεις το modem και έχεις χάσει κάποιον στενό συγγενή.
- ❖ Στα ονόματα των φίλων σου βάζεις και ένα @ μπροστά.
- ❖ Μετακομίζεις σε καινούργιο σπίτι και το πρώτο που σκέφτεσαι είναι να ανανεώσεις τη σελίδα στο Facebook και μετά να φτιάξεις το σπίτι.
- ❖ Ο σκύλος σου έχει τη δική του προσωπική σελίδα στο Internet.



- ❖ Το ίδιο και το χρυσόψαρό σου.
- ❖ Ο καλύτερός σου φίλος είναι κάποιος που δεν τον έχεις δει ποτέ.
- ❖ Παίρνεις τηλέφωνο τους φίλους σου για να τους πεις ότι τους έστειλες e-mail και κλείνεις περιμένοντας την απάντηση.
- ❖ Η γυναίκα σου ανακοινώνει το νέο κανόνα: «Απαγορεύεται ο υπολογιστής στο κρεβάτι!».
- ❖ Χρησιμοποιείς συνέχεια εκφράσεις και σύμβολα του στιλ: LOL, brb, afk, : (, @, www κ.λπ.)

# ΠΟΤΕ Η ΧΡΗΣΗ ΓΙΝΕΤΑΙ ΚΑΤΑΧΡΗΣΗ;;;

Άντρες και φοιτητές αποτελούν τις ομάδες υψηλού κινδύνου για την εμφάνιση εξάρτησης από το διαδίκτυο, ενώ η κατάθλιψη, η κοινωνική απομόνωση και η παχυσαρκία αποτελούν σημάδια εμφάνισης της διαταραχής.







# ΠΩΣ ΟΡΙΖΟΥΜΕ ΤΗΝ ΕΞΑΡΤΗΣΗ ΑΠΟ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ;

- ❖ Μπορούμε να ορίσουμε την εξάρτηση από το διαδίκτυο σαν την αδυναμία ελέγχου της χρήσης του ιστού, που οδηγεί σε αισθήματα πίεσης, άγχους και δυσλειτουργικές συμπεριφορές σε καθημερινές δραστηριότητες ενώ η στέρησή της χρήσης αυτής ακολουθείται από ευερέθιστη ή δυσθυμική συμπεριφορά.



- ◉ Συνοπτικά, τα κριτήρια της εξάρτησης από το διαδίκτυο είναι τα ακόλουθα:
  - προσκόλληση στον παγκόσμιο ιστό,
  - αίσθημα ανάγκης για αυξημένο χρόνο παραμονής σε σύνδεση, ώστε να επιτευχθεί ένα επίπεδο ικανοποίησης,
  - επανειλημμένες αποτυχημένες προσπάθειες περικοπής του χρόνου παραμονής,
  - ευερεθιστότητα, κατάθλιψη ή ύφεση της διάθεσης όταν η χρήση περιορίζεται,

- ◉ • παραμονή στη σύνδεση περισσότερο από όσο αρχικά ήταν προγραμματισμένο,
- διακινδύνευση απώλειας δουλειάς ή εργασίας εξαιτίας της χρήσης του ιστού,
- ψευδείς δηλώσεις στους άλλους σε σχέση με τον πραγματικό χρόνο χρήσης και παραμονή σε σύνδεση, ως ένας τρόπος ρύθμισης της διάθεσης.



# ΤΕΛΟΣ ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΠΑΡΑ ΠΟΛΎ

- ◉ Πέτρος Φραντζανάς
- ◉ Παναγιώτης Ναλμπάντης
- ◉ Στέργιος Λαλιότης
- ◉ Δημήτρης Βλάχος



# ΠΗΓΕΣ

- [https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%95%CE%B8%CE%B9%CF%83%CE%BC%CF%8C%CF%82\\_%CF%83%CF%84%CE%BF\\_%CE%94%CE%B9%CE%B1%CE%B4%CE%AF%CE%BA%CF%84%CF%85%CE%BF](https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%95%CE%B8%CE%B9%CF%83%CE%BC%CF%8C%CF%82_%CF%83%CF%84%CE%BF_%CE%94%CE%B9%CE%B1%CE%B4%CE%AF%CE%BA%CF%84%CF%85%CE%BF)
- <http://www.paidiatros.com/efivos/psychologia/internet-addiction-prevention>
- 
- <http://www.boro.gr/27580/ethismos-sto-diadiktyo-ta-6-proeidopoihtika-shmadia>