

Ανασκόπηση Review

Διαταραχή εθισμού στο Διαδίκτυο

Κ. Σιώμος, Ν. Αγγελόπουλος

Ψυχιατρική Κλινική, Ιατρική Σχολή, Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, Λάρισα

Ψυχιατρική 2008, 19:52–58

Πρόσφατες μελέτες δείχνουν ότι το 18,9% του παγκόσμιου πληθυσμού είναι χρήστες του Διαδικτύου (www.internetworldstats.com). Στο άρθρο αυτό θα γίνει προσπάθεια να οριστεί το φαινόμενο του εθισμού στο Διαδίκτυο, να παρουσιαστούν τα συμπτώματά του, να κατανοηθούν οι έννοιες του εθισμού και του ψυχαναγκασμού, να αναδειχθεί ο επιπολασμός και το δημογραφικό προφίλ των εθισμένων στο Διαδίκτυο, να παρουσιαστούν τα εργαλεία διάγνωσης του εθισμού στο Διαδίκτυο, να καθοριστούν οι πληθυσμοί που είναι περισσότερο ευαίσθητοι καθώς και οι τύποι προσωπικότητας που είναι πιο ευάλωτοι στον εθισμό, αλλά και να οριστεί η θέση του εθισμού στο Αμερικανικό Ταξινομικό Ψυχιατρικό Σύστημα DSM-IV. Οι έρευνες των ειδικών Ψυχικής Υγείας, από το 1996, στο φαινόμενο του εθισμού στο Διαδίκτυο δεν έχουν οδηγήσει σε πλήρη συμφωνία μεταξύ τους, αναφορικά με την ονομασία, τα κριτήρια διάγνωσης, τα εργαλεία διάγνωσης και την ένταξή του ή όχι στο Ψυχιατρικό Ταξινομικό Σύστημα. Σήμερα, που οι νέες τεχνολογίες εισβάλλουν στην ανθρώπινη καθημερινότητα προσελκύοντας ολοένα και περισσότερους ανθρώπους στη χρήση τους, η επίδρασή τους δεν θα πρέπει να θεωρείται αμελητέα. Είναι σημαντικό πλέον οι κλινικοί γιατροί να συμπεριλαμβάνουν, κατά τη διάρκεια της λήψης του ιστορικού των ασθενών τους, ερωτήσεις αναφορικά με τη σχέση τους με τις νέες τεχνολογίες, έτσι ώστε να αναγνωρίζεται η επίδραση αυτών στον τρόπο ζωής τους.

Λέξεις ευρετηρίου: Χρήση του Διαδικτύου, εθισμός στο Διαδίκτυο, διαγνωστικά κριτήρια.

Εισαγωγή

Η παγκόσμια εξάπλωση της χρήσης του Διαδικτύου ξεκινά στις 9/8/1995, οπότε η εταιρεία λογισμικού Netscape εισήλθε στο NASDAQ (Δείκτης Τεχνολογικών Επιχειρήσεων του Αμερικανικού Χρηματιστηρίου). Έκτοτε, η χρήση του Διαδικτύου, εκτός από το Στρατό και τα Πανεπιστήμια, επεκτάθηκε και στο ευρύ κοινό. Το 1997, περίπου 145 χώρες εξυπηρετούσαν 35–50 εκατομμύρια πελάτες, το 2002 εξυπηρετούνταν περίπου 650 εκατομμύρια πελάτες, ενώ πρόσφατες μελέτες δείχνουν ότι, το 2007, 200.000.000 άνθρωποι, δηλαδή το 18,9% του παγκόσμιου πληθυσμού, ήταν χρήστες του Διαδικτύου (www.internetworldstats.com). Το ποσοστό της εξάπλωσης της χρήσης του Διαδικτύου παγκοσμίως ανέρχεται αυξανόμενο κατά το 20–40% ετησίως. Μέσα στα επόμενα χρόνια, τη μεγαλύτερη εξάπλωση θα γνωρίσουν χώρες όπως η Ινδία και η Κίνα, ο πληθυσμός των οποίων σήμερα έχει πρόσβαση στο Διαδίκτυο σε ποσοστό μικρότερο από 10%. Στο άρθρο αυτό θα γίνει προσπάθεια να οριστεί το φαινόμενο του εθισμού στο Διαδίκτυο, να παρουσιαστούν τα συμπτώματά του, να κατανοηθούν οι έννοιες του εθισμού και του ψυχαναγκασμού, θα αναδειχθεί ο επιπολασμός και το δημογραφικό προφίλ των εθισμένων στο Διαδίκτυο, να παρουσιαστούν τα εργαλεία διάγνωσής του, να καθοριστούν οι πληθυσμοί που είναι περισσότερο ευαίσθητοι καθώς οι τύποι προσωπικότητας που είναι πιο ευάλωτοι στον εθισμό, αλλά και να οριστεί η θέση του εθισμού στο Διαδίκτυο στο Αμερικανικό Ταξινομικό Ψυχιατρικό Σύστημα DSM-IV.

Ορίζοντας την υπερβολική χρήση του Διαδικτύου

Στην προσπάθεια ορισμού της υπερβολικής χρήσης του Διαδικτύου από τον άνθρωπο, διάφορες ονομασίες χρησιμοποιήθηκαν για την περιγραφή αυτού του παθολογικού φαινομένου. Η διαταραχή εθισμού στο Διαδίκτυο (IAD) πρωτοαναφέρθηκε από έναν ψυχίατρο της Νέας Υόρκης, τον Ivan Goldberg.¹ Αν και ο Goldberg χρησιμοποίησε κριτήρια του DSM-IV από τον εθισμό σε ουσίες, αντικαθιστώντας τον όρο ουσία με αυτόν του Διαδικτύου, ως ένα αστείο, εντούτοις η διαταραχή εθισμού από το Διαδίκτυο αντιμετωπίστηκε σοβαρά από αρκετούς ερευνητές. Η παθολογική χρήση του Διαδικτύου (PIU) ορίστηκε από τη Young βασιζόμενη σε κοινά χαρακτηριστικά με το

παθολογικό παιχνίδι² και ενισχύθηκε από τον Davis.³ Σύμφωνα με τον Davis, διακρίνονται δύο τύποι παθολογικής χρήσης του Διαδικτύου: η συγκεκριμένη παθολογική χρήση του Διαδικτύου (SPIU), που αναφέρεται σε εκείνους που ικανοποιούν συγκεκριμένες λειτουργίες όπως εμπορικές συναλλαγές, δημοπρασίες, τραπεζικές συναλλαγές, διακίνηση πορνογραφικού υλικού, και η γενικευμένη παθολογική χρήση (GPIU), που χρησιμοποιείται για να περιγράψει τη γενική και πολυδιάστατη χρήση του Διαδικτύου δίχως κάποιο προκαθορισμένο στόχο.

Ορίζοντας τους εθισμούς, τους ψυχαναγκασμούς και τις παρορμήσεις

Πολλοί ψυχολόγοι είναι της άποψης ότι ο όρος «εθισμός» πρέπει να χρησιμοποιείται για τις χημικές ουσίες που είναι γνωστό ότι δημιουργούν εξάρτηση.⁴ Ο όρος «εθισμός» δεν χρησιμοποιείται στα κλινικά κριτήρια ή στη διαγνωστική ορολογία στο DSM-IV.^{5–8} Οι όροι «εξάρτηση» και «κατάχρηση» χρησιμοποιούνται για να περιγράψουν το βαθμό παθολογίας στη χρήση των χημικών ουσιών.⁹ Οι ψυχαναγκασμοί, όπως καθορίζονται από το DSM-IV, είναι επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές ή διανοητικές πράξεις που έχουν ως στόχο τη μείωση της ανησυχίας ή της πίεσης και οι οποίες δεν προσφέρουν ηδονή ή ικανοποίηση. Οι διαταραχές ελέγχου των παρορμήσεων, πάντα σύμφωνα με το DSM-IV, ορίζονται ως η αποτυχία του ατόμου να αντισταθεί σε μια πράξη που είναι επιβλαβής για το ίδιο ή και για τους άλλους.

Στις περισσότερες από αυτές τις διαταραχές, το άτομο αισθάνεται μια αυξημένη ένταση ή διέγερση πριν από την πράξη, ενώ μετά την εκτέλεσή της διακατέχεται από ηδονή, ικανοποίηση και ανακούφιση. Το DSM-IV εντοπίζει τέτοιου είδους ομοιότητες στις χημικές ουσίες, αλλά κάνει σαφή διάκριση στο γεγονός ότι η εξάρτηση και η κατάχρηση είναι όροι που χρησιμοποιούνται για χημικές ουσίες ή φάρμακα. Οι Beard & Wolf¹⁰ προτιμούν όρους όπως προβληματικές ή δυσπροσαρμοστικές συμπεριφορές ως καταλληλότερους, προκειμένου να περιγράψουν την υπερβολική χρήση του Διαδικτύου.

Η τεχνολογία ως ένας μη χημικός εθισμός

Τις δύο τελευταίες δεκαετίες, οι ψυχολόγοι έχουν αρχίσει να αναγνωρίζουν ότι οι άνθρωποι καθορίζουν και διαμορφώνουν τους εθισμούς περισσότερο από τις χημικές ουσίες. Ερευνητές τονίζουν την έκλυση

ντοπαμίνης (νευροδιαβιβαστής ηδονής) στον επικλινή πυρήνα (accumbens) κατά τη διάρκεια του ενθουσιασμού που προκαλείται από μη χημική διαδικασία, η οποία έχει τις ίδιες επιδράσεις στον άνθρωπο όπως το αλκοόλ και άλλες ναρκωτικές ουσίες.^{2,11,12}

Σήμερα, μεταξύ ενός μικρού αλλά συνεχώς αυξανόμενου σώματος της έρευνας των εθισμών, ο όρος «εθισμός» έχει επεκταθεί στο Ψυχιατρικό Λεξικό και προσδιορίζει την προβληματική χρήση του Διαδικτύου, η οποία συνδέεται με σημαντική κοινωνική, ψυχολογική και επαγγελματική έκπτωση.⁸

Προτεινόμενα συμπτώματα που καθορίζουν το βαθμό εθισμού στο Διαδίκτυο

Ο Griffiths⁴ προσδιόρισε τα έξι κριτήρια που είναι απαραίτητα για το χαρακτηρισμό μιας συμπεριφοράς ως εθιστικής: η ανησυχία που προκαλείται στο άτομο από τον εθιστικό παράγοντα (προβολή), η τροποποίηση της διάθεσης, η ανοχή, η απόσυρση, η σύγκρουση και η υποτροπή. Τα πρόσθετα κριτήρια της προόδου, της άρνησης και της συνεχούς χρήσης παρά τις συνέπειες προστέθηκαν από τη Young.

Η προβολή εμφανίζεται όταν ένας εθιστικός παράγοντας καθίσταται η σημαντικότερη δραστηριότητα στη ζωή ενός ανθρώπου, προκαλώντας του μια ανησυχία σχετικά με τη δραστηριότητα. Από τα άτομα που πληρούσαν τα κριτήρια για εθισμό στο Διαδίκτυο, βρέθηκε ότι το 92% αισθάνονταν τον κόσμο κενό χωρίς το Διαδίκτυο, ενώ το 77% είχαν καθημερινές φαντασιώσεις σχετικές με το Διαδίκτυο.¹³ Σύμφωνα με τον Greenfield,¹⁴ το 83% των χρηστών εμφανίζει την προβολή.

Η τροποποίηση της διάθεσης αναφέρεται στην ευφορία και στον ενθουσιασμό που προκαλείται από την έκλυση ντοπαμίνης κατά την ενασχόληση με τον εθιστικό παράγοντα.

Η ανοχή είναι η κατάσταση κατά την οποία απαιτείται αυξημένη χρήση του Διαδικτύου προκειμένου το άτομο να επιτύχει την αλλαγή της διάθεσής του. Οι εθισμένοι στο Διαδίκτυο το χρησιμοποιούν 8 φορές περισσότερο από τους μη εθισμένους και 10 φορές περισσότερο από τους μέσους χρήστες.^{4,8} Το 55% των χρηστών του Διαδικτύου γνωρίζει ότι ξοδεύει πάρα πολύ χρόνο στη σύνδεση.¹⁵ Αυτό το φαινόμενο μπορεί να συσχετιστεί με την ανοχή στο αλκοόλ των αλκοολικών. Η ανοχή εντοπίζεται στο 58% των χρηστών.¹⁴

Η απόσυρση είναι το δυσάρεστο συναίσθημα που προκαλείται όταν διακόπτεται ή μειώνεται η επαφή με το Διαδίκτυο. Οι Truer et al¹³ διαπίστωσαν ότι 82% των ατόμων που πληρούσαν τα κριτήρια για τον εθισμό στο Διαδίκτυο εμφάνιζαν μεγάλο θυμό όταν διακοπτόταν η σύνδεση με το Διαδίκτυο και το 81% γίνονταν πολύ νευρικοί στην περίπτωση που η σύνδεση καθυστερούσε. Σύμφωνα με τον Brenner,¹⁵ το 28% των χρηστών δεν μπορεί να αποσπάσει τη σκέψη του από το Διαδίκτυο, ακόμα κι όταν δεν είναι σε σύνδεση με αυτό.

Η σύγκρουση είναι ένα κοινό συναίσθημα που συνδέεται με τους εθισμούς. Οι Truer et al¹³ βρήκαν πως το 42% των ατόμων αισθανόταν καταθλιπτική διάθεση και ενοχή μετά από παρατεταμένη χρήση του παγκόσμιου ιστού, ενώ το 71% από αυτούς εκδήλωνε επιθετική συμπεριφορά εάν διακοπτόταν η σύνδεσή τους με το Διαδίκτυο.

Η υποτροπή είναι η ενασχόληση με το Διαδίκτυο, ενώ προηγουμένως υπήρχε μακροχρόνια αποχή από αυτό.¹⁰ Μια εξήγηση της υποτροπής δίνεται από τον Hirschman, σύμφωνα με τον οποίο αυτή περιλαμβάνει μία ή περισσότερες προσπάθειες ελέγχου ή τερματισμού της χρήσης ενός εθιστικού παράγοντα, επειδή τα συναισθηματικά προβλήματα που διαιωνίζουν τον εθισμό δεν έχουν θεραπευτεί.¹⁶ Το 46% των εθισμένων ατόμων που προσπάθησαν να περιορίσουν τη χρήση του διαδικτύου απέτυχαν.⁸

Η πρόοδος αποτελεί ένα ακόμα κριτήριο του εθισμού στο Διαδίκτυο, βάσει της οποίας ένα άτομο ξεκινά από ηπιότερους εθιστικούς παράγοντες και καταλήγει σε ισχυρότερους. Σύμφωνα πάντα με τη Young,⁸ οι εμπλεκόμενοι με το Διαδίκτυο αρχικά περιόριζαν τη χρήση σε ανακάλυψη νέων ιστοσελίδων και χρήση του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, ενώ με την πρόοδο της χρήσης του Διαδικτύου αναπτύσσονταν και νέες λειτουργίες, όπως οι ομάδες ειδήσεων (newsgroups) ή τα δωμάτια συνομιλίας (chat rooms), με εθιστικότερη επίδραση πάνω στο χρήστη του Διαδικτύου.

Η άρνηση ενός προβλήματος αποτελεί ένα μηχανισμό άμυνας για τη διατήρηση του αυτοελέγχου και τη σταθερότητα του ατόμου, παρά το γεγονός ότι αντικειμενικά το πρόβλημα εξακολουθεί να υφίσταται. Οι συνέπειες και η συνεχής χρήση, παρά τις συνέπειες, αντιπροσωπεύουν ένα τελικό κριτήριο εθισμού. Σύμφωνα με τη Young,^{2,8} οι εθισμένοι απασχολούνταν περισσότερο από δέκα ώρες ημερησίως

σε καθημερινή σύνδεση με το Διαδίκτυο και αυτό δημιουργούσε προβλήματα στην οικογένεια, στις κοινωνικές και άλλες σχέσεις και στην εργασία τους. Ο μέσος όρος χρήσης του Διαδικτύου για τους εθισμένους ανέρχεται σε 37 ώρες την εβδομάδα.²

Εργαλεία μέτρησης της διαταραχής εθισμού στο Διαδίκτυο

Η Young⁸ ανέπτυξε ένα ψυχομετρικό εργαλείο, το YDQ (Young's Diagnostic Questionnaire), για τη μέτρηση της υπερβολικής χρήσης του Διαδικτύου με οκτώ κριτήρια, τα οποία δανείστηκε από το DSM-IV, για το παθολογικό τυχερό παιχνίδι. Ακολούθησαν επτά διαγνωστικά κριτήρια για το IAD (Internet Addictive Disorder) από τον Goldberg,¹ η δημιουργία από τον Brenner του IRABI (Internet-Related Addictive Behavior Inventory) 32 ερωτήσεων που διαγιγνώσκουν την υπερβολική χρήση του Διαδικτύου¹⁵ και η ανάπτυξη από τον Schumacher της κλίμακας PIU (Pathological Internet Use Scale) με 13 ερωτήσεις.¹⁷ Το IAT (Internet Addiction Test), 20 ερωτήσεων, δημιουργήθηκε από τη Young.² Θα πρέπει να τονιστεί ότι τα παραπάνω εργαλεία, που χρησιμοποιήθηκαν σε έρευνες για τον εθισμό στο Διαδίκτυο, είναι κλίμακες που δεν σταθμίστηκαν με αποδεκτά όρια αξιοπιστίας. Εξαιρεση αποτελεί η στάθμιση του IAT¹⁸ και νέα εργαλεία, όπως το CIAS¹⁹ (Chen Internet Addiction Scale), που σταθμίστηκε για τον κινέζικο εφηβικό πληθυσμό.²⁰

Επιρρεπείς πληθυσμοί σε παθολογική χρήση του Διαδικτύου και δημογραφικά χαρακτηριστικά

Οι φοιτητές αποτελούν την πιο επικίνδυνη ομάδα ατόμων για εθισμό στο Διαδίκτυο, αφενός γιατί δεν τους ασκείται γονεϊκή επιτήρηση και αφετέρου επειδή ενθαρρύνονται ιδιαίτερα για τη χρήση του, μέσω του εκπαιδευτικού προγράμματος σπουδών.^{2,6} Το 32% όλων των χρηστών του Διαδικτύου έχουν πρόσβαση μέσω των πανεπιστημίων.⁴ Οι υπάλληλοι των επιχειρήσεων με πρόσβαση στο Διαδίκτυο αποτελούν επίσης ομάδα υψηλού κινδύνου για εθισμό στο Διαδίκτυο. Σε μια έρευνα 150 ανώτερων υπαλλήλων των κορυφαίων επιχειρήσεων των ΗΠΑ διαπιστώθηκε ότι το 55% πλοηγείται στο Διαδίκτυο για λόγους που δεν έχουν σχέση με την εργασία τους.²

Οι αρχικές εντυπώσεις για το προφίλ του υπερβολικού χρήστη των ηλεκτρονικών υπολογιστών

αφορούσαν σε εσωστρεφείς νέους άνδρες.²¹ Η άποψη αυτή άλλαξε όταν διαπιστώθηκε ότι το 61% των χρηστών ήταν γυναίκες.²⁶ Όσον αφορά στη χρήση του Διαδικτύου, οι ηλικιωμένοι και οι γυναίκες συμμετέχουν κυρίως σε ομάδες συζήτησης στο Διαδίκτυο, ενώ οι νεότεροι και κυρίως οι άνδρες το χρησιμοποιούν για παιχνίδια και αναζήτηση πορνογραφικού υλικού.¹² Το 67% των εθισμένων είναι γυναίκες, 84% των οποίων είναι άγαμες, ενώ το 63,5% είναι πανεπιστημιακής μόρφωσης.¹¹ Η ηλικία και η μόρφωση αποτελούν προδιαθεσικούς παράγοντες στη συμπεριφορική εξάρτηση από το Διαδίκτυο, ενώ το φύλο και η φυλή όχι.²² Σε μελέτη 654 χρηστών του Διαδικτύου βρέθηκε πως η πλειοψηφία ήταν άνδρες, με εβδομαδιαίο μέσο όρο χρήσης 19 ώρες, μέσο όρο εκπαίδευσης 15 έτη και εμπειρία του Διαδικτύου 2 έτη.¹⁵

Τύποι προσωπικότητας και εθισμός στο Διαδίκτυο

Η ενδοστρέφεια των ανδρών και οι σχιζοειδείς τύποι προσωπικότητας αποτελούν προδιαθεσικούς παράγοντες για εθισμό.²³ Μελέτη 328 μαθητών λυκείου στη Ν. Κορέα, όπου χρησιμοποιήθηκαν το IAT, το SCL-90-R (symptom checklist) και το 16PF (sixteen personality factors), έδειξε πως οι εξαρτημένοι επηρεάζονται εύκολα από το συναίσθημα, είναι συναισθηματικά ασταθείς, με πλούσια φαντασία, συχνά απορροφημένοι στις σκέψεις τους, αυτάρκεις, θετικοί στο να πειραματίζονται και προτιμούν να ακολουθούν πιστά τις δικές τους επιλογές.²⁴

Η θέση του εθισμού στο Διαδίκτυο στο DSM-IV

Οι έρευνες των ειδικών Ψυχικής Υγείας από το 1996 στο φαινόμενο του εθισμού στο Διαδίκτυο δεν έχουν οδηγήσει σε πλήρη συμφωνία μεταξύ τους, όσον αφορά στην ονομασία, τα κριτήρια διάγνωσης, τα εργαλεία διάγνωσης και την ένταξή του ή όχι στο Ψυχιατρικό Ταξινόμικό Σύστημα.

Ο εθισμός στο Διαδίκτυο αποτελεί ψυχιατρική νόσο, που μπορεί να συμπεριληφθεί στις διαταραχές ελέγχου των παρορμήσεων στο DSM-IV.¹³ Για άλλους, ο εθισμός στο Διαδίκτυο αποτελεί υπότυπο της καταναγκαστικής διαταραχής.²⁵ Σήμερα, η διαταραχή δεν εντάσσεται στο DSM-IV. Σύμφωνα με ανακοίνωση της Αμερικανικής Ιατρικής Εταιρείας, θα επανεξεταστεί η ένταξη της διαταραχής στην αναθεωρη-

μένη έκδοση του DSM το 2012 (<http://psychcentral.com/news/2007/06/26/video-games-no-addiction-fornow/923.html>).

Ένα θέμα που δεν απαντάται σε καμία βιβλιογραφική ανασκόπηση είναι ο εθισμός στην τεχνολογία που πρόκειται να αναπτυχθεί. Ίσως είναι πρώιμο να ενταχθεί ο εθισμός στο Διαδίκτυο στο DSM-IV, αφού η αναμενόμενη τεχνολογική ανάπτυξη μπορεί να είναι ακόμη πιο «παθογόνος». Ο όρος «τεχνολογικός εθισμός» πιθανόν να είναι περισσότερο ακριβής στην περιγραφή της υπερβολικής χρήσης της τηλεόρασης, των βιντεοπαιχνιδιών και του Διαδικτύου.

Συζήτηση

Επιτακτική είναι η ανάγκη να απαντηθεί ένα κύριο ερώτημα: εφόσον υπάρχουν άνθρωποι που εθίζονται στο Διαδίκτυο, τι ακριβώς είναι αυτό που τους εθίζει; Η συμφωνία μεταξύ των ειδικών για τα κριτήρια διάγνωσης του προβλήματος και τη δημιουργία ενός αποδεκτού διαγνωστικού εργαλείου θεωρείται απαραίτητη.

Σύμφωνα με στοιχεία από την Ελλάδα, σε αντιπροσωπευτικό δείγμα 2200 εφήβων μαθητών ηλικίας 13–18 ετών από τη Θεσσαλία, εθισμός στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές παρατηρήθηκε στο 6,1% του μέσου μαθητικού πληθυσμού, ενώ το ποσοστό της επικράτησης του εθισμού μεταξύ των χρηστών των ηλεκτρονικών υπολογιστών (ΗΥ) ανήλθε στο 7,7%.²⁹ Ο εθισμός στους ΗΥ αφορά σε αγόρια με ύπαρξη ΗΥ στο σπίτι και καθημερινή του χρήση. Το κάπνισμα, το αλκοόλ και οι πολλές ώρες τηλεόρασης την ημέρα αποτελούν συνήθειές τους. Επίσης, συμπτώματα από τους οφθαλμούς και το μυοσκελετικό εντοπίζονται σχεδόν στο 50% των περιπτώσεων εθισμού. Οι εθισμένοι στους ΗΥ Έλληνες έφηβοι εμφανίζουν τον υψηλότερο μέσο όρο στα συμπτώματα σε όλες τις επιμέρους αλλά και τις συνολικές κλίμακες του SCL-90-R, σε επίπεδα στατιστικώς σημαντικά ($P < 0,05$) όταν συγκρίνονται με εκείνους που δεν κάνουν χρήση, εκτός της ψυχαναγκαστικότητας, του φοβικού άγχους και του συνολικού δείκτη συμπτωμάτων. Συγκριτικά με τους ήπιους χρήστες, ο υψηλότερος μέσος όρος συμπτωμάτων για τους εθισμένους αφορά στο σύνολο των κλιμάκων σε βαθμό στατιστικά σημαντικό ($P < 0,05$), ενώ στη σύγκριση με τους μέτριους χρήστες ο μέσος όρος των συμπτωμάτων για τους εθισμένους είναι στατιστικά

σημαντικός ($P < 0,05$) σε όλες τις επιμέρους αλλά και τις συνολικές κλίμακες του SCL-90-R, εκτός της ψυχαναγκαστικότητας και του συνολικού δείκτη συμπτωμάτων.³⁰ Επίσης, διαπιστώνεται ότι οι εθισμένοι στη γενικότερη χρήση των ΗΥ Έλληνες έφηβοι χρήστες, σε σύγκριση με τους μη χρήστες και τις άλλες ομάδες χρηστών, εμφανίζουν στατιστικά σημαντικές διαταραχές στον ύπνο.³¹ Σε αντίστοιχη έρευνα σε 339 εφήβους στην πόλη της Καρδίτσας για τις επιπτώσεις του εθισμού στο Διαδίκτυο βρέθηκε πως οι εθισμένοι έφηβοι, συγκρινόμενοι με εκείνους που δεν χρησιμοποιούν το Διαδίκτυο, εμφανίζουν υψηλότερη διαπροσωπική ευαισθησία.³²

Σήμερα που οι νέες τεχνολογίες εισβάλλουν στην ανθρώπινη καθημερινότητα προσελκύοντας ολοένα και περισσότερους ανθρώπους στη χρήση τους, η επίδρασή τους δεν θα πρέπει να θεωρείται αμελητέα. Στις ΗΠΑ ήδη λειτουργούν διάφορα θεραπευτικά κέντρα για τους εθισμένους στο Διαδίκτυο. Η Young² δημιούργησε το Center for Online Addiction, προτείνοντας εννέα στρατηγικές που συμβάλλουν στην αντιμετώπιση του εθισμού. Άλλα θεραπευτικά κέντρα αποτελούν ειδικά τμήματα των Πανεπιστημίων του Χάρβαρντ, του Τέξας, του Οχάιο και της Ουάσιγκτον.

Το 1996, δημιουργήθηκε στο Internet η ομάδα υποστήριξης των εθισμένων στο Διαδίκτυο,^{26,27} αν και η συγκεκριμένη ομάδα κατηγορήθηκε πως είναι «σαν να κάνεις θεραπεία ενός αλκοολικού στο μπαρ».²⁸ Το 2005 αναφέρθηκε στο διεθνή τύπο η δημιουργία της πρώτης κλινικής παγκοσμίως για την αντιμετώπιση του εθισμού στο Διαδίκτυο, στο Πεκίνο της Κίνας με 200 κλίνες. Τον Ιούλιο του 2006 δημιουργήθηκε στο Άμστερνταμ της Ολλανδίας η πρώτη ευρωπαϊκή κλινική με 8 κλίνες για τους εξαρτημένους εφήβους από τα βιντεοπαιχνίδια.

Στη θεραπευτική προσέγγιση του εθισμού στο Διαδίκτυο, οι τρεις πιο επικρατούσες μορφές θεραπείας είναι η γνωσιακή-συμπεριφορική ψυχοθεραπεία, τα 12 βημάτων προγράμματα αντιμετώπισης του εθισμού και η θεραπεία μέσω της τέχνης.¹¹

Είναι σημαντικό πλέον οι κλινικοί γιατροί να συμπεριλαμβάνουν, κατά τη λήψη του ιστορικού των ασθενών τους, ερωτήσεις αναφορικά με τη σχέση τους με τις νέες τεχνολογίες και να αναγνωρίζεται η επίδραση αυτών στον τρόπο ζωής τους.

Internet addiction disorder

K. Siomos, N. Angelopoulos

Psychiatric Unit, Medical School, University of Thessaly, Larissa, Greece

Psychiatriki 2008, 19:52–58

According to recent epidemiological data, 18.9% of the world population are internet users (www.internetworldstats.com). This article attempts to determine the phenomenon of internet addiction disorder and to analyse the concepts of addiction and compulsiveness. The symptoms of internet addiction will be presented; the prevalence and demographic characteristics of internet addicts will be shown. Diagnostic tools developed for internet addiction, most susceptible populations, type of their personalities and integration of internet addiction disorder into the DSM-IV will be investigated in the present article. During the last decade, mental health specialists' research studies on internet addiction have not reached a consensus concerning the name, diagnostic criteria, diagnostic tools or introduction into the DSM-IV system. Nowadays, new technologies have penetrated into everyday life, while their influence is considerably growing, as the number of internet users is increasing. Therefore, it seems important for clinicians to include in their diagnostic interviews with patients questions investigating their relationship with the new technologies, as well as to recognize their impact in their patients' way of living.

Key words: Internet use, internet addiction, diagnostic criteria.

Βιβλιογραφία

1. Goldberg I. *Internet addiction disorder*, 1996 (Available online at [http://physics.wisc.edu/~shalizi/Internet addiction criteria.html](http://physics.wisc.edu/~shalizi/Internet%20addiction%20criteria.html))
2. Young KS. *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York, NY, John Wiley & Sons, Inc, 1998
3. Davis RA. *A cognitive-behavioral model of pathological Internet use*, 2001. Onlinedocument:<http://www.internetaddiction.ca/pathologicalinternetuse.htm>. Retrieved October 25, 2002, from source
4. Griffiths M. Excessive internet use: implications for sexual behavior. *Cyber Psychol Behav* 2000, 3:537–552
5. Griffiths M. Internet addiction: Fact or fiction? *Psychologist* 1999, 12:246–250
6. Kandell JJ. Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyber Psychol Behav* 1998, 1:11–17
7. Wang W. Internet dependency and psychosocial maturity among college students. *Int J Hum-Comp Studies* 2001, 55:919–938
8. Young KS. *Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder*, 1996. Onlinedocument:<http://www.netaddiction.com/articles/newdisorder.htm>. Retrieved October 4, 2002, from source
9. American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. 4th ed. Washington, DC, 1994
10. Beard KW, Wolf EM. Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Cyber Psychol Behav* 2001, 4:377–383
11. Bai YM, Lin CC, Chen JY. Internet addiction disorder among clients of a virtual clinic. *Psychiatr Serv* 2001, 52:1397
12. Mitchell P. Internet addiction: Genuine diagnosis or not? *Lancet* 2000, 355:632
13. Truer T, Fabian Z, Furedi J. Internet addiction associated with features of impulse control disorder: Is it a real psychiatric disorder? *J Affect Disord* 2001, 66:283
14. Greenfield DN. Psychological characteristics of compulsive internet use: A preliminary analysis. *Cyber Psychol Behav* 1999, 2:403–412
15. Brenner V. Psychology of computer use: XLVII. Parameters of internet use, abuse and addiction: The first 90 days of the internet usage survey. *Psychol Rep* 1997, 80:879–882
16. Hirschman EC. The consciousness of addiction: Toward a general theory of compulsive consumption. *J Consum Res* 1992, 19:155–178
17. Morahan-Martin J, Schumacher P. Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Comp Hum Behav* 2000, 16:13–29
18. Widyanto L, McMurrin M. The psychometric properties of the Internet addiction test. *Cyber Psychol Behav* 2004, 7:443–450

19. Chen SH, Weng LC, Su YJ et al. Development of Chinese Internet Addiction Scale and its psychometric study. *Chin J Psychol* 2003, 45:279-294
20. Ko Chih-Hung, Yen Ju-Yu, Chen Cheng-Chung et al. Proposed diagnostic criteria of Internet addiction for adolescents. *J Nerv Mental Dis* 2005, 193:728-733
21. Young KS. Psychology of computer use: XL. Addictive use of the internet: A case that breaks the stereotype. *Psychol Rep* 1996, 79:899-902
22. Hall AS, Parsons J. Internet addiction: College student case study using best practices in cognitive behavior therapy. *J Ment Hlth Counsel* 2001, 23:312-327
23. Young KS, Rodgers RC. *Internet addiction: Personality traits associated with its development*. 1998. Online document: http://www.netaddiction.com/articles/personality_correlates.htm. Retrieved October 4, 2002, from source
24. Yang CK, Choe BM, Baity M et al. SCL-90-R and 16PF profiles of senior high school students with excessive Internet use. *Can J Psychiatry* 2005, 50:407-414
25. Shapira NA, Goldsmith TD, Keck PE et al. Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *J Affect Disord* 2000, 57:267-272
26. O'Reilly M. Internet addiction: A new disorder enters the medical lexicon. *Can Med Assoc J* 1996, 154:1882-1883
27. Young KS, Rodgers RC. The relationship between depression and pathological internet use. *Cyber Psychol Behav* 1998, 1:25-28
28. Seaman D. Hooked online. *Time Com*, 1998, 152
29. Σιώμος ΚΕ, Μουζάς Ο, Αγγελόπουλος ΝΒ. Χαρακτηριστικά και τρόπος ζωής των εθισμένων Ελλήνων εφήβων στους ηλεκτρονικούς υπολογιστές. 19ο Πανελλήνιο Συνέδριο Κοινωνικής Παιδιατρικής. Καρδίτσα, 2007, Περίληψη 100, Τόμος Περίληψεων, σελ. 111
30. Σιώμος ΚΕ, Μουζάς Ο, Αγγελόπουλος ΝΒ. Υπερβολική χρήση ηλεκτρονικού υπολογιστή και διαταραχές ύπνου σε Έλληνες έφηβους μαθητές. 5ο Πανελλήνιο Παιδοψυχιατρικό Συνέδριο, Αθήνα, 2007:ΑΑ26, Τόμος Περίληψεων, σελ. 67
31. Σιώμος ΚΕ, Μουζάς Ο, Αγγελόπουλος ΝΒ. Υπερβολική χρήση ηλεκτρονικού υπολογιστή και ψυχιατρικά συμπτώματα σε Έλληνες έφηβους μαθητές. 5ο Πανελλήνιο Παιδοψυχιατρικό Συνέδριο. Αθήνα, 2007:ΑΑ27, Τόμος Περίληψεων, σελ. 67
32. Siomos KE, Mouzas OD, Angelopoulos NV. Addiction to the use of internet and psychopathology in Greek adolescents: A preliminary study. *Ann Gen Psychiatry* 2007, 7(Suppl 1):S120

Αλληλογραφία: Κ.Ε. Siomos MD, Msc. University of Thessaly, Medical School, University Hospital, Department of Psychiatry 412 22, Larisa Greece
e-mail: ksiomos@med.uth.gr