

## Σήμα κινδύνου από τους παιδοψυχιάτρους, προς γονείς και εκπαιδευτικούς για τον εθισμό των νέων στο διαδίκτυο

Categories : [ΑΝΕΠΙΚΑΙΡΑ](#)

Date : 16 Μαρτίου, 2014

**Σήμα κινδύνου προς γονείς και εκπαιδευτικούς για το σοβαρό πρόβλημα του εθισμού των νέων στο διαδίκτυο, εκπέμπουν παιδοψυχίατροι...**

Το πρόβλημα, σύμφωνα με τα τελευταία στοιχεία, τείνει να πάρει **διαστάσεις «επιδημίας» σε παγκόσμιο επίπεδο**, καθώς σύμφωνα με μελέτες **στην Ασία** το ποσοστό εθισμού είναι πάνω από 10%, στην Αμερική 7.5% και στην **Ελλάδα κοντά στο 10%**.

Στην Κίνα υπολογίζονται σε πάνω από 10 εκατομμύρια οι εθισμένοι νέοι, ενώ στην Νότια Κορέα μετά από 10 θανάτους, που προκλήθηκαν από υπερβολική παρορμητική χρήση του διαδικτύου, ο εθισμός θεωρείται από τα πιο σοβαρά θέματα δημόσιας υγείας.

«Το διαδίκτυο είναι ένα μέσο που έχει αλλάξει την ζωή μας σε μεγάλο βαθμό. Διευκολύνει την καθημερινότητα μας, δίνει απίστευτες πληροφορίες, αλλά ουδέν καλό αμιγές κακού» τονίζει η παιδοψυχίατρος **κ. Μερσύνη Αρμενάκα**, με την ευκαιρία της 11<sup>ης</sup> Φεβρουαρίου (Διεθνής Ημέρα Ασφαλούς πλοήγησης στο Διαδίκτυο).



Το διαδίκτυο, σύμφωνα με τους ειδικούς, αποτελεί πλέον στοιχείο της ζωής μας αλλά ο τρόπος που χρησιμοποιείται σχετίζεται κατά πολύ με τις ανάγκες των ατόμων. **Κρύβει δε κινδύνους και παγίδες** για τους νέους που μόνο με τη επικοινωνία και την υποστήριξη της οικογένειας μπορούν να αντιμετωπισθούν.

«Σε όλες τις μορφές εθισμού, ότι και αν αφορά, όπως το διαδίκτυο ή τη χρήση ουσιών ή τα θέματα διατροφής έχει διαπιστωθεί ότι είναι **καταλυτικός ο παράγοντας οικογένεια είτε ως αιτία είτε ως έγκαιρη παρέμβαση**» εξηγεί η κ. Αρμενάκα και προσθέτει **«Στην κλινική παιδοψυχιατρική πρακτική τα παιδιά που φτάνουν στο σημείο να εθιστούν στο διαδίκτυο είναι παιδιά με ελλειπή επικοινωνία με τους γονείς τους και δύσκολη- παθολογική καθημερινότητα. Παιδιά που ψάχνουν τρόπο να αποκοπούν από τα προβλήματα της καθημερινότητας και να κατευνάσουν τα έντονα αισθήματα που τα κατακλύζουν μέσω ενός τρόπου που τους αποσυνδέει από την πραγματικότητα».**

### ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΕΘΙΣΜΟΥ ΝΕΩΝ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

Οι γονείς θα πρέπει να κινητοποιηθούν άμεσα όταν το παιδί τους:

- Έχει καθημερινή πολύωρη πλοήγηση στο διαδίκτυο
- Παραμελεί τις υποχρεώσεις του λόγω της πλοήγησης
- Έχει μειωμένη απόδοση στο σχολείο
- Προτιμά την πλοήγηση από την επαφή με κάποιον φίλο ή μέλος της οικογένειας

- Γίνεται επιθετικό σε ερωτήσεις γύρω από την χρήση του διαδικτύου
- Σκέφτεται ότι η ζωή θα είναι ανιαρή χωρίς το internet
- Χάνει ώρες ύπνου εξαιτίας πολλών ωρών παραμονής στο διαδίκτυο
- Προσπαθεί να κρύψει πόσες ώρες είναι online
- Προτιμά την πλοήγηση από την έξοδο με φίλο από το σπίτι
- Έχει μεγάλο εκνευρισμό
- Αποτυγχάνει, μετά από συζήτηση, να μειώσει τις ώρες στο Ιντερνέτ παρά την προσπάθεια του.

**Οι πρώτες τους κινήσεις θα πρέπει να είναι ο έλεγχος του email, του facebook και του twitter, ενώ παράλληλα θα πρέπει να ζητήσουν την γνώμη ενός παιδοψυχίατρου.**

...

### ΑΓΝΩΣΤΟ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΟ ΚΟΣΤΟΣ

Σύμφωνα με τα στοιχεία πρόσφατη έρευνα της Μονάδας Εφηβικής Υγείας (πανελλαδικό δείγμα 1007 εφήβων 15-16 χρόνων) τα εθισμένα παιδιά έχουν χαμηλή βαθμολογία σχολείου (βαθμός