

«ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΤΗΣ ΣΧΕΣΗΣ ΤΩΝ ΝΕΩΝ ΜΕ ΤΑ ΜΕΣΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ ΚΑΙ ΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ»

Σεπτέμβριος 2020



ALEXANDER
RESEARCH
CENTRE



Research
Social Media
2020

Ταυτότητα Έρευνας

Alexander Research Centre/Alexander College

Υποστηρικτές

Αρχή Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων Κύπρου, Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου, Ελληνική Τράπεζα



Περίοδος Διεξαγωγής

Α' Φάση Ιανουάριος-Μάρτιος 2020-Β' Φάση Ιούνιος-Αύγουστος 2020

Μεθοδολογία

Ποσοτική Έρευνα με κατ' ιδίαν χορήγηση ερωτηματολογίων

Μέγεθος/Εύρος Δείγματος 1059/Παγκύπρια

Διάστημα Εμπιστοσύνης $\pm 3\%$

Χαρακτηριστικά Δείγματος

Μαθητές-Φοιτητές 15-35 ετών

Σκοποί και Στόχοι

Η διασπορά της τεχνολογίας του Διαδικτύου έχει οδηγήσει σε αύξηση της προβληματικής χρήσης του Διαδικτύου (PIU)

Η εγγραφή και συμμετοχή στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ) είναι σήμερα μία από τις κύριες δραστηριότητες στο Διαδίκτυο

Διεθνείς έρευνες εντοπίζουν συμπτώματα εθισμού και διαταραχές που μειώνουν την ευημερία της ζωής των χρηστών.

Στην Κύπρο η διερεύνηση δεν έχει ακόμα εμβραθύνει στο πρόβλημα και στις συνέπειες του.



Σκοπός της Έρευνας ήταν να ανασκοπήσει τα επίπεδα ενδεχόμενου εθισμού των Κύπριων νέων στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ) και της Προβληματικής Χρήσης στο Διαδίκτυο (ΠΧΔ)

Να θέσει υπόψη των ενδιαφερομένων, της κοινωνίας και πολιτείας τα ευρήματα ώστε να συζητηθεί και τελικά να θεσμοθετηθεί μια πιο ολοκληρωμένη πολιτική έρευνας, πρόληψης, ενημέρωσης

Μεθοδολογία και Συλλογή Στοιχείων-Κλίμακες Μέτρησης

Κλίμακες Μέτρησης

Κλίμακα μέτρησης του Εθισμού στα ΜΚΔ BSMAS: Ο ερωτώμενος αυτοαξιολογείται με σημείο αναφοράς τους τελευταίους 12 μήνες στις έξι κατηγορίες συστατικών του εθισμού στην κλίμακα Likert από το 1 (πολύ σπάνια) μέχρι το 5 (πολύ συχνά). Δείκτης Εθισμού θεωρείται βαθμός μεγαλύτερος του τρία (>3), που ορίστηκε ως όριο-μέτρο, σε τουλάχιστον τέσσερις από τις έξι τελικές κατηγορίες/ερωτήσεις-συστατικά εθισμού (Andreassen et al. 2012).

Προβληματική Χρήση του Διαδικτύου (ΠΧΔ) κλίμακα GPIUS-2: Μια συνολική βαθμολογία δείκτη προβληματικής χρήσης του Διαδικτύου GPIUS2 μπορεί να υπολογιστεί αθροίζοντας τα 15 στοιχεία της κλίμακας, με αποτέλεσμα βαθμολογίες που κυμαίνονται από 15 έως 105 με τις υψηλότερες να υποδεικνύουν μεγαλύτερη ένταση προβληματικής χρήσης του Διαδικτύου. βαθμολογία μεγαλύτερη από 60 θεωρήθηκε ως υποδηλωτική της Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου (Kumar et al., 2019).

Η παρούσα ποσοτική μελέτη ερεύνησε την ενασχόληση των νέων (n=1059), μαθητών (n=465) και φοιτητών (n=594), γυναικών (n=622) και αντρών (n=437) σε (τέσσερα) σχολεία και (πέντε) Πανεπιστήμια (ΑΕΙ) της Κύπρου, με τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης και το Διαδίκτυο.



Μαθητές και φοιτητές υποβλήθηκαν σε 2 διαφορετικά ανώνυμα ερωτηματολόγια, τα οποία α) μετρούν τον Εθισμό στα ΜΚΔ με βάση την κλίμακα Bergen Social Networking Addiction Scale (BSNAS ή BSMAS) και β) τον κίνδυνο γενικευμένης προβληματικής χρήσης του Διαδικτύου- (GPIUS-2 ή Generalised Problematic Internet Use-2). Πρώτα οι ερωτώμενοι απάντησαν σε ερωτηματολόγιο δημογραφικών στοιχείων. Ακολούθως τα δεδομένα αναλύθηκαν στη SPSS

Μη τυποποιημένοι -από το Διαγνωστικό & Στατιστικό Εγχειρίδιο Ψυχικών Ασθενειών- Ορισμοί

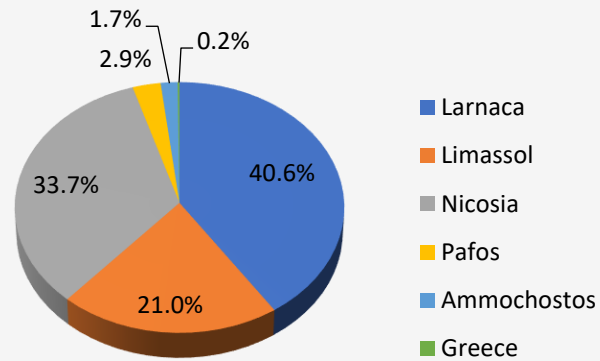
Ως συμπεριφορική διαταραχή επίσημα αναγνωρίζεται μόνο αυτή που σχετίζεται με τα τυχερά παιχνίδια ενώ η διαταραχή (ηλεκτρονικών) παιχνιδιών στο διαδίκτυο αναγνωρίζεται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας ως ψυχική ασθένεια

Εθισμός στα ΜΚΔ ορίζεται: Η κατάσταση όπου ένα «πρόσωπο απασχολείται υπερβολικά με τα ΜΚΔ, καθοδηγούμενο από ένα ισχυρό κίνητρο για να είναι συνδεδεμένο ή να χρησιμοποιεί τα ΜΚΔ, και να αφιερώνει τόσο χρόνο και προσπάθεια για τα ΜΚΔ που βλάπτει άλλες κοινωνικές δραστηριότητες, σπουδές/εργασία, διαπροσωπικές σχέσεις ή/και την ψυχική υγεία και ευημερία του» (Andreassen & Pallesen, 2014).

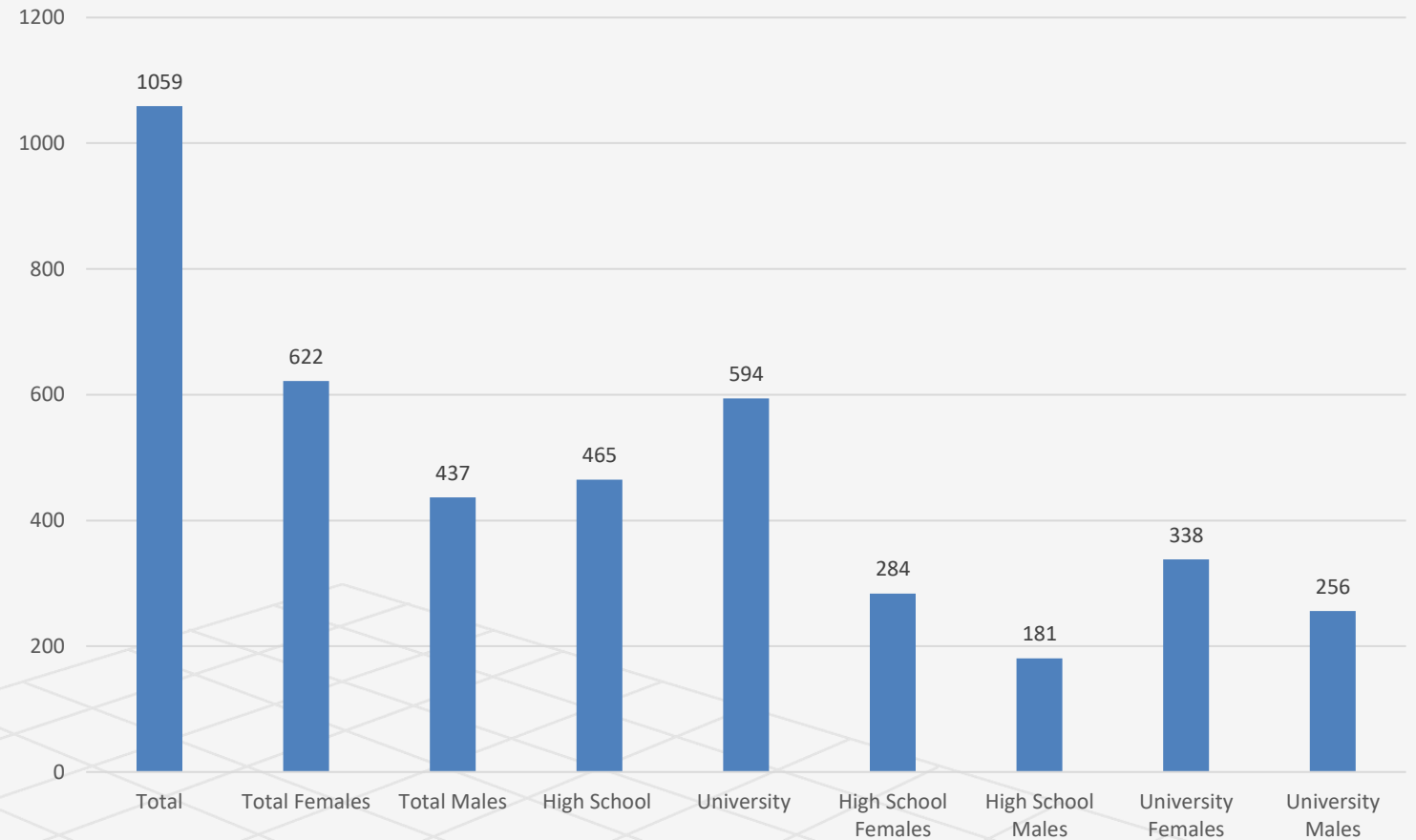
Εθισμός στο Διαδίκτυο είναι: Επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά που οδηγεί σε σημαντική βλάβη ή δυσφορία, η οποία δεν μειώνεται από το άτομο και παραμένει για σημαντικό χρονικό διάστημα (π.χ. τουλάχιστον 12 μήνες), δημιουργώντας λειτουργική δυσλειτουργία (Billieux et al., 2017)

Κοινωνικο-δημογραφικά Δεδομένα

Διαγρ. 8 District/Επαρχία Μόνιμης Διαμονής

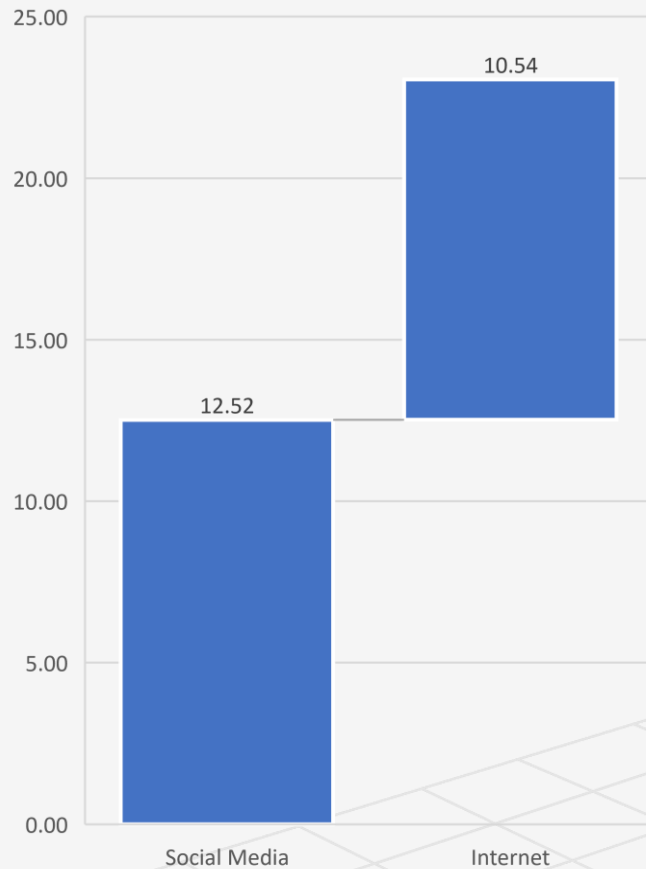


Κατανομή Δείγματος

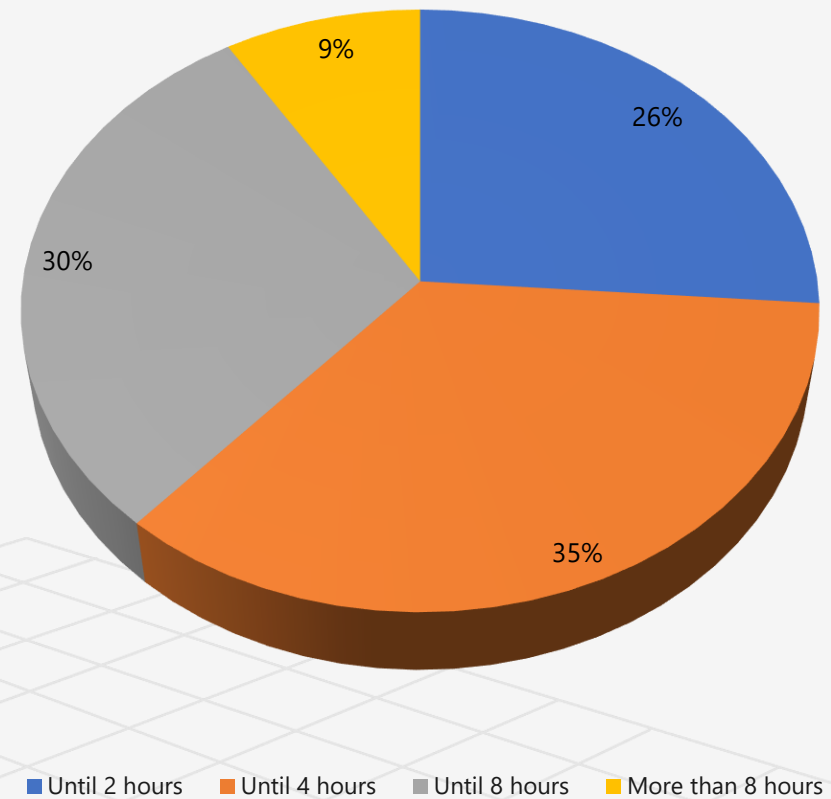


Ηλικία 1ης Σύνδεσης με τα ΜΚΔ & Χρόνος Χρήσης των ΜΚΔ

Διαγρ. 10 Διάρθρωση Ηλικία 1ης Σύνδεσης με τα ΜΚΔ και το Ίντερνετ



Ημερήσια Χρήση των ΜΚΔ-Σύνολο Δείγματος

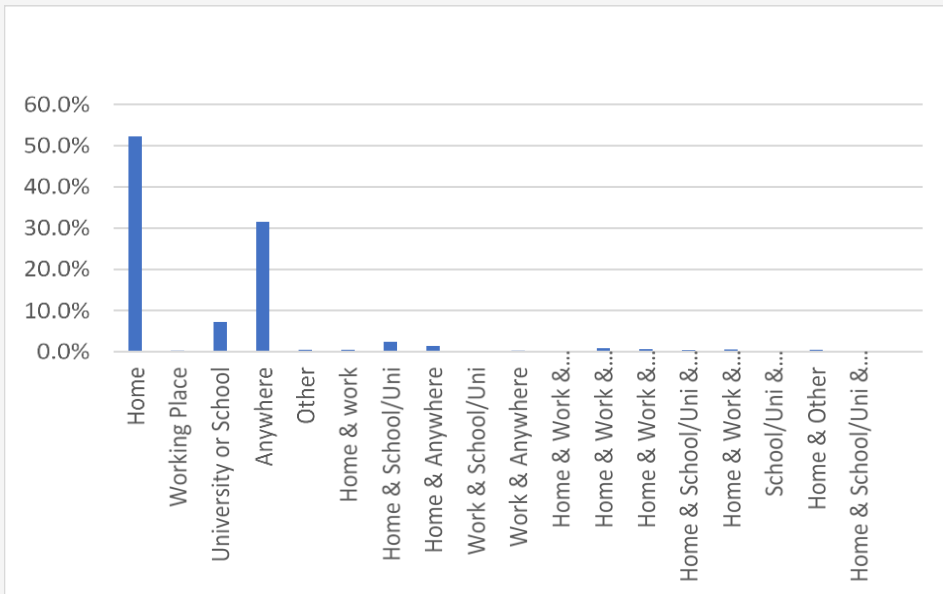


Προτιμότερα ΜΚΔ-Εργαλεία και Χώροι Σύνδεσης

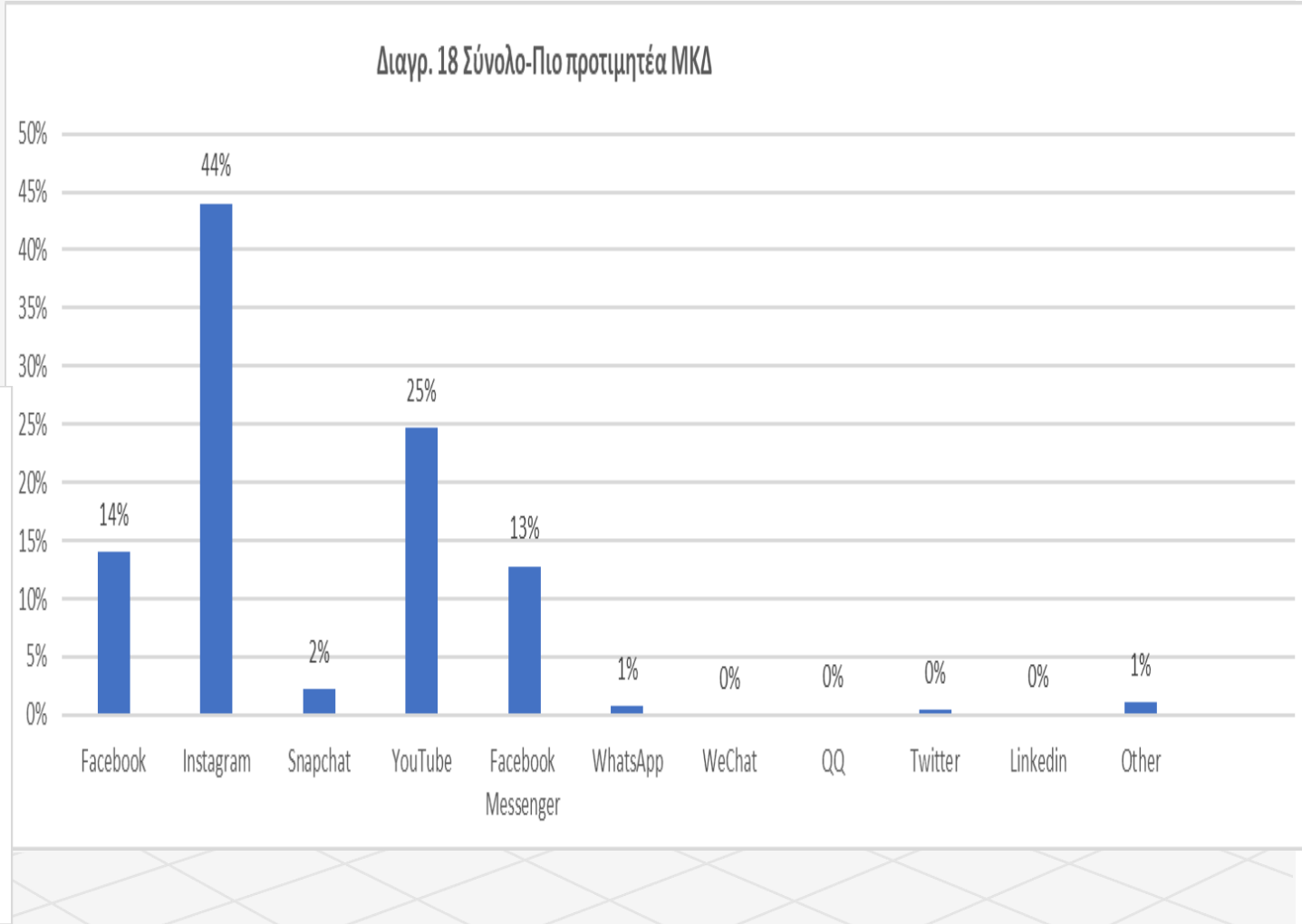
Προτιμώ να συνδέομαι με τα ΜΚΔ μέσω...

Mobile	86.4%
Tablet	1.0%
Personal Pc	4.4%
Other	0.3%
Mobile & Tablet & Pc	0.2%
Mobile & Tablet	1.2%
Mobile & Pc	6.1%

Προτιμότερος χώρος σύνδεσης με τα ΜΚΔ



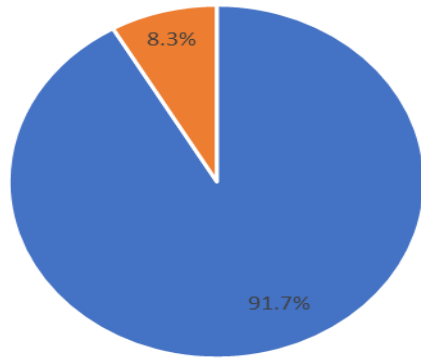
Διαγρ. 18 Σύνολο-Πιο προτιμητέα ΜΚΔ



Εθισμός στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης

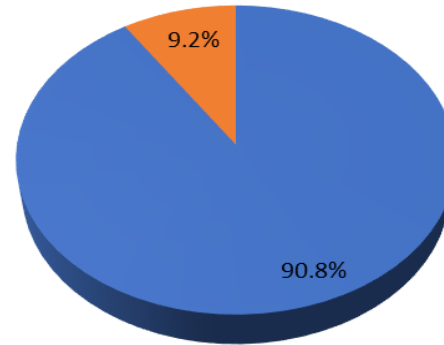
Ομάδα με Εθισμό στα ΜΚΔ: νέοι που έχουν συγκεντρώσει συνολική βαθμολογία άνω των 18 βαθμών και άνω των 3 βαθμών (δηλαδή 4 ή 5 βαθμούς) σε τουλάχιστον 4 από τις 6 ερωτήσεις της τελικής κλίμακας.

Διαγρ. 24 Σύνολο-Εθισμός των Νέων στα ΜΚΔ



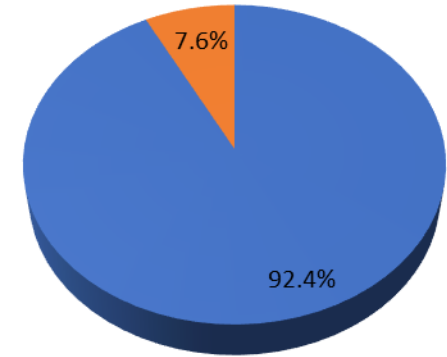
■ Not Addicted ■ Addicted

Διαγρ. 25 Μαθητές-Εθισμός στα ΜΚΔ



■ Not Addicted ■ Addicted

Διαγρ. 26 Φοιτητές-Εθισμός στα ΜΚΔ



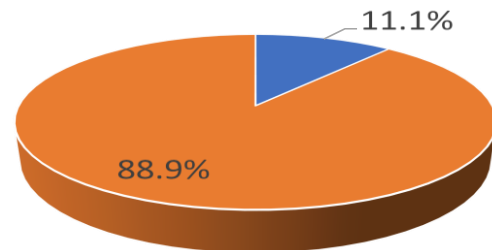
■ Not Addicted ■ Addicted

Στο Διάγραμμα 24 φαίνεται ότι το 8.3% του δείγματος εντάσσεται στην κατηγορία εθισμένοι στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης σύμφωνα με την κλίμακα BSMAS.

Εθισμός στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης: Φύλο και Ηλικία

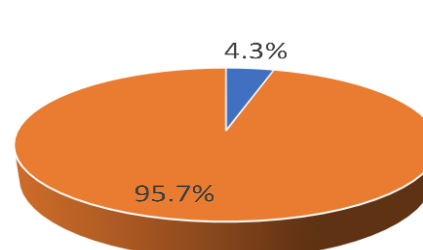
Υπερδιπλάσιο ποσοστό γυναικών με Εθισμό στα ΜΚΔ τόσο στους Μαθητές όσο και στους Φοιτητές.

Διάγρ. 30 Εθισμός των Νέων στα ΜΚΔ κατά Φύλο-Γυναίκες



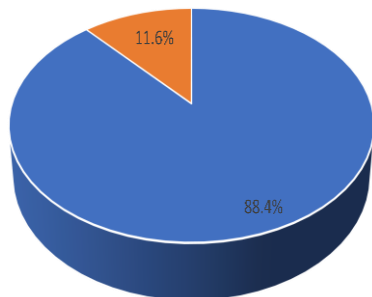
■ Addicted ■ Not Addicted

Διάγρ. 31 Εθισμός των Νέων στα ΜΚΔ κατά Φύλο-Άντρες



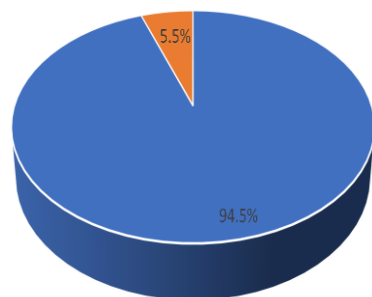
■ Addicted ■ Not Addicted

Διάγρ. 32 Μαθητές- Εθισμός στα ΜΚΔ στη βάση του Φύλου-Γυναίκες



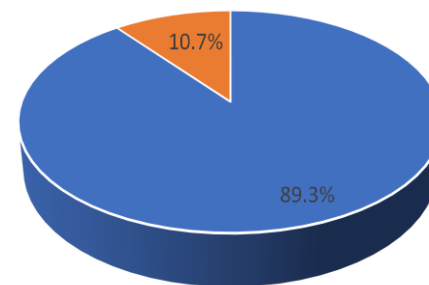
■ Not Addicted ■ Addicted

Διάγρ. 33 Μαθητές- Εθισμός στα ΜΚΔ στη βάση του Φύλου-Άντρες



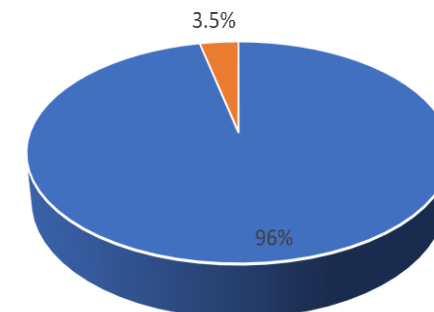
■ Not Addicted ■ Addicted

Διάγρ. 34 Φοιτητές- Εθισμός στα ΜΚΔ στη βάση του Φύλου-Γυναίκες



■ Not Addicted ■ Addicted

Διάγρ. 35 Φοιτητές- Εθισμός στα ΜΚΔ στη βάση του Φύλου-Άντρες



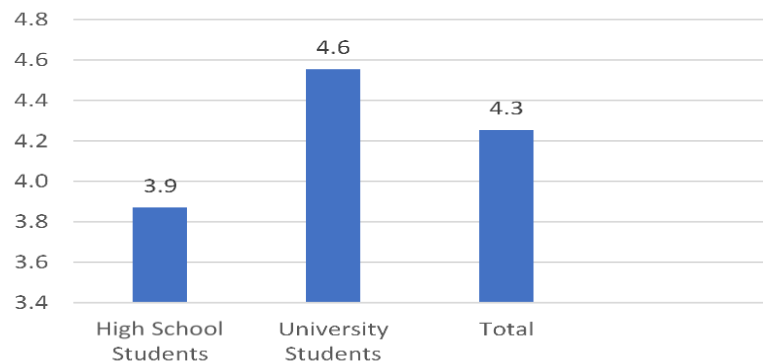
■ Not Addicted ■ Addicted

Σύγκριση Συνόλου Δείγματος με Ομάδα Εθισμού στα ΜΚΔ:Χρόνος Χρήσης ΜΚΔ

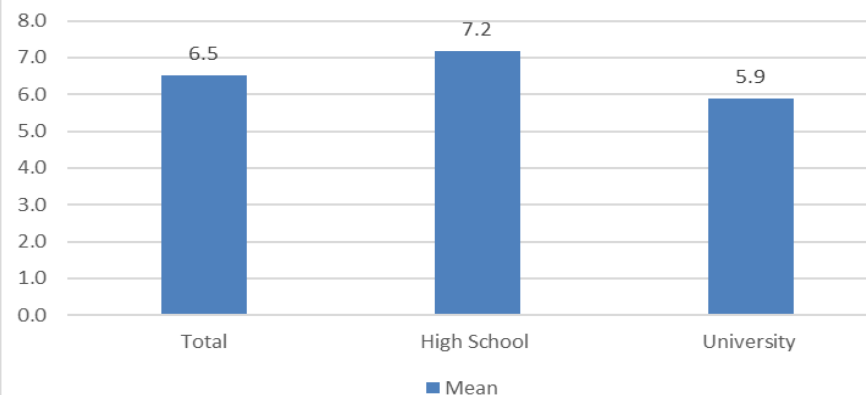
Υπερβολικός χρόνος χρήσης των ΜΚΔ αποτελεί ένδειξη προβληματικής συμπεριφοράς

Τα άτομα της Ομάδας με εθισμό ξεπερνούν τουλάχιστον από 2-4 ώρες τον διάμεσο χρόνο χρήσης των ΜΚΔ

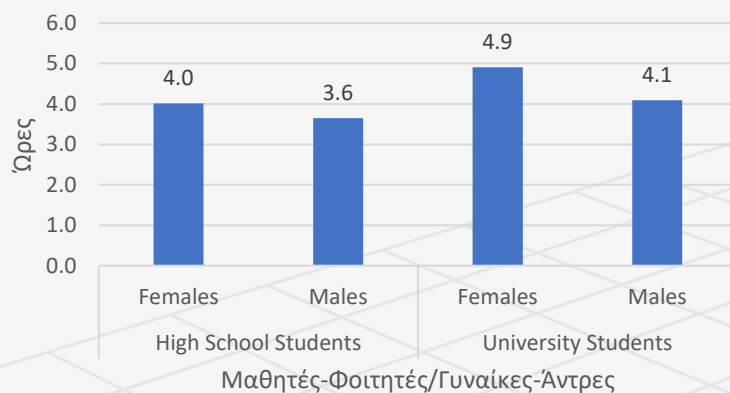
Διάγρ. 36 Total Sample- Average Time (hours) per day Use of SMN across type of student/Σύνολο-Μέσος Ημερήσιος Χρόνος Χρήσης



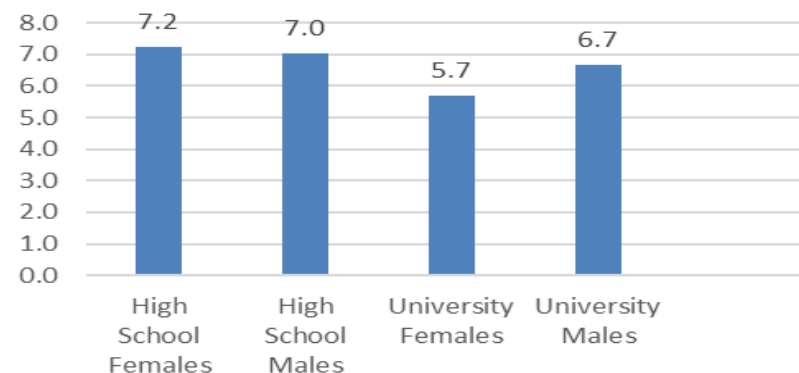
Διάγρ. 37 Addicted Population-Average Time per day Use of SMN/Πληθυσμός με Εθισμό στα ΜΚΔ-Μέσος Ημερήσιος Χρόνος Χρήσης



Διάγρ. 38 Συνολικό Δείγμα-Μέση χρήση (ώρα/ημέρα) των ΜΚΔ κατά φύλο και τύπο σπουδών(ηλικία)

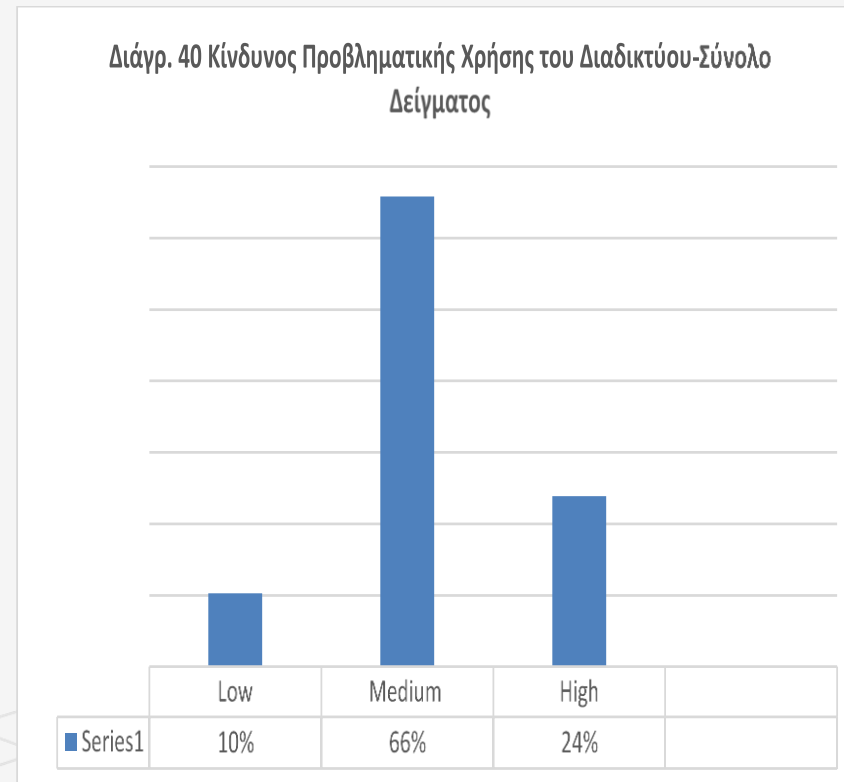


Διάγρ. 39 Εθισμένοι-Μέση χρήση (ώρες/ημέρα) των ΜΚΔ κατά φύλο και τύπο σπουδών(ηλικία)



Ευρήματα Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου (ΠΧΔ)

Ένα σημαντικό εύρημα της παρούσας μελέτης είναι ότι περίπου το ένα τέταρτο (24%) των 1059 έγκυρα συμμετεχόντων είχαν βαθμολογίες GPIUS-2 οι οποίες υποδηλώνουν γενικευμένη προβληματική χρήση του διαδικτύου. Το 66% του δείγματος αντιμετωπίζει μέτριο κίνδυνο Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου ενώ το 10% χαμηλό κίνδυνο.



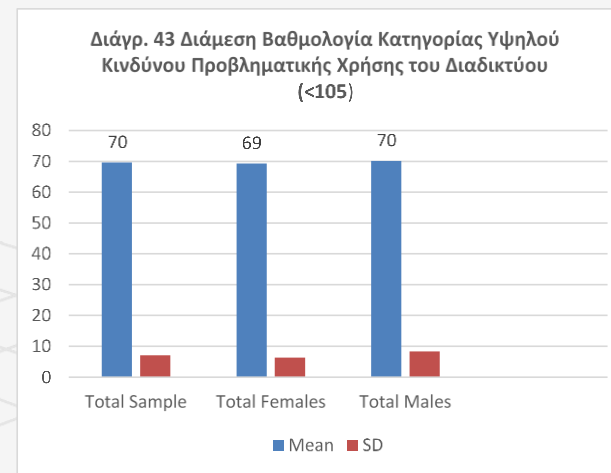
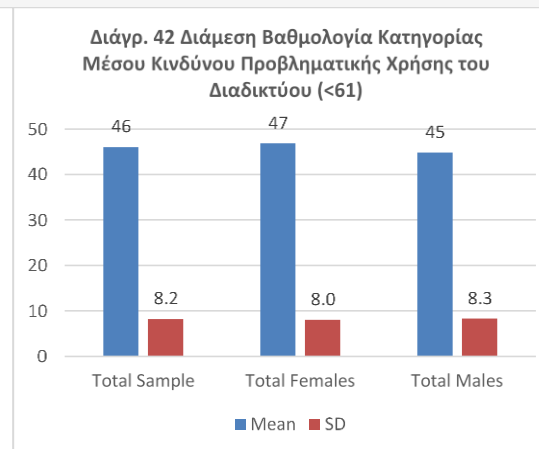
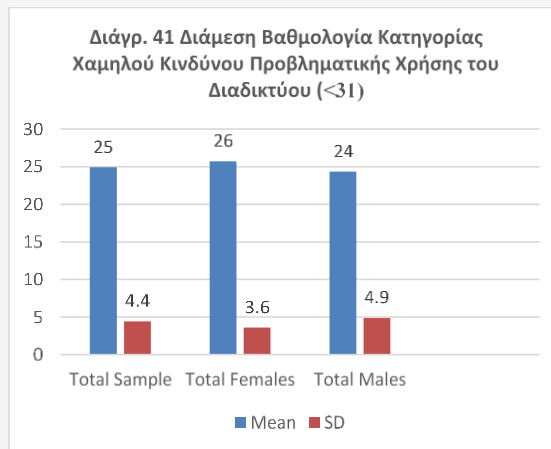
Low risk=0-30

Medium risk 31-60

High Risk 61-105

Εφικτός ο περιορισμός της Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου (ΠΧΔ)

Η διάμεση βαθμολογία GPIUS-2 στην κατηγορία υψηλού κινδύνου ΠΧΔ (70 βαθμούς από τους 105) υποδεικνύει ότι είναι εφικτή με τη λήψη κατάλληλων μέτρων η μεταστροφή της τάσης ΠΧΔ με την μείωση της προβληματικής χρήσης του Διαδικτύου και η μετατόπιση στις κατηγορίες Μέσου ή Χαμηλού Κινδύνου ΠΧΔ

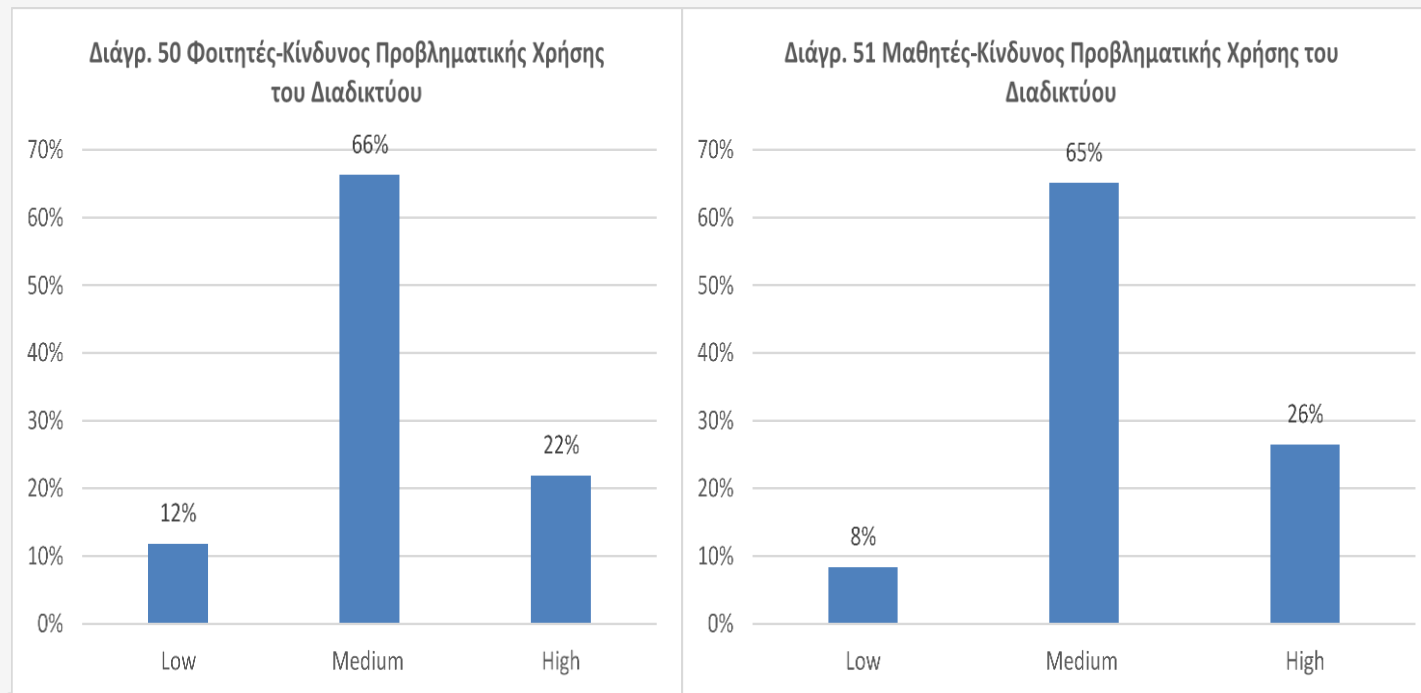


Η Προβληματική Χρήση του Διαδικτύου (ΠΧΔ) κατά τύπο εκπαίδευσης

Μόλις το 8% των μαθητών και το 12% των φοιτητών εντάσσεται στην κατηγορία Χαμηλού Κινδύνου Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου (ΠΧΔ)

Το 66% των νέων εντάσσεται στην κατηγορία με Μέτριο Κίνδυνο Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου.

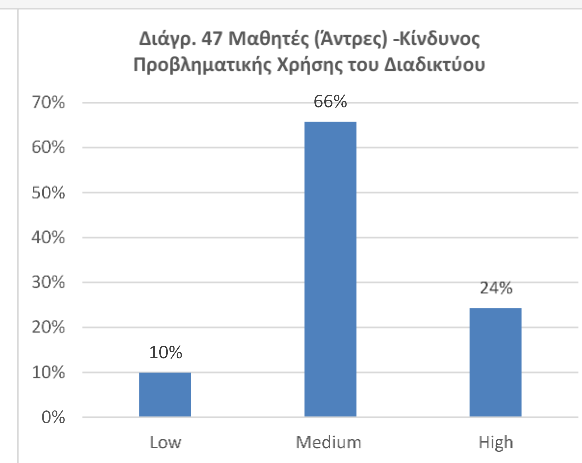
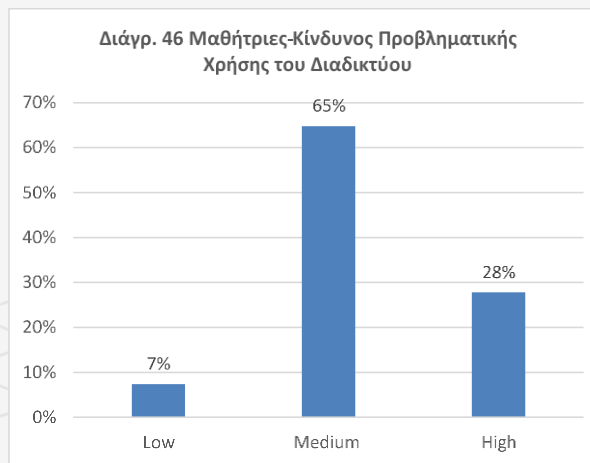
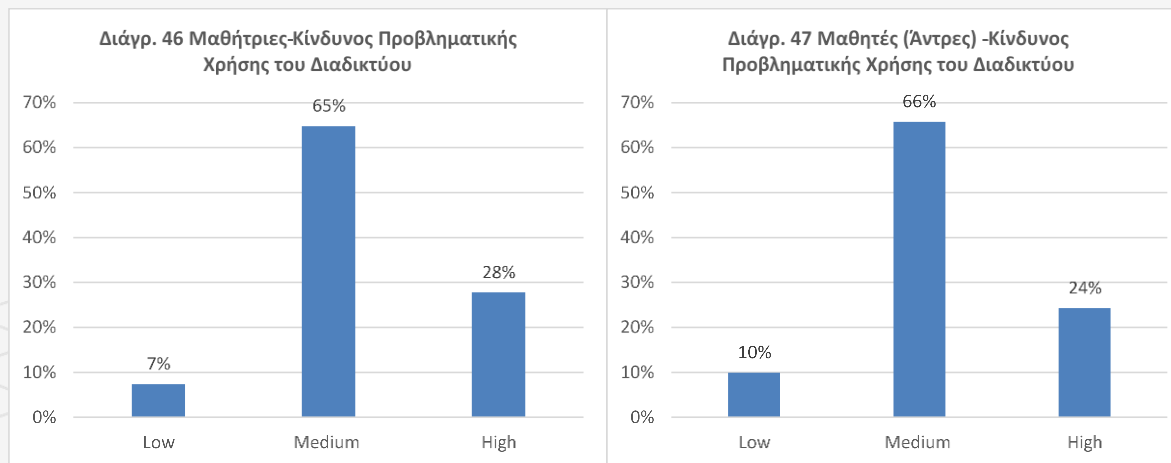
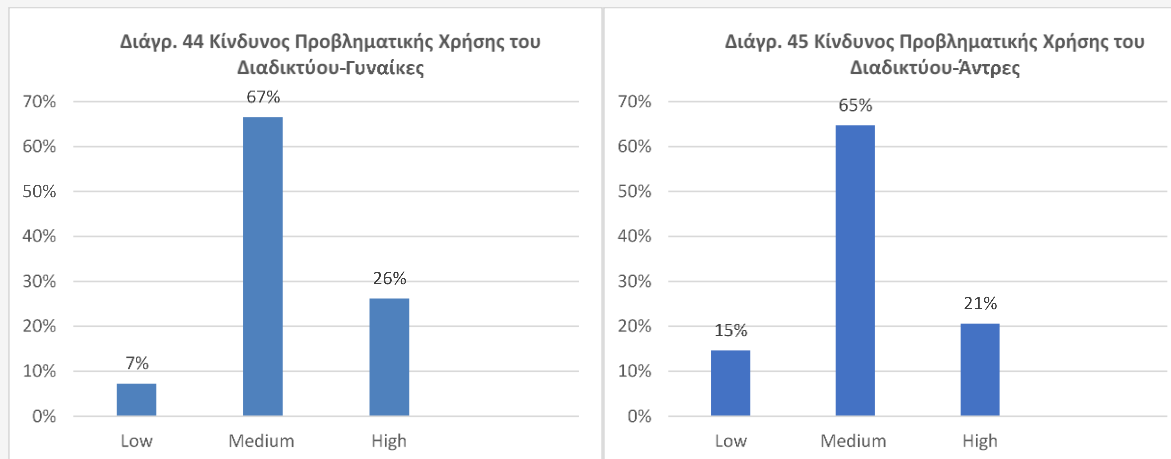
Το 26% των μαθητών και το 22% των φοιτητών εντάσσεται στην κατηγορία Υψηλού Κινδύνου Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου.



Η Προβληματική Χρήση του Διαδικτύου (ΠΧΔ) κατά Φύλο και Τύπο Εκπαίδευσης

Το 21% των αντρών και το 26% των γυναικών εντάσσεται στην κατηγορία Υψηλού Κινδύνου Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου (ΠΧΔ)

Το 28% των μαθητριών σε σχέση με το 24% των αντρών μαθητών εντάσσεται στην κατηγορία με Υψηλό Κίνδυνο Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου.



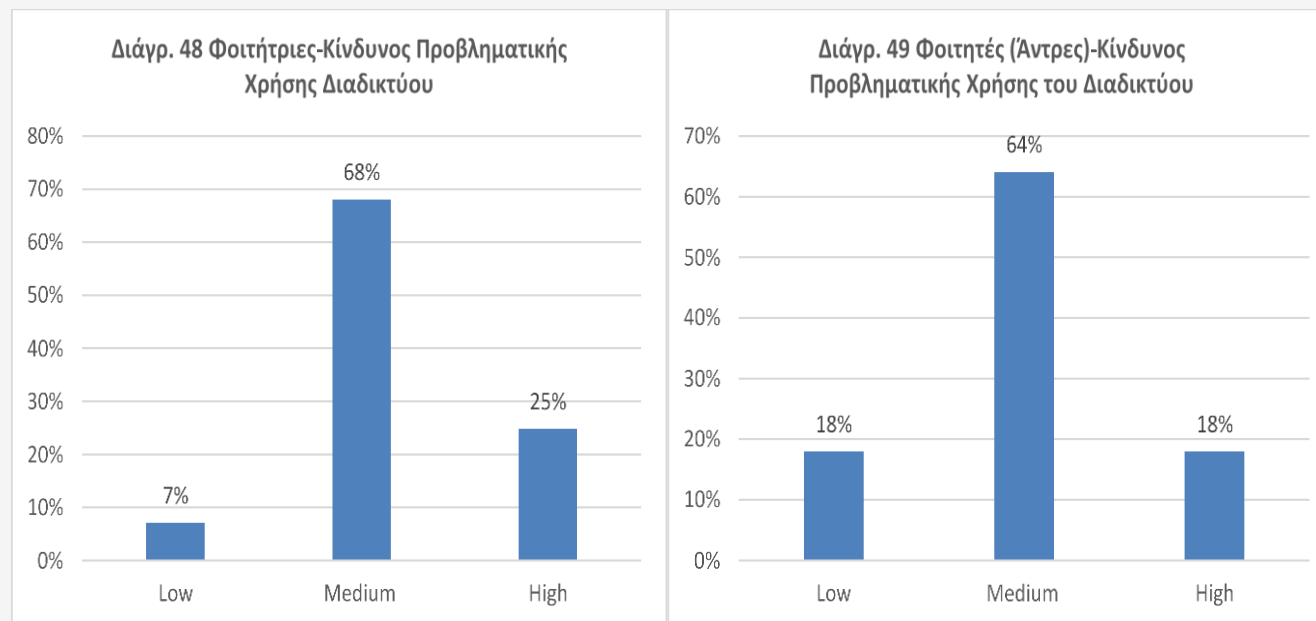
Η Προβληματική Χρήση του Διαδικτύου (ΠΧΔ) κατά Φύλο και Τύπο Εκπαίδευσης

Φοιτητές

Το 18% των αντρών και το 25% των γυναικών εντάσσεται στην κατηγορία Υψηλού Κινδύνου Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου (ΠΧΔ)

Μόλις το 7% των φοιτητριών και το 18% των αντρών φοιτητών εντάσσεται στην κατηγορία Χαμηλού Κινδύνου Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου.

64%-68% των φοιτητών εντάσσεται στην κατηγορία Μέτριου Κινδύνου Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου



Ποιοτική Ανάλυση Ποσοτικών Ευρημάτων

Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης

Το 41% του δείγματος δηλώνει ότι συχνά ή πολύ συχνά ξόδεψε περισσότερο χρόνο από όσο αρχικά σκόπευε.

Από το 20% των νέων συχνά ζητήθηκε να μειώσουν την χρήση των ΜΚΔ, ενώ 9%-12% των νέων προσπάθησε επανειλημμένα να μειώσει ή να κόψει την χρήση των ΜΚΔ χωρίς επιτυχία.

Το 26% των ερωτηθέντων χρησιμοποίησε συχνά έως πολύ συχνά τα ΜΚΔ για να ξεχάσει προσωπικά του προβλήματα ενώ το 23% του δείγματος για να περιορίσει αισθήματα ενοχής, αγωνίας, έλλειψης βοήθειας ή κατάθλιψης καταφεύγει συχνά ή πολύ συχνά στα ΜΚΔ.

Ένα αξιοσημείωτο ποσοστό των νέων (17%) και ιδιαίτερα των μαθητριών (21%) έχει επανειλημμένα κάνει τέτοια ή τόσο χρήση των ΜΚΔ που είχε αρνητική επίδραση στις σπουδές, στα μαθήματα ή στην εργασία επιβεβαιώνοντας ότι οι αρνητικές επιπτώσεις της έλλειψης αυτορρύθμισης δυνατόν να έχουν καταστροφικά αποτελέσματα για τους νέους.

Προτίμηση της διαδικτυακής κοινωνικής αλληλεπίδρασης από την αλληλεπίδραση πρόσωπο με πρόσωπο Το 20% του δείγματος θεωρεί ότι είναι πιο άνετη η διαδικτυακή επικοινωνία από την επικοινωνία πρόσωπο με πρόσωπο. 9% του δείγματος προτιμά την διαδικτυακή κοινωνική συναναστροφή παρά την επικοινωνία πρόσωπο με πρόσωπο.

Αρνητικά αποτελέσματα της Χρήσης του Διαδικτύου Για 9%, η χρήση που κάνει στο Διαδίκτυο δυσκολεύει τη διαχείριση της ζωής του, το 17% έχει χάσει κοινωνικές υποχρεώσεις και δραστηριότητες εξαιτίας της χρήσης του Διαδικτύου. 12% η χρήση του Διαδικτύου έχει δημιουργήσει προβλήματα για το ίδιο και την ζωή του.

Ρύθμιση της διάθεσης Το 61% του δείγματος όταν δεν ήταν καλά, χρησιμοποίησε το Διαδίκτυο για να νοιώσει καλύτερα, ενώ 55% έπραξε το ίδιο όταν ήταν αναστατωμένο. 52% του δείγματος χρησιμοποίησε το Διαδίκτυο για να μιλήσει με άλλους όταν ένοιωθε απομονωμένο.

Ανεπαρκής αυτορρύθμιση της Χρήσης του Διαδικτύου Το 26% θα ένοιωθε χαμένο αν δεν μπορούσε να συνδεθεί με το 21% να του έχει γίνει έμμονη ιδέα η σύνδεση 44% είναι δύσκολο να ελέγξει τον χρόνο που ξοδεύει Διαδικτυακά. 31% συναντά δυσκολίες να ελέγξει την χρήση του Διαδικτύου που κάνει. Για το 23% είναι δύσκολο να αντισταθεί στην ορμή να συνδεθεί όταν είναι εκτός διαδικτύου.

Αναγνώριση και Πρόληψη

- Σε πληθυσμό περίπου 68,000 Μαθητών Λυκείου (28.000) και Φοιτητών (40.000) εκ των οποίων 23.000 Κύπριοι:
- 5,650 νέοι (με περιθώριο λάθους $\pm 3\%$) μπορεί να εντάσσονται (95% βαθμός εμπιστοσύνης) στην κατηγορία του Εθισμού στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης
- 16,245 νέοι (με περιθώριο λάθους $\pm 3\%$) μπορεί να εντάσσονται (95% βαθμός εμπιστοσύνης) στην κατηγορία Υψηλού Κινδύνου Γενικευμένης Προβληματικής Χρήσης του Διαδικτύου
- Στοχευμένες Εκστρατείες Πρόληψης ιδιαίτερα σε νέους, μαθητές, έφηβους, φοιτητές (Vondráčková and Gabrhelík, 2016)
- Προώθηση της ανάπτυξης εναλλακτικών κινήτρων, δεξιοτήτων αντιμετώπισης και μείωσης των προσδοκιών χρήσης του διαδικτύου (Υπηρεσία Έρευνας του Ευρωκοινοβουλίου, 2019)

ΤΕΛΟΣ
