

Ασφάλεια του Διαδικτύου σε παιδιά και εφήβους

Άρτεμις Κ. Τσίτσικα

Επικ. Καθηγήτρια Παιδιατρικής - Εφηβικής Ιατρικής
Επιστ. Υπεύθυνος Μονάδας Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.)
Β' Παιδιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών
Νοσοκομείο Παιδων «Π. & Α. Κυριακού»



Η τεχνολογία προσφέρει στους νέους
απεριόριστες δυνατότητες εκπαίδευσης,
ενημέρωσης και ψυχαγωγίας



-
- Όπως στον φυσικό κόσμο, **κίνδυνοι** προκύπτουν και στον διαδικτυακό κόσμο
 - Τα παιδιά και οι έφηβοι δεν έχουν πλήρως αναπτυχθεί αναπτυξιακά
 - Το διαδίκτυο είναι ένα καταπληκτικό εργαλείο που ωστόσο χρειάζεται **οδηγίες χρήσης**

Ηλικία – «κλειδί» για πρόληψη

- Σταδιακά αναλαμβάνουν την ευθύνη της ζωής και της υγείας τους
- Αποκτούν τις συνήθειες και τις γνώσεις που θα καθορίσουν τη μελλοντική ποιότητα ζωής

Έρευνα EU-NET ADB

- **7 Ευρωπαϊκές χώρες**
(Ελλάδα, Γερμανία, Ισπανία, Πολωνία, Ισλανδία, Ολλανδία, Ρουμανία)
- **Πρόγραμμα Safer Internet**

Η σύμπραξη χωρών (Consortium)

University of Akureyi
Iceland



IVO Addiction
Research
Institute
Netherlands



Nobody's Children
Foundation
Poland

University of
Medicine and
Pharmacy
Iasi
Romania



Protegeles
Spain



Adolescent Health
Unit
University of Athens
Greece



Σχεδιασμός Έρευνας

EU-NET-ADB

Ποσοτική
Έρευνα

Ποιοτική
Έρευνα

Ποσοτική Έρευνα

- **Ερωτηματολόγιο** που περιλαμβάνει:
 1. Πληροφορίες για τη χρήση του διαδικτύου (κοινωνικοδημογραφικά στοιχεία, λειτουργικότητα οικογένειας, σχολική επίδοση, χρήση του διαδικτύου, γονεϊκός έλεγχος),
 2. Εργαλείο για τη διάγνωση του «Διαδικτυακού Εθισμού» (*IAT; Young, 1998*),
 3. Εργαλείο για την διάγνωση της «εξάρτησης» από τα ηλεκτρονικά ή διαδικτυακά παιχνίδια (*AICA-S; Wolfling, Muller & Beutel, 2010*)
- Αντιπροσωπευτικό δείγμα εφήβων από κάθε χώρα – έως 2000 ερωτηματολόγια / χώρα (τελικό δείγμα 13,300 ερωτηματολόγια)
- Ηλικία: Έφηβοι 14-17 ετών
- Συλλογή στοιχείων: Οκτώβριος 2011 – Μάιος 2012

Διαδικτυακός Εκφοβισμός - Cyberbullying



Διαδικτυακός Εκφοβισμός - Cyberbullying

21.9% του συνολικού δείγματος αναφέρει κάποια εμπειρία διαδικτυακού εκφοβισμού *

- 53.5% από αυτούς, δηλώνουν ότι αυτό τους έβλαψε με κάποιον τρόπο (11.2% του συνολικού δείγματος)
- Η τάση αυτή αφορά κυρίως τα **κορίτσια**
- Η **Ρουμανία** και η **Ελλάδα** εμφανίζουν τα υψηλότερα ποσοστά διαδικτυακού εκφοβισμού, ενώ η **Ισλανδία** και η **Ισπανία** τα χαμηλότερα

• **6% διαδικτυακός εκφοβισμός**
• EU Kids Online Survey 2009



Κίνδυνος

vs

βλαπτικής επίδρασης

Διαφορά έκθεσης σε κίνδυνο με βλαπτική συνέπεια

Μεγάλος αριθμός εφήβων μπορεί να εκτεθούν
σε διαδικτυακό κίνδυνο,

ωστόσο

ένα πολύ μικρότερο ποσοστό βλάπτεται
από αυτή την έκθεση



Λύση: Εκπαίδευση παιδιών και εφήβων
στη διαχείριση κινδύνου

Διαδικτυακή αποπλάνηση (Grooming)



Διαδικτυακή αποπλάνηση – Grooming

- **63%** του συνολικού δείγματος επικοινωνεί με αγνώστους στο διαδίκτυο
- **45.7%** από αυτούς, **έχουν συναντήσει** στο φυσικό κόσμο κάποιον που γνώρισαν στο διαδίκτυο (**28.4%** του συνολικού δείγματος)
- **9.3%** δηλώνουν ότι αυτή η **εμπειρία ήταν τραυματική** (**5,4%** του συνολικού δείγματος)
- Ο κίνδυνος Διαδικτυακής αποπλάνησης είναι υψηλότερος στις Ρουμανία, Γερμανία και Πολωνία, ενώ η Ελλάδα έχει το χαμηλότερο ποσοστό

Σεξουαλικό περιεχόμενο



Σεξουαλικό περιεχόμενο

- 58.8% του συνολικού δείγματος έχει εκτεθεί σε σεξουαλικό περιεχόμενο
- 32.8% από αυτούς, δηλώνουν ότι αυτή η εμπειρία ήταν τραυματική (18.4% του συνολικού δείγματος)
- Η τάση αυτή αφορά περισσότερο τα αγόρια

Σεξουαλικό περιεχόμενο

- 20% των εφήβων αναφέρουν χρήση πορνογραφικού υλικού
- Σεξουαλική αγωγή ;
- Συχνή (> 3 φορές την εβδομάδα) χρήση πορνογραφικού υλικού **επιρεάζει την ψυχοκοινωνική υγεία των εφήβων**

Κοινωνικά Δίκτυα



Κοινωνικά Δίκτυα

- **92%** του συνολικού δείγματος είναι μέλη σε ένα τουλάχιστον Δίκτυο Κοινωνικής Δικτύωσης (ΔΚΔ)
- **39.4%** των εφήβων αναφέρουν ενασχόληση τουλάχιστον **2 ώρες ημερησίως**
- Χρήση ΔΚΔ **περισσότερο από 2 ώρες ημερησίως**, έχει συσχετισθεί με ΣΕΔ ($p < 0.001$)
- Η τάση αυτή αφορά περισσότερο τα **κορίτσια**
- Περισσότεροι από **500 διαδικτυακοί φίλοι** συνδέονται με αυξημένο κίνδυνο για ανάπτυξη ΣΕΔ

Κοινωνικά Δίκτυα

- Πολλές από τις συμπεριφορές των σημερινών εφήβων είναι παρόμοιες με εκείνες των προηγούμενων γενεών
- Οι έφηβοι έχουν την ανάγκη να συναθροίζονται, να δημιουργούν παρέες και «κλίκες»
- Τα κοινωνικά δίκτυα συγκρίνονται με τα «στέκια» των προηγούμενων γενεών



Κοινωνικά Δίκτυα

- Η παρατεταμένη χρήση Η/Υ έχει επιπτώσεις στις κοινωνικές δεξιότητες
- Εάν χαθεί η προσωπική επαφή, υπάρχει το ενδεχόμενο να λείψει η εμπειρία στην ερμηνεία της ανθρώπινης επικοινωνίας, της γλώσσας του σώματος, τις εκφράσεις του προσώπου κ.λπ.



Κοινωνικά Δίκτυα

- Άτομα με **χαμηλή αυτοεκτίμηση** παρουσιάζουν την προσωπικότητα και τα χαρακτηριστικά που θα ήθελαν να έχουν
- Δυσκολία στην προσαρμογή τους στο φυσικό κόσμο και την υπεράσπιση της ταυτότητάς τους



Κοινωνικά Δίκτυα

Είναι σημαντικό να υπάρχει **ισορροπία** μεταξύ της ενασχόλησης με το διαδίκτυο και τις διαδικτυακές επαφές και της προσωπικής επαφής με τους συνανθρώπους μας



Διαδικτυακά Παιχνίδια



Διαδικτυακά Παιχνίδια

AICA-S; Wölfling, Müller & Beutel, 2010

- **61.8%** του συνολικού δείγματος ασχολούνται με διαδικτυακά παιχνίδια
- Οι έφηβοι που παίζουν διαδικτυακά παιχνίδια έχουν **διπλάσια** πιθανότητα ανάπτυξης ΔΔΣ
- Η ενασχόληση με διαδικτυακά παιχνίδια **περισσότερο από 2,6 ώρες ημερησίως**, έχει συσχετιστεί με ΣΕΔ ($p < 0.001$)
- Η τάση αυτή αφορά περισσότερο τα **αγόρια**

Τυχερά Παιχνίδια - Τζόγος



Τυχερά Παιχνίδια - Τζόγος

- 5.9% του συνολικού δείγματος ασχολούνται με τυχερά παιχνίδια στο διαδίκτυο (τζόγο), ενώ 10.6% «τζογάρουν» στο φυσικό κόσμο
- Η Ρουμανία και η Ελλάδα έχουν τα υψηλότερα ποσοστά τζόγου στο διαδίκτυο και στον πραγματικό κόσμο
- Οι έφηβοι που ασχολούνται με τον διαδικτυακό τζόγο έχουν **τριπλάσια** πιθανότητα εμφάνισης συμπεριφορών εξάρτησης

Συμπεριφορές Εξάρτησης



Συμπεριφορά Εξάρτησης από το Διαδίκτυο (ΣΕΔ)

Συμπεριφορά που χαρακτηρίζεται από απώλεια ελέγχου σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου και μπορεί προοδευτικά να οδηγήσει σε έκπτωση των κοινωνικών δεξιοτήτων και απομόνωση, καθώς και παραμέληση σχολικών και άλλων δραστηριοτήτων ή/και της υγείας, προσωπικής φροντίδας και υγιεινής.

Συμπεριφορές Εξάρτησης

- **1.2%** του συνολικού δείγματος εμφανίζει ΣΕΔ, ενώ **12.7%** οριακή συμπεριφορά εξάρτησης
- Η **Ισπανία**, η **Ρουμανία** και η **Πολωνία** εμφανίζουν τα υψηλότερα ποσοστά ενώ η **Γερμανία** και η **Ισλανδία** τα χαμηλότερα
- Τα **αγόρια**, οι **έφηβοι μεγαλύτερης ηλικίας** και οι **έφηβοι με χαμηλότερο εκπαιδευτικό επίπεδο των γονέων** έχουν μεγαλύτερα ποσοστά ΣΕΔ
- Παρατηρούνται **ψυχοκοινωνικές δυσκολίες σε στατιστικά σημαντικό βαθμό** στην ομάδα των εφήβων με ΣΕΔ


Ψυχοκοινωνική κατάσταση

(YSR; Achenbach & Rescorla, 2001)

		Λειτουργική διαδικτυακή χρήση (%)	Δυσλειτουργική διαδικτυακή χρήση (%)	p
Κοινωνικές δεξιότητες	Φυσιολογικό	93.4	76	<0,001
	Οριακό / Κλινικό	6.6	24	
Προβλήματα σκέψης	Φυσιολογικό	88.9	70.3	<0,001
	Οριακό / Κλινικό	11.1	29.7	
Προβλήματα προσοχής	Φυσιολογικό	91.5	70.8	<0,001
	Οριακό / Κλινικό	8.5	29.2	
Επιθετική συμπεριφορά	Φυσιολογικό	93.8	71.8	<0,001
	Οριακό / Κλινικό	6.2	28.2	
Συνολικά προβλήματα	Φυσιολογικό	92.3	63.9	<0,001
	Οριακό / Κλινικό	7.7	36.1	

Πιθανότητες ανάπτυξης ΔΔΣ ανάλογα με τη δραστηριότητα

	<i>OR</i>	<i>95% CI</i>
<i>Τυχερά Παιχνίδια</i>	2.97	2.52-3.49
<i>Κοινωνικά Δίκτυα (π.χ. Facebook)</i>	2.62	1.95-3.51
<i>Ηλεκτρονικά ή Διαδικτυακά Παιχνίδια</i>	2.58	2.26-2.95
<i>Παρακολούθηση Βίντεο / ταινιών</i>	1.01	0.68-1.48
<i>Αναζήτηση για σχολικές εργασίες / έρευνα</i>	0.68	0.57-0.83



**Ημερήσιος επιτρεπόμενος χρόνος οθόνης
(screen time) για παιδιά και εφήβους :**

δύο ώρες (2 h)

Bright Features, Guidelines for Health Supervision of Infants, Children and Adolescents. American Academy of Pediatrics 2008, p: 539-557.

Συν-νοσηρότητα με άλλες ψυχιατρικές παθήσεις (έως 60%)

- Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής-Υπερκινητικότητα (ΔΕΠ-Υ)
- Καταθλιπτικό συναίσθημα
- Άγχος
- Κοινωνική φοβία
- Διαταραχή ελέγχου των παρορμήσεων
- Διπολική Διαταραχή
- Χρήση ουσιών



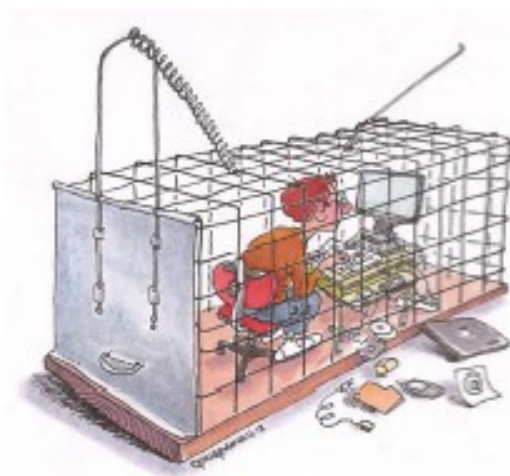
Ha JH et al., J Clin Psychiatry, 2006 May; 67/5: 821-6

Bai et al , 2000

Ποιοτική Έρευνα

- Δομημένες συνεντεύξεις εφήβων που εμφανίζουν σημεία ΣΕΔ (βαθμολογία IAT > 30)
- Έως 20 συνεντεύξεις / χώρα (τελικό δείγμα 124 συνεντεύξεις)
- Μέθοδος συνεντεύξεων Grounded Theory (*Strauss & Corbin, 1990*)
- Ηλικία: Έφηβοι 14-17 ετών
- Συλλογή στοιχείων: Ιούνιος 2011 – Ιούνιος 2012

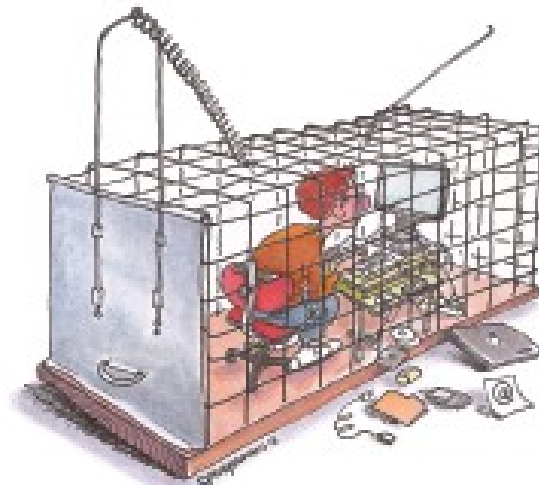
«Το μοντέλο των τεσσάρων»



Αυτός που είναι «παγιδευμένος»

«Έβγαινα παλαιότερα. Έβγαινα έξω, κολυμπούσα, τέτοια πράγματα ... Έχω να κολυμπήσω δύο χρόνια. Δεν έχω βγει με φίλο το βράδυ για τέσσερις μήνες – τέτοια πράγματα τα παραμελώ»

Αγόρι, 15 ετών



Αυτός που μοιάζει με «ζογκλέρ»

«Τις τελευταίες δύο εβδομάδες είχαμε εξετάσεις στο σχολείο – δεν το χρησιμοποίησα πολύ – ήθελα να διαβάσω»

Κορίτσι, 15 ετών



Αυτός που ολοκληρώνει έναν «πλήρη κύκλο»

«Άρχισα να μπαίνω στο Facebook και έλεγα: “Ααα, εδώ γνωρίζω πολλούς ανθρώπους – τόσους πολλούς – αυτό είναι υπέροχο!” Κάνεις σχόλια, κατεβάζεις υλικό, φτιάχνεις μια καινούρια ζωή εκεί μέσα – ένας άλλος κόσμος. Μετά από λίγο καιρό όμως, κάνεις τον κύκλο σου. Αρχίζεις να λες: “Μα τι κάνω τώρα;”, κουράζεσαι, το κλείνεις, βγαίνεις έξω και μειώνεις την ώρα που ασχολείσαι με αυτό (το διαδίκτυο). Αρχίζεις να κάνεις άλλα πράγματα, διασκεδάσεις, το ξεχνάς.»

Αγόρι, 15 ετών



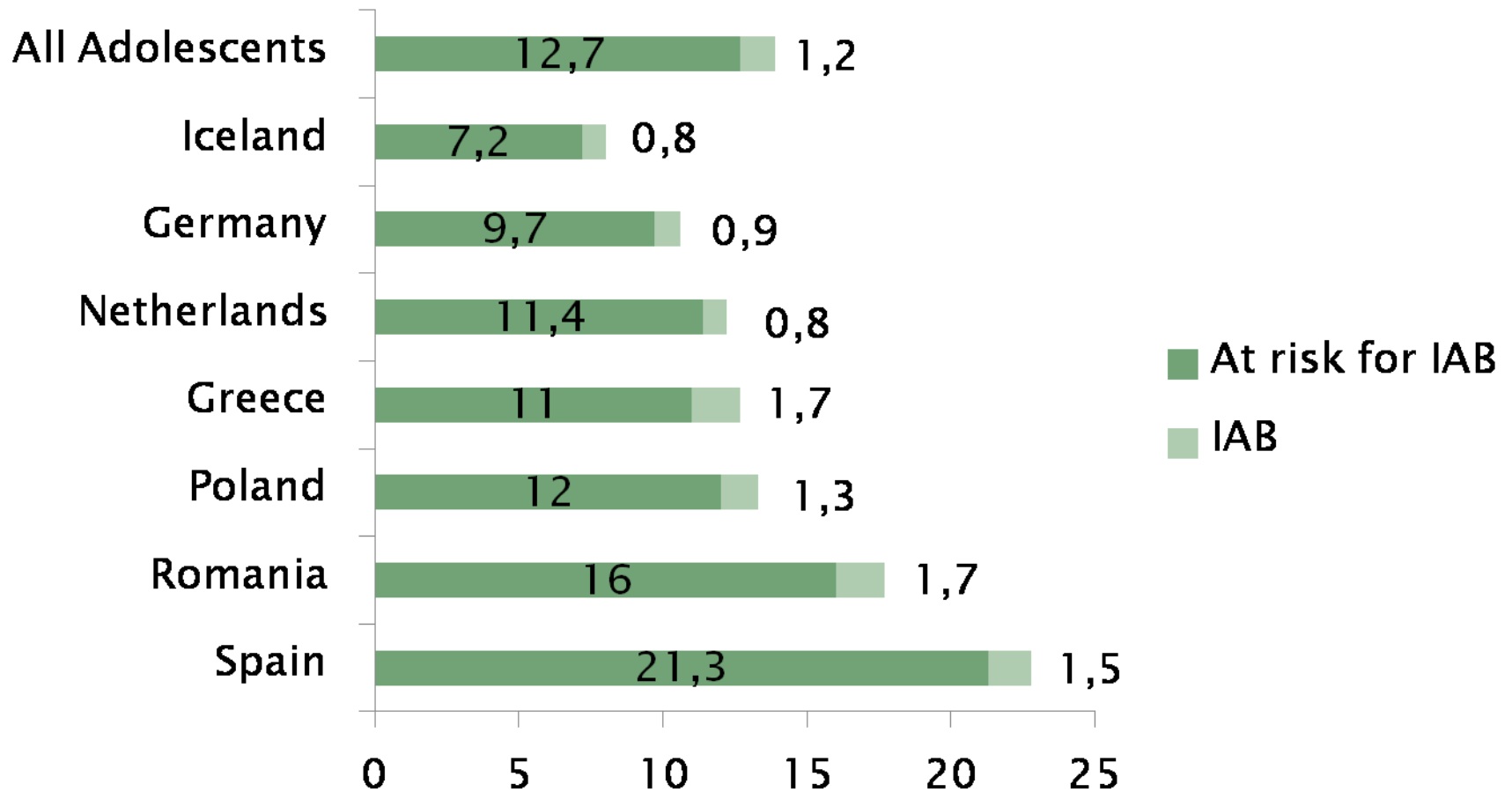
Αυτός που «βαριέται τα πάντα»

*«Βασικά δεν με νοιάζει τίποτα.
Περνάω την ώρα μου εκεί μέσα,
γενικά βαριέμαι πολύ...»*

Αγόρι, 16 ετών



Percentage of adolescents at risk for IAB or with IAB by country



Differences in prevalence of IAB in 7 European countries

- The previous plot shows that the prevalence of IAB **varies widely across countries**
- **Highest** rates are observed in Greece and Romania (1,7%), followed by Spain (1,5%) and Poland (1,3%)
- **Lowest** rates are found in Iceland, Netherlands (both 0,8%) and Germany (0,9%)

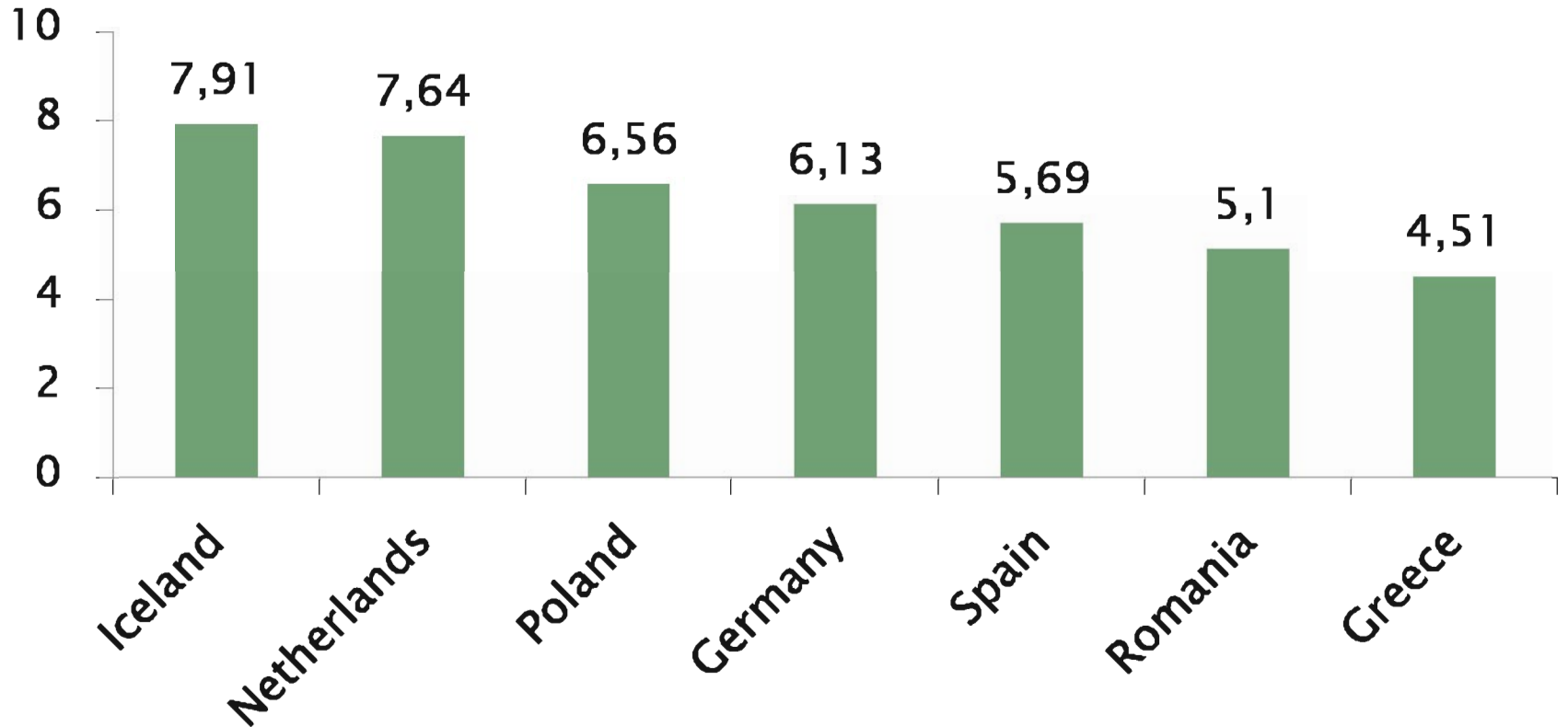
Using the internet in an educational setting may be beneficial for students to learn how to use it in functional and not excessive ways

Adolescents who used the internet at school had lower percentages and low possibility for developing DIB (protective factor) *

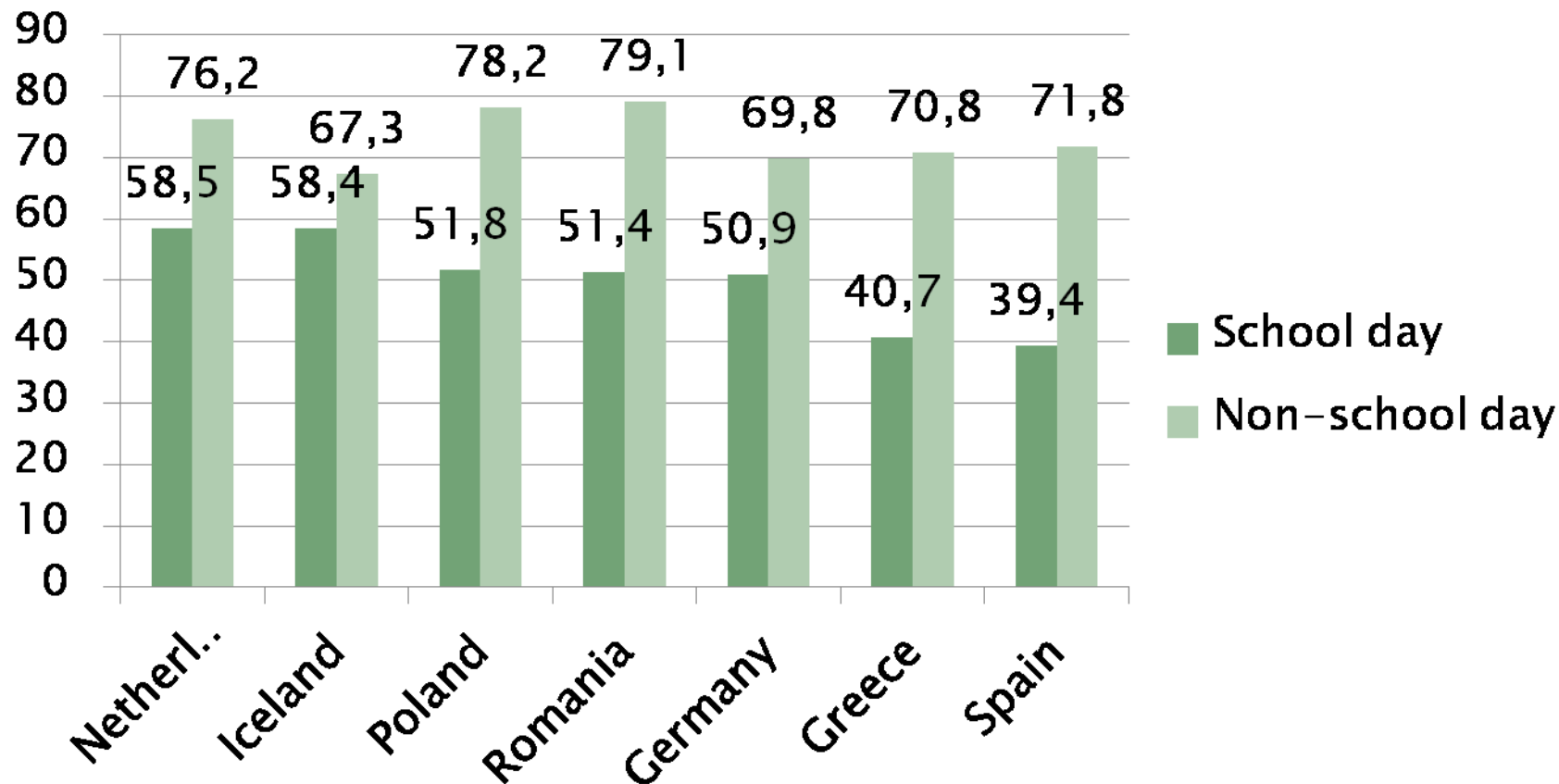
* Tsitsika et al, European Journal of Pediatrics, 2008



Mean Years of Internet Use

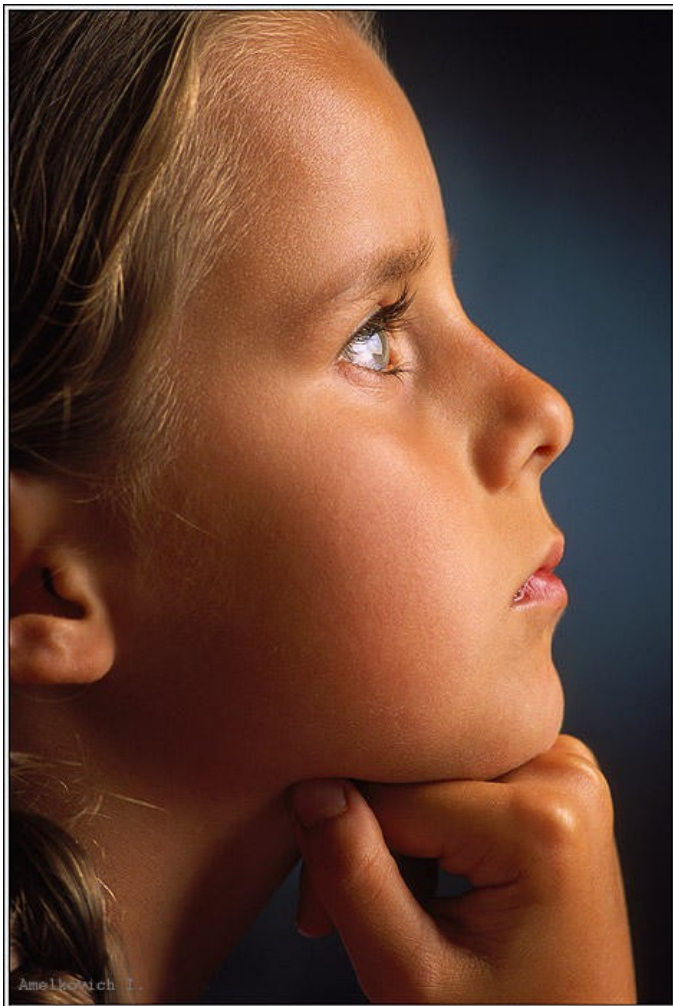


Percentage of adolescents who spend at least 2 hours using the internet on a school day and on a non-school day by country



DIB and education of parents

	% Dysfunctional Internet Behavior		P
	Low/Middle educ. level	High educ. level	
Greece	14,8	9,9	0,002
Spain	24,1	22	0,309
Romania	18,8	17,1	0,394
Poland	13	13,6	0,72
Germany	12,4	9,5	0,061
Netherlands	16,9	11,7	0,061
Iceland	11,6	7,3	0,012



-
- **Οικογένεια**
 - **Σχολείο**
 - **ΜΜΕ**
 - **Πολιτεία**

Συμβουλές για παιδιά και εφήβους

- Μην αποκαλύπτετε προσωπικά στοιχεία
- Μην συναντάτε αγνώστους που έχετε επικοινωνήσει μαζί τους διαδικτυακά
- Συζητήστε τυχόν απειλητικά ή προσβλητικά μηνύματα με γονείς ή δασκάλους σας



Συμβουλές για παιδιά και εφήβους

- Μη δέχεστε οποιαδήποτε διαδικτυακή πληροφορία χωρίς να την ελέγχετε
- Δεν είναι νόμιμη η χρήση μουσικής, videos, λογοτεχνικών κειμένων χωρίς άδεια
- Συζητείστε την έκθεσή σας σε πορνογραφικό, ρατσιστικό, βίαιο και γενικά ακατάλληλο περιεχόμενο με γονείς ή δασκάλους σας

Γραμμή Βοηθείας

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΣΤΗΡΙΞΟ

ΜΟΝΑΔΑ ΕΦΗΒΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ (Μ.Ε.Υ.)

ΓΡΑΜΜΗ ΧΩΡΙΣ ΧΡΕΩΣΗ: **80011 80015**

«Τι συμβαίνει στην εφηβεία;»



ΜΟΝΑΔΑ ΕΘΝΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ (Μ.Ε.Υ.)
Ε ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ
ΝΕΣΣΟΦΑΝΟ ΠΑΛΑΤΣΙ - Ε.Σ.Α. ΚΥΡΑΛΩΝ
Διαθέσιμα: Εθελοντές, Δασκάλος Κοινωνίας,
Επιστημονικό Πρόγραμμα: Παιδαγωγός Σπύρος Κ. Στεφανίδης

ΤΥΠΟΣ 4

«Τι συμβαίνει στην εφηβεία;»
ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ



ΜΟΝΑΔΑ ΕΘΝΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ (Μ.Ε.Υ.)
Ε ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ
ΝΕΣΣΟΦΑΝΟ ΠΑΛΑΤΣΙ - Ε.Σ.Α. ΚΥΡΑΛΩΝ
Διαθέσιμα: Εθελοντές, Δασκάλος Κοινωνίας

ΤΥΠΟΣ 4

Διαδίκτυο και Εφηβεία

Επιμέλεια:
Χρυσή Τζουράκη - Μπαλαφίτη
Συντονιστική Επιμέλεια:
Εύη Κωνσταντίνου
Γραμμή Επιμέλεια:
Αναστασία Κωνσταντίνου



Κοινωνία στην Ελλάδα του Ευρωπαϊκού Κοινωνικού Ταμείου
Πρόγραμμα Ολοκληρωμένης Πολύς



Διαδίκτυο και Συμπεριφορές Εξάρτησης: Μελέτη σε Ευρωπαίους Εφήβους



Εμπόλεμο Έργο της: Αργυρώ Γατσάκη, Ελένη Τζαβέλα,
Φαεινή Μαυρομάτη και
Συμπράξη Ευρωπαϊκών Χωρών
(EU NET ADB Consortium)

www.esnetadb.eu

Ο Άλκης, η Κλειώ και το διαδικτυακό Τζίνι

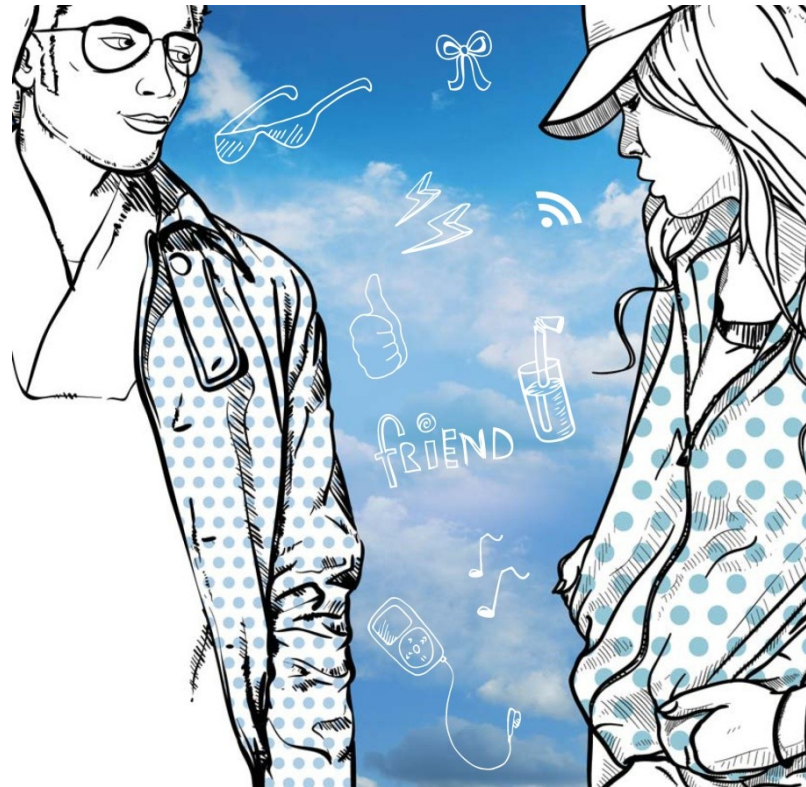
Ένα εργαλείο για την εκμάθηση των κανόνων ασφαλούς διαδικτύου για τα παιδιά του Δημοτικού

Περιλαμβάνει :

- Βιβλιάριο δραστηριοτήτων, παιχνιδιών και διαδραστικής μάθησης
- Οδηγίες για τους γονείς
- Κάρτες με περιπτώσεις προς συζήτηση: «Εσύ τι θα έκανες;»
- Αυτοκόλλητα με τους ήρωες και τους φίλους τους, σχετικά αντικείμενα και δραστηριότητες
- Χρήσιμα τηλέφωνα



7^ο Εντατικό Σεμινάριο Εφηβικής Ιατρικής – 7th State of The Art Adolescent Medicine Course



4-5 Απριλίου 2014

Ξενοδοχείο LEDRA MARRIOTT