

Έφηβοι και Διαδίκτυο

Οι έφηβοι ζουν σε έναν κόσμο, περισσότερο εικονικό παρά πραγματικό. Ένα στα τρία παιδιά χρησιμοποιεί tablet ή κινητό πριν καν μιλήσει! Οι οικογενειακές συγκρούσεις για τις ψηφιακές ολονυχτίες των παιδιών πληθαίνουν, καθώς όλο και περισσότεροι έφηβοι αλλά ακόμη και παιδιά δημοτικού, κοιμούνται με το κινητό τους στο μαξιλάρι, βλέποντας βίντεο. Δεν υπάρχει έφηβος σήμερα που να μην έχει κινητό τηλέφωνο και να μην ασχολείται ως κάποιο βαθμό με το διαδίκτυο. Όλοι οι έφηβοι επικοινωνούν μέσω κινητών τηλεφώνων με γνωστούς και άγνωστους. Το κινητό αποτελεί κάτι σαν προέκταση του σώματός τους, τους συντροφεύει παντού. Με το κινητό τους τηλέφωνο κάνουν φίλους, τσακώνονται και φλερτάρουν.

Ο λόγος που οι έφηβοι χρησιμοποιούν το διαδίκτυο είναι γιατί τους προσφέρει μια διέξοδο από την πιεστική και αγχώδη καθημερινότητα, από τα προβλήματα και τα άσχημα συναισθήματα και καταφέρνουν να χαλαρώνουν, να νιώθουν ευχάριστα και να βγαίνουν από την πραγματικότητά τους. Ακόμη το διαδίκτυο αποτελεί μια ευκαιρία να κοινωνικοποιηθούν χωρίς να κινδυνεύουν από την απόρριψη, αφού μπορούν να παρουσιάσουν ό,τι εικόνα του εαυτού τους επιθυμούν.

Έρευνες έχουν δείξει ότι η υπερβολική χρήση των ηλεκτρονικών υπολογιστών και του διαδικτύου είναι η αιτία αρκετών ψυχοκοινωνικών και ιατρικών προβλημάτων, όπως η κατάθλιψη, η αϋπνία, η απομόνωση από το οικογενειακό και το κοινωνικό περιβάλλον, αλλά και η παραμέληση βασικών βιολογικών αναγκών, όπως η κανονικότητα στη διατροφή.

Φυσικά, δεν είναι μόνο τα χαρακτηριστικά της ηλικίας τους που κάνουν τους εφήβους επιρρεπείς. Άλλοι παράγοντες που παίζουν ρόλο στο είδος της σχέσης με το διαδίκτυο είναι η οικογενειακή κατάσταση, το είδος των οικογενειακών δεσμών, ο έλεγχος και τα όρια που υπάρχουν από τους γονείς και η ποιότητα της επικοινωνίας μεταξύ τους. Επίσης, η ψυχосύνθεση κάθε εφήβου τον προδιαθέτει ή τον προστατεύει από εξαρτητικές συμπεριφορές.

Μην ξεχνάμε όμως ότι η σωστή χρήση του διαδικτύου μπορεί να είναι εποικοδομητική. Νεότερες έρευνες υποστηρίζουν ότι η χρήση του διαδικτύου μειώνει την κοινωνική απομόνωση, διότι βοηθά τους εφήβους να συνδεθούν με άλλα άτομα και συμβάλλει στη διερεύνηση της ταυτότητάς τους. Όμως, τότε η χρήση γίνεται κατάχρηση;

(από το διαδίκτυο)