

1<sup>ο</sup> ΓΕ.Λ. Ελευθερίου Κορδελιού  
Ερευνητική εργασία Α' Λυκείου  
Β' Τετρ. 2011-2012  
Τμήμα : PR5

*«Αξιοποιώ το διαδίκτυο – Προστατεύω τον εαυτό μου»*

## Κοινωνικά δίκτυα - Εθισμός στο διαδίκτυο

Καραλάζαρος Στεφανος  
Μαμάκης Βασίλης  
Μαργιούλας Γρηγόρης  
Πόρναλης Κώστας  
Κηπουρός Αντώνης  
Οφλίδης Σάββας



Καθηγητής: Αποστολίδης Ι.

# *SOCIAL MEDIA*

- *Social Media*: είναι μια κατηγορία online media όπου οι χρήστες συζητούν, συμμετέχουν, διαμοιράζονται και δικτυώνονται κάτω από μια κοινή ομπρέλα το γνωστό μας διαδίκτυο.
- Είναι απόρροια του **Web 2.0**, δηλαδή της δεύτερης γενιάς του διαδικτύου στην οποία ο κάθε χρήστης έχει πρόσβαση στη δημοσίευση περιεχομένου αλλά και στη διαδραστικότητα με το δημοσιευμένο περιεχόμενο και με άλλους χρήστες



# *ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΔΙΚΤΥΑ (SOCIAL NETWORKS)*

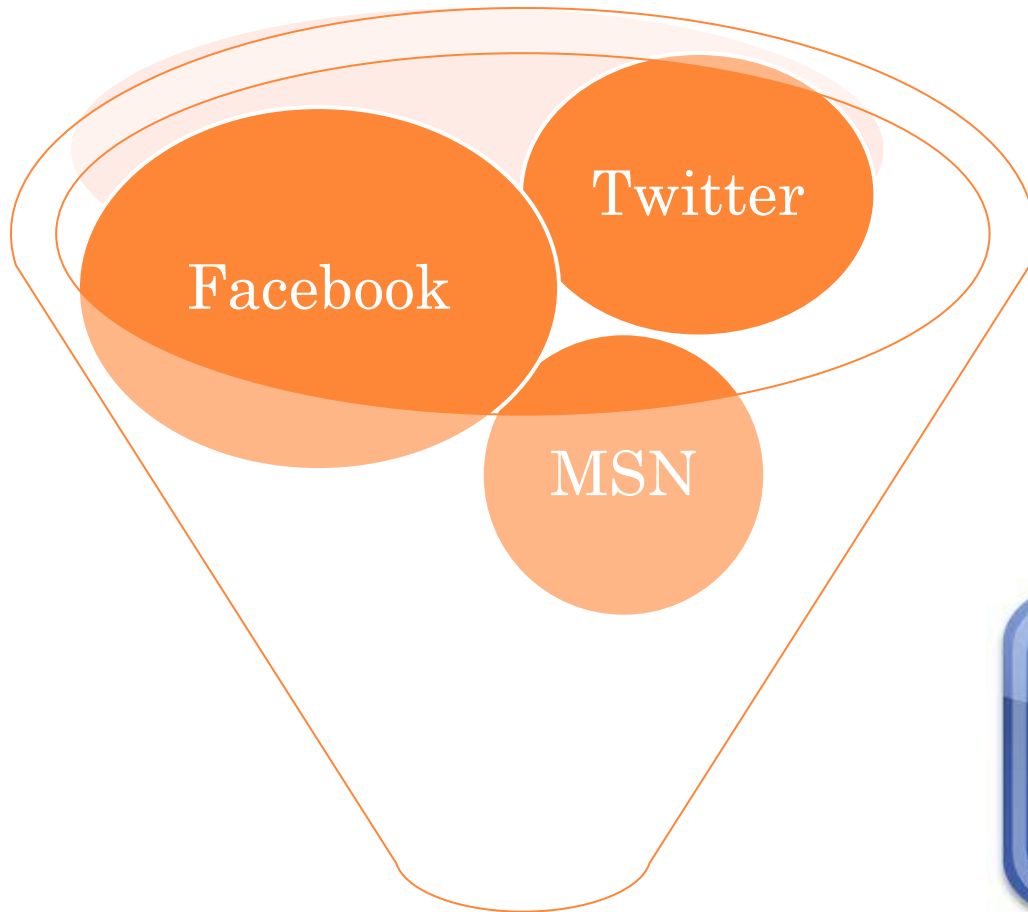
- Είναι η πιο διαδεδομένη μορφή social media
- Μας προσφέρει πιο άμεση επικοινωνία
- Εκμηδενίζει τις αποστάσεις

Μέσα από αυτά τα site οι χρήστες:

επικοινωνούν μεταξύ τους, ενημερώνονται και ανταλλάσσουν πληροφορίες σχετικά με τα ενδιαφέροντα τους και τις δραστηριότητες τους.



# *ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΔΙΚΤΥΑ*



# ΑΣΦΑΛΗΣ ΨΗΦΙΑΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΠΟΙΗΣΗ

1. Αναζητούμε την πολιτική απορρήτου και τους όρους χρήσης.
2. Θα πρέπει να αλλάζουμε τις προεπιλεγμένες ρυθμίσεις.
3. Περιορίζουμε την πρόσβαση στο προφίλ μας.
4. Δεν δίνουμε σε κανέναν τον κωδικό πρόσβασης.
5. Δεν ανεβάζουμε φωτογραφίες όπου φαίνετε καθαρά που βρισκόμαστε.
6. Αν δεχτούμε ένα προσβλητικό μήνυμα χρησιμοποιούμε την ενσωματωμένη μέθοδο καταγγελιών.



## ΑΣΦΑΛΗΣ ΨΗΦΙΑΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΠΟΙΗΣΗ

7. Πολλές πληροφορίες δεν αφαιρούνται.
8. Κάποιο άτομο μπορεί να αποκτήσει πρόσβαση στα προσωπικά μας δεδομένα.
9. Πολλές εφαρμογές μπορούν να διαχειριστούν τα προσωπικά μας δεδομένα με διαφορετικό τρόπο.
10. Είναι εύκολη η δημιουργία ψεύτικης ταυτότητας και η παραπλάνηση άλλων χρηστών.



Σήμερα έχουν δημιουργηθεί μηχανισμοί που καθιστούν τη διαχείριση των λογαριασμών σε υψηλά επίπεδα ασφάλειας. Παρ' όλα αυτά χρειάζεται προσοχή όταν είμαστε σε δημόσιους χώρους, όπως καφετέριες, ξενοδοχεία, αεροδρόμια και γενικότερα χώρους όπου διατίθεται δωρεάν ασύρματη πρόσβαση στο διαδίκτυο, ενδέχεται να αποβεί μοιραία για τα στοιχεία του λογαριασμού μας.



## *ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ*

Ο εθισμός στο διαδίκτυο είναι μια σχετικά νέα μορφή εξάρτησης, η οποία ορίστηκε από την επιστημονική κοινότητα προκειμένου να οριοθετηθεί, αφού η εξάρτηση από το διαδίκτυο δεν είναι μια ακόμα κλινική οντότητα που συναντάμε σε ψυχιατρικά εγχειρίδια.





Διαταραχές  
ύπνου και  
αλλαγή των  
συνηθειών  
ύπνου

Παραμέληση  
της  
προσωπικής  
υγιεινής του

ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ

Διαταραχή στις  
διαπροσωπικές  
σχέσεις

Εκνευρισμός  
όταν το παιδί  
είναι εκτός  
Διαδικτύου



# ΤΡΟΠΟΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΟΥ ΕΘΙΣΜΟΥ

Η θεραπευτική αντιμετώπιση των διαγνωσμένων περιπτώσεων εθισμού στο διαδίκτυο γίνεται με:

- Συμβουλευτική παρέμβαση στον έφηβο και στην οικογένεια.
- Ειδικό εξατομικευμένο πρόγραμμα περιορισμού της υπερβολικής χρήσης.
- Εκμάθησης ενός ορθολογικότερου τρόπου χρήσης των νέων τεχνολογιών από τον έφηβο.
- Γνωστικο-συμπεριφορική ψυχοθεραπευτική παρέμβαση.
- Φαρμακοθεραπεία.

Στην Ελλάδα υπάρχουν πολλά κέντρα που βοηθούν τους έφηβους να ξεφύγουν από τον εθισμό τους (π.χ. *Ειδικό Τακτικό Ψυχιατρικό Ιατρείο Παιδιών και Εφήβων για την αντιμετώπιση του εθισμού στους Η/Υ και το Διαδίκτυο στο Ιπποκράτειο Νοσοκομείο Θεσσαλονίκης*)

Η παρακολούθηση κάθε περίπτωσης γίνεται από τετραμελή ομάδα στην οποία συμμετέχουν παιδίατρος, παιδοψυχίατρος, παιδοψυχολόγος και οικογενειακός σύμβουλος.



Thank  
you

