

**Αίσθημα Μοναξιάς σε Μαθητές Γυμνασίου: Η Συσχέτιση με τη Χρήση του Διαδικτύου και τις Αντιλήψεις για τις Διαστάσεις Γονικότητας**

Μαρινοπούλου Μαρία – Παρασκευή (Α.Μ.: ΣΧΨ1011810)

Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Σχολική Ψυχολογία»

Ακαδημαϊκό Έτος 2020-2021

Ειδίκευση: Σχολική Ψυχολογία

Τμήμα Ψυχολογίας, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Τριμελής Εξεταστική Επιτροπή:

Παναγιώτης Λιανός, Διδάκτωρ, Τμήμα Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ (Επόπτης)

Αικατερίνη Λαμπροπούλου, Επίκουρη καθηγήτρια, Τμήμα Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ (Μέλος)

Χρυσή Χατζηχρήστου, Καθηγήτρια, Τμήμα Ψυχολογίας, ΕΚΠΑ (Μέλος)

**Σημείωμα Συγγραφέα**

Το δοκίμιο αυτό αποτελεί διπλωματική εργασία που συντάχθηκε για το ΠΜΣ «Σχολική Ψυχολογία», του Τμήματος Ψυχολογίας, του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών και υποβλήθηκε τον Μάρτιο του 2021.

Η συγγραφέας βεβαιώνει ότι το περιεχόμενο του παρόντος έργου είναι αποτέλεσμα προσωπικής εργασίας και ότι έχει γίνει η κατάλληλη αναφορά στην εργασία τρίτων, όπου κάτι τέτοιο ήταν απαραίτητο, σύμφωνα με τους κανόνες της ακαδημαϊκής δεοντολογίας.

### Περίληψη

Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν να μελετηθεί το αίσθημα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι και να διερευνηθεί η σχέση μεταξύ του αισθήματος μοναξιάς, των διαστάσεων γονικότητας, καθώς επίσης και της χρήσης του διαδικτύου στους εφήβους. Το δείγμα αποτέλεσαν 663 μαθητές Α', Β' και Γ' Γυμνασίου σχολείων της ευρύτερης περιοχής των Αθηνών. Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς για τα επίπεδα μοναξιάς που βιώνουν (The revised UCLA Loneliness Scale), για τις αντιλαμβανόμενες πρακτικές γονικής ανατροφής (Egna Minnen Beträffande Uppfostran-Questionnaire for children), για τη χρήση του διαδικτύου (Internet Addiction Test), καθώς επίσης και ένα ερωτηματολόγιο, που περιελάμβανε δημογραφικές μεταβλητές. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι τα αυξημένα επίπεδα μοναξιάς σχετίζονται με αυξημένα επίπεδα υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου. Ακόμα, αναφορικά με τις γονικές πρακτικές διαπαιδαγώγησης, η συναισθηματική ζεστασιά και η απόρριψη των γονέων παρουσίασαν σημαντική συσχέτιση με το αίσθημα μοναξιάς των εφήβων και τη χρήση του διαδικτύου. Από την ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης βρέθηκε ότι η συναισθηματική ζεστασιά που παρέχουν οι πατέρες, η απόρριψη που επιδεικνύουν οι μητέρες και η αρνητική ψυχοκοινωνική προσαρμογή που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου προβλέπουν το αίσθημα μοναξιάς στην εφηβεία. Τέλος, από τις δημογραφικές μεταβλητές μόνο το μορφωτικό επίπεδο των γονέων συσχετίστηκε σημαντικά με το αίσθημα μοναξιάς των εφήβων. Τα αποτελέσματα αναδεικνύουν τη σημασία της εφαρμογής προγραμμάτων κοινωνικής και συναισθηματικής αγωγής στο σχολείο και της ευαισθητοποίησης των γονέων για ζητήματα θετικής διαπαιδαγώγησης.

*Λέξεις κλειδιά:* μοναξιά, χρήση του διαδικτύου, διαστάσεις γονικότητας, εφηβεία

**Abstract**

The aim of the present study was to investigate the feelings of loneliness experienced by adolescents and to examine the relationship between feelings of loneliness, parenting dimensions and internet use of adolescents. The sample consisted of 663 students of first, second and third grades of junior high schools in the broader area of Athens. The participants completed self - report questionnaires regarding the level of loneliness they experience (The revised UCLA loneliness Scale), the perceived parenting practices (Egna Minnen Beträffande Uppfostran- Questionnaire for children), the internet use (Internet Addiction Test), and also a questionnaire that included demographic data. The results showed that higher levels of loneliness were associated with higher levels of internet use and negative psychosocial adjustment related to internet use. Also, in relation to parenting practices, emotional warmth and parental rejection have shown significant correlations with adolescent loneliness and internet use. The linear regression model revealed that paternal emotional warmth, maternal rejection and negative psychosocial adjustment as a result of internet use predict the feelings of loneliness in adolescence. Finally, from the demographic variables, only the educational level of the parents was significantly correlated with adolescents' feelings of loneliness. The results highlight the importance of implementing social and emotional intervention programs in schools and raising parents' awareness of positive parenting issues.

*Key-words:* loneliness, internet use, parenting, adolescence

## Περιεχόμενα

Περίληψη .....	2
Abstract.....	3
Κατάλογος πινάκων.....	6
Πρόλογος .....	7
Εισαγωγή .....	8
Ορισμοί και θεωρητικές προσεγγίσεις για τη μοναξιά .....	9
Διαστάσεις μοναξιάς.....	11
Μοναξιά και εφηβεία.....	14
Μοναξιά και ατομικά χαρακτηριστικά .....	16
Μοναξιά και ταυτότητα .....	23
Μοναξιά και ποιότητα διαπροσωπικών σχέσεων.....	24
Μοναξιά και γεγονότα ζωής .....	26
Μοναξιά και υγεία.....	26
Υπερβολική χρήση του διαδικτύου .....	28
Ορισμοί και θεωρητικές προσεγγίσεις για την υπερβολική χρήση του διαδικτύου .....	29
Υπερβολική χρήση του διαδικτύου και ατομικά χαρακτηριστικά .....	33
Υπερβολική χρήση του διαδικτύου και είδος διαδικτυακής δραστηριότητας .....	38
Υπερβολική χρήση του διαδικτύου και υγεία.....	39
Υπερβολική χρήση του διαδικτύου και χαρακτηριστικά του πλαισίου.....	40
Σχέση μεταξύ της μοναξιάς και της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου .....	42
Σχέσεις με τους γονείς στην παιδική και εφηβική ηλικία.....	44

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Διαστάσεις και στυλ των γονικών πρακτικών διαπαιδαγώγησης.....	45
Σχέση μεταξύ της μοναξιάς, της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και των γονικών πρακτικών.....	50
Ερευνητικές υποθέσεις και ερωτήματα .....	54
Μέθοδος.....	56
Συμμετέχοντες.....	56
Μέσα συλλογής δεδομένων .....	59
Διαδικασία .....	64
Αποτελέσματα.....	66
Περιγραφικοί στατιστικοί δείκτες .....	66
Έλεγχος ερευνητικών υποθέσεων .....	68
Συζήτηση .....	82
Περιορισμοί και προτάσεις .....	91
Βιβλιογραφία .....	94

**Κατάλογος Πινάκων**

<b>Πίνακας 1.</b> Κατανομή συχνότητας των συμμετεχόντων ως προς το φύλο και την τάξη φοίτησης .....	56
<b>Πίνακας 2.</b> Κατανομή συχνότητας των συμμετεχόντων ως προς το μορφωτικό επίπεδο των γονέων .....	57
<b>Πίνακας 3.</b> Κατανομή συχνότητας των συμμετεχόντων προς την οικογενειακή κατάσταση... ..	58
<b>Πίνακας 4.</b> Κατανομή συχνότητας των συμμετεχόντων ως προς την ύπαρξη αδερφών.....	59
<b>Πίνακας 5.</b> Περιγραφικοί στατιστικοί δείκτες και συντελεστές αξιοπιστίας για την κλίμακα της μοναξιάς (UCLA) .....	66
<b>Πίνακας 6.</b> Περιγραφικοί στατιστικοί δείκτες και συντελεστές αξιοπιστίας για τις υποκλίμακες του ερωτηματολογίου της χρήσης διαδικτύου (IAT).....	67
<b>Πίνακας 7.</b> Περιγραφικοί στατιστικοί δείκτες και συντελεστές αξιοπιστίας για τις υποκλίμακες του ερωτηματολογίου των διαστάσεων γονικότητας (EMBU-C) του πατέρα και της μητέρας .....	68
<b>Πίνακας 8.</b> Διάμεσοι και τιμές των κριτηρίων των ελέγχων της κλίμακας της μοναξιάς ως προς το φύλο .....	69
<b>Πίνακας 9.</b> Διάμεσοι και τιμές των κριτηρίων των ελέγχων της κλίμακας της μοναξιάς ως προς την οικογενειακή κατάσταση.....	70
<b>Πίνακας 10.</b> Διάμεσοι και τιμές των κριτηρίων των ελέγχων της κλίμακας της μοναξιάς ως προς το μορφωτικό επίπεδο του πατέρα και της μητέρας .....	71
<b>Πίνακας 11.</b> Διάμεσοι και τιμές των κριτηρίων των ελέγχων της κλίμακας της μοναξιάς ως προς την ύπαρξη αδερφού/αδερφής .....	72
<b>Πίνακας 12.</b> Συντελεστές συσχέτισης του Spearman της κλίμακας μοναξιάς με τους παράγοντες της κλίμακας της χρήσης του διαδικτύου.....	73
<b>Πίνακας 13.</b> Συντελεστές συσχέτισης του Spearman της κλίμακας μοναξιάς με τις διαστάσεις της κλίμακας της γονικότητας .....	75
<b>Πίνακας 14.</b> Συντελεστές συσχέτισης του Spearman των παραγόντων της κλίμακας της χρήσης του διαδικτύου με τις διαστάσεις της κλίμακας της γονικότητας.....	78
<b>Πίνακας 15.</b> Διαδοχική ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης για τη στατιστική πρόβλεψη των επιπέδων μοναξιάς .....	81

## Πρόλογος

Θα ήθελα να ευχαριστήσω ιδιαίτερα την Επικ. Καθ. Α. Λαμπροπούλου και τον Δρ. Π. Λιανό για την πολύτιμη συμβολή στο αποτέλεσμα της διπλωματικής μου εργασίας και για τις γνώσεις που προσέφεραν κατά τη διάρκεια των σπουδών.

Επίσης, θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά την Καθ. Χ. Χατζηχρήστου, που μου έδωσε την ευκαιρία να συμμετάσχω στο ερευνητικό πρόγραμμα του Εργαστηρίου Σχολικής Ψυχολογίας, καθώς, επίσης, και για την υποστήριξη ενός άρτιου μεταπτυχιακού προγράμματος στη Σχολική Ψυχολογία με διεθνείς προδιαγραφές.

Ιδιαίτερες ευχαριστίες στις συμφοιτήτριες και φίλες, με τις οποίες μοιραζόμαστε όλες τις ανησυχίες και πορευόμαστε μαζί στο επαγγελματικό μας, πλέον, ταξίδι.

Τέλος, ευχαριστώ την οικογένεια μου για όλη την αγάπη και τη στήριξη.

## **Αίσθημα Μοναξιάς σε Μαθητές Γυμνασίου: Η Συσχέτιση με τη Χρήση του Διαδικτύου και τις Αντιλήψεις για τις Διαστάσεις Γονικότητας**

Τα τελευταία χρόνια το ενδιαφέρον των ερευνητών εστιάζεται στη μελέτη της μοναξιάς, καθώς οι ερευνητές επισημαίνουν ότι η μοναξιά σχετίζεται με την αύξηση της χρήσης των υπηρεσιών υγείας στην κοινότητα και σχετίζεται με την ευεξία των ατόμων (Christiansen et al., 2020. Holt-Lunstad & Smith, 2015). Αν και η μοναξιά είναι παρούσα σε όλες τις ηλικιακές ομάδες, το ενδιαφέρον των ερευνητών έχει στραφεί ιδιαίτερα στην περίοδο της εφηβείας, όπου παρατηρείται αύξηση στα επίπεδα μοναξιάς (Galanaki et al., 2015. MacEvoy et al., 2011. Qualter et al., 2015). Η εφηβεία θεωρείται μία ευαίσθητη περίοδος, κατά τη διάρκεια της οποίας τόσο οι σωματικές αλλαγές όσο και οι αλλαγές στο κοινωνικό περιβάλλον μπορεί να συμβάλλουν σε σημαντικό βαθμό στην μετέπειτα πορεία της ενήλικης ζωής (Blakemore & Mills, 2014. Lee et al., 2014. Patton, 2016). Η θεώρηση ότι η εφηβεία είναι μία αναπτυξιακή φάση, κατά την οποία οι έφηβοι αποκτούν χρήσιμα εφόδια για τη μετέπειτα ευεξία καθιστά αναγκαία την πληρέστερη κατανόηση της μοναξιάς, ώστε να πραγματοποιηθούν έγκαιρα οι κατάλληλες παρεμβάσεις για τη μείωση των επιπέδων μοναξιάς.

Για την πληρέστερη κατανόηση της μοναξιάς έχει προταθεί από τους ερευνητές η διερεύνηση ορισμένων μεταβλητών, οι οποίες έχει βρεθεί ότι σχετίζονται με τα επίπεδα της μοναξιάς. Μεταβλητές, οι οποίες έχουν συνδεθεί με το αίσθημα της μοναξιάς στους εφήβους είναι η χρήση του διαδικτύου και οι γονικές πρακτικές διαπαιδαγώγησης (Appel et al., 2012. Shi et al., 2017). Στην παρούσα έρευνα, πρόκειται να γίνει εκτενής αναφορά στις μεταβλητές αυτές και θα παρατεθούν τα ερευνητικά αποτελέσματα για τη μεταξύ τους σχέση.



### **Ορισμοί και Θεωρητικές Προσεγγίσεις για τη Μοναξιά**

Η μοναξιά έχει αποτυπωθεί σε ορισμούς με πολυδιάστατες έννοιες και έχει μελετηθεί υπό το πρίσμα ποικίλων θεωρητικών προσεγγίσεων. Αρχικά, αρκετοί ερευνητές έχουν εστιάσει στην προσέγγιση της κοινωνικής ανεπάρκειας, βάσει της οποίας τα αίτια της εκδήλωσης μοναξιάς πηγάζουν από την ανεπάρκεια κάλυψης των κοινωνικών αναγκών (Maes et al., 2017. Sullivan, 1953. Weiss, 1973. Yanguas et al., 2018). Ο Sullivan, ο οποίος ήταν πρωτοπόρος στη μελέτη της μοναξιάς, την περιγράφει ως «μία εξαιρετικά δυσάρεστη και κινητήρια εμπειρία, που συνδέεται με την ανεπαρκή εκπλήρωση της ανάγκης για διαπροσωπική οικειότητα» (Sullivan, 1953, σελ. 290). Ο Sullivan έδωσε έμφαση στην ανάγκη για επαφή κατά την παιδική ηλικία, την αποδοχή από το κοινωνικό δίκτυο και την επιτυχή έναρξη συντροφικών σχέσεων στην εφηβεία και τόνισε ότι η βίωση της μοναξιάς είναι αποτέλεσμα της ανεπαρκούς κάλυψης των προαναφερθέντων αναγκών.

Ο Weiss (1973) υποστήριξε ότι η απουσία συγκεκριμένων τύπων σχέσεων δημιουργεί αποστέρηση και αδυναμία στην ικανοποίηση ορισμένων αναγκών και σχετίζεται με την εμφάνιση μοναξιάς. Συγκεκριμένα, θεώρησε ότι είναι σημαντικό να πληρούνται έξι ανάγκες, οι οποίες σχετίζονται με τις κοινωνικές σχέσεις, προκειμένου να θωρακιστεί το άτομο από τη βίωση της μοναξιάς. Αυτές οι ανάγκες είναι η προσκόλληση, η κοινωνική ενσωμάτωση, η αξιόπιστη συμμαχία, η καθοδήγηση, η επιβεβαίωση της αξίας του ατόμου και η παροχή ευκαιριών για φροντίδα.

Σε σύγκλιση με τις παραπάνω διατυπώσεις έχουν περιγράψει τη μοναξιά και μεταγενέστεροι μελετητές. Πιο συγκεκριμένα, η μοναξιά έχει περιγραφεί ως «μία οδυνηρή συναισθηματική εμπειρία, η οποία σχετίζεται κυρίως με τη θλίψη και την ανία και πηγάζει από την ποιοτική ή/και ποσοτική ανεπάρκεια στο κοινωνικό δίκτυο, από την ανεπαρκή ικανοποίηση

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

στην κάλυψη βασικών διαπροσωπικών και κοινωνικών αναγκών και προκύπτει κάτω από συγκεκριμένα διαπροσωπικά πλαίσια» (Galanaki & Vassilopoulou, 2007, σελ. 456).

Σε αντίθεση με την προσέγγιση της κοινωνικής ανεπάρκειας, η προσέγγιση της γνωστικής απόκλισης/ασυνέπειας των Perlman και Replau (1981) υποστηρίζει ότι η ανεπάρκεια στο κοινωνικό δίκτυο δεν οδηγεί αυτόματα και αναπόφευκτα στη μοναξιά. Η γνωστική προσέγγιση εστιάζει στην υποκειμενική αξιολόγηση των σχέσεων με βάση τις επιθυμητές αποδόσεις. Η μοναξιά έχει περιγραφεί ως «η δυσάρεστη εμπειρία που συμβαίνει, όταν το κοινωνικό δίκτυο ενός ατόμου είναι ανεπαρκές σε σημαντικό βαθμό, είτε ποιοτικά είτε ποσοτικά» (Perlman & Replau, 1981, σελ. 31). Σύμφωνα με το μοντέλο, όταν το άτομο είναι δυσαρεστημένο από τις διαπροσωπικές του αλληλεπιδράσεις, τότε είναι ευάλωτο στη βίωση της μοναξιάς. Συνεπώς, προσδίδεται η υποκειμενικότητα στην αντίληψη της μοναξιάς. Τη σημασία της υποκειμενικότητας έχουν τονίσει και άλλοι μελετητές που έχουν περιγράψει τη μοναξιά ως την «αντιλαμβανόμενη κοινωνική απομόνωση» (Cacciopo et al., 2009).

Μια πιο πρόσφατη θεώρηση για τη μοναξιά αναδεικνύει το ρόλο της μοναξιάς ως κινητήρια δύναμη. Η γενετική ή εξελικτική προσέγγιση για τη μοναξιά των Cacciopo και συν. (2015) τίθεται στη βάση ότι οι ωφέλιμες κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και οι αξιόπιστες κοινωνικές σχέσεις μπορούν να συμβάλουν στην πιθανότητα επιβίωσης, αναπαραγωγής και επακόλουθης διατήρησης της γενετικής κληρονομιάς. Προβλέπει ότι η μοναξιά ενεργοποιεί αντικρουόμενα κίνητρα και καλεί το άτομο να δράσει. Από τη μία πλευρά, αυξάνεται το κίνητρο για προσέγγιση με σκοπό την αποκατάσταση των δεσμών με τους άλλους ανθρώπους. Με αυτόν τον τρόπο μπορεί να προκύψει αμοιβαίο όφελος, που θα έχει ως απώτερο στόχο την αυτοπροστασία. Από την άλλη, ενυπάρχει το κίνητρο που οδηγεί σε εγρήγορση για την αποφυγή πιθανής κοινωνικής απειλής με σκοπό την αυτοπροστασία και σε αυτή την περίπτωση. Συνεπώς,

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

η μοναξιά εξυπηρετεί ως ένα βιολογικό προειδοποιητικό σήμα που θέτει το άτομο σε επαγρύπνηση για την αντιμετώπιση απειλών, επειδή καλείται να αντεπεξέλθει από μόνο του στις προκλήσεις και το καλεί να δράσει για την αποκατάσταση των σχέσεων (Beckes & Coan, 2011. Cacciopo et al., 2015).

Συνεπώς, η μοναξιά δείχνει να περιλαμβάνει το αίσθημα της αποδιοργάνωσης στην κοινωνική ζωή και γι' αυτό έχει περιγραφεί ως συναισθηματικό και εσωτερικευμένο πρόβλημα (Blossom & Apsche, 2013. Matthews et al., 2016). Μάλιστα, οι ερευνητές συμφωνούν ότι η μοναξιά αναπαριστά μία διακριτή έννοια (Daneel et al., 2019. Fung et al., 2017). Όπως έχει αναφερθεί, η μοναξιά είναι περισσότερο πολύπλοκη έννοια από ό,τι φαίνεται εκ πρώτης όψεως (Cacciopo & Cacciopo, 2012) και αυτό θα γίνει περισσότερο εμφανές παρακάτω, όπου θα παρατεθούν οι διαστάσεις που έχουν αποδοθεί στη μοναξιά.

### **Διαστάσεις Μοναξιάς**

Οι διαστάσεις της μοναξιάς μπορούν να χωριστούν σε τέσσερις βασικές κατηγορίες, οι οποίες περιλαμβάνουν τους ποικίλους όρους που έχουν προταθεί από τους ερευνητές. Ένας τρόπος διάκρισης της μοναξιάς, που εμπεριέχει όλες τις προτεινόμενες διαστάσεις είναι η διάκριση στον ουδέτερο τύπο, στον θετικό τύπο, στον αρνητικό τύπο και στην υπαρξιακή μοναξιά που δύναται να έχει είτε θετικό είτε αρνητικό πρόσημο (Bolmsjo et al., 2019. Galanaki et al., 2015. Hawkley et al., 2012. Maes et al., 2017).

Όσον αφορά στον ουδέτερο τύπο, έχει περιγραφεί από τους ερευνητές ως αντικειμενική, κυριολεκτική (aloneness) ή χωρική (spatial) μοναξιά. Προϋποθέτει την απομόνωση από τα άτομα που βρίσκονται στον χώρο. Το άτομο που βιώνει αυτόν τον τύπο μοναξιάς βρίσκεται σε φυσική απόσταση από τους άλλους ανθρώπους και είναι μία κατάσταση σωματικής, μάλλον,

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

παρά επικοινωνιακής απομόνωσης (Bolmsjo et al., 2019.). Ο συγκεκριμένος τύπος μοναξιάς δε φορτίζεται με θετικό ή αρνητικό πρόσημο και αποτελεί μία ουδέτερη κατάσταση.

Από την άλλη μεριά, ο θετικός τύπος μοναξιάς έχει περιγραφεί ως ευεργετική μοναξιά (solitude) ή εθελούσια μοναξιά (voluntary aloneness). Η ευεργετική ή εθελούσια μοναξιά είναι μία κατάσταση εκούσιας μοναξιάς, όπου επιλέγεται η εθελοντική απόσυρση από τις κοινωνικές επαφές, η οποία στοχεύει στην ανάπτυξη της προσωπικότητας και την αφοσίωση σε δημιουργικές δραστηριότητες (Galanaki, 2013. Lay et al., 2019. Nguyen et al., 2018). Οι εποικοδομητικές χρήσεις της ευεργετικής ή εθελούσιας μοναξιάς που έχουν αναγνωριστεί στα παιδιά και στους εφήβους περιλαμβάνουν τη φαντασία, την ονειροπόληση, τον αναστοχασμό, τη συγκέντρωση, την ιδιωτικότητα/αυτονομία και την ενασχόληση με δραστηριότητες (Galanaki et al., 2015). Έρευνες υποστηρίζουν ότι ο χρόνος που περνάει κάποιος μόνος του δίνει την ευκαιρία για τη βαθύτερη ανακάλυψη του εαυτού και την επίτευξη εσωτερικής γαλήνης και επικοινωνίας (Averill, & Sundararajan, 2014).

Η αναγνώριση της θετικής διάστασης της μοναξιάς είναι εμφανής στη μελέτη των θεωρητικών που υιοθετούν την ψυχοδυναμική προσέγγιση. Στη θεωρία αποχωρισμού – εξατομίκευσης, η μοναξιά είναι θεμελιώδους σημασίας. Η ακραία απομόνωση χαρακτηρίζει την αυτιστική φάση του πρώτου μήνα της ζωής, η οποία είναι καθοριστική για την μετέπειτα εξέλιξη (Detrixhe et al., 2014. Mahler et al., 1975). Την ικανότητα του ανθρώπου να βρίσκεται μόνος του διατύπωσε και ο Winnicott, ο οποίος υποστήριξε ότι είναι από τα πιο σημαντικά δείγματα της ωριμότητας στη συναισθηματική ανάπτυξη. Προκειμένου να το επιτύχει αυτό το παιδί θα πρέπει να βιώσει την εμπειρία να βρίσκεται μόνο του ως βρέφος και μικρό παιδί, με την παράλληλη παρουσία της μητέρας. Η ικανότητα αυτή εξαρτάται από την ύπαρξη μία αρκετά

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

καλής (good- enough) μητέρας. Με την πάροδο του χρόνου, ο άνθρωπος ενδοβάλλει τη μητέρα και μπορεί να παραμένει μόνος χωρίς την παρουσία της στο χώρο (Winnicott, 1965).

Ο αρνητικός τύπος της μοναξιάς διακατέχει το μεγαλύτερο μέρος των ερευνών που αφορούν στη μοναξιά και χαρακτηρίζεται ως επώδυνη (loneliness) ή υποκειμενική μοναξιά (Yanguas et al., 2018). Η επώδυνη μοναξιά είναι η συναισθηματική κατάσταση, κατά την οποία ο άνθρωπος είναι ή νιώθει μόνος του, ενώ δεν το επιθυμεί και, αντιθέτως επιθυμεί την ανθρώπινη επαφή. Η επώδυνη μοναξιά είναι μία υποκειμενική εμπειρία και βιώνεται κατά την παρουσία σημαντικών ή όχι, γνωστών ή αγνώστων προσώπων (Yanguas et al., 2018). Προκύπτει από την έλλειψη στενών και ουσιαστικών σχέσεων, γεγονός που συνεπάγεται των αισθημάτων θλίψης, οδύνης, απογοήτευσης και αίσθησης απόγνωσης.

Στο πλαίσιο της παρουσίας της επώδυνης μοναξιάς έχει γίνει επιμέρους διάκριση ανάλογα με το πλαίσιο, στο οποίο εκδηλώνονται τα αισθήματα μοναξιάς. Αναλυτικότερα, έχει αρχικά γίνει διαχωρισμός της μοναξιάς, η οποία πηγάζει από την απουσία ενός στενού συναισθηματικού δεσμού. Αφορά στην απουσία ενός σημαντικού άλλου, που είναι ένα άτομο διαθέσιμο για παροχή συναισθηματικής στήριξης και αμοιβαίας βοήθειας σε καταστάσεις κρίσης. Αυτός ο τύπος μοναξιάς έχει περιγραφεί ως συναισθηματική/συγκινησιακή μοναξιά (emotional loneliness) ή συντροφική μοναξιά (intimate loneliness) (Cacioppo et al., 2015. Hawkey et al., 2012. Maes et al., 2017. Weiss, 1973).

Ένας επιπρόσθετος διαχωρισμός της μοναξιάς προκύπτει από την απουσία μίας ευρύτερης ομάδας επαφών που αποτελούν το κοινωνικό δίκτυο. Αναφέρεται στην έλλειψη ποιοτικών σχέσεων ή σύνδεσης με την ευρύτερη οικογένεια. Ο συγκεκριμένος τύπος μοναξιάς

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

ορίζεται ως κοινωνική μοναξιά (social loneliness) ή σχεσιακή μοναξιά (relational loneliness) (Cacioppo et al., 2015. Maes et al., 2017. Weiss, 1973).

Ένας νέος τύπος που έχει προταθεί από τους ερευνητές αποτελεί τη συλλογική μοναξιά (collective loneliness). Η συλλογική μοναξιά, η οποία είναι η νέα προτεινόμενη διάσταση, αφορά στην απουσία ενεργού κοινωνικού δικτύου στην κοινότητα και σχετίζεται με την έλλειψη κοινωνικών ταυτοτήτων (Cacioppo et al., 2015).

Τέλος, η υπαρξιακή μοναξιά έχει θετικές και αρνητικές όψεις. Περιγράφεται ως ένα αναπόφευκτο κομμάτι της ανθρώπινης ζωής, που περιλαμβάνει μία εσωτερική διεργασία αμφιβολίας και του αισθήματος της απομόνωσης, ακόμα και αν υπάρχουν άλλα άτομα στον περίγυρο. Η υπαρξιακή μοναξιά λογίζεται ότι έχει ένα αρνητικό πρόσημο, επειδή περιλαμβάνει συναισθήματα αποξένωσης, έλλειψη νοήματος και φόβους εγκατάλειψης, καθώς επίσης και τον φόβο για τη διεργασία του θανάτου. Ωστόσο, αναφέρεται ότι μπορεί να αποβεί χρήσιμη και να αποκτήσει θετικό πρόσημο, καθώς τα αποτελέσματα αυτής της διεργασίας δύνανται να οδηγήσουν σε προσωπική ωρίμανση (Bolmsjö et al., 2019. Ettema, et al., 2010).

Συμπερασματικά, πολλοί θεωρητικοί έχουν ασχοληθεί με την ευρύτερη κατανόηση της μοναξιάς και των επιμέρους διαστάσεών της. Ωστόσο, είναι σημαντική η εστίαση ιδιαίτερα στον εφηβικό πληθυσμό, ώστε να αποσαφηνιστούν οι παράγοντες που συνδέονται με την μοναξιά στην παρούσα αναπτυξιακή περίοδο.

### **Μοναξιά και Εφηβεία**

Παρόλο που η μοναξιά εντοπίζεται από την παιδική ηλικία, έχει φανεί ότι παρουσιάζει αύξηση στην εφηβεία, καθιστώντας τους εφήβους ευάλωτο πληθυσμό για τη βίωση της μοναξιάς (Galanaki et al., 2015. MacEvoy et al., 2011. Qualter et al., 2013. Qualter et al., 2015. Van

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Roekel et al., 2010). Τα αυξημένα ποσοστά μπορεί να εξηγούνται από το γεγονός πως η εφηβεία είναι μία μεταβατική περίοδος, όπου λαμβάνει χώρα η σταδιακή διαδικασία αλλαγών σε όλους τους τομείς της ανάπτυξης, συμπεριλαμβανομένων των τομέων που αφορούν στη νευροβιολογική, συναισθηματική, κοινωνική και ηθική ανάπτυξη (Coleman, 2011. Patton et al., 2016).

Σε σύγκριση με την παιδική ηλικία, οι έφηβοι περνούν περισσότερο χρόνο μόνοι και το αίσθημα της μοναξιάς γίνεται περισσότερο κοινό (Laurson & Hartl., 2013). Έχουν αναφερθεί από τους μελετητές ορισμένοι λόγοι για την αύξηση του αισθήματος μοναξιάς. Αρχικά, αναφέρεται ότι οι έφηβοι επιδεικνύουν μεγαλύτερη προτίμηση για τη μοναξιά, καθώς επιθυμούν να περνούν χρόνο για αναστοχασμό, που θα τους βοηθήσει στον καθορισμό της ταυτότητάς τους και, έτσι, θα εκπληρώσουν μία βασική αναπτυξιακή κατάκτηση (Kaniūšonytė et al., 2019). Παρόλο που οι έφηβοι επιδιώκουν να περνούν περισσότερο χρόνο μόνοι, διακατέχονται από τον φόβο του κοινωνικού αποκλεισμού και της απομόνωσης (Laurson & Hartl., 2013). Συνεπώς, οι έφηβοι αμφιταλαντεύονται μεταξύ της επίτευξης της ανεξαρτησίας και της ανάγκης για διατήρηση των κοινωνικών επαφών, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε λιγότερο προσαρμοστικές συμπεριφορές (Maes et al., 2015. Van Dulmen & Goossens, 2013).

Επιπρόσθετα, αναφέρεται ότι οι έφηβοι καλούνται να επαναπροσδιορίσουν τις διαπροσωπικές σχέσεις, οι οποίες περιπλέκονται, γεγονός που σχετίζεται με την εμφάνιση μοναξιάς και αισθήματος αβεβαιότητας (Coleman, 2011. Gross, 2013. Misalidi, 2018. Stotsky & Bowker, 2018). Πιο συγκεκριμένα, οι έφηβοι καλούνται να επαναπροσδιορίσουν τις ήδη υπάρχουσες σχέσεις με τους συνομηλίκους και τους γονείς και να αποδεχθούν τη σταδιακή μείωση της υποστήριξης από τους εκπαιδευτικούς (Madjar & Cohen-Malayey, 2016). Στην παρούσα αναπτυξιακή περίοδο μεταβάλλονται οι προσδοκίες για τις κοινωνικές

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

αλληλεπιδράσεις και αυξάνονται οι απαιτήσεις από τις σχέσεις με τους συνομηλίκους, ενώ συγχρόνως υπάρχει ανησυχία για το κοινωνικό στάτους (Qualter et al., 2015). Τέτοιες εμπειρίες μπορεί να γίνονται αντιληπτές ως αγχωτικές και να οδηγήσουν σε μειωμένα αισθήματα αυτοαξίας και αυξημένη ευαισθησία στην εμφάνιση εσωτερικευμένων προβλημάτων, όπως η κατάθλιψη και η μοναξιά (Misalidi, 2018).

Παρόλο που παρατηρείται αυξητική τάση των επιπέδων μοναξιάς στην εφηβεία, αναφέρεται ότι μόνο ένα μικρό ποσοστό των εφήβων βιώνει έντονα το αίσθημα μοναξιάς (Benner, 2011. Rönkä et al., 2014. Vanhalst et al., 2013). Ειδικότερα, σύμφωνα με αποτελέσματα έρευνας η πλειοψηφία των εφήβων (78%) δήλωνε σταθερά χαμηλά επίπεδα μοναξιάς μέσα στο χρόνο. Ένα μικρότερο ποσοστό εφήβων (11%) ανέφερε σταθερά υψηλά επίπεδα μοναξιάς, ενώ υπήρχε και ένα ποσοστό εφήβων (11%), στους οποίους παρατηρήθηκε αύξηση στο αίσθημα μοναξιάς μέσα στο χρόνο (Benner, 2011). Παρόμοια είναι τα ευρήματα μελέτης, στην οποία διερευνήθηκε το βίωμα της μοναξιάς σε εφήβους, όπου το 3,2% των εφήβων ανέφερε ότι αισθάνεται πολύ μοναξιά (Rönkä et al., 2014).

### **Μοναξιά και Ατομικά Χαρακτηριστικά**

Πέρα από το γεγονός πως η εφηβεία έχει συνδεθεί με την αύξηση του αισθήματος μοναξιάς λόγω των αναπτυξιακών αλλαγών, έχει βρεθεί ότι ορισμένα ατομικά χαρακτηριστικά προδιαθέτουν για την εκδήλωση μοναξιάς. Χαρακτηριστικά που έχουν συσχετιστεί με τη μοναξιά στη βιβλιογραφία είναι η ιδιοσυγκρασία και το σύστημα αιτιακών αποδόσεων, η ευαισθησία στην απόρριψη, οι στρατηγικές επίλυσης των προβλημάτων, ορισμένες διαστάσεις του μοντέλου των πέντε παραγόντων προσωπικότητας, η αυτοεκτίμηση και η συναισθηματική νοημοσύνη (Blakemore, 2018. Corsano et al. 2017. Deckx et al., 2018. Maes et al., 2016. Molinari et al., 2020. O'Day et al., 2019).



***Μοναξιά, Ιδιοσυγκρασία και Σύστημα Αιτιακών Αποδόσεων***

Αρχικά, δύο παράγοντες πρόβλεψης της μοναξιάς που σχετίζονται με τα ατομικά στοιχεία είναι η ιδιοσυγκρασία και το σύστημα αιτιακών αποδόσεων. Η ιδιοσυγκρασία είναι σημαντική για την κατανόηση της ανάπτυξης της μοναξιάς, καθώς επηρεάζει τις διαπροσωπικές αλληλεπιδράσεις μέσω της αρχικής αντίδρασης του ατόμου σε νέες κοινωνικές καταστάσεις. Τα άτομα που βιώνουν μοναξιά έχει βρεθεί ότι νιώθουν μεγαλύτερη απειλή στην πρώτη επαφή με νέους ανθρώπους και είναι περισσότερο συνεσταλμένοι και παθητικοί. Η πρώτη τους αντίδραση στις νέες καταστάσεις είναι αρνητική και περιλαμβάνει την τάση για απόσυρση (DiTommaso et al., 2015. Fung et al., 2017. O'Day et al., 2019. Rokach, 2015).

Ακόμα, η μοναξιά συνδέεται με το γνωστικό στυλ και το σύστημα αιτιακών αποδόσεων. Τα άτομα που αποδίδουν σε εξωτερικούς παράγοντες τα θετικά γεγονότα που τους συμβαίνουν παρουσιάζουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς. Οι έφηβοι που τείνουν να αποδίδουν με μεγαλύτερη ευκολία τις κοινωνικές αποτυχίες τους σε εσωτερικούς παράγοντες, ενώ τις επιτυχίες τους σε εξωτερικούς παράγοντες είναι περισσότερο ευάλωτοι στη βίωση της μοναξιάς (Qualter et al., 2013).

***Μοναξιά και Ευαισθησία στην Απόρριψη***

Ένας επιπρόσθετος παράγοντας επικινδυνότητας για την εμφάνιση μοναξιάς είναι η ευαισθησία στην απόρριψη (rejection sensitivity). Η ευαισθησία στην απόρριψη είναι η τάση για αντίδραση με υπερβολικό τρόπο σε ήσσονος σημασίας ή διαφορούμενα σημάδια απόρριψης και πηγάζει από τις πρώιμες εμπειρίες απόρριψης από τα βασικά πρόσωπα αναφοράς (Norona et al., 2018). Οι αρνητικές επιπτώσεις της έλλειψης εμπιστοσύνης που προκύπτει από την απόρριψη δημιουργεί μία αίσθηση αυτοεκπληρούμενης προφητείας για τη βίωση παρόμοιων εμπειριών

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

μετέπειτα. Έτσι, δημιουργείται ένας φαύλος κύκλος απόρριψης που οδηγεί στην παρερμηνεία των κοινωνικών ενδείξεων και στην επακόλουθη πρόκληση της απόρριψης (Nesdale et al., 2014. Romero-Canyas et al., 2010). Όταν οι έφηβοι νιώθουν άγχος για την απόρριψη, μπορεί να είναι πιο επιρρεπείς στην εμφάνιση εσωτερικευμένων προβλημάτων, όπως απόσυρση και κατάθλιψη που έχει βρεθεί ότι σχετίζονται με τη βίωση της μοναξιάς (Thomas & Bowker, 2015).

Σε έρευνες βρέθηκε ότι η ευαισθησία στην απόρριψη συνδέεται όχι μόνο με τη μοναξιά που σχετίζεται με τους συνομηλίκους, αλλά και με την επιθυμία για αποφυγή του χρόνου που μένουν μόνοι οι έφηβοι (Molinari et al., 2020). Οι έφηβοι που βιώνουν το άγχος της απόρριψης τείνουν να βλέπουν τη μοναχικότητα ως κάτι αρνητικό, καθώς την αντιλαμβάνονται ως μία ένδειξη απόρριψης (Molinari et al., 2020. Zimmer-Gembeck et al., 2016).

### ***Μοναξιά και Στρατηγικές Επίλυσης των Προβλημάτων***

Στους παράγοντες που σχετίζονται με τη βίωση μοναξιάς συγκαταλέγονται και οι στρατηγικές επίλυσης των προβλημάτων. Η υιοθέτηση στρατηγικών επίλυσης των προβλημάτων με εστίαση στο πρόβλημα συνδέεται με χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σχέση με την επιλογή στρατηγικών που εστιάζουν στο συναίσθημα (Deckx et al., 2018). Έχουν αναφερθεί από τους ερευνητές συγκεκριμένες στρατηγικές αντιμετώπισης, οι οποίες συνδέονται με το φαινόμενο της μοναξιάς. Μια στρατηγική που αντιστοιχεί στην εστίαση στο πρόβλημα είναι η αντιμετώπιση της μοναξιάς μέσω της προσπάθειας βελτίωσης των διαπροσωπικών σχέσεων (Schoenmakers et al., 2015). Από την άλλη, μία στρατηγική που αντιστοιχεί στην εστίαση στο συναίσθημα είναι η αντιμετώπιση της μοναξιάς μέσω της μείωσης των προσδοκιών από τις σχέσεις (Schoenmakers et al., 2015). Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι η εξάσκηση στη χρήση στρατηγικών αντιμετώπισης

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

εστιασμένων στο πρόβλημα θα μπορούσε να είναι σημαντική πτυχή των παρεμβάσεων για τη μείωση της μοναξιάς (Deckx et al., 2018).

### ***Μοναξιά και Διαστάσεις του Μοντέλου των Πέντε Παραγόντων Προσωπικότητας***

Σύμφωνα με έρευνες από τον διεθνή χώρο η μοναξιά έχει συσχετιστεί με ορισμένες διαστάσεις του μοντέλου των πέντε παραγόντων της προσωπικότητας και συγκεκριμένα με την εξωστρέφεια, την προσήνεια και την ευσυνειδησία. Έχει βρεθεί ότι τα μειωμένα επίπεδα εξωστρέφειας σχετίζονται με αυξημένη βίωση μοναξιάς σε σχέση με τους συνομηλικούς και πιο θετικές στάσεις απέναντι στην μοναχικότητα, ενώ τα χαμηλά επίπεδα ευσυνειδησίας έχουν συνδεθεί με τη μοναξιά σε σχέση με τους γονείς. Από την άλλη, τα χαμηλά επίπεδα προσήνειας αυξάνουν τα επίπεδα της μοναξιάς τόσο σε σχέση με τους γονείς όσο και με τους συνομηλικούς (Maes et al., 2016. Teppers et al., 2013).

### ***Μοναξιά και Αυτοεκτίμηση***

Στη διεθνή βιβλιογραφία υπάρχει πληθώρα ερευνών που υπογραμμίζουν τη σχέση μεταξύ της αυτοεκτίμησης και της μοναξιάς. Πιο συγκεκριμένα, πολλές έρευνες έχουν αναδείξει την αρνητική συσχέτιση που παρατηρείται ανάμεσα στην υψηλή αυτοεκτίμηση και τη μοναξιά (Corsano et al. 2017. Vanhalst et al. 2013). Η υψηλή αυτοεκτίμηση συνδέεται με χαμηλά επίπεδα μοναξιάς τόσο σε σχέση με τους γονείς όσο και με τους συνομηλικούς. Τα αποτελέσματα αυτά δείχνουν ότι η εύρεση υποστήριξης από τα βασικά πρόσωπα αναφοράς, είναι μία σημαντική πτυχή της αυτοεκτίμησης. Επίσης, βρέθηκε θετική σχέση μεταξύ της υψηλής αυτοεκτίμησης και της αποστροφής απέναντι στη μοναξιά (Corsano et al., 2020). Αυτό το εύρημα δείχνει ότι τα άτομα που αναφέρουν θετική αυτοαντίληψη, δεν επιθυμούν να περνούν πολύ χρόνο μόνοι. Ωστόσο, τα άτομα με υψηλά επίπεδα αυτοεκτίμησης επιδεικνύουν προτίμηση

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

για εθελούσια μοναξιά με σκοπό τον αναστοχασμό, τη συγκέντρωση και την ενασχόληση με ευχάριστες δραστηριότητες που απαρτίζουν τον ελεύθερο χρόνο (Corsano et al., 2020).

Αντιστρόφως, έχει υποστηριχθεί ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση συνδέεται με την εκδήλωση μοναξιάς που σχετίζεται με τους γονείς και τους συνομηλίκους και δημιουργεί την τάση για διατήρηση θετικών στάσεων απέναντι στη μοναχικότητα (Maes et al., 2016. Teppers et al., 2014). Ωστόσο, πέρα από τη χαμηλή αυτοεκτίμηση έχει βρεθεί ότι και η υπερβολικά υψηλή αίσθηση αυτοαξίας σχετίζεται με χαμηλή κοινωνική αποδοχή και αυξάνει τον κίνδυνο για ανάπτυξη αισθημάτων μοναξιάς (Murray-Close et al., 2010).

### *Μοναξιά και Συναισθηματική Νοημοσύνη*

Ερευνητές έχουν επισημάνει, επίσης, ως παράγοντα προς διερεύνηση για την εμφάνιση μοναξιάς την ικανότητα να αντιλαμβάνεται κάποιος τη συναισθηματική κατάσταση του εαυτού και των άλλων, όπως περιγράφεται από τη θεωρία για την συναισθηματική νοημοσύνη (Blakemore, 2018). Η συναισθηματική νοημοσύνη περιλαμβάνει την ικανότητα του ατόμου να αντιλαμβάνεται, να ερμηνεύει κατάλληλα, να εκφράζει και να ρυθμίζει τα συναισθήματα του, καθώς επίσης και να χρησιμοποιεί τις ερμηνείες του για τα συναισθήματα για την επίλυση κοινωνικών προβλημάτων (Mayer et al., 2016). Η ικανότητα για συνειδητοποίηση της συναισθηματικής κατάστασης είναι ιδιαίτερα σημαντική για τη μετάβαση στην εφηβεία και την ανάπτυξη της ταυτότητας και των κοινωνικών σχέσεων (Blakemore, 2018. Misalidi, 2018. Qualter et al., 2018). Έχει βρεθεί ότι υπάρχει αρνητική σχέση μεταξύ των δεξιοτήτων αυτών και της μοναξιάς (Caputi et al., 2017). Αυτά τα ευρήματα δείχνουν ότι οι δεξιότητες που περιγράφηκαν παραπάνω, όπως η συναισθηματική κατανόηση και η ενσυναίσθηση μπορεί να

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

βοηθήσουν τους εφήβους να συνάψουν υγιείς σχέσεις, να βιώσουν κοινωνική πληρότητα και να δημιουργήσουν ασπίδα έναντι της μοναξιάς (Blakemore, 2018. Caputi et al., 2017).

### **Μοναξιά και Δημογραφικές Μεταβλητές**

Τα επίπεδα μοναξιάς έχουν συσχετιστεί επίσης με δημογραφικά χαρακτηριστικά, όπως το φύλο, η ηλικία και η κοινωνικοοικονομική κατάσταση (Barreto et al., 2020. Bosacki et al., 2020. Schinka et al., 2013).

### ***Μοναξιά και Φύλο***

Στα ατομικά χαρακτηριστικά που έχουν συνδεθεί με τη μοναξιά συγκαταλέγονται και ορισμένα δημογραφικά στοιχεία. Στη βιβλιογραφία έχει εκτενώς περιγραφεί η σχέση μεταξύ της μοναξιάς και του φύλου, καθώς επίσης και της ηλικίας. Οι έρευνες που προκύπτουν από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση είναι αντιφατικές σχετικά με τις διαφορές φύλου στην εκδήλωση μοναξιάς στην εφηβεία. Σύμφωνα με κάποιους ερευνητές, τα κορίτσια παρουσιάζουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς (Nicolaisen, & Thorsen, 2014. Vanhalist et al., 2012). Ορισμένοι ερευνητές, στον αντίποδα, διατείνονται ότι τα αγόρια εμφανίζουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς (Barreto et al., 2020). Ωστόσο, οι περισσότεροι ερευνητές δεν εντοπίζουν διαφορές στα επίπεδα βίωσης της μοναξιάς ως προς το φύλο (Bowker & Spencer, 2010. Danneel et al., 2018. JobeShields et al., 2011. Schinka et al., 2013). Παρόλο που τα αγόρια και τα κορίτσια τείνουν να εστιάζουν και να δίνουν αξία σε διαφορετικού τύπου σχέσεις, είναι εξίσου κοινωνικοί και ενδιαφέρονται για τις σχέσεις τους με τους άλλους (Maes et al., 2019).

Σε έρευνα που διέκρινε τη μοναξιά σε δύο διαστάσεις, τη συναισθηματική και την κοινωνική, προέκυψε ότι τα αγόρια βιώνουν σε μεγαλύτερο βαθμό συναισθηματική μοναξιά από ό,τι τα κορίτσια, ενώ τα κορίτσια είχαν περισσότερα βιώματα κοινωνικής μοναξιάς (Junttila et

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

al., 2015. Maes et al., 2017. Salo et al., 2020). Σε αυτή τη διαφορά των φύλων μπορεί να οφείλονται οι διαφορές στην κοινωνικοποίηση, καθώς έρευνες δείχνουν ότι οι γονείς δίνουν μεγαλύτερη έμφαση στην ανάπτυξη ενσυναίσθησης στα κορίτσια, ενώ στα αγόρια στην εξερεύνηση και την ανεξαρτησία (Gentzlet & Root, 2019. Jobe-Shields et al., 2011). Επιπρόσθετα, τα κορίτσια ενδέχεται να είναι πιο ευάλωτα στην κοινωνική σύγκριση και την πίεση από τους συνομηλίκους και εναποθέτουν υψηλή αξία στις προσδοκίες και τις απόψεις των συνομηλίκων (Brown & Larson, 2009).

### ***Μοναξιά και Ηλικία***

Η μοναξιά είναι κοινώς αποδεκτό ότι δύναται να βιωθεί από όλες τις ηλικιακές ομάδες (Schinka et al., 2012). Ωστόσο, έχει υποστηριχθεί ότι κυμαίνεται στα υψηλότερα επίπεδα στην εφηβεία, ενώ σταδιακά μειώνεται κατά τη μετάβαση στην ενηλικίωση και αυξάνεται πάλι στην ύστερη ενηλικίωση (Bosacki et al., 2020. Ladd & Ettekal, 2013. Lasgaard et al., 2016. Luhmann & Hawkley, 2016. Vanhalst et al., 2013). Διχογνωμία υπάρχει σχετικά με το αν τα υψηλότερα ποσοστά παρατηρούνται στην πρόωμη ή στην ύστερη εφηβική ηλικία (Barreto et al., 2020. Corsano et al., 2019. Maes et al., 2015. Pyle & Evans, 2016). Άλλοι ερευνητές δεν έχουν παρατηρήσει σημαντικές διακυμάνσεις στις έρευνές τους. Αναλυτικότερα, αναφέρουν ότι οι περισσότεροι έφηβοι βιώνουν μόνο ένα μικρό ποσοστό μοναξιάς και λίγοι είναι αυτοί που βιώνουν μέτριο επίπεδο (Harris et al. 2013. Luyckx et al. 2014. Qualter et al. 2013. Schinka et al. 2013). Μάλιστα, κάποιιοι δεν εντόπισαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στα επίπεδα μοναξιάς ανάλογα με την ηλικία (Griffin, 2010. Mund et al., 2020).

### ***Μοναξιά και Κοινωνικοοικονομική Κατάσταση***

Η κοινωνικοοικονομική κατάσταση έχει συνδεθεί επίσης με το βίωμα της μοναξιάς. Συγκεκριμένα, τόσο το μορφωτικό επίπεδο όσο και το εισόδημα έχουν αποτελέσει μεταβλητές, που έχουν συσχετιστεί με τα επίπεδα της μοναξιάς (Beutel et al., 2017. Fokkema et al., 2012. Luhmann & Hawkley, 2016. Schinka et al., 2013). Σε έρευνα βρέθηκε ότι το εισόδημα ήταν υψηλότερο στους γονείς των εφήβων, που διατηρούσαν σταθερά χαμηλά επίπεδα μοναξιάς (Schinka et al., 2013). Ακόμα, αναφορικά με το μορφωτικό επίπεδο, έχει βρεθεί ότι το υψηλότερο μορφωτικό επίπεδο σχετίζεται με χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς, όμως μόνο στην περίπτωση που συνδυάζεται με υψηλό εισόδημα (Luhmann & Hawkley, 2016). Έχει υποστηριχθεί ότι οι δυσχερείς κοινωνικοοικονομικές συνθήκες ενδέχεται να μειώνουν τις ευκαιρίες για νέες γνωριμίες και κατ' αυτό τον τρόπο να σχετίζονται με τα επίπεδα μοναξιάς (Beutel et al., 2017. Fokkema et al., 2012).

### ***Μοναξιά και Ταυτότητα***

Όπως έχει αναφερθεί, η εστίαση της προσοχής των εφήβων στη διαμόρφωση της ταυτότητας είναι ιδιαίτερα σημαντική κατά τη διάρκεια του συγκεκριμένου αναπτυξιακού σταδίου. Ερευνητές έχουν περιγράψει μία αλληλουχία σταδίων που οδηγούν στην κατάκτηση της ταυτότητας και έχουν διερευνήσει τη σύνδεση των σταδίων αυτών με τη βίωση μοναξιάς (Cicognani et al., 2014. Kaniušonytė et al., 2019. Luyckx et al., 2011. Musetti et al., 2012). Αρχικά, από τα ευρήματα ερευνών προκύπτει ότι η δέσμευση και η εις βάθος διερεύνηση της ταυτότητας μέσω της εξέτασης ποικίλων εναλλακτικών συνδέεται αρνητικά με τη μοναξιά (Crocetti et al., 2017. Luyckx et al., 2011). Σύμφωνα με ερευνητές, η μοναξιά συνδέεται αρνητικά με την ενεργό πληροφόρηση και την κατάκτηση ταυτότητας (Luyckx et al., 2011).

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Όταν οι έφηβοι σταδιακά αποκτούν μεγαλύτερη σιγουριά για την ταυτότητά τους, είναι πιθανό να βελτιώσουν την ποιότητα των διαπροσωπικών τους σχέσεων (Crocetti et al., 2017).

Παρόλο που η δέσμευση σε μία ταυτότητα σχετίζεται αρνητικά με τη μοναξιά, ένας συγκεκριμένος τύπος διερεύνησης συνδεόταν θετικά. Πιο συγκεκριμένα, η μηρυκαστική διερεύνηση, η οποία αφορά στην ατέρμονη αναζήτηση της ατομικής ταυτότητας, χωρίς όμως την ανάληψη συγκεκριμένων δεσμεύσεων, και αποτελεί μία δυσλειτουργική μορφή διερεύνησης, έχει βρεθεί ότι συνδέεται θετικά με τη μοναξιά (Kaniushonytė et al., 2019). Όταν οι έφηβοι αμφισβητούν τις επιλογές τους και διαπραγματεύονται διαρκώς τις εναλλακτικές τους, βιώνουν μία κατάσταση άγχους που σχετίζεται με την απώλεια της προϋπάρχουσας βεβαιότητας. Παρόλο που ο επαναπροσδιορισμός της ταυτότητας είναι λειτουργικός για την εύρεση καλύτερης επιλογής, είναι μία διαδικασία που καθιστά τους εφήβους πιο ευάλωτους και επιρρεπείς στη βίωση της μοναξιάς (Cicognani et al., 2014. Kaniushonytė et al., 2019. Musetti et al., 2012). Ιδιαίτερα η αποφυγή των θεμάτων σχετικά με την ταυτότητα έχει τονιστεί ότι σχετίζεται με την αύξηση των επιπέδων μοναξιάς (Doumen et al., 2012).

### **Μοναξιά και Ποιότητα Διαπροσωπικών Σχέσεων**

Στους παράγοντες που έχουν συνδεθεί με τη μοναξιά συγκαταλέγεται και η ποιότητα των διαπροσωπικών σχέσεων. Δεκαετίες έρευνας υπογραμμίζουν τα οφέλη της κοινωνικής υποστήριξης στην ευεξία του ατόμου (Kuwert et al., 2014). Ένας παράγοντας που παίζει καθοριστικό ρόλο για τη βίωση της μοναξιάς στην εφηβεία είναι η ποιότητα των σχέσεων με τους συνομηλίκους. Από τους ερευνητές επισημαίνεται ότι, εν προκειμένω, η σχέση της μοναξιάς και της ποιότητας των διαπροσωπικών σχέσεων είναι αμφίδρομη. Έχει αναγνωριστεί ότι η μοναξιά και οι δυσκολίες στις σχέσεις με τους συνομηλίκους συνδέονται με μία διπλής κατεύθυνσης αιτιότητα (Nishimura et al., 2018. Woodhouse et al., 2012).



## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, η ποιότητα των διαπροσωπικών σχέσεων ενδέχεται να σχετίζεται με την εμφάνιση της μοναξιάς. Έρευνες που περιλαμβάνονται στη διεθνή και ελληνική βιβλιογραφία επιβεβαιώνουν ότι η σύναψη φιλικών σχέσεων με ποιοτικά χαρακτηριστικά δρα προστατευτικά και έχει σημαντική επίδραση στη σχολική εμπλοκή, την αυτοεκτίμηση και στην προστασία από το αίσθημα της μοναξιάς (Antonopoulou et al., 2019. Zhang et al., 2015). Στο πλαίσιο της παρουσίας δυσκολιών στις διαπροσωπικές σχέσεις, έχει βρεθεί ότι οι απορριφθέντες μαθητές επιδεικνύουν μεγαλύτερα ποσοστά μοναξιάς (Qualter et al., 2013). Ακόμα, από έρευνα προκύπτει ότι τα επίπεδα μοναξιάς είναι υψηλότερα στους εφήβους, οι οποίοι θυματοποιούνται από την ομάδα ομηλίκων (Brighi et al., 2012).

Άλλοι ερευνητές αναγνωρίζουν τη μοναξιά ως αίτιο για την ύπαρξη ανεπαρκούς κοινωνικού δικτύου. Έχει βρεθεί ότι οι έφηβοι, οι οποίοι αναφέρουν υψηλά επίπεδα μοναξιάς, αξιοποιούν λιγότερες ευκαιρίες για κοινωνική συνδιαλλαγή (Strenslund et al., 2014. Woodhouse et al., 2012). Σε έρευνα που διεξήχθη στον ελλαδικό χώρο αναφέρεται πως η υιοθέτηση δυσλειτουργικών συμπεριφορών, όπως η παθητικότητα, δεν παρέχουν λύση για τη βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων και σχετίζονται με τη διατήρηση των επιπέδων μοναξιάς (Besevegis & Galanaki, 2010).

Συνεπώς, η ποιότητα της κοινωνικής υποστήριξης και των διαπροσωπικών σχέσεων είναι σημαντικοί προβλεπτικοί παράγοντες για τη βίωση μοναξιάς από τους εφήβους, αλλά και τα υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς θα έχουν ως αποτέλεσμα ελλείψεις στις κοινωνικές επαφές (Bowker & Spencer, 2010. Merz & Jak, 2013).

Ενδιαφέρον έχουν τα αποτελέσματα έρευνας που δείχνουν ότι οι έφηβοι βιώνουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς, όταν βρίσκονται με παρέα στο σχολείο παρά στο σπίτι. Μία

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

πιθανή εξήγηση μπορεί να αποτελέσει το γεγονός πως το σχολείο είναι ένα μέρος, όπου οι συνομήλικοι είναι διαρκώς παρόντες, κάτι που αυξάνει τις πιθανότητες για απόρριψη από τους συνομηλικούς και αρνητικές κοινωνικές αλληλεπιδράσεις (Van Roekel et al., 2015).

### **Μοναξιά και Γεγονότα Ζωής**

Όσον αφορά στη μελέτη των χαρακτηριστικών του πλαισίου που σχετίζονται με τα επίπεδα μοναξιάς, έχει γίνει αναφορά στα γεγονότα ζωής που βιώνουν οι έφηβοι. Υπάρχουν στοιχεία από μελέτες που καταδεικνύουν πως τα γεγονότα ζωής ενδέχεται να αποτελούν προβλεπτικό παράγοντα για την εκδήλωση μοναξιάς. Έχει υποστηριχθεί ότι η βίωση πολλαπλών στρεσογόνων γεγονότων σχετίζεται με συναισθήματα μοναξιάς στην εφηβεία (Lasgaard et al., 2016). Η περαιτέρω εξέταση των μεμονομένων γεγονότων που δύνανται να επηρεάζουν αναδεικνύει ότι οι έφηβοι που έχουν βιώσει την εμπειρία της μετακόμισης και του διαζυγίου τείνουν να επιδεικνύουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς σχετιζόμενης με τους γονείς. Αντιθέτως, έχει βρεθεί ότι αυτές οι εμπειρίες δε σχετίζονται με τη μοναξιά σχετιζόμενη με τους συνομηλικούς (Lasgaard et al., 2016). Ωστόσο, σε άλλες έρευνες δεν έχει βρεθεί σχέση μεταξύ της αλλαγής στη δομή της οικογένειας είτε λόγω διαζυγίου είτε λόγω πραγματοποίησης δεύτερου γάμου των γονέων και της εμφάνισης αισθήματος μοναξιάς (Rönkä et al., 2014. Vanhalst et al., 2014). Επιπρόσθετα, όσον αφορά στη βίωση κάποιας ασθένειας ή απώλειας στο οικογενειακό και ευρύτερο περιβάλλον έχει βρεθεί ότι δε συνδέεται με την αύξηση των επιπέδων μοναξιάς (Lasgaard et al., 2016).

### **Μοναξιά και Υγεία**

Όπως έχει επισημανθεί, τα τελευταία χρόνια αυξημένο ενδιαφέρον έχει στραφεί στην μοναξιά, καθώς πλήθος ερευνών τεκμηριώνουν τις επιπτώσεις της στα άτομα και σφαιρικότερα

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

στις κοινωνίες. Η μοναξιά έχει συσχετιστεί αρνητικά με την ευεξία και έχει συνδεθεί με αυξημένη χρήση των υπηρεσιών υγείας, κάτι που έχει επίδραση στην οικονομία (Christiansen et al., 2020. Holt-Lunstad & Smith, 2015).

Βασική παραδοχή αποτελεί το γεγονός πως τα υψηλά επίπεδα μοναξιάς συνδέονται με χαμηλότερα επίπεδα συναισθηματικής και ψυχικής ευεξίας (Maes et al., 2016). Η μοναξιά αποτελεί προβλεπτικό παράγοντα για χαμηλότερη ποιότητα στην ψυχική υγεία στην εφηβεία και έχει συνδεθεί με ποικίλες συναισθηματικές δυσκολίες (Qualter, et al., 2010. Vanhalst et al., 2012). Οι συναισθηματικές δυσκολίες που έχουν συνδεθεί με την εμφάνιση μοναξιάς είναι η κατάθλιψη, το άγχος, η κοινωνική φοβία και ο αυτοκτονικός ιδεασμός (Lasgaard et al., 2011. Morley & Moran, 2011. Schinka et al., 2013).

Διαχρονικές μελέτες συνδέουν επίσης τη μοναξιά στην εφηβεία με εξωτερικευμένα προβλήματα και συμπεριφορές που θέτουν σε κίνδυνο την υγεία, όπως η κατάχρηση αλκοόλ, η χρήση ουσιών και το κάπνισμα. Υπάρχουν στοιχεία από έρευνες που καταδεικνύουν ότι οι έφηβοι που βιώνουν μοναξιά έχουν λιγότερο καλές αυτοαναφορές για την υγεία τους και επισκέπτονται πιο συχνά τον γιατρό (Hawkley & Cacioporo, 2010. Qualter et al., 2013. Stickle et al., 2014). Το εύρημα αυτό μπορεί να συνδέεται με συναισθηματική δυσλειτουργία, καθώς οι έφηβοι αποπειρώνται να αυτοϊαθούν από τα συναισθήματα της δυσφορίας που προκύπτει από τη μοναξιά. Μία άλλη πιθανή εξήγηση που έχει παρατεθεί από τους ερευνητές είναι ότι οι έφηβοι στην προσπάθεια κάλυψης της ανάγκης του ανήκειν εμπλέκονται σε οποιονδήποτε πρόσφορο τύπο παρέας, που μπορεί να χρησιμοποιούν τέτοιες μη επιθυμητές πρακτικές (DeWall & Pond, 2011).

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Επιπρόσθετα, η μοναξιά υποστηρίζεται ότι έχει επιπτώσεις στην ποιότητα του ύπνου των εφήβων. Η χαμηλή ποιότητα του ύπνου προκύπτει εξαιτίας δυσκολίας στη διατήρηση του ύπνου με συχνές αφυπνίσεις ή τη δυσκολία στη επέλευση του ύπνου. Μία ερμηνεία που έχει δοθεί είναι ότι η μοναξιά συντελεί στη χαμηλή ποιότητα του ύπνου εξαιτίας της αυξημένης υπερδιέγερσης για την αντιμετώπιση κοινωνικών απειλών (Harris et al., 2013. Matthews et al., 2017).

Έρευνες έχουν εξετάσει τη σχέση μεταξύ της μοναξιάς και της μεταβολής του βάρους στους εφήβους. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η μοναξιά είναι ένας παράγοντας που σχετίζεται με την αύξηση βάρους στα κορίτσια. Έχει επισημανθεί πως η συναισθηματική πρόσληψη τροφής είναι μία δυσλειτουργική μέθοδος για την εξάλειψη των αρνητικών συναισθημάτων που προκύπτουν (Haedt-Matt & Keel, 2011. Qualter et al., 2018).

Παραπάνω έγινε εκτενής αναφορά στο βίωμα της μοναξιάς και έγινε εμφανής η σχέση της με την παρουσία ψυχικής ευεξίας, καθώς επίσης και σωματικής υγείας (Christiansen et al., 2020. Maes et al., 2016). Το ενδιαφέρον των ερευνητών έχει στραφεί στη διερεύνηση της σχέσης μεταξύ της μοναξιάς και της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και επισημαίνεται η άρρηκτη σχέση αυτών των δύο μεταβλητών (Moretta & Buodo, 2020). Στη συνέχεια, θα γίνει παρουσίαση του φαινομένου της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου με σκοπό την μετέπειτα πληρέστερη κατανόηση της μεταξύ τους σχέσης.

### **Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου**

Την τελευταία δεκαετία, η χρήση του διαδικτύου έχει παρουσιάσει εκθετική αύξηση και έχει γίνει αναπόσπαστο μέρος τους καθημερινής ζωής (Duong, 2020). Η άνεση και η ευκολία πρόσβασης σε πληροφορίες, η παροχή on- line επικοινωνίας μέσω τους χρήσης των μέσων

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

κοινωνικής δικτύωσης και η ύπαρξη ψυχαγωγικών δραστηριοτήτων εξηγεί την αύξηση στη χρήση. Η χρήση είναι υψηλή ιδίως στους εφήβους για τους οποίους η τεχνολογική παιδεία είναι καθοριστικής σημασίας τόσο για την εκπαίδευση όσο και για την ψυχαγωγία (Aslanidou & Menexes, 2008. Thorsteinsson & Davey, 2014). Αυτή η ηλικιακή ομάδα θεωρείται και η πιο ευάλωτη για κατάχρηση του διαδικτύου και κρίνεται σκόπιμο να διερευνηθεί η παρουσία του φαινομένου στον συγκεκριμένο πληθυσμό (Valkenburg & Peter, 2011).

Γίνεται αντιληπτό το γεγονός ότι από τη μία πλευρά το διαδίκτυο θεωρείται ένα μέσο, το οποίο διευκολύνει και προωθεί την επικοινωνία και από την άλλη προκαλείται ανησυχία και χαρακτηρίζεται επίσης ως κοινωνικό εμπόδιο και ως παράγοντας επικινδυνότητας που ενδέχεται να οδηγήσει σε εθισμό στο διαδίκτυο. Τα όρια μεταξύ της χρήσης του διαδικτύου και της προβληματικής χρήσης αναφέρεται ότι είναι πιο ρευστά τα τελευταία χρόνια (Duong, 2020). Η ανάγκη για περαιτέρω διερεύνηση της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου αποτυπώνεται και στα επίσημα διαγνωστικά εγχειρίδια για τη διάγνωση ψυχικών διαταραχών (DSM, 2013. WHO, 2019). Προκειμένου να διερευνηθεί η προβληματική χρήση του διαδικτύου είναι σημαντικό αρχικά να παρατεθούν οι ορισμοί των μελετητών για το συγκεκριμένο φαινόμενο.

### **Ορισμοί και Θεωρητικές Προσεγγίσεις για την Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου**

Παρόλο που οι ερευνητές συγκλίνουν στην ύπαρξη του φαινομένου της προβληματικής χρήσης, δεν υπάρχει ενοποιημένος ορισμός. Η ασυμφωνία στον ορισμό εξηγεί τους ποικίλους όρους που χρησιμοποιούνται για να αποδώσουν τα χαρακτηριστικά της συμπεριφοράς. Οι πιο συνήθεις όροι που συναντώνται στη βιβλιογραφία είναι «Προβληματική χρήση του διαδικτύου» (Problematic Internet Use), «Εθισμός στο διαδίκτυο» (Internet Addiction Disorder), «Παθολογική χρήση του διαδικτύου» (Pathological Internet Use) και «Καταναγκαστική χρήση του διαδικτύου» (Compulsive Internet Use) (Hinich, 2011. Mittal et al., 2013. Sun et al., 2012).

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Ωστόσο, υπάρχει διαφωνία ως προς την καταλληλότητα ορισμένων όρων, όπως ο εθισμός στο διαδίκτυο. Ο όρος «Εθισμός στο διαδίκτυο» είναι αμφιλεγόμενος, διότι ορισμένοι ερευνητές θεωρούν ότι τα άτομα ενδέχεται να είναι εθισμένα σε συγκεκριμένες διαδικτυακές δραστηριότητες παρά στο διαδίκτυο ως όλο (Spada, 2014).

Προς αυτή την κατεύθυνση φαίνεται να προσανατολίζονται οι ερευνητές τα τελευταία χρόνια, καθώς στα διαγνωστικά εγχειρίδια έχει υπάρξει εστίαση ιδιαίτερα στην υπερεμπλοκή στα διαδικτυακά παιχνίδια (DSM, 2013. WHO, 2019). Στην πέμπτη έκδοση του αμερικανικού διαγνωστικού εγχειριδίου ψυχιατρικής DSM προτείνεται στο παράρτημα η εισαγωγή της «διαταραχής σχετιζόμενης με τα διαδικτυακά παιχνίδια», για την οποία απαιτούνται ακόμα διευκρινήσεις από τη μελλοντική έρευνα (DSM-5, 2013). Η εν λόγω διαταραχή περιγράφεται ως «η κλινικά σημαντική δυσλειτουργία, που προκύπτει από τη διαρκή και επαναλαμβανόμενη χρήση του διαδικτύου για τη συμμετοχή σε διαδικτυακά παιχνίδια» (American Psychiatric Association, 2013, σελ. 795).

Η διαταραχή σχετιζόμενη με τα διαδικτυακά παιχνίδια αναγνωρίστηκε επίσημα στην Παγκόσμια Συνέλευση Υγείας τον Μάιο του 2019 και συμπεριλήφθηκε στην ενδέκατη αναθεώρηση της Διεθνούς Ταξινόμησης Νοσημάτων (WHO, 2019). Η διαταραχή σχετιζόμενη με τα διαδικτυακά παιχνίδια χαρακτηρίζεται από αδυναμία ελέγχου τήρησης ορίων στα διαδικτυακά παιχνίδια, παραχώρηση προτεραιότητας στα διαδικτυακά παιχνίδια έναντι άλλων ενδιαφερόντων και καθημερινών υποχρεώσεων και συνέχιση της εμπλοκής στα διαδικτυακά παιχνίδια παρά τις αρνητικές επιπτώσεις. Προϋποθέτει την εμφανή έκπτωση στη λειτουργικότητα στους βασικούς τομείς της καθημερινής δραστηριοποίησης, όπως στο σχολείο και στις κοινωνικές επαφές. Προτείνεται η διάγνωση να δίνεται μετά το πέρας 12 μηνών,

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

ωστόσο δύναται η διάρκεια να είναι και λιγότερη, αν πληρούνται όλα τα κριτήρια και, αν είναι μεγάλος ο βαθμός σοβαρότητας (Saunders et al., 2017. WHO, 2019).

Η αδυναμία στον έλεγχο αναφορικά με τη χρήση του διαδικτύου συνοδεύεται συνήθως με έντονα αρνητικά συναισθήματα, όπως ευερεθιστότητα και άγχος/κατάθλιψη, όταν δεν υπάρχει σύνδεση στο διαδίκτυο (Dong et al., 2017. Kaptis et al., 2016). Το έντονο άγχος που προκαλείται ενδέχεται να οφείλεται στον φόβο των ατόμων μη χάσουν τι συμβαίνει στον κόσμο του διαδικτύου (fear of missing out), όπου οι χρήστες νιώθουν ότι καλύπτεται ένα σημαντικό μέρος της ταυτότητας τους (Wegmann et al., 2017). Η συμπερίληψη της διαταραχής σχετιζόμενης με τα διαδικτυακά παιχνίδια σε επίσημο διαγνωστικό εγχειρίδιο θεωρείται καλή ευκαιρία για αναθεώρηση των υπαρχόντων εργαλείων μέτρησης των εθιστικών συμπεριφορών που αφορούν στο διαδίκτυο, καθώς τα ήδη υπάρχοντα εργαλεία έχουν συμπεριλάβει κριτήρια, τα οποία έχουν δανειστεί κυρίως από τον εθισμό στις ουσίες και την παθολογική εμπλοκή σε τυχερά παιχνίδια (King et al., 2020).

Αναφορικά με τις θεωρητικές προσεγγίσεις για την υπερβολική χρήση του διαδικτύου, οι ερευνητές επιλέγουν να δώσουν έμφαση σε διαφορετικά χαρακτηριστικά της χρήσης ανάλογα με το θεωρητικό υπόβαθρο. Οι περισσότεροι μελετητές εστιάζουν στο κομμάτι της ψυχολογικής εξάρτησης που προκύπτει από την υπερβολική χρήση σε σημείο εθισμού και παραγκωνίζουν τις ψυχαναγκαστικές εκδηλώσεις (Chen et al., 2015. Cho et al., 2013. Gámez-Guadix et al., 2015. Mittal et al., 2013). Όπως αναφέρουν οι Robbins και Clark (2015) τα ψυχαναγκαστικά συμπτώματα λειτουργούν κυρίως ως συμπεριφορές βλάβης – αποφυγής, ενώ η προβληματική χρήση διαδικτύου προκαλείται κυρίως από την αναζήτηση ευχαρίστησης. Άλλοι ερευνητές αναγνωρίζουν την υπερβολική χρήση ως ψυχαναγκαστική εκδήλωση. Θεωρούν ότι η υπερβολική χρήση περιλαμβάνει την απώλεια ελέγχου σε σχέση με συγκεκριμένες

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

δραστηριότητες στο διαδίκτυο και την ψυχαναγκαστική χρήση του διαδικτύου με σκοπό την πρόσβαση στις εφαρμογές (Ciarrochi et al., 2016. Van Rooij et al., 2011. Thorsteinsson & Davey, 2014).

Μάλιστα, υπάρχουν ερευνητές, που δεν αναγνωρίζουν τον εθισμό στο διαδίκτυο ως ξεχωριστή κλινική οντότητα. Μία μερίδα ερευνητών διατείνεται ότι ο εθισμός στο διαδίκτυο δεν είναι μία ανεξάρτητη ψυχική διαταραχή, αλλά ένα σύμπτωμα μίας προϋπάρχουσας διαταραχής (Ferguson & Colwell, 2020). Μία άλλη οπτική που παρατίθεται από τους ερευνητές είναι ότι η υπερβολική χρήση διαδικτύου ενδέχεται να λειτουργεί ως αντισταθμιστικός παράγοντας για τη μείωση των ψυχολογικών δυσκολιών (Elhai et al., 2018).

Ανεξάρτητα από τις έννοιες που χρησιμοποιούνται για την περιγραφή της υπερβολικής χρήσης, ενέχει αρνητικές επιπτώσεις για την προσαρμογή των νέων ατόμων (Cho et al., 2013. Dong et al., 2011. Mittal et al., 2013. Stavropoulos et al., 2015). Από τις μελέτες φαίνεται ότι σχετίζεται σε σημαντικό βαθμό με την υποκειμενική ευεξία και για τον λόγο αυτό αποτελεί ένα ευρύ πεδίο έρευνας (Akin, 2012. Kuss et al., 2014).

Τα ποσοστά επιπολασμού αναφορικά με την προβληματική χρήση του διαδικτύου αναδεικνύουν ότι είναι ένα φαινόμενο που αφορά ιδιαίτερα τους εφήβους και τους αναδυόμενους ενήλικες, καθώς έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο περισσότερο από τις άλλες ηλικιακές ομάδες και, ως εκ τούτου, βρίσκονται σε μεγαλύτερο κίνδυνο (Pew Research Center, 2014). Έρευνες στην Ελλάδα σχετικά με τον επιπολασμό δείχνουν ότι κυμαίνεται από 3,1% έως 15,7% (Floros et al., 2010. Stavropoulos et al., 2013). Αντίστοιχα, έρευνες που συμπεριέλαβαν στο σύνολο 11 ευρωπαϊκές χώρες αναφέρουν παρόμοια διακύμανση με επιπολασμό από 4,4% έως 13,9% (Durkee et al., 2012. Tsitsika et al., 2014). Οι διαφορές αποδίδονται στη χρήση



## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

διαφορετικών μεθοδολογικών διαδικασιών, στη διαφορετική σύσταση του πληθυσμού και την κοινωνικοπολιτισμική ποικιλομορφία.

### **Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου και Ατομικά Χαρακτηριστικά**

Τα ευρήματα που προκύπτουν από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας αναδεικνύουν τη σχέση της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου με ορισμένους ατομικούς παράγοντες και κρίνεται σκόπιμο να παρατεθούν παρακάτω. Οι ατομικοί παράγοντες, που θα συσχετιστούν με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου είναι οι διαστάσεις του μοντέλου των πέντε παραγόντων, η αυτοεκτίμηση, η σχολική επίδοση, χαρακτηριστικά του εγκεφάλου, καθώς επίσης και δημογραφικές μεταβλητές.

### ***Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου και Διαστάσεις του Μοντέλου των Πέντε Παραγόντων Προσωπικότητας***

Τα ατομικά χαρακτηριστικά έχουν συνδεθεί με τη χρήση του διαδικτύου. Χαρακτηριστικά που έχουν βρεθεί στο επίκεντρο μελετών είναι ο αυτοέλεγχος και η παρόρμηση, η εχθρικότητα, η αυτοεκτίμηση, η θετική ανάπτυξη, η ικανοποίηση από τη ζωή και οι κοινωνικές και γνωστικές δεξιότητες. Για την κατηγοριοποίηση των παραπάνω χαρακτηριστικών βοηθητικό ρόλο παίζει αρχικά η μελέτη των διαστάσεων του μοντέλου των πέντε παραγόντων. Οι διαστάσεις, στις οποίες έχουν επικεντρωθεί οι έρευνες αναφορικά με το ζήτημα της κατάχρησης του διαδικτύου είναι ο νευρωτισμός, η ευσυνειδησία και η δεκτικότητα στην εμπειρία (Kuss et al., 2013. Ko et al., 2010. Stavropoulos et al., 2015).

Αναφορικά με τα άτομα που αναφέρουν υψηλά επίπεδα νευρωτισμού έχει βρεθεί ότι η τάση για εκδηλώσεις άγχους και δυσκολίας ρύθμισης των συναισθημάτων που βιώνουν σχετίζονται με αυξημένα επίπεδα της χρήσης του διαδικτύου (Gentile et al., 2011. Hong et al.,

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

2014. Jeong et al., 2020. Thorsteinsson & Davey, 2014). Αντίθετα, τα υψηλά επίπεδα αυτοελέγχου δρουν προστατευτικά για την διατήρηση μίας ισορροπημένης χρήσης (Haagsma et al., 2013. Yen et al., 2012).

Η δυσκολία στη ρύθμιση των συναισθημάτων που αντιμετωπίζουν οι έφηβοι με νευρωτισμό μπορεί να μεταφράζεται και σε παρουσία εχθρικών εκδηλώσεων, οι οποίες έχει βρεθεί ότι σχετίζονται με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου (Stavropoulos et al., 2015). Σε έρευνα που περιελάμβανε Έλληνες μαθητές βρέθηκε ότι η εχθρικότητα συντελεί στην αύξηση της σοβαρότητας των συμπτωμάτων της εκτεταμένης χρήσης του διαδικτύου (Stavropoulos et al., 2015). Οι νέοι φαίνεται να νιώθουν ασφαλείς να πειραματιστούν με την έκφραση της εχθρικότητας μέσα από τις διαδικτυακές πλατφόρμες. Θεωρείται ότι ο τρόπος λειτουργίας του διαδικτύου ενδέχεται να διευκολύνει την έκφραση της εχθρικότητας, η οποία δεν θα ήταν επιτρεπτή στη δια ζώσης επαφή λόγω της τήρησης των κοινωνικών συμβάσεων (Ko, Liu, et al., 2009).

Μία ακόμα διάσταση που έχει μελετηθεί σε συνάρτηση με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου είναι η ευσυνειδησία. Έχει βρεθεί ότι η μειωμένη αίσθηση ευσυνειδησίας αυξάνει τις πιθανότητες για την κατάχρηση του διαδικτύου (Gnisci et al., 2011. Kuss et al., 2013. Stavropoulos et al., 2016). Έχουν δοθεί πιθανές εξηγήσεις για τα συγκεκριμένα ευρήματα. Αρχικά, η μειωμένη ευσυνειδησία είναι πιθανό να προξενεί χαμηλά επίπεδα ελέγχου των παρορμήσεων με αποτέλεσμα την αύξηση της ευαλωτότητας για την κατάχρηση (Gnisci et al., 2011). Επιπλέον, οι λιγότερο ευσυνείδητοι έφηβοι μπορεί να είναι πιο επιρρεπείς στην υπερεμπλοκή στις διαδικτυακές δραστηριότητες, καθώς επιδεικνύουν χαμηλή αίσθηση οργανωτικότητας και υπευθυνότητας απέναντι στη διεκπεραίωση των καθημερινών υποχρεώσεων που έχουν (Kuss et al., 2013).

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Όσον αφορά στη δεκτικότητα στην εμπειρία, ορίζεται ως ένα χαρακτηριστικό που εμπεριέχει τη δημιουργικότητα, την ευελιξία, την περιέργεια και την περιπετειώδη στάση απέναντι στη ζωή (McCrae & Sutin, 2009). Ως ατομικό χαρακτηριστικό η δεκτικότητα στην εμπειρία καταλογίζεται ως παράγοντας επικινδυνότητας για την κατάχρηση του διαδικτύου από ορισμένους ερευνητές. Ο πειραματισμός, η περιέργεια και η αναζήτηση νέων ερεθισμάτων αυξάνουν το ρίσκο για εμπλοκή σε εθιστικές διαδικτυακές συμπεριφορές (Ko et al., 2010). Η πραγματοποίηση παρορμητικών διαδικτυακών αλληλεπιδράσεων, η αναζήτηση της διέγερσης που προσφέρει κάτι καινούργιο και η ευαισθησία στην άμεση επιβράβευση επηρεάζουν το ποσοστό της επικινδυνότητας (Gámez-Guadix et al., 2015).

### ***Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου και Αυτοεκτίμηση***

Επιπρόσθετα, η αίσθηση αυτοαποτελεσματικότητας και η υψηλή αυτοαντίληψη διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο για την αποφυγή της εξάρτησης από το διαδίκτυο. Όσον αφορά στην αυτοεκτίμηση, έχει βρεθεί ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση αποτελεί παράγοντα επικινδυνότητας για την υπέρβαση των ορίων χρήσης του διαδικτύου (Hong et al., 2014. Wartberg et al., 2019.). Ως προστατευτικός παράγοντας από την άλλη πλευρά αποτελεί η θετική ανάπτυξη και η υψηλή αίσθηση ικανοποίησης των βασικών ψυχολογικών αναγκών (Yu & Shek, 2013).

### ***Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου και Σχολική Επίδοση***

Έρευνες έχουν επικεντρωθεί και στη σχέση μεταξύ της χρήσης του διαδικτύου και της σχολικής επίδοσης. Έχει διαπιστωθεί πως οι έφηβοι που επενδύουν σε μεγάλο βαθμό στον ακαδημαϊκό τομέα και έχουν υψηλά κίνητρα επίτευξης παρουσιάζουν χαμηλότερα επίπεδα προβληματικής χρήσης του διαδικτύου σε σχέση με τους συνομηλίκους τους (Hong et al., 2014).

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Από την άλλη, οι μαθητές με συχνές σχολικές αποτυχίες στις εξετάσεις, με μαθησιακές δυσκολίες και με μια γενικότερη εικόνα χαμηλής μαθησιακής επίδοσης βρέθηκε ότι είναι πιο επιρρεπείς στην εκτεταμένη χρήση του διαδικτύου (Chen et al., 2015).

Επιπροσθέτως, η μειωμένη ακαδημαϊκή απόδοση ενδέχεται να λειτουργεί και ως επακόλουθο της υπερβολικής χρήσης. Σε μελέτες επισημαίνεται ότι στους μαθητές που κατέφευγαν σε αλόγιστη χρήση παρατηρούνταν μείωση της απόδοσης ως αποτέλεσμα της μειωμένης εμπλοκής και της αυξανόμενης δυσαρέσκειας από τις δραστηριότητες της μαθησιακής διαδικασίας (Gentile et al., 2011. Zhang et al., 2018).

### *Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου και Δημογραφικές Μεταβλητές*

Πολλές έρευνες έχουν επικεντρωθεί στη σχέση ανάμεσα στο φύλο και την εμφάνιση συμπτωμάτων υπερβολικής χρήσης διαδικτύου. Αναφορικά με το φύλο, τα αποτελέσματα δεν οδηγούν σε ένα σαφές συμπέρασμα. Τα ευρήματα των περισσότερων ερευνών δείχνουν πως η υπερβολική χρήση του διαδικτύου είναι συνηθέστερη στα αγόρια. Έχει βρεθεί ότι τα κορίτσια οριοθετούν σε μεγαλύτερο ποσοστό τις ώρες χρήσης του διαδικτύου και δεν φτάνουν τα επίπεδα συχνότητας των αγοριών (Durkee et al., 2012. Siomos et al., 2008. Tsitsika et al., 2014. Villella et al., 2011). Ωστόσο, έχει υποστηριχθεί από μελέτες πως τα ποσοστά επιπολασμού είναι υψηλότερα στα κορίτσια (Liu et al., 2011). Επισημαίνεται ότι περισσότερα κορίτσια από ό,τι αγόρια πληρούσαν τα αντικειμενικά κριτήρια για την υπερβολική χρήση διαδικτύου. Συγκεκριμένα, περισσότερα κορίτσια σε σχέση με αγόρια ανέφεραν ότι οι οικογένειές τους ανησυχούσαν για τη χρήση τους και ότι είχαν προσπαθήσει να τη μειώσουν (Liu et al., 2011). Παρ' όλ' αυτά, υπάρχει συμφωνία στους μελετητές για το γεγονός πως τα αγόρια περνούν περισσότερες ώρες στο διαδίκτυο (Mihara et al., 2016).

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Οι ερευνητές έχουν προσπαθήσει να αιτιολογήσουν τις διαφορές που έχουν βρεθεί σχετικά με τη σχέση του φύλου και της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου. Ισχυρίζονται ότι η υπερβολική χρήση είναι πιθανό να διαφέρει μεταξύ αγοριών και κοριτσιών, καθώς παρατηρούνται διαφορετικά μοτίβα διαδικτυακής δραστηριότητας (Tsitsika et al., 2014). Τα κορίτσια εμπλέκονται περισσότερο σε εφαρμογές κοινωνικής δικτύωσης, ενώ τα αγόρια εμπλέκονται περισσότερο στα διαδικτυακά παιχνίδια και σε πρόσβαση σε ιστοσελίδες αποκλειστικά για ενήλικους (Vigna-Taglianti et al., 2017). Από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση προκύπτει ότι οι συγκεκριμένες διαδικτυακές δραστηριότητες, όπως τα διαδικτυακά παιχνίδια δείχνουν να είναι πιο εθιστικές από άλλες (Kormas et al., 2011. van Rooij et al., 2010).

Όσον αφορά σε άλλες δημογραφικές μεταβλητές, έχει βρεθεί ότι οι περισσότερες δε σχετίζονται σημαντικά με το ποσοστό υπερβολικής χρήσης. Η εργασία των γονέων, η εθνικότητα και η οικογενειακή κατάσταση έχει βρεθεί ότι δε συνδέονται με την υπερβολική χρήση. Συγκεκριμένα, αναφέρεται ότι είναι εξίσου πιθανό οι έφηβοι από οικογένειες με διαφορές στα παραπάνω χαρακτηριστικά να επιδοθούν σε υπερβολική χρήση, γεγονός που καθιστά την υπερβολική χρήση ως ένα «πρόβλημα ίσων ευκαιριών», όπως έχει χαρακτηριστεί από μελετητές (Ciarrochi et al., 2016). Υπάρχει, ωστόσο, μία διαφοροποίηση στο επίπεδο εκπαίδευσης των γονέων, όπου έχει επισημανθεί ότι οι έφηβοι με γονείς που είχαν υψηλότερο εκπαιδευτικό επίπεδο είχαν λιγότερες πιθανότητες για προβληματική χρήση του διαδικτύου. Ενδεχομένως η απουσία εκπαίδευσης στα τεχνολογικά μέσα να καθιστά δύσκολη την κατανόηση του τρόπου λειτουργίας του διαδικτύου και, ως εκ τούτου, να μην υπάρχει δυνατότητα για καθοδήγηση ως προς την ασφαλή πλοήγηση (Tsitsika et al., 2014).

***Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου και Νευροψυχολογία***

Στα πλαίσια της μελέτης των ατομικών χαρακτηριστικών που σχετίζονται με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου έχουν πραγματοποιηθεί έρευνες που εστιάζουν στις διαφορές στον εγκέφαλο των ατόμων που παρουσιάζουν υψηλά ποσοστά χρήσης. Έρευνα στο χώρο της νευροβιολογίας κατέδειξε ότι οι έφηβοι που πληρούσαν τα κριτήρια για τον εθισμό στο διαδίκτυο εμφάνιζαν αλλαγές στον προμετωπιαίο φλοιό. Πιο συγκεκριμένα, βρέθηκε ότι η πυκνότητα του φλοιού στη συγκεκριμένη περιοχή ήταν μειωμένη στους εφήβους, οι οποίοι επιδίδονταν σε αλόγιστη χρήση διαδικτυακών παιχνιδιών καταλογίζοντας την ευθύνη στον ελλιπή αυτοέλεγχο (Hong et al., 2013). Ακόμα, έχει βρεθεί ότι υπάρχει μεταβολή στη δραστηριότητα στους πρόσθιους και οπίσθιους φλοιούς του προσαγωγείου στους χρήστες που υπερβαίνουν τα όρια της τυπικής χρήσης, περιοχές που σχετίζονται με τον γνωστικό προγραμματισμό σύνθετων συμπεριφορών (Dong et al., 2012).

***Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου και Είδος Διαδικτυακής Δραστηριότητας***

Τα είδη της διαδικτυακής δραστηριότητας χωρίζονται στη χρήση διαδικτύου για επικοινωνιακούς λόγους και για μη επικοινωνιακούς λόγους (Anderson et al., 2017). Έχει διαπιστωθεί πως οι έφηβοι, οι οποίοι χρησιμοποιούσαν το διαδίκτυο κατά βάση για λόγους κοινωνικής δικτύωσης και επικοινωνίας με φίλους είχαν σημαντικά λιγότερες πιθανότητες να βιώσουν εξάρτηση από το διαδίκτυο σε σχέση με τους εφήβους που χρησιμοποιούσαν το διαδίκτυο για άλλους λόγους (Thorsteinsson & Davey, 2014). Ανάμεσα στους τρόπους διαδικτυακής εμπλοκής έχει φανεί ότι η εμπλοκή σε διαδικτυακά παιχνίδια σχετίζεται σε μεγαλύτερο βαθμό με τον εθισμό στο διαδίκτυο (Jiang et al., 2018. van Rooij et al., 2010). Είναι σημαντικό λοιπόν να λαμβάνονται υπ' όψιν τα χαρακτηριστικά των διαδικτυακών δραστηριοτήτων στη μελέτη της χρήσης του διαδικτύου.

### **Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου και Υγεία**

Έχει παρατηρηθεί με βάση μελέτες η συσχέτιση της υπερβολικής χρήσης με την παρουσία ορισμένων ψυχικών διαταραχών. Οι ερευνητές έχουν επισημάνει κυρίως την πρότερη ύπαρξη ψυχικών διαταραχών ως προβλεπτικό παράγοντα για την εμφάνιση υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου μέσα από διαχρονικές μελέτες (Cho et al., 2013. Gámez-Guadix, 2014). Η κατάθλιψη, το άγχος, τα ψυχωτικά συμπτώματα, οι ψυχαναγκαστικές συμπεριφορές, καθώς επίσης και η Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής- Υπερκινητικότητα (ΔΕΠ- Υ) βρέθηκε ότι προβλέπουν την υπερβολική χρήση σε νέα άτομα (Chen et al., 2015. Dong et al., 2011. Kuss et al., 2014. Munno et al., 2017). Οι πιο ισχυρές συσχετίσεις παρατηρούνται μεταξύ υπερβολικής χρήσης και κατάθλιψης (Carli et al., 2013). Μάλιστα, τονίζεται ότι η υπερβολική χρήση έχει συνδεθεί και με παρουσία αυτοκτονικού ιδεασμού (Fu et al., 2010). Τα ευρήματα αυτά μπορεί να αντανακλούν την ανάγκη των ατόμων να ξεφύγουν από δύσκολες εμπειρίες και να διοχετεύσουν τα αρνητικά τους συναισθήματα στις διαδικτυακές πλατφόρμες (Cho et al., 2013. Ko et al., 2012). Ωστόσο, τύποι ψυχοπαθολογίας, όπως η κατάθλιψη, το άγχος και η κοινωνική φοβία βρέθηκε ότι ήταν επίσης και το αποτέλεσμα της υπερβολικής χρήσης που σχετίζεται με τα διαδικτυακά παιχνίδια (Gentile et al., 2011). Συμπερασματικά, φαίνεται ότι η σχέση είναι αμφίδρομη (Ciarrochi et al., 2016. Dong et al., 2011. Gentile et al., 2011).

Μάλιστα, η υπερβολική χρήση του διαδικτύου έχει συσχετιστεί και με τη σωματική υγεία των εφήβων. Από τα ευρήματα των ερευνών προκύπτουν συνδέσεις ανάμεσα στην εμφάνιση παχυσαρκίας και υπερβολικής χρήσης (Tsitsika et al., 2016). Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν και τα αποτελέσματα έρευνας με συμμετέχοντες εφήβους, όπου βρέθηκε ότι οι έφηβοι που περνούσαν περισσότερο χρόνο διαδικτυακά είχαν περισσότερες πιθανότητες να

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

υποφέρουν από ψυχοσωματικά συμπτώματα, έλλειψη ενέργειας, νευρολογική δυσλειτουργία και είχαν πιο ευάλωτο ανοσοποιητικό σύστημα (Cao et al., 2011).

Τέλος, ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν τα αποτελέσματα ερευνών που επισημαίνουν ότι η χρήση ουσιών, όπως αλκοόλ και καπνού δεν φάνηκε να είναι προβλεπτικός παράγοντας για την υπερβολική χρήση του διαδικτύου (Gámez-Guadix et al., 2015. Sun et al., 2012). Το γεγονός αυτό αποτυπώνει τις διαφορές μεταξύ του εθισμού στο διαδίκτυο και άλλων ειδών εθισμού.

### **Υπερβολική Χρήση του Διαδικτύου και Χαρακτηριστικά του Πλαισίου**

Τελευταία, το ενδιαφέρον έχει επεκταθεί στη μελέτη του σχολικού πλαισίου αναφορικά με την επιρροή του στην υπερβολική χρήση του διαδικτύου. Οι συσχετίσεις που έχουν βρεθεί αναδεικνύουν μία έμμεση επίδραση του σχολικού κλίματος στη διαδικτυακή χρήση των εφήβων (Zhai et al., 2020). Αναφορικά με το πλαίσιο της τάξης, έχει βρεθεί ότι οι έφηβοι, οι οποίοι εισέπρατταν υποστήριξη και λάμβαναν ευκαιρίες για συμμετοχή στη λήψη αποφάσεων από τους εκπαιδευτικούς είχαν λιγότερες πιθανότητες να βιώσουν τις αρνητικές συνέπειες της υπερβολικής χρήσης των διαδικτυακών παιχνιδιών (Gao et al., 2019). Οι μαθητές με υψηλότερη αντιλαμβανόμενη ικανοποίηση από το σχολικό πλαίσιο ήταν πιο πιθανό να έχουν κίνητρα για σχολική εμπλοκή και λιγότερο πιθανό να παρουσιάσουν προβληματική χρήση (Gao et al., 2019. Yu et al., 2015).

Κρίνεται σημαντικό να σημειωθεί πως οι επιπτώσεις της υπερβολικής χρήσης δύνανται να μετριαστούν από την εμπλοκή των μαθητών της τάξης σε διαδικτυακά παιχνίδια. Έρευνα επισημαίνει ότι ανάμεσα στους μαθητές, όσοι ήταν παίκτες μαζικών διαδικτυακών παιχνιδιών ρόλων πολλαπλών παικτών [Massive Multiplayer Online Role Play Games (MMORPG)] είχαν λιγότερα συμπτώματα εθιστικής συμπεριφοράς στη συμμετοχή τους, όταν στην τάξη τους



## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

υπήρχε μεγάλο ποσοστό παικτών που ασχολούνταν με τα συγκεκριμένα παιχνίδια. Μία εξήγηση που δόθηκε είναι ότι οι μαθητές που εμπλέκονται στα συγκεκριμένα διαδικτυακά παιχνίδια μοιράζονται κοινά ενδιαφέροντα για μία δραστηριότητα που τους φέρνει κοντά μειώνοντας την απομόνωση και ενδυναμώνοντας τους κοινωνικούς δεσμούς (Kowert et al., 2015).

Ο ρόλος των συνομηλίκων στα επίπεδα της διαδικτυακής χρήσης είναι καταφανής. Αρχικά, οι έφηβοι είναι πιθανό να επιδοθούν σε κοινές δραστηριότητες με τους συνομηλίκους τους. Υποστηρίζεται ότι οι έφηβοι μπορεί να ακολουθούν ορισμένες νόρμες και συμπεριφορές από την ομάδα ομηλίκων που ενδέχεται να τους οδηγήσουν σε υπερβολική χρήση (Li et al., 2013). Όσον αφορά στην υψηλή ποιότητα των διαπροσωπικών σχέσεων και την ύπαρξη κοινωνικής υποστήριξης, βρέθηκε ότι οι δύο αυτοί παράγοντες σχετίζονταν αρνητικά με την υπερβολική χρήση (Chen et al., 2015). Από την άλλη, τα άτομα, τα οποία δυσκολεύονται να προσεγγίσουν παρέες συνομηλίκων έχει βρεθεί ότι εμφανίζουν υψηλότερα ποσοστά υπερβολικής χρήσης (Newman & Zhang, 2016).

Ακόμα, στη βιβλιογραφία παρατίθενται ευρήματα που συνδέουν την εμπλοκή σε εκφοβιστικές συμπεριφορές με την κατάχρηση του διαδικτύου (Gámez-Guadix et al., 2013). Οι έφηβοι, οι οποίοι γίνονταν αποδέκτες διαδικτυακού εκφοβισμού βρέθηκε ότι χρησιμοποιούσαν το διαδίκτυο σημαντικά περισσότερο σε σχέση με τους συνομηλίκους, που δεν είχαν υποστεί τέτοιου είδους εκφοβισμό. Μάλιστα, οι έφηβοι, που ήταν εξίσου στη θέση αυτού που εκφοβίζει και αυτού που εκφοβίζεται, είχαν ακόμη μεγαλύτερες πιθανότητες για εμφάνιση προβληματικής χρήσης του διαδικτύου (Gámez-Guadix et al., 2012. Gámez-Guadix et al., 2013). Αυτά τα ευρήματα συγκλίνουν στη σημαντική συμβολή των λειτουργικών κοινωνικών σχέσεων ως προστατευτικό παράγοντα για την μη οριοθετημένη χρήση του διαδικτύου, κάτι που δείχνει ότι η

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

χρήση του διαδικτύου μπορεί τόσο να προωθήσει όσο και να δυσχεράνει την κοινωνικοποίηση, κάτι που εξαρτάται από τα χαρακτηριστικά του χρήστη.

Συνοψίζοντας, στην ενότητα αυτή παρουσιάστηκε το φαινόμενο της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου μέσα από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας. Τα αποτελέσματα αρκετών ερευνών καταδεικνύουν τη σχέση της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και της βίωσης του αισθήματος μοναξιάς. Στην επόμενη ενότητα θα γίνει εκτενής αναφορά σε έρευνες που επιβεβαιώνουν την ύπαρξη αυτής της σχέσης (Costa et al., 2019. Koyuncu et al., 2014. Simcharoen et al., 2018. Zeng et al., 2016).

### **Σχέση μεταξύ της Μοναξιάς και της Υπερβολικής Χρήσης του Διαδικτύου**

Έχει διατυπωθεί από τους ερευνητές ότι υπάρχει σημαντική συσχέτιση μεταξύ της μοναξιάς και της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου. Πρόσφατες έρευνες επιβεβαιώνουν τη θετική σχέση μεταξύ της υπερβολικής χρήσης διαδικτύου και της μοναξιάς (Costa et al., 2019. Koyuncu et al., 2014. Simcharoen et al., 2018. Vigna-Taglianti et al., 2017. Zeng et al., 2016). Ωστόσο, υπάρχει διχογνωμία αναφορικά με την αιτιολογική σχέση της μοναξιάς και της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου. Εκτενέστερη είναι η βιβλιογραφία που περιγράφει τη μοναξιά ως αίτιο της κατάχρησης του διαδικτύου και την τοποθετεί σε προγενέστερη φάση (Tokunaga & Rains, 2010). Αρχικά, υποστηρίζεται ότι η μοναξιά αποτελεί σημαντικό αίτιο της εξάρτησης από το διαδίκτυο. Έχει βρεθεί ότι τα άτομα που υπερβαίνουν την τυπική χρήση του διαδικτύου έχουν έρθει αντιμέτωπα με την αποξένωση και έχουν βιώσει υψηλά επίπεδα μοναξιάς (Bonetti et al., 2010. Guangheng et al., 2011. Καραπέτσας και συν., 2015).

Οι ερευνητές που αναδεικνύουν τη μοναξιά ως αίτιο του εθισμού στο διαδίκτυο επισημαίνουν ότι οι έφηβοι που βιώνουν μοναξιά χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για την εύρεση

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

κοινωνικής συνοχής, κάτι που αυξάνει την υπερβολική χρήση (Turkle, 2011). Τα ευρήματα δείχνουν ότι οι έφηβοι που βιώνουν μοναξιά είναι πιο πιθανό να επιδιώξουν τη διαδικτυακή απασχόληση για τη χαλάρωση και την εύρεση υποστήριξης από άτομα που μοιράζονται κοινά ενδιαφέροντα (Huan et al., 2014). Οι έφηβοι που βιώνουν μοναξιά τείνουν να έχουν πιο περιορισμένο κοινωνικό δίκτυο και αποκλείονται συχνά από τις ομάδες ομηλικών κάτι που τους δημιουργεί κοινωνικό άγχος και δυσαρέσκεια. Για τη μείωση του κοινωνικού άγχους, οι έφηβοι που βιώνουν μοναξιά ωθούνται προς τα μέσα δικτύωσης, όπου επιτρέπεται η αποφυγή της διαζώσης επαφής με αποτέλεσμα να δημιουργείται υπερβολική εξάρτηση στη διαδικτυακή επικοινωνία (Huan et al., 2014. Shi et al., 2017). Προσπαθώντας, λοιπόν, οι έφηβοι να επιλύσουν το αίσθημα της μοναξιάς και της απομόνωσης, εγκλωβίζονται στον εθισμό στο διαδίκτυο, γεγονός που μεγιστοποιεί το πρόβλημα (Park & Choi, 2011).

Αν και είναι πιθανό σε αρκετές περιπτώσεις η μοναξιά να οδηγεί τους εφήβους σε υπερβολική χρήση του διαδικτύου, οι ερευνητές αναφέρουν ότι η αντίθετη κατεύθυνση αιτιότητας είναι επίσης εφικτό να συμβαίνει, δηλαδή η υπερβολική χρήση να δημιουργεί αίσθημα μοναξιάς (Yao & Zhong, 2014). Έχει υποστηριχθεί από ερευνητές ότι η εκτεταμένη χρήση για μεγάλο χρονικό διάστημα αυξάνει το αίσθημα της μοναξιάς, αντί να το μειώνει (Nowland et al., 2018). Βρέθηκε ότι οι διαδικτυακές επαφές δεν οδηγούσαν στη μείωση των επιπέδων της μοναξιάς, αλλά ότι η μοναξιά είχε αρνητική επίδραση στις διαζώσης επαφές. Αυτό δείχνει ότι οι διαδικτυακές επαφές δεν είναι ένας αποτελεσματικός τρόπος αναπλήρωσης των διαζώσης επαφών. Από ευρήματα ερευνών προκύπτει ότι, όταν η επαφή διαμέσου των μέσων κοινωνικής δικτύωσης αντικαθιστά τη διαζώσης επικοινωνία, τότε σχετίζεται με αύξηση της μοναξιάς, καθώς μειώνεται το αίσθημα οικειότητας (Nowland et al., 2018). Τα ευρήματα

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

καταδεικνύουν την ύπαρξη ενός ανησυχητικού φαύλου κύκλου ανάμεσα στη μοναξιά και τον διαδικτυακό εθισμό (Yao & Zhong, 2014).

Συμπερασματικά, η σχέση μεταξύ του αισθήματος μοναξιάς και της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου είναι αρκετά πολύπλοκη, καθώς αποτελεί ιδιαίτερη πρόκληση η αναγνώριση της κατεύθυνσης της αιτιότητας (Yao & Zhong, 2014). Ωστόσο, ανεξάρτητα από την κατεύθυνση της αιτιότητας αναφορικά με αυτά τα δύο φαινόμενα, σημαντική είναι η σύνδεσή τους με τις σχέσεις που αναπτύσσουν τα παιδιά και οι έφηβοι με τους γονείς τους και τις γονικές πρακτικές, καθώς έχει υπάρξει σημαντική συσχέτιση μεταξύ των τριών αυτών μεταβλητών σε προγενέστερες έρευνες (Shek et al., 2018. von Soest et al., 2020).

### **Σχέσεις με τους Γονείς στην Παιδική και Εφηβική Ηλικία**

Η θεωρία της προσκόλλησης υποστηρίζει ότι οι υψηλής ποιότητας σχέσεις μεταξύ γονέα και παιδιού αποτελούν σημαντικό παράγοντα για την ενίσχυση της συναισθηματικής προσαρμογής των παιδιών (Mikulincer & Shaver, 2012). Η ποιότητα των σχέσεων με τους βασικούς φροντιστές του παιδιού μπορεί να δομήσει και να διαμορφώσει τις απόψεις των παιδιών για τον εαυτό και τους άλλους, συμπεριλαμβανομένης της αίσθησης της αυτοεκτίμησής τους, των προσδοκιών για κοινωνικές αλληλεπιδράσεις, τις ερμηνείες της συμπεριφοράς των άλλων ανθρώπων και τις αντιδράσεις τους στον κόσμο (Argyriou et al., 2016. DeKlyen & Greenberg, 2016). Τα παιδιά και οι έφηβοι που έχουν αναπτύξει υγιείς σχέσεις με τους γονείς είναι πιο πιθανό να διαμορφώσουν θετικές προσδοκίες αναφορικά με τις διαπροσωπικές τους σχέσεις και να είναι περισσότερο προετοιμασμένοι για τη δημιουργία εποικοδομητικών σχέσεων με τους συνομηλίκους (Ladd & Pettit, 2002).

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Κατά τη διάρκεια της εφηβείας συμβαίνουν σημαντικές αλλαγές στις οικογενειακές σχέσεις. Οι έφηβοι επικεντρώνονται στην προσπάθεια κατάκτησης της αυτονομίας, που αποτελεί κύριο αναπτυξιακό στόχο της εφηβικής ηλικίας (Blakemore, 2018). Ερευνητές αναφέρουν ότι στα εφηβικά χρόνια αυξάνονται σημαντικά οι προστριβές με τους γονείς τους, ενώ οι σχέσεις οικειότητας μαζί τους αρχίζουν να εξασθενούν (Branje, 2018. Tsai et al., 2013). Οι συγκρούσεις σε αυτή την περίοδο έχουν σε μεγαλύτερο βαθμό λεκτική μορφή παρά σωματική αντίδραση (Χατζηχρήστου, 2011).

Ωστόσο, έρευνες έχουν βρει ότι οι έφηβοι εξακολουθούν να έχουν την ανάγκη για την υποστήριξη των γονέων παρόλο που περνούν λιγότερο χρόνο μαζί (Hadiwijaya et al. 2017). Πιο συγκεκριμένα, αναφέρεται ότι, ενώ οι σχέσεις με τους γονείς περιλαμβάνουν περισσότερους διαπληκτισμούς στην εφηβεία λόγω της υψηλής ανάγκης για ανεξαρτητοποίηση, η πλειοψηφία των εφήβων έχουν εγκαθιδρύσει αρμονικές σχέσεις με τους γονείς και η οικογένεια αποτελεί βασικό πυλώνα στήριξης επικοινωνίας (Hadiwijaya et al. 2017).

Στην προσπάθεια εξέτασης της σχέσης του οικογενειακού περιβάλλοντος με την μετέπειτα ψυχοκοινωνική προσαρμογή των εφήβων είναι σημαντική η διερεύνηση του ρόλου των γονέων και ιδιαίτερα του τρόπου, με τον οποίο ανατρέφουν τα παιδιά τους.

### **Διαστάσεις και Στυλ των Γονικών Πρακτικών Διαπαιδαγώγησης**

Οι γονικές πρακτικές διαπαιδαγώγησης ορίζονται ως οι άμεσα παρατηρούμενες συμπεριφορές που χρησιμοποιούν οι γονείς με στόχο την κοινωνικοποίηση των παιδιών τους (Darling & Steinberg 1993). Οι ερευνητές έχουν κατηγοριοποιήσει τις γονικές πρακτικές σε επιμέρους διαστάσεις, οι οποίες θα αναλυθούν παρακάτω.

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Η Diana Baumrind (1971) ήταν πρωτοπόρος στη διερεύνηση των διαστάσεων των γονικών πρακτικών. Αρχικά, επεσήμανε την ύπαρξη δύο διαστάσεων γονικής πρακτικής: την ανταπόκριση (responsiveness) και τις απαιτήσεις (demandingness) των γονέων, οι οποίες συνδέονται με επακόλουθες συμπεριφορές. Οι γονείς που επιδεικνύουν ανταπόκριση χρησιμοποιούν σαφή δομή και ξεκάθαρα όρια, επιβλέπουν τις δραστηριότητες των παιδιών και θέτουν στα παιδιά ευθύνες για ώριμη αντιμετώπιση των καταστάσεων, στις οποίες καλούνται να προσαρμοστούν με βάση το αναπτυξιακό τους στάδιο. Η υιοθέτηση συμπεριφορών που σχετίζονται με την ανταπόκριση αφορούν στην ικανότητα για παροχή φροντίδας, ζεστασιάς και υποστήριξης καθ' όλη τη διάρκεια της ανάπτυξης του παιδιού.

Η ίδια ερευνήτρια, με βάση τις διαστάσεις που εισήγαγε, προσδιόρισε τρία κύρια σχήματα άσκησης του γονικού ρόλου: το διαλεκτικό, το αυταρχικό και το παραχωρητικό (Baumrind, 1980). Μεταγενέστερα, οι Maccoby και Martin (1983) προσέθεσαν στο θεωρητικό μοντέλο μία ακόμη διάσταση στην άσκηση του γονικού ρόλου, η οποία προέκυψε από τη διάσπαση του παραχωρητικού στυλ διαπαιδαγώγησης σε δύο επιμέρους γονικά στυλ. Σύμφωνα με το σχήμα που κατασκεύασαν, η συμπεριφορά των γονέων μπορεί να ταξινομηθεί σε τέσσερα επιμέρους στυλ γονικής διαπαιδαγώγησης που προέκυψαν από παραγοντική ανάλυση: το αυταρχικό γονικό στυλ, το διαλεκτικό στυλ γονικής μέριμνας, το παραχωρητικό/ανεκτικό και το αδιάφορο στυλ. Παρακάτω θα αναλυθούν διεξοδικότερα τα χαρακτηριστικά που συνοδεύουν κάθε στυλ γονικής διαπαιδαγώγησης.

### ***Διαλεκτικό Στυλ Διαπαιδαγώγησης***

Ο γονείς που υιοθετούν το διαλεκτικό στυλ διαπαιδαγώγησης είναι απαιτητικοί, αλλά παράλληλα ανταποκρίνονται στις ανάγκες των παιδιών. Επιδεικνύουν σεβασμό στην

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

προσωπικότητα των παιδιών τους, ενθαρρύνουν την αυτονομία και την παροχή πρωτοβουλιών στην καθημερινή ζωή, ενώ παράλληλα διατηρούν την τελική ευθύνη για τη λήψη των αποφάσεων από κοινού. Ένα άλλο βασικό χαρακτηριστικό των διαλεκτικών γονέων είναι ότι ενθαρρύνουν τα παιδιά να εμπλακούν σε διάλογο και προωθούν τη λεκτική αλληλεπίδραση. Οι διαλεκτικοί γονείς παρέχουν ζεστασιά και αγάπη και λειτουργούν ως στήριγμα για τα παιδιά, ενώ ταυτόχρονα τοποθετούν ξεκάθαρα όρια. Θέτουν κριτήρια και εμμένουν στην ύπαρξη ορίων χωρίς να χρησιμοποιήσουν τιμωρητικές πρακτικές που προσβάλλουν της ακεραιότητα του παιδιού. Ακόμα, παρέχουν στα παιδιά ένα περιβάλλον πλούσιο σε ερεθίσματα και τους προσφέρουν ευκαιρίες για την ανάπτυξη νέων ενδιαφερόντων (Baumrind, 1967, 1971). Οι διαλεκτικοί γονείς είναι σε θέση να εκφράζουν και να διαχειρίζονται τα συναισθήματα των παιδιών τους, αλλά και των ίδιων (Χατζηχρήστου, 2015).

### *Αυταρχικό Στυλ Διαπαιδαγώγησης*

Το αυταρχικό γονικό στυλ συνδυάζει χαμηλή συναισθηματική αποδοχή του παιδιού και υψηλά επίπεδα ελέγχου. Οι αυταρχικοί γονείς υιοθετούν την εφαρμογή μέτρων άσκησης ελέγχου, όπως η τιμωρία. Δίνουν έμφαση στην υπακοή και τη συμμόρφωση και απαιτούν το σεβασμό στην εξουσία που τους δημιουργεί η ανισότητα στη σχέση. Οι αυταρχικοί γονείς δε συμπεριλαμβάνουν τα παιδιά στη λήψη των αποφάσεων και αρκούνται στην απλή ανακοίνωση των δικών τους αποφάσεων. Επιβάλλουν τη δική τους άποψη και δεν επιτρέπουν στα παιδιά να εκφράσουν την άποψη τους για τα επιμέρους θέματα. Για τους αυταρχικούς γονείς η υπακοή είναι σημαντική αρετή και η παρακώλησή της έχει ως αποτέλεσμα την επίπληξη και την επιβολή τιμωριών (Baumrind, 1967, 1971. Dwairy, 2010).

### ***Παραχωρητικό/Ανεκτικό Στυλ Διαπαιδαγώγησης***

Οι γονείς που υιοθετούν το παραχωρητικό/ανεκτικό στυλ διαπαιδαγώγησης παρέχουν υψηλή συναισθηματική αποδοχή του παιδιού, όμως έχουν πολύ χαμηλές απαιτήσεις και προσδοκίες. Οι παραχωρητικοί γονείς αποτυγχάνουν να παράσχουν τη στήριξη που χρειάζονται τα παιδιά. Αποφεύγουν την άσκηση ελέγχου με οποιοδήποτε τρόπο, αφήνοντας τα παιδιά ελεύθερα να εκδηλώσουν τη συμπεριφορά τους. Επιδεικνύουν έλλειψη ενδιαφέροντος για τις συμπεριφορές των παιδιών και επιτρέπουν στα παιδιά να αγνοούν τις γονικές επιθυμίες. Ουσιαστικά, συμπεριφέρονται με έναν ήπιο, αλλά και παθητικό τρόπο (Baumrind, 1967, 1971).

### ***Αδιάφορο Στυλ Διαπαιδαγώγησης***

Οι αδιάφοροι γονείς χαρακτηρίζονται από έλλειψη τόσο συναισθηματικής ανταπόκρισης όσο και ελέγχου. Είναι αποστασιοποιημένοι και συναισθηματικά απόμακροι από τα παιδιά τους και έχουν μειωμένη αλληλεπίδραση με τα παιδιά στην καθημερινότητα. Αρκούνται στην κάλυψη μόνο βασικών αγαθών για την επιβίωση των παιδιών, γεγονός που έχει ιδιαίτερα αρνητικές επιδράσεις στη μετέπειτα πορεία των παιδιών (Baumrind, 1967, 1971. Pinguart, 2016).

Από την παράθεση των διαστάσεων της γονικής διαπαιδαγώγησης και τα αποτελέσματα των ερευνών, καθίσταται σαφές ότι οι θετικές γονικές πρακτικές σχετίζονται με θετική ψυχοκοινωνική προσαρμογή, λειτουργούν ως προστατευτικός παράγοντας και συμβάλλουν στην ενίσχυση των δεξιοτήτων για την ολόπλευρη ανάπτυξη της προσωπικότητας των παιδιών (Filius et al., 2019. García et al., 2018. Lianos, 2015). Μάλιστα, η συναισθηματική στήριξη συμβάλει και στην αποτελεσματική ανταπόκριση στο σχολικό πλαίσιο (Λιανός, 2012).



## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Από την άλλη, η απουσία συναισθηματικής φροντίδας και ικανοποίησης των πολύπλευρων αναγκών των παιδιών μπορεί να αποτελέσει ισχυρό προβλεπτικό παράγοντα για εμφάνιση εσωτερικευμένων και εξωτερικευμένων προβλημάτων, συμπεριλαμβανομένων της κατάθλιψης, του άγχους, της επιθετικότητας και της υιοθέτησης παραβατικής συμπεριφοράς (Hoeve et al., 2011. Matejevic et al., 2015). Έρευνες που έχουν εστιάσει στη σχέση μεταξύ του αυταρχικού στυλ διαπαιδαγώγησης και της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής των εφήβων, αναφέρουν ότι το αυταρχικό στυλ σχετίζεται με υψηλότερα επίπεδα καταθλιπτικών συμπτωμάτων (Chen et al., 2019. Rebecka et al., 2020). Αντίστοιχα είναι τα ευρήματα από έρευνες που μελετούν τη σχέση μεταξύ της γονικής απόρριψης και της ψυχοκοινωνικής προσαρμογής, που αναδεικνύουν τη σχέση της με αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές στην εφηβεία (Zhu et al., 2020).

Σημαντική κρίνεται και η διερεύνηση των γονικών στυλ διαπαιδαγώγησης που αναφέρονται στη βιβλιογραφία για τον ελλαδικό χώρο. Σε έρευνα, στην οποία συμπεριλήφθηκαν έφηβοι από τη Σουηδία, την Ιταλία και την Ελλάδα, βρέθηκε ότι στην Ελλάδα το στυλ, που υιοθετούνταν πιο συχνά τόσο από τον πατέρα όσο και από την μητέρα ήταν το διαλεκτικό στυλ διαπαιδαγώγησης (Olivari et al., 2015). Μία άλλη έρευνα, που πραγματοποιήθηκε στην Ελλάδα και εστίασε στις πατρικές πρακτικές ανατροφής, βρήκε ότι σε γενικές γραμμές οι έφηβοι αντιλαμβάνονταν τους πατέρες τους ως υποστηρικτικούς (Antonopoulou et al., 2012). Οι μελέτες για τον ελλαδικό χώρο εστιάζουν κυρίως στη συσχέτιση ανάμεσα στη συναισθηματική ζεστασιά, την ανταπόκριση των γονέων και την παροχή αυτονομίας από μέρους τους και τη θετική ψυχοκοινωνική προσαρμογή και υποκειμενική αίσθηση ευεξίας των εφήβων (Antonopoulou et al., 2012. Argyriou et al., 2016. Filius et al. 2019. Lianos, 2015).

## **Σχέση μεταξύ της Μοναξιάς, της Υπερβολικής Χρήσης του Διαδικτύου και των Γονικών Πρακτικών**

Ερευνητές επισημαίνουν ότι ο τρόπος παροχής της γονικής φροντίδας αποτελεί σημαντικό παράγοντα για την ψυχική ευημερία και την ανάπτυξη των εφήβων. Εξίσου η μοναξιά και η υπερβολική χρήση έχουν συνδεθεί με τις γονικές διαστάσεις και τις γονικές πρακτικές (Shek et al., 2018. von Soest et al., 2020).

Αρχικά, είναι σημαντικό να αναφερθεί η σχέση που έχει αναδειχθεί μεταξύ της υπερβολικής χρήσης και του οικογενειακού περιβάλλοντος. Τη σπουδαιότητα του ρόλου των γονέων στην εμφάνιση του εθισμού στο διαδίκτυο τονίζουν πολλοί ερευνητές, καθώς αποτελούν τον πιο σημαντικό φορέα κοινωνικοποίησης του παιδιού (Bleakley et al., 2016). Το οικογενειακό πλαίσιο δείχνει να παίζει σημαντικό ρόλο στην πρόβλεψη της μετέπειτα χρήσης του διαδικτύου (Shek et al., 2018).

Πιο συγκεκριμένα, αναφέρεται ότι ένα θετικό οικογενειακό περιβάλλον συμβάλλει στην συναισθηματική ρύθμιση μέσω της οποίας οι έφηβοι είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τα συναισθήματα και να ανταποκρίνονται με προσαρμοστικό τρόπο στα ερεθίσματα. Ως εκ τούτου, δύνανται να αντιμετωπίζουν τις προκλήσεις υιοθετώντας λιγότερο αποφευκτικές συμπεριφορές, όπως η υπερβολική χρήση του διαδικτύου (Choo et al., 2015. Li et al., 2018). Σε έρευνα με Έλληνες μαθητές διαπιστώθηκε πως όσο μεγαλύτερη ήταν η φροντίδα, η προστασία και ο σεβασμός στην αυτονομία των εφήβων τόσο λιγότερη ήταν και η χρήση του διαδικτύου και η ενασχόληση με τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (Floros & Siomos, 2013).

Εμπειρικά δεδομένα έχουν επισημάνει τη σημασία της επικοινωνίας με τους γονείς για την θωράκιση των εφήβων από την υπερβολική χρήση. Συγκεκριμένα, η ύπαρξη καλής

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

επικοινωνίας μεταξύ των μελών της οικογένειας έχει βρεθεί ότι λειτουργεί προστατευτικά για την εμφάνιση προβληματικής χρήσης. Αντιθέτως, η έλλειψη διαύλων επικοινωνίας και η χαμηλή εκφραστικότητα στην οικογένεια αυξάνουν τα επίπεδα της κατάχρησης (Boniel-Nissim, & Sasson, 2018. van den Eijnden et al., 2010. Yu & Shek, 2013). Έχει υποστηριχθεί ότι η υπερβολική χρήση του διαδικτύου θα μπορούσε να λειτουργήσει ως μία προσπάθεια για αντιστάθμιση της ελλιπούς επικοινωνίας με τους γονείς (Liu et al., 2013. Sela et al., 2020).

Ακόμα, περισσότεροι έφηβοι, των οποίων οι γονείς χαρακτηρίζονταν ως απορριπτικοί ως προς το γονικό στυλ, πληρούσαν τα κριτήρια για εξάρτηση από το διαδίκτυο (Karaer & Akdemir, 2019). Οι έφηβοι που παρουσίαζαν υψηλά ποσοστά χρήσης ανέφεραν χαμηλά επίπεδα γονικού ελέγχου από τους γονείς (Chen et al., 2015. Karaer & Akdemir, 2019. Wartberg et al., 2017. Xiuqin et al., 2010). Η άσκηση γονικού ελέγχου έχει βρεθεί ότι σχετίζεται με θετική ψυχοκοινωνική προσαρμογή και λειτουργεί προστατευτικά για τη χρήση του διαδικτύου (Akhter et al., 2011. Kalmus et al., 2015).

Αναφορικά με τα επίπεδα ελέγχου που ασκούν οι γονείς, έχει υποστηριχθεί ότι τόσο η απουσία ελέγχου όσο και ο υπέρμετρος έλεγχος συνδέονται με την αυξημένη χρήση διαδικτύου (Xiuqin et al., 2010). Έρευνες αναφέρουν ότι γονείς εφήβων που έχουν εθιστεί στο διαδίκτυο ασκούν υπερβολικό έλεγχο, είναι αυταρχικοί και χρησιμοποιούν τιμωρητικές πρακτικές (Kalaitzaki & Birtchnell, 2014. Ko et al., 2015. Leung & Lee, 2012. Zhang et al., 2019). Ο έλεγχος των παιδιών υπό αυτή την κατεύθυνση περιλαμβάνει τη διαρκή επίβλεψη των δραστηριοτήτων και των ενεργειών τους και συνδυάζεται με την ύπαρξη υπερβολικών προσδοκιών και την παροχή μειωμένης υποστήριξης (Czerpiel & Τάνταρος, 2018. Xiuqin et al., 2010). Τέλος, έρευνα έχει αναδείξει τη σχέση μεταξύ της αγχώδους ανατροφής των γονέων και

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου για την εμπλοκή σε διαδικτυακά παιχνίδια (Wartberg et al., 2019).

Αντίστοιχα αποτελέσματα προκύπτουν και από τις μελέτες με επίκεντρο τη σχέση μεταξύ της μοναξιάς και της γονικής διαπαιδαγώγησης. Σε συνέπεια με την προϋπάρχουσα βιβλιογραφία, επισημαίνεται ότι η ανταπόκριση των γονέων στις συναισθηματικές ανάγκες των παιδιών και η αποδοχή συνδέονται αρνητικά με τη μοναξιά (Maes et al., 2016. von Soest et al., 2020). Η γονική ζεστασιά που λαμβάνεται τόσο από την μητέρα όσο και από τον πατέρα σχετίζεται με χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς (Mahon et a., 2006). Έχει βρεθεί ότι η υποστήριξη από τους γονείς δρα προστατευτικά στην εμφάνιση της μοναξιάς (Goosby et al., 2013). Σε έρευνα βρέθηκε ότι οι έφηβοι, οι οποίοι είχαν αναπτύξει ασφαλή δεσμό και με τους δύο γονείς, ανέφεραν χαμηλότερα ποσοστά μοναξιάς αναφορικά με τους συνομηλίκους (Al-Yagon, 2011). Είναι εμφανές ότι ο ασφαλής δεσμός που αναπτύσσεται και με τους δύο γονείς παίζει προστατευτικό ρόλο για την πρόληψη του βιώματος μοναξιάς.

Από την άλλη μεριά, οι γονείς που δεν εμπλέκονται επαρκώς και δεν επιδεικνύουν την απαιτούμενη ευαισθησία απέναντι στα παιδιά τους μπορεί να συντελέσουν στη δημιουργία ενός δυσλειτουργικού οικογενειακού πλαισίου, που δημιουργεί την προδιάθεση για κοινωνική ευαλωτότητα των παιδιών και δυσκολίες στη διαμόρφωση ενός υγιούς κοινωνικού δικτύου (Segrin et al., 2012). Ερευνητές επισημαίνουν ότι η απουσία εγγύτητας, συνοχής και υποστήριξης μεταξύ των μελών της οικογένειας είναι παράγοντες επικινδυνότητας για την εκδήλωση συναισθημάτων μοναξιάς (Sharabi et al., 2012). Δίνεται, επίσης, έμφαση στην επίδραση του ψυχολογικού ελέγχου για την παρουσία μοναξιάς και υποστηρίζεται ότι ο ψυχολογικός έλεγχος σχετίζεται με θετικές στάσεις απέναντι στην μοναχικότητα (Maes et al., 2016. Scharf et al., 2011).

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Οι έρευνες, οι οποίες συνδέουν και τις τρεις μεταβλητές συγχρόνως είναι περιορισμένες. Σε μία τέτοια μελέτη ερευνήθηκε, εάν η υψηλή ποιότητα στην επικοινωνία μεταξύ των γονέων και των εφήβων μετριάξει τη σχέση ανάμεσα στη χρήση του διαδικτύου και τη μοναξιά. Τα ευρήματα έδειξαν ότι η αντιλαμβανόμενη ποιότητα της επικοινωνίας με τους γονείς μειώνει την πιθανότητα να συνδεθεί η χρήση του διαδικτύου με αυξημένα επίπεδα μοναξιάς και αυξάνει την πιθανότητα για διατήρηση χαμηλών επιπέδων μοναξιάς. Αναφέρεται ότι η υψηλή ποιότητα στην επικοινωνία με τους γονείς ωφελεί ιδιαίτερα τους εφήβους, οι οποίοι επιδίδονται σε εκτεταμένη χρήση του διαδικτύου (Appel et al., 2012).

Σε άλλη έρευνα έγινε εστίαση στον διαμεσολαβητικό ρόλο που έχει η μοναξιά μεταξύ της λειτουργίας του οικογενειακού συστήματος και της κατάχρησης του διαδικτύου. Από τα αποτελέσματα βρέθηκε ότι η λειτουργία του οικογενειακού περιβάλλοντος είχε έμμεση επίδραση στην εμφάνιση προβληματικής χρήσης μέσω της μοναξιάς. Η ύπαρξη θετικής οικογενειακής ατμόσφαιρας συνδέεται με την παρουσία χαμηλών επιπέδων μοναξιάς, που προβλέπει τα χαμηλά επίπεδα κατάχρησης του διαδικτύου (Shi et al., 2017).

Στη σύγχρονη βιβλιογραφία υπάρχουν αρκετές έρευνες που μελετούν τη σχέση μεταξύ των γονικών πρακτικών και των επιπέδων μοναξιάς και υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου. Ωστόσο, λίγες είναι οι έρευνες που διερευνούν τη σχέση μεταξύ των τριών μεταβλητών συγχρόνως και, ιδιαίτερα, στον ελλαδικό χώρο παρατηρείται κενό στη βιβλιογραφία που αφορά τα προαναφερθέντα ζητήματα. Με την παρούσα έρευνα θα γίνει προσπάθεια για σύνδεση του αισθήματος μοναξιάς, της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και των γονικών πρακτικών, προκειμένου να εμπλουτιστούν τα ερευνητικά δεδομένα.

**Ερευνητικές Υποθέσεις και Ερωτήματα**

Όπως αναφέρθηκε παραπάνω, η παρούσα έρευνα έχει ως στόχο να μελετήσει το αίσθημα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι και να γίνει διερεύνηση για πιθανή σχέση του αισθήματος μοναξιάς με τις γονικές πρακτικές διαπαιδαγώγησης και τη χρήση του διαδικτύου.

Αναλυτικότερα, οι ερευνητικές υποθέσεις και ερωτήματα που προέκυψαν από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας διαμορφώνονται ως εξής:

Υ1: Αναμένεται ότι οι έφηβοι στο σύνολο τους θα εμφανίσουν χαμηλά επίπεδα μοναξιάς και χρήσης του διαδικτύου

Υ2: Αναμένεται ότι στο σύνολό τους οι γονείς των εφήβων υιοθετούν το διαλεκτικό στυλ διαπαιδαγώγησης

Υ3: Αναμένεται ότι υπάρχει συσχέτιση ανάμεσα στα επίπεδα μοναξιάς και στους παράγοντες της κλίμακας για τη χρήση διαδικτύου. Συγκεκριμένα, αναμένεται να υπάρχει θετική συσχέτιση μεταξύ των επιπέδων μοναξιάς και των παραγόντων «Υπερβολική Χρήση» και «Αρνητική Ψυχοκοινωνική Προσαρμογή» του ερωτηματολογίου για τη χρήση του διαδικτύου.

Υ4: Αναμένεται ότι υπάρχει συσχέτιση ανάμεσα στις διαστάσεις γονικών πρακτικών και στις αντιλήψεις των μαθητών για τα επίπεδα μοναξιάς. Συγκεκριμένα, αναμένεται να υπάρχει αρνητική συσχέτιση μεταξύ των αντιλήψεων των μαθητών για τα επίπεδα της μοναξιάς και της γονικής ζεστασιάς και θετική συσχέτιση μεταξύ των επιπέδων μοναξιάς και της γονικής απόρριψης, υπερπροστασίας και αγχώδους ανατροφής.

Υ5: Αναμένεται ότι υπάρχει συσχέτιση ανάμεσα στις διαστάσεις γονικών πρακτικών και στις αντιλήψεις των μαθητών για τη χρήση του διαδικτύου. Συγκεκριμένα, αναμένεται να υπάρχει αρνητική συσχέτιση μεταξύ των παραγόντων της κλίμακας της χρήσης διαδικτύου και

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

της γονικής ζεστασιάς και θετική συσχέτιση μεταξύ των παραγόντων της κλίμακας της χρήσης διαδικτύου και της γονικής απόρριψης, υπερπροστασίας και αγχώδους ανατροφής.

Υ6: Αναμένεται ότι οι έφηβοι, των οποίων οι γονείς έχουν υψηλότερο μορφωτικό επίπεδο, θα εμφανίσουν χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σχέση με τους εφήβους, των οποίων οι γονείς έχουν χαμηλότερο μορφωτικό επίπεδο.

Υ7: Αναμένεται ότι η συναισθηματική ζεστασιά, η γονική απόρριψη και η χρήση του διαδικτύου προβλέπουν το αίσθημα μοναξιάς των εφήβων.

E1: Τα ευρήματα από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας ήταν αντιφατικά με αυτό το ερώτημα, οπότε διατυπώθηκε το ερώτημα: Υπάρχει διαφορά στα επίπεδα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι ως προς το φύλο;

E2: Τα ευρήματα από την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας ήταν αντιφατικά με αυτό το ερώτημα, οπότε διατυπώθηκε το ερώτημα: Υπάρχει διαφορά στα επίπεδα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι ως προς την οικογενειακή κατάσταση;

E3: Υπάρχει διαφορά στα επίπεδα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι ως προς την ύπαρξη ή όχι αδερφού/αδερφής;

### Μέθοδος

#### Συμμετέχοντες

Το δείγμα της παρούσας έρευνας αποτέλεσαν 663 μαθητές σχολείων της ευρύτερης περιοχής Αθηνών. Αναλυτικά,  $N = 260$  μαθητές (39,2%) φοιτούσαν στην Α' τάξη Γυμνασίου,  $N = 211$  μαθητές (31,8%) φοιτούσαν στη Β' τάξη Γυμνασίου και  $N = 191$  μαθητές (28,8%) φοιτούσαν στη Γ' τάξη Γυμνασίου. Αναφορικά με το φύλο των συμμετεχόντων, 328 (49,5%) ήταν αγόρια και 335 (50,5%) ήταν κορίτσια (βλ. Πίνακα 1). Όσον αφορά στην καταγωγή των μαθητών 622 (93,8%) είχαν ελληνική καταγωγή, ενώ 41 (6,2%) μαθητές κατάγονταν από άλλη χώρα.

#### Πίνακας 1

*Κατανομή Συχνότητας των Συμμετεχόντων ως προς το Φύλο και την Τάξη Φοίτησης*

Τάξη φοίτησης	Φύλο			
	Αγόρια		Κορίτσια	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Α' Γυμνασίου	132	19,9%	128	19,3%
Β' Γυμνασίου	96	14,5%	115	17,4%
Γ' Γυμνασίου	99	15,0%	92	13,9%
Σύνολο	328	49,5%	335	50,5%

Αναφορικά με το μορφωτικό επίπεδο του πατέρα, το 5% (33 μαθητές/-τριες) του δείγματος δήλωσε ότι ο πατέρας τους έχει τελειώσει το δημοτικό και το 17,5% (116 μαθητές/-τριες) ότι ο πατέρας τους έχει τελειώσει το γυμνάσιο. Το 24,3% (161 μαθητές/-τριες) δήλωσε ότι ο πατέρας τους έχει τελειώσει το λύκειο και το 50,1% (332 μαθητές/-τριες) ότι έχει



## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

ολοκληρώσει ανώτερη/ανώτατη εκπαίδευση. Δεν υπήρχαν στοιχεία για το μορφωτικό επίπεδο του πατέρα για 2,3% του δείγματος (15 μαθητές/-τριες). Ως προς το μορφωτικό επίπεδο της μητέρας, το 4,7% (31 μαθητές/-τριες) του δείγματος απάντησε ότι η μητέρα τους έχει τελειώσει το δημοτικό, το 12,7% (84 μαθητές/-τριες) ότι η μητέρα τους έχει τελειώσει το γυμνάσιο, το 24% (159 μαθητές/-τριες) απάντησε ότι η μητέρα τους έχει ολοκληρώσει το λύκειο και, τέλος, το 56,1% (372 μαθητές/τριες) απάντησε πως η μητέρα τους έχει ολοκληρώσει ανώτερη/ανώτατη εκπαίδευση. Δεν υπήρχαν στοιχεία για το μορφωτικό επίπεδο της μητέρας για 1,8 % του δείγματος (12 μαθητές/-τριες). Στον Πίνακα 2 συνοψίζονται τα στοιχεία για το μορφωτικό επίπεδο των γονέων των συμμετεχόντων.

**Πίνακας 2**

*Κατανομή Συχνότητας των Συμμετεχόντων ως προς το Μορφωτικό Επίπεδο των Γονέων*

Μορφωτικό επίπεδο γονέων	<i>f</i>	%
<i>Μορφωτικό επίπεδο πατέρα</i>		
Δημοτικό	33	5%
Γυμνάσιο	116	17,5%
Λύκειο	161	24,3%
Ανώτερη/Ανώτατη Σχολή	332	50,1%
Δεν απάντησαν	15	2,3%
<i>Μορφωτικό επίπεδο μητέρας</i>		
Δημοτικό	31	4,7%
Γυμνάσιο	84	12,7%
Λύκειο	159	24%
Ανώτερη/Ανώτατη Σχολή	372	56,1%
Δεν απάντησαν	12	1,8%

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Αναφορικά με την οικογενειακή κατάσταση των γονέων το μεγαλύτερο ποσοστό των μαθητών, 76,8% (509 μαθητές/-τριες) δήλωσε ότι οι γονείς τους είναι έγγαμοι, ενώ το 16,9% (112 μαθητές/-τριες) απάντησε πως οι γονείς τους είναι χωρισμένοι/διαζευγμένοι. Το 2,6% (17 μαθητές/-τριες) απάντησε πως οι γονείς τους έχουν πραγματοποιήσει δεύτερο γάμο, ενώ το υπόλοιπο 2,6% (17 μαθητές/-τριες) απάντησε πως έχει πεθάνει ένας τους γονέας. Παρατηρείται ότι οι μαθητές, των οποίων οι γονείς έχουν πραγματοποιήσει δεύτερο γάμο και οι μαθητές, των οποίων έχει πεθάνει ένας γονέας, αντιπροσωπεύουν ένα μικρό ποσοστό του συνολικού δείγματος. Στη συγκεκριμένη ερώτηση δεν απάντησε το 1,2% (8 μαθητές/-τριες) (βλ. Πίνακα 3).

### Πίνακας 3

*Κατανομή Συχνότητας των Συμμετεχόντων ως προς την Οικογενειακή Κατάσταση*

Οικογενειακή κατάσταση	<i>f</i>	%
Έγγαμοι	509	76,8%
Χωρισμένοι- Διαζευγμένοι	112	16,9%
Δεύτερος Γάμος	17	2,6%
Θάνατος γονέα	17	2,6%
Δεν απάντησαν	8	1,2%

Τέλος, αναφορικά με τα αδέρφια,  $N = 555$  (83,7%) απάντησαν ότι είχαν αδέρφια, ενώ  $N = 100$  (15,1%) απάντησαν ότι δεν είχαν αδέρφια. Δεν υπήρχαν στοιχεία αναφορικά με την ύπαρξη αδελφών για  $N = 7$  μαθητές/-τριες (1,1%) (βλ. Πίνακα 4).

**Πίνακας 4***Κατανομή Συχνότητας των Συμμετεχόντων ως προς την Ύπαρξη Αδελφών*

Ύπαρξη αδερφών	<i>f</i>	%
Ναι	555	83,7%
Όχι	100	15,1%
Δεν απάντησαν	7	1,1%

**Μέσα Συλλογής Δεδομένων**

Η συλλογή δεδομένων έγινε με τη χορήγηση τριών ερωτηματολογίων αυτοαναφοράς, τα οποία αφορούσαν στις τρεις βασικές μεταβλητές της έρευνας, τη μοναξιά, την υπερβολική χρήση του διαδικτύου και τις πρακτικές ανατροφής/τύπους γονικότητας. Ακόμα, χορηγήθηκε ένα ερωτηματολόγιο δημογραφικών στοιχείων για τη συλλογή στοιχείων, όπως το φύλο, την τάξη, το επίπεδο εκπαίδευσης των γονέων και την οικογενειακή κατάσταση. Τα ερωτηματολόγια που αξιοποιήθηκαν για τη συλλογή δεδομένων ήταν τα εξής:

***Αναθεωρημένη Κλίμακα Μοναξιάς UCLA (The revised UCLA loneliness Scale)***

Η κλίμακα Μοναξιάς [UCLA Loneliness Scale (Version3)] μετρά τις αυτοαναφορές των εφήβων αναφορικά με τα υποκειμενικά συναισθήματα της μοναξιάς και την αντίληψη της κοινωνικής απομόνωσης (Russell, 1996). Προσαρμόστηκε στην ελληνική γλώσσα, προκειμένου να καταστεί δυνατή η χορήγηση.

Η κλίμακα αναθεωρήθηκε δύο φορές από την πρώτη της δημοσίευση. Κατασκευάστηκε το 1978 από τους Russell και συν. και αναθεωρήθηκε το 1980. Οι αναθεωρήσεις

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

πραγματοποιήθηκαν προκειμένου να απλοποιηθεί η διατύπωση ορισμένων ερωτημάτων και να υπολογιστούν τα αντίστροφα διατυπωμένα στοιχεία.

Η κλίμακα Μοναξιάς [UCLA Loneliness Scale (Version3)] αποτελείται από 20 προτάσεις αυτοαναφοράς κλειστού τύπου και γίνεται χρήση τετράβαθμης κλίμακας Likert («Ποτέ», «Σπάνια», «Μερικές Φορές», «Συχνά»), ανάλογα με τη συχνότητα που βιώνουν το περιεχόμενο της κάθε πρότασης. Όσον αφορά στη βαθμολογία της κλίμακας, το σκορ που μπορεί να συγκεντρώσουν οι συμμετέχοντες κυμαίνεται από το 20 έως το 80. Το 20 εκφράζει χαμηλά επίπεδα μοναξιάς, ενώ όσο αυξάνεται το σκορ, αυξάνονται και τα επίπεδα μοναξιάς, που βιώνουν οι συμμετέχοντες.

Ενδεικτικά παραδείγματα των στοιχείων είναι τα εξής: «Δεν υπάρχει κανένας, στον οποίο μπορώ να στραφώ για βοήθεια», «Νιώθω απομονωμένος από τους άλλους γύρω μου» και «Κανένας δεν με ξέρει πραγματικά καλά». Για την κλίμακα οι κατασκευαστές αναφέρουν δείκτη αξιοπιστίας Cronbach  $\alpha$  που κυμαίνεται από 0,89 έως 0,94 (Russel, 1996). Τέλος, ο δείκτης εσωτερικής αξιοπιστίας για το ελληνικό δείγμα ήταν από 0,87 έως 0,89 (Kafetsios & Sideridis, 2006).

### ***Ερωτηματολόγιο για τον Εθισμό στο Διαδίκτυο IAT (Internet Addiction Test)***

Το ερωτηματολόγιο για τον εθισμό στο διαδίκτυο (IAT) της Young (1998) χρησιμοποιήθηκε για να αξιολογηθεί σε ποιο βαθμό η χρήση του διαδικτύου διαταράσσει τη καθημερινή ζωή των συμμετεχόντων. Το ερωτηματολόγιο περιελάμβανε 20 ερωτήσεις, από τις οποίες εξήχθησαν έξι παράγοντες, οι οποίοι είναι οι εξής: «Υπερβολική χρήση», «Έλλειψη ελέγχου», «Παραμέληση της κοινωνικής ζωής», «Προσδοκία», «Παραμέληση της εργασίας» και «Υπεροχή» (Widyanto & McMurrin 2004).

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Το ερωτηματολόγιο για τον εθισμό στο διαδίκτυο έχει μεταφραστεί, προσαρμοστεί και ελεγχθεί για την εγκυρότητα του στον ελλαδικό πληθυσμό (Tsimtsiou et al., 2014). Από την προσαρμογή στον ελλαδικό πληθυσμό εξήχθησαν τρεις διακριτοί παράγοντες, που ονομάστηκαν «Παραμέληση Εργασίας», «Διαχείριση Χρόνου» και «Ψυχολογική/Συναισθηματική Σύγκρουση». Στην παρούσα έρευνα χρησιμοποιείται μεταγενέστερη προσαρμογή στον ελλαδικό πληθυσμό, που οδήγησε σε 13 διατυπώσεις. Πιο αναλυτικά, γίνεται χρήση πεντάβαθμης κλίμακας Likert, με την οποία οι διατυπώσεις βαθμολογούνται από το 1 «Διαφωνώ» έως το 5 «Συμφωνώ». Από την παραγοντική ανάλυση προέκυψαν δύο παράγοντες, ο παράγοντας «Υπερβολική Χρήση» (π.χ. Πιστεύεις ότι παραμένεις online περισσότερη ώρα απ' όση αρχικά υπολόγιζες) και ο παράγοντας «Αρνητική Ψυχοκοινωνική Προσαρμογή» (π.χ. Έχει επηρεαστεί η επίδοσή σου στο σχολείο εξαιτίας του διαδικτύου και των παιχνιδιών). Αναφορικά με τον τρόπο βαθμολόγησης του ερωτηματολογίου που χρησιμοποιήθηκε, θεωρείται ότι οι μέσοι όροι των κλιμάκων με βαθμολογία 3,5-5 δείχνουν σημαντικά προβλήματα στον εκάστοτε παράγοντα που μετράται.

Το συγκεκριμένο εργαλείο έχει ελεγχθεί για την αξιοπιστία και την εγκυρότητα. Το «Ερωτηματολόγιο για τον εθισμό στο διαδίκτυο (IAT) έχει επιδείξει μέτρια έως καλή εσωτερική συνοχή και ταυτόχρονα εγκυρότητα με τον δείκτη αξιοπιστίας Cronbach  $\alpha$  να κυμαίνεται από 0,54 έως 0,82 (Widyano & McMurrin, 2004). Από την στάθμιση του εργαλείου στην Ελλάδα αναφέρεται δείκτης αξιοπιστίας 0,70 (Tsimtsiou, 2014). Το εργαλείο αποτελεί ένα από τα πιο ευρέως χρησιμοποιούμενα μέσα συλλογής δεδομένων στον τομέα της έρευνας του εθισμού στο διαδίκτυο.

**Κλίμακα EMBU-C «Egna Minnen Beträffande Uppfostran» (Αναμνήσεις από την Ανατροφή μου)**

Η κλίμακα Διαστάσεων Γονικών Πρακτικών (EMBU-C) μετράει τις αυτοαναφορές των μαθητών αναφορικά με τους τρόπους ανατροφής που χρησιμοποιούν οι γονείς τους. Αποτελεί απλοποιημένη έκδοση του EMBU που αποτελούνταν από 80 προτάσεις (Perris et al., 1980) και είναι προσαρμοσμένη σε παιδιά και εφήβους 9-17 ετών ( $M = 13$  έτη).

Η κλίμακα Διαστάσεων Γονικών Πρακτικών (EMBU-C) αποτελείται από 40 ερωτήσεις αυτοαναφοράς κλειστού τύπου και γίνεται χρήση τετράβαθμης κλίμακας Likert («Όχι, ποτέ», «Ναι, αλλά σπάνια», «Ναι, συχνά», «Ναι, όλη την ώρα»), που μετρά τους τέσσερις τύπους πρακτικών ανατροφής, όπως προέκυψαν και από την έρευνα των Muris και συν. (2003). Για κάθε πρόταση της κλίμακας οι έφηβοι καλούνται να απαντήσουν ξεχωριστά για τον πατέρα και τη μητέρα τους. Οι τέσσερις τύποι που προκύπτουν είναι οι εξής: Συναισθηματική ζεστασιά, Απόρριψη, Υπερπροστασία και Αγχώδης ανατροφή.

Στον παράγοντα της συναισθηματικής ζεστασιάς ανήκουν 10 στοιχεία. Για την κλίμακα που αφορά στον πατέρα οι κατασκευαστές αναφέρουν δείκτη αξιοπιστίας  $\alpha = 0,81$ , ενώ για την κλίμακα που αφορά στη μητέρα ο δείκτη αξιοπιστίας είναι  $\alpha = 0,77$ . Ενδεικτικά παραδείγματα των στοιχείων είναι τα εξής: «Οι γονείς σου σε αποδέχονται, όπως είσαι», «Οι γονείς σου θέλουν να περνούν χρόνο μαζί σου» και «Οι γονείς σου δείχνουν ότι σ' αγαπούν».

Στον παράγοντα της απόρριψης ανήκουν 10 στοιχεία. Για την κλίμακα που αφορά στον πατέρα οι κατασκευαστές αναφέρουν δείκτη αξιοπιστίας  $\alpha = 0,78$ , ενώ για την κλίμακα που αφορά στη μητέρα ο δείκτη αξιοπιστίας είναι  $\alpha = 0,77$ . Ενδεικτικά παραδείγματα των στοιχείων

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

είναι τα εξής: «Οι γονείς σου θα ήθελαν να είσαι σαν κάποιον άλλο», «Οι γονείς σου σε τιμωρούν χωρίς λόγο», και «Οι γονείς σου, σου συμπεριφέρονται άδικα».

Στον παράγοντα της υπερπροστασίας ανήκουν 10 στοιχεία. Για την κλίμακα που αφορά στον πατέρα οι κατασκευαστές αναφέρουν δείκτη αξιοπιστίας  $\alpha = 0,67$ , ενώ για την κλίμακα που αφορά στη μητέρα ο δείκτη αξιοπιστίας είναι  $\alpha = 0,66$ . Ενδεικτικά παραδείγματα των στοιχείων είναι τα εξής: «Οι γονείς σου, σου λένε τι πρέπει να κάνεις μετά το σχολείο», «Οι γονείς σου παρακολουθούν στενά ό,τι κάνεις» και «Οι γονείς σου πιστεύουν ότι πρέπει να αποφασίζουν τα πάντα για σένα».

Στον παράγοντα της αγχώδους ανατροφής ανήκουν 10 στοιχεία. Για την κλίμακα που αφορά στον πατέρα οι κατασκευαστές αναφέρουν δείκτη αξιοπιστίας  $\alpha = 0,78$ , ενώ για την κλίμακα που αφορά στη μητέρα ο δείκτης αξιοπιστίας είναι  $\alpha = 0,79$ . Ενδεικτικά παραδείγματα των στοιχείων είναι τα εξής: «Οι γονείς σου ανησυχούν για το τι κάνεις μετά το σχολείο», «Οι γονείς σου ανησυχούν μήπως κάνεις επικίνδυνα πράγματα» και «Οι γονείς σου φοβούνται, όταν κάνει κάτι μόνος/η σου».

Το ερωτηματολόγιο μεταφράστηκε στα ελληνικά και χρησιμοποιήθηκε από τον Λιανό το 2012. Αξιοποιήθηκε επίσης το 2015 από τον ίδιο (Lianos, 2015) για την πραγματοποίηση έρευνας, που περιελάμβανε τη διερεύνηση της σχέσης μεταξύ των διαστάσεων γονικότητας και χαρακτηριστικών προσωπικότητας με την κατηγοριοποίηση του μοντέλου των πέντε παραγόντων. Οι δείκτες αξιοπιστίας στο ελληνικό δείγμα κυμαίνονταν από 0,66-0,84 και έρχονται σε συμφωνία με τις δείκτες αξιοπιστίας των κατασκευαστών.

***Ερωτηματολόγιο Δημογραφικών Στοιχείων***

Στους συμμετέχοντες δόθηκε ερωτηματολόγιο δημογραφικών στοιχείων και ζητήθηκε να καταγράψουν πληροφορίες, όπως την ηλικία, την τάξη φοίτησης, το φύλο και τη σχολική επίδοση. Επιπλέον, το ερωτηματολόγιο περιελάμβανε ερωτήσεις αναφορικά με το οικογενειακό πλαίσιο, όπου καλούνταν να συμπληρώσουν το μορφωτικό επίπεδο των γονέων (Δημοτικό, Γυμνάσιο, Λύκειο, Ανώτερη/Ανώτατη Σχολή), την επαγγελματική τους κατάσταση, την καταγωγή τους και την οικογενειακή κατάσταση.

***Διαδικασία***

Η χορήγηση των ερωτηματολογίων έγινε στα πλαίσια ενός ευρύτερου ερευνητικού προγράμματος του Εργαστηρίου Σχολικής Ψυχολογίας, του Τμήματος Ψυχολογίας, του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, με τίτλο «Διαστάσεις φιλίας και διερεύνηση ατομικών και συστημικών προστατευτικών παραγόντων». Τα ερωτηματολόγια της παρούσας έρευνας χορηγήθηκαν σε Γυμνάσια της Αττικής. Η μέθοδος, με την οποία επιλέχθηκαν τα άτομα του δείγματος, ήταν η δειγματοληψία κατά συστάδες. Οι συμμετέχοντες της έρευνας ήταν μαθητές/-τριες της Α', Β' και Γ' Γυμνασίου.

Η έναρξη της χορήγησης των ερωτηματολογίων πραγματοποιήθηκε, αφού λήφθηκε σχετική άδεια από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής του Υπουργείου Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων. Ύστερα από την έγκριση της έρευνας, ακολούθησε επικοινωνία με τους διευθυντές των σχολείων σχετικά με το σκοπό της έρευνας και δόθηκαν σχετικές διευκρινήσεις για τον τρόπο διεξαγωγής.

Στη συνέχεια, και, εφόσον έγινε δεκτό το αίτημα για χορήγηση των ερωτηματολογίων στο εκάστοτε σχολείο, δόθηκε στους συμμετέχοντες έντυπο με τη μορφή έγγραφης



## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

συγκατάθεσης για τους γονείς. Όσοι έφηβοι επέστρεψαν το σχετικό έντυπο υπογεγραμμένο θετικά από τους γονείς και, εφόσον ο ίδιος ο έφηβος ήταν θετικός να συμπληρώσει το ερωτηματολόγιο, συμμετείχαν στην έρευνα.

Η χορήγηση των εργαλείων της έρευνας διαρκούσε δύο διδακτικές ώρες και γινόταν ομαδικά στο πλαίσιο της τάξης. Είχε προηγηθεί η συνεννόηση με τους εκπαιδευτικούς των τμημάτων για την παρουσία τους στα τμήματα κατά τη διάρκεια της χορήγησης. Πριν ξεκινήσει η συμπλήρωση δίνονταν οδηγίες σχετικά με τα ερωτηματολόγια και διευκρινιζόταν ότι θα διατηρηθεί η ανωνυμία των συμμετεχόντων στην έρευνα. Η ερευνήτρια ήταν παρούσα κατά τη διάρκεια της συμπλήρωσης και έδινε διευκρινήσεις, εφόσον προέκυπτε κάποια απορία. Τα ερωτηματολόγια συλλέγονταν επιτόπου μετά την ολοκλήρωσή τους και παραδίδονταν στην ερευνήτρια, όπου γινόταν και ο έλεγχος για την ορθή και πλήρη συμπλήρωσή τους.

### Αποτελέσματα

Η ανάλυση των δεδομένων έγινε με το στατιστικό υπολογιστικό πακέτο IBM SPSS Statistics 23.0. Αρχικά, έγινε έλεγχος των ελλειπουσών τιμών και διαπιστώθηκε ένα πολύ μικρό ποσοστό ελλειπουσών τιμών στις δημογραφικές μεταβλητές, αλλά δεν υπήρχαν ελλείπουσες τιμές στις υπόλοιπες μεταβλητές της έρευνας. Στη συνέχεια, έγινε έλεγχος της κανονικότητας των διακυμάνσεων με τη χρήση του κριτηρίου Kolmogorov-Smirnov. Διαπιστώθηκε ότι οι βαθμολογίες των μεταβλητών είχαν τη μορφή μη συμμετρικής κατανομής για το σύνολο του δείγματος, οπότε ο έλεγχος των ερευνητικών ερωτημάτων έγινε με τη χρήση μη παραμετρικών κριτηρίων.

### Περιγραφικοί Στατιστικοί Δείκτες

Στον Πίνακα 5 παρουσιάζονται ο μέσος όρος, η τυπική απόκλιση, η ελάχιστη και η μέγιστη τιμή, η διάμεσος, καθώς και ο συντελεστής αξιοπιστίας Cronbach  $\alpha$  για τη κλίμακα της μοναξιάς (UCLA).

### Πίνακας 5

*Περιγραφικοί Στατιστικοί Δείκτες και Συντελεστές Αξιοπιστίας για την Κλίμακα της Μοναξιάς (UCLA)*

Μεταβλητή	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>	<i>Median</i>	<i>Alpha</i>
Κλίμακα μοναξιάς (UCLA)	1,89	0,44	1,10	3,90	1,80	0,79

*Σημείωση.* Μοναξιά: 4-βάθμια κλίμακα Likert (1=Ποτέ, 2=Σπάνια, 3=Μερικές Φορές, 4=Πάντα)

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Ακολουθεί ο Πίνακας 6, όπου παρουσιάζονται τα περιγραφικά στοιχεία για τις υποκλίμακες της χρήσης διαδικτύου (IAT)

### Πίνακας 6

*Περιγραφικοί Στατιστικοί Δείκτες και Συντελεστές Αξιοπιστίας για τις Υποκλίμακες του Ερωτηματολογίου της Χρήσης Διαδικτύου (IAT)*

Παράγοντες χρήσης διαδικτύου	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>	<i>Median</i>	<i>Alpha</i>
Υπερβολική χρήση	2,57	1,04	1,00	5,00	2,40	0,79
Αρνητική προσαρμογή	2,01	0,81	1,00	4,75	1,75	0,80

*Σημείωση.* Χρήση διαδικτύου: 5-βάθμια κλίμακα Likert (1=Διαφωνώ έως 5=Συμφωνώ)

Στη συνέχεια, παρουσιάζεται ο Πίνακας 7, όπου παραθέτονται τα αντίστοιχα περιγραφικά στοιχεία για τις υποκλίμακες των διαστάσεων γονικότητας (EMBU-C) ξεχωριστά για τον πατέρα και την μητέρα.

Σύμφωνα με αυτόν, τον υψηλότερο μέσο όρο παρουσίασαν οι έφηβοι στην υποκλίμακα «Συναισθηματική Ζεστασιά» ( $M = 3,23$ ,  $SD = 0,62$ ) και τον χαμηλότερο μέσο όρο στην υποκλίμακα «Απόρριψη» ( $M = 1,56$ ,  $SD = 0,53$ ) στην κλίμακα της γονικότητας του πατέρα. Οι δείκτες αξιοπιστίας Cronbach  $\alpha$  είναι 0,64 έως 0,84. Αντίστοιχα για την κλίμακα γονικότητας της μητέρας, οι συμμετέχοντες παρουσίασαν τον υψηλότερο μέσο όρο στην υποκλίμακα «Συναισθηματική Ζεστασιά» ( $M = 3,30$ ,  $SD = 0,53$ ) και τον χαμηλότερο στην υποκλίμακα «Απόρριψη» ( $M = 1,64$ ,  $SD = 0,60$ ). Οι δείκτες αξιοπιστίας Cronbach  $\alpha$  είναι 0,64 έως 0,80.

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

**Πίνακας 7**

*Περιγραφικοί Στατιστικοί Δείκτες και Συντελεστές Αξιοπιστίας για τις Υποκλίμακες του*

*Ερωτηματολογίου των Διαστάσεων Γονικότητας (EMBU-C) του Πατέρα και της*

*Μητέρας*

Διαστάσεις Γονικότητας	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>	<i>Διάμεσος</i>	<i>Alpha</i>
<i>Πατέρας</i>						
Υπερπροστασία	2,17	0,48	1,10	3,80	2,10	0,64
Συναισθηματική Ζεστασιά	3,23	0,62	1,00	4,00	3,30	0,73
Απόρριψη	1,56	0,53	1,00	3,85	1,40	0,84
Αγχώδης Ανατροφή	2,65	0,60	1,00	4,00	2,65	0,81
<i>Μητέρα</i>						
Υπερπροστασία	2,35	0,53	1,10	4,00	2,30	0,64
Συναισθηματική Ζεστασιά	3,30	0,53	1,00	4,00	3,40	0,77
Απόρριψη	1,64	0,60	1,00	3,84	1,50	0,80
Αγχώδης Ανατροφή	2,82	0,64	1,00	4,00	2,80	0,68

*Σημείωση.* Διαστάσεις γονικότητας: 4-βάθμια κλίμακα Likert (1=Όχι, ποτέ, 2=Ναι, αλλά σπάνια, 3=Ναι, συχνά,

4=Ναι, όλη την ώρα)

**Έλεγχος Ερευνητικών Υποθέσεων*****Συγκρίσεις Μέσων Όρων με Βάση τις Δημογραφικές Μεταβλητές***

Διερευνήθηκαν οι διαφορές των μέσων όρων του αισθήματος μοναξιάς ως προς τις μεταβλητές φύλο, οικογενειακή κατάσταση, μορφωτικό επίπεδο του πατέρα και της μητέρας και ύπαρξη αδερφών και αξιολογήθηκε η στατιστική σημαντικότητα των παρατηρούμενων διαφορών.

ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

**Διερεύνηση Διαφορών ως προς το Φύλο.** Για τη διερεύνηση της ύπαρξης διαφορών ως προς το φύλο των συμμετεχόντων στο αίσθημα της μοναξιάς, χρησιμοποιήθηκε το κριτήριο Mann-Whitney (U-test) για δύο ανεξάρτητα δείγματα. Από την απλή θεώρηση των μέσων ιεραρχήσεων προκύπτει ότι το αίσθημα μοναξιάς είναι υψηλότερο στα αγόρια ( $T.T. = 340, 97$ ) σε σχέση με τα κορίτσια ( $T.T.= 323,21$ ). Ωστόσο, το κριτήριο Mann-Whitney (U-test) υπέδειξε ότι η παρατηρούμενη διαφορά δεν είναι στατιστικώς σημαντική ( $U = 51997,00, p = 0,233$ ). Συνεπώς, το αίσθημα μοναξιάς των εφήβων δε συνδέεται σημαντικά με το φύλο (βλ. Πίνακα 8).

**Πίνακας 8**

*Διάμεσοι και Τιμές των Κριτηρίων των Ελέγχων της Κλίμακας της Μοναξιάς ως προς το Φύλο*

Φύλο	Κλίμακα Μοναξιάς				
	<i>N</i>	<i>T.T.</i>	<i>Διάμεσος</i>	<i>U-τιμή</i>	<i>p</i>
Αγόρια	328	340,97	1,82	51997,00	0,233
Κορίτσια	335	323,21	1,80		

**Διερεύνηση Διαφορών ως προς την Οικογενειακή Κατάσταση.** Για τη διερεύνηση της ύπαρξης διαφορών ως προς την οικογενειακή κατάσταση των συμμετεχόντων στο αίσθημα της μοναξιάς, χρησιμοποιήθηκε το μη παραμετρικό κριτήριο Kruskal-Wallis (H-test). Από την απλή θεώρηση των μέσων ιεραρχήσεων προκύπτει ότι το αίσθημα μοναξιάς είναι υψηλότερο στους μαθητές, οι οποίοι αναφέρουν ότι έχει πεθάνει κάποιος από τους δύο γονείς ( $T.T. = 388,00$ ) και στους μαθητές διαζευγμένων γονέων ( $T.T. = 357,20$ ). Έπονται οι μαθητές παντρεμένων γονέων ( $M = 320,21$ ) και οι μαθητές, των οποίων οι γονείς έχουν πραγματοποιήσει δεύτερο γάμο ( $T.T. = 308,97$ ). Ωστόσο, το κριτήριο του ελέγχου Kruskal-Wallis υπέδειξε ότι δεν υπάρχει στατιστικώς σημαντική διαφορά ανάμεσα στο αίσθημα της μοναξιάς και την οικογενειακή κατάσταση των

ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

μαθητών [ $H(3) = 5,41, p = 0,144$ ] (βλ. Πίνακα 9). Πραγματοποιήθηκαν post hoc αναλύσεις για τη σύγκριση κατά ζεύγη των επιμέρους ομάδων, όπου δεν βρέθηκαν στατιστικώς σημαντικές διαφορές.

**Πίνακας 9**

*Διάμεσοι και Τιμές των Κριτηρίων των Ελέγχων της Κλίμακας της Μοναξιάς ως προς την Οικογενειακή Κατάσταση*

Οικογενειακή Κατάσταση	Κλίμακα Μοναξιάς				
	<i>N</i>	<i>T.T.</i>	<i>Διάμεσος</i>	<i>H τιμή (df=3)</i>	<i>p</i>
Παντρεμένοι	509	320,21	1,80	5,41	0,144
Διαζευγμένοι – Χωρισμένοι	112	357,20	1,86		
Δεύτερος γάμος	17	308,97	1,78		
Θάνατος γονέα	17	388,00	1,90		

**Διερεύνηση Διαφορών ως προς το Μορφωτικό Επίπεδο.** Για τη διερεύνηση των διαφορών ως προς το επίπεδο εκπαίδευσης τόσο του πατέρα όσο και της μητέρας χρησιμοποιήθηκε το μη παραμετρικό κριτήριο Kruskal-Wallis (*H*-test).

**Μορφωτικό Επίπεδο Πατέρα.** Τα αποτελέσματα της ανάλυσης έδειξαν ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική συσχέτιση ανάμεσα στο επίπεδο εκπαίδευσης του πατέρα και τα επίπεδα μοναξιάς [ $H(3) = 14,6, p = 0,002$ ]. Πραγματοποιήθηκαν post hoc αναλύσεις για τη σύγκριση κατά ζεύγη των επιμέρους ομάδων. Οι post hoc συγκρίσεις υπέδειξαν ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά στα επίπεδα μοναξιάς μεταξύ των μαθητών, των οποίων οι πατέρες έχουν ολοκληρώσει το Λύκειο και Ανώτερη/Ανώτατη Σχολή έναντι εκείνων που έχουν ολοκληρώσει το Γυμνάσιο και το Δημοτικό. Συγκεκριμένα, οι μαθητές, των οποίων οι πατέρες έχουν ολοκληρώσει το Λύκειο ( $T.T.= 319,86$ ) και Ανώτερη/Ανώτατη Σχολή ( $T.T.= 305,37$ )

ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

παρουσίασαν χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σχέση με τους μαθητές, των οποίων οι πατέρες έχουν ολοκληρώσει το Γυμνάσιο ( $T.T.= 406,27$ ) και το Δημοτικό ( $T.T.= 335,47$ ).

**Μορφωτικό Επίπεδο Μητέρας.** Τα αποτελέσματα της ανάλυσης έδειξαν ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική συσχέτιση ανάμεσα στο επίπεδο εκπαίδευσης της μητέρας και τα επίπεδα μοναξιάς [ $H(3) = 20,2, p < 0,001$ ]. Πραγματοποιήθηκαν post hoc αναλύσεις για τη σύγκριση κατά ζεύγη των επιμέρους ομάδων. Οι post hoc συγκρίσεις υπέδειξαν ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική διαφορά στα επίπεδα μοναξιάς μεταξύ των μαθητών, των οποίων οι μητέρες έχουν ολοκληρώσει το Λύκειο και Ανώτερη/Ανώτατη Σχολή έναντι εκείνων που έχουν ολοκληρώσει το Γυμνάσιο. Συγκεκριμένα, οι μαθητές, των οποίων οι μητέρες έχουν ολοκληρώσει το Λύκειο ( $T.T. = 319,86$ ) και Ανώτερη/Ανώτατη Σχολή ( $T.T. = 305,37$ ) παρουσίασαν χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σχέση με τους μαθητές, των οποίων οι μητέρες έχουν ολοκληρώσει το Γυμνάσιο ( $T.T. = 406,27$ ) (βλ. Πίνακα 10).

### Πίνακας 10

*Διάμεσοι και Τιμές των Κριτηρίων των Ελέγχων της Κλίμακας της Μοναξιάς ως προς το Μορφωτικό Επίπεδο του Πατέρα και της Μητέρας*

Μορφωτικό επίπεδο γονέων	Κλίμακα Μοναξιάς				
	<i>N</i>	<i>T.T.</i>	<i>Διάμεσος</i>	<i>H τιμή (df=3)</i>	<i>p</i>
<i>Επίπεδο εκπαίδευσης πατέρα</i>					
Δημοτικό	33	402,15	1,80	14,6	0,002**
Γυμνάσιο	116	358,37	1,86		
Λύκειο	161	296,76	1,78		
Ανώτερη/Ανώτατη Σχολή	332	312,60	1,90		
<i>Επίπεδο εκπαίδευσης μητέρας</i>					
Δημοτικό	31	335,47	1,98	20,2	0,000***
Γυμνάσιο	84	406,27	1,89		
Λύκειο	159	319,86	1,75		
Ανώτερη/Ανώτατη Σχολή	372	305,37	1,77		

*Σημείωση.* \* $p < 0,05$ . \*\* $p < 0,01$ . \*\*\* $p < 0,001$ .

ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

**Διερεύνηση Διαφορών ως προς την Ύπαρξη ή όχι Αδερφού/Αδερφής.** Διεξάχθηκαν μη παραμετρικοί έλεγχοι MannWhitney, για να διερευνηθούν οι διαφορές ανάμεσα στα επίπεδα μοναξιάς και την ύπαρξης αδερφού/αδερφής. Τα αποτελέσματα της ανάλυσης έδειξαν ότι η παρατηρούμενη διαφορά δεν είναι στατιστικώς σημαντική ( $U = 26979,50, p = 0,658$ ). Συνεπώς, το αίσθημα μοναξιάς των εφήβων δε συνδέεται σημαντικά με την ύπαρξη ή όχι αδερφού/αδερφής (βλ. Πίνακα 11).

**Πίνακας 11**

*Διάμεσοι και Τιμές των Κριτηρίων των Ελέγχων της Κλίμακας της Μοναξιάς ως προς την Ύπαρξη Αδερφού/Αδερφής*

Ύπαρξη αδερφού/αδερφής	Κλίμακα Μοναξιάς				
	<i>N</i>	<i>T.T.</i>	<i>Διάμεσος</i>	<i>U-τιμή</i>	<i>p</i>
Ναι	555	326,61	1,80	26979,50	0,658
Όχι	100	335,71	1,79		

*Δείκτες Συσχέτισης ανάμεσα στα Επίπεδα Μοναξιά και στους Παράγοντες της Κλίμακας για τη Χρήση του Διαδικτύου*

**Παράγοντας «Υπερβολική Χρήση Διαδικτύου».** Για τη διερεύνηση της συσχέτισης των επιπέδων μοναξιάς και της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου υπολογίστηκε ο συντελεστής συσχέτισης Spearman Rho. Ειδικότερα, διαπιστώθηκε ότι ο δείκτης είναι θετικής κατεύθυνσης και στατιστικά σημαντικός, ωστόσο παρατηρήθηκε χαμηλή συσχέτιση [ $\rho(663) =$



ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

0,21,  $p < 0,001$ ]. Συμπεραίνεται ότι όσο αυξάνεται το επίπεδο μοναξιάς τόσο αυξάνεται η υπερβολική χρήση του διαδικτύου και αντίστροφα.

**Παράγοντας «Αρνητική Προσαρμογή».** Για τη διερεύνηση των επιπέδων μοναξιάς και της αρνητικής προσαρμογής που σχετίζεται με τη χρήση του διαδικτύου υπολογίστηκε ο συντελεστής συσχέτισης Spearman Rho. Ειδικότερα, διαπιστώθηκε ότι ο δείκτης είναι θετικής κατεύθυνσης και στατιστικά σημαντικός, ωστόσο παρατηρήθηκε χαμηλή συσχέτιση [ $\rho(663) = 0,30, p < 0,001$ ]. Συμπεραίνεται ότι όσο αυξάνεται το επίπεδο μοναξιάς τόσο αυξάνεται η αρνητική προσαρμογή που σχετίζεται με τη χρήση του διαδικτύου και αντίστροφα (βλ. Πίνακα 12).

**Πίνακας 12**

*Συντελεστές Συσχέτισης του Spearman της Κλίμακας της Μοναξιάς με τους Παράγοντες της Κλίμακας της Χρήσης του Διαδικτύου*

Κλίμακα	1	2	3
1. Επίπεδα Μοναξιάς	1,00	0,21***	0,30***
2. Υπερβολική Χρήση	0,21***	1,00	0,55***
3. Αρνητική Ψυχοκοινωνική Προσαρμογή	0,30***	0,55***	1,00

*Σημείωση. \* $p < 0,05$ . \*\* $p < 0,01$ . \*\*\* $p < 0,001$ .*

***Διερεύνηση Συνάφειας μεταξύ των Επιπέδων Μοναξιάς και των Διαστάσεων Γονικότητας***

Για τη διερεύνηση της σχέσης μεταξύ των επιπέδων μοναξιάς και των διαστάσεων γονικότητας υπολογίστηκε ο συντελεστής συσχέτισης Spearman Rho. Αναφορικά με τον παράγοντα της συναισθηματικής ζεστασιάς διαπιστώθηκε ότι ο δείκτης είναι αρνητικής κατεύθυνσης και στατιστικά σημαντικός και παρατηρήθηκε μέτρια προς χαμηλή συσχέτιση

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

μεταξύ των επιπέδων μοναξιάς και της συναισθηματικής ζεστασιάς που λάμβαναν οι συμμετέχοντες τόσο από τον πατέρα [ $\rho(663) = -0,30, p < 0,001$ ] όσο και από τη μητέρα [ $\rho(663) = -0,34, p < 0,001$ ]. Τα υψηλότερα επίπεδα συναισθηματικής ζεστασιάς και από τους δύο γονείς συνδέθηκαν με χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς.

Όσον αφορά στον παράγοντα της απόρριψης βρέθηκε ότι ο δείκτης είναι θετικής κατεύθυνσης και στατιστικά σημαντικός και παρατηρήθηκε μέτρια προς χαμηλή συσχέτιση μεταξύ των επιπέδων μοναξιάς και της απόρριψης που λάμβαναν οι συμμετέχοντες τόσο από τον πατέρα [ $\rho(663) = 0,32, p < 0,001$ ] όσο και από τη μητέρα [ $\rho(663) = 0,35, p < 0,001$ ]. Όσο πιο απορριπτικοί ήταν οι γονείς τόσο υψηλότερα εμφανίζονταν τα επίπεδα της μοναξιάς.

Σχετικά με τον παράγοντα της υπερπροστατευτικότητας διαπιστώθηκε ότι ο δείκτης είναι θετικής κατεύθυνσης και στατιστικά σημαντικός, ωστόσο παρατηρήθηκε χαμηλή συσχέτιση μεταξύ των επιπέδων μοναξιάς και της υπερπροστατευτικότητας τόσο για τον πατέρα [ $\rho(663) = 0,13, p = 0,001$ ] όσο και για τη μητέρα [ $\rho(663) = 0,13, p = 0,001$ ]. Τα υψηλότερα επίπεδα υπερπροστασίας και από τους δύο γονείς σχετίζονταν με σημαντικά υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς για τους εφήβους.

Τέλος, για τον παράγοντα της αγχώδους ανατροφής τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ο δείκτης είναι θετικής κατεύθυνσης και στατιστικά σημαντικός, ωστόσο παρατηρήθηκε πολύ χαμηλή συσχέτιση μεταξύ των επιπέδων μοναξιάς και της αγχώδους ανατροφής της μητέρας [ $\rho(663) = 0,09, p = 0,024$ ] και δε βρέθηκε συσχέτιση με την αγχώδη ανατροφή του πατέρα [ $\rho(663) = 0,07, p > 0,05$ ] (βλ. Πίνακα 13).

**Πίνακας 13**

*Συντελεστές Συσχέτισης του Spearman της Κλίμακας της Μοναξιάς με τις Διαστάσεις της Κλίμακας Γονικότητας*

Διαστάσεις Γονικότητας	Κλίμακα Μοναξιάς
<i>Πατέρας</i>	
Συναισθηματική Ζεστασιά	-0,30***
Υπερπροστασία	0,13***
Απόρριψη	0,32***
Αγχώδης ανατροφή	0,07
<i>Μητέρα</i>	
Συναισθηματική Ζεστασιά	-0,34***
Υπερπροστασία	0,13***
Απόρριψη	0,35***
Αγχώδης ανατροφή	0,09*

*Σημείωση. \* $p < 0,05$ . \*\* $p < 0,01$ . \*\*\* $p < 0,001$ .*

***Διερεύνηση Συνάφειας μεταξύ των Διαστάσεων Γονικότητας και της Χρήσης του Διαδικτύου***

Για τη διερεύνηση της σχέσης μεταξύ της χρήσης του διαδικτύου και των διαστάσεων γονικότητας υπολογίστηκε ο συντελεστής συσχέτισης Spearman Rho. Αναφορικά με τον παράγοντα της συναισθηματικής ζεστασιάς διαπιστώθηκε ότι ο δείκτης είναι αρνητικής κατεύθυνσης και στατιστικά σημαντικός τόσο για τον παράγοντα της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου όσο και για τον παράγοντα της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής. Παρατηρήθηκε χαμηλή συσχέτιση μεταξύ της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και της

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

συναισθηματικής ζεστασιάς που λάμβαναν οι συμμετέχοντες τόσο από τον πατέρα [ $rho(663) = -0,21, p < 0,001$ ] όσο και από τη μητέρα [ $rho(663) = -0,23, p < 0,001$ ]. Εξίσου, παρατηρήθηκε χαμηλή συσχέτιση μεταξύ της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου της συναισθηματικής ζεστασιάς τόσο του πατέρα [ $rho(663) = -0,25, p < 0,001$ ] όσο και της μητέρας [ $rho(663) = -0,27, p < 0,001$ ]. Τα υψηλότερα επίπεδα συναισθηματικής ζεστασιάς και από τους δύο γονείς συνδέθηκαν με μικρότερα επίπεδα υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου.

Όσον αφορά στον παράγοντα της απόρριψης βρέθηκε ότι ο δείκτης είναι θετικής κατεύθυνσης και στατιστικά σημαντικός τόσο για τον παράγοντα της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου όσο και για τον παράγοντα της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής. Παρατηρήθηκε μέτρια συσχέτιση μεταξύ της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και της απόρριψης που λάμβαναν οι συμμετέχοντες τόσο από τον πατέρα [ $rho(663) = 0,31, p < 0,001$ ] όσο και από τη μητέρα [ $rho(663) = 0,37, p < 0,001$ ]. Εξίσου, παρατηρήθηκε μέτρια συσχέτιση μεταξύ της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου της απόρριψης τόσο του πατέρα [ $rho(663) = 0,37, p < 0,001$ ] όσο και της μητέρας [ $rho(663) = 0,39, p < 0,001$ ]. Όσο πιο απορριπτικοί ήταν οι γονείς τόσο υψηλότερα εμφανίζονταν τα επίπεδα υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου.

Σχετικά με τον παράγοντα της υπερπροστατευτικότητας διαπιστώθηκε ότι ο δείκτης είναι θετικής κατεύθυνσης και στατιστικά σημαντικός, ωστόσο παρατηρήθηκε χαμηλή συσχέτιση μεταξύ της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής και της υπερπροστατευτικότητας τόσο για τον πατέρα [ $rho(663) = 0,14, p = 0,001$ ] όσο και για τη μητέρα [ $rho(663) = 0,18, p = 0,001$ ]. Τα

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

υψηλότερα επίπεδα υπερπροστασίας και από τους δύο γονείς σχετίζονταν με σημαντικά υψηλότερα επίπεδα αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου για τους εφήβους. Από την άλλη, δε βρέθηκε συσχέτιση του παράγοντα της υπερπροστατευτικότητας του πατέρα με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου [ $rho(663) = 0,05, p > 0,05$ ] και βρέθηκε πολύ χαμηλή συσχέτιση του παράγοντα της υπερπροστατευτικότητας της μητέρας με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου [ $rho(663) = 0,09, p < 0,05$ ].

Τέλος, για τον παράγοντα της αγχώδους ανατροφής τα αποτελέσματα έδειξαν ότι ο δείκτης είναι θετικής κατεύθυνσης και στατιστικά σημαντικός τόσο για τον παράγοντα της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου όσο και για τον παράγοντα της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής. Παρατηρήθηκε, ωστόσο, πολύ χαμηλή συσχέτιση μεταξύ της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και της αγχώδους ανατροφής τόσο του πατέρα [ $rho(663) = 0,14, p < 0,001$ ] όσο και της μητέρας [ $rho(663) = 0,15, p < 0,001$ ]. Εξίσου, παρατηρήθηκε πολύ χαμηλή συσχέτιση μεταξύ της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου της αγχώδους ανατροφής τόσο του πατέρα [ $rho(663) = 0,12, p < 0,001$ ] όσο και της μητέρας [ $rho(663) = 0,15, p < 0,001$ ] (βλ. Πίνακα 14).

**Πίνακας 14**

*Συντελεστές Συσχέτισης του Spearman των Παραγόντων της Κλίμακας της Χρήσης Διαδικτύου με τις Διαστάσεις της Κλίμακας Γονικότητας*

Διαστάσεις Γονικότητας	Κλίμακα Χρήσης διαδικτύου	
	Υπερβολική Χρήση	Αρνητική Προσαρμογή
<i>Πατέρας</i>		
Συναισθηματική Ζεστασιά	-0,21***	-0,25***
Υπερπροστασία	0,05	0,14***
Απόρριψη	0,31***	0,37***
Αγχώδης ανατροφή	0,14***	0,12**
<i>Μητέρα</i>		
Συναισθηματική Ζεστασιά	-0,23***	-0,27***
Υπερπροστασία	0,09*	0,18***
Απόρριψη	0,37***	0,39***
Αγχώδης ανατροφή	0,15***	0,15***

*Σημείωση.* \*  $p < 0,05$  \*\*  $p < 0,01$  \*\*\*  $p < 0,001$

***Ανάλυση Παλινδρόμησης***

Τέλος, διεξήχθη ένα μοντέλο πολλαπλής γραμμικής παλινδρόμησης με εξαρτημένη μεταβλητή την κλίμακα της μοναξιάς και ανεξάρτητες μεταβλητές τις κλίμακες για τις διαστάσεις γονικών πρακτικών και της χρήσης του διαδικτύου, καθώς επίσης και δημογραφικά στοιχεία, όπως το φύλο και το μορφωτικό επίπεδο των γονέων. Συγκεκριμένα, διατυπώθηκε η υπόθεση ότι οι μεταβλητές αυτές συνδυασμένες γραμμικά στην εξίσωση της γραμμικής

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

παλινδρόμησης συμβάλλουν σημαντικά στη στατιστική πρόβλεψη της μεταβλητότητας των επιπέδων μοναξιάς.

Αρχικά, ελέγχθηκε, αν πληρούνται οι προϋποθέσεις της κανονικότητας, της ομοσκεδαστικότητας, της γραμμικότητας και της μη ύπαρξης πολυσυγγραμμικότητας. Το ιστόγραμμα τυποποιημένων υπολοίπων έδειξε ότι τα τυποποιημένα υπόλοιπα σχηματίζουν κανονική κατανομή, επομένως η προϋπόθεση της κανονικότητας πληρούνταν. Το διάγραμμα σκεδασμού των τυποποιημένων υπολοίπων δεν ακολουθούσε κάποια συγκεκριμένη μορφή, κάτι που δείχνει ότι πληρείται η προϋπόθεση της ομοσκεδαστικότητας και της γραμμικότητας. Τέλος, ο έλεγχος του δείκτη ανοχής και του παράγοντα πληθωριστικής διαφοράς έδειξε ότι ικανοποιείται η προϋπόθεση μη ύπαρξης πολυσυγγραμμικότητας για τις ανεξάρτητες μεταβλητές (Tolerance > 0,10, VIF < 10).

Στο μοντέλο ορίστηκε ως εξαρτημένη μεταβλητή το σκορ της κλίμακας της μοναξιάς. Εφαρμόζοντας τη διαδοχική ανάλυση πολλαπλής παλινδρόμησης, οι μεταβλητές εισήχθησαν σε τρία βήματα. Στο πρώτο βήμα εισήχθησαν οι μεταβλητές, που αφορούσαν στις διαστάσεις γονικότητας του πατέρα και της μητέρας (συναισθηματική ζεστασιά, απόρριψη, υπερπροστασία, αγχώδης ανατροφή). Στο δεύτερο βήμα εισήχθησαν οι μεταβλητές της χρήσης του διαδικτύου: υπερβολική χρήση και αρνητική ψυχοκοινωνική προσαρμογή. Στο τρίτο βήμα προστέθηκαν οι δημογραφικές μεταβλητές: φύλο, μορφωτικό επίπεδο πατέρα, μορφωτικό επίπεδο μητέρας.

Τα αποτελέσματα της διαδοχικής ανάλυσης πολλαπλής παλινδρόμησης στο πρώτο βήμα έδειξαν ότι οι διαστάσεις γονικότητας του πατέρα και της μητέρας (συναισθηματική ζεστασιά, απόρριψη, υπερπροστασία, αγχώδης ανατροφή) συνέβαλαν στατιστικώς σημαντικά στη μεταβλητότητα των επιπέδων μοναξιάς,  $F(8, 637) = 18,20$   $p < 0,001$ , εξηγώντας το 18,6% της

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

διακύμανσης. Στο δεύτερο βήμα έγινε η εισαγωγή των μεταβλητών, που αφορούσαν στη χρήση του διαδικτύου (υπερβολική χρήση, αρνητική ψυχοκοινωνική προσαρμογή). Τα αποτελέσματα της ανάλυσης παλινδρόμησης έδειξαν ότι οι μεταβλητές αυτές συνέβαλλαν στατιστικώς σημαντικά στη μεταβλητότητα των επιπέδων μοναξιάς  $ΔF(2, 635) = 7,33$   $p < 0,001$ , εξηγώντας μόλις το 1,8% της διακύμανσης. Τέλος, εισάγοντας τις δημογραφικές μεταβλητές βρέθηκε ότι οι μεταβλητές αυτές μπορούσαν να εξηγήσουν επιπλέον το 2% της μεταβλητότητας των επιπέδων μοναξιάς,  $ΔF(7, 628) = 2,28$ ,  $p = 0,003$  (βλ. Πίνακα 15).

Τα αποτελέσματα δείχνουν ότι οι μεταβλητές των διαστάσεων γονικότητας συνέβαλαν σε μεγαλύτερο ποσοστό στην πρόβλεψη της μεταβλητότητας των επιπέδων μοναξιάς, ενώ οι μεταβλητές των δημογραφικών και της χρήσης του διαδικτύου εξηγούσαν ένα μικρό ποσοστό της μεταβλητότητας. Το σύνολο των ανεξάρτητων μεταβλητών εξήγησε το 22,4% της μεταβλητότητας των επιπέδων μοναξιάς.

Εξετάζοντας τις επιδράσεις της κάθε μεταβλητής ξεχωριστά, διαπιστώνουμε ότι στατιστικώς σημαντικές επιδράσεις ασκούν οι μεταβλητές της συναισθηματικής ζεστασιάς του πατέρα, της απόρριψης της μητέρας, της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής, που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου και το μορφωτικό επίπεδο της μητέρας. Συγκεκριμένα, αναφορικά με το μορφωτικό επίπεδο της μητέρας βρέθηκε ότι μόνο το γυμνάσιο ως επίπεδο εκπαίδευσης της μητέρας λειτούργησε ως προβλεπτικός παράγοντας για τα επίπεδα μοναξιάς. Ισχυρότερος προβλεπτικός δείκτης των επιπέδων μοναξιάς ήταν η μεταβλητή της συναισθηματικής ζεστασιάς του πατέρα. Με βάση τα παραπάνω δεδομένα διαπιστώνουμε ότι υψηλότερες τιμές στα επίπεδα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι συνδέθηκαν με χαμηλότερα επίπεδα συναισθηματικής ζεστασιάς του πατέρα, υψηλότερα επίπεδα απόρριψης από τη μητέρα



## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

και υψηλότερα επίπεδα αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου.

**Πίνακας 15**

*Διαδοχική Ανάλυση Πολλαπλής Παλινδρόμησης για τη Στατιστική Πρόβλεψη των Επιπέδων Μοναξιάς*

Προβλεπτικός παράγοντας	<i>B</i>	<i>SE B</i>	$\beta$
<i>Βήμα 1</i>			
Συναισθηματική Ζεστασιά			
Πατέρας	-0,19	0,04	-0,24***
Μητέρα	-	-	-
Απόρριψη			
Πατέρας	-	-	-
Μητέρα	0,16	0,05	0,21**
Υπερπροστασία			
Πατέρας	-	-	-
Μητέρα	-	-	-
Αγχώδης ανατροφή			
Πατέρας	-	-	-
Μητέρα	-	-	-
<i>Βήμα 2</i>			
Υπερβολική χρήση διαδικτύου	-	-	-
Αρνητική ψυχοκοινωνική προσαρμογή	0,08	0,02	0,15***
<i>Βήμα 3</i>			
Φύλο			
Μορφωτικό επίπεδο πατέρα	-	-	-
Μορφωτικό επίπεδο μητέρας ((Γυμνάσιο vs Ανώτερη/Ανώτατη Σχολή)	0,13	0,05	0,10*

*Σημείωση.*  $R^2 = 0,22$ . Προσαρμοσμένο  $R^2 = 0,20$ . \* $p < 0,05$ . \*\* $p < 0,01$ . \*\*\* $p < 0,001$ .

### Συζήτηση

Η παρούσα εργασία είχε ως στόχο να διερευνήσει πώς το αίσθημα μοναξιάς των εφήβων σχετίζεται με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου και με τις αντιλαμβανόμενες διαστάσεις γονικής διαπαιδαγώγησης του πατέρα και της μητέρας, αλλά και πώς ορισμένα δημογραφικά χαρακτηριστικά των μαθητών (φύλο, οικογενειακή κατάσταση, μορφωτικό επίπεδο γονέων, ύπαρξη αδερφού/αδερφής) σχετίζονται με το αίσθημα μοναξιάς που βιώνουν. Ακόμα, μελετήθηκε κατά πόσο η χρήση του διαδικτύου, οι διαστάσεις γονικής διαπαιδαγώγησης και τα δημογραφικά χαρακτηριστικά, που αναφέρθηκαν παραπάνω, προβλέπουν το αίσθημα μοναξιάς των εφήβων. Τα αποτελέσματα επιβεβαίωσαν κάποιες από τις αρχικές υποθέσεις και δόθηκε απάντηση στα ερευνητικά ερωτήματα.

Σύμφωνα με την πρώτη ερευνητική υπόθεση αναμένεται ότι οι έφηβοι στο σύνολό τους θα παρουσιάσουν χαμηλά επίπεδα μοναξιάς και χρήσης διαδικτύου. Πράγματι, στην παρούσα έρευνα ο μέσος όρος των επιπέδων μοναξιάς των εφήβων τοποθετείται σε χαμηλά επίπεδα. Τα αποτελέσματα συνάδουν με τα προϋπάρχοντα ερευνητικά δεδομένα, σύμφωνα με τα οποία οι περισσότεροι έφηβοι αναφέρουν σταθερά χαμηλά επίπεδα μοναξιάς, αν και παρατηρείται αυξητική τάση των επιπέδων μοναξιάς στην εφηβεία (Benner, 2011. Rönkä et al., 2014. Vanhalst et al., 2013). Αναφορικά με τη χρήση του διαδικτύου, τόσο για τον παράγοντα της υπερβολικής χρήσης όσο και για τον παράγοντα της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής, που προκύπτει από την υπερβολική χρήση, οι μέσοι όροι δείχνουν ότι οι περισσότεροι έφηβοι δεν αντιμετωπίζουν σημαντικά προβλήματα στον τομέα αυτό. Τα ευρήματα έρχονται σε συμφωνία με προϋπάρχουσες έρευνες, στις οποίες έχει βρεθεί ότι το μεγαλύτερο ποσοστό των εφήβων κατορθώνει να διατηρεί σε ελεγχόμενα επίπεδα τη χρήση του διαδικτύου (Floros et al., 2010. Stavropoulos et al., 2013). Ωστόσο, στις έρευνες παρατηρείται ένα μικρότερο ποσοστό

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

εφήβων, που εμφανίζει υψηλά επίπεδα μοναξιάς και χρήσης διαδικτύου, και το γεγονός αυτό εγείρει ανησυχία.

Σχετικά με τις πρακτικές γονικής διαπαιδαγώγησης, επιβεβαιώθηκε ότι η επικρατέστερη αντιλαμβανόμενη πρακτική είναι η παροχή συναισθηματικής ζεστασιάς, η οποία συνδέεται με το διαλεκτικό στυλ διαπαιδαγώγησης. Τα αποτελέσματα αντανakλούν τις αξίες της κοινωνίας αναφορικά με το ρόλο της οικογένειας, καθώς επίσης και τη νομοθεσία, βάσει των οποίων δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στη ανατροφή των παιδιών με σεβασμό, υποστήριξη και προστασία (Olivari et al., 2015).

Σύμφωνα με την επόμενη ερευνητική υπόθεση αναμένεται ότι θα υπάρχει θετική συσχέτιση μεταξύ του αισθήματος μοναξιάς και της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής που προκύπτει από τη χρήση. Από τα ευρήματα της έρευνας προκύπτει ότι υπάρχει στατιστικά σημαντική συσχέτιση ανάμεσα στο αίσθημα μοναξιάς των συμμετεχόντων και των παραγόντων της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής, που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου, κάτι που επιβεβαιώνει την αρχική υπόθεση. Τα υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς συνδέονται με υψηλότερα επίπεδα υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου και αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής. Τα ευρήματα επαληθεύονται από προγενέστερες έρευνες (Costa et al., 2019. Koyuncu et al., 2014. Simcharoen et al., 2018. Zeng et al., 2016).

Έχει βρεθεί ότι η μοναξιά μπορεί να είναι είτε το αίτιο είτε το αποτέλεσμα της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου (Tokunaga & Rains, 2010. Yao & Zhong, 2014). Τα άτομα που υπερβαίνουν την τυπική χρήση του διαδικτύου αναφέρεται ότι έχουν έρθει αντιμέτωπα με την αποξένωση και έχουν βιώσει υψηλά επίπεδα μοναξιάς, γεγονός που τα ωθεί να αναζητήσουν

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

υποστήριξη από άτομα μέσω διαδικτύου (Bonetti et al., 2010. Guangheng et al., 2011. Huan et al., 2014. Καραπέτσας και συν., 2015). Άλλοι ερευνητές επισημαίνουν ότι η μοναξιά που σχετίζεται με τη χρήση του διαδικτύου ενδέχεται να προκύπτει λόγω της μείωσης της δια ζώσης επαφής, η οποία λειτουργεί επιβραβευτικά στο άτομο (Nowland et al., 2018).

Σύμφωνα με την τέταρτη ερευνητική υπόθεση αναμένεται το αίσθημα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι να διαφοροποιείται ανάλογα με το είδος γονικής διαπαιδαγώγησης που αντιλαμβάνονται ότι υιοθετούν οι γονείς. Πιο συγκεκριμένα, αναμενόταν ότι οι έφηβοι με γονείς, οι οποίοι υιοθετούν το διαλεκτικό στυλ διαπαιδαγώγησης και επιδεικνύουν γονική ζεστασιά βιώνουν χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς συγκριτικά με τους εφήβους, των οποίων οι γονείς είναι υπερπροστατευτικοί, απορριπτικοί και εκδηλώνουν αγχώδη ανατροφή.

Αρχικά, από τα αποτελέσματα διαπιστώθηκε ότι υπάρχει σημαντική αρνητική συσχέτιση ανάμεσα στο αίσθημα μοναξιάς των εφήβων και τη γονική ζεστασιά που λάμβαναν οι μαθητές τόσο από τη μητέρα όσο και από τον πατέρα. Στη σύγχρονη βιβλιογραφία αναφέρεται ότι η ανταπόκριση των γονέων στις συναισθηματικές ανάγκες των παιδιών, η υποστήριξη που παρέχεται από τους γονείς, καθώς επίσης και η φροντίδα και η άνευ όρων αποδοχή σχετίζονται με χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς στους εφήβους (Al-Yagon, 2011. Goosby et al., 2013. Maes et al., 2016. von Soest et al., 2020).

Από την άλλη, αναμένεται ότι οι έφηβοι με υπερπροστατευτικούς ή απορριπτικούς γονείς και με γονείς που υιοθετούν αγχώδη τρόπο ανατροφής βιώνουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σχέση με τους εφήβους, των οποίων οι γονείς υιοθετούν διαλεκτικό στυλ διαπαιδαγώγησης. Πράγματι, αναφορικά με τον παράγοντα της υπερπροστατευτικότητας των γονέων βρέθηκε να υπάρχει σημαντική θετική συσχέτιση με την κλίμακα της μοναξιάς, κάτι που επιβεβαιώνεται από

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

τη βιβλιογραφία (Maes et al., 2016. Scharf et al., 2011). Όσο υψηλότερα επίπεδα υπερπροστασίας εκδηλώνουν οι γονείς τόσο πιο έντονο είναι το αίσθημα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι. Τα ευρήματα της παρούσας έρευνας συμφωνούν με τα διεθνή ευρήματα που παρατίθενται στη βιβλιογραφία, καθώς αναφέρεται ότι ο ψυχολογικός έλεγχος σχετίζεται με θετικές στάσεις απέναντι στη μοναξιά και με αυξημένα επίπεδα μοναξιάς (Maes et al., 2016. Scharf et al., 2011). Η έμφαση στην υπακοή και στη συμμόρφωση θεωρείται ότι δυσχεραίνει την προσπάθεια των παιδιών να λαμβάνουν αποφάσεις και να κινούνται αυτόνομα, γεγονός που μπορεί να λειτουργήσει ως εμπόδιο στις κοινωνικές τους σχέσεις (Dwairy, 2010).

Αναφορικά με τον παράγοντα της απόρριψης, βρέθηκε σημαντική θετική συσχέτιση με τα επίπεδα μοναξιάς των εφήβων. Οι έφηβοι, οι οποίοι αντιλαμβάνονται τους γονείς ως απορριπτικούς παρουσιάζουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς. Αυτό το εύρημα συμφωνεί με την προϋπάρχουσα βιβλιογραφία, η οποία συνδέει την αδιαφορία που επιδεικνύουν οι γονείς με το αίσθημα της μοναξιάς. Συγκεκριμένα, οι γονείς, οι οποίοι δεν παρέχουν την απαιτούμενη ευαισθησία για την ανταπόκριση στις ανάγκες των παιδιών τους και δεν επιδεικνύουν εγγύτητα και διαθεσιμότητα, καθιστούν τα παιδιά τους πιο ευάλωτα στη βίωση της μοναξιάς (Segrin et al., 2012. Sharabi et al., 2012). Ο αγχώδης τρόπος ανατροφής του πατέρα δεν σχετίστηκε με το αίσθημα μοναξιάς, ενώ για την μητέρα βρέθηκε πολύ χαμηλή συσχέτιση μεταξύ του αγχώδους τρόπου ανατροφής και του αισθήματος μοναξιάς.

Σύμφωνα με την πέμπτη υπόθεση αναμένεται ότι οι παράγοντες της υπερβολικής χρήσης και της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής του ερωτηματολογίου της χρήσης διαδικτύου σχετίζονται με τις διαστάσεις γονικών πρακτικών. Συγκεκριμένα, αναμένεται να υπάρχει αρνητική συσχέτιση μεταξύ των παραγόντων της κλίμακας της χρήσης διαδικτύου και της γονικής ζεστασιάς και θετική συσχέτιση μεταξύ των παραγόντων της κλίμακας της χρήσης

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

διαδικτύου και της απόρριψης, υπερπροστασίας και αγχώδους ανατροφής που επιδεικνύουν οι γονείς.

Με βάση τα αποτελέσματα της παρούσα έρευνας βρέθηκε ότι οι παράγοντες της χρήσης του διαδικτύου σχετίζονται σημαντικά αρνητικά με τα επίπεδα συναισθηματικής ζεστασιάς τόσο του πατέρα όσο και της μητέρας. Τα ευρήματα έρχονται σε συμφωνία με τα δεδομένα της βιβλιογραφίας, όπου αναφέρεται ότι όσο μεγαλύτερη είναι η φροντίδα, η προστασία και ο σεβασμός στην υπόσταση του εφήβου, τόσο χαμηλότερα αναμένεται να είναι τα επίπεδα της υπέρμετρης χρήσης του διαδικτύου (Floros & Siomos, 2013). Η ύπαρξη ανοιχτών διαύλων επικοινωνίας και η έκφραση της άποψης και των συναισθημάτων λειτουργούν προστατευτικά και επιτρέπουν στους εφήβους να αντιμετωπίζουν τις προκλήσεις με λιγότερο αποφευκτικούς τρόπους, όπως είναι η κατάχρηση του διαδικτύου (Choo et al., 2015. Li et al., 2018).

Στον αντίποδα, από τα αποτελέσματα προέκυψε σημαντικά θετική συσχέτιση μεταξύ της γονικής απόρριψης και των παραγόντων της χρήσης του διαδικτύου. Όσο υψηλότερα ήταν τα επίπεδα γονικής απόρριψης τόσο υψηλότερα ήταν και τα επίπεδα υπερβολικής χρήσης και αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής που σχετίζεται με το διαδίκτυο. Το εύρημα επιβεβαιώνεται από τα προϋπάρχοντα ευρήματα, βάσει των οποίων οι έφηβοι, που παρουσίαζαν υψηλά ποσοστά χρήσης, ανέφεραν χαμηλά επίπεδα γονικού ελέγχου και συναισθηματικής υποστήριξης (Chen et al., 2015. Karaer & Akdemir, 2019. Wartberg et al., 2017. Xiuqin et al., 2010). Υποστηρίζεται ότι οι έφηβοι, οι οποίοι δε λαμβάνουν την επιθυμητή υποστήριξη από τους γονείς τους και νιώθουν συναισθηματική απόρριψη, ενδέχεται να ψάξουν την επιβεβαίωση και ενίσχυση της αυτοεκτίμησης μέσα από την υπέρμετρη εμπλοκή σε κοινωνικές αλληλεπιδράσεις μέσω διαδικτυακών πλατφορμών (Liu et al., 2013. Sela et al., 2020).

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Αναφορικά με τον παράγοντα της υπερπροστασίας, μόνο η υπερπροστασία από τη μητέρα βρέθηκε ότι σχετίζεται θετικά με τους παράγοντες της κλίμακας για τη χρήση του διαδικτύου. Η επίδειξη αυταρχισμού, η άσκηση υπερβολικού ελέγχου και η υιοθέτηση τιμωρητικών πρακτικών έχει συνδεθεί με τον εθισμό στο διαδίκτυο, που περιλαμβάνει τόσο την υπερβολική χρήση όσο και την αρνητική ψυχοκοινωνική προσαρμογή (Kalaitzaki & Birtchnell, 2014. Ko et al., 2015. Leung & Lee, 2012. Zhang et al., 2019). Ωστόσο, αναφέρεται ότι τόσο ο υπέρμετρος έλεγχος όσο και η απουσία ελέγχου συνδέονται με την αυξημένη χρήση διαδικτύου, γεγονός που αναδεικνύει την ανάγκη για εύρεση μίας ισορροπίας μεταξύ των δύο συνθηκών (Xiuqin et al., 2010).

Τέλος, όσον αφορά στην αγχώδη ανατροφή, βρέθηκε θετική συσχέτιση με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου και την αρνητική ψυχοκοινωνική προσαρμογή, ωστόσο η συσχέτιση ήταν πολύ χαμηλή. Προγενέστερη έρευνα έχει αναδείξει τη σχέση μεταξύ της αγχώδους ανατροφής των γονέων και της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου για την εμπλοκή συγκεκριμένα σε διαδικτυακά παιχνίδια (Wartberg et al., 2019).

Σύμφωνα με την επόμενη υπόθεση αναμένεται ότι οι μαθητές, των οποίων οι γονείς έχουν υψηλό μορφωτικό επίπεδο θα εμφανίσουν χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς. Από τα αποτελέσματα της έρευνας προκύπτει ότι το μορφωτικό επίπεδο και των δύο γονέων σχετίζεται με στατιστικά σημαντικό τρόπο με τα επίπεδα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι. Πιο συγκεκριμένα, οι έφηβοι, των οποίων οι γονείς είχαν ολοκληρώσει τη δευτεροβάθμια και τριτοβάθμια εκπαίδευση σημείωσαν σημαντικά χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς σε σχέση με τους εφήβους με γονείς, οι οποίοι είχαν ολοκληρώσει σε προηγούμενη βαθμίδα την εκπαίδευση. Σύμφωνα με προηγούμενες μελέτες, το υψηλό μορφωτικό επίπεδο έχει συσχετιστεί με χαμηλότερα επίπεδα μοναξιάς, αν συνοδεύεται από εξίσου ικανοποιητικό εισόδημα (Luhmann &

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

Hawkley, 2016). Αναφέρεται ότι οι δυσχερείς κοινωνικοοικονομικές συνθήκες ενδέχεται να μειώνουν τις ευκαιρίες για νέες γνωριμίες και κατ' αυτό τον τρόπο να σχετίζονται με τα επίπεδα μοναξιάς (Beutel et al., 2017. Fokkema et al., 2012).

Ένας επιπρόσθετος ερευνητικός στόχος της έρευνας ήταν να διερευνήσει, αν η χρήση του διαδικτύου, οι διαστάσεις γονικότητας και τα δημογραφικά χαρακτηριστικά (φύλο, μορφωτικό επίπεδο γονέων) προβλέπουν τα επίπεδα μοναξιάς των μαθητών. Πράγματι, όσον αφορά στις διαστάσεις γονικότητας βρέθηκε ότι η συναισθηματική ζεστασιά που επιδεικνύει ο πατέρας, αλλά και η απόρριψη που βιώνουν οι έφηβοι από τη μητέρα αποτελούν σημαντικούς προβλεπτικούς παράγοντες για το αίσθημα μοναξιάς των εφήβων. Τα χαμηλότερα επίπεδα συναισθηματικής ζεστασιάς από τον πατέρα και τα υψηλότερα επίπεδα απόρριψης από τη μητέρα προβλέπουν υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς. Ενδιαφέρον αποτελεί το γεγονός πως ο ισχυρότερος προβλεπτικός παράγοντας για τη βίωση της μοναξιάς ήταν η συναισθηματική ζεστασιά που λάμβαναν οι έφηβοι από τους πατέρες τους. Το εύρημα αυτό υπογραμμίζει τη σημασία του ρόλου του πατέρα στην θετική προσαρμογή των παιδιών, όπως έχει υποστηριχθεί και από άλλες έρευνες (Antonopoulou et al., 2012. Desjardins & Leadbeater, 2011. Papadaki & Giozazolias, 2015). Μάλιστα, έχει βρεθεί ότι η αποδοχή που λαμβάνει το παιδί από τον πατέρα δύναται να λειτουργήσει ως αντισταθμιστικός παράγοντας, ακόμα και αν η συμπεριφορά της μητέρας γίνεται αντιληπτή ως απορριπτική (Rohner et al., 2012).

Ακόμα, βρέθηκε ότι η αρνητική ψυχοκοινωνική προσαρμογή που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου αποτελεί έναν ακόμη προβλεπτικό παράγοντα για τη βίωση μοναξιάς από τους εφήβους. Όπως έχει ήδη επισημανθεί από τα προηγούμενα ευρήματα, η αρνητική ψυχοκοινωνική προσαρμογή ως επακόλουθο της χρήσης του διαδικτύου σχετίζεται με τα



## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

επίπεδα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι έρευνες (Costa et al., 2019. Koyuncu et al., 2014. Simcharoen et al., 2018. Zeng et al., 2016).

Στη συνέχεια, όσον αφορά το πρώτο ερευνητικό ερώτημα, το οποίο αφορούσε στο φύλο και το αίσθημα μοναξιάς των εφήβων, βρέθηκε ότι δεν υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα αγόρια και τα κορίτσια. Συνεπώς, προέκυψε ότι το φύλο δε σχετίζεται με το αίσθημα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι. Αναφέρεται ότι τα κορίτσια και τα αγόρια, παρόλο που τείνουν να εστιάζουν και να δίνουν αξία σε διαφορετικού τύπου σχέσεις, είναι εξίσου κοινωνικοί και ενδιαφέρονται για τις σχέσεις με τους άλλους (Danneel et al., 2018. JobeShields et al., 2011. Schinka et al., 2013). Πιο συγκεκριμένα, οι ερευνητές επισημαίνουν πως, αν και τα αγόρια έχει βρεθεί ότι περνούν περισσότερο χρόνο μόνοι, αυτή η κατάσταση οδηγεί στη βίωση του αισθήματος μοναξιάς μόνο εάν υπάρχει επιθυμία για ύπαρξη διαφορετικής κατάστασης. Παρομοίως, ακόμα και αν τα κορίτσια τείνουν να περνούν περισσότερο χρόνο με άλλους, το αίσθημα μοναξιάς αποφεύγεται μόνο εάν μέσα στο χρόνο που αφιερώνουν στους άλλους καλύπτονται οι κοινωνικές τους ανάγκες. Συνεπώς, σημαντικό ρόλο παίζει η υποκειμενική αξιολόγηση της ποιότητας των κοινωνικών σχέσεων και όχι το φύλο καθ' εαυτό (Maes et al., 2019).

Αναφορικά με το δεύτερο ερευνητικό ερώτημα, το οποίο αφορούσε στην οικογενειακή κατάσταση και το αίσθημα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι, βρέθηκε ότι δεν υπήρχαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ανάμεσα στους εφήβους, των οποίων οι γονείς ήταν έγγαμοι, διαζευγμένοι ή αποβιώσαντες. Αναφορικά με την εμπειρία του διαζυγίου και τη σχέση της με τη μοναξιά, δεν υπάρχει σύγκλιση μεταξύ των ερευνών. Ορισμένοι ερευνητές δεν έχουν βρει ότι υπάρχει συσχέτιση μεταξύ των επιπέδων μοναξιάς και της οικογενειακής δομής (Rönkä et al., 2014. Vanhalst et al., 2014). Άλλοι ερευνητές έχουν εντοπίσει σύνδεση της μοναξιάς με την

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

εμπειρία του διαζυγίου, ωστόσο επισημαίνουν ότι το διαζύγιο σχετίζεται μόνο με τη μοναξιά που βιώνουν οι έφηβοι σε σχέση με τους συνομηλίκους (Lasgaard et al., 2016).

Αν και ορισμένοι ερευνητές επισημαίνουν ότι τα παιδιά που έχουν βιώσει την εμπειρία του διαζυγίου είναι πιο πιθανό να έχουν χαμηλότερα επίπεδα υποκειμενικής ευεξίας (Lansford, 2009), είναι σημαντικό να δοθεί έμφαση στους παράγοντες που διαμεσολαβούν ανάμεσα στην εμπειρία του διαζυγίου και την ψυχοκοινωνική προσαρμογή. Σε έρευνες αναφέρεται ότι οι πιο ισχυροί παράγοντες επικινδυνότητας για μειωμένα επίπεδα ευεξίας μετά την εμπειρία του διαζυγίου είναι οι έντονοι διαπληκτισμοί μεταξύ των γονέων και οι δυσλειτουργικές γονικές πρακτικές (Kelly, 2012. Stallman & Ohan, 2016). Συνεπώς, είναι σημαντικό να λαμβάνονται υπ' όψιν και άλλοι παράγοντες, οι οποίοι δρουν είτε προστατευτικά είτε επιβαρυντικά, προκειμένου να εξαχθεί ένα ασφαλές συμπέρασμα.

Τέλος, όσον αφορά στο τελευταίο ερευνητικό ερώτημα, το οποίο αφορά στη σχέση της ύπαρξης αδερφού/αδερφής και των επιπέδων μοναξιάς, βρέθηκε ότι η ύπαρξη αδερφών δε σχετίζεται σημαντικά με το αίσθημα μοναξιάς. Σε αντίθεση με την πεποίθηση που επικρατεί ότι τα μοναχοπαίδια εμφανίζουν χαμηλότερα επίπεδα ψυχοκοινωνικής προσαρμογής σε σχέση με τα παιδιά που έχουν αδέρφια, σε έρευνα βρέθηκε ότι οι έφηβοι, οι οποίοι δεν είχαν αδέρφια δε διέφεραν στην κοινωνική επάρκεια και την προσαρμογή (Chen et al., 2014).

Συνοψίζοντας, η παρούσα έρευνα παρείχε χρήσιμα ερευνητικά δεδομένα για το αίσθημα μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι και τη σχέση του με τις γονικές πρακτικές διαπαιδαγώγησης, όπως επίσης και με τη χρήση του διαδικτύου. Από τα κυριότερα ευρήματα της έρευνας είναι η ανάδειξη της σχέσης μεταξύ του αισθήματος μοναξιάς και της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου, καθώς επίσης και της αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής που προκύπτει από

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

το διαδίκτυο. Ακόμα, αναφορικά με τις διαστάσεις γονικής διαπαιδαγώγησης, βρέθηκε συσχέτιση τόσο με το αίσθημα μοναξιάς όσο και με τη χρήση του διαδικτύου. Οι μεγαλύτερες συσχετίσεις παρατηρήθηκαν ανάμεσα στη συναισθηματική ζεστασιά και την απόρριψη των γονέων και του αισθήματος μοναξιάς και αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής που σχετίζεται με τη χρήση του διαδικτύου. Τα υψηλότερα επίπεδα μοναξιάς λειτουργούν προστατευτικά, ενώ η απόρριψη των γονέων δρα ως παράγοντας επικινδυνότητας. Μάλιστα, βρέθηκε ότι τα χαμηλότερα επίπεδα συναισθηματικής ζεστασιάς του πατέρα και τα υψηλότερα επίπεδα απόρριψης της μητέρας, καθώς επίσης, και αρνητικής ψυχοκοινωνικής προσαρμογής, που προκύπτει από τη χρήση του διαδικτύου, προβλέπουν την εκδήλωση μεγαλύτερου αισθήματος μοναξιάς στους εφήβους. Τέλος, τα δημογραφικά στοιχεία του φύλου, της οικογενειακής κατάστασης και της ύπαρξης αδερφού/αδερφής δεν σχετίστηκαν με το αίσθημα της μοναξιάς που βιώνουν οι έφηβοι, ενώ, από την άλλη, βρέθηκε συσχέτιση ανάμεσα στο μορφωτικό επίπεδο των γονέων και τα επίπεδα μοναξιάς.

### **Περιορισμοί και Προτάσεις**

Παρά τα ενδιαφέροντα ερευνητικά δεδομένα, που προέκυψαν από την παρούσα έρευνα, αναγνωρίζεται ότι υπάρχουν ορισμένοι περιορισμοί. Ένας βασικός περιορισμός της μελέτης είναι η συγχρονικότητά της, η οποία δεν επιτρέπει την απόδοση αιτιωδών σχέσεων μεταξύ των μεταβλητών της μοναξιάς, της χρήσης του διαδικτύου και των διαστάσεων γονικότητας. Θα ήταν χρήσιμο μελλοντικά να σχεδιαστεί διαχρονική έρευνα, η οποία θα συμπεριλαμβάνει τις μελετώμενες μεταβλητές και θα παρέχει μία πληρέστερη κατανόηση των ευρημάτων.

Ένας ακόμα περιορισμός αφορά στα εργαλεία συλλογής δεδομένων, διότι αποτελούν ερωτηματολόγια αυτοαναφοράς και ελλοχεύει ο κίνδυνος για καταγραφή κοινωνικά επιθυμητών

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

απαντήσεων. Σε μεταγενέστερες έρευνες κρίνεται χρήσιμη η συλλογή δεδομένων και από άλλες πηγές, όπως οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς των εφήβων.

Επιπροσθέτως, το δείγμα της παρούσας έρευνας αποτέλεσαν μαθητές από αστικές περιοχές της Αττικής και ενδέχεται οι μεταβλητές να έχουν υποστεί κοινωνικοπολιτισμικές επιδράσεις. Συνεπώς, είναι σημαντικό σε μελλοντικές έρευνες να συμπεριλαμβάνεται δείγμα από ημιαστικές και αγροτικές περιοχές της Ελλάδας.

Ένας τελευταίος περιορισμός αποτελεί το γεγονός πως υπάρχει ανισομερής κατανομή μεταξύ ορισμένων δημογραφικών μεταβλητών, όπως η οικογενειακή κατάσταση. Παρατηρήθηκε ότι οι κατηγορίες «Δεύτερος γάμος γονέα» και «Θάνατος γονέα» εκπροσωπούν ένα πολύ μικρό ποσοστό του συνολικού δείγματος, με αποτέλεσμα να μην επιτρέπεται η εξαγωγή ασφαλούς συμπεράσματος για τις προαναφερθείσες κατηγορίες.

Αναφορικά με προτάσεις για μελλοντική έρευνα, θα ήταν βοηθητική η διερεύνηση και άλλων διαμεσολαβητικών παραγόντων μεταξύ του αισθήματος μοναξιάς και των γονικών πρακτικών, όπως και της χρήσης του διαδικτύου. Παράγοντες, οι οποίοι θα μπορούσαν να συνεισφέρουν στη μελέτη του φαινομένου είναι ατομικά χαρακτηριστικά, όπως η εξωστρέφεια και η προσήνεια, οι στρατηγικές αντιμετώπισης των προβλημάτων και η αυτοεκτίμηση, αλλά και χαρακτηριστικά του πλαισίου, όπως το σχολικό κλίμα.

Κλείνοντας, τα ευρήματα της παρούσας έρευνας παρέχουν σημαντικές γνώσεις για τη διαμόρφωση παρεμβάσεων στο σχολικό πλαίσιο και την ενίσχυση της υποκειμενικής ευεξίας των μαθητών. Οι ολοένα αυξανόμενες ανάγκες της σχολικής κοινότητας αναδεικνύουν τη σημασία του σχεδιασμού και της εφαρμογής εμπειρικά τεκμηριωμένων προγραμμάτων για την προώθηση της ψυχοκοινωνικής επάρκειας και τη διευκόλυνση της προσαρμογής των μαθητών

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

στα ποικίλα πλαίσια (Χατζηχρήστου, 2015. Hatzichristou & Lianos, 2016). Στον ελλαδικό χώρο βασικός φορέας ανάπτυξης προγραμμάτων κοινωνικής και συναισθηματικής αγωγής είναι το Εργαστήριο Σχολικής Ψυχολογίας, του Τμήματος Ψυχολογίας, του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών (Χατζηχρήστου, 2011, 2015. Hatzichristou et al., 2010, 2017, 2019).

Τέλος, θα ήταν χρήσιμη η παροχή συμβουλευτικής και η οργάνωση ομιλιών στα σχολεία με θεματικές, που αφορούν στη θετική διαπαιδαγώγηση και στη σημασία της παροχής συναισθηματικής ζεστασιάς και υποστήριξης στα παιδιά.

**Βιβλιογραφία**

- Akhter, N., Hanif, R., Tariq, N., & Atta, M. (2011). Parenting styles as predictors of externalizing and internalizing behavior problems among children. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 26(1), 23-41.
- Akin, A. (2012). The relationships between Internet addiction, subjective vitality, and subjective happiness. *CyberPsychology, Behavior, and Social Networking*, 15, 404–410.  
<https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0609>
- Al-Yagon, M. (2011). Adolescents' subtypes of attachment security with fathers and mothers and self-perceptions of socioemotional adjustment. *Psychology*, 2(04), 291.  
<https://doi.org/10.4236/psych.2011.24046>
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Anderson, E. L., Steen, E., & Stavropoulos, V. (2017). Internet use and Problematic Internet Use: A systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22(4), 430-454.  
<https://doi.org/10.1080/02673843.2016.1227716>
- Antonopoulou, K., Alexopoulos, D. A., & Maridaki-Kassotaki, K. (2012). Perceptions of father parenting style, empathy, and self-esteem among Greek preadolescents. *Marriage & Family Review*, 48(3), 293-309. <https://doi.org/10.1080/01494929.2012.665016>
- Antonopoulou, K., Chaidemenou, A., & Kouvava, S. (2019). Peer acceptance and friendships among primary school pupils: Associations with loneliness, self-esteem and school

engagement. *Educational Psychology in Practice*, 35(3), 339–351.

<https://doi.org/10.1080/02667363.2019.1604324>

Appel, M., Holtz, P., Stiglbauer, B., & Batinic, B. (2012). Parents as a resource: Communication quality affects the relationship between adolescents' internet use and loneliness. *Journal of Adolescence*, 35(6), 1641-1648. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.08.003>

Argyriou, E., Bakoyannis, G. & Tantaros, S. (2016). Parenting styles and trait emotional intelligence in adolescence. *Scandinavian Journal of Psychology*, 57, 42–49

<https://doi.org/10.1111/sjop.12266>

Aslanidou, S., & Menexes, G. (2008). Youth and the Internet: Uses and practices in the home.

*Computers & Education*, 51, 1375–1391. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2007.12.003>

Averill, J. R., Sundararajan, L. (2014). Experiences of solitude: Issues of assessment, theory, and culture. In Coplan, R. J., Bowker, J. C. (Eds.), *The handbook of solitude: Psychological perspectives on social isolation, social withdrawal, and being alone* (pp. 90-108). John

Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118427378.ch6>

Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2020).

Loneliness around the world: Age, gender, and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*, 1-6.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110066>

Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior.

*Genetic Psychology Monographs*, 75(1), 43-88.

- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monograph*, 4(1), 1-103. <https://doi.org/10.1037/h0030372>
- Beckes, L., & Coan, J. A. (2011). Social Baseline Theory: The role of social proximity in emotion and economy of action. *Social and Personality Psychology Compass*, 5, 976-988. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2011.00400.x>
- Benner, A. D. (2011). Latino adolescents' loneliness, academic performance, and the buffering nature of friendships. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(5), 556-567. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9561-2>
- Besevegis, E., & Galanaki, E. P. (2010). Coping with loneliness in childhood. *European Journal of Developmental Psychology*, 7, 653–673. <https://doi.org/10.1080/17405620903113306>
- Beutel, M. E., Klein, E. M., Brähler, E., Reiner, I., Jünger, C., Michal, M, Wiltink J., Wild, P. S., Munzel, T., Lackner, K. J., & Tibubos, A. N. (2017). Loneliness in the general population: prevalence, determinants and relations to mental health. *BMC Psychiatry*, 17(1), 1-7. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1262-x>
- Blakemore, S.-J. (2018). *Inventing ourselves: The secret life of the teenage brain*. Doubleday.
- Blakemore, S. J., & Mills, K. L. (2014). Is adolescence a sensitive period for sociocultural processing? *Annual Review of Psychology*, 65, 187-207. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115202>
- Bleakley, A., Ellithorpe, M., & Romer, D. (2016). The role of parents in problematic internet use among US adolescents. *Media and Communication*, 4(3), 24. <http://doi.org/10.17645/mac.v4i3.523>



- Blossom, P., & Apsche, J. (2013). Effects of loneliness on human development. *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*, 7, 28–29.  
<http://doi.org/10.1037/h0100963>
- Bolmsjö, I., Tengland, P. A., & Rämgård, M. (2019). Existential loneliness: An attempt at an analysis of the concept and the phenomenon. *Nursing Ethics*, 26(5), 1310-1325.  
<https://doi.org/10.1177%2F0969733017748480>
- Bonetti, L., Campbell, M. A., & Gilmore, L. (2010). The relationship of loneliness and social anxiety with children's and adolescents' online communication. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(3), 279-285.  
<https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0215>
- Boniel-Nissim, M., & Sasson, H. (2018). Bullying victimization and poor relationships with parents as risk factors of problematic internet use in adolescence. *Computers in Human Behavior*, 88, 176-183. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.05.041>
- Bosacki, S., Moreira, F. P., Sitnik, V., Andrews, K., & Talwar, V. (2020). Theory of Mind, Self-Knowledge, and Perceptions of Loneliness in Emerging Adolescents. *The Journal of Genetic Psychology*, 181(1), 14-31. <https://doi.org/10.1080/00221325.2019.1687418>
- Bowker, J. C., & Spencer, S. V. (2010). Friendship and adjustment: A focus on mixed-grade friendships. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 1318-1329.  
<https://doi.org/10.1007/s10964-009-9474-0>

- Branje, S. (2018). Development of parent–adolescent relationships: Conflict interactions as a mechanism of change. *Child Development Perspectives*, *12*(3), 171-176.  
<https://doi.org/10.1111/cdep.12278>
- Brighi, A., Guarini, A., Melotti, G., Galli, S., & Genta, M. L. (2012). Predictors of victimisation across direct bullying, indirect bullying and cyberbullying. *Emotional and Behavioural Difficulties*, *17*, 375–388. <https://doi.org/10.1080/13632752.2012.704684>
- Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescence. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 74–103). John Wiley.
- Cacioppo, J. T., Fowler, J. H., & Christakis, N. A. (2009). Alone in a crowd: The structure and spread of loneliness in a large social network. *Journal of Personality and Social Psychology*, *97*, 977-991. <https://doi.org/10.1037/a0016076>
- Cacioppo, J. T., & Cacioppo, S. (2012). The phenotype of loneliness. *European Journal of Developmental Psychology*, *9*(4), 446–452.  
<https://doi.org/10.1080/17405629.2012.690510>
- Cacioppo, S., Grippo, A. J., London, S., Goossens, L., & Cacioppo, J. T. (2015). Loneliness: Clinical import and interventions. *Perspectives on Psychological Science*, *10*(2), 238-249. <https://doi.org/10.1177%2F1745691615570616>
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F. (2011). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, *11*(1), 802. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-802>

- Caputi, M., Pantaleo, G., & Scaini, S. (2017). Do feelings of loneliness mediate the relationship between sociocognitive understanding and depressive symptoms during late childhood and early adolescence? *The Journal of Genetic Psychology*, *178*(4), 207–216.  
<https://doi.org/10.1080/00221325.2017.1317629>
- Carli, V., Durkee, T., Wasserman, D., Hadlaczky, G., Despalins, R., Kramarz, E., & Kaess, M. (2013). The Association between Pathological Internet Use and Comorbid Psychopathology: A Systematic Review. *Psychopathology*, *46*, 1-13.  
<http://dx.doi.org/10.1159/000337971>
- Chen, Z. Y., & Liu, R. X. (2014). Comparing adolescent only children with those who have siblings on academic related outcomes and psychosocial adjustment. *Child Development Research*, 1-10. <https://doi.org/10.1155/2014/578289>
- Chen, Y. L., Chen, S. H., & Gau, S. F. S. (2015). ADHD and autistic traits, family function, parenting style, and social adjustment for Internet addiction among children and adolescents in Taiwan: A longitudinal study. *Research in Developmental Disabilities*, *39*, 20–31. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2014.12.025>
- Chen, Y., Haines, J., Charlton, B. M., & VanderWeele, T. J. (2019). Positive parenting improves multiple aspects of health and well-being in young adulthood. *Nature Human Behaviour*, *3*(7), 684-691. <https://doi.org/10.1038/s41562-019-0602-x>
- Cho, S. M., Sung, M. J., Shin, K. M., Lim, K. Y., & Shin, Y. M. (2013). Does psychopathology in childhood predict Internet addiction in male adolescents? *Child Psychiatry & Human Development*, *44*, 549–555. <https://doi.org/10.1007/s10578-012-0348-4>

- Choo, H., Sim, T., Liau, A. K. F., Gentile, D. A., & Khoo, A. (2015). Parental influences on pathological symptoms of videogaming among children and adolescents: A prospective study. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 1429–1441.  
<https://doi.org/10.1007/s10826-014-9949-9>
- Christiansen, J., Pedersen, S. S., Andersen, C. M., Qualter, P., Lund, R., & Lasgaard, M. (2020). Loneliness, social isolation and healthcare utilisation in the general population. *European Journal of Public Health*, 30(5), 165-1285. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckaa165.1285>
- Ciarrochi, J., Parker, P., Sahdra, B., Marshall, S., Jackson, C., Gloster, A. T., & Heaven, P. (2016). The development of compulsive Internet use and mental health: A four-year study of adolescence. *Developmental Psychology*, 52, 271–283.  
<https://doi.org/10.1037/dev0000070>
- Cicognani, E., Klimstra, T., & Goossens, L. (2014). Sense of community, identity statuses, and loneliness in adolescence: A cross-national study on Italian and Belgian youth. *Journal of Community Psychology*, 42, 414–432. <https://doi.org/10.1002/jcop.21618>
- Coleman, J. (2011). *The nature of adolescence* (4th ed.). Routledge.
- Corsano, P., Musetti, A., Caricati, L., & Magnani, B. (2017). Keeping secrets from friends: exploring the effects of friendship quality, loneliness and self-esteem on secrecy. *Journal of Adolescence*, 58, 24–32. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.04.010>
- Corsano, P., Grazia, V., & Molinari, L. (2019). Solitude and loneliness profiles in early adolescents: A person-Centred approach. *Journal of Child and Family Studies*, 28(12), 3374-3384. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01518-1>

- Corsano, P., Musetti, A., & Favari, D. (2020). Self-concept, loneliness, and voluntary aloneness during late childhood. *Current Psychology*, 1-11. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00675-7>
- Costa, R. M., Patrão, I., & Machado, M. (2019). Problematic internet use and feelings of loneliness. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 23(2), 160-162. <https://doi.org/10.1080/13651501.2018.1539180>
- Crocetti, E., Branje, S., Rubini, M., Koot, H. M., & Meeus, W. (2017). Identity processes and parent-child and sibling relationships in adolescence: A five-wave multi-informant longitudinal study. *Child Development*, 88, 210–228. <https://doi.org/10.1111/cdev.12547>
- Czepiel, D., & Τάνταρος, Σ. (2018). Διερεύνηση των σχέσεων της γονικότητας με την ανάπτυξη της τελειοθρίας σε φοιτητικό πληθυσμό. *Ψυχολογία*, 23(2), σελ. 146-163. [https://doi.org/10.12681/psy\\_hps.23006](https://doi.org/10.12681/psy_hps.23006)
- Danneel, S., Maes, M., Vanhalst, J., Bijttebier, P., & Goossens, L. (2018). Developmental change in loneliness and attitudes toward aloneness in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(1), 148-161. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0685-5>
- Danneel, S., Bijttebier, P., Bastin, M., Colpin, H., Van den Noortgate, W., Van Leeuwen, K., Verschueren, K., & Goossens, L. (2019). Loneliness, social anxiety, and depressive symptoms in adolescence: Examining their distinctiveness through factor analysis. *Journal of Child and Family Studies*, 28(5), 1326-1336. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01354-3>

- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, *113*, 487–496.
- Deckx, L., van den Akker, M., Buntinx, F., & van Driel, M. (2018). A systematic literature review on the association between loneliness and coping strategies. *Psychology, Health & Medicine*, *23*(8), 899-916. <https://doi.org/10.1080/13548506.2018.1446096>
- DeKlyen, M., & Greenberg, M. T. (2016). Attachment and psychopathology in childhood. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed., pp. 639 – 666). Guilford Press.
- Desjardins, T. L., & Leadbeater, B. J. (2011). Relational victimization and depressive symptoms in adolescence: Moderating effects of mother, father, and peer emotional support. *Journal of Youth and Adolescence*, *40*, 531–544. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9562-1>
- Detrixhe, J. J., Samstag, L. W., Penn, L. S., & Wong, P. S. (2014). A lonely idea: Solitude's separation from psychological research and theory. *Contemporary Psychoanalysis*, *50*(3), 310-331. <https://doi.org/10.1080/00107530.2014.897853>
- DeWall, C. N., & Pond Jr., R. S. (2011). Loneliness and smoking: The costs of the desire to reconnect. *Self and Identity*, *10*, 375-385. <https://doi.org/10.1080/15298868.2010.524404>
- DiTommaso, E., Fizell, S. R., & Robinson, B. A. (2015). Chronic loneliness within an attachment framework: Processes and interventions. In A. Sha'ked & A. Rokach (Eds.) *Addressing loneliness: Coping, prevention and clinical interventions* (pp. 241–253). Routledge.

- Dong, G., Lu, Q., Zhou, H., & Zhao, X. (2011). Precursor or sequela: Pathological disorders in people with Internet addiction disorder. *PLoS One*, *6*, 1-5.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0014703>
- Dong, G., DeVito, E.E., Du, X., Cui, Z. (2012). Impaired inhibitory control in ‘internet addiction disorder’: A functional magnetic resonance imaging study. *Psychiatry Research: Neuroimaging*, *203*(2–3), 153–158.  
<https://doi.org/10.1016%2Fj.pscychresns.2012.02.001>
- Dong, G., Wang, L., Du, X., & Potenza, M. N. (2017). Gaming increases craving to gaming-related stimuli in individuals with Internet gaming disorder. *Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging*, *2*(5), 404-412.  
<https://doi.org/10.1016/j.bpsc.2017.01.002>
- Doumen, S., Smits, I., Luyckx, K., Duriez, B., Vanhalst, J., Verschueren, K., & Goossens, L. (2012). Identity and perceived peer relationship quality in emerging adulthood: The mediating role of attachment-related emotions. *Journal of Adolescence*, *35*, 1417–1425.  
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.01.003>
- Duong, X. L., Liaw, S. Y., & Augustin, J. L. P. M. (2020). How has internet addiction been tracked over the last decade? A literature review and 3C paradigm for future research. *International Journal of Preventive Medicine*, *11*, 175.  
[https://doi.org/10.4103%2Fijpvm.IJPVM\\_212\\_20](https://doi.org/10.4103%2Fijpvm.IJPVM_212_20)
- Durkee, T., Kaess, M., Carli, V., Parzer, P., Wasserman, C., Floderus, B., Apter, A., Balazs, J., Barzilay, S., Bobes, J., Brunner, R., Corcoran, P., Cosman, D., Cotter, P., Despalins, R., Graber, N., Guilemmin, F., Haring, C., Kahn, J., ... Brunner, R. (2012). Prevalence of

ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

pathological internet use among adolescents in Europe: demographic and social factors. *Addiction*, 107(12), 2210-2222. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2012.03946.x>

Dwairy, M. (2010). Parental acceptance–rejection: A fourth cross-cultural research on parenting and psychological adjustment of children. *Journal of Child and Family Studies*, 19(1), 30-35.

Elhai, J. D., Tiamiyu, M. F., Weeks, J. W., Levine, J. C., Picard, K. J., & Hall, B. J. (2018). Depression and emotion regulation predict objective smartphone use measured over one week. *Personality and Individual Differences*, 133, 21-28.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.051>

Ettema, E. J., Derksen, L. D., & van Leeuwen, E. (2010). Existential loneliness and end-of-life care: A systematic review. *Theoretical Medicine and Bioethics*, 31(2), 141-169.  
<https://doi.org/10.1007/s11017-010-9141-1>

Ferguson, C. J., & Colwell, J. (2020). Lack of consensus among scholars on the issue of video game “addiction”. *Psychology of Popular Media*, 9(3), 359.  
<https://doi.org/10.1037/ppm0000243>

Filus, A., Schwarz, B., Mylonas, K., Sam, D. L., & Boski, P. (2019). Parenting and late adolescents’ well-being in Greece, Norway, Poland and Switzerland: Associations with individuation from parents. *Journal of Child and Family Studies*, 28(2), 560-576.  
<https://doi.org/10.1007/s10826-018-1283-1>



- Floros, G., Fisoun, V., & Siomos. (2010). Internet addiction in the island of hippokrates: Impact of gender and age in teenage use and abuse of the internet. *European Psychiatry*, 25, 414. [https://doi.org/10.1016/S0924-9338\(10\)70410-7](https://doi.org/10.1016/S0924-9338(10)70410-7)
- Floros, G., & Siomos, K. (2013). The relationship between optimal parenting, Internet addiction and motives for social networking in adolescence. *Psychiatry Research*, 209(3), 529–534. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2013.01.010>
- Fokkema, T., De Jong Gierveld, J., & Dykstra, P. A. (2012). Cross-national differences in older adult loneliness. *The Journal of Psychology*, 146, 201-228. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.631612>
- Fu, K. W., Chan, W. S., Wong, P. W., & Yip, P. S. (2010). Internet addiction: Prevalence, discriminant validity and correlates among adolescents in Hong Kong. *The British Journal of Psychiatry*, 196(6), 486-492. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.109.075002>
- Fung, K., Paterson, D., & Alden, L. E. (2017). Are social anxiety and loneliness best conceptualized as a unitary trait? *Journal of Social and Clinical Psychology*, 36, 335–345. <https://doi.org/10.1521/jscp.2017.36.4.335>
- Galanaki, E., & Vassilopoulou, H. (2007). Teachers and children’s loneliness: A review of the literature and educational implications. *European Journal of Psychology of Education*, 4, 455–475. <https://doi.org%2F10.1007%2FBF03173466>
- Galanaki, E. P. (2013). Solitude in children and adolescents: A review of the research literature. *Psychology and Education—An Interdisciplinary Journal*, 50(3-4), 79-88.

Galanaki, E., Mylonas, K., & Vogiatzoglou, P. S. (2015). Evaluating voluntary aloneness in childhood: initial validation of the children's solitude scale. *European Journal of Developmental Psychology, 12*(6), 688–700.

<https://doi.org/10.1080/17405629.2015.1071253>

Gómez-Guadix, M., Villa-George, F. I., & Calvete, E. (2012). Measurement and analysis of the cognitive-behavioral model of generalized problematic Internet use among Mexican adolescents. *Journal of Adolescence, 35*(6), 1581-1591.

<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.06.005>

Gómez-Guadix, M. (2014). Depressive symptoms and problematic Internet use among adolescents: Analysis of the longitudinal relationships from the cognitive-behavioral model. *CyberPsychology, Behavior, and Social Networking, 17*, 714–719.

<https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0226>

Gómez-Guadix, M., Calvete, E., Orue, I., & Havas, C. L. (2015). Problematic Internet use and problematic alcohol use from the cognitive-behavioral model: A longitudinal study among adolescents. *Addictive Behaviours, 40*, 109–114.

<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.09.009>

Gao, T., Hu, Y., Qin, Z., Cao, R., Liu, S., Mei, S., & Meng, X. (2019). The role of school connectedness and maladaptive cognitions in the association between stress and Internet addiction: A serial mediation model. *Perspectives in Psychiatric Care, 55*(4), 728-733.

<https://doi.org/10.1111/ppc.v55.410.1111/ppc.12417>

- García, O. F., Serra, E., Zacarés, J. J., & García, F. (2018). Parenting styles and short- and long-term socialization outcomes: A study among Spanish adolescents and older adults. *Psychosocial Intervention*, 27, 153-161. <https://doi.org/10.5093/pi2018a21>
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D., & Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127, 319–329. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1353>
- Gentzler, A., & Root, A. (2019). Positive affect regulation in youth: Taking stock and moving forward. *Social Development*, 28(2), 323. <https://doi.org/10.1111/sode.12362>
- Gnisci, A., Perugini, M., Pedone, R., & Di Conza, A. (2011). Construct validation of the Use, Abuse and Dependence on the Internet Inventory. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 240-247. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.08.002>
- Goosby, B. J., Bellatorre, A., Walsemann, K. M., & Cheadle, J. E. (2013). Adolescent loneliness and health in early adulthood. *Sociological Inquiry*, 83(4), 505-536. <https://doi.org/10.1111/soin.12018>
- Guangheng, D., Hui, Z. & Xuan, Z. 2011. Internet addict's show impaired executive control ability: Evidence from a color-word Stroop task. *Neuroscience Letters*, 499, 114-118. <https://doi.org/10.1016/j.neulet.2011.05.047>
- Haagsma, M. C., King, D. L., Pieterse, M. E., & Peters, O. (2013). Assessing problematic video gaming using the theory of planned behavior – A longitudinal study of Dutch young people. *International Journal of Mental Health Addiction*, 11, 172–185. <https://doi.org/10.1007/s11469-012-9407-0>

- Hadiwijaya, H., Klimstra, T. A., Vermunt, J. K., Branje, S. J., & Meeus, W. H. (2017). On the development of harmony, turbulence, and independence in parent–adolescent relationships: A five-wave longitudinal study. *Journal of Youth and Adolescence*, *46*(8), 1772-1788. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0627-7>
- Harris, R. A., Qualter, P., & Robinson, S. J. (2013). Loneliness trajectories from middle childhood to pre-adolescence: Impact on perceived health and sleep disturbance. *Journal of Adolescence*, *6*, 1295–1304. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.12.009>
- Hatzichristou, C., Lampropoulou, A., Lykitsakou, K., & Dimitropoulou, P. (2010). Promoting university and schools partnership: Transnational considerations and future directions. In J. Kaufman & T. Hughes (Eds.), *The handbook of education, training and supervision of school psychologists in school and community* (pp. 89-108). Taylor Francis/Routledge.
- Hatzichristou, C., & Lianos, P. G. (2016). Social and emotional learning in the Greek educational system: An Ithaca journey. *International Journal of Emotional Education*, *8*(2), 105-127.
- Hatzichristou, C., Lianos, P. G., & Lampropoulou, A. (2017). Cultural construction of promoting resilience and positive school climate during economic crisis in Greek schools. *International Journal of School & Educational Psychology*, *5*(3), 192-206. <https://doi.org/10.1080/21683603.2016.1276816>
- Hatzichristou, C., Lianos, P. G., & Lampropoulou, A. (2019). Supporting vulnerable groups of students in educational settings: University initiatives and partnerships. *Psychology in Russia - State of the Art*, *12*(4), 60–73. <https://doi.org/10.11621/pir.2019.0404>

- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine, 40*, 218–227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>
- Hawkey, L. C., Gu, Y., Luo, Y. J., & Cacioppo, J. T. (2012). The mental representation of social connections: Generalizability extended to Beijing adults. *PloS One, 7*(9), 1-11. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0044065>
- Hinic, D. (2011). Problems with ‘Internet addiction diagnosis and classification. *Psychiatria Danubina, 23*(2), 145–151.
- Hoeve, M., Dubas, J. S., Gerris, J. R. M., van der Laan, P. H., & Smeenk, W. (2011). Maternal and paternal parenting styles: Unique and combined links to adolescent and early adult delinquency. *Journal of Adolescence, 34*(5), 813–827 <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.02.004>
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: a meta-analytic review. *Perspectives on Psychological Science, 10*(2), 227-237. <https://doi.org/10.1177/1745691614568352>
- Hong, S., Kim, J., Choi, E., Kim, H., Suh, J., Kim, C., Yi, S. (2013). Reduced orbitofrontal cortical thickness in male adolescents with internet addiction. *Behavioral and Brain Functions, 9*(1), 1-5. <https://doi.org/10.1186/1744-9081-9-11>
- Hong, S., You, S., Kim, E., & No, U. (2014). A group-based modeling approach to estimating longitudinal trajectories of Korean adolescents’ on-line game time. *Personality and Individual Differences, 59*, 9–15. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.10.018>

- Huan, V. S., Ang, R. P., & Chye, S. (2014). Loneliness and shyness in adolescent problematic internet users: the role of social anxiety. *Child & Youth Care Forum*, 43(5), 539-551.  
<https://doi.org/10.1007/s10566-014-9252-3>
- Jeong, B., Lee, J. Y., Kim, B. M., Park, E., Kwon, J. G., Kim, D. J., Lee, Y., Choi, J. S., & Lee, D. (2020). Associations of personality and clinical characteristics with excessive Internet and smartphone use in adolescents: A structural equation modeling approach. *Addictive Behaviors*, 10, 64-85. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106485>
- Jiang, Q., Huang, X., & Tao, R. (2018). Examining factors influencing internet addiction and adolescent risk behaviors among excessive internet users. *Health Communication*, 33(12), 1434-1444. <https://doi.org/10.1080/10410236.2017.1358241>
- Jobe-Shields, L., Cohen, R., & Parra, G. R. (2011). Patterns of change in children's loneliness: Trajectories from third through fifth grades. *Merrill-Palmer Quarterly*, 57, 25-47.
- Junttila, N., Kainulainen, S., & Saari, J. (2015). Mapping the lonely landscape—assessing loneliness and its consequences. *The Open Psychology Journal*, 8, 89–96.  
<http://dx.doi.org/10.2174/1874350101508010089>
- Kafetsios, K., & Sideridis, G. D. (2006). Attachment, social support and well-being in young and older adults. *Journal of Health Psychology*, 11(6), 863–875.  
<https://doi.org/10.1177/1359105306069084>
- Kalaitzaki, A. E., & Birtchnell, J. (2014). The impact of early parenting bonding on young adults' Internet addiction, through the mediation effects of negative relating to others and

sadness. *Addictive Behaviors*, 39(3), 733–736.

<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2013.12.002>

Kalmus, V., Blinka, L., & Olafsson, K. (2015). Does it matter what mama says: Evaluating the role of parental mediation in European adolescents' excessive Internet use. *Children & Society*, 29(2), 122-133.

Kaniušonytė, G., Truskauskaitė-Kunevičienė, I., Žukauskienė, R., & Crocetti, E. (2019).

Knowing Who You Are for Not Feeling Lonely? A Longitudinal Study on Identity and Loneliness. *Child Development*, 90(5), 1579-1588. <https://doi.org/10.1111/cdev.13294>

Kaptsis, D., King, D. L., Delfabbro, P. H., & Gradisar, M. (2016). Withdrawal symptoms in Internet gaming disorder: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 43, 58-66.

<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.11.006>

Karaer, Y., & Akdemir, D. (2019). Parenting styles, perceived social support and emotion regulation in adolescents with internet addiction. *Comprehensive Psychiatry*, 92, 22-27.

<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2019.03.003>

Καραπέτσας, Α., Καραπέτσας, Β., Ζυγούρης, Ν., Φώτης, Α., 2015. Διαδικτυακός εθισμός και μοναξιά. *Εγκέφαλος*, 52, 4-9.

Kelly, J. B. (2012). Risk and protective factors associated with child and adolescent adjustment following separation and divorce: Social science applications. In K. Kuehnle & L. Drozd (Eds.), *Parenting plan evaluations: Applied research for the family court* (pp. 49–84). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780199754021.003.0003>

- King, D. L., Chamberlain, S. R., Carragher, N., Billieux, J., Stein, D., Mueller, K., Potenza, M. N., Rumpf, H. J., Saunders, J., Starcevic, V., Demetrovics, Z., Brand, M., Lee, H., Spada, M., Lindenberg, K., Wu, A., Lemenager, T., Pallesen, S., Achab, S., ... Delfabbro, P. H. (2020). Screening and assessment tools for gaming disorder: A comprehensive systematic review. *Clinical Psychology Review, 77*, 1-20. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101831>
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. S., & Chen, C. C. (2012). The association between Internet addiction and psychiatric disorder: A review of the literature. *European Psychiatry, 27*(1), 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2010.04.011>
- Kormas, G., Critselis, E., Janikian, M., Kafetzis, D., & Tsitsika, A. (2011). Risk factors and psychosocial characteristics of potential problematic and problematic internet use among adolescents: a cross-sectional study. *BMC Public Health, 11*(1), 595. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-595>
- Kowert, R., Vogelgesang, J., Festl, R., & Quandt, T. (2015). Psychosocial causes and consequences of online video game play. *Computers in Human Behavior, 45*, 51–58. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.11.074>
- Koyuncu, T., Unsal, A., & Arslantas, D. (2014). Assessment of internet addiction and loneliness in secondary and high school students. *Journal of Pakistan Medical Association, 64*(9), 998-1002.
- Kuss, D. J., van Rooij, A., Shorter, G. W., Griffiths, M. D., & van de Mheen, D. (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior, 29*(5), 1987-1996. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.04.002>



- Kuss, D. J., Griffiths, M. D., Karila, L., & Billieux, J. (2014). Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade. *Current Pharmaceutical Design*, 20, 4026–4052. <http://dx.doi.org/10.2174/13816128113199990617>
- Kuwert, P., Knaevelsrud, C., & Pietrzak, R. H. (2014). Loneliness among older veterans in the United States: Results from the National Health and Resilience in Veterans Study. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 22, 564–569. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2013.02.013>
- Ladd, G. W., & Pettit, G. S. (2002). Parenting and the development of children's peer relationships. In M. H. Bornstein (Eds.), *Handbook of parenting: Practical issues in parenting* (pp. 269–309). Erlbaum.
- Ladd, G. W., & Ettekal, I. (2013). Peer-related loneliness across early to late adolescence: Normative trends, intra-individual trajectories, and links with depressive symptoms. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1269–1282. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.05.004>
- Lansford, J. E. (2009). Parental divorce and children's adjustment. *Perspectives on Psychological Science*, 4(2), 140-152. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2009.01114.x>
- Lasgaard, M., Goossens, L., Bramsen, R. H., Trillingsgaard, T., & Elklit, A. (2011). Different sources of loneliness are associated with different forms of psychopathology in adolescence. *Journal of Research in Personality*, 45(2), 233-237. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.jrp.2010.12.005>

- Lasgaard, M., Friis, K., & Shevlin, M. (2016). “Where are all the lonely people?” A population-based study of high-risk groups across the life span. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 51(10), 1373-1384. <https://doi.org/10.1007/s00127-016-1279-3>
- Lasgaard, M., Armour, C., Bramsen, R. H., & Goossens, L. (2016). Major life events as predictors of loneliness in adolescence. *Journal of Child and Family Studies*, 25(2), 631-637. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0243-2>
- Laursen, B., & Hartl, A. C. (2013). Understanding loneliness during adolescence: developmental changes that increase the risk of perceived social isolation. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1261–1268. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.06.003>
- Lay, J. C., Pauly, T., Graf, P., Biesanz, J. C., & Hoppmann, C. A. (2019). By myself and liking it? Predictors of distinct types of solitude experiences in daily life. *Journal of Personality*, 87(3), 633-647. <https://doi.org/10.1111/jopy.12421>
- Lee, F. S., Heimer, H., Giedd, J. N., Lein, E. S., Šestan, N., Weinberger, D. R., & Casey, B. J. (2014). Adolescent mental health—opportunity and obligation. *Science*, 346(6209), 547-549. <https://doi.org/10.1126/science.1260497>
- Leung, L., & Lee, P. S. (2012). The influences of information literacy, internet addiction and parenting styles on internet risks. *New Media & Society*, 14(1), 117-136. <https://doi.org/10.1177%2F1461444811410406>
- Li, D., Li, X., Wang, Y., Zhao, L., Bao, Z., & Wen, F. (2013). School connectedness and problematic Internet use in adolescents: A moderated mediation model of deviant peer

affiliation and self-control. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41(8), 1231-1242.

<https://doi.org/10.1007/s10802-013-9761-9>

Li, S., Lei, H., & Tian, L. (2018). A meta-analysis of the relationship between parenting style and Internet addiction among mainland Chinese teenagers. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 46(9), 1475-1487.

<https://doi.org/10.2224/sbp.7631>

Li, X., Newman, J., Li, D., & Zhang, H. (2016). Temperament and adolescent problematic Internet use: The mediating role of deviant peer affiliation. *Computers in Human Behavior*, 60, 342-350.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.02.075>

Lianos, P. G. (2015). Parenting and social competence in school: The role of preadolescents' personality traits. *Journal of Adolescence*, 41, 109-120.

<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.03.006>

Λιανός, Π. Γ. (2012). *Γονικές πρακτικές και ψυχοκοινωνική προσαρμογή παιδιών στο σχολείο: Διερεύνηση ατομικών, γονικών και οικογενειακών παραγόντων* [Αδημοσίευτη διδακτορική διατριβή]. Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.

Liu, Q. X., Fang, X. Y., Zhou, Z. K., Zhang, J. T., & Deng, L. Y. (2013). Perceived parent adolescent relationship, perceived parental online behaviors and pathological internet use among adolescents: Gender-specific differences. *PLoS One*, 8(9), 1-8.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0075642>

- Liu, T. C., Desai, R. A., Krishnan-Sarin, S., Cavallo, D. A., & Potenza, M. N. (2011). Problematic Internet use and health in adolescents: Data from a high school survey in Connecticut. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 72(6), 836-845.  
<https://doi.org/10.4088%2FJCP.10m06057>
- Luhmann, M., & Hawkey, L. C. (2016). Age differences in loneliness from late adolescence to oldest old age. *Developmental Psychology*, 52(6), 943.  
<https://doi.org/10.1037/dev0000117>
- Luyckx, K., Goossens, E., Van Damme, C., & Moons, P. (2011). Identity formation in adolescents with congenital cardiac disease: A forgotten issue in the transition to adulthood. *Cardiology in the Young*, 21, 411–420.  
<https://doi.org/10.1017/s1047951111000187>
- Luyckx, K., Goossens, L., Rassart, J., Apers, S., Vanhalst, J., & Moons, P. (2014). Parental support, internalizing symptoms, perceived health status, and quality of life in adolescents with congenital heart disease: Influences and reciprocal effects. *Journal of Behavioral Medicine*, 37(1), 145–155. <https://doi.org/10.1007/s10865-012-9474-5>
- Maccoby, E. E., & Martin, J.A. (1983). Socialization in the context of the family: parent-child interaction. In P. H. Mussen (Eds.), *Handbook of child psychology*, (pp.1-101). Wiley.
- MacEvoy, J. P., Weeks, M. S., & Asher, S. R. (2011). Loneliness. In B. B. Brown & M. J. Prinstein (Eds.), *Encyclopedia of adolescence* (pp. 178-187). Academic Press.

Madjar, N., & Cohen-Malayev, M. (2016). Perceived school climate across the transition from elementary to middle school. *School Psychology Quarterly*, *31*(2), 270–288.

<https://doi.org/10.1037/spq0000129>

Maes, M., Klimstra, T., Van den Noortgate, W., & Goossens, L. (2015). Factor structure and measurement invariance of a multidimensional loneliness scale: Comparisons across gender and age. *Journal of Child and Family Studies*, *24*, 1829–1837.

<https://doi.org/10.1007/s10826-014-9986-4>

Maes, M., Vanhalst, J., Spithoven, A. W. M., Van den Noortgate, W., & Goossens, L. (2015). Loneliness and attitudes toward aloneness in adolescence: A person centered approach.

*Journal of Youth and Adolescence*, *45*, 547–567. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0354-5>

Maes, M., Vanhalst, J., Spithoven, A. W., Van den Noortgate, W., & Goossens, L. (2016).

Loneliness and attitudes toward aloneness in adolescence: A person-centered approach. *Journal of Youth and Adolescence*, *45*(3), 547-567.

<https://doi.org/10.1007/s10964-015-0354-5>

Maes, M., Vanhalst, J., Noortgate, W., & Goossens, L. (2017). Intimate and relational loneliness in adolescence. *Journal of Child and Family Studies*, *26*, 2059- 2069.

<https://doi.org/10.1007/s10826-017-0722-8>

Maes, M., Qualter, P., Vanhalst, J., Van den Noortgate, W., & Goossens, L. (2019). Gender differences in loneliness across the lifespan: A meta-analysis. *European Journal of Personality*, *33*(6), 642-654.

<https://doi.org/10.1002/per.2220>

- Mahler, M. S., Pine, F., & Bergman, A. (1975). *The psychological birth of the human infant. Symbiosis and individuation*. Basic Books.
- Matejevic, M., Jovanovic, D., & Ilic, M. (2015). Patterns of family functioning and parenting style of adolescents with depressive reactions. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 185, 234–239. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0145-3>
- Matthews, T., Danese, A., Wertz, J., Odgers, C. L., Ambler, A., Moffit, T. E., & Arseneault, L. (2016). Social isolation, loneliness, and depression in young adulthood: A behavioural genetic analysis. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 51, 339–348. <https://doi.org/10.1007/s00127-016-1178-7>
- Matthews, T., Danese, A., Gregory, A. M., Caspi, A., Moffitt, T. E., & Arseneault, L. (2017). Sleeping with one eye open: Loneliness and sleep quality in young adults. *Psychological Medicine*, 47, 2177–2186. <https://doi.org/10.1017/s0033291717000629>
- Mayer J. D., Caruso D. R., & Salovey P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates . *Emotion Review*, 8, 290 –300. <https://doi.org/10.1177%2F1754073916639667>
- McCrae, R., & Sutin, A. (2009). Openness to experience. In M. Leary & R. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (pp. 257 –273). Guilford Press.
- Merz, E. M., & Jak, S. (2013). The long reach of childhood. Childhood experiences influence close relationships and loneliness across life. *Advances in Life Course Research*, 18(3), 212-222. <https://doi.org/10.1016/j.alcr.2013.05.002>

- Mihara, S., Osaki, Y., Nakayama, H., Sakuma, H., Ikeda, M., Itani, O., Kaneita, Y., Kanda, H., Ohida, T., & Higuchi, S. (2016). Internet use and problematic Internet use among adolescents in Japan: A nationwide representative survey. *Addictive Behaviors Reports, 4*, 58-64. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2016.10.001>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry, 11*, 11–15. <http://doi.org/10.1016/j.wpsyc.2012.01.003>
- Misailidi, P. (2018). Individual differences in children's understanding of guilt: Links with theory of mind. *The Journal of Genetic Psychology, 179*(4), 219–229. <https://doi.org/10.1080/00221325.2018.1474848>
- Mittal, V. A., Dean, D. J., & Pelletier, A. (2013). Internet addiction, reality substitution and longitudinal changes in psychoticlike experiences in young adults. *Early Intervention Psychiatry, 7*, 261–269. <https://doi.org/10.1111/j.1751-7893.2012.00390.x>
- Molinari, L., Grazia, V., & Corsano, P. (2020). School relations and solitude in early adolescence: a mediation model involving rejection sensitivity. *The Journal of Early Adolescence, 40*(3), 426-448. <https://doi.org/10.1177%2F0272431619847523>
- Morley, T. E., & Moran, G. (2011). The origins of cognitive vulnerability in early childhood: Mechanisms linking early attachment to later depression. *Clinical Psychology Review, 31*, 1071–1082. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.06.006>
- Moretta, T., & Buodo, G. (2020). Problematic internet use and loneliness: How complex is the relationship? A short literature review. *Current Addiction Reports, 7*(2), 125-136. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00305-z>

## ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

- Mund, M., Freuding, M. M., Möbius, K., Horn, N., & Neyer, F. J. (2020). The stability and change of loneliness across the life span: A meta-analysis of longitudinal studies. *Personality and Social Psychology Review, 24*, 24-52.  
<https://doi.org/10.1177%2F1088868319850738>
- Munno, D., Cappellin, F., Saroldi, M., Bechon, E., Guglielmucci, F., Passera, R., & Zullo, G. (2017). Internet Addiction Disorder: Personality characteristics and risk of pathological overuse in adolescents. *Psychiatry Research, 248*, 1-5.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.11.008>
- Murray-Close, D., Hoza, B., Hinshaw, S. P., Arnold, L. E., Swanson, J., Jensen, P. S., Hechtman, L., & Wells, K. (2010). Developmental processes in peer problems of children with ADHD in the MTA study1: Developmental cascades and vicious cycles. *Developmental Psychopathology, 22*, 785–802. <https://doi.org/10.1017%2FS0954579410000465>
- Muris, P., Meesters, C., & Van Brakel, A. (2003). Assessment of anxious rearing behaviors with a modified version of “Egna Minnen Beträffande Uppfostran” Questionnaire for children. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 25*(4), 229-237.  
<https://doi.org/10.1023/A:1025894928131>
- Musetti, A., Corsano, P., Majorano, M., & Mancini, T. (2012). Identity processes and experience of being alone during late adolescence. *International Journal of Psychoanalysis and Education, 1*, 44–65.
- Nesdale, D., Zimmer-Gembeck, M. J., & Roxburgh, N. (2014). Peer group rejection in childhood: Effects of rejection ambiguity, rejection sensitivity, and social acumen. *Journal of Social Issues, 70*, 12-28. <https://doi.org/10.1111/josi.12044>



- Nguyen, T. V. T., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2018). Solitude as an approach to affective self-regulation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *44*(1), 92-106.  
<https://doi.org/10.1177%2F0146167217733073>
- Nicolaisen, M., & Thorsen, K. (2014). Loneliness among men and women—a five-year follow-up study. *Aging & Mental Health*, *18*(2), 194-206.  
<https://doi.org/10.1080/13607863.2013.821457>
- Nishimura, T., Murakami, T., & Sakurai, S. (2017). Do not overlook lonely children: Additional evidence from two longitudinal studies. *Journal of Social and Personal Relationships*, *35*(7), 956–976. <https://doi.org/10.1177%2F0265407517701840>
- Norona, J. C., Tregubenko, V., Boiangiu, S. B., Levy, G., Scharf, M., Welsh, D. P., & Shulman, S. (2018). Changes in rejection sensitivity across adolescence and emerging adulthood: Associations with relationship involvement, quality, and coping. *Journal of Adolescence*, *63*, 96-106. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.12.006>
- Nowland, R., Necka, E. A., & Cacioppo, J. T. (2018). Loneliness and social internet use: pathways to reconnection in a digital world? *Perspectives on Psychological Science*, *13*(1), 70-87. <https://doi.org/10.1177%2F1745691617713052>
- O'Day, E. B., Morrison, A. S., Goldin, P. R., Gross, J. J., & Heimberg, R. G. (2019). Social anxiety, loneliness, and the moderating role of emotion regulation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *38*(9), 751-773. <https://doi.org/10.1521/jscp.2019.38.9.751>
- Olivari, M. G., Wahn, E. H., Maridaki-Kassotaki, K., Antonopoulou, K., & Confalonieri, E. (2015). Adolescent perceptions of parenting styles in Sweden, Italy and Greece: An

ΜΟΝΑΞΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟΥ ΚΑΙ ΓΟΝΙΚΟΤΗΤΑ

exploratory study. *Europe's Journal of Psychology*, 11(2), 244.

<https://dx.doi.org/10.5964%2Fejop.v11i2.887>

Papadaki, E., & Giovazolias, T. (2015). The protective role of father acceptance in the relationship between maternal rejection and bullying: a moderated-mediation model. *Journal of Child and Family Studies*, 24(2), 330-340.

<https://doi.org/10.1007/s10826-013-9839-6>

Park, G. E., & Choi, Y. H. (2011). The Effects of Stress, Social Support and Impulsiveness on Adolescents' Internet Addiction. *The Korean Journal of Rehabilitation Nursing*, 14(2), 145-152. <https://doi.org/10.1371%2Fjournal.pone.0131597>

Patton, G. C., Sawyer, S. M., Santelli, J. S., Ross, D. A., Afifi, R., Allen, N. B., Arora, M., Azzopardi, P., Baldwin, W., Bonell, C., Kakuma, R., Kennedy, E., Mahon, J., McGovern, T., Mokdad, A., Patel, V., Petroni, S., Realvey, N., Taiwo, ... Viner, R. M. (2016). Our future: A Lancet commission on adolescent health and wellbeing. *The Lancet*, 387(10036), 2423–2478. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)00579-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)00579-1)

Perlman, D., Peplau, L. A. (1981). Towards a social psychology of loneliness. In R. Duck & R. Gihour (Eds.), *Personal relationships in disorder* (pp. 31-56). Academic Press.

Perris, C., Jacobsson, L., Lindstrom, H., von Knorring, L., & Perris, H. (1980). Development of a new inventory for assessing memories of parental rearing behavior. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 61, 265-274. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1980.tb00581.x>

Pew Research Center (2014). *Internet use over time*. Retrieved from

<http://www.pewinternet.org/data-trend/internet-use/internet-use-over-time/>

- Pinquart, M. (2016). Associations of parenting styles and dimensions with academic achievement in children and adolescents: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 28(3), 475-493. <https://doi.org/10.1007/s10648-015-9338-y>
- Pyle, E., & Evans, D. (2018). Loneliness-what characteristics and circumstances are associated with feeling lonely. *Newport: Office for National Statistics*.
- Qualter, P., Brown, S. L., Munn, P., & Rotenberg, K. J. (2010). Childhood loneliness as a predictor of adolescent depressive symptoms: an 8-year longitudinal study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 19, 493-501. <https://doi.org/10.1007/s00787-009-0059-y>
- Qualter, P., Brown, S. L., Rotenberg, K. J., Vanhalst, J., Harris, R. A., Goossens, L., Bangee, M., & Munn, P. (2013). Trajectories of loneliness during childhood and adolescence: Predictors and health outcomes. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1283-1293. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.01.005>
- Qualter, P., Vanhalst, J., Harris, R. A., Van Roekel, E., Lodder, G., Bangee, M., & Verhagen, M. (2015). Loneliness across the life span. *Perspectives on Psychological Science*, 10, 250–264. <http://doi.org/10.1177/1745691615568999>
- Qualter, P., Hurley, R., Eccles, A., Abbott, J., Boivin, M., & Tremblay, R. (2018). Reciprocal prospective relationships between loneliness and weight status in late childhood and early adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(7), 1385-1397. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0867-9>

- Qualter, P., Urquijo, I., Henzi, P., Barrett, L., & Humphrey, N. (2018). Ability emotional intelligence and children's behavior in the playground. *Social Development, 28*(2), 430–448. <https://doi.org/10.1111/sode.12340>
- Rebecka, K., Susanne, O., Kent, N. W., & Cecilia, Å. (2020). The influence of parenting styles and parental depression on adolescent depressive symptoms: A cross-sectional and longitudinal approach. *Mental Health & Prevention, 20*, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2020.200193>
- Robbins, T. W., & Clark, L. (2015). Behavioral addictions. *Current Opinion in Neurobiology, 30*, 66–72. <http://doi.org/10.1016/j.conb.2014.09.005>
- Rohner, R. P., Khaleque, A., & Cournoyer, D. E. (2012). Introduction to parental acceptance-rejection theory, methods, evidence, and implications. *Journal of Family Theory & Review, 2*(1), 73-87.
- Rokach, A. (2015). Loneliness, alienation, solitude and our lives. In A. Sha'ked & A. Rokach (Eds.) *Addressing loneliness: Coping, prevention and clinical interventions* (pp. 3–19). Routledge.
- Romero-Canyas, R., Downey, G., Berenson, K., Ayduk, O., & Kang, N. J. (2010). Rejection sensitivity and the rejection-hostility link in romantic relationships. *Journal of Personality, 78*, 119-148. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2009.00611.x>
- Rönkä, A. R., Rautio, A., Koironen, M., Sunnari, V., & Taanila, A. (2014). Experience of loneliness among adolescent girls and boys: Northern Finland birth cohort 1986 study. *Journal of Youth Studies, 17*, 183-203. <https://doi.org/10.1080/13676261.2013.805876>

Russell, D., (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66, 20-40.

[https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2)

Russell, D., Peplau, L. A. & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42(3), 290-294.

[https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4203\\_11](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4203_11)

Russell, Peplau, L. A. & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472-480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472>

Salo, A. E., Junttila, N., & Vauras, M. (2020). Social and emotional loneliness: Longitudinal stability, interdependence, and intergenerational transmission among boys and girls. *Family Relations*, 69(1), 151-165. <https://doi.org/10.1111/fare.12398>

Saunders, J. B., Hao, W., Long, J., King, D. L., Mann, K., Fauth-Bühler, M., Rumpf, H. J., Bowden- Jones, H., Rahimi- Movaghar, A., Chung, T., Chan, E., Bahar, N., Achab, S., Lee, H. K., Potenza, M., Petry, N., Spritzer, D., Ambekar, A., Derevensky, J., ... Poznyak, V. (2017). Gaming disorder: Its delineation as an important condition for diagnosis, management, and prevention. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(3), 271-279. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.039>

Scharf, M., Wiseman, H., & Farah, F. (2011). Parent–adolescent relationships and social adjustment: The case of a collectivistic culture. *International Journal of Psychology*, 46, 177–190. <https://doi.org/10.1080/00207594.2010.528424>

- Schinka, K. C., VanDulmen, M. H. M., Bossarte, R., & Swahn, M. (2012). Association between loneliness and suicidality during middle childhood and adolescence: Longitudinal effects and the role of demographic characteristics. *The Journal of Psychology, 146*, 105-118. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.584084>
- Schinka, K. C., van Dulmen, M. H., Mata, A. D., Bossarte, R., & Swahn, M. (2013). Psychosocial predictors and outcomes of loneliness trajectories from childhood to early adolescence. *Journal of Adolescence, 36*(6), 1251-1260. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.08.002>
- Schoenmakers, E. C., van Tilburg, T. G., & Fokkema, T. (2015). Problem-focused and emotion-focused coping options and loneliness: How are they related? *European Journal of Ageing, 12*(2), 153–161. <https://doi.org/10.1007/s10433-015-0336-1>
- Segrin, C., Nevarez, N., Arroyo, A., & Harwood, J. (2012). Family of origin environment and adolescent bullying predict young adult loneliness. *The Journal of Psychology, 146*, 119–134. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.555791>
- Sela, Y., Zach, M., Amichay-Hamburger, Y., Mishali, M., & Omer, H. (2020). Family environment and problematic internet use among adolescents: the mediating roles of depression and fear of missing out. *Computers in Human Behavior, 106*, 106- 126. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.106226>
- Shahimi, F., Rahimi, C., & Mohamadi, N. (2018). The mental health of adolescent girls with depressed mothers: The mediating role of the perception of parental styles. *Journal of Social Service Research, 45*(4), 488-497. <https://doi.org/10.1080/01488376.2018.1481168>

- Sharabi, A., Levi, U., & Margalit, M. (2012). Children's loneliness, sense of coherence, family climate, and hope: Developmental risk and protective factors. *The Journal of Psychology, 146*, 61–83. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.568987>
- Shek, D. T., Zhu, X., & Ma, C. M. (2018). The Influence of parental control and parent-child relational qualities on adolescent internet addiction: A 3-year longitudinal study in Hong Kong. *Frontiers in Psychology, 9*, 642. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00642>
- Shi, X., Wang, J., & Zou, H. (2017). Family functioning and Internet addiction among Chinese adolescents: the mediating roles of self-esteem and loneliness. *Computers in Human Behavior, 76*, 201-210. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.07.028>
- Simcharoen, S., Pinyopornpanish, M., Haoprom, P., Kuntawong, P., Wongpakaran, N., & Wongpakaran, T. (2018). Prevalence, associated factors and impact of loneliness and interpersonal problems on internet addiction: A study in Chiang Mai medical students. *Asian Journal of Psychiatry, 31*, 2–7. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2017.12.017>
- Siomos, K. E., Dafouli, E. D., Braimioties, D. A., Mouzas, O. D., & Angelopoulos, N. V. (2008). Internet addiction among Greek adolescent students. *CyberPsychology and Behaviour, 11*(6), 653-657. <http://doi.org/10.1089/cpb.2008.0088>
- Spada, M. (2014). An overview of problematic internet use. *Addictive Behaviours, 39*, 3-6. <http://doi.org/10.1016/j.addbeh.2013.09.007>
- Stallman, H. M., & Ohan, J. L. (2016). Parenting Style, Parental Adjustment, and Co-Parental Conflict: Differential Predictors of Child Psychosocial Adjustment Following Divorce. *Behaviour Change, 33*(2).

Stavropoulos, V., Alexandraki, K., & Motti-Stefanidi, F. (2013). Recognizing internet addiction: prevalence and relationship to academic achievement in adolescents enrolled in urban and rural Greek high schools. *Journal of Adolescence*, *36*(3), 565-576.

<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.03.008>

Stavropoulos, V., Kuss, D. J., Griffiths, M. D., Wilson, P., & Motti-Stefanidi, F. (2015).

MMORPG gaming and hostility predict Internet addiction symptoms in adolescents: An empirical multilevel longitudinal study. *Addictive Behaviours*, *64*, 294-300.

<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.09.001>

Stavropoulos, V., Gentile, D., & Motti-Stefanidi, F. (2016). A multilevel longitudinal study of adolescent Internet addiction: The role of obsessive–compulsive symptoms and

classroom openness to experience. *European Journal of Developmental*

*Psychology*, *13*(1), 99-114. <https://doi.org/10.1080/5629.2015.1066670>

Stavropoulos, V., Kuss, D., Griffiths, M., & Motti-Stefanidi, F. (2016). A longitudinal study of adolescent internet addiction: the role of conscientiousness and classroom

hostility. *Journal of Adolescent Research*, *31*(4), 442-473.

<https://doi.org/10.1177%2F0743558415580163>

Stickley, A., Koyanagi, A., Kuposov, R., Schwab-Stone, M., & Ruchkin, V. (2014). Loneliness and health risk behaviours among Russian and US adolescents: a cross-sectional

study. *BMC Public Health*, *14*(1), 366. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-366>

Stotsky, M., & Bowker, J. (2018). An examination of reciprocal associations between social preference, popularity, and friendship during early adolescence. *Journal of Youth and*

*Adolescence*, *47*(9), 1830–1841. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0846-1>



- Sullivan, H., (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. Norton.
- Sun, P., Johnson, C. A., Palmer, P., Arpawong, T. E., Unger, J. B., Xie, B., Rohrbach, L., Spruijt -Metz, D., & Sussman, S. (2012). Concurrent and predictive relationships between compulsive Internet use and substance use: Findings from vocational high school students in China and the USA. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 9, 660–673. <https://doi.org/10.3390/ijerph9030660>
- Talib, M. B. A., Abdullah, R., & Mansor, M. (2011). Relationship between parenting style and children's behavior problems. *Asian Social Science*, 7(12), 195.
- Teppers, E., Klimstra, T. A., Van Damme, C., Luyckx, K., Vanhalst, J., & Goossens, L. (2013). Personality traits, loneliness, and attitudes towards aloneness in adolescence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30, 1045–1063. <https://doi.org/10.1177%2F0265407513481445>
- Teppers, E., Luyckx, K., Vanhalst, J., Klimstra, T., & Goossens, L. (2014). Attitudes towards aloneness during adolescence: A person centred approach. *Infant and Child Development*, 23, 239–248. <https://doi.org/10.1002/icd.1856>
- Thomas, K. K., & Bowker, J. C. (2015). Rejection sensitivity and adjustment during adolescence: Do friendship self-silencing and parent support matter? *Journal of Child and Family Studies*, 24, 608-616. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9871-6>
- Thorsteinsson, E. B., & Davey, L. (2014). Adolescents' compulsive Internet use and depression: A longitudinal study. *Open Journal of Depression*, 3, 13–17. <https://doi.org/10.4236/ojd.2014.31005>

- Tokunaga, R. S., & Rains, S. A. (2010). An evaluation of two characterizations of the relationships between problematic internet use, time spent using the internet, and psychosocial problems. *Human Communication Research*, 36(4), 512–545.  
<https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2010.01386.x>
- Tsai, K. M., Telzer, E. H., & Fuligni, A. J. (2013). Continuity and discontinuity in perceptions of family relationships from adolescence to young adulthood. *Child Development*, 84(2), 471–484. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2012.01858.x>
- Tsimtsiou, Z., Haidich, A. B., Kokkali, S., Dardavesis, T., Young, K. S., & Arvanitidou, M. (2014). Greek version of the Internet Addiction Test: a validation study. *Psychiatric Quarterly*, 85(2), 187-195. <https://doi.org/10.1007/s11126-013-9282-2>
- Tsitsika, A., Janikian, M., Schoenmakers, T. M., Tzavela, E. C., Olafsson, K., Wójcik, S., Macarieu, G., Tzavara, C., & Richardson, C. (2014). Internet addictive behavior in adolescence: a cross-sectional study in seven European countries. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(8), 528-535.  
<https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0382>
- Tsitsika, A. K., Andrie, E. K., Psaltopoulou, T., Tzavara, C. K., Sergentanis, T. N., Ntanasis-Stathopoulos, I., Bacopoulou, F., Richardson, C, Chrousos, G., & Tsolia, M. (2016). Association between problematic internet use, socio-demographic variables and obesity among European adolescents. *The European Journal of Public Health*, 26(4), 617-622.  
<https://doi.org/10.1093/eurpub/ckw028>

- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Adolescence' online communication: An integrated model of its attraction, opportunities, and risks. *Journal of Adolescent Health, 48*, 121–127.  
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.08.020>
- van den Eijnden, R. J., Spijkerman, R., Vermulst, A. A., van Rooij, T. J., & Engels, R. C. (2010). Compulsive Internet use among adolescents: Bidirectional parent–child relationships. *Journal of Abnormal Child Psychology, 38*, 77–89. <https://doi.org/10.1007/s10802-009-9347-8>
- Van Dulmen, M. H. M., & Goossens, L. (2013). Loneliness trajectories. *Journal of Adolescence, 36*(6), 247–249. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.08.001>
- van Roekel, E., Scholte, R. H., Verhagen, M., Goossens, L., & Engels, R. C. (2010). Loneliness in adolescence: Gene× environment interactions involving the serotonin transporter gene. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 51*(7), 747–754.  
<https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2010.02225.x>
- van Roekel, E., Scholte, R. H., Engels, R. C., Goossens, L., & Verhagen, M. (2015). Loneliness in the daily lives of adolescents: An experience sampling study examining the effects of social contexts. *The Journal of Early Adolescence, 35*(7), 905–930.  
<https://doi.org/10.1177%2F0272431614547049>
- van Rooij, A. J., Schoenmakers, T. M., van de Eijnden, R. J., & van de Mheen, D. (2010). Compulsive Internet use: The role of online gaming and other Internet applications. *Journal of Adolescent Health, 47*, 51–57.  
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.12.021>

- van Rooij, A. J., Schoenmakers, T. M., Vermulst, A. A., Van Den Eijnden, R. J., & Van De Mheen, D. (2011). Online video game addiction: Identification of addicted adolescent gamers. *Addiction, 106*, 205–212. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2010.03104.x>
- Vanhalst, J., Klimstra, T. A., Luyckx, K., Scholte, R. H. J., Engels, R. C. M. E., & Goossens, L. (2012). The interplay of loneliness and depressive symptoms across adolescence: Exploring the role of personality traits. *Journal of Youth and Adolescence, 41*, 776-787. <https://doi.org/10.1007/s10964-011-9726-7>
- Vanhalst, J., Goossens, L., Luyckx, K., Scholte, R. H. J., & Engels, R. C. M. E. (2013). The development of loneliness from mid- to late adolescence: Trajectory classes, personality traits, and psychosocial functioning. *Journal of Adolescence, 36*, 1305–1312. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.04.002>
- Vanhalst, J., Luyckx, K., Scholte, R. H., Engels, R. C., & Goossens, L. (2013). Low self-esteem as a risk factor for loneliness in adolescence: Perceived-but not actual-social acceptance as an underlying mechanism. *Journal of Abnormal Child Psychology, 41*(7), 1067-1081. <https://doi.org/10.1007/s10802-013-9751-y>
- Vanhalst, J., Luyckx, K., & Goossens, L. (2014). Experiencing loneliness in adolescence: A matter of individual characteristics, negative peer experiences, or both? *Social Development, 23*(1), 100-118. <https://doi.org/10.1111/sode.12019>
- Vigna-Taglianti, F., Brambilla, R., Priotto, B., Angelino, R., Cuomo, G., & Diecidue, R. (2017). Problematic internet use among high school students: Prevalence, associated factors and gender differences. *Psychiatry Research, 257*, 163-171. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.07.039>

- Villella, C., Martinotti, G., Nicola, M. D., Cassano, M., LLa Torre, G., Gliubizzi, M. D., Conte, G. (2011). Behavioural addictions in adolescents and young adults: Results from a prevalence study. *Journal of Gambling Studies*, 27, 203-214.  
<http://doi.org/10.1007/s10899-010-9206-0>
- von Soest, T., Luhmann, M., & Gerstorf, D. (2020). The development of loneliness through adolescence and young adulthood: Its nature, correlates, and midlife outcomes. *Developmental Psychology*, 56(10), 1919–1934.  
<https://doi.org/10.1037/dev0001102>
- Wartberg, L., Kriston, L., Bröning, S., Kegel, K., & Thomasius, R. (2017). Adolescent problematic Internet use: Is a parental rating suitable to estimate prevalence and identify familial correlates? *Computers in Human Behavior*, 67, 233-239.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.10.029>
- Wartberg, L., Kriston, L., Ziegmeier, M., Lincoln, T., & Kammerl, R. (2019). A longitudinal study on psychosocial causes and consequences of Internet gaming disorder in adolescence. *Psychological Medicine*, 49(2), 287–294.  
<https://doi.org/10.1017/S003329171800082X>
- Wegmann, E., Oberst, U., Stodt, B., & Brand, M. (2017). Online-specific fear of missing out and Internet-use expectancies contribute to symptoms of Internet-communication disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 5, 33-42.  
<https://doi.org/10.1016/j.abrep.2017.04.001>
- Weiss, R. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. MIT Press.

- Widyanto, L., & McMurrin, M. (2004). The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(4), 443-450. <https://doi.org/10.1089/cpb.2004.7.443>
- Winnicott, D. W. (1965d). The capacity to be alone. In D. W. Winnicott, *The maturational processes and the facilitating environment* (pp. 29-36). International Universities Press.
- Woodhouse, S. S., Dykas, M. J., & Cassidy, J. (2012). Loneliness and peer relations in adolescence. *Social Development*, 21, 273–293. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2011.00611.x>
- World Health Organization. (2019). 6C51 Gaming disorder. In *International statistical classification of diseases and related health problems* (11th ed.). <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/1448597234>
- Χατζηχρήστου, Χ. (επιμ.). (2011). *Κοινωνική και συναισθηματική αγωγή στο σχολείο: Πρόγραμμα για την προαγωγή της ψυχικής υγείας και της μάθησης στη σχολική κοινότητα. Εκπαιδευτικό υλικό για εκπαιδευτικούς και μαθητές της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης. Τυπωθήτω.*
- Χατζηχρήστου, Χ. (2015). *Πρόληψη και προαγωγή της ψυχικής υγείας στο σχολείο και στην οικογένεια.* Gutenberg.
- Xiuqin, H., Huimin, Z., Mengchen, L., Jinan, W., Ying, Z., & Ran, T. (2010). Mental health, personality, and parental rearing styles of adolescents with Internet addiction disorder. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(4), 401-406. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0222>

- Yanguas, J., Pinazo-Henandis, S., & Tarazona-Santabalbina, F. J. (2018). The complexity of loneliness. *Acta Bio Medica: Atenei Parmensis*, 89(2), 302.  
<https://doi.org/10.23750%2Fabm.v89i2.7404>
- Yao, M. Z., & Zhong, Z. J. (2014). Loneliness, social contacts and Internet addiction: A cross-lagged panel study. *Computers in Human Behavior*, 30, 164-170.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.08.007>
- Yen, J. Y., Cheng-Fang, Y., Chen, C. S., Chang, Y. H., Yeh, Y. C., & Ko, C. H. (2012). The bidirectional interactions between addiction, behaviour approach and behaviour inhibition systems among adolescents in a prospective study. *Psychiatry Research*, 200, 588–592. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2012.03.015>
- Young, K. (1998). *Caught in the net*. John Wiley & Sons.
- Yu, L., & Shek, D. T. (2013). Internet addiction in Hong Kong adolescents: A three-year longitudinal study. *Journal of Pediatric & Adolescent Gynecology*, 26(3), 10–17.  
<https://doi.org/10.1016/j.jpag.2013.03.010>
- Yu, C., Li, X., & Zhang, W. (2015). Predicting adolescent problematic online game use from teacher autonomy support, basic psychological needs satisfaction, and school engagement: A 2-year longitudinal study. *CyberPsychology, Behavior, and Social Networking*, 18, 228–233. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0385>
- Zeng, W., Ye, K., Hu, Y., & Ma, Z. W. (2016). Explicit self-esteem, loneliness, and pathological internet use among Chinese adolescents. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 44(6), 965-972. <https://doi.org/10.2224/sbp.2016.44.6.965>

- Zhai, B., Li, D., Li, X., Liu, Y., Zhang, J., Sun, W., & Wang, Y. (2020). Perceived school climate and problematic internet use among adolescents: Mediating roles of school belonging and depressive symptoms. *Addictive Behaviors, 110*, 1-7.  
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106501>
- Zhang, Y., Qin, X., & Ren, P. (2018). Adolescents' academic engagement mediates the association between Internet addiction and academic achievement: The moderating effect of classroom achievement norm. *Computers in Human Behavior, 89*, 299-307.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.018>
- Zhang, R. P., Bai, B. Y., Jiang, S., Yang, S., & Zhou, Q. (2019). Parenting styles and internet addiction in Chinese adolescents: Conscientiousness as a mediator and teacher support as a moderator. *Computers in Human Behavior, 101*, 144-150.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.07.019>
- Zimmer-Gembeck, M. J., Nesdale, D., Webb, H. J., Khatibi, M., & Downey, G. (2016). A longitudinal rejection sensitivity model of depression and aggression: Unique roles of anxiety, blame, withdrawal and retribution. *Journal of Abnormal Child Psychology, 44*, 1291-1307. <https://doi.org/10.1007/s10802-016-0127-y>