



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών
—ΙΔΡΥΘΕΝ ΤΟ 1837—

Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Σχολή Επιστημών Υγείας

Ιατρική Σχολή

Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών

«Αντιμετώπιση Εξαρτήσεων- Εξαρτησιολογία»

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

**«Διερεύνηση των σχέσεων μεταξύ Ανασφαλούς Προσκόλλησης, Παθολογικού
Ναρκισσισμού, Συνδρόμου FoMO και Προβληματικής Χρήσης των Μέσων
Κοινωνικής Δικτύωσης»**

ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΒΑΣΑΜΙΔΟΥ

A.M. 7450352300001

Επιβλέπων: Τζαβέλλας Ηλίας, Αναπληρωτής Καθηγητής Ψυχιατρικής ΕΚΠΑ

Τριμελής Εξεταστική Επιτροπή:

Τζαβέλλας Ηλίας, Αναπληρωτής Καθηγητής Ψυχιατρικής ΕΚΠΑ

Παπαρρηγόπουλος Θωμάς, Καθηγητής Ψυχιατρικής ΕΚΠΑ

**Τριανταφύλλου Καλλιόπη, PhD Κλινικής Ψυχολογίας, Επιστημονική
Συνεργάτης ΕΚΠΑ**

ΑΘΗΝΑ,

Μάρτιος 2025

Περιεχόμενα

Περίληψη.....	4
Abstract.....	5
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	6
ΜΕΡΟΣ Α: Βιβλιογραφική Ανασκόπηση	8
Κεφάλαιο 1: Χρήση Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ).....	8
1.1 Γενικά Χαρακτηριστικά και Οφέλη της χρήσης των ΜΚΔ.....	8
1.2 Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ- Ορισμός.....	8
1.3 Συμπτωματολογία της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.....	9
1.4 Επιπτώσεις της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.....	9
1.5 Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ- Αιτιολογικές Θεωρήσεις.....	10
Κεφάλαιο 2: Ανεπαρκής Προσκόλληση και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ.....	12
2.1 Θεωρία Προσκόλλησης	12
2.1.1 Τύποι και Διαστάσεις Προσκόλλησης και Ενεργά Εσωτερικά Γνωστικά Μοντέλα.....	12
2.2 Ανεπαρκής Προσκόλληση και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ - Θεωρία.....	13
2.2.1 Ανεπαρκής Προσκόλληση & Προβληματική Χρήση ΜΚΔ - Έρευνες	13
Κεφάλαιο 3: Παθολογικός Ναρκισσισμός και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ	15
3.1 Ναρκισσισμός	15
3.1.1 Παθολογικός Ναρκισσισμός - Διαστάσεις.....	15
3.2 Παθολογικός Ναρκισσισμός και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ	16
3.2.1 Παθολογικός Ναρκισσισμός & Προβληματική Χρήση ΜΚΔ - Θεωρία	16
3.2.2 Παθολογικός Ναρκισσισμός & Προβληματική Χρήση ΜΚΔ - Έρευνες	18
Κεφάλαιο 4: Σύνδρομο FoMO και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ	19
4.1 Σύνδρομο FoMO - Ορισμός και Επιπτώσεις.....	19
4.2 Σύνδρομο FoMO και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ - Θεωρητικά Πλαίσια.....	20
4.3 Σύνδρομο FoMO και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ - Έρευνες	21
Κεφάλαιο 5: Ανεπαρκής Προσκόλληση και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα»	23
5.1 Ανεπαρκής Προσκόλληση & «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» - Θεωρία	23
5.2 Ανεπαρκής Προσκόλληση & «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» - Έρευνες.....	24
Κεφάλαιο 6: Ανεπαρκής Προσκόλληση και FoMO	25
6.1 Ανεπαρκής Προσκόλληση & FoMO - Θεωρητική Πλαισίωση	25
6.2 Ανεπαρκής Προσκόλληση & FoMO - Έρευνες.....	26
Κεφάλαιο 7: FoMO και Παθολογικός Ναρκισσισμός («Μεγαλείο»- «Ευαλωτότητα»).....	27
7.1 FoMO & Παθολογικός Ναρκισσισμός - Θεωρητική Πλαισίωση.....	27

7.2 FoMO & Παθολογικός Ναρκισσισμός - Ερευνητικά Ευρήματα.....	28
Κεφάλαιο 8:	29
FoMO: Διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση Ανασφαλούς Προσκόλλησης- Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ	29
8.1 Θεωρητικό Πλαίσιο	29
8.2 Ερευνητικά Ευρήματα.....	30
Κεφάλαιο 9:	30
FoMO: Διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση Παθολογικού Ναρκισσισμού («Μεγαλείου»- «Ευαλωτότητας»)- Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.....	30
9.1 Θεωρητικό Πλαίσιο	30
9.2 Ερευνητικά Ευρήματα.....	31
Κεφάλαιο 10:	31
Ανασφαλής Προσκόλληση: Διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση	31
«Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας»- Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ	31
10.1 Θεωρητικό Πλαίσιο.....	31
10.2 Ερευνητικά Ευρήματα	33
Κεφάλαιο 11: Σκοπός της παρούσας έρευνας και Ερευνητικές Υποθέσεις	33
ΜΕΡΟΣ Β: Έρευνα.....	35
Κεφάλαιο 12: Μεθοδολογία	35
12.1 Συμμετέχοντες.....	35
12.2 Ερευνητική Διαδικασία.....	35
12.3 Εργαλεία Συλλογής Δεδομένων	36
12.4 Θέματα Ηθικής και Δεοντολογίας	39
12.5 Στατιστική Ανάλυση	39
Κεφάλαιο 13: Αποτελέσματα	40
Κεφάλαιο 14: Συζήτηση	53
14.1 Περιορισμοί της έρευνας.....	65
14.2 Συμπεράσματα- Προτάσεις για μελλοντικές έρευνες	66
Βιβλιογραφικές Αναφορές.....	68

Περίληψη

Εισαγωγή: Η θετική συμβολή της χρήσης των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ) σε ποικίλους τομείς της σύγχρονης ζωής είναι αδιαμφισβήτητη. Ωστόσο, ορισμένα μοτίβα χρήσης των ΜΚΔ δύναται να οδηγήσουν στην ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης τους. Η Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ αποτελεί πολυπαραγοντικό φαινόμενο, στο οποίο συμβάλλουν ποικίλοι παράγοντες και οι σύνθετες μεταξύ τους αλληλεπιδράσεις, όπως η Ανασφαλής Προσκόλληση, ο Παθολογικός Ναρκισσισμός και το σύνδρομο FoMO.

Σκοπός: Η παρούσα μελέτη αποσκοπεί στη διερεύνηση της συσχέτισης της Ανασφαλούς Προσκόλλησης, του Παθολογικού Ναρκισσισμού και του συνδρόμου FoMO με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, στη διερεύνηση των μεταξύ τους σχέσεων, καθώς και της πιθανής ύπαρξης διαμεσολαβητικών σχέσεων.

Μεθοδολογία: Πραγματοποιήθηκε συγχρονική διαδικτυακή έρευνα με δείγμα 1085 ενήλικων χρηστών ΜΚΔ, με ηλικιακό μέσο όρο τα 46.9 έτη, η οποία διήρκεσε από το Νοέμβριο 2024 έως τον Ιανουάριο 2025. Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν το Ερωτηματολόγιο Δημογραφικών στοιχείων, την Κλίμακα Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ- SMEQ, την Κλίμακα Bergen για τον εθισμό στα ΜΚΔ- BSMAS (Greek version), την Κλίμακα FoMOs, την Κλίμακα Δεσμού Ενηλίκων- G-ECR-R και το Ερωτηματολόγιο Παθολογικού Ναρκισσισμού- PNI-52.

Αποτελέσματα: Από τη στατιστική ανάλυση προέκυψε ότι το 14,4% των συμμετεχόντων βρισκόταν στην κατηγορία κινδύνου εξάρτησης, εμφάνιζε δηλαδή Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ. Οι πολυπαραγοντικές αναλύσεις κατέδειξαν την απουσία στατιστικώς σημαντικής συσχέτισης μεταξύ Ανασφαλούς Προσκόλλησης και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ. Επιπλέον, διαπιστώθηκε η θετική συσχέτιση της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ με το σύνδρομο FoMO ($p<0.001$), καθώς και με τον Παθολογικό Ναρκισσισμό και τις διαστάσεις του ($p<0.001$), και ότι η σχέση μεταξύ Παθολογικού Ναρκισσισμού και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ διαμεσολαβήθηκε μερικώς από το FoMO ($p<0.001$).

Συμπεράσματα: Η παρούσα μελέτη αναδεικνύει την πολυπαραγοντική και σύνθετη φύση του φαινομένου της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, επισημαίνοντας τη σημασία της περαιτέρω διερεύνησης των ειδικών παραγόντων που συμβάλλουν στην εκδήλωση της, υιοθετώντας μία ολιστική προσέγγιση.

Λέξεις κλειδιά: Προβληματική Χρήση ΜΚΔ, Εθισμός στα ΜΚΔ, Ανασφαλής Προσκόλληση, Παθολογικός Ναρκισσισμός, Ναρκισσιστικό Μεγαλείο, Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα, FoMO

Abstract

Introduction: The beneficial contribution of Social Media (SM) use in key areas of modern life is of no doubt. However, certain patterns of SM use could result in Problematic SM Use development (PSMU). Problematic Social Media Use is a multifactorial phenomenon, involving multiple factors and their complex interactions, such as Insecure Attachment, Pathological Narcissism and FoMO syndrome.

Aim: The present study aims at investigating the relationship of Insecure Attachment, Pathological Narcissism and FoMO syndrome with Problematic Social Media Use, their intercorrelations, as well as the possible existence of mediating relationships.

Methodology: A cross-sectional online survey was conducted, with a sample of 1085 adults users of SM, with a mean age of 46.9 years, which lasted from November 2024 to January 2025. Participants completed a Demographic Characteristics Questionnaire, the Social Media Engagement Questionnaire- “SMEQ”, the Bergen Social Media Addiction Scale- Greek version- “BSMAS”, the FoMO scale- “FoMOs”, the Experiences in Close Relationships scale- Revised- Greek version- “G-ECR-R” and the Pathological Narcissism Inventory “PNI-52”).

Results: Statistical analysis showed that 14,4% of participants was at risk of addiction, that is, presented with Problematic SM Use. Multifactorial analyses revealed the absence of statistically significant correlation between Insecure Attachment and Problematic SM Use. Additionally, it was found that Problematic SM Use had a positive correlation with FoMO syndrome ($p < 0.001$), as well as with Pathological Narcissism and its dimensions ($p < 0.001$) and that FoMO partially mediated the relationship between Pathological Narcissism and Problematic SM Use ($p < 0.001$).

Conclusions: The present study points out the multifactorial and complex nature of Problematic SM Use phenomenon, highlighting the importance of further investigating the specific factors that contribute in its development and adopting a holistic approach to it.

Key words: Problematic SM Use, SM addiction, Insecure Attachment, Pathological Narcissism, Narcissistic Grandiosity, Narcissistic Vulnerability, FoMO

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η χρήση των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ) αποτελεί αναπόσπαστο στοιχείο του σύγχρονου τρόπου ζωής και επικοινωνίας, με πολλαπλά οφέλη σε διαφορετικούς τομείς της λειτουργικότητας. Ωστόσο, σε ορισμένες περιπτώσεις, τα μοτίβα χρήσης των ΜΚΔ δύναται να οδηγήσουν στην ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης από τα ΜΚΔ.

Η Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ περιλαμβάνει την έντονη ενασχόληση με τα ΜΚΔ προς εξυπηρέτηση ψυχολογικών και κοινωνικών αναγκών, καθώς και αντιστάθμιση πιθανών ελλειμματικών κοινωνικών δεξιοτήτων, αυτορρυθμιστικής ικανότητας και δεξιοτήτων αυτοπαρουσίασης (D' Agienzo et al., 2019). Χαρακτηριστικό της είναι η συνέχιση της παρατεταμένης χρήσης, παρά τις δυσμενείς επιπτώσεις της για την υγεία (σωματική και ψυχική) και τη λειτουργικότητα του ατόμου στους βασικούς τομείς, ενώ η συμπτωματολογία της ομοιάζει με τα συμπτώματα του εθισμού σε ουσίες και συμπεριφορές (Griffiths, 2005). Συγκεκριμένα, περιλαμβάνει την ιδιαίτερη σημασία που προσδίδει το άτομο στα ΜΚΔ, τη μεταβολή της διάθεσης λόγω της χρήσης τους, την ανοχή και τη στέρηση, καθώς και την υποτροπή και την εσωτερική σύγκρουση σχετικά με τη συνέχιση της χρήσης τους (Griffiths, 2005).

Όσον αφορά στους παράγοντες που σχετίζονται με την ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, υπάρχει ζωηρό ερευνητικό ενδιαφέρον, δεδομένου ότι η δημοφιλία των ΜΚΔ επεκτείνεται διαρκώς και, μάλιστα, σε όλα τα ηλικιακά εύρη. Μεταξύ των παραγόντων που φαίνεται να σχετίζονται με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ (είτε συμβάλλοντας σε αυτή ή και τροφοδοτούμενοι από αυτή) είναι η Ανασφαλής Προσκόλληση στις δύο διαστάσεις της (Άγχος- Αποφυγή), ο Παθολογικός Ναρκισσισμός στις δύο διαστάσεις του («Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα»), καθώς και το σύνδρομο FoMO (Fear of Missing Out).

Σχετικά με το ρόλο της Ανασφαλούς Προσκόλλησης στην ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, κομβικής σημασίας είναι η ελλειμματική συναισθηματική αυτορρυθμιστική ικανότητα, ως απόρροια της Ανασφαλούς Προσκόλλησης. Έτσι, το κίνητρο για εκτεταμένη χρήση των ΜΚΔ συνδέεται με ανάγκες σύνδεσης και συναισθηματικής αυτορρύθμισης (Monacis et al., 2017a). Τα ερευνητικά δεδομένα υποστηρίζουν, κατά κύριο λόγο, την ύπαρξη θετικής συσχέτισης της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ με τη διάσταση του Άγχους, ενώ αντικρουόμενα αποτελέσματα παρουσιάζονται για τη σχέση της με τη διάσταση της Αποφυγής (Mussetti et al., 2022).

Αναφορικά με τη σχέση Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ και Παθολογικού Ναρκισσισμού, τα ερευνητικά ευρήματα καταδεικνύουν θετική συσχέτιση και με τις δύο διαστάσεις του Παθολογικού Ναρκισσισμού, αλλά και με τη συνολική έννοια (Tang et al., 2022).

Τα αυξημένα ποσοστά της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ στην περίπτωση του «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» συνδέονται με την ικανοποίηση αναγκών αυτοπροβολής, προσοχής και θαυμασμού, ενώ στην περίπτωση της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» σχετίζονται με την ικανοποίηση αναγκών σύνδεσης, «ανήκειν», αποδοχής, προσοχής, θαυμασμού, καθώς και την προσδοκία αντιστάθμισης ελλειμμάτων σχετικά με τις κοινωνικές δεξιότητες και τη συναισθηματική αυτορρύθμιση (Casale & Banchi, 2020).

Το σύνδρομο FoMO- ο φόβος, δηλαδή, ότι οι άλλοι συμμετέχουν σε πιο επωφελείς εμπειρίες από τις οποίες το ίδιο το άτομο απουσιάζει- έχει σχετιστεί σημαντικά με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, σύμφωνα με τα ευρήματα των σχετικών ερευνών (Rozgonjuk et al., 2020). Το FoMO πυροδοτεί την αναζήτηση ανταμοιβής και αναπλήρωσης ελλειμμάτων και, με τη συνδρομή ενισχυτικών μηχανισμών, συμβάλλει στην εγκαθίδρυση της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Alutabi et al., 2020).

Οι προαναφερθέντες παράγοντες, που σχετίζονται με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, παρουσιάζουν και μεταξύ τους συσχετίσεις, βάσει βιβλιογραφίας, ενώ αναφέρονται και ορισμένες σχέσεις διαμεσολάβησης (Akat et al., 2023; Carone et al., 2023; Fossati et al., 2015; Gori et al., 2023; Lee, 2017).

Η παρούσα μελέτη αφορά στη διερεύνηση των σχέσεων των ανωτέρω παραγόντων με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, των μεταξύ τους σχέσεων, καθώς και πιθανών σχέσεων διαμεσολάβησης, σε ενήλικο πληθυσμό Ελλήνων χρηστών των ΜΚΔ, άνω των 18 ετών.

Το πρώτο μέρος της μελέτης- η βιβλιογραφική ανασκόπηση- περιλαμβάνει το 1^ο έως το 4^ο κεφάλαιο που αφορούν στη Χρήση των ΜΚΔ και στη σχέση της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ με την Ανεσφαλλή Προσκόλληση, τον Παθολογικό Ναρκισσισμό και το σύνδρομο FoMO, αντίστοιχα. Ακολουθούν το 5^ο έως το 7^ο κεφάλαιο, για τις σχέσεις μεταξύ Ανεσφαλούς Προσκόλλησης και «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας», Ανεσφαλούς Προσκόλλησης και FoMO, καθώς και FoMO και Παθολογικού Ναρκισσισμού και των διαστάσεών του, αντιστοίχως. Το 8^ο έως το 10^ο κεφάλαιο αναφέρονται στο διαμεσολαβητικό ρόλο του FoMO στη σχέση αφενός της Ανεσφαλούς Προσκόλλησης και αφετέρου του Παθολογικού Ναρκισσισμού (και των διαστάσεών του) με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, καθώς και στο διαμεσολαβητικό ρόλο της Ανεσφαλούς Προσκόλλησης στη σχέση της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ. Η ανασκόπηση ολοκληρώνεται με το 11^ο κεφάλαιο, σχετικά με τον σκοπό της έρευνας και τις ερευνητικές υποθέσεις.

Ακολουθεί το δεύτερο μέρος- η έρευνα- που αποτελείται από το 12^ο κεφάλαιο, για τη μεθοδολογία, από το 13^ο κεφάλαιο, για τα αποτελέσματα και το 14^ο κεφάλαιο, αποτελούμενο από τη συζήτηση για τα αποτελέσματα και τα συμπεράσματα.

ΜΕΡΟΣ Α: Βιβλιογραφική Ανασκόπηση

Κεφάλαιο 1: Χρήση Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης (ΜΚΔ)

1.1 Γενικά Χαρακτηριστικά και Οφέλη της χρήσης των ΜΚΔ

Η χρήση των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης (εφεξής ΜΚΔ) αποτελεί αναπόσπαστο στοιχείο της σύγχρονης ζωής, με το ποσοστό των χρηστών να αποτελεί το 60% του παγκόσμιου πληθυσμού, βάσει πρόσφατης εκτίμησης, ενώ ο χρόνος που αφιερώνεται στην ενασχόληση με τα ΜΚΔ παρουσιάζει τάσεις αυξητικές (Ahmed & Ahmed, 2025).

Η δημοφιλία των ΜΚΔ και η ταχύτατη αύξηση της χρήσης τους, εν πολλοίς, οφείλεται στην ευρεία γκάμα δυνατοτήτων που προσφέρουν (Pellegrino et al., 2022). Μεταξύ αυτών, είναι η δυνατότητα για άμεση αλληλεπίδραση και για σύγχρονη και ασύγχρονη επικοινωνία, δίχως την επίδραση γεωγραφικών ή άλλων περιορισμών, εξυπηρετώντας πολλαπλούς σκοπούς (Pellegrino et al., 2022), όπως η ανταλλαγή απόψεων, πληροφοριών, γνώσης και η επαγγελματική ανάπτυξη (Altuwairiqi et al., 2019; Sun & Zhang, 2021). Επιπλέον θέλητρα αποτελούν η πρόσβαση στην ψυχαγωγία, η ικανοποίηση προσωπικών και κοινωνικών αναγκών και η λήψη κοινωνικής στήριξης (Lee, 2013; Mehdizadeh, 2010). Βασικό χαρακτηριστικό των ΜΚΔ είναι η δυνατότητα αυτοπροβολής και βελτίωσης της αυτοεικόνας με συνακόλουθη βελτίωση της διάθεσης, καθώς και η δυνατότητα για «κατασκευή» και παρουσίαση μίας ιδανικής έκδοσης του εαυτού, λόγω της εικονικής τους φύσης (Griffiths et al., 2014; Kaye, 2021).

Τα χαρακτηριστικά των ΜΚΔ και οι προαναφερθείσες δυνατότητες τα καθιστούν ελκυστικά, συμβάλλοντας έτσι στην ευρεία και τακτική εμπλοκή των χρηστών και, μέσω της συνέργειας πολλαπλών παραγόντων, δύναται να δημιουργηθούν οι συνθήκες που οδηγούν στην Προβληματική Χρήση τους και, εν τέλει, στην ανάπτυξη εθισμού με δυσμενείς για την ψυχική υγεία επιπτώσεις (Ahmed & Ahmed, 2025; Sun & Zhang, 2021).

1.2 Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ- Ορισμός

Σχετικά με τον ορισμό της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, έχουν προταθεί διαφορετικοί όροι, που χρησιμοποιούνται εναλλακτικά, όπως Εθισμός στα ΜΚΔ, Εθισμός στο Facebook, και Εθισμός σε ιστοσελίδες κοινωνικής δικτύωσης (Chen, 2019). Σχετικοί όροι είναι και η «Προβληματική Χρήση του Έξυπνου Τηλεφώνου» (PSU) ή «Διαταραχή Χρήσης του

‘Έξυπνου Τηλεφώνου’» (SmUD), καθώς η υπέρμετρη χρήση του «Έξυπνου Τηλεφώνου» συνδέεται, κυρίως, με την ενασχόληση με τα ΜΚΔ (Montag et al., 2021; Servidio et al., 2022).

Ο ευρύτερα χρησιμοποιούμενος όρος, ο οποίος επιλέχθηκε για την παρούσα μελέτη, είναι η «Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ» (Sun & Zhang, 2021).

Σύμφωνα με τους Andreassen και Pallesen (2014), η Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ ορίζεται ως *«η έντονη ενασχόληση με τα ΜΚΔ, ορμώμενη από ισχυρά κίνητρα για τη χρήση των ΜΚΔ, καθώς και η επένδυση αρκετού χρόνου και ενέργειας στα ΜΚΔ διαταράσσοντας έτσι τη λειτουργικότητα σε άλλους τομείς, όπως στην εκπαίδευση και στην εργασία, στις διαπροσωπικές σχέσεις, καθώς και στην ψυχική υγεία και το ευ ζην»*.

Σύμφωνα με πρόσφατη μετανάλυση, ο επιπολασμός της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, παγκοσμίως, αφορά στο 24% των χρηστών των ΜΚΔ (Cheng et al., 2021).

1.3 Συμπτωματολογία της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ

Τα συμπτώματα της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ παρουσιάζουν ομοιότητες με τα συμπτώματα που χαρακτηρίζουν τον εθισμό, είτε σε ουσίες είτε σε συμπεριφορές, και αντανακλούν μία ανισορροπία μεταξύ των συστημάτων ανταμοιβής και αναστολής του εγκεφάλου, που επηρεάζουν τη λειτουργία της λήψης αποφάσεων και την αυτορρύθμιση (Turel et al., 2018).

Τα συμπτώματα αυτά περιλαμβάνουν την ιδιαίτερη σημασία που αποκτά για το άτομο η εν λόγω συμπεριφορά, τη μεταβολή της διάθεσης ως αποτέλεσμα εμπλοκής με αυτή, την ανάπτυξη ανοχής, τα συμπτώματα στέρησης, την υποτροπή και την εσωτερική σύγκρουση σχετικά με τη συμπεριφορά, ενώ, σύμφωνα με τον Griffiths (2005), οποιοδήποτε συμπεριφορικό μοτίβο πληροί αυτά τα αντιπροσωπευτικά των εθισμών κριτήρια μπορεί να οριστεί ως εθισμός.

1.4 Επιπτώσεις της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ

Ενδεικτικά, μεταξύ των επιβαρυντικών συνεπειών της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ είναι τα χαμηλά επίπεδα ικανοποίησης από τη ζωή, η υπερενασχόληση με τα ΜΚΔ σε βάρος άλλων δραστηριοτήτων, ο περιορισμένος αυτοέλεγχος, η ακαδημαϊκή και επαγγελματική έκπτωση, οι δυσλειτουργίες στις κοινωνικές σχέσεις, η περιορισμένη δια ζώσης αλληλεπίδραση, καθώς και προβλήματα ύπνου (El Asam et al., 2019; Weinstein, 2023).

Επιπλέον, παρατηρούνται επιπτώσεις στην ψυχική υγεία, όπως τα αυξημένα επίπεδα ζήλειας και ο «Προσανατολισμός προς την Κοινωνική Σύγκριση» (Social Comparison Orientation- SCO), το αίσθημα μοναξιάς, το άγχος, η αυτοκτονικότητα, η κατάθλιψη, καθώς και

αυξημένες πιθανότητες για ανάπτυξη κλινικών διαταραχών, όπως η αποκαλούμενη «Κατάθλιψη του Facebook» και το σύνδρομο «FoMO» (Fear of Missing Out) (Latikka et al., 2022; Weinstein, 2023).

Συμπερασματικά, παρά τη θετική συμβολή των ΜΚΔ σε μεγάλο εύρος της ανθρώπινης δραστηριότητας και λειτουργίας, η υπέρμετρη και, εν είδη υποκαταστάτου, ενασχόληση με αυτά δύναται να αποβεί επιζήμια, οδηγώντας έως και στην ανάπτυξη εξάρτησης/ εθισμού (Marino et al., 2023).

Επομένως, καθίσταται σαφής η αναγκαιότητα της διερεύνησης παραγόντων που πιθανώς σχετίζονται με την ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Liu & Ma, 2019).

Στην ερευνητική δραστηριότητα για τη μελέτη της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, η συχνότερα χρησιμοποιούμενη κλίμακα για την αξιολόγησή της είναι η «Bergen Social Media Addiction Scale» (BSMAS, Andreassen et al., 2012) και παραλλαγές αυτής, ειδικά προσαρμοσμένες για τη μελέτη διαφορετικών ΜΚΔ. Η ελληνική έκδοση αυτής επιλέχθηκε και για τους σκοπούς της παρούσας μελέτης.

1.5 Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ- Αιτιολογικές Θεωρήσεις

Στη μελέτη των παραγόντων που σχετίζονται με την ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ έχουν αξιοποιηθεί διαφορετικές θεωρίες, ως ερμηνευτικά πλαίσια, με αλληλεπικαλυπτόμενα σημεία.

Αναλυτικότερα, σύμφωνα με τη Θεωρία του Αυτοπροσδιορισμού (Self Determination Theory-SDT, Deci & Ryan, 1985), η ελλειμματική ικανοποίηση των βασικών ψυχολογικών αναγκών (επάρκεια, αυτονομία, σχετίζεσθαι) οδηγεί στην ελλειμματική ικανότητα συναισθηματικής αυτορρύθμισης, η οποία μπορεί να οδηγήσει σε δυσλειτουργικά μοτίβα κατά την προσπάθεια ικανοποίησης των αναγκών, όπως η Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ (Przybylski et al., 2013).

Η Θεωρία της Αντισταθμιστικής Χρήσης του Διαδικτύου (Compensatory Internet Use Theory- CIUT, Kardefelt-Winther, 2014) υποστηρίζει ότι η απουσία ασφαλών και στοργικών δεσμών στην πραγματική ζωή, καθώς και η ελλειμματική ικανότητα συναισθηματικής αυτορρύθμισης, αντισταθμίζονται και «υπεραναπληρώνονται» μέσω υποκαταστάτων, όπως είναι οι αλληλεπιδράσεις σε ένα εικονικό περιβάλλον (D' Arienzo et al., 2019).

Σύμφωνα με το Μοντέλο των «Χρήσεων και Ικανοποιήσεων» (Uses & Gratifications model- U&G, Katz et al., 1974), η επιλογή συγκεκριμένων μοτίβων Χρήσης των ΜΚΔ υπαγορεύεται από το κίνητρο της ικανοποίησης συγκεκριμένων αναγκών (Ferris et al., 2021).

Βάσει του Μοντέλου I-PACE (Interaction of Person- Affect- Cognition- Execution, Brand et al., 2016), η ύπαρξη ιδιοσυγκρασιακών παραγόντων καθιστά το άτομο ευάλωτο σε συγκεκριμένες γνωσιακές και συναισθηματικές διαστρεβλώσεις και, σε συνδυασμό με ελλείμματα στις εκτελεστικές λειτουργίες, οδηγούν στην ανάπτυξη της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, εφόσον το μοτίβο παγιώνεται μέσω μηχανισμών ενίσχυσης (Brand et al., 2016; Wegmann & Brand, 2016).

Τα πιο πρόσφατα ερευνητικά ευρήματα συνηγορούν υπέρ της ύπαρξης αλληλεπιδρώντων παραγόντων για την ανάπτυξη και διατήρηση της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.

Πρόκειται για τη συνέργεια προδιαθεσιακών παραγόντων, κοινωνικών ελλειμμάτων, νευροβιολογικών παραγόντων και κινήτρων σχετικών με την κάλυψη αναγκών, με διαφορετικές γνωστικό-συναισθηματικές διεργασίες και περιορισμένο ανασταλτικό έλεγχο των εκτελεστικών λειτουργιών, διαδικασία που πλαισιώνεται και ενδυναμώνεται από τις αρχές της μάθησης και οδηγεί στη φαινομενική ικανοποίηση των κοινωνικών αναγκών και αναπλήρωση προσωπικών και κοινωνικών ελλειμμάτων (Brand et al., 2019).

Μεταξύ των συχνότερα αναφερόμενων αναγκών, των οποίων η ικανοποίηση λειτουργεί ως κίνητρο για διαρκώς αυξανόμενη ενασχόληση με τα ΜΚΔ, είναι η ανάγκη για επικοινωνία, κοινωνική αλληλεπίδραση, προσοχή, σύνδεση και «ανήκειν», καθώς και η ανάγκη για αυτοπροβολή (Wegmann & Brand, 2019).

Στην πολύπλοκη προαναφερόμενη συνέργεια, φαίνεται να προστίθεται και η επίδραση ειδικών παραγόντων σχετικών με την τεχνολογία, το διαδίκτυο και τα ΜΚΔ (Sun & Zhang, 2021).

Τα διαθέσιμα ερευνητικά δεδομένα έχουν αναδείξει, μεταξύ των παραγόντων που φαίνεται να σχετίζονται με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, την Ανασφαλή Προσκόλληση (διαστάσεις Άγχους και Αποφυγής), τον Παθολογικό Ναρκισσισμό («Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα») και το σύνδρομο FoMO (Fear of Missing Out), καθώς και ανάγκες που φαίνεται να σχετίζονται με αυτούς (Casale & Banchi, 2020; Casale & Fioravanti, 2018; D'Arienzo et al., 2019; Marino et al., 2019).

Η αλληλεπίδραση και συμβολή αυτών στην ανάπτυξη και συντήρηση της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ αποτελεί το αντικείμενο της παρούσας μελέτης. Ακολουθεί αναλυτική αναφορά στα σχετικά θεωρητικά πλαίσια που έχουν διατυπωθεί και τα αντίστοιχα ερευνητικά δεδομένα που έχουν παρασχεθεί.

Κεφάλαιο 2: Ανασφαλής Προσκόλληση και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ

2.1 Θεωρία Προσκόλλησης

2.1.1 Τύποι και Διαστάσεις Προσκόλλησης και Ενεργά Εσωτερικά Γνωστικά Μοντέλα

Σύμφωνα με τη θεωρία της Προσκόλλησης του John Bowlby (1973), οι πρώιμες εμπειρίες με τους φροντιστές και η ποιότητα της παρεχόμενης ψυχοσυναισθηματικής φροντίδας (Bogaert & Sadava, 2002) οδηγούν στη δημιουργία εσωτερικών ενεργών γνωστικών μοντέλων εκτίμησης του εαυτού και των άλλων, βάσει των οποίων διαμορφώνονται οι υποκειμενικές πεποιθήσεις για τις σχέσεις και οι προσδοκίες από αυτές, επηρεάζοντας κατ' αυτόν τον τρόπο την ποιότητα των σχέσεων του ατόμου καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής (Ainsworth et al., 1978).

Η συνεπής παροχή φροντίδας και συναισθηματικής απόκρισης και υποστήριξης εκ μέρους των φροντιστών οδηγεί στην ανάπτυξη του Ασφαλούς τύπου Προσκόλλησης (Bogaert & Sadava, 2002). Αντίθετα, η ασυνεπής, μη ευαισθητοποιημένη και αναξιόπιστη παροχή φροντίδας, καθώς και η απουσία φροντίδας μέσω της παραμέλησης, οδηγούν στην ανάπτυξη Ανασφαλούς τύπου Προσκόλλησης (Péloquin et al., 2014). Η απουσία φροντίδας, μέσω της παραμέλησης, έχει ως αποτέλεσμα την ανάπτυξη Αποφευκτικού τύπου Ανασφαλούς Προσκόλλησης, ενώ η ασυνεπής, μη ευαισθητοποιημένη και αναξιόπιστη παροχή φροντίδας οδηγεί στην ανάπτυξη Αγχώδους τύπου Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Ainsworth et al., 1978; Bogaert & Sadava, 2002). Μεταγενέστερα, προστέθηκε από τους Main και Solomon (1990) ο Αποδιοργανωμένος τύπος Ανασφαλούς Προσκόλλησης, η ανάπτυξη του οποίου συνδέθηκε με βιώματα εμπειριών με φροντιστές που υπήρξαν απειλητικοί, βίαιοι ή απόντες για μεγάλα χρονικά διαστήματα και περιλαμβάνει στοιχεία από τον Αγχώδη και τον Αποφευκτικό τύπο (Hesse & Main, 2006).

Στην ενήλικη ζωή, η ύπαρξη των διαστάσεων του Άγχους και της Αποφυγής καταδεικνύουν την ύπαρξη Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Brennan, et al., 1998). Πρόκειται για μία προσέγγιση της Ανασφαλούς Προσκόλλησης, μέσω διαστάσεων, σε αντιδιαστολή προς την τυπολογία, σύμφωνα με την οποία η διάσταση του Άγχους συνδέεται με αρνητικές εκτιμήσεις για τον εαυτό- θετικές για τους άλλους, η διάσταση της Αποφυγής με αρνητικές εκτιμήσεις για τους άλλους- θετικές για τον εαυτό, ενώ χαμηλά επίπεδα και των δύο διαστάσεων ταυτόχρονα σχετίζονται με θετικές εκτιμήσεις για τον εαυτό και για τους άλλους, χαρακτηριστικό αντιπροσωπευτικό της Ασφαλούς Προσκόλλησης (Brennan et al., 1998).

Οι τύποι και οι διαστάσεις Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος και Αποφυγή) έχουν συνδεθεί με την εμφάνιση δυσκολιών σε ενδοπροσωπικό και διαπροσωπικό επίπεδο, καθώς, σύμφωνα με τον κλάδο της νευροεπιστήμης του συναισθήματος, η ποιότητα των πρώιμων αλληλεπιδράσεων με τους φροντιστές επενεργεί και επηρεάζει την ανάπτυξη του εγκεφάλου και οδηγεί σε δυσκολίες στην αυτορρύθμιση, στη ρύθμιση του συναισθήματος, σε ψυχολογικές και διαπροσωπικές δυσλειτουργίες, όπως η μειωμένη ικανότητα για οικειότητα, καθώς και η αναζήτηση υποκαταστάτων προς επανόρθωση των προαναφερθέντων ελλειμμάτων και κάλυψη των σχετικών αναγκών (Katehakis, 2009).

2.2 Ανασφαλής Προσκόλληση και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ - Θεωρία

Σύμφωνα με ερευνητικά και κλινικά δεδομένα, οι εξαρτήσεις, είτε από ουσίες είτε από συμπεριφορές, θεωρούνται καταστάσεις που σχετίζονται με διαταραχές στην προσκόλληση και στα αντίστοιχα εσωτερικευμένα μοντέλα δεσμού (Schindler, 2019) και χαρακτηρίζονται από ελλειμματική συναισθηματική αυτορρύθμιση (Shaver & Mikulincer, 2010), λόγω της απουσίας της κατάλληλης πρώιμης συναισθηματικής φροντίδας, με αποτέλεσμα το άτομο να αναζητά διαρκώς την ανακούφιση και το αίσθημα της ασφάλειας σε υποκατάστατα, για να αντισταθμίσει το αίσθημα του εσωτερικού κενού και των ελλειμματικών δεξιοτήτων (Flores, 2004).

Τα ερευνητικά δεδομένα καταδεικνύουν την υψηλή συσχέτιση μεταξύ των διαστάσεων (Άγχος και Αποφυγή) ή των τύπων (τυπολογική ταξινόμηση) της Ανασφαλούς Προσκόλλησης και των συμπεριφορών των σχετικών με την εξάρτηση (D' Arienzo et al., 2019; Musetti et al., 2022). Η συσχέτιση αυτή, σύμφωνα με τη Θεωρία της Αντισταθμιστικής Χρήσης του Διαδικτύου (Compensatory Internet Use Theory- CIUT) (Kardefelt-Winther, 2014) αποδίδεται στην τάση των ατόμων με Ανασφαλή Προσκόλληση να υποκαθιστούν και να «υπεραναπληρώνουν» την απουσία ασφαλών και στοργικών δεσμών στην πραγματική ζωή, καθώς και την ελλειμματική συναισθηματική αυτορρύθμιση, μέσω αλληλεπιδράσεων σε ένα εικονικό περιβάλλον (D' Arienzo et al., 2019). Σε αυτά τα ευρήματα, εφαρμογή βρίσκουν και τα υπόλοιπα θεωρητικά πλαίσια που προαναφέρθηκαν (SDT, U&G, I-PACE).

2.2.1 Ανασφαλής Προσκόλληση & Προβληματική Χρήση ΜΚΔ - Έρευνες

Η ύπαρξη θετικής συσχέτισης μεταξύ της διάστασης του Άγχους της Ανασφαλούς Προσκόλλησης και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ υποστηρίζεται με συνέπεια από τα ερευνητικά δεδομένα (Blackwell et al., 2017; Flynn et al., 2018; Worsley et al., 2018b; Young et

al., 2020), ενώ τα αντίστοιχα δεδομένα για τη διάσταση της Αποφυγής είναι αντικρουόμενα (Musetti et al., 2022).

Σε δύο συγχρονικές έρευνες που πραγματοποιήθηκαν στην Κίνα, με το ίδιο δείγμα φοιτητών κολλεγίου, διαπιστώθηκε θετική συσχέτιση ανάμεσα στη διάσταση του Άγχους και στην Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, σχέση η οποία διαμεσολαβήθηκε από τους παράγοντες «FoMO», «Διαδικτυακή Κοινωνική Στήριξη» (Liu & Ma, 2019a) και «Συναισθηματική Απορρύθμιση» (Liu & Ma, 2019b), ενώ δεν αναδείχθηκε στατιστικώς σημαντική συσχέτιση της διάστασης της Αποφυγής με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ. Σε συγχρονική έρευνα στον Καναδά, διαπιστώθηκε χαμηλή θετική συσχέτιση της διάστασης της Αποφυγής με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ (Vaillancourt-Morel et al., 2020). Σε δύο συγχρονικές έρευνες στην Ιταλία, η διάσταση της Αποφυγής αποτέλεσε θετικό προβλεπτικό παράγοντα για την εμφάνιση Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, όταν χαρακτηριζόταν από την ανάγκη για «ανήκειν» σε συνδυασμό με την ανάγκη για διατήρηση απόστασης ασφαλείας, ωστόσο, όταν το κυρίαρχο χαρακτηριστικό της ήταν η δυσφορία με την οικειότητα, αποτέλεσε αρνητικό προβλεπτικό παράγοντα της εμφάνισης Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Monacis et al., 2017a, 2017b). Η αρνητική συσχέτιση της διάστασης της Αποφυγής με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, για την οποία αποτέλεσε και αρνητικό προβλεπτικό παράγοντα, υποστηρίχθηκε και από άλλες έρευνες (Worsley et al., 2018a, 2018b).

Σύμφωνα με αυτά τα ευρήματα, οι άνθρωποι με Αγχώδη Προσκόλληση τείνουν να καταφεύγουν και να προσκολλώνται στη χρήση των ΜΚΔ, προκειμένου είτε να καλύψουν ανάγκες για διαρκή επαφή, λήψη επιβεβαίωσης και προσοχής- καθώς διακατέχονται από φόβο απόρριψης και έντονη ανάγκη για επαφή και αποδοχή- είτε για την κάλυψη αναγκών συναισθηματικής ρύθμισης, όπως η αναζήτηση παρηγοριάς και στήριξης, σε περιπτώσεις βιώματος δυσφορικών συναισθημάτων (Hart et al., 2015).

Η διάσταση της Αποφυγής φαίνεται να σχετίζεται με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, όταν συνυπάρχει με τη διάσταση του Άγχους ή χαρακτηριστικά αυτής (ανάγκη για «ανήκειν» και για αποδοχή), καθώς μέσω της διαδικτυακής αλληλεπίδρασης επιτυγχάνεται, μεν, η ικανοποίηση των αναγκών για «ανήκειν» και «σχετίζεσθαι», ταυτόχρονα, δε, εξασφαλίζεται η διατήρηση απόστασης ασφαλείας, ικανοποιώντας το κατεξοχήν χαρακτηριστικό της Αποφυγής, τη δυσφορία για την οικειότητα και την εγγύτητα (Monacis et al., 2017a, 2017b).

Κεφάλαιο 3: Παθολογικός Ναρκισσισμός και Προβληματική Χρήση των ΜΚΑ

3.1 Ναρκισσισμός

Ο Ναρκισσισμός αντανακλά την έμφυτη ανθρώπινη τάση για αναζήτηση επιβεβαίωσης και επικύρωσης από το περιβάλλον του και αφορά στη δυνατότητα διατήρησης θετικής αυτοεικόνας, μέσω μηχανισμών που αφορούν στην αυτορρύθμιση, στη συναισθηματική ρύθμιση και διαχείριση των διαφορετικών πλαισίων (Pincus et al., 2009). Μπορεί, επομένως, να εκφραστεί είτε λειτουργικά είτε δυσλειτουργικά, ανάλογα με την προσωπικότητα, τις ανάγκες και τους ατομικούς ρυθμιστικούς μηχανισμούς, δημιουργώντας ένα συνεχές, με πόλους τον υγιή και τον Παθολογικό Ναρκισσισμό (κλινικές και υποκλινικές εκφάνσεις), ως χαρακτηριστικό προσωπικότητας (Pincus et al., 2009).

Το χαρακτηριστικό που διακρίνει τον Παθολογικό από τον υγιή ναρκισσισμό είναι η έντονη αντιδραστικότητα, η περιορισμένη αυτορρυθμιστική ικανότητα και η αδυναμία διαχείρισης των ματαιώσεων, σε περίπτωση αμφισβήτησης της θετικής αυτό-εικόνας (Pincus et al., 2009).

3.1.1 Παθολογικός Ναρκισσισμός - Διαστάσεις

Σύμφωνα με τη βιβλιογραφία ο Παθολογικός Ναρκισσισμός, ως χαρακτηριστικό προσωπικότητας αποτελεί έννοια πολυπαραγοντική, αποτελούμενη από δύο επιμέρους διαστάσεις, το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» (Wink, 1991), κάθε μία εκ των οποίων αναλύεται σε επιμέρους συνιστώσες (Pincus et al., 2009).

Έχουν προταθεί διαφορετικές θεωρίες σχετικά με τη δομή του Παθολογικού Ναρκισσισμού και αντίστοιχα έχουν κατασκευαστεί διαφορετικά ψυχομετρικά εργαλεία για την αξιολόγησή του. Για τους σκοπούς της παρούσας μελέτης χρησιμοποιήθηκε το Ερωτηματολόγιο Παθολογικού Ναρκισσισμού (EPN-52) και υιοθετήθηκε το θεωρητικό πλαίσιο και η δομή του ερωτηματολογίου, σύμφωνα με την οποία ο Παθολογικός Ναρκισσισμός διακρίνεται σε δύο επιμέρους διαστάσεις, το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», οι οποίες αναλύονται σε επιμέρους συνιστώσες, που θα παρουσιαστούν σε επόμενο κεφάλαιο (Pincus et al., 2009).

Το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» χαρακτηρίζεται από την τάση διαστρέβλωσης των εξωτερικών πληροφοριών και προσαρμογής τους, μέσω ενδοψυχικών διεργασιών, ώστε να επιβεβαιώνουν τη θετική αποτίμηση του εαυτού, με παράλληλη απόθεση από τη συνειδητότητα οποιασδήποτε πληροφορίας σχετικής με αρνητικές πτυχές του εαυτού, οδηγώντας έτσι στη

δημιουργία μίας διογκωμένης αίσθησης του εαυτού και της σπουδαιότητάς του, των προνομίων που δικαιωματικά του ανήκουν, των ιδιαίτερων ικανοτήτων και επιτευγμάτων που τον χαρακτηρίζουν (ενώ στην πραγματικότητα απουσιάζουν), στη δημιουργία ενός φαντασιωσικού μεγαλείου τελειότητας, παντοδυναμίας και άξιου λατρείας (Pincus et al., 2009), ενώ οι άμεσες συμπεριφορικές εκφράσεις του αφορούν σε πράξεις εκμετάλλευσης, επιθετικότητας, ζήλειας, στην απουσία ενσυναίσθησης και σε επιδειξιμανία και οι έμμεσες αφορούν σε φαινομενικά αλτρουιστικές πράξεις, οι οποίες, ωστόσο, υποκρύπτουν την υποτίμηση του ωφελούμενου και την αίσθηση προσωπικού μεγαλείου καλοσύνης, δοτικότητας, ανωτερότητας και παντοδυναμίας (Pincus et al., 2009).

Όσον αφορά στη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», χαρακτηρίζεται από συνειδητό αίσθημα κενού, αβοηθητότητας, χαμηλής αυτοεκτίμησης και ντροπής, ευαισθησία στην αξιολόγηση από τους άλλους και στην κριτική, λαχτάρα για αποδοχή, αμυντική στάση, τάση θυματοποίησης με σκοπό την απόλαυση δευτερογενών οφελών, ενώ συνδέεται με το κοινωνικό άγχος σχετικά με αρνητικές αξιολογήσεις και απόρριψη, καθώς και την κοινωνική αποφυγή ως αμυντικό μηχανισμό απέναντι σε πιθανότητες αρνητικής αξιολόγησης και ενδεχόμενης απόρριψης (Pincus et al., 2009). Η «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» μπορεί να αποτελεί είτε κυρίαρχη έκφραση Παθολογικού Ναρκισσισμού, είτε μπορεί και να εναλλάσσεται με περιόδους επικράτησης του «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» (Pincus et al., 2009).

Παρά τη βασική διαφορά των δύο, η οποία αφορά στις διαφορετικές στρατηγικές αυτορρύθμισης που επιστρατεύονται, οι διαστάσεις του Παθολογικού Ναρκισσισμού διατηρούν κοινά στοιχεία, όπως η αλαζονεία, οι μεγαλειώδεις προσδοκίες και φαντασιώσεις, η εστίαση στην ικανοποίηση των προσωπικών αναγκών, αγνοώντας τις ανάγκες των άλλων, καθώς και η ανταγωνιστική στάση στις διαπροσωπικές αλληλεπιδράσεις (Ozimek et al., 2018).

3.2 Παθολογικός Ναρκισσισμός και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ

3.2.1 Παθολογικός Ναρκισσισμός & Προβληματική Χρήση ΜΚΔ - Θεωρία

Αναφορικά με τη σχέση του Ναρκισσισμού με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, έχει διατυπωθεί η θεωρία που συσχετίζει τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά των επιμέρους διαστάσεων του Παθολογικού Ναρκισσισμού- «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα»- και την ικανοποίηση των διαφορετικών αναγκών που συνδέονται με αυτά με την ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.

Το θεωρητικό πλαίσιο για τη διερεύνηση της συσχέτισης του Παθολογικού Ναρκισσισμού και των διαστάσεων του με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ περιλαμβάνει στοιχεία από τη Θεωρία του Αυτοκαθορισμού (Elhai et al., 2018), το μοντέλο των Χρήσεων και των Ικανοποιήσεων (Casale & Banchi, 2020; Casale & Fioravanti, 2018; Casale et al., 2016a), τη θεωρία της Αντισταθμιστικής Χρήσης του Διαδικτύου (Kardefelt-Winther, 2014), καθώς και το μοντέλο I-PACE (Balcerowska et al., 2023; Brand et al., 2019) που αναλύθηκαν νωρίτερα.

Συγκεκριμένα, όσον αφορά στη σχέση «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, η συχνότερη και σχετική με την αυτοπροβολή ενασχόληση με τα ΜΚΔ που παρατηρείται σε όσους εμφανίζουν υψηλά ποσοστά «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου», σε σύγκριση με όσους εμφανίζουν χαμηλότερα ποσοστά, σχετίζεται με τη δυνατότητα κατασκευής και προώθησης ενός «εικονικού» εαυτού στα ΜΚΔ, μέσω της επιλεκτικής προβολής ευνοϊκών πληροφοριών σχετικών με τον εαυτό (Demircioğlu, & Göncü Köse, 2021), η οποία τροφοδοτεί τη συνυφασμένη με το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» ανάγκη για προσέλκυση προσοχής, θαυμασμό και αναγνώριση (McCain & Campbell, 2018).

Συνεπώς, τα αυξημένα ποσοστά Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ που έχουν διαπιστωθεί σε σχέση με το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο», σχετίζονται με την ικανοποίηση της ανάγκης για αυτοπροβολή, προσοχή και θαυμασμό (Casale & Banchi, 2020).

Όσον αφορά στη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», χαρακτηρίζεται, όπως προαναφέρθηκε, από χαμηλά επίπεδα αυτοεκτίμησης με παρούσα, μεν, την αίσθηση μεγαλείου, η οποία ωστόσο εκφράζεται με ανασφαλή και αμυντικό τρόπο, από υπερβολική ευαισθησία στην κριτική, την αξιολόγηση και την απόρριψη από τους άλλους και συνακόλουθα υψηλά επίπεδα κοινωνικού άγχους και από δυσκολία στις διαπροσωπικές σχέσεις (Fegan & Bland, 2021; Liu & Ma, 2018; Wegmann & Brand, 2019).

Συνεπώς, η «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» συνδέεται με την ανάγκη για προσοχή, αναγνώριση, θαυμασμό και σύνδεση αφενός, αφετέρου χαρακτηρίζεται από ελλειμματικές κοινωνικές δεξιότητες και σαθρή αυτοεικόνα, που δυσχεραίνουν τις δια ζώσης κοινωνικές αλληλεπιδράσεις ή οδηγούν στην αποφυγή αυτών, μέσω της επίδρασης του κοινωνικού άγχους, συμβάλλοντας περαιτέρω στη ματαίωση της ικανοποίησης των προαναφερθεισών αναγκών και στην επακόλουθη ελλειμματική συναισθηματική αυτορρύθμιση (Przybylski et al., 2013).

Κρίνεται, λοιπόν, επιτακτική η ανάγκη για το άτομο για εύρεση εναλλακτικών τρόπων ικανοποίησης αυτών των αναγκών. Τα ΜΚΔ, με τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά τους και τις παρεχόμενες δυνατότητες που προαναφέρθηκαν, λειτουργούν ως ένα πρώτης τάξεως περιβάλλον για την ικανοποίηση των ναρκισσιστικών αυτών αναγκών (μοντέλο «Χρήσεων και Ικανοποιήσεων») (Casale & Banchi, 2020; Fegan & Bland, 2021), ταυτόχρονα αποζημιώνοντας

το άτομο και αναπληρώνοντας (Θεωρία της Αντισταθμιστικής Χρήσης του Διαδικτύου) για τις ελλειμματικές κοινωνικές δεξιότητες και τα ζητήματα αυτοεικόνας (Fegan & Bland, 2021; Shin, et al., 2016; Wegmann & Brand, 2019). Προκειμένου για τη λήψη αυτής της ενίσχυσης, η ενασχόληση με τα ΜΚΔ δύναται να ενταθεί και να οδηγήσει στην εκδήλωση Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Casale & Fioravanti, 2018; Lee, 2017).

3.2.2 Παθολογικός Нарκισσισμός & Προβληματική Χρήση ΜΚΔ - Έρευνες

Σε τρεις έρευνες για τη μελέτη της σχέσης του Нарκισσισμού με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, σε ενήλικο μη κλινικό πληθυσμό (Hussain et al., 2021), σε Γερμανούς ενήλικους χρήστες των ΜΚΔ (Tang et al., 2022) και σε ενήλικους χρήστες του Instagram στο Οσμάν (Nikbin et al., 2022), διαπιστώθηκε η στατιστικώς σημαντική θετική συσχέτιση του Нарκισσισμού με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ.

Σύμφωνα με μία συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση 21 ποσοτικών μελετών που διεξήχθησαν την περίοδο 2015-2019, αναφορικά με τη σχέση μεταξύ των δύο διαστάσεων του Παθολογικού Нарκισσισμού- «Нарκισσιστικό Μεγαλείο» και «Нарκισσιστική Ευαλωτότητα»- και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, η πλειοψηφία αυτών έχει πραγματοποιηθεί σε φοιτητικό πληθυσμό και με έμφαση στις υποκλινικές εκφάνσεις του Παθολογικού Нарκισσισμού και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Casale & Banchi, 2020). Σε ορισμένες μελετήθηκε η σχέση του Παθολογικού Нарκισσισμού και των διαστάσεων του με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ γενικά, ενώ σε άλλες με την Προβληματική Χρήση του Facebook ειδικά (Casale & Banchi, 2020).

Αναφορικά με τη σχέση της διάστασης «Нарκισσιστικό Μεγαλείο» και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ γενικά, τα παρεχόμενα από τη σχετική ερευνητική δραστηριότητα ευρήματα παρουσιάζονται αντικρουόμενα, με ορισμένες μελέτες να παρουσιάζουν στατιστικώς σημαντική θετική συσχέτιση των δύο μεταβλητών, συνδέοντάς την με ανάγκες για «Προσοχή», «Θετική Αξιολόγηση», «Ενίσχυση Αυτοεικόνας» και «Ελέγχου», όπως συγχρονικές έρευνες, σε ενήλικο πληθυσμό, στην Κίνα (Liu & Ma, 2018), στη Νότια Κορέα (Choi, 2018), στην Τουρκία (Kircaburun et al., 2019) και στη Νορβηγία (Andreassen et al., 2017), ενώ άλλες παρουσιάζουν στατιστικώς μη σημαντική συσχέτιση, όπως έρευνες στη Μαλαισία (Chung et al., 2019; Lee, 2019), στην Τουρκία (Demircioğlu & Göncü Köse, 2018), στην Ιταλία (Giancola et al., 2024) και στην Ινδία (Thiagarajan et al., 2017). Τα ευρήματα των ερευνών για τη σχέση του «Нарκισσιστικού Μεγαλείου» με την Προβληματική Χρήση του Facebook ειδικότερα, στο σύνολό τους καταδεικνύουν την ύπαρξη θετικής συσχέτισης (Casale

& Banchi, 2020), όπως έρευνες με δείγμα φοιτητών στην Πολωνία (Atroszko et al., 2018; Błachnio & Przeriórka, 2018) και στη Γερμανία (Brailovskaia et al., 2018; Brailovskaia et al., 2019), ενώ, σε διαχρονική έρευνα στη Γερμανία, σε προπτυχιακούς φοιτητές, το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» συσχετίστηκε σημαντικά με την ανάπτυξη εθισμού στο Facebook ένα χρόνο αργότερα (Brailovskaia & Margraf, 2017).

Σε έρευνες που πραγματοποιήθηκαν αναφορικά με τη σχέση «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, διαπιστώθηκε η ύπαρξη θετικής συσχέτισης (Casale & Banchi, 2020), όπως σε έρευνες στην Ιταλία (Casale et al., 2016; Giancola et al., 2024) και στην Κίνα (Liu & Ma, 2018), αλλά και στο Μάντσεστερ (Fegan & Bland, 2021), όπου βρέθηκε σημαντική θετική συσχέτιση των δύο μεταβλητών, καθώς, λόγω της υπερβολικής ευαισθησίας στην κριτική, οι συμμετέχοντες με χαρακτηριστικά «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» απέφευγαν τις δια ζώσης επαφές, προτιμώντας τις διαδικτυακές και τα οφέλη-άμυνες που προσφέρουν έναντι στην πιθανότητα αρνητικής κριτικής, ενώ παρουσίαζαν και υψηλότερα επίπεδα ενασχόλησης με τα ΜΚΔ κατά τη διάρκεια δια ζώσης κοινωνικών συναναστροφών (phubbing), γεγονός που υποστηρίζεται και από άλλες έρευνες (Grieve & March, 2021).

Οι έρευνες αναφορικά με τη σχέση της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» με την Προβληματική Χρήση του Facebook είναι πιο περιορισμένες αριθμητικά και καταδεικνύουν την ύπαρξη στατιστικώς σημαντικής συσχέτισης μεταξύ των δύο μεταβλητών (Casale & Banchi, 2020), όπως σε έρευνες που πραγματοποιήθηκαν σε δείγμα προπτυχιακών φοιτητών στην Ιταλία (Casale & Fioravanti, 2018) και στο Πακιστάν (Malik & Khan, 2015).

Κεφάλαιο 4: Σύνδρομο FoMO και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ

4.1 Σύνδρομο FoMO - Ορισμός και Επιπτώσεις

Το σύνδρομο FoMO (Fear of Missing Out) αναφέρεται στην επίμονη σκέψη, και στα συνοδά συναισθήματα φόβου και άγχους, ότι το άτομο απουσιάζει από επωφελείς εμπειρίες στις οποίες άλλοι συμμετέχουν (Alshakhsi et al, 2023).

Μεταξύ των επιβαρυντικών συνεπειών του FoMO, παρατηρούνται διαταραχές του ύπνου, δυσκολία συγκέντρωσης, καθώς και άγχος, το οποίο αποτελεί και τη συναισθηματική συνιστώσα του συνδρόμου (Beyens et al., 2016; Elhai et al., 2021; Przybylski et al., 2013).

Επιπλέον, όπως αναλυτικότερα θα αναφερθεί στη συνέχεια, το FoMO φαίνεται να συμβάλλει στην ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, πυροδοτώντας την αναζήτηση ανταμοιβής και αναπλήρωσης ελλειμμάτων και συμβάλλοντας στην εγκαθίδρυση του μοτίβου με τη συνδρομή μηχανισμών ενίσχυσης (Alutaybi et al., 2020).

4.2 Σύνδρομο FoMO και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ - Θεωρητικά Πλαίσια

Προκειμένου για τη διερεύνηση και κατανόηση του φαινομένου FoMO και της σχέσης του με την ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, οι Przybylski και συνεργάτες (2013) πρότειναν την προσέγγισή του βάσει στις Θεωρίας του Αυτοκαθορισμού των Deci και Ryan (1985), που αναφέρθηκε σε προηγούμενο κεφάλαιο (Przybylski et al., 2013; Zhou, 2019). Το FoMO, βάσει αυτής της θεώρησης, αποτελεί την έκφραση της ελλειμματικής αυτορρυθμιστικής ικανότητας, της προκύπτουσας από τη μη επαρκή ικανοποίηση των βασικών ψυχολογικών αναγκών (Dhir et al., 2018; Reer et al., 2019; Wegmann et al., 2017; Yin et al., 2021), η οποία εκδηλώνεται και σε συμπεριφορικό επίπεδο, όπως στην περίπτωση της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Alt & Boniel-Nissim, 2018a; Przybylski et al., 2013; Tandon et al., 2021).

Άλλωστε, σύμφωνα και με το μοντέλο «Χρήσεων και Ικανοποιήσεων», η επιλογή και υιοθέτηση συμπεριφορικών μοτίβων χρήσης των ΜΚΔ υπαγορεύεται από την επιθυμία ικανοποίησης συγκεκριμένων αναγκών του ατόμου και με γνώμονα τη βέλτιστη εξυπηρέτησή τους (Ferris et al., 2021).

Η συμβολή του FoMO στην ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ έχει μελετηθεί, επίσης, με θεωρητικό πλαίσιο το μοντέλο I-PACE των Brand και συνεργατών (2016), στο οποίο το FoMO αποτελεί παράγοντα γνωστικο-συναισθηματικής διαστρέβλωσης και σε συνέργεια με ιδιοσυγκρασιακούς παράγοντες και με ελλείμματα στις εκτελεστικές λειτουργίες οδηγούν στην ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, εφόσον το μοτίβο παγιώνεται μέσω μηχανισμών ενίσχυσης (Brand et al., 2016; Wegmann & Brand, 2016).

Μία επιπλέον θεωρητική προσέγγιση της σχέσης του FoMO με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ είναι η Θεωρία της Αντισταθμιστικής Χρήσης του Διαδικτύου (Kardefelt-Winther, 2014), που προαναφέρθηκε. Η ύπαρξη ελλειμμάτων και δυσκολιών στην πραγματική ζωή, όπως ελλειμματικές κοινωνικές δεξιότητες, κοινωνικό άγχος και μοναξιά, ευνοεί, στα πλαίσια αντισταθμιστικής στρατηγικής, την επιλογή των αλληλεπιδράσεων μέσω των ΜΚΔ έναντι των δια ζώσης επαφών (Weinstein et al., 2015), με αποτέλεσμα την ικανοποίηση αναγκών σύνδεσης, συμμετοχής και αυτοπροβολής (Clayton et al., 2013), αξιοποιώντας τα διευκολυντικά χαρακτηριστικά των ΜΚΔ και αντισταθμίζοντας έτσι τις προσωπικές δυσκολίες και

ελλειμματικές δεξιότητες (Kardefelt-Winther, 2014). Με αυτόν τον τρόπο και με τη συμμετοχή των μηχανισμών ενίσχυσης, το άτομο καθίσταται ευάλωτο στην ανάπτυξη μοτίβων Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Kim et al. 2009).

Τα διαθέσιμα ερευνητικά δεδομένα καταδεικνύουν την ύπαρξη στατιστικώς σημαντικής συσχέτισης του συνδρόμου FoMO και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, καθώς και το FoMO ως προβλεπτικό παράγοντα της εμφάνισης Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Alutaybi et al., 2020; Dempsey et al., 2019; Rozgonjuk et al., 2020; Franchine et al., 2018).

Επιπλέον, σύμφωνα με έρευνες βασιζόμενες στη Θεωρία του Αυτοπροσδιορισμού και στο μοντέλο των «Χρήσεων και Ικανοποιήσεων», το FoMO έχει ρόλο διαμεσολαβητή στην αρνητική συσχέτιση του βαθμού ικανοποίησης των βασικών ψυχολογικών αναγκών και του βαθμού ενασχόλησης με τα ΜΚΔ, καθώς και στη συσχέτιση μεταξύ ψυχοπαθολογικών συμπτωμάτων και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Alt & Boniel-Nissim, 2018a; Sha et al., 2019; Wegmann et al., 2017; Zhou, 2019).

Ο διαρκής φόβος της απουσίας ενημέρωσης και συμμετοχής σε επωφελείς εμπειρίες και επαφές, που υποκρύπτει ανικανοποίητες ψυχολογικές ανάγκες, επιδεινούμενος- ή και εκλύόμενος- από χαρακτηριστικά των ΜΚΔ που προωθούν τη διαρκή διάδραση και την- σε πραγματικό χρόνο- απόκριση σε ειδοποιήσεις, φαίνεται να οδηγεί σε παρατεταμένη ενασχόληση με τα ΜΚΔ και επακόλουθη απώλεια του ελέγχου της χρήσης, αυξάνοντας έτσι το ενδεχόμενο εμφάνισης Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, μέσω κυκλικής αρνητικής ενίσχυσης (Alshakhsi et al, 2023; Alutaybi et al., 2020; Beyens et al., 2016).

Μελετώντας τη σχέση του FoMO και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ υπό το πρίσμα οποιουδήποτε από τα προαναφερόμενα θεωρητικά πλαίσια, τα στοιχεία, πέραν της άμεσης συσχέτισης των δύο μεταβλητών ή της διαμεσολάβησής της από τρίτους παράγοντες, καταδεικνύουν το ρόλο του FoMO ως διαμεσολαβητικού παράγοντα στη σχέση μεταξύ ιδιοσυγκρασιακών παραγόντων και ελλειμμάτων και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ. Τα αντίστοιχα ερευνητικά ευρήματα θα παρατεθούν αναλυτικότερα παρακάτω.

4.3 Σύνδρομο FoMO και Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ - Έρευνες

Οι έρευνες για τη σχέση του FoMO και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ έχουν, κατά πλειοψηφία, διεξαχθεί σε εφηβικό και φοιτητικό πληθυσμό, διαδικτυακά και είναι συγχρονικής φύσης.

Τα αποτελέσματα αποκαλύπτουν την στατιστικώς σημαντική θετική συσχέτιση των δύο μεταβλητών, καθώς και το ρόλο του FoMO, ως διαμεσολαβητή, στις συσχετίσεις άλλων μεταβλητών με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ.

Η θετική συσχέτιση του FoMO με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ αναδείχθηκε από έρευνες σε προπτυχιακούς φοιτητές, στις ΗΠΑ (Moore & Craciun, 2021) και στην Κίνα (Liu & Ma, 2020), ενώ, αντίστοιχα, σε έρευνες στις ΗΠΑ (Elhai et al., 2018; Wolniewicz et al., 2018), στην Κίνα (Elhai et al., 2020a, 2020b) και στη Βόρεια Αμερική (Elhai et al., 2016), βρέθηκε στατιστικώς σημαντική συσχέτιση του FoMO με την Προβληματική Χρήση του «Εξυπνου Τηλεφώνου» για σύνδεση στα ΜΚΔ, ενώ παράγοντες που σχετίζονται με την ικανοποίηση κοινωνικών αναγκών, όπως το FoMO, αναδείχθηκαν ως έχοντες κομβική σημασία για την ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης (Elhai et al., 2016). Περαιτέρω υποστήριξη της θετικής συσχέτισης των δύο μεταβλητών προκύπτει από έρευνες σε μαθητικό πληθυσμό, στην Ομοσπονδία Βοσνίας-Ερζεγοβίνης (Tomczyk & Selmanagic-Lizde, 2018), στην Τουρκία (Tunc-Aksan & Akbay, 2019) και στις ΗΠΑ (Dempsey et al., 2019), σε εφηβικό πληθυσμό στο Βέλγιο (Beyens et al., 2016), καθώς και από έρευνες με ενήλικους συμμετέχοντες (Stead & Bibby, 2017), με αγγλόφωνους ενήλικους χρήστες των ΜΚΔ (Pontes et al. 2018), με γερμανόφωνους συμμετέχοντες από το γενικό πληθυσμό (Rozgonjuk et al., 2020) και με ενήλικους στη Γερμανία (Montag & Markett, 2023), ενώ στο Ισραήλ, σε δείγμα εφήβων (Alt & Boniel-Nissim 2018a, 2018c) και σε δείγμα ενηλίκων (Alt & Boniel-Nissim 2018b), αναδείχθηκε η συσχέτιση του FoMO με την Προβληματική Χρήση του Διαδικτύου (PIU), την αποκλειστικά σχετιζόμενη με τα ΜΚΔ. Στην Ιταλία, σε φοιτητικό πληθυσμό, βρέθηκαν σημαντικές συσχετίσεις του FoMO με το φόβο αρνητικής αξιολόγησης, με ελλειμματικές δεξιότητες αυτοπαρουσίασης, καθώς και με τον εθισμό στα ΜΚΔ (Casale & Fioravanti, 2020).

Το FoMO αποτέλεσε προβλεπτικό παράγοντα της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ σε έρευνες (Sha et al., 2019) στην Πολωνία (Blachnio & Przeriórka, 2018), στις Νοτιοανατολικές ΗΠΑ με δείγμα ενηλίκων (Blackwell et al., 2017), καθώς και στο Βέλγιο, με εφήβους συμμετέχοντες, όπου διαπιστώθηκε συσχέτιση υψηλότερων επιπέδων FoMO με τη χρήση περισσότερων ΜΚΔ και με υψηλότερα επίπεδα δυσλειτουργίας σχετικής με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ (Franchine et al., 2018; Tandon et al., 2021).

Κεφάλαιο 5: Ανασφαλής Προσκόλληση και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα»

5.1 Ανασφαλής Προσκόλληση & «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» - Θεωρία

Σύμφωνα με τους Mikulincer & Shaver (2007), οι ψυχοπαθολογικές εκδηλώσεις αποτελούν την ανεπιτυχή προσπάθεια για διατήρηση ισορροπίας μεταξύ των επιπέδων ικανοποίησης δύο θεμελιωδών ψυχολογικών αναγκών, την ανάγκη για σύνδεση και την ανάγκη για αυτονομία, με αποτέλεσμα την ικανοποίηση μίας εξ αυτών εις βάρος της άλλης.

Βάσει της Θεωρίας της Προσκόλλησης, η ισορροπία μεταξύ της ικανοποίησης των αναγκών για σύνδεση και για αυτονομία αποτελεί προαπαιτούμενο για την υγιή ανάπτυξη και εκδηλώνεται στην περίπτωση της Ασφαλούς Προσκόλλησης, η οποία χαρακτηρίζεται από χαμηλά έως μέτρια επίπεδα των διαστάσεων του Άγχους και της Αποφυγής, χωρίς κάποια επικράτηση (Fossati et al., 2015; Mikulincer & Shaver, 2007). Αντίστοιχα, στην περίπτωση της Ανασφαλούς Προσκόλλησης, η επικράτηση της διάστασης του Άγχους σχετίζεται με την κάλυψη της ανάγκης για διαπροσωπική σύνδεση εις βάρος της ανάγκης για αυτονομία, ενώ η επικράτηση της διάστασης της Αποφυγής σχετίζεται με την κάλυψη της ανάγκης για αυτονομία σε βάρος της ανάγκης σύνδεσης (Fossati et al., 2015).

Αυτή η αυτορρυθμιστική δυσκολία, μεταξύ των αναγκών σύνδεσης και αυτονομίας, είναι χαρακτηριστική της Ανασφαλούς Προσκόλλησης και προκύπτει από την ποιότητα της πρώιμης φροντίδας από τους φροντιστές, όπως αναφέρθηκε σε προηγούμενο κεφάλαιο.

Η διαφορά μεταξύ υγιούς και Παθολογικού Ναρκισσισμού έγκειται στο γεγονός ότι ο Παθολογικός Ναρκισσισμός χαρακτηρίζεται από συστηματικά ελλείμματα στην αυτορρυθμιστική ικανότητα, τα οποία, σε συμπεριφορικό επίπεδο, εκφράζονται μέσω της υιοθέτησης δυσλειτουργικών στρατηγικών (Άγχος- Αποφυγή) αντιμετώπισης καταστάσεων απειλητικών προς τη διατήρηση ευνοϊκής αυτοεικόνας (Fossati et al., 2015).

Ο Παθολογικός Ναρκισσισμός, επίσης, χαρακτηρίζεται από τη διαρκή σύγκρουση μεταξύ των αναγκών για σύνδεση και για αυτονομία, η οποία, σε συμπεριφορικό επίπεδο, εκφράζεται μέσω της εναλλαγής μοτίβων προσέγγισης και απομάκρυνσης στις διαπροσωπικές σχέσεις, μοτίβα τα οποία παρουσιάζουν αντιστοιχία με τις διαστάσεις του Άγχους και της Αποφυγής (Fossati et al., 2015).

Ο Παθολογικός Ναρκισσισμός, βάσει ερευνητικών δεδομένων, προκύπτει ως αποτέλεσμα των πρώιμων εμπειριών με τους φροντιστές και συγκεκριμένα των ακατάλληλων πρακτικών και της ανεπαρκούς και ασυνεπούς φροντίδας (Zhang et al., 2024).

Αντίστοιχες είναι οι εμπειρίες που οδηγούν στην ανάπτυξη Ανασφαλούς Προσκόλλησης και στα αντίστοιχα εσωτερικευμένα γνωστικά μοντέλα δεσμού, τα οποία δημιουργούν στο άτομο διαστρεβλωμένη και μη ευνοϊκή αντίληψη του εαυτού ή/ και των άλλων και, σε συνδυασμό με τις ελλειμματικές δεξιότητες συναισθηματικής και συμπεριφορικής αυτορρύθμισης, οδηγούν στην υιοθέτηση αμυντικών στρατηγικών αντιμετώπισης, με προεξάρχουσα είτε τη διάσταση του Άγχους (Άγχος Προσκόλλησης) είτε της Αποφυγής (Αποφυγή Προσκόλλησης) ή με εναλλαγή των δύο (προσέγγιση- αποφυγή), μοτίβο χαρακτηριστικό του Παθολογικού Нарκισσισμού, όπως αναφέρθηκε νωρίτερα, με σοβαρή επίπτωση στην ανάπτυξη της οικειότητας (Fossati et al., 2015).

Επομένως, το μοτίβο «προσέγγισης- αποφυγής» στα πλαίσια των σχέσεων, που χαρακτηρίζει τον Παθολογικό Нарκισσισμό, φαίνεται να ενσωματώνει στοιχεία χαρακτηριστικά ενός συνδυασμού της διάστασης του Άγχους- που αφορά στην υπερενεργοποίηση του μηχανισμού προσκόλλησης (υπερεπένδυση), απέναντι στην πιθανότητα μη διαθεσιμότητας της φιγούρας προσκόλλησης- και της Αποφυγής της Προσκόλλησης- που αφορά στην απενεργοποίηση του μηχανισμού (αποεπένδυση), σε ανάλογη περίπτωση- εξασφαλίζοντας, σε κάθε περίπτωση, τη δυνατότητα προσωρινής συναισθηματικής ανακούφισης, αναστέλλοντας, ωστόσο, επ' άπειρον την εκμάθηση και υιοθέτηση πιο λειτουργικών αυτορρυθμιστικών στρατηγικών και ουσιαστικής σύνδεσης και αυξάνοντας την αίσθηση της ευαλωτότητας (Fossati et al., 2015).

Κατά τη διερεύνηση της σχέσης μεταξύ του Παθολογικού Нарκισσισμού και της Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος- Αποφυγή), προέκυψαν αντικρουόμενα ευρήματα. Ωστόσο, σύμφωνα με τους Smolewska και Dion (2005), η συσχέτιση του Παθολογικού Нарκισσισμού με την Ανασφαλή Προσκόλληση υφίσταται δια μέσου της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας».

5.2 Ανασφαλής Προσκόλληση & «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» - Έρευνες

Τα ερευνητικά ευρήματα για τη σχέση της Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος- Αποφυγή) με τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», συντείνουν προς την ύπαρξη σημαντικής συσχέτισης των δύο μεταβλητών και κυρίως της διάστασης του Άγχους με τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα».

Σε έρευνα των Ellina και Pappotas (2023), σε δείγμα Κυπρίων από το γενικό πληθυσμό, βρέθηκε σημαντική συσχέτιση της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» με τις δύο διαστάσεις της Ανασφαλούς Προσκόλλησης και αναδείχθηκε ο ρόλος της ως προβλεπτικού παράγοντα και των δύο, καθώς και στην Τουρκία, όπου η συσχέτιση με τη διάσταση του Άγχους ήταν ισχυρότερη (Smolewska & Dion, 2005).

Σε έρευνα στην Τουρκία, σε φοιτητικό πληθυσμό, η διάσταση του Άγχους αποτέλεσε προβλεπτικό παράγοντα για την ύπαρξη «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας», η οποία σχετίστηκε με την απώλεια του αισθήματος ασφάλειας στις σχέσεις (Şar & Türk-Kurtça, 2021).

Σε έρευνα στο Ηνωμένο Βασίλειο, σε ενήλικο πληθυσμό, η «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» σχετίστηκε σημαντικά με τη διάσταση του Άγχους, καθώς και οι δύο καταστάσεις χαρακτηρίζονται από χαμηλή αυτοεικόνα, αίσθημα κατωτερότητας συγκριτικά με τους άλλους και φόβο απόρριψης και εγκατάλειψης (Otway & Vignoles, 2006), ενώ, έρευνα με αγγλόφωνους προπτυχιακούς φοιτητές κατέδειξε τη σχέση της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» με το Άγχος, αλλά και με συνδυασμό των διαστάσεων του Άγχους και της Αποφυγής (Biberdzic et al., 2023).

Σε έρευνα στην Ιταλία, με κλινικό και μη κλινικό δείγμα, βρέθηκε σημαντική συσχέτιση μεταξύ Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος- Αποφυγή) και «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» (Fossati et al., 2015). Σύμφωνα με τους ερευνητές, η «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» δείχνει να περιλαμβάνει στοιχεία έντονων αναγκών εξάρτησης (διαπροσωπικής σύνδεσης), καθώς και αμυντικές προσπάθειες περιορισμού τους (δυσπιστία/ ανασφάλεια στις σχέσεις), γεγονός που οδηγεί σε μία αλληλουχία υπερενεργοποίησης των μηχανισμών Προσκόλλησης (Άγχος), ακολουθούμενη από προσπάθεια απενεργοποίησής τους (Αποφυγή), μεταθέτοντας την ικανοποίηση των αναγκών εξάρτησης σε υποκατάστατα (Fossati et al., 2015).

Όπως προαναφέρθηκε, σύμφωνα με τους Smolewska και Dion (2005), η «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» αποτελεί τον πυρήνα της σχέσης Ανασφαλούς Προσκόλλησης και Παθολογικού Ναρκισσισμού και χαρακτηρίζεται από χαμηλή αυτοεικόνα και φόβο απόρριψης και εγκατάλειψης, όπως άλλωστε και η διάσταση του Άγχους της Προσκόλλησης (Smolewska & Dion, 2005). Η χαμηλή, αν και σημαντική, συσχέτιση της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» με τη διάσταση της Αποφυγής, οφείλεται, πιθανώς, στο ότι η Αποφυγή επιστρατεύεται δευτερευόντως, ως αμυντικός μηχανισμός απέναντι στη δυσφορία- την προκαλούμενη από τη διάσταση του Άγχους- για τις σχέσεις και την πιθανή απόρριψη (Smolewska & Dion, 2005).

Κεφάλαιο 6: Ανασφαλής Προσκόλληση και FoMO

6.1 Ανασφαλής Προσκόλληση & FoMO - Θεωρητική Πλαισίωση

Η Ανασφαλής Προσκόλληση χαρακτηρίζεται από ελλειμματική ικανοποίηση βασικών ψυχολογικών αναγκών (Θεωρία Προσκόλλησης, Θεωρία Αυτοκαθορισμού) και, σύμφωνα με το μοντέλο I-PACE, το FoMO αποτελεί την έκφραση της ελλειμματικής αυτορρυθμιστικής

ικανότητας που προκύπτει από τη μη επαρκή ικανοποίηση των βασικών ψυχολογικών αναγκών (επάρκεια, αυτονομία, σχετίζεσθαι) (Reer et al., 2019; Wegmann et al., 2017; Yin et al., 2021).

Ενδεικτικά, παρουσιάζονται ορισμένες μελέτες για τη διερεύνηση της σχέσης μεταξύ Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος- Αποφυγή) και FoMO, καθώς και τα ερευνητικά ευρήματα τα οποία συγκλίνουν προς την ύπαρξη θετικής συσχέτισης της διάστασης του Άγχους με το FoMO.

6.2 Ανασφαλής Προσκόλληση & FoMO - Έρευνες

Σε μελέτη στην Ιταλία, με χρήστες MKΔ, αναδείχθηκε η σημαντική συσχέτιση της Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος- Αποφυγή) με το FoMO (Gori et al., 2023). Η εν λόγω συσχέτιση φαίνεται να βασίζεται κυρίως στη διάσταση του Άγχους, καθώς η συσχέτιση με το FoMO παρατηρήθηκε όσον αφορά τη διάσταση του Άγχους- τόσο στη συγκεκριμένη (Gori et al., 2023) όσο και σε άλλες έρευνες (Boustead & Flack, 2021; Liu & Ma, 2019a)- καθώς και το συνδυασμό των διαστάσεων του Άγχους και της Αποφυγής, που απαντάται στον Αποδιοργανωμένο τύπο Προσκόλλησης, βάσει της τυπολογικής ταξινόμησης. Αυτή η παρατήρηση βρίσκεται σε συμφωνία με τα ευρήματα τα σχετικά με το FoMO, σύμφωνα με τα οποία το άγχος βρίσκεται στον πυρήνα της συναισθηματικής συνιστώσας του FoMO (Elhai et al., 2021).

Εξάλλου, στην περίπτωση που η κυρίαρχη διάσταση στο μοτίβο Προσκόλλησης είναι η Αποφυγή, τότε το κυρίαρχο χαρακτηριστικό είναι η απουσία ενδιαφέροντος για το σχετίζεσθαι και η ακραίου βαθμού αυτόρκεια. Επομένως, η συσχέτιση της Αποφυγής με το FoMO αφορά τις περιπτώσεις συνδυασμού της με τη διάσταση του Άγχους, όπου η Αποφυγή αποτελεί επιμέρους στοιχείο ενός ευρύτερου μοτίβου Προσκόλλησης, με εναλλασσόμενες τάσεις, μεταξύ αγχώδους αναζήτησης επιβεβαίωσης, αποδοχής και «αισθήματος ανήκειν» και ακολούθως- και συνεπεία αυτών- δευτερογενών αμυντικών μηχανισμών, μέσω Αποφυγής, απέναντι στο άγχος που βιώνεται αναφορικά με τις σχέσεις και την πιθανή εγκατάλειψη.

Επομένως, η συσχέτιση που εντοπίζεται μεταξύ της διάστασης του Άγχους της Ανασφαλούς Προσκόλλησης και του FoMO, φαίνεται να αφορά στην ελλειμματική ισορροπία μεταξύ των αναγκών της αυτονομίας και του σχετίζεσθαι, που χαρακτηρίζουν τη διάσταση του Άγχους (φόβος απόρριψης/ εγκατάλειψης), και στην επακόλουθη επιδείνωση του FoMO (ανησυχία/ φόβος μη συμμετοχής, αποστέρησης και κοινωνικού αποκλεισμού) (Boustead & Flack, 2021).

Κεφάλαιο 7: FoMO και Παθολογικός Нарκισσισμός («Μεγαλείο»- «Ευαλωτότητα»)

7.1 FoMO & Παθολογικός Нарκισσισμός - Θεωρητική Πλαισίωση

Όπως αναφέρθηκε νωρίτερα, ο Παθολογικός Нарκισσισμός και οι δύο διαστάσεις που τον συναποτελούν («Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα») χαρακτηρίζονται από ελλειμματικές αυτορρυθμιστικές δεξιότητες, κατά την προσπάθεια ικανοποίησης βασικών ψυχολογικών αναγκών (Θεωρία Αυτοκαθορισμού, μοντέλο Χρήσεων και Ικανοποιήσεων- μοντέλο I-PACE), οι οποίες περιλαμβάνουν μειωμένη ικανότητα αυτοελέγχου και παρορμητικότητα (Akat et al., 2023), ενώ οδηγούν σε προσωρινή ανακούφιση με επιβαρυντικές μακροπρόθεσμες επιπτώσεις στη λειτουργικότητα, μοτίβο που διαιωνίζεται μέσω των μηχανισμών ενίσχυσης.

Οι ανάγκες που χαρακτηρίζουν τον Παθολογικό Нарκισσισμό, είτε το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» είτε τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», σχετίζονται με την αυτοπροβολή, την προσοχή, το θαυμασμό, την αποδοχή και το αίσθημα του «ανήκειν» και υπάρχουν σε συνδυασμό με ελλειμματικές στρατηγικές αυτορρύθμισης και ικανοποίησής τους (Casale & Banchi, 2020; Fegan & Bland, 2021; Liu & Ma, 2018; McCain & Campbell, 2018). Επιπλέον, στον Παθολογικό Нарκισσισμό και στις διαστάσεις του, παρατηρείται έντονα το στοιχείο της Κοινωνικής Σύγκρισης, καθώς και η τάση προβολής των θετικών πτυχών του εαυτού, με επιλεκτικό τρόπο και ραφινάρισμα (Akat et al., 2023).

Το σύνδρομο FoMO αποτελεί, όπως προαναφέρθηκε, την έκφραση της ελλειμματικής αυτορρυθμιστικής ικανότητας, της προκύπτουσας από τη μη επαρκή ικανοποίηση των βασικών ψυχολογικών αναγκών (Tandon et al., 2021; Wegmann et al., 2017). Επίσης, συνδέεται με το στοιχείο της Κοινωνικής Σύγκρισης (όπως και ο Παθολογικός Нарκισσισμός), καθώς και το άγχος σχετικά με τις εμπειρίες των άλλων από τις οποίες το άτομο απουσιάζει (Burnell et al., 2019). Συνεπώς, αναμένεται ότι η παρουσία του Παθολογικού Нарκισσισμού και η πίεση- λόγω μη επαρκούς ικανοποίησης αναγκών και ελλειμματικής αυτορρύθμισης- για ικανοποίηση των σχετικών αναγκών (επάρκεια, αυτονομία, σύνδεση, θαυμασμό) σχετίζεται με αυξημένο βίωμα του συνδρόμου FoMO (Akat et al., 2023).

Πράγματι, τα διαθέσιμα σχετικά ερευνητικά ευρήματα υποστηρίζουν την ύπαρξη συσχέτισης μεταξύ του Παθολογικού Нарκισσισμού («Ναρκισσιστικό Μεγαλείο», «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα») και του συνδρόμου FoMO. Παρ' όλα αυτά, δεδομένου ότι οι περισσότερες έρευνες πραγματοποιήθηκαν με τη χρήση ερωτηματολογίων για τη Σκοτεινή

Τριάδα (π.χ. Dark Triad Dirty Dozen, Jonason & Webster, 2010), προσέγγισαν τον Παθολογικό Ναρκισσισμό ως μονοπαραγοντική έννοια, χωρίς να διερευνούν τη σχέση του FoMO με το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» ξεχωριστά. Σύμφωνα με τους Jonason και Webster (2010), ο περιορισμός του αριθμού των ερωτημάτων στις κλίμακες του Παθολογικού Ναρκισσισμού περιορίζει την ανάδειξη της ετερογένειας της έννοιας. Ωστόσο, δεδομένου ότι το κοινό στοιχείο των δύο διαστάσεων είναι ο εγωκεντρισμός και ότι χαρακτηρίζονται από τις ίδιες ανάγκες, αλλά με διαφορετική προσέγγιση της ικανοποίησής τους (Jonason & Webster, 2010), τα εν λόγω ερωτηματολόγια φαίνεται να καλύπτουν εκφάνσεις και των δύο διαστάσεων.

Έτσι, στην περίπτωση του «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου», η συσχέτιση με το FoMO φαίνεται να αφορά σε άγχος σχετικά με την ικανοποίηση της ανάγκης για επικύρωση, διαφύλαξη και περαιτέρω ενίσχυση της υπάρχουσας αίσθησης μεγαλείου και μοναδικότητας, ενώ στην περίπτωση της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» η σχέση με το FoMO αφορά στις ανησυχίες σχετικά με την ικανοποίηση αναγκών για αποδοχή, επιβεβαίωση, θαυμασμό και αίσθημα «ανήκειν», καθώς και την ανακούφιση από φόβους απόρριψης και αποκλεισμού.

7.2 FoMO & Παθολογικός Ναρκισσισμός - Ερευνητικά Ευρήματα

Η πλειοψηφία των διαθέσιμων ερευνητικών δεδομένων για τη σχέση του Παθολογικού Ναρκισσισμού («Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα») με το σύνδρομο FoMO προέρχονται από μελέτες για τη διερεύνηση της σχέσης μεταξύ της Σκοτεινής Τριάδας της Προσωπικότητας (Μακιαβελλισμός, Ναρκισσισμός, Ψυχοπάθεια) και του FoMO. Το συμπέρασμα αυτών είναι ότι ο Παθολογικός Ναρκισσισμός αποτελεί παράγοντα επικινδυνότητας για την εμφάνιση του συνδρόμου FoMO (Akat et al., 2023).

Αναλυτικότερα, σε έρευνα στην Τουρκία με δείγμα φοιτητών, ο Παθολογικός Ναρκισσισμός αποτέλεσε προβλεπτικό παράγοντα του FoMO (Akat et al., 2023) και σε έρευνες στη Γερμανία (Müller et al., 2021), με νεαρούς ενήλικους συμμετέχοντες, και στην Ιταλία (Servidio et al., 2021), με δείγμα ενηλίκων χρηστών «Έξυπνου Τηλεφώνου», τα αποτελέσματα έδειξαν σημαντική συσχέτιση του Παθολογικού Ναρκισσισμού με το FoMO.

Πιο πρόσφατη έρευνα, στην Ιταλία, ανέδειξε σημαντική θετική συσχέτιση του FoMO τόσο με το συνολικό Παθολογικό Ναρκισσισμό, αλλά και με το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» (Carone et al., 2023).

Κεφάλαιο 8:

FoMO: Διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση Ανασφαλούς Προσκόλλησης- Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ

8.1 Θεωρητικό Πλαίσιο

Όπως ειπώθηκε νωρίτερα, αρκετά ερευνητικά ευρήματα καταδεικνύουν την ύπαρξη σημαντικής θετικής συσχέτισης μεταξύ της Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος και Αποφυγή) και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, γεγονός που αποδίδεται στην τάση των ατόμων με Ανασφαλή Προσκόλληση να υποκαθιστούν και να «υπεραναπληρώνουν» την απουσία ασφαλών και στοργικών δεσμών στην πραγματική ζωή, καθώς και την ελλειμματική συναισθηματική αυτορρύθμιση, μέσω αλληλεπιδράσεων σε ένα εικονικό περιβάλλον (D' Argenzo et al., 2019).

Πιο συγκεκριμένα, στην περίπτωση της διάστασης του Άγχους, η Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ έχει συνδεθεί με την προσπάθεια ανακούφισης δυσφορικών συναισθημάτων σχετικών με την απόρριψη και την εγκατάλειψη, καθώς και ικανοποίησης αναγκών σύνδεσης και «ανήκειν» (Costanzo et al., 2021), ενώ στην περίπτωση της διάστασης της Αποφυγής έχει σχετιστεί με την ικανοποίηση της ανάγκης για διατήρηση της κοινωνικής δικτύωσης, χωρίς, ωστόσο, την εγγύτητα και τη συναισθηματική εμπλοκή που χαρακτηρίζουν τη δια ζώσης επαφή (Musetti et al., 2022).

Τα ερευνητικά δεδομένα, στην πλειοψηφία τους, υποστηρίζουν τη συσχέτιση της Ανασφαλούς Προσκόλλησης με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ μέσω της διάστασης του Άγχους, ενώ η διάσταση της Αποφυγής παρουσιάζει συσχέτιση με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ μόνο όταν συνυπάρχει με τη διάσταση του Άγχους, στην περίπτωση δηλαδή του Αποδιοργανωμένου τύπου Προσκόλλησης, κατά την τυπολογική ταξινόμηση (Worsley et al., 2018a).

Κατά τη διερεύνηση παραγόντων που πιθανώς εμπλέκονται στη συσχέτιση μεταξύ Ανασφαλούς Προσκόλλησης και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, λειτουργώντας ως διαμεσολαβητές, προέκυψαν δεδομένα που καταδεικνύουν το FoMO ως διαμεσολαβητικό παράγοντα στη σχέση μεταξύ της διάστασης του Άγχους της Ανασφαλούς Προσκόλλησης και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Musetti et al., 2022). Αυτή η σχέση εξηγείται στα πλαίσια των θεωριών για τις βασικές ψυχολογικές ανάγκες και την ικανοποίησή τους, του μοντέλου I-PACE και της Αντισταθμιστικής Χρήσης του Διαδικτύου (CIU).

Η διάσταση του Άγχους της Ανασφαλούς Προσκόλλησης χαρακτηρίζεται από έντονες ανησυχίες σχετικά με την απόρριψη, την εγκατάλειψη και τον κοινωνικό αποκλεισμό, οδηγώντας

στην αναζήτηση διαρκούς επιβεβαίωσης και αποδοχής (Stănculescu & Griffiths, 2021), με αποτέλεσμα να σχετίζεται με υψηλότερα επίπεδα FoMO, το οποίο, ως δυσλειτουργική αυτορρυθμιστική στρατηγική, σχετιζόμενη με προσδοκίες για επιβεβαίωση, αποδοχή και «ανήκειν», δύναται να οδηγήσει σε αυξημένη χρήση των ΜΚΔ, ενισχύοντας την πιθανότητα εμφάνισης Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.

8.2 Ερευνητικά Ευρήματα

Επιγραμματικά, σημαντική θετική συσχέτιση της διάστασης του Άγχους της Ανασφαλούς Προσκόλλησης με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, με διαμεσολάβηση του παράγοντα FoMO, διαπιστώθηκε από τα αποτελέσματα της έρευνας των Liu και Ma (2019a) σε φοιτητικό πληθυσμό στην Κίνα, από την έρευνα των Boustead και Flack (2021) καθώς και των Gori και συνεργατών (2023), στην οποία συμμετείχαν καθημερινοί χρήστες των ΜΚΔ.

Κεφάλαιο 9:

FoMO: Διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση Παθολογικού Нарκισσισμού («Μεγαλείου»- «Ευαλωτότητας»)- Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ

9.1 Θεωρητικό Πλαίσιο

Σύμφωνα με το μοντέλο I-PACE, το FoMO αποτελεί «δυσλειτουργική γνωστικο-συναισθηματική διαστρέβλωση», σχετικά με το διαδίκτυο εν προκειμένω, που μεσολαβεί στη σχέση μεταξύ ιδιοσυγκρασιακών παραγόντων, όπως τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας, και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Elhai et al., 2021).

Λαμβάνοντας υπόψιν στοιχεία από τη Θεωρία του Αυτοκαθορισμού, το μοντέλο «Χρήσεων και Ικανοποιήσεων», καθώς και το μοντέλο I-PACE, φαίνεται, πως οι ισχυρές ανάγκες σύνδεσης, αποδοχής και θαυμασμού («Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα»), καθώς και αυτοπροβολής και θαυμασμού («Ναρκισσιστικό Μεγαλείο») που χαρακτηρίζουν τα άτομα με Παθολογικό Нарκισσισμό- σε συνδυασμό με τις ελλειμματικές αυτορρυθμιστικές δεξιότητες και τη σαθρή (στην περίπτωση της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας») αυτοεικόνα- δύναται να πυροδοτήσουν υψηλότερα επίπεδα FoMO, τα οποία με τη σειρά τους θα εντείνουν τις προϋπάρχουσες ανάγκες, καθιστώντας την ικανοποίησή τους επιτακτική, οδηγώντας, έτσι, σε συχνότερη χρήση των ΜΚΔ και, μέσω ενίσχυσης, σε Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ,

προκειμένου να διατηρηθεί η αίσθηση του «ανήκειν», της σύνδεσης και του θαυμασμού (Barberis et al., 2023; Casale et al., 2016a; Giancola et al., 2024).

Βάσει αυτής της συλλογιστικής, διερευνήθηκε η πιθανότητα διαμεσολαβητικού ρόλου του FoMO στη σχέση του Παθολογικού Ναρκισσισμού και των δύο διαστάσεων του με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ (Elhai et al., 2021).

9.2 Ερευνητικά Ευρήματα

Σε αναδρομική μελέτη με εφήβους συμμετέχοντες στην Κίνα, βρέθηκε σημαντική συσχέτιση του «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, διαμεσολαβούμενη από το FoMO (Jiang et al., 2023). Αντίστοιχα ευρήματα προέκυψαν από έρευνα στην Ιταλία, με ενήλικους συμμετέχοντες (Servidio et al., 2021).

Ανάλογα ήταν τα ευρήματα και σε έρευνα στην Τουρκία, με δείγμα προπτυχιακών φοιτητών (Akat et al., 2023), τα οποία ερμηνεύθηκαν από τους ερευνητές, στα πλαίσια του μοντέλου των Χρήσεων και Ικανοποιήσεων, βάσει του οποίου τα άτομα με Παθολογικό Ναρκισσισμό και τα άτομα με υψηλά επίπεδα FoMO τείνουν να χρησιμοποιούν τα ΜΚΔ περισσότερο, προκειμένου να ικανοποιήσουν τις ανάγκες τους για σύνδεση, αποδοχή και αυτοπροβολή, αντιμετωπίζοντας έτσι μεγαλύτερο κίνδυνο ανάπτυξης Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Akat et al., 2023).

Κεφάλαιο 10:

Ανασφαλής Προσκόλληση: Διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας»- Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ

10.1 Θεωρητικό Πλαίσιο

Σε προηγούμενες ενότητες αναλύθηκαν οι σχέσεις μεταξύ «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» και Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος- Αποφυγή) και Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος-Αποφυγή) και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, οι οποίες χαρακτηρίζονται κυρίως από στατιστικώς σημαντικές θετικές συσχετίσεις ανά ζεύγη μεταβλητών.

Όσον αφορά στη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», μεταξύ των χαρακτηριστικών της είναι η χαμηλή αυτοεκτίμηση και η ντροπή, η ευαισθησία στην αξιολόγηση από τους άλλους και στην κριτική, λαχτάρα για αποδοχή, αμυντική στάση, ενώ συνδέεται με το κοινωνικό άγχος

σχετικά με αρνητικές αξιολογήσεις και απόρριψη, καθώς και την κοινωνική αποφυγή ως αμυντικό μηχανισμό απέναντι σε πιθανότητες αρνητικής αξιολόγησης και ενδεχόμενης απόρριψης (Pincus et al., 2009).

Όπως ήδη αναφέρθηκε, η «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» χαρακτηρίζεται από ελλειμματικές αυτορρυθμιστικές δεξιότητες σχετικά με την ικανοποίηση των αναγκών (Fossati et al., 2015), ενώ συνδέεται με την Ανασφαλή Προσκόλληση (Άγχος- Αποφυγή), αυξάνοντας την πιθανότητα για ανάπτυξη εξαρτήσεων (Benett, 2006).

Η «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», όπως προαναφέρθηκε, περιλαμβάνει στοιχεία έντονων αναγκών εξάρτησης και αμυντικές προσπάθειες περιορισμού τους, γεγονός που οδηγεί σε μία αλληλουχία υπερενεργοποίησης των μηχανισμών Προσκόλλησης (Άγχος), ακολουθούμενη από προσπάθεια απενεργοποίησής τους (Αποφυγή), με μετάθεση της ικανοποίησης των αναγκών εξάρτησης σε υποκατάστατα (Fossati et al., 2015). Στα πλαίσια αυτά, τα ΜΚΔ προσφέρουν ένα πρώτης τάξεως περιβάλλον για την ικανοποίηση των ναρκισσιστικών αυτών αναγκών (Casale & Banchi, 2020; Fegan & Bland, 2021), αναπληρώνοντας για τις ελλειμματικές κοινωνικές δεξιότητες και τα ζητήματα αυτοεικόνας (Fegan & Bland, 2021; Wegmann & Brand, 2019).

Συνεπώς, και δεδομένου ότι η διά ζώσης επαφή αποτελεί πηγή άγχους, προτιμάται η διαδικτυακή αλληλεπίδραση, ως πιο άνετη και ασφαλής, γεγονός που, μέσω ενίσχυσης, μπορεί να οδηγήσει στην ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Casale & Fioravanti, 2016; Lee, 2017).

Όπως ήδη αναφέρθηκε, η «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» σχετίζεται σημαντικά με τη διάσταση του Άγχους της Προσκόλλησης, καθώς περιλαμβάνει τη χαμηλή αυτοεικόνα, το αίσθημα κατωτερότητας συγκριτικά με τους άλλους και τους φόβους απόρριψης και εγκατάλειψης, που χαρακτηρίζουν τη διάσταση του Άγχους (Otway & Vignoles, 2006).

Επιπλέον, όσον αφορά στη σχέση της διάστασης του Άγχους της Προσκόλλησης με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, τα ερευνητικά ευρήματα παρουσιάζουν σχετική ομοφωνία για την ύπαρξη θετικής συσχέτισης (Flynn et al., 2018).

Εν αντιθέσει, τα ευρήματα για τη σχέση της διάστασης της Αποφυγής με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ είτε παρουσιάζουν μη στατιστικώς σημαντική συσχέτιση (Worsley et al., 2018b), είτε καταδεικνύουν τη συσχέτιση της Αποφυγής με την υπερβολική χρήση των ΜΚΔ, μέσω της συνύπαρξης με τη διάσταση του Άγχους, συνδυασμός που αφορά σε ανάγκες για διατήρηση της σύνδεσης, εξασφαλίζοντας ταυτόχρονα τη διατήρηση απόστασης ασφαλείας, δεδομένου ότι η διάσταση της Αποφυγής χαρακτηρίζεται από την αποφυγή της οικειότητας και της εγγύτητας (Blackwell et al., 2017; Liu & Ma, 2019a,b).

Δεδομένων των επιμέρους μεταξύ τους συσχετίσεων, ερευνήθηκε η πιθανότητα διαμεσολάβησης της θετικής συσχέτισης «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ από την Ανασφαλή Προσκόλληση (Άγχος- Αποφυγή).

10.2 Ερευνητικά Ευρήματα

Σε έρευνα που πραγματοποιήθηκε στην Κορέα, σε δείγμα φοιτητών, διαπιστώθηκε η μερική διαμεσολάβηση της σχέσης «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ από τη διάσταση του Άγχους, όχι όμως και από τη διάσταση της Αποφυγής (Lee, 2017). Σύμφωνα με τους ερευνητές, η ύπαρξη της διάστασης του Άγχους σε άτομα με «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» αυξάνει την πιθανότητα για ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Lee, 2017).

Κεφάλαιο 11: Σκοπός της παρούσας έρευνας και Ερευνητικές Υποθέσεις

Βάσει των προαναφερθέντων, η ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ φαίνεται να περιλαμβάνει τη συμβολή ποικίλων παραγόντων και των μεταξύ τους αλληλεπιδράσεων, καθιστώντας αναγκαία τη λεπτομερή διερεύνηση αυτής. Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι η μελέτη της σχέσης της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ με παράγοντες, όπως η Ανασφαλής Προσκόλληση, ο Παθολογικός Ναρκισσισμός και το σύνδρομο FoMO, σε ενήλικο πληθυσμό Ελλήνων χρηστών των ΜΚΔ. Ακολούθως, θα διερευνηθούν οι επιμέρους σχέσεις των παραγόντων αυτών μεταξύ τους, καθώς και η ύπαρξη σχέσεων διαμεσολάβησης. Αναλυτικά, παρουσιάζονται οι ερευνητικές υποθέσεις.

1. Η Ανασφαλής Προσκόλληση (Άγχος/ Αποφυγή) σχετίζεται θετικά με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ.
2. Ο Παθολογικός Ναρκισσισμός, το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και η «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» σχετίζονται θετικά με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ.
3. Το FoMO σχετίζεται θετικά με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ.

4. Η Ανασφαλής Προσκόλληση (Άγχος- Αποφυγή) σχετίζεται θετικά με τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα».
5. Η Ανασφαλής Προσκόλληση (Άγχος- Αποφυγή) σχετίζεται θετικά με το FoMO.
6. Το FoMO σχετίζεται θετικά με τον Παθολογικό Ναρκισσισμό, το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα».
7. Το FoMO διαμεσολαβεί τη θετική συσχέτιση μεταξύ Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχους- Αποφυγής) και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.
8. Το FoMO διαμεσολαβεί τη θετική συσχέτιση μεταξύ Παθολογικού Ναρκισσισμού, «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» και «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.
9. Η παρουσία Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχους- Αποφυγής) διαμεσολαβεί τη θετική συσχέτιση μεταξύ «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.

ΜΕΡΟΣ Β: Έρευνα

Κεφάλαιο 12: Μεθοδολογία

Για το σχεδιασμό της παρούσας έρευνας επιλέχθηκε η μέθοδος της συγχρονικής μελέτης (cross-sectional survey) και το χρονικό διάστημα διεξαγωγής της ήταν μεταξύ Νοεμβρίου του 2024 και Ιανουαρίου του 2025.

12.1 Συμμετέχοντες

Ο συνολικός αριθμός συμμετεχόντων ήταν 1085 άτομα (γυναίκες= 805, άνδρες= 272, άλλο= 8), με μέσο όρο ηλικίας τα 46,9 έτη (SD=13,7 έτη).

Κριτήρια Συμπερίληψης

Τα κριτήρια συμμετοχής στην έρευνα ήταν α) να έχει συμπληρωθεί το 18ο έτος ηλικίας και β) η επάρκεια στις δεξιότητες ανάγνωσης και κατανόησης της ελληνικής γλώσσας, δεδομένου ότι η διεξαγωγή της έρευνας έγινε στα ελληνικά, με χρήση της ελληνικής μετάφρασης των ψυχομετρικών εργαλείων που επιλέχθηκαν. Στην έρευνα μπορούσαν να συμμετάσχουν μόνο χρήστες των ΜΚΔ.

12.2 Ερευνητική Διαδικασία

Η παρούσα συγχρονική έρευνα πραγματοποιήθηκε διαδικτυακά- με αναρτήσεις και διαφημίσεις- και με διανομή έντυπου υλικού, κατά το χρονικό διάστημα μεταξύ 12 Νοεμβρίου του 2024 και 13 Ιανουαρίου του 2025. Αναλυτικότερα, δημιουργήθηκε συνολική ηλεκτρονική μορφή της φόρμας ενημέρωσης, της φόρμας συγκατάθεσης και της μπαταρίας των ερωτηματολογίων, με τη χρήση της διαδικτυακής εφαρμογής «Φόρμες της Google» (Google Forms), η οποία, με τη χρήση υπερσυνδέσμου (hyperlink), αναρτήθηκε σε διαφορετικού περιεχομένου ομάδες στο Facebook- όπως ομάδες κοινωνικού περιεχομένου, ανθρωπιστικού ενδιαφέροντος, σχετικές με την τέχνη, την υγεία και την εκπαίδευση, καθώς και ομάδες τμημάτων πανεπιστημίων της Ελλάδας και της Κύπρου, φοιτητών και αποφοίτων- προσκαλώντας τους ενδιαφερόμενους να συμμετάσχουν, απαντώντας τα ερωτηματολόγια. Περαιτέρω προώθηση του υπερσυνδέσμου έγινε, μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και μέσω της εφαρμογής Viber, σε υποψήφιους συμμετέχοντες από το κοινωνικό δίκτυο της ερευνήτριας

και, με τον ίδιο τρόπο, από τους ίδιους, στα δικά τους κοινωνικά δίκτυα, ώστε να διευκολυνθεί και να ενισχυθεί η συλλογή του δείγματος με τη μέθοδο της χιονοστιβάδας.

Λόγω δυσκολίας εύρεσης επαρκούς αριθμού συμμετεχόντων, πραγματοποιήθηκε και η διανομή έντυπου υλικού, συγκεκριμένα, διαφημιστικών flyers και αφισών, με σύντομη ενημέρωση και πρόσκληση συμμετοχής, μέσω σάρωσης κωδικού QR (QR code) με συσκευή κινητού τηλεφώνου, που οδηγούσε στον υπερσύνδεσμο της έρευνας. Η διανομή του έντυπου υλικού έγινε σε χώρους αναψυχής και εστίασης και σε καταστήματα.

Για περαιτέρω ενίσχυση της διαδικασίας, ξεκίνησε η προβολή χορηγούμενης διαφήμισης της έρευνας στα ΜΚΔ Facebook και Instagram με τη χρήση της εφαρμογής Meta Business, μετά από δημιουργία επαγγελματικής σελίδας και προώθησή της, με τίτλο «Χρήση Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης, Αντιλήψεις, Συναισθήματα και Προσδοκίες », η οποία περιλάμβανε πρόσκληση για συμμετοχή στην έρευνα στα πλαίσια διπλωματικής εργασίας Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών και τον υπερσύνδεσμο με τη φόρμα ενημέρωσης, τη φόρμα συγκατάθεσης και τη μπαταρία των ερωτηματολογίων.

12.3 Εργαλεία Συλλογής Δεδομένων

Για τους σκοπούς της παρούσας έρευνας χρησιμοποιήθηκαν τα εξής ψυχομετρικά εργαλεία:

1. Ερωτηματολόγιο δημογραφικών στοιχείων, το οποίο περιλαμβάνει ερωτήσεις σχετικές με δημογραφικά στοιχεία των συμμετεχόντων όπως φύλο, ηλικία, οικογενειακή κατάσταση, μορφωτικό επίπεδο, τόπο διαμονής και επαγγελματική κατάσταση.
2. Το Ερωτηματολόγιο Ενασχόλησης με τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης (SMEQ, Przybylski et al., 2013) αξιολογεί το βαθμό ενασχόλησης με τα ΜΚΔ στην καθημερινότητα και αποτελείται από 5 ερωτήματα σχετικά με τη συχνότητα χρήσης των ΜΚΔ στην καθημερινή ζωή, τα οποία απαντώνται βάσει οκτάβαθμης κλίμακας αυτοαναφοράς τύπου Likert (0= Καμία ημέρα έως 7= Κάθε ημέρα). Οι συμμετέχοντες καλούνται να σκεφτούν τον τρόπο χρήσης των ΜΚΔ κατά την τελευταία εβδομάδα και να δηλώσουν πόσο συχνά τα χρησιμοποίησαν σε συγκεκριμένες περιστάσεις, επιλέγοντας τον αριθμό που τους αντιπροσωπεύει καλύτερα. Υψηλότερες βαθμολογίες συνδέονται με μεγαλύτερη πιθανότητα Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.

Χρησιμοποιήθηκε στην παρούσα έρευνα ως μέσο αξιολόγησης της συχνότητας χρήσης των ΜΚΔ, που δεν περιορίζει τη μέτρησή της σε αριθμό ωρών, αλλά την αξιολογεί βάσει της

εμφάνισής της σε περιστάσεις της καθημερινότητας με ειδική σημασία, όπως είναι οι φάσεις ύπνου/ αφύπνιση και κατανάλωσης των γευμάτων.

Το ερωτηματολόγιο έχει μονοπαραγοντική δομή και το άθροισμα των πέντε ερωτημάτων αποτελεί τη βαθμολογία του κάθε συμμετέχοντος στην Ενασχόληση με τα ΜΚΔ. Η κλίμακα παρουσιάζει ικανοποιητική αξιοπιστία εσωτερικής συνέπειας (Cronbach $\alpha = .82$) (Przybylski et al., 2013).

Η ελληνική μετάφραση της κλίμακας *Social Media Engagement Questionnaire (SMEQ)* πραγματοποιήθηκε από την ερευνήτρια για τους σκοπούς της παρούσας έρευνας.

3. *Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS)- Greek Version* (BSMAS- Greek version, Dadiotis et al., 2021): Πρόκειται για την ελληνική εκδοχή της Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS, Andreassen et al., 2016), της πεντάβαθμης κλίμακας αυτοαναφοράς τύπου Likert (1= Πολύ Σπάνια έως 5= Πολύ Συχνά) με μονοπαραγοντική δομή, η οποία αποτελείται από 6 ερωτήσεις που αντικατοπτρίζουν τα έξι βασικά χαρακτηριστικά των εξαρτήσεων (προσκόλληση, λαχτάρα/ανοχή, αλλαγή στη διάθεση, υποτροπή/ απώλεια ελέγχου, απόσυρση, σύγκρουση/ έκπτωση της λειτουργικότητας) (Dadiotis et al., 2021).

Η κλίμακα δημιουργήθηκε για την εκτίμηση του εθισμού στη χρήση των ΜΚΔ. Υψηλότερη βαθμολογία καταδεικνύει μεγαλύτερη εξάρτηση από τα ΜΚΔ, ενώ βαθμολογία υψηλότερη του 19 σχετίζεται με υψηλή επικινδυνότητα ανάπτυξης εξάρτησης από τα ΜΚΔ (Dadiotis et al., 2021).

Η αξιοπιστία εσωτερικής συνέπειας της BSMAS- Greek Version είναι ικανοποιητική (Cronbach $\alpha = .75$) (Dadiotis et al., 2021).

4. *Κλίμακα Μέτρησης του Φόβου Μην Μείνεις «Στην Απ' Έξω»* (Μπακογιάννη Κ., 2022): Πρόκειται για την ελληνική εκδοχή του ερωτηματολογίου αυτοαναφοράς *Fear of Missing Out Scale (FoMOs)*, Przybylski et al., 2013), που δημιουργήθηκε για την αξιολόγηση του συνδρόμου FoMO, το οποίο αφορά στο φόβο ότι οι άλλοι άνθρωποι έχουν περισσότερο επωφελείς εμπειρίες και στη διαρκή αναζήτηση ενημερότητας σχετικά με τις δραστηριότητές τους (Przybylski et al., 2013).

Αποτελείται από 10 λήμματα, τα οποία αξιολογούνται βάσει πεντάβαθμης κλίμακας τύπου Likert (1= Απόλυτα Αναληθές έως 5= Απόλυτα Αληθές), εκτιμώντας διαφορετικά επίπεδα του FoMO (χαμηλό, μέτριο, υψηλό).

Η αξιοπιστία εσωτερικής συνέπειας της κλίμακας είναι ικανοποιητική (Cronbach $\alpha = .746$) (Μπακογιάννη Κ., 2022).

5. Η Κλίμακα Δεσμού Ενηλίκων (G-ECR-R, Tsagarakis et al., 2007) αποτελεί την ελληνική εκδοχή της κλίμακας *Experiences in Close Relationships- Revised* (ECR-R, Fraley et al., 2000), η οποία προέκυψε από αναθεώρηση της κλίμακας *Experiences in Close Relationships* (ECR, Brennan et al., 1998).

Η κλίμακα παρέχει στοιχεία για τη σκιαγράφηση ενός σταθερού μοτίβου Ενήλικης Προσκόλλησης, αξιολογώντας τις διαστάσεις του Άγχους και της Αποφυγής, μέσω 36 προτάσεων αυτοαναφοράς, σχετικές με το πώς αισθάνεται κανείς στα πλαίσια των ερωτικών σχέσεων, γενικά.

Οι συμμετέχοντες καλούνται να σημειώσουν το βαθμό συμφωνίας ή διαφωνίας τους με την κάθε πρόταση, επιλέγοντας από μία επτάβαθμη κλίμακα τύπου Likert (1= Διαφωνώ Απόλυτα έως 7= Συμφωνώ Απόλυτα) τον αριθμό που τους αντιπροσωπεύει περισσότερο.

Μέσω παραγοντικής ανάλυσης πολλαπλών εργαλείων αξιολόγησης της Ενήλικης Προσκόλλησης έχει διαπιστωθεί η διδιάστατη παραγοντική δομή της, αποτελούμενη από τις διαστάσεις του Άγχους και της Αποφυγής (Brennan et al., 1998). Τόσο η κλίμακα ECR (Brennan et al., 1998) όσο και η αναθεωρημένη έκδοσή της, η ECR-R (Fraley et al., 2000) και η ελληνική αυτής εκδοχή, η G-ECR-R (Tsagarakis et al., 2007) αξιολογούν την Ενήλικη Προσκόλληση βάσει των δύο αυτών διαστάσεων, με 36 προτάσεις αυτοαναφοράς, 18 εκ των οποίων αξιολογούν τη διάσταση του Άγχους και οι υπόλοιπες 18 τη διάσταση της Αποφυγής (Tsagarakis et al., 2007).

Οι ψυχομετρικές ιδιότητες της G-ECR-R είναι ικανοποιητικές, όσον αφορά στην αξιοπιστία εσωτερικής συνέπειας (Cronbach's $\alpha = .91$ και για τις δύο διαστάσεις) και στην αξιοπιστία επαναληπτικών μετρήσεων, όπου $r = .88$ ($p < .001$) για τη διάσταση του Άγχους και $r = .85$ ($p < .001$) για τη διάσταση της Αποφυγής (Tsagarakis et al., 2007).

6. Ερωτηματολόγιο Παθολογικού Ναρκισσισμού (EPN-52, Karakoula et al., 2013): αποτελεί την ελληνική εκδοχή του Pathological Narcissism Inventory (NPI, Pincus et al., 2009). Το ερωτηματολόγιο EPN-52 αποτελεί ένα πολυπαραγοντικό εργαλείο μέτρησης του Παθολογικού Ναρκισσισμού, το οποίο αξιολογεί τις δύο διαστάσεις της έννοιας (παράγοντες δεύτερης τάξης), το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο», που αντικατοπτρίζει την τάση για αναζήτηση ενίσχυσης του εαυτού και αυτοπροβολής, και τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», που αντικατοπτρίζει την απορρύθμιση του εαυτού και του συναισθήματος (Wright et al., 2010), καθώς και τους επτά υποπαράγοντες που τις απαρτίζουν (παράγοντες πρώτης τάξης) (Karakoula et al., 2013; Pincus et al., 2009). Πρόκειται για εξάβαθμη (0= καθόλου σαν εμένα έως 5= πάρα πολύ σαν εμένα)

κλίμακα αυτοαναφοράς τύπου Likert, αποτελούμενη από 52 περιγραφικές δηλώσεις (Karakoula et al., 2013).

Οι επτά υποπαράγοντες είναι η «Εξαρτώμενη Αυτοεκτίμηση» (Contingent Self-Esteem, $\alpha=.88$), η «Τάση Εκμετάλλευσης» (Exploitativeness, $\alpha=.68$), η «Αυτοενίσχυση μέσω της Αυτοθυσίας» (Self-Sacrificing Self-Enhancement, $\alpha=.80$), η «Απόκρυψη του Εαυτού» (Hiding the Self, $\alpha=.76$), η «Φαντασίωση Μεγαλείου» (Grandiose Fantasy, $\alpha=.81$), η «Υποτίμηση» (Devaluing, $\alpha=.78$) και η «Οργή για Δικαιωματικά Προνόμια» (Entitlement Rage, $\alpha=.81$) (Karakoula et al., 2013; Pincus et al., 2009). Οι παράγοντες «Αυτοενίσχυση μέσω της Αυτοθυσίας», «Τάση Εκμετάλλευσης» και «Φαντασίωση Μεγαλείου» συναπαρτίζουν τη διάσταση «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» ($\alpha=.93$), ενώ οι παράγοντες «Εξαρτώμενη Αυτοεκτίμηση», «Απόκρυψη του Εαυτού», «Υποτίμηση» και «Οργή για Δικαιωματικά Προνόμια» συναπαρτίζουν τη διάσταση «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» ($\alpha=.84$) (Karakoula & Triliva, 2016; Wright et al., 2010).

Ο συντελεστής αξιοπιστίας α κυμαίνεται από $\alpha=.68$ έως $\alpha=.88$ για όλες τις υποκλίμακες, για τη διάσταση «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» είναι $\alpha=.93$, για τη διάσταση «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» είναι $\alpha=.84$ και για το συνολικό EIPN-52 είναι $\alpha=.94$ (Karakoula & Triliva, 2016).

12.4 Θέματα Ηθικής και Δεοντολογίας

Στη φόρμα ενημέρωσης, η οποία συνόδευε τη μπαταρία των ερωτηματολογίων, αναφέρονταν ο σκοπός της έρευνας, καθώς και οι ισχύοντες κανόνες ηθικής και δεοντολογίας που διέπουν τη διεξαγωγή της. Συγκεκριμένα, γινόταν αναφορά στην εθελοντική και ανώνυμη συμμετοχή, στη διασφάλιση του απορρήτου των παρεχόμενων δεδομένων, στη δυνατότητα αποχώρησης από την έρευνα οποιαδήποτε στιγμή χωρίς αιτιολόγηση, καθώς και στη δυνατότητα επικοινωνίας με την ερευνήτρια για περαιτέρω πληροφόρηση σχετικά με την έρευνα.

Τη φόρμα ενημέρωσης ακολουθούσε η δήλωση συγκατάθεσης ή άρνησης για συμμετοχή στην έρευνα, πατώντας τις επιλογές «Ναι» ή «Όχι», αντίστοιχα.

12.5 Στατιστική Ανάλυση

Με τη χρήση του κριτηρίου Kolmogorov-Smirnov ελέγχθηκαν οι κατανομές των ποσοτικών μεταβλητών ως προς την κανονικότητα της κατανομής τους. Για εκείνες που κατανέμονταν κανονικά χρησιμοποιήθηκαν οι μέσες τιμές (mean) και οι τυπικές αποκλίσεις (Standard Deviation=SD) για την περιγραφή τους, ενώ για εκείνες που δεν κατανέμονταν κανονικά χρησιμοποιήθηκαν επιπλέον και οι διάμεσοι (median) και τα ενδοτεταρτημοριακά

εύρη (interquartilerange). Οι απόλυτες (N) και οι σχετικές (%) συχνότητες χρησιμοποιήθηκαν για την περιγραφή των ποιοτικών μεταβλητών. Για τη σύγκριση ποσοτικών μεταβλητών μεταξύ δυο ομάδων χρησιμοποιήθηκε το παραμετρικό κριτήριο Student's t-test ή το μη παραμετρικό κριτήριο Mann-Whitney (όταν η κατανομή της μεταβλητής δεν ήταν κανονική). Για τη σύγκριση μεταξύ τριών ή περισσότερων ομάδων χρησιμοποιήθηκαν αντίστοιχα ο παραμετρικός έλεγχος ANOVA ή ο μη παραμετρικός Kruskal-Wallis. Για τον έλεγχο της σχέσης δυο ποσοτικών μεταβλητών χρησιμοποιήθηκε ο συντελεστής συσχέτισης του Spearman (rho). Η ανάλυση λογαριθμιστικής παλινδρόμησης (logistic regression analysis), χρησιμοποιήθηκε για την εύρεση ανεξάρτητων παραγόντων που σχετίζονται με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ (BSMAS), από την οποία προέκυψαν οι σχετικοί λόγοι (OR) και τα 95% διαστήματα εμπιστοσύνης τους. Ο έλεγχος διαμεσολαβητικού ρόλου της κλίμακας FoMO στη συσχέτιση μεταξύ της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ και του Παθολογικού Ναρκισσισμού έγινε με τη διαδικασία PROCESS 4.2 (Hayes, 2018). Συγκεκριμένα, ο έλεγχος διαμεσολαβητικής επίδρασης έγινε μέσω των διαστημάτων εμπιστοσύνης με τη χρήση της τεχνικής bootstrapping με 1000 δείγματα ώστε να εξασφαλιστεί το 95% των δειγμάτων εμπιστοσύνης (Confidence interval) για την έμμεση επίδραση (indirect effect). Αν στα διαστήματα εμπιστοσύνης δεν συμπεριλαμβάνεται το μηδέν, η διαμεσολαβητική επίδραση είναι στατιστικά σημαντική. Επιπλέον, αν η άμεση επίδραση (direct effect) είναι σημαντική τότε η διαμεσολάβηση είναι μερική, ενώ αν δεν είναι σημαντική είναι πλήρης. Η ανάλυση γραμμικής παλινδρόμησης (linear regression analysis), χρησιμοποιήθηκε για την εύρεση ανεξάρτητων παραγόντων που σχετίζονται με τις Κλίμακες Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ και FoMOs, από την οποία προέκυψαν συντελεστές εξάρτησης (β) και τα τυπικά σφάλματά τους (standard errors=SE). Όταν η κατανομή της εξαρτημένης δεν ήταν κανονική, χρησιμοποιήθηκε στις παλινδρομήσεις ο λογαριθμικός μετασχηματισμός αυτής. Τα επίπεδα σημαντικότητας είναι αμφίπλευρα και η στατιστική σημαντικότητα τέθηκε στο 0,05. Για την ανάλυση χρησιμοποιήθηκε το στατιστικό πρόγραμμα SPSS 26.0.

Κεφάλαιο 13: Αποτελέσματα

Το δείγμα αποτελούταν από 1085 συμμετέχοντες μέσης ηλικίας 46,9 ετών (SD=13,7 έτη). Το 74,2% ήταν γυναίκες. Επίσης, το 41,9% κατοικούσε στην Αθήνα, το 20,4% σε πόλη με 50.000-200.000 κατοίκους, το 17,6% σε χωριό και το 13,4% στη Θεσσαλονίκη. Το 39,5% ήταν απόφοιτοι ΑΕΙ/ΤΕΙ και το 30,7% είχε μεταπτυχιακές σπουδές. Σχεδόν οι μισοί, το 49,2%, ήταν έγγαμοι,

ενώ το 23,6% ήταν άγαμοι και το 10,3% διαζευγμένοι. Αναφορικά με την επαγγελματική τους κατάσταση, το 30,4% εργάζονταν ως ιδιωτικοί υπάλληλοι, το 22,8% ως δημόσιοι υπάλληλοι, το 14,4% ήταν ελεύθεροι επαγγελματίες, το 13,8% συνταξιούχοι, το 9,4% άνεργοι, το 6,9% φοιτητές και το 2,3% ασχολούνταν με τα οικιακά.

		N	%
Φύλο	Άνδρας	272	25,1
	Γυναίκα	805	74,2
	Άλλο	8	0,7
Ηλικία, Μέση τιμή (SD), Διάμεσος (ενδ. εύρος)		46,9 (13,7)	48,0 (37 – 57)
Τόπος κατοικίας	Αθήνα	455	41,9
	Θεσσαλονίκη	145	13,4
	Μεγάλο Αστικό Κέντρο (200.000 κάτοικοι και άνω)	63	5,8
	Πόλη (50.000-200.000 κάτοικοι)	221	20,4
	Χωριό (μέχρι 50.000 κάτοικοι)	191	17,6
	Εξωτερικό	10	0,9
Εκπαίδευση	Δημοτικό	1	0,1
	Γυμνάσιο	8	0,7
	Λύκειο	118	10,9
	Μεταλυκειακές Σπουδές	133	12,3
	ΑΕΙ/ ΤΕΙ	429	39,5
	Μεταπτυχιακές Σπουδές	333	30,7
	Διδακτορικό	63	5,8
Οικογενειακή κατάσταση	Άγαμος/-η/-ο	256	23,6
	Έγγαμος/-η/-ο	534	49,2
	Συμβίωση	70	6,5
	Διαζευγμένος/-η/-ο	112	10,3
	Σε σχέση	90	8,3
	Χήρος/-α	23	2,1
Επαγγελματική κατάσταση	Άνεργος/-η/-ο	102	9,4
	Δημόσιος Υπάλληλος	247	22,8
	Ιδιωτικός Υπάλληλος	330	30,4
	Ελεύθερος Επαγγελματίας	156	14,4
	Συνταξιούχος	150	13,8
	Οικιακά	25	2,3
	Φοιτητής/-τρια	75	6,9

Κλίμακα Ενασχόλησης με τα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης (SMEO)

Η κλίμακα αυτή παίρνει τιμές από 0 έως 35 μονάδες και υψηλότερες τιμές υποδηλώνουν μεγαλύτερη συχνότητα χρήσης των ΜΚΔ. Στο συγκεκριμένο δείγμα είχε εύρος από 0 έως 35 μονάδες με μέση τιμή 14,8 μονάδες (SD=8,7 μονάδες).

Ο συντελεστής αξιοπιστίας α του Cronbach ήταν 0,72, μεγαλύτερος από 0,7, υποδηλώνοντας αποδεκτή αξιοπιστία.

	Ελάχιστη τιμή	Μέγιστη τιμή	Μέση τιμή (SD)	Διάμεσος (ενδ. εύρος)
Κλίμακα ενασχόλησης με τα ΜΚΔ	0,0	35,0	14,8 (8,7)	14 (8 – 21)

Κλίμακα Εθισμού στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης (BSMAS)

Η κλίμακα αυτή μπορεί να κυμανθεί από 6 έως 30 μονάδες και υψηλότερες τιμές υποδηλώνουν μεγαλύτερη εξάρτηση από τα ΜΚΔ. Στο συγκεκριμένο δείγμα είχε εύρος από 6 έως 30 μονάδες με μέση τιμή 13,7 μονάδες (SD=5,2 μονάδες).

Ο συντελεστής αξιοπιστίας α του Cronbach ήταν 0,81, μεγαλύτερος από 0,7, υποδηλώνοντας αποδεκτή αξιοπιστία.

	Ελάχιστη τιμή	Μέγιστη τιμή	Μέση τιμή (SD)	Διάμεσος (ενδ. εύρος)
Κλίμακα εθισμού στα ΜΚΔ	6,0	30,0	13,7 (5,2)	13 (10– 17)

Χρησιμοποιώντας σαν σημείο αποκοπής την βαθμολογία των 19 μονάδων οι συμμετέχοντες κατατάχθηκαν σε όσους κινδύνευαν με εξάρτηση από τα ΜΚΔ και όσους δεν διέτρεχαν τέτοιο κίνδυνο. Το 14,4% βρισκόταν στην κατηγορία κινδύνου εξάρτησης.

		N	%
Κίνδυνος εξάρτησης από τα ΜΚΔ	Όχι	929	85,6
	Ναι	156	14,4

Κλίμακα Μέτρησης του Φόβου Μην Μείνεις «Στην Απ' Έξω» (FoMOs)

Η βαθμολογία στην κλίμακα αυτή μπορεί να κυμανθεί από 6 έως 50 μονάδες, όπως έγινε και στο συγκεκριμένο δείγμα. Η μέση τιμή ήταν 23,1 μονάδες (SD=7 μονάδες), υποδηλώνοντας μέτρια επίπεδα φόβου.

Ο συντελεστής αξιοπιστίας α του Cronbach ήταν 0,80, μεγαλύτερος από 0,7, υποδηλώνοντας αποδεκτή αξιοπιστία.

	Ελάχιστη τιμή	Μέγιστη τιμή	Μέση τιμή (SD)	Διάμεσος (ενδ. εύρος)
Κλίμακα FoMOs	6,0	30,0	23,1 (7,0)	22 (18–28)

Από την κατάταξη των συμμετεχόντων στα επίπεδα FoMO βρέθηκε ότι το 57,5% είχε μέτριο FoMO, το 37,6% χαμηλό και το 4,9% υψηλό.

		N	%
Επίπεδα FoMO	Χαμηλό	408	37,6
	Μέτριο	624	57,5
	Υψηλό	53	4,9

Κλίμακα Δεσμού Ενηλίκων (G-ECR-R)

Η κλίμακα αυτή αποτελείται από δύο διαστάσεις, αυτή του Άγχους και αυτή της Αποφυγής. Οι διαστάσεις μπορούν να κυμανθούν από 0 έως 7 μονάδες και υψηλότερες τιμές υποδηλώνουν μεγαλύτερο Άγχος και μεγαλύτερη Αποφυγή Προσκόλλησης. Στο συγκεκριμένο δείγμα η διάσταση Αποφυγής κυμαινόταν από 2,9 έως 5,7 μονάδες με μέση τιμή 4 μονάδες (SD=0,4 μονάδες) και αυτή του Άγχους κυμαινόταν από 1,7 έως 6,3 μονάδες με μέση τιμή 3,6 μονάδες (SD=0,5 μονάδες).

Οι συντελεστές αξιοπιστίας α του Cronbach ήταν 0,72 και 0,71 αντίστοιχα, μεγαλύτεροι από 0,7, υποδηλώνοντας αποδεκτή αξιοπιστία.

	Ελάχιστη τιμή	Μέγιστη τιμή	Μέση τιμή (SD)	Διάμεσος (ενδ. εύρος)
Αποφυγή	2,9	5,7	4 (0,4)	3,9 (3,7 – 4,2)
Άγχος	1,7	6,3	3,6 (0,5)	3,6 (3,3 – 3,9)

Κλίμακα Παθολογικού Ναρκισσισμού (EΠΝ-52)

Οι διαστάσεις και η συνολική κλίμακα κυμαίνονταν από 0 έως 5 μονάδες και μεγαλύτερες τιμές υποδήλωναν μεγαλύτερο Παθολογικό Ναρκισσισμό. Η διάσταση του «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» είχε μέση τιμή 2,3 μονάδες (SD=0,9 μονάδες), αυτή της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» είχε μέση τιμή 2,1 μονάδες (SD=0,9 μονάδες) και η συνολική κλίμακα Παθολογικού Ναρκισσισμού είχε μέση τιμή 2,2 μονάδες (SD=0,8 μονάδες).

Οι συντελεστές αξιοπιστίας α του Cronbach για τις υπο-διαστάσεις κυμαίνονταν από 0,75 έως 0,91, για την διάσταση του «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» ήταν 0,88, για τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» ήταν 0,93, όπως και για την συνολική κλίμακα Παθολογικού Ναρκισσισμού, υποδηλώνοντας αποδεκτή αξιοπιστία.

	Ελάχιστη τιμή	Μέγιστη τιμή	Μέση τιμή (SD)	Διάμεσος (ενδ. εύρος)
Φαντασίωση Μεγαλείου	0,0	5,0	2,1 (1,2)	2 (1 – 3)
Τάση Εκμετάλλευσης	0,0	5,0	2,5 (1)	2,6 (1,8 – 3,2)
Αυτοενίσχυση μέσω Αυτοθυσίας	0,0	5,0	2,2 (1,1)	2,2 (1,5 – 3)
Εξαρτώμενη Αυτοεκτίμηση	0,0	5,0	1,9 (1,1)	1,8 (1 – 2,7)
Απόκρυψη του Εαυτού	0,0	5,0	2,5 (1,1)	2,4 (1,7 – 3,3)
Υποτίμηση	0,0	5,0	1,9 (1,1)	1,9 (1 – 2,7)
Οργή Δικαιωματικά Προνόμια	0,0	5,0	2,1 (1,1)	2,1 (1,3 – 2,8)
Μεγαλείο	0,0	5,0	2,3 (0,9)	2,2 (1,6 – 2,8)
Ευαλωτότητα	0,0	5,0	2,1 (0,9)	2,1 (1,4 – 2,7)
Παθολογικός Ναρκισσισμός	0,0	5,0	2,2 (0,8)	2,2 (1,6 – 2,8)

Στη συνέχεια ελέγχθηκε η Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ ανάλογα με τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων. Σημαντική βρέθηκε η σχέση ανάμεσα στον κίνδυνο εξάρτησης και το εκπαιδευτικό επίπεδο. Συγκεκριμένα, πιο συχνά εμφανιζόταν κίνδυνος εξάρτησης ανάμεσα σε όσους ήταν απόφοιτοι Μεταλυκειακών σπουδών (22,6%) και ακολουθούσαν οι απόφοιτοι Λυκείου (17,3%). Χαμηλότερα ήταν τα ποσοστά ανάμεσα στους κατόχους μεταπτυχιακού/διδακτορικού τίτλου (13,6%) και στους απόφοιτους ΑΕΙ/ΤΕΙ (11,7%). Επίσης σημαντική ήταν η εξάρτηση ανάλογα με την ηλικία, με τους συμμετέχοντες που ήταν 18-

41 να εμφανίζουν κίνδυνο εξάρτησης σε ποσοστό 17%, όσους ήταν 42-54 σε ποσοστό 15,6%, ενώ όσοι ήταν 55 και πάνω σε χαμηλότερο και ίσο με 10,3%.

		Προβληματική χρήση των ΜΚΔ				P
		Όχι		Ναι		
		N	%	N	%	
Φύλο	Ανδρας	239	87,9	33	12,1	0,219+
	Γυναίκα	683	84,8	122	15,2	
Ηλικία	18-41	308	83,0	63	17,0	0,028+
	42-54	308	84,4	57	15,6	
	≥55	313	89,7	36	10,3	
Τόπος κατοικίας	Αθήνα	398	87,5	57	12,5	0,237+
	Θεσσαλονίκη/Μεγάλο Αστικό Κέντρο	181	87,0	27	13,0	
	Πόλη (50.000-200.000 κάτοικοι)	183	82,8	38	17,2	
	Χωριό (μέχρι 50.000 κάτοικοι)	160	83,8	31	16,2	
	Εξωτερικό	7	70,0	3	30,0	
Εκπαίδευση	Έως Λύκειο	105	82,7	22	17,3	0,012+
	Μεταλυκειακές Σπουδές	103	77,4	30	22,6	
	ΑΕΙ/ ΤΕΙ	379	88,3	50	11,7	
	Μεταπτυχιακές Σπουδές/Διδακτορικό	342	86,4	54	13,6	
Οικογενειακή κατάσταση	Άγαμος/-η/-ο	208	81,3	48	18,8	0,073+
	Έγγαμος(/-η/-ο)/Σε σχέση	603	86,9	91	13,1	
	Διαζευγμένος(/-η/-ο)/Χήρος(/-α)	118	87,4	17	12,6	
Επαγγελματική κατάσταση	Άνεργος/-η/-ο (Φοιτητές/Οικιακά)	166	82,2	36	17,8	0,119+
	Δημόσιος Υπάλληλος	216	87,4	31	12,6	
	Ιδιωτικός Υπάλληλος	285	86,4	45	13,6	
	Ελεύθερος Επαγγελματίας	127	81,4	29	18,6	
	Συνταξιούχος	135	90,0	15	10,0	

+Pearson's X^2 test

Σημείωση: Η ηλικία χωρίστηκε σε τριτημόρια

Αντίστοιχα ελέγχθηκε ο κίνδυνος εξάρτησης από τα ΜΚΔ (Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ) ανάλογα με τα επίπεδα του FoMO. Η συσχέτιση ήταν σημαντική, καθώς υψηλότερα επίπεδα FoMO εμφάνιζαν αυξημένα ποσοστά κινδύνου εξάρτησης. Συγκεκριμένα, ανάμεσα σε όσους είχαν υψηλό FoMO, το ποσοστό όσων κινδύνευαν με εξάρτηση ήταν 49,1%, ανάμεσα σε όσους είχαν μέτριο FoMO ήταν 18,3%, ενώ ανάμεσα σε όσους είχαν χαμηλό FoMO ήταν ακόμα πιο μειωμένο και ίσο με 3,9%.

		Εξάρτηση από τα ΜΚΔ				P
		Όχι		Ναι		
		N	%	N	%	
Επίπεδα FoMO	Χαμηλό	392	96,1	16	3,9	<0,001+
	Μέτριο	510	81,7	114	18,3	
	Υψηλό	27	50,9	26	49,1	

+Pearson's X² test

Στη συνέχεια ελέγχθηκαν οι διαφορές, ανάμεσα σε όσους είχαν κίνδυνο εξάρτησης από τα ΜΚΔ και σε όσους δεν είχαν, στις κλίμακες Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ, Ανασφαλούς Προσκόλλησης και Παθολογικού Нарκισσισμού. Οι συμμετέχοντες που κινδύνευαν με εξάρτηση από τα ΜΚΔ είχαν σημαντικά αυξημένη βαθμολογία στις διαστάσεις, αλλά και την συνολική κλίμακα, Παθολογικού Нарκισσισμού. Επίσης, ασχολούνταν πιο συχνά με τα ΜΚΔ και είχαν μεγαλύτερο Άγχος Προσκόλλησης, σε σχέση με όσους δεν κινδύνευαν με εξάρτηση.

	Εξάρτηση από τα ΜΚΔ				P
	Όχι		Ναι		
	Μέση τιμή (SD)	Διάμεσος (ενδ. εύρος)	Μέση τιμή (SD)	Διάμεσος (ενδ. εύρος)	
Μεγαλείο	2,2 (0,8)	2,2 (1,6 – 2,7)	2,7 (0,8)	2,8 (2,2 – 3,3)	<0,001+
Ευαιωτότητα	2 (0,9)	1,9 (1,3 – 2,6)	2,8 (0,9)	2,8 (2,3 – 3,5)	<0,001+
Παθολογικός Нарκισσισμός	2,1 (0,8)	2,1 (1,5 – 2,6)	2,8 (0,7)	2,8 (2,3 – 3,4)	<0,001+
Κλίμακα ενασχόλησης με τα ΜΚΔ	13,7 (8,4)	13 (7 – 19)	21 (8,2)	21 (14 – 28)	<0,001++
Αποφυγή	4 (0,4)	3,9 (3,7 – 4,2)	4 (0,4)	4 (3,8 – 4,2)	0,090++
Άγχος	3,6 (0,5)	3,6 (3,3 – 3,9)	3,9 (0,6)	3,9 (3,4 – 4,2)	<0,001++

+Student's t-test ++Mann-Whitney test

Για την εύρεση των παραγόντων που σχετίζονται με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ και τον κίνδυνο εξάρτησης από αυτά, έγινε πολυπαραγοντική λογαριθμιστική παλινδρόμηση με εξαρτημένη μεταβλητή τον κίνδυνο εξάρτησης και ανεξάρτητες τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων, τα επίπεδα του FoMO, την κλίμακα Παθολογικού Нарκισσισμού, τις διαστάσεις Άγχους και Αποφυγής και τη συχνότητα χρήσης των ΜΚΔ. Ο τόπος κατοικίας, τα επίπεδα του FoMO και η συνολική κλίμακα Παθολογικού Нарκισσισμού βρέθηκαν να σχετίζονται με τον κίνδυνο εξάρτησης από τα ΜΚΔ. Συγκεκριμένα:

- Όσοι διέμεναν σε κάποια πόλη (50.000 έως 200.000 κατοίκων) ήταν 1,76 φορές πιο πιθανό να κινδυνεύουν με εξάρτηση από τα ΜΚΔ, σε σχέση με όσους κατοικούσαν στην Αθήνα.
- Όσοι είχαν μέτριο FoMO ήταν 3,24 φορές πιο πιθανό να κινδυνεύουν με εξάρτηση από τα ΜΚΔ, σε σχέση με όσους είχαν χαμηλό FoMO.

- Ομοίως, όσοι είχαν υψηλό FoMO ήταν 6,27 φορές πιο πιθανό να κινδυνεύουν με εξάρτηση από τα MKΔ, σε σχέση με όσους είχαν χαμηλό FoMO.
- Υψηλότερος Παθολογικός Ναρκισσισμός σχετιζόταν σημαντικά με μεγαλύτερη πιθανότητα εξάρτησης από τα MKΔ.
- Αντίστοιχα, πιο συχνή χρήση των MKΔ, σχετιζόταν με μεγαλύτερο κίνδυνο εξάρτησης από αυτά.

	OR (95% CI)+	P
Φύλο (Γυναίκα vs Άντρας)	1,33 (0,81 – 2,17)	0,254
Ηλικία: 42-54 vs 18-41	1,45 (0,86 – 2,46)	0,162
Ηλικία: ≥55 vs 18-41	0,84 (0,43 – 1,64)	0,604
Τόπος κατοικίας: Θεσσαλονίκη/Μεγάλο Αστικό Κέντρο vs Αθήνα	0,95 (0,54 – 1,67)	0,850
Τόπος κατοικίας: Πόλη vs Αθήνα	1,76 (1,04 – 2,96)	0,034
Τόπος κατοικίας: Χωριό vs Αθήνα	1,6 (0,91 – 2,82)	0,101
Τόπος κατοικίας: Εξωτερικό vs Αθήνα	4,45 (0,94 – 21,13)	0,061
Εκπαίδευση: Μεταλυκειακές Σπουδές vs Έως Λύκειο	1,56 (0,74 – 3,28)	0,238
Εκπαίδευση: ΑΕΙ/ ΤΕΙ vs Έως Λύκειο	0,74 (0,38 – 1,43)	0,369
Εκπαίδευση: Μεταπτυχιακές Σπουδές/Διδακτορικό vs Έως Λύκειο	0,88 (0,44 – 1,74)	0,711
Οικογενειακή κατάσταση: Έγγαμος(/-η/-ο)/Σε σχέση vs Άγαμος/η	0,84 (0,51 – 1,38)	0,490
Οικογενειακή κατάσταση: Διαζευγμένος(/-η/-ο)/Χήρος(/-α) vs Άγαμος/η	0,73 (0,33 – 1,59)	0,425
Επαγγελματική κατάσταση: Άνεργος/-η/-ο (Φοιητές/Οικιακά) vs Συνταξιούχος	0,54 (0,22 – 1,35)	0,188
Επαγγελματική κατάσταση: Δημόσιος Υπάλληλος vs Συνταξιούχος	0,46 (0,19 – 1,11)	0,083
Επαγγελματική κατάσταση: Ιδιωτικός Υπάλληλος vs Συνταξιούχος	0,58 (0,24 – 1,36)	0,207
Επαγγελματική κατάσταση: Ελεύθερος Επαγγελματίας vs Συνταξιούχος	1,26 (0,53 – 2,97)	0,603
Επίπεδα FoMO: Μέτριο vs Χαμηλό	3,24 (1,79 – 5,85)	<0,001
Επίπεδα FoMO: Υψηλό vs Χαμηλό	6,27 (2,63 – 14,95)	<0,001
Αποφυγή	1,13 (0,69 – 1,87)	0,629
Άγχος	1,01 (0,66 – 1,54)	0,976
Κλίμακα ενασχόλησης με τα MKΔ	1,08 (1,05 – 1,1)	<0,001
Παθολογικός Ναρκισσισμός	2,28 (1,69 – 3,07)	<0,001

+Σχετικός λόγος (95% Διάστημα Εμπιστοσύνης)

Οι αντίστοιχοι σχετικοί λόγοι για τις διαστάσεις «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» και «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας», όταν αυτές εισήχθησαν εκ περιτροπής στο μοντέλο μαζί με τα υπόλοιπα χαρακτηριστικά που εξετάστηκαν παραπάνω, δίνονται στον ακόλουθο πίνακα. Αυξημένο «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και αυξημένη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» σχετιζόταν με μεγαλύτερο κίνδυνο εξάρτησης από τα MKΔ.

	OR (95% CI)+	P
Μεγαλείο	1,63 (1,27 – 2,10)	<0,001
Ευαλωτότητα	2,18 (1,67 – 2,84)	<0,001

+Σχετικός λόγος (95% Διάστημα Εμπιστοσύνης)

Στην ανάλυση σχετικά με τον έλεγχο διαμεσολαβητικών παραγόντων, το FoMO προέκυψε ότι είναι σημαντικός μερικός διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ και κινδύνου εξάρτησης από αυτά με τον Παθολογικό Ναρκισσισμό (indirect effect=0,201, 95% ΔΕ: 0,113 - 0,317 και direct effect=0,816, p<0,001). Αντίστοιχα, το FoMO βρέθηκε ότι είναι σημαντικός μερικός διαμεσολαβητικός παράγοντας στη σχέση Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ και κινδύνου εξάρτησης από αυτά με τις διαστάσεις «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» (**Ευαλωτότητα:** indirect effect=0,171, 95% ΔΕ: 0,100 - 0,270 και direct effect=0,172, p<0,001/ **Μεγαλείο:** indirect effect=0,172, 95% ΔΕ: 0,101 - 0,270 και direct effect=0,489, p<0,001).

Για το διαμεσολαβητικό ρόλο της κλίμακας FoMO στη συσχέτιση μεταξύ Ανασφαλούς Προσκόλλησης και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ και της κλίμακας Ανασφαλούς Προσκόλλησης στη συσχέτιση μεταξύ «Ευάλωτου Ναρκισσισμού» και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ δεν πραγματοποιήθηκε έλεγχος, καθώς στο πολυπαραγοντικό μοντέλο λογιστικής παλινδρόμησης δεν προέκυψε στατιστικά σημαντική σχέση ανάμεσα στις διαστάσεις Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος και Αποφυγή) και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.

Ακολούθως ελέγχθηκαν οι συσχετίσεις μεταξύ της κλίμακας Παθολογικού Ναρκισσισμού και των διαστάσεων Άγχους και Αποφυγής. Αυξημένος Παθολογικός Ναρκισσισμός, τόσο συνολικά όσο και στις επιμέρους διαστάσεις «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», σχετιζόταν σημαντικά με μεγαλύτερο Άγχος Προσκόλλησης. Επίσης, υψηλότερη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» και συνολικά αυξημένος Παθολογικός Ναρκισσισμός σχετιζόνταν με αυξημένη Αποφυγή Προσκόλλησης.

		Άγχος	Αποφυγή
Μεγαλείο	rho	0,32	0,01
	P	<0,001	0,808
Ευαλωτότητα	rho	0,46	0,13
	P	<0,001	<0,001
Παθολογικός Ναρκισσισμός	rho	0,43	0,08
	P	<0,001	0,011

Η κλίμακα σχετικά με την συχνότητα χρήσης βρέθηκε να σχετίζεται σημαντικά με τον Παθολογικό Нарκисσισμό και το Άγχος Προσκόλλησης. Υψηλότερος Παθολογικός Нарκисσισμός συνολικά και στις επιμέρους διαστάσεις του και υψηλότερο Άγχος Προσκόλλησης σχετίζονταν με αυξημένη συχνότητα χρήσης των ΜΚΔ.

		Κλίμακα ενασχόλησης με τα ΜΚΔ
Μεγαλείο	rho	0,20
	P	<0,001
Ευαλωτότητα	rho	0,25
	P	<0,001
Παθολογικός Нарκисσισμός	rho	0,25
	P	<0,001
Αποφυγή	rho	0,05
	P	0,090
Άγχος	rho	0,19
	P	<0,001

Αντίστοιχα ελέγχθηκαν οι κλίμακες Παθολογικού Нарκисσισμού και Ανασφαλούς Προσκόλλησης ανάλογα με τα επίπεδα του FoMO. Τα αποτελέσματα ήταν στατιστικά σημαντικά για όλες τις διαστάσεις/κλίμακες, με εξαίρεση αυτή της Αποφυγής της Προσκόλλησης. Μετά τις διορθώσεις κατά Bonferroni, προέκυψε ότι υψηλότερα επίπεδα FoMO σχετίζονταν με εντονότερο Παθολογικό Нарκисσισμό (τόσο στις διαστάσεις όσο και στην συνολική κλίμακα Παθολογικού Нарκисσισμού, η βαθμολογία στα υψηλά επίπεδα FoMO ήταν σημαντικά υψηλότερη από αυτή στα μέτρια και τα χαμηλά, ενώ σημαντικά αυξημένη ήταν και στα μέτρια επίπεδα σε σχέση με τα χαμηλά, $p < 0,001$ για όλες τις ανά δυο συγκρίσεις). Ομοίως, πιο συχνή ενασχόληση με τα ΜΚΔ ήταν σημαντικά συσχετισμένη με μεγαλύτερα επίπεδα FoMO (η συχνότητα χρήσης ήταν αυξημένη στα υψηλά επίπεδα FoMO, σε σχέση με αυτή στα μέτρια και τα χαμηλά, ενώ σημαντικά αυξημένη ήταν και στα μέτρια επίπεδα σε σχέση με τα χαμηλά, $p < 0,001$ για όλες τις ανά δυο συγκρίσεις). Αντίστοιχα, όσο πιο αυξημένα ήταν τα επίπεδα FoMO, τόσο υψηλότερη ήταν και η βαθμολογία στη διάσταση του Άγχους (όσοι κατατάσσονταν στα υψηλά επίπεδα FoMO είχαν σημαντικά μεγαλύτερο Άγχος Προσκόλλησης από αυτούς στα μεσαία και τα χαμηλά, όπως επίσης και αυτοί στα μέτρια είχαν περισσότερο Άγχος Προσκόλλησης από αυτούς στα χαμηλά).

	Επίπεδα FoMO						P
	Χαμηλό		Μέτριο		Υψηλό		
	Μέση τιμή (SD)	Διάμεσος (ενδ. εύρος)	Μέση τιμή (SD)	Διάμεσος (ενδ. εύρος)	Μέση τιμή (SD)	Διάμεσος (ενδ. εύρος)	
Μεγαλείο	1,9 (0,8)	1,9 (1,3 – 2,4)	2,4 (0,8)	2,4 (1,8 – 2,9)	3,1 (0,8)	3,2 (2,6 – 3,7)	<0,001++
Ευαλωτότητα	1,6 (0,8)	1,6 (1,1 – 2,2)	2,3 (0,9)	2,3 (1,7 – 2,9)	3,3 (0,8)	3,4 (2,9 – 3,8)	<0,001++
Παθολογικός Нарκισσισμός	1,8 (0,7)	1,8 (1,3 – 2,2)	2,3 (0,7)	2,4 (1,9 – 2,9)	3,2 (0,7)	3,3 (2,9 – 3,8)	<0,001++
Κλίμακα Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ	12,1 (7,7)	12 (7 – 15)	16 (8,8)	14 (9 – 22)	21,1 (8,9)	21 (15 – 28)	<0,001++
Αποφυγή	3,9 (0,4)	3,9 (3,7 – 4,2)	4 (0,4)	3,9 (3,7 – 4,2)	4 (0,4)	4 (3,8 – 4,3)	0,100++
Άγχος	3,4 (0,5)	3,4 (3,2 – 3,7)	3,7 (0,5)	3,7 (3,4 – 4)	4,2 (0,5)	4,2 (3,9 – 4,5)	<0,001++

+ANOVA ++Kruskal-Wallis

Σημείωση: Οι αντίστοιχες συσχετίσεις αν η κλίμακα FoMOs χρησιμοποιηθεί σαν συνεχής παραμένουν στατιστικά σημαντικές.

Για την εύρεση των παραγόντων που σχετίζονται με την συχνότητα ενασχόλησης με τα ΜΚΔ και το FoMO έγιναν πολυπαραγοντικές γραμμικές παλινδρομήσεις με εξαρτημένες μεταβλητές τις βαθμολογίες στις κλίμακες αυτές και ανεξάρτητες τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των συμμετεχόντων, την κλίμακα Παθολογικού Нарκισσισμού και τις διαστάσεις της Ανασφαλούς Προσκόλλησης, Άγχος και Αποφυγή. Τα αποτελέσματα των αναλύσεων δίνονται στους ακόλουθους πίνακες.

- **Με εξαρτημένη μεταβλητή την συχνότητα χρήσης των ΜΚΔ**

Το φύλο, η ηλικία, το εκπαιδευτικό επίπεδο και ο Παθολογικός Нарκισσισμός βρέθηκαν να σχετίζονται με την συχνότητα Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ. Συγκεκριμένα:

- Οι γυναίκες ασχολούνταν περισσότερο με τα ΜΚΔ συγκριτικά με τους άντρες.
- Όσοι ανήκαν στις ηλικιακές κατηγορίες 42-54 ή άνω των 55 ασχολούνταν λιγότερο συχνά από ότι οι 18-41 ετών.
- Οι απόφοιτοι Μεταπτυχιακών/Διδακτορικών σπουδών ασχολούνταν λιγότερο συχνά από ότι όσοι ήταν το πολύ απόφοιτοι Λυκείου.
- Αυξημένος Παθολογικός Нарκισσισμός σχετιζόταν με συχνότερη Ενασχόληση με τα ΜΚΔ. Μεγαλύτερη επίδραση στην κλίμακα Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ είχε ο Παθολογικός Нарκισσισμός και ακολουθούσε η ηλικία.

	β+	SE++	b+	P
Φύλο (Γυναίκα vs Άντρας)	0,078	0,022	0,107	<0,001
Ηλικία: 42-54 vs 18-41	-0,098	0,025	-0,145	<0,001
Ηλικία: ≥55 vs 18-41	-0,077	0,030	-0,113	0,011
Τόπος κατοικίας: Θεσσαλονίκη/Μεγάλο Αστικό Κέντρο vs Αθήνα	0,001	0,026	0,001	0,974
Τόπος κατοικίας: Πόλη vs Αθήνα	0,013	0,025	0,017	0,598
Τόπος κατοικίας: Χωριό vs Αθήνα	-0,017	0,027	-0,020	0,532
Τόπος κατοικίας: Εξωτερικό vs Αθήνα	0,063	0,098	0,019	0,518
Εκπαίδευση: Μεταλυκειακές Σπουδές vs Έως Λύκειο	-0,034	0,038	-0,035	0,376
Εκπαίδευση: ΑΕΙ/ ΤΕΙ vs Έως Λύκειο	-0,053	0,032	-0,081	0,096
Εκπαίδευση: Μεταπτυχιακές Σπουδές/Διδακτορικό vs Έως Λύκειο	-0,078	0,033	-0,118	0,019
Οικογενειακή κατάσταση: Έγγαμος(/-η/-ο)/Σε σχέση vs Άγαμος/η	-0,020	0,025	-0,031	0,416
Οικογενειακή κατάσταση: Διαζευγμένος(/-η/-ο)/Χήρος(/-α) vs Άγαμος/η vs Συνταξιούχος	0,025	0,037	0,026	0,499
Επαγγελματική κατάσταση: Άνεργος/-η/-ο (Φοιτητές/Οικιακά) vs Συνταξιούχος	0,028	0,040	0,034	0,488
Επαγγελματική κατάσταση: Δημόσιος Υπάλληλος vs Συνταξιούχος	0,026	0,037	0,034	0,481
Επαγγελματική κατάσταση: Ιδιωτικός Υπάλληλος vs Συνταξιούχος	0,020	0,037	0,029	0,579
Επαγγελματική κατάσταση: Ελεύθερος Επαγγελματίας vs Συνταξιούχος	0,011	0,039	0,012	0,770
Αποφυγή	0,031	0,023	0,039	0,189
Άγχος	0,023	0,020	0,038	0,255
Παθολογικός Нарκисσισμός	0,084	0,013	0,218	<0,001

+συντελεστής εξάρτησης ++τυπικό σφάλμα ÷τυποποιημένος συντελεστής

Σημείωση: Έχει χρησιμοποιηθεί ο λογαριθμικός μετασχηματισμός της εξαρτημένης.

Οι αντίστοιχοι συντελεστές για τις διαστάσεις «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», όταν αυτές εισήχθησαν εκ περιτροπής στο μοντέλο μαζί με τα υπόλοιπα χαρακτηριστικά που εξετάστηκαν παραπάνω, δίνονται στον ακόλουθο πίνακα. Αυξημένο «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και αυξημένη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» σχετίζονταν με αυξημένη Ενασχόληση με τα ΜΚΔ.

	β (SE)+	P
Μεγαλείο	0,65 (0,012)	<0,001
Ευαλωτότητα	0,71 (0,011)	<0,001

+συντελεστής εξάρτησης (τυπικό σφάλμα)

- **Με εξαρτημένη μεταβλητή την κλίμακα FoMOs**

Το εκπαιδευτικό επίπεδο, η διάσταση του Άγχους της Προσκόλλησης και ο Παθολογικός Нарκисσισμός βρέθηκαν να σχετίζονται με την κλίμακα FoMOs. Συγκεκριμένα:

- Οι απόφοιτοι Μεταπτυχιακών/Διδακτορικών σπουδών είχαν χαμηλότερο FoMO από όσους ήταν το πολύ απόφοιτοι Λυκείου.
- Αυξημένο Άγχος Προσκόλλησης σχετιζόταν με υψηλότερο FoMO.
- Ομοίως, αυξημένος Παθολογικός Нарκисσισμός σχετιζόταν με υψηλότερο FoMO.

Μεγαλύτερη επίδραση στην κλίμακα FoMOs είχε ο Παθολογικός Нарκисσισμός και ακολουθούσε το Άγχος Προσκόλλησης.

	β+	SE++	b+	P
Φύλο (Γυναίκα vs Άντρας)	0,003	0,008	0,009	0,740
Ηλικία: 42-54 vs 18-41	-0,007	0,009	-0,025	0,446
Ηλικία: ≥55 vs 18-41	-0,016	0,011	-0,059	0,134
Τόπος κατοικίας: Θεσσαλονίκη/Μεγάλο Αστικό Κέντρο vs Αθήνα	0,013	0,009	0,038	0,178
Τόπος κατοικίας: Πόλη vs Αθήνα	0,005	0,009	0,015	0,593
Τόπος κατοικίας: Χωριό vs Αθήνα	-0,002	0,010	-0,007	0,813
Τόπος κατοικίας: Εξωτερικό vs Αθήνα	-0,005	0,035	-0,004	0,880
Εκπαίδευση: Μεταλυκειακές Σπουδές vs Έως Λύκειο	-0,025	0,014	-0,064	0,064
Εκπαίδευση: ΑΕΙ/ ΤΕΙ vs Έως Λύκειο	-0,021	0,011	-0,080	0,063
Εκπαίδευση: Μεταπτυχιακές Σπουδές/Διδακτορικό vs Έως Λύκειο	-0,033	0,012	-0,122	0,006
Οικογενειακή κατάσταση: Έγγαμος(/-η/-ο)/Σε σχέση vs Άγαμος/η	-0,004	0,009	-0,015	0,643
Οικογενειακή κατάσταση: Διαζευγμένος(/-η/-ο)/Χήρος(/-α) vs Άγαμος/η vs Συνταξιούχος	-0,008	0,013	-0,019	0,566
Επαγγελματική κατάσταση: Άνεργος/-η/-ο (Φοιτητές/Οικιακά) vs Συνταξιούχος	-0,004	0,014	-0,013	0,771
Επαγγελματική κατάσταση: Δημόσιος Υπάλληλος vs Συνταξιούχος	-0,009	0,013	-0,029	0,491
Επαγγελματική κατάσταση: Ιδιωτικός Υπάλληλος vs Συνταξιούχος	-0,002	0,013	-0,006	0,890
Επαγγελματική κατάσταση: Ελεύθερος Επαγγελματίας vs Συνταξιούχος	-0,022	0,014	-0,060	0,108
Αποφυγή	0,011	0,008	0,034	0,192
Άγχος	0,056	0,007	0,223	<0,001
Παθολογικός Нарκисσισμός	0,063	0,005	0,395	<0,001

+συντελεστής εξάρτησης ++τυπικό σφάλμα +τυποποιημένος συντελεστής

Σημείωση: Έχει χρησιμοποιηθεί ο λογαριθμικός μετασχηματισμός της εξαρτημένης.

Οι αντίστοιχοι συντελεστές για τις διαστάσεις «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», όταν αυτές εισήχθησαν εκ περιτροπής στο μοντέλο μαζί με τα υπόλοιπα χαρακτηριστικά που εξετάστηκαν παραπάνω, δίνονται στον ακόλουθο πίνακα. Αυξημένο «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Αυξημένη Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα σχετίζονται με αυξημένο FoMO.

	β (SE)+	P
Μεγαλείο	0,47 (0,004)	<0,001
Ευαλωτότητα	0,54 (0,004)	<0,001

+συντελεστής εξάρτησης (τυπικό σφάλμα)

Κεφάλαιο 14: Συζήτηση

Δεδομένης της δημοφιλίας και της αξιοποίησης των ΜΚΔ σε ποικίλους τομείς της σύγχρονης ζωής, κρίνεται σημαντική η κατανόηση των μηχανισμών ανάπτυξης μοτίβων Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, προκειμένου να εντοπιστούν οι πιθανοί παράγοντες κινδύνου και οι προστατευτικοί παράγοντες, ώστε να καταρτιστούν αποτελεσματικότερες προληπτικές και θεραπευτικές παρεμβάσεις.

Η παρούσα μελέτη σκόπευε στη διερεύνηση της σχέσης της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ με τους παράγοντες «Ανασφαλής Προσκόλληση» (Άγχος και Αποφυγή), «Παθολογικός Ναρκισσισμός» («Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα») και σύνδρομο «FoMO». Επιπλέον, ελέγχθηκαν οι επιμέρους συσχετίσεις των παραγόντων αυτών μεταξύ τους, καθώς και πιθανές σχέσεις διαμεσολάβησης. Ακολουθεί αναλυτικότερη συζήτηση για τα ευρήματα και τα συμπεράσματα.

Όσον αφορά στην Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, στο δείγμα των 1085 συμμετεχόντων, όπως αυτή υπολογίστηκε βάσει της Κλίμακας Bergen για τον Εθισμό στα ΜΚΔ και χρησιμοποιώντας ως σημείο αποκοπής την βαθμολογία των 19 μονάδων, διαπιστώθηκε ότι το 14.4% βρισκόταν στην κατηγορία κινδύνου ανάπτυξης εξάρτησης (Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ), όταν τα αντίστοιχα αναφερόμενα ποσοστά από έρευνες σε άλλες χώρες, ενδεικτικά είναι 1.6% στη Νιγηρία, 4.5% στην Ουγγαρία, στο Περού το 8.6%, ενώ στην Κίνα το 12% (Hussain & Griffiths, 2018).

Παρ' όλο που η σχέση της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ με δημογραφικά χαρακτηριστικά δεν περιλαμβανόταν στις ερευνητικές υποθέσεις, αξίζει να αναφερθεί ότι διαπιστώθηκε σημαντική αρνητική συσχέτιση της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ με το Εκπαιδευτικό Επίπεδο και την Ηλικία, με χαμηλότερα ποσοστά Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ να εντοπίζονται μεταξύ των υψηλότερων επιπέδων εκπαίδευσης και των μεγαλύτερων ηλικιών.

Ακολούθως, εξετάστηκε η σχέση του συνδρόμου FoMO με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ και διαπιστώθηκε, από τις αναλύσεις συσχέτισης, ότι υψηλότερα επίπεδα FoMO σχετίζονται σημαντικά με αυξημένα ποσοστά Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (κίνδυνος εξάρτησης). Η υπόθεση της θετικής συσχέτισης του συνδρόμου FoMO με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, επιβεβαιώθηκε από το πολυπαραγοντικό μοντέλο λογιστικής παλινδρόμησης, καθώς τα επίπεδα του FoMO βρέθηκαν να σχετίζονται με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ. Συγκεκριμένα, όσοι είχαν μέτριο FoMO ήταν 3,24 φορές πιο πιθανό να κινδυνεύουν με εξάρτηση (Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ) από τα ΜΚΔ, σε σχέση με όσους είχαν χαμηλό FoMO και όσοι είχαν υψηλό FoMO ήταν 6,27 φορές πιο πιθανό να κινδυνεύουν με εξάρτηση (Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ), σε σχέση με όσους είχαν χαμηλό FoMO.

Το εύρημα αυτό συνάδει με τα, έως τώρα, διαθέσιμα ερευνητικά δεδομένα για τη σχέση του συνδρόμου FoMO με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ. Ενδεικτικά, όπως προαναφέρθηκε, σε έρευνα στη Βόρεια Αμερική (Elhai et al., 2016), το FoMO βρέθηκε να σχετίζεται σημαντικά με την Προβληματική Χρήση του «Εξυπνου Τηλεφώνου» για σύνδεση στα ΜΚΔ και να αποτελεί προβλεπτικό παράγοντά της, ενώ παράγοντες που σχετίζονται με την ικανοποίηση κοινωνικών αναγκών, όπως το FoMO, αναδείχθηκαν ως έχοντες κομβική σημασία για την ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Elhai et al., 2016). Αντίστοιχα ευρήματα προκύπτουν, ενδεικτικά, και από έρευνες στις ΗΠΑ (Blackwell et al., 2017; Moore & Craciun, 2021), στην Κίνα (Liu & Ma, 2020) και στην Ιταλία (Casale & Fioravanti, 2020),

Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας και της διαθέσιμης σχετικής ερευνητικής δραστηριότητας καταδεικνύουν τη θετική συσχέτιση των δύο μεταβλητών, η οποία, βάσει διαφορετικών θεωρητικών πλαισίων και ευρημάτων, φαίνεται να συνδέεται με την ύπαρξη ανικανοποίητων αναγκών, καθώς και ελλειμματικών αυτορρυθμιστικών και κοινωνικών δεξιοτήτων. Ακολουθεί αναλυτική παρουσίαση των πιθανών οδών σύνδεσης των δύο μεταβλητών, μέσα από το πρίσμα των διαφορετικών θεωρητικών πλαισίων, που ήδη παρουσιάστηκαν, και μία πιο ολοκληρωμένη θεώρηση της σύνδεσης αυτής, ενσωματώνοντας και συνθέτοντας στοιχεία από το κάθε πλαίσιο.

Το σύνδρομο FoMO (Fear of Missing Out) αναφέρεται στην επίμονη σκέψη του ατόμου, και στο συνοδό συναίσθημα φόβου, ότι οι άλλοι συμμετέχουν σε επωφελείς εμπειρίες από τις οποίες το ίδιο απουσιάζει (Alshakhsi et al, 2023). Το FoMO αποτελεί την έκφραση της ελλειμματικής αυτορρυθμιστικής ικανότητας (μοντέλο I-PACE), που προκύπτει από τη μη επαρκή ικανοποίηση βασικών ψυχολογικών αναγκών (Θεωρία του Αυτοκαθορισμού), η οποία ενθαρρύνει τον προσανατολισμό προς την κοινωνική σύγκριση (Brand et al., 2016; Wegmann et al., 2017). Το FoMO, ως γνωστικο-συναισθηματική διαστρέβλωση, φαίνεται να πυροδοτεί την αναζήτηση ανταμοιβής, μέσω ικανοποίησης ψυχολογικών και κοινωνικών αναγκών και αναπλήρωσης ελλειμμάτων (θεωρία Αντισταθμιστικής Χρήσης Διαδικτύου), με τη χρήση των ΜΚΔ (Clayton et al., 2013; Kardefelt-Winther, 2014; Weinstein et al., 2015). Η ύπαρξη ανικανοποίητων ψυχολογικών αναγκών ενθαρρύνει την κοινωνική σύγκριση, η οποία ενέχεται στο- και πυροδοτεί το- FoMO. Η συνακόλουθη επιθυμία του ατόμου να απαλλαγεί από αυτό το φόβο της μη συμμετοχής- ο οποίος αναμοχλεύει βαθύτερους φόβους απόρριψης, εγκατάλειψης και κοινωνικού αποκλεισμού- σε συνδυασμό με τις ελλειμματικές αυτορρυθμιστικές και κοινωνικές δεξιότητες (λόγω ανικανοποίητων αναγκών), καθώς και με τα θέλητρα- και τις προσδοκίες από τη χρήση- των ΜΚΔ, το οδηγεί στην προτίμηση των αλληλεπιδράσεων μέσω των ΜΚΔ (στα πλαίσια αντισταθμιστικής στρατηγικής) έναντι των δια ζώσης επαφών (Weinstein et al., 2015). Συμβάλλει, έτσι, με τη συνδρομή των μηχανισμών ενίσχυσης, στην εγκαθίδρυση του μοτίβου της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Alutaybi et al., 2020). Όσο περισσότερο, ωστόσο, ασχολείται το άτομο με τα ΜΚΔ και την παρακολούθηση των πληροφοριών των άλλων, τόσο περισσότερο ενισχύεται η τάση του για κοινωνική σύγκριση, με αποτέλεσμα να βιώνει επιπλέον FoMO και τάση για περισσότερη ενασχόληση με τα ΜΚΔ. Φαίνεται, λοιπόν, ότι το FoMO και η Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ εμπλέκονται σε ένα ανατροφοδοτούμενο μοτίβο κυκλικής αιτιότητας.

Συμπερασματικά, το FoMO φαίνεται να διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, είτε επιδρώντας άμεσα σε αυτή και ενισχυόμενο από αυτή, είτε μέσω πολυπλοκότερων συσχετίσεων, στις οποίες εμπλέκονται μεταβλητές σχετικές με προσδοκίες ικανοποίησης αναγκών, αναπλήρωσης ελλειμμάτων και συναισθηματικής αυτορρύθμισης, οι οποίες συχνά σχετίζονται με ιδιοσυγκρασιακούς παράγοντες, όπως τα χαρακτηριστικά προσωπικότητας και η Ανασφαλής Προσκόλληση, καθώς και με στοιχεία ψυχοπαθολογίας, όπως θα συζητηθεί και στη συνέχεια.

Σχετικά με την ερευνητική υπόθεση για τη συσχέτιση των διαστάσεων «Άγχος» και «Αποφυγή» της Ανασφαλούς Προσκόλλησης με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, παρ' όλο που οι συμμετέχοντες που παρουσίαζαν Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ εμφάνιζαν υψηλότερα

επίπεδα της διάστασης του Άγχους συγκριτικά με όσους δεν παρουσίαζαν Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, το πολυπαραγοντικό μοντέλο λογιστικής παλινδρόμησης δεν ανέδειξε την ύπαρξη σημαντικής σχέσης ανάμεσα στις διαστάσεις Ανασφαλούς Προσκόλλησης και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.

Το εύρημα αυτό έρχεται σε αντίθεση με τα ευρήματα της συγχρονικής έρευνας των Young και συνεργατών (2020) σε ενήλικο πληθυσμό, στην οποία βρέθηκε σημαντική συσχέτιση των διαστάσεων της Ανασφαλούς Προσκόλλησης με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ και, σύμφωνα με την οποία, η σχέση της κάθε διάστασης με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ καθορίζεται από το κίνητρο ικανοποίησης διαφορετικών αναγκών και αντιστάθμισης ελλειμμάτων, μέσω του μοτίβου της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ. Συγκεκριμένα, για τη διάσταση του Άγχους, η πλειοψηφία των διαθέσιμων ερευνητικών δεδομένων καταδεικνύει την ύπαρξη σημαντικής συσχέτισης της διάστασης του Άγχους με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ (Flynn et al., 2018; Liu & Ma, 2019a,b), ενώ η διάσταση της Αποφυγής φαίνεται να σχετίζεται με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ μόνο όταν συνυπάρχει με τη διάσταση του Άγχους, ως αμυντικός μηχανισμός (Monacis et al., 2017a,b). Η ευρεθείσα απουσία συσχέτισης της διάστασης της Αποφυγής με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ βρίσκεται σε συμφωνία με τα αποτελέσματα των ερευνών των Liu και Ma (2019a,b) και Monacis και συνεργατών (2019a,b).

Όσον αφορά στο μη αναμενόμενο, βάσει βιβλιογραφίας, εύρημα της απουσίας συσχέτισης Ανασφαλούς Προσκόλλησης και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, η παρατηρούμενη σημαντικότητα στις αναλύσεις συσχέτισης πιθανώς να οφειλόταν στην επίδραση κάποιου συγχυτικού παράγοντα, η οποία ελέγχθηκε και εξαλείφθηκε, μέσω του πολυπαραγοντικού μοντέλου λογιστικής παλινδρόμησης. Πιθανοί συγχυτικοί παράγοντες, στην παρούσα έρευνα, είναι η επίδραση του «Παθολογικού Ναρκισσισμού» και των διαστάσεών του ή/ και του FoMO, που, όπως θα αναλυθεί παρακάτω, παρουσιάζουν θετική σημαντική συσχέτιση τόσο με την Ανασφαλή Προσκόλληση όσο και με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ. Για παράδειγμα, σε συγχρονική έρευνα στις ΗΠΑ αναδείχθηκε σημαντικότητα θετικής συσχέτισης μεταξύ των δύο μεταβλητών- ελέγχοντας για πιθανές επιδράσεις της ηλικίας και χαρακτηριστικών προσωπικότητας-, η οποία, ωστόσο, εξαλείφθηκε με τη συμπερίληψη του FoMO στο μοντέλο (Blackwell et al., 2017).

Αναφορικά με τη σχέση μεταξύ του Παθολογικού Ναρκισσισμού και των διαστάσεών του- «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα»- με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, οι συμμετέχοντες που κινδύνευαν με εξάρτηση από τα ΜΚΔ (Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ) είχαν σημαντικά αυξημένη βαθμολογία στις διαστάσεις, αλλά και την

συνολική κλίμακα Παθολογικού Ναρκισσισμού. Η ερευνητική υπόθεση επιβεβαιώθηκε, καθώς διαπιστώθηκε στατιστικώς σημαντική θετική συσχέτιση και των τριών με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ. Επομένως, υψηλότερα επίπεδα Παθολογικού Ναρκισσισμού, «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» και «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» σχετίζονται με μεγαλύτερη πιθανότητα Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.

Τα ευρήματα βρίσκονται σε συμφωνία με πλήθος ερευνών που καταδεικνύουν τη σχέση του Παθολογικού Ναρκισσισμού, του «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» και της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, όπως σε έρευνα που πραγματοποιήθηκε στην Κίνα (Liu & Ma, 2018).

Η σχέση του «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ φαίνεται να καθορίζεται από τις χαρακτηριστικές του ανάγκες που προαναφέρθηκαν (Casale & Banchi, 2020), η ικανοποίηση των οποίων εξασφαλίζεται από τα χαρακτηριστικά και τη διαθεσιμότητα των ΜΚΔ, μέσω της δυνατότητας σμίλευσης ενός «ιδανικού» εαυτού και προβολής του, ανά πάσα στιγμή, σε ένα ευρύτατο, ή στοχευμένο βάσει προτίμησης, κοινό (Demircioğlu, & Göncü Köse, 2021; Morf & Rhodewalt, 2001). Προσφέρει, δηλαδή, τη δυνατότητα στο άτομο, της επενέργειας τόσο στην ποιότητα του προβαλλόμενου (ιδανικός εαυτός), όσο και στην ευρύτητα της προβολής (ευρύ, ή προσαρμοσμένο κατ' επιλογή, κοινό), τροφοδοτώντας έτσι και την ανάγκη για έλεγχο, που χαρακτηρίζει το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» (Casale & Banchi, 2020). Επιπλέον, μέσω της δυνατότητας παρακολούθησης των πληροφοριών άλλων ανθρώπων, καθώς και της τάσης για κοινωνική σύγκριση, που διακρίνει τα άτομα με υψηλά επίπεδα «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου», τροφοδοτούνται οι ανταγωνιστικές τάσεις τους (Ozimek et al., 2018).

Συνοψίζοντας, υψηλότερα επίπεδα «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» σχετίζονται με μεγαλύτερη πιθανότητα εκδήλωσης Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, πιθανώς σε μία προσπάθεια ικανοποίησης αναγκών σχετικών με την ενίσχυση της αυτοεικόνας- εν προκειμένω της αίσθησης Μεγαλείου- μέσω της εκτεταμένης χρήσης αυτών και με τη συμμετοχή μηχανισμών ανταμοιβής και ενίσχυσης (Balcerowska et al., 2023).

Τα ευρήματα της παρούσας έρευνας έρχονται σε μερική αντίθεση με τα ευρήματα ερευνών σε άλλες χώρες, σύμφωνα με τα οποία δε διαπιστώθηκε η ύπαρξη στατιστικώς σημαντικής συσχέτισης «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Chung et al., 2019; Demircioğlu & Göncü Köse, 2018; Giancola et al., 2024; Lee, 2019).

Όσον αφορά στη στατιστικώς σημαντική συσχέτιση, που διαπιστώθηκε, ανάμεσα στη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» και την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, το εύρημα αυτό επιβεβαιώνει τα ευρήματα ερευνών, τα οποία ομόφωνα καταδεικνύουν τη συσχέτιση του

Παθολογικού Ναρκισσισμού με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, μέσω της διάστασης της Ευαλωτότητας (Casale & Banchi, 2020). Συγκεκριμένα, οι Fegan και Bland (2021) διαπίστωσαν στατιστικώς σημαντική συσχέτιση μεταξύ «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, την οποία απέδωσαν στις ιδιαίτερες ανάγκες που συνδέονται με τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», σε συνδυασμό με το εύφορο έδαφος που προσφέρει η ενασχόληση με τα ΜΚΔ για την ικανοποίησή τους, λόγω των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών και προσφερόμενων δυνατοτήτων. Η σχέση των δύο μεταβλητών υποστηρίζεται συστηματικά και με συνέπεια από τα παρεχόμενα ερευνητικά δεδομένα και επιβεβαιώνεται από την παρούσα έρευνα (Giancola et al., 2024).

Αναλυτικότερα, σύμφωνα με ερευνητικά δεδομένα, το κράμα- αφενός της υποβόσκουσας αίσθησης μεγαλείου και των χαρακτηριστικών αναγκών και αφετέρου της σαθρής αυτοεικόνας, της ευαισθησίας στην κριτική και απόρριψη και των ελλειμματικών κοινωνικών δεξιοτήτων- που συνθέτει τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», συνδέεται με μεγαλύτερη πιθανότητα προτίμησης των αλληλεπιδράσεων μέσω ΜΚΔ, συγκριτικά με τις δια ζώσης επαφές (Fegan & Bland, 2021). Αυτό συμβαίνει, λόγω των προαναφερθεισών δυνατοτήτων που τα ΜΚΔ προσφέρουν, σχετικά με την κατασκευή και επιλεκτική προβολή ενός «ιδανικού εαυτού», και ταυτόχρονα της απαλλαγής του ατόμου από την αντιμετώπιση της πρόκλησης της δια ζώσης επικοινωνίας, που προϋποθέτει την αξιοποίηση κοινωνικών δεξιοτήτων, στις οποίες το άτομο υπολείπεται (Wegmann & Brand, 2019). Η αυξημένη, λοιπόν, πιθανότητα που παρουσιάζουν τα άτομα με «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» για Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, όπως διαπιστώθηκε και στην παρούσα μελέτη, ίσως σχετίζεται με πιθανά νοήματα που το άτομο τους προσδίδει, ως «ασφαλούς επικοινωνιακού καταφυγίου» για την κάλυψη των αναγκών και αντιστάθμιση των ελλειμμάτων, καθώς και με τις συναφείς προσδοκίες από τη χρήση τους, η οποία συντηρείται και εντείνεται μέσω των μηχανισμών ενίσχυσης, αποτελώντας δυσλειτουργική στρατηγική συναισθηματικής αυτορρύθμισης ((Balcerowska et al., 2023).

Εν κατακλείδι, ο Παθολογικός Ναρκισσισμός διακρίνεται από την υψηλή αντιδραστικότητα και την περιορισμένη αυτορρυθμιστική ικανότητα (Pincus et al., 2009), η οποία προκύπτει, σύμφωνα με τη Θεωρία του Αυτοκαθορισμού, από τη μη επαρκή ικανοποίηση βασικών ψυχολογικών αναγκών (Elhai et al., 2018; Przybylski et al., 2013). Όσον αφορά στις ανικανοποίητες ανάγκες, το μοντέλο των «Χρήσεων και Ικανοποιήσεων» υποστηρίζει ότι κινητοποιούν την αναζήτηση και επιλογή συμπεριφορικών μοτίβων που θα συμβάλλουν στην ικανοποίησή τους (Casale & Banchi, 2020). Καθώς, όμως, οι αυτορρυθμιστικές ικανότητες είναι ελλειμματικές- σύμφωνα με τη Θεωρία του Αυτοκαθορισμού και το μοντέλο «I-PACE» (Brand et al., 2019)- το άτομο με Παθολογικό Ναρκισσισμό είναι πιθανό να οδηγηθεί σε γνωσιακές

διαστρεβλώσεις και υιοθέτηση δυσλειτουργικών στρατηγικών αυτορρύθμισης (θεωρία της Αντισταθμιστικής Χρήσης του Διαδικτύου- Kardefelt-Winther, 2014), μέσω της επιλογής συμπεριφορικών μοτίβων (Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ) που προσφέρουν φαινομενική και παροδική ικανοποίηση ή ανακούφιση με μακροπρόθεσμες, ωστόσο, επιβλαβείς επιπτώσεις (Balcerowska et al., 2023).

Επιπροσθέτως, προέκυψαν ορισμένα ενδιαφέροντα ευρήματα, σχετικά με το βαθμό ενασχόλησης με τα ΜΚΔ, όπως υπολογίστηκε από το Ερωτηματολόγιο Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ. Θα αναφερθούν, εν συντομία, παρ' όλο που δεν περιλαμβάνονται στις ερευνητικές υποθέσεις. Ο παράγοντας Ενασχόληση με τα ΜΚΔ, με το αντίστοιχο ερωτηματολόγιο, χρησιμοποιήθηκε στην παρούσα έρευνα ως μέσο αξιολόγησης της συχνότητας χρήσης των ΜΚΔ, που δεν περιορίζει τη μέτρησή της σε αριθμό ωρών, αλλά την αξιολογεί βάσει της εμφάνισής της σε περιστάσεις της καθημερινότητας με ειδική σημασία, όπως είναι οι φάσεις ύπνου/ αφύπνισης και κατανάλωσης των γευμάτων. Σύμφωνα με προηγούμενες μελέτες, ο χρόνος που αφιερώνεται στη χρήση των ΜΚΔ αποτελεί ισχυρό προβλεπτικό παράγοντα της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ (Chen et al., 2020). Ωστόσο, έχει παρατηρηθεί δυσκολία εκτίμησης του πραγματικού χρόνου που αφιερώνεται στα ΜΚΔ, οπότε ο υπολογισμός της συχνότητας χρήσης σε κομβικές στιγμές της ημέρας αποτελεί αξιόπιστο δείκτη του βαθμού χρήσης των ΜΚΔ. Στην παρούσα έρευνα, οι συμμετέχοντες που παρουσίαζαν Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ ασχολούνταν πιο συχνά με τα ΜΚΔ και είχαν μεγαλύτερο Άγχος Προσκόλλησης, σε σχέση με όσους δεν παρουσίαζαν Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ. Επιπλέον, από την πολυπαραγοντική λογαριθμιστική παλινδρόμηση για την εύρεση παραγόντων που σχετίζονται με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, προέκυψε ότι πιο συχνή χρήση τους σε κομβικές στιγμές της ημέρας, σχετιζόταν με εντονότερη Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ. Το εύρημα αυτό επιβεβαιώνει και τα αποτελέσματα της έρευνας των Duradoni και συνεργατών (2023) που κατέδειξαν την ύπαρξη σημαντικής και υψηλής συσχέτισης των δύο μεταβλητών.

Όσον αφορά στη διαμεσολάβηση της σχέσης του Παθολογικού Ναρκισσισμού και των διαστάσεών του με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ από το FoMO, τα αποτελέσματα της παρούσας μελέτης συνάδουν με τα ευρήματα των σχετικών μελετών που αναφέρονται στη βιβλιογραφία (Akat et al., 2023; Barberis et al., 2023; Giancola et al. 2024) και καταδεικνύουν το FoMO ως σημαντικό διαμεσολαβητικό παράγοντα στη σχέση Παθολογικού Ναρκισσισμού, «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» και «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ.

Ενδεικτικά, ανάλογα ευρήματα αναφέρθηκαν από την έρευνα των Akat και συνεργατών (2023) στην Τουρκία, στην οποία υιοθετήθηκε το θεωρητικό πλαίσιο των «Χρήσεων και

Ικανοποιήσεων», καταλήγοντας στο συμπέρασμα ότι ο υψηλότερος κίνδυνος που αντιμετωπίζουν τα άτομα με Παθολογικό Ναρκισσισμό και στις δύο διαστάσεις του, καθώς και τα άτομα με υψηλά επίπεδα FoMO, για ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ οφείλεται στην αυξημένη ενασχόληση με αυτά, η οποία φαίνεται να υπαγορεύεται από την πίεση της ικανοποίησης αναγκών για αποδοχή, «ανήκειν» ή/και θαυμασμό, καθώς και το στοιχείο της κοινωνικής σύγκρισης, του φόβου που προκαλεί και την ανταγωνιστική τάση που καλλιεργεί.

Καθώς υποστηρίζεται και από την παρούσα μελέτη, στην περίπτωση της συνύπαρξης υψηλών επιπέδων Παθολογικού Ναρκισσισμού και υψηλών επιπέδων FoMO, φαίνεται πως η παρουσία του FoMO επιτείνει την επίδραση του Παθολογικού Ναρκισσισμού στην ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, αυξάνοντας έτσι την πιθανότητα εμφάνισής της.

Πιο αναλυτικά, όσον αφορά στη διαμεσολάβηση της σχέσης του «Ναρκισσιστικού Μεγαλείου» με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ από το FoMO, φαίνεται ότι η ικανοποίηση των ναρκισσιστικών αναγκών για αυτοπροβολή, προσοχή και θαυμασμό (Barberis et al., 2023), σε συνδυασμό με τις ανταγωνιστικές τάσεις και τον προσανατολισμό προς την κοινωνική σύγκριση που χαρακτηρίζουν το «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο», καθιστούν το άτομο πιο ευάλωτο στο να βιώσει το FoMO, το οποίο με τη σειρά του επιτείνει περαιτέρω την επίδραση του Μεγαλείου στην ανάπτυξη της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, δεδομένου ότι και το ίδιο φαίνεται να σχετίζεται, όπως ήδη αναλύθηκε, με αυξημένη εμφάνιση Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.

Σχετικά με τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» και τη διαμεσολάβηση της σχέσης της με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ από το FoMO, η πίεση της ικανοποίησης των ναρκισσιστικών αναγκών για αποδοχή, «ανήκειν» και συνακόλουθη ανακούφιση των φόβων της απόρριψης και του αποκλεισμού, σε συνδυασμό με τα ελλείμματα αυτοεικόνας, δεξιοτήτων αυτοπροβολής και κοινωνικών δεξιοτήτων, αυξάνουν την ευαλωτότητα του ατόμου στην εμφάνιση του FoMO (Giancola et al., 2024), το οποίο με τη σειρά του επιτείνει την επίδραση της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» στην ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, στην οποία και η ίδια φαίνεται να συμβάλλει ανεξάρτητα, όπως προαναφέρθηκε.

Όσον αφορά στη διερεύνηση της πιθανότητας διαμεσολάβησης της σχέσης της Ανασφαλούς Προσκόλλησης και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ από το FoMO, καθώς και της σχέσης της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ από την Ανασφαλή Προσκόλληση, δεν πραγματοποιήθηκε έλεγχος, δεδομένου ότι στο πολυπαραγοντικό μοντέλο λογιστικής παλινδρόμησης δεν προέκυψε στατιστικά σημαντική σχέση ανάμεσα στις διαστάσεις Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος και Αποφυγή) και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, όπως ήδη αναφέρθηκε.

Η ανάδειξη, από ερευνητικά ευρήματα, της σχέσης της Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος- Αποφυγή) με τη Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα, καθώς και η συσχέτιση, σύμφωνα με πλήθος ερευνών, και των δύο μεταβλητών με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, η οποία αποτελεί την ευρύτερη θεματική της παρούσας μελέτης, οδήγησε στη διερεύνηση της σχέσης της Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος- Αποφυγή) με τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» στο συγκεκριμένο δείγμα.

Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι υψηλότερα επίπεδα τόσο του συνολικού Παθολογικού Ναρκισσισμού, όσο και των διαστάσεων του σχετίζονται σημαντικά με μεγαλύτερο Άγχος Προσκόλλησης. Επιπλέον, υψηλότερα επίπεδα «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» και υψηλότερος συνολικός Παθολογικός Ναρκισσισμός σχετίζονται με αυξημένα επίπεδα Αποφυγής Προσκόλλησης. Επομένως, η ερευνητική υπόθεση για τη θετική συσχέτιση της Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος- Αποφυγή) με τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» επιβεβαιώθηκε.

Η σχέση της διάστασης του Άγχους με τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», υποστηρίζεται και από έρευνα στην Τουρκία, σε φοιτητικό πληθυσμό, στην οποία η διάσταση του Άγχους αποτέλεσε προβλεπτικό παράγοντα για την ύπαρξη «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας», η οποία σχετίστηκε με την απώλεια του αισθήματος ασφάλειας στις σχέσεις (Şar & Türk-Kurtça, 2021), με συναφή ευρήματα και από άλλες έρευνες (Biberdzic et al., 2023; Ellina & Parpottas, 2023), σύμφωνα με τις οποίες τόσο η «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» όσο και η διάσταση του Άγχους έχουν κοινά, μεταξύ τους, χαρακτηριστικά, τη χαμηλή αυτοεικόνα, και τους φόβους απόρριψης και εγκατάλειψης (Otway & Vignoles, 2006).

Όσον αφορά τη συσχέτιση της «Ναρκισσιστικής Ευαλωτότητας» με τη διάσταση Αποφυγή της Ανασφαλούς Προσκόλλησης, τα ευρήματα της παρούσας έρευνας συμφωνούν με τα ευρήματα ερευνών στην Κύπρο (Ellina & Parpottas, 2023), στον Καναδά (Smolewska & Dion, 2005) και στο Ηνωμένο Βασίλειο, όπου η διάσταση της Αποφυγής βρέθηκε να σχετίζεται με τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» όταν συνυπάρχει με τη διάσταση του Άγχους ως αμυντική στρατηγική απέναντι στο Άγχος (Biberdzic et al., 2023).

Σύμφωνα με την ερμηνεία των ευρημάτων έρευνας στην Ιταλία, στην οποία αναδείχθηκε-όπως και στην παρούσα έρευνα- η σχέση και των δύο διαστάσεων της Αγχώδους Προσκόλλησης (Άγχος- Αποφυγή) με τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», η «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» περιλαμβάνει στοιχεία έντονων αναγκών εξάρτησης (διαπροσωπικής σύνδεσης), καθώς και αμυντικές προσπάθειες περιορισμού τους, γεγονός που οδηγεί σε μία αλληλουχία υπερενεργοποίησης των μηχανισμών Προσκόλλησης (Άγχος), ακολουθούμενη από προσπάθεια απενεργοποίησής τους (Αποφυγή), μεταθέτοντας την ικανοποίηση των αναγκών εξάρτησης σε «ασφαλή» υποκατάστατα (Fossati et al., 2015), παρατείνοντας και επιτείνοντας τη μη

ουσιαστική ικανοποίηση των αναγκών, αυξάνοντας εκ νέου τη λαχτάρα για σύνδεση (Άγχος) και τη συνακόλουθη ανασφάλεια (Αποφυγή), δημιουργώντας, έτσι, ένα επαναλαμβανόμενο μοτίβο κυκλικής ανατροφοδότησης, με εναλλαγές Άγχους (προσέγγιση) και Αποφυγής (αποφυγή). Εξάλλου, το μοτίβο «προσέγγισης- αποφυγής», που χαρακτηρίζει τον Παθολογικό Нарκиссισμό και, δη, τη «Νарκиссιστική Ευαλωτότητα» αντιστοιχεί στο δίπολο υπερενεργοποίησης (Άγχος) και απενεργοποίησης (Αποφυγή) του μηχανισμού Προσκόλλησης.

Από τα ευρήματα της παρούσας έρευνας, όπως και άλλων σχετικών ερευνών, προκύπτει, λοιπόν, ότι η «Νарκиссιστική Ευαλωτότητα» σχετίζεται με δυσλειτουργία σε επίπεδο δεσμού, με διατάραξη, δηλαδή, της ισορροπίας μεταξύ της ικανοποίησης των θεμελιωδών αναγκών σύνδεσης και αυτονομίας- η οποία αποτελεί την ουσία των ψυχοπαθολογικών εκδηλώσεων, κατά τους Mikulincer & Shaver (2007a)- συνεπώς, με Ανασφαλή Προσκόλληση.

Η υπόθεση της ύπαρξης θετικής συσχέτισης μεταξύ Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος-Αποφυγή) και FoMO επιβεβαιώθηκε μερικώς, καθώς δε διαπιστώθηκε στατιστικώς σημαντική συσχέτιση της διάστασης της Αποφυγής με το FoMO. Ωστόσο, η διάσταση του Άγχους συσχετίστηκε σημαντικά με όλα τα επίπεδα του FoMO, με μεγαλύτερα επίπεδα Άγχους να σχετίζονται με υψηλότερα επίπεδα FoMO.

Αντίστοιχα είναι και τα ευρήματα άλλων ερευνών (Boustead & Flack, 2021; Gori et al., 2023), στις οποίες διερευνήθηκε η σχέση των δύο διαστάσεων της Ανασφαλούς Προσκόλλησης (Άγχος-Αποφυγή) με το FoMO, καταλήγοντας στο συμπέρασμα ότι το FoMO σχετίζεται με τη διάσταση του Άγχους, αλλά όχι με τη διάσταση της Αποφυγής, η οποία χαρακτηρίζεται από απουσία ενδιαφέροντος για το σχετίζεσθαι και ακραίου βαθμού αυτάρκεια. Κοινό εύρημα αυτών των ερευνών είναι ότι η μόνη περίπτωση συσχέτισης της Αποφυγής με το FoMO είναι όταν συνυπάρχει με τη διάσταση του Άγχους (τυπολογική ταξινόμηση: Αποδιοργανωμένος τύπος Προσκόλλησης), σε ένα μοτίβο εναλλασσόμενων τάσεων μεταξύ Άγχους και αμυντικής Αποφυγής. Η ευρεθείσα από την παρούσα, αλλά και από άλλες έρευνες, συσχέτιση της διάστασης του Άγχους με το FoMO συνάδει με τα ευρήματα των σχετικών με το FoMO μελετών, σύμφωνα με τα οποία το άγχος βρίσκεται στον πυρήνα της συναισθηματικής συνιστώσας του FoMO (Elhai et al., 2021).

Σύμφωνα με τη θεωρία της Προσκόλλησης, η Ανασφαλής Προσκόλληση χαρακτηρίζεται από μη επαρκή ικανοποίηση βασικών ψυχολογικών αναγκών (σχετίζεσθαι, αυτονομία). Η θεωρία του Αυτοκαθορισμού υποστηρίζει ότι η μη επαρκής ικανοποίηση βασικών ψυχολογικών αναγκών (σχετίζεσθαι, αυτονομία, επάρκεια) οδηγεί σε ελλειμματική αυτορρυθμιστική ικανότητα. Σύμφωνα με το μοντέλο I-PACE, το FoMO αποτελεί την έκφραση της ελλειμματικής

αυτορρυθμιστικής ικανότητας που προκύπτει από τη μη επαρκή ικανοποίηση των βασικών ψυχολογικών αναγκών.

Επομένως, η συσχέτιση που αναδείχθηκε, από την παρούσα έρευνα, μεταξύ της διάστασης του Άγχους και του FoMO, πιθανώς αφορά στην ελλειμματική ισορροπία μεταξύ των αναγκών της αυτονομίας και του σχετίζεσθαι, που χαρακτηρίζουν τη διάσταση του Άγχους, και στην, κατά συνέπεια, πυροδότηση ελλειμματικής αυτορρύθμισης, δηλαδή FoMO, το οποίο ενδέχεται να εντείνει την υπερενεργοποίηση του συστήματος Προσκόλλησης (Άγχος) (Boustead & Flack, 2021), σχηματίζοντας ένα μοτίβο κυκλικής ανατροφοδότησης μεταξύ των δύο μεταβλητών.

Έχοντας υπόψη τις υποθέσεις για τις επιμέρους συσχετίσεις των υπό μελέτη μεταβλητών, και τα πολύπλοκα μονοπάτια συσχέτισής τους με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, παρουσιάζει ενδιαφέρον το γεγονός ότι η ελλειμματική ισορροπία μεταξύ των αναγκών της αυτονομίας και του σχετίζεσθαι, που χαρακτηρίζουν τη διάσταση του Άγχους, είναι και το βασικό μοτίβο προσέγγισης των σχέσεων που χαρακτηρίζει τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», ενώ, σύμφωνα με τους Mikulincer & Shaver (2007a) αποτελεί την ουσία των ψυχοπαθολογικών εκδηλώσεων (πχ FoMO).

Όπως ήδη αναλύθηκε, η Ανασφαλής Προσκόλληση σχετίζεται τόσο με τη «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα», αποτελώντας το βασικό μηχανισμό Προσκόλλησης που τη χαρακτηρίζει, όσο και με το FoMO, το οποίο αποτελεί την έκφραση της ελλειμματικής αυτορρύθμισης, της απορρέουσας από την ανισορροπία στην ικανοποίηση των αναγκών σύνδεσης και αυτονομίας (Ανασφαλής Προσκόλληση). Δεδομένων αυτών των συσχετίσεων, κινητοποιήθηκε το ενδιαφέρον της διερεύνησης, στην παρούσα μελέτη, της σχέσης του FoMO με τη Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα, που αναλύεται στη συνέχεια.

Από τον έλεγχο των κλιμάκων του Παθολογικού Ναρκισσισμού ανάλογα με τα επίπεδα του FoMO, προέκυψε ότι υψηλότερα επίπεδα FoMO σχετίζονταν με εντονότερο συνολικό Παθολογικό Ναρκισσισμό, «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα».

Τα ευρήματα αυτά επιβεβαιώνουν σχετικές έρευνες, που καταδεικνύουν την ύπαρξη θετικής συσχέτισης του συνολικού Παθολογικού Ναρκισσισμού (Akat et al., 2022), αλλά και των επιμέρους διαστάσεών του – «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» (Carone et al., 2023) και Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» (Brailovskaia et al., 2023) - με το FoMO.

Η παρατηρούμενη σχέση του Παθολογικού Ναρκισσισμού και των διαστάσεών του με το FoMO μπορεί να ερμηνευθεί βάσει της θεωρίας του Αυτοκαθορισμού και του μοντέλου I-PACE. Όπως έχει ήδη αναφερθεί, ο Παθολογικός Ναρκισσισμός χαρακτηρίζεται, βάσει της θεωρίας του Αυτοκαθορισμού, από τη μη επαρκή ικανοποίηση βασικών ψυχολογικών αναγκών

(επάρκεια, αυτονομία, σχετίζεσθαι), η οποία οδηγεί σε ελλειμματικές αυτορρυθμιστικές ικανότητες, έκφραση των οποίων αποτελεί το FoMO, βάσει του μοντέλου I-PACE.

Επιπλέον, όσον αφορά στη συσχέτιση της Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ με τον Παθολογικό Ναρκισσισμό, την Ανασφαλή Προσκόλληση και το FoMO, βρέθηκε σημαντική συσχέτιση της κλίμακας Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ με τον Παθολογικό Ναρκισσισμό και το Άγχος Προσκόλλησης. Επομένως, υψηλότερος Παθολογικός Ναρκισσισμός, συνολικά και στις επιμέρους διαστάσεις του, και υψηλότερο Άγχος Προσκόλλησης σχετίζονταν με αυξημένη Ενασχόληση με τα ΜΚΔ. Ομοίως, αυξημένη Ενασχόληση με τα ΜΚΔ ήταν σημαντικά συσχετισμένη με μεγαλύτερα επίπεδα FoMO. Η σημαντική συσχέτιση της Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ με τον Παθολογικό Ναρκισσισμό υποστηρίχθηκε από την έρευνα των Barberis και συνεργατών (2023), με τη διάσταση του Άγχους από την έρευνα της Alfasi (2022) και με το FoMO από τους Agarwal και Mewafarosh (2021).

Από τις πολυπαραγοντικές γραμμικές παλινδρομήσεις που πραγματοποιήθηκαν για την εύρεση των παραγόντων που σχετίζονται με την Ενασχόληση με τα ΜΚΔ (παρ' όλο που δε συμπεριλαμβάνονταν στις ερευνητικές υποθέσεις) προέκυψε ότι το φύλο, η ηλικία, το εκπαιδευτικό επίπεδο, ο Παθολογικός Ναρκισσισμός και οι δύο του διαστάσεις σχετίζονται με την Ενασχόληση με τα ΜΚΔ. Αναλυτικότερα, οι γυναίκες ασχολούνταν περισσότερο με τα ΜΚΔ συγκριτικά με τους άντρες, όσοι ανήκαν στις ηλικιακές κατηγορίες 42-54 ή άνω των 55 ασχολούνταν λιγότερο συχνά από ότι οι 18-41 ετών, οι απόφοιτοι Μεταπτυχιακών/Διδακτορικών σπουδών ασχολούνταν λιγότερο συχνά από ότι όσοι ήταν το πολύ απόφοιτοι Λυκείου, ενώ αυξημένος Παθολογικός Ναρκισσισμός, «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» σχετίζονταν με συχνότερη Ενασχόληση με τα ΜΚΔ. Τη μεγαλύτερη επίδραση στην κλίμακα Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ την είχε ο Παθολογικός Ναρκισσισμός και ακολουθούσε η ηλικία. Τα ευρήματα δε θα αναλυθούν περαιτέρω σε αυτή την εργασία, ωστόσο συνιστούν υλικό για μελλοντική διερεύνηση.

Αντίστοιχα, από τις πολυπαραγοντικές γραμμικές παλινδρομήσεις που πραγματοποιήθηκαν για την εύρεση των παραγόντων που σχετίζονται με το FoMO, διαπιστώθηκε συσχέτιση με το εκπαιδευτικό επίπεδο, τη διάσταση του Άγχους, τον Παθολογικό Ναρκισσισμό και τις δύο διαστάσεις του. Συγκεκριμένα, οι απόφοιτοι Μεταπτυχιακών/Διδακτορικών σπουδών είχαν χαμηλότερο FoMO από όσους ήταν το πολύ απόφοιτοι Λυκείου. Αυξημένο Άγχος Προσκόλλησης σχετιζόταν με υψηλότερο FoMO. Ομοίως, αυξημένος Παθολογικός Ναρκισσισμός, «Ναρκισσιστικό Μεγαλείο» και «Ναρκισσιστική Ευαλωτότητα» σχετίζονταν με υψηλότερο FoMO. Μεγαλύτερη επίδραση στην κλίμακα FoMOs είχε ο Παθολογικός Ναρκισσισμός και ακολουθούσε το Άγχος Προσκόλλησης. Όσον αφορά στη

σχέση του FoMO με το Άγχος, καθώς και με τον Παθολογικό Нарκисσισμό και τις διαστάσεις του, αυτή αναλύθηκε νωρίτερα. Σχετικά με την αρνητική συσχέτιση του FoMO με το εκπαιδευτικό επίπεδο τα ερευνητικά ευρήματα παρουσιάζονται αντικρουόμενα. Περαιτέρω ανάλυση είναι εκτός των ορίων της παρούσας εργασίας.

14.1 Περιορισμοί της έρευνας

Η παρούσα μελέτη, παρά την προσέγγιση του θέματος της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ μέσω της διερεύνησης πολλαπλών παραγόντων που δυνητικά επηρεάζουν την ανάπτυξή της, δεν στερείται περιορισμών.

Αρχικά, η φύση της μελέτης ήταν συγχρονική με αποτέλεσμα να μην είναι εφικτή η εξαγωγή συμπερασμάτων περί σχέσεων αιτιότητας. Θα ήταν χρήσιμη η διεξαγωγή διαχρονικών σχετικών μελετών, προκειμένου να διευκρινιστεί η συμβολή των μελετώμενων παραγόντων στην ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ με ακρίβεια και με λεπτομερή σκιαγράφηση των πολύπλοκων αλληλεπιδράσεων και συσχετίσεων που φαίνεται να χαρακτηρίζουν το φαινόμενο. Χρήσιμη θα ήταν και η διερεύνηση αντίστροφης σχέσης, εν προκειμένω, εάν η Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ συμβάλλει στην ανάπτυξη ή επιδείνωση Άγχους Προσκόλλησης, Παθολογικού Нарκисσισμού και FoMO.

Επιπλέον, η αποκλειστική χρήση ερωτηματολογίων αυτοαναφοράς για τη συλλογή των δεδομένων συνοδεύεται από την πιθανότητα συστηματικών σφαλμάτων σχετικών τόσο με την τάση παροχής κοινωνικά επιθυμητών απαντήσεων, όσο και με ενδεχόμενα σφάλματα μνήμης ή και ακρίβειας των συμμετεχόντων σχετικά με την εκτίμηση των συμπεριφορών τους. Η συμπερίληψη αντικειμενικών τρόπων συλλογής των σχετικών δεδομένων, όπως ηλεκτρονικές ενδείξεις που παρέχουν οι συσκευές σχετικά με την Ενασχόληση με τις διάφορες πλατφόρμες ή πληροφορίες σχετικά με τον αριθμό των προφίλ που διατηρεί κανείς σε διαφορετικά ΜΚΔ, θα μπορούσε να συμβάλλει στη διασταύρωση των δεδομένων, εξασφαλίζοντας έτσι μεγαλύτερη αξιοπιστία και ακρίβεια.

Επιπροσθέτως, παρά το γεγονός ότι το μέγεθος του δείγματος ήταν μεγάλο και με εκτεταμένο ηλικιακό εύρος, συμβάλλοντας έτσι στη δυνατότητα γενίκευσης των συμπερασμάτων, ωστόσο πρόκειται για δείγμα ευκολίας, οπότε τίθενται ζητήματα αντιπροσωπευτικότητας. Χαρακτηριστικά, η συντριπτική πλειοψηφία ήταν γυναίκες.

14.2 Συμπεράσματα - Προτάσεις για μελλοντικές έρευνες

Παρά τους προαναφερθέντες περιορισμούς, η παρούσα μελέτη συμβάλλει σημαντικά στην κατανόηση του φαινομένου της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ στον ενήλικο ελληνικό πληθυσμό, προσεγγίζοντας το ζήτημα πολυπαραγοντικά.

Συγκεκριμένα, αναδείχθηκε η σημαντική σχέση του συνδρόμου FoMO και του Παθολογικού Нарκισσισμού με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, καθώς και ο ρόλος του FoMO ως μερικού διαμεσολαβητή της σχέσης Παθολογικού Нарκισσισμού και Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ. Το σύνδρομο FoMO, καθώς και ο Нарκισσισμός, που παρουσιάζει αυξητικές τάσεις, χρίζουν περαιτέρω διερεύνησης ως παράγοντες που συμβάλλουν στην Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, αλλά και επηρεάζονται από αυτή.

Επιπλέον, διαπιστώθηκε η σχέση του βαθμού Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ και της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ, καθώς και η επίδραση δημογραφικών παραγόντων, όπως η ηλικία και το μορφωτικό επίπεδο. Όσον αφορά στη συμβολή της Ανασφαλούς Προσκόλλησης, χρειάζεται περαιτέρω διερεύνηση και ενδεχομένως και με διαφορετικά εργαλεία μέτρησης.

Φαίνεται πως η μη επαρκής ικανοποίηση βασικών ψυχολογικών αναγκών σχετίζεται με την ανάπτυξη Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ και ενδεχομένως διαιωνίζεται από αυτή ακολουθώντας μία πορεία κυκλικής ανατροφοδότησης. Τα ευρήματα αυτά μπορούν να πλαισιωθούν και να ερμηνευθούν βάσει διαφορετικών θεωριών με ορισμένα, ωστόσο, κοινά στοιχεία. Τόσο η Θεωρία του Αυτοκαθορισμού, και η Θεωρία της Αντισταθμιστικής Χρήσης του Διαδικτύου, όσο και τα μοντέλα των «Χρήσεων και Ικανοποιήσεων» και I-PACE προτάσσουν την έννοια των αναγκών και της ικανοποίησής τους ως κομβική για το ζήτημα της ανάπτυξης Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.

Μελλοντικά, θα ήταν χρήσιμο να διεξαχθούν έρευνες, οι οποίες θα περιλαμβάνουν και τη διερεύνηση συγκεκριμένων αναγκών και κινήτρων για τη χρήση των ΜΚΔ, ώστε να αποσαφηνιστούν οι πιο ειδικοί παράγοντες που συμβάλλουν στην Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ. Επιπλέον, θα ήταν ενδιαφέρον να μελετηθούν οι επιμέρους ανάγκες, που δυνητικά συμβάλλουν στην Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, σε συνδυασμό με τη διερεύνηση της χρήσης διαφορετικών πλατφορμών κοινωνικής δικτύωσης, καθώς και των επιμέρους τεχνικών χαρακτηριστικών και δυνατοτήτων που η κάθε μία προσφέρει, δεδομένου ότι αυτά τα στοιχεία σχετίζονται και με τις προσδοκίες για την ικανοποίηση των αναγκών από τα ΜΚΔ, συμβάλλοντας πιθανώς σε διαφορετικό βαθμό στην ανάπτυξη της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ.

Με αφορμή τα ευρήματα για τη σχέση δημογραφικών στοιχείων, καθώς και του βαθμού Ενασχόλησης με τα ΜΚΔ, με την Προβληματική Χρήση των ΜΚΔ, οι μεταβλητές αυτές θα μπορούσαν να συμπεριληφθούν στις ερευνητικές υποθέσεις μελλοντικών ερευνών.

Επιπλέον, ιδιαιτέρως διαφωτιστική για τη βαθύτερη κατανόηση του φαινομένου της Προβληματικής Χρήσης των ΜΚΔ θα ήταν η μελέτη των προαναφερθέντων παραγόντων, χρησιμοποιώντας δείγματα με μεγαλύτερη ετερογένεια, καθώς είναι σημαντική η διερεύνηση και κατανόηση των διαφορετικών πολιτισμικών επιρροών.

Τέλος, βάσει ερευνητικών διαπιστώσεων, η επαρκής ικανοποίηση βασικών ψυχολογικών αναγκών και η συνακόλουθη αυτορρυθμιστική δυνατότητα συνδέονται με πιο λειτουργικές και δια ζώσης κοινωνικές αλληλεπιδράσεις, περιορίζοντας την ανάγκη και την παρόρμηση για εκτεταμένη αλληλεπίδραση σε εικονικά περιβάλλοντα σε ρόλο υποκαταστάτου. Επομένως, τα δεδομένα από τη σχετική ερευνητική δραστηριότητα θα μπορούσαν να αξιοποιηθούν για την κατάρτιση και εφαρμογή κατάλληλων και στοχευμένων προληπτικών και θεραπευτικών προγραμμάτων για την προώθηση της λειτουργικής και ουσιαστικής αλληλεπίδρασης, ώστε να περιοριστούν οι δυσμενείς για τη λειτουργικότητα επιπτώσεις που συνοδεύουν την ψηφιακή υποκατάσταση των δεσμών.

Βιβλιογραφικές Αναφορές

Agarwal, S., & Mewafarosh, R. (2021). Linkage of social media engagement with Fomo and subjective wellbeing. *Journal of Content, Community & Communication*, 13(7), 46-57. <https://doi.org/10.31620/JCCC.06.21/06>

Ahmed, E., & Ahmed, S. (2025). Social media addiction, personality traits, and disorders: an overview of recent literature. *Current Opinion in Psychiatry*, 38(1), 72-77. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000969>

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.

Akat, M., Arslan, C., & Hamarta, E. (2023). Dark triad personality and phubbing: The mediator role of FoMO. *Psychological Reports*, 126(4), 1803-1821. <https://doi.org/10.1177/00332941221109119>

Alfasi, Y. (2022). Attachment style and social media fatigue: The role of usage-related stressors, self-esteem, and self-concept clarity. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16(2), Article 2. <https://doi.org/10.5817/CP2022-2-2>

Alshakhsi, S., Babiker, A., Montag, C., & Ali, R. (2023). On the association between personality, fear of missing out (FoMO) and problematic social media use tendencies in European and Arabian samples. *Acta Psychologica*, 240, 104026. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.104026>

Alt, D., & Boniel-Nissim, M. (2018a). Links between adolescents' deep and surface learning approaches, problematic internet use, and fear of missing out (FoMO). *Internet Interventions*, 13, 30-39. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2018.05.002>

Alt, D., & Boniel-Nissim, M. (2018b). Using multidimensional scaling and PLS-SEM to assess the relationships between personality traits, problematic internet use, and fear of missing out. *Behaviour & Information Technology*, 37(12), 1264-1276. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1502353>

Alt, D., & Boniel-Nissim, M. (2018c). Parent–adolescent communication and problematic internet use: The mediating role of fear of missing out (FoMO). *Journal of Family Issues*, 39(13), 3391-3409. <https://doi.org/10.1177/0192513X18783493>

Altuwairiqi, M., Jiang, N., & Ali, R. (2019). Problematic attachment to social media: five behavioural archetypes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(12), 2136. <https://doi.org/10.3390/ijerph16122136>

Alutaybi, A., Al-Thani, D., McAlaney, J., & Ali, R. (2020). Combating fear of missing out (FoMO) on social media: The FoMO-R method. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), 6128. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176128>

Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale. *Psychological Reports*, 110(2), 501-517. <https://doi.org/10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517>

Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). The Relationship between Addictive Use of Social Media and Video Games and Symptoms of Psychiatric Disorders: A Large-scale Cross-sectional Study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30(2), 252–262. <https://doi.org/10.1037/adb0000160>

Andreassen, C. S., & Pallesen, S. (2014). Social network site addiction-an overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4053-4061. <https://doi.org/10.2174/13816128113199990616>

Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287-293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>

Atroszko, P. A., Balcerowska, J. M., Bereznowski, P., Biernatowska, A., Pallesen, S., & Andreassen, C. S. (2018). Facebook addiction among Polish undergraduate students: Validity of measurement and relationship with personality and well-being. *Computers in Human Behavior*, 85, 329-338. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.04.001>

Bakogianni, K. (2022). *F.O.M.O. Syndrome and its Effect on Job Performance*. [Unpublished master's thesis]. Agricultural University of Athens.

- Balcerowska, J. M., Sawicki, A., Brailovskaia, J., & Zajenkowski, M. (2023). Different aspects of narcissism and Social Networking Sites addiction in Poland and Germany: The mediating role of positive and negative reinforcement expectancies. *Personality and Individual Differences*, 207, 112172. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112172>
- Barberis, N., Sanchez-Ruiz, M. J., Cannavò, M., Calaresi, D., & Verrastro, V. (2023). The dark triad and trait emotional intelligence as predictors of problematic social media use and engagement: the mediating role of the fear of missing out. *Clinical Neuropsychiatry*, 20(2), 129. <https://doi.org/10.36131/cnforitieditore20230205>
- Bennett, C. S. (2006). Attachment theory and research applied to the conceptualization and treatment of pathological narcissism. *Clinical Social Work Journal*, 34(1), 45–60. <https://doi.org/10.1007/s10615-005-0001-9>
- Beyens, I., Frison, E., & Eggermont, S. (2016). “I don’t want to miss a thing”: Adolescents’ fear of missing out and its relationship to adolescents’ social needs, Facebook use, and Facebook related stress. *Computers in Human Behavior*, 64, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.083>
- Biberdzic, M., Tan, J., & Day, N. J. (2023). “It’s not you, it’s me”: identity disturbance as the main contributor to interpersonal problems in pathological narcissism. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 10(1), 3. <https://doi.org/10.1186/s40479-022-00209-6>
- Błachnio, A., & Przepiórka, A. (2018). Facebook intrusion, fear of missing out, narcissism, and life satisfaction: A cross-sectional study. *Psychiatry Research*, 259, 514-519. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.11.012>
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences*, 116, 69–72. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.039>
- Bogaert, A. F., & Sadava, S. (2002). Adult attachment and sexual behavior. *Personal Relationships*, 9(2), 191–204. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00012>

Boustead, R., & Flack, M. (2021). Moderated-mediation analysis of problematic social networking use: The role of anxious attachment orientation, fear of missing out and satisfaction with life. *Addictive Behaviors*, *119*, 106938. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106938>

Bowlby, J. (1973). Attachment and loss. Vol. 2: Separation: anxiety and anger. New York, NY: Basic Books.

Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2017). Facebook addiction disorder (FAD) among German students — a longitudinal approach. *PloS one*, *12*(12), e0189719. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0189719>

Brailovskaia, J., Margraf, J., & Köllner, V. (2019). Addicted to Facebook? Relationship between Facebook Addiction Disorder, duration of Facebook use and narcissism in an inpatient sample. *Psychiatry Research*, *273*, 52-57. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.01.016>

Brailovskaia, J., Schillack, H., & Margraf, J. (2018). Facebook addiction disorder in Germany. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *21*(7), 450-456. <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0140>

Brailovskaia, J., Ozimek, P., Rohmann, E., & Bierhoff, H. W. (2023). Vulnerable narcissism, fear of missing out (FoMO) and addictive social media use: A gender comparison from Germany. *Computers in Human Behavior*, *144*, 107725. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107725>

Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K., & Potenza, M. N. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *71*, 252-266. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.08.033>

Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Müller, A., Wölfling, K., Robbins, T. W., & Potenza, M. N. (2019). The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model for addictive behaviors: Update, generalization to addictive behaviors beyond internet-use disorders, and specification of the process character of addictive behaviors. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *104*, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.06.032>

Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). *Self-report Measurement of Adult Romantic Attachment: An Integrative Overview*. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.

Burnell, K., George, M. J., Vollet, J. W., Ehrenreich, S. E., & Underwood, M. K. (2019). Passive social networking site use and well-being: The mediating roles of social comparison and the fear of missing out. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, *13*(3), article 5. <http://dx.doi.org/10.5817/CP2019-3-5>

Carone, N., Benzi, I. M. A., Parolin, L. A. L., & Fontana, A. (2023). “I can't miss a thing”–The contribution of defense mechanisms, grandiose narcissism, and vulnerable narcissism to fear of missing out in emerging adulthood. *Personality and Individual Differences*, *214*, 112333. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112333>

Casale, S., & Fioravanti, G. (2020). Factor structure and psychometric properties of the Italian version of the fear of missing out scale in emerging adults and adolescents. *Addictive Behaviors*, *102*, 106179. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106179>

Casale, S., Fioravanti, G., & Rugai, L. (2016a). Grandiose and vulnerable narcissists: Who is at higher risk for social networking addiction?. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *19*(8), 510-515. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0189>

Casale, S., Fioravanti, G., Rugai, L., Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2016b). The interpersonal expression of perfectionism among grandiose and vulnerable narcissists: Perfectionistic self-presentation, effortless perfection, and the ability to seem perfect. *Personality and Individual Differences*, *99*, 320-324. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.05.026>

Casale, S., & Fioravanti, G. (2018). Why narcissists are at risk for developing Facebook addiction: The need to be admired and the need to belong. *Addictive Behaviors*, *76*, 312-318. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2017.08.038>

Casale, S., & Banchi, V. (2020). Narcissism and problematic social media use: A systematic literature review. *Addictive Behaviors Reports*, *11*, 100252. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100252>

Chen, A. (2019). From attachment to addiction: The mediating role of need satisfaction on social networking sites. *Computers in Human Behavior*, 98, 80-92. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.03.034>

Chen, I. H., Strong, C., Lin, Y. C., Tsai, M. C., Leung, H., Lin, C. Y., ... & Griffiths, M. D. (2020). Time invariance of three ultra-brief internet-related instruments: Smartphone application-based addiction scale (SABAS), Bergen social media addiction scale (BSMAS), and the nine-item internet gaming disorder scale-short form (IGDS-SF9)(study Part B). *Addictive Behaviors*, 101, 105960. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.04.018>

Cheng, C., Lau, Y. C., Chan, L., & Luk, J. W. (2021). Prevalence of social media addiction across 32 nations: Meta-analysis with subgroup analysis of classification schemes and cultural values. *Addictive Behaviors*, 117, 106845. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106845>

Choi, Y. (2018). Narcissism and social media addiction in workplace. *The Journal of Asian Finance, Economics and Business*, 5(2), 95-104. <https://doi.org/10.13106/jafeb.2018.vol5.no2.95>

Chung, K. L., Morshidi, I., Yoong, L. C., & Thian, K. N. (2019). The role of the dark tetrad and impulsivity in social media addiction: Findings from Malaysia. *Personality and Individual Differences*, 143, 62-67. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.02.016>

Clayton, R. B., Osborne, R. E., Miller, B. K., & Oberle, C. D. (2013). Loneliness, anxiousness, and substance use as predictors of Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 687-693. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.12.002>

Costanzo, A., Santoro, G., Russo, S., Cassarà, M.S., Midolo, L.R., Billieux, J., & Schimmenti, A. (2021). Attached to Virtual Dreams. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 209(9), 656-664. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000001356>

Dadiotis, A., Bacopoulou, F., Kokka, I., Vlachakis, D., Chrousos, G. P., Darviri, C., & Roussos, P. (2021). Validation of the Greek Version of the Bergen Social Media Addiction Scale in Undergraduate Students. *EMBnet. Journal*, 26(1), Article e975. <https://doi.org/10.14806/ej.26.1.975>

D'Arienzo, M. C., Boursier, V., & Griffiths, M. D. (2019). Addiction to social media and attachment styles: a systematic literature review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17, 1094-1118. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00082-5>

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19(2), 109-134. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(85\)90023-6](https://doi.org/10.1016/0092-6566(85)90023-6)

Demircioğlu, Z. I., & Göncü Köse, A. (2021). Effects of attachment styles, dark triad, rejection sensitivity, and relationship satisfaction on social media addiction: A mediated model. *Current Psychology*, 40(1), 414-428. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9956-x>

Dempsey, A. E., O'Brien, K. D., Tiarniyu, M. F., & Elhai, J. D. (2019). Fear of missing out (FoMO) and rumination mediate relations between social anxiety and problematic Facebook use. *Addictive Behaviors Reports*, 9, 100150. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2018.100150>

Dhir, A., Yossatorn, Y., Kaur, P., & Chen, S. (2018). Online social media fatigue and psychological wellbeing—A study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression. *International Journal of Information Management*, 40, 141-152. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2018.01.012>

Duradoni, M., Innocenti, F., Mattiassi, A. D., & Guazzini, A. (2023). Italian Validation of the Social Media Engagement Questionnaire (SME-Q): A Preregistered Study. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2023(1), 2363112. <https://doi.org/10.1155/2023/2363112>

El Asam, A., Samara, M., & Terry, P. (2019). Problematic internet use and mental health among British children and adolescents. *Addictive Behaviors*, 90, 428-436. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.09.007>

Elhai, J. D., Levine, J. C., Alghraibeh, A. M., Alafnan, A. A., Aldraiweesh, A. A., & Hall, B. J. (2018). Fear of missing out: Testing relationships with negative affectivity, online social engagement, and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 89, 289-298. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.020>

Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, *63*, 509-516. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.079>

Elhai, J. D., Yang, H., Fang, J., Bai, X., & Hall, B. J. (2020a). Depression and anxiety symptoms are related to problematic smartphone use severity in Chinese young adults: Fear of missing out as a mediator. *Addictive Behaviors*, *101*, 105962. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.04.020>

Elhai, J. D., Yang, H., Rozgonjuk, D., & Montag, C. (2020b). Using machine learning to model problematic smartphone use severity: The significant role of fear of missing out. *Addictive Behaviors*, *103*, 106261. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106261>

Elhai, J. D., Yang, H., & Montag, C. (2021). Fear of missing out (FOMO): overview, theoretical underpinnings, and literature review on relations with severity of negative affectivity and problematic technology use. *Brazilian Journal of Psychiatry*, *43*(2), 203-209. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0870>

Ellina, E., & Parpottas, P. (2023). The Role of Narcissism and Attachment in Adult Romantic Relationships: A Study of Greek-speaking Adult Participants. *The European Journal of Counselling Psychology*. <https://doi.org/10.46853/001c.84014>

Fegan, R. B., & Bland, A. R. (2021). Social media use and vulnerable narcissism: The differential roles of oversensitivity and egocentricity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(17), 9172. <https://doi.org/10.3390/ijerph18179172>

Ferris, A. L., Hollenbaugh, E. E., & Sommer, P. A. (2021). Applying the uses and gratifications model to examine consequences of social media addiction. *Social Media + Society*, *7*(2), 20563051211019003. <https://doi.org/10.1177/20563051211019003>

Flores, P. J. (2004). *Addiction as an attachment disorder*. Jason Aronson.

Flynn, S., Noone, C., & Sarma, K. M. (2018). An exploration of the link between adult attachment and problematic Facebook use. *BMC Psychology*, *6*(1), 34. <https://doi.org/10.1186/s40359-018-0245-0>

Fossati, A., Feeney, J., Pincus, A., Borroni, S., & Maffei, C. (2015). The structure of pathological narcissism and its relationships with adult attachment styles: A study of Italian nonclinical and

clinical adult participants. *Psychoanalytic Psychology*, 32(3), 403–431. <https://doi.org/10.1037/a0037175>

Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An Item Response Theory Analysis of Self-report Measures of Adult Attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350-365. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.350>

Franchine, V., Vanden Abeele, M., Van Rooij, A. J., Lo Coco, G., & De Marez, L. (2018). Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among Flemish adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(10), 2319. <https://doi.org/10.3390/ijerph15102319>

Giancola, M., Perazzini, M., Bontempo, D., Perilli, E., & D'Amico, S. (2024). Narcissism and problematic social media use: a moderated mediation analysis of fear of missing out and trait mindfulness in youth. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 1-11. <https://doi.org/10.1080/10447318.2024.2411468>

Gori, A., Topino, E., & Griffiths, M. D. (2023). The associations between attachment, self-esteem, fear of missing out, daily time expenditure, and problematic social media use: A path analysis model. *Addictive Behaviors*, 141, 107633. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107633>

Grieve, R., & March, E. (2021). 'Just checking': vulnerable and grandiose narcissism subtypes as predictors of phubbing. *Mobile Media & Communication*, 9(2), 195-209. <https://doi.org/10.1177/2050157920942276>

Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191–197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>

Griffiths, M. D., Kuss, D. J., & Demetrovics, Z. (2014). *Social networking addiction: An overview of preliminary findings*. In K. P. Rosenberg & L. Curtiss Feder (Eds.), *Behavioral addictions: Criteria, evidence, and treatment* (pp. 119–141). Elsevier Academic Press

Hart, J., Nailling, E., Bizer, G. Y., & Collins, C. K. (2015). Attachment theory as a framework for explaining engagement with Facebook. *Personality and Individual Differences, 77*, 33-40. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.12.016>

Hesse, E., & Main, M. (2006). Frightened, threatening, and dissociative parental behavior in low-risk samples: Description, discussion, and interpretations. *Development and Psychopathology, 18*(2), 309-343. <https://doi.org/10.1017/S0954579406060172>

Hussain, Z., & Griffiths, M. D. (2018). Problematic social networking site use and comorbid psychiatric disorders: A systematic review of recent large-scale studies. *Frontiers in Psychiatry, 9*, 686. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2018.00686>

Hussain, Z., Wegmann, E., & Griffiths, M. D. (2021). The association between problematic social networking site use, dark triad traits, and emotion dysregulation. *BMC Psychology, 9*, 1-13. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00668-6>

Jiang, L., Lu, A., Lin, Y., Liu, S., Li, J., Song, T., Li, C., Huang, X., Wang, X., Luo, J., Ye, L., Jian, Y., & Zhong, W. (2023). Fear of missing out as a mediator and social capital as a moderator of the relationship between the narcissism and the social media use among adolescents. *Psihologija, 56*(4), 451–474. <https://doi.org/10.2298/PSI211212024J>

Jonason, P. K., & Webster, G. D. (2010). The dirty dozen: A concise measure of the dark triad. *Psychological Assessment, 22*(2), 420–432. <https://doi.org/10.1037/a0019265>

Karakoula, P., & Triliva, S., & Tsaousis, I. (2013). Description of the basic psychometric characteristics and the factor structure of the Greek version of the Pathological Narcissism Inventory. *Psychology: the Journal of the Hellenic Psychological Society, 20*(2), 160-175. https://doi.org/10.12681/psy_hps.23534

Karakoula, P., & Triliva, S. (2016). Narcissistic Vulnerability and Addiction: Findings From a Study of People in Treatment. *Journal of Drug Issues, 46*(4), 396-410. <https://doi.org/10.1177/0022042616659761>

Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior, 31*, 351-354. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.059>

Katehakis, A. (2009). Affective neuroscience and the treatment of sexual addiction. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 16(1), 1-31. <https://doi.org/10.1080/10720160802708966>

Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1974). Utilization of Mass Communication by the Individual. In Blumler, J. G., & Katz, E. (Eds.), *The Uses of Mass Communications: Current Perspectives on Gratifications Research* (pp. 19-32). Beverly Hills: Sage Publications.

Kaye, L. K. (2021). Exploring the “socialness” of social media. *Computers in Human Behavior Reports*, 3, 100083. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100083>

Kim, J., LaRose, R., & Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology & Behavior*, 12(4), 451-455. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0327>

Kircaburun, K., Demetrovics, Z., & Tosuntaş, Ş. B. (2019). Analyzing the links between problematic social media use, dark triad traits, and self-esteem. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17, 1496-1507. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9900-1>

Koçak, O., Arslan, H., & Erdoğan, A. (2021). Social media use across generations: from addiction to engagement. *European Integration Studies*, (15), 63-77. <https://doi.org/10.5755/j01.eis.1.15.29080>

Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction—a review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528-3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>

Latikka, R., Koivula, A., Oksa, R., Savela, N., & Oksanen, A. (2022). Loneliness and psychological distress before and during the COVID-19 pandemic: Relationships with social media identity bubbles. *Social Science & Medicine*, 293, 114674. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114674>

Lee, D. Y. (2013). The role of attachment style in building social capital from a social networking site: The interplay of anxiety and avoidance. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1499-1509. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.01.012>

- Lee, W. K. (2017). The relationship between Narcissism and problematic social networking sites (SNS) use: Mediating role of attachment instability. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience*, 19(3), 1-5. <https://doi.org/10.4172/1522-4821.1000366>
- Lee, S. L. (2019). Predicting SNS addiction with the Big Five and the Dark Triad. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 13 (1), Article 3. <https://doi.org/10.5817/CP2019-1-3>
- Liu, C., & Ma, J. (2018). Development and validation of the Chinese social media addiction scale. *Personality and Individual Differences*, 134, 55-59. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.05.046>
- Liu, C., & Ma, J. L. (2019a). Adult attachment orientations and social networking site addiction: The mediating effects of online social support and the fear of missing out. *Frontiers in Psychology*, 10, 476027. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02629>
- Liu, C., & Ma, J. L. (2019b). Adult attachment style, emotion regulation, and social networking sites addiction. *Frontiers in Psychology*, 10, Article 2352. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02352>
- Liu, C., & Ma, J. (2020). Social support through online social networking sites and addiction among college students: The mediating roles of fear of missing out and problematic smartphone use. *Current Psychology*, 39(6), 1892-1899. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-0075-5>
- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121–160). The University of Chicago Press.
- Malik, S., & Khan, M. (2015). Impact of facebook addiction on narcissistic behavior and self-esteem among students. *JPMA. Journal of the Pakistan Medical Association*, 65(3), 260–263.
- Marino, C., Marci, T., Ferrante, L., Altoè, G., Vieno, A., Simonelli, A., Caselli, G. & Spada, M. M. (2019). Attachment and problematic Facebook use in adolescents: The mediating role of metacognitions. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(1), 63-78. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.07>

Marino, C., Manari, T., Vieno, A., Imperato, C., Spada, M. M., Franceschini, C., & Musetti, A. (2023). Problematic social networking sites use and online social anxiety: The role of attachment, emotion dysregulation and motives. *Addictive Behaviors*, *138*, 107572. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107572>

McCain, J. L., & Campbell, W. K. (2018). Narcissism and social media use: A meta-analytic review. *Psychology of Popular Media Culture*, *7*(3), 308-327. <https://doi.org/10.1037/ppm0000137>

Mehdizadeh, S. (2010). Self-presentation 2.0: Narcissism and self-esteem on Facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *13*(4), 357-364. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.02>

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). Reflections on security dynamics: Core constructs, psychological mechanisms, relational contexts, and the need for an integrative theory. *Psychological Inquiry*, *18*(3), 197-209. <https://doi.org/10.1080/10478400701512893>

Monacis, L., de Palo, V., Griffiths, M. D., & Sinatra, M. (2017a). Exploring individual differences in online addictions: The role of identity and attachment. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *15*, 853-868. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9768-5>

Monacis, L., de Palo, V., Griffiths, M. D., & Sinatra, M. (2017b). Social networking addiction, attachment style, and validation of the Italian version of the Bergen Social Media Addiction Scale. *Journal of Behavioral Addictions*, *6*(2), 178-186. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.023>

Montag, C., & Markett, S. (2023). Social media use and everyday cognitive failure: investigating the fear of missing out and social networks use disorder relationship. *BMC Psychiatry*, *23*(1), 872. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05371-x>

Montag, C., Wegmann, E., Sariyska, R., Demetrovics, Z., & Brand, M. (2021). How to overcome taxonomical problems in the study of Internet use disorders and what to do with “smartphone addiction”?. *Journal of Behavioral Addictions*, *9*(4), 908-914. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.59>

- Moore, K., & Craciun, G. (2021). Fear of missing out and personality as predictors of social networking sites usage: The Instagram case. *Psychological Reports, 124*(4), 1761-1787. <https://doi.org/10.1177/0033294120936184>
- Morf, C. C., & Rhodewalt, F. (2001). Unraveling the paradoxes of narcissism: A dynamic self-regulatory processing model. *Psychological Inquiry, 12*(4), 177-196. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1204_1
- Müller, S. M., Stolze, D., & Brand, M. (2021). Predictors of social-zapping behavior: Dark Triad, impulsivity, and procrastination facets contribute to the tendency toward last-minute cancellations. *Personality and Individual Differences, 168*, Article 110334. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110334>
- Musetti, A., Manari, T., Billieux, J., Starcevic, V., & Schimmenti, A. (2022). Problematic social networking sites use and attachment: A systematic review. *Computers in Human Behavior, 131*, 107199. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107199>
- Nikbin, D., Taghizadeh, S. K., & Rahman, S. A. (2022). Linking Dark Triad traits to Instagram addiction: The mediating role of motives. *Technology in Society, 68*, 101892. <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2022.101892>
- Otway, L. J., & Vignoles, V. L. (2006). Narcissism and childhood recollections: A quantitative test of psychoanalytic predictions. *Personality and Social Psychology Bulletin, 32*(1), 104-116. <https://doi.org/10.1177/0146167205279907>
- Ozimek, P., Bierhoff, H. W., & Hanke, S. (2018). Do vulnerable narcissists profit more from Facebook use than grandiose narcissists? An examination of narcissistic Facebook use in the light of self-regulation and social comparison theory. *Personality and Individual Differences, 124*, 168-177. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.12.016>
- Pellegrino, A., Stasi, A., & Bhatiasevi, V. (2022). Research trends in social media addiction and problematic social media use: A bibliometric analysis. *Frontiers in Psychiatry, 13*, 1017506. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1017506>

Péloquin, K., Brassard, A., Lafontaine, M. F., & Shaver, P. R. (2014). Sexuality examined through the lens of attachment theory: Attachment, caregiving, and sexual satisfaction. *The Journal of Sex Research*, 51(5), 561-576. <https://doi.org/10.1080/00224499.2012.757281>

Pincus, A. L., Ansell, E. B., Pimentel, C. A., Cain, N. M., Wright, A. G., & Levy, K. N. (2009). Initial Construction and Validation of the Pathological Narcissism Inventory. *Psychological Assessment*, 21(3), 365-379. <https://doi.org/10.1037/a0016530>

Şar, V., & Türk-Kurtça, T. (2021). The vicious cycle of traumatic narcissism and dissociative depression among young adults: a trans-diagnostic approach. *Journal of Trauma & Dissociation*, 22(5), 502-521. <https://doi.org/10.1080/15299732.2020.1869644>

Servidio, R., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2021). Dark Triad of Personality and Problematic Smartphone Use: A Preliminary Study on the Mediating Role of Fear of Missing Out. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16), 8463. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168463>

Sha, P., Sariyska, R., Riedl, R., Lachmann, B., & Montag, C. (2019). Linking internet communication and smartphone use disorder by taking a closer look at the Facebook and WhatsApp applications. *Addictive Behaviors Reports*, 9, 100148. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2018.100148>

Stead, H., & Bibby, P. A. (2017). Personality, fear of missing out and problematic internet use and their relationship to subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 76, 534-540. <https://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2017.08.016>

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, Emotional, and Behavioral Correlates of Fear of Missing Out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>

Reer, F., Tang, W. Y., & Quandt, T. (2019). Psychosocial well-being and social media engagement: The mediating roles of social comparison orientation and fear of missing out. *New Media & Society*, 21(7), 1486-1505. <https://doi.org/10.1177/1461444818823719>

Rozgonjuk, D., Sindermann, C., Elhai, J. D., & Montag, C. (2020). Fear of Missing Out (FoMO) and social media's impact on daily-life and productivity at work: Do WhatsApp, Facebook,

Instagram, and Snapchat Use Disorders mediate that association?. *Addictive Behaviors*, *110*, 106487. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106487>

Şar, V., & Türk-Kurtça, T. (2021). The vicious cycle of traumatic narcissism and dissociative depression among young adults: a trans-diagnostic approach. *Journal of Trauma & Dissociation*, *22*(5), 502-521. <https://doi.org/10.1080/15299732.2020.1869644>

Schindler, A. (2019). Attachment and substance use disorders—theoretical models, empirical evidence, and implications for treatment. *Frontiers in Psychiatry*, *10*, 727. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2019.00727>

Servidio, R., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2021). Dark triad of personality and problematic smartphone use: A preliminary study on the mediating role of fear of missing out. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(16), 8463. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168463>

Servidio, R., Koronczai, B., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2022). Problematic smartphone use and problematic social media use: The predictive role of self-construal and the mediating effect of fear missing out. *Frontiers in Public Health*, *10*, 814468. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.814468>

Sha, P., Sariyska, R., Riedl, R., Lachmann, B., & Montag, C. (2019). Linking internet communication and smartphone use disorder by taking a closer look at the Facebook and WhatsApp applications. *Addictive Behaviors Reports*, *9*, 100148. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2018.100148>

Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2010). New directions in attachment theory and research. *Journal of Social and Personal Relationships*, *27*(2), 163–172. <https://doi.org/10.1177/0265407509360899>

Shin, M., Lee, J., Chyung, Y. J., Kim, P. W., & Jung, S. Y. (2016). Integrating psychosocial and cognitive predictors of social networking service addiction tendency using structural equation modeling. *Psychologia*, *59*(4), 182-201. <https://doi.org/10.2117/psysoc.2016.182>

Smolewska, K., & Dion, K. (2005). Narcissism and adult attachment: A multivariate approach. *Self and Identity*, *4*(1), 59-68. <https://doi.org/10.1080/13576500444000218>

Stănculescu, E., & Griffiths, M. D. (2021). Anxious attachment and Facebook addiction: The mediating role of need to belong, self-esteem, and Facebook use to meet romantic partners. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(1), 333-349. <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00598-9>

Stead, H., & Bibby, P. A. (2017). Personality, fear of missing out and problematic internet use and their relationship to subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 76, 534-540. <https://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2017.08.016>

Sun, Y., & Zhang, Y. (2021). A review of theories and models applied in studies of social media addiction and implications for future research. *Addictive Behaviors*, 114, 106699. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106699>

Tandon, A., Dhir, A., Almgren, I., AlNemer, G. N., & Mäntymäki, M. (2021). Fear of missing out (FoMO) among social media users: a systematic literature review, synthesis and framework for future research. *Internet Research*, 31(3), 782-821. <https://doi.org/10.1108/INTR-11-2019-0455>

Tandon, A., Dhir, A., Talwar, S., Kaur, P., & Mäntymäki, M. (2022). Social media induced fear of missing out (FoMO) and phubbing: Behavioural, relational and psychological outcomes. *Technological Forecasting and Social Change*, 174, 121149. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2021.121149>

Tang, W. Y., Reer, F., & Quandt, T. (2022). The interplay of the Dark Triad and social media use motives to social media disorder. *Personality and Individual Differences*, 187, 111402. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111402>

Thiagarajan, S., Venkatachalam, Y., & Sebastian, K. (2017). What's feeding your monster? A look at narcissistic tendency and low self-esteem as driving forces behind the growth of social media dependency. *International Journal of Indian Psychology*, 4(3), 80-88. <https://doi.org/10.25215/0403.029>

Tomczyk, Ł., & Selmanagic-Lizde, E. (2018). Fear of Missing Out (FOMO) among youth in Bosnia and Herzegovina—Scale and selected mechanisms. *Children and Youth Services Review*, 88, 541-549. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.03.048>

- Tsagarakis, M., Kafetsios, K., & Stalikas, A. (2007). Reliability and Validity of the Greek Version of the Revised Experiences in Close Relationships Measure of Adult Attachment. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(1), 47-55. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.23.1.47>
- Tunc-Aksan, A., & Akbay, S. E. (2019). Smartphone addiction, fear of missing out, and perceived competence as predictors of social media addiction of adolescents. *European Journal of Educational Research*, 8(2), 559-566. <https://doi: 10.12973/eujer.8.2.559>
- Turel, O., Cavagnaro, D. R., & Meshi, D. (2018). Short abstinence from online social networking sites reduces perceived stress, especially in excessive users. *Psychiatry Research*, 270, 947-953. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.11.017>
- Vaillancourt-Morel, M. P., Daspe, M. È., Lussier, Y., & Giroux-Benoît, C. (2020). For the love of being liked: A moderated mediation model of attachment, likes-seeking behaviors, and problematic Facebook use. *Addiction Research & Theory*, 28(5), 397-405. <https://doi.org/10.1080/16066359.2019.1672667>
- Wegmann, E., & Brand, M. (2016). Internet-communication disorder: It's a matter of social aspects, coping, and Internet-use expectancies. *Frontiers in Psychology*, 7, 1747. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01747>
- 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>
- Wegmann, E., & Brand, M. (2019). A narrative overview about psychosocial characteristics as risk factors of a problematic social networks use. *Current Addiction Reports*, 6, 402-409. <https://doi.org/10.1007/s40429-019-00286-8>
- Weinstein, A., Dorani, D., Elhadif, R., Bukovza, Y., Yarmulnik, A., & Dannon, P. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. *Annals of Clinical Psychiatry*, 27(1), 4-9. <https://doi.org/10.1093/med/9780199380183.003.0001>
- Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590-597. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.4.590>

Wolniewicz, C. A., Tiamiyu, M. F., Weeks, J. W., & Elhai, J. D. (2018). Problematic smartphone use and relations with negative affect, fear of missing out, and fear of negative and positive evaluation. *Psychiatry Research*, *262*, 618-623.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2017.09.058>

Worsley, J. D., McIntyre, J. C., Bentall, R. P., & Corcoran, R. (2018a). Childhood maltreatment and problematic social media use: The role of attachment and depression. *Psychiatry Research*, *267*, 88-93. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.05.023>

Worsley, J. D., Mansfield, R., & Corcoran, R. (2018b). Attachment anxiety and problematic social media use: The mediating role of well-being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *21*(9), 563-568. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0555>

Wright, A. G. C., Lukowitsky, M. R., Pincus, A. L., & Conroy, D. E. (2010). The Higher Order Factor Structure and Gender Invariance of the Pathological Narcissism Inventory. *Assessment*, *17*(4), 467-483. <https://doi.org/10.1177/1073191110373227>

Yin, L., Wang, P., Nie, J., Guo, J., Feng, J., & Lei, L. (2021). Social networking sites addiction and FoMO: The mediating role of envy and the moderating role of need to belong. *Current Psychology*, *40*, 3879-3887. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00344-4>

Young, L., Kolubinski, D. C., & Frings, D. (2020). Attachment style moderates the relationship between social media use and user mental health and wellbeing. *Heliyon*, *6*(6). e04056. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04056>

Zhang, Y., Zhang, J., & Wang, Y. (2024). The relationship between attachment insecurity and pathological narcissism: A three-level meta-analysis. *Journal of Family Theory & Review*, *16*(4), 953-977. <https://doi.org/10.1111/jftr.12593>

Zhou, B. (2019). Fear of missing out, feeling of acceleration, and being permanently online: a survey study of university students' use of mobile apps in China. *Chinese Journal of Communication*, *12*(1), 66-83. <https://doi.org/10.1080/17544750.2018.1523803>