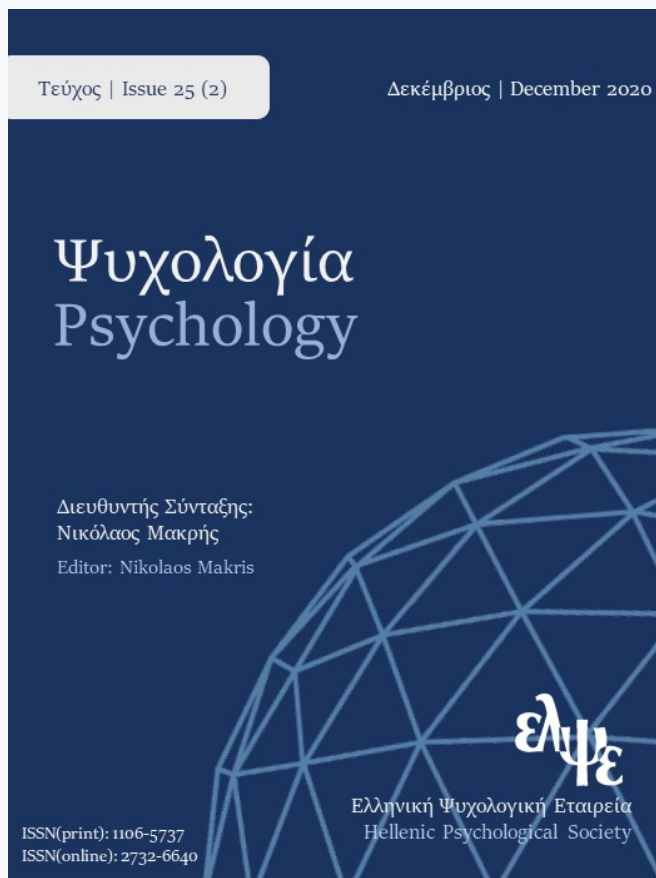


## Psychology: the Journal of the Hellenic Psychological Society

Vol 25, No 2 (2020)

Special Section: Contemporary Issues in Neuropsychology



### Internet use in emerging adulthood: Associations with life satisfaction, identity development, and attachment style

*Evangelia Karamanoli, Spyridon Tantaros, Vassilis Pavlopoulos*

doi: [10.12681/psy\\_hps.25589](https://doi.org/10.12681/psy_hps.25589)

Copyright © 2020, Ευαγγελία Καραμανώλη, Σπυρίδων Τάνταρος, Βασίλης Παυλόπουλος



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

### To cite this article:

Karamanoli, E., Tantaros, S., & Pavlopoulos, V. (2020). Internet use in emerging adulthood: Associations with life satisfaction, identity development, and attachment style. *Psychology: The Journal of the Hellenic Psychological Society*, 25(2), 93–108. [https://doi.org/10.12681/psy\\_hps.25589](https://doi.org/10.12681/psy_hps.25589)



## ΕΜΠΕΙΡΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ | RESEARCH PAPER

# Χρήση του Διαδικτύου στην Αναδυόμενη Ενηλικίωση: Σχέσεις με την Ικανοποίηση από τη Ζωή, την Ανάπτυξη της Ταυτότητας και τον Τύπο Δεσμού

Ευαγγελία ΚΑΡΑΜΑΝΩΛΗ<sup>1</sup>, Σπυρίδων ΤΑΝΤΑΡΟΣ<sup>1</sup>, Βασίλης ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΣ<sup>1</sup><sup>1</sup> Τμήμα Ψυχολογίας, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα, Ελλάδα

ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ	ΠΕΡΙΛΗΨΗ
αναδυόμενη ενηλικίωση, ικανοποίηση από τη ζωή, ταυτότητα, τύπος δεσμού, χρήση διαδικτύου	Τις τελευταίες δύο δεκαετίες η χρήση του διαδικτύου παρουσιάζει σημαντική αύξηση σε παγκόσμια κλίμακα. Σκοπός της παρούσας έρευνας ήταν η εξέταση της σχέσης ανάμεσα στη χρήση του διαδικτύου κατά την αναδυόμενη ενηλικίωση και σε βασικές διαστάσεις της ανάπτυξης σε αυτή την ηλικιακή περίοδο, δηλαδή την ικανοποίηση από τη ζωή, την ανάπτυξη της ταυτότητας και τον τύπο δεσμού. Προγενέστερες μελέτες έχουν δείξει ότι η αναδυόμενη ενηλικίωση είναι μια περίοδος υψηλού κινδύνου για υπερβολική χρήση του διαδικτύου. Το δείγμα αποτέλεσαν 500 αναδυόμενοι ενήλικες ηλικίας 18-25 ετών. Οι συμμετέχοντες συμπλήρωσαν: (α) το Τεστ Εθισμού στο Διαδίκτυο (Young, 1998), (β) την Κλίμακα Ικανοποίησης από τη Ζωή (Diener et al., 1985), (γ) την Κλίμακα Διαστάσεων Ανάπτυξης Ταυτότητας (Luyckx et al., 2008) και (δ) το Ερωτηματολόγιο Σχέσεων (Griffin & Bartholomew, 1994). Επίσης, παρείχαν πληροφορίες για τις ώρες ημερήσιας χρήσης του διαδικτύου, τις διαδικτυακές δραστηριότητες και διάφορες κοινωνικο-δημογραφικές μεταβλητές. Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι η υπερβολική χρήση του διαδικτύου σχετίζεται σημαντικά με τις ώρες ημερήσιας χρήσης και με τις διαδικτυακές δραστηριότητες. Επίσης, διαπιστώθηκε ότι οι άνδρες κάνουν σημαντικά μεγαλύτερη χρήση του διαδικτύου από τις γυναίκες. Οι αναδυόμενοι ενήλικες που δεν είναι ικανοποιημένοι από τις παρούσες συνθήκες της ζωής τους, που βρίσκονται σε διερεύνηση της ταυτότητάς τους σε εύρος ή σε μηρυκαστική διερεύνηση και που αποφεύγουν ή δεν νιώθουν άνετα με τις στενές διαπροσωπικές σχέσεις, είναι πιο πιθανό να καταφεύγουν σε υπερβολική χρήση του διαδικτύου. Τα συγκεκριμένα ευρήματα μπορούν να αποτελέσουν αφετηρία για την περαιτέρω διερεύνηση της χρήσης του διαδικτύου σε συνάρτηση με την ποιότητα ζωής των νέων.
ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ	
Σπυρίδων Τάνταρος, Τμήμα Ψυχολογίας, Φιλοσοφική Σχολή (κυψέλη 504), Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Πανεπιστημιούπολη Ζωγράφου, 15784 Αθήνα email: <a href="mailto:sgtan@psych.uoa.gr">sgtan@psych.uoa.gr</a>	

Το διαδίκτυο αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της σύγχρονης κοινωνίας. Προσφέροντας τη δυνατότητα απρόσκοπτης και γρήγορης ανταλλαγής μεγάλου όγκου πληροφοριών, το διαδίκτυο αποτελεί πλέον το βασικό μέσο επικοινωνίας, ενημέρωσης και ψυχαγωγίας για μεγάλα τμήματα του πληθυσμού. Στα πλαίσια αυτά, η συμμετοχή στις κάθε είδους διαδικτυακές δραστηριότητες (μέσα κοινωνικής δικτύωσης, ηλεκτρονική αλληλογραφία, forum/chat κ.ά.) εντάσσεται σήμερα στη διαδικασία κοινωνικοποίησης του ατόμου και την επηρεάζει σε σημαντικό βαθμό.

Αποτέλεσμα της αυξανόμενης χρήσης του διαδικτύου είναι οι ολοένα και πιο συχνά παρατηρούμενες παρεκκλίσεις της, κυρίως με τη μορφή του εθισμού στο διαδίκτυο. Η υπερβολική χρήση του διαδικτύου έχει αναγνωριστεί ως διαταραχή ήδη από τα τέλη της δεκαετίας του 1990 (Grohol, 1999) και έκτοτε έχει αποτελέσει αντικείμενο σημαντικής έρευνας (Wu et al., 2016). Η διάγνωσή της, αν και εμπεριέχει το στοιχείο του χρόνου

που το άτομο αφιερώνει στο διαδίκτυο, δεν περιορίζεται σε αυτό. Το Τεστ Εθισμού στο Διαδίκτυο (Internet Addiction Test, IAT· Young, 1998), το οποίο σήμερα χρησιμοποιείται ευρέως για τη μελέτη του εθισμού στο διαδίκτυο, περιλαμβάνει ερωτήσεις που αφορούν στο πώς η χρήση του διαδικτύου επηρεάζει την καθημερινότητα, την κοινωνική ζωή, την παραγωγικότητα, τις συνήθειες του ύπνου και τα συναισθήματα του ατόμου. Μέσω των ερωτήσεων αυτού του ψυχομετρικού μέσου, εξετάζεται η ανάγκη του ατόμου για ενασχόληση με διαδικτυακές δραστηριότητες, η ανάγκη για όλο και συχνότερη και μεγαλύτερης διάρκειας χρήση του διαδικτύου, η αδυναμία ελέγχου ή περιορισμού της χρήσης αυτής, η δυσθυμία που συνοδεύει τη χρήση, η μεγαλύτερης διάρκειας από την προγραμματισμένη χρήση του διαδικτύου, οι αρνητικές συνέπειες που επιφέρει η χρήση αυτή στη ζωή του ατόμου, η ανάγκη απόκρυψης της χρήσης του διαδικτύου από το οικείο περιβάλλον και, τέλος, η ανάγκη χρήσης του διαδικτύου ως μέσου διαφυγής από προβλήματα και δυσφορικές καταστάσεις. Το συγκεκριμένο ψυχομετρικό εργαλείο διακρίνει σε ήπια, μέτρια και υπερβολική χρήση του διαδικτύου (Young, 1998).

Σημειώνεται ότι στην παρούσα έρευνα προτιμάται ο όρος «υπερβολική χρήση του διαδικτύου» έναντι του όρου «εθισμός στο διαδίκτυο». Ο εθισμός παραπέμπει στην ψυχοπαθολογία, ενώ οι περισσότερες έρευνες, όπως και η παρούσα, δεν προβαίνουν σε κλινικού τύπου διαγνώσεις των συμμετεχόντων, οι οποίοι προέρχονται από τον γενικό πληθυσμό.

Βασικός παράγοντας ο οποίος συνδέεται με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου και τον εθισμό σε αυτό έχει βρεθεί ότι αποτελεί το νεαρό της ηλικίας (Kandell, 1998· Mafe & Blas, 2006· Young, 1998). Ομάδες ιδιαίτερα επιρρεπείς στην υπερβολική χρήση του διαδικτύου είναι οι έφηβοι και οι φοιτητές, κυρίως οι άνδρες, όπως διαπιστώνεται συστηματικά. Αυτό οφείλεται στο γεγονός πως οι άνδρες ασχολούνται περισσότερο, σε σχέση με τις γυναίκες, με διαδικτυακές δραστηριότητες που μπορούν να οδηγήσουν σε εθισμό, όπως είναι τα ηλεκτρονικά παιχνίδια και ο τζόγος (Anderson et al., 2017· Kuss, et al., 2013· Stavropoulos et al., 2013· Young, 1998). Χαρακτηριστικά, για τους Έλληνες εφήβους, τα ποσοστά υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου κυμαίνονται μεταξύ 3% και 15%, ενώ τα αντίστοιχα ποσοστά στους φοιτητές ξεπερνούν το 30% (Floros et al., 2010· Frangos et al., 2010· Siomos et al., 2012).

Στόχος της παρούσας έρευνας είναι η μελέτη της σχέσης ανάμεσα στη χρήση του διαδικτύου και σε βασικές διαστάσεις της ανάπτυξης κατά την αναδυόμενη ενηλικίωση. Οι αναδυόμενοι ενήλικες είναι νέοι 18 έως 25 ετών, στο τέλος της εφηβείας και στο κατώφλι της ενηλικίωσης (Arnett, 2000). Συνεχίζοντας την αναζήτηση της ταυτότητάς τους και πιστεύοντας ότι όλα είναι ακόμα πιθανά, εστιάζουν στον εαυτό τους και προσπαθούν να καταλάβουν πώς αυτός μπορεί να οριστεί σε σχέση με τους άλλους (διαπροσωπικές σχέσεις), αλλά και με το μελλοντικό εργασιακό τους περιβάλλον. Πρόκειται για περίοδο διερεύνησης, πειραματισμού και ανοικτών δυνατοτήτων, διαδικασίες τις οποίες το διαδίκτυο δυνητικά επηρεάζει, θετικά ή αρνητικά.

Η σχέση των αναδυόμενων ενηλίκων με το διαδίκτυο και η επίδραση της χρήσης του στην ανάπτυξη της ταυτότητας και των διαπροσωπικών τους σχέσεων δεν έχει μέχρι σήμερα διερευνηθεί συστηματικά. Οι υπάρχουσες μελέτες, αν και ελάχιστες, δείχνουν ότι η υπερβολική χρήση του διαδικτύου συνδέεται με διαστάσεις ταυτότητας που χαρακτηρίζονται από έντονη διερεύνηση και συσσώρευση πληροφοριών (Monacis et al., 2017· Sinatra et al., 2016).

Η ανάπτυξη της ταυτότητας, κύριο αίτημα της νεότητας, βασίζεται στις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις και επιτελείται, σύμφωνα με το μοντέλο των Luyckx et al. (2006), σε δύο διαδοχικές και διακριτές μεταξύ τους φάσεις. Στην πρώτη φάση, το άτομο συγκεντρώνει πληροφορίες, διερευνά και πειραματίζεται με εναλλακτικές επιλογές (διερεύνηση σε εύρος), για να καταλήξει και να δεσμευτεί τελικά στην ταυτότητα που θεωρεί ότι του ταιριάζει περισσότερο (δέσμευση). Στη δεύτερη φάση, το άτομο διερευνά πλέον σε βάθος (διερεύνηση σε βάθος) την επιλογή του και την αξιολογεί σε σχέση με τις προτιμήσεις και τις επιθυμίες του. Ο κύκλος θα κλείσει όταν το άτομο, νιώθοντας μεγαλύτερη ασφάλεια και βεβαιότητα, θα ταυτιστεί πλέον με τη συγκεκριμένη ταυτότητα που έχει επιλέξει και θα την υιοθετήσει (ταύτιση με τη δέσμευση). Σχηματικά, η διερεύνηση σε εύρος οδηγεί σε δέσμευση, η οποία ακολουθείται από τη διερεύνηση σε βάθος και τελικά από την ταύτιση με τη δέσμευση (Luyckx

et al., 2006). Η πέμπτη διάσταση της όλης διαδικασίας, έξω από την κανονική αλληλουχία, είναι η μηρυκαστική διερεύνηση, η οποία αφορά στην ατέρμονη αναζήτηση της ατομικής ταυτότητας, χωρίς όμως την ανάληψη συγκεκριμένων δεσμεύσεων. Οι νέοι που βρίσκονται σε μηρυκαστική διερεύνηση δεν έχουν συνήθως σαφείς στόχους, πεποιθήσεις και σχέδια για το μέλλον, ενώ διακατέχονται από συναισθήματα αβεβαιότητας, ανικανότητας και χαμηλής ευεξίας (Luyckx et al., 2008).

Σημαντικός παράγοντας που επίσης εξετάζεται σε σχέση με τη χρήση του διαδικτύου στην αναδυόμενη ενηλικίωση, είναι ο τρόπος με τον οποίο τα άτομα σχετίζονται στον διαπροσωπικό κόσμο. Όπως δείχνουν οι σχετικές έρευνες, ο τύπος δεσμού επηρεάζει τις διαπροσωπικές σχέσεις και τη σχέση των νέων με το διαδίκτυο. Συγκεκριμένα, οι αναδυόμενοι ενήλικες με ανασφαλή τύπο δεσμού και μειωμένες κοινωνικές επαφές τείνουν να κάνουν υπερβολική χρήση του διαδικτύου (Craparo, 2011· Eichenberg et al., 2017). Σύμφωνα με την κατηγοριοποίηση της Bartholomew (1990), οι δεσμοί που το άτομο αναπτύσσει στα πλαίσια των διαπροσωπικών του σχέσεων κατατάσσονται, ανάλογα με τα ποιοτικά τους χαρακτηριστικά, σε τέσσερις διαφορετικούς τύπους: τον αποφευκτικό/φοβικό, τον αποφευκτικό/απορριπτικό, τον εμμονικό/αγχώδη και τον ασφαλή. Ο αποφευκτικός/φοβικός τύπος δεσμού αφορά σε άτομα που δεν επιτρέπουν εγγύτητα ή οικειότητα με τους άλλους, λόγω άγχους κοινωνικής απόρριψης (υψηλό άγχος/υψηλή αποφυγή), ενώ ο αποφευκτικός/απορριπτικός τύπος δεσμού αφορά σε άτομα που αποφεύγουν την εγγύτητα ή οικειότητα με άλλους λόγω εσωστρέφειας (χαμηλό άγχος/υψηλή αποφυγή). Ο εμμονικός/αγχώδης τύπος δεσμού αφορά σε άτομα χωρίς αυτοπεποίθηση, με έντονο άγχος απόρριψης, τα οποία αποζητούν την αποδοχή των άλλων και την οικειότητα μαζί τους (υψηλό άγχος/χαμηλή αποφυγή). Ο ασφαλής τύπος δεσμού αφορά σε άτομα με αυτοπεποίθηση, χωρίς άγχος κοινωνικής απόρριψης, τα οποία δεν φοβούνται την οικειότητα με τους άλλους (χαμηλά επίπεδα άγχους και αποφυγής).

Η ικανοποίηση του ατόμου από τις παρούσες συνθήκες της ζωής του αποτελεί άλλον έναν σημαντικό παράγοντα που συνδέεται με τη χρήση του διαδικτύου, καθώς προγενέστερες μελέτες συγκλίνουν στη διαπίστωση ότι η χαμηλή ικανοποίηση από τη ζωή συνδέεται με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου (Błachnio et al., 2018· Lachmann et al., 2018· Longstreet & Brooks, 2017· Morsünbül, 2014b· Salarvand et al., 2018· Shahnaz & Karim, 2014). Ωστόσο, στην ελληνική βιβλιογραφία δεν εντοπίζεται σχετική έρευνα και άρα κρίνεται απαραίτητο να μελετηθεί η συσχέτιση ανάμεσα σε αυτές τις δύο μεταβλητές.

Συνεπώς, με βάση την ανασκόπηση της βιβλιογραφίας που προηγήθηκε, οι στόχοι και οι υποθέσεις της παρούσας έρευνας σχετικά με τη χρήση του διαδικτύου διαμορφώνονται ως εξής: Αρχικά, θα εξεταστεί η σχέση της χρήσης του διαδικτύου με τις ώρες ημερήσιας χρήσης (έως 2 ώρες, 2-3 ώρες, 3-4 ώρες, πάνω από 5 ώρες), καθώς και με τις διαδικτυακές δραστηριότητες. Αναμένεται ότι η υπερβολική χρήση του διαδικτύου θα συνδέεται με αυξημένο χρόνο χρήσης ημερησίως, καθώς επίσης και με διαδικτυακές δραστηριότητες, όπως τα ηλεκτρονικά παιχνίδια και ο τζόγος. Επιπροσθέτως, αναμένεται η χρήση του διαδικτύου στην περίοδο της αναδυόμενης ενηλικίωσης να συνδέεται με βασικές διαστάσεις της ανάπτυξης, όπως η ικανοποίηση από τη ζωή, η ανάπτυξη ταυτότητας και ο τύπος δεσμού. Πιο συγκεκριμένα, αναμένεται οι αναδυόμενοι ενήλικες με χαμηλό επίπεδο ικανοποίησης από τη ζωή, που βρίσκονται σε μηρυκαστική διερεύνηση ή διερεύνηση της ταυτότητάς τους σε εύρος και με ανασφαλή τύπο δεσμού, να εμφανίζουν μεγαλύτερο ποσοστό υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου. Ακόμη, θα ελεγχθούν τυχόν διαφορές φύλου όσον αφορά τη χρήση του διαδικτύου, την ικανοποίηση από τη ζωή, την ανάπτυξη της ταυτότητας και τον τύπο δεσμού.

## Μέθοδος

### Συμμετέχοντες

Το δείγμα της έρευνας αποτέλεσαν 500 ενήλικες ηλικίας 18 έως 25 ετών ( $M = 21,65$  έτη,  $SD = 2,11$  έτη). Οι 255 (51%) ήταν γυναίκες. Το 5% ήταν απόφοιτοι Λυκείου, το 14% φοιτούσαν σε Ινστιτούτα Επαγγελματικής

Κατάρτισης, το 24,8% σε Τεχνολογικά Εκπαιδευτικά Ιδρύματα και το 56,2% σε Ανώτατα Εκπαιδευτικά Ιδρύματα. Το 45% εργαζόταν. Επίσης, το 16,4% ανέφεραν ότι η οικονομική τους κατάσταση ήταν «κακή», το 27,6% «όχι τόσο καλή», το 37,6% «καλή» και το 18,4% ανέφεραν «πολύ καλή» οικονομική κατάσταση.

### **Μέσα Συλλογής Δεδομένων**

**Ώρες ημερήσιας χρήσης διαδικτύου και διαδικτυακές δραστηριότητες.** Οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να απαντήσουν σε κλειστή ερώτηση για τις ώρες ημερήσιας χρήσης του διαδικτύου, δηλαδή έως 2 ώρες, 2-3 ώρες, 3-4 ώρες, 4-5 ώρες, πάνω από 5 ώρες. Επίσης, τους ζητήθηκε να απαντήσουν σε κλειστή ερώτηση σχετική με το σε ποιες διαδικτυακές δραστηριότητες επιδίδονταν ( αποστολή ή λήψη μηνυμάτων ηλεκτρονικού ταχυδρομείου, μέσα κοινωνικής δικτύωσης, αναζήτηση υπηρεσιών ή προϊόντων, αγορά προϊόντων, ενημέρωση, αναζήτηση πληροφοριών, τραπεζικές συναλλαγές, ηλεκτρονικά παιχνίδια, τζόγος, ή άλλο).

**Υπερβολική χρήση του διαδικτύου.** Το Τεστ Εθισμού στο Διαδίκτυο (Internet Addiction Test· Young, 1998) είναι μια κλίμακα αυτοαξιολόγησης 20 ερωτήσεων, που εξετάζει πώς η χρήση του διαδικτύου επηρεάζει την καθημερινότητα, την κοινωνική ζωή, την παραγωγικότητα, τις συνήθειες του ύπνου και τα συναισθήματα του ατόμου. Οι ερωτήσεις βαθμολογούνται με βάση πεντάβαθμη κλίμακα (1 = «σπάνια», 2 = «περιστασιακά», 3 = «συχνά», 4 = «πολύ συχνά», 5 = «πάντα»). Η μικρότερη δυνατή τιμή στο σύνολο των 20 ερωτήσεων είναι το 20, που δείχνει απόλυτο έλεγχο στη χρήση του διαδικτύου, και η μεγαλύτερη τιμή είναι το 100, που δείχνει απόλυτο εθισμό στο διαδίκτυο. Η Young (1998) προτείνει την εξής κατηγοριοποίηση εθιστικής συμπεριφοράς με βάση τη βαθμολόγηση των ερωτήσεων: ήπια (20-49 βαθμοί), μέτρια (50-79 βαθμοί) και υπερβολική (80-100 βαθμοί). Ενδεικτικές ερωτήσεις είναι οι εξής: «Πόσο συχνά διαπιστώνετε ότι μένετε συνδεδεμένοι στο διαδίκτυο περισσότερο από όσο σκοπεύατε;», «Πόσο συχνά η απόδοση στην εργασία σας ή η παραγωγικότητά σας είναι χαμηλή εξαιτίας του διαδικτύου;». Η κλίμακα προσαρμόστηκε στην Ελλάδα σε δείγμα 151 φοιτητών Ιατρικής, με δείκτη Cronbach's  $\alpha = 0,91$  (Tsimtsiou et al., 2014). Στην παρούσα έρευνα, η αξιοπιστία εσωτερικής συνέπειας της κλίμακας είναι εξίσου υψηλή: Cronbach's  $\alpha = 0,93$ .

**Ικανοποίηση από τη ζωή.** Η Κλίμακα Ικανοποίησης από τη Ζωή (Satisfaction with Life Scale, SWLS· Diener et al., 1985) σχεδιάστηκε για να αξιολογήσει πόσο ικανοποιημένα είναι τα άτομα από τις υπάρχουσες συνθήκες στη ζωή τους. Οι συμμετέχοντες καλούνται να απαντήσουν με βάση επτάβαθμη κλίμακα, που κυμαίνεται από 1 = «διαφωνώ πολύ» έως 7 = «συμφωνώ πολύ». Αποτελείται από πέντε δηλώσεις, όπως «Από τις περισσότερες απόψεις, η ζωή μου είναι κοντά στο ιδανικό», «Οι συνθήκες της ζωής μου είναι εξαιρετικές». Στην Ελλάδα, η κλίμακα έχει προσαρμοστεί σε δείγμα 1.803 ατόμων και παρουσιάζει υψηλή εσωτερική συνέπεια (Cronbach's  $\alpha = 0,85$ ) (Σταλίκας & Λακιώτη, 2012). Ο δείκτης εσωτερικής συνέπειας αξιοπιστίας της κλίμακας στη παρούσα έρευνα είναι 0,88.

**Ανάπτυξη της ταυτότητας.** Η Κλίμακα Διαστάσεων Ανάπτυξης Ταυτότητας (Dimensions of Identity Development Scale, DIDS· Luyckx et al., 2008) αποτελείται από 25 δηλώσεις που αξιολογούν πέντε διαστάσεις της ταυτότητας: διερεύνηση σε εύρος, δέσμευση, διερεύνηση σε βάθος, ταύτιση με τη δέσμευση και μηρυκαστική διερεύνηση. Οι απαντήσεις δίνονται σε πεντάβαθμη κλίμακα (1 = «διαφωνώ απόλυτα», 2 = «διαφωνώ», 3 = «ούτε διαφωνώ, ούτε συμφωνώ», 4 = «συμφωνώ», 5 = «συμφωνώ απόλυτα»). Ενδεικτικές δηλώσεις είναι οι εξής: «Έχω αποφασίσει για την κατεύθυνση που θα ακολουθήσω στη ζωή μου» (δέσμευση), «Με απασχολούν έντονα οι διαφορετικές κατευθύνσεις που μπορεί να πάρω στη ζωή μου» (διερεύνηση σε εύρος), «Έχω αμφιβολίες για το τι πραγματικά θέλω να πετύχω στη ζωή» (μηρυκαστική διερεύνηση), «Τα σχέδιά μου για το μέλλον ταιριάζουν με τα πραγματικά μου ενδιαφέροντα και αξίες» (ταύτιση με τη δέσμευση) και «Σκέφτομαι για τα μελλοντικά σχέδια που ήδη έκανα» (διερεύνηση σε βάθος). Η πρωτότυπη κλίμακα έχει ικανοποιητική αξιοπιστία εσωτερικής συνέπειας, καθώς ο δείκτης Cronbach's  $\alpha$  κυμαίνεται από 0,79 (διερεύνηση σε βάθος) έως 0,86 (δέσμευση και μηρυκαστική διερεύνηση). Χρησιμοποιήθηκε η προσαρμογή της κλίμακας στον ελληνικό πληθυσμό, σε δείγμα 437 μαθητών, των Mastrotheodoros και Motti-Stefanidi (2016). Στην παρούσα έρευνα, οι

δείκτες Cronbach's α ήταν ομοίως υψηλοί: 0,88 για τη δέσμευση, 0,83 για την ταύτιση με τη δέσμευση, 0,80 για τη διερεύνηση σε εύρος, 0,80 για τη διερεύνηση σε βάθος και 0,88 για τη μηρυκαστική διερεύνηση.

**Τύπος δεσμού.** Το Ερωτηματολόγιο Σχέσεων (Relationship Scales Questionnaire, RSQ· Griffin & Bartholomew, 1994) αφορά τον ενήλικο δεσμό στις στενές διαπροσωπικές σχέσεις. Στην Ελλάδα, η προσαρμογή του ερωτηματολογίου πραγματοποιήθηκε σε 232 άτομα ηλικίας 18 έως 67 ετών (Καφέτσιος, 2012). Το ερωτηματολόγιο αποτελείται από 30 δηλώσεις που αξιολογούν τα συναισθήματα του ατόμου για τις στενές σχέσεις και προέρχονται από θέματα των ερωτηματολογίων των Hazan και Shaver (1987), των Bartholomew και Horowitz (1991) και των Collins και Read (1990). Από το ερωτηματολόγιο προκύπτουν τέσσερις τύποι δεσμού με βάση τον μέσο όρο συγκεκριμένων δηλώσεων: αποφευκτικός/απορριπτικός (π.χ. «Νιώθω άνετα χωρίς στενές συναισθηματικές σχέσεις»), αποφευκτικός/φοβικός (π.χ. «Νιώθω κάπως άβολα όταν είμαι κοντά στους άλλους»), εμμονικός (π.χ. «Οι άλλοι διστάζουν να με πλησιάσουν τόσο όσο εγώ θα ήθελα»), ασφαλής (π.χ. «Αισθάνομαι άνετα να εξαρτώμαι από άλλους ανθρώπους»). Οι ερωτήσεις απαντώνται σε πεντάβαθμη κλίμακα (1 = «δεν μου ταιριάζει καθόλου», 2 = «μου ταιριάζει λίγο», 3 = «μου ταιριάζει κάπως», 4 = «μου ταιριάζει αρκετά», 5 = «μου ταιριάζει πάρα πολύ»). Οι δείκτες αξιοπιστίας της πρωτότυπης κλίμακας κυμαίνονται μεταξύ 0,40 και 0,70 (Griffin & Bartholomew, 1994). Στην παρούσα έρευνα, οι δείκτες Cronbach's α για τους επιμέρους τύπους δεσμού είναι υψηλοί: 0,87 για τον αποφευκτικό/απορριπτικό τύπο, 0,84 για τον αποφευκτικό/φοβικό τύπο, 0,78 για τον εμμονικό τύπο και 0,86 για τον ασφαλή τύπο.

**Κοινωνικο-δημογραφικά στοιχεία.** Οι συμμετέχοντες απάντησαν σε μια σειρά ερωτήσεων για κοινωνικο-δημογραφικά στοιχεία, όπως το φύλο και την ηλικία τους, το μορφωτικό επίπεδο, τον τομέα εργασίας και την επαγγελματική κατάσταση των γονέων, καθώς και την οικονομική κατάσταση της οικογένειας.

**Πίνακας 1**

Μέσοι Όροι και Τυπικές Αποκλίσεις της Χρήσης του Διαδικτύου, της Ικανοποίησης από τη Ζωή, των Διαστάσεων Ανάπτυξης της Ταυτότητας και των Τύπων Δεσμού ως προς τη Μορφή Χορήγησης του Ερωτηματολογίου της Έρευνας (N = 500)

	Μορφή χορήγησης του ερωτηματολογίου			
	Έντυπη (N = 364)		Διαδικτυακή (N = 136)	
	M	SD	M	SD
Χρήση Διαδικτύου <sup>1</sup>	67,74	21,13	60,71	23,08
Ικανοποίηση από τη ζωή <sup>2</sup>	17,47	7,34	18,90	7,50
<b>Διαστάσεις ταυτότητας<sup>1</sup></b>				
Δέσμευση	15,02	5,26	16,47	5,35
Διερεύνηση σε εύρος	17,35	4,66	17,22	4,24
Μηρυκαστική διερεύνηση	16,41	6,63	15,22	7,52
Ταύτιση με τη δέσμευση	15,08	5,66	16,60	5,43
Διερεύνηση σε βάθος	15,01	5,20	15,68	4,99
<b>Τύπος Δεσμού<sup>1</sup></b>				
Ασφαλής	13,68	5,09	14,79	5,46
Εμμονικός	10,25	1,58	10,00	1,69
Φοβικός	12,66	4,82	11,02	4,86
Απορριπτικός	18,13	4,59	17,10	5,10

\*Σημείωση. <sup>1</sup>: Κλίμακα βαθμολόγησης: 1-5· <sup>2</sup>: Κλίμακα βαθμολόγησης: 1-7.

**Διαδικασία**

Τα ψυχομετρικά μέσα συμπλήρωσαν σε έντυπη μορφή φοιτήτριες και φοιτητές από το Τμήμα Ψυχολογίας και το Τμήμα Φιλοσοφίας, Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας της Φιλοσοφικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού

Πανεπιστημίου Αθηνών ( $N = 244$ ), καθώς επίσης και από Τμήματα Ψυχολογίας ιδιωτικών κολεγίων ( $N = 120$ ). Επίσης, για τη συλλογή των δεδομένων δημιουργήθηκε διαδικτυακή πλατφόρμα, η οποία κοινοποιήθηκε και πάλι σε φοιτητές από Τμήματα Ψυχολογίας ιδιωτικών κολεγίων ( $N = 136$ ). Η αναζήτηση συμμετεχόντων στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης κρίθηκε αναγκαία λόγω της δυσκολίας εύρεσης μεγάλου αριθμού συμμετεχόντων διά ζώσης. Τα ψυχομετρικά μέσα δόθηκαν σε όλους με τη σειρά που περιγράφονται στη Μέθοδο. Με βάση το t-test για ανεξάρτητα δείγματα δεν παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές διαφορές ως προς τους μέσους όρους των υπό μελέτη μεταβλητών ανάμεσα στους συμμετέχοντες που συμπλήρωσαν την έντυπη και την ηλεκτρονική μορφή των ερωτηματολογίων. (βλ. Πίνακα 1).

## Αποτελέσματα

### *Σχέση της Χρήσης του Διαδικτύου με το Φύλο, τις Ώρες Ημερήσιας Χρήσης και τις Διαδικτυακές Δραστηριότητες*

Στο σύνολο των 500 συμμετεχόντων, με βάση τις απαντήσεις τους στο Τεστ Εθισμού στο Διαδίκτυο, το ποσοστό υπερβολικής χρήσης είναι 37,2%, μέτριας χρήσης 38,2% και ήπιας χρήσης 24,6%.

Το κριτήριο  $\chi^2$  έδειξε πως υπάρχει στατιστικά σημαντική σχέση ανάμεσα στη χρήση του διαδικτύου (ήπια, μέτρια, υπερβολική) και στο φύλο,  $\chi^2(2, N = 500) = 21,06, p < 0,001$ . στις ώρες που αφιερώνουν τα άτομα στο διαδίκτυο,  $\chi^2(6, N = 500) = 351,46, p < 0,001$ . στη χρήση του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου,  $\chi^2(2, N = 500) = 9,54, p < 0,001$ . στη χρήση της διαδικτυακής ενημέρωσης,  $\chi^2(2, N = 500) = 7,89, p < 0,001$ . στη χρήση των ηλεκτρονικών παιχνιδιών,  $\chi^2(2, N = 500) = 36,76, p < 0,001$ . στη χρήση του διαδικτυακού τζόγου,  $\chi^2(2, N = 500) = 32,01, p < 0,001$ . και στη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης,  $\chi^2(2, N = 500) = 21,70, p < 0,001$  (βλ. Πίνακα 2). Δεν παρατηρήθηκαν στατιστικά σημαντικές σχέσεις ανάμεσα στη χρήση του διαδικτύου (ήπια, μέτρια, υπερβολική) και στα υπόλοιπα κοινωνικο-δημογραφικά στοιχεία, δηλαδή την ηλικία, το μορφωτικό επίπεδο, τον τομέα εργασίας, την επαγγελματική κατάσταση των γονέων και την οικονομική κατάσταση της οικογένειας.

### Πίνακας 2

Σχέση της Χρήσης του Διαδικτύου με το Φύλο, τις Ώρες Ημερήσιας Χρήσης και τις Διαδικτυακές Δραστηριότητες ( $N = 500$ )

	Χρήση Διαδικτύου			
	Ήπια (24,6%)	Μέτρια (38,2%)	Υπερβολική (37,2%)	Σύνολο (100%)
<b>Φύλο</b>				
Γυναίκες ( $N = 255$ )	16,6%	19,2%	15,2%	51%
Άνδρες ( $N = 245$ )	8,0%	19,0%	22,0%	49%
<b>Ώρες ημερήσιας χρήσης</b>				
Έως 2 ώρες	7,2%	0,6%	-	7,8%
2-3 ώρες	17,0%	12,6%	0,8%	30,4%
4-5 ώρες	0,4%	22%	22,4%	44,8%
Πάνω από 5 ώρες	-	3,0%	14,0%	17%
<b>Διαδικτυακές δραστηριότητες</b>				
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο	21,4%	32,4%	27,8%	81,6%
Ενημέρωση	20,4%	26,6%	26,2%	73,2%
Ηλεκτρονικά παιχνίδια	5,8%	17,0%	21,8%	44,6%
Τζόγος	0,4%	1,8%	6,8%	9,0%
Μέσα κοινωνικής δικτύωσης	5%	10,2%	16,2%	31,4%

**Σχέση της Χρήσης του Διαδικτύου με την Ικανοποίηση από τη Ζωή, την Ανάπτυξη της Ταυτότητας και τον Τύπο Δεσμού**

Πραγματοποιήθηκε μία σειρά από μονοπαραγοντικές αναλύσεις διακύμανσης (oneway ANOVA) για να εξεταστούν τυχόν διαφορές μεταξύ των διαβαθμίσεων χρήσης του διαδικτύου (ήπια, μέτρια, υπερβολική) όσον αφορά στην ικανοποίηση από τη ζωή, τη διαμόρφωση της ταυτότητας και τον τύπο δεσμού. Οι αναλύσεις έδειξαν στατιστικά σημαντικές διαφορές στην ικανοποίηση από τη ζωή,  $F(2, 497) = 285,86, p < 0,001$ . στη δέσμευση,  $F(2, 497) = 176,39, p < 0,001$ . στη διερεύνηση σε εύρος,  $F(2, 497) = 140,19, p < 0,001$ . στη μηρυκαστική διερεύνηση,  $F(2, 497) = 200,35, p < 0,001$ . στην ταύτιση με τη δέσμευση,  $F(2, 497) = 170,42, p < 0,001$ . στη διερεύνηση σε βάθος,  $F(2, 497) = 167,19, p < 0,001$ . στον ασφαλή τύπο δεσμού,  $F(2, 497) = 914,91, p < 0,001$ . στον εμμοϊκό τύπο δεσμού,  $F(2, 497) = 36,20, p < 0,001$ . στον φοβικό τύπο δεσμού,  $F(2, 497) = 826,37, p < 0,001$ . και στον απορριπτικό τύπο δεσμού,  $F(2, 497) = 1.109,43, p < 0,001$  (βλ. Πίνακα 3).

**Πίνακας 3**

Μέσοι Όροι και Τυπικές Αποκλίσεις για την Ικανοποίηση από τη Ζωή, τις Διαστάσεις της Ταυτότητας και τον Τύπο Δεσμού ως προς τη Χρήση του Διαδικτύου και για το Σύνολο

	Χρήση διαδικτύου							
	Ήπια		Μέτρια		Υπερβολική		Σύνολο	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Ικανοποίηση από τη ζωή <sup>1</sup>	23,63	4,40	17,39	6,53	12,60	3,48	17,86	7,40
<b>Διαστάσεις ταυτότητας<sup>2</sup></b>								
Δέσμευση	20,83	3,08	15,29	4,93	11,94	3,66	15,41	5,32
Διερεύνηση σε εύρος	12,91	2,97	17,61	4,11	19,96	3,51	17,33	4,54
Μηρυκαστική διερεύνηση	8,91	3,24	16,08	5,74	20,88	5,50	16,10	6,90
Ταύτιση με δέσμευση	21,15	3,14	15,42	5,50	11,81	3,64	15,49	5,64
Διερεύνηση σε βάθος	20,21	3,56	14,50	4,46	12,28	3,06	15,08	4,86
<b>Τύπος Δεσμού<sup>2</sup></b>								
Ασφαλής	21,42	1,62	13,62	3,16	9,43	1,89	13,98	5,21
Εμμοϊκός	9,17	1,27	10,51	1,54	10,51	1,54	10,18	1,61
Φοβικός	5,41	1,58	12,97	3,03	16,38	1,88	12,38	4,84
Απορριπτικός	10,52	1,92	19,14	2,48	21,36	1,53	17,85	4,75

\*Σημείωση. <sup>1</sup>: Κλίμακα βαθμολόγησης: 1-7. <sup>2</sup>: Κλίμακα βαθμολόγησης: 1-5.

Οι εκ των υστέρων συγκρίσεις των μέσων όρων ανά ζεύγη με το κριτήριο Tukey έδειξαν ότι τα άτομα που κάνουν υπερβολική χρήση του διαδικτύου, συγκριτικά με τα άτομα που κάνουν μέτρια και ήπια χρήση, είναι σημαντικά λιγότερο ικανοποιημένα από τη ζωή ( $p < 0,001$ ), έχουν δεσμευτεί λιγότερο σε μια ταυτότητα ( $p < 0,001$ ), έχουν ταυτιστεί λιγότερο με μια ταυτότητα ( $p < 0,001$ ), διερευνούν λιγότερο σε βάθος ( $p < 0,001$ ), διερευνούν περισσότερο σε εύρος ( $p < 0,001$ ), βρίσκονται περισσότερο σε μηρυκαστική διερεύνηση ( $p < 0,001$ ), παρουσιάζονται περισσότερο ανασφαλή ( $p < 0,001$ ), εμμοϊκά ( $p < 0,001$ ), φοβικά ( $p < 0,001$ ) και απορριπτικά ( $p < 0,001$ ) ως προς τον τύπο δεσμού. Επιπλέον, τα άτομα που κάνουν μέτρια χρήση, συγκριτικά με τα άτομα που κάνουν ήπια χρήση, είναι σημαντικά λιγότερο ικανοποιημένα από τη ζωή ( $p < 0,001$ ), έχουν δεσμευτεί λιγότερο σε μια ταυτότητα ( $p < 0,001$ ), έχουν ταυτιστεί λιγότερο με μια ταυτότητα ( $p < 0,001$ ), διερευνούν λιγότερο σε βάθος ( $p < 0,001$ ), διερευνούν περισσότερο σε εύρος ( $p < 0,001$ ), βρίσκονται περισσότερο σε μηρυκαστική διερεύνηση ( $p < 0,001$ ), παρουσιάζονται περισσότερο ανασφαλή ( $p < 0,001$ ), εμμοϊκά ( $p < 0,001$ ), φοβικά ( $p < 0,001$ ) και απορριπτικά ( $p < 0,001$ ) ως προς τον τύπο δεσμού.

**Πίνακας 4**

Δείκτες Συνάφειας Pearson's r μεταξύ της Χρήσης του Διαδικτύου, της Ικανοποίησης από τη Ζωή, των Διαστάσεων της Ταυτότητας και των Τύπων Δεσμού

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Χρήση διαδικτύου	1,00									
2. Ικανοποίηση από τη ζωή	-0,74 <sup>***</sup>	1,00								
<b>Διαστάσεις ταυτότητας</b>										
3. Δέσμευση	-0,65 <sup>***</sup>	0,72 <sup>***</sup>	1,00							
4. Διερεύνηση σε εύρος	0,57 <sup>***</sup>	-0,58 <sup>***</sup>	-0,62 <sup>***</sup>	1,00						
5. Μηρυκαστική διερεύνηση	0,67 <sup>***</sup>	-0,67 <sup>***</sup>	-0,70 <sup>***</sup>	0,62 <sup>***</sup>	1,00					
6. Ταύτιση με τη δέσμευση	-0,63 <sup>***</sup>	0,65 <sup>***</sup>	0,78 <sup>***</sup>	-0,61 <sup>***</sup>	-0,72 <sup>***</sup>	1,00				
7. Διερεύνηση σε βάθος	-0,61 <sup>***</sup>	0,62 <sup>***</sup>	0,74 <sup>***</sup>	-0,60 <sup>***</sup>	-0,67 <sup>***</sup>	0,71 <sup>***</sup>	1,00			
<b>Τύπος δεσμού</b>										
8. Ασφαλής	-0,86 <sup>***</sup>	0,86 <sup>***</sup>	0,71 <sup>***</sup>	-0,62 <sup>***</sup>	-0,70 <sup>***</sup>	0,66 <sup>***</sup>	0,68 <sup>***</sup>	1,00		
9. Εμμονικός	0,33 <sup>***</sup>	-0,34 <sup>***</sup>	-0,34 <sup>***</sup>	0,26 <sup>***</sup>	0,30 <sup>***</sup>	-0,25 <sup>***</sup>	-0,25 <sup>***</sup>	-0,31 <sup>***</sup>	1,00	
10. Φοβικός	0,84 <sup>***</sup>	-0,82 <sup>***</sup>	-0,69 <sup>***</sup>	0,61 <sup>***</sup>	0,70 <sup>***</sup>	-0,67 <sup>***</sup>	-0,65 <sup>***</sup>	-0,88 <sup>***</sup>	0,34 <sup>***</sup>	1,00
11. Απορριπτικός	0,83 <sup>***</sup>	-0,75 <sup>***</sup>	-0,64 <sup>***</sup>	0,59 <sup>***</sup>	0,66 <sup>***</sup>	-0,62 <sup>***</sup>	-0,64 <sup>***</sup>	-0,87 <sup>***</sup>	0,30 <sup>***</sup>	0,86 <sup>***</sup>

\*Σημείωση \*\*\*  $p < 0,001$

Στη συνέχεια, υπολογίστηκαν οι δείκτες συνάφειας Pearson's *r* ανάμεσα στη χρήση του διαδικτύου, την ικανοποίηση από τη ζωή, την ανάπτυξη της ταυτότητας και τον τύπο δεσμού (βλ. Πίνακα 4). Βρέθηκε στατιστικά σημαντική συνάφεια αρνητικής κατεύθυνσης και υψηλού βαθμού ανάμεσα στην υπερβολική χρήση του διαδικτύου, αφενός, και την ικανοποίηση από τη ζωή, τη δέσμευση, την ταύτιση με τη δέσμευση, τη διερεύνηση σε βάθος και τον ασφαλή τύπο δεσμού, αφετέρου. Επίσης, είναι θετικής κατεύθυνσης και υψηλού βαθμού η συνάφεια της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου με τη διερεύνηση σε εύρος, τη μηρυκαστική διερεύνηση, τον φοβικό τύπο δεσμού, τον απορριπτικό τύπο δεσμού και τον αποφευκτικό τύπο δεσμού, ενώ για τον εμμονικό τύπο δεσμού ο συντελεστής είναι στατιστικά σημαντικός, αλλά χαμηλότερου βαθμού και αρνητικής κατεύθυνσης.

**Πίνακας 5**

Μέσοι Όροι και Τυπικές Αποκλίσεις για την Ικανοποίηση από τη Ζωή, τις Διαστάσεις της Ταυτότητας και τους Τύπους Δεσμού ως προς το Φύλο και για το Σύνολο

	Φύλο					
	Άνδρες ( <i>N</i> = 245)		Γυναίκες ( <i>N</i> = 255)		Σύνολο ( <i>N</i> = 500)	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
<b>Ικανοποίηση από τη ζωή<sup>1</sup></b>	16,54	7,07	19,12	7,51	17,86	7,40
<b>Διαστάσεις ταυτότητας<sup>2</sup></b>						
Δέσμευση	14,45	5,33	16,32	5,14	15,41	5,32
Διερεύνηση σε εύρος	18,13	4,39	16,56	4,55	17,33	4,54
Μηρυκαστική διερεύνηση	17,22	6,79	15,03	6,84	16,10	6,90
Ταύτιση με τη δέσμευση	14,51	5,51	16,42	5,61	15,49	5,64
Διερεύνηση σε βάθος	14,54	4,72	15,60	4,95	15,08	4,86
<b>Τύπος Δεσμού<sup>2</sup></b>						
Ασφαλής	12,74	4,92	15,17	5,22	13,98	5,21
Εμμονικός	10,35	1,63	10,02	1,58	10,18	1,61
Φοβικός	13,54	4,38	11,26	5,01	12,38	4,84
Απορριπτικός	18,94	4,16	12,38	4,84	17,85	4,75

\*Σημείωση. <sup>1</sup>: Κλίμακα βαθμολόγησης: 1-7. <sup>2</sup>: Κλίμακα βαθμολόγησης: 1-5.

**Διαφορές Φύλου ως προς την Ικανοποίηση από τη Ζωή, την Ανάπτυξη Ταυτότητας και τον Τύπο Δεσμού**

Με βάση το *t*-test ανεξάρτητων δειγμάτων, διαπιστώθηκε πως οι άνδρες είναι λιγότερο ικανοποιημένοι από τις παρούσες συνθήκες της ζωής τους,  $t(498) = 3,94, p < 0,001$ , από ό,τι οι γυναίκες. Όσον αφορά την ανάπτυξη της ταυτότητας, σημαντικές διαφορές εντοπίζονται και στις πέντε διαστάσεις, καθώς στις γυναίκες παρατηρείται

υψηλότερη δέσμευση,  $t(498) = 3,99, p < 0,001$ , ταύτιση με τη δέσμευση,  $t(498) = 3,84, p < 0,001$ , και διερεύνηση σε βάθος,  $t(498) = 2,44, p < 0,001$ , από ό,τι στους άνδρες. Αντίθετα, οι άνδρες εμφανίζονται να βρίσκονται σε μηρυκαστική διερεύνηση,  $t(498) = -3,57, p < 0,001$ , και σε διερεύνηση σε εύρος,  $t(498) = -3,93, p < 0,001$ , σε μεγαλύτερο βαθμό από ό,τι οι γυναίκες. Ως προς τον τύπο δεσμού, στατιστικά σημαντικές διαφορές εντοπίζονται στον ασφαλή,  $t(498) = 5,35, p < 0,001$ , στον εμμονικό,  $t(498) = -2,32, p < 0,001$ , στον φοβικό,  $t(498) = -5,40, p < 0,001$ , και στον απορριπτικό τύπο δεσμού,  $t(498) = -5,15, p < 0,001$ . Οι άνδρες εμφανίζουν σημαντικά υψηλότερους μέσους όρους σε όλους τους τύπους δεσμού, εκτός από τον ασφαλή τύπο, στον οποίο ο μέσος όρος των γυναικών είναι σημαντικά υψηλότερος (βλ. Πίνακα 5).

## Συζήτηση

Η παρούσα έρευνα είχε σκοπό να μελετήσει τη σχέση της χρήσης του διαδικτύου κατά την αναδυόμενη ενηλικίωση με βασικές διαστάσεις της ανάπτυξης στην ηλικιακή αυτή φάση της ζωής. Τα ακριβή ποσοστά υπερβολικής χρήσης και εθισμού των νέων στο διαδίκτυο διαφέρουν σημαντικά από χώρα σε χώρα και εξαρτώνται τόσο από το κοινωνικο-οικονομικό και πολιτισμικό υπόβαθρο, όσο και από τους τρόπους και τα εργαλεία αξιολόγησης της χρήσης. Οι περισσότερες έρευνες αφορούν σε μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, με τα υψηλότερα ποσοστά να εντοπίζονται σε χώρες της Ασίας (Kilic et al., 2016· Shek & Yu, 2016). Ακόμα μεγαλύτερα ποσοστά καταγράφονται στις ηλικίες 18-25 ετών, δηλαδή στην αναδυόμενη ενηλικίωση (Frangos et al., 2011).

Στην παρούσα έρευνα, το ποσοστό υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου στο συγκεκριμένο ηλικιακό φάσμα είναι σημαντικά υψηλό, όπως διαπιστώθηκε. Λίγο παραπάνω από το ένα τρίτο των συμμετεχόντων έκαναν υπερβολική χρήση του διαδικτύου και λίγο παραπάνω από ένα τρίτο μέτρια χρήση. Το νεαρό της ηλικίας έχει βρεθεί ότι συνδέεται με την αυξημένη συχνότητα της χρήσης του διαδικτύου (Kandell, 1998· Mafe & Blas, 2006· Young, 1998). Οι νέοι έχουν όχι μόνο απεριόριστη πρόσβαση στο διαδίκτυο, μακριά πλέον από τη γονική επίβλεψη, αλλά και άφθονο ελεύθερο χρόνο που μπορούν να αξιοποιούν όπως επιθυμούν (Kuss et al., 2013· Young, 1998).

Εξετάστηκε η σχέση ανάμεσα στη χρήση του διαδικτύου και στον συνολικό ημερήσιο χρόνο που οι νέοι αφιερώνουν σε αυτό, καθώς και σε συγκεκριμένες διαδικτυακές δραστηριότητες. Αυτές είναι το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, η διαδικτυακή ενημέρωση, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, τα διαδικτυακά ηλεκτρονικά παιχνίδια και ο διαδικτυακός τζόγος. Παρατηρήθηκε πως όσο περισσότερος είναι ο χρόνος που αφιερώνει ένας νέος άνθρωπος στο διαδίκτυο τόσο πιθανότερο είναι να παρουσιάσει παρεκκλίσεις στη χρήση του. Η σχέση αυτή είναι καλά τεκμηριωμένη στη βιβλιογραφία (Beavers et al., 2015· Koc & Gulyagci, 2013· Servidio, 2014). Η σχέση ανάμεσα στη χρήση του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και την υπερβολική χρήση του διαδικτύου αποτελεί εύρημα που δεν έχει έως τώρα επισημανθεί στην βιβλιογραφία. Μία πιθανή εξήγηση είναι ότι ο ανά τακτά χρονικά διαστήματα έλεγχός του λειτουργεί κάθε φορά ως έναυσμα για την είσοδο στο διαδίκτυο και την ενασχόληση τελικά με κάθε άλλου είδους διαδικτυακή δραστηριότητα πέραν της ίδιας της αλληλογραφίας. Με ανάλογο τρόπο φαίνεται να λειτουργεί και η επίσκεψη σε ενημερωτικές ιστοσελίδες. Η συνεχής διαδικτυακή ενημέρωση από τη μια πλευρά αντανάκλα την ανάγκη –ειδικά των νέων– για πληροφόρηση σχετικά με τις τρέχουσες εξελίξεις, από την άλλη όμως, φαίνεται να αποτυπώνει και το άγχος τους για αυτές.

Η σχέση ανάμεσα στην υπερβολική χρήση του διαδικτύου και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, στα διαδικτυακά ηλεκτρονικά παιχνίδια και στον διαδικτυακό τζόγο μελετάται συστηματικά την τελευταία δεκαετία (Griffiths, 2018· Sinatra et al., 2016). Τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και ο κόσμος των διαδικτυακών ηλεκτρονικών παιχνιδιών αναδεικνύονται σήμερα –ως κοινωνική πλέον σύμβαση– σε αναπόδραστο περιβάλλον δραστηριοποίησης των νέων. Η συμμετοχή σε τέτοιου είδους πλατφόρμες επιτρέπει στους νέους την ένταξή τους

σε ομάδες, εντός των οποίων κοινωνικοποιούνται, αναπτύσσουν σχέσεις –έστω, εικονικές– και κερδίζουν αποδοχή. Παράλληλα, πειραματιζόμενοι με την ίδια τη διαδικτυακή παρουσία τους και αναλαμβάνοντας τους ρόλους που της αντιστοιχούν, στην ουσία ανακαλύπτουν την πραγματική τους ταυτότητα και αναπτύσσουν την αυτοπεποίθησή τους (Monacis et al., 2017). Ως προς τον διαδικτυακό τζόγο, η σχέση του με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου χρήζει ιδιαίτερης προσοχής. Ο εθισμός στον διαδικτυακό τζόγο αποτελεί αυθύπαρκτη κλινική οντότητα, επίσημα αναγνωρισμένη από την Αμερικανική Ψυχιατρική Εταιρεία ήδη από το 2013, και έχει μάλιστα συνδεθεί με μεταβλητές που επηρεάζουν σημαντικά την ψυχική υγεία των νέων (Giotakos et al., 2017).

Η παρούσα έρευνα ανέδειξε σημαντική σχέση της υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου με τη χαμηλή ικανοποίηση από τη ζωή. Η σχέση αυτή έχει επιβεβαιωθεί και σε άλλες έρευνες (Blachnio et al., 2018· Lachmann et al., 2018· Longstreet & Brooks, 2017· Salarvand et al., 2018). Οι νέοι που δεν βρίσκουν ικανοποίηση στην πραγματική τους ζωή έχουν την ευκαιρία να δημιουργήσουν στο διαδίκτυο έναν εικονικό κόσμο, όπου αναλαμβάνουν διαφορετικούς ρόλους, πιο συμβατούς ίσως με τις προσδοκίες τους, ξεφεύγοντας έτσι από την καθημερινότητά τους. Η υπερβολική χρήση του διαδικτύου, εκτός από συνέπεια, μπορεί να αποτελεί και αίτιο της χαμηλής ικανοποίησης από τη ζωή, καθώς εμποδίζει τους νέους να επιδοθούν σε υγιείς δραστηριότητες και τους εισάγει σε έναν φαύλο κύκλο από τον οποίο δύσκολα μπορούν να βγουν.

Πεδίο έντονης συζήτησης τα τελευταία χρόνια έχει αποτελέσει η συμβολή του διαδικτύου στην ανάπτυξη της ταυτότητας του ατόμου και η επίδραση σε αυτή παθολογικών προτύπων χρήσης του. Στην παρούσα έρευνα, την πρώτη στη βιβλιογραφία που χρησιμοποιεί το μοντέλο των Luycx et al. (2008) σε σχέση με τη χρήση του διαδικτύου, βρέθηκε ότι οι νέοι που βρίσκονται ακόμα σε αρχικά στάδια αναζήτησης της ταυτότητάς τους (διερεύνηση σε εύρος) ή στους οποίους η όλη διαδικασία έχει καθηλωθεί (μηρυκαστική διερεύνηση), εμφανίζονται σημαντικά πιο επιρρεπείς στην υπερβολική χρήση του διαδικτύου, το οποίο βλέπουν ως πηγή πληροφορίας και εναλλακτικών προτύπων. Αντίθετα, οι νέοι που έχουν κατακτήσει πιο σταθερή εικόνα του εαυτού τους (δέσμευση, διερεύνηση σε βάθος, ταύτιση με τη δέσμευση), είναι καλύτερα προφυλαγμένοι και πολύ πιο ανθεκτικοί. Μία ιδιαίτερη παράμετρος, η οποία θα πρέπει να ληφθεί υπόψη, είναι το ενδεχόμενο οι νέοι που βρίσκονται είτε σε διερεύνηση της ταυτότητάς τους σε εύρος είτε σε μηρυκαστική διερεύνηση, να χρησιμοποιούν τελικά το διαδίκτυο όχι ως μέσο διερεύνησης, αλλά ως όχημα διαφυγής. Αυτό σημαίνει ότι μπορεί να επιλέγουν να αποφύγουν τη δέσμευση και να καθυστερήσουν με τον τρόπο αυτόν την είσοδό τους στην ενήλικη ζωή και τις ευθύνες που αυτή συνεπάγεται.

Στατιστικά σημαντική σχέση προέκυψε, επίσης, ανάμεσα στην υπερβολική χρήση του διαδικτύου και σε συγκεκριμένα πρότυπα διαμόρφωσης των διαπροσωπικών σχέσεων των νέων. Τόσο ο αποφευκτικός/φοβικός όσο και ο αποφευκτικός/απορριπτικός τύπος δεσμού, δηλαδή τα υψηλά επίπεδα αποφυγής της κοινωνικής εγγύτητας, εμφανίζουν σημαντική σχέση με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου. Συστηματική συσχέτιση, αν και μικρότερου βαθμού, εμφανίζεται και για τον εμμονικό τύπο δεσμού, ενώ ο ασφαλής τύπος φαίνεται ότι προφυλάσσει από την υπερβολική χρήση του διαδικτύου. Συνολικά, ο οποιοσδήποτε τύπος κοινωνικής ανασφάλειας προδιαθέτει πιθανώς σε παθολογική χρήση του διαδικτύου, καθώς το άτομο φαίνεται να αναζητά εκεί υποστήριξη και ανακούφιση (Eichenberg et al., 2017). Το διαδίκτυο φαίνεται να λειτουργεί στις περιπτώσεις αυτές ως μέσο ρύθμισης του αρνητικού συναισθήματος, αλλά και ως ένα περιβάλλον εντός του οποίου το άτομο μπορεί να βιώσει, ανώνυμα, την αποδοχή και την επιβεβαίωση που αναζητά, αλλά αδυνατεί να λάβει στις κοινωνικές του επαφές. Ασφαλώς, η σχέση αυτή λειτουργεί αμφίδρομα, καθώς η υπερβολική χρήση του διαδικτύου και οι πολλές ώρες ενασχόλησης με αυτό εμποδίζουν την κοινωνικοποίηση των νέων και τους δυσκολεύουν να αναπτύξουν ασφαλείς και ολοκληρωμένους κοινωνικούς δεσμούς.

Τέλος, εξετάστηκαν οι διαφορές φύλου ως προς τη χρήση του διαδικτύου, την ικανοποίηση από τη ζωή, την ανάπτυξη ταυτότητας και τον τύπο δεσμού. Όπως διαπιστώθηκε, υψηλότερα ποσοστά υπερβολικής χρήσης του

διαδικτύου παρουσιάζουν οι άνδρες συγκριτικά με τις συνομήλικές τους γυναίκες. Το εύρημα αυτό έχει επιβεβαιωθεί και σε άλλες έρευνες (Chen et al., 2015· Choo et al., 2015· Haagsma et al., 2013· Hong et al., 2014· Lin et al., 2011· Yu & Shek, 2013). Όπως επισημάνθηκε και στη βιβλιογραφική ανασκόπηση, η διαφορά αυτή ανάμεσα στους άνδρες και στις γυναίκες θα μπορούσε να οφείλεται στο γεγονός πως οι άνδρες ασχολούνται περισσότερο με διαδικτυακές δραστηριότητες οι οποίες, όπως βρέθηκε και στην παρούσα έρευνα, συνδέονται με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου (Anderson et al., 2017· Kuss et al., 2013· Liang et al., 2016· Stavropoulos et al., 2013· Young, 1998). Οι περισσότερες από τις μεταβλητές που διαπιστώσαμε ότι σχετίζονται με την υπερβολική χρήση του διαδικτύου φαίνεται στην παρούσα έρευνα να συνδέονται επίσης με το ανδρικό φύλο. Σε αυτούς περιλαμβάνονται η χαμηλότερη ικανοποίηση από τη ζωή, η ανασφάλεια στις κοινωνικές σχέσεις, η μη δέσμευση σε συγκεκριμένη ταυτότητα, καθώς και η χρήση διαδικτυακών παιχνιδιών και τζόγου (Chen et al., 2016· Hong et al., 2014). Ως αποτέλεσμα, οι άνδρες είναι πιο επιρρεπείς από τις γυναίκες στην υπερβολική χρήση του διαδικτύου, εύρημα το οποίο έχει επιβεβαιωθεί επανειλημμένως στη σχετική βιβλιογραφία (Chen et al., 2015).

### **Περιορισμοί και Προοπτικές**

Η παρούσα έρευνα δεν είναι χωρίς περιορισμούς. Οι πιο σημαντικοί από αυτούς εντοπίζονται στον συγχρονικό σχεδιασμό της, που δεν επέτρεψε τον εντοπισμό αιτιωδών σχέσεων ανάμεσα στη χρήση του διαδικτύου και στις βασικές μεταβλητές που σχετίζονται με την ανάπτυξη των αναδυόμενων ενηλίκων. Ακόμη, το δείγμα της έρευνας δεν ήταν αντιπροσωπευτικό του πληθυσμού των αναδυόμενων ενηλίκων, καθώς περιλάμβανε μόνο φοιτητές Ψυχολογίας. Επίσης, ένας άλλος περιορισμός είναι ο διαφορετικός τρόπος συμπλήρωσης των ερωτηματολογίων (διά ζώσης και διαδικτυακά), ο οποίος ενδέχεται να επηρέασε σε κάποιον βαθμό τις απαντήσεις των συμμετεχόντων.

Παρά τους παραπάνω περιορισμούς, η παρούσα έρευνα αναδεικνύει ένα μάλλον ανησυχητικά υψηλό ποσοστό υπερβολικής χρήσης του διαδικτύου στο συγκεκριμένο δείγμα των αναδυόμενων ενηλίκων. Συνοπτικά, παρατηρήθηκε σημαντική σχέση ανάμεσα στην υπερβολική χρήση του διαδικτύου και στο συνολικό ημερήσιο χρόνο που αφιερώνουν τα άτομα σε αυτό, σε συγκεκριμένες διαδικτυακές δραστηριότητες (ηλεκτρονικό ταχυδρομείο, διαδικτυακή ενημέρωση, μέσα κοινωνικής δικτύωσης, διαδικτυακά ηλεκτρονικά παιχνίδια και διαδικτυακός τζόγος), στη χαμηλή ικανοποίηση από τη ζωή, στην μηρυκαστική διερεύνηση, στη διερεύνηση σε εύρος, στον αποφευκτικό/φοβικό, αποφευκτικό/απορριπτικό και εμμονικό τύπο δεσμού. Επίσης, εντοπίστηκαν σημαντικές διαφορές φύλου, σε βάρος των ανδρών, ως προς τη χρήση του διαδικτύου, την ικανοποίηση από τη ζωή, τη διαμόρφωση ταυτότητας και τον τύπο δεσμού.

Αν και στη διεθνή βιβλιογραφία η υπερβολική χρήση του διαδικτύου συγκεντρώνει αυξημένο ενδιαφέρον, στη χώρα μας τα μέχρι τώρα δεδομένα είναι ελλιπή και μάλλον αποσπασματικά. Η έρευνα αυτή έρχεται να καλύψει –στο μέτρο που της αναλογεί– το βιβλιογραφικό αυτό κενό, εστιάζοντας σε βασικές διαστάσεις της ανάπτυξης και γενικά της ζωής των νέων, όπως είναι η ικανοποίηση από τη ζωή, η ανάπτυξη της ταυτότητας και ο τύπος δεσμού. Η περαιτέρω έρευνα για το θέμα θα ήταν καλό να εστιαστεί στο τρόπο με τον οποίο το διαδίκτυο καλύπτει τις ανάγκες των ατόμων με χαμηλή ικανοποίηση από τη ζωή, που βρίσκονται σε διαδικασία διαμόρφωσης ταυτότητας και παρουσιάζουν έναν μάλλον ανασφαλή τύπο δεσμού.

## Βιβλιογραφία

- Anderson, E. M., Steen, E., & Stavropoulos, V. (2017). Internet use and problematic Internet use: A systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22, 430-454. <https://doi.org/10.1080/02673843.2016.1227716>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.5.469>
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178. <https://doi.org/10.1177/0265407590072001>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Beavers, L., Bell, R., Choudhury, D., Guyot, W., & Meier, R. (2015). Online time and gender perceptions of Internet addiction. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 15, 84-98.
- Błachnio, A., Przepiorka, A., Benvenuti, M., Mazzoni, E., & Seidman, G. (2018). Relations between Facebook intrusion, Internet addiction, life satisfaction, and self-esteem: A study in Italy and the USA. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17, 793-805. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-0038-y>
- Chen, Y. L., Chen, S. H., & Gau, S. F. S. (2015). ADHD and autistic traits, family function, parenting style, and social adjustment for Internet addiction among children and adolescents in Taiwan: A longitudinal study. *Research in Developmental Disabilities*, 39, 20-31. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2014.12.025>
- Chen, Y., Kang, Y., Gong, W., He, L., Jin, Y., Zhu, X., & Yao, Y. (2016). Investigation on Internet addiction disorder in adolescents in Anhui, People's Republic of China. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 12, 2233-2236. <https://doi.org/10.2147/NDT.S110156>
- Choo, H., Sim, T., Liau, A. K. F., Gentile, D. A., & Khoo, A. (2015). Parental influences on pathological symptoms of video gaming among children and adolescents: A prospective study. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 1429-1441. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-9949-9>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment working models and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Craparo, G. (2011). Internet addiction, dissociation, and alexithymia. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1051-1056. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.205>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Eichenberg, C., Schott, M., Decker, O., & Sindelar, B. (2017). Attachment style and Internet addiction: An online survey. *Journal of Medical Internet Research*, 19, 170. <https://doi.org/10.2196/jmir.6694>
- Floros, G., Fisoun, V., & Siomos, K. (2010). Internet addiction in the island of Hippocrates: Impact of gender and age in teenage use and abuse of the internet. *European Psychiatry*, 25, 414. [https://doi.org/10.1016/S0924-9338\(10\)70410-7](https://doi.org/10.1016/S0924-9338(10)70410-7)
- Frangos, C. C., Frangos, C. C., & Kiohos, A. (2010). Internet addiction among Greek university students: Demographic associations with the phenomenon, using the Greek version of Young's Internet Addiction Test. *International Journal of Economic Sciences and Applied Research*, 3, 49-74.
- Frangos, C. C., Frangos, C. C., & Sotiropoulos, I. (2011). Problematic Internet use among Greek university students: An ordinal logistic regression with risk factors of negative psychological beliefs, pornographic sites, and online games. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14, 51-58. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0306>
- Giotakos, O., Tsouvelas, G., Spourdalaki, E., Janikian, M., Tsitsika, A., & Vakirtzis, A. (2017). Internet gambling in relation to Internet addiction, substance use, online sexual engagement and suicidality in a Greek sample. *International Gambling Studies*, 17, 20-29. <https://doi.org/10.1080/14459795.2016.1251605>
- Griffiths, M. D. (2018). Conceptual issues concerning Internet addiction and Internet gaming disorder: Further critique on Ryding and Kaye (2017). *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16, 233-239. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9818-z>

- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 430-445. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.3.430>
- Grohol, J. M. (1999). Too much time online: Internet addiction or healthy social interactions? *Cyberpsychology and Behavior*, 2, 395-401. <https://doi.org/10.1089/cpb.1999.2.395>
- Haagsma, M. C., King, D. L., Pieterse, M. E., & Peters, O. (2013). Assessing problematic video gaming using the theory of planned behavior: A longitudinal study of Dutch young people. *International Journal of Mental Health Addiction*, 11, 172-185. <https://doi.org/10.1007/s11469-012-9407-0>
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hong, S., You, S., Kim, E., & No, U. (2014). A group-based modeling approach to estimating longitudinal trajectories of Korean adolescents' on-line game time. *Personality and Individual Differences*, 59, 9-15. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.10.018>
- Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 1, 11-17. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.11>
- Καφέτσιος, Κ. (2012). Ερωτηματολόγιο Σχέσεων (Relationship Questionnaire). Στο Α. Σταλίκας, Σ. Τριλίβα, & Π. Ρούσση (Επιμ.), *Τα ψυχομετρικά εργαλεία στην Ελλάδα* (2η έκδ., σ. 711). Πεδίο.
- Kilic, M., Avci, D., & Uzuncakmak, T. (2016). Addiction in high school students in Turkey and multivariate analyses of the underlying factors. *Journal of Addictions Nursing*, 27, 39-46. <https://doi.org/10.1097/JAN.0000000000000110>
- Koc, M., & Gulyagci, S. (2013). Facebook addiction among Turkish college students: The role of psychological health, demographic, and usage characteristics. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16, 279-284. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0249>
- Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Binder, J. F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29, 959-966. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.12.024>
- Lachmann, B., Sindermann, C., Sariyska, R. Y., Luo, R., Melchers, M. C., Becker, B., & Montag, C. (2018). The role of empathy and life satisfaction in Internet and smartphone use disorder. *Frontiers in Psychology*, 9, 398. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00398>
- Liang, L., Zhou, D., Yuan, C., Shao, A., & Bian, Y. (2016). Gender differences in the relationship between internet addiction and depression: A cross-lagged study in Chinese adolescents. *Computers in Human Behavior*, 63, 463-470. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.043>
- Lin, M. P., Ko, H. C., & Wu, J. Y. (2011). Prevalence and psychosocial risk factors associated with internet addiction in a nationally representative sample of college students in Taiwan. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14, 741-746. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0574>
- Longstreet, P., & Brooks, S. (2017). Life satisfaction: A key to managing internet and social media addiction. *Technology in Society*, 50, 73-77. <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2017.05.003>
- Luyckx, K., Goossens, L., Soenens, B., & Beyers, W. (2006). Unpacking commitment and exploration: Preliminary validation of an integrative model of late adolescent identity formation. *Journal of Adolescence*, 29, 361-378. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.03.008>
- Luyckx, K., Schwartz, S. J., Berzonsky, M. D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Smits, I., & Goossens, L. (2008). Capturing ruminative exploration: Extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence. *Journal of Research in Personality*, 42, 58-82. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.04.004>
- Mafe, C. R., & Blas, S. S. (2006). Explaining Internet dependency: An exploratory study of future purchase intention of Spanish Internet users. *Internet Research*, 16, 380-397. <https://doi.org/10.1108/10662240610690016>
- Mastrotheodoros, S., & Motti-Stefanidi, F. (2016). Dimensions of Identity Development Scale (DIDS): A test of longitudinal measurement invariance in Greek adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, 14, 605-617. <https://doi.org/10.1080/17405629.2016.1241175>

- Monacis, L., de Palo, V., Griffiths, M. D., & Sinatra, M. (2017). 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>
- Morsünbül, Ü. (2014). The association of Internet addiction with attachment styles, personality traits, loneliness and life satisfaction. *Journal of Human Sciences*, 11, 357-372. <https://doi.org/10.14687/ijhs.v11i1.2727>
- Salarvand, S., Bagheri, Z., Keshvari, M., Dalvand, P., Ghanei Gheshlagh, R., & Keshvari, M. (2018). The prevalence of Internet addiction and its relations to the self-esteem and life satisfaction in students of a medical university. *Acta Medica Iranica*, 56, 392-397.
- Servidio, R. (2014). Exploring the effects of demographic factors, Internet usage and personality traits on IA in a sample of Italian university students. *Computers in Human Behavior*, 35, 85-92. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.02.024>
- Shahnaz, I., & Karim, R. (2014). The impact of internet addiction on life satisfaction and life engagement in young adults. *Universal Journal of Psychology* 2, 273-28.
- Shek, D. T. L., & Yu, L. (2016). Adolescent internet addiction in Hong Kong: Prevalence, change, and correlates. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 29, S22-S30. <https://doi.org/10.1016/j.jpjag.2015.10.005>
- Sinatra, M., de Palo, V., Contini, P., & Volpicella, V. (2016). Identity styles and internet-related addictive behaviors in adolescents. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 15, 1161-1165.
- Siomos, K., Floros, G., Fisoun, V., Dafouli, E., Farkonas, N., Sergeantani, E., Lamprou, M., Geroukalis, D. (2012). Evolution of Internet addiction in Greek adolescent students over a two-year period: The impact of parental bonding. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 21, 211-219. <https://doi.org/10.1007/s00787-012-0254-0>
- Σταλίκας, Α., & Λακιώτη, Α. (2012). Κλίμακα Ικανοποίησης από τη Ζωή (SWLS). Στο Α. Σταλίκας, Σ. Τριλίβα, & Π. Ρούσση (Επιμ.), *Τα ψυχομετρικά εργαλεία στην Ελλάδα* (2η έκδ., σ. 752). Πεδίο.
- Stavropoulos, V., Alexandraki, K., & Motti, F. (2013). Flow and telepresence contributing to internet abuse: Differences according to gender and age. *Computers in Human Behavior*, 29, 1941-1948. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.03.011>
- Tsimtsiou, Z., Haidich, A. B., Kokkali, S., Dardavesis, T., Young, K. S., & Arvanitidou, M. (2014). Greek version of the Internet Addiction Test: A validation study. *Psychiatric Quarterly*, 85, 187-195. <https://doi.org/10.1007/s11126-013-9282-2>
- Wu, C. S. T., Wong, H. T., Yu, K. F., Fok, K. W., Yeung, S. M., Lam, C. H., & Liu, K. M. (2016). Parenting approaches, family functionality, and internet addiction among Hong Kong adolescents. *BioMedCentral Pediatrics*, 16, 130. <https://doi.org/10.1186/s12887-016-0666-y>
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 3, 237-244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Yu, L., & Shek, D. T. (2013). Internet addiction in Hong Kong adolescents: A three-year longitudinal study. *Journal of Pediatric & Adolescent Gynecology*, 26, 10-17. <https://doi.org/10.1016/j.jpjag.2013.03.010>

# Internet Use in Emerging Adulthood: Associations with Life Satisfaction, Identity Development, and Attachment Style

Evangelia KARAMANOLI<sup>1</sup>, Spyridon TANTAROS<sup>1</sup>, Vasilis PAVLOPOULOS<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Department of Psychology, National and Kapodistrian University of Athens, Athens, Greece

---

## KEYWORDS

attachment style,  
emerging adulthood,  
identity,  
internet use,  
life satisfaction

---

## CORRESPONDENCE

Spyridon Tantaros,  
Department of Psychology,  
School of Philosophy (room  
504), National and  
Kapodistrian University of  
Athens, Panepistimioupoli  
Zografou, 15784 Athens,  
Greece  
email: [sgtan@psych.uoa.gr](mailto:sgtan@psych.uoa.gr)

---

## ABSTRACT

Over the past two decades, internet use has been increased significantly worldwide. The present study aims at examining the associations between internet use in emerging adulthood and crucial developmental dimensions during this age period, namely life satisfaction, identity development, and attachment style. Previous studies have shown that there is a high risk of excessive internet use during emerging adulthood. Five hundred men and women aged 18 to 25 years participated in the study. They completed (a) The Internet Addiction Test (Young, 1998), (b) The Life Satisfaction Scale (Diener et al., 1985), (c) The Dimensions of Identity Development Scale (Luyckx et al., 2008), and (d) The Relationship Scales Questionnaire (Griffin & Bartholomew, 1994). Hours of daily use, specific online activities and socio-demographic variables were also assessed. The results of the research showed that the excessive use of the internet is significantly related to hours of daily use and to specific online activities. Men made significantly more use of the internet than women. Those who were not satisfied with their current life conditions, were engaged in exploration in breadth, ruminative exploration and avoided or felt uncomfortable with close interpersonal relationships, were more likely to resort to excessive internet use. These results have implications for future studies regarding excessive internet use in relation to young people's quality of life.