

**ΣΧΟΛΙΚΗ ΧΡΟΝΙΑ:2012-2013**  
**ΣΧΟΛΕΙΟ:ΓΕΛ ΚΛΕΙΤΟΡΙΑΣ**  
**ΤΑΞΗ: Α' ΛΥΚΕΙΟΥ**

**ΕΦΗΒΟΙ ΚΑΙ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ**  
**(ΕΘΙΣΜΟΣ-ΕΞΑΡΤΗΣΗ-ΑΠΟΜΟΝΩΣΗ-ΑΠΟΞΕΝΩΣΗ)**



**ΤΑ ΟΝΟΜΑΤΑ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ:**  
**ΒΑΓΕΝΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, ΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ,**  
**ΤΡΑΓΚΑ ΒΑΡΒΑΡΑ, ΦΕΦΕΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ**

- 1. ΠΕΡΙΛΗΨΗ**
- 2. ΠΡΟΛΟΓΟΣ-ΕΙΣΑΓΩΓΗ**
- 3. ΕΡΓΑΣΙΑ**
- 4. ΕΙΣΑΓΩΓΗ**
- 5. ΚΥΡΙΩΣ ΘΕΜΑ**
- 6. ΑΙΤΙΑ**
- 7. ΠΟΙΕΣ ΗΛΙΚΙΑΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΠΑΙΔΙΩΝ  
ΕΜΦΑΝΙΖΟΥΝ ΕΞΑΡΤΗΣΗ**
- 8. ΡΟΛΟΣ ΓΟΝΕΩΝ**
- 9. ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ**
- 10. ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΕΘΙΣΜΟΥ**
- 11. ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΕΣ**
- 12. ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ-ΣΥΖΗΤΗΣΗ**
- 13. ΚΡΙΤΙΚΗ ΚΑΙ ΑΥΤΟΚΡΙΤΙΚΗ  
ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ**
- 14. ΑΝΑΦΟΡΕΣ/ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Στην αρχή θα αναφερθούμε γενικά για τον ελεύθερο χρόνο των εφήβων, πόσο σημαντικός είναι για αυτούς και με τι δραστηριότητες τον αξιοποιούν. Στην συνέχεια θα σας αποδείξουμε πως οι έφηβοι ασχολούνται περισσότερο με τις καθιστικές δραστηριότητες(π.χ. κινητό, τηλεόραση και Η/Υ όπου σε όλα αυτά υπάγονται φυσικά το διαδίκτυο, η μουσική, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (facebook, twitter, κ.α.) τα ηλεκτρονικά παιχνίδια και σειρές-ταινίες). Θα σας πούμε πως και γιατί όλα αυτά, αλλά περισσότερο τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης μας κάνουν να εθιζόμαστε και θα σας αναπτύξουμε το σημαντικό αυτό πρόβλημα του εθισμού. Θα σας πούμε τι είναι, τα αίτια, ποιες ηλικιακές ομάδες εμφανίζουν εξάρτηση, τον ρόλο των γονέων, τα συμπτώματα και τέλος τους τρόπους αντιμετώπισης. Θα σας το αποδείξουμε αυτό με συγκεκριμένες στατιστικές, δικές μας, αλλά και από άλλες πηγές. Τέλος θα σας παρουσιάσουμε ένα πολύ όμορφο κολάζ φτιαγμένο από τα κορίτσια της ομάδας. Ελπίζουμε να βρείτε την εργασία μας ενδιαφέρουσα!



## ΠΡΟΛΟΓΟΣ-ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το θέμα μας είναι οι έφηβοι και η τεχνολογία (εθισμός, εξάρτηση, αποξένωση, απομόνωση) και το επιλέξαμε για να δούμε και εμείς σαν έφηβοι που είμαστε γιατί ασχολούμαστε συστηματικά με την τεχνολογία και όλα όσα την περιβάλλουν προς τη διάρθρωση της έρευνας αυτής (θέματα-υποθέματα) και ως προς το τι ερευνήθηκε ακριβώς τα αναφέραμε και παραπάνω στην περίληψη. Τέλος ως ομάδα πιστεύουμε πως η συγκεκριμένη ερευνητική εργασία είναι σημαντική γιατί μέσα από αυτήν μαθαίνουμε κυρίως να ερευνούμε, να συνεργαζόμαστε και να διευρύνουμε τους ορίζοντες μας και σε άλλα θέματα που ίσως δεν γνωρίζαμε.

## ΕΡΓΑΣΙΑ

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο ελεύθερος χρόνος των εφήβων αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα πεδία για την κοινωνικοποίηση τους, την ανάπτυξη των δεξιοτήτων τους και την διαμόρφωση της ταυτότητας τους. Αν και είναι πολύ περιορισμένος αποτελεί μια σημαντική πτυχή στην ζωή τους. Έτσι, οι έφηβοι αφιερώνουν τον ελεύθερο χρόνο τους σε δραστηριότητες που απαιτούν φυσική άσκηση (π.χ. ποδόσφαιρο, ποδηλασία, μπάσκετ, κ.α.) ή σε καθιστικές δραστηριότητες (π.χ. τηλεόραση, Η/Υ, ηλεκτρονικά παιχνίδια, βιβλία κ.α.). Ο χρόνος που αφιερώνουν οι έφηβοι σε κάθε έναν από αυτούς τους δυο τύπους δραστηριοτήτων απασχολεί τα τελευταία χρόνια τους επαγγελματίες υγείας αφού φαίνεται πως οι έφηβοι τείνουν να ασχολούνται λιγότερο με φυσικές και περισσότερο με καθιστικές δραστηριότητες. Η συχνή σωματική άσκηση έχει θετικές επιπτώσεις τόσο στην σωματική όσο και στην ψυχική υγεία των εφήβων. Έρευνες έχουν δείξει ότι οι έφηβοι που ασκούνται σωματικά ημερησίως για 60' έχουν καλύτερη φυσική κατάσταση, σχολική επίδοση, αυτοεκτίμηση, ομαλή διαχείριση άγχους και είναι πιο κοινωνικοί συγκριτικά με εκείνους που ασκούνται λιγότερο συχνά ή και καθόλου ενασχόληση με τον αθλητισμό και γενικά η σωματική άσκηση αποτελεί, τέλος, προστατευτικό παράγοντα για την έναρξη χρήσης και κατάχρησης αλκοόλ και καπνού τόσο στην εφηβεία όσο και στην ενήλικη ζωή. Παρόλο που οι φυσικές δραστηριότητες έχουν τόσες θετικές επιπτώσεις, οι έφηβοι προτιμούν να αξιοποιούν τον ελεύθερο χρόνο τους παίζοντας ηλεκτρονικά παιχνίδια, ακούγοντας και κατεβάζοντας μουσική και όντας διαδικτυομενοι συνεχώς στο Facebook, στο twitter και σε άλλα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Συγκεκριμένα, την διαφορά αυτή θα σας την δείξουμε με τις παρακάτω στατιστικές:

**ΑΚΡΟΑΣΗ ΜΟΥΣΙΚΗΣ:83%**

**ΤΑ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ:62,1%**

**ΤΟ ΚΑΤΕΒΑΣΜΑ ΜΟΥΣΙΚΩΝ ΚΟΜΜΑΤΙΩΝ ΑΠΟ ΤΟ**

**ΙΝΤΕΡΝΕΤ:50,7%**

**ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΩΝ ΣΤΟΝ Η/Υ:40,5%**

**ΕΝΑΣΧΟΛΗΣΗ ΜΕ ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ:45,7%**

Ωστόσο η ενασχόληση με αυτές τις δραστηριότητες δεν έχουν καθόλου καλά αποτελέσματα στην υγεία των εφήβων, γεγονός στο οποίο οι έφηβοι, πολλές φορές δεν δίνουν σημασία. Έτσι, οι επιπτώσεις αυτές είναι κακές διατροφικές συνήθειες, δηλαδή οι έφηβοι διατρέφονται περισσότερο ανθυγιεινά-καταναλώνοντας συχνά γλυκά ή αναψυκτικά και όχι φρούτα ή λαχανικά. Το σημαντικότερο όμως πρόβλημα, με το οποίο θα ασχοληθούμε και εμείς είναι ο **εθισμός**.

### ΚΥΡΙΩΣ ΘΕΜΑ

Ο εθισμός γενικότερα είναι μια πολύπλοκη αρρώστια με παθολογικά και ψυχολογικά συμπτώματα που δεν επηρεάζει μόνο τον άρρωστο, αλλά και την οικογένεια του, τους φίλους του και τον κοινωνικό του περίγυρο. Δύο εκατομμύρια άνθρωποι στον κόσμο υποφέρουν από αυτήν την πολύπλοκη ασθένεια. Ωστόσο, το θέμα αυτό παραμένει ακόμα θέμα ταμπού, όπως αναφέρουν οι περισσότεροι ειδικοί καθώς είναι δύσκολος ο ορισμός του. Οι περισσότεροι άνθρωποι είναι εθισμένοι από το αλκοόλ, το τσιγάρο, τα ναρκωτικά, αλλά και από πολλά άλλα, ένας απαραίλλητος καθοριστικός παράγοντας είναι η επιμονή. Ο εθισμένος συνεχίζει να τα κάνει όλα αυτά παρόλα τα επιβλαβή επακόλουθα. Παρόλα αυτά οι έφηβοι είναι εθισμένοι, από έρευνες που έχουν γίνει, από την «τεχνολογία» και όλα αυτά που την προσδιορίζουν. Αυτό που μας απασχόλησε όμως εμάς είναι το γιατί ασχολούνται τόσες ώρες. Έτσι μέσα από έρευνες που κάναμε και μετά από πολύωρη συζήτηση καταλάβαμε πολλά πράγματα. Δείτε παρακάτω!

## **ΑΙΤΙΑ**

Το ίντερνετ έχει την ικανότητα να καλύψει συγκεκριμένες ψυχολογικές ανάγκες ενός άτομου. Ένα από τα χαρακτηριστικά του μέσου που προκύπτει από τη φύση του είναι ότι μπορεί να δημιουργήσει μια «ιδανική κατάσταση εαυτού», όπου το άτομο μπορεί να εξερευνήσει διάφορες πτυχές της προσωπικότητάς του χωρίς να έχει περιορισμούς και συνέπειες. Στο διαδίκτυο δεν υπάρχουν άμεσες συνέπειες των πράξεων, ο χρήστης μπορεί να μπει και να βγει όποτε θέλει, ενώ μπορεί να καλύψει την όποια εξωτερική εμφάνιση, αφού δεν υπάρχει οπτική επαφή. Ταυτόχρονα, ο έφηβος μπορεί να ενσαρκώσει διαφορετικούς ρόλους, ή να υιοθετήσει διαφορετικές ταυτότητες ανάλογα με την εκάστοτε διαδικτυακή εμπειρία, εξαιτίας της ανωνυμίας, που συνιστά κατεξοχήν χαρακτηριστικό του διαδικτύου.

## **ΠΟΙΕΣ ΗΛΙΚΙΑΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ ΠΑΙΔΙΩΝ ΕΜΦΑΝΙΖΟΥΝ ΕΞΑΡΤΗΣΗ**

---

Το φαινόμενο μπορεί να εμφανιστεί σε εφήβους κατά την πρώιμη εφηβεία (10-14 ετών) ή και σε μικρότερη ακόμη ηλικία. Είναι πιο συχνό κατά την μέση εφηβεία (15-17 ετών), κατά την οποία οι έφηβοι πειραματίζονται και σταδιακά αυτονομούνται, καθώς και κατά την όψιμη εφηβεία (> 17 ετών).

## **ΡΟΛΟΣ ΓΟΝΕΩΝ**

---

Ο ρόλος των γονέων είναι ιδιαίτερα σημαντικός τόσο για την πρόληψη, όσο και για την αντιμετώπιση του εθισμού των παιδιών τους από το διαδίκτυο. Όσον αφορά την πρόληψη το σημαντικότερο πράγμα που χρειάζεται να κάνουν οι γονείς προκειμένου να μπορούν να ελέγχουν αποτελεσματικά τη χρήση του διαδικτύου από τα παιδιά τους, είναι να γνωρίσουν οι ίδιοι το μέσο. Προς το παρόν, οι γονείς δε γνωρίζουν το μέσο και επιπλέον δε φαίνονται διατεθειμένοι να έλθουν σε επαφή με το διαδίκτυο, ενώ ταυτόχρονα δεν ενδιαφέρονται για τις δραστηριότητες των παιδιών τους στο ίντερνετ. Ταυτόχρονα, οι γονείς θα πρέπει κάποιες φορές να χρησιμοποιούν το διαδίκτυο μαζί με το παιδί, ώστε να του δίνουν τις απαραίτητες κατευθύνσεις, ενώ η εγκατάσταση κάποιων φίλτρων στον υπολογιστή μπορεί να αποτρέψει την εμφάνιση ακατάλληλων για το παιδί ιστοσελίδων. Επιπλέον, είναι απαραίτητο να έχουν τεθεί κάποιες βάσεις όταν το παιδί φτάνει στην εφηβεία, να υπάρχουν δηλαδή όρια. Για να υπάρξουν ωστόσο όρια θα πρέπει οι γονείς να μπορούν να διαθέσουν τον απαραίτητο χρόνο, αφού είναι δύσκολο για ενοχικούς γονείς να θέσουν όρια. Σε πιο πρακτικό επίπεδο, ο υπολογιστής είναι καλό να βρίσκεται σε κοινόχρηστο χώρο και όχι στο δωμάτιο του παιδιού, ώστε να ελέγχεται διακριτικά η δραστηριότητα του παιδιού στο διαδίκτυο. Ενώ, τέλος, οι γονείς θα πρέπει να συζητούν για τις διαδικτυακές διαδρομές του παιδιού τους, ώστε να έχουν πάντοτε ενημέρωση για τις ιστοσελίδες που επισκέπτεται, τα άτομα με τα οποία συνομιλεί και τις πληροφορίες που ανταλλάσσει με άλλα άτομα.

## **ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ**

1. Συμπτώματα συνδρόμου απόσυρσης, όπως ψυχοκινητική διέγερση, εκούσια ή ακούσια κίνηση δακτυλογράφησης των δακτύλων του χεριού, άγχος, έμμομη σκέψη για το διαδίκτυο και όνειρα για το διαδίκτυο.
2. Κατανάλωση υπερβολικού χρόνου ή και χρήματος σε δραστηριότητες σχετικές με το διαδίκτυο (λογισμικά, σκληροί δίσκοι κ.λπ.)
3. Έκπτωση λειτουργικότητας του ατόμου σε κοινωνικό, οικογενειακό αλλά και προσωπικό επίπεδο.
4. Μειωμένη επίδοση στο σχολείο λόγω των πολλών ωρών που περνά ο έφηβος στο διαδίκτυο.
5. Σε προχωρημένες περιπτώσεις ο έφηβος δεν κοιμάται, παραμελεί την προσωπική του υγιεινή, μπορεί να σταματήσει ακόμα και το σχολείο. Ακόμη, απομονώνεται, από την οικογένεια και τους φίλους του, γίνεται επιθετικός, μπορεί να κλέβει χρήματα από του γονείς για να παίζει. Τέλος, φτάνει σε σημείο να μην τρώει ή και το αντίθετο( να παχαίνει πολύ).



## **ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΕΘΙΣΜΟΥ**

Ο εθισμός από το διαδίκτυο αναγνωρίζεται πλέον από την ψυχιατρική κοινότητα ως ξεχωριστή ψυχοσωματική διαταραχή, γι' αυτό χρήζει ειδικής θεραπείας. Στην Ελλάδα υπάρχουν πολλά κέντρα που βοηθούν τους εφήβους να ξεφύγουν από τον εθισμό τους. Η παρακολούθηση κάθε περίπτωσης γίνεται από τετραμελή ομάδα στην οποία συμμετέχουν παιδίατρος, παιδοψυχίατρος, παιδοψυχολόγος και οικογενειακός σύμβουλος. Κατά τη διάρκεια της θεραπείας δε διακόπτεται η χρήση, αλλά ο έφηβος μαθαίνει να θέτει όρια στη χρήση και να αρχίσει και πάλι την ενασχόληση με άλλες δραστηριότητες. Παρ' όλα αυτά, σε περίπτωση που κάποιο από τα παιδιά αντιμετωπίζει και άλλα προβλήματα πέρα από τον εθισμό του, υπάρχει και κατάλληλη φαρμακολογία. Σύμφωνα με μελέτες, το 1/3 από τα παιδιά ανταποκρίνεται πολύ θετικά, ειδικά όταν η εξάρτηση βρίσκεται σε πρώιμο στάδιο. Ωστόσο θα πρέπει και το σχολείο να συμβάλει στην αντιμετώπιση του εθισμού των εφήβων στο διαδίκτυο. Έτσι, θα πρέπει να γίνονται

ενημερωτικά προγράμματα και συχνές δραστηριότητες με σκοπό την έγκαιρη αντιμετώπιση αυτού του προβλήματος.

## **ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΕΣ ΠΟΥ ΑΠΟΔΕΙΚΝΟΥΝ ΤΑ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΓΕΓΟΝΟΤΑ**

ΦΥΛΟ:ΑΓΟΡΙΑ-ΚΟΡΙΤΣΙΑ

ΗΛΙΚΙΑ:12-14

Το 7,5% έχουν ιντερνετ στο σπίτι, ενώ το 2,5% χρησιμοποιούν από κάπου αλλού.

Από τα εννέα τους χρησιμοποιούν ιντερνετ.

Το 8,5% το χρησιμοποιεί για ενημέρωση και ψυχαγωγία (παιχνίδια, Facebook, εύρεση πληροφοριών κ.τ.λ).

Το μεγαλύτερο ποσοστό κάθεται κατά μέσο όρο από 3-5 ώρες καθημερινά.

Στο 3,2% τους βάζουν όριο ενώ στο 5,5% δεν βάζουν κάποιο όριο (οι περισσότεροι δεν το τηρούν).

Το 6,3% δεν έχει με κάτι άλλο να ασχοληθεί για αυτό περνούν τον ελεύθερο χρόνο τους στο Η/Υ.

Το 2,5% προτιμάει να βγει με φίλους, ενώ το 7,5% όχι (από τα παραπάνω γεγονότα καταλαβαίνουμε ότι τα περισσότερα παιδιά είναι εξαρτημένα από το διαδίκτυο χωρίς να το γνωρίζει).

Το 3,6% πιστεύει ότι το διαδίκτυο δεν είναι μόδα.

Στο 7,4% ασκεί επίδραση το διαδίκτυο με αποτέλεσμα να τους ελέγχει αλλά οι περισσότεροι απάντησαν ότι το ελέγχουν αυτοί.

Το 7,3% το κάνουν από συνήθεια.

Το 5,9% γνωρίζει ότι το διαδίκτυο τους προκαλεί προβλήματα.

Στην απάντηση στο αν έχουν εθιστεί η πλειοψηφία των αγοριών απάντησε ότι δεν έχει εθιστεί, αν και οι παραπάνω στατιστικές δεν δείχνουν το ίδιο.

ΦΥΛΟ:ΑΓΟΡΙΑ-ΚΟΡΙΤΣΙΑ

ΗΛΙΚΙΑ:15-18

Το 7,5% έχει ιντερνετ στο σπίτι, ενώ το 2,7% χρησιμοποιεί από κάπου αλλού.

Από 10-12 χρησιμοποιούν το διαδίκτυο.

Το 6,7% το χρησιμοποιεί για ενημερώσει και ψυχαγωγία.

Από 1-3 ώρες κάθονται στο ιντερνετ.

Σχεδόν όλοι απάντησαν ότι δεν τους βάζουν όριο οι γονείς τους και κάθονται όση ώρα θέλουν.

Το 6,3% όταν δεν έχει τι να κάνει ασχολείται με το διαδίκτυο.

Το 5,1% προτιμάει να βγει με τους φίλους του, ενώ το 2,9% είπε ότι προτιμά το διαδίκτυο.

Το 2% απάντησε ότι το ιντερνετ δεν είναι μόδα.

Το 3,5% απάντησε ότι είναι εξαρτημένο, ενώ το 6,8% ότι δεν είναι. το 5,4% απάντησε ότι το κάνει από συνήθεια ή επειδή το κάνουν και άλλοι.

Το 6,7% γνωρίζει ότι το διαδίκτυο του προκαλεί προβλήματα.

Στην ερώτηση αν έχουν εθιστεί απάντησαν ότι δεν έχουν εθιστεί.

**ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ-ΣΥΖΗΤΗΣΗ:** Από τα παραπάνω ποσοστά φάνηκε ότι οι περισσότεροι έφηβοι του γυμνασίου είναι εθισμένοι χωρίς να το γνωρίζουν. Μετά από συζήτηση της ομάδας βγάλαμε τα συμπεράσματα ότι ασχολούνται τόσες ώρες επειδή δεν έχουν πολύ διάβασμα και υποχρεώσεις. Ενώ οι μαθητές του λυκείου, δεν ασχολούνται τόσο όσο του γυμνασίου διότι έχουν πολύ περισσότερο διάβασμα και υποχρεώσεις. Δεν ξέρουμε όμως εάν είχαν χρόνο πως θα τον αξιοποιούσαν αν και στην ερώτηση, αν προτιμούσαν να βγουν με τους φίλους τους η να ασχοληθούν με το διαδίκτυο απάντησαν ότι θα διάλεγαν το πρώτο.

### ***ΚΡΙΤΙΚΗ ΚΑΙ ΑΥΤΟΚΡΙΤΙΚΗ ΑΠΟΤΙΜΗΣΗ***

Σε αυτό το κομμάτι θα θέλαμε να σας παρουσιάσουμε αναλυτικά τον τρόπο με τον οποίο δούλεψε η ομάδα μας, τις δυσκολίες που αντιμετωπίσαμε, τι θα μπορούσαμε να είχαμε κάνει αλλιώς, καθώς όμως και το τι μας ικανοποίησε σχετικά με την συγκεκριμένη εργασία. Αρχικά, λοιπόν, σαν άπειροι που ήμασταν διότι δεν είχαμε παρόμοιο μάθημα σε καμιά από τις τρεις τάξεις του γυμνασίου, δυσκολευτήκαμε ως προς τον τρόπο κατά τον οποίο θα έπρεπε να συνεργαστούμε. Στην συνέχεια όμως, αρχίσαμε να πιάνουμε το νόημα του συγκεκριμένου μαθήματος. Ερευνούσαμε στο ιντερνετ και συλλέγαμε τις πληροφορίες, αναζητούσαμε στοιχεία από εγκυκλοπαίδειες και διαλέγαμε αυτές που μας φαίνονταν πιο σχετικές με το θέμα. Εδώ, αξίζει να σημειωθεί και η πολύτιμη βοήθεια της καθηγήτριας μας, η οποία μας έδινε σχετικά φυλλάδια και έντυπα.

Μας ικανοποίησε ιδιαίτερα το γεγονός ότι όταν κάθε μέλος αναλάμβανε μια εργασία την έφερνε εις πέρας. Παρόλα αυτά οι δυσκολίες σε αυτό το κομμάτι δεν ήταν λίγες. Πρώτα απ' όλα, κάποια μέλη της ομάδας δεν είχαν ιντερνετ στο σπίτι, ούτε καν Η/Υ. Είχαμε δυσκολίες και στην αίθουσα Η/Υ του σχολείου, αφού αρκετοί υπολογιστές είχαν προβλήματα και δεν συνδέονταν στο διαδίκτυο. Η διευθύντρια του Γυμνασίου, Βασιλική Παπουτσή, μας παραχώρησε την αίθουσα και εκτός ωρών του μαθήματος της ερευνητικής εργασίας και μας βοήθησε να φωτοτυπήσουμε τα ερωτηματολόγια. Την ευχαριστούμε θερμά.

Αν και αντιμετωπίσαμε δυσκολίες (τεχνικά προβλήματα, αργοπορία) καταφέραμε να τελειώσουμε την εργασία αυτή, και πιστεύουμε ότι το αποτέλεσμα είναι ικανοποιητικό. Επιπλέον, ο τρόπος με τον οποίο δούλεψε η ομάδα ήταν αρκετά ικανοποιητικός, παρόλο που στην αρχή υπήρξαν κάποια προβλήματα συνεννόησης αλλά και συνεργασίας όπως αναφέραμε. Τα αγόρια της ομάδας ήταν λίγο ανήσυχα αλλά στην πορεία το ενδιαφέρον που έδειξαν μας χαροποίησε ιδιαίτερα όλους και μας έδωσε περισσότερο σαν ομάδα.



## **ΑΝΑΦΟΡΕΣ/ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

Οι πληροφορίες αντλήθηκαν:  
από το διαδίκτυο, συγκεκριμένα από την ηλεκτρονική εγκυκλοπαίδεια Βικιπαίδεια  
από το φυλλάδιο που μας δόθηκε <<Ο ελεύθερος χρόνος των εφήβων >>(Κοκκεβη Α., Φωτίου  
Α., Ξανθάκη Μ., Καναβου Ε.)  
και από προσωπικές εμπειρίες και γνώσεις.

