**Το κινητό στη ζωή μας**

**Πρόλογος** Η εποχή μας μπορεί να χαρακτηριστεί ως εποχή της επικοινωνίας . Η τεχνολογική ανάπτυξη του 20ου αιώνα, ιδίως των τριών τελευταίων δεκαετιών του και η ακόλουθη συνέχεια αυτής στην πρώτη δεκαετία του 21ου, οδήγησε στη ραγδαία ανάπτυξη των τεχνολογικών επιτευγμάτων, είτε αυτά αφορούν την ενημέρωση, είτε την επικοινωνία (ίντερνετ, κινητά τηλέφωνα, ψηφιακή τηλεόραση κ .ά .), είτε και όλους τους άλλους τομείς της. Οι νέοι αξιοποιούν τα τεχνολογικά επιτεύγματα στο έπακρο . Πολλές φορές, όμως, εθίζονται σε αυτά και τα αποτελέσματα αυτής της σχέσης είναι οδυνηρά .

**Σημασία του κινητού για τους νέους**

* Οι νέοι θεωρούν τα κινητά τους τηλέφωνα και τον υπολογιστή τους μέρη του σώματός τους και πολύ συχνά πανικοβάλλονται, αν χρειαστεί να τα αποχωριστούν . Με τον φόβο ότι θα χάσουν την επικοινωνία με άλλα άτομα, πολλοί τα κρατούν ανοιχτά όλες τις ώρες, παντού . Αν δεν λάβουν κάποιο μήνυμα στα κινητά τους τηλέφωνα, ή στις προσωπικές τους σελίδες στο διαδίκτυο ανησυχούν και γίνονται ευερέθιστοι . Αρχίζουν, μάλιστα, να νιώθουν ότι δεν τους χρειάζεται κανείς .
* Το κινητό τηλέφωνο αποτελεί σήμερα αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας των εφήβων, όχι μόνο για να τηλεφωνούν σε φίλους και να ανταλλάσσουν «βροχή» γραπτά μηνύματα, αλλά και – όλο και περισσότερο – για να παίζουν παιχνίδια, να παίρνουν φωτογραφίες, να ανταλλάσσουν βίντεο ή να συνδέονται στο Διαδίκτυο .
* Τα κινητά γίνονται όλο και πιο εξελιγμένα και οι έφηβοι προσαρμόζονται όλο και πιο γρήγορα στην κινητή τεχνολογία . Οι γονείς δυσκολεύονται πλέον να ελέγξουν τις κινήσεις των παιδιών τους από μια λεπτή ηλεκτρονική συσκευή με τόσο μικρή οθόνη .
* Έτσι, μια απλή δραστηριότητα – στην προκειμένη περίπτωση η χρήση κινητού – αποκτά ζωτική σημασία και η επανάληψή της αποτελεί επιδίωξη και εμμονή ως κάτι το αναγκαίο . Το πρόβλημα εντείνεται όταν το άτομο επικεντρώνει και κατευθύνει μεγάλο μέρος της συνολικής του ενέργειας, προσοχής και σκέψης σε αυτό είτε είναι το διαδίκτυο είτε είναι το κινητό του τηλέφωνο. Όταν, δηλαδή, μονίμως: • Ελέγχει εάν έχει σήμα • Επιθυμεί να χρησιμοποιεί το κινητό του και τον υπολογιστή του όλο και περισσότερο • Νευριάζει αν κάποιος διακόπτει μια συνομιλία του • Αντιδρά υπερβολικά όταν του επισημαίνεται ότι κάνει συνεχή χρήση τους • Ελέγχει διαρκώς για αναπάντητες κλήσεις ή μηνύματα.

**Αίτια υπερβολικής εξάρτησης των νέων από το κινητό**

* Η υπερβολική αυτή χρήση οφείλεται στο ότι κατά τη διάρκεια της εφηβείας, οι άνθρωποι πειραματίζονται έντονα με νέες σχέσεις, τόσο φιλικές όσο και ερωτικές . Οι έφηβοι αναζητούν την αποδοχή και το να είναι μέλος της ομάδας. Ο έφηβος θέλει να εξερευνήσει. Δεν του φτάνει να έχει απλώς μια συνομιλία ή να δει κάποιες ιστοσελίδες: θέλει να γράψει, να δημιουργήσει τη δική του ιστοσελίδα, να στέλνει ηλεκτρονικά μηνύματα ή γραπτά μηνύματα στο κινητό, να σκανάρει εικόνες, να συνθέσει εικόνες, μουσική και λόγια για να δημιουργήσει τα δικά τους πρωτότυπα μηνύματα και να τα στείλει στους φίλους του. Αυτές οι δραστηριότητες τον/την κάνουν να νιώθει καλά με τον εαυτό του .
* Αποτελεί τρόπο για να αποκτήσουν κύρος και αναγνώριση στην κοινωνική ομάδα των συνομηλίκων και, ταυτόχρονα, να διαφοροποιηθούν από τους γονείς και την οικογένεια που δεν κατέχει τις νέες τεχνολογίες και να δείξουν την υπεροχή τους .

**Μεταβατική παράγραφος:** Από τον εθισμό στα τεχνολογικά μέσα ενδέχεται να προκληθούν ποικίλα συναισθηματικά προβλήματα, υπερδραστηριότητα, προβλήματα κοινωνικότητας, παραβατικότητας καθώς και προβλήματα στις σχέσεις των νέων με τον κοινωνικό τους περίγυρο. Ο εθισμένος στην χρήση της τεχνολογίας κινδυνεύει να υποκαταστήσει τις διαπροσωπικές σχέσεις, την πραγματική ανθρώπινη επαφή με μια πλαστή μορφή επικοινωνίας, η οποία μετατρέπει τους ανθρώπους σε ανούσιες επαφές χωρίς συναισθηματισμό και αλληλεπίδραση. Ενδέχεται να απομονώσει το παιδί από τις συναναστροφές με συνομήλικους του σε βάρος της κοινωνικότητας του, καθώς αρκείται σε μία μορφή «ηλεκτρονικής» παρέας και συντροφικότητας .

**Η απεξάρτηση συνεπώς από αυτά, ακόμα κι αν είναι προσωρινή μπορεί να έχει θετικά αποτελέσματα** .

* Οι νέοι αν αποδεσμευτούν έστω και λίγες ώρες από την τεχνολογία θα αναγκαστούν να απασχοληθούν με δεκάδες άλλους τρόπους . Θα έρθουν πιο κοντά με τους φίλους τους, θα μπορέσουν να κάνουν παρέα μια βόλτα, να συζητήσουν από κοντά και όχι μόνο μέσω του τηλεφώνου ή του διαδικτύου .
* Η διαπροσωπική σχέση και η προσωπική επαφή είναι ασφαλώς πολύ πιο ευεργετική από την οποιαδήποτε τηλε-επικοινωνία! Θα μπορέσουν, αν αποδεσμευτούν από τα τεχνολογικά μέσα, να ασχοληθούν με μορφές τέχνης ή αθλητισμού που αγαπούν και στους οποίους ενδεχομένως έχουν έφεση, αλλά δεν είχαν ποτέ τον χρόνο να το διαπιστώσουν .
* Θα έχουν την ευκαιρία να απολαύσουν μικρές καθημερινές στιγμές που χάνουν λόγω της προσκόλλησης τους στη μικρή ή στη μεγάλη οθόνη . Αναμφισβήτητα, θα δεχτούν το δώρο του χρόνου και θα μπορέσουν να το αξιοποιήσουν ανάλογα με τις πραγματικές ανάγκες τους και τα ενδιαφέροντα τους χωρίς την πίεση που προκαλεί η τεχνολογία και οι ρυθμοί της .

**Επίλογος** Συμπερασματικά, τόσο το Διαδίκτυο όσο και τα υπόλοιπα τεχνολογικά μέσα αποτελούν δυνατό εργαλείο, που όμως αν δε χρησιμοποιηθεί σωστά μπορεί να εμπερικλείει κινδύνους . Η πρόκληση είναι να μπορούν οι χρήστες να αναγνωρίζουν πιθανούς κινδύνους, να γνωρίζουν τρόπους πρόληψης και αντιμετώπισης των κινδύνων και να έχουν επιλογές για την αποφυγή τους και τον τερματισμό τους, ώστε να μπορούν να απολαμβάνουν δημιουργικότερα τη ζωή τους .