

## ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

### (1) ΓΕΝΙΚΑ

<b>ΣΧΟΛΗ</b>	ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ		
<b>ΤΜΗΜΑ</b>	ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ		
<b>ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ</b>	ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ		
<b>ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	ΚΠΕ - 08	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	2ο
<b>ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b>	Εργαστήριο: Ψηφιακές παρεμβάσεις στις συμπεριφορικές εξαρτήσεις		
<b>ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ</b>	<b>ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b>	<b>ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ</b>	
<i>σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων</i>			
Διαλέξεις και εργαστηριακές ασκήσεις	3	5,0	
<i>Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο (δ).</i>	3	5,0	
<b>ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ</b> <i>γενικού υποβάθρου, ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης, γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων</i>	Ανάπτυξη δεξιοτήτων		
<b>ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:</b>	Δεν απαιτείται		
<b>ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:</b>	Ελληνική		
<b>ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS</b>	Όχι		
<b>ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)</b>	<a href="https://elearn.uoc.gr/course/view.php?id=5213">https://elearn.uoc.gr/course/view.php?id=5213</a>		

### (2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

<p><b>Μαθησιακά Αποτελέσματα</b></p> <p><i>Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.</i></p> <p><i>Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης</li> <li>• Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 &amp; 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β</li> <li>• Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων</li> </ul>
<p>Στόχος του μαθήματος είναι να εκπαιδεύσει τους φοιτητές στην πλήρη διαδικασία εκπόνησης μια έρευνας που θα εξετάζει την αποτελεσματικότητα μιας εφαρμογής έξυπνου τηλεφώνου που στοχεύει στην μείωση ή εξάλειψη μιας προβληματικής ενασχόλησης με δυνητικά εθιστικές συμπεριφορές (π.χ. τυχερά παιχνίδια, διαδίκτυο, ψηφιακά παιχνίδια, κτλ). Στο πλαίσιο αυτό, οι φοιτητές θα εκπαιδευτούν στα παρακάτω:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Βασικοί ορισμοί, θεωρίες και έρευνες στο χώρο των Συμπεριφορικών Εξαρτήσεων.</li> <li>• Δόμηση μιας εφαρμογής έξυπνου τηλεφώνου για Συμπεριφορικές Εξαρτήσεις με χρήση ψυχολογικών τεχνικών και τεχνικών αλλαγής της συμπεριφοράς.</li> <li>• Ανάπτυξη μεθοδολογικής κριτικής σκέψης και δυνατότητα λήψης μεθοδολογικών αποφάσεων για τον σχεδιασμό της έρευνας.</li> <li>• Συλλογή και ανάλυση ποσοτικών δεδομένων και συγγραφή τελικής ερευνητικής αναφοράς.</li> </ul>
<p><b>Γενικές Ικανότητες</b></p>

<p>Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα:</p>	
<p>Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών</p> <p>Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις</p> <p>Λήψη αποφάσεων</p> <p>Αυτόνομη εργασία</p> <p>Ομαδική εργασία</p> <p>Εργασία σε διεθνές περιβάλλον</p> <p>Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον</p> <p>Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών</p>	<p>Σχεδιασμός και διαχείριση έργων</p> <p>Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα</p> <p>Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον</p> <p>Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου</p> <p>Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής</p> <p>Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης</p> <p>.....</p> <p>Άλλες...</p> <p>.....</p>

Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών

Λήψη αποφάσεων

Αυτόνομη εργασία

Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

### (3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Το εργαστήριο παρέχει μια ολιστική προοπτική βασισμένη σε στοιχεία σχετικά με εννοιολογικές, κλινικές και θεραπευτικές πτυχές συμπεριφορικών εξαρτήσεων, τόσο αυτών που εντοπίζονται στο διαγνωστικό εγχειρίδιο της Αμερικανικής Ψυχιατρικής Εταιρίας DSM-5 (τζόγος και τυχερά παιχνίδια, διαδικτυακά παιχνίδια) όσο και άλλων που απαντώνται στην βιβλιογραφία (π.χ. μέσα κοινωνικής δικτύωσης, χρήση smartphones, σεξουαλική δραστηριότητα, άσκηση και εργασία). Το εργαστήριο προσφέρει μια έγκαιρη και αυτοτελή εισαγωγή στις βασικές έννοιες και στις τελευταίες επιστημονικές εξελίξεις στους εθισμούς συμπεριφοράς, καθώς και στην εξέταση ομοιοτήτων και διαφορών μεταξύ των διαταραχών αυτών. Το εργαστήριο παρέχει επίσης μια επισκόπηση των τρεχουσών τεχνικών αλλαγής της συμπεριφοράς που μπορούν να εφαρμοστούν στο πεδίο των συμπεριφορικών εξαρτήσεων. Επίσης οι μεταπτυχιακοί/ές φοιτητές/τριες θα μάθουν τους τρόπους με τους οποίους οι τεχνικές αυτές θα μπορούσαν να ενταχθούν σε ένα ψηφιακό εργαλείο παρέμβασης (π.χ. εφαρμογή κινητού τηλεφώνου). Στην συνέχεια οι φοιτητές θα κληθούν να εντοπίσουν ένα υπαρκτό ψηφιακό εργαλείο και να σχεδιάσουν και εκπονήσουν ένα ερευνητικό έργο με στόχο την αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας, των χαρακτηριστικών και της αποδοχής του ψηφιακού εργαλείου.

#### **Εβδομάδα 1: Εισαγωγή στο Εργαστήριο και Θεωρητική Κατάρτιση - Α**

Θεωρία και Βασικές Έννοιες στις Συμπεριφορικές Εξαρτήσεις – 1<sup>η</sup> Ενότητα.

#### **Εβδομάδα 2: Θεωρητική Κατάρτιση - Β**

Θεωρία και Βασικές Έννοιες στις Συμπεριφορικές Εξαρτήσεις – 2<sup>η</sup> Ενότητα.

#### **Εβδομάδα 3: Θεωρητική Κατάρτιση - Γ**

Ψυχολογική Έρευνα και Παρέμβαση με την χρήση Εφαρμογών Έξυπνων Τηλεφώνων.

#### **Εβδομάδα 4: Μεθοδολογική Κατάρτιση - Α**

Μέθοδοι διερεύνησης της αποτελεσματικότητας εφαρμογής έξυπνου τηλεφώνου για Συμπεριφορικές Εξαρτήσεις.

#### **Εβδομάδα 5: Εργαστηριακή Άσκηση - Α**

Εκπόνηση πρωτόκολλου έρευνας «Αποτελεσματικότητα εφαρμογής έξυπνου τηλεφώνου για συμπεριφορικές εξαρτήσεις» – 1<sup>η</sup> Ενότητα.

#### **Εβδομάδα 6: Εργαστηριακή Άσκηση - Β**

Εκπόνηση πρωτόκολλου έρευνας – 2<sup>η</sup> Ενότητα

#### **Εβδομάδα 7: Εργαστηριακή Άσκηση - Γ**

Εκπόνηση πρωτόκολλου έρευνας – 3<sup>η</sup> Ενότητα

**Εβδομάδα 8: Εργαστηριακή Άσκηση - Δ**

Δημιουργία Εγγράφων Συμμετεχόντων – 1<sup>η</sup> Ενότητα

**Εβδομάδα 9: Εργαστηριακή Άσκηση – Ε**

Δημιουργία Εγγράφων Συμμετεχόντων – 2<sup>η</sup> Ενότητα

**Εβδομάδα 10: Εργαστηριακή Άσκηση – ΣΤ**

Εκπόνηση αίτησης επιτροπής δεοντολογίας – 1<sup>η</sup> Ενότητα

**Εβδομάδα 11: Μεθοδολογική Κατάρτιση – Β**

Θέματα ποσοτικής ανάλυσης των δεδομένων που θα συλλεχθούν στην έρευνα.

**Εβδομάδα 12: Μεθοδολογική Κατάρτιση – Γ**

Μέθοδοι διερεύνησης αποδοχής και χρηστικότητας εφαρμογής έξυπνου τηλεφώνου για Συμπεριφορικές Εξαρτήσεις

**Εβδομάδα 13: Κριτική Σκέψη**

Κριτική ανάλυση δημοσιευμένης έρευνας για την εφαρμογής εργαλείου ψηφιακής τεχνολογίας στην εξέταση και αντιμετώπιση Συμπεριφορικών Εξαρτήσεων.

**(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ**

<b>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ</b> <i>Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</i>	Δια ζώσης εκπαίδευση															
<b>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</b> <i>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</i>	Χρήση οπτικοακουστικού υλικού στις διαλέξεις (π.χ. Διαφάνειες power point). Χρήση ηλεκτρονικής πλατφόρμας μάθησης του Πανεπιστημίου Χρήση ψηφιακού εργαλείου παρέμβασης σε Συμπεριφορική Εξάρτηση.															
<b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b> <i>Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας. Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη &amp; ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.</i>  <i>Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS</i>	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="635 1267 978 1335"><b>Δραστηριότητα</b></th> <th data-bbox="978 1267 1311 1335"><b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="635 1335 978 1368">Διαλέξεις</td> <td data-bbox="978 1335 1311 1368">39 ώρες (1,56 ECTS)</td> </tr> <tr> <td data-bbox="635 1368 978 1435">Ανεξάρτητη αναζήτηση και μελέτη της βιβλιογραφίας</td> <td data-bbox="978 1368 1311 1435">20 ώρες (0,80 ECTS)</td> </tr> <tr> <td data-bbox="635 1435 978 1592">Ανεξάρτητη αναζήτηση και μελέτη για υλικό απαραίτητο για το μάθημα (π.χ. ψηφιακά εργαλεία παρέμβασης)</td> <td data-bbox="978 1435 1311 1592">20 ώρες (0,80 ECTS)</td> </tr> <tr> <td data-bbox="635 1592 978 1659">Σχεδιασμός ερευνητικού έργου</td> <td data-bbox="978 1592 1311 1659">20 ώρες (0,80 ECTS)</td> </tr> <tr> <td data-bbox="635 1659 978 1727">Εκπόνηση έργου και συγγραφή αναφοράς</td> <td data-bbox="978 1659 1311 1727">30 ώρες (1,20 ECTS)</td> </tr> <tr> <td data-bbox="635 1727 978 1798">Σύνολο Μαθήματος</td> <td data-bbox="978 1727 1311 1798"><b>129 (5,16 ECTS)</b></td> </tr> </tbody> </table>	<b>Δραστηριότητα</b>	<b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b>	Διαλέξεις	39 ώρες (1,56 ECTS)	Ανεξάρτητη αναζήτηση και μελέτη της βιβλιογραφίας	20 ώρες (0,80 ECTS)	Ανεξάρτητη αναζήτηση και μελέτη για υλικό απαραίτητο για το μάθημα (π.χ. ψηφιακά εργαλεία παρέμβασης)	20 ώρες (0,80 ECTS)	Σχεδιασμός ερευνητικού έργου	20 ώρες (0,80 ECTS)	Εκπόνηση έργου και συγγραφή αναφοράς	30 ώρες (1,20 ECTS)	Σύνολο Μαθήματος	<b>129 (5,16 ECTS)</b>	
<b>Δραστηριότητα</b>	<b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b>															
Διαλέξεις	39 ώρες (1,56 ECTS)															
Ανεξάρτητη αναζήτηση και μελέτη της βιβλιογραφίας	20 ώρες (0,80 ECTS)															
Ανεξάρτητη αναζήτηση και μελέτη για υλικό απαραίτητο για το μάθημα (π.χ. ψηφιακά εργαλεία παρέμβασης)	20 ώρες (0,80 ECTS)															
Σχεδιασμός ερευνητικού έργου	20 ώρες (0,80 ECTS)															
Εκπόνηση έργου και συγγραφή αναφοράς	30 ώρες (1,20 ECTS)															
Σύνολο Μαθήματος	<b>129 (5,16 ECTS)</b>															
<b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</b> <i>Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης</i>  <i>Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία,</i>	<b>Ατομική γραπτή εργασία – 100%</b>  <b>Συγγραφή ερευνητικού άρθρου</b> Στόχος της εργασίας είναι οι φοιτητές να συγγράψουν μια αναφορά σχετικά με το θεωρητικό υπόβαθρο, την μεθοδολογία, τα αποτελέσματα και την ερμηνεία των αποτελεσμάτων με τη μορφή δημοσίευσης σε επιστημονικό περιοδικό (Δομή IMRD)															

<p>Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες</p> <p>Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.</p>	<p>Η έκταση της εργασίας δεν θα πρέπει να ξεπερνά τις 3.500 λέξεις (χωρίς την περίληψη, τους πίνακες και τις βιβλιογραφικές αναφορές). Η περίληψη θα πρέπει να έχει έκταση έως 250 λέξεις.</p> <p>Οι βιβλιογραφικές αναφορές, θα πρέπει να καταχωρηθούν με τη μορφή που προτείνει η American Psychological Association.</p> <p>Η εργασία μπορεί να είναι γραμμένη στα Ελληνικά ή στα Αγγλικά.</p> <p>Οι εργασίες θα υποβληθούν ηλεκτρονικά μετά την ολοκλήρωση του μαθήματος, σε ημερομηνία που θα ορίσει ο διδάσκοντας.</p>
--	--

## (5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

<p>Συλλογή πρόσφατων επιστημονικών άρθρων δημοσιευμένα σε διεθνή περιοδικά με κριτές τα οποία θα γίνουν διαθέσιμα στο e-learn.</p> <p>Ενδεικτικά Αναφέρονται:</p> <p>-Daria J Kuss (2013) <i>Internet gaming addiction: current perspectives</i>, <i>Psychology Research and Behavior Management</i>, , 125-137, DOI: 10.2147/PRBM.S39476</p> <p>-Fletcher, P. C., &amp; Kenny, P. J. (2018). <i>Food addiction: a valid concept?. Neuropsychopharmacology</i>, 43(13), 2506-2513.</p> <p>- Griffiths, M. D. (2017). <i>Behavioural addiction and substance addiction should be defined by their similarities not their dissimilarities. Addiction</i>. 112(10), 1718-1720.</p> <p>- James, R. J., &amp; Tunney, R. J. (2017). <i>The need for a behavioural analysis of behavioural addictions. Clinical Psychology Review</i>, 52, 69-76.</p> <p>- Kardefelt-Winther, D., Heeren, A., Schimmenti, A., Van Rooij, A., Maurage, P., Carras, M., et al.,(2017). <i>How can we conceptualize behavioural addiction without pathologizing common behaviours?. Addiction</i>, 112(10), 1709-1715.</p> <p>-Kraus, S. W., Voon, V., &amp; Potenza, M. N. (2016). <i>Should compulsive sexual behavior be considered an addiction? Addiction</i>, 111(12), 2097-2106.</p> <p>-Nower, L., Mills., D. J . and Anthony, V.W.L. (2020) <i>Gambling Disorder: The first behavioural addiction. In A.L., Begun &amp; M.M. Murray (Eds.). The Routledge handbook of social work and addictive behaviors. Routledge.</i></p> <p>- Συναφή επιστημονικά περιοδικά: Addiction Journal of Medical Internet Research Addictive Behaviours</p>
---