



Диагностический инструментарий
для выявления игроманов и причин,
способствующих появлению данной зависимости



Опросник для анализа социокультурной среды школы

1. К какому типу относится населенный пункт, в котором находится школа?

а) село; б) посёлок; в) город.

2. Направления деятельности жителей населенного пункта

3. Какие социальные объекты находятся на территории населённого пункта и в непосредственной близости от школы?

4. С какими учреждениями организовано социальное взаимодействие школы?

5. Какова численность обучающихся в школе (указать в разрезе каждой параллели)?

6. Укажите социальный состав родителей в %:

Служащие _____. Сфера обслуживания _____.

Рабочие _____. Неработающие _____.

7. Укажите образовательный ценз родителей:

Высшее ___. Среднее профессиональное _____.

Начальное профессиональное _____. Среднее _____.

Опросник для определения превентивной грамотности родителей

1. Как Вы считаете, с какого возраста ребёнку нужен компьютер?

2. Как Вы относитесь к увлечению детей компьютерными играми (интернетом)?

3. Знаете ли Вы, сколько времени в день Ваш ребёнок играет на компьютере (планшете или смартфоне)?

4. Ограничиваете ли Вы время нахождения Вашего ребёнка за игрой на компьютере (планшете или смартфоне)? Почему?

5. Как Вы поступаете, если ребёнок отказывается прекращать игру?

6. Изменилось ли поведение вашего ребёнка после того, как он начал активно общаться с компьютером? Если да, то напишите, как изменилось поведение.

7. В какие игры играет Ваш ребенок?

8. Опасаетесь ли Вы общения ребёнка с компьютером (планшетом или смартфоном)? Почему?

9. Вы знаете, какую угрозу представляет компьютер (компьютерные игры) здоровью? Если да, то укажите какую.

10. Как вы считаете, что нужно делать, чтобы ребёнок не стал зависимым от компьютера?



Тест для родителей

Ваш ребенок:

Приходя домой, первым делом садится за компьютер?

да нет

Забросил домашние дела, учебу, стал непослушным?

да нет

Груб и раздражителен, если его отвлекают от компьютера?

да нет

Ест и пьет, не отрываясь от компьютера?

да нет

Не знает, чем себя занять, если компьютер недоступен или сломался?

да нет

Неспособен контролировать время, проводимое за компьютером?

да нет

Тратит много денег на компьютерные игры или оплату работы в Интернет?

да нет

Не общается или почти не общается с друзьями как раньше?

да нет

Использует компьютер как отдушину и средство уйти от проблем?

да нет

Ребенок погружен в виртуальность и вне компьютера (постоянно думает об игре, об общении в Интернет)?

да нет

10 положительных ответов. Результат:

Похоже, ваш ребенок действительно болен компьютерной зависимостью. У него стирается интерес к реальной жизни, он становится раздражительным и непослушным. Необходимо срочно принимать меры. Для начала ограничьте время пребывания ребенка за компьютером. Проконсультируйтесь с педагогом или психологом. Ознакомьтесь с советами психологов как предотвратить и вылечить компьютерную зависимость. Навязчивое использование Интернет может быть симптомом других проблем, таких как депрессия, раздражение или низкая самооценка.

7-9 положительных ответов. Результат:

Ваш ребенок в опасной близости до возникновения зависимости от компьютера. Уже сейчас он предпочитает общение в Интернет реальному общению. Желательно уменьшить время его работы за компьютером. Ознакомьтесь с советами психологов как предотвратить возникновение компьютерной зависимости. Можно также контролировать время, проводимое ребенком в Интернет. Вы сможете установить разрешенные и запрещенные дни и часы пользования доступом в Интернет и другим программами.

5-6 положительных ответов. Результат:

Ваш ребенок в близости до возникновения зависимости от компьютера. Желательно уменьшить время его работы за компьютером

**Анкеты для выявления детей группы игрового риска:
Тест на интернет-аддикцию (зависимое поведение) для подростков
(в модификации Коньгиной И.А.)
(Никитина, Егоров, 2005 год)**

Дополнительные сведения

1. Пол: М Ж
2. Возраст: 11, 12, 13, 14, 15 _____
3. Образование: ученик _____ класса.
4. Увлечение, хобби: есть, нет
5. Чем, помимо учёбы вы любите заниматься _____
6. Есть ли у вас младшие/старшие братья/сёстры _____
7. Жилищные условия:
 - а) отдельная комната;
 - б) свой собственный уголок в комнате;
 - в) со мной вместе проживают;
 - г) общежитие;
 - д) съёмная квартира.
8. Есть ли у членов семьи вредные привычки:
 - а) алкоголь;
 - б) табакокурение;
 - в) наркотики;
 - г) азартные игры;
 - д) другое _____
9. В свободное время вы вместе с членами вашей семьи:
 - а) играете в компьютерные игры;
 - б) посещаете Интернет.
10. С какого возраста вы играете (компьютерные игры, Интернет – нужное подчеркнуть):
До 7 лет, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15
11. Сколько раз вы играете (компьютерные игры, Интернет – нужное подчеркнуть):
 - а) 1 раз в неделю;
 - б) 3–4 раза в неделю;
 - в) каждый день;
 - г) один раз в месяц;
 - д) другое _____
12. Сколько времени вы тратите на компьютерную игру, Интернет, (нужное подчеркнуть):
 - а) 1–2 часа;
 - б) 3–4 часа;
 - в) 5–6 часов;
 - г) более 6 часов.
13. Какие ролевые компьютерные игры вы предпочитаете? (выбрать не больше двух)
 - а) игры, в которых вы смотрите глазами своего героя;
 - б) игры, в которых вы смотрите на своего героя со стороны;
 - в) руководительские игры.
14. Какие не ролевые компьютерные игры вы предпочитаете (выбрать не более двух)?
 - а) аркады;
 - б) головоломки;

- в) игры на быстроту реакции и сообразительность;
 - г) традиционные азартные игры (рулетка, казино и т.д.).
15. Возвращаетесь ли вы на другой день к игре, чтобы отыгаться?
- а) никогда;
 - б) иногда;
 - в) чаще всего;
 - г) почти всегда.
16. В Интернете вы предпочитаете (выбрать не больше двух):
- а) виртуальную реальность;
 - б) социальные сети (какие);
 - в) ICQ (чаты);
 - г) USENET(конференции);
 - д) сетевые игры (нужное подчеркнуть: бродилки, аркады, квесты, гонки, стрелялки, РПГ, стимуляторы);
 - е) _____
17. Когда вы играете (компьютерные игры, Интернет – нужное подчеркнуть), то испытываете:
- а) эйфорию;
 - б) радость;
 - в) облегчение;
 - г) азарт;
 - д) расслабление.
18. Как часто вы замечаете, что играете, или находитесь в Интернете больше запланированного времени?
- а) иногда;
 - б) редко;
 - в) часто;
 - г) очень часто;
 - д) всегда;
 - е) это ко мне не относится.
19. Вы предпочитаете играть:
- а) один;
 - б) с друзьями.
20. Если вы находитесь в компьютерном клубе, интернет-кафе, то это для того чтобы:
- а) пообщаться;
 - б) поиграть;
 - в) самоутвердиться;
 - г) найти нужную информацию;
 - д) расслабиться.
21. Как относятся близкие (родители, друзья) к вашему увлечению?
- а) играют вместе со мной;
 - б) положительно;
 - в) нейтрально;
 - г) отрицательно;
 - д) резко отрицательно.
22. Что вы испытываете, когда долго не играете или не находитесь в Интернете?
- а) беспокойство;
 - б) раздражительность;

- в) чувство дискомфорта;
- г) чувство подавленности;
- д) ощущение пустоты;
- е) другое _____.

23. Как часто вы откладываете встречи с друзьями и личные дела из-за компьютерных игр, Интернета?

- а) иногда;
- б) редко;
- в) часто;
- г) очень часто;
- д) всегда;
- е) это ко мне не относится.

24. Являются ли компьютерные игры, Интернет причиной проблем с учёбой?

- а) иногда;
- б) редко;
- в) часто;
- г) очень часто;
- д) всегда;
- е) это ко мне не относится.

25. Возникают ли у вас в последнее время какие-либо признаки ухудшения здоровья (выбрать не более трёх).

- а) беспокойный сон;
- б) бессонница;
- в) боль в кистях рук;
- г) сухость, жжение глаз;
- д) боли в спине;
- е) онемение пальцев рук;
- ж) головная боль;
- з) другое _____

26. В реальной жизни вам свойственны (выбрать не более четырёх):

- а) тревожность;
- б) депрессия;
- в) одиночество;
- г) недовольство окружающими;
- д) недовольство собой;
- е) невозможность расслабиться.

Обработка результатов

Осуществляется путём подсчёта совпадений ответов испытуемого с помощью ключа.

Баллы	ВОПРОСЫ									
	11 г	-	17 а	-	20 е	21 б	-	23 е	26 е	-
1	11 а	12 а	17 б	19 б,в,д	20 а,б	21 а	-	23 а,б	26 а,б	27 а,б,в,г,д, е,ж,з
2	11 б	12 б	17 в	19 а,г	20 в	-	22 а,б,в,г,д	23 в	26 в	
3	11 в	12 в	17 г	-	20 г	-		23 г	26 г	

4	-	12 г	-	-	20 д	-		23 д	26 д	
---	---	------	---	---	------	---	--	------	------	--

Результаты:

- От 5 до 10 баллов – испытуемый не показывает признаков аддикции (зависимое поведение);
- От 10 до 15 баллов – испытуемый входит в группу риска по аддикции (зависимому поведению);
- 15 баллов и выше – испытуемый имеет игровую аддикцию (зависимое поведение).

**Тест Такера на выявление игровой зависимости
(модифицированный и адаптированный для несовершеннолетних
психологом Коньгиной И.А.)**

Отвечать следует, имея в виду последние 12 месяцев.

1. Играл ли ты за последний год в компьютерные игры так, что не замечал времени?
 - а) никогда;
 - б) иногда;
 - в) чаще всего;
 - г) почти всегда.
2. За последний год, играя в компьютерные игры, нужно было тебе больше времени для того, чтобы достичь нужной степени азарта (возбуждения)?
 - а) никогда;
 - б) иногда;
 - в) чаще всего;
 - г) почти всегда.
3. Когда ты играл накануне, возвращался ли на следующий день к той же игре, чтобы пройти незавершённые уровни?
 - а) никогда;
 - б) иногда;
 - в) чаще всего;
 - г) почти всегда.
4. Брал ли ты деньги в долг, чтобы иметь возможность играть?
 - а) никогда;
 - б) иногда;
 - в) чаще всего;
 - г) почти всегда.
5. Было ли у тебя когда-нибудь чувство, что у тебя могут быть проблемы с зависимостью от компьютерных игр?
 - а) никогда;
 - б) иногда;
 - в) чаще всего;
 - г) почти всегда.
6. Можно ли так сказать, что компьютерные игры являлись иногда причиной твоих проблем со здоровьем (включая стресс и беспричинное беспокойство)?
 - а) никогда;
 - б) иногда;
 - в) чаще всего;
 - г) почти всегда.
7. Критиковали тебя когда-нибудь за твоё пристрастие к компьютерным играм, даже если ты считал эти замечания несправедливыми?
 - а) никогда;
 - б) иногда;
 - в) чаще всего;
 - г) почти всегда.

8. Было ли когда-нибудь твоё пристрастие к компьютерным играм причиной твоих проблем?
- а) никогда;
 - б) иногда;
 - в) чаще всего;
 - г) почти всегда.
9. Возникало ли у тебя когда-нибудь чувство вины за то, как ты играешь, или за то, что происходит во время игры?
- а) никогда;
 - б) иногда;
 - в) чаще всего;
 - г) почти всегда.

ПОДСЧЁТ БАЛЛОВ

«НИКОГДА» – 0

«ИНОГДА» – 1

«ЧАЩЕ ВСЕГО» – 2

«ПОЧТИ ВСЕГДА» – 3

Баллы за ответы на все 9 вопросов суммируются.

0 баллов – нет никаких негативных последствий от компьютерной игры.

3–7 баллов – человек играет в компьютерные игры на уровне, который может привести к негативным последствиям.

8–21 балл – человек играет на уровне, ведущим к негативным последствиям; возможно, контроль над пристрастием к компьютерным играм уже потерян – чем выше результат, интенсивнее игра, тем серьёзнее могут быть проблемы; высока вероятность патологического гемблинга (формирования зависимости).

Тест на интернет-зависимость (Кулаков, 2004 г.)

Ответьте на предложенные вопросы, используя следующую шкалу:

- «очень редко» – 1 балл
- «иногда» – 2 балла
- «часто» – 3 балла
- «очень часто» – 4 балла
- «всегда» – 5 баллов

1. Как часто вы обнаруживаете, что задержались в сети дольше, чем планировали?
2. Как часто вы забрасывали свои домашние обязанности, чтобы провести больше времени в сети?
3. Как часто вы предпочитаете развлечения в Интернете реальному общению со своими сверстниками?
4. Как часто вы строите новые отношения с друзьями по сети?
5. Как часто ваши знакомые жалуются по поводу количества времени, которое вы проводите в сети?
6. Как часто из-за времени, проведённого в сети, страдает ваша учёба?
7. Как часто вы проверяете электронную почту, прежде чем заняться чем-то другим?
8. Как часто страдает ваша успеваемость или успешность в какой-либо деятельности из-за использования Интернета?
9. Как часто вы сопротивляетесь разговору, или скрываете, если вас спрашивают о том, что вы делали в сети?
10. Как часто вы отодвигаете на второй план неприятные мысли о своей жизни, заменяя их мыслями об Интернете?
11. Как часто вы чувствуете приятное предвкушение от предстоящего выхода в сеть?
12. Как часто вы боитесь, что жизнь без Интернета станет скучной, пустой и безынтересной?

13. Как часто вы раздражаетесь, кричите, если что-то отрывает вас, когда вы находитесь в сети?
14. Как часто вы теряете сон, когда поздно находитесь в сети?
15. Как часто вы чувствуете, что поглощены Интернетом, когда не находитесь в сети, или воображаете, что вы там?
16. Как часто вы говорите, что проведёте в сети «ещё пару минут...»?
17. Как часто вы пытаетесь безуспешно урезать время пребывания в сети?
18. Как часто вы пытаетесь скрыть количество времени пребывания в сети?
19. Как часто вы предпочитаете находиться в сети вместо того, чтобы встретиться с людьми?
20. Как часто вы чувствуете подавленность, плохое настроение, нервничаете, когда вы не в сети, что вскоре исчезает, стоит вам выйти в Интернет?

Если набрано 50–79 баллов, стоит учитывать серьёзное влияние Интернета на жизнь испытуемого. Если набрано 80 баллов и больше, можно диагностировать интернет-зависимость с необходимостью помощи специалиста.

