

Балалармен жасөспірімдердің ғаламторға тәуелділігін анықтау әдісі Қосымшалар



Нұр-Сұлтан , 2020

ҚР Ақпарат және қоғамдық
даму министрлігі

Компьютерлік тәуелділіктің диагностикалық критерийлері



- Әдістер арнайы таңдалған және тексерілген тесттерден тұрады, оған 3 міндетті және ұсынылған 4 әдіс кіреді, олар сәйкесінше мектеп жасындағы балалардың ғаламторға тәуелділігіне баға береді. 5-7 сынып оқушылары үшін міндетті тестілеу әдістері:

Компьютерлік тәуелділіктің скринингтік диагностикасының әдісі Юрьева Л.Н., Больбот Т.Ю. (5-7 сыныптар)

өзіндік қатынасты тексеруге арналған сауалнама (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)

Балалық алаңдаушылықты көпвариативті бағалаудың психодиагностикалық әдістемесі

- 8-11 сынып оқушылары үшін міндетті тестілеу әдістері:

Интернетке тәуелділік шкаласы (С. Чен) (Chen Интернет-тәуелділік шкаласы-CIA (S.-H. Chen, 2003) (В.Л.Малыгин, К.А. Феклисовтің бейімделуі)

өзіндік қатынасты тексеруге арналған сауалнама (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)

Балалық алаңдаушылықты көпвариативті бағалаудың психодиагностикалық әдістемесі

- Педагог-психологтарға ұсынылатын қосымша әдістемелер:

Г.Айзенктің ЕРІ тесттік сауалнамасы. Бейімделген
А.Г. Шмелев

К.Леонхардтың акцентуацияны анықтау әдістемесі

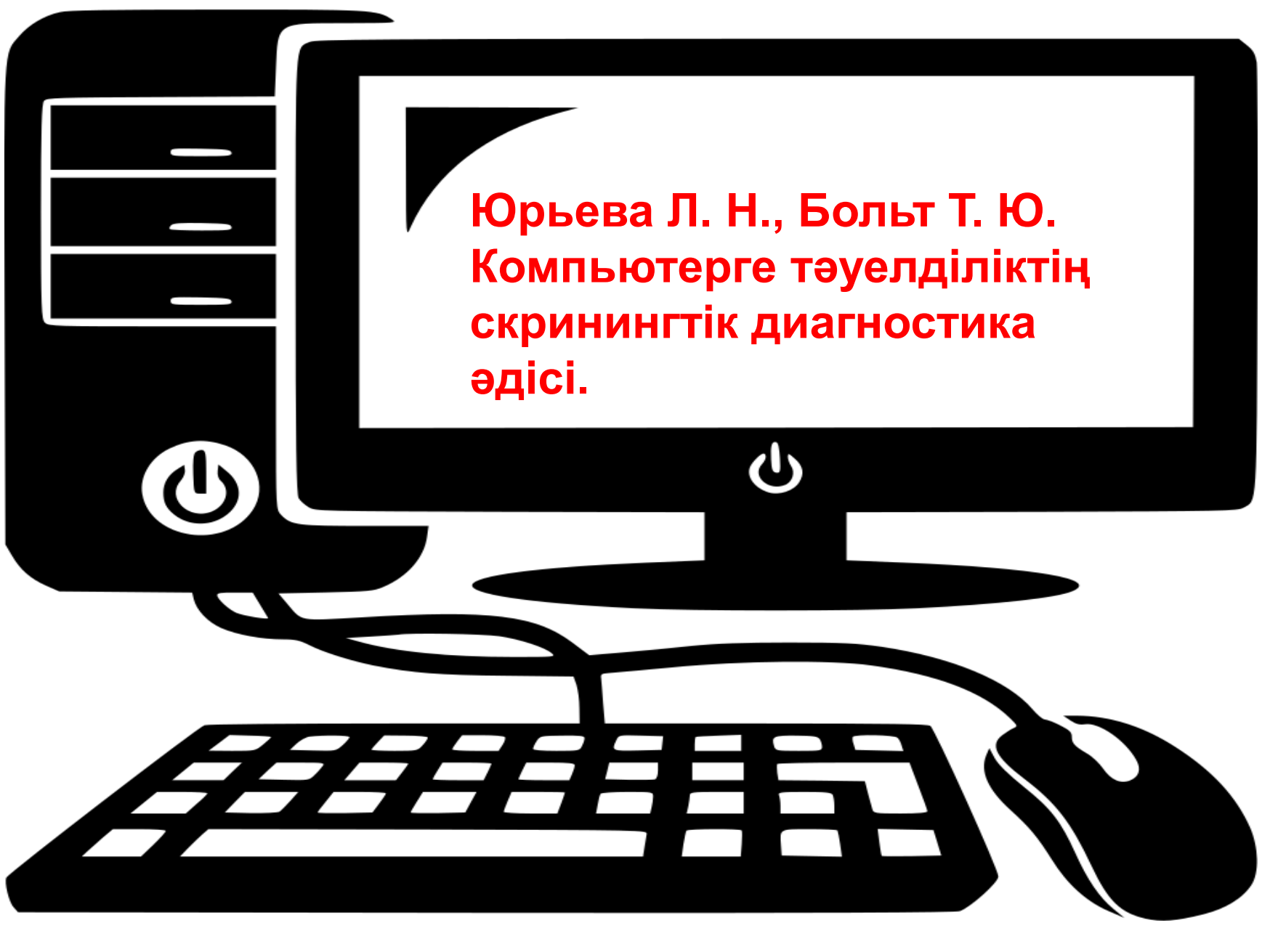
Т. Лири тұлға аралық қатынастарды
диагностикалау әдістемесі

Ю.Л.Ханиннің бейімделуіндегі
Ч.Д.Спилбергтің мазасыздық деңгейін
анықтауға арналған тест

Мақсаты

- Мектеп жасындағы балалардағы ғаламторға тәуелділікті анықтауда білім беру психологтарына арналған іс-әрекеттің қадамдық алгоритмін құруға арналған





**Юрѐва Л. Н., Болът Т. Ю.
Компьютерге тәуелділіктің
скринингтік диагностика
әдісі.**

Теориялық негіз

- Әдістемені әзірлеу кезінде авторлар тәуелділіктің мінез-құлқы туралы жалпы идеяларды және кибер тәуелділіктерді диагностикалау мен емдеудегі жинақталған тәжірибені басшылыққа алды. Атап айтқанда, авторлар Голдберг пен Орзактың Интернетке тәуелділігін диагностикалау критерийлеріне сүйенді.

Интернетке тәуелділікті диагностикалау критерийлері (Иван Голдберг, 1996)

- төзімділік
- жан рахатын табу үшін желіге көбірек уақыт бөлу қажеттілігі
- бұрынғыдай уақыт аралығында желіде болу әсерінің айтарлықтай төмендеуі
- абстиненция
- желі тоқтағаннан немесе ұзақтығы қысқартылғаннан кейін бірнеше күннен бір айға дейінгі кезеңде пайда болатын 2 немесе одан да көп симптомдардың болуы
- психомоторлық қозу
- мазасыздық
- интернет туралы тынымсыз ойлар
- желі туралы қиял мен армандар
- саусақтардың ерікті немесе еріксіз «теру» қимылдары
- (А) бөлімінің белгілерінің болуы қызметтегі, отбасындағы және / немесе әлеуметтік қызметтің басқа салаларындағы бұзушылықтардың себебі болып табылады
- интернеттегі немесе осыған ұқсас on-line қызметтердегі жұмысты қалпына келтіру абстиненцияны азайтуға немесе жоюға көмектеседі

- Желідегі кезеңдер жоспарланғаннан жиі және / немесе ұзағырақ болып көрінеді
 - желідегі жұмысты тоқтатуға немесе басқаруға деген ұмтылыстың және / немесе сәтсіз әрекеттердің болуы.
 - интернетке байланысты іс-шараларға арналған көп уақыт (тиісті әдебиеттерді сатып алу, жаңа браузерлер іздеу, файлдарды құру және т.б.)
 - интернеттің әуесқойлығына байланысты бұған дейін әлеуметтік қызмет түрлері (отбасы, бизнес, ойын-сауық және т.б.) тоқтатылады немесе азаяды
 - Желіні пайдалану интернетті қолданумен байланысты айқын және қабылданған әлеуметтік-психологиялық проблемаларға (ұйқының қанбай қалуы, отбасылық мәселелер, жұмысқа кешігіп келу және таңертеңгі жиналыстар, қараусыз қалу және т.б.) қарамастан жалғасуда
- Бұзушылық соңғы 12 айда үш немесе одан да көп белгілер пайда болған кезде пайда болады

(Маресса Хехт Орзак, PhD, 1999):

- .Компьютерде рахатты сезіну, толқу немесе жеңілдік алу.
 2. Компьютерде жұмыс істейтін уақыттың өсуі және компьютерлік қызметке ақшалай шығындардың көбеюі.
 3. Компьютерге арналған жаңа бағдарламалық жасақтама мен жабдықты сатып алу.
 4. Компьютерден / интернеттен тыс көңіл-күй өзгерісі.
 5. Компьютер / Интернеттен тыс мазасыздық, ашулану және депрессияның пайда болуы....

Метододологияны құрудың методикалық тәсілі

- Авторлар бұл диагностикалық тәсілдердің кемшілігі олардың АҚШ-тағы әлеуметтік жағдайға, екі жауаптың дихотомиялық сипатына (иә-жоқ) және диагностикалық пайымдауларға (тәуелділік бар, тәуелділік жоқ) әдістерін қолдану тиімділігін төмендететіндігінде екенін дұрыс көрсетеді.
Авторлар қалыптасқан тәуелділікті (тәуелділіктің II кезеңі) ғана емес, сонымен қатар бастапқы тәуелділікті (I кезең), және пайда болатын тәуелділікті (тәуелділікке дейінгі, тәуелділікті) анықтау міндетін қойды.
Осының негізінде Интернетке тәуелділікті диагностикалаудың скринингтік әдісі жасалды.
- *Әдіс патенттелген (өнертабысқа патент (11) 72366 А (51) 7 G09B3 / 00, G09B3 / 08, G09B3 / 00, A61B10 / 00 02.15.2005. No2 қосымшасы*

Ішкі құрылымы

- Сауалнама адамның компьютердегі немесе интернеттегі эмоционалдық жағдайының көріністеріне, жоспарларды іске асыруға және ләззат алуды алдын-ала сезінуге, компьютерде өткізетін уақыттың мөлшеріне және осыған байланысты материалдық шығындарға, ерікті қасиеттерге, компьютерлік бос уақыттағы сезімдерге, ассоциативтерге қатысты 11 мәлімдемеден тұрады. Алынған ләззатты қабылдаудың табиғаты, компьютерлік қызығушылықтың әлеуметтік және тұрмыстық міндеттерге әсері, әлеуметтік міндеттемелердің күнделікті өмірдегі рөлі, компьютердің психофизикалық күйге, ұйқы мен сергектікке әсері. Әрбір мәлімдеме келісімнің 4 дәрежесімен бірге жүреді. Мүмкін жауаптар «ешқашан», «сирек», «жиі» немесе «өте жиі» болып табылады және оларға сәйкесінше 1, 2, 3 және 4 ұпайлары беріледі.
- Әдістің бірыңғай шкаласы бойынша максималды балл - 44 балл.

Түсіндіру

- Барлық мәлімдемелер тікелей мағынада.
- Барлық көрсеткіштер бойынша ұпайлардың қосындысы есептеледі.
 - Егер балл 16-дан төмен болса, онда интернетке тәуелділіктің пайда болу қаупі 0-ге тең.
 - 16-дан 22 баллға дейін - қызығушылық кезеңі.
- Оңалту шаралары барынша әсер етеді.
- • 23-тен 37 баллға дейін - тәуелділіктің алғашқы кезеңі.
- Оңалту шараларын жүргізу қажет.
- • 38 және одан көп ұпай - тәуелділіктің екінші кезеңі.
- Емдеу шараларын жүргізу қажет.

Практикалық қолдану

- Психиатрияда әдісті қолдану эмоционалды жағдайды, ерік қасиеттерін, тұтынушылық аспектілерді, компьютерге тәуелділіктің белгілерінің кеңейтілген «бейімделген» индикаторларын қолдану арқылы сұрақтарда көрінетін мінез-құлықты, пайдаланушыға физикалық және психологиялық әсерлерді басқару қабілетін бағалау дәлел бола алады, кезеңдер арасындағы бастапқы деректерді саралауға мүмкіндік береді. Диагностикалық нәтижелердің объективтілігінің жоғарылауы туралы хабардар ететін «тәуелділік», «қызығушылық» және «пайда болу қаупі». Бұл әдісті қолдану жеке адамдар арасында да, компьютерлік технологияларды пайдаланушылар тобында да компьютерлік тәуелділіктің тиімді скринингтік диагностикасын жүргізуге көмектеседі, сонымен қатар жеке тұлғаның эмоционалды жағдайын, оның ерікті қасиеттерін, өзін-өзі бақылау қабілеттерін, физикалық және психологиялық жағдайларын бір уақытта бағалауға көмектеседі. Жауап нұсқаларының ұлттық-әлеуметтік қызмет саласына өте қарапайым құралдар арқылы бейімделуіне байланысты болатын түпкілікті нәтиженің жоғары объективтілігі диагностикалық мәселеге ұсынылған шешімнің сәйкестігі туралы хабарлайды.

- **Интернетке тәуелділік шкаласы (С. Чен)
(Chen Интернет-тәуелділік шкаласы-ЦРУ (S.-
H. Chen, 2003) (В.Л. Малыгин, К.А.
Феклисовтің бейімделуі)**

Ресейде, Украинада және Беларуссияда интернетке тәуелді мінез-құлықты диагностикалау үшін жиі қолданылатын тест - бұл Бурованың бейімделуіндегі К.Юнгтың сынағы.

Диагностикалық критерийлеріне сәйкес, Чен Интернетке тәуелділікке арналған тест алты белгілі диагностикалық компоненттерге жақын, барлық тәуелділік нұсқалары үшін әмбебап, Р.Браун, 1993;

М.Грифитс, 1996 ж. (Шамадан тыс бағалау, көңіл-күйдің өзгеруі, төзімділіктің жоғарылауы, тоқтау белгілері, басқалармен және өз-өзімен қақтығысу, рецидив. Сонымен қатар, бұл құралдың айқын артықшылықтарының қатарына шкала мен жалпы өлшеу принципін қосатын құрылымы кіреді.



Тест тәуелділіктің нақты белгілерімен қатар сондай-ақ мыналарды өлшеуге мүмкіндік береді

- Толеранттылық, тоқтату белгілері, компульсивтілік және сонымен бірге тек психологиялық аспектілер, мысалы:
- өз уақытын басқару қабілеті және тұлғаның ішкі проблемаларның болуы. Өлшемдердің қосындысы интегративті индикаторлардың, шкаладан тыс сипаттың және жалпы көрсеткіштің болуымен көрінеді.
- Осылайша, тест тәуелділік мінез-құлқының жүйені құрайтын факторларын ескереді және диагностикалық әлеуеті жоғары

Ченнің Интернетке тәуелділік шкаласы» әзірлеушісі: S.-H. Chen, 2003, Қытай

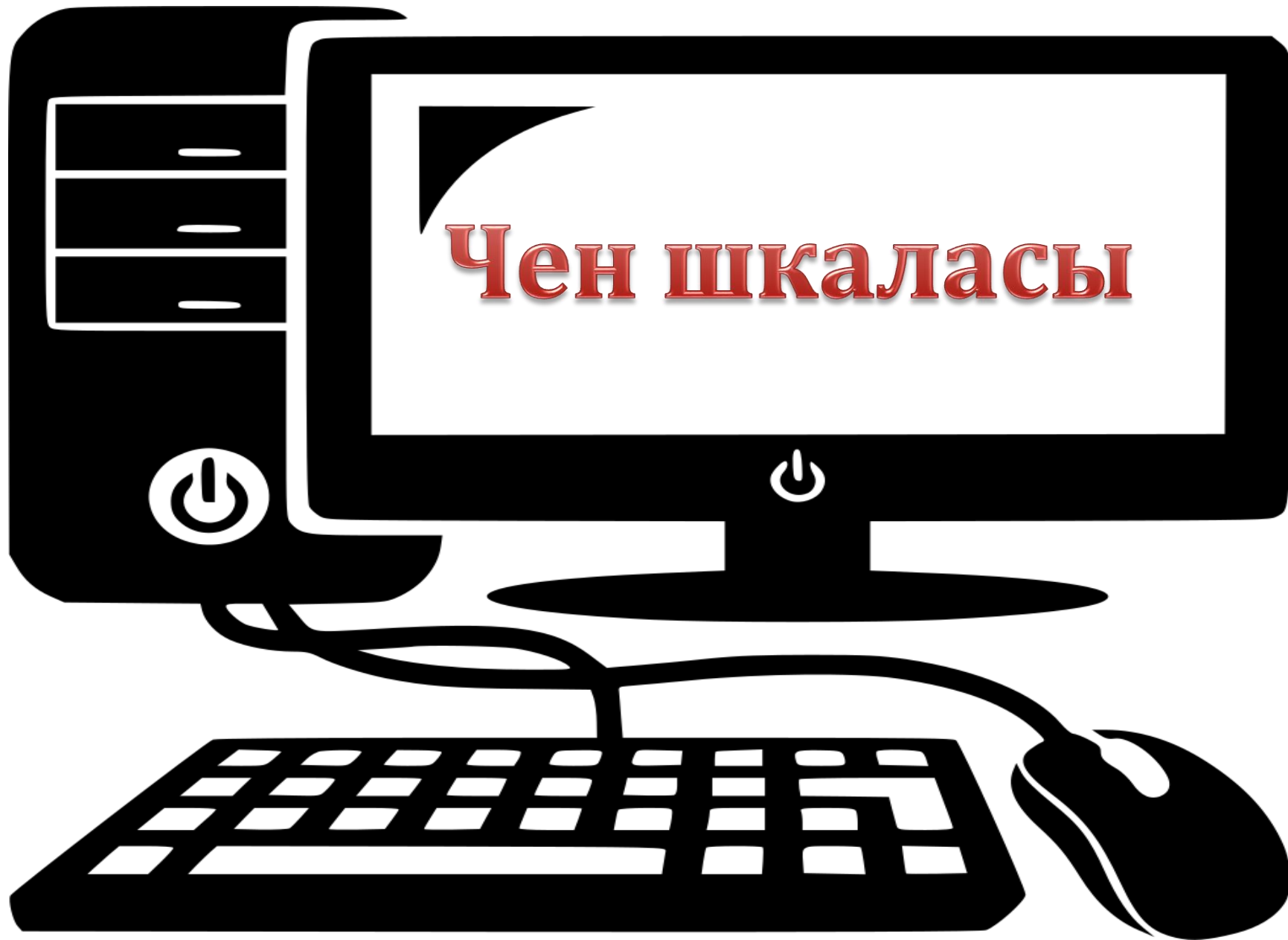
Тестке 5 бағалау шкаласы кіреді

Компульсивті симптомдардың шкаласы	Толеранттылық шкаласы	Симптомды алу шкаласы	Уақытты бақылау шкаласы	Дененің ішкі және денсаулық мәселелерінің масштабы
------------------------------------	-----------------------	-----------------------	-------------------------	--

Осы шкаладан басқа, өлшемнен тыс бағалау өлшемдерінің 2 түрі бар

Интернетке тәуелділік мінез-құлықтың жалпы индикаторы

- Осылайша, бес осьтік модельге ие бола отырып, икотомдық бөлуде Интернетке тәуелді мінез-құлықтың болжамды болуын / болмауын диагноз қоюға ғана емес, тәуелді мінез-құлық үлгісін сипаттайтын кейбір белгілердің ауырлық дәрежесін де анықтауға болады.
- Chen тестінің ерекше артықшылығы, оның жан-жақтылығында, Интернет-ресурстармен байланысты жүріс-тұрыстың үздіксіздігін бірнеше нүктеден өлшеу мүмкіндігінде



Чен шкаласы

Чен шкаласы



- Сіз соңғы 6 айда интернетті қолдандыңыз ба?
- ИӘ (Тест тапсырмаларды толтыруды жалғастырыңыз) ЖОҚ (тоқтаңыз, өтінемін).
- Нұсқаулық: Төменде интернетте-тәжірибесі бар адамдар келісуі мүмкін әрекеттер нұсқалары немесе интернет жағдайларының сипаттамалары келтірілген. Олардың әрқайсысын мұқият оқып шығыңыз және соңғы 6 айдағы сіздің интернетте болуыңыздың сипатын дәл көрсететін () құсбелгіні қойыңыз. Сізге 4 жауап нұсқасы ұсынылады: ең азынан ең қолайлыға дейін. Әр элемент үшін тек бір жауапты белгілеңіз және ешбір элементті өткізіп жібермеңіз.
- 1: мүлдем жарамсыз; 2: аздап қана сәйкес келеді;
- 3: ішінара сәйкес келеді; 4: толық сәйкес келеді.



- **1.** Маған интернетте көп уақыт өткізетіндігім туралы бірнеше рет айтылды.
- **2.** Мен белгілі бір уақыт аралығында интернетте отырмасам өзімді жайсыз сезінемін.
- **3.** Мен өзімді интернетте өте көп уақыт өткізетінімді сеземін.
- **4.** Интернет ажыратылған немесе қол жетімсіз болған кезде мен мазасызданамын және ашуланамын.
- **5.** Мен шаршағанымға қарамай, өзімді ғаламторда энергияға толы сезінемін.



- 6. Мен «бір минутқа кіруді» жоспарлағаныммен интернетте ұзақ уақыт отырамын.
- 7. Интернетті пайдалану менің басқа адамдармен қарым-қатынасыма кері әсерін тигізсе де, интернеттегі уақыт мөлшерімді өзгертпеймін.
- 8. Бірнеше рет (> 1) мен интернетте жылжымай отырып қалғанымға байланысты төрт сағаттан аз ұйықтадым.
- 9. Соңғы семестрде (немесе соңғы 6 айда) мен желіде көп уақыт өткіздім.
- 10. Егер белгілі бір уақыт аралығында Интернетті пайдалануды тоқтату қажет болғанда өте қатты мазасызданамын



- 11. Интернетке деген құлшынысымды жоя алмаймын.
- 12. Мен достарыммен жеке кездесудің орнына интернетте отырғанды жөн көремін.
- **13.** Интернетте ұзақ отырғаннан кейін менің арқам ауырады және қолайсыздық тудырады.
- **14.** Таңертең ұйқыдан оянғанда ең алдымен интернетке кіру туралы ой келеді.
- **15.** Интернетті жиі пайдалану менің жұмысымда немесе оқуымда қиындықтар туғызды.



- **16.** Белгілі бір уақытта желіден тыс бола қалсам, бірнәрседен құр қалғандай сезінемін.
- 17. Интернетте көп отырғанымның әсерінен отбасымның мүшелерімен қарым-қатынасымыз азайып бара жатыр.
- 18. Мен интернетті қолданғандықтан аз демаламын.
- 19. Интернеттен шығып кетсем де желіге қайта кірмеуге күшім жетпейді.
- **20.** Интернет болмаса менің өмірім қызықсыз болар еді.



- 21. Интернетте көп отыру менің денсаулығымға кері әсер етті.
- **22.** Мен интернетте аз уақыт өткізуге тырысамын, бірақ нәтиже жоқ.
- 23. Интернетте көп уақыт өткізу үшін аз ұйықтау мен үшін үйреншікті жағдайға айналды.
- **24.** Мен қанағат ету үшін интернетте көбірек уақыт отыруым керек.
- **25.** Кейде мен интернетте отыра беруіме байланысты уақтылы тамақтана алмаймын.
- 26. Мен түнде интернетті көп қарағандықтан күндіз өзімді шаршаңқы сезінемін.

Чен Тест Шкаласы



- (CIAS) Com (компульсивті симптомдар): 11, 14, 19, 20, 22
- Wit (бас тарту симптомы): 2, 4, 5, 10, 16
- Tol (толеранттылық симптомы): 3, 6, 9, 24
- ІН (жеке тұлғалық және денсаулығына қатысты мәселелер): 7, 12, 13, 15, 17, 18, 21 ТМ (уақытты басқару проблемалары): 1, 8, 23, 25, 26
- әрбір сұрақ келесі сандармен бағаланған
- **1,2,3,4** шкаланы бағалау: Шкаланың барлық пункттерін қосып шығу;



- 1. Интернет-тәуелділіктің негізгі симптомдары
- IA-Sym = Com(компьюльсивті симптом) + Wit(бас тарту симптом) + Tol(толеранттылық симптом)
- 2. Интернет-тәуелділікке қатысты проблемалар
- IA-RP= IH(жеке тұлғалық және денсаулығына қатысты мәселелер) + TM(уақытты басқару мәселелері)
- 3. Жалпы CIAS баллы = Com + Wit + Tol + IH + TM
- біріншілік анализ бен адаптацияның нәтижесіне қарай Ченнің келесі бағалау шкаласы ұсынылады:
- А) Интернет тәуелділіктің аздаған қаупі

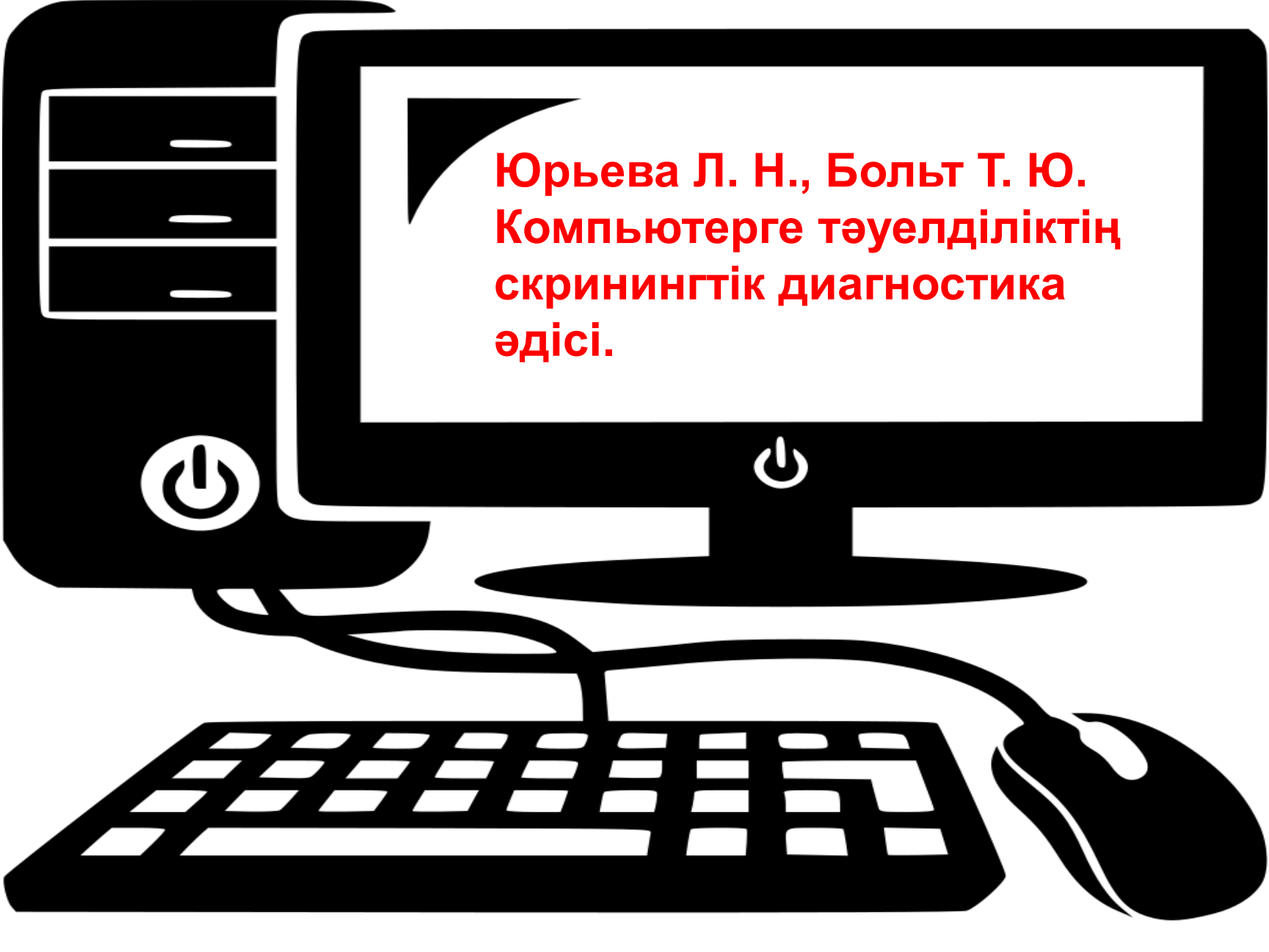


- Негізгі шкала бойынша көрсеткіштердің мәні (орта баллы):
- 1. Компьюльсивті симптомдар шкаласы (Com): 7.5
- 2. Бас тарту симптомдарының шкаласы (Wit): 7.875
- 3. Толеранттылық шкаласы (Tol): 6.5
- 4. Жеке тұлғалық және денсаулығына қатысты мәселелер шкаласы (IH): 8.875
- 5. Уақытты басқару шкаласы (TM): 7.25
- Интернет тәуелділіктің негізгі симптомдары(КСИЗ): 21,875
- Интернетке тәуелділік мәселелері (ПИЗ): 16, 125
- Жалпы CIAS баллы $= (Com + Wit + Tol + IH + TM)$ от 27 до 42.

- В) Интернетке тәуелді болуға бейімділік
- Негізгі шкала бойынша көрсеткіштер мәні (орта баллы):
- Компьюльсивті симптомдар шкаласы: 9.78947
- Бас тарту симптомы шкаласы: 11, 52632
- Толеранттылық шкаласы: 7, 89474
- Жеке тұлғалық және денсаулығына қатысты мәселелер шкаласы:
 - 11, 89474
- Уақытты басқару шкаласы: 10, 63158
- Интернет тәуелділіктің негізгі шкалалары (КСИЗ): 29, 47368
- Интернетке тәуелділік проблемалары (ПИЗ): 22, 84211



- Жалпы CIAS баллы= $(Com+Wit+Tol+IH+TM)$ от 43до64
- С)Интернетке тәуелді мінез-құлықтың көрсетілген тұрақты үлгісі
- Негізгі шкала бойынша көрсеткіштер мәні (Орта баллы):
- Симптомның компульсивтік шкаласы: 13.5
- Шығу симптомы: 17.5
- Толеранттылық шкаласы: 11.667
- Жеке тұлғалық және денсаулық проблемалары шкаласы: 17, 167 Уақытты басқару шкаласы: 15, 834
- Интернетке тәуелділіктің негізгі белгілері (KSID): 42, 667 Интернетке тәуелділікке байланысты проблемалар (ISP): 33.00 CIAS жалпы баллы = $(Com + Wit + Tol + IH + TM)$ 65 және одан жоғары



**Юрьева Л. Н., Болыт Т. Ю.
Компьютерге тәуелділіктің
скринингтік диагностика
әдісі.**

Стимулды материал

Мәлімдеме



- Сіз компьютерде(желіде) отырған сәтте өзіңізді қаншалықты жайлы әрі жеңіл сезінесіз?
- Сіз компьютерде(желіде) отырғаныңызды, белгілі сайтты ашып, қажетті ақпаратты табуыңызды, жаңа таныстықты қаншалықты жиі күтесіз?
- жайлылықты скзінү үшін сізге желіде қаншалықты уақыт өткізу немесе ақша жарату керек?
- Өз бетіңізден компьютердегі жұмысыңызды доғаруыңыз қаншалықты іске асады?
- Компьютерден(желіден) тыс болғанда қаншалықты жағымсыз әсер сезініп, көңіл-күйіңіз түседі?

- Көңіл-күйіңізді көтеру үшін немесе өмірлік проблемалардан құтылу үшін компьютердің қажеттілігін қаншалықты жиі сезінесіз?
- Компьютерде жиі жұмыс істеуге байланысты (желіде болу) сіз отбасылық, әлеуметтік міндеттер мен оқуды қаншалықты жиі елемейсіз?
- Компьютерде(желіде) отырған уақытыңызды жасыру үшін ата-анаңызға немесе мұғалімдерге қаншалықты жиі өтірік айтуға тура келеді?
- Компьютерде(желіде болудың) жиі жұмыс жасаудың достық және отбасылық қатынастың бұзылуына, қаржылай тұрақтылықтың өзгеруіне, оқудағы үлгерімнің өзгеруіне деген қауіптілігін қаншалықты жиі сезесіз?
- Сіз мынадай физикалық белгілерді қаншалықты жиі байқайсыз: мысалы, қолдың ұйып қалуы және ауыруы, бел ауруы, көздің құрғауы, бас ауруы; жеке гигиенаны ескермеу, компьютер жанында тамақтану?
- Компьютерде(желіде) жиі отырғандықтан пайда болған ұйқы режимінің бұзылуын қаншалықты жиі байқайсыз?

- **Әрбір мәлімдеменің қаншалықты келісу/келіспеу қатары 4 нұсқадан тұрады. Мүмкін болған жауаптары «ешқашан», «сирек», «жиі» болмаса «өте жиі» сәйкесінше 1, 2, 3 және 4 деген баллға ие. Методикалық шкалаға байланысты максимальді балл 44 баллды құрайды.**
- **Интерпретация**
- **барлық жоғарыдағы мәлімдемелер тура мағынада айтылған. Жалпы ұпай саны барлық көрсеткіштерге сай анықталады.**
- **• егер ұпай саны 16-дан кем болса, интернет-қауіптіліктің даму қаупі 0-ге тең болмақ.**
- **• 16-22 ұпай — қызығушылық стадиясы.**
- **Оңалту шаралары барынша әсерін тигізе алады.**
- **• 23-37 ұпай — тәуелділіктің бірінші стадиясы.**
- **Оңалту шараларын шұғыл жүргізу қажет.**
- **• 38 немесе одан жоғары ұпай — тәуелділіктің екінші стадиясын анықтайды. Емдік шараларын міндетті түрде қолдану керек.**