

## МЕТОДИКА

**А. В. Гришина**

### **ТЕСТ-ОПРОСНИК СТЕПЕНИ УВЛЕЧЕННОСТИ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ КОМПЬЮТЕРНЫМИ ИГРАМИ**

В статье представлен тест-опросник, разработанный автором на базе методики К. Янг и позволяющий оценить количественную выраженность степени увлеченности младших подростков компьютерными играми — (КИ). Опросник содержит 22 вопроса, определяющих пять 5 основных шкал: эмоциональное отношение к КИ; самоконтроль в КИ; целевая направленность на КИ; родительское отношение к КИ; предпочтение виртуального общения реальному. Исследование, проведенное на выборке из 304 школьников г. Нижнего Новгорода в возрасте 11—12 лет, показало, что разработанный тест-опросник дает возможность количественно оценить степень компьютерной зависимости младшего подростка; предоставляет возможность математической обработки; является относительно оперативным способом оценки большого количества респондентов; способствует объективности оценок, не зависящих от субъективных установок лица, проводящего исследование; обеспечивает сопоставимость информации, полученной разными исследователями на разных испытуемых.

*Ключевые слова:* компьютерная игра, игровая компьютерная зависимость, младший подростковый возраст, опросник.

The paper presents test questionnaire, developed by the author based on methodology K. Yang and allows the quantification of the severity of the degree of enthusiasm of younger teenagers playing computer games — (CG). The questionnaire contains 22 questions, defining five 5 major scales: emotional attitude to the CG; self-monitoring in clinical trials; goal orientation on the CG; parental relation to the CG; preference for virtual communication real. A study conducted on a sample of 304 students of Nizhny Novgorod aged 11-12 years, showed that the developed test questionnaire allows to quantify the extent of computer abuse younger teenager; allows mathematical treatment; is relatively expeditious means evaluation of a large number of respondents; contributes to the objectivity of assessments that do not depend on the subjective attitudes

---

**Гришина Анна Викторовна** — канд. психол. наук, доцент кафедры информатики и информационных технологий, нач. управления научных исследований ФБГОУ ВПО «Нижегородский гос. пед. ун-т имени К. Минина» (г. Нижний Новгород). *E-mail:* angrishina@mail.ru

of the person conducting the study; ensures comparability of the information obtained by different researchers in different subjects.

*Key words:* computer game, computer game addiction, younger teens, the questionnaire.

## **Введение**

В настоящее время с компьютерными технологиями связаны практически все сферы жизнедеятельности человека — и познавательная, и трудовая, и коммуникативная, и творческая, и рекреационная, и др. Компьютерные технологии, в частности *компьютерные игры* (КИ), привлекают пользователей яркими реалистическими сюжетами, графикой, звуковым сопровождением (Бабаева, Войскунский, 1998; Шапкин, 1999) и оказывают большое влияние на мировоззрение современных молодых людей (Бабаева, Войскунский, 1998; Варашкевич, 1997; Гриффит, 1996; Петровский, Петровский, 1982; Фомичева и др., 1991). Постоянное обновление и совершенствование КИ влечет рост числа потребителей данной продукции. Психологам все чаще приходится сталкиваться с проблемой повышенного интереса людей к КИ и даже с так называемой *игровой компьютерной зависимостью* (Икз). Последняя представляет собой новую форму зависимости, качественно отличающуюся от других нехимических зависимостей выходом на безграничные возможности виртуального мира и механизмами формирования на разных этапах возрастного развития (Бабаева, Войскунский, 1998; Гришина, 2011).

С одной стороны, КИ способствуют развитию и преобразованию деятельности человека за счет возникновения новых навыков, операций и способов выполнения действий, новых целевых и мотивационно-смысловых структур, новых форм опосредования и новых видов деятельности (Фомичева и др., 1991). С другой стороны, при патологической поглощенности КИ отмечается значительное количество негативных последствий — технострессы, компьютерофобия, сужение круга интересов, некоммуникабельность и аутизм (Бабаева, Войскунский, 1998; Котова, 2009; Шмелев, 1988). Жизнь человека, подверженного Икз, начинает отличаться от привычно нормальной жизни и полностью подчиняется новой сверхценности.

Икз широко распространена в мире и в том числе в России. Разнообразные виды и формы КИ, рассчитанные на интересы разных категорий населения, привлекают к себе внимание все большего количества людей. В наибольшей степени влиянию КИ подвергаются дети и подростки.

К настоящему времени накоплен большой фактический материал об особенностях подростков, о специфике их идеалов, интересов, нравственных представлений, мотивов деятельности и т.д. (см., напр.: Божович, 1997; Возрастные..., 1967; Выготский, 1984; Горшенин, 1993; Петровский, Петровский, 1982; Эльконин, 1971). Выявлено, что интересы младшего подростка отличаются большей устойчивостью по сравнению с интересами детей младшего школьного возраста. Некоторые интересы сохраняются в течение всего подросткового возраста, углубляясь и обогащаясь содержанием, и впоследствии остаются на всю жизнь. В младшем подростковом возрасте интересы часто приобретают форму увлечений, которые могут захватить ребенка в ущерб другим видам деятельности.

В процессе взросления младший подросток знакомится с различными аспектами человеческих взаимоотношений. Он находится в постоянном поиске друзей и компаний, в которых он мог бы испытать чувство принадлежности группе (Божович, 1997). Все эти отношения являются важной частью идентификации личности (там же). Неудовлетворение данной потребности может привести к «уходу» младшего подростка в виртуальный мир, который будет выступать для него средством общения и самоутверждения, подменяя собой процесс реального взаимодействия.

В настоящее время основное внимание исследователей при изучении психологических аспектов Икз сосредоточено на поисках ее причин и факторов личностной предрасположенности к ней. Однако, по нашему мнению, без должного внимания остался вопрос о методах диагностики степени увлеченности КИ на разных этапах онтогенеза, в частности в подростковом возрасте. В связи с этим все более очевидной становится актуальность исследования проблемы Икз в младшем подростковом возрасте как начальном этапе подросткового периода развития в целом и необходимость разработки соответствующей методики.

### **Обоснование методики**

Основным теоретиком проблемы компьютерной психологической зависимости считается американский психиатр, профессор Питтсбургского университета Кимберли Янг. Для определения степени увлеченности Интернетом ею был разработан краткий тест (Young, 1996), который состоял из 8 вопросов с дихотомическим выбором вариантов ответов. По мнению автора, респондент считается зависимым, если дает положительный ответ на 5 или более вопросов. Современный вариант теста К. Янг содержит 20 вопросов, ответы на которые оцениваются по 5-балльной шкале. По количеству набранных баллов выделяются три группы людей: зависимые, пограничные, здоровые.

Российские исследователи используют следующие инструменты диагностики компьютерной зависимости: опросник К. Янг в адаптации В.А. Лоскутовой (2004); опросник Е.В. Беловол и И.В. Колотиловой (2011) для оценки степени увлеченности ролевыми КИ у подростков 13—15 лет; «детский» вариант методики оценки интернет-аддикции, предназначенный для младшего школьного возраста (Котова, 2009); «Способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости» (Большот, Юрьева, 2006) и другие. Однако методика, позволяющая определить уровень Икз у младших подростков, отсутствует. Поэтому на базе методики К. Янг нами была разработана тестовая процедура, позволяющая сравнительно быстро и эффективно определить степень увлеченности КИ у младших подростков.

### **Общая характеристика тест-опросника для младших подростков**

Опросник содержит 22 вопроса, определяющих 5 основных шкал: эмоциональное отношение к КИ; самоконтроль в КИ; целевая направленность на КИ; родительское отношение к КИ; предпочтение виртуального общения реальному.

В ходе составления опросника методом беседы с младшими подростками и с помощью наблюдения за их реальным поведением был выявлен репрезентативный перечень вопросов, отражающих содержание компонентов игрового поведения. В результате было составлено 32 утверждения, которые были предъявлены экспертам для определения содержательной валидности.

Экспертная оценка включала в себя два этапа: 1) проведение очного семинара со специалистами-психологами высокой квалификации (докторами и кандидатами наук), а также с практикующими психологами и социальными педагогами из 12 общеобразовательных и высших учебных заведений г. Нижнего Новгорода, г. Санкт-Петербурга и г. Москвы по обсуждению опросника; 2) получение заключений на опросник от специалистов в области психологии и социологии из 25 общеобразовательных и высших учебных заведений тех же городов. По результатам данной процедуры в первоначальный вариант опросника были внесены изменения.

Итоговый опросник состоит из 5 шкал, каждая из которых содержит вопросы, предполагающие 6 градаций ответов: никогда, редко, иногда, часто, очень часто, постоянно. При обработке результатов каждому ответу испытуемого присваивается балл от 1 до 6. По каждой шкале опросника набранные баллы суммируются. Полученные результаты определяют количественные показатели, значения которых подставляются в формулу для подсчета степени

увлеченности КИ. Исследование может проводиться как в индивидуальной, так и в коллективной форме.

Показатели опросника организованы в соответствии с принципами системы регуляции деятельности (Чумаков, 2007).

1. *Шкала эмоционального отношения к КИ.* Высокий показатель свидетельствует о высоком уровне эмоциональной привлекательности КИ для ребенка. Игра выступает средством разрядки психоэмоционального напряжения, средством компенсации неудовлетворенных потребностей личности (в общении, родительской заботе и т.д.). В ходе КИ подросток испытывает ощущение эмоционального подъема. Низкий показатель указывает на незначительный уровень эмоциональной привлекательности КИ для ребенка. Игра является одним из досуговых занятий.

2. *Шкала самоконтроля в КИ.* Высокий показатель свидетельствует о низком уровне самоконтроля подростка в КИ. Как правило, ребенок не хочет прерывать КИ, раздражается при вынужденном отвлечении от игры и не способен спланировать окончание игры. Низкий показатель свидетельствует о наличии самоконтроля над процессом КИ, ребенок может отвлечься от игры, если это необходимо; способен спланировать окончание игры.

3. *Шкала целевой направленности на КИ.* Высокий показатель — свидетельство азартной вовлеченности в КИ, постоянного стремления к достижению все более высоких результатов. Низкий показатель говорит об умеренном стремлении к достижению все более высоких результатов в компьютерной игре; КИ выступает как средство досуга и не является самоцелью.

4. *Шкала родительского отношения к КИ.* Высокий показатель указывает на негативное отношение родителей к КИ. Родители запрещают КИ или серьезно лимитируют время игры. Низкий показатель свидетельствует о положительном отношении родителей к КИ. Родители сами инициируют активность детей, связанную с КИ: покупают новинки, удовлетворены занятостью ребенка дома за КИ.

5. *Шкала предпочтения виртуального общения в КИ реальному общению.* Высокий показатель по шкале указывает на то, что КИ выступает средством общения и самоутверждения ребенка, подменяя собой процесс реального взаимодействия. Низкий показатель — на то, что КИ не заменяет реального общения ребенка и является дополнительным средством коммуникации.

## **Содержание методики**

Каждый испытуемый получает текст опросника и бланк для ответов.

*Инструкция:* Предлагаемый вам тест содержит 22 вопроса с 6 вариантами ответов: «никогда», «редко», «иногда», «часто», «очень часто», «постоянно». В бланке для ответов перед соответствующим номером вопроса поставьте знак «+» в соответствующей колонке ответов. Свое мнение выражайте искренне.

Содержание опросника:

1. Играете ли вы в компьютерные игры?
2. Запрещают ли родители играть вам в компьютерные игры из-за того, что вы тратите на них слишком много времени?
3. Откладываете ли вы выполнение школьных домашних заданий, чтобы поиграть за компьютером?
4. Чувствуете ли вы себя раздраженным, если по каким-то причинам вам необходимо прекратить компьютерную игру?
5. Расстраиваетесь ли вы, если в течение дня вам не удастся поиграть за компьютером?
6. Думаете ли вы о результатах, достигнутых в компьютерной игре?
7. Планируете ли вы повысить уровень своих результатов в игре?
8. Приходилось ли вам засиживаться за компьютерной игрой до поздна?
9. Чувствуете ли вы тягу к компьютерным играм?
10. Отказываетесь ли вы от общения с друзьями, чтобы поиграть за компьютером?
11. Случалось ли вам тратить на компьютерные игры деньги, которые были предназначены для других целей?
12. Приходилось ли вам играть за компьютером более 5 часов в день?
13. Предпочитаете ли вы компьютерную игру чтению интересной книги или просмотру фильма?
14. Играете ли вы с друзьями в компьютерные игры?
15. Замечаете ли вы, как летит время, пока вы играете в компьютерную игру?
16. Как часто вы играли бы в компьютерные игры, если бы у вас была такая возможность?
17. Случалось ли вам скрывать от родителей, что вы играли за компьютером?
18. Используете ли вы компьютерную игру для того, чтобы уйти от проблем или от плохого настроения?
19. Обсуждаете ли вы результаты компьютерных игр с друзьями?
20. Злитесь ли вы, когда вас кто-то отвлекает от компьютерной игры?
21. Случалось ли вам уставать из-за того, что вы слишком долго играли за компьютером?
22. Стремитесь ли вы все свое свободное время играть за компьютером?

## Обработка результатов

При обработке результатов исследования необходимо использовать ключ, который сравнивается с ответами испытуемого. Каждому ответу испытуемого присваивается балл от 1 до 6 в соответствии с предложенными градациями ответов: «никогда» — 1 балл; «редко» — 2; «иногда» — 3; «часто» — 4; «очень часто» — 5; «постоянно» — 6 баллов.

1. Шкала уровня эмоционального отношения к КИ, суммарный показатель (Иэ) — 5 пунктов (номера вопросов: 4, 5, 13, 18, 20).

2. Шкала уровня самоконтроля в КИ, суммарный показатель (Ис) — 9 пунктов (номера вопросов: 3, 8, 9, 11, 12, 15, 16, 21, 22).

3. Шкала уровня целевой направленности на КИ, суммарный показатель (Иц) — 3 пункта (номера вопросов: 1, 6, 7)

4. Шкала уровня родительского отношения к тому, что дети играют в КИ, суммарный показатель (Ир) — 2 пункта (номера вопросов: 2, 17).

5. Шкала уровня предпочтения общения с героями КИ реальному общению, суммарный показатель (Ио) — 3 пункта (номера вопросов: 10, 14, 19).

В ходе исследования была выявлена высокая степень взаимосвязи шкалы 3 (Иц) с остальными шкалами опросника (значение коэффициента множественной корреляции  $R=0.86$ ,  $p<0.001$ ). На основании полученных данных можно сделать вывод, что степень увлеченности КИ во многом определяется уровнем целевой направленности на КИ.

В результате проведенного анализа функциональной зависимости, характеризующей взаимосвязь между шкалой 3 (Иц) с другими шкалами опросника, была построена регрессионная модель (\*\*\*) —  $p<0.001$ ):

$$Икз=0.21^{***}\times Иэ + 0.43^{***}\times Ис + 0.08^{***}\times Ир + 0.34^{***}\times Ио + 0.3$$

Доля вариации изменения уровня Иц на 86% объясняется по полученному уравнению регрессии вариациями изменений уровней Иэ, Ис, Ир и Ио.

Для получения количественного показателя уровня увлеченности младших подростков КИ в соответствии с ключом подсчитывается количество баллов по каждой шкале опросника. Затем полученные показатели подставляются в уравнение множественной регрессии.

## Анализ результатов

На основании разработанного теста по индексам степени интереса к КИ мы выделяем следующие 3 уровня вовлеченности в КИ:

1 — *естественный* уровень (от 6 до 11 баллов): КИ носит характер развлечения, не имеющего негативных последствий. Дети контролируют свою игровую активность, редко играют и думают об игре;

2 — *средний* (от 12 до 21 баллов): КИ является важной частью жизни подростка; его внимание сфокусировано на определенных видах КИ, но при этом он не теряет контроля над частотой игровых сеансов и временными затратами на игру; КИ выполняет компенсаторные функции.

3 — *зависимость* (от 22 до 37 баллов): КИ занимает все свободное время; подросток думает о КИ, о достигнутых результатах, стремится повысить уровень этих результатов.

Стандартная психометрическая проверка показала, что все шкалы опросника имеют распределения, близкие к нормальному. Средние, стандартные отклонения и интеркорреляции шкал были получены на выборке из 304 учеников 5—6-х классов СОШ г. Нижнего Новгорода (150 мальчиков и 154 девочки в возрасте 11—12 лет). По результатам исследования были получены следующие данные: естественный уровень — 189 чел. (62%); средний уровень — 109 (36%); зависимость — 6 (2%).

Проверка полученных результатов на надежность (внутреннюю согласованность) опросника производилась с использованием таких показателей, как альфа Кронбаха и усредненная взаимная корреляция пунктов шкалы. Обобщенные результаты анализа приведены в табл. 1.

Таблица 1

Характеристики надежности опросника

Показатели	Иэ	Ис	Иц	Ир	Ио
Стабильность	0.96	0.94	0.96	0.87	0.90
Внутренняя согласованность	0.87	0.94	0.90	0.37	0.69

Ретестовая надежность (стабильность) выявлялась по коэффициенту стабильности теста с использованием метода тест—ретест, проведенного с промежутком в 1 месяц. Надежность проверялась на выборке из 304 человек с использованием двухвыборочного t-критерия Стьюдента для зависимых выборок. По результатам исследования было выявлено, что различия между показателями теста и ретеста незначимы, при этом коэффициент корреляции между первым и вторым измерениями составил 0.89, а коэффициент, подсчитанный по формуле Стьюдента, — 1.65. На основании полученных данных можно сделать вывод о стабильности показателя увлеченности КИ. Полученные результаты проверки разработанной методики на надежность свидетельствуют о воз-



возможности использования ее не только в исследовательских, но и психодиагностических целях.

Для определения конструктивной валидности теста использовался прием соотнесения результатов опросника с результатами известных методик. Вопросы обеспечения конструктивной валидности шкал опросника определялись на выборке из 146 испытуемых (74 мальчика и 72 девочки). Свидетельства конструктивной валидности получены нами на совокупности исследовательских результатов. При этом исследовались связи показателей опросника с такими индивидуально-личностными характеристиками, как склонность к риску (методика СР-2; см.: Практикум..., 1996) и волевая саморегуляция (методика А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана; см.: Фетискин и др., 2002).

Таблица 2

**Первичные статистические характеристики  
и интеркорреляции шкал опросника**

Показатели	Икз	Иэ	Ис	Иц	Ир	Ио
Количество пунктов	22	5	9	3	2	3
Среднее	58.7	12.0	22.6	11.9	4.1	8.2
Стандартное отклонение	18.3	5.7	7.5	3.9	1.7	3.2
Склонность к риску	0.5	0.5	0.4	0.3	0.3	0.3
Волевая саморегуляция				-0.2		-0.2
Икз	1	0.9*	1.0*	0.9*	0.4*	0.7*
Иэ		1	0.8*	0.7*	0.3*	0.4*
Ис			1	0.8*	0.3*	0.6*
Иц				1	0.3*	0.7*
Ир					1	0.2*
Ип						1

Примечание: \* —  $p < 0.05$ .

В табл. 2 приведены статически достоверные связи шкал опросника с индивидуально-личностными характеристиками, полученными в результате вышеописанных процедур. Анализ связей шкал опросника показывает, что показатель уровня увлеченности КИ коррелирует с изученными индивидуально-личностными показателями испытуемых. Младший подросток, имеющий высокий показатель склонности к риску, как правило, имеет высокие показатели по всем шкалам опросника. Шкалы Иц и Ио отрицательно коррелируют с показателями волевой саморегуляции.

Анализ связей шкал опросника показывает, что показатель уровня Икз коррелирует с изученными индивидуально-личност-

ными показателями испытуемых. Такая характеристика личности младшего подростка, как склонность к риску, связана с показателями всех шкал опросника на уровне значимости  $p < 0.01$ . Шкалы Иц целевой и Ио отрицательно коррелируют с показателями волевой саморегуляции.

Полученные результаты обнаруживают связь потенциалов младшего подростка с индексами уровня Икз и одновременно показывают самостоятельность разработанного опросника.

\* \* \*

Диагностика уровня игровой компьютерной зависимости — важная задача психодиагностической работы с подростками. Высокий уровень такой зависимости у подростков является условием, предрасполагающим к неблагоприятным вариантам жизненного самоопределения, приводящим к психологическому и физическому истощению от сильного напряжения, ухудшению социального, семейного и межличностного функционирования.

Разработанный нами тест дает возможность получения количественной оценки степени компьютерной зависимости, предоставляет возможность математической обработки, является относительно оперативным способом оценки большого количества лиц, способствует объективности оценок, не зависящих от субъективных установок лица, проводящего исследование; обеспечивает сопоставимость информации, полученной разными исследователями на разных испытуемых. При использовании данной методики необходимо учитывать, что переносить интерпретацию полученных результатов можно только на те группы испытуемых, которые по своим основным социокультурным и демографическим признакам аналогичны базовой.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

*Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е.* Психологические последствия информатизации // Психол. журнал. 1998. Т. 19. № 1. С. 89—100.

*Беловол Е.В., Колотилова И.В.* Разработка опросника для оценки степени увлеченности ролевыми компьютерными играми // Психол. журнал. 2011. Т. 32. № 6. С. 49—58.

*Большот Т.Ю., Юрьева Л.Н.* Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика. Днепропетровск: Пороги, 2006.

*Божович Л.И.* Проблемы формирования личности: Избр. психол. труды / Под ред. Д.И. Фельдштейна. Изд. 2-е, стереотип. М.: Изд-во «Ин-т практич. психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997.

*Варашкевич С.А.* История конверсии компьютерной игры. М.: ИП РАН, 1997.

Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков / Под ред. Д.Б. Эльконина, Т.В. Драгуновой. М.: Просвещение, 1967.

*Выготский Л.С.* Педология подростка // Собр. соч.: В 6 т. М.: Педагогика, 1984. Т. 4.

*Горшенин Л.Г.* Подросток, характер, проблемы: Акцентуации характера и их реализация в учебно-воспитательном процессе. М.: Изд-во ИПК и ПРНО МО, 1993.

*Гриффит В.* Виртуальный мир рождает реальные болезни // Финансовые известия. 1996. № 183. С. 57—73.

*Гришина А.В.* Психологические факторы возникновения и преодоления игровой компьютерной зависимости в младшем подростковом возрасте: Дисс. ... канд. психол. наук. Нижний Новгород, 2011.

*Котова С.А.* Компьютер в жизни ребенка младшего школьного возраста // Другое детство: Тез. участников II Всеросс. науч.-практ. конф. по психологии развития (Москва, 25—27 ноября 2009 г.) / Под ред. Л.Ф. Обуховой, И.А. Корепановой. М.: МГППУ, 2009. С. 285—286.

*Лоскутова В.А.* Интернет-зависимость как форма нехимических аддитивных расстройств: Дисс. ... канд. мед. наук. Новосибирск, 2004.

*Петровский А.В., Петровский В.А.* Индивид и его потребность быть личностью // Вопр. философии. 1982. № 3. С. 44—53.

Практикум по общей психологии для студентов педагогических вузов: Учеб. пособие / Сост.: Т.И. Пашукова, А.И. Допира, Г.В. Дьяконов. М.: Изд-во «Ин-т практ. психологии», 1996.

*Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.* Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Ин-та Психотерапии. 2002. С. 54—55.

*Фомичева Ю.В., Шмелев А.Г., Бурмистров И.В.* Психологические корреляты увлеченности компьютерными играми // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 1991. № 3. С. 27—39.

*Чумаков М.В.* Эмоционально-волевая регуляция деятельности в социальном взаимодействии: Дисс. ... докт. психол. наук. Ярославль, 2007.

*Шапкин С.А.* Компьютерная игра: новая область психологических исследований // Психол. журнал. 1999. Т. 20. № 1. С. 86—102.

*Шмелев А.Г.* Мир поправимых ошибок // Вычислительная техника и ее применение. Компьютерные игры. 1988. № 3. С. 16—84.

*Эльконин Д.Б.* К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте // Вопр. психологии. 1971. № 4. С. 6—20.

*Young K.* Caught in the Net. N.Y.: John Wiley and Sons, 1996.

Поступила в редакцию  
24.02.14