

**Уманський державний педагогічний університет  
імені Павла Тичини  
Факультет соціальної та психологічної освіти  
Кафедра соціальної педагогіки та соціальної роботи**

**ВИПУСКНА КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА  
освітній ступінь бакалавр  
на тему:  
«ВПЛИВ ЗАСОБІВ МАСОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ НА РОЗВИТОК  
ОСОБИСТОСТІ»**

Виконав: здобувач III курсу, Р/32 групи  
спеціальності 231 Соціальна робота  
Освітня програма: «Соціальна робота  
(Соціально-психологічне консультування)»  
Ольга Сергіївна Кабанюк

Керівник:  
доктор філософії з соціальної роботи,  
Максим Олександрович Скочко

Рецензент:  
кандидат педагогічних наук, доцент  
Ірина АЛБУЛ

**Умань – 2023**

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНІ ЗАСАДИ ВПЛИВУ ЗАСОБІВ МАСОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ</b> .....	6
1.1. Поняття, види та функції засобів масової інформації.....	6
1.2. Вплив традиційних засобів масової інформації на соціалізацію особистості.....	9
1.3. Соціально-психологічні причини впливу засобів масової інформації на особистість.....	14
<b>РОЗДІЛ 2. ЗАСОБИ МАСОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ</b> .....	20
2.1. Діагностика життєвої позиції школярів щодо засобів масової інформації.....	20
2.2. Дослідження впливу засобів масової інформації на процес розвитку особистості.....	34
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	53
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	56
<b>ДОДАТКИ</b> .....	61

## ВСТУП

Сучасне суспільство проживає в світі, сповненому комп'ютерних технологій, які використовуються в різних сферах життя та значно полегшують умови існування. Достатньо швидко розширюються новітні технології, а з ними удосконалює свої знання та вміння людство. Тому отримання необхідної інформації є дуже поширеним та необхідним у сучасному світі. Саме засоби масової інформації є цінним скарбом людства.

Засоби масової інформації з'являються в житті людини ще в ранньому віці, і впливають на становлення особистості протягом всього життя. Саме без них людство вже не уявляє свого життя.

Інформаційні процеси є доволі корисними в житті суспільства. Адже завдяки засобам масової інформації кожна людина має змогу пізнавати світ в зручному форматі, мати доступ до мережі майже в кожному куточку світу, швидко дізнаватися про нові події, які відбуваються в навколишньому середовищі. Проте цей процес має і негативний вплив на розвиток особистості, особливо, дитини. Так як інформаційні процеси можуть викликати інформаційне перевантаження, що у результаті знижує активність таких процесів, як мислення, увага, пам'ять, уява, мовлення.

Через сприйняття та не завжди критичне осмислення отриманої інформації відбувається становлення особистості, що деякою мірою впливає на уподобання та життєву позицію людини. Не дивно, що особливу роль в становленні суспільства відіграє телебачення. Щоденний перегляд новин чи телепередачі, мультфільму, став звичною справою для людей. Все те, що транслюється в інформаційному просторі, має вплив на становлення думки та поглядів глядача.

Інформаційні процеси мають особливий вплив на розвиток неповнолітнього. Саме отримана інформація спонукає неповнолітніх до дій, досягнення та виконання певних дій та цілей. Наглядним прикладом, є всім

відома гра «Синій кит», в результаті якої підлітки влаштовували самогубство [4]. Тому вивчення впливу засобів масової інформації на розвиток особистості відіграє важливу роль в суспільстві. Задля дослідження та вирішення цієї проблеми, безліч психологів, соціологів, філософів, вивчали це питання.

Особливу роль відіграли роботи таких діячів: Н. Костенко [16] Дж. Мак-Квейл [14], Т. Лукман та П. Бергер [40], В. Степанов [32, с. 100-106]. Які в своїх працях досліджують теоретичні та методологічні засади функціонування ЗМІ, позитивні та негативні властивості, які впливають передусім на становлення неповнолітніх.

Отже, враховуючи всі перераховані вище особливості впливу засобів масової інформації на становлення особистості доводять, що ця тема є актуальною в сучасному світі, яку необхідно вивчати та досліджувати постійно.

**Метою кваліфікаційної роботи** є вивчення та дослідження впливу засобів масової інформації на розвиток особистості в сучасному світі.

Для вдалої реалізації поставленої мети було покладено такі **завдання**:

1. Вивчити основні поняття, види та функції засобів масової інформації.
2. Визначити вплив традиційних засобів масової інформації на соціалізацію особистості.
3. Проаналізувати соціально-психологічні причини впливу засобів масової інформації на особистість.
4. Здійснити діагностику життєвої позиції школярів щодо засобів масової інформації.
5. Дослідити вплив засобів масової інформації на процес розвитку особистості.

**Об'єктом дослідження** є інформаційний вплив засобів масової інформації на розвиток особистості.

**Предмет дослідження** є особливості впливу засобів масової інформації на формування світогляду особистості.

Для досягнення мети та розв'язання поставлених завдань використано комплекс взаємопов'язаних **методів дослідження**:

*теоретичні* – аналіз наукової літератури для обґрунтування основних питань дослідження впливу засобів масової інформації на розвиток особистості; узагальнення наукових даних для визначення впливу засобів масової інформації на розвиток особистості;

*емпіричні* – порівняння, узагальнення з метою здійснення діагностики життєвої позиції школярів щодо засобів масової інформації; дослідження впливу засобів масової інформації на процес розвитку особистості.

**Теоретична значущість кваліфікаційної роботи** полягає у з'ясуванні теоретичних засад впливу засобів масової інформації на розвиток особистості.

**Практична значущість** отриманих результатів полягає у детальному аналізі дослідження впливу засобів масової інформації на розвиток особистості в сучасному світі, діагностика життєвої позиції школярів щодо засобів масової інформації.

**Апробація результатів.** Матеріали дослідження були обговорені та схвалені на засіданнях кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи, студентській науково-практичній конференції в м. Умань.

**Публікації.** За результатами дослідження опубліковано тези на тему Кабанюк О. С. Вплив традиційних засобів масової інформації на соціалізацію особистості. *Проблеми та перспективи соціальної роботи та психології в умовах війни*: матеріали II-ої Всеукр. студент. науково-практ. онлайн-конф., м. Умань, 2 берез. 2023 р. Умань, 2023. С. 159–161.

**Експериментальна база дослідження:** «Вишневська гімназія Цебриківської селищної ради Роздільнянського району Одеської області» у період з 20.02.2023 р. по 02.04.2023 р.

**Структура роботи.** Дипломна робота складається з вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

## РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНІ ЗАСАДИ ВПЛИВУ ЗАСОБІВ МАСОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ

### 1.1. Поняття, види та функції засобів масової інформації

На сьогоднішній день засоби масової інформації займають вагомe місце в житті суспільства, адже вони стали невід’ємною частиною у житті людства. Задля повноцінного вивчення та розуміння впливу ЗМІ на розвиток особистості, важливо розуміти основні складові роботи інформаційних процесів. Тому першим пунктом кваліфікаційної роботи є визначення поняття, видів та функцій ЗМІ.

**Засоби масової інформації** – це система установ, які систематично розповсюджують інформацію для широкого кола користувачів, що здійснюється за допомогою технічних засобів [9; 21, с. 102; 25; 35; 38],

ЗМІ працюють на підставі свідчення про державну реєстрацію., які керуються законами України. А також засоби масової інформації належать до мас-медіа [9].

Мас-медіа розповсюджують інформацію через безліч носіїв. Це є і друкована преса, журнали, книги, масові довідники, відео, аудіовізуальна. електронна преса, носії інформації, кабельні, супутникові, комп’ютерні мережі, тощо. В світі є дуже багато різних носіїв для поширення інформації, тому було прийнято виділити два типи розповсюдження масової інформації. А саме: друковані (Журнали, книги, преса) та електронні (радіомовлення, телебачення, інтернет, соціальні мережі, реклами, кінопродукція та аудіопродукція) [1].

Саме через друковані та електронні носії суспільство отримує інформацію. Окрім типів передачі масової інформації також виділяють загальні види [21, с. 101-105]:

- *Офіційна* - державні рішення, резолюції з'їздів і конференцій, промови політичних та державних діячів, які публікують засоби масової інформації. Така інформація публікується дослівно, без попереднього редагування [21, с. 101-105].

- *Подієва* - інформація про різноманітні події, що публікується щоденно (новини, факти й події внутрішнього життя країни та світу) [21, с. 101-105].

- *Публіцистична* - різні аналітичні матеріали, коментарі, оглядові статті чи нариси [21, с. 101-105].

- *Ділова* - матеріали з різних галузей знань (медицини, освіти, агрономії тощо, як створені самими спеціалістами, так і взяті в них журналістами у вигляді повідомлень) [21, с. 101-105].

- *Довідкова* - програми радіо і телебачення, театральні та кіноафіші, розклад руху транспорту тощо [21, с. 101-105].

- *Рекламна* - виконує функцію повідомлення та фінансового забезпечення видань [21, с. 101-105].

- *Естетична* - різноманітні літературні твори, репродукції живопису й художні фотографії, надруковані в ЗМІ; музика, вистави, фільми художнього та телевізійного характеру [21, с. 101-105].

Засоби масової інформації являють собою установи, створені для відкритої, публічної передачі за допомогою спеціального технічного інструментарію різних відомостей будь-яким особам - це відносно самостійна система, що характеризується множинністю складових елементів: змістом, властивостями, формами, методами й певними рівнями організації (у країні, у регіоні, на підприємствах) [38].

Засоби масової інформації в сучасному світі являють собою певні установи, які публічно розповсюджують інформацію за допомогою технічних пристроїв. Така інформація є у вільному доступі для будь-кого [21, с. 101-105].

Складна система ЗМІ характеризується великою кількістю елементів: змістом, властивостями, формами, методами і певними рівнями організації (у країні, в регіоні, в установах різних форм власності, на виробництві). А також має основні ознаки: це публічність, тобто необмежене коло користувачів, наявність спеціальних технічних приладів, апаратури, непостійний кількісний склад аудиторії, змінюється залежно від виявленого інтересу до тієї чи іншої передачі, повідомленням або статті [21, с. 101-105].

Не менш важливим є вивчення функцій засобів масової інформації. Це пов'язано з тим, що вивчення процесів, які відбуваються в будь-якій соціальній сфері, зрештою приводять до діяльності певної функції мас-медіа [21, с. 101-105].

**Функції ЗМІ** – це сукупність обов'язків ЗМІ перед суспільством і особливостями їх виконання. Вони залежать від способу життя та інтересів суспільства [21, с. 101-105].

Серед основних функцій засобів масової інформації виділяють такі [21, с. 101-105]:

- *Комунікативна* - формує світогляд людини та громадську думку.
- *Освітньо-пізнавальна* - ЗМІ є джерелом ознайомлення з відкриттями знань у різних галузях, новими теоріями, концепціями.
- *Ідеологічна* - полягає в пропаганді певних життєвих цінностей та їх популяризацією.
- *Організаційна* - формування структурної організації суспільства.
- *Культурна* - здійснення пропаганди й поширення культурних надбань через мас-медіа.
- *“Сторожового собаки”*- боротьба ЗМІ із суспільними вадами чи хворобами, захист законності й правопорядку від тих, хто намагається їх порушувати, від корумпованого чиновництва та бюрократії.
- *Рекламна* - важливий спосіб фінансування ЗМІ.



- *Розважальна* - публікація на сторінках преси кросвордів, анекдотів, гумористичних творів, розважальних програм тощо [21, с. 101-105].

Питання про засоби масової інформації дуже розповсюджене, і часом це поняття поєднують із «Засобами масової комунікації». Тому варто чітко розуміти, що означає термін «Засобами масової комунікації» та основну відмінність від засобів масової інформації [10].

Засоби масової комунікації (ЗМК) — це канали та засоби передачі інформаційних повідомлень на великі території та маси. На відміну від засобів масової інформації (ЗМІ), являють собою не джерело її поширення, а саме спосіб поширення її від комунікатора до реципієнта (у масовій комунікації реципієнт означає велику суспільну групу) [7].

Тобто, виходячи з визначення понять, можна зробити висновок, що основною відмінністю ЗМІ від ЗМК є те, що під час трансляції інформації через мас-медіа очікується одностороння комунікація (зворотного зв'язку немає), а під час роботи засобів масової комунікації встановлюється двостороння комунікація (наявний зворотній зв'язок).

Доцільно вважати, що дані поняття є взаємопов'язаними та мають вплив на розвиток особистості.

## **1.2. Вплив традиційних засобів масової інформації на соціалізацію особистості**

Засоби масової інформації є важливими в сучасному суспільстві. Вони набули нової значущості. З кожним роком виконують нові функції, адже стають не лише засобами отримання інформації про події, що відбуваються у світі, а й виступають як форум, що сприяє соціальній взаємодії та спілкуванню. Завдяки ЗМІ можна купувати або продавати будь-які товари, мас-медіа дозволяють отримати доступ до будь-якої інформації, надають можливість розміщувати

власний медіа-контент [30]. Наприклад: всім відомий заробіток та створення власного бізнесу в режимі «онлайн» набув особливого поширення під час глобального карантину, спричиненого хворобою COVID-19. Через яку велика кількість населення світу було змушене знаходитись вдома. Ще одним прикладом соціальної взаємодії через засоби масової інформації стала освіта. Адже в період з 2020 року по 2023 рік (через пандемію, спричинену хворобою COVID-19 та бойові дії на території України) дистанційна форма навчання стала провідною, і надала можливість здобувати освіту з будь-якого куточку світу та, не наражаючи оточуючих на небезпеку.

Проте, незважаючи на користь засобів масової інформації, вони мають і негативний вплив. Адже значно впливають на соціалізацію людини.

Щоб повноцінно вивчити питання впливу традиційних засобів масової інформації на соціалізацію особистості, потрібно чітко розуміти, значення поняття «соціалізація».

Отож, визначено, що Соціалізація — комплексний процес засвоєння індивідом певної системи знань, норм, цінностей, які дозволяють йому бути повноправним членом суспільства. Соціалізація - це комплексний процес, що триває впродовж багатьох років та залучає як окремих індивідів, так і цілі організації, яких називають агентами соціалізації. В деяких умовах мас-медіа можуть стати важливими агентами в становленні норм та понять особистості [19].

Зазвичай засоби масової інформації поділяють на форми поширення інформації (образно-звукову й сигнальну (телебачення, газети, радіо, кіно, журнали, соціальні мережі, тощо.)) та за способом сприйняття (візуальний, аудіовізуальний, аудіальний) [13].

Загалом ЗМІ здатні служити різним цілям. З одного боку, вони можуть розвивати та навчати людей, допомагати їхній компетентній участі в суспільному житті, сприяти особистісному становленню. Але з іншого - духовно

поневолювати, дезінформувати, іноді не бажаючи того, розпалювати масову ворожнечу, сіяти недовіру та страх.

Сьогодні з метою отримання необхідної інформації суспільство значно менше довіряє більш традиційним засобам масової інформації на зразок газет і радіомовлення, більше, натомість, надає перевагу інтернет-виданням, супутниковому телебаченню, блогам та соціальним медіа. Або ж звертається за інформацію до громадських журналістів/журналісток та дикторів/дикторок, і не лише тих, котрі працюють за фахом. Це впливає на соціальну і політичну свідомість суспільства [8]. У результаті цього, засоби масової інформації є потужним інструментом в керуванні та формуванні будь-яких соціальних норм та поглядів суспільства.

Особливий вплив спостерігається у соціалізації дітей та підлітків. Адже в житті неповнолітніх переважає спілкування в соціальних мережах та перегляд телебачення, кіно та інших мас-медіа. Через постійне використання засобів масової інформації, в житті дітей, зокрема підлітків, частково відсутнє живе спілкування. Тому віртуальне життя зацікавлює та приваблює не лише неповнолітніх, а й дорослих людей. Внаслідок чого з'являється залежність. Через постійне використання засобів масової інформації людина втрачає можливість розвивати реальне: втрата друзів, погіршення відносин з сім'єю, втрата кар'єрного розвитку. А також має негативний вплив на фізичне здоров'я людини [12].

Через навіювання та переконання створюється модель особистості, яка не замислюється або аналізує отриману інформацію. Внаслідок цього такою людиною легко маніпулювати [27].

Вивчаючи вплив інформаційних процесів на становлення особистості потрібно мати на увазі, що об'єктом впливу є не лише одна людина, а групи людей. Засоби масової інформації за допомогою психологічного натиску впливають на суспільство, навіюють один і той же стереотип поведінки чи норми [27].

Можна зазначити, що «ЗМІ мають справу з інформацією, і саме контроль за інформацією дає змогу маніпулювати масовою свідомістю, вирішувати, які проблеми на сьогодні є найбільш актуальними. Штучно відтворюється таке явище, як медіасвідомість (тобто свідомість, заснована на хибних цінностях). Громадська думка через медіасвідомість значно спотворюється та має значні відмінності з реальністю» [27].

Серед всіх традиційних засобів масової інформації, які впливають на внутрішній світ та поведінку людини, найпопулярнішим є телебачення. Саме телебачення посідає перше місце серед всіх мас-медіа по впливу на свідомість людини. Люди все більше довіряють побаченому, ніж почутому або прочитаному. Адже легше сприймається і краще запам'ятовується, саме зорова інформації. Тому що такий метод подання інформації легше сприймається, дозволяє відчувати та пережити разом те, що відбувається на екрані. Деякі експерти вважають, що саме "домашній екран" здатний діяти на людину на рівні підсвідомості, забезпечуючи занурення в особливу віртуальну реальність, яка істотно відрізняється від реального життя. Тривале перебування біля телеекрану, тобто у віртуальній реальності, все частіше призводить до специфічного виду психологічної залежності – телеманії [31, с. 267-273].

Підтвердженням впливу телебачення на свідомість людини є декілька фактів, наведених у статті Інни Громової «Як медіа впливають на життя: 5 реальних фактів» [39]. Одним із реальних та розповсюджених фактів є повторення різноманітних трюків з фільмів та телепрограм. Незважаючи на те, що у фільмах та програмах попереджається про те, що демонструючи трюки не можна повторювати вдома, знаходяться ті люди, які відчайдушно повторюють небезпечні для життя трюки, виконання яких досить часто призводить до негативних наслідків. Саме з медіа сформувалися субкультури реферів, які незаконно видираються на верхівки хмародерів, та зачеперів, що полюбляють пересуватися громадським транспортом з «вітерцем» [39].

Причини виконання таких дій різноманітні, проте найпоширенішим є бажання створити контент, задля збору лайків та нових глядачів [39].

За даними «Укрзалізниці», минулого року на залізниці загинуло 16 дітей у віці до 16 років, які вилізли на вагон заради інтернет-слави. Ще 15 отримали травми. За інформацією РБК-Україна, в 2016 році у київському метрополітені 19 зачеперів звалилися на рейки з вагонів, три з них закінчилися смертю. Наведений вище факт вже доводить, що вплив засобів масової інформації суттєво впливає на людину. В даному випадку говориться здебільшого про молодь. Проте вплив телебачення розповсюджується і на вибір органів влади громадянами. Адже більшість виборців віддають свій голос за образ людини, яка транслюється на каналах телебачення. А це означає, що виборці віддають голос тому образу, який транслюють з екрану, а далеко не тій особистості, якою політик є насправді. Цю тезу доводить блискавичний успіх партії «Народний фронт» на останніх парламентських виборах [39].

За час вивчення впливу засобів масової інформації на свідомість людини було висунуто безліч різноманітних теорій та версій. Так, наприклад В. Іванов зазначає, що мас-медіа охоплюють фактично все суспільство та впливають на нього, відіграють важливу роль у становленні громадської думки [11].

Проте варто зазначити, як саме засоби масової інформації впливають на соціалізацію особистості [18].

Невід'ємною складовою впливу є мовленеве поняття. Під поняттям мовленевого впливу мається на увазі вплив на свідомість людини за допомогою мовних засобів. Такий вплив буває прямим та непрямим. Пряма форма впливу є точною та відкритою, оратор повідомляє інформацію без прихованих намірів. Навідміну від прямої форми мовленевого впливу, під час використання непрямой форми мовлення оратор використовує такі мовні вирази, які мають прихований зміст. Тому слухачу варто уважно слухати та аналізувати інформацію, часто

людина може трактувати інформацію не вірно. Про це зазначає у своїй роботі Н. Колотілова [18].

В. Різун зазначає, що «...людина піддається фізичному та психологічному впливу. Легко піддається таким формам впливу, як: маніпуляція, зараження та навіювання. Також дослідник затверджує, що найлегше керувати «Масами». Адже такі групи є емоційно-збуджені, вони не мають спільної мети, в такому стані не можуть критично оцінювати ситуацію. Тому легко піддаються керуванню» [26].

Маніпуляція не найкращий варіант донести до аудиторії певний посил, проте на сьогоднішній день це невід'ємна частина життя. Тому кожному індивіду варто розвивати критичне мислення, уважно та прискіпливо ставитись до ЗМІ, перевіряти інформацію, аналізувати її, лише у такому випадку можна вберегти себе від маніпуляцій, неправдивої інформації та спотворення фактів [20].

### **1.3. Соціально-психологічні причини впливу засобів масової інформації на особистість**

На протязі всього існування людства вченими дослідниками велику різноманітність соціально-психологічних явищ, проте основним джерелом формування особистості є спілкування. Саме під час спілкування у людини розвивається розуміння людини людиною, формуються засоби комунікації (наприклад: відомі тенденції, імітування, навіювання, засвоєння соціальних норм та традицій). Тому спілкування є основним фактором створення соціально-психологічних механізмів [5].

Соціально-психологічні явища виникають як відображення (пізнання, переживання та засвоєння) різних форм спілкування. Проте всіх соціально-психологічних рис кожна людина набуває передусім завдяки власному досвіду

спілкування, безпосередній взаємодії у соціальному оточенні. Дім, друзі, родина, колеги, дозвілля створюють коло безпосереднього спілкування людини, її мікросередовище. Тому через пряму взаємодію з суспільством людина зазнає впливу мікросередовища. Цей вплив відбувається опосередковано, через взаємодію людини з суспільством, під час якого відбувається індивідуальний обмін досвідом та його набуття [3].

Аналіз взаємодії особистості та її соціального оточення вимагає вивчення впливу соціальних факторів на поведінку й самосвідомість в системі суспільних відносин, макро- та мікросередовищі. Цей процес має назву соціалізації особистості.

Соціалізація — процес інтеграції індивіда в суспільство, у різноманітні типи соціальних спільнот (група, соціальний інститут, соціальна організація) шляхом засвоєння ним елементів культури, соціальних норм і цінностей, на основі яких формуються соціально значущі риси особистості [28].

Соціалізація людини залежить від багатьох умов життя, в яких проходить формування особистості. Такі умови називають факторами. Виділяють такі групи факторів: мегафактори (космос, планета, всесвіт, які впливають на соціалізацію всього людства), макрофактори (держава, країна, етнос, суспільство), мезофактори (умови соціалізації великих груп людей, які обумовлюються за місцевістю і типом поселення, в яких вони живуть (регіон, місто, селище); за належністю до аудиторії тих або інших мереж масової комунікації (радіо, телебачення та ін.) і за належністю до тих або інших субкультур [28].

Мезофактори впливають на соціалізацію як прямо, так і опосередковано через мікрофактори. До них належать фактори, що безпосередньо впливають на конкретних людей, які з ними взаємодіють: сім'я і домашні традиції, сусідство, групи ровесників і співробітників, різні громадські, державні, релігійні і приватні організації, мікросоціум. Суспільство здійснює вплив на особистість через конкретні групи соціалізації, в яких людина долучається до системи норм,

цінностей і соціальних зв'язків (сім'я, школа, неформальні організації, ЗМІ тощо) [28].

Загалом процес розвитку особистості в суспільстві створюється за допомогою соціальних механізмів. Найважливішими механізмами соціалізації індивіда можна вважати такі: соціально-психологічні (характеризують мікросередовище, його групи соціалізації, норми, цінності; ефективні умови взаємодії, взаєморозуміння, сприйняття людьми один одного; механізми впливу на особистість, розвиток її потреби у спілкуванні тощо); психолого-педагогічні та соціально-педагогічні (проявляються у вибірково-активному ставленні людини до сфери спілкування, яка переважає, до впливу сім'ї, суспільних груп, соціально-моральних цінностей і норм, які представлені на мікрорівні) [33, с. 157-160].

Засоби масової інформації відіграють важливу роль в соціалізації особистості. Адже являються одним із способів, що виконує замовлення від суспільства або окремих угруповань, що в певній мірі впливає на формування норм та понять особистості. Таким чином мас-медіа може впливати на людину, як негативно, так і позитивно. Отже, для людини засоби масової інформації є джерелом інформації, засобом для навчання та всебічного розвитку [22].

Проте, трансляція однотипних норм та образів породжує низку проблем, які потребують контролю. Формуючи образ індивідуального значення «реального світу», засоби масової інформації закладають поняття, які є поза межами досвіду глядача. Тому специфічність мас-медіа полягає в створенні певного штучного світу, поглядів, за допомогою яких формуються певні зразки поведінки, думки, художні смаки, життєва позиція. Тому з огляду на демонстровану інформацію через мас-медіа формується соціально культурні цінності суспільства. Засоби масової інформації відіграють важливу ролі в соціалізації людини, адже отримана інформація залишається в свідомості індивіда на тривалий час, тим самим впливаючи на думки, емоції, а часом,



вчинки. Тому важливо приділяти велику увагу до використання засобів масової інформації з раннього віку [36, с. 52-56].

В сучасному світі діти вже з раннього дитинства через засоби масової інформації отримують занадто великий обсяг інформації, який є несистематизованим та не завжди відповідає віковим рамкам. Через такий вплив мас-медіа в дітей з раннього віку формуються певні норми поведінки, ставлення до себе та оточуючих. Такому впливу може піддаватись не лише підростаюче покоління, а й дорослі люди [17].

Причина масового впливу на формування свідомості людини закладається на психологічному рівні. Велику увагу потрібно приділити тому, що вся інформація, яка транслюється через мас-медіа (зміст передач, повідомлень, подій), створюється з урахуванням особливостей та механізмів психологічного впливу. Під психологічним впливом мається на увазі навмисне цілеспрямоване втручання у процес психологічного відображення дійсності та формування світогляду людини за допомогою психологічних засобів. Цей вплив може бути як позитивним, так і негативним. В наслідок чого, виникла проблема нанесення шкоди засобами масової інформації психічному здоров'ю людини [17].

Причиною негативного впливу мас-медіа на здоров'я суспільства є те, що інформація, яка транслюється засобами масової інформації в більшості випадків є неповноцінною: недостатня кількість коментарів та опису; зменшення пізнавальних програм та збільшення розважальних; велика кількість рекламних повідомлень, відео кліпів, стислих трейлерів та оглядів, що призводить до деградації логічного мислення глядача [15, с. 157].

Особливий вплив забезпечується яскравістю та привабливістю візуального образу передавача інформації, через що виникає ілюзія отримання достовірних знань про світ і події в ньому [15, с. 158].

Під впливом медіа зазнають зміни й інші психічні процеси: втрачається адекватність сприймання явищ; реалістичність образів уяви, увага та пам'ять

зосереджуються на неосновному, що постійно повторюється і виокремлюється на фоні своєю привабливістю. Таким чином через засоби масової інформації здійснюється вплив на суспільство. Внаслідок чого формується не лише свідомість особистості, а й громадська думка, тенденції в мистецтві та культурі, соціальні норми у відносинах з оточуючими [15, с. 161].

Цілком зрозуміло, що дані негативні наслідки в більшості випадків залежать від самої людини та починаються ще в ранньому віці. Таким чином зайнятість батьків чи опікунів та небажання аналізувати якість інформації спричиняють ослаблення батьківського контролю над дітьми. Через що з'являється великий вплив на психічне здоров'я від засобів масової інформації. Це спричиняє до зниження фізичної та соціальної активності, нав'язування хибних цінностей та появу страхів, пов'язаних з переглянутими кіноматеріалами або програмами [2].

Доведено, що у віці від 1,5 до 3 років діти швидко опановують мовлення за допомогою психологічній взаємодії з дорослими. Під час такої взаємодії діти щоразу все більше насторожують слухову діяльність, повторюють почуті слова, досліджують навколишній світ. Якщо спілкування з дорослими мінімізується або ж зникає, то дитина взаємодіє з мас-медіа, з якими немає зворотного зв'язку. Досягнення сучасного телебачення у спец ефектах, формах і способах залучення глядача, призводить до того, що надмірний перегляд телепередач може спричинити перевтому й перезбудження дитини: вона стає млявою, примхливою й дратівливою [2].

У випадку відсутності контролю батьків за змістом і часом перегляду кінопродукції, телебачення негативно вплине на розвиток дитини. В такому випадку спостерігаються такі психічні процеси [2]:

1. Зниження фізичної, інтелектуальної та соціальної активності. Коли дитина дивиться телевізор або знаходиться в соціальних мережах, вона втрачає інтерес до інших видів діяльності.

2. Агресивна поведінка: жорстокість, агресивність телегероїв підвищують агресивність дитини в житті.

3. Поява страхів: дитячій свідомості характерно все сприймати буквально. Екран має ту ж силу, що й реальні події. Навіть, якщо дитина не боїться "страшних" героїв під час перегляду, вона може згадати побачене потім і злякатись уві сні.

4. Зниження соціальних цінностей. Деякі передачі пропагують терпимість, уміння ділитися, доброту і чесність.

5. Невміння долати проблеми. Дитині, повністю відданій телевізору та інтернету, згодом важче приймати рішення, нелегко долати труднощі.

6. Затримка інтелектуального розвитку та соціальної адаптації.

7. Слабкий розвиток уяви і творчих здібностей. Візуальна інформація простіша для сприйняття і, за рідкісними винятками, залишає мало місця для міркувань та творчих ідей.

8. Ослаблення зв'язків між родиною та зовнішнім світом [2].

Проте вплив засобів масової інформації можна направити в позитивному руслі. А саме, взаємодія з матеріалами масової інформації дітей разом з батьками.

В такому випадку при правильному використанні у дитини виникає більше запитань, а також мас-медіа може бути зручним та ефективним у процесі розвитку та виховання повноцінної особистості [2].

Доцільно зазначити, що вплив засобів масової інформації на становлення особистості здійснюється не лише на психологічному рівні, а й має великий вплив на соціалізацію індивіда. Саме через масовість ЗМІ впливає і на кожен людину окремо. Таким чином створюється певна думка суспільства, яка відповідає поставленій цілі передавача. Хоч вона не завжди може бути вірною.

Таким чином засоби масової інформації впливають на особистість в будь-якому віці. Тому варто перевіряти та контролювати отриману інформацію, задля безпечного користування засобами масової інформації в будь-якому віці.

## РОЗДІЛ 2. ЗАСОБИ МАСОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

### 2.1. Діагностика життєвої позиції школярів щодо засобів масової інформації

Ми живемо в сучасному світі, де створюється безліч новітніх технологій, які заповнюють весь простір. Таким чином в закладах освіти, науки, культури, на підприємствах, заводах, магазинах, частково або ж постійно все працює за допомогою новітніх технологій. Наприклад, ще 20 років тому в закладах освіти більшість документації опрацьовувалось в паперовому форматі, а зараз, навіть, шкільні щоденники та журнали, ведуться в електронному вигляді. Таких прикладів дуже багато. Тим паче, комп'ютерні технології значно полегшують життя, адже безліч документів та інформації можна вмістити в компактний USB-флеш-накопичувач чи інший пристрій; не потрібно переписувати необхідний текст декілька разів, а можна його просто скопіювати; не потрібно стояти непорушно протягом декількох хвилин, задля зйомки фото, тепер фото створюються, навіть, в русі. Тепер ми, навіть, не уявляємо життя без засобів масової інформації та комп'ютерних технологій [34].

Телевізори, телефони, комп'ютери, розумні годинники – вибір гаджетів, за допомогою яких можна отримувати актуальну інформацію, розширюється ледь не щодня. Втім, більшість українців для отримання інформації надає перевагу саме соціальним мережам. Про це повідомляється в опитуванні громадянської мережі "ОПОРА", проведеного Київським міжнародним інститутом соціології з 3 до 26 травня 2022 року. Таким чином опитування показало, що 76,6% українців прагне отримувати інформацію саме через соціальні мережі, а через телебачення – всього 66,7% громадян. Це показує, що діяльність соціальних мереж переважає над іншими засобами масової інформації. Адже за допомогою соціальних мереж

українці мають змогу не лише отримувати інформацію, а ще й спілкуватись, розвиватись, відпочивати. Попри поширення даних засобів масової інформації 61,2% українців читають новини з інтернету без використання соцмереж. А найменше респонденти обирали радіо, його слухають близько 28,4% громадян України, а друковані ЗМІ читають лише 15,7% опитаних [34].

Під час дослідження впливу засобів масової інформації на формування особистості було опрацьовано велику кількість інтернет-джерел та друкованої літератури. Проте задля коректного дослідження нами було проведено власне опитування про життєву позицію школярів щодо засобів масової інформації. Зпитання в запропонованих анкетах були пов'язані з вибором засобів масової інформації серед школярів та мали за мету проаналізувати, якими джерелами засобів масової інформації вони користуються; яким жанрам кінофільмів та телепередач надають перевагу; визначити, що підштовхнуло до реєстрації в соціальних мережах; скільки часу опитувані проводять в зареєстрованих соціальних мережах; в яких цілях використовують соціальні мережі; визначити позицію школяра щодо наявності його залежності від соціальних мереж; дізнатись, чи використовують учні друковані ЗМІ; чи налізують опитувані інформацію, яку отримують від ЗМІ. Таких питань нараховано 15, з яких учні мали змогу обирати одну (1-3, 5-6, 8-15 запитання) або декілька (2-4, 7 запитання) відповідей. Опитування проводилось у форматі анкетування (ДОДАТОК А). В котрому взяли участь 15 осіб віком від 12 до 15 років (Рис.2.1).

Опитування проводилось в березні – квітні 2023 року. Яке показало, що серед школярів, які брали участь в анкетуванні, 92% надають перевагу інтернет-джерелам при пошуку інформації, і всього 8% опитаних надають перевагу радіо. Втім, споживання інформації через телебачення та друковані ЗМІ учасники не розглядають взагалі (Рис. 2.2).



Це показує, що більша частина опитуваних джерелом отримання інформації обирає саме мережу Інтернет.

На третє запитання «Що найбільше цікавить у кінофільмах, в передачах телебачення?» учням було дозволено дати декілька відповідей. Питання розраховано на те, щоб дізнатись, яким жанрам передач та кінофільмів надають перевагу опитувані. Діагностика анкетування показала, що найбільша кількість учасників люблять переглядати саме фільми жахів (17%). Проте, комедії та шоу, а також фантастику та пригоди переглядає 16% опитуваних, 12% учнів подобається спостерігати за подіями і світі, 7% цікавлять детективи та кримінальна хроніка. І всього 5% опитуваних мають інтерес до розповідей про тварин, до проблем моралі, до політики, досягнень науки та техніки, спорту (Рис.2.3).

Такі дані опитування показують, що більшість неповнолітніх глядачів не бажають ознайомлюватись з цікавим світом науки, природи, спорту. Для них більш цікавим є перегляд розважального контенту.

Наслідком чого є нерозвиненість та необізнаність підростаючого покоління, і дуже важливим є залучення підлітків до ознайомлення з науково-пізнавальною літературою.



На запитання про відповідність телевізійних програм щодо запитів опитуваних на: одержання інформації; формування загальної думки людей; розваги та відпочинок; політичні питання; культурно-освітні програми; рекламно-довідкову продукцію, отримано наступні дані.

40% учасників опитування телевізійні програми відповідають запиту на розваги та відпочинок, 32% - на одержання інформації, 12% опитуваних відповідають на культурно-освітні програми. І лише 8% учнів відповіли, що демонстрований контент засобами масової інформації відповідає їхньому запиту на політичні питання та рекламно-довідкову продукцію, а відповідність програм на запит з формування думки людей має 0% (Рис.2.4).

Отож, результати опитування з четвертого запитання показують, що найбільш важливим для школярів, є відповідність засоби масової інформації на запит розваг та відпочинку.



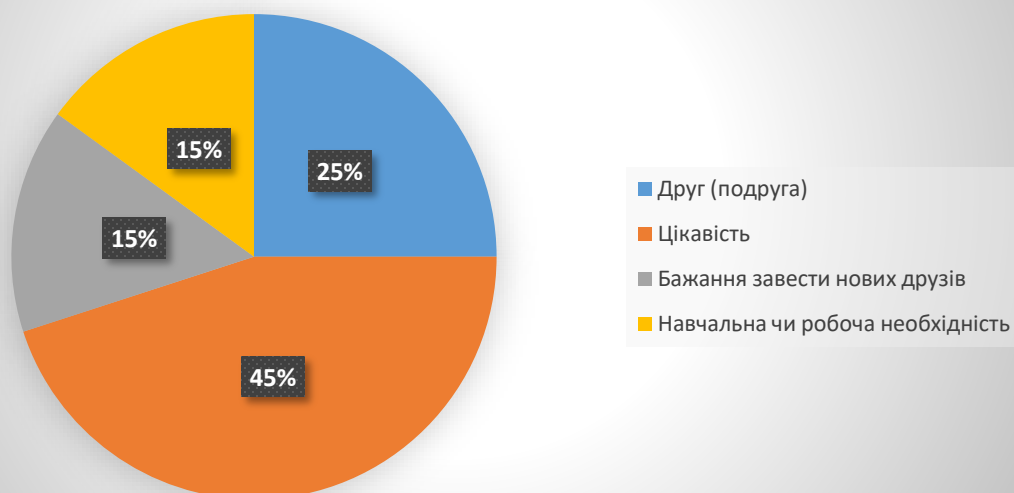
Сучасне суспільство активно використовує соціальні мережі.

**Соціальні мережі** – це інтернет-платформи, на яких користувачі зі спільними інтересами об'єднуються і можуть спілкуватись, обмінюватись досвідом та інформацію, фотографіями, відео. З кожним днем ми помічаємо, що таких інтернет-користувачів стає дедалі більше. Саме соціальні мережі стали невід'ємною частиною нашого життя. За даними опитування, яке проводили marketer.ua, відомо, що майже 3,5 мільярда людей є користувачами соціальних мереж. З кожним роком кількість користувачів збільшується, а також і з'являються нові інтернет-платформи. Напрямки таких платформ цілком різноманітні, а завдяки постійній присутності їх в житті користувачів, соціальні мережі мають великий вплив на формування особистості [29].

Проте, цікаво, що саме підштовхує теперішніх користувачів до реєстрації в соціальних мережах. Дане питання було подано в опитуванні (Рис.2.5). Яке показало, що 45% опитуваних школярів створили особистий обліковий запис саме через цікавість. 25% учнів – через пропозицію друга або подруги. Проте 15% опитаних зареєструвались на інтернет-платформах через бажання завести нових друзів, і ще 15% через навчальну та робочу необхідність.



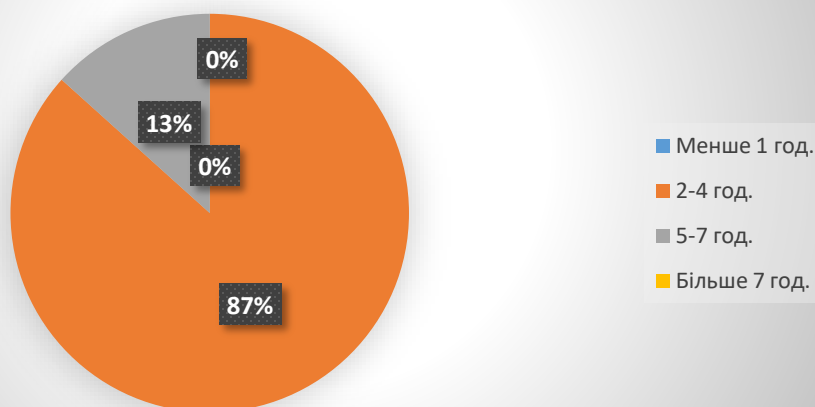
**(Рис.2.5). Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?**



Отже, кожен користувач соціальних мереж має свою причину створення облікового запису. Дійсно, для когось вони можуть бути джерелом розваг, а для когось - навчання або ж заробітку. Проте від даних засобів масової інформації можуть бути негативні наслідки. Тому необхідно правильно використовувати інтернет-платформи та інші засоби масової інформації.

Велику роль відіграє кількість часу, який відводиться на діяльність в соціальних мережах. Тому для опитуваних було поставлено питання «Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?». 87% учасників опитування щодня проводять в соціальних мережах в цілому 2-4 години щодня, 13% - 5-7годин (Рис.2.6).

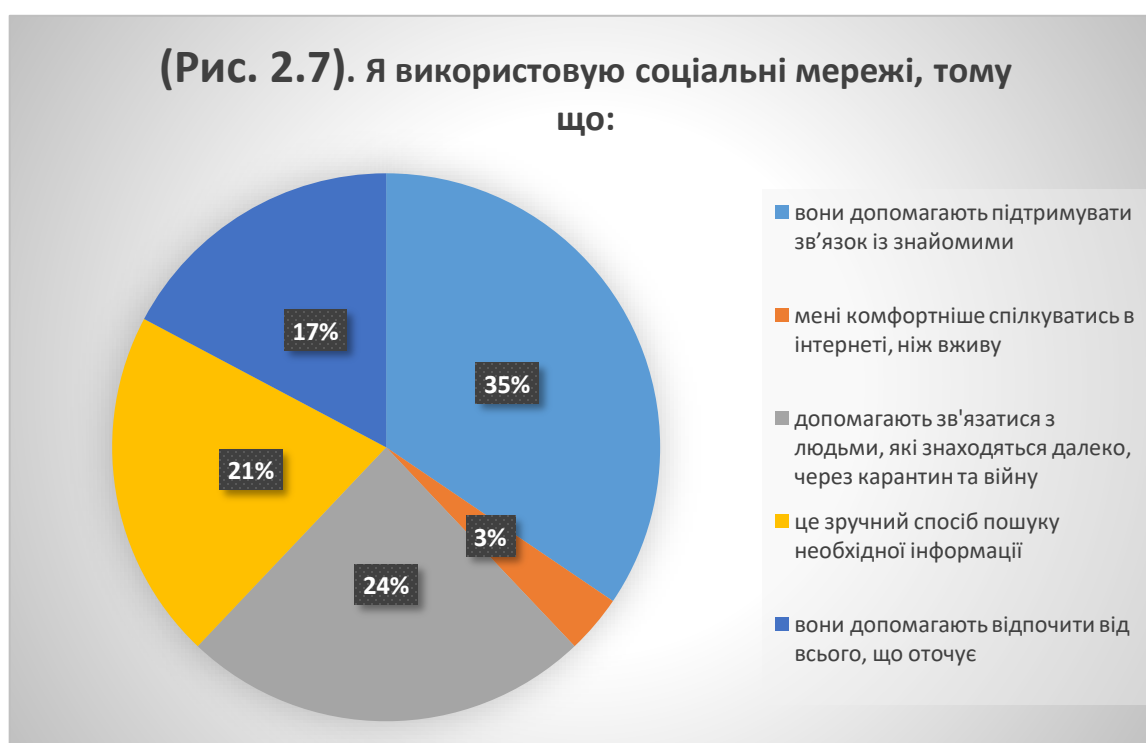
**(Рис.2.6). Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних**



Втім, рекомендується дітям 10-12 років проводити час в смартфоні, комп'ютері та інших пристроях до 2 годин, а дітям 13-14 років - не більше, ніж 2,5 години на день. У віці 15 років дозволяється до 3 годин на день [37]. Результати даного запитання показують, що деякі опитувані використовують смартфони та інші пристрої більше часу, ніж рекомендується.

Причинами того, чому опитувані використовують соціальні мережі є те, що 35% опитуваних школярів пояснюють, що соціальні мережі допомагають підтримувати зв'язок з знайомими, 24% використовують їх для зв'язку з людьми, які знаходяться далеко, через карантин та війну; 21% користувачів стверджує, що соціальні мережі є зручним способом пошуку необхідної інформації; 17% використовують їх, як засіб відпочинку від всього, що оточує; і всього 3% учасників опитування занурюються в віртуальний світ через те, що в Інтернеті спілкуватись комфортніше, ніж наживо. (Рис. 2.7)

Аналізуючи результати даного питання, можна затвердити, що більшість опитуваних школярів використовують соціальні мережі переважно задля зв'язку з рідними та знайомими.



Через надмірне використання соціальних мереж та загалом Інтернету в деяких випадках може виникати залежність. Проте велика кількість людей не прагне в цьому зізнаватись, навіть, собі. Опитуваним школярам також було поставлено таке запитання. Результати якого показали, що більша частина (80%) опитуваних школярів не вважає себе залежним від соціальних мереж, частково залежними вважають себе 20% учасників (Рис.2.8), а повністю залежними – 0%.

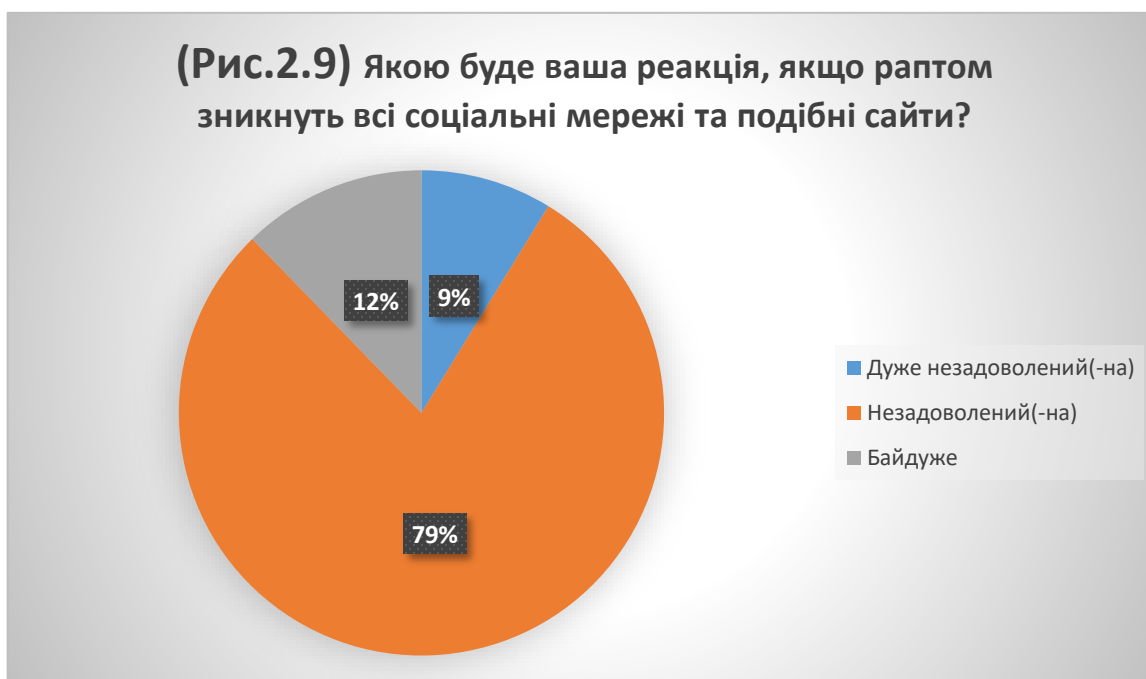
Анкетування показує, що ніхто не вважає себе залежним від інтернет-ресурсів. Це може пояснюватись тим, що деякі учні не готові вірити в свою залежність.



На запитання про те, якою буде реакція опитуваних, якщо зникнуть всі соціальні мережі та схожі засоби, школярі відповіли в такому відношенні (Рис.2.9):

- 79% користувачів були б незадоволені;
- 12% байдуже;
- 9% дуже незадоволені.

Попри те, що більшість опитуваних були б незадоволені при зникненні соціальних мереж та Інтернету, є й ті, кому було б байдуже – 12%. А також найменший відсоток дуже незадоволених – 9%. Це непоганий результат, адже попри тих, що ули б незадоволені, друге місце за відсотками посідають опитувані з відповіддю «байдуже».

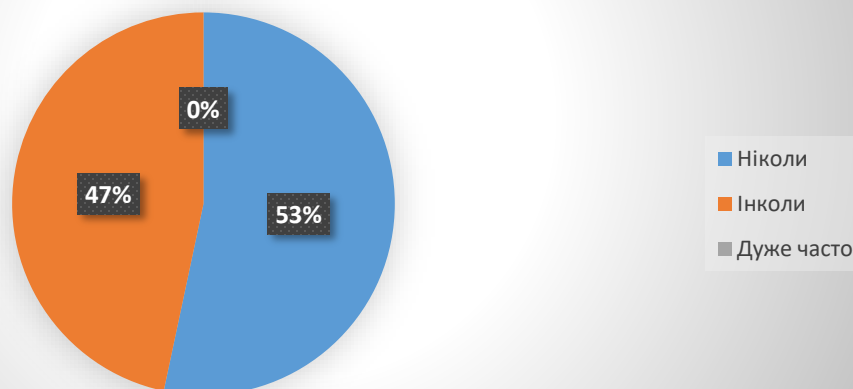


Хоч і соціальні мережі в сучасних реаліях являються хорошим засобом для навчання, проте вони являються і джерелом відволікання та небажання виконувати домашнє завдання. Про це ми запитали в школярів.

На питання: «Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?», більш, ніж половина опитуваних відповіли, що ніколи такого не бувало – 53%, проте 47% зізнались, що інколи таке могло траплятись (Рис.2.10).

Це показує, що цілком ймовірно, що велика кількість школярів відводять час не лише на відпочинок та розваги, а й на виконання домашнього завдання.

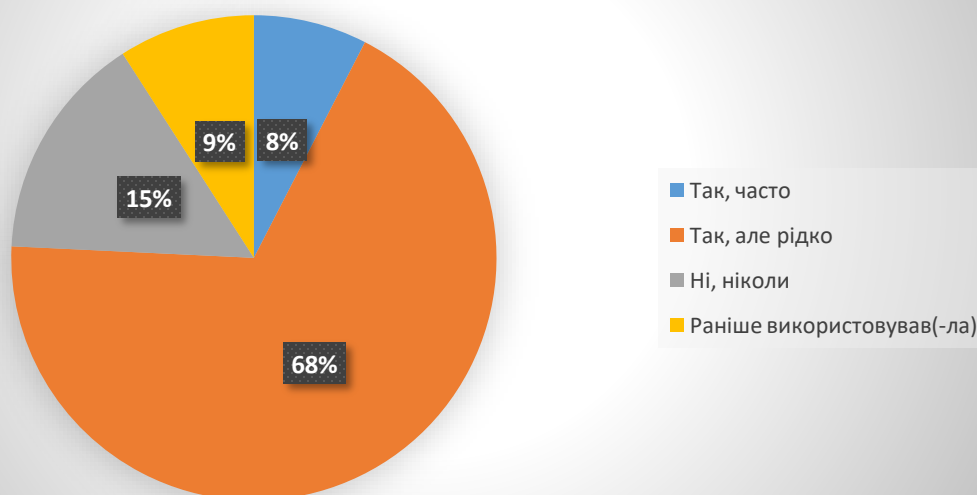
**(Рис.2.10).** Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації



Через активний розвиток засобів масової інформації в електронному форматі, меншого поширення набувають друковані ЗМІ. Серед опитаних учнів всього 8% часто використовують друковані ЗМІ; 9% - раніше використовували. Проте 15% учасників взагалі ніколи не читали друковані засоби масової інформації, окрім шкільних предметів; 68% читають книги, газети, дуже рідко (Рис.2.11).

Нажаль, статистика показує, що друковані засоби передачі інформації вже не є популярними серед школярів. Цілком ймовірно, що підростаюче покоління

**(Рис.2.11).** Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?



приблизно в такому ж відношенні читає пізнавальну літературу і в електронному форматі. Така статистика не являється позитивною, адже через недостатню кількість читання, в школярів не розвивається мовлення, мислення, уява та пам'ять, на відповідному рівні.

Не давно, що більшість опитуваних школярів (82%) за останні 5 років прочитали менше п'яти книг, 10% - не прочитали жодної книги, і лише 8% учасниками прочитано більше п'яти книг (Рис.2.12). Це підтверджує статистику одинадцятого запитання.



З момену, коли діти стають користувачами різних інтернет-платформ, вони можуть наражатись на шахрайство, онлайн-насилля, різноманітний негативний контент. Нажаль, дітям шкільного віку, а часом і дорослим, важко виявити такий вплив інформації. Тому діти часто потрапляють в небезпечні ситуації. Згідно з дослідженнями, проведеними в Україні, 27% дітей у віці від 6 до 17 років підтвердили, що з ними контактували незнайомці в Інтернеті. Але найнеприємніше - це те, що третина з них охоче пішли на контакт (надіслали фотографію, інформацію про сім'ю). Насторожує той факт, що тільки 57% наших батьків цікавляться, які сайти відвідують їхні діти. Дані зарубіжних дослідників

ще більш насторожуючі: 9 з 10 дітей у віці від 8 до 16 років, активно користуються Інтернетом, тому нашоувхувалися на порнографію онлайн. І близько 50% з них хоча б один раз піддавалися сексуальному домаганню [23].

Важливо прийняти до уваги і те, що 33% опитаних учнів не вважають, що засоби масової інформації впливають на поширення шкідливих звичок, 27% учасників відповіли «скоріше так, ніж ні», а інші 27% взагалі не можуть відповісти на це питання. Проте, 13% опитуваних впевнені, що мас-медіа має вплив на поширення наркоманії та алкоголізму (Рис.2.13). Це показує, що більшість опитуваних не вважають дійсним вплив засобів масової інформації на розповсюдження наркоманії, алкоголізму та злочинності.



На питання про те, чи впливають ЗМІ на рішення опитуваних, отримано наступні дані (Рис.2.14): 59% учнів вважає, що мас-медіа ніяк не впливає на їхні рішення; 20% вважають, що мас-медіа частково впливають; 13% впевнені, що ЗМІ точно впливають на них, 8% учасників важко відповісти. Отож, анкетування показало, що велика кількість опитуваних вважає, що мас-медіа немає ніякого впливу на особисті рішення. Проте дослідження відомих діячів, про яких було

згадано в теоретичній частині, доводять, що це не так. Адже засоби масової інформації мають великий вплив на формування світогляду людини.

З діагностики відповідей опитуваних можна зрозуміти, що невелика частина школярів керується помилковими судженнями щодо впливу засобів масової інформації. Тому в підсумку анкетування було надано запитання про те, чи аналізують школярі інформацію, яку отримують від мас-медіа.



Результати показали (Рис.2.15), що 77% опитуваних завжди аналізують інформацію надану засобами масової інформації; 13% відповіли – скоріше так, ніж ні; 10% повністю довіряють мас-медіа. Відповідно до результатів анкетування є позитивним те, що всежтаки більшість опитуваних перевіряють інформацію, яку отримують від засобів масової інформації.





Отже, дане опитування показало, що велика кількість школярів цікавиться саме розважальним контентом, і лише деяким не є байдужим пізнавальний світ природи, науки та спорту. А також за відповідями учасників опитування стає зрозуміло, що маленький відсоток школярів досі читають друковані засоби масової інформації, попри підручники шкільної програми. Важливо, приділити увагу і тому, що більшість опитаних учнів використовують соціальні мережі задля спілкування та зв'язку з рідними, знайомими, які знаходяться на відстані.

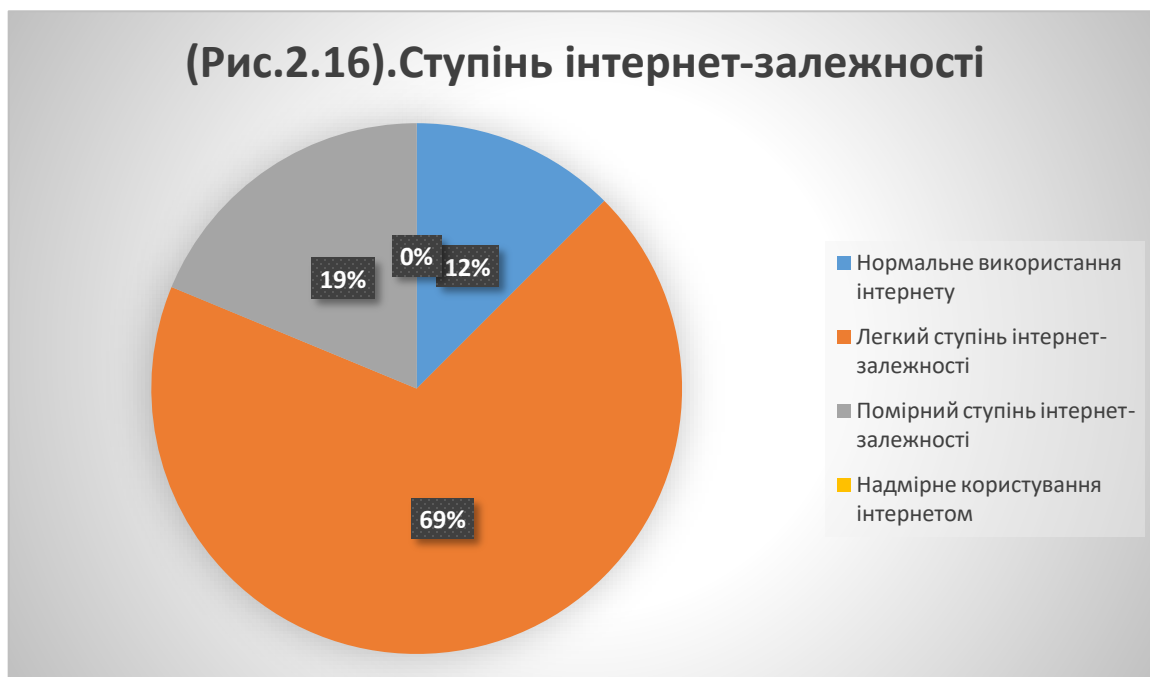
Втім, велика кількість школярів перебуває в мережі Інтернет більше часу, ніж рекомендується у їхньому віці, що може бути наслідком інтернет-залежності, хоча опитані не вважають себе залежними. Та, попри все, вони не були б задоволені, якщо раптом зникли б всі соціальні мережі. Тож діагностику було проведено та виконано згідно поставленій меті.

## 2.2. Дослідження впливу засобів масової інформації на процес розвитку особистості

Особистість людини формується протягом життя, починаючи від самого народження. Цей процес проходить під час взаємодії особистості з суспільством. Тому велику роль відіграє в розвитку людини все, що її оточує. Як вже було зазначено, процес формування особистості відбувається на протязі всього життя, проте на різному рівні інтенсивності. Найбільш інтенсивним періодом є вік від народження до 18 років. Саме в цей період закладаються основні поведінкові аспекти людини. Тому особливу увагу варто приділяти вихованню дітей. Нажаль, не всі батьки або опікуни приділяють цьому великого значення через різні причини. Наслідки не правильного виховання можуть бути різні. Якщо діти не отримують належної уваги та виховання від батьків, то взірцем прикладу стають засоби масової інформації. Наслідком надмірного використання цифрових технологій може бути інтернет-залежність [6].

Інтернет-залежність — психічний розлад, нав'язливе бажання вийти в Інтернет і хвороблива нездатність вчасно відключитися від нього. Це явище може спричинити стан, у якому людина фокусуватиметься на віртуальному, а не реальному світі. Для інтернет-залежних віртуальне життя стає головним. Люди з такою хворобою не мають друзів, не бажають будувати кар'єру або навчатись. Вони не мають бажання розвиватись в соціумі. Часом, вони можуть бути агресивними та байдужими до всього, що оточує. Шляхом декількох епідеміологічних досліджень виявлено, що інтернет-залежність в шкільному віці прослідковується від 1% у Греції до 36,7% в Італії. Доведено, що інтернет-залежність може негативно впливати на подальше життя школярів. Це дослідження проводилось у 2017 році, проте ми впевнені, що кількість інтернет-залежних з кожним роком стає все більшою [6].

Тому нами було проведено тестування на виявлення інтернет-залежності у школярів віком від 12 до 15 років. Результати якого показали, що серед 16 опитаних школярів 69% мають легкий ступінь інтернет-залежності, 19% мають помірний ступінь залежності, і лише в 12% використання інтернет-ресурсів не перевищує норму. Таким чином ми бачимо, що більша частина школярів вже мають ознаки інтернет-залежності (Рис.2.16).



За основу було взято тест на виявлення інтернет-залежності та її рівня складності у школяра, розроблений Кімберлі Янгом (ДОДАТОК Б). Тест налічує 20 запитань, кожне з яких оцінюється за 5-бальною шкалою Лайкерта (Likert scale) від 1 до 5 (дуже рідко, інколи, часто, дуже часто, завжди), максимальний бал дорівнює 100. Тест на інтернет-залежність включає такі діапазони балів:

0–30 балів — нормальне використання інтернету.

31 бал–49 балів — легкий ступінь інтернет-залежності.

50–79 балів — помірний ступінь інтернет-залежності.

80–100 балів — надмірне користування інтернетом.

На перше запитання: «Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?», 56% опитуваних відповіли, що інколи можуть порушувати часові рамки; 19% дуже рідко порушують часові кордони в мережі, та ще 19% взагалі не мають часових меж для діяльності в Інтернет-просторі. Втім, 6% опитаних часто недотримуються часових правил, встановлених батьками (Рис.2.17).



В другому запитанні про те, як часто школярі не виконують свої домашні обов'язки задля проведення часу в мережі, отримано такі відповіді (Рис. 2.18):

38% - інколи не виконують домашні обов'язки;

31% - часто;

31% - дуже рідко;

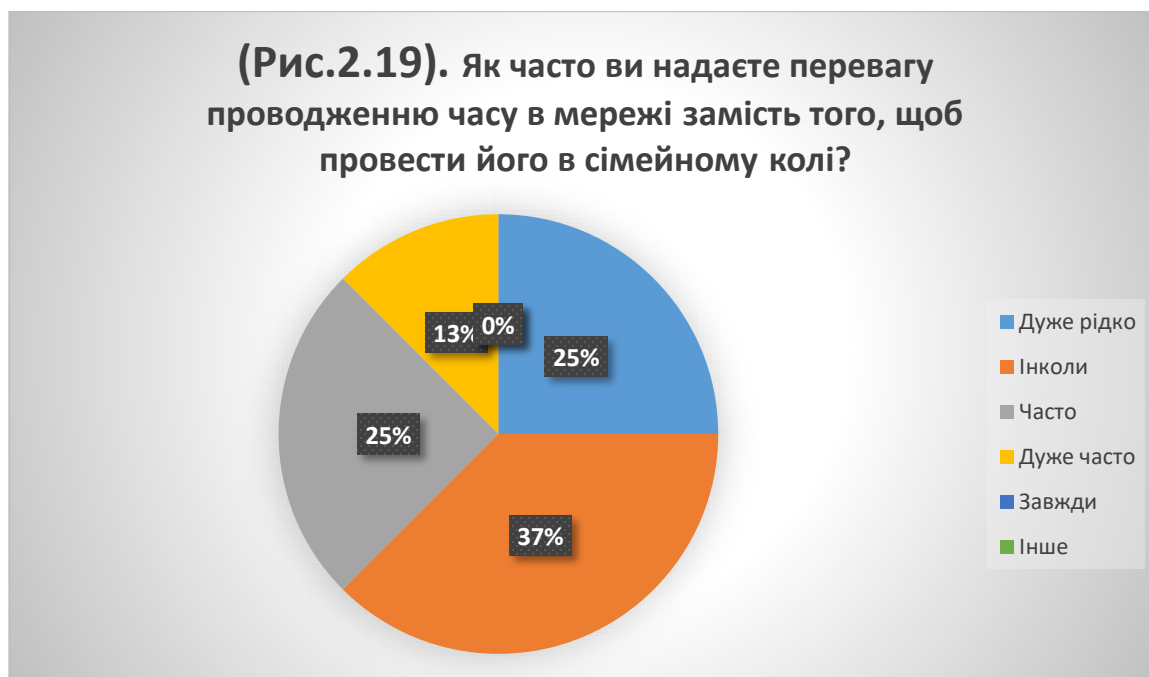
Отримані результати показують, що майже однакова кількість учнів можуть не виконувати домашні обов'язки через бажання провести цей час в інтернет-мережах.



В процесі формування повноцінної особистості важливу роль відіграє спілкування та взаємодія в сімейному колі. Проте, в суспільстві через прагнення до фінансової незалежності або ж з інших причин, часом сімейна діяльність стає менш важливою. Наслідком чого є відчуження від близьких людей, особливо, в неповнолітніх може спостерігатись відчуття непотрібності. Через це вони знаходять спілкування в соціальних мережах. В яких можуть бути «наживою» для шахраїв та піддаватись кібербулінгу.

Серед опитуваних визначено, що 37% інколи надають перевагу проведенню часу в мережі замість того, щоб провести цей час з сім'єю; 25% дуже рідко та ще 25% часто обирають соціальні мережі замість дозвілля з сім'єю. Втім, серед опитаних є й ті школярі, які дуже часто нехтують сім'єю – 13% (Рис.2.19).

Отже, нами показано, що більша кількість школярів все ж таки більшість часу намагаються приділяти сімейному відпочинку.



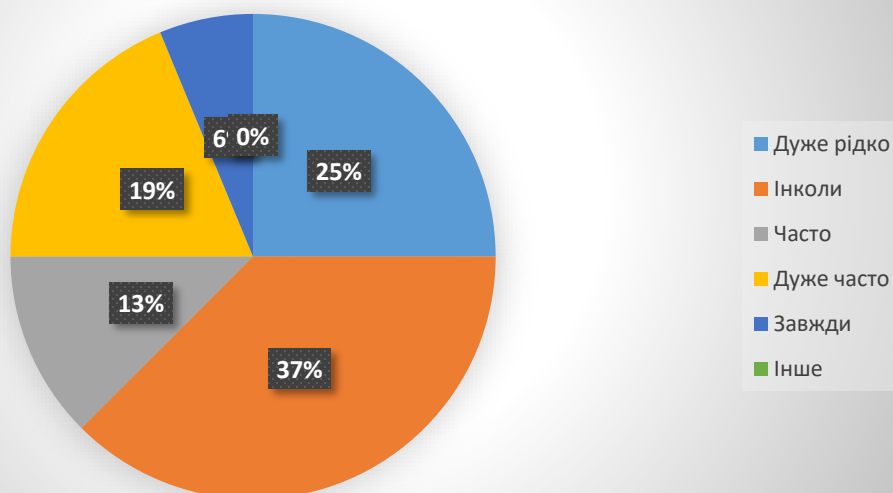
Поміж спілкування в сімейному колі, велике значення має і спілкування з однолітками, друзями. Проте серед сучасної молоді більш популярним є пошук друзів через соціальні мережі. Таким чином велика частина спілкування здійснюється віртуально. Тож відносини в мережі можуть мати негативні наслідки. Адже під ім'ям друга можуть приховуватись шахраї.

Для опитуваних було поставлено дане питання: «Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?», на яке відповіді були такі (Рис. 2.20):

- 37% - інколи;
- 25% - дуже рідко;
- 19% - дуже часто;
- 13% - часто;
- 6% - завжди

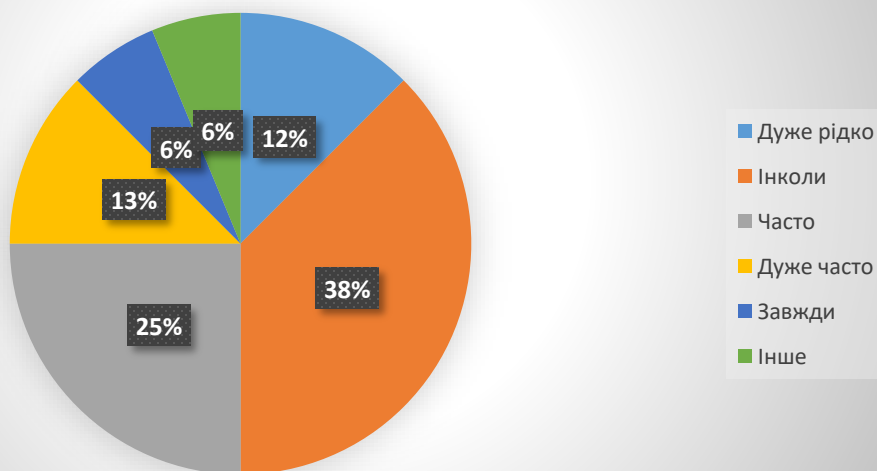
Отримані дані пояснюють, що загалом школярі спілкуються в соціальних мережах, проте на різному рівні. Тому варто приділяти увагу медіаграмотності, задля попередження кібербулінгу.

**(Рис.2.20).** Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?



В п'ятому питанні про те, як часто батьки нарікають на кількість часу, яку школярі проводять в мережі, було отримано наступні відповіді. 38% учасників відповіли, що інколи мали нарікання батьків щодо проведенню часу в мережі; 25% - часто; 13% - дуже часто. Втім, 12% дуже рідко мали докори від батьків щодо проведеного часу в мережі; 6% - завжди та ще 6% взагалі ніколи не сварили батьки за надмірну кількість проведеного часу в мережі (Рис. 2.21).

**(Рис. 2.21)** Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?



Всім відомо, що засоби масової інформації є ефективним та зручним джерелом для навчання, розвитку та відпочинку. Адже яскравий світ інформаційного середовища приваблює більшість користувачів. Проте, надмірний відпочинок в мережі може негативно впливати на особистий розвиток як дорослої людини так і дитини. Тому часто спостерігається невиконання домашніх завдань та обов'язків.

Серед опитаних школярів рівну кількість відсотків набрано щодо таких відповідей, як «дуже рідко», «інколи», «часто» (Рис. 2.22). Тобто 25% опитаних учнів відповіли, що не виконують домашні завдання дуже рідко; 25% - інколи, та ще 25% дали відповідь, що часто надають перевагу мережам ніж навчанню. Трішки менше, 19%, опитаних розуміють, що дуже часто, та 6% завжди навчання страждає через перебування в мережі великої кількості часу.



В наступному запитанні тесту результати були позитивними. Адже запитання стосувалось того, чи часто школярі перевіряють особисту електронну пошту. Велика кількість опитаних відповіли, що дуже рідко – 38%; 31% учнів інколи перевіряють електронну пошту; проте 25% школярів дуже часто



перевіряють наявність нових повідомлень в електронній скриньці та 6% завжди за нею слідкують (Рис. 2.23).



Так як сучасна молодь формується в світі, збагаченому цифровими технологіями, деякі з них обираються спілкування в віртуальному середовищі більше цікавішим. Адже під час спілкування в соціальних мережах кожен може подумати над відповіддю, змінити її або ж видалити. В реальному світі такої можливості немає, і тому перевага надається мережам.

Отож, оцінка інтернет-залежності була пов'язана за таким питанням: «Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?». (Рис. 2.24) Тож 38% опитаних відповіли, що інколи таке стається; 31% - дуже рідко. Проте 19% школярів стверджують, що завжди обирають спілкування в мережі; 6% - часто та 6% - дуже часто. Попри те, що великий відсоток відповідей показує, що більшість опитаних надають перевагу живому спілкуванню, є й багато тих, що обирають спілкування в мережі.



Так як велику кількість часу підростаюче покоління проводить в мережі, часом постає питання, які сайти переглядають діти, з ким спілкуються, якою інформацією цікавляться, тощо. Тому на таке звичайне, на перший погляд, питання, школярі неохоче відповідають або надають неправдиву відповідь. Адже вони час від часу можуть відвідувати заборонені сайти.

Опитаним необхідно було надати відповідь на таке запитання: «Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?» (Рис.2.25). Результати показали, що: 56% - інколи не відповідають на дане запитання; 19% - дуже рідко; 13% - завжди, та 12% часто. Тобто, всі опитані часом не відповідають на запитання від інших про те, чим вони займаються в мережі, але на різному рівні. Це означає, що варто приділяти більше уваги медіаграмотності школярів зі сторони батьків та педагогів.

**(Рис.2.25).** Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?



У питанні десять, «Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?» школярі відповіли (Рис.2.26), що інколи заходить 38% опитуваних, 31% - дуже рідко, 19% - часто, 6% завжди та ще 6% стверджують, що не заходять в інтернет всупереч дозволу батьків. Аналізуючи дані тесту, можна зазначити, що більшість школярів час від часу порушують обмеження батьків.

**(Рис.2.26).** Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?



Значного негативного впливу дитина отримує і від надмірного зловживання іграми в комп'ютері. Саме комп'ютерні ігри призводять до перезбудження ділянок головного мозку, які відповідають за отримання задоволення, через це з'являється залежність від ігор, телевізору та інтернету. Серед опитаних учасників 50% відповіли, що інколи проводять час в кімнаті, граючи в ігри; 25% часто; лише 13% дуже рідко; 6% завжди та ще 6% взагалі ніколи не проводили час в кімнаті задля гри в комп'ютері (Рис.2.27).



Через нестачу знань у школярів про безпеку в інтернет-просторі, вони можуть надавати особисту інформацію «новим друзям», яку не варто розповсюджувати (Наприклад: дані про місце проживання, номер телефону, ПІБ, місце навчання, тощо). Внаслідок чого, школярам можуть надходити сумнівні дзвінки. Тестування серед школярів показало (Рис.2.28). Що 40% користувачів дуже рідко отримують сумнівні дзвінки; ще 40% інколи телефонують незнайомці. Проте, 20% опитаних часто отримують дзвінки від підозрілих осіб. Згідно результатів варто зробити висновок, що більшість школярів отримують

сумнівні дзвінки від незнайомців. Тому варто ознайомити дітей з планом дій в даному випадку або ж заблокувати вхідні дзвінки від незнайомих номерів.



Дослідження, проведене американськими вченими, довели, що одна година, проведена біля комп'ютера, дає психологічне та зорове навантаження на незрілі клітини головного мозку дитини у вигляді перевтоми нервової системи в кілька разів більше, ніж шестигодинні заняття в школі. Але стомлюваність від спілкування з комп'ютером приходить непомітно, поступово, накопичувально, і може виражатися головними болями, запамороченнями, появою нав'язливих рухів, порушенням формули сну, утрудненим засинанням, логоневрозом, нервовим виснаженням [24].

Таким чином проявляються перші ознаки інтернет-залежності. Діти, які зловживають комп'ютерними іграми, стають більш агресивними, часом нездатними контролювати свої емоції. Їхній кругозір звужується, вплив ігор негативно позначається на зіставленні реальних і віртуальних подій, ускладнюється спілкування з іншими людьми. При виникненні проблем, дитина не намагається вирішити їх, а йде в «чарівний» світ віртуальності.

Тож, опитувані надали свої відповіді щодо їхньої реакції на відволікання від мережі. Результати показали, що 37% школярів інколи можуть огризатися та галасувати у відповідь на відволікання від діяльності

в мережі; 31% - дуже рідко; 13% - часто та ще 13% не спостерігали за собою такої реакції; 6% опитаних школярів - дуже часто (Рис.2.29).



На запитання про те, як часто школярі прослідковують у своєму стані стомленість, ніж до появи інтернету вдома, опитані учні відповіли (Рис.2.30):

38% - інколи;

37% - дуже рідко;

19% - завжди;

6% - часто.

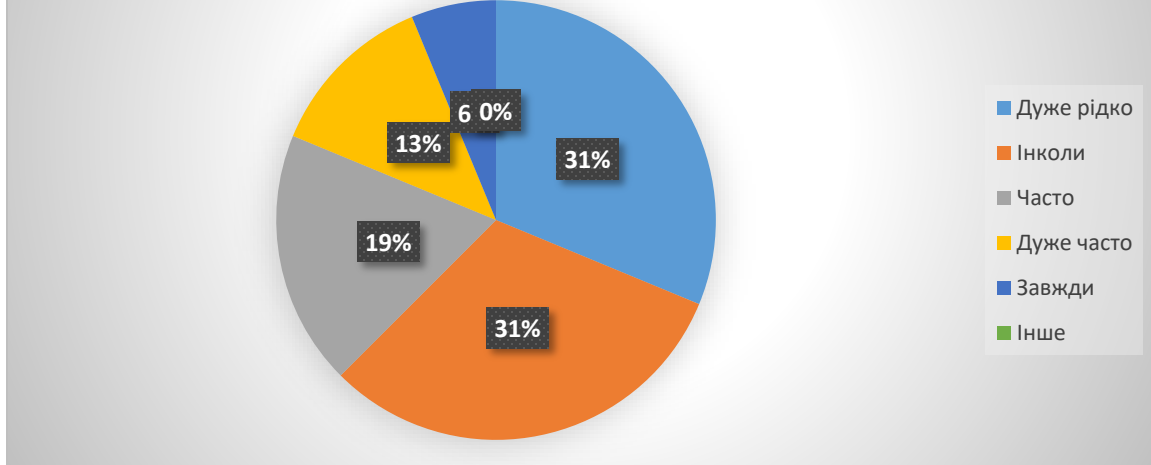
Результати даного опитування підтверджують думку про те, що діяльність в інтернет-просторі значно впливає на стан людини. Так званий відпочинок, насправді являється наслідком втоми та перебудження. Тому варто відпочивати

не за допомогою мережі, а в реальному житті серед суспільства або наодинці з природою.



Однією з ознак інтернет-залежності є постійне бажання перебувати в мережі, і навіть, якщо людина, не знаходиться в мережі, то може бути похмурою та думати лише про, як зайде в інтернет-простір. Тож задля перевірки таких ознак для опитаних було поставлене наступне запитання: «Як часто ви виглядаєте зануреним удумки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?». На дане запитання школярі відповіли, що 31% дуже рідко прослідковують в своїх думках такий потяг до мережі; ще 31% - інколи; 19% - часто; 13% - дуже часто; 6%-завжди (Рис.2.31). Це показує, що велика кількість школярів дуже рідко прослідковують в своїх думках бажання повернутись до мережі, трішки енша частина завжди відчуває таке бажання.

**(Рис.2.31). Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?**



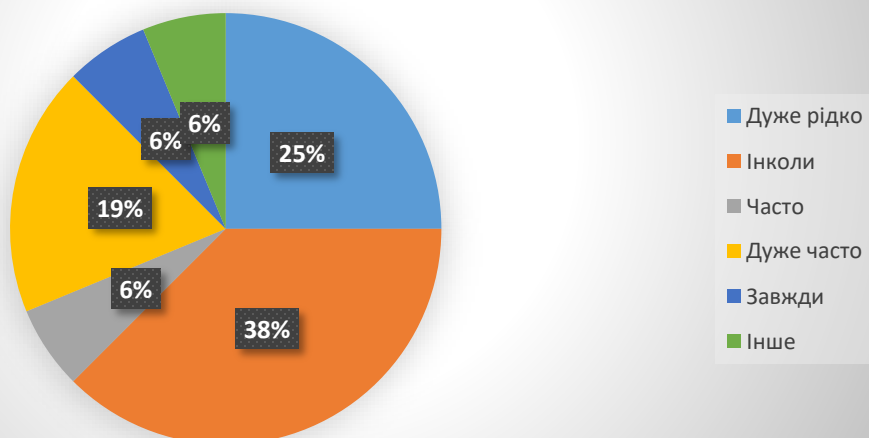
У запитанні: «Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами у мережі?», опитані відповіли (Рис. 2.32):

- 38% - інколи;
- 25% - дуже рідко;
- 19% - дуже часто;
- 6% - часто;
- 6% - завжди;
- 6% - ніколи.

Отже, більшість школярів, які брали участь в тестуванні стверджують, що інколи можуть гніватись на батьків через докори щодо Інтернету, проте серед опитаних є й багато тих, які часто або постійно негативно реагують на батьківські зауваження.



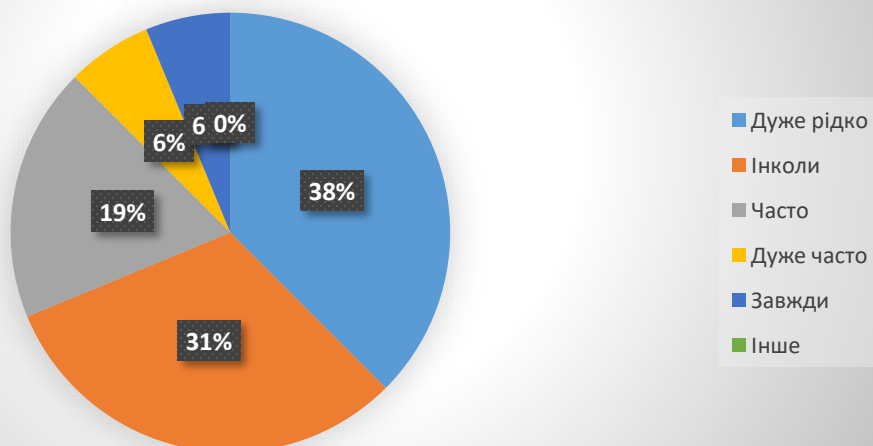
**(Рис. 2.32) Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?**



Через надмірне користування інтернет-простором більшість школярів та дорослих людей нехтують своїми інтересами та улюбленими справами, які раніше були для них цікавими. Наслідком цього може бути повноцінно несформована особистість, яка не буде мати певної мети в розвитку кар'єри.

Серед опитаних учнів відсоток тих, хто завжди надає перевагу часу в мережі, складає 6%, ще 6% - дуже часто, 19% - часто, 31% - інколи та 38% - дуже рідко. Важливо зазначити, що більшість опитаних школярів приділяє час саме своїм улюбленим справам, інтересам (Рис.2.33).

**(Рис.2.33). Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?**



Часом, батьки або ж опікуни накладають часові обмеження або налаштовують батьківський контроль на пристроях школярів. Для того, щоб врегулювати діяльність дитини в мережі та запобігти проявам інтернет-залежності. Такі обмеження позитивно впливають на здоров'я підростаючого покоління, проте школярі можуть сприймати такі правила по-різному. Тому деяким батькам доводиться вступати в суперечки з школярами аби дійти згоди.

Під час тестування опитані учні продемонстрували свою реакцію на встановлення батьками часових обмежень в мережі.

Тестування показало, що 44% опитаних дуже рідко негативно реагують на обмеження; 31% - інколи; 19% - дуже часто; 6% - не було таких випадків (Рис.2.34).



У дев'ятнадцятому запитанні «Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу проведенню часу в мережі?» учасники тестування відповіли, що дуже рідко обирають відпочинок в мережі, замість прогулянок з друзями; 25% - інколи; 13% - завжди; 6% ніколи (Рис.2.35). Отже, більшість опитаних частіше обирають відпочинок з друзями, ніж діяльність в мережі. Такий результат є досить добрим. Адже живе спілкування відіграє велику роль у соціалізації особистості.



В останньому запитанні тестування: «Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, ели знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?», отримано наступні відповіді (Рис.2.36):

44% - дуже рідко;

31% - інколи;

13% - часто;

6% - дуже часто;

6% - ніколи.



Отже, аналізуючи отримані результати тестування, можна зробити висновок, що засоби масової інформації мають великий вплив на розвиток особистості, та при зловживанні їх використання можуть проявлятися негативні наслідки. Одним з таких є інтернет-залежність. Дана хвороба згубно впливає на становлення особистості, формує в користувача постійний потяг до мережі, робить його агресивним та несоціалізованим. Тому батькам або опікунам, педагогам варто приділяти належної уваги у навчанні медіаграмотності.

## ВИСНОВКИ

Задля повного дослідження теми кваліфікаційної роботи було опрацьовано наукову літературу методами аналізу, систематизації та узагальнення.

Для того, щоб ефективно та якісно дослідити особливості впливу засобів масової інформації було поставлено мету: вивчити та дослідити вплив засобів масової інформації на розвиток особистості в сучасному світі.

За поставленою метою було виконано завдання, за якими можна зробити наступні висновки:

З'ясовано, що засоби масової інформації – це система установ, які систематично розповсюджують інформацію для широкого кола користувачів, що здійснюється за допомогою технічних засобів.

Аналізуючи опрацьовані джерела, визначено, що мас-медіа розповсюджуються через безліч різноманітних носіїв, тому виділено 2 типи: друковані (Журнали, книги, преса) та електронні (радіомовлення, телебачення, інтернет, соціальні мережі, реклами, кінопродукція та аудіопродукція).

Визначено, що вивчення процесів, які відбуваються в різноманітних соціальних сферах, зрештою приводять до діяльності певної функції мас-медіа. Тому досліджено основні функції засобів масової інформації, серед яких виділяють комунікативну, освітньо-пізнавальну, ідеологічну, організаційну, культурну, рекламну, розважальну та функцію «сторожового собаки». Які підлягають способу життя та інтересів глядачів.

У вивченні питання також з'ясовано, що близьким поняттям до засобів масової інформації є поняття засобів масової комунікації, які схожі та пов'язані між собою, але мають відмінність в тому, що засоби масової комунікації передбачають двосторонню взаємодію, а засоби масової інформації не передбачають зворотнього зв'язку від глядача. Проте, доведено, що ЗМІ та ЗМК мають великий вплив на розвиток особистості.

Визначено, що традиційні засоби масової інформації мають великий вплив на соціалізацію особистості. Проаналізувавши наукову літературу, встановлено,

що мас-медіа впливають на особистість, як позитивно, так і негативно. Таким чином, за допомогою інформаційних пристроїв людина може навчатись, розвиватись та пізнавати навколишнє середовище. Проте негативним є те, що через надмірне використання засобів масової інформації в користувача може розвинутиись інтернет-залежність. Ознаками чого є небажання жити в суспільстві, також в людини зникають друзі, розвиток кар'єри, тощо. ЗМІ мають значний вплив на потреби аудиторії, її мотивацію і, таким чином справляють істотний тиск на її світогляд, прояви активності і соціалізацію.

З'ясовано, що мас-медіа впливають не лише окремо на людину, а також за допомогою інформаційних процесів створюється громадська думка, яка може бути хибною.

Проаналізувавши соціально-психологічні причини впливу засобів масової інформації на особистість, встановлено, що для людини мас-медіа є джерелом інформації, засобом для навчання та всебічного розвитку. Проте, трансляція однотипних норм та образів породжує низку проблем, які потребують контролю. Формуючи образ індивідуального значення «реального світу», засоби масової інформації закладають поняття, які є поза межами досвіду глядача. Тому специфічність впливу мас-медіа полягає в створенні певного штучного світу, поглядів, за допомогою яких формуються певні зразки поведінки, думки, художні смаки, життєва позиція. Тому з огляду на демонстровану інформацію через мас-медіа формуються соціально культурні цінності суспільства.

З'ясовано, що засоби масової інформації відіграють важливу роль в соціалізації людини, адже отримана інформація залишається в свідомості індивіда на тривалий час, тим самим впливаючи на думки, емоції, а часом, вчинки.

Під час здійснення діагностики життєвої позиції школярів щодо засобів масової інформації, встановлено, що мас-медіа мають вагомий вплив на соціалізацію підлітків, при чому, визначну роль відіграють соціальні мережі.

Таким чином більшість школярів, а саме 92%, надає перевагу отриманню інформації через інтернет-джерела. Тоді як, через радіо, всього 8%. Результати показують, що друковані ЗМІ, радіо, і навіть, телебачення відходять у минуле.

Також дослідженням встановлено, що більшість школярів, 87%, працюють в мережі від 2-4 години щоденно. Тоді як рекомендується у віці до 10-12 років проводити час в цифрових пристроях до 2 годин, а у віці 13-14 – до 2,5 год. Втім, з'ясовано, що більшість школярів використовують соціальні мережі для спілкування та відпочинку.

Констатовано, що 80% опитаних школярів не вважають себе інтернет-залежними. Проте, серед опитаних 79% були б незадоволенні при раптовому зникненні всіх соціальних та схожих мереж.

Досліджено вплив засобів масової інформації на процес розвитку особистості через тестування на інтернет-залежність. Адже більшість школярів та людей старшого віку не готові зізнаватись в тому, що мають залежність від інтернет-ресурсів. Таким чином, визначено, що 69% опитаних мають легкий ступінь інтернет-залежності; 19% - помірний ступінь, і лише 12% опитаних школярів використовують інтернет-ресурси, не перевищуючи норми.

Підсумовуючи вищевикладене, варто зазначити, що у сучасних умовах необхідним є здійснення системного впливу на школярів з боку батьків, навчального закладу, громадських об'єднань. Задля виховання у них вміння аналізувати отримувану інформацію, ознайомлення з можливими наслідками інформаційної неточності, формування грамотного ставлення до свого внутрішнього світу. До того ж, слід зауважити, що необхідною вимогою до засобів масової інформації є відповідальне ставлення ними до інформації, що передається, а також здійснення позитивного впливу на масову свідомість, транслявання цінностей гуманізму, толерантності, що сприяють духовному здоров'ю і вдосконаленню суспільства в цілому, і кожної окремої особистості.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Види та функції ЗМІ - Dovidka.biz.ua. *Dovidka.biz.ua*. URL: <https://dovidka.biz.ua/vidi-ta-funktsiyi-zmi/> (дата звернення: 10.05.2023).
2. Вплив засобів масової інформації на здоров'я та психіку дітей. *Ворожбянський заклад загальної середньої освіти I-III ступенів Лебединської міської ради Сумської області - вітаємо на офіційному веб-сайті*. URL: <https://vorozhba.lbd-osv.gov.ua/news/10-43-05-23-11-2020/> (дата звернення: 10.05.2023).
3. Готтман Дж., Деклер Дж. Емоційний інтелект у дитини : посібник / пер. з Англ. Х. Шиналь. Vivat, 2022. 288 с.
4. Гра в смерть: що таке «Синій кит» і чому підлітки виконують смертельні завдання. *Українські новини*. URL: <https://ukranews.com/ua/> (дата звернення: 10.05.2023).
5. Гоулман Д. Соціальний інтелект. Нова наука про людські відносини / пер. з Англ. Я. Лебеденко. Книжк. клуб "Клуб Сімейн. Дозвілля", 2020. 400 с.
6. Давіденко К. Інтернет-залежність: тест, поширеність та супутня психопатологія. *Медичний часопис. Український Медичний Часопис*. URL: <https://www.umj.com.ua/article/160556/internet-zalezhnist-test-poshirenist-ta-suputnya-psihopatologiya> (дата звернення: 10.05.2023).
7. Журавель П. А. Засоби масової комунікації як суб'єкт державного процесу. *Державне управління: удосконалення та розвиток*. 2013. № 12. URL: <http://www.dy.nayka.com.ua/?op=1&z=667>.
8. Засоби масової інформації - Посібник з освіти в області прав людини за участі молоді - www.coe.int. *Посібник з освіти в області прав людини за участі молоді*. URL: <https://www.coe.int/uk/web/compass/media> (дата звернення: 10.05.2023).



9. Засоби масової інформації (ЗМІ). *ВУЕ*. URL: [https://vue.gov.ua/Засоби\\_масової\\_інформації\\_\(ЗМІ\)](https://vue.gov.ua/Засоби_масової_інформації_(ЗМІ)) (дата звернення: 10.05.2023).
10. Засоби масової комунікації. *Stud*. URL: [https://stud.com.ua/28394/bzhd/zasobi\\_masovoyi\\_komunikatsiyi](https://stud.com.ua/28394/bzhd/zasobi_masovoyi_komunikatsiyi) (дата звернення: 10.05.2023).
11. Іванов В. Основні теорії масової комунікації і журналістики : навч. посіб. / ред. В. Різун. Київ : Центр Вільн. Преси,, 2010. 258 с.
12. Інтернет. *Google Sites: Sign-in*. URL: <https://sites.google.com/view/bezpecnyj-internet> (дата звернення: 10.05.2023).
13. Кафедра інформатики Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. *Кафедра інформатики Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди*. URL: <https://kafinfo.org.ua/> (дата звернення: 10.05.2023).
14. Квіт С. Масові комунікації : підручник. Київ : видавн. дім "Києво-Могил. акад.", 2008. 206 с.
15. Король Л. М., Максимець С. М. Психологічні чинники впливу змі на формування особистості сучасної молоді. *Наука і освіта*". 2014. № 5. С. 157–162.
16. Костенко Н., Іванов В. Досвід контент-аналізу: моделі та практики : монографія. Київ : Центр вільн. преси, 2003. 200 с.
17. Кулеба Д. Війна за реальність. Як перемагати у світі фейків, правд і спільнот. Київ : Книголав, 2019. 384 с.
18. Курс лекцій з дисципліни «Риторика», ступінь: бакалавр. Кривий Ріг : ДонНУЕТ, 2022. 134 с.
19. Мороз О. Нація овочів. Як інформація впливає на мислення і поведінку українців?. Київ : Yakaboo Publishing, 2020. 288 с.
20. Мороз О. Як не стати овочем. Інструкція з виживання в інфопросторі. Київ : Vivat, 2021. 272 с.

21. Назаренко Н.В., Воронянський О.В., Назаренко Г.І., Мануйлов Є.М., Требін М.П., Панфілов О.Ю., Каліновський Ю.Ю. Людина і світ: Підр. Для 11 кл. загальноосвіт. навч. зак. (рівень стандарту та профільний рівень). Харків: Оберіг, 2012, с. 101 – 105 <http://nkkep.com/wp-content/uploads/2020/04/OOPTBD11-GO.pdf>
22. Олтрейд Д. Нове мислення. Від Айнштайна до штучного інтелекту: наука і технології, що змінили наш світ / пер. з Англ. І. Возняк. Vivat, 2022. 368 с.
23. Правила безпеки в Інтернеті :: офіційний блог психологічної служби КЗ "Василівська загальноосвітня школа I-III ступенів №1" ВРР ЗО. *офіційний блог психологічної служби КЗ "Василівська загальноосвітня школа I-III ступенів №1" ВРР ЗО.* URL: <https://psikhologichna-sluzhba4.webnode.com.ua/l/vidminnemistse-dlya-pauzi-na-kavu/> (дата звернення: 10.05.2023).
24. Про шкоду комп'ютерних ігор і телевізора для дитини – Into-Sana. *into-sana.ua.* URL: <https://into-sana.ua/articles/o-vrede-kompyuternih-igr-i-tv-dlya-rebenka/> (дата звернення: 10.05.2023).
25. Різниця між ЗМК та ЗМІ - Dovidka.biz.ua. *Dovidka.biz.ua.* URL: <https://dovidka.biz.ua/riznitsya-mizh-zmk-ta-zmi/> (дата звернення: 10.05.2023).
26. Різун В. В. Теорія масової комунікації: підручник. Київ: ВЦ "Просвіта", 2008. 260 с.
27. Савка В., Климанська Л. Соціологія соціальних проблем: навч. посіб. Львів: Львів. політехніка, 2021. 208 с.
28. Система соціальних зв'язків та особистість. *Освіта.UA.* URL: <https://osvita.ua/vnz/reports/sociology/12623/> (дата звернення: 10.05.2023).
29. Соціальні мережі, топ найпопулярніших в Україні і країнах світу 2020. *Marketer.* URL: <https://marketer.ua/ua/the-most-popular-social-networks-in-the-world/> (дата звернення: 10.05.2023).

30. Соціологія : підручник / ред. В. М. Піча. Львів : Магнолія, 2009. 224 с.
31. Спичак Н. П. Особливості впливу засобів масової інформації на формування здорового способу життя студентської молоді. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. Чернігів : ЧНПУ, 2017. № 143. С. 267-273.
32. Степанов В. Ю. Вплив засобів масової інформації на свідомість молоді. *Культура України*. 2012. № 38. С. 100–106.
33. Турчак А. Л. Засоби масової інформації як особливий чинник впливу на формування здорового способу життя молоді. *Здоровий спосіб життя – здорова нація – здорове суспільство* : Зб. тез доп. на І-й Всеукр. науково-практ. конф., м. Кіровоград, 8 квіт. 2010 р. Кіровоград, 2010. С. 157–160.
34. Українська правда життя. Звідки українці беруть інформацію в умовах війни? Опитування. *Українська правда життя*. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2022/06/2/248923/> (дата звернення: 10.05.2023).
35. Учасники проектів Вікімедіа. Засоби масової інформації. *Вікіпедія*. URL: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Засоби\\_масової\\_інформації](https://uk.wikipedia.org/wiki/Засоби_масової_інформації) (дата звернення: 10.05.2023).
36. Цифра Ю. А. Соціальний вплив засобів масової інформації як чинник конструювання зовнішньополітичної ідентичності держави. *Регіональні студії*. 2018. № 13. С. 52–56.
37. Школа для батьків: скільки часу діти можуть проводити за комп'ютером - WCU - Жіночий консорціум України. - *WCU - Жіночий консорціум України*. URL: [https://www.wcu-network.org.ua/Zaxist\\_prav\\_dtei/news/Shkola\\_dlja\\_batkv\\_sklki\\_chasu\\_dti\\_mozhut\\_provoditi\\_za\\_komp\\_juterom](https://www.wcu-network.org.ua/Zaxist_prav_dtei/news/Shkola_dlja_batkv_sklki_chasu_dti_mozhut_provoditi_za_komp_juterom) (дата звернення: 10.05.2023).

38. Я і засоби масової інформації. *Дистанційна підтримка освіти школярів* - Головна. URL: <https://disted.edu.vn.ua/courses/learn/914> (дата звернення: 10.05.2023).

39. Як медіа впливають на життя: 5 реальних фактів. *Проект Media IQ*. URL: <http://media-iq.tilda.ws/blog6> (дата звернення: 10.05.2023).

40. Berger, P. L., Luckmann, T. The Social Construction of Reality. A Treatise on sociology of Knowledge. 1966. <https://ktpu.kpi.ua/>

## ДОДАТКИ

## Додаток А

## Анкетування з визначення життєвої позиції школярів щодо засобів масової інформації

1. Ваш вік? 14

2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення     Інтернет     Друковані ЗМІ     Радіо

3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;     події у світі;     досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;     політика;     спорт;  
 фантастика, пригод;     комедії та шоу;     фільми жахів;  
 детективи;     розповіді про тварин;  
 інше (вказати) \_\_\_\_\_

4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.     Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.     Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.     Рекламно-довідкову продукцію.

5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)     Бажання завести нових друзів  
 Цікавість     Навчальна чи робоча необхідність

6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.     2-4 год.     5-7 год.     Більше 7 год.

7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.

8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;     Ні;     Частково.

9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);     Незадоволений(-на);     Байдуже.

10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;     Іноколи;     Дуже часто.

11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;     Так, але рідко;     Ні, ніколи;     Раніше використовував (-ла)

12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;     Менше 5;     Жодної.

13. Як Ви думаете, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;     Скоріше так, ніж ні;     Ні;     Важко відповісти.

14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;     Частково;     Ні;     Важко відповісти.

14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;     Ні, повністю довіряю ЗМІ;     Скоріше так, ніж ні.

1. Ваш вік? 14
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригод;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) Вітани мимодрами (проблеми моралі)
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Інколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаєте, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.

1. Ваш вік? 14 років.
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригод;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) мелодрами (проблеми моралі)
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Інколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаєте, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.

1. Ваш вік? 18
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригод;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) \_\_\_\_\_
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Іноколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаете, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.



1. Ваш вік? 12
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригод;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) \_\_\_\_\_
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Іноколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаете, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.

- Володимир
1. Ваш вік? 15
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригод;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) \_\_\_\_\_
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Іноколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаєте, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти. *що це? ЗМІ*
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.

1. Ваш вік? 12
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригоди;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) \_\_\_\_\_
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Іноколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаєте, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.

1. Ваш вік? 12
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригод;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) Дитячі фільми
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Іноколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаєте, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.

Крушель Назара

1. Ваш вік? 13
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригод;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) \_\_\_\_\_
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Інколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаєте, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.

1. Ваш вік? 14
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригод;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) \_\_\_\_\_
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Інколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаете, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.

1. Ваш вік? 12
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригоди;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) \_\_\_\_\_
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Іноколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаете, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.

1. Ваш вік? 12
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригод;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) \_\_\_\_\_
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдууже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Іноколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаєте, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.



- Вілак Діна
1. Ваш вік? 13/2009
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення     Інтернет     Друковані ЗМІ     Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 Кримінальна хроніка;     події у світі;     досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;     політика;     спорт;  
 фантастика, пригоди;     комедії та шоу;     фільми жахів;  
 детективи;     розповіді про тварин;  
 інше (вказати) \_\_\_\_\_
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.     Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.     Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.     Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)     Бажання завести нових друзів  
 Цікавість     Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.     2-4 год.     5-7 год.     Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;     Ні;     Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);     Незадоволений(-на);     Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;     Іноколи;     Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;     Так, але рідко;     Ні, ніколи;     Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;     Менше 5;     Жодної.
13. Як Ви думаєте, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;     Скоріше так, ніж ні;     Ні;     Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;     Частково;     Ні;     Важко відповісти.
15. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;     Ні, повністю довіряю ЗМІ;     Скоріше так, ніж ні.

1. Ваш вік? 15
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригоди;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) \_\_\_\_\_
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Іноколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаєте, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.

1. Ваш вік? 14
2. Якими джерелами засобів масової інформації користуєтесь найчастіше?  
 Телебачення  Інтернет  Друковані ЗМІ  Радіо
3. Що найбільше цікавить у кінофільмах, у передачах телебачення?  
 кримінальна хроніка;  події у світі;  досягнення науки, техніки;  
 проблеми моралі;  політика;  спорт;  
 фантастика, пригоди;  комедії та шоу;  фільми жахів;  
 детективи;  розповіді про тварин;  
 інше (вказати) \_\_\_\_\_
4. Чи відповідають телевізійні програми вашому запиту на:...?  
 Одержання інформації.  Політичні питання.  
 Формування загальної думки людей.  Культурно-освітні програми.  
 Розваги та просто відпочинок.  Рекламно-довідкову продукцію.
5. Що вас підштовхнуло зареєструватися в соціальній мережі?  
 Друг (подруга)  Бажання завести нових друзів  
 Цікавість  Навчальна чи робоча необхідність
6. Скільки часу щодня Ви проводите в усіх зареєстрованих соціальних мережах в цілому?  
 Менше 1 год.  2-4 год.  5-7 год.  Більше 7 год.
7. Я використовую соціальні мережі, тому що:  
 вони допомагають підтримувати зв'язок із знайомими;  
 мені комфортніше спілкуватись в інтернеті, ніж вживу;  
 вони допомагають зв'язатися з людьми, які знаходяться далеко у зв'язку з карантинном та війною;  
 це зручний спосіб пошуку необхідної інформації;  
 вони допомагають відпочити від всього, що оточує.
8. Чи вважаєте ви, що у вас є залежність від соціальних мереж?  
 Так;  Ні;  Частково.
9. Якою буде ваша реакція, якщо раптом зникнуть всі соціальні мережі та подібні сайти?  
 Дуже незадоволений(-на);  Незадоволений(-на);  Байдуже.
10. Чи бувало так, що ви не встигали зробити домашнє завдання через тривале використання засобів масової інформації?  
 Ніколи;  Інколи;  Дуже часто.
11. Чи використовуєте ви друковані ЗМІ і як часто (книги, газети, тощо)?  
 Так, часто;  Так, але рідко;  Ні, ніколи;  Раніше використовував (-ла)
12. Скільки книг ви прочитали за останні 5 років?  
 Більше 5;  Менше 5;  Жодної.
13. Як Ви думаєте, чи впливають ЗМІ на поширення наркоманії, алкоголізму, злочинності?  
 Так;  Скоріше так, ніж ні;  Ні;  Важко відповісти.
14. Як ви вважаєте, чи впливають ЗМІ на ваші рішення в житті та навчанні?  
 Так;  Частково;  Ні;  Важко відповісти.
14. Чи аналізуєте ви інформацію, яку отримуєте від ЗМІ?  
 Так, завжди;  Ні, повністю довіряю ЗМІ;  Скоріше так, ніж ні.

## Додаток Б

## Тест щодо виявлення інтернет-залежності

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік \_\_\_\_\_

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережеских «друзів»?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу проводженню часу в мережі?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?

*А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

## **ВИЯВЛЕННЯ СТУПЕНЮ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ**

Тест на інтернет-залежність включає такі діапазони балів:

- 0–30 балів — нормальне використання інтернету.
- 31 бал–49 балів — легкий ступінь інтернет-залежності.
- 50–79 балів — помірний ступінь інтернет-залежності.
- 80–100 балів — надмірне користування інтернетом.

кожне оцінюється за 5-бальною шкалою Лайкерта (Likert scale) від 1 до 5 (дуже рідко, інколи, часто, дуже часто, завжди), максимальний бал дорівнює 100.

## Тести на виявлення інтернет-залежності, виконані школярами

С. Віталь

ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ *а*

Ваш вік 12

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
 2 *А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*
2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
 3 *А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*
3. Як часто ви надаєте перевагу проведенню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
 4 *А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*
4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
 1 *А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*
5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
 2 *А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*
6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
 3 *А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*
7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
 4 *А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*
8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
 1 *А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*
9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
 2 *А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*
10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
 3 *А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*
11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
 2 *А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди*

12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу проведенню часу в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 12

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди 1
2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди 2
3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди 3
4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди 5
5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди 3
6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди 4
7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди 2
8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди 5
9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди 5
10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди 5
11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди 2



- 2 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 5 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 5 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 5 16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 5 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 4 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

69

помірний ступінь

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 13

- 2 1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 4 7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г) дуже часто**, Д) завжди
- 4 8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г) дуже часто**, Д) завжди
- 5 9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, **Д) завжди**
- 3 10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди

- 2 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 5 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, **Д) завжди**
- 4 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г) дуже часто**, Д) завжди
- 2 16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 4 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г) дуже часто**, Д) завжди
- 5 19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провладженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, **Д) завжди**
- 4 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г) дуже часто**, Д) завжди

63

поверхній ступінь

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 13

- 2 1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 4 4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г) дуже часто**, Д) завжди
- 2 5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 0 7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди **Е) ніколи**
- 2 8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди <sup>4 телефон</sup>

- 2 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

33  
 легкий ступінь

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 13

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
(А) дуже рідко, (Б) інколи, (В) часто, (Г) дуже часто, (Д) завжди *не буває*
2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
(А) дуже рідко, (Б) інколи, (В) часто, (Г) дуже часто, (Д) завжди
3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
(А) дуже рідко, (Б) інколи, (В) часто, (Г) дуже часто, (Д) завжди
4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
(А) дуже рідко, (Б) інколи, (В) часто, (Г) дуже часто, (Д) завжди
5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
(А) дуже рідко, (Б) інколи, (В) часто, (Г) дуже часто, (Д) завжди *ніколи*
6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
(А) дуже рідко, (Б) інколи, (В) часто, (Г) дуже часто, (Д) завжди
7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
(А) дуже рідко, (Б) інколи, (В) часто, (Г) дуже часто, (Д) завжди
8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
(А) дуже рідко, (Б) інколи, (В) часто, (Г) дуже часто, (Д) завжди
9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
(А) дуже рідко, (Б) інколи, (В) часто, (Г) дуже часто, (Д) завжди
10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
(А) дуже рідко, (Б) інколи, (В) часто, (Г) дуже часто, (Д) завжди *не заборонили*
11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
(А) дуже рідко, (Б) інколи, (В) часто, (Г) дуже часто, (Д) завжди

12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди

13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди *ніколи*

14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди *не було*

19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди *ніколи*

318.

*легкий ступінь*

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 12

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
 2 А) дуже рідко, **Б**) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2
2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
 1 **А**) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 1
3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
 3 А) дуже рідко, Б) інколи, **В**) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 3
4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
 3 А) дуже рідко, Б) інколи, **В**) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 3
5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
 3 А) дуже рідко, Б) інколи, **В**) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 3
6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
 2 А) дуже рідко, **Б**) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2
7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
 2 А) дуже рідко, **Б**) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2
8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
 1 **А**) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 1
9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
 2 А) дуже рідко, **Б**) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2
10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
 2 А) дуже рідко, **Б**) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2
11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
 4 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г**) дуже часто, Д) завжди 4



- 3 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

40

легкий ступінь

Bohan Aleksandra

ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 12

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2
2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 1
3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2
4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 1
5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2
6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2
7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 1
8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2
9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 1
10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2
11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 1

- 2 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 13. Як часто ви огризаетесь, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
16. Як часто ви сваритесь та гніваєтесь, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди  
 міколю
- 1 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди  
 міколю
19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди  
 міколю
- 1 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

24

написав

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 72

Майкл

Глоко

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди

ніколи

ніколи

- 1 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
 Ніколи  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

21

нормальне викор.

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 15

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?

A) дуже рідко,  Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2

2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 1

3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?

A) дуже рідко,  Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2

4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?

A) дуже рідко, Б) інколи, В) часто,  Г) дуже часто, Д) завжди 4

5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?

A) дуже рідко, Б) інколи,  В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 3

6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?

A) дуже рідко, Б) інколи, В) часто,  Г) дуже часто, Д) завжди 4

7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 1

8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?

A) дуже рідко, Б) інколи,  В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 3

9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?

A) дуже рідко, Б) інколи,  В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 3

10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 1

11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?

A) дуже рідко,  Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди 2

- 1 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
А) дуже рідко,  Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
А) дуже рідко, Б) інколи,  В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
А) дуже рідко,  Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
А) дуже рідко, Б) інколи,  В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провладженню часу в мережі?  
А) дуже рідко,  Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуетесь, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

42  
легкий ступінь

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 12

- 3 1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 4 3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, **Г) дуже часто**, Д) завжди
- 2 4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 5 5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, **Д) завжди**
- 5 6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, **Д) завжди**
- 4 7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, **Г) дуже часто**, Д) завжди
- 5 8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, **Д) завжди**
- 1 9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди



- 2 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 4 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г) дуже часто**, Д) завжди
- 1 19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди

45

легкий ступінь

Мельник М.

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 14

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди *В) дуже часто*

2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?

А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

- 1 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
- 2 13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
- 1 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
- 2 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
- 2 16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
- 3 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
- 2 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
- 1 19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
- 2 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди

36

легкий ступінь

Донцу. Д.

### ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 12

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
 2 А) дуже рідко, **Б** інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
 2 А) дуже рідко, **Б** інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
3. Як часто ви надасте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
 1 **А**) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
 2 А) дуже рідко, **Б** інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
 2 А) дуже рідко, **Б** інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
 3 А) дуже рідко, Б) інколи, **В** часто, Г) дуже часто, Д) завжди
7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
 1 **А**) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
 1 **А**) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
 2 А) дуже рідко, **Б** інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
 2 А) дуже рідко, **Б** інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
 2 А) дуже рідко, **Б** інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

- 3 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 13. Як часто ви огризаетесь, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 16. Як часто ви сваритесь та гніваєтесь, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтесь, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

39

легкий ступінь

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 14

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди *немає рамок.*
- 3 2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
 А) дуже рідко, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
 А) дуже рідко, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
 А) дуже рідко, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
 А) дуже рідко, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

- 2 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

31

легкий ступінь

Ліза М.

### ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 12

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
1 **А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди**
2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
1 **А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди**
- 2 3. Як часто ви надаєте перевагу проведенню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
**А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди**
- 2 4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
**А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди**
- 2 5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
**А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди**
- 1 6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
**А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди**
- 1 7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
**А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди**
- 2 8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
**А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди**
- 2 9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
**А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди**
- 2 10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
**А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди**
- 1 11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
**А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди**



- 2 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 4 13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г) дуже часто**, Д) завжди
- 1 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

45  
 легкий ступінь

B, D

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 13

- 2 1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
A) дуже рідко, ~~Б) інколи~~, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
A) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 3. Як часто ви надаєте перевагу проведенню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
~~А) дуже рідко~~, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
~~А) дуже рідко~~, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
A) дуже рідко, ~~Б) інколи~~, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 4 6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
A) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, ~~Г) дуже часто~~, Д) завжди
- 2 7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
A) дуже рідко, ~~Б) інколи~~, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 5 8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
A) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, ~~Д) завжди~~
- 2 9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
A) дуже рідко, ~~Б) інколи~~, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
A) дуже рідко, Б) інколи, ~~В) часто~~, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
A) дуже рідко, ~~Б) інколи~~, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

- 2 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 16. Як часто ви сваритесь та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

33  
 легкий ступінь

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 13

- 2 1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
А) дуже рідко, **Б** інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
А) дуже рідко, **Б** інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
**А** дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 4 4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г** дуже часто, Д) завжди
- 2 5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
А) дуже рідко, **Б** інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
**А** дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 0 7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди **Е** ніколи
- 2 8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
А) дуже рідко, **Б** інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
**А** дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
А) дуже рідко, **Б** інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
А) дуже рідко, Б) інколи, **В** часто, Г) дуже часто, Д) завжди *у телефон*

- 1 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи,  В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
А) дуже рідко,  Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 2 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
А) дуже рідко,  Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 4 16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто,  Г) дуже часто, Д) завжди
- 4 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто,  Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провадженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди

39

легкий ступінь

## ТЕСТ ВИЯВЛЕННЯ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Ваш вік 24 р.

1. Як часто ви порушуєте часові рамки, встановлені батьками для користування мережею?  
1  А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
2. Як часто ви не виконуєте свої домашні обов'язки, щоб провести більше часу в мережі?  
3  А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
3. Як часто ви надаєте перевагу провадженню часу в мережі замість того, щоб провести його в сімейному колі?  
3  А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
4. Як часто ви формуєте нові стосунки з друзями через мережу?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
1. 5. Як часто батьки нарікають на кількість часу, яку ви проводите в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
2. 6. Як часто ваше навчання страждає внаслідок кількості часу, проведеного в мережі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
2. 7. Як часто ви перевіряєте електронну пошту, перш ніж зайнятися чимось іншим?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
2. 8. Як часто ви надаєте перевагу спілкуванню в мережі над спілкуванням з оточуючими?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
3. 9. Як часто ви не відповідаєте на запитання про те, що робите в інтернеті?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
1. 10. Як часто батьки заставляли вас, коли ви заходили в інтернет всупереч їх волі?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди
2. 11. Як часто ви проводите час у своїй кімнаті, граючи на комп'ютері?  
 А) дуже рідко,  Б) інколи,  В) часто,  Г) дуже часто,  Д) завжди

- 2 12. Як часто ви отримуєте дивні дзвінки від нових мережевих «друзів»?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 1 13. Як часто ви огризаєтеся, кричите чи дієте роздратовано, якщо вас потурбували з приводу перебування в мережі?  
**А) дуже рідко**, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 5 14. Як часто ви виглядаєте більш замученим та стомленим, ніж тоді, коли вдома ще не було інтернету?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, **Д) завжди**
- 4 15. Як часто ви виглядаєте зануреним у думки про повернення до мережі, коли ви не знаходитесь в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г) дуже часто**, Д) завжди
- 2 16. Як часто ви сваритеся та гніваєтеся, коли батьки сердяться з приводу часу, проведеного вами в мережі?  
 А) дуже рідко, **Б) інколи**, В) часто, Г) дуже часто, Д) завжди
- 3 17. Як часто ви надаєте перевагу перебуванню в мережі, а не своїм колишнім улюбленим заняттям, хобі, інтересам?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, **В) часто**, Г) дуже часто, Д) завжди
- 4 18. Як часто ви стаєте агресивним, коли на вас накладають обмеження в часі, проведеному в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г) дуже часто**, Д) завжди
- 5 19. Як часто ви замість прогулянок із друзями надаєте перевагу провладженню часу в мережі?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, Г) дуже часто, **Д) завжди**
- 4 20. Як часто ви відчуваєте пригніченість, спад настрою, нервуєтеся, коли знаходитесь поза мережею, а після повернення до мережі все це зникає?  
 А) дуже рідко, Б) інколи, В) часто, **Г) дуже часто**, Д) завжди

63

поверхній ступінь