

Винахід відноситься до фізики, переважно до засобів отримання уявлень, виявлених шляхом постановки питань та отримання відповідей, здебільшого з використанням загального набору останніх, і може бути використаним в медицині, насамперед в психіатрії, чи будь-яких сферах, діяльність яких ґрунтується на використанні комп'ютерів.

Формування правильного діагнозу щодо комп'ютерної залежності часто ускладнюється відсутністю офіційних критеріїв для визначення ступеня прив'язаності до Інтернету чи комп'ютерних розваг, а від того лише тести, які спрямовані на визначення залежності від них, являють собою найбільш наближені об'єкти до вирішення нижчезазначеної задачі.

Відомий спосіб скрінінгової діагностики комп'ютерної залежності, який містить тестування пацієнта на підставі розроблених питань та варіантів відповідей, що оцінені в балах, підсумовування балів і наступну оцінку. Опитувальний комплекс, у відповідності з відомим технічним рішенням, охоплює 20 питань та 6 варіантів відповідей на кожне з них, при цьому під час оцінки встановлюють наявність комп'ютерної залежності, якщо сума балів відповідей становить 80-100 одиниць, у т.ч. Інтернетної, при сумі балів 20-49 одиниць, та від комп'ютерних розваг, при 50-79 одиницях [1, 2].

До причин, що стримують досягнення очікуваного технічного результату належать східність змісту розроблених питань та їх обґрунтування з урахуванням соціально-супільних особливостей іноземного життя, наприклад США, які обмежують об'єктивізацію симптоматики виникнення комп'ютерної залежності у користувача.

Відомий спосіб скрінінгової діагностики комп'ютерної залежності, який містить тестування пацієнта на підставі розроблених питань та варіантів відповідей, що оцінені в балах, їх підсумовування та наступну оцінку. У відповідності з цим об'єктом, тестування проводять по 40 питанням, а під час оцінки підсумовують бали по 5 або 2 варіантам відповідей, по сумі яких встановлюють наявність чи відсутність «Інтернет-залежності» у пацієнта [3].

Подвоєння кількості поставлених питань, наприклад до 40, у відповідності з протиставленим об'єктом, декілька покращує витяг шуканої симптоматики, а їх соціально-супільний характер адаптований до соціальних сфер Росії та України.

Проте, досягнення очікуваного технічного залишається стриманим, з-поза тієї ж східності характеру змісту питань між собою, а їх надмірна кількість стомлює опитувану особу та, вірогідніше за все, в деякій мірі має вплив на об'єктивність кінцевого результату та утрудняє підсумовування балів.

Найбільш близьким по кількості істотних ознак до винаходу, що заявляється, є спосіб скрінінгової діагностики комп'ютерної залежності, який містить тестування користувача по 11 питанням щодо проявів емоційного стану від комп'ютера або в Інтернеті, міркувань відносно реалізації задумів та передчуття задоволення, кількості часу перебування з комп'ютером і матеріальних витрат, що пов'язані з цим, вольових властивостей, відчуттів, одержуваних під час комп'ютерного перепроводження дозволів, асоціативного характеру сприйняття одержуваних задоволь, впливу комп'ютерної прихильності на соціально-побутові обов'язки, вироблення потайливих негативних звичок заради отримання розважливих намірів, ролі соціальних обов'язків в повсякденному бутті, впливу комп'ютера на фізично-психологічний стан, режим сну й пильнування, використання 2 варіантів заздалегідь сформованих відповідей типу «ніколи» чи «дуже часто», що оцінені в балах, їх підсумовування та наступну оцінку результатів тестування [4].

Переваги прототипу перед вищезгаданими об'єктами-аналогами складаються з розширення уявлень про симптоматику комп'ютерної залежності опитуваної особи, переважно за рахунок охоплення тієї номенклатури критеріїв, які більше відповідають за прив'язаність особи до комп'ютера, з підвищення якості діагностичних критеріїв, яка при зменшенні представництва питань у комплексі, наприклад до 11, сприяє зосередженню опитуваної особи на відповідях, витягу шуканої симптоматики більш високого рівня, що, у свою чергу, має зв'язок з об'єктивністю кінцевого результату та спрощенням підсумовування балів.

Причини, що перешкоджають досягненню очікуваного технічного результату, мотивуються, здебільшого характером закладених відповідей, що адаптовані лише до соціально-супільної сфери США, дискретним форматов закладених відповідей по типу «ніколи» чи «дуже часто», що межує з отриманням неточних уявлень щодо симптоматики комп'ютерної залежності та неможливістю детальної інтерпретації стану опитуваної особи.

В основу винаходу поставлено задачу створити такий спосіб скрінінгової діагностики комп'ютерної залежності, який шляхом адаптації варіантів відповідей до національної соціально-супільної сфери діяльності підвищує об'єктивність кінцевого результату при використанні.

Для досягнення вищезазначеного технічного результату в способі скрінінгової діагностики комп'ютерної залежності, який містить тестування користувача по 11 питанням щодо проявів емоційного стану від комп'ютера або в Інтернеті, міркувань відносно реалізації задумів та передчуття задоволення, кількості часу перебування з комп'ютером і матеріальних витрат, що пов'язані з цим, вольових властивостей, відчуттів, одержуваних під час перепроводження комп'ютерного дозволів, асоціативного характеру сприйняття одержуваних задоволь, впливу комп'ютерної прихильності на соціально-побутові обов'язки, вироблення потайливих негативних звичок заради отримання розважливих намірів, ролі соціальних обов'язків в повсякденному бутті, впливу комп'ютера на фізично-психологічний стан, режим сну й пильнування, використання 2 варіантів заздалегідь сформованих відповідей типу «ніколи» чи «дуже часто», що оцінені в балах, їх підсумовування та наступну оцінку результатів тестування, у відповідності з винаходом, додатково для тестування користувача в комплексі заздалегідь сформованих відповідей використовують їх проміжні варіанти типу «рідко» й «часто», при цьому низці можливих відповідей «ніколи», «рідко», «часто» або «дуже часто» привласнюють бали 1, 2, 3 і 4, відповідно, а при оцінці результатів встановлюють стадію комп'ютерної залежності, якщо сума становить 38 й більше балів, стадію ризику комп'ютерної залежності, якщо сума сягає 23-37 балів, стадію захопленості, якщо сума дорівнює 16-22 бали, 0 % ризику розвитку комп'ютерної залежності, якщо 15 балів та менше.

Відмітними ознаками запропонованого способу є використання проміжних варіантів відповідей, а саме - «рідко» й «часто», як додаткових оціночних критеріїв, присвоєння балів, наприклад від 1 до 4, послідовно до кожного з можливих: «ніколи», «рідко», «часто» або «дуже часто», як показників симптоматичних проявів комп'ютерної залежності, що адаптовані до національної соціально-супільної сфери діяльності, умов диференціації комп'ютерної залежності, у вигляді вищезазначених сум балів, а також їхніх зв'язків із стадіями «залежності», «захопленості» й «ризiku». Це виводить очікувані відповіді до більш достовірної області, сприяє гнучкому інтерпретуванню стану опитуваної особи, а від того, дозволяє об'єкти візувати кінцевий результат.

Непрямим образом результати тестування дозволяють виділити «групу ризику» з ознаками комп'ютерної залежності для впливу за допомогою ефективних профілактичних програм, що спрямовані на попередження розвитку психічно-поведінкових розладів.

Отже, аналіз рівня техніки в досліджуваній галузі дозволяє стверджувати, що заявлене рішення задачі відповідає умові винаходу «новизна».

Поряд із цим, сукупність заявлених відмін є істотною, оскільки має причинно-наслідковий зв'язок з підвищенням об'єктивності кінцевого результату. Втім, кожна з наведених ознак в окремоті є необхідною, бо виняток будь-якої з них із запропонованої сукупності запобігає не лише досягненню очікуваного технічного результату, але й відтворенню способу.

Для здійснення заявленого способу скрінгової діагностики комп'ютерної залежності формують комплекс з 11 обов'язкових питань, що торкаються проявів емоційного стану від комп'ютера або в Інтернеті, міркувань відносно реалізації задумів та передчуття задоволення, кількості часу перебування з комп'ютером і матеріальних витрат, що пов'язані з цим, вольових властивостей, відчуттів, одержуваних під час перепроходження комп'ютерного дозвілля, асоціативного характеру сприйняття одержуваних задовольств, впливу комп'ютерної прихильності на соціально-побутові обов'язки, вироблення потайливих негативних звичок заради отримання розважливих намірів, ролі соціальних обов'язків у повсякденному бутті, впливу комп'ютера на фізично-психологічний стан, режим сну й пильнування. На кожне з наведених питань користувачу надають можливість обрати один з можливих варіантів відповіді типу «ніколи», «рідко», «часто» або «дуже часто». За допомогою балів 1, 2, 3 і 4, як показників симптоматичних проявів комп'ютерної залежності, розроблених відповідно до послідовності наданих відповідей, з урахуванням національної соціально-суспільної сфери діяльності користувача, та зв'язкам їхніх сумарних значень зі стадіями комп'ютерної «залежності», «захопленості» й «ризиків виникнення» знаходять кінцевий результат, за умов, що стадії «комп'ютерної залежності» користувача відповідає 38 балів й більше, стадії «ризиків» - 23-37 балів, стадії «захопленості» - 16-22 бали, а 15 та менше балів - 0 % ризику розвитку комп'ютерної залежності.

Використання способу в психіатрії довело, що оцінка емоційного стану, вольових властивостей, споживчих аспектів, здібностей контролювати поведінку, фізичного та психологічного впливів на користувача, які відбиті в опитувальному комплексі за допомогою розширеної низки «адаптованих» показників симптоматики комп'ютерної залежності, дозволяє диференціювати вихідні дані між стадіями «залежності», «захопленості» й «ризиків виникнення», що інформує про підвищення об'єктивності результатів діагностики.

Приклад. Користувачу комп'ютера Б. було запропоноване тестування за принципом вибору одного з варіантів відповідей «ніколи», «рідко», «часто» і «дуже часто» по 11 питанням. Розміри оцінок відповідей в балах користувачу були невідомі, і складала для цих варіантів 1, 2, 3 і 4 бали, відповідно.

Склад питань опитувального комплексу, варіанти обраних відповідей, разом із оцінками, привласненими їм за умов способу скрінгової діагностики комп'ютерної залежності:

1. Як часто Ви відчуваєте жвавість, задоволення, приємність або полегшення, знаходячись за комп'ютером чи в мережі? Дуже часто (4).

2. Як часто Ви передбачаєте прибуття за комп'ютером (в мережі), думаючи та мислячи про те, як з'явитесь за комп'ютером, відкриєте певний сайт, знайдете відповідну інформацію, заведете нові знайомства? Дуже часто (4).

3. Як часто Вам необхідно збільшувати час проведення за комп'ютером чи в мережі, або витратити все більш грошей для того, щоб отримати теж саме відчуття? Дуже часто (4).

4. Як часто Вам вдається самостійно припинити роботу за комп'ютером (в мережі)? Дуже часто (4).

5. Як часто Ви відчуваєте нервозність, зниження настрою, роздратованість або пустоту поза комп'ютером (поза мережею)? Ніколи (1).

6. Як часто Ви відчуваєте потребу повернутися до комп'ютеру (до мережі) для покращення настрою або для того, щоб піти від усіх проблем реального життя? Дуже часто (4).

7. Як часто Ви нехтуєте сімейними, суспільними обов'язками та навчанням у зв'язку з частою роботою за комп'ютером (в мережі)? Ніколи (1).

8. Як часто Вам приходится казати неправду, окривати від батьків або керівників кількість часу, проведеного за комп'ютером (в мережі)? Рідко (2).

9. Як часто існує погроза втрати відношень з друзями, з сім'єю, змін фінансового положення, успіхів у навчанні у зв'язку з частою роботою за комп'ютером (в мережі)? Ніколи (1).

10. Як часто Ви відмічаєте такі фізичні симптоми, як оніміння та біль в кисті руки, біль в спині, сухість в очах, головний біль, знехтування особистою гігієною, вживанням їжі у зв'язку з частою роботою за комп'ютером. Рідко (2).

11. Як часто Ви відмічаєте порушення сну або зміни режиму сну у зв'язку з частою роботою за комп'ютером (в мережі)? Рідко (2).

По результатам тестування користувач комп'ютером отримав 29 балів, що дозволило за умов запропонованого рішення задачі встановити у нього наявність стадії «ризиків» розвитку комп'ютерної залежності.

З метою вивчення особливостей комп'ютерної діяльності було також проведено дослідження з використанням способу в 2 ліцеях м. Дніпропетровська з поглибленим вивченням інформаційних технологій. Основні методи дослідження - анкетування, психологічні методики. Анкетування проводилось за формами, що містили 56 питань з блоками даних соціального та комп'ютерно-технологічного характеру, а також 11 питань щодо запропонованої скрінг-діагностики комп'ютерної залежності.

Прийнято до оброблення 463 анкети. 20 ліцеїстів з одного ліцею та 40 з іншого увійшли до групи ризику розвитку комп'ютерної залежності (23-37 балів). Ліцеїстів з комп'ютерною залежністю (більш 38 балів) виявлено не було, що дало можливість провести психологічне дослідження в «групі ризику», з метою визначення її психологічних особливостей та використання адекватних профілактичних програм, запобігаючи розвитку комп'ютерної залежності.

Таким чином, впровадження даного способу допоможе проводити ефективну скрінг-діагностику комп'ютерної залежності як серед окремих осіб, так і в групі користувачів комп'ютерними технологіями, а також одночасно оцінити емоційний стан особи, її вольові властивості, здібності до самоконтролю поведінки, фізичного та психологічного станів. Висока об'єктивність кінцевого результату, що зумовлена адаптацією варіантів відповідей до національної соціально-суспільної сфери діяльності за допомогою вельми простих засобів інформує про відповідність запропонованого рішення задачі умові «промислова придатність».

Картка
скрінінгової діагностики комп'ютерної залежності

№	Перелік типових питань загального представництва	Варіанти типізованих відповідей			
		«ніколи»	«рідко»	«часто»	«дуже часто»
		вага симптому комп'ютерної залежності, балів			
		1	2	3	4
1	2	3	4	5	6
1	Як часто Ви відчуваєте жвавість, задоволення, приємність або полегшення, знаходячись за комп'ютером чи в мережі ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2	Як часто Ви передбачаєте прибуття за комп'ютером (в мережі), думаючи та мислячи про те, як з'явитесь за комп'ютером, відкриєте певний сайт, знайдете відповідну інформацію, заведете нові знайомства ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
3	Як часто Вам необхідно збільшувати час проведення за комп'ютером чи в мережі, або витратити все більш грошей для того, щоб отримати теж саме відчуття ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
4	Як часто Вам вдається самостійно припинити роботу за комп'ютером (в мережі) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
5	Як часто Ви відчуваєте нервозність, зниження настрою, роздратованість або пустоту поза комп'ютером (поза мережею) ?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Як часто Ви відчуваєте потребу повернутися до комп'ютеру (до мережі) для покращення настрою або для того, щоб піти від усіх проблем реального життя ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
7	Як часто Ви нехтуєте сімейними, суспільними обов'язками та навчанням у зв'язку з частою роботою за комп'ютером (в мережі) ?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Як часто Вам приходится казати неправду, скривати від батьків або керівників кількість часу, проведеного за комп'ютером (в мережі) ?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	Як часто існує погроза втрати відношень з друзями, з сім'єю, змін фінансового положення, успіхів у навчанні у зв'язку з частою роботою за комп'ютером (в мережі) ?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	Як часто Ви відмічаєте такі фізичні симптоми, як оніміння та біль в кисті руки, біль в спині, сухість в очах, головний біль, знехтування особистою гігієною, вживання їжі у зв'язку з частою роботою за комп'ютером?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	Як часто Ви відмічаєте порушення сну або зміни режиму сну у зв'язку з частою роботою за комп'ютером (в мережі)?	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Математичний еквівалент поточного стану користувача		29			

Джерела інформації:

1. Kimberly S.Young, «Caught in the Net: How to recognize the signs of Internet addiction and a winning strategy for Recover» / A therapist's guide to assess and treat Internet addiction, NY, USA: 1998.
2. Спосіб скрінінгової діагностики комп'ютерної залежності: www.netaddiction.com.
3. Maressa H.Orzack, «Computer addiction: What is it?» / «How to recognise and treat computer.com addiction», Web Publishing, MA, USA: 1999.
4. Maressa Hecht Orzack, Ph.D. Web Publishing 1996-1999.