

## ТЕСТ ТАКЕРА НА ВЫЯВЛЕНИЕ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ (Коньгина И.А.)

Отвечать следует, имея в виду последние 12 месяцев.

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

происходит во время игры?

а/ никогда;

б/ иногда;

в/ чаще всего;

г/ почти всегда.

### **ПОДСЧЁТ БАЛЛОВ**

«НИКОГДА» - 0, «ИНОГДА» - 1, «ЧАЩЕ ВСЕГО» - 2, «ПОЧТИ ВСЕГДА» - 3.

Баллы за ответы на все 9 вопросов суммируются.

0 баллов – нет никаких негативных последствий от компьютерной игры.

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

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