**Шкала Интернет-зависимости Анастасии Жичкиной**

Данная шкала является составной частью опросника «Поведение в Интернете», разработанного А. Е. Жичкиной и определяет склонность к интернет-зависимости.

**Инструкция**: Выберите, пожалуйста, один из двух вариантов ответов (А или Б) тот, который лучше всего подходит для описания вашего поведения в Интернете и отметьте его галочкой. В этой анкете нет правильных или неправильных ответов, нам важно знать именно Ваше мнение.

1. А. Когда мне грустно или одиноко, я обычно выхожу в Интернет.
1. Б. Я не чувствую необходимости выйти в Интернет тогда, когда у меня плохое настроение.

2. A. Когда я провожу в Интернете меньше времени, чем обычно, я чувствую себя подавленно.
2. Б. Мое эмоциональное состояние не зависит от того, сколько времени я провожу в Интернете.

3. A. Я чувствую, что мое увлечение Интернетом мешает моей учебе, работе или отношениям с людьми вне Интернета.
3. Б. Использование Интернета не мешает моим отношениям с людьми, учебе или работе.

4. А. Многие мои знакомые не знают, сколько времени я на самом деле провожу в Интернете.
4. Б. Большинство моих знакомых знает, сколько времени я провожу в Интернете.

5. A. Я часто пытаюсь уменьшить количество времени, которое я провожу в Интернете.
5. Б. Я не пытаюсь уменьшить количество времени, которое я провожу в Интернете.

6. A. Когда я не в Интернете, я часто думаю о том, что там происходит.
6. Б. Когда я не в Интернете, я редко думаю о нем.

7. A. Я предпочитаю общаться с людьми или искать информацию через Интернет, а не в реальной жизни.
7. Б. Я далеко не всегда прибегаю к помощи Интернета, когда мне нужно найти информацию или пообщаться.

**Ключи**

Интернет-зависимость – один из видов поведенческих зависимостей, который проявляется в навязчивом постоянном стремлении войти в Интернет и потере субъективного контроля за его использованием.

Выбор варианта «А» оценивается в 1 балл, выбор варианта «Б» – 0 баллов. Нормы (на выборке в 175 человек в возрасте от 15 до 21 года): склонными к Интернет-зависимости считаются испытуемые с баллами по шкале Интернет-зависимости 3 и выше, не склонными к Интернет-зависимости – с баллом 0 по этой шкале. Интернет-зависимыми в строгом смысле слова считаются те, кто набирает 6-7 баллов по этой шкале.

**Данные психометрической проверки**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер вопроса | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| бисериальный коэфф. корр. пункта с суммарным баллом по шкале | 0,564 | 0,465 | 0,578 | 0,455 | 0,420 | 0,553 | 0,612 |

**Гомогенность шкалы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|   | Гомогенность шкалы | Нормальность распределения суммарного балла (по критерию Колмогорова-Смирнова) | Среднее (M) | стандартное отклонение (s) |
| Интернет-зависимость | 0,511 | Распределение нормально (z = 3,011; p=0) | 1,56 | 1,43 |

**Тест-ретестовая надежность**

Ретест через 2 месяца, выборка 55 человек.

Коэффициент корреляции Пирсона (между баллами, полученными при первом и втором тестировании) – 0,948 (р<0,0001).